ਸਿੱਖ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਿਵਸ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਪੱਤਰ

1. ਕੀਰਤਨ
2. ਕਥਾ
3. ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ
4. ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੰਗਰ
5. ਪਲਾਸਟਿਕ/ਥਰਮੋਕੋਲ ਮੁਕਤ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ
6. ਬੂਟਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਦ
7. ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ
8. ਸਫਾਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ
9. ਜੋ ਤੁਸੀ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ

1. ਕੀਰਤਨ

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਰਾਏ ਜੀ ਦੇ ਗੁਰੁਗੱਦੀ ਦਿਵਸ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ (ਇੱਕ ਮਾਰਚ ਤੱਕ) ਹੀ ਰਾਗੀ ਜੱਥਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਪਰ ਹੀ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਨ ਕਰਨ। ਵਾਤਾਵਰਣ ਉੱਪਰ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਸ਼ਬਦ 'ਏਕ ਬਗੀਚਾ[1]' ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ 'ਈਕੋਸਿੱਖ' ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਰਾਗੀ ਜੱਥੇ ਇਸ ਸੰਕਲਨ ਨੂੰ ਸੇਧ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ:- ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੁੱਖ, ਪੌਦੇ, ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਕਰਮ ਭੂਮੀ, ਸੱਚਾਈ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਮਾਨਵ ਏਕਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ ਸਰਬਤ ਦੇ ਭਲੇ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸ਼ਬਦ।

[1] http://www.ecosikh.org/wp-content/uploads/2011/03/Eak-BageechaG.pdf

2. ਕਥਾ

ਕਥਾਵਾਚਕ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਾਰੇ ਕਥਾ ਕਰਨ ਤਾਂ ਜੋ ਸੰਗਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੇ। ਅਜਿਹੇ ਕੁੱਝ ਵਿਸ਼ੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਹਨ-

ਗੁਰਬਾਣੀ:- ਕਥਾਵਾਚਕ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿੱਚੋਂ, ਏਕ ਬਗੀਚਾ ਸੰਕਲਨ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸ਼ਬਦ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕਥਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ:- ਕਥਾਕਾਰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ 20 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਉੱਤਮ ਖੇਤੀ ਭਾਵ ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਬਾਰੇ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਰਾਏ ਅਤੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖ ਬਾਰੇ, ਸਿੱਖ ਗੁਰੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਬਾਗਾਂ ਜਿਵੇਂ 'ਗੁਰੂ ਕਾ ਬਾਗ' ਬਾਰੇ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਫੌਜ ਵਿੱਚ ਘੋੜਿਆਂ ਦੇ ਕਰਤੱਬਾਂ ਬਾਰੇ, ਦਸਵੇਂ ਗੁਰੂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਾਜ਼ ਬਾਰੇ ਜੋ ਕਿ ਹੁਣ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਦੇ ਕੰਢੇ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਹੁਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਪ੍ਰਤਿ ਆਦਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਬਾਰੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨੀ ਬਾਰੇ:- ਜਿੰਨਾਂ ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੇ ਕੁਦਰਤ ਪ੍ਰਤਿ ਸਰੋਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪੱਕਿਆਂ ਕਰੇਗੀ। ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਕਹਾਣੀਆਂ ਜਿੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ ਗੰਗਾ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤ ਜਾਣਾ, ਭਾਈ ਗੁਲਾਬਾ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਹੱਥੀ ਕਿਰਤ ਕਰਨੀ, ਭਗਤ ਪੂਰਨ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸੱਚੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲਿਖ਼ਤਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਉੱਪਰ ਬਣੇ ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਦੇ ਖੇਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਉਸਤਤ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ,

ਦੇ ਰਾਹੀ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ:- ਇਸ ਦਿਨ ਟਿਕਾਊ ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰਸਾਰ, ਰਸਾਇਣਿਕ ਕਚਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਟਿਕਾਣੇ ਲਾਉਣ, ਪੰਜ-ਆਬ - ਪੰਜ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪੁਕਾਰ, ਕਾਲੀ ਬੇਈਂ ਨਦੀ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਬਾ ਸੀਚੇਵਾਲ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ, ਬਾਬਾ ਸੇਵਾ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਜਿਲੇ ਵਿੱਚ ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ, ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਭੂਮੀ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਕਟ ਬਾਰੇ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਦੇਸੀ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਵਾਪਿਸ ਲਿਆਉਣ, ਜ਼ਹਿਰ ਮੁਕਤ/ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਭੋਜਨ, ਜੋ ਧਰਤੀ ਲਈ, ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇ, ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਦੇ ਖ਼ਪਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਢੰਗ:- ਇਸ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੁਦਰਤੀ, ਜ਼ਹਿਰ-ਮੁਕਤ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ, ਜੀਨ-ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਫ਼ਸਲਾਂ, ਜੈਵ-ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਗਵਾਉਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣਾ, ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਵਟ ਅਤੇ ਜੰਕ ਫੂਡ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਣੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ, ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਲਾਇਕ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਘਰਾਂ, ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਲਈ ਕੁਦਰਤ ਪੱਖੀ ਤਕਨੀਕਾਂ ਉੱਪਰ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

3. ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ

ਸਿੱਖ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵੱਡਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਪਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਸਤਿਕਾਰਪੂਰਨ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋਵੇਗੀ।
ਬੱਚੇ ਵੱਡਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਸਮੁਦਾਇ ਲਈ ਪੌਦੇ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਕੰਪੋਸਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੀਜਾਂ ਅਤੇ ਕਲਮਾਂ ਤੋਂ ਪੌਦੇ ਉਗਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਭਾਸ਼ਣ/ਕਵਿਤਾ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਰਚਨਾਤਮਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਵੀ ਉਹੋ ਵਿਸ਼ੇ ਰੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਕਥਾਵਾਚਕਾਂ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ 'ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਣਾ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੁੱਦਾ ਕਿਉਂ ਹੈ' ਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਵੇਰ ਦੀਆਂ ਸਭਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਕਲਾਸਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਪਰ ਬੋਲਣ ਲਈ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

4. ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੰਗਰ

ਆਪਣੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਤਾਜ਼ਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੰਗਰ ਬਹੁਤ ਮੱਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਸਿੱਖ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਔਰਗੈਨਿਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਅਤੇ ਲੰਗਰ ਸੰਗਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਕੇ ਮਨਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੰਗਤ ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਬਗੀਚੀ ਵਿੱਚ ਉਗਾਏ ਔਰਗੈਨਿਕ ਮੇਥੀ, ਧਨੀਆ, ਪੁਦੀਨਾ, ਨਿੰਬੂ, ਮਿਰਚਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਆਦਿ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਲੰਗਰ ਲਈ ਭੇਟਾ ਦੇ ਕੇ ਜਾਂ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਔਰਗੈਨਿਕ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਰੀਦ ਕੇ ਲੰਗਰ ਲਈ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਦੀ ਖਾਲੀ ਪਈ ਜਗਾ ਵਿੱਚ ਔਰਗੈਨਿਕ/ਕੁਦਰਤੀ ਖੇਤੀ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਖੀਵੀ ਜੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਅਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਲੰਗਰ ਸੰਗਤਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਅਸੀਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਔਰਗੈਨਿਕ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਆਦਿ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਲੰਗਰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

5. ਪਲਾਸਟਿਕ/ਥਰਮੋਕੋਲ ਮੁਕਤ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ

ਆਪਣੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਲੰਗਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਅਤੇ ਥਰਮੋਕੋਲ ਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ, ਟ੍ਰੇਆਂ ਅਤੇ ਕਟੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨੀਤੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਜਗਾ ਪੱਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪੱਤਲਾਂ ਜਾਂ ਸਟੀਲ ਦੇ ਭਾਂਡਿਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੇ ਨੋਟਿਸ ਬੋਰਡਾਂ ਉੱਪਰ ਬਾਕਾਇਦਾ ਇੱਕ ਨੋਟਿਸ ਲਗਾ ਕੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਿਯਮ ਬਣਾ ਕੇ ਗੁਰਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਲੰਗਰ ਹਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੰਦ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾ ਕੇ ਪੱਤਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਪੱਤਲਾਂ ਜਾਂ ਸਟੀਲ ਦੇ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

6. ਪੌਦਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਸਾਦ

ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਲਈ ਫੁੱਲ, ਫਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵ ਵਾਲੇ ਪੌਦਿਆਂ ਦੀ ਪਨੀਰੀ ਵੰਡੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੌਦੇ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ।

ਸੰਗਤਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਪੌਦਿਆਂ ਦਾ ਅਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਹਰਾ-ਭਰਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਬਗੀਚੀ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਰੁੱਖ ਜਿਵੇਂ ਨਿੰਮ, ਮਹਾਂ ਨਿੰਮ, ਟਾਹਲੀ, ਬਰਕੈਨ, ਅਮਲਤਾਸ, ਸੁਹੰਜਨਾ, ਅਰਜੁਨ, ਬੇਰ, ਅਮਰੂਦ, ਨਿੰਬੂ, ਆਂਵਲਾ, ਪਿੱਪਲ, ਬੋਹੜ, ਕਿੱਕਰ, ਦਿਓਦਾਰ, ਅਸ਼ੋਕਾ, ਕਚਨਾਰ, ਕਰੰਜ, ਲਸੂੜਾ, ਬੇਲ, ਫਾਲਸਾ, ਜਾਮੁਨ ਆਦਿ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਮਾਰਚ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਝ ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਲੇ ਪੌਦੇ ਜਿਵੇਂ ਸਾਲਵੀਆ, ਕਨੇਰੀਆ, ਗੇਂਦਾਂ ਆਦਿ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

7. ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ

14 ਮਾਰਚ, 2013 ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦੇਣ ਲਈ ਹਰ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੂਟਾ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੰਸਾਰ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ, ਜੋ ਕਿ ਸਿੱਖਾਂ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਭੂਮੀ ਹੈ, ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਚੜਦੀ ਕਲਾਂ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ। ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਨਰਸਰੀ ਤੋਂ ਪੌਦੇ ਖਰੀਦ ਕੇ ਵੰਡ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਨਰਸਰੀ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੋਂ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਵੰਡ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣ ਦਾ ਉੱਚਿਤ ਢੰਗ

- **ਟੋਆ ਪੁੱਟੋ:-** ਦਰੱਖਤ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਪੰਜ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ 2'x 2'x2' (60 ਸੈ.ਮੀ.* 60 ਸੈ.ਮੀ.* 60 ਸੈ.ਮੀ.) ਦਾ ਟੋਆ ਪੁੱਟੋ।
- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਨਿੰਮੋਲੀਆਂ ਲਉ, ਧੋਵੋ, ਛਿਲਕਾ ਉਤਾਰੋ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਸੁਕਾ ਲਉ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰੀਕ ਪੀਸ ਕੇ ਪਾਊਡਰ ਬਣਾ ਲਉ। 2 ਲਿਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲੋ ਅਤੇ ਰਾਤ ਭਰ ਭਿਉਂ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਘੋਲ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਹਿਲਾਉ।
- ਪੌਦਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਟੋਏ ਨੂੰ 10 ਕਿਲੋ ਦੇਸੀ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਖਾਦ ਨਾਲ ਭਰ ਦਿਉ। ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚਲੇ ਕੀਟਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿੰਮੋਲੀਆਂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ 2 ਲਿਟਰ ਪਦਾਰਥ ਪਾਉ।
- ਪੌਦਾ ਲਗਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਉਹਦੀ ਪੂਰੀ ਜੜ (ਬਿਨਾਂ ਮੁੜੇ) ਜਮੀਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- **ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ:-** ਪੌਦਾ ਲਗਾਉਣ ਤੋ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਪੌਦੇ ਨੂੰ ਥੋੜੇ ਜਿਹੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਿੰਜ ਦਿਉ।
- **ਸਹਾਰਾ ਦਿਉ:-** ਨਵੇਂ ਲੱਗੇ ਪੌਦਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਕੜੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਦਿਉ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੌਰ ਵੇਲੇ ਸਿੱਧਾ ਰਹਿ ਸਕੇ।

• **ਕਟਾਈ ਕਰੋ:-** ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਪੌਦਾ ਵਧੇ, 3 ਫੁੱਟ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਦੀਆਂ ਸ਼ਾਖਾਵਾਂ ਦੀ ਕਟਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਪੌਦਾ ਸੁੰਦਰ ਆਕਾਰ ਲੈ ਸਕੇ।

• **ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ** ਲਈ ਲੋਹੇ ਜਾਂ ਲੱਕੜ ਦਾ ਜੰਗਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਪੌਦੇ ਦੁਆਲੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

• **ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ:-** ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਨਿੰਮੋਲੀਆਂ ਤੋ ਬਣਿਆ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਛਿੜਕੋ।

• **ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਗੋਡੀ:-**ਦਰੱਖਤ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਕੋਈ ਜੰਗਲੀ ਘਾਹ ਨਾ ਉੱਗੇ, ਇਸ ਲਈ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਘਾਹ ਦੀ ਕਟਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗੋਡੀ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

• **ਸਾਲਾਨਾ ਖਾਦ ਪਾਉ:-** ਨਵੇਂ ਦਰੱਖਤ ਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਸਾਲ ਖਾਦ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਇਹਨਾਂ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ 5 ਕਿਲੋ ਪ੍ਰਤਿ ਸਾਲ ਦੇਸੀ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਖਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

8. ਸਫਾਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ

ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਅਸੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਫਿਰ ਚਾਹੇ ਉਹ ਪਿੰਡ ਹੋਵੇ, ਕਸਬਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸ਼ਹਿਰ, ਉਹ ਰਹਿਣ ਦੇ ਲਾਇਕ ਅਤੇ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਸੰਗਤ ਆਪਣੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਲਿੰਕ (guide[2]) ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਰਾਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਹੀ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸੇਧ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਰਾਹੀ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ, ਸਥਾਨਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾਬੱਧ, ਸੰਗਠਿਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

9. ਜੋ ਤੁਸੀ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ

ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਸੰਗਤ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਰਾਏ ਜੀ ਦਾ ਇਹ ਸਾਲਾਨਾ ਗੁਰੂਗੱਦੀ ਦਿਵਸ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜੀਆਂ ਤੱਕ ਯਾਦ ਰਹੇ। ਸੰਗਤਾਂ ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਕੀਤੇ ਕੰਮਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖ ਕੇ, ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਇਸ ਕਾਮਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸਾਂਝੀ ਕਰਕੇ, ਫੋਟੋਆਂ ਦੁਆਰਾ, ਸਥਾਨਕ ਮੀਡੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਕੇ, ਇਸ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਜਗਾ-ਜਗਾ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਇਸ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਯਾਦ ਦਵਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਹੀ ਸੱਚ ਨੂਰ ਬਣ ਕੇ ਸਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ -'ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਵਸਿਆ, ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨਾ ਜਾਇ ਲਖਿਆ' ਆਪਣੇ ਗੁਰੂਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਸਦਕਾ ਅਸੀ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਬਖ਼ਸ਼ੀ ਇਸ ਅਦੁੱਤੀ ਦਾਤ ਨਾਲ ਸੁਹਿਰਦ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋਈਏ।
ਸਿੱਖ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਿਵਸ, 2013 ਨੂੰ ਯਾਦਗਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਸੀ ਸਮੂਹ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦਾ ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਰੇ ਕਿ ਖਾਲਸਾ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਦੀ ਚੜਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਰਹੇ।

ਈਕੋਸਿੱਖ ਸੰਪਰਕ:

ਰਵਨੀਤਪਾਲ ਸਿੰਘ (ਭਾਰਤ)
ravneet.singh@ecosikh.org
0091-9988373268

ਬੰਦਨਾ ਕੌਰ (ਅਮਰੀਕਾ)
bandana.kaur@ecosikh.org
917.326.9222

ਪਰਮਜੀਤ ਕੌਰ (ਅਮਰੀਕਾ)
paramjeet.kaur@ecosikh.org
703.501.5547

[2] **How to Plan a Cleanup:** http://173.254.36.65/wpcontent/uploads/2011/10/Neighborhood_Cleanup.pdf