STATE MEDICINAL PLANTS BOARD
AYUSH, HARYANA

आयुष जिंदगी रहे खुश

हरियाणा में औषधीय पौधों की खेती

Sponsored by: NATIONAL MEDICINAL PLANTS BOARD, MINISTRY OF AYUSH, GOVT. OF INDIA, NEW DELHI

आयुष जिंदगी रहे खुश

हरियाणा में औषधीय पौधों की खेती

मुख्य कार्यकारी अधिकारी
राज्य औषधीय पादप बोर्ड, हरियाणा

राज्य औषधीय पादप बोर्ड ,हरियाणा

राज्य औषधीय पादप बोर्ड का गठन और उद्देश्य :

राज्य औषधीय पादप बोर्ड, हरियाणा की स्थापना वर्ष 2002 में औषधीय पौधों के संवर्धन एवं खेती के लिए राष्ट्रीय औषधीय पादप बोर्ड, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली के दिशा-निर्देशों के अंतर्गत की गई थी।

एनएमपीबी द्वारा जारी औषधीय पौधों के संरक्षण, विकास और सतत प्रबंधन पर केंद्रीय क्षेत्र योजना के बेहतर कार्यान्वयन के लिए आयुष विभाग के तहत 07.10.2020 को बोर्ड को पुनः अधिसूचित किया गया था।

यह बोर्ड आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के दिशानिर्देशों के अनुरूप काम करता है। इसका मुख्य **उद्देश्य है:**

* औषधीय पौधों का संरक्षण
*औषधीय पौधों की खेती को बढ़ावा देना
* औषधीय पौधों की गुणवत्ता नियंत्रण
* औषधीय पौधों पर अनुसंधान को बढ़ावा देना और नए उत्पादों का विकास करना।
*औषधीय पौधों और उनके उत्पादों के लिए बाजार उपलब्ध करवाने के लिए प्रयास करना।
*आयुर्वेदिक फार्मेसियों को बढ़ावा देना और उन्हें गुणवत्तापूर्ण औषधीय उत्पाद उपलब्ध करवाना।
* आम जनता को औषधीय पौधों के महत्व और उनके उपयोग के बारे में जागरूक करना।

हरियाणा राज्य औषधीय पादप बोर्ड राज्य में आयुष के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। यह बोर्ड औषधीय पौधों के संरक्षण, संवर्धन और उनके उपयोग को बढ़ावा देकर राज्य के विकास में योगदान दे रहा है।

आरती सिंह राव
स्वास्थ्य एवं आयुष मंत्री, हरियाणा सरकार

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है कि हरियाणा के औषधीय पौधों पर यह पुस्तक प्रकाशित हो रही है। हमारी धरती जैव-विविधता से परिपूर्ण है, जिसमें औषधीय पौधों का विशेष महत्व है। यह हमारे पारंपरिक चिकित्सा ज्ञान और प्रकृति से जुड़े स्वास्थ्य लाभों की समृद्ध धरोहर है।

आयुर्वेद और अन्य पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों में औषधीय पौधों के गुणों और महत्व को सदियों से पहचाना गया है। हरियाणा के इन पौधों पर आधारित यह पुस्तक न केवल इनके औषधीय गुणों और उपयोगों का दस्तावेज़ है, बल्कि इसे संजोने और आने वाली पीढ़ियों तक पहुँचाने का एक प्रेरणादायक प्रयास भी है।

आज, जब पूरी दुनिया प्राकृतिक और समग्र स्वास्थ्य समाधान की ओर अग्रसर हो रही है, ऐसे प्रयास और भी महत्वपूर्ण हो जाते हैं। मैं इस पुस्तक को तैयार करने वाली टीम के समर्पण और मेहनत की सराहना करती हूँ।

मुझे विश्वास है कि यह पुस्तक शोधकर्ताओं, स्वास्थ्य विशेषज्ञों, छात्रों और औषधीय पौधों में रुचि रखने वाले सभी पाठकों के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी। इसके माध्यम से हम न केवल अपने प्राकृतिक संसाधनों को संरक्षित कर पाएंगे, बल्कि उनके सतत उपयोग के माध्यम से मानवता की सेवा कर सकेंगे।

इस महत्वपूर्ण कार्य के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएँ। मुझे विश्वास है कि यह पुस्तक स्वस्थ और समृद्ध समाज की दिशा में एक नई रोशनी का काम करेगी।

(आरती सिंह राव)

सुधीर राजपाल, भा0प्र0से0

अतिरिक्त मुख्य सचिव, हरियाणा सरकार

आयुष विभाग

संदेश

यह मेरे लिए अत्यंत हर्ष का विषय है कि "हरियाणा की औषधीय वनस्पतियाँ" पर आधारित इस पुस्तक का प्रकाशन राज्य की जैव विविधता और परंपरागत चिकित्सा ज्ञान को समर्पित करते हुए प्रस्तुत किया जा रहा है। औषधीय पौधे हमारी प्राचीन धरोहर का अभिन्न हिस्सा हैं, जो न केवल हमारी स्वास्थ्य प्रणाली को समृद्ध करते हैं, बल्कि आधुनिक चिकित्सा अनुसंधान के लिए भी एक महत्वपूर्ण आधार प्रदान करते हैं।

हरियाणा, अपनी भौगोलिक और जलवायु विविधता के कारण, औषधीय पौधों की एक व्यापक श्रृंखला का घर है। ये पौधे न केवल आयुर्वेद और अन्य पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों की आधारशिला हैं, बल्कि इनका संरक्षण और सतत उपयोग हमारे स्वस्थ भविष्य के लिए अत्यावश्यक है।

इस पुस्तक के माध्यम से औषधीय पौधों के महत्व को उजागर करने, उनके संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाने और इनके सतत उपयोग को प्रोत्साहित करने का प्रयास किया गया है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह पुस्तक न केवल अनुसंधानकर्ताओं और चिकित्सकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगी, बल्कि प्रकृति प्रेमियों और आम जनता को भी प्रेरित करेगी।

मैं इस महत्वपूर्ण पहल में योगदान देने वाले सभी विशेषज्ञों, शोधकर्ताओं और सहभागियों का हृदय से आभार व्यक्त करता हूँ। हरियाणा राज्य औषधीय पादप बोर्ड (SMPB), आयुष विभाग, हरियाणा की यह पहल हमारे राज्य की औषधीय और पर्यावरणीय धरोहर को संरक्षित करने के प्रति हमारी प्रतिबद्धता को और सशक्त बनाएगी।

शुभकामनाओं सहित,

(सुधीर राजपाल, भा0प्र0से0)

संजीव वर्मा,
भा0प्र0से0 मुख्य कार्यकारी अधिकारी,
राज्य औषधीय पादप बोर्ड, हरियाणा आयुष भवन,
सैक्टर– 3, पंचकूला

संदेश

राज्य औषधीय पादप बोर्ड (एसएएमपीबी), हरियाणा, राज्य में औषधीय पौधों की खेती, संरक्षण और उनके सतत उपयोग को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध है। हरियाणा की अनुकूल जलवायु और समृद्ध जैव विविधता औषधीय पौधों की खेती के लिए अत्यंत उपयुक्त है, जो न केवल पर्यावरण संरक्षण में योगदान देती है, बल्कि किसानों और उद्यमियों के लिए आय का एक सशक्त स्रोत भी बनती है। केंद्र प्रायोजित योजनाओं के माध्यम से, हमारा लक्ष्य किसानों को तकनीकी जानकारी, वित्तीय सहायता और विपणन के अवसर प्रदान करना है, ताकि वे इस क्षेत्र में आत्मनिर्भर बन सकें और हरियाणा को औषधीय पौधों के उत्पादन का एक प्रमुख केंद्र बनाया जा

किसान साथियों द्वारा लगातार बढ़ती मांग को देखते हुए इस पुस्तिका में हरियाणा व आसपास के क्षेत्रों में उगाई जाने वाली औषधीय एवं संगध फसलों का वर्णन किया गया है जोकि इस क्षेत्र में आसानी से उगाई जा सकती है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि किसान भाई एवं बहनें इस पुस्तिका में प्रकाशित सामग्री का पूरा लाभ उठायेंगे और हरियाणा प्रांत तथा देश की औषधीय एवं संगध फसलों का उत्पादन बढाने में अपना योगदान देंगे।

इस पुस्तिका को प्रकाशित करनें में सहयोग देने वाले राज्य औषधीय पादप बोर्ड के कर्मचारियों एवं चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार के वैज्ञानिको का मैं तहदिल से आभार प्रकट करता हूं।

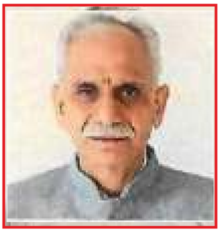
धन्यवाद!

(संजीव वर्मा, भा0प्र0से0)

डॉ. महेश कुमार दाधीच
मुख्य कार्यकारी अधिकारी
Dr. Mahesh Kumar Dadhich
Chief Executive Officer

सत्यमेव जयते

भारत सरकार
Government of India
आयुष मंत्रालय
Ministry of AYUSH
राष्ट्रीय औषधीय पादप बोर्ड
National Medicinal Plants Board



MESSAGE

It gives me immense pleasure to note the initiative of SMPB, Haryana to publish a comprehensive book on the medicinal plants of Haryana. This endeavour aims to document and promote the rich diversity of medicinal flora in the state, their traditional uses, and their potential in the field of healthcare, sustainable livelihoods and biodiversity conservation.

India has rich diversity of medicinal plants (MPs) resources. The natural resources are gradually getting depleted due to various developmental activities in its habitats. At the same time the demand for raw materials from flourishing ASU (Ayurveda, Siddha, Unani) industries is on the rise. Medicinal plants are now gaining importance among the people for use in drug preparations for its effective curative power for various ailments. There is a global awakening about its potential in controlling and eradicating communicable diseases, malnutrition as well as life- style related disorders.

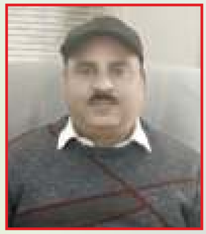
I am sure that this publication will definitely help the students, researchers and other stakeholders.

I deeply appreciate the efforts of the SMPB, Haryana to bring out the publication for welfare of the community at large.

(Dr. Mahesh Kumar Dadhich)

If the wisdom is herbal,
many ailments are curable

प्रथम तल, आई.आर.सी.एस. अनेक्सी बिल्डिंग
1st Floor, IRCS Annxe Bulding
1, रेड क्रॉस रोड़, नई दिल्ली-110001
1, Red Cross Road, New Delhi-110001
दूरभाष: 91+11-23721822/23721825, Tel.: 91+1123721822/23721825
ई-मेल: ceo-nmpb@nic.in; info-nmpb@nic.in, E-mail: ceo-nmpb@nic.in; info-nmpb@nic.in
Website: www.nmpb.nic.in;NMPB helpline No.: 18001205778



डॉ0 चंदन दुआ,
आयुर्वेद चिकित्सा अधिकारी सह नोडल अधिकारी,
राज्य औषधीय पादप बोर्ड, आयुष भवन, सैक्टर– 3, पंचकूला

संदेश

हरियाणा अपनी समृद्ध प्राकृतिक संपदा और कृषि परंपरा के लिए जाना जाता है। राज्य औषधीय पादप बोर्ड (एसएमपीबी), हरियाणा, औषधीय पौधों की खेती और संरक्षण को बढ़ावा देने के लिए निरंतर प्रयासरत है। औषधीय पौधे न केवल स्वास्थ्य लाभ प्रदान करते हैं, बल्कि किसानों के लिए आय के वैकल्पिक स्रोत भी उपलब्ध कराते हैं।

केंद्र प्रायोजित योजना (सीएसएस) - राष्ट्रीय औषधीय पादप बोर्ड (एनएमपीबी)
एनएमपीबी की यह योजना औषधीय पौधों की खेती और उनके सतत विकास को प्रोत्साहित करने के लिए चलाई जा रही है। इसके तहत किसानों, स्वयं सहायता समूहों (एसएचजी), और उद्यमियों को वित्तीय सहायता दी जाती है।

योजना के मुख्य घटक:

1. **औषधीय पौधों की खेती:**
   अश्वगंधा, एलोवेरा, आंवला, तुलसी, गिलोय, सर्पगंधा जैसे पौधों की खेती के लिए अनुदान।
2. **नर्सरी का विकास:**
   गुणवत्तापूर्ण बीज और पौध सामग्री के उत्पादन के लिए सहायता।
3. **फसल कटाई के बाद प्रबंधन:**
   सुखाने, भंडारण और प्रसंस्करण इकाइयों की स्थापना के लिए सहयोग।
4. **विपणन और मूल्य संवर्धन:**
   किसानों को बाजार तक पहुंच उपलब्ध कराना और उचित मूल्य सुनिश्चित करना।

हरियाणा की संभावनाएँ:
हरियाणा की अनुकूल जलवायु और मिट्टी औषधीय पौधों की खेती के लिए उपयुक्त है। इस योजना का उद्देश्य इन प्राकृतिक संसाधनों का सही उपयोग करना और राज्य के किसानों को आत्मनिर्भर बनाना है।

हम सभी किसानों, कृषि संगठनों और संबंधित हितधारकों से आग्रह करते हैं कि वे इस योजना का लाभ उठाएं और औषधीय पौधों की खेती को अपनाकर अपनी आजीविका और राज्य के सतत विकास में योगदान दें। एसएमपीबी हरियाणा तकनीकी मार्गदर्शन, प्रशिक्षण, और अन्य सहायता प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है।

(डॉ0 चंदन दुआ)

LIST OF MEDICINAL PLANT

1. **रतनजोत**

रतनजोत एक औषधीय गुणों से भरपूर पौधा है।

सामान्य परिचय: यह एक झाड़ीदार पौधा है जिसकी पत्तियां पीपल के पत्तों जैसी दिखती हैं। इसके फूल नीले रंग के होते हैं। जड़: रतनजोत की जड़ें लाल रंग की होती हैं और इनमें औषधीय गुण पाए जाते हैं। जड़ को सुखाकर पीसकर पाउडर बना लिया जाता है, जिसका इस्तेमाल खाद्यरंग,दवाइयां एवं कॉस्मेटिक में होता है

औषधीय गुण : ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है,आंखों की रोशनी बढ़ती है. गठिया के दर्द से राहत , हृदय रोगों ,माइग्रेन से छुटकारा मिलता हैं।

रतनजोत की खेती कैसे करें।

मिट्टी की तैयारी: रतनजोत रेतीली और बलुई मिट्टी में अच्छी तरह से उगता है। मिट्टी को अच्छी तरह से खोदकर तैयार करें और उसमें खाद मिला दें। मिट्टी में अच्छी जल निकासी होनी चाहिए। इसे नियमित रूप से पानी देने की जरूरत होती है, लेकिन ज्यादा पानी देने से भी बचें। रतनजोत को धूप वाली जगह पसंद है। रतनजोत के लिए आदर्श शुष्क तथा शुष्क जलवायु उपयुक्त होती है। रतनजोत को बीज या कलम के माध्यम से लगा सकते है। रतनजोत को वर्षा ऋतु के आरंभ में लगाना सबसे अच्छा होता है। रतनजोत की खेती के लिए अधिक देखभाल की आवश्यकता नहीं होती है। यह सूखे की स्थिति को सहन कर सकता है।

बीजों को मात्रा :1 एकड़ में 5 किलो ग्राम बीज की आवश्यकता होती है।

बाजार व भाव: वर्तमान में रतनजोत के बीजों का भाव ₹10 प्रति किलोग्राम है।

उत्पादन: एक पौधा साल में लगभग 2-3 किलो जड़ देता है। यदि आप बड़े पैमाने पर रतनजोत की खेती करते हैं तो आप अच्छा मुनाफा कमा सकते हैं।

2. **ईसबगोल**

ईसबगोल(Isabgol) एक औषधीय पौधा है जिसकी खेती भारत में व्यापक रूप से की जाती है। इसका उपयोग आयुर्वेदिक दवाओं में और पाचन संबंधी समस्याओं के लिए किया जाता है।

सामान्य परिचय:

ईसबगोल का तना छोटा और सीधा होता है।पत्ते लंबे और संकरे होते हैं।फूल छोटे और हरे रंग के होते हैं।बीज छोटे, चमकदार और भूरे रंग के होते हैं। ईसबगोल की खेती एक लाभदायक व्यवसाय हो सकता है। यह एक औषधीय पौधा है जिसकी पत्तियों और बीजों का उपयोग किया जाता है। हरियाणा प्रदेश में ईसबगोल की खेती आसानी से की जा सकती है। प्रदेश के कम उपजाऊ व पानी की कमी वाले क्षेत्र जैसे कि फरीदाबाद गुड़गांव महेंद्रगढ़ नारनौल आदि इसके लिए उपयुक्त है।

औषधीय गुण:यह कब्ज़, दस्त, पेचिस, और अल्सर जैसी समस्याओं में फ़ायदेमंद है,मधुमेह,वज़न घटाने,ब्लड प्रेशर के लिए फ़ायदेमंद है.

खेती कैसे करें:

ईसबगोल ठंडी और शुष्क जलवायु मैं होता है। ईसबगोल के लिए हल्की रेतीली या दोमट मिट्टी सबसे अच्छी होती है।भूमि का pH 5.5 से 6.5 के बीच होना चाहिए। खेत को अच्छी तरह से जोता और निराई-गुड़ाई करें। खेत में जैविक खाद या उर्वरक डालें।

ईसबगोल के बीजों को सीधे खेत में बोया जाता है। बीजों को 10-12 सेंटीमीटर की दूरी पर बोएं । ईसबगोल को नियमित रूप से पानी देने की आवश्यकता होती है। खेत में पानी का स्तर 5-7 सेंटीमीटर होना चाहिए।

ईसबोल की फसल तैयार होने के बाद बीजों को काटने के बाद एकत्रित कर सकते हैं। बीजों को अच्छी तरह से सुखाएं और उन्हें एक ठंडी, सूखी जगह पर स्टोर करें।

भाव: ईसबगोल की भूसी का भाव ₹15 प्रति किलोग्राम तथा बीज का भाव 30 से 50 रुपए प्रति किलोग्राम है।

पैदावार : ईसबगोल की फसल से प्रति एकड़ में करीब 6 से 7 किवटन उपज प्राप्त हो जाती है।

3. **मुलेठी**

मुलेठी , एक बहुमूल्य औषधीय पौधा है। इसकी जड़ों का उपयोग आयुर्वेद में कई बीमारियों के इलाज के लिए किया जाता है।

सामान्य परिचय: मुलेठी का पौधा एक झाड़ीदार पौधा होता है। इसकी पत्तियां छोटी और हरी होती हैं। मुलेठी के फूल हल्के गुलाबी रंग के होते हैं। इसकी प्रत्येक फली में दो से चार बीज होते हैं जो गुर्दे के आकार के होते हैं। महत्वपूर्ण हिस्सा इसकी जड़ होती है जो मोटी, लंबी और मीठी होती है। जड़ ही मुलेठी के रूप में उपयोग की जाती है।

औषधीय गुण: मुलेठी में एंटी-वायरल, एंटी-इंफ़्लेमेटरी, और एंटी-बैक्टीरियल गुण होते है। मुलेठी में मौजूद लीकोरिस जड़ का, अम्लता, सीने में जलन, पेट के अल्सर जैसी पाचन समस्याओं के इलाज में मदद करती है। आदि

मुलेठी की खेती कैसे करें?

मुलेठी की खेती के लिए गर्म और शुष्क जलवायु सबसे उपयुक्त होती है। मुलेठी की खेती का सबसे अच्छा समय सितंबर से नवंबर के बीच होता है। मुलेठी दोमट मिट्टी में अच्छी तरह से उगती है। खेती से पहले खेत को अच्छी तरह से जोतकर तैयार कर लें। मुलेठी को समय-समय पर खोदने से उसकी पैदावार बढ़ती है।रोपण के समय गोबर की खाद खेत में मिला दें। पौधों के विकास के लिए नाइट्रोजन युक्त उर्वरक का उपयोग किया जा सकता है।

रोपण विधि: मुलेठी को कटिंग द्वारा लगाया जा सकता है। पौधे की जड़ का 10-15 सेंटीमीटर लंबा टुकड़ा काट लें। खेत में 30-40 सेंटीमीटर की दूरी पर गड्ढे खोदें। गड्ढे की गहराई 15-20 सेंटीमीटर होनी चाहिए। प्रत्येक गड्ढे में एक कटिंग को सीधा खड़ा करके रोपें। कटिंग का आधा हिस्सा मिट्टी के अंदर और आधा हिस्सा बाहर रहना चाहिए।

सिंचाई: मुलेठी को नियमित रूप से पानी की आवश्यकता होती है, खासकर गर्मियों के मौसम में। अधिक सिंचाई से बचें अधिक पानी से पौधों की जड़ें सड़ सकती हैं।

खरपतवार नियंत्रण: खेत में समय-समय पर निराई-गुड़ाई करें ताकि खरपतवारों को बढ़ने से रोका जा सके।

रोग और कीट: मुलेठी को कुछ कीड़े और रोग लग सकते हैं। इनसे बचाव के लिए उचित कीटनाशकों का उपयोग करें।

कटाई: मुलेठी की कटाई 3-4 साल में की जाती है। कटाई के समय पूरी जड़ को खोदकर निकाला जाता है।मुलेठी की जड़ को धूप में सुखाकर इसका उपयोग किया जात है।

बीज की मात्रा: रोपाई के लिए करीब 100 किलो ताजा निकली हुई जड़ प्रति एकड़ पर्याप्त रहती है है।

बाज़ारी भाव: मुलेठी की अच्छी पीली जड़ों का गुणवत्ता के आधर औसत भाव 40 से ₹50 प्रति किलो है।

उपज : अच्छी फसल से करीब 20से 30 क्विंटल सुखी जड़ प्रति एकड़ प्राप्त हो सकती है।

4.एलोवेरा

सामान्य परिचय एलोवेरा एक रसीली जड़ी-बूटी है. इसकी पत्तियां मोटी , गुदगुदा होती हैं जो बड़ी मात्रा में पानी जमा करती हैं। एलोवेरा का इस्तेमाल कई तरह के उत्पादों में किया जाता है। इसकी पत्तियों के गुड्डे का उपयोग औषधिक रूप में किया जाता है।

औषधीय गुण: एलोवेरा के कई औषधीय गुण हैं. त्वचा के लिए, बालों के लिए,पाचन तंत्र के लिए, इम्यून सिस्टम आदि के लिए।

खेती कैसे करें?

एलोवेरा के पौधे गर्म, शुष्क परिस्थितियों में सबसे अच्छे से उगते हैं। एलोवेरा की खेती कम पानी वाले और पानी वाले दोनों प्रकार की भूमि में हो जाती है।बारिश से पहले खेत में एक दो जुदाई की जानी चाहिए। जुताई के समय 10 से 15 तन गोबर की खाद भूमि मिल देनी चाहिए। एलोवेरा को मानसून के मौसम में जुलाई-अगस्त में लगाया जाता है। अगर मिट्टी सिंचित है, तो आप इसे नवंबर से फरवरी के सर्दियों के महीनों को छोड़कर साल भर लगा सकते हैं।

बीज की मात्रा: एलोवेरा की 3-4 महीने पुराने पौधे से बुवाई की जाती है। 1 एकड़ जमीन के लिए 14000-15000 पौधे चाहिए। फसल की कटाई एक वर्ष बाद।

उपज - एक एकड़ से 20,000 किलोग्राम।

खेती के लाभ: 1) अप्रयुक्त और असिंचित भूमि पर खेती करके लाभ कमाया जा सकता है। उर्वरक और कीटनाशक की कोई विशेष आवश्यकता नहीं।

बाजार में मूल्य: बाजार में ताजा पत्तियों की वर्तमान कीमत 5-7 रुपये प्रति किलोग्राम है।

5. **स्टीविया**

सामान्य परिचय:पौधा लगभग 60 से 70 सें० मी० ऊँचा एक बहुवर्षीय झाडीनुमा पौधा होता है। इसका सर्वाधिक उपयोगी घटक स्टीवियोसाइड जिसकी मात्रा इसके सूखे पत्तों में 3 से 20 प्रतिशत तक सकती है।

स्टीविया की औषधीय उपयोगिताः-

स्टीविया शुगर फी होने के साथ-साथ आम शक्कर से कई गुना ज्यादा मीठा होने तथा कैलोरी फी होता है।

स्टीविया की खेती की विधि:-मिट्टी और जलवायु:

स्टीविया की खेती रेतीली दोमट मिट्टी में सबसे अच्छी होती है।भूमि का पीएच मान 6 से 8 के बीच होना चाहिए। अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी का चयन करें। स्टीविया की खेती गर्म और आर्द्र जलवायु में अच्छी तरह से होती है।खेत को अच्छी तरह से जोतें और समतल करें।खेत में अच्छी मात्रा में गोबर की खाद मिलाएं। खेत में उचित दूरी पर पौध रोपण के लिए क्यारियां बनाएं। स्टीविया का प्रजनन कलम लगाकर किया जाता है।स्वस्थ पौधों से कलमें काटें। कलमों को नमीयुक्त मिट्टी में रोपें।पौधों के बीच उचित दूरी रखें। रोपण के बाद नियमित रूप से पानी दें।स्टीविया को नियमित रूप से पानी की आवश्यकता होती है।सिंचाई के लिए ड्रिप सिंचाई प्रणाली का उपयोग करें। स्टीविया के लिए गोबर की खाद सबसे अच्छी है।आप जैविक खाद का भी उपयोग कर सकते हैं।रासायनिक खाद का उपयोग न करें।

कटाई: जब फसल लगभग 2 महीने की हो जाती है तो वह कटाई के लिए तैयार हो जाती है

स्टीविया की पत्तियों को कटाई के लिए तैयार होने पर काट लें।पत्तियों को धूप में सुखाएं। सूखी पत्तियों को पीसकर पाउडर बना लें।

बीज की मात्रा: एक एकड़ में लगभग 40,000 स्टीविया के पौधे लगाए जा सकते हैं।

उपज: स्टीविया का उत्पादन प्रति एकड़ में 6 से 8 क्विंटल तक होता है।

बाजार में मूल्य: लगभग ₹350 से लेकर ₹1500 प्रति किलोग्राम तक।

6 लैमनग्रास

एक सुगंधित पौधा है जिसे इसके नींबू जैसे स्वाद और सुगंध के लिए जाना जाता है। यह एक घास है जो लंबी और पतली पत्तियों के साथ बढ़ती है। इसमें नींबू जैसी सुगंध वाली तेल ग्रंथियां होती हैं। यह पौधा एशिया, अफ्रीका, ऑस्ट्रेलिया और कई उष्णकटिबंधीय द्वीपों में पाया जाता है।

सामान्य परिचय :

लैमनग्रास एक लंबा पौधा है जो 2 मीटर (6.6 फीट) तक की ऊंचाई तक बढ़ सकता है। इसकी पत्तियां लंबी, पतली और हरी होती हैं।पौधे की पत्तियों में नींबू जैसी सुगंध होती है जो तेल ग्रंथियों से आती है।

उपयोग: लैमनग्रास का उपयोग मुख्य रूप से इसके स्वाद और सुगंध के लिए किया जाता है।लैमनग्रास को कई स्वास्थ्य लाभों के लिए भी जाना जाता है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट, एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-सेप्टिक गुण होते हैं। यह पाचन में सुधार करने, वजन कम करने और तनाव कम करने में मदद कर सकता है।

खेती: गर्म और आर्द्र जलवायु में सबसे अच्छा होता है। दोमट मिट्टी सबसे उपयुक्त होती है। लेमनग्रास को पुराने स्वस्थ पौधे के द्वारा लगाया जा सकता है एक बार लगाने पर प्राधाचर से 5 साल तक इसकी सफलतापूर्वक कटाई की जा सकती है । स्वस्थ तनों को 6-8 इंच लंबे टुकड़ों में काटें। पौधों को 2-3 फीट की दूरी पर पंक्तियों में रोपें। रोपण का सबसे अच्छा समय गर्म मौसम होता है। नियमित रूप से पानी दें। साल में एक या दो बार संतुलित उर्वरक लगाएं।

कटाई : पौधे की कटाई रोपण के 90 से 100 दिन के बाद दी जा सकती है। फसल को जमीन से चार पांच इंच ऊपर से काटे।

बीज की मात्रा:: एक एकड़ में लेमनग्रास के पौधों की संख्या आम तौर पर 12,000 से 15,000 के बीच होती है। यह पौधों की किस्म, रोपण की दूरी और अन्य कारकों पर निर्भर करता है।

उत्पादन: 1 साल में हम एक एकड़ से 6 लीटर तेल प्राप्त कर सकते हैं तथा उसके बाद 100 लीटर प्रति एकड़ प्राप्त किया जा सकता है

7. सर्पगंधा

सर्पगंधा एक औषधीय पौधा है, जिसका उपयोग सदआयुर्वेद में विभिन्न बीमारियों के इलाज के लिए किया जाता है। यह पौधा अपनी जड़ों के लिए जाना जाता है, जिनमें कई औषधीय गुण पाए जाते हैं।

सामान्य विवरण: सर्पगंधा एक झाड़ीदार पौधा है, जिसकी ऊंचाई लगभग 1-2 मीटर तक हो सकती है। इसके पत्ते लंबे और नुकीले होते हैं। सर्पगंधा के फूल छोटे और हरे रंग के होते हैं। इसके फल छोटे और गोल होते हैं। सर्पगंधा की जड़ें मोटी और लंबी होती हैं,

सर्पगंधा के औषधीय गुण: यह तनाव और अवसाद में फ़ायदेमंद होती है.,सर्पगंधा से दिमाग़ तेज होता है.,यह बुखार को जड़ से खत्म करती है.,यह स्किन के लिए भी फ़ायदेमंद है,.यह पेट से जुड़ी हर तरह की समस्या को दूर करती है,.यह डाइजेशन को दुरुस्त करती है.,यह मासिक धर्म को ठी करती है।

सर्पगंधा की खेती कैसे करें? सर्पगंधा के लिए उपजाऊ और अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी की आवश्यकता होती है।यह पौधा गर्म और आर्द्र जलवायु में अच्छी तरह से उगता है। सर्पगंधा की खेती बीजों से की जाती है। बीजों को बोने से पहले 12 घंटे के लिए पानी में भिगो दें।बीजों के अंकुरित होने के बाद पौधों को रोपाई के लिए तैयार किया जाता है। पौधों को 60-70 सेंटीमीटर की दूरी पर रोपें।पौधों को नियमित रूप से पानी दें। कीटों के प्रकोप को रोकने के लिए जैविक या रासायनिक कीटनाशकों का प्रयोग करें। समय-समय पर खेत की निराई-गुड़ाई करें ताकि खरपतवारों को नियंत्रित किया जा सके।

कटाई: सर्पगंधा की जड़ों को कटाई के लिए 2-3 साल का समय लगता है। पौधों को जड़ सहित उखाड़कर जड़ों को साफ करें। जड़ों को धूप में सुखाएं।

बीज की मात्रा: आमतौर पर एक एकड़ में लगभग 3-4 किलोग्राम बीजों की आवश्यकता होती है।

बाजारी भाव:सर्पगंधा की जड़ों और बीजों का बाजार मूल्य लगातार बदलता रहता है। वर्तमान में, सर्पगंधा की जड़ों का भाव लगभग 300-350 रुपये प्रति किलोग्राम है और बीजों का भाव लगभग 1500 रुपये प्रति किलोग्राम है।

उत्पादन:

सर्पगंधा एक धीमी गति से बढ़ने वाला पौधा है। एक साल में उत्पादन का अनुमान लगाना थोड़ा मुश्किल है क्योंकि यह कई कारकों पर निर्भर करता है जैसे कि जलवायु, मिट्टी की गुणवत्ता, और खेती की विधियां। हालांकि, अनुमानित रूप से एक एकड़ से लगभग 8-10 क्विंटल सूखी जड़ें और 25-30 किलोग्राम बीज प्राप्त हो सकते हैं।

8. शतावरी

शतावरी एक बहुवर्षीय औषधीय पौधा है जो अपनी जड़ों के लिए जाना जाता है। आयुर्वेद में इसे कई बीमारियों के लिए रामबाण माना जाता है।

सामान्य विवरण: यह एक झाड़ीदार पौधा है जो 1-3 मीटर की ऊंचाई तक बढ़ सकता है। तना पतला, चढ़ने वाला और कांटेदार होता है। पत्तियां छोटी, सुई जैसी और हरे रंग की होती हैं। फूल सफेद रंग के और सुगंधित होते हैं।शतावरी की जड़ें मोटी, रेशेदार और सफेद रंग की होती हैं। ये जड़ें कई पोषक तत्वों से भरपूर होती हैं और इनका उपयोग आयुर्वेदिक दवाओं, खाद्य पदार्थों और सौंदर्य उत्पादों में किया जाता है।

औषधीय गुण: इम्यूनिटी बढ़ाती है,पाचन में सुधार करती है,मासिक धर्म चक्र को नियमित करती है,गुर्दे की पथरी से राहत दिलाती है,दस्त में फ़ायदेमंद,तनाव कम करती है।

शतावरी की खेती कैसे करें: शतावरी की खेती करना थोड़ा जटिल हो सकता है, लेकिन सही तरीके से की जाए तो यह काफी लाभदायक हो सकता है।शतावरी के लिए बलुई दोमट मिट्टी सबसे उपयुक्त होती है। उष्ण, समशीतोष्ण और शीतोष्ण जलवायु में शतावरी की खेती की जा सकती है। शतावरी के बीजों को नर्सरी में उगाया जाता है और फिर मुख्य खेत में रोपा जाता खेत में अच्छी गुणवत्ता वाली खाद डालना जरूरी है।शतावरी को नियमित रूप से पानी की आवश्यकता होती है, लेकिन ज्यादा पानी देने से भी बचना चाहिए। खरपतवारों को समय-समय पर हटाते रहना चाहिए। शतावरी को कई तरह के कीट और रोग लग सकते हैं, इसलिए इनसे बचाव के उपाय करने जरूरी हैं।

कटाई: पौधे को लगाने के 2-3 साल बाद कटाई शुरू की जा सकती है।

बीज की मात्रा: एक एकड़ खेत में शतावरी की खेती के लिए लगभग 5 किलो बीज की आवश्यकता होती है।

भाव :शतावरी का बाजार मूल्य इसकी गुणवत्ता, मांग और आपूर्ति पर निर्भर करता है।।

उत्पादन: एक एकड़ खेत से एक साल में लगभग 4 लाख रुपये तक का उत्पादन प्राप्त किया जा सकता है। हालांकि, यह उत्पादन कई कारकों पर निर्भर करता है जैसे कि जलवायु, मिट्टी की गुणवत्ता, देखभाल आदि।

9. **गिलोय**

सामान्य विवरण: एक बहुवर्षीय लता होती हैं। इसकी छाल बुरी अथवा पीलापन लिए सफेद रंग की होती है पते चौड़े आगे से नुकीले होते हैं। इसकी पत्तियों और शाखाएं औषधि रूप में काम आती है

उपयोग: गिलोय का उपयोग विभिन्न बीमारियों से लड़ने एवं रोग प्रतिरोधक क्षमताा बढ़ाने कियााा जाता है।

खेती कैसे करें: गिलोय की खेती के लिए अच्छी जल निकासी वाली, हल्की दोमट मिट्टी सबसे अच्छी होती है।खेत को अच्छी तरह से जोतकर तैयार करें। खरपतवार को हटा दें। खेत में अच्छी गुणवत्ता वाली गोबर की खाद और नाइट्रोजन युक्त उर्वरक मिलाएं।गिलोय की खेती मुख्य रूप से कलम लगाकर की जाती है। बारिश के मौसम में 10-12 इंच लंबी कलम काटकर तैयार करें।: कलमों को 6-8 फीट की दूरी पर रोपें।कलम को मिट्टी में 4-5 इंच गहराई तक गाड़ दें।नियमित रूप से पानी दें, खासकर गर्मियों में। पौधे को समय-समय पर काट-छांट करें ताकि वह अच्छी तरह से बढ़ सके।जैविक कीटनाशकों का उपयोग करके कीटों और रोगों से बचाव करें।

कटाई:गिलोय की कटाई साल में दो बार की जा सकती है - बारिश के मौसम में और सर्दियों में। कैंची का उपयोग करके तने को काट लें।

पौधों की संख्या: एक एकड़ में गिलोय के पौधों की संख्या रोपण दूरी पर निर्भर करती है। आम तौर पर, 6-8 फीट की दूरी पर रोपण करने पर, एक एकड़ में लगभग 1000-1200 पौधे लगाए जा सकते हैं।

उत्पादन: प्रति वर्ष लगभग 2-3 टन गिलोय का उत्पादन किया जा सकता है।

10. **तुलसी**

सामान्य विवरण: तुलसी का पौधा, भारत में एक पवित्र और औषधीय पौधा है। इसे हिंदू धर्म में विशेष रूप से पूजा जाता है और आयुर्वेद में इसका व्यापक उपयोग होता है।तुलसी के पौधे छोटा, झाड़ीदार पौधा है । पत्तियां हरे या बैंगनी रंग की,फूल छोटे, सफेद या बैंगनी रंग के, गुच्छों में होते हैं

तुलसी के औषधीय गुण: एंटीऑक्सीडेंट, एंटी-इंफ्लेमेटरी: सूजन कम करता है। एंटी-बैक्टीरियल: बैक्टीरिया को मारता है। इम्यून बूस्टर: प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है।

तुलसी खेती कैसे करें: तुलसी अच्छी जल निकासी वाली दोमट मिट्टी सबसे अच्छी होती है। खेत की तैयारी के समय गोबर की खाद या कंपोस्ट खाद मिलाएं।मानसून के मौसम (जून-जुलाई) में बीज बोना सबसे अच्छा होता है। नर्सरी में बीज बोकर, फिर पौधे तैयार होने पर उन्हें खेत में रोप सकते हैं।पौधे से पौधे की दूरी: 12-15 इंच ।तुलसी के पौधे को मध्यम जल की आवश्यकता होती है।समय-समय पर गोबर की खाद दें।समय-समय पर खरपतवार हटाएं।

कटाई: पहली कटाई रोपाई के 60-70 दिन बाद, अगली कटाई: 45-60 दिन के अंतराल पर कटी हुई पत्तियों को छाया में सुखाएं।सूखी पत्तियों को एयरटाइट कंटेनर में स्टोर करें।

पौधों की संख्या: एक एकड़ में तुलसी के 50000 -60000 पौधे लगाए जा सकते हैं।

उत्पादन: एक एकड़ भूमि से सालाना 20-25 टन ताज़ी तुलसी की पत्तियाँ प्राप्त की जा सकती हैं।

11 **ब्राह्मी**

ब्राह्मी (बकोपा मोनिएरी) एक आयुर्वेदिक जड़ी बूटी है जो सदियों से अपनी औषधीय गुणों के लिए जानी जाती है।

ब्राह्मी के सामान्य विवरण: यह एक छोटा, रेंगने वाला पौधा है जो जमीन पर फैलता है। इसके तने हरे रंग के और नरम होते हैं।पत्तियां हरे रंग की, गोल और चमकदार होती हैं।फूल छोटे, सफेद या हल्के नीले रंग के होते हैं। ब्राह्मी का स्वाद थोड़ा कड़वा और तीखा होता है।

ब्राह्मी के औषधीय गुण:

ब्राह्मी को आयुर्वेद में कई स्वास्थ्य लाभों के लिए जाना जाता है:

* मस्तिष्क स्वास्थ्य: ब्राह्मी स्मृति, एकाग्रता और मानसिक स्पष्टता में सुधार करने में मदद करती है। यह तनाव और चिंता को कम करने में भी मदद करती है।
* तंत्रिका तंत्र: यह तंत्रिका तंत्र को शांत करती है और तंत्रिका क्षति को रोकने में मदद करती है।
* पाचन: ब्राह्मी पाचन में सुधार करती है और कब्ज और अपचन जैसी समस्याओं से राहत देती है।
* त्वचा: ब्राह्मी त्वचा के स्वास्थ्य के लिए भी अच्छी है। यह त्वचा की जलन और सूजन को कम करने में मदद करती है।

खेती कैसे करें: ब्राह्मी गर्म और आर्द्र जलवायु में अच्छी तरह से बढ़ती है। मिट्टी उपजाऊ, अच्छी तरह से जल निकासी वाली और थोड़ी अम्लीय होनी चाहिए। खेत को अच्छी तरह से जोतकर तैयार करें और खरपतवार हटा दें। ब्राह्मी को कटिंग्स या बीजों से उगाया जा सकता है।तनों के 10-12 सेमी लंबे टुकड़े काटें और उन्हें सीधे मिट्टी में रोपें।बीजों को मिट्टी की सतह पर छिड़कें और हल्के से ढक दें।बारिश के मौसम में (जून-जुलाई) रोपण का सबसे अच्छा समय होता है।कटिंग्स या बीजों को 10-12 सेमी की दूरी पर लाइनों में रोपें।ब्राह्मी को नियमित रूप से पानी की आवश्यकता होती है, खासकर शुरुआती चरणों में।ब्राह्मी को बहुत अधिक खाद की आवश्यकता नहीं होती है।आप जैविक खाद जैसे गोबर की खाद या वर्मीकम्पोस्ट का उपयोग कर सकते हैं। खरपतवारों को नियमित रूप से हटाएं ताकि वे ब्राह्मी के पौधों को पोषक तत्वों और पानी के लिए प्रतिस्पर्धा न करें।

कटाई: ब्राह्मी की कटाई साल में दो बार की जा सकती है, पहली बार बारिश के मौसम में और दूसरी बार सर्दियों के अंत में।पौधों को जमीन से 10-15 सेमी ऊपर से काट लें। कटी हुई ब्राह्मी को छाया में सुखाएं।

पौधों की संख्या: आमतौर पर, एक एकड़ में आप 20,000 से 30,000 ब्राह्मी के पौधे लगा सकते हैं।

12. **अश्वगंधा**

अश्वगंधा एक औषधीय पौधा है जो मुख्य रूप से भारत में पाया जाता है। इसे "भारतीय जिनसेंग" भी कहा जाता है।

सामान्य विवरण: यह एक झाड़ीदार पौधा है जो 1.5 मीटर तक ऊंचा हो सकता है। पत्तियां छोटी, अंडाकार और रोमयुक्त होती हैं फूल हरे या पीले रंग के होते हैं और छोटे गुच्छों में लगते हैं। फल छोटे, गोलाकार और पीले-नारंगी रंग के होते हैं। अश्वगंधा की जड़ों का आयुर्वेद में व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है।

औषधीय गुण: यह गले के रोग ,टीबी रोग में ,खांसी,छाती के दर्द, पेट की बीमारियों में आदि फ़ायदेमंद है.

अश्वगंधा की खेती कैसे करें?

अश्वगंधा की खेती के लिए अच्छी जल निकासी वाली बलुई दोमट मिट्टी सबसे उपयुक्त होती है। गर्म और शुष्क जलवायु अश्वगंधा के पौधों के लिए आदर्श होती है। सितंबर-अक्टूबर के महीने में बुवाई का सबसे अच्छा समय होता है।बीज को सीधे खेत में या नर्सरी में बोया जा सकता है। पौधों के बीच 45-60 सेमी और पंक्तियों के बीच 60-75 सेमी की दूरी रखें।खेत की तैयारी के समय गोबर की खाद डालें। इसके अलावा, नाइट्रोजन, फॉस्फोरस और पोटेशियम की उचित मात्रा में खाद का उपयोग करें। नियमित रूप से सिंचाई करें, लेकिन जलभराव से बचें।खरपतवारों को समय-समय पर हटाएं ताकि पौधों को पर्याप्त पोषक तत्व और सूर्य का प्रकाश मिल सके।अश्वगंधा के पौधे कीट और रोगों के प्रति संवेदनशील होते हैं। इसलिए, नियमित रूप से निगरानी रखें और कीटनाशकों और कवकनाशकों का उपयोग करें।

कटाई : अश्वगंधा के पौधे की कटाई जनवरी-मार्च के महीने में की जाती है। पौधों को जड़ सहित उखाड़ लें और धूप में सुखाएं। सूखे पौधों को पीसकर पाउडर बना लें।

उपज: अश्वगंधाक खेती की खेती स से पति एकड़ 300 किलोग्रामसखी सुखी जेड तथा 20 से 30कलोग्राम किलोग्राम बीज प्राप्त किया जा सकतेहै

भाव : सुखी जड़ 100 से 120 रुपए प्रति किलोग्राम तथा बीज ₹50 प्रति किलोग्राम बिकता है।

13.**सफेद मूसली**

सफेद मूसली एक औषधीय पौधा है जिसे भारतीय जिनसेंग भी कहा जाता है। यह मुख्य रूप से भारत के जंगलों में पाया जाता है।

सामान्य विवरण: यह एक छोटा पौधा है जो 30-60 सेमी तक ऊंचा हो सकता है।पत्तियां लंबी, पतली और हरी होती हैं।फूल सफेद रंग के होते हैं और छोटे गुच्छों में लगते हैं। जड़ें मोटी, गांठदार और सफेद रंग की होती हैं, जो पौधे का सबसे मूल्यवान हिस्सा होती हैं।

औषधीय गुण: यह रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है.,तनाव और चिंता को कम करने में,मधुमेह ,वज़न नियंत्रित रखने आदि के लिए फ़ायदेमंद है.

खेती कैसे करें? सफेद मूसली अच्छी जल निकासी वाली बलुई दोमट मिट्टी सबसे उपयुक्त होती है। गर्म और आर्द्र जलवायु इसके लिए आदर्श होती है। इसको बीजों तथा कंद की मदद से लगाया जाता है बीजों का अंकुरण दर कम होता है, इसलिए बीज से प्रजनन कम प्रभावी है। कंदों का उपयोग प्रजनन के लिए सबसे अच्छा तरीका है।

रोपण: जुलाई-अगस्त के महीने में रोपण का सबसे अच्छा समय होता है।कंदों को 10-12 सेमी की गहराई पर और 20-25 सेमी की दूरी पर रोपें। खेत की तैयारी के समय गोबर की खाद डालें। इसके अलावा, नाइट्रोजन, फॉस्फोरस और पोटेशियम की उचित मात्रा में खाद का उपयोग करें। नियमित रूप से सिंचाई करें, लेकिन जलभराव से बचें। खरपतवारों को समय-समय पर हटाएं ताकि पौधों को पर्याप्त पोषक तत्व और सूर्य का प्रकाश मिल सके।अश्वगंधा के पौधे कीट और रोगों के प्रति संवेदनशील होते हैं। इसलिए, नियमित रूप से निगरानी रखें और कीटनाशकों और कवकनाशकों का उपयोग करें।

कटाई:कटाई फूल आने के बाद की जाती है। कंदों को सावधानीपूर्वक खोदें और धोएं।कंदों को धूप में सुखाएं या ड्रायर का उपयोग करें। सूखे कंदों को हवादार जगह पर स्टोर करें।

बीजों की संख्या:एक एकड़ में लगभग 75,000 कंद लगाए जा सकते हैं।सफेद मूसली की पैदावार

उपज: एक एकड़ में सफेद मूसली की औसत पैदावार 5 से 6 क्विंटल होती है।

बाजार दर:सफेद मूसली की बाजार दर काफी अच्छी होती है। एक किलो सफेद मूसली की कीमत 1000 से 1500 रुपये तक होती है।

14.**आंवला**

आंवला एक महत्वपूर्ण फल है जो भारत में प्राचीन काल से ही जाना जाता है। इसे 'अमृतफल' और 'कल्प वृक्ष' के नाम से भी जाना जाता है।

सामान्य विवरण: आंवले का पौधा मध्यम आकार का होता है, जिसकी शाखाएं फैलती हैं। यह एक सदाबहार पौधा है।इसके पत्ते छोटे, हरे रंग के और अंडाकार आकार के होते हैं।आंवले के फूल हरे या पीले रंग के होते हैं और छोटे आकार के होते हैं।आंवले के फल गोल या अंडाकार आकार के होते हैं। हरे रंग के कच्चे फल पकने पर पीले या हल्के भूरे रंग के हो जाते हैं। पौधे की छाल भूरे रंग की होती है और खुरदरी होती है।

औषधीय गुण: आंवला इम्यूनिटी बढ़ाता है., हड्डियों को मज़बूत बनाता है., विटामिन सी, एंटीऑक्सीडेंट्स, और ओमेगा 3 फैटी एसिड आंखों की रोशनी बढ़ाते हैं,आंवले में मौजूद विटामिन सी त्वचा की नमी बनाए रखता है और क्षतिग्रस्त कोशिकाओं को ठी क करता है। आदि

आंवले की खेती कैसे करें?

आंवला एक बहुउपयोगी फल है जिसकी खेती भारत के विभिन्न क्षेत्रों में की जाती है। आंवला गर्म और शुष्क जलवायु को पसंद करता है। यह पौधा -4 से 46 डिग्री सेल्सियस तापमान सहन कर सकता है। अच्छी जल निकासी वाली दोमट मिट्टी आंवले की खेती के लिए आदर्श होती है। आंवले के पौधों को बीजों से उगाया जा सकता है। कलम लगाकर भी नए पौधे तैयार किए जा सकते हैं।

रोपण: मानसून के बाद का समय रोपण के लिए सबसे अच्छा होता है। पौधों के बीच 6-8 मीटर की दूरी रखनी चाहिए। रोपण से पहले 1 मीटर गहरा और चौड़ा गड्ढा खोदें।गड्ढे में गोबर की खाद और थोड़ी मात्रा में उर्वरक मिलाएं। पौधे को सीधा गड्ढे में लगाएं और मिट्टी से अच्छी तरह ढक दें।नियमित सिंचाई आवश्यक है, खासकर सूखे मौसम में। अधिक पानी से बचें, क्योंकि इससे जड़ें सड़ सकती हैं। साल में दो बार गोबर की खाद डालें।रासायनिक उर्वरक: नाइट्रोजन, फॉस्फोरस और पोटेशियम की उचित मात्रा में उपयोग करें।जैविक और रासायनिक कीटनाशकों का उपयोग करें।

फसल कटाई: फल पकने पर उन्हें तोड़ लें।आंवले को ठंडी और सूखी जगह पर स्टोर करें।

बीजों की संख्या:एक एकड़ में लगभग 100-120 आंवले के पेड़ लगाए जा सकते हैं।

उपज: एक परिपक्व आंवले का पेड़ सालाना 50 से 100 किलोग्राम तक फल दे सकता है।

बाजार दर: बाजार में अवल के फल का भाव ₹5 से लेकर ₹12 प्रति किलोग्राम तक है

15. **कौंच**

कौंच एक औषधीय पौधा है जो भारत में प्राचीन काल से ही जाना जाता है। इसे कई नामों से जाना जाता है जैसे कवच बीज, क्रौंच, कपिकच्छु आदि।

कौंच के फायदे: कब्ज की समस्या में,सिर दर्द में, सांसों की बीमारी में ,डायबिटीज आदि के लिए उपयुक्त है।

सामान्य विवरण:यह एक लतादार पौधा है जो 10-12 फीट तक लंबा हो सकता है। इसके पत्ते त्रिपर्णक होते हैं और फूल बैंगनी रंग के होते हैं। फलियां 5-10 सेमी लंबी होती हैं और उनमें काले रंग के बीज होते हैं।कौंच के बीजों का उपयोग आयुर्वेद में कई बीमारियों के इलाज के लिए किया जाता है।

खेती कैसे करें? यह अच्छी जल निकासी वाली दोमट मिट्टी में सबसे अच्छा होता है।बीजों को बोने से पहले उन्हें पानी में 12-24 घंटे भिगो दें। कौंच की बुवाई का सबसे अच्छा समय जून से जुलाई के बीच होता है।बीजों को 2-3 इंच की गहराई पर बोएं।बीजों को एक दूसरे से 1-2 फीट की दूरी पर बोएं। पौधों को पर्याप्त धूप मिलनी चाहिए।कौंच को नियमित रूप से पानी की आवश्यकता होती है, खासकर गर्मियों के दौरान।मिट्टी को हमेशा नम रखें, लेकिन पानी भरने से बचें।कौंच के पौधों को नियमित रूप से खाद देने की आवश्यकता नहीं होती।आप गोबर की खाद या कंपोस्ट का उपयोग कर सकते हैं।कौंच एक लतादार पौधा है, इसलिए इसे सहारे की आवश्यकता होती है।आप बांस की छड़ें या किसी अन्य मजबूत सामग्री का उपयोग कर सकते हैं।

फसल कटाई: कौंच की फसल तैयार होने में लगभग 4-5 महीने लगते हैं।फली पकने पर उन्हें तोड़कर सुखा लें।सूखी फली से बीज निकालें और उन्हें संग्रहित करें।

बीजों की संख्या: 1 एकड़ खेत में लगभग 10-15 किलोग्राम कौंच के बीज लगाए जाते हैं।

उपज:कोच की फसल से प्रति एकड़ 6 से 7 बीज का उत्पादन किया जाता हैं।

बाजार दर: बाजार में बीजों का भाव करीब 25 से 30 रुप क़िलो ग्राम है।

आयुष जिंदगी रहे खुश

हरियाणा सरकार

मुख्य कार्यकारी अधिकारी

राज्य औषधीय पादप बोर्ड, हरियाणा

कार्यालय

महानिदेशक आयुष, सेक्टर -3, पंचकुला, हरियाणा

पंचकुला–**134109**,दूरभाष **: 0172–2566623**

Email:- smpbharyana@gmail.com