

उगाकर तो देखिए सब्जियाँ

हमारे खान-पान में सब्जियों का बड़ा ही महत्व है। रोजाना के भोजन में कम से कम 300 ग्राम सब्जियों का होना आवश्यक है। लेकिन हमारे यहां प्रति व्यक्ति सब्जियों की उपलब्धता 165 ग्राम से ज्यादा नहीं है। सब्जियों में विटामिन, खनिज लवण व अमीनो अम्ल प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं, जो भारीर को प्रतिरोधक क्षमता प्रदान करते हैं। सब्जियों को सफलतापूर्वक उगाने के लिए निम्नलिखित बातों का ध्यान रखना अति आवश्यक है :-

सब्जी उगाने से पहले मिट्टी जाँच :

सभी खेतों की मिट्टी एक जैसी नहीं होती हैं। सभी खेतों में उत्पादन समान न होकर कम-ज्यादा होता रहता है। विभिन्न फसलों में संस्तुति के आधार पर नत्रजन, फास्फोरस, पोटाश तत्वों की मात्रा प्रत्येक खेत पर खरी नहीं उतरती है। किसान यह नहीं जानता है कि उसके खेतों की मिट्टी में कौन-कौन से पोषक तत्वों की कितनी मात्रा उपलब्ध है। मिट्टी में उपलब्ध जैविक पदार्थ की मात्रा एवं मिट्टी का पी एच किस स्तर पर हैं। यह सब जानने के लिए किसान को अपने खेतों की मिट्टी की जांच आगामी फसल बोने से पहले अवश्य करानी चाहिए, ताकि वह यह जान सके कि आगामी बोयी जाने वाले सब्जियों एवं फसल की किस्म को कितनी मात्रा में पोषक तत्वों की आवश्यकता होगी और कितनी पोषक तत्वों की मात्रा मिट्टी से फसल को उपलब्ध हो सकती है। जिससे संतुलित मात्रा में जैविक खाद व उर्वरक डालकर भूमि में पोषक तत्व

प्रबन्धन किया जा सकेगा।

खेत का चुनाव एवं तैयारी : सब्जियों को हल्की रेतीली से लेकर भारी चिकनी मिट्टी में भी उगाया जा सकता है। लेकिन बालुई-दोमट भूमि जिसमें उचित जल निकास का प्रबंध हो, अच्छी रहती है। गर्मी में खेत की गहरी जुताई करें जिससे खेत में मौजूद कीट व बीमारियां नष्ट हो जायें। बुवाई के 15-20 दिन पहले गोबर की खाद मिलाएँ व 3-4 बार जुताई कर पाटा चलायें। खेत की तैयारी ठीक प्रकार से हो तो कम भूमि में अच्छा उत्पादन मिल जाता है।

प्रमुख किस्में : किसी भी सब्जी की पैदावार उसकी किस्मों पर निर्भर करती है। इसलिए अधिक उपज देने वाली, रोग व कीटों के प्रति अवरोधी तथा सिफारिश



की गई किस्मों को ही चुनें।

(1) सब्जियों के अन्तर्गत टमाटर, मिर्च तथा बैंगन एक महत्वपूर्ण सब्जी है। इसमें विटामिन "ए" और "बी" के अलावा कैल्शियम, फॉस्फोरस तथा लोहे के साथ साथ खनिज की मात्रा भी अधिक होती है। यदि इसकी उपयुक्त उत्तम किस्म तथा संकर किस्मों बोयी जायें और उन्नत वैज्ञानिक विधि अपनायी जायें तो फसल से काफी अधिक उपज तथा आय मिल जाती है।

(2) गोभी वर्गीय सब्जियां भी उगायी जा सकती है। इनमें विटामिन "ए", "सी" तथा खनिज लवण भी पाये

जाते हैं। इसकी बुवाई देरी से की जा सकती है। अतः इसकी एक या दो किस्मों की अपेक्षा 5-6 विशिष्ट किस्मों बोयी जा सकती है। एक विशेष समय के दौरान उगाने के लिए इसकी विशिष्ट किस्मों की आवश्यकता होती है तथा किसी भी अवधि में उगाने के लिए गलत किस्मों का चयन व्यापारिक दृष्टि से असफल हो सकता है।

(3) सभी प्रकार की गोभी फसलों की नर्सरी उपचारित बीज बोकर तैयार करें तथा समय पर खेतों में रोपाई करें।

(4) बन्दगोभी की प्राइड आफ इण्डिया, गोल्डन या अन्य संस्तुत किस्मों की रोपाई कर अधिक पैदावार लें।

(5) मूली, पालक एवं अन्य मौसमी सब्जियों की बिजाई करें।

बीज उपचार : बुवाई से पूर्व बीज उपचार कम लागत-अधिक उत्पादन तकनीक का महत्वपूर्ण कार्य है। अतः बुवाई से पहले बीज का उपचार अवश्य करें। बीज उपचार ट्राईकोडर्मा -5-8 ग्राम प्रति कि.ग्रा. बीज दर से करें।

बुवाई व रोपाई : खेत समतल होने पर खेत को चौड़े पट्टों एवं नालियों में बांट लेना चाहिए तथा फसल की दूरी को ध्यान रखते हुये नालियों के ऊपर किनारों पर थोड़ा नीचे बुवाई करें। नालियों की आधी ऊंचाई तक पानी लगायें ताकि बीज तक नमी ही पहुंच पाये। यदि पौध की बुवाई पोलीथीन के लिफाफों में 1:1:1 मिट्टी, रेत, गोबर की खाद से भरे मिश्रण में कर दें तथा किसी पोली हाऊस में रख दें तो इससे अगेती कद्दूवर्गीय सब्जियों की नर्सरी तैयार हो जाती है।

खाद एवं उर्वरक : खाद एवं उर्वरकों का प्रयोग मिट्टी जाँच के आधार पर करना चाहिए। सब्जियों में गोबर की खाद, फास्फोरस, पोटाश की पूरी मात्रा तथा नाइट्रोजन की 1/3 मात्रा पौध रोपाई के पूर्व खेत में मिला देनी चाहिए शेष नाइट्रोजन 20-25 दिन बाद एवं 40-45 दिन बाद मिट्टी चढ़ाते समय देना चाहिए।



सिंचाई : सब्जियों में 8-10 दिन के अंतराल पर सिंचाई करते रहना चाहिए। ध्यान रखें पौधों की वृद्धि अवस्था, फूल एवं फल बनते समय सिंचाई अवश्य करें। सिंचाई की कमी से फल टेढ़े व कम लगते हैं तथा फूल झड़ने लगते हैं।



खरपतवार नियंत्रण : खरपतवार फसलों में रोग व कीट फैलाते हैं और मिट्टी की उर्वरा शक्ति कम करते हैं। अतः अच्छी गुणों वाली फसल लेने के लिए खेत को खरपतवारों से, निराई-गुड़ाई करके, मुक्त रखें। ऐसा करने से जड़ों का विकास एवं पौधों में हवा का संचार होता है।

कटाई-छंटाई : बेल वाली सब्जियों से अधिक उपज लेने के लिए बेलों की कटाई-छंटाई बहुत ही जरूरी होती है। खरबूजे और घीया में 4-5 गांठों तक कोई भी दूसरी भाखा को नहीं पनपने देना चाहिए इनकी वृद्धि होने पर काट या तोड़ देना चाहिए।

वृद्धि नियामकों का प्रयोग : बेल वाली सब्जियों में नर व मादा फूल अलग-अलग लगते हैं जबकि फल केवल मादा फूलों से ही बनते हैं। फलों का अनुपात वातावरण, नाइट्रोजन, लंबे दिनों आदि से प्रभावित होता है। छोटे दिनों तथा कम तापमान और मौसम में अधिक नमी होने पर मादा फूल अधिक लगते हैं। वृद्धि नियामकों के प्रयोग से मादा फूलों और फलों की मात्रा

बढ़ जाती है लेकिन इनका छिड़काव सुबह या शाम को ही करें। तेज धूप होने पर दवा उड़ जाती है।

रखरखाव : सब्जियों को नरम अवस्था या कच्ची अवस्था में ही तोड़कर मंडी भेजें नहीं तो सख्त होने पर भाव अच्छे नहीं मिलते। सब्जियों के नरम फल परिवहन के समय रगड़ खाकर खराब हो जाते हैं। इसलिए फलों को अखबार में लपेटकर या घासफूस लगाकर मंडी भेजें, जिन सब्जियों को मंडी न भेजा जा सके तो उनको सीमित समय के लिए कोल्डस्टोर में भंडारण करके रख सकते हैं।

निजी परिवहन व्यवस्था से दोहरा लाभ : व्यापक पैमाने पर उत्पादित सब्जियों को बाजारों में ले जाने में समय और धन काफी खर्च होता है। सब्जियों को पहुंचाने के लिए अपना निजी वाहन जैसे ट्रैक्टर, मोटर गाड़ी द्वारा खुद ही संचालन कर ताजा सब्जियों को बाजार में पहुंचाकर अतिरिक्त लाभ उठा सकते हैं। पूरे परिवार के समय में भी बचत होती है। पूरे परिवार को कहीं भी रोजगार के लिए भटकने की जरूरत नहीं होगी। सभी मिलकर मेहनत करते हुये समृद्धि की डगर पर तेजी से बढ़ते जायेंगे। एक और महत्वपूर्ण बात यह है कि यदि आप अपने खेत पर ही अपने रहने की व्यवस्था बना लें तो सब्जियों की खेती के उत्पादन में और भी बढ़ोत्तरी की जा सकती है। क्योंकि रोजाना



सब्जी फसल की देखरेख कर दिन दूना रात चौगनी कर, आमदनी बढ़ा सकते हैं।

साग-सब्जी उत्पादन



Navratan Agro Organic Pvt. Ltd.

C-26, IIIrd Floor, Palam Vyapar Kendra,
Palam Vihar, Gurgaon, HARYANA 122017

Ph: 0124-4200950, 91- 8447573880;

Email navratanagroorganic@gmail.com

Website: navratanagroorganic.com