

औषधीय गुणों से भरपूर पादप तिमूर

कृष्णा, वी. पी. सिंह और **ऋषभ राज**

तिमूर हिमालयी क्षेत्रों में पाया जाने वाला एक महत्वपूर्ण औषधीय, सुगंधित और मसाला पौधा है। इसका उपयोग पारंपरिक चिकित्सा तथा स्थानीय व्यंजनों में लंबे समय से किया जाता रहा है। इसके फल विशिष्ट नीबू जैसी सुगंध, तीखे स्वाद और मुंह में हल्की झनझनाहट उत्पन्न करने वाले गुणों के कारण विशेष पहचान रखते हैं। भारतीय, नेपाली, तिब्बती और चीनी व्यंजनों में इसका उपयोग स्वाद तथा सुगंध बढ़ाने के लिए किया जाता है। उत्तराखंड और नेपाल के पर्वतीय समुदायों में तिमूर का उपयोग मसाले, चटनी, अचार, सूप और पारंपरिक औषधि के रूप में प्रचलित है। इसके औषधीय, सुगंधित और पाक उपयोगों के कारण इसकी आर्थिक महत्ता भी लगातार बढ़ रही है। स्थानीय जैव विविधता से जुड़ा यह पौधा पर्वतीय क्षेत्रों में आजीविका, मूल्य संवर्धन और औषधीय पौधों के संरक्षण की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण संभावनाएँ रखता है।

तिमूर का वैज्ञानिक नाम जैंथॉक्सायलम आर्मेटम है और यह रुटेसी कुल से संबंधित है। इसे सामान्यत: तिमरू, इंडियन थॉर्नी ऐश और टूथएक ट्री आदि नामों से भी जाना जाता है। कुछ क्षेत्रों में इसे नेपाली धनिया या चीनी धनिया के नाम से भी पहचाना जाता है।

तिमूर का उपयोग भारतीय, नेपाली, चीनी, सिचुआन और तिब्बती व्यंजनों में मसाले के रूप में किया जाता है। इसके फल नीबू जैसी विशिष्ट सुगंध लिए होते हैं तथा सेवन करने पर मुंह में हल्की झनझनाहट या सुन्नता का अनुभव करवाते हैं। बिस्कुट, चिकन चिली, चाउमीन, मोमोज, मीठे केक तथा थुक्पा जैसे व्यंजनों में इसका उपयोग स्वाद और सुगंध बढ़ाने के लिए किया जाता है।

नेपाल में पारंपरिक रूप से इसके फलों से तैयार अचार का उपयोग बुखार, टॉन्सिल और सर्दी जैसी समस्याओं में किया जाता रहा है। उत्तराखंड के भोटिया समुदाय में भी तिमूर का उपयोग मसाले, चटनी और स्थानीय औषधि के रूप में प्रचलित है। इसके फलों से तैयार 'हाग' नामक सूप का सेवन सर्दियों में शरीर को गर्म रखने के लिए किया जाता है, जबकि 'डुंकचा' नामक पारंपरिक व्यंजन भी इससे तैयार किया जाता है।

जैंथॉक्सायलम वंश की लगभग 250 प्रजातियाँ विश्वभर में पाई जाती हैं, जिनमें



तिमूर का सूखा मसाला

उपयोगी

तिमूर एक महत्वपूर्ण औषधीय पौधा है, जिसके पत्ते, तना, छाल, फल, बीज और जड़ का पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों में विभिन्न रूपों में उपयोग किया जाता है। दांतों और मुख की स्वच्छता के लिए इसकी टहनियों को प्राकृतिक दातुन के रूप में प्रयोग किया जाता है, जबकि इसकी छाल प्राकृतिक रंग के स्रोत के रूप में भी उपयोगी है। आयुर्वेद में तिमूर का पारंपरिक उपयोग पाचन संबंधी समस्याओं, गैस, अपच और भूख बढ़ाने के लिए किया जाता रहा है। इसके अतिरिक्त दांत दर्द, मसूड़ों की समस्याओं, सर्दी-जुकाम और गले की खराश में भी इसका लोकप्रचलित उपयोग है। पारंपरिक चिकित्सा में इसे पाचनवर्धक, वायुनाशक और कृमिनाशक गुणों से युक्त माना जाता है। इसके बीजों का उपयोग कुछ यूनानी औषधियों में भी किया जाता है। इसके फल मसाले और स्वादवर्धक उत्पाद के रूप में विशेष रूप से लोकप्रिय हैं।

उद्यान विज्ञान विभाग, गोविंद बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, पंतनगर, उत्तराखंड - 263145

प्रवर्धन

तिमूर का प्रवर्धन मुख्यत: बीज द्वारा किया जाता है, हालांकि कोमल कलमों (सॉफ्टवुड कटिंग) से भी नए पौधे तैयार किए जा सकते हैं। इसके बीजों में सुषुप्तावस्था पाई जाती है, जिसके कारण अंकुरण में अपेक्षाकृत अधिक समय लगता है। बेहतर अंकुरण के लिए शीत स्तरीकरण, बीज आवरण को हल्का खरोंचना तथा उपयुक्त बीज उपचार उपयोगी माने जाते हैं। बड़े पैमाने पर पौध तैयार करने के लिए ताजे बीज अधिक उपयुक्त होते हैं। पौधे लगभग तीन वर्ष में अच्छी तरह स्थापित हो जाते हैं। लगभग पांच वर्ष की अवस्था में एक स्वस्थ पौधे से औसतन 3.5 कि.ग्रा. तक उपज प्राप्त की जा सकती है। तिमूर में सामान्यत: गंभीर कीट एवं रोगों का प्रकोप कम देखा जाता है, फिर भी नियमित निगरानी आवश्यक है।

से 11 भारत में दर्ज की गई हैं। उत्तराखंड में जैंथॉक्सायलम आर्मेटम, जैं. अकैंथोपोडियम, जैं. ऑक्सिफिलम तथा जैं. बुडुंगा प्रमुख रूप से पाई जाती हैं। तिमूर, रूटेसी कुल का पौधा है और इसका वैज्ञानिक नाम जैंथॉक्सायलम आर्मेटम है।

तिमूर मुख्यत: हिमालय के उपोष्ण से समशीतोष्ण क्षेत्रों में पाया जाता है। भारत में इसका वितरण जम्मू-कश्मीर, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, सिक्किम तथा पूर्वोत्तर राज्यों तक फैला है। यह ओडिशा और आंध्र प्रदेश के पूर्वी घाटों में भी मिलता है।

भारत के बाहर नेपाल, भूटान, चीन, म्यांमार और थाईलैंड में भी इसका प्राकृतिक वितरण है। सामान्यत: यह 1000-2500 मीटर की ऊँचाई पर खुली ढलानों, जंगलों के किनारों और झाड़ीदार क्षेत्रों में अच्छी तरह बढ़ता है। अच्छी जल निकासी वाली मिट्टी,



फलयुक्त तिमूर का पौधा



तिमूर के फल

पर्याप्त नमी और मध्यम धूप इसकी वृद्धि के लिए अनुकूल मानी जाती है।

वनस्पति विवरण: तिमूर का पौधा लगभग 6 मीटर तक ऊँचा हो सकता है। इसकी शाखाएँ कांटेदार तथा पत्तियाँ संयुक्त होती हैं, जिनकी लंबाई लगभग 4-20 सें.मी. होती है। पत्तियों में नीबू और पुदीने जैसी विशिष्ट सुगंध होती है। इसके छोटे हरे अथवा पीले फूल मार्च-अप्रैल में खिलते हैं। फल छोटे, गोल और लाल रंग के होते हैं, जिनका व्यास लगभग 4-5 मि.मी. होता है। इनमें चमकदार काले बीज पाए जाते हैं। सूखने के बाद भी फलों की सुगंध बनी रहती है और इनके सेवन से जीभ पर हल्की झनझनाहट महसूस होती है।

रासायनिक संघटन: तिमूर में अनेक जैव सक्रिय यौगिक पाए जाते हैं। इसके आवश्यक तेल में लिनालूल और लिमोनीन जैसे मोनोटरपीन प्रमुख रूप से उपस्थित होते हैं। इसके अतिरिक्त इसमें एल्कलॉइड्स, फ्लेवोनॉयड्स, फिनोलिक्स, टरपीनॉयड्स, फैटी एसिड, अमीनो अम्ल तथा विभिन्न सुगंधित एवं वाष्पशील यौगिक पाए जाते हैं। तने की छाल और बीजों में भी कई महत्वपूर्ण जैव-सक्रिय घटक मौजूद होते हैं, जिनके कारण इसका औषधीय महत्व बढ़ जाता है।

आर्थिक महत्व: तिमूर एक महत्वपूर्ण गैर-काष्ठ वन उत्पाद है, जिसकी मांग मसाला, औषधि और आवश्यक तेल उद्योग में बढ़ रही है। हिमालयी क्षेत्रों में इसके फल और अन्य उपयोगी भाग ग्रामीण समुदायों के लिए आय का महत्वपूर्ण स्रोत बन सकते हैं। संग्रहण, प्राथमिक प्रसंस्करण, मूल्य संवर्धन और विपणन के माध्यम से स्थानीय स्तर पर रोजगार एवं स्वरोजगार के अवसर विकसित किए जा सकते हैं।

इसके औषधीय और सुगंधित गुणों के कारण आयुर्वेदिक, यूनानी तथा अन्य औषधीय उत्पादों में भी इसका उपयोग किया जाता है। बढ़ती बाजार मांग और मूल्य संवर्धित उत्पादों की संभावनाओं के कारण तिमूर की व्यावसायिक खेती पर्वतीय किसानों के लिए आय विविधीकरण का एक उपयोगी विकल्प बन सकती है।

संरक्षण: तिमूर की बढ़ती औषधीय और व्यावसायिक मांग के कारण कई क्षेत्रों में इसके प्राकृतिक संसाधनों पर दबाव बढ़ा है। अनियंत्रित संग्रहण, वनों की कटाई, प्राकृतिक आवासों में कमी तथा बीजों की सुषुप्तावस्था के कारण सीमित प्राकृतिक पुनर्जनन इसके संरक्षण की प्रमुख चुनौतियाँ हैं।

इसके दीर्घकालीन संरक्षण के लिए सतत संग्रहण पद्धतियों को अपनाना, वैज्ञानिक खेती को बढ़ावा देना, प्राकृतिक आवासों की सुरक्षा करना और स्थानीय समुदायों की भागीदारी सुनिश्चित करना आवश्यक है।

प्राकृतिक स्रोतों पर निर्भरता कम करने के लिए कृषिकरण और गुणवत्तापूर्ण रोपण सामग्री की उपलब्धता को भी बढ़ावा दिया जाना चाहिए।

उत्तराखंड में सुगंधित फसलों की खेती को प्रोत्साहित करने के लिए 'महक क्रांति' जैसी पहलें की गई हैं। इसके अंतर्गत अरोमा वैली विकसित करने तथा तिमूर जैसी सुगंधित फसलों की व्यावसायिक खेती को बढ़ावा देने पर बल दिया गया है।

पिथौरागढ़ क्षेत्र में तिमूर आधारित खेती के विस्तार से स्थानीय युवाओं के लिए रोजगार और स्वरोजगार के अवसर बढ़ाने, किसानों की आय में वृद्धि करने तथा पर्वतीय क्षेत्रों में आजीविका के नए विकल्प विकसित करने की संभावनाएँ हैं।