



प्यारे किसान भाइयों बहनो, प्यारे बच्चों, स्वयं सेवक, संगठन पदाधिकारी तथा स्वराज साथियों जय गुरु !

आज की तेजी से बदलती दुनिया में शहरीकरण और बुनियादी ढाँचे की बढ़ती मांग उन सभी प्राकृतिक संसाधनों का शोषण कर रही है, जिन्हें हमारे आदिवासी एवं कृषक समुदाय ने सदियों से संरक्षित किया है। इस अव्यवस्थित दोहन से स्थानीय समुदायों का आर्थिक, सामाजिक और राजनीतिक विकास बाधित हो रहा है। संसाधनों एवं ऊर्जा की आवश्यकताओं को लेकर वैश्विक प्रयासों के बीच जल, जंगल, वनस्पति, बीज, पर्वत, खदानें जैसे प्राकृतिक संसाधनों से संपन्न आदिवासी क्षेत्रों में समुदायों की चक्रीय जीवनशैली को पुनर्जीवित करते हुए उनकी आकांक्षाओं को पूर्ण करने की दिशा में प्रयास करना महत्वपूर्ण है।

इस संदर्भ में वाग्धारा संस्था द्वारा दिनांक 16 से 20 नवम्बर 2024 तक स्वराज आधारित आदिवासी पारम्परिक चक्रीय जीवनशैली से जलवायु पारिस्थितिकी में कृषि, पोषण, एवं ऊर्जा संरक्षण के स्थानीय उपाय आधारित जागरूकता हेतु संवाद स्थापित करने के प्रमुख उद्देश्य से स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा - 2024 का आयोजन किया गया। पद यात्रा के दौरान इन मुद्दों पर पर्यावरणीय संरक्षण सम्बंधित समुदाय के पारम्परिक प्रयासों के महत्व को पहचानना एवं नयी पीढ़ी के बीच उनकी जागरूकता बढ़ाने का प्रयास किया गया। इस दौरान यह भी चर्चा की गयी कि कैसे इन परम्पराओं में जीवन मूल्य और आत्मनिर्भर सोच वर्तमान समय में भी प्रासंगिक है, और इन्हें सहेज कर स्वराज की संकल्पना को साकार किया जा सकता है। हम अपने पारंपरिक जल प्रबंधन तकनीकों, जैसे जलाशयों का पुनर्निर्माण और वर्षा जल संचयन को बचाकर रखते हुए आये हैं (ये वही विधियाँ हैं जो पीढ़ियों से हमारी ज़रूरतों को पूरा करती आई हैं)। जिसमें तालाबों और कुओं को जल संरक्षण के लिए फिर से सक्रिय करने, जल स्रोतों की सामूहिक देखरेख और जल शुद्धिकरण के पारंपरिक तरीकों को अपनाये जाने वाली स्वराज आधारित जीवनशैली में समाहित प्रथाएँ हैं जो आज भी हमारे जीवन का अहम हिस्सा हैं।

हमारे पूर्वजों का ज्ञान और चक्रीय जीवनशैली न केवल प्रकृति के संतुलन को बनाए रखती थी, बल्कि यह आने वाले समय में भी एक स्थिर और विकसित समाज की नींव भी रखती हैं। यह स्वराज संदेश संवाद पद यात्रा हमारे जल, जंगल, जमीन, जानवर और बीज के महत्त्व को रेखांकित करते हुए "हमारी संस्कृति को पुनः स्थापित करने के लिए हमें अपनी परंपरागत कृषि प्रणालियों को फिर से अपनाने का महत्वपूर्ण संदेश देती है।" हमें स्वदेशी बीजों को संरक्षित करने और मिश्रित खेती के माध्यम से हम सबकी भोजन थाली में विविधता लाना ज़रूरी है। इसी के साथ हांगडी खेती के माध्यम से मिश्रित कृषि के लाभों को विस्तार से समझाना होगा। यह खेती का एक पारंपरिक तरीका है, जिसमें कई प्रकार की फसलों की संयुक्त खेती की जाती है, जो न केवल पोषण सुनिश्चित करती है, बल्कि पर्यावरण के लिए भी अनुकूल होती है।

इसी प्रकार हमें स्वराज संदेश संवाद पद यात्रा को निरंतर आगे बढ़ाते हुए घरेलू तथा समुदाय के स्तर पर विभिन्न कार्यों में किस-किस प्रकार की ऊर्जा का उपयोग किया जाता है उस पर भी विस्तृत संवाद करने की ज़रूरत है। ऊर्जा के अन्य स्रोतों जैसे पवन ऊर्जा, बायो-गैस, सौर ऊर्जा, मानव ऊर्जा सहित सभी स्रोतों का सही और सतत उपयोग न केवल ऊर्जा संकट को हल करने में मदद करता है बल्कि यह समुदाय को आत्मनिर्भर बनाने, हरियाली बढ़ाने और उनके जीवन स्तर में सुधार भी लाने में कारगर है।

मेरा आप सभी से आग्रह है कि स्वराज कि संकल्पना को साकार करने के लिए आयोजित इस स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा के उद्देश्यों को जन-जन तक पहुंचाने में भागीदारी निभाकर समाज के प्रति अपने दायित्व का निर्वहन जरूर करें।

धन्यवाद

जय- गुरु, जय- स्वराज !!!

आपका अपना  
जयेश जोशी

नंगल है आदिवासी की पहचान, इसे बचाने में करो श्रमदान।  
वोभासे नल का करो संरक्षण हिम्मा खेती से स्वराज संवर्धन।

## समुदाय में आपसी संवाद का असर

स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा में आदिवासी समुदाय अपनी परंपराओं और ज्ञान का उपयोग करके न केवल पर्यावरण की रक्षा कर सकते हैं, बल्कि स्वच्छ ऊर्जा के विकल्पों की ओर भी बढ़ सकते हैं। इस प्रक्रिया में अपनी पारंपरिक जीवनशैली और आधुनिक आवश्यकताओं के बीच संतुलन बनाए रखने का मार्गदर्शन मिला है। इसके अतिरिक्त, समस्त समुदायों को यह समझाना भी महत्वपूर्ण है कि वे अपनी आवाज को नीति निर्माण प्रक्रियाओं में शामिल करने के लिए कैसे सशक्त बन सकते हैं, ताकि पर्यावरणीय मुद्दों और ऊर्जा संसाधनों पर उनके विचारों का सम्मान किया जाए और उनकी भागीदारी सुनिश्चित की जाए।

पदयात्रा के दौरान संवाद का उद्देश्य न केवल आदिवासी समाज को उनके पर्यावरणीय अधिकारों के प्रति जागरूक करना है, बल्कि एक समग्र कृषिकोण से यह संदेश देना है कि कैसे प्रकृति और ऊर्जा के साथ सामंजस्यपूर्ण जीवन जीने से हम अपने समाज और पर्यावरण की रक्षा कर सकते हैं।

आज से ही एक नियम बनाओ, बूंद बूंद पानी व पीढ़ी बचाओ।



## स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा -2024

### पर्यावरण अनुकूल कृषि प्रणाली, ऊर्जा स्वराज एवं चक्रीय जीवनशैली पर आधारित संवाद

जल संरक्षण मेरा सपना, खुशहाल हो गाँव अपना।

मृदा को प्रदूषण से बचाना है, मानव जीवन को स्वस्थ बनाना है।

प्रकृति का मत करो शोषण, यह कर्ता है हमारा पोषण।

जन-जन तक पहुंचे संदेश, स्वस्थ सुरक्षित हो अपना देश।

प्राकृतिक संसाधनों के अनुचित एवं अत्यधिक दोहन से समुदाय के विकास में आ रही बाधाओं और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के लिए स्थानीय समाधान खोजने पर संवाद के उद्देश्य से स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा का आयोजन 16 नवंबर से 20 नवंबर 2024 तक कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन सहयोग इकाई माही, माही मध्यप्रदेश, मानगढ़ और हिरन इकाई में सफलतापूर्वक किया गया।

आदिवासी व कृषक समुदाय ने सदियों से आज तक प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण व संवर्धन किया है तथा जीवन मूल्यों को समाज के लिए जीवित रखा है। आज के बदलते युग में परंपरागत प्रथाओं को भुलाकर बाजार पर निर्भरता की वजह से उत्पन्न जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों से सभी लोग जूझ रहे हैं। इन चुनौतियों के समाधान प्रौद्योगिकी में नहीं, बल्कि स्वराज आधारित चक्रीय जीवनशैली की जलवायु-संवेदनशील वृत्ताकारजीवन-प्रथाओं में निहित हैं इसीलिए समुदाय की सच्ची और अच्छी पद्धतियों को समुदाय तथा समस्त लोगों तक तक पहुंचाने की आवश्यकता है।

इस यात्रा का नेतृत्व आदिवासी और कृषक समुदायों द्वारा किया गया। संवाद कार्यक्रम, समूह कार्य तथा चौपाल जैसे विभिन्न आयोजनों में महिला एवं पुरुषों की बराबर भागीदारी रही जहाँ समुदाय के साथ हुई बैठकों में विभिन्न स्रोतों द्वारा प्राप्त ऊर्जा, उनके महत्त्व तथा चक्रीय जीवनशैली को लेकर संवाद किया गया।

जल, जंगल, जमीन, जानवर और ये जीवन अपना, इनको उन्नत करके होगा सुखी गाँव अब अपना।

## कृषि एवं आदिवासी स्वराज समागम 2024

घर घर ऊर्जा का स्वराज, गाँव में खुशहाली का राज

पारंपरिक ज्ञान एवं स्थानीय आदान वही है चक्रीय जीवन का आधार

ऊर्जा और पारिस्थितिकी सम्भ्रता

ऊर्जा और पारिस्थितिकी सम्भ्रता

स्वास्थ्य पुनरावृत्ति के लिए नीति सार्वजनिक कार्य

समुदाय का स्थानीय स्तर पर विकसित नेतृत्व

स्वराज की परिकल्पना का बरतना

चक्रीय जीवनशैली

## यात्रा के दौरान विभिन्न आयोजन

जल, जंगल, जमीन, जानवर और ये जीवन अपना, इनको उन्नत करके होगा सुखी गाँव अब अपना।

- आदिवासी समुदाय की समृद्ध परंपराओं, रीति-रिवाजों, सांस्कृतिक धरोहर, क्षेत्रीय प्राकृतिक संसाधनों के महत्त्व पर संवाद करना और इनको सहेजने व संरक्षित रखने के संदेश को जन-जन तक संचार करना।
- समुदाय के साथ ऊर्जा के विभिन्न स्रोत, सतत कृषि-पर्यावरणीय कृषिकोण और चक्रीय जीवनशैली से जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के स्थानीय समाधान पर विचार विमर्श कर आगे की रणनीति तैयार करना।
- जीवन मूल्य, स्वराज की विचारधारा, और इसकी वर्तमान परिप्रेक्ष्य में प्रासंगिकता को समुदाय के सदस्यों के साथ मिलकर चर्चा करना।
- प्रकृति के साथ सामंजस्य और सामूहिक सहयोग की प्रेरणा हेतु स्वैच्छिक एवं सांकेतिक योगदान (खेत से एक मुठ्ठी मिट्टी, एक मुठ्ठी अनाज और एक सिक्का) करना।
- यात्रा के दौरान औषधीय पौधे एवं अन्य जैव-विविधता की पहचान करना।
- राष्ट्र विश्राम के दौरान संवाद एवं सांस्कृतिक आयोजन।

## समाधान :

- जलवायु परिवर्तन और ऊर्जा से जुड़ी चुनौतियों के समाधान के लिए आदिवासी समुदायों की पारंपरिक कृषि-पर्यावरणीय प्रथाएँ टिकाऊ और समतामूलक विकास में सहायक हो सकती हैं।
- जलवायु संवेदनशील कृषि में निवेश और ग्रामीण व आदिवासी समुदायों के लिए टिकाऊ, विकेन्द्रीकृत नवीकरणीय ऊर्जा समाधानों को बढ़ावा देना आवश्यक है, जिससे वे बदलते जलवायु के प्रभावों को कम कर सकें।

## यात्रा का मार्ग

हमको पढ़ने दो आगे बढ़ने दो, प्यारे सपनों को गढ़ने दो।

सच्चा बचपन नी वाते सोरा ने बरशावे शिदादा, पोषण ने हाते हक अलावे।

यह स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा दिनांक 16 नवम्बर 2024 से राजस्थान, मध्य प्रदेश और गुजरात राज्य के चार अलग-अलग क्षेत्रों में एक साथ प्रारम्भ होकर 200 से अधिक गांवों से होते हुए अपने गंतव्य स्थान पर पहुंची, जिसमें महिला - पुरुष कि बराबर भागीदारी के साथ 7000 से अधिक स्वराजी पदयात्रा का नेतृत्व करते हुए स्वराज के विचारों को समुदाय के साथ संवाद किया गया। गाँवों में समुदाय को जोड़ने के लिए कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन, माही महिला किसान मंच, ग्राम स्वराज समूह, सक्षम समूह, बाल स्वराज समूह के साथ ही समुदाय के सदस्यों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

पारंपरिक ज्ञान एवं स्थानीय आदान, यही है चक्रीय जीवन का आधार।

## आवश्यकता :

- ऊर्जा और पारिस्थितिकी सम्भ्रता के लिए/ आवश्यक है।
- संपूर्ण भारत के अन्य क्षेत्र के समुदाय, संस्थाएँ, सरकार, एवं अन्य हितधारकों के साथ कृषि-पर्यावरणीय प्रथाएँ संवाद स्थापित करना।
- समुदाय का स्थानीय स्तर पर नेतृत्व क्षमता को उभारना।
- इन प्रयासों को व्यापक स्तर पर पुनरावृत्ति के लिए समुदाय-निर्देशित सीख को प्रभावशाली नीति सम्बंधित कार्यवाहियों में बदलना।



## स्वस्थ आहार, आत्मनिर्भर परिवार - खाद्य और पोषण स्वराज



### पोषण बढ़ाने के तरीके

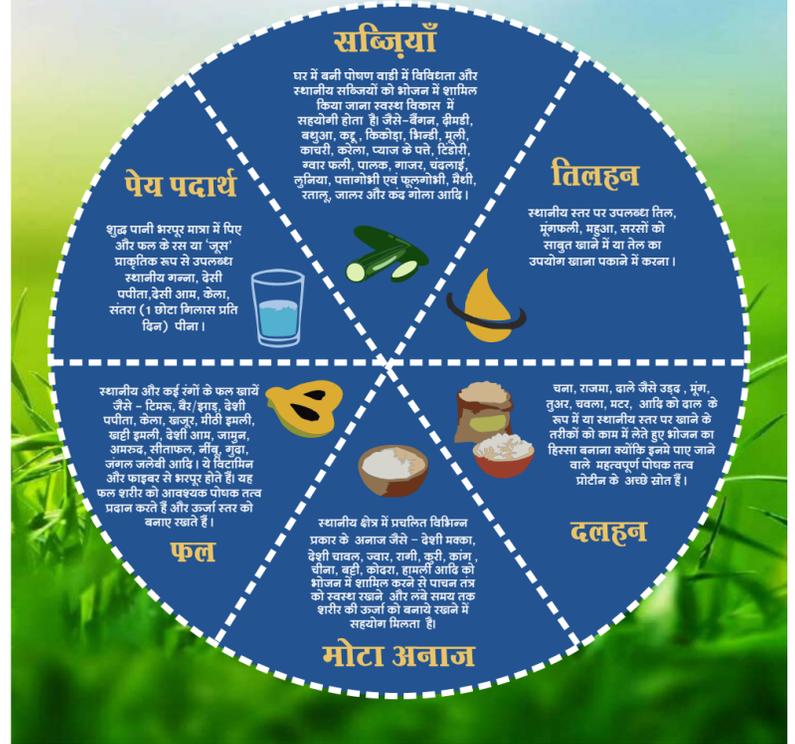
स्वराज संदेश सवांद पद यात्रा में आदिवासी समुदाय के साथ प्रमुख उद्देश्यों को लेकर यात्रा की इस दौरान पारंपरिक खेती और खाद्य पदार्थों को अपनाकर स्वस्था जीवनशैली की ओर कदम बढ़ाएं एवं आने वाली पीढ़ियों के लिए आदर्श बनें और स्वयं जागरूक बनें एवं अपने बच्चों को भी परंपरागत भोजन की महत्ता के बारे में, भोजन के लिए बाजार पर निर्भरता को खत्म करें ! इसी संकल्प को ध्यान में रखते हुए समुदाय के साथ ग्राम चोपाल, बैठको के माध्यम से सवांद स्थापित किया गया।



- ▶ जैविक खाद कम्पोस्ट और वर्मी कम्पोस्ट का उपयोग कर मिट्टी की पोषकता बढ़ाये।
- ▶ गाँव के प्रत्येक घर में कम से कम 5 फलदार पौधे जैसे आम, जामफल, जामुन, टिमरू, पपीता, बेर, सीताफल, शहतूत लगाये।
- ▶ प्रत्येक घर की पोषण वाड़ी में 8-10 प्रकार की स्थानीय सब्जियाँ जैसे- बैंगन, दहीमडी, बथुआ, कद्दू, गिलकी, आलू, तोरई, टिंडा, ग्वारफली, किकोड़ा, काचरी, टिंडोरी, चंदलाई, लुनिया, मैथी, पालक, मूली- गाजर, रतालू, झालर और कंद गोला आदि लगाये।
- ▶ पशुपालन को पेड़ों के साथ संयोजित करके पशुओं को छाया और चारे की उपलब्धता बढ़ती है। यह प्राकृतिक उर्वरक (जैसे गोबर) प्रदान करता है।
- ▶ स्थानीय और पोषण से भरपूर मोटे अनाज जैसे मक्का, ज्वार, रागी, कांग, चावल, कोदरा, बाजरा आदि को अपने परिवार की थाली का हिस्सा बनाएं।
- ▶ स्थानीय जलवायु के अनुसार अनुकूलित और जैव विविधता को बनाए रखने में सहायक देशी बीजों का उपयोग कृषि में बढ़ाएं। खरीफ/जायद में मूंग की खेती करें।
- ▶ आदिवासी क्षेत्र में उपलब्ध पोषण और औषधीय गुण वाले कंदमूल और जड़ी-बूटियों का सेवन बढ़ाएं।

## पोषण थाली

“जै खाऊ है, इ उगाऊ है”  
“जो हम उगाएँ, वही खाएँ”



## जल स्वराज !

कृषि में सिंचाई की बेहतर तकनीकों और वर्षा जल संचयन प्रणालियों को अपनाने से जल बचाव होगा और गर्मी के महीनों में बाहरी जल स्रोतों पर निर्भरता को कम किया जा सकता है। आइए जल को बचाने और बढ़ाने के नीचे दिए गए तरीके अपनाकर जल स्वराज बनें !

- ▶ **नालियाँ बनाकर सिंचाई करना**- नालियाँ जल को सोख लेती हैं और अधिक समय तक जमीन में नमी बनाये रखती हैं। बारिश में जल की निकासी का एक प्राकृतिक माध्यम भी होती है, जिससे खेत में जल भराव नहीं होता।
- ▶ **बूँद बूँद सिंचाई करना**- इस पद्धति से फसल की आवश्यकतानुसार सिंचाई बहुत कम पानी में की जा सकती है और पानी का सीमित उपयोग एवं बचत करना आसान हो जाता है।
- ▶ **मिट्टी को पोषण से भरपूर बनाना**- प्राकृतिक हरी एवं गोबर खाद से अपने खेत की मिट्टी को पोषण से भरपूर और स्वस्था बनाये, इस तरह की मिट्टी में जल अधिक समय तक बना रहता है, जिससे सिंचाई में पानी की बचत होती है।
- ▶ **कम पानी में पकने वाली फसलों का चुनाव**- खेत प्रबंधन तकनीकों का उपयोग करके, खेतों की नमी और जल उपलब्धता अनुसार फसल का चयन करें, जिससे कम पानी का उपयोग हो और फसलों का उत्पादन बढ़े।
- ▶ **मूल्य वर्धित जल प्रबंधन**- जल को उपलब्ध माध्यम से प्रबंधित करें और पुनःचक्रण तकनीकों जैसे-रसोई से निकले और बर्तन धोने के पानी का पोषण वाड़ी में उपयोग करना आदि।
- ▶ **मेडबंदी**- वर्षा जल के बहाव और मिट्टी के कटाव को नियंत्रित करने के लिए खेतों की मेडबंदी करें ऐसा करने से खेत की नमी और मिट्टी की उर्वरकता बढ़ती है, और सिंचाई में जल की बचत भी होती है।

## बुनियादी शिक्षा

स्थानीय संपदा के साथ आदिवासी बाल समुदाय का विकास..



विषय	समुदाय से आग्रह	सरकार से आग्रह
<b>शिक्षा का माध्यम मातृभाषा</b> - विद्यालय में आकर बच्चा अपनापन महसूस करे, जिज्ञासु और सीखने की ओर स्वप्रेरित बच्चा आनंद के साथ सीखने की प्रक्रियाओं का हिस्सा बन सके।	<ul style="list-style-type: none"> <li>विद्यालय से घर आने पर बच्चों की बातों को और विद्यालय में सीखकर आये कहानियों, गीतों को सुनना और बच्चों के साथ गुनगुनाते हुए सीखने को प्रेरित करना।</li> <li>नियमित रूप से विद्यालय में शिक्षकों के साथ संपर्क में रहना और अपने बच्चों की प्रगति की चर्चा करना।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>नई शिक्षा नीति 2020 और शिक्षाकर्म के आधार पर सीखने की प्रक्रियाओं के दौरान स्थानीय मातृभाषा के उपयोग को शामिल करना।</li> <li>क्षेत्रीय ज्ञानधर्म जैसे-स्थानीय मातृभाषा के लोकगीत, कहानियाँ, खेल, गतिविधि और कला को सीखने के अवसर होना।</li> </ul>
<b>स्थानीय हस्तशिल्प</b> - बुनाई, धातु कार्य, मिट्टी के बर्तन, कताई, भोजन, कृषि आधारित पारम्परिक कार्यों, पशुपालन का शिक्षण में एकीकरण हो सके।	<ul style="list-style-type: none"> <li>बच्चों को नियमित रूप से विद्यालय भेजना।</li> <li>घर पर पोषण बगिया को स्थापित करने में बच्चों को सहयोगी के रूप में प्रेरित करना जैसे-उत्पादित सामग्री को मापना, पानी और खाद का प्रबंधन करना, मौसम से बचाव के तरीके आदि सीखना।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>विद्यालय में शिक्षाक के मार्गदर्शन में स्थानीय सब्जियों और फलों की पोषण बगिया स्थापित करना, उत्पादित खाद्य सामग्री को मिड डे मील का हिस्सा बनाना और बीजों को संरक्षित करना।</li> <li>कक्षा में 25 बच्चों पर एक शिक्षाक की नियुक्ति सुनिश्चित करना।</li> </ul>
<b>स्थानीय जलवायु परिवर्तन समाधान</b> - प्रकृति के साथ जुड़कर शैक्षणिक गतिविधियों के आयोजन से बच्चों की सक्रिय भागीदारी बढ़ेगी।	<ul style="list-style-type: none"> <li>समुदाय आधारित संगठन, जन संगठन और विद्यालय प्रबंधन समिति के साथ मिलकर विद्यालय और बच्चों के विकास को सुनिश्चित करना।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>एक स्थानीय शिक्षाक की नियुक्ति क्षेत्र के प्रत्येक विद्यालय में सुनिश्चित करना।</li> <li>हरित कौशल को बढ़ावा देने, स्थानीय जलवायु परिवर्तन के समाधान के लिए क्षेत्रीय युवाओं को शिक्षा योजना निर्माण और निर्णय लेने के अवसर मिलना।</li> <li>शिक्षकों के लिए जलवायु-अनुकूल प्रथाओं और आपातकालीन तैयारियों के बारे में शिक्षाक प्रशिक्षण का आयोजन करना।</li> </ul>

उपरोक्त सभी तरह के घटकों को शामिल किये जाने से बच्चों का नामांकन और विद्यालय में ठहराव सुनिश्चित होने की सम्भावना बढ़ती है।

समुदाय आधारित संगठन (बाल स्वराज समूह, ग्राम स्वराज समूह और सक्षम समूह) के सदस्यों को अपने गाँव के विद्यालय में बुनियादी शिक्षा को सुनिश्चित किये जाने की जिम्मेदारी लेना आवश्यक है।

## पारंपरिक जड़ी बूटियों का उपयोग ! स्वाभाविक रूप से स्वास्थ्य का आनंद !

- ▶ **बुस्वार**
  - धतूरे के पत्तेरूसस की 5-6 बूँद दही में मिलाकर दिन में 1 से 2 बार सेवन करना।
  - नीम की पत्तियों का रस - सुबह-शाम एक कप।
  - ककड़ वाला नमक - पेर के निचले हिस्से पर लगाएं।
  - गिलोय की टहनी - पीसकर एक गिलास पिलाएं।
- ▶ **स्वांसी**
  - 2 ग्राम काली मिर्च के चूर्ण को देशी घी, शहद और मिश्री में मिलाकर चाटना।
  - छोटी इलायची के 5 ग्राम दानों को धुनकर चूर्ण तैयार करना और इसको एक चम्मच शहद या देशी घी में मिलाकर सुबह-शाम चाटना।
  - वाकस जड़ का काढ़ा तैयार करना और डेढ़ से दो चम्मच दिन में 2-3 बार 3-4 दिन तक देने से बच्चों की खांसी में आराम मिलेगा।
- ▶ **बिचू का डंक**
  - सफेद आक का दूध - डंक लगे स्थान पर लगाएं।
  - धतूरे के पत्ते- लुगदी को दंश के स्थान पर रखना।
  - देशी प्याज का रस - डंक वाले स्थान पर लगाएं।
  - ये उपाय दर्द को कम करने में सहायक हैं।
- ▶ **छात्री माता के लिए दूध बढ़ाना**
  - मेथी के दानों का हलवा बनाकर खाना।
  - बिदारी कंद और शतावरी चूर्ण बराबर मात्रा में में मिलाकर एक चम्मच दिन में 3 बार दूध के साथ लेना।
  - 5-10 ग्राम शतावरी जड़ का चूर्ण रात को सोने से पहले दूध के साथ लेना।
- ▶ **फोड़े-फुंसी**
  - बैंगन को गरम राख में धुनकर, पीसकर हल्दी मिलाकर सुहाता-सुहाता बांधना।
  - गिलकी के पत्तों के रस में गुड़, चूना एवं सिन्दूर मिलाकर लेप करना किकोड़ा की जड़ को पानी के साथ पीसकर लेप करना।
- ▶ **दस्त रोग**
  - बदला-बरगद की छाल को पानी में पीसकर, छानकर पिलाना।
  - बोविलिया बबूल की 8-10 पत्तियों का रस पिलाना।
  - लाल गुलमोहर के तने की छाल का चूर्ण 1-2 ग्राम पानी के साथ सेवन करना।

## आदिवासी अंचल में स्वराज सन्देश, संवाद पदयात्रा में पर्यावरण, ऊर्जा और प्रकृति की ताकत पर संवाद

स्वराज संदेश सवांद पद यात्रा के दौरान समुदाय के साथ सवांद स्थापित हुआ | इस दौरान अलग-अलग गाँवों में समुदाय के साथ बैठके व रात्रि चोपालो का आयोजन सभी यात्रा मार्गों पर किया गया जिसमे-



### उन्नत बकरी पालन के सूत्र

**स्वास्थ्य एवं स्वच्छता प्रबंधन-**  
टीकाकरण करवाना, आवास को नियमित रूप से साफ करना और मल-मूत्र को उचित तरीके से निष्पादित नहीं करना, उनकी उत्पादकता और जीवनकाल को प्रभावित करता है।

**मौसम अनुसार आवास प्रबंधन-**  
सुरक्षित, आरामदायक वातावरण, हवा और प्रकाश की उचित व्यवस्था के साथ आवास हो ताकि वे स्वस्थ और सुरक्षित रह सकें।

**क्षेत्र अनुसार चयन-**  
सीनीय जलवायु और वातावरण को ध्यान में रखते हुए नरल का चयन करना।

**आहार एवं पोषण प्रबंधन-**  
बकरियों की प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, खनिज, और विटामिन की उचित मात्रा को पूरा करने के लिए उनके आहार में हरा चारा, सूखा चारा, और खनिज मिश्रण शामिल करना।

**प्रजनन प्रबंधन-**  
प्रजनन के लिए स्वस्थ नर (सिरोही) और मादा का चयन और प्रजनन के समय का भी ध्यान रखना आवश्यक है।

**खरीदना और बेचना-**  
बकरियों/बकरा के उत्पाद जैसे दूध, मांस, और खाल के लिए स्थानीय हाट के साथ-साथ अन्य बाजारों से भी खरीदने और बेचने का कार्य किया जाना चाहिये (बकरों को वजन अनुसार बेचना चाहिये, जिससे ज्यादा लाभ मिले)

## बहुउद्देश्य वृक्षारोपण के फायदे

खेत में फसलों के साथ या मेड़ पर बहुउद्देश्यीय पेड़-पौधे, जैसे फलदार पेड़-पौधे, औषधीय पेड़-पौधे, इमारती पेड़-पौधे और पशु चारा/पाला देने वाले पेड़-पौधे एक साथ, एक ही क्षेत्र में उगाना और साथ ही पशुपालन करने से कृषि उत्पादकता को बढ़ावा मिलता है। पेड़ कार्बन डाइऑक्साइड को अवशोषित करने के साथ हानिकारक नैसों के प्रभाव को कम करने और पर्यावरणीय स्थिरता बनाये रखने में सहायक होते हैं। किसानों और नीति-निर्माताओं को बहु-उद्देश्यीय वृक्षारोपण अपनाकर टिकाऊ विकास और पर्यावरण संरक्षण में योगदान देने की आवश्यकता है।

- विविध फसल उत्पादन -** किसानों द्वारा एक ही क्षेत्र में विविध प्रकार की फसलें उगाकर अधिक उत्पादन प्राप्त किया जा सकता है।
- वृक्षारोपण एवं पशुपालन -** बड़ी संख्या में पेड़ों के होने से पशुओं को छाया और चारा मिलना संभव होगा और प्राकृतिक खाद बड़ी मात्रा में प्राप्त हो सकता है।
- कृषि पारिस्थितिकी तंत्र सुधार -** मिट्टी के उपजाऊपन में वृद्धि, जल और मिट्टी के संरक्षण से सूखा पड़ना या बाढ़ को नियंत्रित करना आदि संभव हो सकता है।
- संरक्षण और पुनर्वास -** भू-क्षरण रोकने और जंगलों के पुनर्स्थापन में सहायक।
- आर्थिक लाभ -** फलदार, औषधीय और इमारती लकड़ी जैसे पेड़ों से आय में वृद्धि।

## खेत की मिट्टी में सुधार कर जलवायु के दुष्प्रभावों को कम करें।

- मिट्टी में हरी खाद, केंचुआ खाद, कम्पोस्ट खाद का ज्यादा से ज्यादा उपयोग करने से मिट्टी उपजाऊ होकर अधिक मात्रा में जल को सोखती है जो सूखे से लड़ने में सहायक होता है।
- दलाने वाले खेतों में, ढाल के विपरीत सीढ़ीनुमा संरचना बनाकर खेती करें, इससे मिट्टी का कटाव कम होता है, वर्षा जल का संचय बढ़ता है और लम्बे समय तक नमी बनी रहती है।
- मृदा परीक्षण कराये और उसके अनुसार पोषक तत्वों का उपयोग करें। मृदा में समुचित मात्रा में पोषक तत्व होने से फसल उत्पादन में वृद्धि होती है।
- हांगडी खेती/मिश्रित खेती पद्धति को अपनाने से मिट्टी के पोषक तत्वों की मांग संतुलित रहती है, मिट्टी में सूक्ष्मजीवों की विविधता बढ़ती है, और फसल में बीमारियों का प्रकोप कम होता है। यह जलवायु परिवर्तन के कारण उत्पन्न जोखिमों को भी कम करता है।
- परंपरागत खेती के साथ कृषि वानिकी, पशुपालन करना यह जलवायु परिवर्तन के कारण उत्पन्न जोखिमों को कम करता है और आय में वृद्धि करता है।
- जलवायु परिवर्तन के कारण सूखा और अनिश्चित वर्षा हो रही है, इसलिए जल बचत करने वाली सिंचाई पद्धतियों जैसे टपक सिंचाई, फव्वारा सिंचाई आदि अपनाकर मिट्टी की नमी बनाए रखें।

## स्थानीय स्तर पर उपलब्ध जैविक खाद को अपनाएं अपनी मिट्टी को स्वस्थ बनायें

**बाजार के उत्पादों पर अपनी निर्भरता को कम करें :**

**खेत तैयार करते समय :**

- मिट्टी के कटाव को नियंत्रित करें।
- खेत की कम गहरी जुताई करें।
- भारी मशीनों का उपयोग नहीं करें।

**मिट्टी को ढँक कर रखें :**

- मिट्टी को विभिन्न जैविक तरीके जैसे घास, पत्तों आदि से ढँके

**सिंचाई करते समय :**

- उन्नत सिंचाई साधन जैसे टपक सिंचाई, फव्वारा सिंचाई का प्रयोग करें।
- सिंचाई करते समय क्यारी/नाली बनाकर सिंचाई करने से जल की बचत होती है।

**बीज और फसल चक्र का चुनाव करते समय :**

- जैसी मिट्टी वैसी फसल... मिट्टी के अनुसार फसल का चयन करें
- हमेशा फसल चक्र अपनाएं
- हांगडी खेती (मिश्रित फसल) लगायें

**कृषिगत कार्य करते समय :**

- खेत में प्राकृतिक कीट नियंत्रकों का उपयोग करें फसल में पोषक तत्वों का उचित प्रबंधन करें।
- मेड़बंदी, खंती निर्माण और पेड़ लगाकर नियंत्रित मिट्टी के कटाव को रोके।
- हमेशा घर का बीज, घर की दवा, घर की खाद का ही प्रयोग करें।

## जलवायु परिवर्तन के प्रभाव को कम करने में सक्षम देशी प्रजातीय बीज :

जलवायु परिवर्तन के कारण वर्तमान में मौसम अनिश्चित हो गया है, जिससे कृषि, जल संसाधन, और जैव विविधता पर नकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है। तापमान में वृद्धि, असामान्य वर्षा, बाढ़ और सूखे की घटनाएं बढ़ रही हैं, जिससे फसलों की उपज घट रही है, रोग और कीट का प्रकोप बढ़ रहा है, और किसानों की आजीविका पर संकट मंडरा रहा है।

देशी प्रजातीय बीज इन समस्याओं से लड़ने में सहायक हो सकते हैं। लंबे समय से प्राकृतिक परिस्थितियों में उगाए जाने के कारण ये बीज स्थानीय मिट्टी, जलवायु और पर्यावरण के प्रति अधिक अनुकूल होते हैं। इनके कुछ विशेष लाभ हैं :-

- प्राकृतिक सहनशक्ति - देशी बीज सूखा, असामान्य वर्षा और तापमान वृद्धि जैसी चुनौतियों के प्रति अधिक सहनशील होते हैं।
- जैव विविधता में योगदान - इन बीजों के उपयोग से खेतों में जैव विविधता बनी रहती है, जिससे मिट्टी की गुणवत्ता बढ़ती है और कीट-पतंगों का प्राकृतिक नियंत्रण होता है।
- रासायनिक उपयोग में कमी - देशी बीजों की खेती में रासायनिक उर्वरकों की आवश्यकता कम होती है, जिससे पर्यावरण का संतुलन बना रहता है।
- पोषण की गुणवत्ता - इनसे उपजने वाली फसलें अधिक पोषिक होती हैं और स्थानीय जरूरतों को पूरा करती हैं।
- आर्थिक लाभ - स्थानीय बीजों का उपयोग किसानों की आय को बढ़ाता है और कम लागत पर उगाए जा सकते हैं।

बिन्दु	देशी बीज
परिभाषा	प्राकृतिक रूप से स्थानीय जलवायु के अनुरूप
प्रजनन क्षमता	हर साल पुनः उपयोग, अपने मूल गुणों को बनाए रखते हैं
उपज	पोषण से भरपूर, स्वास्थ्य के लिए अधिक लाभकारी
रासायनिक जरूरत	जैविक खेती के लिए उपयुक्त, कम रासायनिक जरूरत
जलवायु अनुकूलता	स्थानीय जलवायु के अनुकूल, अधिक सहनशील
लागत और लाभ	सस्ते और स्थानीय रूप से सुरक्षित रखा जा सकते हैं
जैव विविधता पर लाभ	जैव विविधता बनाए रखने में सहायक

देशी बीजों का चयन पारंपरिक कृषि प्रणाली को बनाए रखने और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के लिए एक उत्कृष्ट विकल्प है। इस प्रकार सवांद करते हुए स्वराज सन्देश सवांद पद यात्रा का समापन स्वराज समागम के साथ सम्पन्न हुआ।

## सामूहिक प्रयास, नवजात शिशु का स्वस्थ विकास




### समुदाय से आग्रह

**माता-पिता से आग्रह**

- माँ बनने के बाद माता का शरीर और मन कई परिवर्तनों से गुजरता है, जैसे- हार्मोन का बदलाव, थकान, चिड़चिड़ापन आदि। प्रसव के कुछ समय बाद कई महिलाओं में अवसाद के लक्षण भी देखे जा सकते हैं बच्चे के पिता को इसके प्रति जागरूक रहकर धैर्य के साथ परिपक्व समर्थन की आवश्यकता है।
- प्रसव के बाद परम्परागत पौष्टिक भोजन और स्वास्थ्यवर्धक जड़ीबूटियों का सेवन और पर्याप्त आराम करना माता के लिए आवश्यक है। माता द्वारा आराम किये जाने के दौरान या रात में बच्चे को संभालना, बच्चे को दूध पिलाने या सुलाने में मदद करना आदि कार्य में पिता सक्रिय भूमिका निभाए।
- बच्चे के जन्म लेने के बाद के कुछ समय तक माता घर से बाहर नहीं जा पाती है उसका सामाजिक मेल-जोल कम हो जाता है। पिता स्वयं माता के साथ समय बिताये और परिवार के अन्य सदस्यों या मित्रों से मिलवाने की व्यवस्था करें।

**समुदाय से आग्रह**

- इस समय में माता का अतिस्वेदनशील होना, अवसाद या मानसिक असंतुलन की स्थिति में चले जाना सामान्य है लेकिन समुदाय के प्रोत्साहन से स्वास्थ्य विशेषज्ञ या मानसिक स्वास्थ्य केंद्र में जाना फायदेमंद हो सकता है।
- गाँव के बुजुर्गों (महिला पुरुष) द्वारा माता-पिता के साथ संवाद स्थापित करने से दोनों को बच्चे के पालन-पोषण करना सीखने में सहयोग प्राप्त हो सकेगा।
- समुदाय की बुजुर्ग और युवा महिलाएं समय-समय पर माता के साथ समय व्यतीत करें और अपने अनुभव साझा करें।

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



# कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन सहयोग इकाई माही, मानगढ़, माही मध्यप्रदेश, हिरन

## स्वराज संदेश संवाद

कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन सहयोग इकाई माही, मानगढ़, माही मध्यप्रदेश और हिरन इकाइयों द्वारा 16 नवम्बर से 20 नवम्बर 2024 तक स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा-2024 की शुरुआत करते हुए, यात्रा लगभग 200 से अधिक गाँवों से होते हुए अपने गन्तव्य स्थान पर पहुंची, इस दौरान सभी इकाइयों द्वारा तय स्थानों पर सामुदायिक बैठके, राजी चोपाल में आपसी संवाद करते हुए जल, जंगल, जमीन, जानवर, वनस्पति, बीज, पर्वत, खदानों जैसे प्राकृतिक संसाधनों से संपन्न आदिवासी क्षेत्रों एवं कृषक समुदायों की पारंपरिक चक्रीय जीवनशैली को पुनर्जीवित करने तथा स्वराज की अवधारणा को मजबूत करने के साथ पदयात्रा में गाँवों में स्वराज साथियों का समुदाय, स्वराज संगठन ग्राम स्वराज समूह, सक्षम समूह, बाल स्वराज समूह द्वारा जगह जगह आपसी संवाद किया। इस दौरान जन प्रतिनिधियों द्वारा आपसी संवाद के दौरान अलग-अलग स्थानों पर समुदाय, संगठनों के साथ संवाद किया। समुदाय को जोड़ने के लिए कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन, माही महिला किसान मंच, ग्राम स्वराज संगठन के सदस्य मुख्य भूमिका में रहे। संस्था विगत कई वर्षों से समुदाय के साथ मिलकर इस प्रकार की यात्रायें करती रही है। इससे पूर्व भी मानव का मानव के साथ और मानव का प्रकृति के साथ खोये हुए संवाद को पुनर्स्थापित करने, जल, जंगल, जमीन, पशु, बीज, खाद्य व पोषण स्वराज विषयों पर गहन चर्चा करने और स्वराज के संभावित मॉडल तलाशने के रूप में हुई।

### पर्यावरण अनुकूल कृषि प्रणाली, ऊर्जा तथा चक्रीय व्यवस्था पर हुआ संवाद :

स्वराज संदेश संवाद पद यात्रा में स्वदेशी समाधान को जन समुदाय के समक्ष उजागर करने के प्रयास किये जाते रहे हैं। इन्हीं प्रयासों के तहत वर्ष 2022 में बांसवाड़ा से जयपुर तक 500 किलोमीटर की स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा निकाली गयी थी, जिसमें सभी समुदायों के साथ उनकी श्रेष्ठ पद्धतियों को साझा किया गया था। इसी क्रम में आदिवासी एवं कृषक समुदायों की समृद्ध पारंपरिक प्रथाओं, उनके जलवायु पारिस्थितिकी से संबंधित कृषि, पोषण और ऊर्जा संरक्षण के उपायों को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से इस वर्ष भी स्वराज संदेश संवाद पदयात्रा शुरू की गयी। यात्रा के दौरान समुदायों के बीच पर्यावरणीय संरक्षण के पारंपरिक प्रयास, जीवन मूल्य और आत्मनिर्भरता की प्रासंगिक सोच को सहेज कर

नई पीढ़ी को इन परंपराओं से जुड़ने और उन्हें संरक्षित रखने के लिए प्रेरित किया गया। यात्रा से आदिवासी समुदाय की समृद्ध परंपराओं, रीति-रिवाजों, सांस्कृतिक धरोहर और क्षेत्रीय प्राकृतिक संसाधनों के महत्व पर संवाद स्थापित हुआ, साथ ही जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के लिए स्थानीय समाधान और रणनीतियां तैयार की गयी।

किसान समुदायों को जलवायु परिवर्तन के सन्दर्भ में स्वराज सतत विकास के महत्वपूर्ण घटक के रूप में बढ़ावा मिला तथा आयोजित संवादों एवं प्रत्येक गांव में समूह चर्चा तथा समूह कार्यों से समुदाय में पुनर्जीवित चक्रीय जीवनशैली, नवीकरण ऊर्जा तथा ऊर्जा के विभिन्न स्रोतों के प्रभाव को समझा। यात्रा के दौरान घरेलू एवं समुदाय स्तर पर उपयोग में आने वाली विभिन्न स्रोतों से प्राप्त ऊर्जा का अंकेक्षण एनर्जी ऑडिट किया गया। स्वराज आधारित जीवनशैली में समाहित प्रथाओं द्वारा किस प्रकार बीज संप्रभुता, मृदा संप्रभुता, खाद्य पोषण संप्रभुता, जल संप्रभुता और सांस्कृतिक संप्रभुता पाया जा सकता है इस पर संवाद कायम किया गया। स्वराज की प्राप्ति के लिए जल-जंगल-जमीन-जानवर बीज को बचाकर परंपरागत कृषि प्रणालियों को पुनः व्यवहार में लाने, हांगडी खेती के माध्यम से मिश्रित खेती भोजन थाली में विविधता लाकर उसमें पोषण सुनिश्चित, स्वदेशी बीज को संरक्षित करने एवं सहजने, समुदाय प्रचलित पद्धतियों के माध्यम से, स्थानीय स्तर पर जल संरक्षण और जल स्रोतों के पुनर्भरण के तरीकों, स्थानीय स्तर पर ऊर्जा दक्षता की अवधारणा, वर्तमान स्थिति और सुधार के लिए सौर-ऊर्जा और बायोगैस के अन्य लाभों एवं प्रसारण को प्रभावी बनाने के चरणों, और पुनर्जीवी कृषि में उद्यमिता के माध्यम से टिकाऊ आजीविका एवं उसके चरण तय करने पर भी चर्चा हुई। यात्रा के दौरान औषधीय पौधे एवं अन्य जैव-विविधता की पहचान करने के साथ ही रात्रि विश्राम के दौरान सांस्कृतिक आयोजन भी हुये। इस दौरान लोगों को ज्ञानवर्द्धक सामग्री, पोस्टरों, पैम्पलेट्स के माध्यम से पर्यावरण, कृषि, पोषण, जल संचयन, बुनियादी शिक्षा, पारम्परिक स्वास्थ्य ज्ञान, मृदा स्वास्थ्य, पशुपालन, बीज, चक्रीय जीवनशैली जैसे विषयों पर संवाद एवं चर्चा की गयी। संवाद पद यात्रा क्रमशः ग्राम पावटी, ब्लॉक - पीपलखूंट, जिला-प्रतापगढ़, ग्राम उदयपुरा रातापाण ब्लॉक - आनंदपुरी, जिला बांसवाड़ा, ग्राम वडलीपाड़ा ब्लॉक - कुशलगढ़, जिला-बांसवाड़ा, ग्राम खजूरी ब्लॉक- थान्दला जिला- झाबुआ, मध्यप्रदेश सहित सभी स्थानों से

प्रातः 9 बजे से शुरू होकर अपने-अपने गंतव्य स्थान पर पहुंची, जहां कृषि एवं आदिवासी स्वराज समागम का आयोजन किया गया। यात्रा के दौरान आयोजित संवादों और चर्चाओं के परिणामों को विभिन्न कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठनों के सदस्यों और समुदाय के साथ साझा करते हुए भविष्य की रणनीतियां बनाई गयीं एवं आदिवासी समुदाय में व्याप्त कृषि पारिस्थिकी एवं जलवायु चुनौतियों के स्थानीय समाधान खोजने तथा संवाद स्थापित कर इन मुद्दों के हल निकालने के लिए नवीन तकनीकी दृष्टिकोण को तलाशने और रचनात्मक चर्चाओं को बढ़ावा देने के लिए स्वराज संवाद पद यात्रा मंच प्रदान किया है इस दौरान स्वराज के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दर्शाते हुए समुदाय के सदस्यों ने पूरे दिल से स्वराज समागम पदयात्रा में स्वेच्छिक योगदान के रूप में अपने खेतों से एक मुट्टी अनाज और एक मुट्टी मिट्टी की पेशकश की। प्रकृति के साथ सद्भाव में रहने और सामूहिक कल्याण का समर्थन करने की अपनी प्रतिबद्धता पर्यावरण की देखभाल करने और एक साथ आगे बढ़ने की हमारी साझा जिम्मेदारी की याद दिलाती है। हजारों पदयात्री एक साझा भावना और उद्देश्य से प्रेरित होकर लगभग आदिवासी समुदाय के 70000 हजार से अधिक लोगों ने भाग लिया।

यात्रा मार्ग में समुदाय के साथ संवाद के दौरान ऊर्जा स्रोतों और जलवायु परिवर्तन पर उनके प्रभाव को समझना विशेषकर गांव और घरेलू स्तर पर महत्वपूर्ण हो गया है। ऊर्जा दक्षता की अवधारणाओं का पता लगाने, वर्तमान स्थिति का आकलन करने और योग्य सुधारों पर चर्चा आयोजित कर संवादात्मक सत्र तथा समूह गतिविधियों में समुदाय द्वारा बढ़-चढ़ कर अपनी भागीदारी निभायी गयी। यात्रा में सौर ऊर्जा और बायोगैस जैसे टिकाऊ समाधानों- जो समुदायों को इन सभी पर्यावरण अनुकूल प्रथाओं को प्रभावी ढंग से लागू करने करने का व्यावहारिक ज्ञान प्रदान करता है इस दौरान केंद्रित चर्चा में युवाओं की सक्रिय भागीदारी देखने को मिली। विगत 4 दिन की यात्रा में हुए लगभग 200 से अधिक प्रभावशाली और ज्ञानवर्धक समूह गतिविधियों एवं संवाद सत्रों में देखा गया कि समुदाय में नवीकरणीय हरित ऊर्जा के प्रति काफी विकसित समझ है और वह नवीकरणीय हरित ऊर्जा को समुदाय सतत ऊर्जा के वैकल्पिक रूप में देखता है। इसके महत्व को समझते हुए अभी

उपयोग में लाई जा रही जीवाश्म ईंधन तथा विद्युत के स्थान पर उपयोग में लाने की इच्छा भी यह समुदाय रखता है। इस परिवर्तन को जमीनी स्तर पर लागू करने में आने वाली चुनौतियों के स्थानीय समाधान खोजने के लिए आवश्यक तैयारी एवं रणनीति बनाना आवश्यक है। स्वराज संदेश यात्रा के दौरान ग्रामीण अंचलों में महिला नेतृत्व का उदाहरण इस यात्रा में देखने की मिला। समुदाय की महिलाओं ने सक्रिय रूप से विविध, जलवायु अनुकूल कृषि पद्धतियों के अपने अनुभवों को साझा कर, पर्यावरण संरक्षण को प्राथमिकता देते हुए समुदायों के सदस्यों को इन तरीकों को अपनाने के लिए प्रेरित किया। ऊर्जा स्वराज के लिए, सामूहिक प्रयासों का नेतृत्व करके, उन्होंने स्वयं को सशक्त आदिवासी महिलाओं के प्रेरक उदाहरण के रूप में प्रस्तुत किया। समुदाय के सदस्यों को सहयोग करने, सामूहिक ज्ञान साझा करने और जलवायु परिवर्तन तथा कृषि पारिस्थितिकी चुनौतियों के प्रभाव को कम करने में योगदान देने के उद्देश्य से मूल्यवान विचारों के आदान-प्रदान हो रहा है और प्रमुख हितधारकों के साथ संबंध स्थापित करने के लिए सामूहिक ज्ञान को एक छत के नीचे लाने में भी मदद मिल रही है। कुशलगढ़ ब्लॉक में मसारासाथ गांव के सरपंच ने यात्रा के दौरान कई अहम मुद्दों पर समुदाय से संवाद किया। आदिवासी समुदाय के लिए पारंपरिक कृषि प्रणाली कृषि स्वराज प्राप्त करने का श्रेष्ठ उपाय है। आदिवासी संस्कृति और परंपराओं को पुनः स्थापित करने की आवश्यकता पर बल देते हुए कहा कि जल, जंगल, जमीन, जानवर और बीज हमारे आदिवासी जीवन का अभिन्न हिस्सा हैं, और यही हमारे पूर्वजों का ज्ञान है। उन्होंने यह भी कहा कि पारंपरिक कृषि प्रणालियों को पुनः अपनाकर हम अपनी मिट्टी और बीजों की सुरक्षा कर सकते हैं और पर्यावरण को सुरक्षित रखने में सहायक हो सकते हैं। पुर्व जनपद सदस्य मानसिंग गरासिया ने कहा कि स्थानीय स्तर पर ऊर्जा दक्षता की अवधारणा और कृषि के माध्यम से टिकाऊ आजीविका के रास्ते पर चलना आज के समय की आवश्यकता बन चुकी है। हमारे पूर्वजों का ज्ञान और उनके चक्रीय प्रणाली न केवल प्रकृति के संतुलन को बनाए रखती थी बल्कि यह आने वाले समय में एक स्थिर और विकसित समाज की नींव भी रखती है।



**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 -rad10@vaagdhara.org

यह  
“वार्ता वागधारा नी”  
केवल  
आंतरिक  
प्रसारण है।

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

