ਖੇਤੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਪੂਰਣ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ
ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣੋ
ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ 500/- ਰੁਪਏ
ਦੋ ਸਾਲ ਲਈ 750/- ਰੁਪਏ
ਚੰਦੇ ਭਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਭਾਰਤ ਦਾ ਇਕੋ-ਇੱਕ ਪੰਜਾਬੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਖਬਾਰ

ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ

KHETI DUNIYAN, PATIALA

Rs. 10/-

All Disputes Subject to Patiala Jurisdiction

Excellence in Agri Info

KHETI DUNIYAN, PATIALA

ਸਾਲ 43 • ਅੰਕ 23 • ਸ਼ਨੀਵਾਰ 7 ਜੂਨ, 2025

Editor : Jagpreet Singh • RNI/PUNPUN00806 • Page : 8 • Mktg. Office : KD Complex, Gaushala Road, Patiala-147001 (Pb.) • Ph. 0175-2214575, 90410-14575 • E-mail : khetiduniyan1983@gmail.com • www.khetiduniyan.in

ਦੋ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜੇ ਦੋ ਮਹਾਨ ਵਿਰਾਸਤਾਂ

ਆਪਣੇ ਸੁਝਾਅ ਭੇਜੋ ਅਤੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਾਵਨ ਦਿਹਾੜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਾਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨਾਵੇ

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ਼ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਦਾ 350ਵਾਂ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਹਾੜਾ

ਸੁਝਾਅ ਭੇਜੋ

gtb350.pb@gmail.com

73800 10010

campaign.punjab.gov.in

ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ 450ਵਾਂ ਸਥਾਪਨਾ ਦਿਵਸ

ਸੁਝਾਅ ਭੇਜੋ

amritsar450.pb@gmail.com

73800 10010

campaign.punjab.gov.in

ਆਖ਼ਰੀ ਤਰੀਕ 31 ਜੁਲਾਈ, 2025

ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸੰਪਰਕ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ

ਥਨੈਲਾ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਲਈ ਸੁਚੱਜੇ ਚੁਆਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਜ਼ਰੂਰੀ

ਮੁਨੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਵਿਵੇਕ ਸ਼ਰਮਾ,
ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਥਣਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣ ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਲ ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ।

★ ਚੁਆਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪੂਰੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਕਰੋ ।

★ ਚੁਆਈ 5-8 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਥਣਾਂ ਵਿੱਚ ਥੋੜਾ ਵੀ ਦੁੱਧ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਥਣਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਛੱਡਣ ਨਾਲ ਥਨੇਲਾ ਰੋਗ ਦੇ ਆਸਾਰ ਵੱਧਦੇ ਹਨ ।

★ ਚੁਆਈ ਵੇਲੇ ਲੇਵੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਲੀ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦੁੱਧ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹੇ ਜੋ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ/ਕੀਟਾਣੂੰਆਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦਾ

ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

★ ਦੁੱਧ ਚੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਥਣਾਂ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਕੁਝ ਦੇਰ ਤੱਕ ਖੁੱਲੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕੀਟਾਣੂੰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਥਨੇਲਾ ਰੋਗ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਚੁਆਈ ਮਗਰੋਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਇਕਦਮ ਨਹੀਂ ਬੈਠਣ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਚੁਆਈ ਮਗਰੋਂ ਪਸ਼ੂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਚਾਰਾ ਜਾਂ ਵੰਡ ਪਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਥਣਾਂ ਨੂੰ ਐਂਟੀਸੈਪਟਿਕ ਘੋਲ ਦਾ ਡੋਬਾ ਦਿਓ ਜਿਸ ਨੂੰ ਥਣ ਡੋਬਾ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ।

★ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਲੇਵੇ ਤੇ ਜਾਂ ਥਣਾਂ ਤੇ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਜ਼ਖਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ।

★ ਜਿਸ ਫਾਰਮ ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਨ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਚੁਆਈ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

★ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨਾਲ ਵੀ ਥਣਾਂ ਤੇ ਜ਼ਖਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਾਮਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਅਤੇ ਚੁਆਵੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੁਕਾਮ, ਟੀ. ਬੀ., ਛੂਤ ਦਾ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਮੇ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਨਹੁੰ ਵਧੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕਾਮਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗੁਟਕਾ, ਸੁਪਾਰੀ, ਤੰਬਾਕੂ ਨਾ ਖਾਂਦਾ ਹੋਵੇ । ਇਸਦੀ ਮਹਿਕ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

★ ਚੁਆਵੇ ਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਥੁੱਕਣ ਦੀ ਆਦਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਚੋਵੋ ।

★ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਵਾੜਾ ਜਾਂ ਸ਼ੈੱਡ ਸਾਫ ਸੁੱਥਰਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

★ ਜੇ ਆਲਾ ਦੁਆਲਾ ਗੰਦਾ ਅਤੇ ਬਦਬੂਦਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਗੰਦੀ ਬਦਬੂ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਆਉਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

★ ਚੁਆਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਚਾਰ ਜਾਂ ਸਾਇਲੇਜ ਨਾ ਪਾਓ, ਇਸਦੀ ਮਹਿਕ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ ਆਉਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

★ ਬਿਮਾਰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ।

★ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਪਿੰਡਾ ਸਾਫ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਚੁਆਈ ਵੇਲੇ ਗੋਹਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਡਿੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ।

★ ਲੇਵੇ ਦੀ ਗੁੱਝੀ ਸੋਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਤੋਂ ਸੋਮੈਟਿਕ ਸੈਲ ਕਾਊਂਟ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੁੱਝੀ ਸੋਜ ਜਾਂ ਸਬ ਕਲਿਨਿਕਲ ਮੈਸਟਾਇਟਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਲ. ਨੰ.	ਸੋਮੈਟਿਕ ਸੈਲ ਕਾਊਂਟ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਲੀਟਰ	ਲੇਵੇ ਦੀ ਸਥਿਤੀ
1.	<2.5 ਲੱਖ	ਤੰਦਰੁਸਤ
2.	2.5 ਲੱਖ-4 ਲੱਖ	ਗੁੱਝੀ ਬਿਮਾਰੀ
3.	>4 ਲੱਖ	ਪ੍ਰਤੱਖ ਬਿਮਾਰੀ

★ ਲੰਪੀ ਚਮੜੀ ਰੋਗ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਪਸ਼ੂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਬਾਲ ਤੇ ਪੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਇਨਸਾਨਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ।

★ ਦੁੱਧ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਬਾਲ ਕੇ ਹੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕੱਚੇ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

★ ਅਖੀਰਲੀਆਂ ਧਾਰਾਂ ਜਿਸਨੂੰ ਅਸੀਂ ਡੋਕੇ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਟ % ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰ ਪਹਿਲੇ ਦੁੱਧ ਨਾਲੋਂ ਡੋਕਿਆਂ ਵਿਚ ਫੈਟ % ਤਿੰਨ ਗੁਣਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

★ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਫੈਟ % ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਘਟਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵੱਧਦੀ ਹੈ । ਸੋ ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਠੰਢਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਢਾਰਿਆਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਰੁੱਖ ਲਗਾਏ ਜਾਣ, ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਿਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਪੂਰਬ-ਦੱਖਣ ਵੱਲ ਪੱਲੀਆਂ/ਬੋਰੀਆਂ ਲਟਕਾਈਆਂ ਜਾਣ ।

★ ਜੇਕਰ ਦੁਧਾਰੂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਤਾਂ ਦੁੱਧ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵੀ ਘਟੇਗੀ ਅਤੇ ਫੈਟ % ਵੀ ਘਟੇਗੀ, ਡੰਗਰਾਂ ਨੂੰ ਟਾਈਮ ਟੇਬਲ ਮੁਤਾਬਕ ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਲਾ ਦੁਆਲਾ ਸਾਫ ਰੱਖੋ ।

ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੁਚੱਜਾ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਗੁਰਤੇਗ ਸਿੰਘ, ਐੱਚ ਐੱਸ ਰਤਨਪਾਲ

ਬਾਗਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣ ਸਮੇਂ ਮੌਸਮ, ਸਿੰਚਾਈ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਬੇਹੱਦ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਵੇਗੀ, ਉੱਥੇ ਫਲਾਂ ਦਾ ਮਿਆਰੀ ਉਤਪਾਦਨ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ...

ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਝਾੜ ਲੈਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸੁਚੱਜਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਾਂਗ ਬੂਟਿਆਂ 'ਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ । ਬੂਟੇ ਪਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਮਿੱਟੀ 'ਚੋਂ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ-ਕਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ । ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਜਿੱਥੇ ਚੰਗਾ ਮੁਨਾਫਾ ਕਮਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਉੱਥੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ । ਬਾਗਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਗਾ ਦੇਣਾ ਹੀ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਿੰਚਾਈ ਦੀ ਲੋੜ, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣਾ ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ।

ਨਿੰਬੂ ਜਾਤੀ ਦੇ ਬੂਟੇ : ਛੋਟੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਹਰ ਹਫਤੇ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਹਫਤਿਆਂ ਪਿੱਛੋਂ ਮੌਸਮ,

ਬਰਸਾਤ ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਫਰਵਰੀ ਵਿੱਚ ਕਰੂੰਬਲਾਂ ਫੁੱਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿੱਚ ਫਲ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਗਰਮੀ ਕਾਰਨ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਫਲ ਝੜਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਕਿੰਨੂ ਦੇ ਬਾਗਾਂ 'ਚ ਤੁਪਕਾ ਸਿੰਚਾਈ ਤਕਨੀਕ ਰਾਹੀਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਕਰ ਕੇ ਫਲ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਝਾੜ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੂਟੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਡਿੱਗੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਚੁੱਕਣ ਵਾਸਤੇ 2 ਹਾਰਸ ਪਾਵਰ ਦਾ ਬੂਸਟਰ ਪੰਪ, ਜੋ ਸੂਰਜੀ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਦਾ ਹੋਵੇ, 10 ਏਕੜ ਕਿੰਨੂ ਦੇ ਬਾਗ ਵਾਸਤੇ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੈ । ਪਰ 15 ਅਤੇ 25 ਏਕੜ ਦੇ ਬਗੀਚੇ ਵਾਸਤੇ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 3 ਅਤੇ 5 ਹਾਰਸ ਪਾਵਰ ਦੀ ਮੋਟਰ ਨਾਲ ਬੂਸਟਰ ਪੰਪ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ । ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਬੂਟਾ 1-2 ਡ੍ਰਿਪਰਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਬੂਟੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ 4-5 ਤੱਕ ਵਧਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਸਤੇ ਹਰ ਬੂਟੇ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਡ੍ਰਿਪਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਇੱਕ ਚੱਕਰ (ਲੂਪ) ਵਿੱਚ ਕਰਨਾ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਅਮਰੂਦ : ਨਵੇਂ ਬਾਗਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਫਤੇ ਪਿੱਛੋਂ ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਫਲ ਦਿੰਦੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਫੁੱਲ ਪੈਣ ਅਤੇ ਫਲ ਲੱਗਣ ਵੇਲੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ 15 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਕਫੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਫੁੱਲ ਪੈਣ ਤੇ ਭਰਵੀਂ ਸਿੰਚਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਫੁੱਲ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਲੀਚੀ : ਲੀਚੀ ਦੇ ਛੋਟੇ ਬੂਟਿਆਂ

ਨੂੰ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਜੂਨ ਤੱਕ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਹੀ ਕਾਫੀ ਹੈ । ਫਲ ਦਿੰਦੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਮਈ ਤੋਂ ਜੂਨ ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੱਕ ਪਾਣੀ ਦੀ ਖਾਸ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਫਤੇ 'ਚ ਦੋ ਵਾਰ ਪਾਣੀ ਦੇਣ ਨਾਲ ਫਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਧਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਟਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਬਰਸਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਸਮ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਨਮੀਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਨਵੰਬਰ-ਦਸੰਬਰ ਵਿੱਚ ਬਾਗਾਂ ਨੂੰ ਕੋਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਭਰਵਾਂ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

ਆੜੂ : ਫਲ ਪੱਕਣ ਤੋਂ ਮਹੀਨਾ ਪਹਿਲਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸਿੰਚਾਈ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਫਲ ਦੇ ਵਾਧੇ ਸਮੇਂ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੰਚਾਈ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਫਲ ਪੈਣ ਮਗਰੋਂ ਪੱਕਣ ਤੱਕ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਕਿਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਅਪ੍ਰੈਲ ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜੁਲਾਈ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੱਕ ਸਿੰਚਾਈ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਅਗੇਤੀਆਂ ਪੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਪ੍ਰਤਾਪ ਅਤੇ ਫਲੋਰਿਡਾਪ੍ਰਿੰਸ ਨੂੰ ਮਾਰਚ ਅਖੀਰ ਤੋਂ ਅਪ੍ਰੈਲ ਦੇ ਤੀਜੇ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਸਿੰਚਾਈ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਸ਼ਾਨ-ਏ-ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਅਰਲੀ-ਗਰੈਂਡ ਨੂੰ ਅਪ੍ਰੈਲ ਅੱਧ ਤੋਂ ਮਈ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਖੁਰਮਾਨੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਬਤੀ ਨੂੰ ਮਈ ਤੋਂ ਜੂਨ-ਅੰਤ ਤੱਕ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਕਾਂਟ-ਛਾਂਟ ਤੋਂ

ਬਾਅਦ ਖਾਦਾਂ ਪਾ ਕੇ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।

ਅੰਬ : ਛੋਟੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਕ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਵਾਲੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਵੱਡੇ ਬੂਟੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਡੂੰਘੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫਲ ਦੇ ਵਾਧੇ ਸਮੇਂ ਮਾਰਚ ਤੋਂ ਜੂਨ ਦੇ ਅਖੀਰ ਤੱਕ 10-12 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਪਾਣੀ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਣ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿਉ । ਜੁਲਾਈ ਤੋਂ ਸਤੰਬਰ ਤੱਕ ਬਰਸਾਤ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਮੌਸਮ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਦਿਉ । ਅਕਤੂਬਰ ਤੋਂ ਦਸੰਬਰ ਤੱਕ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਪਰ ਕੋਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਇੱਕ ਭਰਵਾਂ ਪਾਣੀ ਅਖੀਰ-ਦਸੰਬਰ ਜਾਂ ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਖਾਦਾਂ ਪਾਉਣ ਸਮੇਂ ਫਰਵਰੀ ਵਿੱਚ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

ਬੇਰ : ਫਲਾਂ ਦੇ ਵਧੇ ਸਮੇਂ ਅਕਤੂਬਰ ਤੋਂ ਫਰਵਰੀ ਤੱਕ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਫਲਾਂ ਦਾ ਕਿਰਨਾਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਲਾਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ 'ਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਮਾਰਚ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਸਮੇਂ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਵਿਛੀਆਂ ਟਹਿਣੀਆਂ ਦਾ ਫਲ ਖਰਾਬ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਫਲ ਦੇ ਪੱਕਣ 'ਚ ਦੇਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ।

ਅਲੂਚਾ : ਅਲੂਚਾ ਦੇ ਛੋਟੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਜੂਨ ਤੱਕ ਹਰ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਮਗਰੋਂ ਅਤੇ ਫਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਵੱਡੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਹਫਤੇ ਮਗਰੋਂ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਬਰਸਾਤ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਤੰਬਰ-ਅਕਤੂਬਰ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਹਲਕੀਆਂ ਸਿੰਚਾਈਆਂ ਕਰੋ । ਨਵੰਬਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਹਲਕੀ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰੋ । ਦਸੰਬਰ ਵਿੱਚ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਬੂਟੇ ਪੱਤੇ ਝਾੜ ਕੇ ਨੀਂਦਰ ਅਵਸਥਾ 'ਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਕਾਂਟ-ਛਾਂਟ ਮਗਰੋਂ ਖਾਦਾਂ ਪਾ ਕੇ ਭਰਵੀਂ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰੋ । ਫਰਵਰੀ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲ ਪੈਣ 'ਤੇ ਸਿੰਚਾਈ ਨਾ ਕਰੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਫੁੱਲ ਝੜਦੇ ਹਨ । ਫਲ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੱਕਣ ਤੱਕ ਚਾਰ-ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ।

ਕੇਲਾ : ਕੇਲੇ ਦੇ ਬਾਗ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਹੁਤ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀਂ ਕਾਰਨ ਬੂਟੇ ਦਾ ਹਰਾਪਣ, ਫਲ ਦਾ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਘਟਦੀ ਹੈ । ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਬੂਟਾ ਜੜ੍ਹੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਬੂਟੇ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਰਚ-ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਅਤੇ ਮਈ-ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਤੋਂ ਛੇ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਫਰਕ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇਵੋ । ਜੁਲਾਈ ਤੋਂ ਸਤੰਬਰ ਦਰਮਿਆਨ ਮੌਸਮ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਨਮੀਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਹਫਤੇ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਅਕਤੂਬਰ-ਨਵੰਬਰ ਵਿੱਚ 10-15 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰੋ ।

ਨਾਖਾਂ : ਨਾਖਾਂ ਦੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਜਲਦੀ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਅਤੇ ਅਗਸਤ-ਸਤੰਬਰ ਵਿੱਚ 15 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉ । ਜਨਵਰੀ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਪਾਣੀ ਨਾ ਦੇਵੋ । ਫਲ ਬਣਨ ਮਗਰੋਂ ਗਰਮੀਆਂ 'ਚ ਖੁੱਲਾ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਫਲ ਦਾ ਝਾੜ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਧਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਅੰਗੂਰ : ਕਾਂਟ-ਛਾਂਟ ਮਗਰੋਂ ਫਰਵਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਖਾਦਾਂ ਮਗਰੋਂ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਮਾਰਚ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿੱਚ ਫਲ

ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਈ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਤੱਕ 8-10 ਦਿਨਾਂ ਮਗਰੋਂ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਬਾਕੀ ਸਾਰਾ ਮਈ ਹਰ ਹਫਤੇ ਅਤੇ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ-ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਫਰਕ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਜੁਲਾਈ-ਅਗਸਤ ਮਹੀਨੇ ਬਰਸਾਤ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਣੀ ਦਿਉ । ਜੇ ਨਵੰਬਰ-ਜਨਵਰੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਵਧੇਰੇ ਸੁੱਕੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰੋ ।

ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਤਾਸੀਰ ਅਨੁਸਾਰ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ

ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਸੰਤੁਲਿਤ ਵਰਤੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ । ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਖਪਤ ਸਾਲ 1960-61 ਵਿੱਚ 5000 ਮੀ. ਟਨ ਤੱਤ ਸੀ, ਜੋ ਵੱਧ ਕੇ ਸਾਲ 2016-17 ਦੌਰਾਨ 1944 ਹਜ਼ਾਰ ਮੀ. ਟਨ ਹੋ ਗਈ ਹੈ । ਦੇਸ਼ ਦੀ ਅੰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰੀ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਝਾੜ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਉਗਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਮੀਨਾਂ 'ਤੇ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੋਝ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਲਈ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੇ ਕਾਫੀ ਲਾਗਤ ਆਉਂਦੀ ਹੈ । ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ 2000-2001 ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਤੀ ਹੈਕਟੇਅਰ ਖਾਦਾਂ (ਨਾਈਟਰੋਜਨ, ਫਾਸਫੋਰਸ ਅਤੇ ਪੋਟਾਸ਼) ਦੀ ਖਪਤ 169 ਕਿਲੋ ਸੀ, ਜੋ ਕਿ 2017-18 ਦੌਰਾਨ ਵੱਧ ਕੇ 243 ਕਿਲੋਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹੈਕਟੇਅਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ । ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦੇਸੀ ਰੂੜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ ਦੇਸੀ ਰੂੜੀ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ ਖੂੰਹਦ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਕੇ ਸਾੜਣ ਨਾਲ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿਗੜ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ । ਆਮ ਕਰਕੇ ਕਿਸਾਨ ਯੂਰੀਆ ਅਤੇ ਡਾਇਆ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਲਘੂ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਇਸ ਵੇਲੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਲਈ ਜੋ ਨਾਈਟਰੋਜਨ, ਫਾਸਫੋਰਸ ਅਤੇ ਪੋਟਾਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ 6.7:2.4:1 ਅਨੁਪਾਤ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਹ ਅਨੁਪਾਤ 4:2:1 ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । 1970 ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੇ 13 ਕਿਲੋ ਅਨਾਜ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਜਦੋਂ ਕਿ 2010 ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਪੈਦਾਵਾਰ 4 ਕਿਲੋ ਰਹਿ ਗਈ । ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਤੇ ਅਸੰਤੁਲਿਤ ਵਰਤੋਂ ਹੈ । ਫਸਲਾਂ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪੈਦਾਵਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ, ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਤੇ, ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਰਸਾਇਣਕ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਦੇ ਆਧਾਰ ਕੇ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ । ਭੋਂ ਪਰਖ ਨਾਲ ਭੂਮੀ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ । ਭੋਂ ਪਰਖ ਆਧਾਰ ਤੇ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਉਪਜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭੂਮੀ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ । ਕਲਰਾਠੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਫਸਲਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ।

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ 66 ਭੋਂ ਪਰਖ

ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾਵਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਪਰਖ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ 6,10,000 ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ ਹੈ । ਕਣਕ ਦੀ ਕਟਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਾਲੀ ਹੋਏ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵਧੇਰੇ ਢੁਕਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਹਰੇਕ ਕਿਸਾਨ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ / ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਕੇ ਪਰਖ ਕਰਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਰਿਪੋਰਟ-ਭੂਮੀ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਕਰਨ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਤਾਂ ਜੋ ਖੇਤੀ ਲਾਗਤ ਖਰਚ ਘਟਾ ਕੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਮੁਨਾਫੇ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ।

ਬਿਨਾ ਮਿੱਟੀ ਨੂੰ ਹਿਲਾਏ ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਘਾਹ ਫੂਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੁੱਟ ਦਿਓ । ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਉੱਪਰਲੀ ਤਹਿ ਤੋਂ ਹਲ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ 6 ਇੰਚ ਤੱਕ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਿਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਖੁਰਪੇ ਜਾਂ ਕਹੀ ਨਾਲ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਮਕਸਦ ਲਈ 'ਵੀ' (V) ਸ਼ਕਲ ਦਾ ਕੱਟ ਲਗਾ ਕੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਖੁਰਪੇ ਜਾਂ ਕਹੀ ਨਾਲ ਇਕਸਾਰ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਤ ਲੈ ਲਵੋ । ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਤਰਤੀਬ ਦੇ ਇਕ ਏਕੜ ਵਿੱਚ 6-7 ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਮਿਟੀ ਦੇ ਨਮੂਲੇ ਲੈਣ ਪਿੱਛੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਾਫ ਕੱਪੜੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਜਾਂ ਪੋਲੀਥੀਨ ਲਿਫਾਫੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਵੋ । ਜੇਕਰ ਖੜੀ ਫਸਲ ਵਾਲੇ ਖੇਤ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਤਾਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਥਾਂ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੇਤ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਂਵਾਂ ਤੋਂ ਲਈ ਮਿੱਟੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਲਾ ਲਵੋ । ਇਸ ਰਲੀ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਅੱਧਾ ਕਿਲੋ ਮਿੱਟੀ ਨਮੂਨੇ ਵਾਸਤੇ ਲਵੋ । ਜਿੱਥੇ ਖਾਦ ਖਿਲਾਰੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਤੇ ਜਿੱਥੇ ਪੁਰਾਣੀ ਵਾੜ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਜਾਂ ਰਸਤੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਜਾਂ ਰੂੜੀ ਦਾ ਢੇਰ ਲਾਇਆ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਕੱਲਰ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਢੰਗ ਕਲਰਾਠੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਵਰਮੇ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ 100 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾ ਟੋਆ ਪੁੱਟ ਕੇ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਢੰਗ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ :

ਟੋਏ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਰਲੀ ਸਤਹਿ ਤੋਂ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਅਤੇ 60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ । 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾਈ ਤੇ ਤਸਲਾ ਰੱਖ ਕੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਉੱਪਰੋਂ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੱਕ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਪਰਤ ਲਾਹੋ, ਜਿਸ ਦਾ ਵਜ਼ਨ ਲਗਭਗ ਅੱਧਾ ਕਿਲੋ ਹੋ ਜਾਵੇ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉੱਪਰ ਦੱਸੇ ਤਰੀਕੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀਆਂ 15 ਤੋਂ 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 30 ਤੋਂ 60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਅਤੇ 60 ਤੋਂ 100 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਤਹਿਆਂ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾਂ ਵੱਖੋ ਵੱਖ ਥੈਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਰ ਲਵੋ । ਜੇਕਰ ਡੂੰਘਾਈ ਵਿਚਕਾਰ ਕੋਈ ਸਖਤ ਜਾਂ ਕੰਕਰ ਆਦਿ ਦੀ ਤਹਿ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਅਤੇ ਮੋਟਾਈ ਨੋਟ ਕਰਨ ਪਿੱਛੋਂ ਇਸ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਵੱਖਰਾ ਭਰ ਲਵੋਂ । ਜਿਸ ਡੂੰਘਾਈ ਦੀ ਤਹਿ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਲਈ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਹਰ ਇਕ ਨਮੂਨੇ ਨਾਲ ਮੋਟੇ ਕਾਗਜ਼ 'ਤੇ ਲਿਖ ਕੇ ਬੰਨ੍ਹ ਦੇਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕੱਪੜੇ ਦੀਆਂ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਥੈਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੇ ਢੰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

ਜਿਸ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਬਾਗ ਲਾਉਣਾ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਖੇਤ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਢੰਗ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ । ਇਹ ਨਮੂਨਾ ਵਰਮੇ ਨਾਲ ਜਾਂ 2 ਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾ ਟੋਆਂ ਪੁੱਟ ਕੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਸਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉੱਪਰ ਤੋਂ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 15 ਤੋਂ 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 30 ਤੋਂ 60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 60 ਤੋਂ 90 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 90 ਤੋਂ 120 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ, 120 ਤੋਂ 150 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਅਤੇ 150 ਤੋਂ 200 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਅੰਦਰ ਇਕਸਾਰ ਮੋਟਾਈ ਦੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਹੋਣ ਦਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਜੇਕਰ ਡੂੰਘਾਈ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਸਖਤ ਜਾਂ ਕੰਕਰ ਆਦਿ ਦੀ ਤਹਿ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਅਤੇ ਮੋਟਾਈ ਨੋਟ ਕਰਨ ਪਿੱਛੋਂ ਇਸ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਵੱਖਰਾ ਭਰ ਲਵੋ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕੱਪੜੇ ਦੀਆਂ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਥੈਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸੇ ਹੋਏ ਢੰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਨਾਲ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ : ਖੇਤ ਦਾ ਨੰਬਰ, ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਮਿਤੀ, ਪਤਾ, ਮੰਤਵ, ਜਿਸ ਲਈ ਨਮੂਨਾ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਸਥਾਨਕ ਨਾਅ ਜੇ ਪਤਾ ਹੋਵੇ, ਕਿਸਮ ਜ਼ਮੀਨ (ਸੇਂਜੂ ਜਾਂ ਬਾਰਾਨੀ) ਅਤੇ ਸਿੰਚਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਨਿਕਾਸ, ਧਰਤੀ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ, ਖੇਤ ਦਾ ਲਾਂਗੀਚਿਊਡ ਲੈਟੀਚਿਊਡ ਅਤੇ ਵਰਤੀਆਂ ਖਾਦਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ।

ਕਿਸਾਨ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ-ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫਸਲ ਦੀ ਕਟਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਭੋਂ ਪਰਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤੋਂ ਪਰਖ ਕਰਵਾ ਕੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ । ਮਿੱਟੀ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਖਾਦ ਫਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਵੇ ।

– ਡਾ. ਅਮਰੀਕ ਸਿੰਘ
ਭੌਂ ਪਰਖ ਅਫਸਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ

ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਪੰਜਾਬੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਪਤਾਹਿਕ
KHETI DUNIYAN
An Exclusive Agricultural Weekly

ਰਜਿਸਟਰਡ ਆਫਿਸ :
9-ਏ, ਅਜੀਤ ਨਗਰ, ਪਟਿਆਲਾ
ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਆਫਿਸ :
ਕੇ.ਡੀ. ਕੰਪਲੈਕਸ, ਗਊਸ਼ਾਲਾ ਰੋਡ,
ਨੇੜੇ ਸ਼ੇਰ-ਏ-ਪੰਜਾਬ ਮਾਰਕੀਟ, ਪਟਿਆਲਾ-147001
ਫੋਨ : 0175-2214575
ਈ-ਮੇਲ : kdpublications@yahoo.co.in

ਨੋਟ

★ ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਛਪਣ ਵਾਲੇ ਲੇਖਾਂ, ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਾਦਕ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ । ਅਦਾਰਾ ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ ਕਿਸੇ ਪੱਖੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ।

★ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਭਾਵੇਂ ਮਾਹਿਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਰਾਏ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ ।

★ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਿਪਟਾਰਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ ।

Editor : **JAGPREET SINGH**, Printer, Publisher and Owner of Weekly **'KHETI DUNIYAN'** Printed at **Varginia Printers,** Shere-e-Punjab Market, Gaushala Road, Patiala-147001 (Pb.) and published from **Kheti Duniyan**, House No. 9-A, Ajit Nagar, Patiala-147001 (Pb.).
E-mail : khetiduniyan1983@gmail.com
Phone No. 0175-2214575 • RNI No.**PUNPUN00806**

ਸਿੰਚਾਈ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀਆਂ ਦੀ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਫਸਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ

ਮਿਹਰਬਾਨ ਸਿੰਘ ਕਾਹਲੋਂ, ਮਧੂ ਢਿੰਗਰਾ ਅਤੇ ਗੋਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਭੂਮੀ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿਭਾਗ, ਪੀ. ਏ. ਯੂ., ਲੁਧਿਆਣਾ

ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸੌਖੀਆਂ ਪਰ ਅਸਰਦਾਰ ਤਕਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਫਸਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦੀ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਲਈ ਨੁਕਤੇ :

ਲੇਜ਼ਰ ਕਰਾਹੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ : ਝੋਨੇ ਵਾਲੇ ਖੇਤ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਲੇਜ਼ਰ ਲੈਵਲਰ ਨਾਲ ਪੱਧਰੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਲੇਜ਼ਰ ਕਰਾਹਾ ਟਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਲੋੜੀਂਦੀ-ਢਲਾਣ ਮੁਤਾਬਿਕ ਖੇਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੱਧਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ 50 ਹਾਰਸ ਪਾਵਰ ਦੇ ਟਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਚਲਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੇਜ਼ਰ

ਕਰਾਹੇ ਨਾਲ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਪੱਧਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੀ 25-30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਝਾੜ ਵਿੱਚ 5-10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖਾਦਾਂ ਤੇ ਨਦੀਨ ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬੀਜੋ : ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਨੀਰੀ ਉਗਾਉਣ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਅਤੇ ਖੇਤ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਲਾਉਣ ਦਾ ਖਰਚਾ ਬਚਦਾ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਕੱਦੂ ਕੀਤੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਖੇਤ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਖੜਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਸਿਰਫ ਦਰਮਿਆਨੀਆਂ ਤੋਂ ਭਾਰੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਕਰੋ। ਸੁੱਕੇ ਖੇਤ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਸਿੰਚਾਈ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਸਿੰਚਾਈ 4-5 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਬਿਜਾਈ ਰੌਣੀ ਕੀਤੇ ਖੇਤ ਵਿਚ ਤਰ ਵੱਤਰ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਪਹਿਲੀ ਸਿੰਚਾਈ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 21 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਕਿਸਮ ਤੇ ਆਧਾਰ ਤੇ 5-7 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਵਾਲੇ ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਆਖਰੀ ਪਾਣੀ ਝੋਨਾ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਦਸ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿਉ। ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੱਦੂ ਕੀਤੇ ਝੋਨੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 10-20 ਫੀਸਦੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਝੋਨੇ ਦੀ ਲੁਆਈ ਦਾ ਸਮਾਂ : ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਨ, ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਹਵਾ ਵਿਚਲੀ ਨਮੀ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਝੋਨਾ ਮਈ ਜਾਂ ਜੂਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਖਪਤ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲੁਆਈ ਮਾਨਸੂਨ ਦੇ ਨੇੜੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਸੀ) ਯਾਨੀ ਅੱਧ ਜੂਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਖੱਪਤ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਕ ਅਨੁਮਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਇਕ ਜੂਨ ਨੂੰ ਲਗਾਏ ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਨ 620 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਅਤੇ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਲਗਾਏ ਝੋਨੇ ਵਿਚ 520 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੇਟ ਲਗਾਏ ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਖਪਤ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਜ਼ਮੀਨ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ ਹੁਣ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਥੱਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇਗਾ।

ਪਾਣੀ ਸੁਕਾ ਕੇ ਲਾਓ : ਕਿਸਾਨ ਵੀਰਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਆਮ ਧਾਰਨਾ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਝੋਨੇ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਹਫਤੇ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਝੋਨੇ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਦੇ ਬੂਟੇ ਜੰਮ ਪੈਣ ਅਤੇ ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਾਣੀ ਜ਼ੀਰਨ ਤੋਂ ਦੋ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਝੋਨੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਵੀ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਖੇਤ ਵਿਚ ਤੇੜਾਂ ਨਾ ਪੈਣ। ਇਕ ਕਿਲੋ ਝੋਨੇ ਦੇ ਦਾਣੇ ਲੈਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਖੜਾ ਕਰਨ ਨਾਲ 3460 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਲਗਿਆ, ਉੱਥੇ ਸੁਕਾਅ ਕੇ ਪਾਣੀ ਲਾਉਣ ਨਾਲ 1200 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਘੱਟ ਲਗਿਆ ਅਤੇ 34 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੋਈ। ਕਿਸਾਨ ਵੀਰਾਂ ਦੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਆਮ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਸਾਲ ਮੀਂਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਣ ਉਸ ਸਾਲ ਝੋਨੇ ਦਾ ਝਾੜ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਨਮੀਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਧਣ ਕਰਕੇ ਕੀੜੇ ਮਕੌੜੇ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਵੱਧ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਵਲੋਂ ਇਹ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵਧੇਰੇ ਨਮੀ ਕਾਰਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਭੂਰੀ ਟਿੱਡੀ ਅਤੇ ਪੱਤਾ ਲਪੇਟ ਸੁੰਢੀ ਦਾ ਹਮਲਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤਣੇ ਦਾ ਝੁਲਸ ਰੋਗ ਅਤੇ ਝੂਠੀ ਕਾਂਗਿਆਰੀ ਖੜੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਵੇਖਣ ਵਿਚ ਮਿਲੀਆਂ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਵੀਰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਝੋਨੇ ਦੇ ਖੇਤ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਖੇਤ ਵਿਚ 4 ਇੰਚ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜ਼ੀਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਧੂ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫਸਲ ਨੂੰ ਕੋਈ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਸਾਨ ਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਦੋਂ ਵੀ ਝੋਨੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਾਉਣ ਤਾਂ ਖੇਤ ਵਿਚ 2 ਇੰਚ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਨਾ ਰੱਖਣ। ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਬੱਚਤ ਲਈ, 15-20 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾਈ ਤੇ ਲੱਗੇ ਟੈਂਸ਼ੀਓਮੀਟਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਹਰੀ ਪੱਟੀ ਤੋਂ ਪੀਲੀ ਪੱਟੀ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੇ (150 ± 20 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਟੈਨਸ਼ਨ) ਹੀ ਪਾਣੀ ਲਗਾਉ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੰਚਾਈ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਾਫੀ ਬੱਚਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਸਲ ਦੇ ਝਾੜ ਤੇ ਵੀ ਕੋਈ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।

ਝੋਨਾ ਵੱਢਣ ਤੋਂ 15 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨਾ : ਪੰਜਾਬ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਝੋਨਾ 15 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਕ ਤਾਂ ਫਸਲ ਦੀ ਕਟਾਈ ਸੌਖੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਦਾਣਿਆਂ ਵਿਚਲੀ ਨਮੀਂ ਘੱਟ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਚੰਗਾ ਮੰਡੀਕਰਨ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਝੋਨੇ ਪਿਛੋਂ ਬੀਜਣ ਵਾਲੀ ਹਾੜ੍ਹੀ ਦੀ ਫਸਲ ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਬੀਜੀ ਜਾ ਸਕੇਗੀ।

ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਫਸਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਵਰਤੋਂ

ਨਰਮਾ : ਵਰਖਾ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਨਰਮੇ ਦੀ ਫਸਲ ਨੂੰ ਕੁਲ 4 ਤੋਂ 6 ਪਾਣੀ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਬਿਜਾਈ ਦੇ 4 ਤੋਂ 6 ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਇਸ ਪਿਛੋਂ ਪਾਣੀ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਹਫਤਿਆਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਨਾਲ ਦਿਓ। ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਜਾਂ ਵੱਟਾਂ ਉੱਪਰ ਬੀਜੀ ਫਸਲ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਪਾਣੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਰਮੇਂ ਦੀ ਵੱਟਾਂ ਤੇ ਬਿਜਾਈ ਅਤੇ ਸਿੰਚਾਈ ਖੇਲਾਂ ਵਿਚ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਾਫੀ ਬੱਚਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਮਾੜਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰਵੀਂ ਰੌਣੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਟਿਊਬਵੈੱਲ ਦਾ ਪਾਣੀ ਇਕ ਖੇਤ ਛੱਡ ਕੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫਸਲ ਨੂੰ ਫੁੱਲ ਨਿਕਲਣ ਅਤੇ ਫਲ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਟੀਂਡੇ ਝੜ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਉਪਜ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਿਲੇਗੀ। ਛੋਟੀ ਫਸਲ ਖੜ੍ਹਾ ਪਾਣੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿਰ ਨਹੀਂ ਸਹਾਰ ਸਕਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰੀ ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਕਾਸ ਛੇਤੀ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਟੀਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਖਿੜਾਉਣ ਲਈ ਅਮਰੀਕਨ ਕਪਾਹ ਨੂੰ ਆਖਰੀ ਪਾਣੀ ਸਤੰਬਰ ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿਚ ਦਿਓ।

ਸਾਉਣੀ ਦੀ ਮੱਕੀ : ਫਸਲ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮੱਕੀ ਦੇ ਨਿਸਰਣ ਅਤੇ ਸੂਤ ਕੱਤਣ ਸਮੇਂ। ਬਹਾਰ ਰੁੱਤ ਦੀ ਬੀਜੀ ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਮੀਂਹ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਬਿਜਾਈ ਦੇ 25-30 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਲਾਓ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 10 ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੱਕ ਦੋ ਹਫਤੇ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਅਤੇ ਫਸਲ ਪੱਕਣ ਤੱਕ ਇਕ ਹਫਤੇ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਪਾਣੀ ਲਾਉਂਦੇ ਰਹੋ। ਦਾਣੇ ਪੈਣ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਫਸਲ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਮਾਦ : ਗਰਮ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਮੌਸਮ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ ਜੂਨ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ ਕਮਾਦ ਦੇ ਵਾਧੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਫਸਲ ਨੂੰ 7-12 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫੇ ਅੰਦਰ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਪਾਣੀ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ। ਬਾਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਜੇਕਰ ਖੇਤ ਵਿਚ ਬਾਰਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤਾ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿਓ। ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ (ਨਵੰਬਰ-ਜਨਵਰੀ) ਕਮਾਦ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਕਫੇ ਤੇ ਲਾਓ। ਫਸਲ ਨੂੰ ਕੋਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਪਾਣੀ ਦਸੰਬਰ ਦੇ ਅੱਧ ਵਿਚ ਅਤੇ ਇਕ ਹੋਰ ਪਾਣੀ ਜਨਵਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਲਾਉ।

ਮੂੰਗਫਲੀ : ਮੂੰਗਫਲੀ ਨੂੰ ਮੌਸਮੀ ਵਰਖਾ ਅਨੁਸਾਰ 2 ਜਾਂ 3 ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਜੇ ਵਰਖਾ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਫੁੱਲ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਲਾਉ। ਗੱਠੀਆਂ ਦੇ ਠੀਕ ਵਾਧੇ ਲਈ ਗੱਠੀਆਂ ਪੈਣ ਸਮੇਂ ਮੌਨਸੂਨ ਅਨੁਸਾਰ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਪਾਣੀ ਹੋਰ ਲਾਉ। ਆਸਾਨ ਪੁਟਾਈ ਲਈ ਪੁਟਾਈ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਪਾਣੀ ਲਾਉ।

ਮੂੰਗੀ : ਮੌਸਮ ਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਪਾਣੀ ਸੰਭਾਲਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਨੁਸਾਰ ਗਰਮ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੂੰਗੀ (ਮਾਰਚ ਵਿਚ ਬੀਜੀ) ਦੀ ਫਸਲ ਨੂੰ 3 ਤੋਂ 5 ਪਾਣੀ ਲਾਉ। ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ 25 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਲਾਉ। ਆਖਰੀ ਸਿੰਚਾਈ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 55 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਝਾੜ ਵਧੇਗਾ ਅਤੇ ਫਲੀਆਂ ਇਕਸਾਰ ਪੱਕਣਗੀਆਂ।

ਲੀਚੀ ਵਿੱਚ ਪੱਤਾ ਪਰਖ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ?

ਸਰਵਪ੍ਰਿਆ ਸਿੰਘ, ਸੁਮਨਜੀਤ ਕੌਰ ਅਤੇ ਨਵਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ, ਫਾਰਮ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਮੋਬਾਇਲ : 85449-71933

ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਲੀਚੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਪਠਾਨਕੋਟ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ, ਪਟਿਆਲਾ ਅਤੇ ਮੋਹਾਲੀ ਆਦਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀ ਪਰਖ

ਬੂਟੇ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ 4-5 ਮਹੀਨੇ ਪੁਰਾਣੇ ਲਗਭਗ 50 ਜੋੜੇ ਪੱਤੇ ਦੂਜੀ ਅਤੇ ਤੀਜੀ ਟਾਹਣੀ ਤੋਂ ਫਰਵਰੀ-ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀ ਪਰਖ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਕਰੋ। ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਪਰਖ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਾਗ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਦੇ ਅਧਾਰ ਦੇ ਬਾਗ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਦੇ 0-15, 15-30 ਅਤੇ 30-60 ਸੈਂ.ਮੀ. ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਦੇ 2-3 ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਜਾਂਚ ਕਰਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ

ਨਾਈਟ੍ਰੋਜਨ : ਨਾਈਟ੍ਰੋਜਨ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਲੀਚੀ ਦੇ ਪੱਤੇ ਪੀਲੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੇਠਲੇ ਪੱਤੇ ਸੁੱਕਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਪੌਦੇ ਦਾ ਵਾਧਾ ਰੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਟਾਹਣੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਪੱਤੇ ਛੋਟੇ, ਸਿੱਧੇ ਅਤੇ ਬੇਰੰਗੇ ਹਲਕੇ ਹਰੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਾਣੇ ਪੱਤੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਘੁੰਮਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪੱਤੇ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਝੜਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਨਾਲ ਜੜ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਾਧਾ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਯੂਰੀਆ 1600 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਬੂਟਾ/10 ਸਾਲ ਦੇ ਬੂਟੇ ਨੂੰ ਦੋ ਬਰਾਬਰ ਕਿਸ਼ਤਾਂ : ਅੱਧ ਫਰਵਰੀ ਅਤੇ ਅੱਧ ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿਚ ਫਲ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਾਓ।

ਫਾਸਫੋਰਸ : ਫਾਸਫੋਰਸ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਪੱਤੇ ਭੂਰੇ, ਤਾਂਬੇ ਰੰਗ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਪੱਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਵਿਚਲਾ ਹਿੱਸਾ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੱਤਿਆਂ ਦਾ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਝੜਨਾ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਾਸਫੋਰਸ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਫੁੱਲ ਪੈਣ, ਫਲ ਬਣਨ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਤੇ ਕੋਈ ਖਾਸ ਅਸਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ : ਪੋਟਾਸ਼ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਪੱਤਿਆਂ ਦੇ ਸਿਰੇ ਪੀਲੇ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵੱਧਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਪੱਤਾ ਹੀ ਪੀਲਾ ਪੈ ਕੇ ਝੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪੋਟਾਸ਼ ਦੀ ਘਾਟ ਨਾਲ ਲੀਚੀ ਦੇ ਫਲ ਵੀ ਫਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਵੱਧ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲੀਚੀ ਕਾਸ਼ਤਕਾਰ ਉਪਰੋਕਤ ਦੱਸੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਪੱਤਾ ਪਰਖ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲਿਫਾਫਿਆਂ (ਕਾਗਜ਼ ਜਾਂ ਪੋਲੀਥੀਨ) ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪੱਤਾ ਘੋਖ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ, ਫਲ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿਭਾਗ, ਪੀ. ਏ. ਯੂ., ਲੁਧਿਆਣਾ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਖੋਜ ਕੇਂਦਰ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਜਾਂ ਬਾਗਬਾਨੀ ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ।

ਕੀੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਮੁਕਤ

ਝੋਨੇ ਦੀ ਨਰੋਈ ਪਨੀਰੀ ਲਈ ਸਰਵੇਖਣ ਜ਼ਰੂਰੀ

ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਕੜ ਅਤੇ ਰਿਤੂ ਰਾਜ, ਪਲਾਂਟ ਕਲੀਨਿਕ, ਪੀ. ਏ. ਯੂ., ਲੁਧਿਆਣਾ (ਮੋ. 81464-00248)

ਬਿਮਾਰੀ-ਮੁਕਤ ਬੀਜ ਅਤੇ ਨਰੋਈ ਪਨੀਰੀ, ਝੋਨੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਦੇ ਚੰਗੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਝਾੜ ਲਈ ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜਾਂ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਵਿੱਚ ਕੀੜਿਆਂ/ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਪਨੀਰੀ ਦੇ ਜੰਮਣ ਤੋਂ ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਪੁਟਾਈ ਤੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਣ-ਸੁਖਾਵੀਂ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਸੌਖੇ ਹੀ ਨਜੀਠਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ 2022 ਦੌਰਾਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਵਿੱਚ ਮਧਰੇਪਨ (ਸਦਰਨ ਰਾਈਸ ਬਲੈਕ ਸਟਰੀਕਡ ਡਵਾਰਫ ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਆਮ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਬੌਨਾ ਰੋਗ) ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਸੀ। ਇਹ ਰੋਗ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਰੋਗ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਝੋਨੇ ਦੇ ਚਿੱਟੀ ਪਿੱਠ ਵਾਲੇ ਟਿੱਡੇ ਦੇ ਹਮਲੇ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤੱਥ ਵੀ ਨਿਕਲ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਰੋਗ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਲੇਟ ਲੁਆਈ ਹੋਈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਅਗੇਤੀ ਬਿਜਾਈ (20 ਮਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਅਤੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਅਗੇਤੀ ਲੁਆਈ (20 ਜੂਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਇਸ ਅਲਾਮਤ ਦੇ ਆਉਣ ਦੇ ਆਸਾਰ ਵੀ ਘੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਲਈ ਝੋਨੇ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਦੇ ਜੰਮ ਤੋਂ ਪਟਾਈ ਦੌਰਾਨ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰੋ।

ਰੋਕਥਾਮ : ਜੇਕਰ ਟਿੱਡੇ ਦਾ ਹਮਲਾ ਪਨੀਰੀ ਉਪਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿੱਠੂ ਪੰਪ ਅਤੇ ਗੋਲ ਨੋਜ਼ਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰੋ। 60 ਗ੍ਰਾਮ ਉਲਾਲਾ 50 ਡਬਲਯੂ. ਜੀ. (ਫਲੋਨੀਕਾਮਿਡ) ਜਾਂ 94 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪੈਕਸਾਲੋਨ 10 ਐਸ. ਸੀ. (ਟਰਾਈਫਲੂਮੀਜ਼ੋਪਾਇਰਮ) ਜਾਂ 80 ਗ੍ਰਾਮ ਓਸ਼ੀਨ/ਟੋਕਨ/ਡੋਮੀਨੈਂਟ 20 ਐਸ. ਜੀ. (ਡਾਇਨੋਟੈਫੂਰਾਨ) ਜਾਂ 120 ਗ੍ਰਾਮ ਚੈਸ 50 ਡਬਲਯੂ. ਜੀ. (ਪਾਈਮੈਟਰੋਜ਼ਿਨ) ਜਾਂ 400 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਆਰਕੈਸਟਰਾ 10 ਐਸ. ਸੀ. (ਬੈਂਜ਼ਪਾਇਰੀਮੋਕਸਨ) 300 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਇਮੇਜਿਨ 10 ਐਸ. ਸੀ. (ਫਲੂਪਾਇਰੀਮਿਨ) ਜਾਂ 80 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਇਕੋਟਿਨ (ਅਜ਼ੈਡੀਰੈਕਟਿਨ 5%) ਜਾਂ 4 ਲੀਟਰ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਨਿੰਮ ਦੇ ਘੋਲ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ 100 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਛਿੜਕਾਅ ਲਈ ਵਰਤੋ। ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਮਾਤਰਾ, ਨਰਸਰੀ ਉਪਰ ਛਿੜਕਾਅ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਛਿੜਕਾਅ ਸਮੇਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ।

ਨੀਮਾਟੋਡ ਦੇ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਬਚਾਅ

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਈ ਵਾਰ ਕੁੱਝ ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਨੀਰੀ ਧੌੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੀਲੀ ਪੈਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਪਨੀਰੀ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਉੱਪਰ ਗੰਢਾਂ ਬਣੀਆਂ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਨੀਰੀ ਕੱਦੂ ਕਰਕੇ ਬੀਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਇਹ ਅਲਾਮਤ ਨਜ਼ਰ ਆਈ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਪਨੀਰੀ ਬੀਜਣ ਤੋਂ 10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਸਰ੍ਹੋਂ ਦੀ ਖਲ 40 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਵਰਗ ਮੀਟਰ ਜਾਂ 1 ਕਿਲੋ ਪ੍ਰਤੀ ਮਰਲੇ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾਓ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ ਕਿ ਖਲ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਵਿੱਚ 10 ਦਿਨ ਦਾ ਵਕਫਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇ।

ਪੀਓ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਰਹੋ ਸਿਹਤਮੰਦ

ਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਾਣੀ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਪਸੀਨੇ ਨਾਲ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਇਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਅੱਠ ਤੋਂ ਦੱਸ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਸੁਣਿਆ ਹੋਵੇਗਾ । ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ

ਇਸ ਸਲਾਹ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦਾ ਪੱਧਰ ਉੱਚਾ ਹੋਵੇ । ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੈੱਲ, ਰੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂਕਿ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਸਰੀਰਕ ਕੰਮ ਵੀ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿਣ । ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਨੂੰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀ ਕੇ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ । ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੇਵਨ ਲਈ ਹੀ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਸ਼ਬਦ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਲਾਤੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸ਼ਬਦ 'ਬੀਵਰ' ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ 'ਕੰਮ ਤੋਂ ਆਰਾਮ' । ਔਸਤਨ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਇੱਕ ਕੈਲੋਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉੱਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਮਿ: ਲੀ. ਤਰਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਇਕ ਬਾਲਗ ਆਦਮੀ ਨੂੰ 2320 ਕਿ. ਕੈਲੋਰੀ /ਦਿਨ ਊਰਜਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ 2.3 ਲਿਟਰ ਪਾਣੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਕ ਬਾਲਗ ਔਰਤ ਨੂੰ 1900 ਕਿ: ਕੈਲੋਰੀ/ਦਿਨ ਊਰਜਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਉਸਨੂੰ 1.9 ਲਿਟਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਲਗਭਗ 80% ਪਾਣੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦੇ । ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਚਮੜੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਸਾਡੀ ਚਮੜੀ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪਰਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰਲ ਨਹੀਂ ਘੱਟਣ ਦਿੰਦਾ । ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਾਣੀ ਗੁਰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਛਾਨਣ ਅਤੇ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਚਮਤਕਾਰੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

ਪਾਣੀ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਾ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ । ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਅਤੇ ਨਾਨ-ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ । ਸਾਰੇ ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਖਮੀਰ (ਸੈਕਰੋਮਾਇਸਿਸ) ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਹ ਖਮੀਰ ਗੁਲੂਕੋਜ਼ ਨੂੰ ਇਥਾਨਲ ਅਤੇ ਕਾਰਬਨ-ਡਾਇਕਸਾਈਡ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ । ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਇਥਾਨਲ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਿਊਰਾਨ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਗੈਰ-ਚੋਣ ਮੱਧ ਦਿਮਾਗੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਡਿਪ੍ਰੈਸੇਂਟ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਘੱਟ ਤੋਂ ਮੱਧਮ (10-30 ਮਿ: ਲੀ.) ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਐਲਕੋਹਲ ਪੀਣ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਟਾਈਪ-2 ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘੱਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਮੀਨੋਪਾਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਡੀਆਂ ਲਈ ਵੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ । ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਸਰੀਰਕ ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਦੇ ਹਨ । ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਦਿਮਾਗੀ ਸੰਤੁਲਨ ਦੇ ਘੱਟ ਹੋਣ ਨਾਲ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਮੌਤ ਤੱਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਪਰ ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸਦਾ ਆਦੀ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਕਈ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਨ ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ।

ਨਾਨ-ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਦੁੱਧ, ਚਾਹ, ਕਾਫੀ, ਜੂਸ, ਕਾਰਬੋਨੇਟਡ ਪਾਣੀ, ਸਕੁਐਸ਼ ਅਤੇ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਆਉਂਦੇ ਹਨ । ਇਹ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ, ਸੁਆਦ ਅਤੇ ਪਿਆਸ ਬੁਝਾਉਣ ਲਈ ਪੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਿਆਸ ਬੁਝਾਉਣ ਦੇ ਇਲਾਵਾ, ਇਹਨਾਂ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਦੁੱਧ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ, ਫਾਸਫੋਰਸ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ$_{12}$, ਜ਼ਿੰਕ ਦਾ ਚੰਗਾ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ ਅਤੇ ਜੂਸ ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ, ਫੋਲੇਟ, ਥਾਇਆਮੀਨ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ

ਕਈ ਹੋਰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਪਰ ਕੁਝ ਹੋਰ ਨਾਨ ਐਲਕੋਹਲਿਕ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਜਿਵੇਂ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਚੀਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖੁਰਾਕ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਕੈਲੋਰੀ ਜਮ੍ਹਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਚਾਹ ਅਤੇ ਕਾਫੀ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਾਬਿਤ ਹੋਏ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਈਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ, ਲੋਹਾ ਅਤੇ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਸੋਖਣ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵਿਚ ਮੈਟਾਬਾਲਿਜ਼ਮ ਵਾਲੇ ਇਹਨਾਂ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਸਾਰੇ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਉਹ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਸੁਆਦ, ਮੁੱਲ ਅਤੇ ਸਹੂਲੀਅਤ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪੀਂਦੇ ਹਨ । ਕੁੱਝ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਸਾਡੀ ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਬਾਕੀ ਸਾਨੂੰ ਸਿਰਫ 'ਖਾਲੀ ਕੈਲੋਰੀ' ਹੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਮਤਲਬ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਨਹੀਂ ਅਤੇਸਿਰਫ ਚੀਨੀ ਹੈ, ਜੋ ਭਾਰ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ । ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਦੇ ਇੱਕ ਕੇਨ/ਬੋਤਲ (300 ਮਿ. ਲੀ.) ਵਿਚ ਦਸ ਛੋਟੇ ਚਮਚ ਚੀਨੀ ਅਤੇ 200 ਕੈਲੋਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਕੱਲੇ ਚੀਨੀ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਲਟੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਪਰ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਵਿਚ ਫਾਸਫੋਰਿਕ ਐਸਿਡ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਚੀਨੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਡੋਪਾਮੀਨ ਦੇ ਬਣਨ ਦੀ ਦਰ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੰਦਮਈ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਦੀ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ । ਫਾਸਫੋਰਿਕ ਐਸਿਡ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਮਿਕਦਾਰ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਸੁਭਾਅ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਉੱਪਰੀ ਪਰਤ (ਇਨੈਮਲ) ਨੂੰ ਨਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਜਿਸਦੇ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਜੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਪੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਵੱਧ ਭਾਰ, ਮੋਟਾਪਾ, ਟਾਈਪ-2 ਸ਼ੂਗਰ, ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਖੁਰਨਾ, ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਿਟਾਮਿਨ, ਖਣਿਜ ਤੱਤ ਅਤੇ ਰੇਸ਼ੇ ਦੀ ਸੋਖਣ ਸ਼ਕਤੀ ਘਟਦੀ ਹੈ । ਐਨਰਜੀ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਵਰਣਕ ਕੈਫੀਨ ਹੈ, ਇਹ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਵਿਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਕੈਫੀਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਉਣਾ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਣ, ਥਕਾਵਟ, ਘਬਰਾਹਟ ਅਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਣਾ, ਵਰਗੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਆਮ ਪਾਏ ਗਏ ਹਨ । ਕਾਰਬੋਨੇਟਿਡ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਖੰਡ ਅਤੇ ਕੈਫੀਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਹਿੰਸਕ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ।

ਇਸ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਚੋਣ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ । ਰਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਲੱਸੀ, ਨਿੰਬੂ ਪਾਣੀ, ਗੰਨੇ ਦਾ ਰਸ, ਕਾਂਜੀ (ਕਾਲੀ ਗਾਜਰ ਤੋਂ ਤਿਆਰ), ਜਲ-ਜੀਰਾ (ਇਮਲੀ ਤੋਂ ਤਿਆਰ), ਆਮ ਪੰਨਾ, ਨਾਰੀਅਲ ਪਾਣੀ, ਬੇਲ ਜੂਸ, ਮਿਲਕ ਬਦਾਮ, ਕੇਸਰ ਦਾ ਦੁੱਧ, ਮਿਲਕ ਸ਼ੇਕ ਜਿਵੇਂ ਮੈਂਗੋ ਸ਼ੇਕ, ਬਨਾਨਾ ਸ਼ੇਕ, ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀ ਸ਼ੇਕ ਅਤੇ ਕੀਵੀ ਸ਼ੇਕ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ । ਇਹ ਸਸਤੇ ਹਨ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਵੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਰਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ । ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਲੱਸੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ । ਇਹ ਦਸਤ, ਐਸੀਡਿਟੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਪਚਾਰ ਹੈ । ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ

ਲਈ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਹਜ਼ਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਜੋ ਦੁੱਧ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ । ਇਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਕਾਂਜੀ ਦਾ ਇਕ ਗਿਲਾਸ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ, ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਭਿਆਨਕ ਦਸਤ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ, ਕੈਂਸਰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਦੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਲਾਗ) ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਦੂਜਾ ਰਵਾਇਤੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਆਮ ਪੰਨਾ ਕੱਚੇ ਅੰਬਾਂ, ਖੰਡ ਅਤੇ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜੋ ਪਿਆਸ ਬੁਝਾਉਣ ਅਤੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਸੋਡੀਅਮ ਕਲੋਰਾਈਡ ਅਤੇ ਲੋਹਾ (ਆਇਰਨ) ਨੂੰ ਪਸੀਨੇ ਵਜੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਨਿਕਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ । ਇਹ ਵੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ$_1$ ਅਤੇ ਬੀ$_2$, ਨਾਇਆਸੀਨ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ ਦਾ ਚੰਗਾ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ । ਇਸਨੂੰ ਇੱਕ ਟਾਨਿਕ ਦੇ ਤੌਰ ਦੇ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਟਿਊਬਰਕਲੋਸਿਸ, ਅਨੀਮੀਆ (ਖੂਨ ਦੀ ਘਾਟ), ਹੈਜ਼ਾ ਅਤੇ ਪੇਚਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਦੂਜੇ ਖੱਟੇ ਫਲਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿੰਬੂ ਜੂਸ ਵੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ ਅਤੇ ਖਣਿਜ ਜਿਵੇਂ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਫਾਸਫੋਰਸ ਹਨ । ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿਚ 120 ਮਿਲੀ. ਲੀ. ਨਿੰਬੂ ਜੂਸ ਜਦੋਂ 2 ਲੀ. ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਪੱਥਰੀ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਨਿੰਬੂ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਖਾਣੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪੀਣ ਨਾਲ ਇਹ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਲੋਹੇ ਦੀ ਸੋਖਣ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਨੀਮੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਉਹ ਘੁੰਮਣ ਫਿਰਨ ਲਈ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਾਣੀ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਮਸਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਸੀ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਗਰਮ ਸੂਰਜ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਸਮੇਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਿਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ । ਗਰਮੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਜਿਵੇਂ ਦਿਲ ਘਬਰਾਉਣਾ, ਦਿਲ ਵਿਚ ਜਲਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਘਾਟ ਲਈ ਨਿੰਬੂ ਪਾਣੀ, ਆਮ ਪੰਨਾ, ਲੱਸੀ ਅਤੇ ਤਰਬੂਜ਼ ਦਾ ਰਸ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਚੋਣ ਹਨ । ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ । ਇਹ ਦਸਤ ਅਤੇ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਵਰਗੇ ਰੋਗਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਪਾਰਾ ਵਧਣ ਕਾਰਨ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੈ, ਲਈ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹਨ । ਇਹ ਪੇਟ ਸਬੰਧੀ ਦੂਜੇ ਰੋਗਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਬਜ਼, ਗੈਸ ਅਤੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਜਲਣ ਲਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹਨ ।

ਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਰੁੱਤ ਦੌਰਾਨ ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਫਲ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹੀਆਂ-ਬੂਟੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਗਰਮ ਮੌਸਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਾਰੇ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਵਰਦਾਨ ਸਾਬਿਤ ਹੋਏ ਹਨ । ਇਹ ਰਿਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਜਲਦੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਲਈ ਸੁਆਣੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਇਹ ਦੇਣ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਹ ਲੈਣ । ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਤ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਰਿਵਾਇਤੀ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥ ਸਕੂਲ ਕੰਟੀਨਾਂ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ । ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫਟ ਡ੍ਰਿੰਕਸ, ਐਨਰਜ਼ੀ ਡ੍ਰਿੰਕਸ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਬੋਤਲ ਜਾਂ ਕੇਨ ਉੱਤੇ ਲੱਗੇ ਲੇਬਲ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਣ ।

ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਕੀ ਖਾਈਏ, ਕੀ ਨਾ ਖਾਈਏ?

ਪੇਸ਼ ਹੈ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੇ ਮੇਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸ਼ਹਿਦ ਅਤੇ ਘਿਉ : ਕਦੇ ਵੀ ਸ਼ਹਿਦ ਅਤੇ ਘਿਉ ਬਰਾਬਰ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਨਾ ਖਾਉ । ਇਸ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਲ : ਫਲਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੂਗਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਪਰ ਖਾਣੇ ਵਿਚ ਫੈਟ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਸਟਾਰਚ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ । ਜੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਲ ਖਾਉਗੇ ਤਾ ਫਰੂਟ ਸ਼ੂਗਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਪੇਟ ਵਿਚ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਬਜ਼, ਡਾਇਰੀਆ, ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਬਰੇਕਫਾਸਟ ਵਿਚ ਆਨਾਜ, ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਸੰਗਤਰੇ ਦਾ ਜੂਸ : ਸੰਗਤਰੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਲ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਐਸਿਡ ਉਸ ਇੰਜ਼ਾਇਮ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਨਾਜ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸਟਾਰਚ ਨੂੰ ਪਚਾਉਣ ਵਿੱਚੋਂ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ । ਸੋ ਬਰੇਕ ਫਾਸਟ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਫਲ ਜਾਂ ਸੰਗਤਰੇ ਦੇ ਜੂਸ ਨੂੰ ਆਨਾਜ ਲੈਣ ਤੋਂ ਅੱਧਾ ਘੰਟਿ ਪਹਿਲਾਂ ਲਵੋ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ।

ਬਰੇਕਫਾਸਟ ਵਿਚ ਦੁੱਧ, ਬਰੈੱਡ ਅਤੇ ਬਟਰ : ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟਸ ਅਤੇ ਫੈਟ, ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇੱਕੋ ਵਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਨਾ ਲਵੋ । ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਚਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਭਾਰੀਪਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਕੇਲਾ : ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਭਾਰੀਪਨ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਸੁਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲਕਸ਼ੇਕ ਦੇ ਸ਼ੌਕੀਨ ਹੋ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੇਲਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੱਕਿਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਇਲੈਚੀ ਅਤੇ ਜੈਫੱਲ ਮਿਲਾਓ ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਤੁਲਸੀ : ਜੇ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਤੁਲਸੀ ਦਾ ਕੈਪਸੂਲ ਜਾਂ ਗੋਲੀ ਲੈ ਰਹੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਦੁੱਧ ਨਾ ਪੀਓ, ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ ਦਾ ਅੰਤਰ ਜ਼ਰੂਰ ਰੱਖੋ ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦਹੀਂ : ਦਹੀਂ ਖਮੀਰਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੋ ਵਾਰੀ ਵਿਚ ਖਾਣ ਨਾਲ ਦੁੱਧ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੈਸ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 90 ਮਿੰਟ ਦਾ ਫਾਸਲਾ ਰੱਖੋ ।

ਦਹੀਂ ਅਤੇ ਫਲ : ਦਹੀਂ ਅਤੇ ਫਲਾਂ ਵਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅੰਜ਼ਾਇਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਕਾਰਨ ਇਹ ਪਚ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਪਰ ਫਰੂਟ ਅਤੇ ਰਾਇਤਾ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ।

ਦਹੀਂ ਅਤੇ ਪਰੌਂਠੇ : ਪਰੌਂਠੇ ਜਾਂ ਪੂਰੀ ਆਦਿ ਤਲੀਆਂ-ਭੁੰਨੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਹੀਂ ਨਾਲ ਨਾ ਖਾਉ । ਦਹੀਂ ਫੈਟ ਨੂੰ ਪਚਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਫੈਟ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਊਰਜਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਪਰ ਦਹੀਂ ਖਾਣਾ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਕਾਲਾ ਨਮਕ ਜਾਂ ਆਂਵਲਾ ਮਿਲਾ ਲਵੋ ।

ਸਬਜ਼ੀ ਵਿਚ ਦਹੀਂ : ਕਈ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵਿਚ ਦਹੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪਕਾਉਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ । ਦਹੀਂ ਦੇ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਣ ਮਗਰੋਂ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰਲੇ ਚੈਨਲ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਦਹੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਂਹ ਖਾਉ ਕਿਉਂ ਇਹ ਛੇਤੀ ਪਚਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ।

ਉੜਦ (ਮਾਂਹ ਕਾਲੇ) ਦੀ ਦਾਲ ਅਤੇ ਦਹੀਂ ; ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੈ । ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਕੋਲਡ੍ਰਿੰਕ : ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਕੋਲਡ੍ਰਿੰਕ ਨਾ ਲਵੋ । ਠੰਢੀ ਜਾਂ ਬਰਫ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੰਮੀ ਕੋਲਡ੍ਰਿੰਕ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਪਚਾਉਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਸੁਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਡਾਇਜੈਸਟ ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਕੋਲਡ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਅਤੇ ਜੰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਦਹੀਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਪਾਸਤਾ ਅਤੇ ਟਮਾਟਰ : ਪਾਸਤਾ ਤੇ ਟਮਾਟਰ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਖਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ । ਇਹ ਛੇਤੀ ਨਹੀਂ ਪਚਦੇ । ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟਸ ਨੂੰ ਐਸਿਡ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਇਟਾਲੀਅਨ ਖਾਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਥਕਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਮੇਲ ਨੂੰ ਪਚਾਉਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ : ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੀਉ ਪਰ ਜੇਕਰ ਪੀਣਾ ਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਰਮਲ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਪੀਓ । ਠੰਢਾ ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੀਓ । ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਜਵੈਣ ਜਾਂ ਜ਼ੀਰਾ ਪਾ ਕੇ ਉਬਾਲ ਲਓ । ਇਹ ਖਾਣਾ ਪਚਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਖਾਣ ਤੋਂ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਇਕ ਘੰਟਾ ਬਾਅਦ ਗਲਾਸ ਭਰ ਕੇ ਪੀਣਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਮਿਕਸ : ਇਕ ਹੀ ਥਾਲੀ ਵਿਚ ਸਬਜ਼ੀ, ਨਾਨਵੈਂਜ, ਮਿੱਠਾ, ਚਾਵਲ, ਆਚਾਰ, ਆਦਿ ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਖਾਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਵਿਚ ਖਲਬਲੀ ਮਚਦੀ ਹੈ । ਰੋਜ਼-ਰੋਜ਼ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਿਸਮਾਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਸਿਹਤ ਲਈ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ । ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਖਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਕੀ-ਕੀ ਇਕੱਠਾ ਖਾਇਆ ਜਾਵੇ :

ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਲੱਸੀ : ਲੱਸੀ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਪੀਣ ਨਾਲ ਡਾਈਜੈਸਟ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ । ਇਹ ਖੁਦ ਵੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਚਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਵਿਚ ਚੁਟਕੀ ਭਰ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ, ਜ਼ੀਰਾ, ਨਮਕ ਮਿਲਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਚੰਗਾ ਹੈ । ਇਸ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਰੀਰ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਮਿੱਠੀ ਲੱਸੀ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਫਾਲਤੂ ਕੈਲੋਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ । ਲੱਸੀ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੀਣੀ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਗੁੜ : ਦੁੱਧ ਪੀਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਡਿਉਡਿਨਮ ਵਿਚੋਂ ਡਾਈਜ਼ੈਸਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਦੋਂ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਗੁੜ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਖੂਨ ਸਾਫ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਚਮੜੀ ਸਬੰਧੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਗੁੜ ਨਾ ਲਵੋ ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਹਲਦੀ : ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣਾ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਸੋਖੇਗਾ । ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਮਿਲੇਗਾ । ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਖਮ ਜਲਦੀ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਵਾਰ ਵਾਰ ਜ਼ੁਕਾਮ ਖੰਘ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਲਦੀ ਦੁੱਧ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਓ ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਹਲਦੀ : ਸਵੇਰੇ ਉਠਦੇ ਹੀ ਗੁਣਗੁਣੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਅੱਧਾ ਚਮਚ ਹਲਦੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਨਾਲ ਖੂਨ ਸਾਫ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਖੂਨ ਦਾ ਦੌਰਾ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਲ ਵੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹੇਗਾ ।

ਫਲਾਂ ਨਾਲ ਪਾਣੀ : ਫਲ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਰੰਤ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਤਰਬੂਜ਼ ਅਤੇ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਨਾ ਪੀਓ । ਤਰਬੂਜ਼ ਇਕੱਲਾ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਹੀ ਖਾਓ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਜੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਬਾਅਦ ਖਾਧਾ ਜਾਵੇ ਤਾ ਪਚਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਤਰਬੂਜ਼ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਲੂਜ਼ ਮੋਸ਼ਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਪਿਆਜ਼ ਅਤੇ ਲਸਣ : ਲਸਣ ਅਤੇ ਪਿਆਜ਼ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖਾਓ । ਲਸਣ ਫੈਟ ਘੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾੜਾ ਕੈਲਸਟਰੋਲ ਘਟਾ ਕੇ ਚੰਗਾ ਕੈਲਸਟਰੋਲ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਵਿਚ ਐਂਟੀ ਆਕਸੀਡੈਂਟ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਪਿਆਜ਼ ਨਾਲ ਭੁੱਖ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਤੇ ਆਸਪਾਸ ਫੈਟ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ । ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤਕ ਇਸ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨਾਲ ਸਰਦੀ ਜ਼ੁਕਾਮ ਅਤੇ ਸਾਹ ਸਬੰਧੀ ਐਲਰਜ਼ੀ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਚੰਗਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਲਸਣ ਅਤੇ ਪਿਆਜ਼ ਕੱਚਾ ਜਾਂ ਭੁੰਨ ਕੇ ਜਿਵੇਂ ਮਰਜ਼ੀ ਖਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਦਰਸ਼ੀ ਗੋਇਲ

ਕਦੇ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ

ਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਅਹਿਮ ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਸੀ!

ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਗੁਣਕਾਰੀ ਲੱਸੀ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ, ਉਸ ਬੀਤ ਗਏ ਵੇਲੇ ਦਾ ਚੇਤਾ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਅਹਿਮ ਖੁਰਾਕ ਹੋਇਆ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਸੁਆਣੀਆਂ ਬੜੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਲੱਸੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦੀਆਂ ਸਨ ।

ਦਿਨ ਦਾ ਕੜ੍ਹਿਆ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦਾ ਸੱਜਰਾ ਦੁੱਧ ਇਕੱਠਾ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਜਮਾਅ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਸਵੇਰੇ ਤੜਕਸਾਰ ਉੱਠ ਕੇ ਹੱਥ ਵਾਲੀ ਮਧਾਣੀ ਨਾਲ ਜੰਮੇ ਹੋਏ ਦੁੱਧ ਨੂੰ ਰਿੜਕ ਕੇ ਮੱਖਣ ਵੱਖਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਸੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਸੀ । ਲੱਸੀ ਪੀਣ ਲਈ ਕੰਗਣੀ ਵਾਲੇ ਵੱਡੇ-ਵੱਡੇ ਪਿੱਤਲ ਦੇ ਗਿਲਾਸਾਂ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ । ਸ਼ਾਹਵੇਲੇ ਲੱਸੀ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਸਾਰ ਹੀ ਬੇਬੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਕੰਗਣੀ ਵਾਲੇ ਗਿਲਾਸ ਭਰ ਕੇ ਲੱਸੀ ਦੇ ਦਿਆ ਕਰਦੀ ਸੀ । ਲੱਸੀ ਪੀ ਕੇ ਸਾਰੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਾਜ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਸਨ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗਭਰੂਆਂ, ਮੁਟਿਆਰਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਰਾਜ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ ਹੀ ਸੀ । ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਨਮਕ ਅਤੇ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਘਾਟ ਕਰਕੇ ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ ਆਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਕੱਚੀ ਲੱਸੀ ਅਤੇ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ੀਰਾ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਸੀ । ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਬਹੀ ਲੱਸੀ ਖੱਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰ ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਸਨ । ਚਾਟੀ ਦੀ ਲੱਸੀ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਦਾ ਚੰਗਾ ਸਰੋਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸੀ । ਉਸ ਸਮੇਂ ਚਾਟੀ ਦੀ ਲੱਸੀ, ਦਹੀਂ, ਮੱਖਣ, ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਰਤੋਂ 'ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਸਤਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸ਼ੁੱਧ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਘੱਟ ਲਗਦੀਆਂ ਸਨ । 'ਦਿਉਰ ਭਾਵੇਂ ਮੱਝ ਚੁੰਘ ਜੇ, ਛੜੇ ਜੇਠ ਨੂੰ ਲੱਸੀ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ,'' ਆਦਿ ਕਈਂ ਹੋਰ ਪੁਰਾਣੇ ਪੰਜਾਬੀ ਗੀਤਾਂ ਦੇ ਬੋਲਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਸੀ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ।

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ ਕੁੱਝ ਕੁ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ 'ਚੋਂ ਅਲੋਪ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ । ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਸ਼ਾਹਵੇਲਾ ਚਾਹ ਵੇਲਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ । ਦੁੱਧ ਰਿੜਕਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਵਕਤ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਘੱਟ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਦੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ 'ਚ ਏਨੀ ਤਾਕਤ ਨਹੀਂ ਰਹੀ ਕਿ ਉਹ ਦੁੱਧ ਰਿੜਕਣ ਪਿੱਛੋਂ ਘਰ ਦੇ ਹੋਰ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਣ । ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਬਦਲਾਅ ਨਾਲ ਲੱਸੀ ਰਿੜਕਣ ਦਾ ਕੰਮ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਮਧਾਣੀ ਤੋਂ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕ ਬਾਜ਼ਾਰੋਂ ਦਹੀਂ ਲਿਆ ਕੇ ਲੱਸੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ । ਕੁਝ ਲੋਕ ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਸਮੇਂ ਬਾਜ਼ਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਠੰਢੀ ਅਤੇ ਮਿੱਠੀ ਲੱਸੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ । ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਡੰਗਰ ਰੱਖੇ ਹਨ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੁਨਾਫਾ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰਾ ਦੁੱਧ ਡੇਅਰੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ । ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੁੱਧ ਲੱਸੀ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਡੇਅਰੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚ ਸਮੋ ਲਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰੂਪੀ ਗੁਣਕਾਰੀ ਚਾਟੀ ਵਾਲੀ ਲੱਸੀ ਸਾਡੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਚੋਂ ਅਲੋਪ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ।

ਸਮਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਸੋਹੀ, ਪਿੰਡ ਸੋਹੀਆਂ,
ਡਾਕਖਾਨਾ ਚੀਮਾਂ ਖੁੱਡੀ,
ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ।

ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਜਲ ਸੰਕਟ ਹੋਂਦ ਦਾ ਸਵਾਲ

ਦਿਲਰਾਜ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ
ਮੋ. 950 15-26264

ਪੰਜਾਬ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਪੰਜ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਅੱਜ ਗੰਭੀਰ ਜਲ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਜੂਝ ਗੰਭੀਰ ਜਲ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰਿਆਲੀ ਦੀ ਚਾਦਰ ਹੇਠਾਂ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਡੂੰਘਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੱਡਾ ਖਤਰਾ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਇਕ ਵਾਤਾਵਰਨਿਕ ਮੁੱਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਸਮਾਜਿਕ ਢਾਂਚੇ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ 'ਤੇ ਇਕ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਚਿੰਨ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਹੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮੌਨਸੂਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਇਸ ਰੁਝਾਨ ਨੂੰ ਨਾ ਰੋਕਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਦਹਾਕਿਆਂ 'ਚ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਾਣੀ ਦਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਮਿਲੇਗਾ। ਕੇਂਦਰੀ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਬੋਰਡ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਇਸ ਖਤਰੇ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਚ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਸੂਬੇ ਦੇ ਜਲ ਭੰਡਾਰ 1000 ਫੁੱਟ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤੱਕ ਵੀ ਖਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਝੋਨੇ ਦੀ ਛੇਤੀ ਲਵਾਈ ਤੇ ਜਲ ਭਵਿੱਖ

ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ 'ਚ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਕਟ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਮਿਤੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਨਤੀਜੇ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਘੱਟ ਸਮੇਂ 'ਚ ਪੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵੀ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀਆਂ। ਹਾਲ ਹੀ 'ਚ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਝੋਨੇ ਦੀ ਛੇਤੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਨੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਤੋਂ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ-ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰ ਕੇ ਲਿਆ ਗਿਆ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘੇ ਜਲ ਸੰਕਟ ਵੱਲ ਧੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿ ਸਿਆਸੀ ਕਾਰਜਕਾਰੀਆਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕਾਂ, ਯੋਜਨਾਕਾਰਾਂ ਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਪੀੜ੍ਹੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝੇ। ਸਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਅਜਿਹੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਪੈਣਗੇ, ਜੋ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਸਕਣ। ਸਾਨੂੰ ਫਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਸਿੰਚਾਈ ਦੇ ਆਧੁਨਿਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਨੂੰ ਇਕ ਜਨਤਕ ਲਹਿਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੰਕਟ 'ਚ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਦਾ ਮਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਗੋਂ ਇਹ ਸਾਡੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ, ਸਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਾਡੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ। ਇਸ ਫਿਕਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ, ਜੋ ਪੰਜਾਬ ਵਾਟਰ ਇਨੀਸ਼ੀਏਟਿਵ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰ ਹਨ, ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਇਕ ਪੱਤਰ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਤਰ 'ਚ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਡੂੰਘੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਛੇਤੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਡੂੰਘੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਝੋਨੇ ਦੀ

ਛੇਤੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਜੋ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਹੋਰ ਡੂੰਘੇ ਕਾਰਨ ਵਾਤਾਵਰਨਿਕ ਤਬਾਹੀ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਹਰ ਸਾਲ 2 ਫੁੱਟ ਦੀ ਦਰ ਨਾਲ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਬੋਰਡ (ਸੀ ਜੀ ਡਬਲਿਊ ਬੀ) ਨੇ ਆਪਣੀ 2023 'ਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਰਾਜ ਦੇ ਤਿੰਨੋਂ ਜਲ ਭੰਡਾਰਾਂ 'ਚ 1000 ਫੁੱਟ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤਕ ਦਾ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਅਗਲੇ 14 ਸਾਲਾਂ 'ਚ, ਭਾਵ 2039 ਤੱਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਿਆਸੀ ਕਾਰਜਕਾਰੀਆਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕਾਂ, ਯੋਜਨਾਕਾਰਾਂ ਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੀ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਨ।

ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘਟ ਰਿਹਾ ਪਾਣੀ

ਪਿਛਲੇ 40 ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕਮੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਧਿਐਨਾਂ 'ਚ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਡੇਟਾ ਦੁਆਰਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕੱਦੂ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਾ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮੌਨਸੂਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ ਸਗੋਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਲਈ ਵੀ ਇਕ ਤਬਾਹੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਆਫ ਸਬ ਸੋਇਲ ਵਾਟਰ ਐਕਟ, 2009, ਜਿਸ ਦੇ ਤਹਿਤ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਮਿਤੀ 10 ਜੂਨ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਕਟ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਇਕ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਸਾਬਿਤ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਪਿਛਲੇ 16 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਗਿਆਨੀ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ 'ਚ ਸਫਲ ਰਹੇ ਹਨ, ਜੋ 2009 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 30 ਦਿਨ ਘੱਟ ਸਮੇਂ 'ਚ ਪੱਕ ਜਾਦੀਆਂ ਹਨ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਲਵਾਈ ਨੇ ਸੂਬੇ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਦੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ 'ਤੇ ਵੀ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਝੋਨੇ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਦੋਵਾਂ 'ਚ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇ ਸਰਕਾਰ

ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨੇ 10 ਮਾਰਚ, 2025 ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਭੇਜੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ 'ਚ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ 2025 ਲਈ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਮਿਤੀ 20 ਜੂਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪੜਾਵਾਂ 'ਚ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੀ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਦਿਆਂ 1 ਜੂਨ, 2025 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਪੜਾਵਾਂ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਮਿਤੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 16 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2025 ਲਈ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਮਿਤੀ 20 ਜੂਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ 'ਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ।

ਹੋਂਦ ਸੰਕਟ 'ਚ

ਸੂਬੇ ਦਾ ਵੱਡਾ ਖੇਤਰ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀ ਮਿਆਦ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੈ, ਜੋ ਲਵਾਈ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੱਕਣ 'ਚ ਸਿਰਫ 90-100 ਦਿਨ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜੁਲਾਈ 'ਚ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਝੋਨਾ ਵੀ ਅਕਤੂਬਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਤੱਕ ਕਟਾਈ ਲਈ ਪੱਕ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਟਾਈ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤਾਪਮਾਨ, ਮੀਂਹ ਅਤੇ ਨਮੀਂ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਮੌਸਮੀ ਹਾਲਤ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਟਾਈ ਲਈ ਸੰਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਤਫਾਕਨ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ 1 ਅਕਤੂਬਰ ਤੋਂ ਝੋਨੇ ਦੀ ਖਰੀਦ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਕਟਾਈ ਲਈ 120 ਦਿਨ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਫਸਲ ਅਕਤੂਬਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਤੱਕ ਪੱਕ ਜਾਵੇ। ਮਾਮਲੇ ਦੇ ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਕਿਸਾਨਾਂ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ ਭਵਿੱਖ 'ਚ ਸੂਬੇ ਦੇ ਮਾਰੂਥਲੀਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇਗਾ ਸਗੋਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਨੂੰ ਹੋਂਦ ਦੇ ਸੰਕਟ 'ਚ ਵੀ ਪਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ 20 ਜੂਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ 'ਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਲੈ ਕੇ ਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਝੋਨੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਯਤਨ

ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਸਾਲਾਨਾ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਚ ਇਸ ਗਿਰਾਵਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹੋਰ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਅੰਤਿਮ ਟੀਚਾ ਝੋਨੇ ਦੀ ਲਵਾਈ ਨੂੰ ਜੁਲਾਈ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ 'ਚ ਮੌਨਸੂਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਹੈ ਪਰ ਮੌਜੂਦਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਮਿਤੀ ਨੂੰ ਜੂਨ ਦੇ ਆਖਰੀ ਹਫਤੇ ਤੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਜੈਵਿਕ ਕਾਸ਼ਤ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?

ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ, ਵਜਿੰਦਰ ਪਾਲ ਕਾਲੜਾ ਅਤੇ ਸੋਹਨ ਸਿੰਘ ਵਾਲੀਆ, ਸਕੂਲ ਆਫ ਆਰਗੈਨਿਕ ਫਾਰਮਿੰਗ

ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਬਾਸਮਤੀ ਦਾ ਜੀ. ਆਈ. (ਭੂਗੋਲਿਕ ਸੰਕੇਤ) ਟੈਗ ਦੇ ਨਿਰਯਾਤ ਮੁੱਲ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਵੱਧ ਰਹੀ ਨਿਰਯਾਤ ਮੰਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਵੀ ਬਾਸਮਤੀ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਵਧਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਨਿਰਯਾਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਬਾਸਮਤੀ ਵਿਚ ਖੇਤੀ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਅਕਸਰ ਇਸ ਦੇ ਮੰਡੀਕਰਨ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੋ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਨਿਰਯਾਤ ਤੇ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਾਸਮਤੀ ਸਾਡੇ ਖਿੱਤੇ ਦਾ ਇਕ ਖਾਸ ਉਤਪਾਦ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੀ ਉੱਤਮ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਰਯਾਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਬਾਸਮਤੀ ਦਾ ਜੀ. ਆਈ. (ਭੂਗੋਲਿਕ ਸੰਕੇਤ) ਟੈਗ ਦੇ ਨਿਰਯਾਤ ਮੁੱਲ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਵੱਧ ਰਹੀ ਨਿਰਯਾਤ ਮੰਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਵੀ ਬਾਸਮਤੀ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਵਧਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਨਿਰਯਾਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਬਾਸਮਤੀ ਵਿਚ ਖੇਤੀ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਅਕਸਰ ਇਸ ਦੇ ਮੰਡੀਕਰਨ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੋ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਨਿਰਯਾਤ ਤੇ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਖੇਤੀ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਉਪਜ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਖੇਤੀ ਰਸਾਇਣ ਹੀ ਵਰਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜੈਵਿਕ ਉਪਜ 'ਤੇ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਮਿਲਣ ਕਾਰਨ ਇਸ ਦੀ ਜੈਵਿਕ ਖੇਤੀ ਮੁਨਾਫੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਝੋਨੇ ਦਾ ਬਦਲ ਦੇ ਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਜੈਵਿਕ ਖੇਤੀ ਲਈ ਬਾਸਮਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਢੁਕਵੀਂ ਫਸਲ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ

ਦੀ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਘੱਟ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਹਰੀ ਖਾਦ ਵਾਹ ਕੇ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਸਫਲ ਜੈਵਿਕ ਕਾਸ਼ਤ ਲਈ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਪੌਦ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਕਨੀਕਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹਨ :

ਹਰੀ ਖਾਦ : ਕਣਕ ਦੀ ਵਾਢੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਢੈਂਚਾ, ਸਣ ਜਾਂ ਗਰਮੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੂੰਗੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰੋ। ਹਰੀ ਖਾਦ ਦੀ ਫਸਲ ਨੂੰ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਵਾਹੇ ਜ਼ੀਰੋ ਟਿਲ ਡਰਿੱਲ ਨਾਲ ਵੀ ਬੀਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰੀ ਖਾਦ ਨੂੰ ਲਗਭਗ 50 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਲੁਆਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੇਤ ਵਿਚ ਵਾਹ ਦਿਉ।

ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਅਤੇ ਲੁਆਈ : ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕਿਸਮ ਬੀਜੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੀਜ ਦੀ ਮਾਤਰਾ, ਲੁਆਈ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਢੰਗ ਰਵਾਇਤੀ ਫਸਲ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਰੱਖੋ ਪਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਸਾਇਣਕ ਖਾਦ, ਉੱਲੀਨਾਸ਼ਕ, ਨਦੀਨਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ। ਪੈਰ ਗਲਣ ਦੇ ਰੋਗ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਬੀਜ ਨੂੰ 15 ਗ੍ਰਾਮ ਟ੍ਰਾਈਕੋਡਰਮਾ ਹਰਜ਼ੀਐਨਮ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਅਨੁਸਾਰ ਸੋਧ ਲਵੋ। ਪਨੀਰੀ ਖੇਤ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਇਸ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰਾਈਕੋਡਰਮਾ ਹਰਜ਼ੀਐਨਮ 15 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਲਿਟਰ ਪਾਣੀ ਦੇ ਘੋਲ ਵਿਚ 6 ਘੰਟੇ ਡੁਬੋ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਜ਼ੋਸਪਾਇਰੀਲਮ ਜੀਵਾਣੂੰ ਖਾਦ ਦੇ ਇਕ ਪੈਕੇਟ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੋਲ ਲਓ ਅਤੇ ਇਕ ਏਕੜ ਲਈ ਪਨੀਰੀ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਘੋਲ ਵਿਚ 45 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਡੁਬੋ ਕੇ ਖੇਤ ਵਿਚ ਲਗਾਉ। ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ : ਜੈਵਿਕ ਖੇਤੀ ਵਿਚ ਰਸਾਇਣਕ ਨਦੀਨ ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਇਸ ਲਈ ਲੁਆਈ ਤੋਂ 20-25 ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਖੇਤ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖੋ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ, ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਖੇਤ ਵਿੱਚੋਂ ਨਦੀਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀਟ ਅਤੇ ਰੋਗ ਪ੍ਰਬੰਧ : ਤਣੇ ਦੇ ਗੜੂੰਏ ਅਤੇ ਪੱਤਾ ਲਪੇਟ ਸੁੰਡੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਟ੍ਰਾਈਕੋਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਪਨੀਰੀ ਬੀਜਣ ਤੋਂ 30 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹਫਤੇ-ਹਫਤੇ ਦੇ ਅੰਤਰ 'ਤੇ 5-6 ਵਾਰੀ ਵਰਤੋ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ 40 ਬਰਾਬਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਅਤੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਖੇਤ ਵਿਚ 40 ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਇਕਸਾਰ ਦੂਰੀ ਤੇ ਪਿੰਨ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਨਿੰਮ ਆਧਾਰਿਤ ਬਾਇਉ-ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 80 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਈਕੋਟਿਨ (ਅਜ਼ੈਡੀਰੈਕਟਿਨ 5%) ਜਾਂ ਇੱਕ ਲਿਟਰ ਨੀਮ ਕਵਚ / ਅਚੂਕ (ਅਜ਼ੈਡੀਰੈਕਟਿਨ 0.15%) ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਨੂੰ 100 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੋਲ ਕੇ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੱਤਾ ਲਪੇਟ ਸੁੰਡੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਫਸਲ ਦੇ ਨਿਸਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕੀੜੇ ਦਾ ਹਮਲਾ ਹੋਣ ਤੇ ਨਾਰੀਅਲ ਜਾਂ ਮੁੰਜ ਦੀ ਰੱਸੀ ਫਸਲ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੇ 2 ਵਾਰੀ ਫੇਰੋ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿਆਰੇ ਦੇ ਇੱਕ ਸਿਰੇ ਤੇ ਦੂਸਰੇ ਸਿਰ ਵੱਲ ਜਾਉ ਤੇ ਫਿਰ ਉਹਨੀ ਪੈਰੀਂ ਰੱਸੀ ਫੇਰਦੇ ਹੋਏ ਵਾਪਸ ਮੁੜੋ। ਇਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਰੱਸੀ ਫੇਰਨ ਵੇਲੇ ਖੇਤ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਖੜ੍ਹਾ ਹੋਵੇ।

ਮੰਡੀਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ : ਮੰਡੀਕਰਨ ਜੈਵਿਕ ਖੇਤੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਹਿਲੂ ਹੈ ਪਰ ਅਜੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਗਠਿਤ ਮੰਡੀਕਰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿਚ ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਉਨ੍ਹੇ ਰਕਬੇ 'ਤੇ ਹੀ ਕਰੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਮੰਡੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਣ। ਮੰਡੀਕਰਨ ਦੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਣ ਤੇ ਇਸ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਵਧਾਓ। ਜੈਵਿਕ ਉਤਪਾਦਾਂ 'ਚ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਖੇਤੀ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਜੈਵਿਕ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਏਜੰਸੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਪੀਡਾ (APEDA) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ www.apeda.gov.in ਤੋਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ 1983 ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲਾ
ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਸੰਪੂਰਨ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਹਫਤਾਵਾਰੀ
ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ 52 ਅੰਕ
ਹਰ ਹਫਤੇ ਖੇਤੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਧੰਦਿਆਂ ਦੀ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਾਓ
ਚੰਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੂਟ
ਇੱਕ ਸਾਲ 500 ਰੁਪਏ
ਦੋ ਸਾਲ 750 ਰੁਪਏ
KHETI DUNIYAN
TID - 62763351
ਚੰਦੇ ਭਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।
ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : 90410-14575, 98151-04575

ਫ਼ਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਦੇ ਕਹਿਰ ਤੋਂ ਬਚਾਓ

ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ ਗਰਮ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਹਵਾ ਨਾਲ ਬੂਟਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਮੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪੱਤੇ ਝੁਲਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਲਾਂ 'ਤੇ ਧੱਬੇ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਬਾਗਬਾਨ ਇਸ ਨੂੰ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਭੁਲੇਖਾ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਲੀਚੀ, ਅਨਾਰ, ਬਰਾਮਾਸੀ ਨਿੰਬੂ ਖੁਸ਼ਕ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਫੱਟਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗਰਮੀ ਦਾ ਕਹਿਰ ਦੱਖਣ ਦਿਸ਼ਾ ਵਾਲੇ ਪੱਤਿਆਂ ਉਪਰ ਵਧੇਰੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਬੂਟਾ ਲਾਉਣ ਸਮੇਂ ਦੀਵਾਰ ਲਾਗੇ ਨਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਦੀਵਾਰ ਦੇ ਸੇਕ ਨਾਲ ਬੂਟਾ ਝੁਲਸ ਕੇ ਇੱਕ ਪਾਸਿਉਂ ਮਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕੁਝ ਨੁਕਤੇ ਅਪਣਾ ਕੇ ਬਾਗਬਾਨ ਬੂਟਿਆਂ ਦਾ ਵਾਧਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

1. ਹਵਾ ਰੋਕੂ ਵਾੜ ਲਗਾਉਣੀ : ਜੇ ਹਵਾ ਰੋਕੂ ਵਾੜਾਂ ਲਾਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਹਵਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਉੱਚੇ ਬੂਟੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਾਮਣ, ਅੰਬ, ਟਾਹਲੀ, ਬਿੱਲ ਆਦਿ ਬੂਟੇ ਬਾਗ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਲਗਾ ਕੇ ਹਵਾ ਰੋਕੂ ਵਾੜ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

2. ਮਲਚਿੰਗ : ਜੇਕਰ ਪਰਾਲੀ, ਸੁੱਕੇ ਘਾਹ ਅਤੇ ਪੱਤਿਆਂ ਨਾਲ ਬੂਟਿਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਨਮੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਬੂਟੇ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਗਿਰਾਵਟ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਘੱਟਦੀ ਹੈ।

3. ਛੌਰਾ ਕਰਨਾ : ਜੇ ਨਵੇਂ ਲਗਾਏ ਹੋਏ ਬੂਟਿਆਂ ਉੱਪਰ ਸਰਕੰਡਾ ਜਾਂ ਪਰਾਲੀ ਦੀ ਕੁੱਲੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਧੀ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਧਾ ਸਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

4. ਹਲਕੀ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਸਿੰਚਾਈ : ਬਾਗ ਨੂੰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹਲਕਾ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਵਕਫਿਆਂ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਲਾਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਨਮੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹੇ। ਪਾਣੀ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਤਾਪਮਾਨ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਣ ਨਾਲ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

5. ਤਣਿਆਂ ਨੂੰ ਢੱਕਣਾ : ਤਣਿਆਂ ਦੇ ਨੀਚੇ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਬੋਰੀਆਂ ਜਾਂ ਪਰਾਲੀ ਨਾਲ ਢੱਕਣ ਤੇ ਤਣੇ 'ਤੇ ਜਖਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੂਟੇ ਦਾ ਵਾਧਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

6. ਤਣਿਆਂ 'ਤੇ ਸਫੈਦੀ ਕਰਨਾ : ਤਣਿਆਂ 'ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਰੰਗ ਦੀ ਸਫੈਦੀ ਕਰਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫਲਦਾਰ ਬੂਟੇ ਗਰਮੀ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਫੈਦੀ ਵਿੱਚ ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ ਮਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਬਚਾਅ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਰੁੱਤ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੀ ਸਫੈਦੀ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਬਣਿਆ ਰਹੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਚਿੱਟਾ ਰੰਗ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਜਜ਼ਬ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੰਦਾ।

ਸਵਰੀਤ ਖਹਿਰਾ ਅਤੇ ਪਰਮਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਫਾਰਮ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ, ਤਰਨਤਾਰਨ

ਕਿਸਾਨ ਵੀਰਾਂ ਲਈ ਇਸ ਹਫਤੇ ਦੇ ਖੇਤੀ ਰੁਝੇਵੇਂ

ਝੋਨਾ : ਝੋਨੇ ਦੀ ਪੀ. ਆਰ.-126 ਕਿਸਮ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ 25 ਮਈ ਤੋਂ 20 ਜੂਨ ਤੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਬਾਸਮਤੀ ਨੂੰ ਜੜਗੰਢ ਨੀਮਾਟੋਡ ਦੇ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਨੀਰੀ ਬੀਜਣ ਤੋਂ 10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ 40 ਗ੍ਰਾਮ ਸਰ੍ਹੋਂ ਦੀ ਖਲ ਪ੍ਰਤੀ ਵਰਗ ਮੀਟਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸੋਧੋ। ਝੰਡਾ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਬੀਜ ਨੂੰ 15 ਗ੍ਰਾਮ ਟਰਾਈਕੋਡਰਮਾ ਐਸਪੈਰੇਲਮ ਨਾਲ

ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸੋਧ ਕੇ ਬੀਜੋ। ਝੋਨੇ ਦੀਆਂ ਬੀਜ ਰਾਹੀਂ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੀਜ ਨੂੰ 3 ਗ੍ਰਾਮ ਸਪਰਿੰਟ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ 10-12 ਮਿ. ਲੀ. ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਸੋਧ ਲਉ। ਕੱਦੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਪਨੀਰੀ ਨੂੰ 26 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ, 60 ਕਿਲੋ ਸਿੰਗਲ ਸੁਪਰ ਫਾਸਫੇਟ ਅਤੇ 40 ਕਿਲੋ ਜ਼ਿੰਕ ਸਲਫੇਟ (ਹੈਪਟਾਹਾਈਡਰੇਟ) ਜਾਂ 25 ਕਿਲੋ ਜ਼ਿੰਕ ਸਲਫੇਟ (ਮੋਨੋਹਾਈਡਰੇਟ) ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾ ਦਿਉ। ਬੀਜਣ ਤੋਂ 15 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ 26 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਹੋਰ ਪਾਉ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਦੀਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ 1200 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਬੂਟਾਕਲੋਰ 50 ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ 7 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ 500 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਸੋਫਿਟ 37.5 ਈ. ਸੀ. (ਪ੍ਰੈਟੀਲਾਕਲੋਰ + ਸੇਫਨਰ ਮਿਲੀਆਂ ਹੋਈਆਂ) ਨੂੰ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ 3 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਵਰਤੋ। ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨਦੀਨ-ਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ 60 ਕਿਲੋ ਰੇਤ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਕਰੋ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਰਸਰੀ ਬੀਜਣ ਤੋਂ 15-20 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਨੋਮਿਨੀ ਗੋਲਡ 10 ਐਸ. ਸੀ. 100 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਨੂੰ 150 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਸਪਰੇਅ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਪਾਹ : ਇਹ ਸਮਾਂ ਕਪਾਹ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜਾਂ ਦੋਗਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜਾਂ ਬੀ. ਟੀ. ਨਰਮੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੈ। ਨਰਮੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਨੂੰ ਵਿਰਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੀ. ਟੀ. ਰਹਿਤ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ 33 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ, ਬੀ. ਟੀ. ਨਰਮੇ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ 40 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਅਤੇ ਬੀ. ਟੀ./ਗੈਰ-ਬੀ. ਟੀ. ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਲਈ 45 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਪਾਓ। ਬੀ. ਟੀ. ਨਰਮੇ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਯੂਰੀਆ ਵਰਤਣ ਲਈ ਪੀ. ਏ. ਯੂ.-ਪੱਤਾ ਰੰਗ ਚਾਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਪਾਹ-ਨਰਮੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਵਿੱਚ ਨਾਗੇ ਭਰਨ ਲਈ ਲਿਫਾਫਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੀਜ ਲਗਾਉ। ਵਧੀਆ ਜਮਾਅ ਲਈ ਚੰਗੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰਵੀਂ ਰੌਣੀ ਕਰੋ। ਨਰਮਾ ਨਿੰਬੂ ਜਾਤੀ ਦੇ ਬਾਗਾਂ ਨੇੜੇ ਨਾ ਬੀਜੋ। ਨਰਮੇ ਲਾਗੇ ਭਿੰਡੀ, ਮੂੰਗੀ, ਢੈਂਚਾ, ਅਰਿੰਡ, ਅਰਹਰ ਆਦਿ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਵੀ ਨਾ ਲਗਾਉ। ਖੇਤ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ। ਕੰਘੀ ਬੂਟੀ ਅਤੇ ਪੀਲੀ ਬੂਟੀ ਨੂੰ ਵੱਟਾਂ ਬੰਨਿਆਂ ਤੋਂ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿਉ, ਕਿਉਂਕਿ ਪੱਤਾ ਮਰੋੜ ਵਾਇਰਸ ਨਰਮੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਥੇ ਹੀ ਪਲਦਾ ਹੈ। ਚਿੱਟੀ ਮੱਖੀ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ, ਸੜਕਾਂ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ, ਖਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵੱਟਾਂ ਅਤੇ ਬੇਕਾਰ ਪਈ ਭੂਮੀ ਵਿੱਚੋਂ ਚਿੱਟੀ ਮੱਖੀ ਦੇ ਬਦਲਵੇਂ ਨਦੀਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਘੀ ਬੂਟੀ, ਪੀਲੀ ਬੂਟੀ, ਪੁੱਠ ਕੰਡਾ, ਧਤੂਰਾ, ਭੰਗ ਆਦਿ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿਉ।

ਕਮਾਦ : ਕਮਾਦ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਨੂੰ 7-12 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫ਼ੇ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦਿਉ ਅਤੇ ਕਮਾਦ ਦੀਆਂ ਕਤਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ 65 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਦੀ ਦੂਸਰੀ ਕਿਸ਼ਤ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾਉ। ਆਗ ਦੇ ਗੜੂੰਏਂ ਦੇ ਹਮਲੇ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਮਿੱਤਰ ਕੀੜੇ (ਟ੍ਰਾਈਕੋਗਰਾਮਾ ਜਪੋਨੀਕਮ) ਰਾਹੀਂ 7 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਜੀਵੀ ਕਿਰਿਆ ਕੀਤੇ ਕੋਰਸਾਇਰਾ ਦੇ ਤਕਰੀਬਨ 20,000 ਅੰਡੇ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ 10 ਦਿਨ ਦੇ ਫਰਕ ਨਾਲ ਵਰਤੋ। ਟ੍ਰਾਈਕੋਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, 10 ਫਿਰੋਮੋਨ ਟਰੈਪ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਆਗ ਦੇ ਗੜੂੰਏਂ ਦੀ ਸੁਚੱਜੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੂਨ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਹਫਤੇ ਜਾਂ ਜੁਲਾਈ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਜੇਕਰ ਹਮਲਾ 5% ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 10 ਕਿਲੋ ਫਰਟੇਰਾ 0.4 ਜੀ ਆਰ ਜਾਂ 12 ਕਿਲੋ ਕਾਰਬੋਫਿਊਰਾਨ 3ਜੀ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸ਼ਾਖਾ ਦੇ ਮੁੱਢਾਂ ਨੇੜੇ ਪਾਉ ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਮਿੱਟੀ ਚਾੜ ਕੇ ਖੇਤ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਲਾ ਦਿਉ। ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਕਾਲੇ ਖਟਮਲ ਦਾ ਹਮਲਾ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮੁੱਢੇ ਕਮਾਦ 'ਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੱਕੀ : ਨੀਮ ਪਹਾੜੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ। ਜੇਕਰ ਨਦੀਨ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵਹਾਈ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਵੀ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ

ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਐਟਰਾਟਾਫ 50 ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ (ਐਟਰਾਜ਼ੀਨ) 800 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਨੂੰ ਭਾਰੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਲਈ ਅਤੇ 500 ਗ੍ਰਾਮ ਨੂੰ ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਲਈ ਬਿਜਾਈ ਦੇ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤੋ। ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਖਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੀਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਿੰਜਾਈ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਵੀ ਬਚੇਗਾ ਅਤੇ ਫ਼ਸਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਡਿੱਗੇਗੀ। ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਿਸਮਾਂ ਹੀ ਬੀਜੋ। ਖੇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ 67.5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਬੈਡ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ 3-5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾਈ 'ਤੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੂਟੇ ਤੋਂ ਬੂਟੇ ਦਾ ਫਾਸਲਾ 18 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਰੱਖੋ ਜਾਂ 60 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਤੇ ਵੱਟਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ 6-7 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੀ ਉੱਚਾਈ 'ਤੇ ਬਿਜਾਈ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੂਟੇ ਤੋਂ ਬੂਟੇ ਦਾ ਫਾਸਲਾ 20 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਰੱਖੋ। ਬੈੱਡ ਬਣਉਣ ਲਈ ਕਣਕ ਵਾਲੇ ਬੈੱਡ ਪਲਾਂਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੈਡ ਜਾਂ ਵੱਟਾਂ 'ਤੇ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੱਕੀ ਦੇ ਉਗਣ ਸਮੇਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਾਰਿਸ਼ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਬੱਚਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਝ ਮੱਕੀ ਡਿੱਗੇਗੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਝਾੜ ਵੀ ਚੋਖਾ ਮਿਲੇਗਾ। ਖਾਦਾਂ ਮਿੱਟੀ ਪਰਖ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਪਾਉ। ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਪੀ. ਐਮ. ਐਚ.-1, 11, 13, 14 ਅਤੇ 17, ਡੀ. ਕੇ. ਸੀ.-9144, ਬਾਇਓਸੀਡ-9788, ਏ. ਡੀ. ਵੀ.-9293, ਜੇ. ਸੀ.-12 ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਸਵੀਟ ਕਾਰਨ-1 ਨੂੰ ਬਿਜਾਈ ਸਮੇਂ 35 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ (ਇੱਕ-ਤਿਹਾਈ) ਅਤੇ ਪੀ. ਐਮ. ਐਚ.-2, ਜੇ. ਸੀ.-4 ਅਤੇ ਪਰਲ ਪਾਪਕਾਰਨ ਨੂੰ 25 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ (ਇੱਕ-ਤਿਹਾਈ) ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾਉ। ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਲੀ-ਸੜੀ ਰੂੜੀ 6 ਟਨ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾਉ। ਜੇਕਰ ਕਣਕ ਦੇ ਵੱਢ ਵਿੱਚ ਮੱਕੀ ਬੀਜੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਮੁਤਾਬਿਕ ਫਾਸਫੋਰਸ ਪਾਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਫਾਸਫੋਰਸ ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਪੋਟਾਸ਼ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਾਂ ਹੀ ਕਰੋ, ਜੇਕਰ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਪੋਟਾਸ਼ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋਵੇ। ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਰਮਿਆਨੀਆਂ ਤੋਂ ਭਾਰੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ 800 ਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ 500 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਐਟਰਾਟਾਫ / ਐਟਰਾਗੋਲਡ 50 ਡਬਲਯੂ. ਪੀ. (ਐਟਰਾਜ਼ੀਨ) ਨੂੰ 200 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰੋ।

ਮੂੰਗਫਲੀ : ਬਰਾਨੀ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮੂੰਗਫਲੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਹਫਤੇ ਤੋਂ ਬਾਰਿਸ਼ ਪੈਣ 'ਤੇ ਕਰੋ। ਬੀਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਖੇਤ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦਿਉ। ਵਧੀਆ ਝਾੜ ਲੈਣ ਲਈ ਮੋਟਾ ਬੀਜ ਵਰਤੋ। ਗਿੱਚੀ ਦੇ ਗਾਲੇ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਬੀਜ ਨੂੰ 2 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਨਿਊਨਿਕਸ 20 ਐਫ. ਐਸ. (ਇਮਿਡਾਕਲੋਪਰਿਡ 18.5% + ਹੈਕਸਾਕੋਨਾਜ਼ੋਲ 1.5%) ਜਾਂ 1.5 ਗ੍ਰਾਮ ਸੀਡੈਕਸ ਜਾਂ 5 ਗ੍ਰਾਮ ਥੀਰਮ ਜਾਂ 3 ਗ੍ਰਾਮ ਇੰਡੋਫਿਲ ਐਮ-45 ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਗਿਰੀਆਂ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸੋਧ ਲਉ। ਨਿਊਨਿਕਸ ਨਾਲ ਬੀਜ ਦੀ ਸੋਧ ਕਰਨ 'ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਸੁੰਡ ਅਤੇ ਸਿਉਂਕ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 38 ਕਿਲੋ ਗਿਰੀਆਂ ਐਮ-522 ਅਤੇ ਐਸ. ਜੀ.-84 ਲਈ ਅਤੇ 40 ਕਿਲੋ ਐਸ. ਜੀ. 99 ਲਈ ਵਰਤੋ। ਬਿਜਾਈ ਸਮੇਂ 50 ਕਿਲੋ ਸਿੰਗਲ ਸੁਪਰ ਫਾਸਫੇਟ, 50 ਕਿਲੋ ਜਿਪਸਮ ਅਤੇ 13 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾ ਦਿਉ।

ਦਾਲਾਂ : ਮਾਂਹ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਹਫਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ 'ਤੇ 6-8 ਕਿਲੋ ਬੀਜ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਵਰਤ ਕੇ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਾਂਹ ਨੂੰ 11 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ, 60 ਕਿਲੋ ਸੁਪਰਫਾਸਫੇਟ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਬਿਜਾਈ ਵੇਲੇ ਪਾਉ।

ਹਰੇ ਚਾਰੇ : ਬੀਜ ਲਈ ਬਰਸੀਮ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ ਅਤੇ ਛੱਟ ਕੇ ਬਾਰਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਭਾਲ ਲਵੋ। ਚਾਰੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਸੋਕਾ ਨਾ ਲੱਗਣ ਦੇਵੋ। ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਹਰਾ ਚਾਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਚਾਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਬਿਜਾਈ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

ਸਬਜ਼ੀਆਂ : ਵੱਧ ਝਾੜ ਲੈਣ ਲਈ ਵੇਲਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਟਮਾਟਰ, ਬੈਂਗਣ, ਮਿਰਚ ਅਤੇ ਭਿੰਡੀ ਦੀ ਤੁੜਾਈ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੰਚਾਈ 4-5 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਕਫੇ 'ਤੇ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਇਹ ਸਮਾਂ ਪਿਆਜ਼ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਪੀ. ਆਰ. ਓ.-7, ਪੰਜਾਬ ਨਰੋਆ, ਪੀ. ਵਾਈ. ਓ.-1, ਪੀ. ਡਬਲਯੂ. ਓ.-2 ਅਤੇ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਪੀ. ਓ. ਐਚ.-1 ਦੀ ਪੁਟਾਈ ਲਈ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੈ। ਟਮਾਟਰ ਦੀ ਫਸਲ ਨੂੰ ਅਗੇਤੇ ਝੁਲਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ 200 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਇੰਡੋਫਿਲ ਐਮ-45 ਅਤੇ 600 ਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰੋ। ਭਿੰਡੀ ਦੀਆਂ ਪੰਜਾਬ ਸੁਹਾਵਣੀ ਜਾਂ ਪੰਜਾਬ ਲਾਲਿਮਾ ਕਿਸਮਾਂ ਬੀਜਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਿਸਮਾਂ ਪੀਲੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰ ਰੋਗ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। 15-20 ਟਨ ਗਲੀ-ਸੜੀ ਰੂੜੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 40 ਕਿਲੋ ਯੂਰੀਆ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਪਾਉ। ਭਿੰਡੀ ਦੀ ਫ਼ਸਲ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਜੈਸਿਡ (ਤੇਲੇ) ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਪੱਤੇ 'ਤੇ 4 ਬੱਚੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ 80 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਇਕੋਟਿਨ 5% (ਨਿੰਮ ਆਧਾਰਿਤ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ) ਜਾਂ 2000 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪੀ. ਏ. ਯੂ. ਨਿੰਮ ਦਾ ਘੋਲ ਜਾਂ 40 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਕੋਨਫੀਡੋਰ 17.8 ਐਸ. ਐਲ. (ਇਮੀਡਾਕਲੋਪਰਿਡ) ਜਾਂ 40 ਗ੍ਰਾਮ ਐਕਟਾਰਾ 25 ਡਬਲਯੂ. ਜੀ. (ਥਾਇਆਮੈਥੋਕਸਮ) ਜਾਂ 560 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਮੈਲਾਥੀਆਨ 50 ਈ. ਸੀ. ਜਾਂ 100 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਸੁਮੀਸੀਡੀਨ 20 ਈ. ਸੀ. (ਫੈਨਵੈਲਰੇਟ) ਨੂੰ 100-125 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰੋ। ਛਿੜਕਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਰੇ ਫਲ ਤੋੜ ਲਉ। ਕੋਨਫੀਡੋਰ ਜਾਂ ਐਕਟਾਰਾ ਦੇ ਛਿੜਕਾਅ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੱਕ ਫਲ ਨਾ ਤੋੜੋ। ਮਿਰਚ ਵਿੱਚ ਫਲ ਦਾ ਗੜੂੰਏਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ 50 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਕੋਰਾਜਨ 18.5 ਐਸ. ਸੀ. (ਕਲੋਰ-ਐਂਟਰਾਨੀਲੀਪਰੋਲ) ਜਾਂ 50 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਟਰੇਸਰ 45 ਐਸ. ਸੀ. (ਸਪਾਈਨੋਸੈਡ) ਜਾਂ 250 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਰੀਜੈਂਟ 5 ਐਸ. ਸੀ. (ਫਿਪਰੋਨਿਲ) ਨੂੰ 100 ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਛਿੜਕਾਅ ਕਰੋ। ਛਿੜਕਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਆਰ/ਪੱਕੇ ਫਲ ਤੋੜ ਲਉ ਅਤੇ ਕਾਣੇ ਫਲ ਤੋੜ ਕੇ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਦਬਾ ਦਿਉ।

ਬਾਗਬਾਨੀ : ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਅੰਬ, ਲੀਚੀ, ਨਾਸ਼ਪਾਤੀ, ਨਿੰਬੂ ਜਾਤੀ ਦੇ ਬਾਗਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਉਪਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਫਲ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਸਿੱਲ੍ਹ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਹਲਕੀਆਂ ਸਿੰਚਾਈਆਂ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਬੂਟਿਆਂ ਦੇ ਮੁੱਢਾਂ ਨੂੰ ਤਿੱਖੀ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਲੀ ਦੇ ਘੋਲ ਦਾ ਲੇਪ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਫਲਦਾਰ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਰਾਲੀ ਜਾਂ ਖਜੂਰ ਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਨਾਲ ਛੋਰਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ। ਅਮਰੂਦਾਂ ਦੇ ਬਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨਦੀਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਲਈ ਝੋਨੇ ਦੀ ਪਰਾਲੀ ਨਾਲ ਮਲਚਿੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਲਚਿੰਗ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਕਿਸ਼ਤ ਪਾ ਦਿਉ। ਬੇਰ ਅਤੇ ਅਮਰੂਦ ਦੇ ਬਾਗ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਬਾਗਾਂ ਦੀ ਵਹਾਈ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ ਕਰੋ। ਨਦੀਨਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਸਰਵਪੱਖੀ ਉਪਰਾਲੇ ਅਪਣਾਉ। ਅੰਗੂਰਾਂ ਦੀ ਤੁੜਾਈ, ਬਰਸਾਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਰਸਾਤ ਨਾਲ ਫਲਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਰਹੀ ਸਰਕਾਰ, 6 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ 'ਚ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਡਿੱਗਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਤ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਝੋਨੇ ਦੇ ਖੇਤੀ ਵੱਲੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇਸ ਸਾਲ ਝੋਨੇ ਹੇਠਲਾ ਰਕਬਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਹੇਠਲਾ ਰਕਬਾ ਵਧਾਉਣ ਵਾਸਤੇ 6 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ 'ਚ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਸ਼ੁਰੂ ਚਲਾਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਮਾਝਾ, ਮਾਲਵਾ ਤੇ ਦੋਆਬਾ ਖੇਤਰ ਦੇ 2-2 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਜਲੰਧਰ, ਕਪੂਰਥਲਾ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਪਠਾਨਕੋਟ, ਸੰਗਰੂਰ ਤੇ ਬਠਿੰਡਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਉਕਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ 'ਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 12500 ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਕਬੇ 'ਚ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਲਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਕਰਨ ਲਈ ਜੰਗੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 17500 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਹੈਕਟੇਅਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਬਸਿਡੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਮੱਕੀ ਦੀ ਖਰੀਦ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਗਾਰੰਟੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। 30 ਜੂਨ ਤੋਂ ਬੀਜੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਲਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਫਸਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 200 ਦੇ ਕਰੀਬ ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ ਵੀ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜੋ ਲਗਾਤਾਰ ਪਿੰਡਾਂ 'ਚ ਕੈਂਪ ਲਾ ਕੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਲਈ ਜਾਗਰੂਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਡਾ. ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਲਈ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ

ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਚਲਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਅਗਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਰਕਬਾ ਵਧਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸਾਨ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੇਤੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਅਪਨਾਉਣ। ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਝੋਨੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਟਾਈ ਦੇ ਕਢਾਈ ਵੀ ਆਸਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਪਰਾਲੀ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾਉਣ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ 'ਚ ਗਿਰਾਵਟ ਆਵੇਗੀ।

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਲਈ ਵਿਭਾਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸਿਫਾਰਸ਼

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਏ ਐਮ ਡੀ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੋਸਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਭਾਗ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਬਿਜਾਈ ਫਰਵਰੀ 'ਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜੂਨ 'ਚ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਲਾਉਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਕੌਣ ਹਨ ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦਫਤਰ 'ਚ ਤਾਇਨਾਤ ਏ ਐਮ ਡੀ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੋਸਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਤਜਰਬਾ ਹੈ। ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ ਦੀ ਉਮਰ 40 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੇ ਯੋਗਤਾ 12ਵੀਂ ਤੋਂ ਗਰੈਜੂਏਟ ਤੱਕ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ 48 ਤੋਂ 72 ਘੰਟੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਹਰੇਕ ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ ਵੀ 5 ਕਿੱਲੇ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰੇਗਾ। ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮਾਣਭੱਤਾ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੇਗਾ।

ਝੋਨੇ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 3 ਗੁਣਾ ਘੱਟ ਲੱਗਦੈ ਪਾਣੀ

ਜਲੰਧਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਮੁੱਖ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਰਣਧੀਰ ਸਿੰਘ ਠਾਕੁਰ ਤੇ ਖੇਤੀ ਅਫਸਰ ਹੈੱਡਕੁਆਰਟਰ ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ	ਰਕਬਾ (ਹੈਕਟੇਅਰ)	ਕਿਸਾਨ ਮਿੱਤਰ
ਜਲੰਧਰ	1500	25
ਕਪੂਰਥਲਾ	1500	25
ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ	2000	30
ਪਠਾਨਕੋਟ	2000	30
ਬਠਿੰਡਾ	2500	40
ਸੰਗਰੂਰ	3000	50

ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਮੱਕੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਤੇ ਜੁਲਾਈ 'ਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਝੋਨੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ 60 ਲੱਖ ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਸਾਉਣੀ ਮੱਕੀ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਗੁਣਾ ਘੱਟ ਪਾਣੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਝੋਨੇ ਨੂੰ 30-40 ਪਾਣੀ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ 7-8 ਪਾਣੀ ਹੀ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਡਾ. ਰਣਧੀਰ ਸਿੰਘ ਠਾਕੁਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜੂਨ ਦੇ ਅੱਧ ਵਿਚ ਬਰਸਾਤੀ ਮੌਸਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੱਕੀ ਦੇ ਉੱਗਣ ਸਾਰ ਹੀ ਮੀਂਹ ਪੈਣ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪਾਣੀ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਉਣੀ ਰੁੱਤ ਦੀ ਮੱਕੀ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਡਾ. ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੱਕੀ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ ਬੀਜ 8 ਕਿੱਲੋ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਝਾੜ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ 20-25 ਕੁਇੰਟਲ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ।

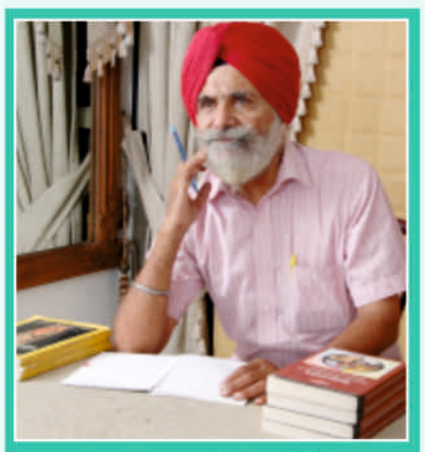
ਸਰਬਲੋਹ ਦਾ ਵਿਗਿਆਨ

ਸਰਬਲੋਹ ਦੀ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧ 'ਚ। ਸਰਬਲੋਹ ਉਸ ਲੋਹੇ ਤੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੱਚਾ ਖੁਦਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਹ ਛੱਤੀਸਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਓਡੀਸਾ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਉਸ ਖਣਿਜ ਨੂੰ ਲੋਹਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਅੱਗੇ ਭਾਂਡੇ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਈ ਹਥਿਆਰ ਵੀ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੁੱਧ ਲੋਹੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਕਾਰਬਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ, ਇਹ ਤਕਰੀਬਨ 0.02% ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਲੋਹਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਨਰਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੋੜਿਆ-ਤੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਵਿਚ ਕਾਰਬਨ 2% ਤੱਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਰੋੜਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੈਡਮੀਅਮ ਜਾਂ ਨਿਕਲ ਆਦਿ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਹੋਰ ਨਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਗੋਲ ਕੜੇ ਬਣ ਸਕਣ। ਸਰਬਲੋਹ ਦੇ ਬਾਰੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇਸ ਵਿਚ ਖਾਣਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਤੱਤ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਲੋਹੇ ਦੇ ਬਰਤਨ ਜਿਵੇਂ ਤਵੇ 'ਤੇ ਪਤੀਲੇ ਜਾਂ ਬਾਟੇ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਲੋਹੇ ਦੇ ਤੱਤ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰਾਂ ਵਿਚ ਲੋਹੇ ਦੀ ਕਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹਨ। ਪਰ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਜੰਗ ਵੀ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੰਗ ਲੱਗਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਹਵਾ ਵਿਚ ਆਕਸੀਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਜਦੋਂ ਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਇਰਨ ਆਕਸਾਈਡ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜੰਗ ਸਰੀਰ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੈ। ਸੋ, ਇਸ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਭਾਂਡਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਰਤਨ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਂਜ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੋਏਗਾ। ਇਕ ਬੜੀ ਰੋਚਕ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਫ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਧਰਮਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੁੱਧ ਧਰਮ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਰੂਹਾਨੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਿੱਬਤ ਵਿਚ ਵੀ, ਹਿੰਦੂਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਸ਼ੁੱਧ ਲੋਹੇ ਦੇ ਜੰਤਰ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਰਾਨ 'ਚ ਹਦੀਦ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ, ਹਦੀਦ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸ਼ੁੱਧ ਲੋਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਫਰੀਕਾ ਵਿਚ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਕਬੀਲਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਸ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿਚ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਸ ਇਕ ਹੀ ਗੱਲ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਬਰਤਨ ਹੈ, ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲਸ਼ ਹੋਵੇ, ਸਾਫ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜੰਗ ਨਾ ਲੱਗਾ ਹੋਵੇ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਫਾਇਦੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨੁਕਸਾਨ ਹੀ ਕਰੇਗਾ।

ਜਨਮੇਜਾ ਸਿੰਘ ਜੌਹਲ
ਮੋ. 98159-45018

ਵਾਤਾਵਰਨ ਸ਼ੁੱਧ ਬਣਾਈਏ, ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਈਏ

ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣਾ, ਸੜਕ ਸਲੀਕੇ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤਕ ਲੋਕ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ ਉਦੋਂ ਤਕ ਸਵੱਛ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਕਦੇ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਿਕਸਤ ਸੂਬਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਪੱਕੇ ਮਕਾਨ, ਬਿਜਲੀ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਅਤੇ ਪੱਕੀਆਂ ਸੜਕਾਂ, ਵਧੀਆ ਦਿੱਖ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਸਾਫ ਸਫਾਈ ਦੀ ਘਾਟ ਇਥੇ ਵੀ ਰੜਕਦੀ ਹੈ। ਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਕੰਢੇ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਥੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਮਨ ਕਰੇ ਖਾਲੀ ਲਿਫਾਫੇ, ਕਾਗਜ, ਫਲਾਂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਤੇ ਥੁੱਕ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਗੰਦਗੀ ਨਾਲ ਇਥੋਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵੀ ਪਲੀਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।



ਡਾ. ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਾਡਾ ਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਭਿਅੱਤਾ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੈ। ਇਸ ਉਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਣ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਨਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਦੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ੁਮਾਰ ਹੈ। ਹਰ ਪਾਸੇ ਗੰਦਗੀ ਦੇ ਢੇਰ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਦੀਆਂ ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਨੇ ਸਾਡੇ ਵਿਚੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਉਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨਾ ਭੁਲਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼, ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਤਾ ਨੂੰ ਘਟੀਆ ਸਮਝਣ ਲਗ ਪਏ ਹਾਂ। ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਸਲੀਕੇ ਦਾ ਪਾਠ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਵਾਲਾ ਦੇਸ਼ ਆਪ ਸਲੀਕਾ ਵਿਹੂਣਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਲੋਕਰਾਜ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਇਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਾਉਣਾ ਸਿਰਫ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣਾ, ਸੜਕ ਸਲੀਕੇ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ

ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤਕ ਲੋਕ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ ਉਦੋਂ ਤਕ ਸਵੱਛ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਕਦੇ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵਿਕਸਤ ਸੂਬਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਪੱਕੇ ਮਕਾਨ, ਬਿਜਲੀ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਅਤੇ ਪੱਕੀਆਂ ਸੜਕਾਂ, ਵਧੀਆ ਦਿੱਖ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਸਾਫ ਸਫਾਈ ਦੀ ਘਾਟ ਇਥੇ ਵੀ ਰੜਕਦੀ ਹੈ। ਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਕੰਢੇ ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਥੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਮਨ ਕਰੇ ਖਾਲੀ ਲਿਫਾਫੇ, ਕਾਗਜ, ਫਲਾਂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ ਤੇ ਥੁੱਕ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਗੰਦਗੀ ਨਾਲ ਇਥੋਂ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵੀ ਪਲੀਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਵਨੁ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕਾਦਰ ਦੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਦੇਣ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਬਗੈਰ ਸੰਸਾਰ ਅਤੇ ਇਥੇ ਜੀਵਨ ਅਸੰਭਵ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਮੁੱਢ ਕਦੀਮ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਮੰਨਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਪਵਨੁ ਨੂੰ ਗੁਰੂ, ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਵਡੇਰੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਆਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਹਵਾ ਪਾਣੀ ਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਸਾਡੀ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਆਖਣ ਲੱਗ ਪਏ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਸਰਕਾਰ, ਨਗਰ ਕਾਉਂਸਲ ਜਾਂ ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਜਿਥੇ ਸ਼ਹਿਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ ਉਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਚੌਗਿਰਦੇ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹੈ। ਸਾਫ ਸੁਥਰੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਫ ਹਵਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਚੌਗਿਰਦਾ ਮਨ ਨੂੰ ਅਨੰਦਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਉਤਸਾਹ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਵੱਧ ਤੇ ਵਧੀਆ ਹੋ ਸਕੇਗੀ। ਗੰਦੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਕਾਰਣ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਕ ਅੰਦਾਜੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਸਾਲ ਕੋਈ 40000 ਲੋਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨਾਲ ਫੈਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੋਈ ਦੋ ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਵੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਕੂੜਾ ਬਾਹਰ, ਗਲੀ ਜਾਂ ਸੜਕ ਤੇ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬਾਹਰ ਦੀ ਗੰਦਗੀ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਦਬੂ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਸਾਡੇ ਪੱਲੇ ਵੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਰਾਹ ਚਲਦੇ ਫਲ ਖਾ ਕੇ ਛਿਲਕੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਆਮ ਸੁੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਖਾਲੀ ਲਿਫਾਫਿਆਂ ਤੇ ਕਾਗਜਾਂ ਨਾਲ ਵੀ

ਇਹੋ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਾਹ ਵਿਚ ਥੁਕਣਾ ਤੇ ਜਿਥੇ ਜੀ ਕੀਤਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਕਰਨਾ ਆਪਣਾ ਜਨਮ ਸਿੱਧ ਅਧਿਕਾਰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਧਾਰਮਿਕ ਰੁਚੀ ਵਾਲੇ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ। ਇਸੇ ਅਕੀਦੇ ਅਧੀਨ ਸਾਲ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਸ਼ੋਭਾ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸੰਗਤ ਦੀ ਖੂਬ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਥਾਂ ਥਾਂ ਲੰਗਰ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਦੋਂ ਉਥੋਂ ਸੰਗਤ ਅੱਗੇ ਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿਛੇ ਸੜਕ ਪੇਪਰ ਪਲੇਟਾਂ ਕਪ ਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਜੂਠ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਝ ਪੁੰਨ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਅਸੀਂ ਗੰਦਗੀ ਖਿਲਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਸਮਝਦਾਰੀ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਸ਼ਰਧਾ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਅਗੇ ਸਫਾਈ ਕਰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿੱਛੇ ਸਫਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਅਮੀਰ ਗਰੀਬ, ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਅਤੇ ਅਨਪੜ੍ਹ ਸਾਰੇ ਹੀ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਗੰਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿਮਨੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਧੂੰਆਂ ਜਿਥੇ ਹਵਾ ਨੂੰ ਗੰਦਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਥੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦਾ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ ਦਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਗੰਦਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਦਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਿਰਫ ਤਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਮਨ ਵੀ ਸ਼ੁੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਉਥੇ ਹੁਣ ਮੱਛੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡਾ ਵਾਹਨ ਧੂੰਆਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ

ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਕਿਸਾਨ ਵੀ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਰਹੇ। ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਟਾਈ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਲਗ ਪਈ ਹੈ। ਖੇਤ ਵਿਚ ਖੜੇ ਨਾੜ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਅਗ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਧੂੰਆਂ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਲੋਕ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗੰਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਇਦ ਭਾਰਤੀ ਹੀ ਮੋਹਰੀ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕ ਚਾਹੁਣ ਤਾਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਸਵੱਛ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਕਾਰਜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੋੜ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਫਰਜਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਨਣ ਦੀ ਹੈ। ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਚੌਗਿਰਦਾ ਸਾਡੇ ਲਈ ਹੀ ਗੁਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਚੌਗਿਰਦਾ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਸੈਲਾਨੀ ਵੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਆਉਣਗੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਰੁਜਗਾਰ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਮੁਹੱਲੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਮੁਹੱਲਾ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਮੁਹੱਲਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਰਲ ਕੇ ਮੁਹੱਲੇ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕਈ ਸਕੂਲ ਕਾਲਜ ਤੇ ਦਫ਼ਤਰ ਅੰਦਰੋ ਬਾਹਰੋ ਸਾਫ ਸੁਥਰੇ ਨਜਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਬਹੁਤਿਆਂ ਤੇ ਸਫਾਈ ਵਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਇਥੇ ਵੀ ਸਕੂਲ ਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਵਿਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਕਾਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰਲ ਕੇ ਸਾਲ ਵਿਚ ਘਟੋ ਘਟ ਦੋ ਵਾਰ ਸਫਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਸਜਾਵਟੀ ਰੁੱਖ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੌਂਪੀ ਜਾਵੇ। ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੰਬੰਧਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰਵਾਏ। ਬੜੇ ਦੁੱਖ ਨਾਲ ਕਹਿਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿਚ ਦੇਸ਼ਭਗਤੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੇ ਲੀਡਰ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਦੂਜੇ ਡੁੱਬਣਗੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਬੱਚ ਸਕਾਂਗੇ।

ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਤੇ ਅਮੀਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹਨ। ਉਹ ਖੁਦ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਜ਼ਿੰਮਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹਵਾ ਤੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਗੰਦਲਾ ਕਰਨ ਵਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਦੇ ਸੰਕੋਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਬਸਾਂ ਤੇ ਟਰੱਕਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਵੀ ਸੁਲਝੇ ਹੋਏ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹ ਵੀ ਇਸ ਪਾਸੇ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਆਖ ਕੇ ਬਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਇਕੱਲੇ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਸੀਂ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਰੇ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਚਦੇ ਹਨ। ਆਓ ਫ਼ਰਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੀਏ ਤੇ ਆਪਣੇ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਈਏ। ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਲੁਧਿਆਣੇ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਦਾ ਬੁੱਢਾ ਦਰਿਆ ਹੁਣ ਗੰਦਾ ਨਾਲਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮਾਲਵੇ ਤੇ ਰਾਜਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

ਵਾਤਾਰਨ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਅਤੇ ਵਧ ਰਹੀ ਤਪਸ਼ ਨੂੰ ਘਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ 1972 ਵਿਚ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਪੰਜ ਜੂਨ ਦਾ ਦਿਨ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਭਾਲ ਦਿਵਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਪਹਿਲੀ ਵੇਰ ਇਹ ਦਿਨ 1974 ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਦਿਨ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਲੋਕਾਈ ਨੂੰ ਸ਼ੁਧ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਲੋੜਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਰ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ, "ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਰਚਾਈਏ, ਸੁੰਦਰ ਸੰਸਾਰ ਬਣਾਈਏ। "ਜਿਥੇ ਅਸੀਂ ਹਵਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਪਲੀਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਥੇ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਵਿਚ ਵੀ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਉਤੇ ਇਸ ਸਭ ਲਈ ਅਸੀਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਦੋਸ਼ ਮੜ੍ਹ ਪੱਲਾ ਝਾੜ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਗਲਤ ਹੈ ਕਿਸਾਨ ਤਾਂ ਅੰਨਦਾਤਾ ਹੈ ਉਹ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲੋਕਾਈ ਦਾ ਢਿਡ ਭਰਨ ਲਈ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੰਦਾ ਆਪਣੀ ਸੁਖ ਸੁਵਿਧਾ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਲਈ ਵੀ ਗੱਡੀਆਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ, ਹਰੇਕ ਘਰ, ਦਫ਼ਤਰ, ਦੁਕਾਨ, ਸਭ ਵਿਚ ਏ ਸੀ ਤੇ ਫ੍ਰਿਜ ਇਸੇ ਤਪਸ਼ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਲਮੀ ਵਧ ਰਹੀ ਤਪਸ਼ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਇਸ ਵੇਰ ਹੋਇਆ ਕਣਕ ਦੇ ਝਾੜ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਜੰਗਲ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਸੜਕਾਂ ਕੰਢੇ ਜਿਹੜੇ ਰੁੱਖ ਸਨ ਉਹ ਸੜਕਾਂ ਚੌੜੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਭੇਟ ਚੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਪੰਚਾਇਤੀ, ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਤੋਂ ਨਜਾਇਜ਼ ਕਬਜੇ ਹਟਾ ਰਹੀਹੈ ਕਿਉਂ ਨਾ ਇਸ ਧਰਤੀ ਉਤੇ ਰੁੱਖ ਲਗਾਈਏ ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਹੋਰ ਹਰਾ ਭਰਿਆ ਬਣਾਈਏ।

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਪੈਸਟੀਸਾਈਡਜ਼ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਹੀ ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ 'ਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਜੀਵਾਂ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ । ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਉੱਪਰ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਵਰਤੋਂ, ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਭੰਡਾਰ ਨਾ ਕਰਨ ਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਹੋਣਾ ਹੈ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ :

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦਾ ਲੇਬਲ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਬਾਰੇ ਅਹਿਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਡੱਬੇ ਦੇ ਲੇਬਲ ਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਏ ਗਏ ਕਿਤਾਬਚੇ 'ਚ ਦਰਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਗੌਰ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਅਮਲ 'ਚ ਲਿਆਓ ।

ਵਰਤੋਂਕਾਰ : ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਜੋ ਬਿਮਾਰ, ਜ਼ਖਮੀ, ਮੰਦਬੁੱਧੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ।

ਪੈਕਿੰਗ ਦੀ ਚੋਣ : ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਪੈਕਿੰਗ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਨੂੰ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕੇ । ਇਸ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਡੀਲਰ ਦੀ ਚੋਣ : ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਡੀਲਰ ਤੋਂ ਹੀ ਖਰੀਦੇ ਜਾਣ । ਗੈਰ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਦਵਾਈ ਵਿਕ੍ਰੇਤਾ ਗੈਰ ਮਿਆਰੀ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਵੇਚ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਫਸਲ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਿੱਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਪਾਣੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਡਿੱਗੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ ਸਾਫ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਪੱਖੋਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਘੋਲ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦਾ ਘੋਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕੁਝ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਅਪਨਾਉਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ :

ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਘੋਲ ਬਣਾਉਣਾ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦਾ ਘੋਲ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਜਗਾ 'ਤੇ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੰਦ ਜਗ੍ਹਾ ਜਾਂ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾ ਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਖੋਲ੍ਹੋ ਢੱਕਣ : ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਡੱਬੇ ਅੰਦਰ ਪਿਆ ਤਰਲ ਛਲਕ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਾ ਆਵੇ । ਡੱਬੇ ਦੇ ਢੱਕਣ ਤੇ ਲੱਗੀ ਟਿਨ ਦੀ ਸੀਲ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਗਏ ਯੰਤਰ ਚਾਕੂ, ਕੈਂਚੀ ਆਦਿ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋ ।

ਪੈਮਾਨੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਮਾਪਣ ਲੱਗਿਆ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪੈਮਾਨੇ ਵਿੱਚੋਂ ਘੋਲ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬਰਤਨ 'ਚ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਡੱਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਸਾਈਫਨ ਬਣਾ ਕੇ ਪੈਸਟੀਸਾਈਡ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਘੋਲਣਾ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਘੋਲਣ ਲਈ ਲੰਬੇ ਹੈਂਡਲ ਵਾਲਾ ਸਟਿਰਰ ਅਤੇ ਡੂੰਘਾ ਬਰਤਨ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਘੋਲਣ ਲਈ ਲੱਕੜੀ ਦੀ ਲੰਬੀ ਛੜੀ ਵਰਤਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਘੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਘੋਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਵਰਤੋ ।

ਸਹੀ ਮਿਣਤੀ : ਪੈਸਟੀਸਾਈਡ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਮਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹਿੰਗੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਫਲਾਂ-ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਰੈਜ਼ੀਡਿਊ (ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਅੰਸ਼) ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪੌਦੇ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਲਈ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਮਾਤਰਾ ਪਾ ਕੇ ਘੋਲ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ।

ਖਾਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਰਦ-ਬੁਰਦ ਕਰਨਾ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬੇ ਅਤੇ ਬਚਿਆ ਹੋਇਆ ਘੋਲ ਕਾਫੀ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੋਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾ ਸੁੱਟੋ । ਖਾਲੀ ਹੋਏ ਡੱਬੇ ਨੂੰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਪਿਲਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਤੋੜ-ਮਰੋੜ ਕੇ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ 45-50 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾ ਦੱਬ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਨਾ ਸੁੱਟੋ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਪਹੁੰਚ ਸਕਣ ਕਿਉਂਕਿ ਅਜਿਹੇ ਮਾਮਲੇ ਵੀ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਾਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਆ ਗਏ । ਕਿਸੇ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਜੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਲੀਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਫੌਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਠੀਕ ਕਰ ਲਵੋ । ਪੱਕੇ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਡਿੱਗੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ, ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਜਾਂ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਸੋਡਾ ਮਿਲੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ । ਧੋਤੇ ਹੋਏ ਫਰਸ਼ ਨੂੰ ਸੁੱਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਬਚੇ ਹੋਏ ਘੋਲ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਉਸ ਪਾਣੀ ਡੂੰਘੇ ਟੋਏ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਪੂਰ ਦੇਵੋ ।

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ : ਸਟੋਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਲੱਗੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਇਸ ਅੰਦਰ ਰੱਖੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਨਾ ਵਰਤ ਲਵੇ । ਵਧੀਆ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਲੀ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਹੀ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ । ਡੱਬੇ ਨੂੰ ਸੁੱਕੀ ਜਗ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਤਾਲਾ ਲਗਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੇ । ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ।

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਖਰੀਦ : ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਖੇਤੀ ਅਦਾਰੇ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਚੋਣ ਵਿੱਚ ਮੈਲਾਥਿਆਨ, ਪਾਈਰਿਥਰਮ ਅਤੇ ਕਾਰਬਰਿਲ ਦੀ ਤਰਜ਼ੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ।

ਫਾਰਮੂਲੇ ਦੀ ਚੋਣ : ਕਿਸੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦੀ ਚੋਣ ਵੀ ਕਾਫੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ । ਜੇਕਰ ਸਪਰੇਅ ਜਾਂ ਧੂੜੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾ ਸਪਰੇਅ ਨੂੰ ਤਰਜ਼ੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਡਰਿਫਟ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਦਾਣੇਦਾਰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਡਰਿਫਟ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ । ਤੇਲ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਫਾਰਮੂਲੇਸ਼ਨਜ਼ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ 'ਚ ਜਜ਼ਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਪੀ.ਏ.ਯੂ. ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ 'ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਕਿਸਮ ਬੌਬੀ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰੇਗੀ - ਡਾ. ਗੋਸਲ

• ਧਰਤੀ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਉਪ-ਕੁਲਪਤੀ ਨੇ ਦਿੱਤੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰਸਾਤੀ ਮੱਕੀ ਬੀਜਣ ਦੀ ਸਲਾਹ • ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਗਲੇ ਵਰ੍ਹੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਬੀਜ ਤਿਆਰ ਕਰੇਗੀ - ਡਾ. ਅਜਮੇਰ ਸਿੰਘ ਢੱਟ

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਮਨੋਰਥ ਨਾਲ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ 'ਬੌਬੀ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ' ਕਿਸਮ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ 'ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਟਰਾਇਲ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸਫ਼ਲ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਅਗਲੇ ਵਰ੍ਹੇ ਰਾਜ ਦੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 'ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਕਿਸਮ ਦੇ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਡਾ. ਸਤਬੀਰ ਸਿੰਘ ਗੋਸਲ ਉਪ-ਕੁਲਪਤੀ ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਲੁਧਿਆਣਾ ਨੇ ਅੱਜ ਕਪੂਰਥਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਬਰਿੰਦਪੁਰ ਦੇ ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਕਿਸਾਨ ਇੱਛਾ ਸਿੰਘ ਢੋਟ ਦੇ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਗਈ ਫੀਲਡ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕੀਤਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤੋਂ ਖਰਬੂਜ਼ਾ ਉਤਪਾਦਕ ਕਿਸਾਨ ਬੌਬੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦਾ ਸਵਾ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਕਿਲੋ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਬੀਜ ਖਰੀਦਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ 'ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਕਿਸਮ ਦੇ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦਾ ਬੀਜ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 6 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਮਿਲੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਇਸ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦਾ ਝਾੜ ਵੀ ਬੌਬੀ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਿਠਾਸ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਉਪ-ਕੁਲਪਤੀ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰਸਾਤੀ ਮੱਕੀ ਬੀਜਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਕੋਲ ਇਸ ਮੱਕੀ ਦਾ ਬੀਜ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ। ਡਾ. ਸਤਬੀਰ ਸਿੰਘ ਗੋਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਵਾਰ ਪੀ. ਆਰ.-126 ਕਿਸਮ ਦੇ ਝੋਨੇ ਦਾ 22 ਹਜ਼ਾਰ ਕੁਇੰਟਲ ਬੀਜ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਜੋ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 56 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਡਾ. ਗੋਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਵਰ੍ਹੇ 2 ਲੱਖ ਦੇ ਕਰੀਬ ਏਕੜ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਭਾਵੇਂ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ 1500 ਰੁਪਏ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਪਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਵੱਲ ਬਹੁਤਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਇਆ, ਕਿਉਂਕਿ ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਮੁਫਤ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਉਹ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਵੱਲ ਮੋੜਾ ਨਹੀਂ ਪਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਡਾ. ਅਜਮੇਰ ਸਿੰਘ ਢੱਟ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਆਲੂਆਂ ਦੇ ਬੀਜ ਪੀ. ਆਰ.-102 ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ।

ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਐਡੀਸ਼ਨਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਵਿਸਥਾਰ ਡਾ. ਤਰਸੇਮ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇੰਟਰਗ੍ਰੇਟਿਡ ਫਾਰਮਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਅਪਣਾਉਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ। ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਿਸਮ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵੈਜੀਟੇਬਲ ਸਾਇੰਸ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮੁਖੀ ਡਾ. ਸਤਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੀ ਇਹ ਕਿਸਮ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਵਜੋਂ ਕਬੂਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਲੰਮੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ 'ਪੰਜਾਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤ' ਕਿਸਮ ਸਾਲ 2023 ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਏ ਹਨ।

ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਨਾਲ 30 ਫੀਸਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ 20-30 ਫੀਸਦੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਦਿੱਕਤਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝਣਾ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।

ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ

ਡਾ. ਅਮਰੀਕ ਸਿੰਘ, ਮੋ. 94630-71919

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਕੱਦੂ ਕਰਕੇ ਝੋਨੇ ਅਤੇ ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜ਼ਮੀਨ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਲਗਾਤਾਰ ਨੀਵਾਂ ਜਾਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਭੌਤਿਕੀ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਵਿੱਚ ਨਿਘਾਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ 1200-1500 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਕੱਲੇ ਕੱਦੂ ਕਰਨ ਲਈ 25-30 ਫੀਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਅਨੁਮਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪਰਤ 10-20 ਫੁੱਟ ਤੱਕ ਖਤਮ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਪਰਤ 100-200 ਫੁੱਟ 10 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਖਤਮ ਹੋ ਗਈ। ਹੁਣ ਪੰਜਾਬ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੀਜੀ ਪਰਤ ਜੋ 350 ਫੁੱਟ ਡੂੰਘੀ ਹੈ, ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਆਲਮੀ ਤਪਸ਼ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਮੁੱਖ ਗੈਸ ਮੀਥੇਨ ਦਾ ਤਕਰੀਬਨ 27% ਹਿੱਸਾ ਝੋਨੇ ਦੇ ਖੇਤਾਂ ਤੋਂ ਵਿਸਰਜਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਇਸ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਬਾਕੀ ਫ਼ਸਲਾਂ ਵਾਂਗੂ ਬਿਨਾਂ ਕੱਦੂ ਕੀਤਿਆਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਸਾਲ 2021-22 ਦੌਰਾਨ ਤਕਰੀਬਨ 27 ਲੱਖ ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਕਬੇ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 6 ਲੱਖ ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਕਬੇ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅੰਦਾਜ਼ਨ 500-600 ਕਰੋੜ ਦੇ ਖੇਤੀ ਲਾਗਤ ਖਰਚੇ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੀ।

ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸਾਲ 2010 ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਲ 2002 ਤੋਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸੇਵਾ-ਮੁਕਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਖੇਤੀ ਟੈਕਨੋਕਰੇਟਸ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾ. ਦਲੇਰ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਹਲ, ਡਾ. ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੁਟਾਹਰੀ, ਡਾ. ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਰਾਜਾ ਜੰਗ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਜ਼ਰਬੇ ਕਰਨ ਦਾ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕੁਝ ਉੱਦਮੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤਕਰੀਬਨ 100 ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਕਬੇ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਤਕਨੀਕ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈ ਮੁਹਿੰਮ ਸਦਕਾ ਸਾਲ 2012 ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ 8922 ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਕਬੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਕਨੀਕ ਨੂੰ ਅਪਣਾਇਆ ਗਿਆ। ਸਾਲ 2015 ਦੌਰਾਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਵਧ ਕੇ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕ ਲੱਖ ਪੈਂਹਠ ਹਜ਼ਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਤਕਨੀਕੀ ਕਮੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਨਾਂ ਕਾਰਨ ਸਾਲ 2019 ਦੌਰਾਨ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਘੱਟ ਕੇ 23,300 ਹੈਕਟੇਅਰ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਵਾਰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਹੇਠ ਰਕਬਾ ਤਕਰੀਬਨ 2 ਲੱਖ ਹੈਕਟੇਅਰ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਮਿੱਥਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਟੀਚੇ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੁਹਿੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਸਮੁੱਚੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਪ ਲਗਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਬੱਚਤ

ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ 30 ਫੀਸਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੇਤੀ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ 20-30 ਫੀਸਦੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜੂਝਣਾ ਪੈਂਦਾ। ਬਾਸਮਤੀ-1121 ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਵਾਲੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਝੰਡਾ ਰੋਗ ਦਾ ਹਮਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਫ਼ਸਲ 7-10 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੇ ਫ਼ਸਲ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਲੈ ਕੇ ਵਧੇਰੇ ਆਮਦਨ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਭੌਤਿਕੀ ਗੁਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਰਕਬੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਦੇ ਉਪਰੋਕਤ ਫਾਇਦਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਕਰਨ 'ਤੇ ਚੰਗੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਕੁਝ ਤਕਨੀਕੀ ਨੁਕਤਿਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਖਤ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਹਲਕੀਆਂ ਅਤੇ ਉੱਚੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਸਿਰਫ ਭਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰਖੇਜ਼ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਲਕੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਖੜ੍ਹਾ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਨਾਲ ਬੀਜੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਵਿੱਚ ਲੋਹੇ ਦੀ ਘਾਟ ਬਹੁਤ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੈਦਾਵਾਰ ਕਾਫ਼ੀ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਮਾਦ, ਮੱਕੀ ਜਾਂ ਕਪਾਹ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਲਈ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਾਂ ਨੂੰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਨਾ ਚੁਣੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜੰਗਲੀ ਝੋਨਾ (ਚਾੜ੍ਹਾ), ਮਧਾਣਾ ਅਤੇ ਗੰਢ ਵਾਲੇ ਡੀਲੇ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ, ਦੀ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ, ਝੋਨੇ ਵਾਲੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਫ਼ਸਲ ਨੂੰ ਤਰਜ਼ੀਹ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਬੀਜ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ

ਬੀਜ ਨੂੰ ਬੀਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 10-12 ਘੰਟੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੀਜ ਨੂੰ ਬੀਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 3 ਗ੍ਰਾਮ ਸਪਰਿੰਟ (ਮੈਂਕੋਜ਼ੇਬ + ਕਾਰਬੈਂਡਾਜ਼ਿਮ) ਨੂੰ 10 ਤੋਂ 12 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਕੇ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਬੀਜ ਨੂੰ ਲੇਪ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੀਜ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ 2-3 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਕਰੋ। ਵੱਧ ਡੂੰਘਾਈ 'ਤੇ ਬੀਜਿਆ ਬੀਜ ਘੱਟ ਜੰਮਦਾ ਹੈ। ਬੀਜ ਨੂੰ ਸੋਧ ਕੇ ਬੀਜਣ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਿਉਂ ਕੇ ਬੀਜਣ ਨਾਲ ਫੁਟਾਰਾ ਜਲਦੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੂੜੀ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੌਣੀ ਕਰਕੇ ਪੁਰਾਣੇ ਬੀਜ ਤੇ ਨਦੀਨ ਉੱਗਣ ਉਪਰੰਤ ਵਾਹ ਕੇ ਬਿਜਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਖੇਤ ਨੂੰ ਲੇਜ਼ਰ ਕਰਾਹੇ ਨਾਲ ਪੱਧਰਾ ਕਰੋ

ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਖੇਤ ਨੂੰ ਲੇਜ਼ਰ ਨਾਲ ਪੱਧਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਪਾਣੀ ਇਕਸਾਰ ਲੱਗ ਸਕੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਬੀਜ ਦਾ ਪੁੰਗਾਰ ਵੀ

ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲੇਜ਼ਰ ਕਰਾਹੇ ਨਾਲ ਖੇਤ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੇਤ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਵੀਆਂ ਦੀ ਦੋਹਰ ਪਾਉਣ ਉਪਰੰਤ ਸੁਹਾਗਾ ਫੇਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੇਜ਼ਰ ਕਰਾਹੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਅਤੇ ਬਿਜਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੇਤ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਪਾਣੀ ਲਗਾ ਕੇ ਵੱਤਰ ਆਉਣ 'ਤੇ ਹੱਲ ਨਾਲ ਵਾਹ ਕੇ ਸੁਹਾਗਾ ਮਾਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਬੀਜੇ ਝੋਨੇ ਦੀ ਫ਼ਸਲ/ਚੋਬਾ/ਚਾੜ੍ਹਾ/ਜੰਗਲੀ ਝੋਨਾ ਅਤੇ ਨਦੀਨਾਂ ਦੇ ਬੀਜ ਉੱਗ ਸਕਣ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਉੱਗੇ ਹੋਏ ਬੀਜਾਂ ਨੂੰ ਵਾਹ ਕੇ ਨਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੇਤ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਝੋਨੇ ਦਾ ਬੀਜ ਡਰਿੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪੱਕਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ ਪੀ. ਆਰ.-126/ਬਾਸਮਤੀ-1509/ਬਾਸਮਤੀ-1121 ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਡਰਿੱਲ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਝੋਨੇ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਬਾਸਮਤੀ ਦੀ ਬਿਜਾਈ ਜੂਨ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਿੱਧੀ ਬਿਜਾਈ ਲਈ ਅੱਠ ਤੋਂ ਦਸ ਕਿਲੋ ਬੀਜ ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ, ਤਿਰਛੀ ਪਲੇਟ ਵਾਲੀ ਡਰਿੱਲ ਜਾਂ ਲੱਕੀ ਸੀਡ ਡਰਿੱਲ (ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਬਿਜਾਈ ਤੇ ਨਦੀਨ-ਨਾਸ਼ਕ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ) ਨਾਲ 20 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਕਤਾਰਾਂ 'ਤੇ ਸੁੱਕੇ ਜਾਂ ਰੌਣੀ ਕੀਤੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਵੱਲੋਂ
ਕਿਸਾਨ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡੀਲਰ/ਡਿਸਟਰੀਬਿਊਟਰਾਂ ਲਈ
ਚੰਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੂਟ
ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਦੇ
ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ 500/- ਰੁਪਏ
ਦੋ ਸਾਲ ਲਈ 750/- ਰੁਪਏ
ਇੱਕ/ਦੋ ਸਾਲ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਟਸਐਪ ਰਾਹੀਂ ਸਰਵਿਸ ਮੁਫ਼ਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।
KHETI DUNIYAN
TID - 62763351
ਚੰਦੇ ਭਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।
ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਫਰ
ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਵਟਸਐਪ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ
ਸਾਲਾਨਾ ਚੰਦਾ
ਸਿਰਫ 100/-* ਰੁਪਏ
Excellence in Agri Info
KHETI DUNIYAN
An Exclusive Agri. Weekly
ਖੇਤੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਕੇ. ਡੀ. ਕੰਪਲੈਕਸ, ਗਊਸ਼ਾਲਾ ਰੋਡ, ਨੇੜੇ ਸ਼ੇਰੇ ਪੰਜਾਬ ਮਾਰਕਿਟ, ਪਟਿਆਲਾ-147001
ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : ਮੋ. 90410-14575
Website : www.khetiduniyan.in
E-mail : khetiduniyan1983@gmail.com