



एग्री आर्टिकल्स

(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)

वर्ष: 04, अंक: 05 (सितंबर-अक्टूबर, 2024)

www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध

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

परवल की उन्नत खेती

(*कमलेश कुमार यादव)

उद्यान विज्ञान विभाग, श्री कर्ण नरेंद्र कृषि विश्वविद्यालय, जोबनेर, राजस्थान-303329

*संवादी लेखक का ईमेल पता: kamalyadav664@gmail.com

परवल को *ट्राइकोसेन्थेस डियोका* या पॉइंटेड गॉर्ड के नाम से भी जाना जाता है। यह एक बेल वाली फसल है। यह एक कद्वर्गिया बहुवर्षीय फसल है। जिसके नर तथा मादा फूल अलग अलग पौधे पर आते हैं। यह अपने स्वाद और कई स्वास्थ्य लाभ के लिए प्रचलित है। परवल विटामिन और मिनरल्स का एक अच्छा स्रोत है, जिसमें विटामिन सी, विटामिन ए, कैल्शियम और आयरन शामिल हैं। ये पोषक तत्व बेहतर स्वास्थ्य को बनाए रखने, रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ावा देने के लिए जाना जाता है। परवल का उपयोग सब्जी के रूप में किया जाता है। परवल भारत में बहुत ही प्रचलित सब्जी है। इसके फल सुपाच्य होते हैं तथा शरीर के परिसंचरण तंत्र को बल प्रदान करते हैं इससे मिटाइयां भी बनाई जाती हैं। परवल की खेती गर्म एवं तर जलवायु वाले क्षेत्रों में अच्छी तरह से की जाती है।

परवल के औषधीय गुण

- **पाचन में सहायक**— परवल में उच्च मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो पाचन तंत्र को सुधारने में मदद करता है। यह कब्ज और अपच जैसी समस्याओं को दूर करने में सहायक है।
- **मधुमेह नियंत्रक**— परवल में प्राकृतिक रूप से मौजूद तत्व रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करते हैं, जो मधुमेह रोगियों के लिए फायदेमंद साबित हो सकता है।
- **वजन घटाने में मददगार**— परवल कैलोरी में कम और फाइबर में उच्च होता है, जिससे यह वजन घटाने में सहायक हो सकता है। यह शरीर को डिटॉक्स करने में भी मदद करता है।
- **त्वचा के लिए फायदेमंद**— परवल में एंटीऑक्सिडेंट्स होते हैं जो त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाए रखने में मदद करते हैं। इसके नियमित सेवन से त्वचा से जुड़ी समस्याओं में भी राहत मिल सकती है।
- **प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाला**— परवल विटामिन ए और सी का अच्छा स्रोत है, जो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में सहायक होते हैं। इससे बीमारियों से लड़ने की क्षमता बेहतर होती है।
- **लीवर और किडनी की सफाई**— परवल शरीर के लीवर और किडनी को साफ करने में मदद करता है, जिससे इन अंगों का कार्यक्षमता बढ़ती है और शरीर में विषाक्त पदार्थों का स्तर कम होता है।

परवल की खेती के लिए उपयुक्त मिट्टी और जलवायु

परवल गर्म एवं नम जलवायु में अच्छी तरह उगता है। उत्तरी भारत के मैदानों में इसे वर्षा ऋतु की फसल के रूप में उगाया जाता है। बसंत ऋतु में तापमान बढ़ने पर लता में कल्ले फुट जाते हैं। वैसे तो परवल की खेती हर तरह की मिट्टी में की जा सकती है, लेकिन भारी मिट्टी में इसकी खेती अच्छी नहीं होती। दोमट व बलुई दोमट मिट्टी इसके लिए अधिक उपयुक्त मानी जाती है। साथ ही खेत में जल निकासी की उचित व्यवस्था होनी चाहिए क्योंकि पानी के संपर्क में आने से इसकी लताएं खराब हो जाती हैं। उत्तरप्रदेश, राजस्थान, बिहार तथा बंगाल में परवल की खेती पान के बरेजों में अंतरावर्ती फसल के रूप में करने की प्रथा अत्यंत पुरानी है, जहां के परवल के फल उच्च कोटि के गुणवत्ता वाले होते हैं। परवल को ठण्डे क्षेत्रों में न के बराबर उगाया जाता है।

परवल की उन्नत किस्में

परवल की प्रमुख उन्नतशील किस्में निम्नवत है। परवल में दो प्रकार की प्रजातियां पाई जाती हैं, प्रथम क्षेत्रीय प्रजातियां जैसे की बिहार शरीफ, डंडाली, गुल्ली, कल्यानी, निरिया, संतोखिया एवं सोपारी सफेदा आदि है। द्वितीय उन्नतशील प्रजातियां जैसे की एफ. पी.1, एफ. पी.3, एफ. पी.4, एच. पी. 1, एच. पी.3, एच. पी.4 एवं एच. पी.5 है। इसके साथ ही छोटा हिली, फैजाबाद परवल 1 , 3 , 4 तथा चेस्क सिलेक्शन 1 एवं 2 इसके साथ ही चेस्क हाइब्रिड 1 एवं 2 तथा स्वर्ण अलौकिक, स्वर्ण रेखा तथा संकोलिया आदि है।



परवल की खेती

परवल की बुआई व रोपण की विधि

बीज द्वारा परवल के पौधों को तैयार करना— इसे बीज एवं तना कलम के द्वारा प्रसारित कर सकते है। पके फलों से बीज निकालकर सर्वप्रथम इन्हें बालूदार नर्सरी क्यारियों में बोआई कर बिचड़े तैयार कर लेते हैं तथा दो-तीन महीने पुराने बिचड़ों को तैयार खेत में संध्या के समय रोपाई कर पानी दे देना चाहिए। बीजू पौधे कमजोर होते है तथा उनमे लगभग 50 प्रतिशत नर एवं इतनी ही मादा लताये होती है। व्यापारिक फसल के लिए तने के टुकडो का प्रयोग करते हैं। अधिकांश कलम मादा लताओ से लेते हैं। 5-10 प्रतिशत कलम नर लता से लेते है ताकि परागण अच्छा हो सके। सितम्बर-अक्टूबर में बलों के टुकडे नर्सरी मे लगाते हैं। उनके द्वारा जड़ पकड़ लेने पर उन्हें फरवरी-मार्च में खेतों में लगा देते हैं। कुछ उत्पादक लताओ की कटिंग को अक्टूबर में सीधे ही खेत लगा देते हैं। कलम दो प्रकार से लगाई जाती है। बीज द्वारा परवल की खेती करने में कठिनाई यह है कि नर पौधे अधिक हो जाते है तथा मादा पौधे की संख्या कम होने से उपज घट जाती है। अतः यह विधि लोकप्रिय नहीं है।

जड़ों की कलम द्वारा — इस विधि में जड़ों के साथ तना का 1 या 2 इंच भाग जिस पर पांच-छः गांठें हो, लगाते हैं। इस विधि में पौधे जल्द बढ़ते हैं तथा फलन अगेत होती है परन्तु कठिनाई यह है कि बड़े पैमाने पर परवल की रोपाई हेतु अत्यधिक संख्या में जड़ वाली कलमों का उपलब्ध होना एक प्रमुख समस्या भी है।

बीज दर

2500 – 3000 लताएँ (बेलें) या लच्चियाँ लच्छीया या कटिंग्स प्रति हेक्टेयर की आवश्यकता होती है।

परवल की खेती हेतु रोपाई का समय

रोपाई का समय भिन्न-भिन्न स्थानों पर अलग-अलग होता है। मैदानी भागों में परवल की रोपनी का उचित समय मध्य जुलाई से अक्टूबर तक और दियारा क्षेत्रों में सितम्बर से अक्टूबर तक होता है।

परवल की रोपण की विधि

परवल में अलग-अलग पौधों पर नर और मादा फूल उत्पन्न होते हैं। नर पुष्पों से फल नहीं बनते हैं बल्कि वे मादा पुष्पों में परागण का कार्य करते हैं जिसमें मादा पुष्पों से फल बनना सम्भव होता है। नर पुष्प बड़े और सफेद होते हैं, जबकि मादा पुष्प थोड़ा छोटा और सफेद होता है, परवल लगाने के समय नर और मादा पौधों का अनुपात 1रू19 होना अनिवार्य है। उपरोक्त अनुपात नहीं रहने पर उत्पादन में काफी कमी हो जाती है। खेत में कतार से कतार की दूरी 2-5 मीटर तथा पौधे से पौधे की दूरी 1-5 मीटर रखना चाहिए साथ ही थल्ले, भूमि की सतह से 6-8 सेंमी. ऊँचाई पर बनाने चाहिए।

एक वर्ष पुरानी लताओं से 120–150 सेंमी. लम्बे टुकड़े काटकर इस प्रकार मोड़ना चाहिए कि लच्छी की लम्बाई 30 सेंमी. हो जाये तथा 10 सेंमी. गहरे थालों में इस प्रकार लगाया जाय कि दोनों सिरे ऊपर खुले रहें।

खाद एवं उर्वरक

प्रति थाला 3–4 किलोग्राम कम्पोस्ट, 250 ग्राम अंडी की खल्ली, 10 ग्राम यूरिया, 100 ग्राम सिंगल सुपर फास्फेट, 25 ग्राम म्यूरेट ऑफ पोटाश एवं 25 ग्राम एलड्रीन धूल 10 प्रतिशत मिट्टी में मिलाकर भर देना चाहिए। जिस मिट्टी में चूना की कमी हो उसमें प्रति थाला 100 ग्राम चूना अवश्य मिला देना चाहिए। इस प्रकार थाला भरकर 10 दिन तक छोड़ देना चाहिए। उर्वरकों के प्रयोग के बाद सिंचाई अवश्य करनी चाहिए।

निराई-गुड़ाई

रोपनी के बाद और फल लगने के समय तक 4–5 बार निराई-गुड़ाई करनी चाहिए ताकि लताओं की शाकीय वृद्धि तेजी से हो। लताओं के बढ़ जाने पर इसकी अनावश्यक वृद्धि को रोकने के लिए बार-बार लताओं को हाथ से उलटते-पलटते रहना चाहिए। ऐसा करने से गांठों से जड़ें निकलकर जमीन में प्रवेश नहीं कर पाती है और फलन अधिक होता है।

मचान बनाना या सहारा देना

फरवरी माह में जब पौधों में नये कल्ले फूटने लगते हैं तब मचान बनाने का काम शुरू कर देना चाहिए। परवल के दो कतारों के बीच 2 मी. चौड़ाई में 2–2 मी. की दूरी खम्बे गाड़ते हैं। जमीन की सतह से 1–1.25 मीटर की ऊँचाई पर बांस को लम्बाई-चौड़ाई और बीच में इस प्रकार सुतली से बांधते हैं कि मचान के रूप में बन जाये। मचान के ऊपर अरहर के डंठलों को फैलाकर सुतली से बाँध देना चाहिए। प्रत्येक कतार के साथ 50 सेंमी. खाली स्थान रास्ता छोड़ना चाहिए ताकि दवा का छिड़काव, निराई-गुड़ाई, सिंचाई तथा फलों की तुड़ाई आदि कृषि क्रियाओं को आसानी-पूर्वक किया जा सके।

परवल के फलों कटाई तुड़ाई

साधारणतः मार्च माह के मध्य से पौधों पर फल लगना शुरू हो जाता है। प्रारम्भ में फल लगने के 10–12 दिनों के बाद फल तोड़ने लायक हो जाते हैं। इस प्रकार मार्च एवं अप्रैल माह में फलों की तोड़नी प्रति सप्ताह एक बार तथा मई में प्रति सप्ताह दो बार अवश्य करनी चाहिए। फलों की तोड़ाई मुलायम एवं हरी अवस्था में सूर्योदय से पहले करनी चाहिए। इससे फल अधिक समय तक ताजे बने रहते हैं। परवल की अधिक पैदावार के लिए इसकी बेलों की छटाई करनी पड़ती है।

ऊपज व पैदावार

अनुशसित किस्मों को उन्नत तौर-तरीके से लगाकर प्रथम वर्ष औसतन 75–90 क्विंटल प्रति हेक्टेयर और अलग तीन-चार वर्षों तक 175–200 क्विंटल प्रति हेक्टेयर तक फलों की उपज प्राप्त की जा सकती है। दियारा क्षेत्रों में परवल की औसतन ऊपज 175–200 क्विंटल प्रति हेक्टेयर प्राप्त होती है।