ਸਥਾਨਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ

ਲਕਸ਼ਮੀ ਉਨੀਥਾਨ

ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਪੋਸ਼ਣ ਸੁਧਾਰਨਾ ਅਤੇ ਖੇਤਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ 21ਵੀ ਸਦੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਹਨ। ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ, ਨਵੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਨਵੀ ਸਾਝੇਦਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਅਤੇ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜਹਿਦੇ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਮਿੱਤਰ ਖੇਤ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਦੀ ਖੇਤੀ, ਪੈਦਾਵਾਰ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ, ਇੱਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਥਾਂ ਭੇਜਣਾ, ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ, ਵੰਡਣਾ ਅਤੇ ਖਪਤ ਦੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਖ਼ਤ ਬਦਲਾਵ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਖੇਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਨੇਕਾਂ ਫਾਇਦੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਲਚਕੀਲਾਪਨ, ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ, ਸਥਾਨਕ ਅਰਥਸ਼ਾਸ਼ਤਰ, ਖੇਤੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਜੈਵਵਿਭਿੰਨਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਰੱਖ ਰਖਾਵ। ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨ, ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸੰਵਾਦ ਅਤੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਤਾਲ ਮੇਲ ਦੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਨ ਪਛਾਣ ਕਰੀਏ ਜਿਹੜੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸੱਕਣ, ਅਲਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੋਚ ਕੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ, ਅਰਥਸਾਸ਼ਤਰ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੇ ਹੋਣ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਵਿਤਾ ਉਦੇ ਜੀ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਰਨਾਦਾਇਕ ਹੈ, ਉਹ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ, ਲੋਕਸਾਹਿਤਕ ਅਤੇ Buda Folklore Museum ਇੱਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰਿਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਹਨ। ਇੱਕ ਬਹੁਪੱਖੀ ਮਹਿਲਾ ਜਿਹੜੀ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲਗਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਥਾਨਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਸਮਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਵਿਤਾ ਉਦੇ ਜੀ ਨੇ PhD ਤੋਂ ਬਾਦ ਕਈ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਇਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਹੀ ਇੱਕ ਆਮ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਮਰੇ ਦੀ ਸੀਮਾਵਾਂ ਸਮਝ ਆ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਅਹਮਦਾਬਾਦ ਤੋ ਬੰਗਲੌਰ ਤੋ ਮਸਕਟ (Muscat) ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਆਮ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੜ੍ਹਾਇਆ। ਇਹਦੇ ਵਿੱਚ ਬੰਗਲੌਰ ਦਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਬੰਗਲੌਰ ਅਤੇ ਵੈਲੀ ਸਕੂਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਵਿਤਾ ਨੇ ਜਦੋਂ ਭੂਗੋਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਜ਼ਮੀਨ, ਜੰਗਲ ਅਤੇ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆਇਆ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਬੇਹੱਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਇਆ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸੀ ਕਿ ਬੱਚੇ ਕੁਦਰਤੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੋ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ।

ਡੱਬਾ ਨੰਬਰ 1

ਬੁਢਾ ਦਾ ਕੰਨੜ ਵਿੱਚ ਮਤਲਬ ਹੈ ਸ਼ੁਰੂਆਤ- ਅਧਾਰ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ। ਹਰ ਚੀਜ਼ ਉਹਦੇ ਉੱਤੇ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੁਢਾ ਲੋਕਸਾਹਿਤ ਹੁਣ 2 ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਚਲਦਾ ਹੈ, ਹੋਨਾਵਰ ਅਤੇ ਅੰਗਦੀਬੇਲ (ਅੰਕੋਲਾ)। ਸ਼ੁਰੂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦੀ ਥਾਂ ਹੋਨਾਵਰ ਤੋ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਡਾ. ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਇਕ ਅਤੇ ਡਾ. ਐਨ ਆਰ ਨਾਇਕ, ਦੋਵੇਂ ਕੰਨੜ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਅਣਥੱਕ 40 ਸਾਲ ਉੱਤਰ ਕੰਨੜ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਸਾਹਿਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ 80 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਲੇਖਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕਸਾਹਿਤ ਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸਾਹਿਤ, ਕਲਾ, ਸ਼ਿਲਪ, ਨਾਚ, ਭੋਜਨ, ਸ਼ਰਬਤ, ਗੀਤ, ਖੇਡਾਂ, ਹਰਬਲ ਬੂਟੇ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਤੋ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਬੁਢਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇਹਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ, ਸਥਾਨਕ ਸਮੁਦਾਇ ਦਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸਮਝਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਬੁਢਾ ਲੋਕਸਾਹਿਤ ਅਨੁਭਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਾਲੇਜ ਦੇ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਉੱਤਰ ਕੰਨੜ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਅਮੀਰ ਕੁਦਰਤੀ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਰਾਸਤ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨਦੀ ਮਾਰਗ

ਸ਼ਰਾਵਤੀ ਨਦੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਰਸਤਾ ਇਹਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਅਰਬ ਸਾਗਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਟਰੇਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਲਗ ਅਲਗ ਮਾਧਿਅਮਾਂ ਰਾਹੀ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹਦੇ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਾਈ, ਕਿਸ਼ਤੀ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦਾ ਰਸਤਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਯਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੁੰਦਰ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਟਾਪੂ, ਨਦੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ, ਨਦੀ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਅਦਭੁੱਤ ਦ੍ਰਿਸ਼; ਕਲਾ, ਸ਼ਿਲਪ, ਭੋਜਨ, ਲੋਕਗੀਤ, ਸਥਾਨਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਆਦਿ ਦੇਖਦੇ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਮੁੰਦਰ ਮਾਰਗ

ਹੋਨਾਵਰ ਤੋ ਗੋਕਰਣਾ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰੀ ਤੱਟ ਟਰੈਕ ਇੱਕ ਅਦਭੁੱਤ ਮਾਰਗ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਸਿਰਫ ਇੱਥੇ ਹੀ ਹੈ। ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਹਲੱਕੀ ਆਦੀਵਾਸੀ ਅਤੇ ਮਛੁਆਰਾ ਸਮੁਦਾਇ ਹਨ।

ਜੰਗਲ ਮਾਰਗ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਅੰਗਦੀਬੇਲ ਫਾਰਮ ਹਾਊਸ ਵਿੱਚ ਠਹਿਰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਝੋਨੇ ਦੇ ਖੇਤ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਆਸ ਪਾਸ ਪਹਾੜ, ਝਰਨੇ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਕੰਨੜ ਦੇ ਜੰਗਲ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਮੀਰ ਵਿਰਾਸਤੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਕਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਲੋਕ ਹਲੱਕੀ , ਗਾਮੋਕਲੋ, ਗੋਂਡ, ਸਿੱਧੀ ਅਤੇ ਕਾਰੇ ਓਕਾਲੂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ,ਕਲਾ, ਸ਼ਿਲਪ, ਗੀਤ, ਨਾਚ ਅਤੇ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਦੇ ਢੰਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਪੱਛਮੀ ਘਾਟ ਦੇ ਸਦਾਬਹਾਰ ਜੰਗਲਾਂ ਤੋ ਗੁਜਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਪ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਟਰੈਕਿੰਗ ਵਿੱਚ ਯਾਨਾ ਮੋਟੀਗੁਡਾ ਇਸ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਸਭ ਤੋ ਉੱਚੀ ਚੋਟੀ ਵੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਜਨ ਜੀਵਨ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਢਾਲਦੇ ਹਨ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਸਵਿਤਾ ਉਦੇ ਦੇ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਅਦਭੁੱਤ ਬੁਡਾ ਸਟੱਡੀ ਟੂਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Buda Study Tour Program) ਨੇ ਸਕੂਲ, ਕਾਲੇਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਦੀ, ਸਮੁੰਦਰ ਅਤੇ ਜੰਗਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜੰਗਲ, ਨਦੀ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੇ ਕੋਲ ਰਹਿੰਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਡੂੰਘਾ ਹੋਇਆ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਇੱਕ ਮਹੀਨਾ ਨਦੀ, ਸਮੁੰਦਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲ ਦੇ ਕੋਲ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਦੇ- ਜੰਗਲ ਦੇ ਵਾਸੀ , ਆਦੀਵਾਸੀ (ਹਲੱਕੀ ਅਤੇ ਸਿੱਦੀ) (ਦੇਖੋ ਡੱਬਾ ਨੰਬਰ 1)। ਬਹੁਤ ਅਨੌਖੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਵਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਲੋਕਗੀਤ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਝਲਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸ਼ਲਾਘਿਆ ਗਿਆ।

ਕੋਕੁਮ ਤਿਉਹਾਰ

ਕੋਕੁਮ (Garcinia Indica), ਇੱਕ ਸਜਾਵਟੀ ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਦੇ ਛੋਟੇ ਫਲ ਪੱਕਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਲਾਲ ਰੰਗ ਤੋਂ ਡੂੰਘੇ ਜਾਮਣੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸਵਾਦ ਖੱਟਾ ਅਤੇ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਮਿੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਕੁਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੋਗਨਾਸ਼ਕ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੋਕੁਮ ਤਿਉਹਾਰ ਕੋਕੁਮ ਦੀ ਰੁੱਖ ਤੋਂ ਜਾਰ ਤੱਕ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਹੈ। ਫ਼ਲ ਤੋੜ ਕੇ ਪ੍ਰੋਸਸਿੰਗ ਕਰ ਕੇ ਸਟੋਰ ਕਰਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਟੋਕਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੋਕੁਮ ਨੂੰ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਘਰ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਕੋਕੁਮ ਦਾ ਪੋਲਾ ਬਾਹਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਹਟਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੀਜ ਅਲਗ ਕਰਕੇ ਮੱਖਣ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੌਸਮੈਟਿਕ ਉਦਯੋਗ ਦੇ ਵਿੱਚ ਲਿਪਸਟਿਕ, ਕਰੀਮ, ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਸਾਬੁਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਪੋਲਾ ਜੂਸ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਗੁੜ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜੈਮ ਵੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਕੁਮ ਦਾ ਸੁੱਕਾ ਹੋਇਆ ਹਿੱਸਾ ਦਵਾਈ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਅਤੇ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਅੰਜਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਕੋਕੁਮ ਬੀਜਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਮੱਖਣ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ। ਕੋਕੁਮ ਬੀਜਾਂ ਨੂੰ ਉਬਾਲ ਕੇ ਪੱਥਰ ਦੇ ਕੁੰਡੇ ਵਿੱਚ ਪੀਸਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਫਿਰ ਉਬਾਲਿਆ ਗਿਆ ਜਿਹਦੇ ਨਾਲ ਮੱਖਣ ਅਤੇ ਕਰੀਮ ਅਲਗ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣਾ -

ਸਵਿਤਾ ਜੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀ ਰੱਖ ਪਾਈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅੰਤਰ ਆਤਮਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਅੰਤਰ ਆਤਮਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦੇ ਰਹੀ ਸੀ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਵੈ ਇੱਛਾ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਵੈਲੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਖੇਤੀ ਕਰਨ ਵੱਲ ਲੈ ਗਿਆ।

ਸਵਿਤਾ ਦੇ ਫਾਰਮ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਸਾਲ ਕੰਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਲਗਾਤਾਰ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ।

ਕੋਕੁਮ ਮੱਖਣ ਕੋਕੁਮ ਫ਼ਲ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਕਾਸਮੈਟਿਕ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਵਿਤਾ ਜੀ ਹੋਰ ਵੀ ਕਾਫੀ ਕੁੱਝ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਫੈਲਾਉਣਾ ਕਿ ਇਹ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ। ਆਪਣੀ ਲਗਨ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੇ 25 ਏਕੜ ਜ਼ਮੀਨ ਪੱਛਮੀ ਘਾਟ ਦੇ ਸਦਾਬਹਾਰ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਗਦੀਬੇਲ ਨਾਮਕ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਉੱਤਰ ਕਰਨਾਟਕ ਦੇ ਗੋਕਰਣਾ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 30 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਹੈ। ਉਹ ਬਾਰ ਬਾਰ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਦੋਹਰਾਉਂਦੀ ਰਹੀ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ 2 ਸਾਲ ਸੰਘਰਸ਼ ਭਰੇ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਲਗਿਆ ਕਿ ਇਹ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਲਤੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਸੀ ਚੀਜਾਂ ਉਹਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਤੀ ਦੂਰ ਤਨਜ਼ਾਨੀਆ (Tanzania) ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਇਕੱਲਾਪਣ ਵੀ ਲੱਗਿਆ।

25 ਏਕੜ ਵਿੱਚੋਂ 4 ਏਕੜ ਖੇਤੀ ਯੋਗ ਉਪਜਾਊ ਜ਼ਮੀਨ ਜਿਹੜੀ ਸਵਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਕੋਲ ਸੀ ਉਹ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਸਪ੍ਰੇ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਝੋਨੇ ਦੀ ਮੁੱਖ ਫਸਲ ਵੱਜੋਂ ਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਜਹਿਦੇ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਾਦ ਅਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਪਿਛਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਵਿਤਾ ਨੇ ਇਸ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਹੇਠ ਲਿਆਂਦਾ। ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜੈਵਿਕ ਖਾਦ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਈ ਗਈ।

ਹੁਣ ਉਹ ਝੋਨੇ ਦੀ ਦੇਸੀ ਕਿਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ - ਰਤਨਚੂੜਾ, ਹਾਲਾਗਾ ਅਤੇ ਹੈਗਈ। ਉਤਪਾਦਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਾਲ ਲਈ ਚਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਦੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਝ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੰਡਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਦੋਸਤ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਆ ਕੇ ਰੁਕੇ ਹਨ

ਕੋਕੁਮ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਜੰਗਲਾਂ ਤੋਂ ਕੋਕੁਮ ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇੱਕਠਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਹਿਨਾਂ ਨੇ ਖੇਤ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਅਤੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਲਈ ਸਵਿਤਾ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਵੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਸਵਿਤਾ ਨੇ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਖੇਤ ਦੀ ਅਲਗ ਅਲਗ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਿਆ। ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਅਗਸਤ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ 2 ਦਿਨ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਮੁੰਗਰੁ ਵੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਿਹਦੇ ਵਿੱਚ ਬੂਟੇ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਲੰਬੀ ਅਤੇ ਸਵਾਦਿਸ਼ਟ ਪੱਤਿਆਂ ਵਾਲੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਚਾਰੇ ਵਜੋ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਲੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ 2 ਬਲਦ, 4 ਗਾਵਾਂ ਅਤੇ 2 ਬਛੜੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਚਾਰੇ ਦੀ ਅੱਜਕਲ ਬਹੁਤ ਮੰਗ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਸਾਲ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਕੰਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਲਈ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਮਾਧਿਅਮ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਸਮੁਦਾਇ ਵਿੱਚ ਅਰਥਸਾਸ਼ਤਰ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਵਿਤਾ ਨੇ ਇੱਕ ਪਰੰਪਰਿਕ ਫਾਰਮ ਹਾਊਸ ਅੰਗਦੀਬੇਲ ਵਿੱਚ ਬਣਾਇਆ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਸਵੈਇੱਛਾ ਨਾਲ ਆ ਕੇ ਰਹਿ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੁਢਾ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਸਿਖਾਉਣ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਫਾਰਮ ਹਾਊਸ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ 15 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਠਹਿਰਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਦੇ ਵਿੱਚ ਅਲਗ ਅਲਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਕਾਰੀਗਰੀਆਂ ਸਿਖਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਲੱਕੀ ਅਤੇ ਸਿੱਦੀ ਸਮੁਦਾਇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੀ ਕਾਰੀਗਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਲਾਵਾਂ ਦੇ ਲਈ ਸੱਦਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਕਿੱਸੇ ਅਤੇ ਫਾਰਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਵੀ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਰਵਾਇਤੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨਾ

ਅਲਗ ਅਲਗ ਮੌਸਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੈ। ਇਹ ਤਿਉਹਾਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਹੌਲੀ ਪਕਾਉਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ, ਭੁੱਲੇ ਵਿਸਰੇ ਭੋਜਨ, ਹਰੀ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਗੱਲਾਂ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਿਉਹਾਰ ਜੈਵ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਅਧਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਚਲਦੇ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਲਿਆਉਣ ਨਾਲ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਈ ਅਲਗ ਅਲਗ ਢੰਗ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕੋਕੁਮ ਕਿੰਨਾ ਬਹੁਮੁਖੀ ਹੈ? ਬੁਢਾ ਕੋਕੁਮ ਤਿਉਹਾਰ ਗਰਮੀ ਦੇ ਮਈ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ, ਗੁੜ ਤਿਉਹਾਰ ਸਰਦੀ ਦੇ ਫਰਵਰੀ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਮੁੰਗਰੁ (ਝੋਨਾ ਲਗਾਉਣਾ)ਮਾਨਸੂਨ ਦੇ ਅਗਸਤ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸਵਿਤਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਉਤਪਾਦ ਵੇਚੇ ਨਹੀਂ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਬ੍ਰੈਂਡਿੰਗ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਉੱਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਆਰਡਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਬੈਠੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਉਤਪਾਦ ਰਾਗੀ ਕਣਾ ਬੰਗਲੌਰ ਵਿੱਚ ਵੇਚਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਸਵਿਤਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੂਗੀ।

ਇਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾਯੋਗ ਹੈ ਜੋ ਸਵਿਤਾ ਵਰਗੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਲਗਨ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਬ੍ਰੈਂਡਿੰਗ ਨਹੀ ਕਰਦੇ, ਜਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਵਾਪਸ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਤੌਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵੱਲ ਜਾਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਵੰਡਣ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਫਾਰਮ ਤੇ ਜਾਣਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅਦਭੁੱਤ ਅਨੁਭਵ ਹੈ,ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਲਗਨ ਦੀ ਕਦਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ◆

ਲਕਸ਼ਮੀ ਉਨੀਥਾਨ
ਸੰਪਾਦਕ
ਐਗਰੀਕਲਚਰ ਵਰਲਡ,
206, ਨਰਮਦਾ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ,
ਨੇੜੇ ਦੋਨ ਬੋਸਕੋ ਸਕੂਲ, ਅਲਾਕਨੰਦਾ,
ਨਿਊ ਦਿੱਲੀ – 110019
E-mail: dr.lakshmi@live.in

Conserving local culture and enhancing local livelihoods LEISA India, September 2019