एग्री आर्टिकल्स
(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)
वर्ष: 03, अंक: 03 (मई-जून, 2023)
www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध
© एग्री आर्टिकल्स, आई. एस. एस. एन.: 2582-9882

अश्वगंधा की खेती

(*दीपक कुमार, प्रदीप कुमार कुमावत एवं रणजीत सिंह बोचलिया)
शेर-ए-कश्मीर कृषि विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, जम्मू (180009)
*संवादी लेखक का ईमेल पता: pandayagronomy@gmail.com

अश्वगंधा (*विदानिया सोम्निफेरा*) जो सोलेनेसी कुल का पौधा है तथा यह लगभग समस्त भारत में पाया जाता है। यह राजस्थान, हरियाणा, मध्यप्रदेश, गुजरात, पश्चिमी-उत्तरप्रदेश, छत्तीसगढ़, पंजाब, महाराष्ट्र, कर्नाटक, केरल व हिमालय पर्वतों पर उगाया जाता है। भारत के अतिरिक्त यह औषधीय पौधों अफ्रीका, पाकिस्तान, श्रीलंका, स्पेन में भी पाया जाता है। यह पौधा झाड़ीनुमा व बहुशाकीय होता है, जिसकी ऊंचाई 2-4 फीट तक होती है। इसके ताजे पत्ते तथा जड़ों को मसलकर सुनने पर घोड़े के मूत्र जैसी गंध आती है, इसी कारण इसे अश्वगंधा कहा जाता है।

अश्वगंधा की जड़ों में 13 प्रकार के एल्कलायड पाए जाते हैं, मुख्यत: विथेनीन और सोमिनीन, विथेफेरिन का उपयोग आयुर्वेद तथा यूनानी दवाओं के निर्माण में किया जाता है। जड़ों में प्रमुख एल्कलायड निकोटीन, सोम्नीफेरीन, विथेनीन, बिथेनेनीन, सोमिनीन, कोलीन, विथेफेरिन है। पत्तियों में विथेनीन, विथेफेरिन एल्कलायड पाये जाते हैं इनके अतिरिक्त इनमे ग्लाइकोसाइड, विटानिआल, स्टार्च, शर्करा व अमीनो अम्ल भी पाये जाते है।

औषधीय गुण तथा उपयोग: इसका उपयोग आयुर्वेद तथा यूनानी औषधीय दवा बनाने में किया जाता है। इसके बीज, फल एवं पतियों को विभिन्न शारीरिक बीमारियों के उपचार में प्रयोग किया जाता है। इसकी जड़ चर्मरोग, गठिया, जोड़ों के दर्द, सूजन, पक्षाघात, अल्सर, रक्तचाप तथा थकावट को दूर करने में, अनिद्रा, रक्तचाप, मोर्चा, चक्कर, सिरदर्द, तंत्रिका विकास, हृदय रोग, रक्त कोलेस्ट्रोल कम करने में बहुत लाभकारी है। अश्वगंधा को शक्तिवर्धक भी माना जाता है।

अश्वगंधा की जड़ का उपयोग टॉनिक के रूप में स्त्री, पुरुष, बच्चे व वृद्ध सभी के लिए उपयोगी है जड़ के चूर्ण का सेवन 1 से 4 माह तक करने से शरीर में स्फूर्ति, बल, शक्ति, चेतना हो जाती है। सभी प्रकार की वीर्य रोग दूर करने, बल वीर्य बढ़ता है। शुक्राणुओं की वृद्धि करके कामोत्तेजना को बढ़ाता है, शारीरिक दुर्बलता दूर कर शरीर सुगठित बनाता है। नारी को गर्भधारण योग्य बनाना, प्रसव के बाद दूध बढ़ाने, बल बढ़ाने, कमजोरी दूर करने, कमर दर्द को दूर करता है व पुष्टि बलवर्धक के लिए इससे श्रेष्ठ औषधि आयुर्वेद में और कोई नहीं मानते क्षय रोगों में लाभकारी है इसकी हरी पत्तियां त्वचा रोगों, जोड़ों की सूजन, घाव को भरने तथा क्षय के उपचार हेतु किया जाता है।

जलवायु: यह खरीफ की फसल है अश्वगंधा कठोर और सूखा सहिष्णु पौधा है। जहां औसत तापमान 20 से 35 डिग्री सेल्सियस तथा औसत वर्षा 50 से 75 सेंटीमीटर हो, की खेती की जाती है।

भूमि: इसके लिए बुलई से हल्की रेतीली भूमि जिसका पीएच मान 7 से 8 हो तथा जल निकास की पर्याप्त व्यवस्था हो, निम्न भूमि में भी अश्वगंधा की खेती की जा सकती है।

खेत की तैयारी: देसी हल, डिस्क हैरो से दो-तीन बार अच्छी तरह बुवाई करके सुहागा लगाकर खेत को समतल बनाकर खेत में खरपतवार नहीं होने चाहिए।

प्रमुख किस्में: जवाहर अश्वगंधा 20, जवाहर अश्वगंधा 134, डब्लू.स. 10, 134, पौशिता इसकी प्रमुख किस्में है।

बोने का उचित समय: बुवाई के समय खेत में अच्छी नमी हो, एक-दो बार वर्षा हो तथा अच्छी तरह नमी से संतृप्त हो। बुवाई अगस्त के प्रथम सप्ताह अश्वगंधा की खेती के लिए उपयुक्त है सींचीत अवस्था में सितंबर के महीने में भी कर सकते हैं।

बीज की मात्रा: प्रति हेक्टेयर 10 से 12 किलो बीज की आवश्यकता होती है तथा लाइनों से बिजाई करने पर बीज की कम मात्रा लगती है। नर्सरी में बुवाई करने के लिए 2 किलो प्रति एकड़ के हिसाब से बीज की आवश्यकता होती है।

बिजाई की विधि: बिजाई सीधे बीज से अधिकतर छिड़काव द्वारा की जाती है बीजों को बोने से पहले नीम के पत्तों के काढ़े से उपचारित करें, जिससे फफूंदी से हानि होने से बचा सके। अश्वगंधा अच्छी फसल के लिए कतार से कतार की दूरी 20 से 25 सेंटीमीटर तथा पौधे से पौधे की दूरी 4 से 6 सेंटीमीटर होना आवश्यक है बीज 2 से 3 सेंटीमीटर गहरा डालना चाहिए। इससे अधिक या कम गहरा डालने पर अंकुरण प्रभावित होता है बुवाई के लगभग 7 से 10 दिन बाद अंकुरण हो जाता है नर्सरी में पौधे तैयार करके 6 से 7 सप्ताह बाद खेत में लगा दिया जाता है। 1 एकड़ भूमि के लिए आवश्यक नर्सरी का क्षेत्रफल 200 वर्ग मीटर होना चाहिए जिसमें नर्सरी बेड 1.5 मीटर चौड़ी×लंबाई सुविधा अनुसार और सामान्य भूमि से 15 से 20 सेंटीमीटर उठी हुई बेड बनाकर नर्सरी तैयार करना चाहिए।

खाद उर्वरक तथा सिंचाई: अच्छी फसल लेने के लिए खेत की तैयारी के समय 8 से 10 टन गोबर की खाद डालनी चाहिए। अश्वगंधा की फसल को पानी की अधिक आवश्यकता नहीं होती वर्षा पर निर्भर रहती है, यदि वर्षा समय पर ना हो और अच्छी फसल लेने के लिए दो से तीन सिंचाई करें।

निराई गुड़ाई: अश्वगंधा की उपज के लिए निराई-गुड़ाई आवश्यक है खरपतवार पर नियंत्रण के लिए बुआई के 25 से 30 दिन बाद निराई-गुड़ाई, जड़ों की अच्छी बढ़त के लिए 25 से 30 दिन बाद एक बार निराई गुड़ाई करें तथा दूसरी निराई गुड़ाई 45 से 50 दिन के बाद करें अगर दो या दो से अधिक पौधे एक साथ हो तो छटाई कर देनी चाहिए जिससे कि पौधों की जड़ों का विकास अच्छा हो सके।

कीड़े/बीमारियां: इस फसल में विशेषता कोई कीट या बीमारी नहीं लगती परंतु कभी-कभी माहू कीट व झुलसा रोग आ जाता है इसके नियंत्रण के लिए कोई भी उपलब्ध जैविक कीटनाशक का प्रयोग कर सकते हैं तथा आवश्यकता पड़ने पर 15 से 20 दिन बाद दोबारा छिड़काव करें जड़ों को निमेटोड के प्रकोप से बचाने के लिए 5-6 कि.ग्रा ग्राम फ्यूराडान प्रति हैक्टर की दर से बुआई के समय खेत में मिला देना चाहिए।

फसल की कटाई: बिजाई के लगभग 180 से 200 दिन बाद/ फरवरी-मार्च में तैयार हो जाती है। जब पौधों की पत्तियां हल्की पीली, फल लाल हो तब फसल परिपक्व मानी जाती है। खेत में हल्का पानी लगा देना चाहिए। जिससे जड़े आसानी से जमीन से निकाली जा सके पूरे पौधे की जड़ सहित मुली की तरह उखाड़ कर सुरक्षित रख लें। 1 से 2 सेंटीमीटर ऊपर से काटकर तने से अलग कर तथा जड़ों को 8 से 10 सेंटीमीटर के टुकड़े काटकर छांव में रख दिया जाए। कटी हुई जड़ों को तीन श्रेणियों में विभक्त किया जाता है, जड़ों को ग्रेडिंग कर ली जाती है। फलों को तोड़कर के बीज निकाल लिया जाता है तथा बीज को अच्छी तरह सुखा लिया जाता है ताकि 8% से अधिक नमी नहीं जड़ों में भी 3 से 4% से अधिक नमी नहीं रखें।

अश्वगंधा की खेती से प्रति एकड़ से 3 क्विंटल सूखी जड़े तथा 50 से 60 किलोग्राम बीज प्राप्त होता है बीज के अतिरिक्त आमदनी हो जाती है।