



प्रिय साधियों, किसान भाइयों, संगठन के पदाधिकारियों व प्यारे बच्चों, जय गुरु !!

मैने संवाद के रूप में जो वार्ता अपने उद्बोधन 17 जुलाई 2024 को संयुक्त राष्ट्र संघ में कही वह इस अंक में प्रस्तुत है :-

सतत विकास लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए आदिवासी समुदाय के स्वराज आधारित स्थानीय समाधान

वैश्विक समुदाय आज के दौर में अभूतपूर्व संकटों का सामना कर रहा है, जिसमें जलवायु परिवर्तन, सामाजिक-आर्थिक परिणाम, पर्यावरणीय संकट तथा आर्थिक असमानता जैसी गंभीर चुनौतियाँ शामिल हैं। ये चुनौतियाँ कमजोर समुदायों को असमान रूप से प्रभावित करती हैं, जिससे 2030 तक सतत विकास लक्ष्यों (SDGs) की ओर प्रगति में बाधा उत्पन्न होती है। इन चुनौतियों से निपटने के लिए पर्यावरणीय, सामाजिक, सांस्कृतिक और आर्थिक स्तर पर स्थाई समाधानों द्वारा एकीकृत दृष्टिकोण की आवश्यकता है।

दुनिया भर में आदिवासी समुदाय अपनी पारंपरिक प्रथाओं और ज्ञान के माध्यम से सतत विकास में महत्वपूर्ण दृष्टिकोण प्रदान करता आया है। प्रकृति के प्रति श्रद्धा तथा समुदाय-केंद्रित दृष्टिकोण में निहित ये प्रथाएं स्थिरता और सहनशीलता को बढ़ावा देती हैं जो विभिन्न चुनौतियों के चलते 2030 के लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए योगदान देने में महत्वपूर्ण है। स्थानीय समाधान न केवल समुदाय की अपनी जरूरतें पूरी करते हैं बल्कि व्यापक स्थाई लक्ष्यों की प्राप्ति में भी योगदान करते हैं। स्वराज के सिद्धांतों से प्रेरित होकर उनकी चक्रिय जीवन शैली एवं सांस्कृतिक मूल्यों से संप्रभुता बढ़ती है तथा बाह्य स्रोतों पर निर्भरता कम होती है। परम्परागत कृषि पद्धतियाँ उनके परिवारों के लिए खाद्य, पोषण, तथा आजीविका सुरक्षा सुनिश्चित करती हैं। आदिवासी समुदायों की 'बीज संप्रभुता', 'मृदा संप्रभुता', 'खाद्य एवं पोषण संप्रभुता', 'जल संप्रभुता', और 'सांस्कृतिक संप्रभुता' पर आधारित कार्यक्रम समुदाय को सामूहिक रूप से महत्वपूर्ण चुनौतियों से निपटने के लिए सशक्त बनाती है।

विभिन्न कार्यक्रमों में समुदाय की सहभागिता में बाधा डालने वाली चुनौतियों को पहचानने और उन्हें दूर करने के लिए आदिवासी समुदाय को शामिल करना अनिवार्य है उनकी सहभागिता ऐसी नीतियों और रणनीतियों को तैयार करने, निगरानी करने, और कार्यान्वयन में आवश्यक है जो उनके सामाजिक और सांस्कृतिक मूल्यों की रक्षा करती हैं, उनकी आकांक्षाओं को पूरा करती हैं, और उन्हें स्थायी समाधान प्रदान करती हैं। वाग्धारा, वैश्विक चुनौतियों से निपटने के लिए आवश्यक स्थानीय समाधानों के लिए आदिवासी समुदायों को मान्यता देने के महत्व पर बल देती है। स्वराज सिद्धांतों से प्रेरित उनकी पारंपरिक प्रथाएं असमानता और संवेदनशीलता जैसे मुद्दों का समाधान करने में महत्वपूर्ण हैं, और ये 2030 एजेंडा के सतत विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने में योगदान देती हैं।

चूँकि यह बात आप तक पहुँचाने का कारण है की हम इन सभी बातों, विचारों व गतिविधियों को अपने जीवन में और मजबूत करे ताकि दुनिया के लिए उदाहरण बन सके।

जय- गुरु, जय- स्वराज !!!

आपका अपना
जयेश जोशी

सामुदायिक बीज पंचांग नियोजन (स्वरीफ)

समयरेखा (माह वार)	जनवरी	फरवरी	मार्च	अप्रैल	मई	जून	जुलाई	अगस्त	सितम्बर	अक्टूबर	नवम्बर	दिसम्बर
गतिविधियाँ												
अपने गांव में उत्तम गुणवत्ता वाले स्थानीय/देसी बीजों की खेती करने वाले परिवारों/समूहों की पहचान।												
सक्षम समूह के सदस्यों को समुदाय आधारित बीज प्रबन्धन पर प्रशिक्षण।												
बुवाई के लिए बीज का चयन: ऋतू अनुसार उगाई जाने वाली फसलों में से अच्छे शुद्ध बीज का चयन करें, जैसे बड़े आकार के बीज, उज्वल/ साफ और रोग मुक्त बीज आदि।												
अंकुरण परीक्षण: बीज बोने के लिए बीज को अंतिम रूप देने से पहले बीज अंकुरण परीक्षण करें।												
बीज उपचार: बुवाई से पहले बीज को बीजामृत से उपचारित करें।												
छंटाई: बीज प्रयोजन के लिए निर्धारित भूखंड से हर एक महीने के बाद मुख्य फसल से अलग प्रकार के पौधों (जो मुख्य फसल के अनुरूप नहीं है और किसी अन्य फसल का मिश्रण है) को हटा दें।												
स्वस्थ, मजबूत, मोटे तने वाले, रोग मुक्त पौधों का चयन करें और जो अच्छे अनाज भरने के साथ अच्छे दाने वाले हों।												
एक ही फसल के अन्य पौधों से अंतर करने के लिए पौधों को टैग के साथ चिह्नित करें।												
बीज फसलों की कटाई: चयनित पौधों को जहां कहीं आवश्यक हो अलग से काटा जाना होगा।												
सुखाना: बीजों को अलग रखकर अच्छी तरह सुखालें।												
भंडारण: स्थानीय रूप से उपलब्ध सामग्री (मिट्टी के बर्तन, लकड़ी के कंटेनर, स्टील के कंटेनर आदि) से बने नमी मुक्त कंटेनर में स्टोर करें। "अगली पीढ़ी के लिए इन बीजों का उपयोग करें और हर साल सर्वोत्तम गुणवत्ता वाले बीजों के उत्पादन के लिए उपरोक्त चरणों का पालन करें"												
समय समय पर बीजों को पलट कर देखना: नमी का बढ़ना या कीट इत्यादी के संक्रमण को नियंत्रण में रखना।												
सक्षम समूह सदस्यों को देसी/भू-प्रजातियों के बीजों के गुणवत्ता पूर्ण बीज उत्पादन पर प्रशिक्षण आयोजित करना।												
गांव और क्लस्टर स्तर पर 'बीज महोत्सव' बीज पूजन जैसे विशेष कार्यक्रम आयोजित करना।												
समुदाय आधारित बीज प्रबन्धन की निगरानी: कार्य प्रणाली के लिए प्रक्रिया और दिशा-निर्देशों को चित्रित करना।												
बीज उगाने वाली महिलाओं के साथ बीजों के प्रबंधन के लिए प्रशिक्षण आयोजित करना।												
देसी बीज के प्रदर्शन को प्रदर्शित करने के लिए किसानों के लिए खेत दिवस का आयोजन करना।												
बीज उत्पादकों के साथ त्रैमासिक समूह चर्चा आयोजित करना और स्वराज मंच के साथ साझा करना।												
किसानों के मुद्दे पर प्रकाश डालने के लिए वार्षिक कार्यक्रम आयोजित करना।												
समुदाय प्रबंधित बीज प्रणाली स्थापित करने में राज्य और केंद्रीय स्तर पर कदम उठाना।												
देसी विशेष नस्लों के बीजों की मान्यता और पंजीकरण।												
किसानों की बीज किस्मों की सत्यता एवं पंजीकरण।												

आदिवासी संस्कृति में महुआ व नीम की उपयोगिता



महुआ और नीम हमारे बहुत पुराने समय के पेड़ हैं, जो कई सदियों से इस धरती पर काबिज हैं। प्रकृति अनुसार यह जंगलों और चारागाह भूमि पर उगकर पेड़ बन जाते हैं। कई सारे पशु-पक्षियों के माध्यम से एक स्थान से दुसरे स्थान पर इसके बीज पहुंच जाते हैं जिससे वही पर पौधा पनप जाता है। आज धीरे- धीरे आदिवासी समुदाय में महुआ की उपयोगिता कम होती जा रही है, जो आदिवासी समुदाय की आजीविका में सहयोगी होता है।

महुआ की लकड़ी का उपयोग विशेषकर पारम्परिक मकान बनाने के लिये किया जाता है, साथ ही इसका उपयोग जलाऊ लकड़ी के रूप में भी किया जाता रहा है। आदिवासी समुदाय में महुआ की लकड़ी को

लोहे के रूप में मानते थे क्योंकि महुआ की लकड़ी बहुत ही टिकाऊ और मजबूत होती है लेकिन आज के समय में महुआ के पेड़ ही धीरे धीरे खत्म होते जा रहे हैं क्योंकि लोग इसकी उपयोगिता को भूलते जा रहे हैं, हमें पुनः इसे जीवित रखने के लिये समुदाय में विभिन्न संगठनों के माध्यम से संवाद के जरिये जागरूक कर इसके रोपण को बढ़ाने की आवश्यकता है।

महुआ मानव जाति के लिये बहु उपयोगी है- महुआ और चना को सेंक कर आदिवासी समुदाय में विशेषकर बरसात के समय में इसको खाने के काम में लेते थे, जिसका चलन अब लगभग बहुत कम हो गया है। महुआ और चना को खाने से शरीर मजबूत रहता है और पुरे दिन शरीर में उर्जा बनाये रखने के साथ भूख को भी मिटाता है। साथ ही महुआ के पौधे हमारे जीवन और प्राकृतिक संतुलन को बनाये रखने के लिये अतिआवश्यक है। इसलिये आज कि युवा पीढ़ी को भी महुआ के महत्त्व को बताते हुये उनके माध्यम से महुआ को पुनर्जीवित करने की आवश्यकता है।

महुआ के फुल बहुत ही पोष्टिक होते हैं, इससे कई प्रकार के व्यंजन और रोटी भी बनाई जाती है साथ ही इसके फल या बीज से तेल निकलता है जो समुदाय में साल भर के घरेलू तेल की आपूर्ति करता है। तेल निकलने के बाद बचा हुआ अवशेष खल भी पशुधन के दूध उत्पादन के साथ पूरक पोषण आहार में महत्वपूर्ण स्थान रखता

है। महुआ का अनेक रूप में औषधिय महत्व भी है। अगर इसके पेड़ की छाल और जड़ की बात की जाये तो इसमें भी कई प्रकार के औषधिय गुण हैं जो अनेक बिमारियों की अचूक दवा है। इसकी पत्तियाँ पशुधन के लिये चारे के रूप में उपयोगी है।

इसी प्रकार से नीम भी आदिवासी समुदाय के लिये बहुत ही लाभदायक है, ये भी प्रकृति के अनुसार बीज अपने आप उगकर पेड़ बन जाते हैं, ये पानी के बहाव से या हवा के माध्यम से एक स्थान से दुसरे स्थान पर चले जाते हैं। आसानी से इसका पेड़ बढ़ा हो जाता है। मानव जीवन के लिये नीम की लकड़ी का उपयोग आज भी आदिवासी समुदाय के लिये अनेक प्रकार से बहुत लाभदायक है।

नीम की लकड़ी की उपयोगिता कि बात की जाये तो आदिवासी समुदाय के पारंपरिक मकान की कल्पना नीम की लकड़ी के बिना नहीं की जा सकती। नीम हमारे दैनिक जीवन में अनेक प्रकार से काम में लिया जाता है, प्रतिदिन सुबह में दातुन के रूप में काम में लेते हैं क्योंकि इसका दातुन करने से दांतों को मजबूती मिलती है और इससे दांत और मुँह के कई रोगों में फायदा मिलता है।

नीम का बीज (निम्बोली) यह एक प्राकृतिक पेड़ है इसके पौधे को कोई लगाता नहीं है ये पानी के बहाव के साथ या हवा के साथ पक्षियों के माध्यम से एक स्थान से दुसरे स्थान पर चले जाते हैं और वही



बारिश के समय में प्राकृतिक रूप से पौधे तैयार होकर पेड़ बन जाते हैं, यह खेत की बागड़ हो या घर की बागड़ उसमे जल्दी पनप जाता है और पेड़ बन जाता है और इसकी सुरक्षा करना भी आसन है। इसलिये इस पेड़ का महत्त्व बढ़ता जा रहा है और नीम हमें कई प्रकार की औषधिय रूप में भी काम लिया जाता है। इसका तेल भी निकाला जाता है जो अनेक प्रकार के घरेलू और औषधिय उपयोग में आता है।

नीम की पत्तियों की उपयोगिता के बारे में बात की जाये तो गर्मियों के समय में सभी प्रकार के जातियों के लोग नीम की पत्तियों का रस निकालकर एक दुसरे को पिलाते थे जो शरीर के लिए बहुत ही लाभदायक है एवं बारिश के समय में बुखार की रोकथाम का भी उपाय है। नीम की पत्तियों से खाद तैयार की जाती है, गर्मी के समय पत्ते गिर जाते हैं उनको इकट्ठा करके गड्डे में डालकर पारंपरिक खाद तैयार कर लिया जाता था। मच्छर को भगाने के लिये इसकी पत्तियों को जला कर उसका धूआँ किया जाता था और यह पशु और मनुष्य के लिये बहुत लाभदायक था, लेकिन आज के समय में इसकी महत्त्वता कम होती जा रही है। गर्मी के समय में पशुधन को इसकी पत्तियाँ खिलाने से अनेक प्रकार के पेट के रोगों में आराम मिलता है, जैसे दस्त लगना, पेट में गर्मी बढ़ना, पेट के कीड़े मारने आदि में बहु उपयोगी है। आज भी परंपरागत तरीके से अनाज और बीज संग्रहण के लिये नीम के पत्ते का उपयोग आवश्यक रूप से किया जाता है।



आओ मिलकर बाल मित्र गाँव बनाए



बाल मित्र गाँव की परिकल्पना एक ऐसी अनूठी और प्रेरणादायक अवधारणा है, जो बच्चों को समानता, सुरक्षा और प्यार से भरे वातावरण में पनपने का अवसर प्रदान करती है। गाँव में बच्चों को समाज का एक महत्वपूर्ण और सम्मानित हिस्सा माना जाता है, जहाँ उनके अधिकारों और जरूरतों का पूरा ध्यान रखा जाता है। जहाँ सभी बच्चे शिक्षा, स्वास्थ्य एवं स्वतंत्र बचपन की ओर अग्रसर हैं। बाल मित्र गाँव का उद्देश्य बच्चों को एक ऐसा माहौल प्रदान करना है जहाँ वे न केवल शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ रह सकें, बल्कि समाज के जिम्मेदार और संवेदनशील नागरिक भी बन सकें। बाल मित्र गाँव की विचारधारा को जमीन पर उतारने के लिए सबसे पहले सामुदायिक संगठनों के साथ मिलकर बाल मित्र समुदाय का निर्माण करना आवश्यक है।

बाल मित्र गाँव की प्रमुख विशेषताएँ :-

शिक्षा हर बच्चे का अधिकार - बाल मित्र गाँव में शिक्षा सबसे प्रमुख पहलू है। यहाँ हर बच्चे को गुणवत्तापूर्ण और समग्र शिक्षा मिलनी चाहिए। स्कूलों में ऐसा वातावरण हो जहाँ शिक्षक बच्चों के साथ दोस्ताना व्यवहार करें और उनके व्यक्तिगत विकास पर ध्यान दें। बच्चों की रचनात्मकता और आलोचनात्मक सोच को प्रोत्साहित किया जाए, ताकि वे स्वतंत्र और संवेदनशील नागरिक बन सकें।

स्वास्थ्य और पोषण - स्वास्थ्य और पोषण बच्चों के समग्र विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। बाल मित्र गाँव में नियमित स्वास्थ्य जांच, स्वच्छ पेयजल और स्थानीय पौष्टिक भोजन की व्यवस्था सुनिश्चित की जानी चाहिए। इसके अलावा, चिकित्सा सुविधाएँ भी आसानी से उपलब्ध होनी चाहिए, ताकि किसी भी स्वास्थ्य संबंधी समस्या का तुरंत समाधान हो सके।

सुरक्षित और स्नेहिल वातावरण - बाल मित्र गाँव में बच्चों की सुरक्षा सबसे महत्वपूर्ण है। इसके लिए गाँव में सख्त कानून और उनके पालन की व्यवस्था होनी चाहिए। बच्चों के खिलाफ हिंसा और शोषण की घटनाओं को रोकने के लिए आवश्यक कदम उठाए जाएं। इसके अलावा, गाँव का वातावरण ऐसा हो जहाँ बच्चे बिना किसी डर के खेल सकें और गतिविधियों में शामिल हो सकें। खेल और मनोरंजन - खेल और मनोरंजन बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास के लिए आवश्यक हैं। बाल मित्र गाँव में खेल के मैदान, समुदायिक पुस्तकालय और सांस्कृतिक गतिविधियों के लिए स्थान उपलब्ध हो। बच्चों को विभिन्न खेलों और गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाए, ताकि वे स्वस्थ और सक्रिय रह सकें।

सामाजिक सहभागिता - बाल मित्र गाँव में बच्चों को सामुदायिक गतिविधियों में शामिल किया जाए। उनके विचारों और राय का सम्मान किया जाए और निर्णय लेने की प्रक्रिया में उन्हें शामिल किया जाए। इससे बच्चों में आत्मविश्वास और नेतृत्व क्षमता का विकास होगा और वे समाज के प्रति जिम्मेदार बनेंगे।

पर्यावरण जागरूकता - बच्चों को पर्यावरण के प्रति जागरूक किया जाए और उन्हें पर्यावरण संरक्षण की शिक्षा दी जाए। बाल मित्र गाँव में स्वच्छता और हरियाली को बढ़ावा दिया जाए। बच्चों को पौधे लगाने और उनकी देखभाल करने के लिए प्रोत्साहित किया जाए, ताकि वे पर्यावरण के महत्व को समझ सकें और उसे संरक्षित करने का प्रयास करें।



कानूनी अधिकार - बाल मित्र गाँव में बच्चों को उनके कानूनी अधिकारों के प्रति जागरूक किया जाए। यह सुनिश्चित किया जाए कि उन्हें कानून बराबरी का हक मिले। बच्चों के अधिकारों की रक्षा के लिए आवश्यक कदम उठाए जाएं और उनके साथ किसी भी प्रकार का भेदभाव न हो।

बाल मित्र गाँव का स्वरूप :-

1. बाल मजदूर मुक्त गाँव।
2. बाल शोषण रहित गाँव।

3. 6 से 14 साल के सभी बच्चों का विद्यालय में नामांकन।
4. 0 डॉपआउट एवं अनामांकित बच्चे।
5. विद्यालयों में निःशुल्क, अनिवार्य एवं गुणवत्तापूर्ण शिक्षा की सुनिश्चितता।
6. बाल विवाह मुक्त गाँव।
7. सामुदायिक स्तर पर सभी बच्चों द्वारा चुना हुआ बाल स्वराज समूह हो, ताकि बच्चों में नेतृत्व, जिम्मेदारी, सहभागिता एवं निर्णय लेने की क्षमता विकसित हो।
8. समुदाय के विकास में बच्चों की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित हो।
9. स्थानीय संगठनों, पंचायत एवं सरकार द्वारा बाल स्वराज समूह की मान्यता एवं निर्णय और नियोजन की प्रक्रिया में बाल स्वराज समूह की भागीदारी सुनिश्चित हो।
10. समुदाय में लिंग, जाती एवं वर्ग के आधार पर भेदभाव न हो।
11. बच्चों के विरुद्ध हर प्रकार की हिंसा का अंत हो।
12. पढाई दिखावा व खानापूत वाली न हो, अच्छी पढाई शिक्षकों की जिम्मेदारी हो, बच्चों को जरूरी सुविधाएं आसानी से उपलब्ध हो, जैसे - ब्लैक बोर्ड, चाक, टाटपट्टी, टेबल कुर्सी आदि।
13. शिक्षा के अधिकार कानून के अनुसार सभी भौतिक सुविधाओं की उपलब्धता जैसे - नियमित स्वास्थ्य जाँच, बच्चों की तुलना में शिक्षकों की उपलब्धता, खेल मैदान, बिजली, सुरक्षित पैय जल, बालक-बालिकाओं के लिए पृथक-पृथक शौचालय, छायादार रसोई घर, चारदीवारी आदि।

बाल मित्र गाँव बनाने के लिए सामुदायिक प्रयास.....

बाल मित्र गाँव (Child Friendly Village) बनाने के लिए विभिन्न संगठनों और समूहों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। यहाँ पर बाल स्वराज समूह, सक्षम समूह, ग्राम स्वराज समूह, और कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन द्वारा समुदाय स्तर पर किए जाने वाले प्रयासों को बिन्दुवार विस्तार से समझाया गया है :-

- **शैक्षिक अभियान** - बच्चों की शिक्षा के महत्व के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए पूरे गाँव में शैक्षिक अभियानों का संचालन हो, ताकि बच्चों की शिक्षा के प्रति समुदाय जागरूक होकर सहयोग करे।

- **बाल स्वराज समूह की भूमिका** - बाल स्वराज समूह के सदस्य बाल अधिकारों पर समझ और बाल श्रम के नुकसान के बारे में समुदाय को जागरूक करें। साथ ही बच्चों के साथ होने वाले दुर्व्यवहार और शोषण के खिलाफ लगातार मासिक बैठकों में सामुदायिक स्तर पर संवाद कर, समुदाय के सभी बच्चों को जागरूक करें, ताकि बच्चों के साथ किसी प्रकार का दुर्व्यवहार न हो।

- **सक्षम समूह की भूमिका** - शिक्षा, स्वास्थ्य और स्वच्छता के बारे में मासिक बैठकों में महिलाओं के साथ संवाद, बच्चों की देखभाल और स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं पर समुदाय की माताओं के साथ नियमित संवाद कर उनका स्थानीय समाधान खोजना और हर घर पोषण बाड़ी लगाने की दिशा में समुदाय को प्रेरित करना। इसके साथ ही समुदाय में स्वास्थ्य एवं पोषण स्वराज स्थापित करने के प्रति समुदाय को जागरूक करना।

- **ग्राम स्वराज समूह की भूमिका** - ग्राम स्वराज समूह के सदस्य गाँव के विकास और स्वच्छता के महत्व पर, बच्चों की शिक्षा एवं स्वास्थ्य पर बैठकों में ध्यान केंद्रित करें। साथ ही विद्यालय से जुड़ी भौतिक सुविधाओं की निगरानी कर उनको बेहतर बनाने में सहयोग करें, जिसमें स्कूल की बुनियादी संरचना जैसे शौचालय, पेयजल, और कक्षाओं की मरम्मत और निर्माण कार्य आदि समय हो कर सके। साथ ही विद्यालय विद्यालय समिति के साथ समन्वय स्थापित कर विद्यालय विकास योजनाओं को तैयार करने में मदद करें और योजनाओं के क्रियान्वयन के लिए ग्राम पंचायत स्तर पर मुद्दों की पहल करना शुरू करें। साथ ही बच्चों की शैक्षिक समस्याओं जैसे डॉपआउट, अनुपस्थिति, और शिक्षा की गुणवत्ता पर ध्यान दें।

- **कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन की भूमिका** - किसानों और आदिवासी समुदाय के सदस्यों को शामिल करते हुए विशेष बैठकें आयोजित करें। जिसमें बच्चों से जुड़े ऐसे मुद्दों की पहचान की जाए जिनका समाधान गाँव स्तर एवं ग्राम पंचायत स्तर पर नहीं हो पा रहा है। ऐसे मुद्दों की पहल राज्य एवं जिले स्तर पर कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन के सदस्य करें, ताकि प्रत्येक गाँव में बच्चों से जुड़े मुद्दों का जल्द समाधान हो सके एवं विद्यालय की आवश्यकताओं का मूल्यांकन करें और एक समग्र विकास योजना बनाएंगे। साथ ही गरीब परिवारों को आर्थिक सहायता प्रदान करने के लिए योजनाओं का प्रभावी संचालन हो इसके लिए प्रयास करें।

- **अधिभावक शिक्षक बैठकें** - बाल स्वराज और ग्राम स्वराज समूह के सदस्य मिलकर अधिभावकों और शिक्षकों के बीच संवाद स्थापित करने के लिए नियमित बैठकें आयोजित करें। ताकि बच्चों के पढ़ने लिखने के स्तर की जानकारी सभी अधिभावकों को हो, साथ ही शिक्षक एवं अधिभावकों के बीच के रिश्ते मजबूत करने के प्रयास किये जायें। सभी वर्गों की भागीदारी सुनिश्चित हो और सामुदायिक संवाद को प्रोत्साहित करें ताकि बच्चों को बेहतर सुविधाएं मिल सकें। इन सभी प्रयासों के माध्यम से सामुदायिक स्तर पर बाल मित्र गाँव बनाने का सपना साकार किया जा सकेगा। इससे न केवल बच्चों की शिक्षा और स्वास्थ्य में सुधार होगा, बल्कि पूरे समुदाय का समग्र विकास भी सुनिश्चित होगा।

चौमासे में पशुधन आहार-पोषण एवं प्रबंधन

किसान भाइयों बरसात के मौसम में दुधारू पशुधन का पोषण एवं प्रबंधन पर विशेष रूप से ध्यान दिये जाने की आवश्यकता होती है, जैसा कि देखा गया है बरसात का मौसम शुरू होते ही पशुधन भरपेट हरा चारा खाते हैं तो उन्हें दस्त लग जाते हैं और इस कारण उनका दूध उत्पादन और स्वास्थ्य प्रभावित होता है। दस्त लगने का मुख्य कारण आहार में अचानक परिवर्तन है चूँकि गर्मियों के मौसम में सामान्यतः पशुधन को सूखा चारा मिलता है और अचानक भरपेट हरा चारा मिलने से उसके पेट में सूक्ष्मजीवों द्वारा होने वाली पाचन/किण्वन कि क्रिया प्रभावित होती है और हमारे पशुधन को अपच होकर दस्त लग जाते हैं। इस समस्या से बचने के लिए हमें पशुओं को एकदम से हरा चारा भरपेट नहीं देना चाहिये, इसकी जगह उन्हें हरे के साथ सूखा चारा जरूर दें, और फिर धीरे-धीरे हरे चारे की मात्रा उनके आहार में बढ़ाते जाएं।

ध्यान रहे सूखे चारे में गीलापन या फफूंद न हो, अन्यथा पशुधन को आहर जनित सूक्ष्म जीवों के संक्रमण के कारण बदहजमी, दस्त जैसी बीमारियाँ हो सकती हैं। हरा चारा साफ होना चाहिए, उसमें कीचड़ न लगा हो। पशुधन को साफ सुथरा पानी पिलायें। पानी की गुणवत्ता का पशुधन के स्वास्थ्य पर बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है। पानी में अधिक लवण व विषाक्त यौगिकों की मात्रा का पशुधन की वृद्धि पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। इस प्रकार के पानी के उपयोग का शुष्क पदार्थ के सेवन पर प्रभाव पड़ता है। जिस दिन मौसम साफ हो तब टंकी का सारा पानी निकाल कर उसकी अंदर तथा बाहर से चूने से पुताई कर दें और सूखने दे, उसके बाद पीने के पानी की टंकी में साफ ताजा पानी भर दें।

पशुधन को बरसात में सुपाच्य संतुलित आहार दें जिसमें **60 प्रतिशत गीला/हरा चारा और 40 प्रतिशत सूखा चारा** होना चाहिए। गाय को पोषण हेतु 300 ग्राम तथा 150 ग्राम दाने का मिश्रण देना चाहिए। साथ में रोज 30-40 ग्राम सदा नमक और 20-30 ग्राम खनिज मिश्रण खिलाना चाहिए। बरसात के मौसम में हरी घास का उत्पादन अधिक होता है परंतु इस घास में पानी अधिक और कम पोषक तत्व और रेशे होते हैं जो पशुधन पाचन के लिए उचित नहीं होता और इसलिए भी इस मौसम में पशुधन को दस्त लग जाते हैं। इस मौसम में आहार के भंडारण पर भी ध्यान देना चाहिए अन्यथा दाना और चारा गीला होने से उसमें सड़न लग सकती है जो हमारे पशुधन को बीमार कर देगी। पशुधन को हरा चारा अच्छी तरह झाड़कर खिलाएं क्योंकि बरसात के समय कीड़ों और इल्लियों का प्रकोप अधिक होता है एवं यह चारे के निचले तने एवं पत्तियों पर चिपके होते हैं।

पशुधन आवास का प्रबंधन- पशुधन का आवास से गहरा सम्बन्ध होता है, क्योंकि अच्छा आवास का मतलब है सूखा, आरामदेह, हवादार आवास। जब पशुधन को आराम मिलता है तो स्वास्थ्य, दूध उत्पादन स्वास्थ्य और अच्छा मिलता है और अगर पशुधन तनाव में है तो स्वास्थ्य और दूध उत्पादन प्रभावित हो जाएगा। इसलिए बरसात के समय खुले में बंधे हुये पशुधन से दूध उत्पादन कम मिलता है। अतः बरसात से पहले पशुधन आवास ठीक करवा लेना अति आवश्यक है। अगर आवास की खिडकियां दरवाजे टूटे हों तो उनकी मरम्मत करवा लें। अगर फर्श उखड़ा है तो वहा चूना या सीमेंट लगाकर जगह समतल बना दें और सफेदी कर दें ताकि उन दरारों में कीड़े मकौड़े शरण न लें क्योंकि कीड़े खाने के लिए बाड़े में मेंढक आ सकते हैं और उन्हें खाने के लिए सांप आ सकते हैं। सभी पशुधन को बाड़े से थोड़ी देर के लिए बाहर निकाल कर एक ड्रम में कुछ सूखी घास, कुछ नीम की पत्तियां, तुलसी और उपलब्ध हो तो तेजपान की पत्तियां आदि डालकर जला दें उससे निकलता धुँआ बाड़े में भरने दें, थोड़ी देर बाद उसे वहाँ से हटा दें। इस धुए से बाड़े में मौजूद सब कीड़े मकौड़े, मक्खी- मच्छर भाग जायेंगे। बाड़े की छत टूटी है तो उसकी मरम्मत करवा लें ताकि वहा से बरसात का पानी अंदर न आये।

पशुओं को गीलापन पसंद नहीं होता इसलिए वे बरसात में पक्की सड़क या सूखी जगह इकट्ठा हो जाते हैं। कीचड़ में रहने से उनके खुरों में छाले हो जाते हैं जो बाद में फट जाते हैं जिन्हें **अल्सर** कहते हैं। अगर एक बार अल्सर हो जाये तो लम्बे समय तक पशुओं का इलाज करना पड़ता है उसमें काफी समय और आर्थिक खर्च होता है। पशुओं को जो तकलीफ होती है सो अलग। आवास के इर्द गिर्द बरसात का पानी इकट्ठा न हो और उसकी तुरंत निकासी हो ऐसी व्यवस्था करें। अगर कहीं पानी इकट्ठा हो तो उसमें मिट्टी का तेल या फिनायल डाल दें ताकि उसमें मच्छर पैदा न हो। ध्यान रखे की आवास के इर्दगिर्द कीचड़ न हो और वहां सफाई रहे।

स्वास्थ्य प्रबंधन- बरसात के मौसम में सबसे जरूरी बात है दुधारू पशुओं का स्वास्थ्य प्रबंधन करना और इसमें सबसे पहला उपाय है बचाव के तौर पर पशुधन का टीकाकरण करना। क्योंकि अगर उनका स्वास्थ्य ठीक नहीं है तो उनके चारा खाने में कमी हो जाती है और उससे उनके दूध उत्पादन में कमी हो जाती है। अतः उनको बरसात से पहले ही पशुओं के डॉक्टर द्वारा ग्लधॉट्ट, लंगड़ा बुखार, देवी रोग, खुरपका- मुंहपका आदि रोगों के विरुद्ध टीके लगवा लेने चाहिए। बरसात में उनके पेट में कृमि हो जाते हैं अतः उनके नियंत्रण हेतु उन्हें अल्बेंडेजोल या पेनाक्पु नामक दवा डॉक्टर की



सलाह लेकर उचित मात्रा में खिलाए। उनके शरीर पर जुए, लीचड, पिस्सू, गोमक्खीआदि बाह्य परजीवी हो जाते हैं अतः उनके नियंत्रण हेतु स्थानिय उपाय कर पानी में मिला कर उस घोल का छिड़काव पशुओं के शरीर पर करें।

दूध दोहन का प्रबंधन- बरसात के मौसम में थनों की बीमारी भी अधिक प्रचलित होती है पशुधन थनेला रोग कि चपेट में आ सकते हैं।

थनेला रोग फैलने का प्रमुख कारण साफ सफाई का अच्छी तरह से ना होना होता है। क्योंकि फर्श गीला और सूक्ष्म जीवाणुओं से भरा होता है। दूध दोहन के तुरंत बाद थन के छेद कुछ देर के लिए खुले रहते हैं और इसी समय अगर दुधारू पशुधन नीचे बैठ गया तो उसे थनेला रोग होने की संभावना बढ़ जाती है, अतः इसे टालने के लिए बचाव के तौर पर साफ-सफाई रखें। जहाँ दूध दोहन करते हैं वहां का फर्श साफ रखे। दूध दोहन के तुरंत बाद दुधारू पशुधन को नीचे बैठने न दे। दूध दोहन से पहले और बाद में साफ गर्म पानी में जंतुनाशक दवा की कुछ बुँदे डालकर उसमें एक साफ कपड़ा भिगोकर उससे थन तथा अयन पोछ कर साफ करें। इससे थनेला रोग होने की संभावना काफी कम हो जाती है।

सामान्य एवं रखरखाव- बरसात के मौसम में जब बहुत ज्यादा लगातार बरसात हो उस दिन पशुओं को तेज बरसात से बचाएं और बाड़े में ही चारा खिलायें। उन्हें बरसात में ज्यादा देर तक भीगने न दे अन्यथा पशुधन में जुकाम ,न्युमोनिया हो सकता है। बरसात के मौसम में कौशिश करें कि पशुधन गंदे पानी में न नहाये क्योंकि इससे उसके कानों में सूक्ष्म जीवाणुओं का प्रकोप होकर कान से संबंधित रोग हो सकता है, उसके जनन अंग में भी सूक्ष्म जीवाणुओं का प्रकोप होकर गर्भाशय को नुकसान पहुंचा सकते हैं और इसी के साथ थनों के छेद में सूक्ष्म जीवाणुओं का प्रकोप होकर थनेला रोग हो सकता है।

बरसात के आने से पहले दुधारू पशुधन के थन अयन तथा पूँछ के आस- पास के बाल कैची से काटकर साफ कर दें ताकि वहां पर कीचड़ न लगा रहे। दुधारू पशुधन को दूध दोहन से पहले साफ ठंडे पानी से नहला दें इससे उसे ताजगी महसूस होगी। उसके शरीर में खून का संचार बढ़िया होगा और दूध उत्पादन में धीरे-धीरे बढ़ोतरी होगी। बाड़े के दरवाजे पर खुर धोने की सतही टंकी बनाये जिसमें चूना तथा जंतुनाशक दवा फिनाइल आदि डाल दें ताकि पशुधन के खुरों में संक्रमण, खुर सड़न, खुर गलन आदि बीमारियों से बचाया जा सके। उनके चारे की नांद/ चारा कुंडी की सफाई करें। साफ सफाई बचाव का सबसे असर कारक तरीका है। पशुधन आवास कि खिड़कियाँ खुली रखनी चाहिए। जिससे पशुधन को उमस एवं गर्मी से राहत मिल सकें। 15 दिन के अंतराल पर परजीवियों की रोकथाम हेतु कीटनाशक दवाइयों को पशुधन चिकित्सक की सलाह अनुसार प्रयोग करें। यदि इस मौसम में अन्य कोई विकार पशुधन में दिखाई देते हैं तो तुरंत पशुधन चिकित्सक की सलाह लेकर उपचार करें।

पशुधन उत्पादन और प्रबंधन शास्त्र में पशुओं को रोगों से बचाव के उपाय ही बेहतर माना गया है, अतः इसका ध्यान रखें तो आधी परेशानियां दूर हो जाएंगी। बीमारियाँ कम से कम आएगी और पैसे की बचत होगी। इससे खर्च कम होगा और दूध उत्पादन बढ़ेगा।



साधारणतया भारत में वर्षा का समय जून महीने से लेकर सितम्बर तक का होता है। पशुधन अनेक रोगों से प्रसिद्ध हो जाता है। इसी मौसम के दौरान परजीवियों की संख्या में अत्यधिक वृद्धि देखने को भी मिलती है जिनके द्वारा पशुधन को आंतरिक और बाह्य परजीवियों के रोग हो जाते हैं। मौसमी बीमारियों की वजह से दुधारू पशुओं का स्वास्थ्य बिगड़ जाता है, इससे उनके दूध उत्पादन में कमी आ जाती है और उसके कारण किसान को काफी आर्थिक नुकसान हो सकता है। इसलिए वर्षा ऋतु के दौरान अपनाये योग्य कुछ महत्वपूर्ण बातों का उल्लेख किया गया है जिनका पालन करने से पशुधन-पालक अपने पशुधन के स्वास्थ्य को बनाये रख सकते हैं।

वर्षाकाल में एकीकृत कीट प्रबंधन

किसान भाइयों, यदि हम खेती में अपने पूर्वजों की खेती करने कि पद्धति को देखे तो ये बात ध्यान में आती है कि वे घर के बीज, घर की देसी खादों का उपयोग कर विविध फसलों की खेती करते थे। तब खेतों में मित्र कीटों, जीवों की संख्या अधिक थी। इन कारणों से फसलों में कीट रोगों की समस्या बहुत कम थी। तथाकथित उन्नत खेती तथा बढ़ते बाजारवाद से खेती में आयातित बीज, रासायनिक खाद एवं यंत्रोकरण का उपयोग किया जाने लगा। वृक्षों की अंधाधुंध कटाई हुई, जैव विविधता कम हुई, एकल फसल पद्धति को बढ़ावा मिला। जिसके कारण मित्र कीट, जीव व पक्षी नष्ट होते जा रहे हैं। जिसके फलस्वरूप कीट रोग का प्रकोप हर साल बढ़ने लगा है। मौसम परिवर्तन के कारण भी कीटों की क्षमता में वृद्धि होकर इनका प्रकोप बढ़ा है।

जब से किसानों ने कीटनाशकों का उपयोग शुरू किया है तब से ये



कीट नियंत्रित न होकर अनियंत्रित होते जा रहे हैं। नये-नये प्रकार के कीटों और रोगों का प्रकोप बढ़ा है। चाहे वो फसल में लगने वाली इल्लियाँ हो या फिर रस चूसने वाले कीट, सभी फसलों को गंभीर नुकसान पहुंचा रहे हैं। दूसरा, रसायनों के कारण कीटों के मूल संभाव में बदलाव हो रहा है, अब ये कीट मूल फसल को छोड़कर अन्य फसलों पर आक्रमण कर रहे हैं।

सच्ची खेती में रोकथाम के माध्यम से उपचार होने के सिद्धांत को अपनाया जाता है। अर्थात कीट और खरपतवारों को पूरी तरह से नष्ट नहीं किया जा सकता है परन्तु इन्हें उचित यांत्रिक प्रक्रियाओं या जैविक तरीकों आदि से नियंत्रित कर फसलों का सफल उत्पादन प्राप्त किया जा सकता है।

कुछ प्रमुख उपाय इस प्रकार हैं:

- ❖ खेत में मेड़ो पर (विशेषकर उत्तर-पश्चिम दिशा में) वृक्ष/ झाड़ियां जैसे कि नीम, बांस, मेहंदी, सीताफल, सहजानफली आदि लगाने से खेत में सूक्ष्म जलवायु सुधारती है पाले से बचाव होता है एवं खेत में कीट रोग का प्रकोप कम होता है। फसल के लिए लाभकारी पक्षी आकर्षित होते हैं, जो कीटों को खाते हैं। अनेक देशी बीजों के उपयोग से कीट रोग का प्रकोप कम होता है देशी पौध प्रजातियाँ खरपतवार से भी संघर्ष कर सकती हैं।
- ❖ फसल की किस्मों में भी विविधता रखने से कीट प्रकोप को नियंत्रित किया जा सकता है।
- ❖ बीजामृत, छाछ आदि से बीजोपचार करने से कीट प्रकोप कम होता है।

- ❖ मौसम के आधार पर समय पर फसल की बोवनी करने से भी कीट प्रकोप कम किया जा सकता है।
- ❖ खेत में पौधों की उचित संख्या एवं दुरी रखने से फसल को पर्याप्त सूख प्रकाश एवं हवा मिलती है, जिससे हानिकारक कीट का प्रकोप कम होता है।
- ❖ खेत में बीज छिड़कने के स्थान पर कतार में बोवनी करने से खरपतवारों के नियंत्रण में आसानी होती है।
- ❖ उन्नत जैविक खाद के खेतों में उपयोग करने से पौधों में कीट से नहीं वाले रोगों में कमी आती है।
- ❖ खेत में पकी हुई खाद डालने से खरपतवारों का प्रकोप नहीं होता है। खाद को बीज या फसल के पौधे के पास रखने से खरपतवारों को पोषण नहीं मिल पाता है। जिससे खरपतवार नियंत्रण में आसानी होती है।
- ❖ खेतों में संतुलित सिंचाई पद्धति अपनाएँ और जल निकासी हेतु नालियां बनायें। अधिक नमी कीट और रोगों को बढ़ावा देती है पौधे के पास सिंचाई करने से खरपतवार पर भी नियंत्रण होता है।
- ❖ खरपतवारों का नियंत्रण सदैव हाथ से या डोरा चलाकर करें। फसलों के मध्य खाली जगह में चारा बिछाने से खरपतवारों को सरलता से नियंत्रित किया जा सकता है।
- ❖ कीट से प्रभावित या रोग लगी फसलों के अवशेष को खेतों से हटाकर नष्ट कर देना चाहिए।
- ❖ टीन लवर्ष में एक बार गहरी जुताई करना चाहिए।
- ❖ फसल चक्र अपनाना चाहिए इसमें कीट, रोग और खरपतवार

- तीनों नियंत्रित होते हैं।
- ❖ एकल फसल न लगाते हुए समन्वित फसल पद्धति अपनाएं। खेतों में बहुफसली, अंतरवर्तीय, मिश्रित फसल पद्धति अपनाएने से कीट, खरपतवार का प्रकोप कम होता है।
- ❖ ग्रीस या ऑइल लगे पीले/नीले चिपचिपे बोर्ड पर उड़ने वाले कीट, रोगों के प्रति आकर्षित होने वाले थ्रिप्स आदि चिपक जाते हैं। इस तरह के बोर्ड 15 नग प्रति एकड़ की दर से लगायें।
- ❖ **फेरोमोन ट्रेप**: इसमें शत्रु कीट की मादा का कैस्पूल लगाया जाता है, जिससे नर पतंगे इस प्रपंच की ओर आकर्षित होकर प्लास्टिक बैग में फँस जाते हैं। प्रति एकड़ 7 से 8 फेरोमोन ट्रेप लगायें।
- ❖ **कीट नियंत्रण हेतु चमकौली परावर्ती सतह या पट्टियों का उपयोग**: खेतों में चमकौली रंग के परावर्ती सतह या पट्टी का जमीन पर उपयोग करने से थ्रिप्स, सफेद मक्खी का प्रभावकारी नियंत्रण होता है।



कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन सहयोग इकाई की गतिविधियां

हलमा कर वर्षों पुरानी समस्या का किया समाधान

गाँव - कपासिया
ब्लॉक - सैलाना
जिला - रतलाम
राज्य - मध्यप्रदेश



पानी की समस्या के समाधान पर सामूहिक संवाद

प्रारम्भिक स्थिति :-

यह कहानी पानी की समस्या से जुड़ा रहे कपासिया गांव की है कहा जाता है कि जिस जगह पर समस्या होती है वहाँ पर समाधान भी होता है, लेकिन इसके लिए प्रयास करने की जरूरत होती है। नगर हो या गांव पानी की कमी कोई नई समस्या नहीं है पर कोशिश महत्वपूर्ण होती है। लोगों को गाँव से बहुत दूर जाकर पानी लाना पड़ता था। लोगों का अधिकतर समय पानी लाने में ही निकल जाता था। गाँव के सभी लोग इस समस्या से बेहद परेशान थे। गाँव के पास में कोई नदी नहीं होने के कारण महिलाएं बच्चों को छोड़कर कोसों दूर बर्तन / घड़ों में पानी ढोकर लाती हैं। इससे बच्चों की देखभाल पर काफी असर पड़ रहा है। लेकिन इसके अलावा कोई उपाय भी नहीं था। यह उनकी रोजमर्रा की जिंदगी का हिस्सा था। इस वजह से अन्य कार्यों में कई तरह की बाधाएं आती हैं। इसी दौरान गाँव में एक स्वयंसेवी संस्था वाग्धारा के सदस्यों का आगमन हुआ।

संस्था द्वारा किये गए प्रयास :-

जब पीने के पानी के लिए ग्रामवासी तरस रहे थे, तो खेती की बात ही अलग थी। इसके लिए तो सिर्फ वर्षा पर निर्भर रहना पड़ता था। इसलिए खेती बहुत कम होती थी। जबकि जीने के लिए सिर्फ भोजन ही नहीं बल्कि आय के साधन भी जरूरी थे, लेकिन यहाँ खेती के अलावा कोई विकल्प ही नहीं था। इसलिए अधिकतर युवा काम की तलाश में बाहर चले जाया करते थे। यानी पलायन यहाँ आम बात थी। ग्राम विकास के लिए वाग्धारा संस्था के सदस्य गाँव में भ्रमण कर रहे थे, घर-घर सम्पर्क कर उन्होंने सरपंच चंपा बाई, रमेश लाल, काला जी, मुकेश, वाजीग, ईश्वर, बद्री लाल, लक्ष्मण, श्यामलाल, नरसिंह, सरपंच पति शान्ति लाल, रायसिंह, जकतू पटेल, रकमा मईडा, संजय निनामा, श्रवण मईडा, कान्हा जी, केसर बाई, अंतू बाई, कमला बाई, कलावती बाई, सजनी बाई आदि ग्रामवासियों से मुलाकात की गई यहाँ की स्थिति को देखकर काफी हैरत हुई। उन्होंने यहाँ की स्थिति का अध्ययन कर समस्या पर विचार किया। समस्या पानी को लेकर थी इसलिए उन्होंने गाँव के लोगों के साथ मिलकर पानी के उपाय पर चर्चा करना आरंभ कर दिया। इसका समाधान उन्हें गाँव के नजदीक पहाड़ के पास बने तालाब पर नजर आया। दरअसल पहाड़ पर से बरसात का पानी गिरता और वहाँ से



समुदाय सहजकर्ता दिव्या शर्मा सरपंच चंपा बाई, शान्ति लाल, श्रवण मईडा, बद्री लाल आदि के साथ हलमा गतिविधि आयोजन को लेकर बैठक करते हुए।



दिव्या शर्मा घर-घर सम्पर्क के दौरान अनुभवी महिला केसर बाई से हलमा गतिविधि से सम्बंधित उनके अनुभवों को जानते हुए।



घर-घर सम्पर्क के दौरान कमल मईडा, फुला बाई को हलमा गतिविधि आयोजन के लिए तैयार करते हुए।



सरपंच चंपा बाई के साथ बैठक कर हलमा गतिविधि आयोजन के लिए योजना बनाते हुए।



हलमा करने के बाद बरसात के समय तालाब में पानी भरने के बाद कमली बाई, उषा बाई, अंतू बाई, सुनीता बाई, माया बाई, रकमा मईडा आदि ग्रामवासियों से मुलाकात की गई तथा हलमा गतिविधि के बारे में उनके अनुभव जाने गए। ग्रामवासियों द्वारा बताया गया कि हलमा आदिवासियों की एक पुरानी परंपरा है सामूहिक प्रयासों से मददगारकी इस प्रथा को फिर से जीवित कर हलमा के जरिए धरती की प्यास बुझाने की एक नई पहल शुरू की है। हलमा परंपरा हजारों सालों से आदिवासियों के बीच मौजूद एकजुटता की मिसाल पेश करती है। हम सभी ग्रामवासियों में खुशी की लहर है कि सामूहिक प्रयासों से तालाब का गहरीकरण हो गया। तालाब में अधिक मात्रा में पानी इकट्ठा होगा जो हम सभी ग्रामवासियों के लिए उपयोगी होगा।

वाहन चलाते समय हेल्मेट उपयोग करने के साथ गाड़ी की स्पीड कम ही रखें... क्योंकि परिवार आपकी प्रतिक्षा में है.....

बकरी पालन बना समृद्ध आजीविका का मार्ग

नाम- अमरी देवी/
पवनलाल माल
उम्र- 40 वर्ष
परिवार के सदस्य - 7
बालक - 2
बालिकाएं - 3
गाँव/ ब्लॉक- लक्ष्मीपूरा
-घाटोल



जिला -बांसवाड़ा, राजस्थान
आदिवासी क्षेत्र में सबसे बड़ी आबादी भील समुदाय की है। बांसवाड़ा जिले एवं इससे सटे जिलों में निवासरत है, राजस्थान राज्य के दक्षिणी भाग में बांसवाड़ा संभाग मुख्यालय स्थित है। यह उत्तर में प्रतापगढ़, पश्चिम में डूंगरपुर, पूर्व और दक्षिण में मध्यप्रदेश के रतलाम और झाबुआ जिला और दक्षिण में गुजरात के दाहोद जिले से घिरा हुआ है। वागड़ क्षेत्र पश्चिम में छोटी-छोटी पहाड़ियों की चोटियों से युक्त ऊबड़-खाबड़ क्षेत्र है। इसका पूर्वी भाग दक्कन ट्रैप की सपाट चोटी वाली पहाड़ियों से घिरा है। इसमें अरावली पर्वत का दक्षिणी छोर भी है।

यह जिला राजस्थान के कृषि-जलवायु में "आर्द्र दक्षिणी मैदानी क्षेत्र" में प्रमुख स्थान रखता है। यहाँ की खेती पारिस्थिति की पूर्ण रूप से वर्षा आधारित है जिसमें किसान के हाथ में सिर्फ उनकी मेहनत ही होती है इसके अलावा सब प्रकृति पर निर्भर होता है। यहाँ के किसान बहुत कम रबी की फसल कर पाते हैं क्योंकि भौगोलिक स्थिति, सिंचाई के संसाधन और पानी की उपलब्धता बहुत सिमित है। इसी के चलते पलायन यहाँ के समुदाय कि जीवनशैली का एक सामान्य हिस्सा बन गया था, पलायन की गंभीर समस्या का हल निकालने के लिए वाग्धारा ने समुदाय के साथ मिलकर काम करना शुरू किया और इसके परिणाम निरंतर प्रयासों से आने लगे हैं।

अमरी देवी एक साधारण महिला हैं, इनकी जीवन यात्रा संघर्ष और चुनौतियों से भरी रही। गरीबी और सीमित संसाधनों के कारण अमरी देवी के पास जीविकोपार्जन का एकमात्र साधन खेती और मजदूरी थी। अमरी देवी का परिवार मुख्यतः खेती पर निर्भर था, लेकिन जलवायु परिवर्तन और अनियमित बारिश के कारण खेती से पर्याप्त आय नहीं हो पा रही थी। परिवार की आर्थिक स्थिति दयनीय थी और इनके पास अन्य कोई आय का स्रोत नहीं था। परिवार में पांच बच्चे जिनकी जिम्मेदारी पति के मजदूरी पर चले जाने पर सिर्फ अमरी देवी कि होती थी और पति महीनों तक दुसरे राज्यों में रोजगार की तलाश में पलायन पर रहते थे, ऐसी परिस्थितियों में उन्हें अनेक तरह की पारिवारिक, सामाजिक और आर्थिक समस्याओं का सामना अकेले ही करना पड़ता था, जिसका कोई उपाय उन्हें नहीं मिल रहा था।

वाग्धारा संस्था ग्रामीण विकास और महिला सशक्तिकरण के लिए कार्यरत है, उनके जीवन को बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस कठिन परिस्थिति में अमरी देवी ने वाग्धारा संस्था के कार्यक्रमों के बारे में सुना, जो ग्रामीण क्षेत्रों में समुदाय की आजीविका उन्नयन के लिए विभिन्न प्रशिक्षण और सहायता प्रदान करती है। संस्था द्वारा प्रथमबार ग्राम स्तर पर महिलाओं की भूमिका खेतीमें पारम्परिक सततता लाने के लिए वर्ष 2019 में "सक्षम समूह" का निर्माण किया गया जिसमें गाँव की अन्य महिलाओं के साथ अमरी देवी को भी सदस्यता दी गई जिसमें गाँव की 20 महिलाओं के साथ

बैठकें आयोजित कीं और उन्हें खेती से जुड़ी पारंपरिक खेती पर बाते की गई, अमरी देवी को बकरी पालन की बात समझ आ गई और संस्था ने बकरी पालन के प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किए, जिसमें अमरी देवी ने भी भाग लिया। इस प्रशिक्षण में निम्नलिखित मुख्य बिंदुओं को शामिल किया गया :-

1. **बकरी नस्ल का चयन**- उच्च उत्पादकता वाली नस्लों का चयन और नस्ल सुधार के बारे में जानकारी।
2. **आवास प्रबंधन**- इसके अंतर्गत मौसम के अनुसार आवास प्रबंधन की जानकारी प्रदान की गई।
3. **पोषण और आहार**- बकरियों के लिए संतुलित आहार और पोषण की जानकारी दी गयी।
4. **स्वास्थ्य देखभाल**- बकरियों में बीमारियों की पहचान और उनका प्राथमिक घरेलू उपचार।
5. **प्रजनन प्रबंधन**- बेहतर नस्ल सुधार के लिए प्रजनन तकनीकों की जानकारी।
6. **बाजार संपर्क**- बकरियों और उनके उत्पादों को बेचने के लिए बाजार से संपर्क स्थापित करना जिससे उचित मूल्य प्राप्त किया जा सके।

वाग्धारा संस्था द्वारा मार्गदर्शन और प्रशिक्षण के बाद, अमरी देवी ने बकरी पालन व्यवसाय को प्रारंभ किया। प्रशिक्षण के बाद अच्छी नस्ल कि बकरी खरीदीं और उनके पोषण एवं स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखा। धीरे-धीरे बकरियों की संख्या बढ़ती गई जो आज बढ़कर 13 हो गई है उन्होंने दूध का उपयोग अपने दैनिक आहार में लेना शुरू किया और वर्ष 2021 से नियमित रूप से प्रतिवर्ष 25000-30000 हजार तक के बकरे बेचना शुरू किया और बकरे बेचकर अच्छा आर्थिक लाभ अर्जित करना शुरू किया। जिससे आर्थिक और सामाजिक प्रभाव का परिवार के जीवन स्तर के साथ कई पहलुओं पर स्पष्ट दिखाई देता है।

1. **आर्थिक सशक्तिकरण**- बकरी पालन से हुई आय ने अमरी देवी को आर्थिक रूप से स्वतंत्र बनाया। अब वे अपने परिवार की आवश्यकताओं को पूरा कर पा रही हैं और बच्चों की गुणवत्तापूर्ण शिक्षा पर भी ध्यान दे पा रही हैं।
2. **सामाजिक सशक्तिकरण**- अमरी देवी का आत्मविश्वास बढ़ा और गाँव में उनकी एक नई पहचान बनी। वे अन्य महिलाओं के लिए प्रेरणा स्रोत बन गईं और कई अन्य महिलाएं भी बकरी पालन की ओर आकर्षित हुईं।
3. **सतत विकास**- बकरी पालन से न केवल अमरी देवी का बल्कि उनके गाँव में भी स्वयं मेहनत कर सफल महिला के रूप में जाना जाने लगा। अन्य किसान भी बकरी पालन शुरू कर चुके हैं और अमरी देवी की आर्थिक स्थिति में सुधार हुआ।

निष्कर्ष के रूप में हम देख रहे हैं कि अमरी देवी के संघर्ष और दृढ़ संकल्प इस बात का उदाहरण है कि सही मार्गदर्शन और प्रशिक्षण से किसी भी साधारण व्यक्ति को किस्मत बदली जा सकती है। वाग्धारा संस्था के प्रयासों ने न केवल अमरी देवी की जिंदगी में सुधार किया बल्कि उनके माध्यम से कई अन्य ग्रामीण महिलाओं को भी आत्मनिर्भर बनने का मार्ग प्रशस्त किया। सामुदायिक संगठनों और संस्थाओं की भूमिका ग्रामीण विकास और महिलाओं के सशक्तिकरण में अत्यंत महत्वपूर्ण है, अमरी देवी की सफलता इसका जीवंत उदाहरण है



मेहनत कर बदली राह

नाम - कमला देवी दामोद
पति का नाम - कमलेश दामोद
गाँव - जैतियावाडा
ग्राम पंचायत - छाजा
ब्लाक - आनंदपुरी
परिवार में सदस्य-5
जमीन - 4 बीघा

बांसवाड़ा जिला मुख्यालय से 65 किलोमीटर दूर गाँव जैतियावाडा जो छाजा ग्राम पंचायत में आता है यहाँ की निवासी हूँ मैं 2020 में वाग्धारा संस्था से सक्षम समूह में जुड़ी। इस समूह में जुड़े रहने



का मुझे काफी फायदा हुआ और नयी-नयी जानकारी भी मिली, इस दौरान प्रशिक्षण भी मिलता रहा। संस्था में जुड़ने से पहले आर्थिक स्थिति बहुत कमजोर थी, घर का गुजारा करने में बहुत दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा था, वाग्धारा संस्था से कांता देवी जो सामुदायिक सहजकर्ता के रूप में कार्य करती है उन्होंने हमें बताया की समूह में जुड़ने से नयी- नयी जानकारी मिलेगी, यह सब सुनकर मुझे अच्छा लगा और मैं सक्षम समूह से जुड़ी फिर हर माह समूह की बैठक में भाग लेती, वहाँ से जो भी सीखती वो घर पर आकर करती इस प्रकार मेरी काफी समझ विकसित होती गयी। इस प्रकार मैंने आनंदपुरी में सिलाई केंद्र पर जाकर 3 माह तक सिलाई का कार्य सीखा।

व्यक्तिगत विकास के साथ साथ ही कौशल वृद्धि में काफी बदलाव आने लगा और मैंने सिलाई की दुकान लगाकर शुरूआत की तो इस दौरान एक- एक कपड़ा सिलती थी उस समय ज्यादा लोग नहीं आते थे लेकिन मैंने अपना काम नहीं छोड़ा नियमित मेहनत करती रही एवं एक- एक कपड़े सिलने का काम शुरू रखा, साथ ही घर

का काम भी समय पर करती रही, इस दौरान मुझे समूह में जैविक खेती के बारे में भी जानकारी मिली इस जानकारी को मैंने अपने खेत में जैविक खेती करने में लगाया, और मेरे घर पर पोषणवाडी लगाई। आज मे घर का बीज और सब्जियाँ का उपयोग करती हूँ। देशी तरीके से बीज उपचार भी करती हूँ जिससे मेरा काफी खर्चा कम होने लगा और मैंने बचत होने लगी और मेरे परिवार की आय में अहम भूमिका निभा रही हूँ। इस प्रकार पशु पालन में भी विशेष ध्यान देती हूँ इसमें मेरे पति पशु पालन में मेरा सहयोग करते है मेरे परिवार के पास वर्तमान में 1 गाय 1 भैस 10 बकरी व 2 बैल है। आर्थिक बदलाव की शुरूआत सिलाई से हुई। शुरूआत में प्रति दिन 500 रुपये की आमदनी होती थी शुरूआत के 2 साल में आमदनी नही बढ़ी लेकिन अब सिलाई के साथ ही सूरत, अहमदाबाद से साड़ीयाँ खरीदकर भी बेचती हूँ इस तरह सिलाई और साड़ी बेचने का काम करती हूँ जिससे साल भर में 90000 रुपये तक की आमदनी हो जाती है और बकरे-बकरी से भी वर्षभर में 50000 रुपये तक आमदनी हो जाती है।

मैं नियमित तौर पर वाग्धारा से जुड़ी रहने से मेरे जीवन जीने की राह के नये पथ पर चलना सिखा, वाग्धारा संस्था को धन्यवाद देना चाहती हूँ की मुझे नयी- नयी जानकारी दी मुझमें विश्वास जगाया, एक नयी राह दिखाई, मैं अपने सभी ग्राम वासियों से कहना चाहती हूँ कि यदि हम मेहनत करे तो कुछ मुश्किल नहीं है हम अपनी आमदनी बढ़ा सकते है जैसे मैंने किया।



उन्नत बकरी पालन के सूत्र

आज तक, बकरी पालन को मुख्य रूप से गरीबों, भूमिहीन मजदूरों, ग्रामीण महिलाओं एवं आर्थिक और प्राकृतिक रूप से वंचित क्षेत्रों की आजीविका के लिए एक पूरक व्यवसाय के रूप में मान्यता दी गई थी। इस व्यवसाय के महत्व और उपयोगिता, आवश्यक पूंजी और स्थायी बाजार के कारण लोग बड़े पैमाने पर बकरी पालन की ओर आकर्षित हुए हैं। हाल ही में डेयरी फार्मिंग की असाध्यता के कारण, डेयरी किसानों ने बड़े पैमाने पर बकरी पालन की ओर रुख किया है। इस वजह से बकरीपालन हमारे कृषि प्रधान देश में विशेषकर आदिवासी क्षेत्र में सदियों से एक महत्वपूर्ण व्यवसाय रहा है। यह कम लागत वाला, लाभदायक और टिकाऊ आजीविका का साधन प्रदान करता है, खासकर ग्रामीण और गरीब समुदायों के लिए। इसको सही योजना, प्रबंधन, और विपणन के माध्यम से सफल बनाया जा सकता है। बकरी पालन के सूत्रों को ध्यान में रखते हुए किसान अपनी आय को बढ़ा सकते हैं और अपने जीवन स्तर को सुधार सकते हैं। बकरी पालन के माध्यम से ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के अवसर भी बढ़ाए जा सकते हैं, जिससे ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूती मिलती है। बकरी पालन में सफलता प्राप्त करने के लिए, कुछ महत्वपूर्ण सिद्धांतों का पालन करना आवश्यक है। इन सिद्धांतों को "उन्नत बकरी पालन के सूत्र" के रूप में जाना जाता है। उन्नत बकरी पालन न केवल किसानों की आर्थिक स्थिति में सुधार करता है, बल्कि पोषण और स्वास्थ्य में भी सुधार लाता है। उन्नत बकरी पालन के सूत्र निम्नलिखित हैं:-



- उत्तम नस्ल का चयन:** बकरी पालन में नस्ल का चयन सबसे महत्वपूर्ण चरण है। अच्छी नस्ल की बकरियाँ उच्च दुग्ध उत्पादन, मांस उत्पादन, और बेहतर स्वास्थ्य के लिए जानी जाती हैं। नस्ल का चयन करते समय, स्थानीयजलवायु और वातावरण को ध्यान में रखते हुए नस्ल का चयन करना चाहिए। बकरी पालन में नस्ल का चयन एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। एक उत्तम नस्ल न केवल उच्च उत्पादन की गारंटी देती है बल्कि स्वास्थ्य और रोग प्रतिरोधक क्षमता भी बढ़ाती है। विभिन्न नस्लों की अपनी-अपनी विशेषताएँ होती हैं, जो उन्हें विशेष परिस्थितियों में अधिक लाभकारी बनाती हैं। उदाहरण के लिए:
 - जमुनापारी:** यह नस्ल उत्तर प्रदेश के जमुनापार क्षेत्र से संबंधित है और अपने उच्च दुग्ध उत्पादन और तेजी से बढ़ने वाले बच्चों के लिए जानी जाती है।
 - बीटल-** पंजाब की यह नस्ल अपने मांस उत्पादन के लिए प्रसिद्ध है। यह नस्ल मजबूत और तेजी से बढ़ने वाली होती है।
 - सिरोही:** राजस्थान की सिरोही नस्ल अपनी कठोर जलवायु में जीवित रहने की क्षमता और अच्छे दुग्ध उत्पादन के लिए प्रसिद्ध है। ये नस्लें अच्छी गुणवत्ता के दूध और मांस के लिए जानी जाती हैं। विभिन्न नस्लों के संयोजन से प्राप्त संकर बकरियाँ अक्सर उच्च उत्पादकता और बेहतर स्वास्थ्य से संपन्न होती हैं।
- आहार और पोषण:-** बकरियों के लिए संतुलित आहार का महत्व बहुत अधिक है। बकरियों को प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, खनिज, और विटामिन की उचित मात्रा की आवश्यकता होती है। उनके आहार में हरा चारा, सूखा चारा, और खनिज मिश्रण शामिल होना चाहिए। और बकरियों के लिए चारे का उचित प्रबंधन आवश्यक है। उन्हें ताजा और स्वच्छ चारा देना चाहिए। हरा चारा जैसे नेपियर घास, लुसर्न, और बरसीम आदि पोषक तत्वों से भरपूर होते हैं। बकरियों को प्रतिदिन उचित मात्रा में खनिज मिश्रण देना चाहिए ताकि उनके शरीर में आवश्यक खनिजों की कमी न हो। खनिज मिश्रण में कैल्शियम, फॉस्फोरस, मैग्नीशियम और नमक शामिल होने चाहिए। बकरियों को स्वच्छ और ताजे पानी की नियमित आपूर्ति होनी चाहिए। पानी की कमी से बकरियों में स्वास्थ्य समस्याएँ हो सकती हैं और उनकी उत्पादकता प्रभावित हो सकती है।
- स्वास्थ्य व स्वच्छता प्रबंधन:** बकरियों को समय-समय पर

टीकाकरण करवाना अत्यंत आवश्यक है। पीपीआर, एफएमडी, और एट्रैक्स जैसी बीमारियों से बचाव के लिए टीकाकरण कार्यक्रम का पालन करना चाहिए। बकरियों के रहने की जगह को साफ और स्वच्छ रखना चाहिए। उनके आश्रय को नियमित रूप से साफ करना और मल-मूत्र को उचित तरीके से निष्पादित करना चाहिए। बकरियों का स्वास्थ्य प्रबंधन उनकी उत्पादकता और जीवनकाल को प्रभावित करता है। बकरियों को नियमित रूप से टीकाकरण करवाना चाहिए ताकि वे विभिन्न बीमारियों से सुरक्षित रहें। कुछ महत्वपूर्ण टीके हैं:

- पीपीआर:** यह टीका पीपीआर (Peste des Petits Ruminants) बीमारी से बचाव करता है।
- एफएमडी:** यह टीका फुट एंड माउथ डिजीज (FMD) से बचाव करता है।
- एट्रैक्स:** यह टीका एट्रैक्स बीमारी से बचाव करता है।

 बकरियों में आंतरिक और बाह्य परजीवी की समस्या को नियंत्रित करना चाहिए। इसके लिए नियमित रूप से दवाओं का सेवन करना और स्वच्छता का ध्यान रखना जरूरी है।

- प्रजनन प्रबंधन -** प्रजनन के लिए उत्तम विधियों का चयन करना चाहिए। प्रजनन के लिए स्वस्थ और गुणसूत्रीय रूप से श्रेष्ठ नर और मादा का चयन करना होगा। बकरियों में प्रजनन का समय उचित होना चाहिए। प्रजनन का समय बकरियों की स्वास्थ्य स्थिति और उनके आहार पर निर्भर करता है। बकरियों का प्रजनन प्रबंधन उनकी उत्पादकता को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। प्रजनन के बाद गर्भवती बकरियों को विशेष देखभाल और पोषण की आवश्यकता होती है। उन्हें अतिरिक्त आहार और खनिज सप्लीमेंट्स देना जरूरी है ताकि उनकी शारीरिक स्थिति अच्छी बनी रहे और वे स्वस्थ बच्चों को जन्म



“गुणीजन” द्वारा जड़ी बूटियों से देसी इलाज

हमारे जीवन की बुनियादी समस्या भोजन तथा स्वास्थ्य है। समय के साथ बहुत कुछ बदल रहा है पहले हम समस्या समाधान के लिए प्रकृति पर निर्भर थे, लेकिन अब हम हर समस्या समाधान के लिए बाजार पर निर्भर हो गए हैं और समस्या का समाधान बाजार में तलाशते हैं जबकि अधिकतर समस्याओं का समाधान हमारे आस-पास ही उपलब्ध है लेकिन हमें जानकारी नहीं होने के कारण समस्या का समाधान नहीं कर पाते हैं।

आज के खान-पान तथा रहन-सहन के कारण हमारे शरीर कई प्रकार की बीमारियाँ होने लगी हैं। कुछ बीमारियाँ गंभीर होती हैं। कुछ समान्य होती हैं। हमारे शरीर में पेट के पाचन से संबंधित बीमारियाँ होती रहती हैं, जिसके कारण अन्य बीमारियों का जन्म होता है। जैसे सिरदर्द, कब्ज, गैस, बुखार आदि इसके अतिरिक्त दैनिक जीवन में हमारे शरीर पर छोटी मोटी बाह्य चोट भी लग जाती है। हम ईलाज के लिए तुरंत हॉस्पिटल जाते हैं। वहाँ हमें दवाई सहित कम से कम हजार रुपये का बिल थमा दिया जाता है। यह दवाईयाँ हमारे शरीर में कितना दुष्प्रभाव डालती है। इन छोटी-मोटी बीमारियों का ईलाज एलोपैथिक दवाइयों के अतिरिक्त जड़ी-बूटियों से किया जा सकता है। आदिवासी क्षेत्र औषधीय पौधों के लिए भी जाना जाता है। मुख्य औषधीय पौधों में यहाँ चिरौंजी, अर्जुन, बहेड़ा, जामुन, ज्योतिष्मति, इन्द्रजौदूधी, मूसली, कड़या, काली तुलसी, सफेद तुलसी और झारवाद यहाँ पाए जाते हैं। राजस्थान सरकार



ने चिरौंजी के पेड़ों को बचाने के लिए आदिवासी क्षेत्र के सीता माता अभ्यारण को मेडीसिनल प्लांट्स कान्वेंशन एरिया घोषित

किया हुआ है। औषधीय पौधों के जानकार आदिवासी अपने दैनिक जीवन में पेट दर्द, चोट लगने पर, बच्चों के बीमार होने पर, दांत में दर्द होने पर, कान, उल्टी होने पर इन्हीं जड़ी बूटियों से ईलाज करते हैं। धोक जिसे स्थानीय भाषा में सागवान कहते हैं सागवान की छाल का चर्मरोग और सिरदर्द में उपयोग होता है। इसका उपयोग दस्त, पैंचिश, खांसी, घाव भरने, जलन, त्वचा रोग और गैस्ट्रिक विकार में भी किया जाता है। स्थानीय भाषा में "कांकेड" पेड़ की पत्तियाँ बिच्छू के डंक का जहर कम करने के लिए काम आता है ऐसे ही "कालिया भेड़ा" जड़ी बूटी है जो शरीर पर कहीं भी घाव हो जाने पर लगाने से घाव ठीक हो जाता है इसी प्रकार वागड़ी में जिसे वराग्यु कहते हैं जिसे घाव पर लगाने से घाव भर जाता है तथा इसके जो फलियाँ लगती हैं उसके बीज को घिस कर पिलाने से रात को यदि बच्चा रोता है तो उस बच्चे को आराम मिलेगा इसी प्रकार रेगनी है जिसके बीज दांत के दर्द में काम आते हैं। आदिकाल से बीमारियों के जानकार ही इन जड़ी बूटियों से इलाज करते आ रहे हैं। इनके पास कोई डिग्री नहीं हुआ करती है। इनमें परंपरागत गुण/अनुभव होते हैं। बीमारियों को ठीक करने के दौरान इन्हीं गुणों के आधार पर इलाज करते हैं। ये लोग जड़ी-बूटियों के जानकार हैं। आज भी जिनमें परंपरागत वंशानुगत ईलाज करने का गुण है। इसी कारण इन्हे गुणीजन कहते हैं।



आजकल कुछ बीमारियाँ इस प्रकार हैं जिनका इलाज एलोपैथिक के पास नहीं है। इसका इलाज तो इसके जानकार के पास ही होता है

जिनके पास कोई डिग्री नहीं है। जैसे मांसपेशियों में खींचाव, पेट की नस का खींचाव, कमर में दर्द, जोड़ों में दर्द, हड्डी का दर्द आदि कई बीमारियाँ हैं। इनका एलोपैथिक इलाज महंगा है। एलोपैथिक दवाइयों हमारे शरीर को बहुत नुकसान करती हैं। ज्यादा एलोपैथिक दवाइयों से हमारे अंग प्रभावित होते हैं। गावों में आज भी इन छोटी-मोटी बीमारियों का ईलाज देशी पद्धति से करते हैं। गावों में परंपरागत चिकित्सा पद्धति में पारंगत गुणीजन लोगों काईलाज करते हैं। देसी जड़ी बूटियों का उपयोग हमें नहीं मालूम लेकिन गुणीजन उनका स्वास्थ्य सुधार में सरल तरीका बताते हैं तो विश्वास ही नहीं होता। अदरख, अर्जुनछाल, नीम गिलोय और ग्वारपाठे से रोगों के इलाज बताने वाले ऐसे गुणीजन असाध्य बीमारियों को दूर करने की दवा दे रहे हैं। गुणीजन शुगर, पाइल्स, सायटिका, स्लिपडिस्क, नसें में दर्द, घुटनों में दर्द, दमा, पथरी और हृदय रोगियों को लाभ पहुंचाते हैं।

राज्य में जड़ी-बूटियों की खेती का इतिहास काफी पुराना है क्योंकि चिकित्सीय उपयोग हेतु वैद्य एवं हकीम अपनी गुहवाटिका में कुछ उपयोगी पौधे लगाते थे। वर्तमान में देसी जड़ी बूटियों का उपयोग ईलाज की विभिन्न पद्धतियों में किया जा रहा है। राज्य में गुणीजन बहुत हैं जो देसी इलाज करना जानते हैं लेकिन लोगों की रुचि तथा प्रचार प्रसार नहीं होने के कारण गुणीजन के इलाज का लाभ नहीं मिल पा रहा है। आज लोगों को एलोपैथी की दवायों पर विश्वास है क्योंकि वह तुरंत आराम देती है। लेकिन देशी दवाई पर विश्वास नहीं है। जबकि एलोपैथी दवाई कितना नुकसान करती है, यह सबको मालूम होता है।

जैव विविधता और हर्बल पौधों से समृद्ध भारत के पास एक स्वदेशी चिकित्सा विरासत है जिससे आधुनिक शब्दों में "मानार्थ चिकित्सा" के रूप में वर्णित किया गया है। भारत उन देशों में से एक है जिसने चिकित्सा की सात गैर-एलोपैथिक प्रणालियों, अर्थात् आयुर्वेद, योग, यूनानी, सिद्ध, होम्योपैथी, प्राकृतिक चिकित्सा और तिब्बती / आमचो चिकित्सा को कानूनी दर्जा प्रदान किया है। ये सभी प्रणालियाँ आज भारत में मुख्यधारा, एलोपैथिक चिकित्सा के साथ समानांतर धाराओं के रूप में कार्य करती हैं, जिनके बीच बहुत कम परस्पर क्रिया होती है। हमारे आस पास तथा आदिवासी क्षेत्र में बहुत ही जड़ी-बूटियाँ पाई



जाती है तथा इनके जानकार भी हैं जो अपने अनुभव के आधार पर यह बता सकते हैं की कौनसी जड़ी-बूटी किस दर्द की दवा हो सकती है। लोग एलोपैथिक दवाइयों से परेशान हो रहे हैं। लोग अब प्रकृति से जुड़ना चाहते हैं जिस प्रकार खेती में रसायन डालने से हमारे खेत खराब हो गए हैं हमारा अन्न खराब हो गया है इसी प्रकार प्रत्येक छोटीमोटी बीमारी में एलोपैथिक दवाई से हमारा शरीर खराब हो रहा है। शरीर में आये दिन कई तरह की बीमारियाँ हो रही हैं। राज्य में गुणीजन परम्परागत देशी जड़ी बूटियों से इलाज करते आ रहे हैं। जड़ी बूटियों के अर्क से हमारे शरीर का इलाज होता है। अर्क में प्राकृतिक रसायन होते हैं जो हमारे शरीर को ठीक करते हैं। कुछ मरीजों को गुणीजनों पर विश्वास है, विश्वास से ही मरीज ठीक होता है। असफल अथवा गलत इलाज तो एलोपैथी के डॉक्टर द्वारा भी होता है। एलोपैथी का गलत ही नहीं सही इलाज के भी बहुत से दुष्प्रभाव हैं। लेकिन गुणीजन द्वारा किया गया ईलाज का कोई दुष्प्रभाव नहीं होता। गुणीजन द्वारा किया गया ईलाज एलोपैथी की तुलना में सस्ता होता है। गुणीजन यह इलाज अपने अनुभव के आधार पर करते हैं। जिस प्रकार एलोपैथी का डॉक्टर अभ्यास द्वारा ईलाज में पारंगत हो जाता है इसी प्रकार गुणीजन भी अभ्यास द्वारा पारंगत हो जाता है। आदिवासी क्षेत्र में गुणीजनों द्वारा परम्परागतसस्ते देशी ईलाज को मान्यता देने के लिए विचार करना चाहिए। इनके संरक्षण को सम्मान जनक बढ़ावा देना चाहिए। जिससे बीमारी पर होने वाले अनावश्यक खर्चों को कम किया जा सके तथा शरीर में एलोपैथिक दवाइयों से होने वाले नुकसान से बचा जा सके।

पेड़ ही जीवन का आधार

वृक्ष प्रकृति की सबसे महत्वपूर्ण देन हैं। वे न केवल हमारी पृथ्वी की सुंदरता बढ़ाते हैं, बल्कि जीवन के अस्तित्व के लिए भी आवश्यक हैं। वे हमें शुद्ध हवा, छाया, भोजन, औषधि, और बहुत कुछ प्रदान करते हैं। वृक्ष हमारे जीवन का आधार हैं। पेड़-पौधे प्रकाश संश्लेषण की प्रक्रिया के माध्यम से ऑक्सीजन का उत्पादन करते हैं, जो सभी जीवित प्राणियों के लिए आवश्यक है। एक स्वस्थ वयस्क वृक्ष प्रति वर्ष लगभग 130 किलो ऑक्सीजन उत्पन्न कर सकता है।



पेड़-पौधे वातावरण से कार्बन डाइऑक्साइड को अवशोषित करके कार्बन को अपने तनों, शाखाओं और जड़ों में संचित करते हैं। यह जलवायु परिवर्तन को कम करने में मदद करता है। पेड़-पौधे जलवायु को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वे न केवल तापमान को संतुलित करते हैं बल्कि वर्षा चक्र को भी बनाये रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका रखते हैं। वृक्ष फसलों और फल-फूलों के उत्पादन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वे न केवल खाद्य सुरक्षा को सुनिश्चित करते हैं बल्कि ग्रामीण अर्थव्यवस्था को भी सशक्त बनाते हैं। पेड़-पौधे जीवन का आधार हैं। उनका संरक्षण हमारे अस्तित्व के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। हमें यह समझना चाहिए कि पेड़-पौधे के बिना जीवन संभव नहीं है। इसलिए, हम सभी का कर्तव्य है कि हम वृक्षारोपण करें, उन्हें संरक्षित करें और आने वाली पीढ़ियों के लिए एक हरा-भरा और स्वस्थ पर्यावरण छोड़ें। पेड़-पौधे ही जीवन का आधार हैं। हमारे जीवन में वृक्षों का अत्यधिक महत्व होता है। हम बात करे तो हमारे क्षेत्र में तो हम आदिवासी परिवारों के लिए वरदान है घने जंगल रहे हैं और ये हमारे दैनिक जीवन में अति महत्वपूर्ण है:

- आर्थिक महत्व:** वृक्ष आदिवासी समुदायों के लिए आर्थिक

संसाधन प्रदान करते हैं। वे लकड़ी, फल, गोंद, रोजिन, और जड़ी-बूटियों के स्रोत होते हैं जो हम लोग बेचकर अपनी आजीविका चलाते हैं।

- सांस्कृतिक और धार्मिक महत्व:** हमारे आदिवासी समाज में कई वृक्षों का सांस्कृतिक और धार्मिक महत्व होता है। कुछ वृक्षों की पूजा की जाती है और उनसे जुड़ी कई परंपराएँ और अनुष्ठान होते हैं।
- पर्यावरणीय महत्व:** वृक्ष पर्यावरण को संतुलित रखते हैं, मिट्टी के कटाव को रोकते हैं, और जलवायु को नियंत्रित करते हैं। वन्यजीवों के लिए आवास प्रदान करते हैं, जो आदिवासी समुदायों की जीवनशैली का हिस्सा हैं।
- औषधीय महत्व:** कई वृक्षों के हिस्सों का उपयोग पारंपरिक चिकित्सा में किया जाता है। आदिवासी परिवारों में वृक्षों की छाल, पत्तियों, फूलों, और जड़ों का उपयोग विभिन्न बीमारियों के इलाज के लिए करते हैं।
- खाद्य स्रोत:** वृक्ष आदिवासी समुदायों के लिए खाद्य स्रोत भी होते हैं। उनके फल, बीज, और पत्तियाँ खाद्य के रूप में उपयोग किए जाते हैं।
- सामाजिक महत्व:** वृक्षों के आसपास कई सामाजिक गतिविधियाँ

होती हैं, जैसे कि सामुदायिक बैठकें, त्योहार, और अन्य सामाजिक समारोह। वे समुदाय के जीवन का एक अभिन्न हिस्सा होते हैं। इस प्रकार, वृक्ष आदिवासी जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा होते हैं, जो हमारी आजीविका, संस्कृति, और पर्यावरणीय संतुलन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।



वागड़ रेडियो 90.8 FM वागधारा, कुपड़ा

अधिक जानकारी के लिये सम्पर्क करें- वागड़ रेडियो 90.8 FM, मुकाम-पोस्ट कुपड़ा, वागधारा केम्पस, बाँसवाड़ा (राज.) 327001 फोन नम्बर है - 9460051234 ई-मेल आईडी - radlo@vaagdhara.org

यह "वार्ता वागधारा नी" केवल आंतरिक प्रसारण है।

..... | संकलन एवं सहयोग : जागृती भट्ट, बाबुलाल चौधरी |

