



एग्री आर्टिकल्स

(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)

वर्ष: 02, अंक: 05 (सितम्बर-अक्टूबर, 2022)

www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध

© एग्री आर्टिकल्स, आई. एस. एस. एन.: 2582-9882

सहजन की खेती: किसानों के लिए एक लाभदायक व्यवसाय

(*प्रियंका कुमारी मीना¹, योगिता नैण¹ एवं नवीन²)

¹पादप रोगविज्ञान विभाग, राजस्थान कृषि अनुसंधान संस्थान, दुर्गापुरा, जयपुर, राजस्थान

²कीट विज्ञान विभाग, राजमाता विजयाराजे सिंधिया कृषि विश्वविद्यालय ग्वालियर, मध्यप्रदेश

*संवादी लेखक का ईमेल पता: jangir000naveen@gmail.com

सहजन (Drumstick) एक बहु उपयोगी पेड़ है। इसका वैज्ञानिक नाम मोरिंगा ओलीफेरा (*Moringa oleifera*) है। इसे सहजना, सुजना, सेंजन, और मुनगा आदि नामों से भी जाना जाता है। सहजन को अंग्रेजी में ड्रमस्टिक भी कहा जाता है। दक्षिण भारतीय लोग सहजन के फूल, फल, पत्ती का उपयोग अपने विभिन्न प्रकार के व्यंजनों में सालों भर करते हैं भारत ही नहीं बल्कि फिलीपिंस, हवाई, मैक्सिको, श्रीलंका, मलेशिया आदि देशों में सहजन विशेष रूप से उपयोग में लाया जाता है।

सहजन एक कमजोर तना और छोटी-छोटी पत्तियों वाला लगभग दस मीटर से भी उंचा पौधा होता है इस पेड़ के सभी भाग फल, फूल, पत्तियों, बीजों में अनेक पोषक तत्व होते हैं। इसकी जितनी माँग सब्जी के रूप में है उतनी ही औषधीय इस्तेमाल के लिए भी है। इसीलिए सहजन की खेती को नकदी और व्यावसायिक लाभ देने वाली फसल माना जाता है। सहजन की खेती में अनाज, सब्जी और बागवानी वाली दोनों खूबियाँ हैं क्योंकि ये साल में कम से कम दो बार उपज देती है। इसका पेड़ पाँच-सात साल तक पैदावार देता है। सहजन की खेती में लागत के मुकाबले काफी अच्छा मुनाफा मिलता है। इसे सिंचाई और रख-रखाव की जरूरत भी कम ही होती है। इसीलिए देश भर में किसानों की दिलचस्पी सहजन की खेती में तेजी से बढ़ रही है।

सहजन में पाए जाने वाले पोषक तत्व

सहजन में कई प्रकार के पोषक तत्व पाए जाते हैं। इसमें मुख्य रूप से प्रोटीन, विटामिन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, कैल्शियम, मैगनीशियम, सोडियम, मैगनीज, लोहत्व, फॉस्फोरस, पोटेशियम आदि पोषक तत्व पाए जाते हैं। सहजन में 300 से अधिक रोगों की रोकथाम के गुण हैं। इसमें 90 तरह के मल्टीविटामिन्स 45 तरह के एंटी आक्सीडेंट गुण 35 तरह के दर्द निवारक गुण और 17 तरह के एमिनो एसिड पाए जाते हैं।



सहजन के उपयोग

- सहजन के लगभग सभी भाग (पत्ती, फूल, फल, बीज, डाली, छाल, जड़, बीज) से प्राप्त तेल आदि खाये जाते हैं। इसकी पत्तियों और फली की सब्जी बनती है।
- इसके बीजों से तेल निकाला जाता है जिसका उपयोग औषधियों में भी किया जाता है।
- अनेक देशों में इसकी छाल, रस, पत्तियों, बीजों, तेल, और फूलों से पारंपरिक दवाएं बनाई जाती है।
- कई जगहों पर इसके फूलों को भी पकाकर खाया जाता है और इनका स्वाद मशरूम जैसा बताया जाता है।
- पशुओं के उपयोगी चारे के रूप में इसकी पत्तियों के प्रयोग से पशुओं के दूध में डेढ़ गुना और वजन में एक तिहाई से अधिक की वृद्धि पाई गई है। कुपोषण, एनीमिया (खून की कमी) में सहजन फायेदमंद होता है।
- सहजन का उपयोग जल को स्वच्छ करने के लिए तथा हाथ की सफाई के लिए भी किया जा सकता है।



जलवायु

इसकी खेती के लिए सामान्यतया 25 से 30 औसत तापमान उत्तम माना जाता है। इस तापमान पर सहजन का पौधा हरा-भरा व काफी अच्छा विकास होता है। यह ठंड को भी सहता है। परन्तु पाला से पौधा को नुकसान होता है। कम या ज्यादा वर्षा से पौधे को कोई नुकसान नहीं होता है। यह विभिन्न पारिस्थितिक अवस्थाओं में उगने वाला एक ढीठ स्वभाव का पौधा है।

सहजन की उन्नत किस्में

सहजन की उन्नत किस्मों में कोयंबटूर 1, कोयम्बटूर 2, रोहित 1, ज्योति.1, पी.के.एम 1, और पी.के.एम 2 अच्छी मानी जाती हैं।

सहजन की खेती के लिए भूमि

सहजन की खेती सभी प्रकार की भूमि में की जा सकती है। जैसे- बेकार, बंजर, कम उर्वरा भूमि और यह सूखी बलुई या चिकनी बलुई मिट्टी में अच्छी तरह बढ़ता है। परन्तु व्यवसायिक खेती के लिए साल में दो बार फलने वाला सहजन के प्रभेदों के लिए 6.7 पी.एच्. मान वाली बलुई दोमट मिट्टी बेहतर पाई गया है।

खाद और उर्वरक

उर्वरक सिंचित क्षेत्रों में 26 किलो फार्म यार्ड मैन्यूर (Farm Yard Manure) और उर्वरक की 250 ग्राम अप्रैल में दिया जाता है। उर्वरक की खुराक में फसल की आवश्यकता के अनुसार प्रति वर्ष 500 ग्राम की दर से वृद्धि की जा सकती है। रोपनी के तीन महीने के बाद 100 ग्राम यूरिया 100 ग्राम सुपर फास्फेट 50 ग्राम पोटेश प्रति गड्ढा की दर से डालना चाहिए। वहीं इसके तीन महीने बाद 100 ग्राम यूरिया प्रति गड्ढा का दुबारा डालना चाहिए।

सहजन की पौध तैयार करना

सहजन की एक हेक्टेयर में खेती करने के लिए 500 से 700 ग्राम बीज की मात्रा पर्याप्त होती है। बीज को सीधे तैयार गड्ढों में या फिर पॉलीथीन बैग में तैयार कर गड्ढों में लगाया जा सकता है। पॉलीथीन बैग में पौध एक महीने में लगाने योग्य तैयार हो जाती है। एक महीने की तैयार पौध को पहले से तैयार किए गए गड्ढों में जून से सितंबर तक रोपण किया जा सकता है। पौधा जब लगभग 75 सेंमी. का हो जाए तो पौधे के ऊपरी भाग को तोड़ देना चाहिए इससे बगल से शाखाओं को निकलने में आसानी होती है।

सहजन के पौधे को रोपने का सही तरीका

सहजन के पौधे का रोपण गड्ढा बनाकर किया जाता है। खेत को अच्छी तरह खरपतवार मुक्त करने के बाद 2.5 x 2.5 मीटर की दूरी पर 45 x 45 x 45 सेंमी. आकार का गड्ढा बनाते हैं। गड्ढे में उपरी मिट्टी के साथ 10 किलोग्राम सड़ा हुआ गोबर का खाद मिलाकर गड्ढे को भर देना चाहिए। इससे खेत पौध के रोपनी के लिए तैयार हो जाता है।

सहजन की खेती के लिए सिंचाई

यदि गड्ढों में बीज से प्रबर्द्धन किया गया है तो बीज के अंकुरण और अच्छी तरह से स्थापन तक नमी का बना रहना आवश्यक है। फूल लगने के समय खेत ज्यादा सूखा या ज्यादा गीला रहने पर दोनों ही अवस्था में फूल के झडने की समस्या होती है। इसलिए इसके पौधों की आवश्यकतानुसार हल्की सिंचाई ही की जानी चाहिए।

सहजन में रोग और कीट प्रबंधन

भुआ पिल्लू नामक कीट: सहजन में मुख्य रूप से भुआ पिल्लू नामक कीट का प्रकोप होता है। यह कीट पूरे पौधे की पत्तियों को खा जाता है तथा आसपास में भी फैल जाता है। इसके नियंत्रण के लिए डाइक्लोरोवास 0.5 मिली. एक लीटर पानी में घोलकर पौधों पर छिड़काव करना चाहिए।

फल मक्खी: इसके अलावा सहजन में फल मक्खी का आक्रमण भी इसमें देखा गया है। इससे भी फसल को भारी नुकसान होता है। इसके नियंत्रण के लिए डाइक्लोरोवास 0.5 मिली. दवा एक लीटर पानी में घोलकर छिड़काव करना चाहिए।

Jassids और कण: इस कीट पदार्थ की तरह पौधों का रस और शहद विज्ञप्ति बेकार है। पानी की 200 मिलीलीटर Nivacrorin 100 लीटर छिड़काव कीट नियंत्रण कर सकते हैं।

फसल की कटाई और प्राप्त उपज

जरूरत के अनुसार सहजन के फल की तुड़ाई विभिन्न अवस्थाओं में की जा सकती है। पौधे लगाने के करीब 160 –170 दिनों में फल तैयार हो जाता है। एक बार लगाने के बाद से 4.5 वर्षों तक इससे उत्पादन लिया जा सकता है। दो बार फल देने वाले सहजन की किस्मों की तुड़ाई सामान्यत फरवरी-मार्च और सितम्बर-अक्टूबर में होती है। प्रत्येक पौधे से लगभग 200-400 या 40-50 किलोग्राम सहजन सालभर में प्राप्त हो जाता है। सहजन के फल में रेशा आने से पहले ही तुड़ाई कर लेनी चाहिए। इससे इसकी बाजार में मांग बनी रहती है और इससे लाभ भी ज्यादा मिलता है।