

पौष्टिक अनाजों की उत्पादन चुनौतियां



अमितेश कुमार सिंह*, राकेश कुमार कुमार, संजीव कुमार***, हंसराज हंस**** और अनिल कुमार सिंह*******

“ पौष्टिक अनाजों को मुख्यत: सुपर फूड के रूप में जाना जाता है। इनके उत्पादन को स्थायी कृषि और एक स्वस्थ विश्व के रूप में देखा जा सकता है। भारत पौष्टिक अनाजों की जैव-आनुवंशिक रूप से विविध और स्वदेशी किस्मों की एक समृद्ध श्रृंखला को विकसित कर रहा है। पौष्टिक अनाजों की पहुंच गरीबों तक होने के कारण ये सभी सामान्य वर्ग के लोगों को पोषण प्रदान करने के साथ-साथ वर्षा आधारित कृषि जलवायु अनुकूलन में एक आवश्यक भूमिका निभा सकती हैं। ”

विश्व में सबसे अधिक पौष्टिक अनाजों के उत्पादक भारत, नाइजीरिया और चीन हैं। ये कुल वैश्विक उत्पादन का 55 प्रतिशत उत्पादन करते हैं। भारत में पैदा की जाने वाली मुख्य पौष्टिक अनाजों में ज्वार, बाजरा, रागी,कोदो, कुटकी और सांवां हैं। जलवायु परिवर्तन के दृष्टिकोण से सूखा सहनशील, अत्यधिक तापमान, कम पानी और कम उपजाऊ भूमि में आसानी से इन फसलों का उत्पादन कर सकते हैं। देश में पौष्टिक अनाज फसलें खाद्य संस्कृति और धार्मिक अनुष्ठानों का हिस्सा हैं। मध्य प्रदेश में छोटे पौष्टिक अनाजों की सबसे ज्यादा खेती की जाती है। मध्य प्रदेश 32.4 प्रतिशत, छत्तीसगढ़ 19.5 प्रतिशत, उत्तराखण्ड 8 प्रतिशत, महाराष्ट्र 7.8 प्रतिशत, गुजरात 5.3 प्रतिशत और तमिलनाडु 3.9 प्रतिशत क्षेत्रफल में पौष्टिक अनाजों की खेती की जाती है। राजस्थान में सबसे अधिक 7 मिलियन हैक्टर भूमि में बाजरे की खेती की जाती है।

*वैज्ञानिक, सस्य विज्ञान, कृषि विज्ञान केन्द्र, वाराणसी-221307 (आचार्य नरेन्द्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, कुमारगंज, अयोध्या-224229 (उत्तर प्रदेश); **,****वरीय शोधकर्ता; *****वरिष्ठ वैज्ञानिक (सस्य विज्ञान), फसल अनुसंधान विभाग, भाकृअनुप का पूर्वी अनुसंधान परिसर, पटना-800014 (बिहार); ***सहायक प्राध्यापक-सह-कनीय वैज्ञानिक, पौध रोग विभाग, बिहार कृषि विश्वविद्यालय, सबौर, भागलपुर-813210 (बिहार)

पौष्टिक अनाजों को बढ़ावा

अप्रैल 2018 में केंद्रीय कृषि एवं कल्याण मंत्रालय द्वारा पौष्टिक अनाजों को उनके ‘उच्च पोषक मूल्य’ और ‘मधुमेह विरोधी गुणों’ के कारण ‘पोषक तत्वों’ के रूप में घोषित किया गया था। वर्ष 2018 को ‘राष्ट्रीय पौष्टिक अनाज वर्ष’ के रूप में मनाया गया। भारत सरकार द्वारा पौष्टिक अनाजों के न्यूनतम समर्थन मूल्य को बढ़ाया गया है, जो किसानों को उनकी फसल का अधिक मूल्य प्रदान करता है। उपज की बिक्री हेतु एक स्थिर बाजार प्रदान करने के उद्देश्य से सरकार ने सार्वजनिक वितरण प्रणाली को शामिल किया है। सरकार द्वारा किसानों को बीज किट और निवेश लागत उपलब्ध करवाई गई है। किसान उत्पादक संगठनों के माध्यम से मूल्य श्रृंखला का निर्माण किया गया है। मोटे अनाजों की बिक्री को बढ़ावा देने हेतु विपणन क्षमता का समर्थन किया गया है। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर युनाइटेड नेशन जनरल असेंबली द्वारा वर्ष 2023 को ‘अंतर्राष्ट्रीय पौष्टिक अनाज वर्ष’ के रूप में मनाने के भारत के प्रस्ताव को स्वीकृति दी है।

भारत विश्व का सबसे बड़ा बाजरा उत्पादक (1.4 करोड़ टन प्रतिवर्ष) देश है। राजस्थान, मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश, महाराष्ट्र, छत्तीसगढ़, हरियाणा, गुजरात, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, झारखण्ड, तमिलनाडु, तेलगांना प्रमुख पौष्टिक अनाज उत्पादक राज्य हैं। असोम और बिहार पौष्टिक अनाज के सबसे बड़े उपभोक्ता हैं। पौष्टिक अनाजों को सिंचाई की आवश्यकता कम होती है। इसके साथ ही अधिक तापमान में आसानी से उगाये जा सकते हैं, जिससे किसानों के लिए पौष्टिक अनाजों की खेती करना दूसरी फसलों की तुलना में आसान होता है। ये कीट-पंतगों एवं रोगों के प्रति सहनशील होते हैं।



बाजरा

प्रसंस्करित खाद्य पदार्थों की मांग में बढ़ोतरी

भारत में अल्ट्रा-प्रोसेस्ड और रेडी-टू-ईट उत्पादों की मांग में उछाल देखा जा रहा है, जिनमें सोडियम, चीनी, ट्रांस-वसा और कार्सिनोजेन का उच्च स्तर पाया जाता है। प्रसंस्करित खाद्य पदार्थों के तीव्र विपणन के साथ ग्रामीण आबादी में भी मिल-संसाधित चावल और गेहूं का उपयोग करने की तीव्रता देखी जा रही है। देहाती भोजन समझकर पौष्टिक अनाज को रसोई से बाहर कर दिया गया था। आज उसी अनाज को कृषि विशेषज्ञों द्वारा दोबारा से चलन में लाने के लिए उपाय सुझाए जा रहे हैं। इन सुझावों के परिणाम, पिछले दो वर्षों में बाजरे की मांग में 146 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई है। पौष्टिक अनाजों से मूल्य बेकिंग बिस्कुट, कुकीज, चिप्स, पफ और दूसरी चीजें सुपर मार्केट से लेकर पांच सितारा होटलों में बिक रहे हैं। सार्वजनिक वितरण प्रणाली से लाखों लोगों को एक रुपये/किग्रा. की दर से बाजरा ओर मोटा अनाज दिया जा रहा है। कुछ राज्यों में दोपहर के खाने में भी इन मोटे अनाजों से बने व्यंजन परोसे जा रहे हैं। जिस पौष्टिक अनाज को निर्धन, पिछड़े, आदिवासी लोग जीवनभर अपने भोजन में लेते रहे, उसे आज पढ़े-लिखे, संपन्न, शहरी लोग भी पंसद कर रहे हैं। यह आने वाले समय में पौष्टिक अनाजों के लिए एक अच्छा संकेत माना जाना चाहिए।



सांवां



चीना

सारणी 1. विभिन्न पौष्टिक अनाजों का क्षेत्रफल, उत्पादन, उत्पादकता एवं न्यूनतम समर्थन मूल्य

पौष्टिक अनाज फसल	क्षेत्रफल (मिलियन हैक्टर)	उत्पादन (मिलियन टन)	उत्पादकता (कि.ग्रा./हैक्टर)	न्यूनतम समर्थन मूल्य (रुपये प्रति क्विंटल)
ज्वार	3175	763	1066	2738
बाजरा	3109	3525	1134	2250
रागी	2883	3088	1071	3377
छोटे पौष्टिक अनाज फसलें	9397	6996	751	-
अन्य पौष्टिक अनाज फसलें	56.05	42765	1412	-

पौष्टिक अनाजों की उपज को पुनर्जीवित करने की आवश्यकता

पोषण सुरक्षा

मोटे अनाज, गेहूं और चावल की तुलना में पौष्टिक अनाज सस्ते होने के साथ-साथ उच्च प्रोटीन, फाइबर, विटामिन आयरन, कैल्शियम और मैग्नीशियम के कारण पोषण हेतु बेहतर आहार हैं। रागी में सभी खाद्यान्नों की तुलना में कैल्शियम की मात्रा सबसे अधिक होती है। इसमें लोहे की उच्च मात्रा महिलाओं और शिशुओं में एनीमिया के उच्च प्रसार को रोकने में सक्षम है। देश में बड़ी संख्या में शिशु कुपोषण का शिकार हैं, जिनमें आधे से अधिक गंभीर रूप से कुपोषित हैं। भारत से कुपोषण को खत्म करने के लिए पौष्टिक अनाजों की उपज को पुनर्जीवित करने की आवश्यकता है। पौष्टिक अनाजों में लाइसिन और थियोनीन को छोड़कर सभी प्रकार के आवश्यक अमीनो अम्ल, फाइटोकैमिकल और सूक्ष्म पोषक तत्वों की प्रचुरता होने के कारण इनको पौष्टिक अनाज कहते हैं। पौष्टिक अनाज अपनी पौष्टिकता और औषधीय गुणों के कारण माइग्रेन, कोलेस्ट्रॉल, मधुमेह और हृदयघात जैसे रोगों में लाभदायक होते हैं।

जलवायु अनुकूल

पौष्टिक अनाज फसलें सूखा प्रतिरोधी होने के अलावा इन्हें वृद्धि काल (70-100 दिन) तथा 350-500 मि.मी. जल की आवश्यकता होती है।

स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से निपटने में सहायक

पौष्टिक अनाज फसलें ग्लूटनमुक्त तथा इनका ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है। पौष्टिक अनाज एंटीऑक्सीडेंट के संपन्न स्रोत हैं।

चुनौतियां

बीते वर्षों में चावल-गेहूं की उपज बढ़ाने पर बहुत अधिक जोर दिया गया और इस दौरान पौष्टिक अनाजों और कई दूसरे पारंपरिक खाद्यान्नों की उपेक्षा हुई। इस कारण इनका उत्पादन प्रभावित हुआ है। पौष्टिक अनाजों को बढ़ावा देने के लिए भारत सरकार देश में 'राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा मिशन' के तहत पौष्टिक अनाज मिशन संचालित कर रही है। मध्य प्रदेश सरकार छोटे पौष्टिक अनाज को बढ़ावा देने के लिए कोदों एवं कुटकी को बढ़ावा दे रही है। छत्तीसगढ़ सरकार ने भाकृअनुप-भारतीय कदन्न अनुसंधान संस्थान, हैदराबाद के साथ समझौता करके राज्य में पौष्टिक अनाज मिशन के तहत राज्य को पौष्टिक अनाज हब के रूप में विकसित कर रही है। छत्तीसगढ़ के आदिवासी क्षेत्रों में कोदो, कुटकी तथा रागी की खेती की जाती है, जो कि पोषण में काफी समृद्ध हैं। छोटे मिलेट की कटाई-मड़ाई तथा थ्रैशिंग करना मुश्किल होता है। मोटे अनाजों को पकाना इतना आसान नहीं है। इसी के चलते दशकों से इनका बेहद कम इस्तेमाल किया जा रहा है, लेकिन लोगों की थाली में अलग-अलग स्वाद और पोषक तत्वों का होना बहुत जरूरी है। ज्वार, बाजरा, रागी, कुटकी, कोदों जैसे अनाज धीरे-धीरे चलन में वापस आ रहे हैं।

जलवायु के साथ सामंजस्य स्थापित करने, छोटी फसल अवधि, कम उपजाऊ मृदा, पहाड़ी क्षेत्रों एवं वर्षा की कम मात्रा के साथ उगने की क्षमता को देखते हुए पौष्टिक अनाजों की खेती को प्रोत्साहित किये जाने की आवश्यकता है। पौष्टिक अनाजों की पहुंच निर्धनों तक होने के कारण ये सभी आय के लोगों को पोषण प्रदान करने के साथ-साथ वर्षा आधारित कृषि प्रणालियों का जलवायु अनुकूलन में एक आवश्यक भूमिका निभा सकते हैं। ■