



प्रिय स्वराजी साथियों, किसान भाइयों-बहनों, प्यारे बच्चों, आप सभी को जय गुरु, जय स्वराज!

बरसात के मौसम के बाद ठंड आती है, ठंड के बाद गर्मी, और हमारी फसलों की प्रकृतियाँ बदलती रहती हैं तथा इसी के साथ हमारा जीवन भी चलता रहता है। कृषि और प्रकृति को लेकर चिंतन करने वालों के लिए हर मौसम महत्वपूर्ण होता है और हम उस पर चर्चा भी करते हैं।

“वात” पत्रिका के माध्यम से हर मौसम, हर महीने किए जाने वाले कृषि कार्य, हमारे गाँव विकास तथा परिवार विकास की क्या संभावनाएँ हो सकती हैं और हमें किन प्रयासों की आवश्यकता होती है-इन सब पर हम चर्चा करते हैं, चिंतन करते हैं और विभिन्न परिणाम भी प्राप्त करते हैं। चाहे सामुदायिक प्रयास हो, जिनमें हलमा हो, हमारी आर्थिक स्वतंत्रता के लिए नोतरा हो, और त्योहारों से जुड़े हमारे आनंद के गैर नृत्य-शादियों या हमारी अनेक सांस्कृतिक विरासत-ये सब हमारे जीवन का हिस्सा हैं। परंतु हमारे लिए यह अधिक महत्वपूर्ण है कि हम इन्हें अपने जीवन में कितना सकारात्मक रूप से अपनाते हैं, अपने परिवार तक कितना ले जा पाते हैं, ताकि हमारे परिवार, हमारे गाँव और समाज की खुशहाली बनी रहे। यही प्रयास पिछले 5-6 वर्षों से “वात” पत्रिका का रहा है।

अक्सर समय-समय पर यह चिंता भी होती रहती है कि क्या यह केवल लिखी हुई बातें बनकर रह जाती हैं, या इस पत्रिका को पढ़ने वाले लोग, साथी और इसे आगे पहुँचाने वाले सभी सदस्यों के जीवन में वास्तव में कितना बदलाव आता है, या यह उनके लिए कितनी सहायक सिद्ध होती है। कभी इसके बहुत सकारात्मक उत्तर भी सुनने को मिलते हैं और कभी घरों में बिना पढ़ी पढ़ी हुई पत्रिका दिखाई देती है तो चिंता भी होती है। परंतु यह विश्वास अवश्य है कि यह पत्रिका केवल ज्ञान बँटने का माध्यम नहीं है, बल्कि हमारे आपसी संवाद और विचारों के आदान-प्रदान का एक सशक्त माध्यम है। कई अच्छे किसान, कई उन्नत परिवार, जो अपने-अपने घरों और गाँवों में विशेष रूप से कार्य कर रहे हैं और अपना जीवन बदल रहे हैं-उन अनुभवों को आप तक पहुँचाने का यह प्रयास है, और यह आप सभी के माध्यम से ही संभव हो पाता है।

मैं आप सभी से इस अंक के माध्यम से, इस महीने इस पत्रिका के जरिए, यह आग्रह करना चाहता हूँ कि आप भी अपने अनुभव साझा करें, ताकि उन्हें अधिक से अधिक समुदाय तक पहुँचाया जा सके।

इस महीने होने वाले कार्यों को लेकर कई बातें, कई चर्चाएँ और कई विषय आपके सामने आएँगे, परंतु हमारे लिए यह विशेष रूप से महत्वपूर्ण है कि आने वाले समय-जिसमें गर्मी का मौसम आने वाला है-उसके प्रति हम कितने सजग और चिंतित हैं। यदि हम अपनी कृषि को सफल और मजबूत बनाना चाहते हैं, तो मैं अभी केवल आपसे यह आग्रह करता हूँ कि आगामी गर्मी में मूँग की खेती के लिए अभी से अपने परिवार के साथ विचार-विमर्श कर लें-बीज का प्रबंधन, खेत की तैयारी, उकड़े की तैयारी, पानी की व्यवस्था तथा मवेशियों से सुरक्षा की व्यवस्था पर अभी से ध्यान देना शुरू करें, ताकि हम अपने परिवार और गाँव से होने वाले पलायन को कम कर सकें और अपने घर की खुशहाली को बनाए रख सकें।

इसी के साथ मैं आप सभी से पुनः आग्रह करता हूँ कि इन संदेशों को अधिक से अधिक परिवारों तक और अधिक से अधिक गाँवों तक पहुँचाने का प्रयास करें, तथा हमारे स्वराज की कल्पना और आदिवासी जीवनशैली में खुशहाली के उदाहरणों को और अधिक मजबूत बनाएं।

जय स्वराज

आपका अपना
जयेश जोशी

“एक युवा-एक गाँव प्रेरक से : बदलाव का प्रयास”

दक्षिणी राजस्थान का आदिवासी अंचल - जिसमें प्रमुख रूप से जूँगरपुर, बांसवाड़ा, प्रतापगढ़ जिले भी शामिल हैं। ये जिले अपनी विशिष्ट सांस्कृतिक विरासत, प्राकृतिक संसाधनों और सामुदायिक जीवनशैली के लिए जाने जाता है। मील, गरासिया, डामोर, कथौड़िया जैसे आदिवासी समुदाय सदियों से इस क्षेत्र में रहते आए हैं। इसके बावजूद यह क्षेत्र आजीविका, शिक्षा, स्वास्थ्य और पोषण, आधारभूत सुविधाओं और सामाजिक जागरूकता के मामलों में लंबे समय से पिछड़ा रहा है। सीमित शैक्षणिक अवसर और स्कूल ड्रॉपआउट की उच्च दर, कुपोषण, एनीमिया और स्वास्थ्य सेवाओं की कमी, मौसमी पलायन और अस्थिर आजीविका, पारंपरिक खेती पर निर्भरता और जल संकट, सरकारी योजनाओं की जानकारी और पहुँच का अभाव, रुढ़ियाँ, अंधविश्वास और सामाजिक कुरीतियाँ प्रमुख चुनौतियों के रूप में व्याप्त हैं। समस्याओं के समाधान के लिए बाहरी हस्तक्षेप अक्सर अस्थायी सिद्ध होते हैं। इसके विपरीत, स्थानीय युवाओं के नेतृत्व में परिवर्तन अधिक प्रभावी और स्थायी होने की सम्भावना होती है।

इसे एक उदाहरण के माध्यम से भी समझा जा सकता है- उदाहरण के लिए ऐसा मान लें कि आनंदपुरी के एक छोटे से गाँव में 22 वर्षीय युवा ने एक युवा-एक गाँव-एक बदलाव मॉडल को अपनाया। उसने जब गाँव में कार्य करना शुरू किया तो पाया कि गाँव में अधिकांश किशोरियाँ एनीमिया से पीड़ित हैं। युवा ने इस गाँव में युवाओं को एकत्रित किया और दिव्य से अवगत करवाते हुए उनकी सहमति ली, अपने समूह से जोड़ा और सामूहिक कार्य करने का निर्णय लिया। इस समूह ने अपनी समझ बढ़ाने के लिए गाँव में संगठित किसान महिलाओं के सक्षम समूह के साथ सम्पर्क स्थापित किया। इस समूह के साथ विषय की चर्चा की और समाधान ढूँढने की ओर जब आगे बढ़े तो पता चला कि समाधान के लिए कई अन्य जगहों पर जाने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि आदिवासी क्षेत्र में पोषण से भरपूर खाद्य सामग्री उपलब्ध है जैसे- गिलकी, चवला, बैंगन, रजन, टमाटर, टिमरू, धिमडी आदि पोषण से भरपूर स्थानीय सब्जियाँ हैं जिनकी अपने घरों पर पोषण वाड़ी लगाकर इन पोषण से भरपूर खाद्य पदार्थों को भोजन में शामिल किया जाए तो सबका स्वास्थ्य बेहतर होने की सम्भावना होती है। बालिकाओं और महिलाओं को अपने एनीमिया का स्तर सुधारने का अवसर भी प्राप्त हो सकता है।

युवाओं को समझ में आया और सबने मिलकर योजना तैयार की कि पोषण वाड़ी की स्थापना, महत्त्व को लेकर समुदाय को जागरूक करना और गाँव के सभी घरों में पोषण वाड़ी स्थापित करवा देना है। आंगनवाड़ी कार्यकर्ता के साथ मिलकर पोषण जागरूकता बैठकें शुरू कीं इन बैठकों में पोषण वाड़ी को लेकर चर्चाएँ की गईं। आयरन टैबलेट की नियमितता पर ध्यान दिया और माताओं को संतुलित आहार के बारे में बताया। युवाओं ने समूह बनाकर घर-घर पर विजिट की, इस कार्य को एक अभियान स्तर पर ले जाया गया और गाँव के सभी घरों में पोषण वाड़ी की स्थापना कर ली गयी, युवाओं ने सतत रूप से जुड़कर आदिवासी संस्कृति, परंपराओं और सामुदायिक मूल्यों का सम्मान करते हुए लोकगीत, नृत्य, पारंपरिक बैठकों के माध्यम से संदेश पहुँचाया था साथ ही अलग-अलग जगहों पर आयोजित मेलों पर भी अपनी पहुँच को सुनिश्चित किया था और बदलाव को ‘बाहरी हस्तक्षेप’ नहीं बल्कि ‘अपना प्रयास’ बनाकर इस कार्य को किया गया था।



युवाओं के इस प्रकार से किये गए प्रयासों से एक वर्ष में ही गाँव में किशोरियों का हीमोग्लोबिन स्तर बेहतर हुआ। यह एक बदलाव पूरे गाँव के लिए प्रेरणा बन गया।

“एक युवा-एक गाँव : बदलाव की बयार” मॉडल की अवधारणा को तीन सरल लेकिन शक्तिशाली स्तंभों पर आधारित किया जा सकता है-

1. **एक युवा** - गाँव का ही ऐसा युवा जो स्थानीय भाषा, संस्कृति और समस्याओं को गहराई से समझता हो।
2. **एक गाँव** - परिवर्तन की इकाई के रूप में पूरे गाँव को चुनें, ना कि केवल व्यक्ति विशेष पर ध्यान दिया जाए।
3. **एक बदलाव** - एक समय में एक ठोस, मापने योग्य और प्रासंगिक बदलाव पर ध्यान।

इस मॉडल का उद्देश्य ‘सब कुछ एक साथ बदलने’ के बजाय क्रमिक, समुदाय-आधारित और सहभागी विकास को बढ़ावा देना है।

युवा : परिवर्तन का संवाहक - युवा स्वयं अपने व्यवहार से बदलाव का उदाहरण प्रस्तुत करें-चाहे वह नियमित स्कूल जाना हो, स्वच्छता अपनाना हो या सरकारी योजनाओं का लाभ प्राप्त करना हो। इन सब के साथ जब वह एक सेतु (Bridge) की भूमिका अर्थात् गाँव और प्रशासन, स्कूल, आंगनवाड़ी, स्वास्थ्य केंद्र एवं स्वयंसेवी संस्थाओं के बीच सेतु के रूप में जुड़कर कार्य करेगा और कर्तव्य, शिक्षा का महत्त्व, स्वास्थ्य और पोषण जैसे विषयों पर समुदाय के विभिन्न समूहों के साथ संवाद का आयोजन करेगा तो एक जागरूकता प्रसारक के रूप में जुड़कर समुदाय के लोगों की आवश्यकताओं को समझकर अपना योगदान दे सकेगा। इस प्रकार अपनी भूमिका को निभाने से वह एक नेतृत्वकारी भूमिका में आगे बढ़ेगा और स्वयं के साथ-साथ उस गाँव के विकास के प्रति जैसे- ग्राम सभा, युवा मंडल, महिला समूहों के साथ मिलकर सामूहिक निर्णय और कार्यवाही को बढ़ावा देने के रूप में सतत प्रयास करने की भूमिका में आएँ।

बदलाव के प्रमुख क्षेत्र

1. **शिक्षा** - युवा इस गाँव के 6-18 वर्ष की आयु के बच्चों की शिक्षा से जुड़े कार्य

सुनिश्चित करे जैसे-स्कूल नामांकन और उपस्थिति बढ़ाना, ड्रॉपआउट बच्चों को पुनः स्कूल से जोड़ना, बालिकाओं की शिक्षा को बढ़ावा देना शिक्षा से जुड़ी सामाजिक विकास योजनाओं का लाभ प्राप्त करने में सहयोग करना, और डिजिटल साक्षरता की शुरुआत कर अपनी महत्त्वपूर्ण भूमिका को निभा सकता है।

2. स्वास्थ्य और पोषण - सबसे पहले स्वयं अपनी कुपोषण के प्रति समझ का विकास करे और फिर इससे जुड़ी जागरूकता फैलाने में आंगनवाड़ी और एएनएम से समन्वय स्थापित करे, गाँव में पीने का स्वच्छ पानी और शौचालय उपयोग को बढ़ावा देने के कार्य से जुड़े और महिला स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए नियमित रूप से महिलाओं द्वारा आंगनवाड़ी को जोड़ने और गाँव की बुजुर्ग और युवा महिलाओं के बीच में संवाद के आयोजन करवाने में सहयोग करे। गाँव की किशोरियों में एनीमिया को रोकने के लिए जागरूकता पर कार्य करे।

3. आजीविका और कौशल - गाँव में आजीविका और कौशल से जुड़ी समस्त सरकारी रोजगार योजनाओं की जानकारी युवा और सम्बन्धित आयु वर्ग तक पहुँचाकर इनको लाभ प्राप्त में सहयोग करे, पारंपरिक कौशलों के बारे में सबको ज्ञान प्राप्त हो और लाभ लेना सुनिश्चित किया जा सके इस लिए गाँव के युवा समूह का बुजुर्ग सदस्यों के साथ संवाद स्थापित करवाए ताकि पारंपरिक ज्ञान और कौशल का संवर्धन किया जा सके। गाँव की महिलाओं का स्वयं सहायता समूहों से जुड़ाव सुनिश्चित करवाए और पलायन कम करने के प्रयासों को बढ़ावा दे ताकि गाँव के लोग अपने ही गाँव में रहकर अपने जीवन का आनंद उठा सके।

4. पर्यावरण और जल संरक्षण - समुदाय में परम्परागत वर्षा जल संचयन हुआ करता था, पलायन बढ़ने से भी रख रखाव की प्रथाओं पर विशेष ध्यान केन्द्रित नहीं कर पाए हैं और धीरे-धीरे समय के साथ निर्भरता बढ़ गयी है, युवा अपने प्रयासों के द्वारा गाँव में सभी युवाओं को एक साझे मंच पर लाये सामूहिक वृक्षारोपण और जंगल संरक्षण के साथ साथ हलमा जैसी परम्परा को अपनाकर पारंपरिक जल स्रोतों को पुनर्जीवन देने की जिम्मेदारी ले ताकि वर्षा जल संचयन का सुदृढ़ीकरण किया जा सके।

5. सामाजिक स्थितियों पर समझ - बालक और बालिकाओं दोनों का ही कम उम्र में विवाह पर विशेष रूप से बालिकाओं का बाल विवाह ना हो, लैंगिक समानता की आवश्यकता पर समझ बढ़ाना, अंधविश्वास के विरुद्ध जागरूकता बढ़ाना और नशा मुक्ति पर संवाद कार्यक्रमों का आयोजन कर समाज और समुदाय के सदस्यों की समझ का विकास करने का बीड़ा उठाये ताकि सामाजिक विकास को सुनिश्चित किया जा सके।

मॉडल का कार्यान्वयन-रणनीतिगत ढांचा

1. युवा की पहचान - स्थानीय स्कूल/कॉलेज, युवा मंडल या ग्राम सभा के माध्यम से हम युवा सदस्यों की पहचान कर चयन करें, सामूहिक रूप से मिलकर योजना निर्माण करें और समाधान आधारित सोच के साथ आगे बढ़ें।



3. गाँव की जरूरतों का आकलन - कार्यों की शुरुआत करने से पहले गाँव में सहभागिता आधारित सर्वे और चर्चा का आयोजन करे ताकि जरूरतों का आकलन हो सके और एक सटीक योजना तैयार की जा सके।

2. क्षमता निर्माण - स्वयं युवा को भी समय-समय पर क्षमता निर्माण की आवश्यकता रहेगी अतः अपने आस-पास इस तरह की सोच का विकास करने वाले समूहों, लोगों के साथ जानकारी बढ़ाये और उनके साथ अपनी सोच और समझ को बढ़ाने के क्रम में क्षमतावर्धन का आयोजन करे ताकि गाँव में नेतृत्व, संवाद, योजना समझ, डिजिटल टूल्स का प्रशिक्षण का आयोजन बेहतर तरीके से कर सके।

4. एक बदलाव का चयन - समुदाय की सहमति के साथ किसी विषय आधारित एक बदलाव का चयन किया जाना सुनिश्चित करे। इस प्रकार से प्राथमिकता तय करने से विशेष प्रकार की आवश्यकताओं को लेकर ध्यान केन्द्रित किया जा सकेगा और बदलाव को सुनिश्चित किया जाना भी आसान रहेगा।

चुनौतियाँ - जब किसी भी प्रकार की पहल की शुरुआत की जाती है यह तय है कि चुनौतियों का भी सामना करना पड़ता है। इसमें सीधे तौर पर दिखाई देने वाली चुनौतियों में युवाओं का पलायन, सीमित संसाधन, सामाजिक प्रतिरोध, निरंतर मार्गदर्शन की कमी हो सकते हैं। इन चुनौतियों का समाधान करने के लिए अपनी नेटवर्किंग बनायें और बढ़ाएँ, नियमित रूप से परामर्श के स्तर से जुड़ें और स्थानीय स्तर पर चल रही संस्थाओं से संस्थागत सहयोग भी प्राप्त किया जा सकता है।

दीर्घकालिक प्रभाव - युवाओं के द्वारा इस प्रकार से किये जाने वाले प्रयासों के पीछे यह सोच है कि इस प्रकार के प्रयास अगर युवा करने लगेंगे तो सभी गाँव आत्मनिर्भर गाँव हो जायेंगे, क्योंकि गाँव और समुदाय के सभी लोग जागरूक होंगे और समुदाय संगठित और एकजुट होकर कार्य करने लगेंगे। इस प्रकार से स्थानीय नेतृत्व का विकास बढ़ेगा और पीढ़ीगत परिवर्तन की नींव को मजबूत किया जा सकेगा। और जब एक गाँव में बदलाव होता है, तो वह आसपास के गाँवों के लिए भी उदाहरण बनता है। इस प्रकार यह मॉडल ग्राम से क्षेत्र और क्षेत्र से समाज तक परिवर्तन की श्रृंखला तैयार करता है।

निष्कर्ष - दक्षिणी राजस्थान के आदिवासी संदर्भ में “एक युवा-एक गाँव-एक बदलाव” मॉडल केवल एक विकास रणनीति नहीं, बल्कि एक आंदोलनात्मक सोच है। इस प्रकार से युवाओं को परिवर्तन के कर्ता के रूप में भूमिका निभाने के अवसर हो सकते हैं। यदि नीति-निर्माता, शैक्षणिक संस्थान और सामाजिक संगठन इस मॉडल को समर्थन दें, तो यह आदिवासी अंचल के लिए सतत और सम्मानजनक विकास का मार्ग प्रशस्त कर सकता है। इस चीज पर विश्वास किया जा सकता है कि यदि प्रत्येक गाँव से एक जागरूक, प्रशिक्षित और प्रतिबद्ध युवा आगे आए, तो धरातल स्तर पर कई नवाचार होने की संभावनाएँ भी बनती हैं और वह अपने गाँव में सकारात्मक बदलाव की शुरुआत कर सकता है। अंततः जब एक युवा अपने गाँव की जिम्मेदारी लेता है, तब बदलाव की एक बयार चलती है और यह बयार निश्चित ही एक नई दिशा को जन्म देती है।

वनोपजों के अनुमानित भाव : नीमच मंडी में विभिन्न वनोपज के भाव नीचे दिए गए हैं -

दिनांक : 30 जनवरी, 2026

फसल	न्यूनतम भाव	अधिकतम भाव	औसतन भाव	फसल	न्यूनतम भाव	अधिकतम भाव	औसतन भाव	फसल	न्यूनतम भाव	अधिकतम भाव	औसतन भाव	फसल	न्यूनतम भाव	अधिकतम भाव	औसतन भाव
गेहूँ	2301	2801	2700	चना डालर	4500	7701	6800	पोस्ता	95000	140111	125000	लहसुन	4000	13551	7500
मक्का	1590	1833	1680	सोयाबीन	4850	5750	5400	मैथी	4351	6450	5550	प्याज	395	1541	700
जौ	2000	2522	2400	रायडा	5000	7800	6400	धनिया	4300	10500	8900	अश्वगंधा	10000	28800	22000
उड़द	4950	9300	8000	मूँगफली	5800	8170	6950	अजवाइन	10000	14800	12000	तुलसी बीज	7500	18280	17100
चना	4800	5732	5400	अलसी	5600	8141	7800	इसबगोल	6700	15000	12200	चिया बीज	14500	22500	19000
मसूर	5421	7081	5900	तिल्ली	5401	11532	10000	कलौंजी	17000	24700	22000	किनोवा	3001	4990	4700

ध्यान दें : ये भाव अनुमानित हैं और मंडी में फसल की गुणवत्ता और मांग के अनुसार बदल सकते हैं। किसी भी लेन-देन से पहले मंडी में वर्तमान भाव की पुष्टि करना आवश्यक है।



रामगढ़ में हाट बाजार का पुनरूद्धार-परंपरा और आत्मनिर्भरता की वापसी



ग्रामीण भारत की धड़कन कहे जाने वाले पारंपरिक हाट बाजार सदियों से हमारी सामाजिक-सांस्कृतिक विरासत का अभिन्न हिस्सा रहे हैं। ये केवल खरीद-फरोख्त के

स्थल नहीं होते, बल्कि सामाजिक मेलजोल, सांस्कृतिक आदान-प्रदान और आर्थिक आत्मनिर्भरता के जीवंत केंद्र होते हैं। यहाँ लोग न केवल अपनी दैनिक जरूरतों का सामान खरीदने-बेचने आते हैं, बल्कि मिलते-जुलते हैं, समाचार साझा करते हैं, सामुदायिक मुद्दों पर चर्चा करते हैं और अपनी परंपराओं को जीवित रखते हैं। हाट बाजार ग्रामीण समाज की सामूहिक चेतना का प्रतीक होते हैं, जहाँ हर वर्ग का व्यक्ति समान रूप से भागीदार होता है। विशेष रूप से आदिवासी और ग्रामीण अंचलों में हाट बाजार का महत्व और भी अधिक बढ़ जाता है। यहाँ के निवासियों के लिए हाट केवल एक बाजार नहीं, बल्कि उनकी जीवनशैली, संस्कृति और अर्थव्यवस्था का मूल आधार होता है। छोटे किसान, सब्जी उत्पादक, और उद्यमी इन हाटों के माध्यम से सीधे उपभोक्ताओं तक पहुँचते हैं और अपने श्रम का उचित मूल्य प्राप्त करते हैं। बांसवाड़ा जिले की तहसील कुशलगढ़ के ग्राम पंचायत रामगढ़, जहाँ लगभग दो दशकों से बंद पड़ी पारंपरिक हाट बाजार व्यवस्था का भव्य पुनः शुभारंभ किया गया। यह कोई साधारण आयोजन नहीं था, बल्कि वर्षों से उपेक्षित रहे ग्रामीण श्रम, परंपरा और स्वाभिमान के पुनरुत्थान का सशक्त प्रतीक था। जब रामगढ़ की धरती पर लंबे अंतराल के बाद फिर से हाट सजी, तो वहाँ केवल सब्जियाँ, अनाज या घरेलू सामग्री नहीं थी, बल्कि ग्रामीणों की दबी हुई आशाएँ, आत्मनिर्भरता के सपने और सामुदायिक एकजुटता की भावना भी साकार होती दिखाई दी। यह महत्वपूर्ण आयोजन कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन, भगतपुरा तथा वागधरा संस्था के संयुक्त सहयोग से ग्राम पंचायत रामगढ़ के तत्वाधान में संपन्न हुआ। इस पहल ने यह सिद्ध कर दिया कि जब समुदाय, सामाजिक संगठन और स्थानीय प्रशासन मिलकर काम करते हैं, तो खोई हुई परंपराओं को पुनर्जीवित किया जा सकता है और ग्रामीण विकास की नई दिशा तय की जा सकती है। कार्यक्रम की अध्यक्षता ग्राम पंचायत

रामगढ़ के सरपंच श्री राकेश जी मईंडा ने की। अपने अध्यक्षीय संबोधन में उन्होंने हाट बाजार के पुनः प्रारंभ को ग्राम स्वराज की अवधारणा को साकार करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम बताया। उन्होंने कहा कि महात्मा गांधी ने जिस ग्राम स्वराज का सपना देखा था, उसकी नींव इसी प्रकार की स्थानीय आर्थिक गतिविधियों और सामुदायिक सहभागिता में निहित है। सरपंच जी ने यह भी स्पष्ट किया कि ग्राम पंचायत इस हाट बाजार को हर संभव सहयोग प्रदान करेगी और इसे नियमित, व्यवस्थित और सफल बनाने के लिए सभी आवश्यक कदम उठाएगी। उन्होंने ग्रामीणों से अपील की कि वे इस हाट को अपना मानें, इसे सफल बनाने में अपना पूर्ण योगदान दें। विशिष्ट अतिथि के रूप में संस्था प्रतिनिधि श्री पी. एल. पटेल एवं श्री सोहननाथ योगी उपस्थित रहे। दोनों ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि रामगढ़ में हाट का पुनर्जीवन इस बात का जीवंत प्रमाण है कि यदि समुदाय संगठित होकर दृढ़ संकल्प के साथ प्रयास करे, तो खोई हुई व्यवस्थाओं को न केवल दोबारा खड़ा किया जा सकता है, बल्कि उन्हें समय के अनुसार और भी प्रारंभिक और प्रभावी बनाया जा सकता है। वागधरा संस्था की भूमिका को रेखांकित करते हुए उन्होंने बताया कि संस्था आदिवासी एवं ग्रामीण समुदायों की आत्मनिर्भरता और सशक्तिकरण के लिए प्रतिबद्ध है। रामगढ़ में हाट बाजार के बंद होने के बाद के दो दशकों में ग्रामीणों को अनेक कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। सबसे पहले, ग्रामीणों को अपनी दैनिक आवश्यकताओं के लिए कुशलगढ़ जैसे दूरस्थ बाजारों पर निर्भर रहना पड़ता था। परिवहन पर अतिरिक्त खर्च, समय की बाधा और श्रम का नुकसान ग्रामीणों के जीवन का नियमित हिस्सा बन गया था। एक छोटी सी चीज खरीदने के लिए भी पूरा दिन और महत्वपूर्ण राशि खर्च करनी पड़ती थी। इसके अलावा, हाट बाजार के बंद होने से सामाजिक संपर्क में भी कमी आई। लोग नियमित रूप से मिलते-जुलते नहीं थे, सामुदायिक चर्चाएँ कम हो गई थीं और सामाजिक एकजुटता कमजोर पड़ गई थी। परंपरागत रूप से हाट वह स्थान होता था जहाँ समुदाय के विभिन्न मुद्दों पर चर्चा होती थी, सामूहिक निर्णय लिए जाते थे और सामाजिक रिश्ते मजबूत होते थे। इस मंच के न होने से ग्रामीण समाज की सामूहिक चेतना पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ा।

पुनरूद्धार के सकारात्मक प्रभाव
हाट बाजार के पुनः प्रारंभ होने से रामगढ़ क्षेत्र की सामाजिक एवं आर्थिक गतिविधियों में नई ऊर्जा का संचार हुआ है। यह पुनरूद्धार केवल अतीत की स्मृति नहीं, बल्कि भविष्य की मजबूत नींव बनने

की संभावना रखता है। ग्रामीणों के लिए यह हाट ताजी सब्जियों, अनाज, फल, घरेलू उपयोग की वस्तुओं और स्थानीय उत्पादों का सुलभ केंद्र बनेगा। अब उन्हें छोटी-छोटी चीजों के लिए दूर नहीं जाना पड़ेगा, जिससे उनके समय, ऊर्जा और धन की बचत होगी। कार्यक्रम के दौरान व्याख्याता श्री लाल सिंह जी ने हाट बाजार को व्यवस्थित, पारदर्शी और नियमित रूप से संचालित करने की आवश्यकता पर विशेष जोर दिया। उन्होंने कहा कि किसी भी पहल की सफलता उसके सुचारु संचालन और निरंतरता में निहित होती है। यदि हाट को अनियमित, अव्यवस्थित और बिना नियमों के चलाया गया, तो धीरे-धीरे इसका महत्व कम हो जाएगा और लोगों की रुचि समाप्त हो जाएगी। इस संदर्भ में, उन्होंने प्रस्ताव रखा कि हाट के संचालन के लिए एक स्थायी समिति का गठन किया जाए, जो नियम, स्वच्छता, स्थान व्यवस्था और अनुशासन का ध्यान रखे। इस समिति में ग्राम पंचायत के प्रतिनिधि, स्थानीय व्यापारी, किसान, महिला प्रतिनिधि और सामाजिक संगठनों के सदस्य शामिल हों, ताकि सभी वर्गों की भागीदारी सुनिश्चित हो। समिति के कार्यों में हाट का निर्धारित दिन और समय तय करना, विक्रेताओं का पंजीकरण, स्थान आवंटन, मूल्य निर्धारण में पारदर्शिता, स्वच्छता व्यवस्था, सुरक्षा प्रबंधन और विवादों का समाधान शामिल होना चाहिए। इस प्रस्ताव को संगठन अध्यक्ष श्री राम सिंह मईंडा ने सर्वसम्मति से अनुमोदित किया, जिसे उपस्थित ग्रामीणों ने तालियों के साथ उत्साहपूर्वक समर्थन दिया। संगठन की ओर से यह भी स्पष्ट किया गया कि हाट बाजार को केवल व्यापारिक गतिविधियों तक सीमित नहीं रखा जाएगा। इसे ग्रामीण आत्मनिर्भरता, स्थानीय रोजगार सृजन, महिला सशक्तिकरण और युवाओं के लिए अवसर पैदा करने वाले व्यापक मंच के रूप में विकसित किया जाएगा। इस दृष्टिकोण ने हाट बाजार को एक साधारण बाजार से कहीं अधिक महत्वपूर्ण बना दिया है। यह संकल्प भी लिया गया कि हाट बाजार आने वाले समय में आदिवासी संस्कृति, लोक परंपराओं और सामुदायिक सहभागिता का केंद्र बने। इसके लिए हाट में समय-समय पर सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा, जिसमें लोक गीत, नृत्य, पारंपरिक खेल और सांस्कृतिक प्रदर्शन शामिल होंगे। और नई पीढ़ी को अपनी संस्कृति से जोड़ने का माध्यम भी बनेगा। कार्यक्रम का संचालन श्री दिनेश चंद्र डिंडोर ने किया। उन्होंने पूरे आयोजन को अनुशासन और समयबद्धता के साथ संपन्न कराया, जिससे कार्यक्रम की गरिमा बनी रही और सभी



कार्यक्रम के अंत में श्री नरेंद्र पांचाल ने आभार प्रदर्शन करते हुए सभी अतिथियों, संगठनों और ग्रामीणों का हार्दिक धन्यवाद किया। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि यह हाट बाजार भविष्य में रामगढ़ की पहचान बनेगा और आसपास के क्षेत्रों के लिए भी प्रेरणा का स्रोत बनेगा। उन्होंने सभी से आह्वान किया कि इस पहल को सफल बनाने के लिए सभी अपना योगदान दें और हाट को नियमित रूप से संचालित करने में सहयोग करें। इस पहल ने यह सिद्ध किया है कि ग्रामीण विकास के लिए हमेशा बाहरी मॉडल की आवश्यकता नहीं होती। कई बार हमारी अपनी परंपराओं और व्यवस्थाओं में ही समाधान छिपे होते हैं, जिन्हें समय के अनुसार संशोधित और पुनर्जीवित करने की आवश्यकता होती है। हाट बाजार ऐसी ही एक व्यवस्था है, जो सदियों से हमारी रीढ़ रही है और आज भी उतनी ही प्रासंगिक है। यह भी दर्शाता है कि जब स्थानीय प्रशासन, सामाजिक संगठन और समुदाय मिलकर काम करते हैं, तो असाधारण परिणाम प्राप्त किए जा सकते हैं। ग्राम पंचायत रामगढ़, कृषि एवं आदिवासी स्वराज संगठन और वागधरा संस्था के बीच का यह सहयोग एक मिसाल है कि कैसे सामूहिक प्रयासों से सामाजिक परिवर्तन लाया जा सकता है। हमें याद दिलाती है कि विकास की राह केवल बाहर से नहीं, बल्कि अपनी जड़ों से भी मिलती है। जब हम अपनी परंपराओं को सम्मान देते हैं, अपनी व्यवस्थाओं को पुनर्जीवित करते हैं, अपने समुदाय को सशक्त बनाते हैं, तभी वास्तविक व टिकाऊ विकास संभव होता है।



बदलता मौसम, बदलती खेती : फरवरी की समझ ही भविष्य की सुरक्षा

बदलता मौसम और किसानों की नई चुनौती — पिछले कुछ वर्षों में किसानों ने यह स्पष्ट रूप से महसूस किया है कि खेती अब पहले जैसी नहीं रही। मौसम का मिजाज बदल रहा है, तापमान असामान्य रूप से बढ़ रहा है और ऋतुओं का पारंपरिक चक्र टूटता दिखाई दे रहा है। हमारे क्षेत्र में प्राकृतिक संसाधनों पर निर्भर जिलों में यह बदलाव किसानों की आजीविका, भोजन सुरक्षा और बच्चों के पोषण पर सीधा असर डाल रहा है। विशेष रूप से फरवरी का महीना, जो पहले हल्की ठंड और स्थिर मौसम के लिए जाना जाता था, अब खेती के लिए एक संवेदनशील व जोखिम भरा समय बनता जा रहा है। **फरवरी : रबी फसलों के लिए सबसे संवेदनशील समय** फरवरी वह समय होता है जब रबी फसलें — जैसे गेहूँ, चना, मसूर, मटर — दाना भराव और रबी की अवस्था में होती हैं। यही वह दौर है जब फसल को थोड़ी सी लापरवाही या मौसम की एक असामान्य मार पूरी मेहनत पर पानी फेर सकती है। जलवायु परिवर्तन के कारण फरवरी में अचानक तापमान बढ़ना, तेज गर्म हवा चलना और नमी का तेजी से खत्म होना अब आम बात होती जा रही है। यह स्थिति किसानों के लिए एक चेतावनी है कि अगर खेती के तरीकों में बदलाव नहीं किया गया, तो आने वाले वर्षों में नुकसान और बढ़ सकता है।

असमय गर्मी और दाना भराव पर असर — मौसम बदलाव और उसका प्रभाव — फरवरी में बढ़ता तापमान रबी फसलों के लिए कई तरह की समस्याएँ खड़ी करता है। जब दिन का तापमान सामान्य से अधिक हो जाता है, तो फसल का दाना समय से पहले पकने लगता है। गेहूँ में दाना पतला रह जाता है, चना और मसूर में दाने पूरी तरह भर नहीं पाते और उत्पादन घट जाता है। कई बार किसान यह समझ नहीं पाते कि फसल बाहर से ठीक दिख रही है, लेकिन कटाई के समय उपज कम निकलती है। इसका मुख्य कारण यही असमय गर्मी होती है, जो पौधों के अंदर चल रही जैविक प्रक्रियाओं को प्रभावित कर देती है।

मिट्टी की नमी पर बढ़ता खतरा — तापमान बढ़ने का एक और गंभीर असर मिट्टी की नमी पर पड़ता है। फरवरी में जब सूरज तेज हो जाता है, तो खेत की ऊपरी सतह जल्दी सूखने लगती है। जिन किसानों के पास सिंचाई की सीमित सुविधा है, उनके लिए यह स्थिति और भी कठिन हो जाती है। मिट्टी में नमी की कमी के कारण पौधों की जड़ें कमजोर पड़ जाती हैं और वे पोषक तत्वों को ठीक से नहीं ले पातीं। इसका सीधा असर फसल की गुणवत्ता और मात्रा दोनों पर पड़ता है।

कीट और रोगों का बढ़ता प्रकोप असमय गर्मी के साथ-साथ कीट और रोगों का प्रकोप भी बढ़ता जा रहा है। गर्म और शुष्क मौसम माहू (एफिड), सूक्ष्म चूंसक कीट, इल्ली और कुछ फफूंद जनित रोगों के लिए अनुकूल हो जाता है। फरवरी में यदि तापमान अचानक बढ़ जाए, तो ये कीट तेजी से फैलते हैं और कुछ ही दिनों में पूरी फसल को नुकसान पहुँचा सकते हैं। कई किसान मजबूरी में रासायनिक दवाओं का अधिक प्रयोग कर बैठते हैं, जिससे लागत बढ़ती है, मिट्टी व पर्यावरण को भी नुकसान पहुँचता है।

समाधान की दिशा : समझदारी भरा फसल प्रबंधन इन सभी चुनौतियों के बीच सबसे बड़ा सवाल यह है कि किसान असमय गर्मी और जलवायु परिवर्तन से कैसे बचें। इसका पहला और सबसे महत्वपूर्ण उत्तर है — समझदारी भरा फसल प्रबंधन। फरवरी में फसल की वास्तविक जरूरत को समझना बेहद जरूरी है। इस समय अनावश्यक सिंचाई या अधिक खाद देने से बचना चाहिए। कई बार किसान यह सोचकर ज्यादा पानी दे देते हैं कि इससे फसल मजबूत होगी, लेकिन असल में यह नुकसानदायक साबित होता है। अधिक पानी से पौधे कमजोर होते हैं और गर्मी के साथ मिलकर रोगों का खतरा बढ़ जाता है।

मिट्टी में नमी बचाने के पारंपरिक उपाय असमय गर्मी से बचाव के लिए मिट्टी में नमी बनाए रखना एक प्रभावी उपाय है। खेत में फसल अवशेष, सूखी घास या पत्तियों की हल्की परत बिछाकर मल्टिप्लेयर करने से मिट्टी जल्दी सुखती नहीं है। यह एक पारंपरिक और कम लागत वाला उपाय है, हमारे यहाँ किसान पहले भी अपनाते रहे हैं। मल्टिप्लेयर न केवल

नमी को बचाती है, बल्कि मिट्टी के जीवों को भी सक्रिय रखती है, जिससे फसल को प्राकृतिक पोषण मिलता रहता है। **जैविक घोल और पौधों की सहनशक्ति** जैविक और पारंपरिक घोलों का उपयोग भी फरवरी की खेती में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। जीवामृत, जीवामृत, कंडा पानी, लसून् छाछ का घोल और नीम आधारित घोल पौधों की सहनशक्ति बढ़ाते हैं। ये घोल पौधों को अचानक बढ़े तापमान और हल्के तनाव से उबरने में मदद करते हैं। साथ ही, ये कीटों के प्रकोप को भी नियंत्रित करते हैं, जिससे रासायनिक दवाओं पर निर्भरता कम होती है।

फसल विविधता : जोखिम से सुरक्षा की ओर जलवायु परिवर्तन के इस दौर में फसल विविधता का महत्व और भी बढ़ जाता है। केवल एक या दो फसलों पर निर्भर रहना अब जोखिम भरा साबित हो सकता है। यदि किसी एक फसल पर मौसम की मार पड़ती है, तो किसान की पूरी आय प्रभावित हो जाती है। इसके विपरीत, यदि खेत में गेहूँ के साथ चना, मसूर, सब्जियाँ या मोटे अनाज लगाए जाएँ, तो नुकसान का खतरा कम हो जाता है। क्षेत्र में पारंपरिक रूप से उगाई जाने वाली दलहन और सब्जियाँ कम पानी में भी अच्छी उपज दे सकती हैं और बदलते मौसम के प्रति अधिक सहनशील होती हैं।

बीज चयन : भविष्य की तैयारी बीज चयन का प्लान — जलवायु परिवर्तन के संदर्भ में बीजों की भूमिका को भी नजर अंदाज नहीं किया जा सकता। स्थानीय और पारंपरिक बीज अक्सर बाहरी संकर बीजों की तुलना में मौसम के उतार-चढ़ाव को बेहतर ढंग से सहन कर लेते हैं। फरवरी के महीने में जब किसान फसल की स्थिति को देखते हैं, उसी समय उन्हें यह भी तय करना चाहिए कि कौन-से पौधे बीज के लिए सुरक्षित खेते जाएँ। मजबूत और स्वस्थ पौधों से बीज लेना भविष्य की खेती को अधिक सुरक्षित बना सकता है।

उत्पादन से आगे प्रकृति के साथ तालमेल फरवरी की खेती हमें यह सिखाती है कि अब केवल उत्पादन बढ़ाने की सोच पर्याप्त नहीं है। अब जरूरत है संतुलित, समझदारी भरी और प्रकृति के साथ तालमेल वाली खेती की। जलवायु परिवर्तन को दूर की समस्या नहीं रही, यह हमारे खेतों में साफ दिखाई दे रही है। बढ़ता तापमान, असमय गर्मी और अनिश्चित मौसम हमें चेतावनी दे रहे हैं कि अगर अभी कदम नहीं उठाए गए, तो आने वाली पीढ़ियों के लिए खेती और कठिन हो जाएगी। अंत में यह कहना उचित होगा कि भविष्य की खेती का रास्ता डर से नहीं, बल्कि तैयारी से होकर जाता है। फरवरी का महीना किसानों के लिए आत्मबंधन का समय है—यहाँ हम अपनी खेती को बदलते मौसम के अनुसार ढाल पा रहे हैं या नहीं। यदि हम समय रहते जल, मिट्टी, बीज और फसल विविधता पर ध्यान दें, तो जलवायु परिवर्तन की चुनौती को अवरुद्ध में बदला जा सकता है। यही समझ और यही प्रयास किसानों को आने वाले वर्षों में सुरक्षित, आत्मनिर्भर और पोषण-संपन्न बना सकता है। समुदाय में प्रकृति के प्रति एक नया विश्वास विकसित हुआ है। समाधान समुदाय के भीतर ही है — इस क्षेत्र की सबसे बड़ी शक्ति उसकी समृद्ध सामुदायिक और सांस्कृतिक विरासत है। कठिन परिस्थितियों के बावजूद आदिवासी समाज अपने स्थानीय ज्ञान, परिश्रम, सामूहिक श्रम और एकजुटता के बल पर प्रकृति को पुनर्जीवित कर रहा है। जब समुदाय मिलकर निर्णय लेता है, तो — (1) पानी बहाल होता है। (2) जंगल फिर से हरे होते हैं। (3) पशुधन स्वस्थ होता है। (4) खेत उपजाऊ होते हैं। (5) बच्चों व परिवारों का पोषण और स्वास्थ्य बेहतर होता है। "समुदाय ही समाधान है, और समुदाय के साथ मिलकर ही प्रकृति और जीवन दोनों को पुनर्जीवित किया जा सकता है।"

बच्चों का संतुलित आहार, थाली में पोषण, शरीर में ताकत

फरवरी का महीना प्रकृति में बदलाव का संकेत देता है। यह वह समय होता है जब सर्दी धीरे-धीरे विदा लेने लगती है और गर्मी की आहट महसूस होने लगती है। मौसम के इस बदलाव का सीधा प्रभाव बच्चों के शरीर, उनकी भूख, पाचन शक्ति और रोग-प्रतिरोधक क्षमता पर पड़ता है। खासकर छोटे बच्चों और स्कूल जाने वाले बच्चों के लिए यह समय बहुत संवेदनशील होता है। यदि इस दौरान बच्चों के आहार पर विशेष ध्यान न दिया जाए, तो कमजोरी, बार-बार बीमार पड़ना, पेटदर्द में मन न लगना और विकास की गति धीमी होने जैसी समस्याएँ सामने आ सकती हैं। इसलिए फरवरी माह में बच्चों के संतुलित आहार पर ध्यान देना न केवल जरूरी है, बल्कि भविष्य के स्वस्थ शरीर और मजबूत दिमाग की नींव भी यही रखता है।

बदलता मौसम और शरीर की जरूरतें — मौसम बदलने के साथ-साथ शरीर की जरूरतें भी बदलती हैं। सर्दियों में जहाँ शरीर को अधिक ऊर्जा और गर्माहट देने वाले भोजन की आवश्यकता होती है, वहीं फरवरी में हल्का, सुपाच्य लेकिन पोषण से भरपूर आहार आवश्यक हो जाता है। इस समय बच्चों का पाचन धीरे-धीरे मजबूत होता है, इसलिए उन्हें ऐसा भोजन देना चाहिए जो शरीर को ताकत दे, रोगों से बचाए और बढ़ते शरीर की जरूरतों को पूरा करे। यह काम महंगे बाजारू खाद्य पदार्थ नहीं, बल्कि हमारे घर और खेत में उपलब्ध पारंपरिक भोजन आसानी से कर सकते हैं।

फरवरी का महीना रबी फसलों और हरी-भरी मौसमी सब्जियों का होता है। यह प्रकृति का वरदान है कि इस समय गेहूँ, चना, मटर, मूँग, पालक, सियल, रतलू, गुराडू, वालोर (पापड़ी) जैसी पोषक फसलें और साग-सब्जियाँ भरपूर मात्रा में उपलब्ध रहती हैं। यदि इनका सही तरीके से बच्चों के भोजन में उपयोग किया जाए, तो कुपोषण, खून की कमी और कमजोरी जैसी समस्याओं से बच्चों को बचाया जा सकता है। दुर्भाग्य से कई परिवारों में इन पोषक खाद्य पदार्थों के बावजूद बच्चों को भरपेट और संतुलित भोजन नहीं मिल पाता, या फिर बाजार के रेडीमेड और तले-भुने खाद्य पदार्थों को ज्यादा प्राथमिकता दी जाती है। यही कारण है बच्चों की कमजोरी। गेहूँ एवं मक्का रबी की मुख्य फसल है और यह बच्चों के आहार का मजबूत आधार बन सकता है। गेहूँ या मक्का से बनी रोटी, दिनभर और हलवा बच्चों को ऊर्जा देता है और शरीर को दिनभर सक्रिय बनाए रखता है। गेहूँ में मौजूद कार्बोहाइड्रेट बच्चों को पेटदर्द, खेल और अन्य गतिविधियों के लिए आवश्यक ताकत देता है। यदि गेहूँ, मक्का के साथ थोड़ा घी या तिल का तेल मिलाकर भोजन दिया जाए, तो उसका पोषण मूल्य और बढ़ जाता है। खासकर सर्दी से गर्मी के संक्रमण काल में यह शरीर को संतुलन बनाए रखने में मदद करता है।

चना और उससे बनने वाले खाद्य पदार्थ बच्चों के लिए किसी औषधि से कम नहीं हैं। चना प्रोटीन, आयरन और फाइबर से भरपूर होता है, जो मांसपेशियों के विकास और खून की कमी को दूर करने में सहायक है। गुना चना, उबला चना, चने की दाल या पकके हुए चने के पौधे को सेक कर (ओल्ला) के रूप में इसे बच्चों को दिया जा सकता है। सुबह-सुबह थोड़ा गुना चना (ओल्ला) और गुड़ देने से बच्चों को तुरंत ऊर्जा मिलती है और लंबे समय तक भूख नहीं लगती। यह एक सस्ता, सुलभ और अत्यंत पोषक विकल्प है। मटर भी फरवरी माह की एक महत्वपूर्ण फसल है, जो बच्चों के भोजन में हरियाली और मिठास दोनों लाती है। मटर में प्रोटीन, विटामिन और मिनरल्स होते हैं, जो बच्चों की रोग-प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। मटर की सब्जी, मटर-चावल या मटर मिला हुआ दलिया बच्चों को स्वाद के साथ पोषण भी देता है। इससे बच्चों को हरी सब्जियों की आदत भी पड़ती है, जो आगे चलकर उनके स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होती है। मूँग, पालक, पापड़ी (वालोर) और सीयल जैसे साग-

सब्जियाँ विशेष रूप से लाभकारी होती हैं। ये साग खून बढ़ाने वाले, पाचन सुधारने वाले और शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति देने वाले होते हैं। पालक में आयरन और कैल्शियम होता है, जो हड्डियों और दाँतों को मजबूत बनाता है, जबकि मूँग पाचन को दुरुस्त रखती है और शरीर की कमजोरी को दूर करती है। यदि सप्ताह में कम से कम दो-तीन बार बच्चों को साग-सब्जी दी जाए, तो उनकी सेहत में स्पष्ट सुधार देखा जा सकता है। दाल, अनाज और साग-सब्जी के साथ-साथ गुड़ का नियमित सेवन भी बच्चों के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। गुड़ केवल मिठास ही नहीं देता, बल्कि आयरन का अच्छा स्रोत भी है। मौसम बदलने के कारण बच्चों में सर्दी-खांसी और कमजोरी की शिकायत हो सकती है। ऐसे में गुड़ शरीर को गर्मी और ताकत देता है तथा खून की कमी से बचाता है। दाल-चावल या रोटी-सब्जी के बाद थोड़ा सा गुड़ देना एक अच्छी पारंपरिक आदत है, जिसे फिर से अपनाते ही जरूरत है।

संतुलित आहार — संतुलित आहार का मतलब केवल पेट भरना नहीं, बल्कि हर थाली में विविधता होना है। बच्चों की थाली में अनाज, दाल, सब्जी और थोड़ा सा मीठा जरूर होना चाहिए। इससे शरीर को सभी आवश्यक पोषक तत्व मिलते हैं और बच्चों का शारीरिक तथा मानसिक विकास बेहतर होता है। जब खेत और घर दोनों में पोषण से भरपूर चीजें उपलब्ध हैं, तब बच्चों को अधपोषित रखना एक बड़ी चूक है। स्कूल जाने वाले बच्चों के लिए पौष्टिक नाश्ता विशेष रूप से महत्वपूर्ण है। अक्सर देखा जाता है कि बच्चे नाश्ता नाश्ता किए या केवल चाय-बिस्कुट खाकर स्कूल निकल पड़ते हैं। इससे बच्चों को स्कूल में थकान महसूस होती है, पेटदर्द में मन नहीं लगता और वे जल्दी बीमार पड़ जाते हैं। सुबह का नाश्ता बच्चों के दिन की शुरुआत की नींव होता है। यदि नाश्ता पौष्टिक हो, तो बच्चा पूरे दिन सक्रिय, खुश व सीखने के लिए तैयार रहता है।

स्कूल जाने वाले बच्चों के लिए नाश्ते में दलिया, दूध, गुना चना, ओल्ला, अंकुरित दाल, रोटी-सब्जी या मटर- पारदा, चावल, मूँग खिचड़ी जैसे विकल्प दिए जा सकते हैं। ये सभी खाद्य पदार्थ घर पर आसानी से बनाए जा सकते हैं व बाजारू जंक फूड से कहीं अधिक लाभकारी होते हैं। थोड़ा सा गुड़ या मौसमी फल नाश्ते में जोड़ देने से बच्चों को अतिरिक्त ऊर्जा और पोषण मिलता है। यह जरूरी नहीं कि नाश्ता भारी हो, बल्कि यह जरूरी है कि वह पौष्टिक और संतुलित हो।

माता-पिता की भूमिका — माता-पिता की भूमिका यहाँ सबसे अहम है। बच्चों की सेहत केवल आंगनवाड़ी या स्कूल की जिम्मेदारी नहीं, बल्कि घर से ही इसकी शुरुआत होती है। यदि माता-पिता खुद संतुलित भोजन करेंगे और बच्चों को भी वही खिलाएंगे, तो बच्चे स्वाभाविक रूप से अच्छी आदतें सीखेंगे। यह समझना बहुत जरूरी है कि आज दिया गया पोषण ही बच्चों का कल तय करेगा। समुदाय स्तर पर भी इस विषय पर बातचीत और जागरूकता जरूरी है। जब परिवार, पड़ोसी और गांव एक साथ मिलकर बच्चों के पोषण पर ध्यान देते हैं, तभी स्थायी बदलाव संभव होता है। खेत में उगने वाली फसल और घर की रसोई से निकला भोजन यदि बच्चों तक सही मात्रा और सही समय पर पहुँचे, तो कुपोषण जैसी समस्या को जड़ से खत्म किया जा सकता है। यही हमारा पोषण स्वराज होगा।

अंत में यही कहा जा सकता है कि फरवरी माह बच्चों के पोषण को मजबूत करने का सुनहरा अवसर है। मौसम का बदलाव, रबी की फसलें और हरी सब्जियाँ-सब मिलकर हमें यह संदेश देती हैं कि "थाली में पोषण होगा, तभी शरीर में ताकत होगी।" यदि आज हम अपने बच्चों को संतुलित आहार देंगे, तो कल वे स्वस्थ, सक्षम और आत्मनिर्भर नागरिक बनेंगे। यही सच्चा विकास है और यही समाज की असली पूँजी।



अब भी खतरा है -

फरवरी माह में बकरियों की रक्षा जरूरी (वागड़ क्षेत्र के बकरी पालकों के लिए विशेष सलाह)

बकरी किसानों की "चलती-फिरती बैंक" मानी जाती है। लेकिन सर्दियों के अंत का महीना फरवरी सबसे ज्यादा धोखा देने वाला समय होता है। बाहर से लगता है कि सर्दी खत्म हो रही है, पर वास्तव में यही समय बकरियों के लिए सबसे अधिक जोखिम वाला होता है। फरवरी में अभी भी

- रात की ठंड, कोहरा और नमी रहती है,
- हरा चारा कम मिलता है,
- गर्भवती व दूध देने वाली बकरियों की संख्या बढ़ जाती है और किसान का ध्यान धीरे-धीरे ढीला पड़ने लगता है।

इसी वजह से इसी महीने में निमोनिया, खांसी-जुकाम, कमजोरी, दस्त, गर्भात और बच्चों की मृत्यु सबसे अधिक देखने को मिलती है। वागड़ अंचल और उससे जुड़े आदिवासी बहुल क्षेत्र वर्षा आधारित खेती, सीमित सिंचाई और कठिन सामाजिक-आर्थिक परिस्थितियों वाले हैं। यहाँ बकरी पालन केवल एक पशुपालन गतिविधि नहीं बल्कि आपातकालीन आय, खाद्य सुरक्षा और सम्मानजनक आजीविका का आधार है। अधिकांश परिवारों में महिलाएँ और बुजुर्ग ही बकरियों की देखभाल करते हैं, और वे स्थानीय संसाधनों व पारंपरिक ज्ञान के सहारे यह जिम्मेदारी निभाते हैं। यदि इस समय थोड़े से वैज्ञानिक सुधार किए जाएँ, तो भारी आर्थिक नुकसान से बचा जा सकता है।

फरवरी क्यों है सबसे ज्यादा खतरनाक महीना ?

बीमारी का सटीक समय किसान को लगता है कि सर्दी खत्म हो रही है जबकि यही समय निमोनिया और संक्रमण का सबसे बड़ा कारण बनता है।	गर्भावस्था व बच्चे देने का दौर 1) फरवरी व मार्च में अधिकतम बकरियाँ बच्चे देती हैं। 2) कमजोर माँ व बच्चे सबसे ज्यादा खतरे में होते हैं।
सर्दी का आखिरी झटका 1) दिन में गर्मी, रात में तेज ठंड 2) कोहर, ओस और नमी बनी रहती है।	मौसम परिवर्तन का झटका (संक्रमण माह) 1) सर्दी से गर्मी की ओर बदलाव 2) इस समय थोड़ी सी लापरवाही से पूरे साल का नुकसान हो सकता है।
हरे चारे की भारी कमी 1) खेतों में फसल खड़ी होती है। 2) चराई क्षेत्र सीमित हो जाते हैं।	

स्वच्छता एवं रोग नियंत्रण

- 1) रोज सफाई
- 2) नीम पानी से साप्ताहिक धुलाई
- 3) बीमार अलग
- 4) टीकाकरण व कृमिनाशक समय पर

सर्दियों में बकरी घर प्रबंधन का महत्व

- 1) शरीर का तापमान बनाए रखना
- 2) ठंडी हवा, पाला व नमी से बचाव
- 3) रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाना
- 4) बच्चों की मृत्यु दर कम करना

सर्दियों के लिए बकरी घर की विशेषताएँ	ठंड से बचाव के उपाय
स्थान - 1) ऊँची एवं सूखी जगह। 2) पानी का जमाव न हो। 3) घर पूर्व या दक्षिण दिशा की ओर खुला हो।	बिछावन - 1) सूखा भूसा/पुआल। 2) 10-15 दिन में बदलें। 3) गीला तुरंत हटाएँ।
दीवारें - 1) मिट्टी/ईट/पत्थर/लकड़ी 2) उत्तर व पश्चिम दिशा बंद 3) गोबर-मिट्टी का लेप करें।	हवा रोके - 1) टाट/बोरे/घास 2) रात में दरवाजा बंद। 3) दिन में धूप में बाहर।
छत - 1) टीन, खपरैल या सूखी घास 2) टीन के नीचे सूखी घास 3) पानी टपकना नहीं चाहिए।	समूह - 1) झुंड में रखें। 2) बच्चों व कमजोर बकरियों को अलग
बच्चों के लिए विशेष ध्यान	
1) जन्म के बाद पोछें	2) अलग/सुरक्षित जगह
3) मोटा बिछावन	3) 7-10 दिन विशेष देखभाल

सर्दियों में पोषण क्यों जरूरी?

- 1) शरीर गर्म रखने में ऊर्जा खर्च
- 2) हरा चारा कम
- 3) चराई समय कम
- 4) गर्भवती/दूध वाली बकरियों की जरूरत अधिक

संतुलित आहार	
सूखा चारा 1) गेहूँ भूसा 2) ज्वार-बाजरा कडबी 3) दालों का भूसा	हरा चारा 1) ओस वाली गीली घास न दें 2) धूप में सुखाकर दें
दाना मिश्रण 1) मक्का/जौ/बाजरा : 40 प्रतिशत 2) चोकर : 30 प्रतिशत 3) खली : 25 प्रतिशत गर्भवती व दूध देने वाली बकरियों को 250-400 ग्राम प्रतिदिन।	
खनिज व पानी 1) खनिज ईट 3) सप्ताह में 1-2 बार गुड़ 5) दिन में 2 बार	2) नमक की ढेली 4) धूप में रखा पानी

सामान्य रोग एवं बचाव

रोग	कारण	बचाव
निमोनिया	ठंडी हवा, नमी	घर बंद, सूखा बिछावन
खांसी-जुकाम	गीली घास	सूखा चारा, गर्म पानी
दस्त	गंदा पानी	स्वच्छता, ताजा पानी
कमजोरी	पोषण कमी	संतुलित आहार

किसानों के लिए संदेश : अब भी खतरा है!

फरवरी में थोड़ी सी सावधानी आपकी बकरियों की जान बचा सकती है, उत्पादन बढ़ा सकती है और आपकी आय सुरक्षित कर सकती है।
घर+पोषण+स्वच्छता+देखभाल = सुरक्षित बकरी पालन

मिट्टी का घर : स्वास्थ्य, संस्कृति, जलवायु और आत्मनिर्भरता की विरासत

आदिवासी समुदाय की जीवनशैली प्रकृति के साथ गहरे जुड़ाव की मिसाल रही है। इसी जीवनदृष्टि का एक महत्वपूर्ण प्रतीक है परम्परागत मिट्टी का घर, जो केवल रहने की जगह नहीं बल्कि पीढ़ियों से संचित ज्ञान, अनुभव और विश्वास का सजीव रूप है। मिट्टी, गोबर, लकड़ी, पत्थर और स्थानीय घास से बने ये घर हर मौसम में संतुलन बनाए रखते हैं। गर्मी में ठंडक, सर्दी में गर्माहट और बरसात में सुरक्षा प्रदान करने वाले ये घर जलवायु के अनुरूप ढले हुए हैं। आज जब जलवायु परिवर्तन, बढ़ती गर्मी और अस्थिर मौसम हमारे सामने बड़ी चुनौती बन चुके हैं, तब परम्परागत मिट्टी के घरों का महत्व और भी बढ़ जाता है। यह केवल वास्तुकला नहीं, बल्कि प्रकृति के साथ सह-अस्तित्व की एक वैज्ञानिक और सांस्कृतिक विरासत है, जिसे समझना और बचाना आज की सबसे बड़ी आवश्यकता बन गई है।

जलवायु अनुकूलता - परम्परागत मिट्टी के घरों का सबसे बड़ा महत्व उनकी जलवायु अनुकूलता में छिपा है। ये घर स्थानीय जलवायु, मिट्टी की प्रकृति और उपलब्ध संसाधनों को ध्यान में रखकर बनाए जाते हैं। मोटी मिट्टी की दीवारें गर्मियों में भीतर का तापमान कम रखती हैं और सर्दियों में गर्माहट बनाए रखती हैं। छतों पर घास-फूस या ढलाऊ होने से वर्षा का पानी सहज रूप से बह जाता है और भीतर नमी नहीं जमती। इन घरों की बनावट ऐसी होती है कि हवा का प्राकृतिक आवागमन बना रहे, जिससे बिना बिजली या पंखे के भी घर ठंडा और हवादार रहता है। आज के समय में जब लोग एसी और कूलर पर निर्भर होते जा रहे हैं, तब यह परम्परागत तकनीकी ऊर्जा की बचत और पर्यावरण संरक्षण का बेहतरीन उदाहरण है।

स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव - जलवायु अनुकूल मिट्टी के घरों का परिवार के स्वास्थ्य पर भी गहरा सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। ऐसे घरों में रहने से अत्यधिक गर्मी या ठंड के कारण होने वाली बीमारियों का खतरा कम हो जाता है। मिट्टी की दीवारें नमी को संतुलित रखती हैं, जिससे फंगल संक्रमण, सांस की बीमारियाँ और एलर्जी जैसी समस्याएँ घटती हैं। इन घरों में प्रयुक्त प्राकृतिक सामग्री जहरीले रसायनों से मुक्त होती है, जो पक्के मकानों में इस्तेमाल होने वाले सीमेंट, पेंट और केमिकल्स के मुकाबले कहीं अधिक सुरक्षित है। बच्चों, बुजुर्गों और गर्भवती महिलाओं के लिए यह वातावरण विशेष रूप से अनुकूल होता है। इस तरह परम्परागत घर केवल सस्ते ही नहीं, बल्कि स्वास्थ्यवर्धक भी हैं।

पक्के मकानों की ओर बढ़ता रुझान : एक भ्रम - इसके विपरीत, आज समुदाय में पक्के मकानों की ओर तेजी से रुझान बढ़ रहा है। सीमेंट, ईट और लोहे से बने इन मकानों को आधुनिकता और सामाजिक प्रतिष्ठा का प्रतीक माना जाने लगा है। लोग यह सोचने लगे हैं कि मिट्टी का घर गरीबी का संकेत है, जबकि पक्का मकान

प्रगति का। इसी सोच के कारण कई परिवार अपने परम्परागत घर छोड़कर कर्ज लेकर पक्के मकान बना रहे हैं। परन्तु इस बदलाव के साथ अनेक छिपे हुए नुकसान भी जुड़े हैं, जिन पर गंभीरता से विचार करना आवश्यक है।

आर्थिक प्रभाव - पक्के मकानों का सबसे बड़ा नुकसान उनका भारी आर्थिक बोझ है। एक पक्का मकान बनाने के लिए सीमेंट, सरिया, ईट, रेत और मजदूरी पर बड़ी रकम खर्च होती है। अधिकांश आदिवासी परिवारों की आय सीमित होती है, ऐसे में उन्हें साहूकारों या बैंकों से कर्ज लेना पड़ता है। यह कर्ज वर्षों तक परिवार पर बोझ बनकर रहता है और कई बार उनकी पूरी आजीविका इसी कर्ज को चुकाने में चली जाती है। इसके विपरीत मिट्टी के घर स्थानीय संसाधनों से कम लागत में बन जाते हैं और समुदाय के लोग मिलकर श्रमदान से इन्हें खड़ा कर लेते हैं। इस तरह परम्परागत घर आर्थिक आत्मनिर्भरता का भी मजबूत आधार हैं।

आर्थिक बोझ के अलावा पक्के मकानों से जुड़े पर्यावरणीय नुकसान भी कम नहीं हैं। सीमेंट और ईट बनाने में भारी मात्रा में ऊर्जा खर्च होती है और कार्बन उत्सर्जन बढ़ता है। इससे जलवायु परिवर्तन की समस्या और गहरी होती है। दूसरी ओर मिट्टी के घर बनाने में कार्बन उत्सर्जन शून्य होता है और निर्माण के बाद भी ये पूरी तरह प्रकृति में मिल जाते हैं। यदि किसी कारण से घर गिर भी जाए, तो उसकी सामग्री दोबारा इस्तेमाल की जा सकती है या नुकसान नहीं होता। यह टिकाऊ विकास का एक जीवंत उदाहरण है, जिसे हमें फिर से अपनाने की जरूरत है।

सांस्कृतिक विरासत - संस्कृति के दृष्टिकोण से भी परम्परागत मिट्टी के घरों का अनूठा महत्व है। इन घरों की दीवारों पर बनी लोकचित्रकारी, गोबर-लिपाई की परम्परा, आंगन में बना चूल्हा और घर के आसपास के पेड़-पौधे आदिवासी जीवनशैली की पहचान हैं। हर त्योहार, विवाह और संस्कार इन घरों की चौखट पर ही संपन्न होते हैं। यह केवल ईट और मिट्टी का ढांचा नहीं, बल्कि स्मृतियों, रिश्तों और परम्पराओं का संगम होते हैं। जब हम इन्हें छोड़कर पक्के मकानों में जाते हैं, तो धीरे-धीरे अपनी सांस्कृतिक जड़ों से भी कटते चले जाते हैं। यह सांस्कृतिक क्षरण भविष्य की पीढ़ियों के लिए एक बड़ा खतरा बन सकता है।

सुरक्षा और आपदा प्रतिरोध - सुरक्षा के दृष्टिकोण से भी मिट्टी के घर कमतर नहीं हैं, जैसा कि आमतौर पर समझा जाता है। सही तकनीक से बनाए गए मिट्टी के घर भूकंप के झटकों को सहन करने में अधिक सक्षम होते हैं, क्योंकि उनकी दीवारें लचीली होती हैं और झटकों को अवशोषित कर लेती हैं। इसके विपरीत पक्के मकान कठोर होते हैं और तेज झटकों में गिरने का खतरा अधिक रहता है। इसके अलावा आग लगने की स्थिति में भी

मिट्टी के घर अपेक्षाकृत सुरक्षित होते हैं, क्योंकि इनमें ज्वलनशील सामग्री कम होती है। उचित देखरेख और समय-समय पर मरम्मत से ये घर दशकों तक सुरक्षित और मजबूत बने रह सकते हैं।

आधुनिक तकनीक से सशक्त परम्परा - आज आवश्यकता इस बात की है कि समुदाय फिर से अपने परम्परागत ज्ञान पर गर्व करे और उसे आधुनिक तकनीक के साथ जोड़कर आगे बढ़ाए। मिट्टी के घरों को मजबूत बनाने के लिए अब वैज्ञानिक तरीके उपलब्ध हैं, जैसे मिट्टी में चूना या भूसा मिलाना, बेहतर नींव तैयार करना और जल निकासी की उचित व्यवस्था करना। इससे इन घरों की मजबूती और आयु दोनों बढ़ाई जा सकती हैं। यदि सरकार और सामाजिक संस्थाएँ मिलकर इस दिशा में तकनीकी सहायता और प्रोत्साहन दें, तो लोग फिर से परम्परागत घरों की ओर लौट सकते हैं।

समुदाय जागरूकता के लिए यह समझना जरूरी है कि असली प्रगति केवल सीमेंट की दीवारों में नहीं, बल्कि आत्मनिर्भरता, स्वास्थ्य, संस्कृति और प्रकृति के साथ संतुलन में छिपी है। परम्परागत मिट्टी के घर इन सभी मूल्यों का प्रतिनिधित्व करते हैं। हमें बच्चों और युवाओं को यह सिखाना होगा कि उनके पूर्वजों की यह विरासत कोई पिछड़ापन नहीं, बल्कि भविष्य की राह दिखाने वाला खजाना है। जब हम अपने पारम्परिक घरों को अपनाएँगे, तो न केवल अपने खर्च और बीमारियों को कम करेंगे, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक सुरक्षित, स्वस्थ और टिकाऊ दुनिया भी तैयार करेंगे।

संदेश और आह्वान - अंततः यह कहना गलत नहीं होगा कि आदिवासी समुदाय का परम्परागत मिट्टी का घर हर मौसम में ढलने वाला, जलवायु अनुकूल और अटूट विश्वास का स्रोत है। वर्तमान में पक्के मकानों की ओर बढ़ता रुझान हमें अस्थायी सुविधा तो दे सकता है, लेकिन इसके दीर्घकालिक परिणाम आर्थिक बोझ, सांस्कृतिक क्षरण और पर्यावरणीय नुकसान के रूप में सामने आएँगे। यदि हम समय रहते चेत गए और अपनी परम्पराओं को आधुनिक समझ के साथ पुनर्जीवित किया, तो यह न केवल समुदाय की पहचान को बचाएगा, बल्कि पूरे समाज के लिए एक प्रेरक उदाहरण भी बनेगा। यही सच्ची जागरूकता और सतत विकास की राह है।

मोबाइल फोन : बच्चों और युवाओं के लिए अवसर या चुनौती ?

आदिवासी समाज की पहचान उसके प्रकृति आधारित जीवन, सामूहिक सोच और परंपरागत ज्ञान से बनी है। जंगल, जमीन, खेती, पशुपालन और आपसी सहयोग के साथ जीने वाला यह समाज बच्चों और युवाओं को जीवन के अनुभवों से सिखाता आया है। यहाँ सीखना केवल स्कूल तक सीमित नहीं रहा, बल्कि परिवार, खेत और समुदाय ही बच्चों की पहली पाठशाला रहे हैं। आज के बदलते समय में समुदाय भी मोबाइल फोन तेजी से जीवन का हिस्सा बन गया है। पहले जहाँ जानकारी गांव तक सीमित नहीं रही, वहीं अब मोबाइल के माध्यम से मौसम, खेती, बाजार, शिक्षा और सरकारी योजनाओं से जुड़ी खबरें सीधे हाथ में उपलब्ध होने लगी हैं। कई परिवारों के लिए मोबाइल पहला ऐसा साधन है, जिसने उन्हें बाहरी दुनिया से जोड़ा है और नई संभावनाओं के द्वार खोले हैं। लेकिन इस बदलाव के साथ नई चुनौतियाँ भी सामने आई हैं। बिना समझ और मार्गदर्शन के मोबाइल का अधिक और गलत उपयोग बच्चों और युवाओं को पढ़ाई, खेती और पारिवारिक जिम्मेदारियों से दूर कर सकता है। मोबाइल गेम्स, सोशल मीडिया और भ्रामक जानकारीयों कई बार बच्चों को भ्रमित कर देती हैं, जिसका असर उनके व्यवहार, समय और भविष्य पर पड़ता है। इसका प्रभाव केवल बच्चों तक सीमित नहीं रहता, बल्कि पूरे परिवार और समुदाय को प्रभावित करता है।

आदिवासी समुदायों में यह स्थिति और भी संवेदनशील हो जाती है क्योंकि यहाँ शिक्षा, रोजगार और सही मार्गदर्शन के अवसर पहले से ही सीमित हैं। ऐसे में यह बहुत जरूरी हो जाता है कि मोबाइल फोन को केवल मनोरंजन की वस्तु न मानकर उसे शिक्षा, खेती और आजीविका से जुड़ा उपयोगी साधन बनाया जाए।
मोबाइल फोन की लत - शारीरिक और मानसिक समस्याएँ कैसे बढ़ रही हैं। आज गांवों में यह स्पष्ट रूप से देखा जा रहा है कि बच्चे और युवा मोबाइल फोन के बिना बेचैन हो रहे हैं। मोबाइल अब केवल जानकारी या मनोरंजन का साधन नहीं रह गया है, बल्कि कई बच्चों के जीवन का केंद्र बन रहा है। मोबाइल न मिलने पर गुस्सा, चिड़चिड़ापन और असहजता दिखाई दे रही है यह साफ संकेत है कि मोबाइल की आदत लत में बदल रही है।
शरीर पर सीधा असर - लगातार मोबाइल स्क्रीन देखने से बच्चों और युवाओं के शरीर पर गंभीर प्रभाव पड़ रहा है -

- आंखों में जलन, दर्द और धुंधलापन
- कम उम्र में सिरदर्द और लगातार थकान
- देर रात तक मोबाइल चलाने से नींद की कमी
- सुबह उठने में परेशानी और पढ़ाई में अरुचि
- गर्दन, कंधे और कमर में दर्द
- खेल-कूद और मेहनत वाले कामों से दूरी

मन और व्यवहार पर असर - मोबाइल की लत का असर अब बच्चों के व्यवहार में साफ दिखाई दे रहा है -
● बात-बात पर गुस्सा व चिड़चिड़ापन
● पढ़ाई और काम में ध्यान न लगना
● परिवार से बातचीत कम होना
● अकेलापन और उदासी बढ़ना
● सोशल मीडिया देखकर खुद को कमतर समझना

● गलत और भ्रामक जानकारी से डर और भ्रम
परिवार और समुदाय पर प्रभाव - यह समस्या केवल बच्चों तक सीमित नहीं रह रही, बल्कि पूरे परिवार और समुदाय को प्रभावित कर रही है -

- घरों में आपसी संवाद कम हो रहा है
- बच्चे खेती, पशुपालन और घरेलू कामों से कट रहे हैं
- पारंपरिक खेल और त्योहार पीछे छूट रहे हैं
- रिचार्ज और इंटरनेट खर्च से आर्थिक दबाव बढ़ रहा है
- सामूहिक संस्कृति कमजोर हो रही है

मोबाइल की लत के साफ संकेत - अगर बच्चों में ये बदलाव दिखें, तो सावधान होना जरूरी है -
● मोबाइल छिपाकर चलाना
● देर रात तक जागकर मोबाइल उपयोग
● पढ़ाई और जिम्मेदारी से दूरी
● बिना मोबाइल गुस्सा या बेचौनी
मोबाइल फोन का सही उपयोग कैसे करें - मोबाइल फोन का उपयोग तभी लाभकारी होता है जब उसका उद्देश्य साफ हो। समुदाय में बच्चों और युवाओं के लिए मोबाइल को जीवन से जोड़कर उपयोग करना जरूरी है।

- 1. सीखने और जानकारी के लिए**
● पढ़ाई, होमवर्क और सामान्य ज्ञान के लिए मोबाइल का उपयोग करें।
● खेती, मौसम, बाजार भाव और सरकारी योजनाओं की जानकारी देखें।
● उपयोगी वीडियो और ऑडियो के माध्यम से नई बातें सीखें।
- 2. भाषा, गणित और प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी में**
● मोबाइल का सहारा लें।
- 2. खेती और आजीविका से जोड़कर**
● मौसम की जानकारी देखकर खेती के फैसले लें।
● फसलों और वनोपज के सही दाम की जानकारी लें।
● माता-पिता को बताएं कि किस बाजार में उत्पाद अच्छे दाम पर बिक सकते हैं।
● मूल्य संवर्धन (प्रोसेसिंग) से जुड़े तरीकों को सीखें।
- 3. परिवार के सहयोग के लिए**
● माता-पिता को सरकारी योजनाओं, राशन, पेंशन, छात्रवृत्ति की जानकारी दें।
● गांव और समाज से जुड़े अच्छे कामों की जानकारी साझा करें।
● मोबाइल का उपयोग परिवार के साथ बैठकर करें, अकेले नहीं।

मोबाइल उपयोग में जरूरी सावधानियाँ - गलत और असंतुलित उपयोग बच्चों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास को नुकसान पहुंचा सकता है।

- 1. समय की सावधानी**
1) लंबे समय तक मोबाइल देखने से आंखों और दिमाग पर असर पड़ता है।
2) मोबाइल का उपयोग तय समय पर और सीमित अवधि के लिए ही करें।
3) रात में देर तक मोबाइल न चलाएं।
- 2. कंटेंट की सावधानी**

1) हिंसा, गाली-गलौज, अश्लीलता और गलत व्यवहार वाले वीडियो से बचें।

2) बिना समझे किसी भी लिंक, गेम या ऐप को डाउनलोड न करें।

3) सोशल मीडिया पर अनजान लोगों से बात न करें।

3. खर्च की सावधानी

- 1) बार-बार रिचार्ज, गेमिंग और ऑनलाइन खर्च से परिवार पर आर्थिक बोझ पड़ता है।
- 2) बिना जरूरत ऑनलाइन खरीदारी न करें।

3) मोबाइल को कमाने का सपना दिखाने वाले झूठे प्रचार से सावधान रहें।

4. मानसिक और सामाजिक सावधानी

- 1) मोबाइल को अकेलेपन का साथी न बनाएं।
- 2) खेल, काम, पढ़ाई और परिवार के समय को मोबाइल से ज्यादा महत्व दें।
- 3) गुस्सा, चिड़चिड़ापन या व्यवहार में बदलाव दिखें तो मोबाइल उपयोग कम करें।

माता-पिता की भूमिका - कैसे नियंत्रण और मार्गदर्शन रखें माता-पिता का डरना या पूरी तरह रोकना समाधान नहीं है। समझ, संवाद और उदाहरण सबसे जरूरी हैं।

1. निगरानी रखें, लेकिन भरोसे के साथ -

- 1) बच्चा कौन-से ऐप और वीडियो देख रहा है।
- 2) मोबाइल बच्चों के कमरे में न रखकर घर के साझा स्थान पर रखें।
- 3) बच्चों से रोज पूछें - आज मोबाइल से क्या सीखा?

2. समय और नियम तय करें

- 1) उम्र के अनुसार मोबाइल उपयोग का समय तय करें।
 - 2) पढ़ाई, काम और घरेलू जिम्मेदारी पूरी होने के बाद ही मोबाइल दें।
 - 3) सोने से पहले मोबाइल बंद रखने की आदत डालें।
- ### 3. खुलकर बातचीत करें
- 1) मोबाइल के नुकसान और फायदे दोनों समझाएं।
 - 2) बच्चों की बात ध्यान से सुनें, डांटने की बजाय समझाएं।
 - 3) अगर बच्चा गलत कंटेंट देख चुका है तो डराने की बजाय सही जानकारी दें।

निष्कर्ष : मोबाइल फोन बच्चों एवं युवाओं के हाथ में तभी सुरक्षित है जब उसके पीछे माता-पिता और समुदाय का मार्गदर्शन हो। यदि मोबाइल का उपयोग सीखने, खेती और आजीविका से जुड़कर किया जाए, तो यह बच्चों को मजबूत और आत्मनिर्भर बना सकता है। लेकिन बिना निगरानी और समझ के यही मोबाइल बच्चों के भविष्य पर नकारात्मक असर डाल सकता है। इसलिए जरूरी है कि हम मोबाइल को नियंत्रण नहीं, समझ और जिम्मेदारी के साथ बच्चों के जीवन में शामिल करें।



सालों की लंबी प्रतीक्षा के बाद पेंशन की मुहर



संदर्भ — ग्रामीण भारत में आज भी बड़ी संख्या में बुजुर्ग महिलाएँ सरकारी कल्याणकारी योजनाओं का लाभ नहीं ले पा रही हैं। इसका प्रमुख कारण जानकारी का अभाव, दस्तावेजों में त्रुटियाँ, डिजिटल प्रक्रियाओं की जटिलता और प्रशासनिक स्तर पर मार्गदर्शन की कमी है। कई बार केवल एक छोटी-सी तकनीकी गलती किसी व्यक्ति को वर्षों तक उसके वैधानिक अधिकार से वंचित कर देती है। ऐसी ही परिस्थितियों से गुजरना पड़ा छोटी पडाल गाँव की निवासी एक बुजुर्ग महिला अलकू बेन को, जिन्हें पात्र होने के बावजूद लंबे समय तक वृद्धा पेंशन नहीं मिल पाई।

समस्या की पृष्ठभूमि — छोटी पडाल गाँव की रहने वाली अलकू बेन एक साधारण ग्रामीण महिला हैं। उन्होंने अपना पूरा जीवन परिवार की जिम्मेदारियों, खेती और खेतिहर मजदूरी में बिताया। उम्र बढ़ने के साथ-साथ शारीरिक श्रम करना उनके लिए कठिन होता चला गया। ऐसे समय में उन्हें सरकार द्वारा संचालित वृद्धा पेंशन योजना से सहारा मिलने की उम्मीद थी, जो बुजुर्गों के लिए एक महत्वपूर्ण सामाजिक सुरक्षा योजना है।

अलकू बेन के पास उपलब्ध पहचान पत्र के अनुसार वर्ष 2024 में उनकी आयु 66 वर्ष थी, जो वृद्धा पेंशन की निर्धारित पात्रता आयु से अधिक है। इसके बावजूद पेंशन के लिए आवेदन करने पर उन्हें बार-बार यह कहकर अपात्र घोषित किया गया कि उनकी आयु मानदंडों के अनुरूप नहीं है, जबकि वर्ष 2022 तक उन्हें इस योजना का लाभ मिलता रहा, उसके बाद पेंशन बंद कर दी गई।

समस्या का मूल कारण — जाँच करने पर यह तथ्य सामने आया कि अलकू बेन के आधार कार्ड में उनकी उम्र गलती से 49 वर्ष दर्ज थी। यही एक बड़ी बाधा बन गई, जिसके कारण वे लगभग दो वर्षों तक वृद्धा पेंशन योजना से वंचित रही। अलकू बेन न तो इस गलती का कारण समझ पा रही थीं और न ही यह जानती थीं कि इस तरह की त्रुटि को कैसे सुधारा जा सकता है। उनके लिए सरकारी दफतरो के चक्कर लगाना और प्रक्रियाओं को समझना अत्यंत कठिन था। यह स्थिति केवल अलकू बेन तक सीमित नहीं थी, बल्कि ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले अनेक बुजुर्गों के सामने आने वाली एक आम समस्या को दर्शाती है, जहाँ दस्तावेजों में त्रुटि के कारण उन्हें अपने अधिकारों से वंचित रहना पड़ता है।

समस्या की पहचान — वाग्धारा संस्था से जुड़े समुदाय सहजकर्ता प्रकाश जब नवम्बर 2024 में ग्राम स्वराज समूह की बैठक आयोजित कर रहे थे, तब ग्राम स्वराज समूह के सदस्य मानजी भाईने यह मुद्दा उठाया कि उनके पड़ोस में रहने वाली अलकू बेन, जिनकी उम्र 60 वर्ष से अधिक है, उन्हें 2022 से वृद्धा पेंशन का लाभ नहीं मिल पाया है इसके पूर्व में उनकी राशी उनके खाते में आती थी। इस जानकारी के बाद ग्राम स्वराज समूह के सदस्यों के साथ प्रकाश जी ने गृह भ्रमण किया और अलकू बेन के घर जाकर उनसे विस्तार से बातचीत की। चर्चा के दौरान यह स्पष्ट हुआ कि पेंशन न मिलने का मुख्य कारण आधार कार्ड और पहचान पत्र में दर्ज उम्र का अंतर है।

समाधान की प्रक्रिया और चुनौतियाँ — समस्या की पहचान होने के बाद ग्राम स्वराज समूह के अध्यक्ष मानजी भाई, सदस्य चेतन लाल जी, हाकर बेन और समुदाय सहजकर्ता प्रकाशजी ने सबसे पहले स्थानीय ई-मित्र से संपर्क किया। वहाँ से यह कहकर मना कर दिया गया कि अब उम्र में सुधार संभव नहीं है। यह अलकू बेन और उनके परिवार के लिए अत्यंत निराशाजनक स्थिति थी। हालाँकि ग्राम स्वराज समूह ने हार नहीं मानी। इसके बाद सभी सदस्य तहसील कार्यालय पहुँचे और पूरी स्थिति अधिकारियों के समक्ष रखी। तहसील स्तर पर यह जानकारी मिली कि यदि जन्म से संबंधित प्रमाण प्रस्तुत किया जाए, तो आधार कार्ड में उम्र सुधार की प्रक्रिया संभव है। इसके बाद आवश्यक दस्तावेजों की सूची तैयार की गई। समाधान के लिए अलकू बेन के भाई गोडिया के आधार कार्ड और परिचय पत्र को प्रमाण के रूप में लिया गया। इन दस्तावेजों को भोगोरो का खेड़ा पंचायत में जमा किया गया। पंचायत स्तर पर सभी औपचारिकताएँ पूरी करने के बाद अलकू बेन का जन्म प्रमाण पत्र तैयार किया गया। जन्म प्रमाण पत्र बन जाने के पश्चात आधार कार्ड में उनकी सही उम्र दर्ज करवाई गई। यह पूरी प्रक्रिया आसान नहीं थी और इसके लिए निरंतर फॉलो-अप, धैर्य और प्रशासनिक

समझ की आवश्यकता पड़ी।

योजना का लाभ — आधार कार्ड में सुधार होने के बाद अलकू बेन की वृद्धा पेंशन की फाइल पुनः तैयार की गई और सभी आवश्यक दस्तावेजों के साथ आवेदन प्रस्तुत किया गया। प्रक्रिया पूर्ण होने के बाद मई 2025 में उनकी पेंशन स्वीकृत हुई। इसके परिणाम स्वरूप उन्हें दो वर्षों की लंबित पेंशन राशि एक साथ प्राप्त हुई —

● पहली किश्त — 15,000 रुपये

● दूसरी किश्त — 8,000 रुपये

● तीसरी किश्त — 8,000 रुपये

इसके बाद अब उन्हें नियमित रूप से वृद्धा पेंशन मिलने लगी है। यह राशि उनके लिए केवल आर्थिक सहायता नहीं, बल्कि आत्मसम्मान, सुरक्षा और भरोसे का प्रतीक बन गई है।

ग्राम स्वराज समूह की भूमिका — इस पूरे मामले में ग्राम स्वराज समूहकी भूमिका अत्यंत सराहनीय रही।

समूह के अध्यक्ष मानजी भाई, सदस्य चेतनलाल जी, हाकर बेन और समुदाय सहजकर्ता प्रकाशजी ने न केवल समस्या को पहचाना, बल्कि प्रशासनिक तंत्र के साथ समन्वय स्थापित कर समाधान तक पहुँचाया। इसके अतिरिक्त गाँव के सरपंच और सचिव का सहयोग भी महत्वपूर्ण रहा, जिन्होंने पंचायत स्तर पर दस्तावेजी प्रक्रिया को समय पर पूरा करने में सहयोग किया। यह सामूहिक प्रयास इस बात का प्रमाण है कि समुदाय आधारित संगठन यदि सक्रिय हों, तो जमीनी स्तर पर बड़े बदलाव संभव हैं।



निष्कर्ष — आज अलकू बेन और उनका परिवार संतुष्ट और प्रसन्न है। उनका मानना है कि यदि समय पर सही मार्गदर्शन और सहयोग मिले, तो सरकारी योजनाएँ वास्तव में जरूरतमंदों तक पहुँच सकती हैं। यह कहानी केवल अलकू बेन की नहीं, बल्कि उन सभी बुजुर्गों की आवाज है जो दस्तावेजी त्रुटियों और जानकारी के अभाव के कारण अपने अधिकारों से वंचित रह जाते हैं।

जब ट्रैक्टर रूक जाते हैं तब भी बैलों की मेहनत से खेत मुस्कुराते हैं।



मध्यप्रदेश के झाबुआ जिले के ग्राम मोर (ब्लॉक पेटलावद) में अधिकांश किसान सीमांत हैं, जिनकी आजीविका खेती और मजदूरी पर निर्भर है। आधुनिक कृषि यंत्रों तक सीमित पहुँच, छोटे जोत आकार और प्राकृतिक जोखिम यहाँ की खेती को अस्थिर बनाते हैं। लगातार हो रही भारी बारिश के कारण खेतों में अत्यधिक नमी और कीचड़ की स्थिति बन गई, जिससे ट्रैक्टर से जुताई संभव नहीं रही। खेतों में खरपतवार तेजी से बढ़ने लगे और समय पर जुताई न होने से फसल पर गंभीर खतरा उत्पन्न हो गया।

इसी चुनौतीपूर्ण परिस्थिति में गवरिया लालजी पारगी (उम्र 50 वर्ष), जो मात्र 3 बीघा भूमि के साधारण किसान हैं— ने एक ऐसा समाधान प्रस्तुत किया जिसने खेती को रूकने से बचाया और उन्हें एक किसान से उद्यमी में बदल दिया। गवरिया लालजी के पास अपने दो बैल और पारंपरिक हल थे, जिन्हें वे सामान्यतः केवल अपने खेत तक सीमित रखते थे। जब गाँव में ट्रैक्टर चलना बंद हो गया, तब उन्होंने परिस्थिति को संकट नहीं बल्कि अवसर के रूप में देखा। उन्होंने निर्णय लिया कि वे अपने बैलों और हल को किराये पर किसानों को उपलब्ध कराएँगे, ताकि समय पर जुताई हो सके और उनकी भी आय बड़े।

उन्होंने प्रतिदिन लगभग 1 बीघा खेत की जुताई की और इसके लिए 1200 रुपये प्रति बीघा शुल्क लिया। यह पहल किसी औपचारिक योजना या वित्तीय सहायता से नहीं, बल्कि स्थानीय संसाधनों और आत्मनिर्भर

सोच से शुरू हुई। गाँव के किसानों का विश्वास और समय पर आवश्यकता ही इस पहल का सबसे बड़ा संस्थागत समर्थन बना। "जब ट्रैक्टर खेत में फँस जाते थे, तब लालजी के बैल ही हमारे लिए उम्मीद बने,"— ग्राम मोर के एक किसान ने कहा। इस पहल की सफलता के पीछे सबसे बड़ा सहायक तत्व गवरिया लालजी की सोच में बदलाव था। उन्होंने पारंपरिक साधनों को पिछड़ा हुआ मानने के बजाय, उन्हें परिस्थिति के अनुसार सबसे उपयुक्त समाधान के रूप में देखा। उनके पास पहले से उपलब्ध बैल और हल, खेती का अनुभव, और गाँव के किसानों की वास्तविक समस्या को समझने की क्षमता ने इस नवाचार को संभव बनाया। साथ ही, किसानों के बीच आपसी विश्वास और स्थानीय स्तर पर त्वरित निर्णय लेने की स्वतंत्रता भी सहायक रही।

दूसरी ओर, इस पहल के सामने कई बाधाएँ भी थीं। लगातार बारिश के कारण काम करने की परिस्थितियाँ कठिन थीं। गाँव में बैलों की संख्या बहुत कम रह गई थी, जिससे शुरू में कुछ किसानों को संदेह था कि यह समाधान टिकाऊ होगा या नहीं। इसके अलावा, शारीरिक श्रम की अधिक आवश्यकता और सीमित समय में अधिक खेतों की जुताई करना भी एक चुनौती थी। इसके बावजूद, लालजी ने हार नहीं मानी। उन्होंने स्वयं मेहनत की, किसानों से संवाद किया और परिणाम दिखाकर भरोसा जीता।

"लोग कहते थे कि बैलों से अब खेती नहीं चलती, लेकिन हालात ने साबित कर दिया कि सही समय पर वही सबसे काम आए,"— गवरिया लालजी पारगी। इस पहल के परिणाम तत्काल और बहुआयामी

रहे। गवरिया लालजी ने 15 से अधिक किसानों के खेतों की जुताई की और लगभग 25,000 रुपये की अतिरिक्त आय अर्जित की, जो उनके सीमित संसाधनों वाले परिवार के लिए एक बड़ी उपलब्धि थी। सबसे महत्वपूर्ण प्रभाव यह रहा कि किसानों की फसल समय पर बोई जा सकी, खरपतवार नियंत्रण में रहा और संभावित नुकसान से खेती को बचाया जा सका। सामाजिक स्तर पर, इस पहल ने गाँव में यह विश्वास पैदा किया कि पुराने और स्थानीय संसाधन भी आजीविका के सशक्त साधन बन सकते हैं। किसानों ने यह समझा कि हर समाधान बाहर से नहीं आता, बल्कि कई बार समाधान उनके अपने घर और खेत में ही मौजूद होता है।

यह कहानी केवल आय बढ़ाने की नहीं, बल्कि आत्मनिर्भरता, नवाचार और सामूहिक लाभ की मिसाल बन गई। "लालजी ने हमें सिखाया कि हालात चाहे जैसे हों, अगर सोच सही हो तो रास्ता जरूर निकलता है,"— एक अन्य किसान की प्रतिक्रिया। यह मॉडल अन्य वर्षों-प्रभावित और सीमांत किसान क्षेत्रों में आसानी से दोहराया जा सकता है। जहाँ ट्रैक्टर या आधुनिक मशीनें हर परिस्थिति में काम नहीं कर पातीं, वहाँ पारंपरिक साधनों का सामूहिक और व्यावसायिक उपयोग एक प्रभावी विकल्प बन सकता है। यदि पंचायत, किसान समूह या आजीविका मिशन जैसे संस्थान इस मॉडल को पहचान और सहयोग दें, तो यह ग्रामीण स्तर पर कम लागत वाला उद्यमिता मॉडल बन सकता है।



आदिवासी भारत में ऊर्जा का असली अर्थ



भारत के आदिवासी क्षेत्र— चाहे वे मध्य भारत के जंगल हों, पूर्वी भारत के पठार, उत्तर-पूर्व की पहाड़ियाँ या पश्चिमी भारत के दुर्गम गाँव—लंबे समय से ऊर्जा अभाव का सामना करते रहे हैं। यहाँ ऊर्जा की कमी केवल अंधेरे घरों तक सीमित नहीं रही, बल्कि इसका

संभावित सकारात्मक प्रभाव (यदि सही ढंग से लागू हों)

आयाम	पहले की स्थिति	वर्तमान नीतिगत दृष्टिकोण
बिजली पहुँच	आंशिक और अनियमित	विकेन्द्रीकृत, स्थानीय समाधान
तकनीक	केवल ग्रिड विस्तार	सोलर, मिनी-ग्रिड, हाइब्रिड
योजना डिजाइन	एकरूप (one-size-fits-all)	क्षेत्र-विशिष्ट और लक्षित
आजीविका से जुड़ाव	लगभग अनुपस्थित	ऊर्जा आधारित उद्यम
समुदाय की भूमिका	उपभोक्ता मात्र	सहभागी और संभावित स्वामी

आर्थिक प्रभाव —

- डीजल और केरोसिन पर खर्च में कमी
- कृषि उत्पादकता और मूल्य संवर्धन
- स्थानीय स्तर पर तकनीकी और प्रबंधन रोजगार

सामाजिक प्रभाव

- महिलाओं का समय और श्रम बचाना
 - बच्चों की शिक्षा में निरंतरता
 - स्वास्थ्य सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार
- शासन और स्वायत्तता**
- ऊर्जा निर्णयों में स्थानीय भागीदारी
 - पंचायत और सामुदायिक संस्थाओं की भूमिका मजबूत सीमाएँ और नीतिगत खामियों/रूजमीन पर क्या अटक रहा है

1. **सूचना और क्षमता की असमानता**
योजनाओं की जानकारी अक्सर अंतिम व्यक्ति तक नहीं पहुँचती। डिजिटल प्लेटफॉर्म और जटिल प्रक्रियाएँ आदिवासी समुदायों के लिए अतिरिक्त बाधा बन जाती हैं।

2. **रखरखाव (O&M) को नजर अंदाज करना**
अधिकांश योजनाएँ स्थापना तक सीमित रहती हैं। बैटरी, इन्वर्टर और वायरिंग की दीर्घकालिक लागत नीति में समुचित रूप से शामिल नहीं होती।

3. **भूमि, स्वामित्व और अधिकार**
सामुदायिक ऊर्जा परियोजनाएँ अक्सर भूमि अधिकार, FRA और पंचायत स्वीकृति जैसे मुद्दों में उलझ जाती हैं।

4. **वित्तीय यथार्थ बनाम नीति अनुमान**
सब्सिडी के बावजूद जीवन-चक्र लागत (Life & cycle cost) गरीब परिवारों के लिए चुनौती बनी रहती है।

2) नीति की मान्यताएँ बनाम जमीनी वास्तविकताएँ

ऊर्जा स्वराज : एक वैकल्पिक दृष्टि

नीति मान्यता	जमीनी वास्तविकता
समुदाय तुरंत अपनाएगा	भरोसा और संवाद समय लेता है
निजी एजेंसी O&M करेगी	दूरस्थ क्षेत्रों में सेवा सीमित
सब्सिडी पर्याप्त है	दीर्घकालिक खर्च अनदेखे
संस्थाएँ सक्षम हैं	क्षमता निर्माण की कमी

ऊर्जा स्वराज का अर्थ केवल आत्मनिर्भर ऊर्जा उत्पादन नहीं है, बल्कि :

- निर्णय लेने का अधिकार
 - संसाधनों पर सामुदायिक नियंत्रण
 - ऊर्जा से होने वाली आय का स्थानीय पुनर्निवेश
- यह अवधारणा आदिवासी स्वशासन और ग्राम स्वराज के विचार से गहराई से जुड़ी हुई है।

गहराई से जोड़ने योग्य बिंदु

1. **ऊर्जा और वन अधिकार अधिनियम (FRA) का एकीकरण**
सामुदायिक वन अधिकारों के साथ ऊर्जा अवसंरचना की योजना।
2. **महिला-नेतृत्व ऊर्जा संस्थान**
स्वयं सहायता समूहों के माध्यम से ऊर्जा परिसंपत्तियों का प्रबंधन।
3. **ऊर्जा साक्षरता (Energy Literacy)**
उपभोक्ता से आगे बढ़कर 'ऊर्जा नागरिक' बनाना।
4. **जीवन-चक्र लागत आधारित नीति**
7-10 वर्षों की लागत को सब्सिडी और योजना डिजाइन में शामिल करना।
5. **जलवायु अनुकूलन और ऊर्जा**
सूखा, वर्षा परिवर्तन और तापमान वृद्धि के संदर्भ में ऊर्जा योजना।

नीति से सामाजिक परिवर्तन तक — भारत में ऊर्जा नीति का मूल्य केवल स्थापित सिस्टमों की संख्या से नहीं, बल्कि उससे आए सामाजिक-आर्थिक बदलाव से आँका जाना चाहिए। यदि ऊर्जा को आजीविका, स्वशासन और स्थानीय क्षमताओं से जोड़ा गया, तो ऊर्जा स्वराज एक सशक्त वास्तविकता बन सकता है। अन्यथा यह खतरा बना रहेगा कि अच्छी नीतियाँ भी जमीनी जीवन को अपेक्षित रूप से नहीं बदल पाएँगी। आज आवश्यकता है एक ऐसी ऊर्जा नीति की जो तकनीक से आगे बढ़कर समाज, संस्कृति और अधिकार को केंद्र में रखे।

वाग्ध रेडियो 90.8 FM वाग्धारा, कुपड़ा

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

यह "वाते वाग्धारा नी" केवल आंतरिक प्रसारण है।