

# कृषक ज्योति

  
कृषक ज्योति  
Krishak Jyoti

भाग -1, अंक 2 जनवरी-2026

त्रैमासिक पत्रिका



# संपादक - मंडल

## डॉ. राजेंद्र प्रसाद मुख्य संपादक

editorinchief@krishakjyoti.in  
प्रोफेसर, उद्यान विज्ञान विभाग,  
कुलभास्कर आश्रम PG कॉलेज  
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

## सौम्या तिवारी संपादक

editor@krishakjyoti.in  
प्रबंधन अध्ययन विद्याशाखा उत्तर प्रदेश  
राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय,  
प्रयागराज

## डॉ. अनुराग रजनीकांत तायडे संपादक

editor@krishakjyoti.in  
सहायक प्रोफेसर कीट विज्ञान विभाग,  
शुआट्स, प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

## डॉ. अमित कुमार संपादक

editor@krishakjyoti.in  
सहायक प्रोफेसर कृषि अर्थशास्त्र विभाग,  
SHUATS, प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

## निखिल तिवारी श्रीदत्त सह-संपादक

coeditor@krishakjyoti.in  
टीचिंग एसोसिएट कृषि विस्तार एवं संचार  
विभाग, शुआट्स,  
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश



**प्रकाशक**  
**डॉ. राजेन्द्र प्रसाद**

**पत्रिका का प्रकार -** हिंदी, त्रैमासिक पत्रिका, कृषि पत्रिका

**पंजीकृत कार्यालय -** 4/4सी, म्योर रोड, इलाहाबाद, इलाहाबाद,  
उत्तर प्रदेश -211002

**Website -** [www.krishakjyoti.in](http://www.krishakjyoti.in)

**E-mail -** [editorinchief@krishakjyoti.in](mailto:editorinchief@krishakjyoti.in)

**Contact -** 9450681433



# प्रयागराज में लाल मूली की जैविक खेती और औषधीय उपयोग

कुशाग्र कुमार बिन्द, डॉ शिवकांत सिंह चंदेल एवं उज्ज्वल आनंद  
प्रो.राजेंद्र सिंह (रज्जू भैया) यूनिवर्सिटी, नैनी, प्रयागराज

किसान भाइयों, हमारी मिट्टी हमारी असली संपत्ति है। गंगा और यमुना के बीच बसा प्रयागराज का दोआब क्षेत्र सदियों से उपजाऊ रहा है। यह भूमि हमें



अन्न, ताजी सब्जियाँ, और जीवन की खुशियाँ देती रही है। लाल मूली की जैविक खेती न केवल आर्थिक लाभ देती है, बल्कि हमारी मिट्टी और हमारे स्वास्थ्य के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण है।

आज का किसान अपने खेत के साथ-साथ अपने स्वास्थ्य और पर्यावरण के प्रति भी सचेत हो गया है। लोग रसायन-मुक्त, ताजी और पोषक तत्वों से भरपूर सब्जियों के लिए अधिक मूल्य देने को तैयार हैं। इसलिए यह समय है कि हम लाल मूली जैसी जल्दी तैयार होने वाली फसल की जैविक खेती अपनाएँ,

जिससे हमारी आमदनी भी बढ़े और मिट्टी भी स्वस्थ रहे।

जैविक खेती केवल रसायन छोड़ने की प्रक्रिया नहीं है, बल्कि यह मिट्टी, पानी, और हमारे परिवार के स्वास्थ्य के प्रति हमारी जिम्मेदारी है। गाय के गोबर, गोमूत्र, हरी खाद और प्राकृतिक कीट नियंत्रण अपनाकर हम मिट्टी की शक्ति बनाए रख सकते हैं। इस लेख में हम विस्तार से जानेंगे कि कैसे प्रयागराज की मिट्टी और मौसम का फायदा उठाकर लाल मूली उगाई जा सकती है और इसके औषधीय लाभ किस प्रकार मिलते हैं।

## मिट्टी और मौसम की विशेषताएँ

प्रयागराज की मिट्टी लाल मूली जैसी जड़ वाली फसल के लिए उपयुक्त है। यहाँ की मिट्टी मुख्यतः दोमट और बलुई दोमट है। इसका मतलब है कि मिट्टी में नमी अच्छी तरह बनी रहती है, लेकिन पानी जमा नहीं होता। भुरभुरी मिट्टी मूली की जड़ों को सीधा और लंबा विकसित करने में मदद करती है।

मौसम की दृष्टि से, लाल मूली ठंडे मौसम में अच्छी तरह उगती है। सितंबर से दिसंबर के बीच बुवाई करना सबसे उत्तम है। गर्मियों में मूली कड़वी हो

सकती है और तेज धूप में जड़ कठोर हो सकती है। इसलिए किसान भाइयों को मौसम का ध्यान रखते हुए सही समय पर बुवाई करनी चाहिए।

मूली की फसल लगभग 35-45 दिन में तैयार होती है। यह जल्दी तैयार होने वाली फसल है, जिससे किसान जल्दी लाभ कमाने में सक्षम होते हैं। यदि किसान वर्ष में दो या तीन बार इस फसल की बुवाई करता है, तो यह लगातार आय का स्रोत बन सकती है।

### **जैविक खेती का महत्व**

जैविक खेती का अर्थ केवल रसायन-मुक्त खेती नहीं है। यह मिट्टी की उर्वरता बनाए रखने, जल स्रोतों की सुरक्षा और हमारे स्वास्थ्य के लिए जिम्मेदार कदम है। जब हम रसायन के बजाय गाय के गोबर, गोमूत्र, हरी खाद और प्राकृतिक कीट नियंत्रण अपनाते हैं, तो मिट्टी जीवित रहती है।

जैविक खेती से मूली का स्वाद भी बेहतर होता है। शहरों में लोग ऑर्गेनिक मूली के लिए अधिक कीमत देने को तैयार रहते हैं। यह किसान भाइयों के लिए आय का अच्छा स्रोत बन सकता है। साथ ही, मिट्टी लंबे समय तक उपजाऊ बनी रहती है और पर्यावरण भी सुरक्षित रहता है।

### **खेत की तैयारी**

अच्छी फसल के लिए खेत की तैयारी अत्यंत महत्वपूर्ण है। खेत को दो-तीन बार गहरा जोतें और ढेले तोड़ें। मिट्टी को भुरभुरी और नरम बनाना जरूरी है ताकि मूली की जड़ें आसानी से फैल सकें।

सड़ी हुई गोबर की खाद या वर्मी कम्पोस्ट खेत में मिलाएं। यदि हरी खाद उपलब्ध हो तो उसे भी खेत में मिलाने से मिट्टी की उर्वरता बढ़ती है। यह मिट्टी में पोषक तत्वों का संतुलन बनाए रखता है और पौधों को हरा-भरा रखता है।

किसान भाइयों को यह भी ध्यान रखना चाहिए कि पानी का निकास सही होना चाहिए। अगर खेत में पानी जमा रहेगा, तो मूली की जड़ें सड़ सकती हैं। इसलिए खेत में हल्की ढलान बनाए रखना फायदेमंद है।

### **बीज का चयन और बुवाई**

बीज का चयन फसल की सफलता में सबसे अहम भूमिका निभाता है। हमेशा प्रमाणित, रोग-मुक्त और उच्च गुणवत्ता वाला बीज लें।

बुवाई से पहले बीज को गोमूत्र या जीवामृत में भिगो दें। इससे बीज जल्दी अंकुरित होता है और पौधे मजबूत बनते हैं।

कतार से कतार की दूरी 25-30 सेंटीमीटर और पौधों के बीच 8-10 सेंटीमीटर रखनी चाहिए। बीज को दो से तीन सेंटीमीटर गहराई में बोना पर्याप्त होता है।

### **सिंचाई और नमी प्रबंधन**

मूली को हल्की नमी की आवश्यकता होती है। पहली सिंचाई बुवाई के तुरंत बाद करें ताकि बीज मिट्टी में बैठ जाए। उसके बाद 7-10 दिनों में एक बार हल्की सिंचाई करनी चाहिए।

यदि खेत में ट्यूबवेल या ड्रिप सिस्टम उपलब्ध है, तो उसका इस्तेमाल करें। इससे पानी की बचत होती है और नमी संतुलित रहती है।

किसानों को यह भी समझना चाहिए कि दिन के गर्म समय में पानी देने से पौधों की जड़ों में रोग लग सकते हैं। सुबह या शाम को सिंचाई करना सबसे उपयुक्त है।

### **पोषण और जैविक खाद**

मूली तेजी से बढ़ती है और इसे पोषण की आवश्यकता होती है। जैविक पोषण के लिए गोबर की खाद, वर्मी कम्पोस्ट और हरी खाद का उपयोग किया जाता है।

पंद्रह से बीस दिन के बाद पौधों पर जीवामृत, पंचगव्य और गोमूत्र का हल्का छिड़काव फायदेमंद रहता है। यह पत्तियों को हरा-भरा रखता है और जड़ें मजबूत बनाता है।

फसल के मध्य में हरी खाद उगाकर खेत में मिलाने से नाइट्रोजन मिलता है और मिट्टी की नमी बनी रहती है।

### **खरपतवार नियंत्रण**

फसल की वृद्धि में खरपतवार बाधक हो सकते हैं। यदि पौधों के बीच अनचाही घास उगती है, तो यह पोषण चूस लेती है और पौधों की वृद्धि धीमी कर देती है। निराई-गुड़ाई के साथ-साथ मल्लिंग की विधि अपनाने से मिट्टी की नमी बनी रहती है और खरपतवार कम उगते हैं।

### **रोग और कीट नियंत्रण**

मूली में माहू और सफेद मक्खी लग सकते हैं। जैविक उपाय जैसे नीम का तेल, लहसुन-मिर्च का घोल या गोमूत्र अर्क का छिड़काव पौधों को स्वस्थ रखता है। रसायन का उपयोग न करें, क्योंकि इससे मिट्टी और स्वास्थ्य दोनों पर बुरा असर पड़ता है।

### **कटाई और भंडारण**

लगभग 35-45 दिन में मूली तैयार होती है। जब जड़ लाल और मोटी दिखे, तो सावधानी से निकालें। कटाई के बाद पत्तियाँ काटें और मूली को छाया में रखें। बाजार भेजने से पहले इसे साफ करें और जल्दी भेजें ताकि ताजगी बनी रहे।

### **बाजार और लाभ**

आज शहरों में ऑर्गेनिक मूली की मांग बढ़ रही है। होटल, रेस्टोरेंट, सुपरमार्केट और घरों में लोग इसे लेने को तैयार हैं। किसान समूह बनाकर या सीधे उपभोक्ता तक पहुंचकर अधिक लाभ कमा सकते हैं।

### **पोषण मूल्य**

लाल मूली में विटामिन C, फाइबर, पोटैशियम, आयरन और कैल्शियम भरपूर मात्रा में होता है। यह पाचन, प्रतिरक्षा प्रणाली और हड्डियों के लिए लाभकारी है।

### **औषधीय लाभ**

लाल मूली कब्ज और गैस की समस्या दूर करती है। यह वजन नियंत्रित रखने में मदद करती है। रक्त शुद्धि करती है और लीवर व किडनी को स्वस्थ रखती है।

मधुमेह रोगियों में यह ब्लड शुगर संतुलन में सहायक हो सकती है।

### **मूली का उपयोग**

मूली सलाद, सब्जी, पराठा, अचार और जूस के रूप में उपयोगी है। जैविक मूली का स्वाद अधिक तीखा नहीं और मीठा मिठा होता है।

### **निष्कर्ष**

लाल मूली की जैविक खेती किसानों के लिए कम समय, कम लागत, अधिक लाभ और स्वास्थ्य सुरक्षा का माध्यम है। यदि हम रसायन से बचकर खेती करें, मिट्टी की उर्वरता बनाए रखें और बाजार की मांग के अनुसार फसल उगाएँ, तो यह हमें स्थायी आय और स्वस्थ जीवन दोनों दे सकती है।