

अर्धवार्षिक हिंदी ई-पत्रिका

# कृषि ज्ञान सुधा

जुलाई 2025 अंक





## बालाघाट जिले में संरक्षण का महत्व और आदिवासियों के लिए जंगली खाद्य पदार्थों का दायरा

धारणा (टेंभरे) बिसेन और शरद बिसेन, कृषि  
महाविद्यालय, बालाघाट, जे.एन.के.वी.वी.जबलपुर

### सारांश

बालाघाट जिला अपनी समृद्ध जैव विविधता, सांस्कृतिक परंपराओं और घने वनों के लिए प्रसिद्ध है। यहां के आदिवासी समुदायों—विशेष रूप से गोंड और बैगा—के जीवन में जंगली खाद्य पदार्थों की महत्वपूर्ण भूमिका है। जामुन, आंवला, कंदमूल, मशरूम और औषधीय पौधे जैसे वन उत्पाद न केवल उनके पोषण और स्वास्थ्य का स्रोत हैं, बल्कि उनकी सांस्कृतिक पहचान और पारंपरिक ज्ञान का भी हिस्सा हैं।

यह लेख बताता है कि कैसे इन जंगली संसाधनों का संरक्षण पारिस्थितिकी, संस्कृति और आर्थिक स्वावलंबन के लिए अनिवार्य है। वनों की कटाई, अत्यधिक दोहन और जलवायु परिवर्तन इन संसाधनों के अस्तित्व को खतरे में डाल रहे हैं। ऐसे में सतत संग्रहण, वन संरक्षण, और आदिवासी ज्ञान की भागीदारी से इन संसाधनों को सुरक्षित किया जा सकता है।

लेख में यह भी स्पष्ट किया गया है कि जंगली खाद्य पदार्थ आदिवासियों के लिए एक सशक्त आय स्रोत बन सकते हैं, यदि उनके प्रसंस्करण और विपणन को संगठित किया जाए। "गुच्छी" मशरूम, महुआ, करोंदा आदि के मूल्यवर्धन और ब्रांडिंग से आदिवासी आर्थिक रूप से सशक्त हो सकते हैं। सरकारी योजनाएँ जैसे "वन धन योजना" और NGO का सहयोग इस दिशा में महत्वपूर्ण साबित हो सकता है।

### परिचय:

बालाघाट का प्राकृतिक और सांस्कृतिक वैभव बालाघाट जिला, जो छत्तीसगढ़ के मैदानी इलाकों का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, अपनी अनूठी भौगोलिक स्थिति और पारिस्थितिक समृद्धि के लिए प्रसिद्ध है। यह जिला मध्य भारत के हृदय में बसा है, जहाँ सतपुड़ा और मैकल पहाड़ियों की श्रृंखलाएँ इसके

परिदृश्य को आकार देती हैं। यहाँ के घने जंगल, बहती नदियाँ जैसे वैनगंगा, और उपजाऊ मैदानी क्षेत्र इसे जैव विविधता का एक अनमोल केंद्र बनाते हैं। इन जंगलों में पाए जाने वाले जंगली खाद्य पदार्थ—जैसे कि जामुन, आंवला, बेर, करोंदा, विभिन्न प्रकार के मशरूम, कंदमूल, और औषधीय जड़ी-बूटियाँ—न केवल प्रकृति की देन हैं, बल्कि स्थानीय आदिवासी समुदायों के जीवन का आधार भी हैं। ये जंगली खाद्य पदार्थ आदिवासियों के लिए केवल भोजन का स्रोत नहीं हैं; ये उनकी सांस्कृतिक पहचान, पारंपरिक ज्ञान, और सामुदायिक एकता का प्रतीक हैं। उदाहरण के लिए, गोंड और बैगा जैसे आदिवासी समुदाय इन जंगली पदार्थों को अपने पारंपरिक व्यंजनों, जैसे कि कंदमूल की सब्जी या महुआ से बनी मिठाइयाँ, में उपयोग करते हैं। इसके साथ ही, ये खाद्य पदार्थ उनकी आर्थिक स्थिति को बेहतर करने का एक शक्तिशाली साधन बन सकते हैं, यदि इनका संरक्षण और सतत उपयोग सुनिश्चित किया जाए। आज, जब शहरी बाजारों में प्राकृतिक और जैविक उत्पादों की मांग बढ़ रही है, तो बालाघाट के जंगली खाद्य पदार्थ आदिवासियों के लिए एक सुनहरा अवसर प्रस्तुत करते हैं। इस लेख में, हम इन खाद्य पदार्थों के संरक्षण के पारिस्थितिक, सांस्कृतिक, और आर्थिक महत्व पर विस्तार से चर्चा करेंगे, साथ ही यह भी देखेंगे कि कैसे ये आदिवासियों के जीवन को समृद्ध बना सकते हैं।

### जंगली खाद्य पदार्थों का महत्व:

पोषण, स्वास्थ्य, और संस्कृति का आधार जंगली खाद्य पदार्थ बालाघाट के आदिवासी समुदायों के लिए जीवन रेखा की तरह हैं। ये पदार्थ—जैसे कि जंगली फल, सब्जियाँ, मशरूम, और जड़ी-बूटियाँ—न केवल उनके दैनिक आहार का अभिन्न हिस्सा हैं, बल्कि उनकी पोषण संबंधी आवश्यकताओं को पूरा करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उदाहरण के लिए, जामुन जैसे फल, जो गर्मियों में जंगलों में

प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं, विटामिन C और एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होते हैं, जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। इसी तरह, आंवला—जो आयुर्वेद में अपनी औषधीय खूबियों के लिए प्रसिद्ध है—लौह तत्व और विटामिन से युक्त होता है, जो एनीमिया और कमजोरी से लड़ने में सहायक है। कंदमूल, जैसे कि अरबी और जिमीकंद, कार्बोहाइड्रेट और फाइबर का प्राकृतिक स्रोत हैं, जो शारीरिक ऊर्जा प्रदान करते हैं। इनके औषधीय गुण भी कम आश्चर्यजनक नहीं हैं। बालाघाट के जंगलों में पाए जाने वाले कुछ मशरूम, जैसे कि स्थानीय स्तर पर "खुम्बी" कहे जाने वाले प्रजातियाँ, में एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण होते हैं। आदिवासी इनका उपयोग घावों को ठीक करने और संक्रमण से बचाव के लिए करते हैं। इसी तरह, जंगली जड़ी-बूटियाँ जैसे कि चिरायता और सतावर को पारंपरिक चिकित्सा में उपयोग किया जाता है—चिरायता बुखार को कम करने में मदद करता है, जबकि सतावर महिलाओं के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी माना जाता है। यह पारंपरिक ज्ञान पीढ़ियों से चला आ रहा है और आधुनिक विज्ञान भी अब इसकी महत्ता को स्वीकार कर रहा है। लेकिन इनका महत्व केवल शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित नहीं है। ये जंगली खाद्य पदार्थ आदिवासियों की सांस्कृतिक और सामाजिक जड़ों से गहराई से जुड़े हैं। उदाहरण के लिए, महुआ के फूलों से बनी शराब या मिठाई न केवल एक व्यंजन है, बल्कि गोंड समुदाय के सामाजिक समारोहों और विवाह जैसे अवसरों का हिस्सा है। इसी तरह, जंगली फलों का संग्रहण और उनके साथ बनाए गए व्यंजन परिवारों और समुदायों को एक साथ लाते हैं, जिससे उनकी एकता और परंपराएँ जीवित रहती हैं। इस प्रकार, जंगली खाद्य पदार्थ आदिवासियों के लिए शारीरिक पोषण के साथ-साथ उनकी सांस्कृतिक निरंतरता का भी आधार हैं।

### संरक्षण का महत्व:

प्रकृति और संस्कृति का संरक्षक जंगली खाद्य पदार्थों का संरक्षण केवल एक पर्यावरणीय आवश्यकता नहीं है, बल्कि यह पारिस्थितिकी तंत्र के

संतुलन और मानव जीवन की निरंतरता के लिए भी अनिवार्य है। बालाघाट के जंगल न केवल आदिवासियों के लिए भोजन प्रदान करते हैं, बल्कि यहाँ के वन्यजीवों—जैसे कि चीतल, सांभर, और विभिन्न पक्षी प्रजातियों—के लिए भी जीवन आधार हैं। जंगली फल और बीज इन जानवरों के आहार का हिस्सा होते हैं, जो खाद्य श्रृंखला को बनाए रखते हैं। इसके अलावा, ये पौधे मिट्टी को स्थिर रखने, वर्षा जल को संग्रहित करने, और कार्बन डाइऑक्साइड को अवशोषित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं, जिससे जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने में मदद मिलती है। हालाँकि, आज इन संसाधनों पर कई खतरे मंडरा रहे हैं। वनों की कटाई, जो खनन और बुनियादी ढांचा परियोजनाओं के कारण तेजी से बढ़ रही है, जंगली पौधों के प्राकृतिक आवास को नष्ट कर रही है। अत्यधिक संग्रहण, विशेष रूप से व्यावसायिक उपयोग के लिए, इन पौधों के पुनर्जनन को प्रभावित कर रहा है। जलवायु परिवर्तन ने भी स्थिति को जटिल बना दिया है—अनियमित बारिश और बढ़ता तापमान कई प्रजातियों के विकास चक्र को बाधित कर रहे हैं। यदि इन खतरों को नियंत्रित नहीं किया गया, तो आने वाली पीढ़ियाँ इन प्राकृतिक संसाधनों से वंचित हो सकती हैं, जिसका असर न केवल जैव विविधता पर पड़ेगा, बल्कि आदिवासियों की खाद्य सुरक्षा और सांस्कृतिक धरोहर पर भी होगा। संरक्षण के लिए कई कदम उठाए जा सकते हैं। संरक्षित क्षेत्रों की स्थापना, जैसे कि वन्यजीव अभयारण्य या सामुदायिक वन क्षेत्र, इन पौधों को सुरक्षा प्रदान कर सकते हैं। सतत संग्रहण प्रथाओं को बढ़ावा देना—जैसे कि केवल परिपक्व फलों को तोड़ना और बीजों को पुनर्जनन के लिए छोड़ना—भी प्रभावी हो सकता है। वनरोपण कार्यक्रम, जिसमें स्थानीय प्रजातियों को प्राथमिकता दी जाए, जंगलों को पुनर्जनन में मदद कर सकते हैं। इस संदर्भ में, आदिवासी समुदायों की भूमिका अद्वितीय है। वे न केवल इन जंगलों के निवासी हैं, बल्कि इनके संरक्षक भी हैं। उनके पास ऐसा पारंपरिक ज्ञान है जो आधुनिक संरक्षण विज्ञान

के लिए प्रेरणा बन सकता है। उदाहरण के लिए, बैगा समुदाय कुछ पौधों को "पवित्र" मानता है और उनके आसपास संग्रहण को सीमित करता है, जिससे प्राकृतिक संतुलन बना रहता है। इन प्रथाओं को आधुनिक संरक्षण रणनीतियों में शामिल करके, हम जैव विविधता और सांस्कृतिक धरोहर दोनों को बचा सकते हैं।

### आदिवासियों के लिए आय का स्रोत:

आर्थिक सशक्तिकरण की राह, जंगली खाद्य पदार्थ बालाघाट के आदिवासियों के लिए आर्थिक स्वतंत्रता का एक शानदार अवसर प्रस्तुत करते हैं। आज के दौर में, जब शहरी उपभोक्ता जैविक, प्राकृतिक, और पारंपरिक खाद्य पदार्थों की ओर आकर्षित हो रहे हैं, तो इन जंगली उत्पादों की मांग तेजी से बढ़ रही है। उदाहरण के लिए, "गुच्छी" मशरूम—जो बालाघाट और आसपास के जंगलों में पाया जाता है—एक दुर्लभ और महंगा उत्पाद है, जिसकी कीमत प्रति किलोग्राम हजारों रुपये तक हो सकती है। इसी तरह, जामुन, करौंदा, और आंवला जैसे फल न केवल ताजा बेचे जा सकते हैं, बल्कि इनसे बने उत्पाद—जैसे कि जैम, जूस, अचार, या सूखे फल—भी बाजार में लोकप्रिय हो सकते हैं। इन उत्पादों की मूल्यवृद्धि के लिए प्रसंस्करण एक महत्वपूर्ण कदम हो सकता है। उदाहरण के लिए, महुआ के फूलों को सुखाकर और पैक करके, उनसे मिठाई और पेय पदार्थ बनाकर या बाँस प्रसंस्करण इत्यादि के द्वारा आदिवासी बेहतर कीमत प्राप्त कर सकते हैं (चित्र 1)। इसके लिए उन्हें प्रशिक्षण और बुनियादी उपकरणों की आवश्यकता होगी, जैसे कि सुखाने की मशीनें या पैकेजिंग सामग्री। स्थानीय सहकारी समितियाँ और स्वयं सहायता समूह इस प्रक्रिया को संगठित कर सकते हैं, जिससे उत्पाद बड़े बाजारों—जैसे कि रायपुर, भोपाल, या यहाँ तक कि दिल्ली और मुंबई—तक पहुँच सकें। सफलता के कई उदाहरण मौजूद हैं। छत्तीसगढ़ के बस्तर क्षेत्र में, आदिवासियों ने तैदू पत्ता और जंगली मधु को बाजार में बेचकर अपनी आय में वृद्धि की है। इसी तरह, ओडिशा के

कोरापुट जिले में, जंगली फसलों और फलों को जैविक उत्पादों के रूप में प्रमोट किया गया है, जिससे वहाँ के आदिवासियों को लाभ हुआ है। बालाघाट में भी ऐसी संभावनाएँ प्रचुर हैं। यदि इन उत्पादों को "बालाघाट के जंगली खजाने" जैसे ब्रांड नाम के साथ विपणन किया जाए, तो यह न केवल आर्थिक लाभ देगा, बल्कि क्षेत्र की पहचान को भी बढ़ाएगा। यह प्रक्रिया आदिवासियों को आत्मनिर्भर बनाएगी और उनकी सांस्कृतिक परंपराओं को आर्थिक मूल्य से जोड़ेगी।

### संरक्षण और उपयोग के बीच संतुलन:

सतत भविष्य की कुंजी जंगली खाद्य पदार्थों का संरक्षण और उनका उपयोग एक सिक्के के दो पहलू हैं, जिनके बीच संतुलन बनाना अनिवार्य है। यदि इनका अंधाधुंध संग्रहण किया जाए, तो इनकी प्राकृतिक उपलब्धता खतरे में पड़ सकती है। उदाहरण के लिए, यदि जंगली मशरूम को उनकी जड़ों सहित उखाड़ लिया जाए, तो वे दोबारा नहीं उग पाएँगे। दूसरी ओर, यदि इनका उपयोग ही न हो, तो आदिवासियों को आर्थिक अवसरों से वंचित होना पड़ेगा। इसलिए, एक ऐसी रणनीति की जरूरत है जो दोनों पहलुओं को संतुलित करे। सतत संग्रहण प्रथाएँ इस संतुलन की कुंजी हैं। इसमें शामिल हो सकता है कि केवल परिपक्व फल या सब्जियाँ ही तोड़ी जाएँ, कुछ बीज जंगल में छोड़े जाएँ, और संग्रहण की मात्रा को सीमित किया जाए। इसके लिए आदिवासियों को जागरूक करना जरूरी है। कार्यशालाएँ, प्रदर्शन, और सामुदायिक चर्चाएँ आयोजित की जा सकती हैं, जहाँ उन्हें यह समझाया जाए कि अल्पकालिक लाभ के लिए दीर्घकालिक संसाधनों को नष्ट करना उनके ही खिलाफ जाएगा। सामुदायिक आधारित संसाधन प्रबंधन (CBRM) इस दिशा में एक प्रभावी मॉडल हो सकता है। इसके तहत, आदिवासी समुदाय स्वयं अपने जंगलों के प्रबंधन के लिए नियम बनाते हैं—जैसे कि संग्रहण के लिए विशिष्ट क्षेत्र निर्धारित करना या मौसम के अनुसार संग्रहण को नियंत्रित करना। इससे उन्हें

अपने संसाधनों पर स्वामित्व की भावना मिलती है और वे संरक्षण के प्रति अधिक जिम्मेदार बनते हैं। यह मॉडल न केवल प्रकृति की रक्षा करता है, बल्कि समुदाय को आर्थिक रूप से सशक्त भी बनाता है।

#### **सरकारी और गैर-सरकारी संगठनों की भूमिका:**

सहयोग से समृद्धि जंगली खाद्य पदार्थों के संरक्षण और उनके उपयोग को बढ़ावा देने में सरकार और गैर-सरकारी संगठन (NGOs) मिलकर क्रांतिकारी बदलाव ला सकते हैं। सरकार नीतिगत स्तर पर सहायता प्रदान कर सकती है। उदाहरण के लिए, भारत सरकार की "वन धन विकास योजना" गैर-लकड़ी वन उत्पादों (NTFPs) के संग्रहण और विपणन के लिए आदिवासियों को वित्तीय और तकनीकी सहायता देती है। इसे बालाघाट में प्रभावी ढंग से लागू करके, जंगली खाद्य पदार्थों को एक संगठित उद्योग के रूप में विकसित किया जा सकता है। इसके अलावा, वन संरक्षण अधिनियम और जैव विविधता अधिनियम जैसे कानूनों को सख्ती से लागू करके अवैध कटाई और अति-शोषण को रोका जा सकता है। NGOs जमीनी स्तर पर महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। वे आदिवासियों को प्रशिक्षण दे सकते हैं—जैसे कि सतत संग्रहण की तकनीकें, उत्पादों को सुखाने और पैक करने के तरीके, और बाजार में बिक्री के लिए प्रस्तुति कौशल। साथ ही, वे बाजार से सीधे संपर्क स्थापित करने में मदद कर सकते हैं, जैसे कि मेलों और प्रदर्शनियों का आयोजन करना या ऑनलाइन प्लेटफॉर्मों के माध्यम से उत्पादों को बेचने की व्यवस्था करना। उदाहरण के लिए, कुछ NGOs ने छत्तीसगढ़ में महुआ और तैदू पत्ता उत्पादकों को ई-कॉमर्स से जोड़ा है, जिससे उनकी आय में उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। सरकार और NGOs का सहयोग एक समग्र दृष्टिकोण बनाता है। जहाँ सरकार बुनियादी ढांचा और नीतियाँ प्रदान करती है, वहीं NGOs स्थानीय समुदायों के साथ मिलकर इन योजनाओं को लागू

करते हैं। इसके साथ ही, स्कूलों और समुदायों में संरक्षण शिक्षा कार्यक्रम चलाए जा सकते हैं, ताकि युवा पीढ़ी भी इस प्रयास का हिस्सा बने। यह सहयोग संरक्षण, शिक्षा, और आर्थिक विकास को एक साथ आगे बढ़ाता है।

#### **निष्कर्ष:**

एक सतत और समावेशी भविष्य की ओर बालाघाट जिले में जंगली खाद्य पदार्थों का संरक्षण और उनका सतत उपयोग एक ऐसा मिशन है जो प्रकृति, संस्कृति, और समाज को एक साथ जोड़ता है। ये पदार्थ आदिवासियों के लिए पोषण का स्रोत हैं, उनके स्वास्थ्य की रक्षा करते हैं, उनकी सांस्कृतिक पहचान को मजबूत करते हैं, और उनकी आर्थिक स्थिति को बेहतर बनाने की क्षमता रखते हैं। लेकिन यह तभी संभव है जब हम संरक्षण को प्राथमिकता दें—सतत प्रथाओं को अपनाकर, समुदायों को जागरूक करके, और सरकारी-NGO सहयोग को बढ़ावा देकर। हमें यह भी याद रखना चाहिए कि आदिवासी केवल इन संसाधनों के उपयोगकर्ता नहीं हैं; वे इनके संरक्षक भी हैं। उनके पारंपरिक ज्ञान और प्रथाओं को सम्मान देना और उन्हें आधुनिक रणनीतियों में शामिल करना इस प्रयास की सफलता के लिए जरूरी है। जंगली खाद्य पदार्थों के संरक्षण और उपयोग के माध्यम से, हम न केवल आदिवासियों के जीवन को समृद्ध बना सकते हैं, बल्कि बालाघाट की प्राकृतिक धरोहर को भी आने वाली पीढ़ियों के लिए सुरक्षित कर सकते हैं। यह एक ऐसा प्रयास है जो पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक न्याय को एक साथ साकार करता है। हम सभी इसमें भागीदार बन सकते हैं—चाहे वह स्थानीय उत्पादों को खरीदकर आदिवासियों का समर्थन करना हो, जागरूकता फैलाना हो, या नीति निर्माण में अपनी आवाज उठाना हो। हर कदम मायने रखता है, और यह संयुक्त प्रयास हमें एक सतत, समावेशी, और समृद्ध भविष्य की ओर ले जा सकता है।



चित्र 1: बालाघाट जिले में प्रचुर मात्रा में उपलब्ध बाँस का आदिवासी महिलाओं द्वारा प्रसंस्करण





# समाप्त

ISBN: 978-93-343-6466-8

## कृषि ज्ञान सुधा