

തൈങ്ങിൻതോപ്പിൽ ഇടവിളയാടി ഞവര

Weekshanam 28-10-18, P-09



ഡോ.ജോസ് ജോസഫ്
പ്രൊഫസർ,
ഹോർട്ടികൾച്ചർ കോളേജ്,
വെള്ളാമ്പലം
ഫോൺ: 9387100119

ഞവര, ചെന്നൈ, കൃഷിയിലും, എരുമക്കൊരി, കവുങ്ങിൻ പൂത്തല, കറുത്തചെമ്പാവ്, ജീരക ചെമ്പാവ് തുടങ്ങി നിരവധി ഔഷധ നെല്ലിനങ്ങൾ കേരളത്തിൽ കൃഷിചെയ്തിരുന്നുവെങ്കിലും ഇപ്പോഴും കർഷകരുടെ ഇടയിൽ ഏറെ പ്രചാരം ഞവര നെല്ലിനാണ്. ആയുർവ്വേദ ചികിത്സാവിധികളിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഔഷധ നെല്ലിനവും ഞവര തന്നെ. 2500 ഓളം വർഷം പഴക്കമുള്ള ആയുർവ്വേദ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ കേരളത്തിന്റെ തനത് ഔഷധ നെല്ലിനമായ ഞവരയെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. അഷ്ടാംഗഹൃദയത്തിലും ശൃശൃതസംഹിതയിലുമെല്ലാം ഞവരയുടെ ഔഷധ ഉപയോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്നതായി കാണാം. പാടങ്ങളിലും കരയിലും ഒരു തനിവിളയായി ഞവര കൃഷി ചെയ്യാം. ഈ പാരമ്പര്യ ഔഷധ നെല്ലിനം തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളിൽ ഇടവിളയായും കൃഷിചെയ്യാം. സൂര്യപ്രകാശം, തണൽ, പോഷകമൂലകങ്ങൾ, ജലം എന്നിവയ്ക്കായി ഇത് തെങ്ങുമായി ഒരു വിധത്തിലും മത്സരിക്കുകയില്ല എന്നതിനാൽ തെങ്ങിൻ തോപ്പിന് ഏറ്റവും അനുയോജ്യമായ ഇടവിളകളിലൊന്നാണ് ഞവര. അര നൂറ്റാണ്ട് മുമ്പുവരെ കേരളത്തിൽ വളരെ വ്യാപകമായിരുന്ന ഞവരയുടെ കൃഷി, ഇപ്പോൾ ഇതിന്റെ കൃഷി പരിമിതമാണ്. എന്നാൽ 2007 ൽ ബൗദ്ധി

ക സ്വത്തുപ്രകാശ നിയമപ്രകാരമുള്ള ഭൗമശാസ്ത്രസൂചികാ റെജിസ്ട്രേഷൻ ഞവരക്കു ലഭിച്ചതോടെ അടുത്ത കാലത്ത് ഇതിന്റെ കൃഷിയിൽ വലിയ ഉണർവ്വുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. സ്വദേശത്തും വിദേശത്തും ഞവരയുടെ ഡിമാന്റ് ഇപ്പോൾ കൂടി വരുന്നുണ്ട്. സാധാരണ അരിയേക്കാൾ പോഷകമൂല്യവും ഔഷധഗുണവും ഞവര അരിക്ക് കൂടുതലാണ്. സാധാരണ സൂചക അരിയേക്കാൾ 17 ശതമാനം കൂടുതലാണ് ഞവരയിലെ മാംസ്യത്തിന്റെ അളവ്. അമിനോ അമ്ലങ്ങൾ കൂടതലാണ്. പ്രത്യേകിച്ചും മെതി

വര കൂടുതലായി കൃഷി ചെയ്യുന്നത്. ഇതിനാണ് ഔഷധഗുണം കൂടുതൽ. സ്വർണ്ണവർണ്ണമുള്ള ഞവര 'വെള്ളഞവര' എന്നറിയപ്പെടുന്നു. തെങ്ങിൻ കേരളത്തിൽ കൂടുതൽ കൃഷി ചെയ്യപ്പെടുന്നത് വെള്ള ഞവരയാണ്. കറുത്ത ഞവര മണ്ണിൽ നിന്നും മാംഗനിസ് വലിച്ചെടുത്ത് ധാന്യങ്ങളിൽ സംഭരിക്കുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. വെള്ള ഞവരക്ക് ഉല്പാദന ശേഷി കൂടുതലാണ്. എന്നാൽ വരൾച്ചയെ പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ശേഷിയില്ല ഔഷധ മൂല്യം കൂടുതലുള്ള കറുത്ത ഞവര ഒരു പരിധിവരെ വരൾച്ചയെ പ്രതിരോധിക്കും. താരതമ്യേന കിട-രോഗ പ്രതിരോധ ശേഷിയും ഇതിന് കൂടുതലാണ്. കറുത്ത ഞവരയുടെ ധാന്യത്തിൽ ഒരു ഗ്രാമിൽ 5.33 മില്ലിഗ്രാം അമിനോ അമ്ലങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുമ്പോൾ വെളുത്ത ഞവരയിൽ ഒരു ഗ്രാമിൽ 2.55 മില്ലിഗ്രാം അമിനോ അമ്ലങ്ങൾ മാത്രമേ ഉള്ളൂ.

നിവയെ ശമിപ്പിക്കുന്ന 'ത്രിദോഷഹാര' എന്ന വിഭാഗത്തിലാണ് ആയുർവ്വേദം ഞവരയെ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ആയുർവ്വേദ പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിൽ വാതം, പക്ഷാഘാതം എന്നിവ ശമിപ്പിക്കാനുള്ള ഞവര ക്ഷീകും നവരതേഷിനും

ക്കുന്നത്. പേശികളെ ബലപ്പെടുത്താനും രക്തചംക്രമണം കൂട്ടാനും മാനസിക പിരിമുറുക്കം കുറയ്ക്കാനും നവരോദഗങ്ങൾ ശമിപ്പിക്കാനും ദഹനം കൂട്ടാനുമെല്ലാം ഞവര ഉത്തമ ഔഷധമാണ്. ഞവരക്ക് ആയുർവ്വേദ ട്വറിസത്തിലും പ്രധാന സ്ഥാനമുണ്ട്. കരകണ്ടങ്ങളിലാണ് ഞവരക്ക് വിളവു കൂടുതൽ. വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കാത്ത ഏതു സ്ഥലത്തും ഞവര കൃഷി ചെയ്യാം. പാടങ്ങളിൽ തനിവിളയായി കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ ഹെക്ടറിന് 2000 കിലോഗ്രാമും തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളിൽ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ ഹെക്ടറിന് 800 കിലോഗ്രാം അടുത്തും വിളവു ലഭിക്കും. വിളവ് കൂടുതൽ ലഭിക്കുന്നത് പാടത്ത് കൃഷിയിലാണെങ്കിലും ഞവരക്ക് കൂടുതൽ ഔഷധമൂല്യം ലഭിക്കുന്നത് തെങ്ങിൻതോപ്പുകളിൽ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യുമ്പോഴാണ്. കാർഷിക സർവ്വകലാശാലയിൽ നടത്തിയ പഠനങ്ങളിൽ കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. 50-70 ശതമാനം തണലുള്ള തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളിൽ കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ ഹെക്ടറിന് 885 കിലോഗ്രാമും 20-40 ശതമാനം തണലുള്ള തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളിൽ കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ ഹെക്ടറിന് 730 കി

ലോഗ്രാം വിളവു ലഭിച്ചു. ഞവരയുടെ ഔഷധഗുണവും വിളവു കൃഷിചെയ്യുന്ന പ്രദേശത്തിന്റെ കാലാവസ്ഥ, കൃഷിരീതികൾ എന്നിവ അനുസരിച്ച് വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കും. ഏപ്രിൽ മാസത്തിൽ മഴ ലഭിക്കുന്നതോടെ നിലമൊരുക്കി മെയ് മാസത്തിൽ വിതച്ചാൽ കർഷികത്തിൽ ഉപയോഗിക്കാം. എന്നാൽ ധനുമാസത്തിൽ നടുന്ന ഞവരക്കാണ് ഔഷധ ഗുണം കൂടുതലെന്ന് ആയുർവ്വേദ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ പറയുന്നു. ഔഷധ ആവശ്യത്തിനുവേണ്ടി കൃഷി ചെയ്യുന്നതിനാൽ രാസവസ്തുക്കൾ ഒഴിവാക്കി പൂർണ്ണമായും ജൈവരീതിയിലുള്ള കൃഷിയാണ് ഞവരക്ക് അഭികാമ്യം. തെങ്ങിൻ തോപ്പിൽ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ വിത്ത് നേരിട്ട് വിതയ്ക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. ഒരു ഹെക്ടർ വിതയ്ക്കാൻ 800-100 കിലോഗ്രാം വിത്ത് വേണ്ടിവരും. കൃഷി സ്ഥലം നന്നായി ഉഴുത് മറിച്ച് കളകൾ നീക്കണം. കാലവളം അല്ലെങ്കിൽ കമ്പോസ്റ്റ് സെന്ററിന് 20 കിലോഗ്രാം എന്ന നിരക്കിൽ ചേർത്തു കൊടുക്കണം. വിതയ്ക്കുന്നതിന് ഒരു മാസം മുമ്പ് പയർ വിതച്ച് പച്ചിലവളമായി ഉഴുതു ചേർക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. സൂര്യോ മോണോസ്ഫ്ലൂറൈഡ് സെൻസ് വിത്തിൽ പുരട്ടിയതിനു ശേഷം വിതയ്ക്കുന്നത്

രോഗബാധ കുറയ്ക്കും. ഒരു കിലോഗ്രാം ഞവര വിത്തിന് 10 ഗ്രാം എന്ന നിരക്കിൽ സൂര്യോമോണോസ് വിത്തുമായി കലർത്തണം. ഇത് 12 മണിക്കൂർ വെച്ചതിനുശേഷം വേണം വിതയ്ക്കാൻ. വിതച്ച് രണ്ടാഴ്ച കഴിയുമ്പോൾ കളകൾ നീക്കണം. ഇതിനു ശേഷം ചെറിയ കൈത്തുവകൊണ്ട് മണ്ണിളക്കി കൊടുക്കണം. ഇതിനു പിന്നാലെ ഒരു സെന്ററിന് ഒരു കിലോഗ്രാം വെണ്ണിറും രണ്ടു കിലോഗ്രാം വേപ്പിൻ പിണ്ണാക്കും ചേർത്തു കൊടുക്കണം. കിടരോഗ നിയന്ത്രണത്തിന് കഴിയുന്നതും ജൈവമാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കണം. ബാക്ടീരിയൽ ഇല കരിച്ചിൽ കണ്ടാൽ പച്ചചാണകം വെള്ളത്തിൽ കലക്കി തെളിയിച്ചു അരിച്ചു ലഭിക്കുന്ന ചാണകം പടർത്തണം. കലാലളം അല്ലെങ്കിൽ കമ്പോസ്റ്റ് സെന്ററിന് 20 കിലോഗ്രാം എന്ന നിരക്കിൽ ചേർത്തു കൊടുക്കണം. വിതയ്ക്കുന്നതിന് ഒരു മാസം മുമ്പ് പയർ വിതച്ച് പച്ചിലവളമായി ഉഴുതു ചേർക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. സൂര്യോ മോണോസ്ഫ്ലൂറൈഡ് സെൻസ് വിത്തിൽ പുരട്ടിയതിനു ശേഷം വിതയ്ക്കുന്നത്

വസ്ഥയനുസരിച്ച് വിളവെടുക്കുന്നതിനും റെഗുലേഷൻ ചെയ്യാനും വ്യത്യസ്തമായിരിക്കും. മഴകൂടുന്നതനുസരിച്ച് ചിലപ്പോൾ മുപ്പതും കൂടും. കതിരിട്ട് 25-30 ദിവസത്തിനുള്ളിൽ വിളവെടുക്കാം. മഴപ്പതിയാലുടൻ മണികല കൊഴിയാൻ സാധ്യതയുള്ളതുകൊണ്ട് ശ്രദ്ധയോടെ വേണമെന്നതിനാൽ വിത്തിനാൽ ദീർഘകാലം സൂക്ഷിച്ചു കൊണ്ടുവരില്ല. അരിയാക്കി മറ്റുവേൾ നെല്ലിന്റെ 70 ശതമാനം ഭാരത്തോളം അരിയായി കിട്ടും. കൊയ്തെടുത്തതിന് തന്നെ മെതിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. വിളവ് കുറവാണെങ്കിലും ഡിമാന്റ് കൂടുതലായതിനാൽ ഞവര കൃഷിയിൽ നന്നും ലാഭം കിട്ടും. ഞവര അരി, അരിപ്പൊടി, അവൽ എന്നിവയ്ക്കു മൂല്യവർദ്ധിത ഉല്പന്നങ്ങൾ തയ്യാറാക്കിയും ലാഭമുണ്ടാക്കാം. പ്രതിരോധ ശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിലും പോഷക മേന്മ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നതിലും ഞവരയുടെ പ്രാധാന്യം കണക്കിലെടുത്ത് നവര ഒരു പോഷക അരിയായും വിറ്റഴിക്കാം. ഞവര അരിപ്പൊടി കട്ടികൾക്ക് നല്ല ഭക്ഷണമാണ്. ഡിമാന്റ് കൂടുതലുള്ള കർഷകർ മാസത്തിൽ വിളവെടുക്കുന്നതു പോലെ കൃഷി ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്. കൃഷിയിൽ നിന്നും കൂടുതൽ ലഭിക്കും.



ഞവര അരികൊണ്ടുള്ള വിഭവങ്ങൾ