आराम मिलता है। करी का पत्ता किडनी के लिए भी फायदेमंद है।

- करी का पत्ता आंखों की बीमारियों में लाभकारी माना जाता है इसमें मौजूद एंटीऑक्सीईट केटरेक्ट को शुरू होने से रोकता है तथा नेत्र ज्योति को बढ़ाता है।
- इसका उपयोग दातून के रूप में किया जाता है। तथा इसकी पत्तियों हबल औषधी के रूप में इस्तेमाल होती है कढी पत्ते की एक और खासियत यह है कि उदर सम्बधी कई रोगो को नियंत्रित करता है। कढी पत्ते के सेवन से शरीर में चर्बी एकत्रित नहीं होती है।
- करी पत्ते में बालों को मॉइस्चराइजर करने वाले कई गुण मौजूद होते है जो बालो को गहराई से साफ करते हैं और इन्हे बढ़ाने के साथ-साथ मजबूत भी बनाते है तथा करी पत्ते की सूखी पत्तियों को पाउडर बनाकर तिल या नारियल के तेल में मिलाकर तेल को थोडा गर्म करके सिर मे मसाज करे इसे रात भर रखे और फिर सुबह शेपू कर लें इस प्रकार मालिश करने से बाल गिरना बंद हो जाता है और मजबूत भी होता है।

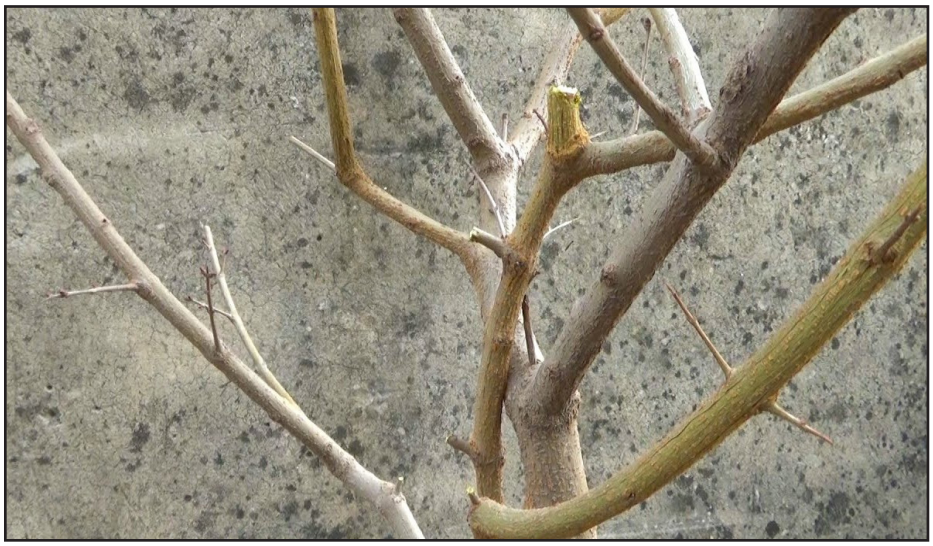
# अनार में काट-छांट तथा बहार का महत्व

हरेंद्र
शोध छात्र, उद्यान विज्ञान विभाग
आचार्य नरेन्द्र देव कृषि एंव प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय कुमारगंज, अयोध्या, उत्तर प्रदेश

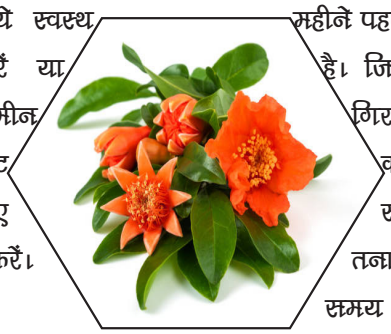
अनार का फल एक बहुत ही स्वादिष्ट एवं चमत्कारी होता है यह लैटिन भाषा के दो शब्दों से मिलकर बना होता है जो पोमुम तथा ग्रनाटम है जिसका शाब्दिक अर्थ क्रमानुसार- सेव तथा बीजयुक्त होता है वानस्पतिक रूप से अनार को पूनिका ग्रेनेटम कहा जाता है तथा यह पुनिकेसी फैमिली का फल होता है। अनार भारत की एक महत्वपूर्ण फल फसल है। घरेलू और विदेशी बाजार में अनार के अच्छे मूल्य की प्राप्ति को देखते हुए देश के काश्तकारों का रूझान अनार की खेती करने की ओर तेजी से बढ़ रहा है भारत में अनार की खेती मुख्य रूप से महाराष्ट्र में की जाती है। राजस्थान, उत्तरप्रदेश, आंध्रप्रदेश, हरियाणा, पंजाब, कर्नाटक, गुजरात में छोटे स्तर में इसके बगीचे देखे जा सकते हैं। इसका रस स्वादिष्ट तथा औषधीय गुणों से भरपूर होता है। अनार स्वास्थ्यवर्धक तथा विटामिन ए, सी, फोलिक एसिड तथा एंटीऑक्सिडेंट से भरपूर होता है। अनार के रस में बहुत से पाचक युक्त एंजाइम पाए जाते हैं। शोध से यह भी ज्ञात हुआ है कि अनार जोड़ों के दर्द के लिए भी बहुत ही फायदेमंद होता है तथा यह लंबे समय से हो रही कब्जियत बीमारी को भी खत्म कर देता है। अनार का एक पौधा इंसान की किस्मत को बदल सकता है। प्रचलित मुहावरा भी हैं कि- "एक अनार कोई न होगा बीमार, ऐसा कहा जाता है!" अनार एक स्वादिष्ट और पौष्टिक फल है। यह फल हृदय रोग, संग्रहणी, वमन में लाभकारी व बल वीर्यवर्धक है। हमारे वेदों के अंग "आयुर्वेद" में विभिन्न रोगों के उपचार हेतु जड़ी-बूटियां, वृक्षों की छाल, फल, फूल व पत्तों से निर्मित औषधियों का अत्यधिक महत्व बताया गया है।

**अनार में कांट-छांट कैसे करें**

अनार के पौधों में जड़ से अनेक शाखाएँ निकलती रहती हैं। यदि इनको समय-समय पर निकाला न जाये तो अनेक मुख्य तने बन जाते हैं। जिससे उपज तथा गुणवत्ता पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता हैं। उपज तथा गुणवत्ता की दृष्टि से प्रत्येक पौधों में 3 से 4 मुख्य तने ही रखना चाहिये तथा शेष को समय-समय पर निकलते रहना चाहिये। नये पौधों को उचित आकार देने के लिये कटाई-छँटाई करना आवश्यक होता हैं। अनार में 3 से 4 साल तक एक ही परिपक्व शाखाओं के अग्रभाग में फूल और फल खिलते रहते हैं। इसलिए नियमित कॉट-छाँट आवश्यक नहीं हैं। लेकिन सुखी रोगग्रस्त टहनियों, बेतरतीब शाखाओं तथा सकर्स को सुषुप्ता अवस्था में निकालते रहना चाहिए। ऐसे बगीचे जहाँ पर ऑइली स्पाट का प्रकोप ज्यादा दिखाई दे रहा हो वहाँ पर फल की तुड़ाई के तुरन्त बाद गहरी छँटाई करनी चाहिए तथा ऑइली स्पाट संक्रमित सभी शाखों को काट देना चाहिए। संक्रमित भाग



के 2 इंच नीचे तक छँटाई करें तथा तनों पर बने सभी कैंकर को गहराई से छिल कर निकाल देना चाहिए। छँटाई के बाद 10 प्रतिशत बोर्डो पेस्ट को कटे हुऐ भाग पर लगायें। बारिश के समय में छँटाई के बाद तेल युक्त कॉपर ऑक्सीक्लोराइड (500 ग्राम कॉपर ऑक्सीक्लोराइड,1 लीटर अलसी का तेल) का उपयोग करें। अति संक्रमित पौधों को जड़ से उखाड़ कर जला दें और उनकी जगह नये स्वस्थ पौधों का रोपण करें या संक्रमित पौधों को जमीन से 2-3 इंच छोड़कर काट दें तथा उसके बाद आए फुटानों को प्रबंधित करें।



**बहार का महत्व**

अनार में वर्ष में तीन बार फूल आते है, जिन्हे बहार कहते है। यदि एक ही पौधे से वर्ष में तीनो ही ऋतुओं (बंसत, वर्षा एवं गर्मी) के फल प्राप्त किये जाते है, तो कम उत्पादन के साथ-साथ गुणवत्ता भी प्रभावित होती है। अतः यह वांछित होता है कि एक पौधे से सिर्फ एक ही ऋतु में फल प्राप्त किये जाये इसके लिये शेष दो ऋतुओं के फूलों को पौधे से झाड़ दिया जाता है। और इसका निर्धारण पानी की उपलब्धता एवं बाजार की मांग के अनुसार किया जाता है। जिसे बहार नियंत्रण करना कहा जाता है। परन्तु बेक्टेरियल ब्लाइट रोग से प्रभावित क्षेत्रों में हस्त बहार लेना ठीक रहता है। शुष्क क्षेत्र जैसे राजस्थान जैसे राज्यों के लिये मृग बहार लेना उपयुक्त

रहता है। बहार नियंत्रण के लिए 1.5 से 2.0 महीने पहले सिंचाई बंद कर दी जाती है। जिससे पौधा अपनी पत्तियां गिराना प्रारम्भ कर देता है, साथ ही पौधे के तनाव के अन्तिम समय में ईथरेल (2 से 2.5 मिलीलीटर प्रति लीटर पानी) का छिड़काव करने से सभी पत्तिया गिर जाती है। जब पौधा अपनी 80 से 85 प्रतिशत पत्तियां गिरा दे, तो पौधो की हल्की कटाई-छटाई भी कर दे उसके पश्चात् थालो की गुड़ाई करके हल्का पानी लगा दें और सन्तुलित मात्रा में खाद एवं उर्वरक डालकर समय-समय पर सिचाई करते रहे। अनार में पुष्पन प्रारम्भ होने एवं फल तुड़ाई का समय इस प्रकार है, जैसे-

**अंम्बे बहार-**

इस बहार में जनवरी से फरवरी के मध्य फूल आते हैं। और जुलाई से अगस्त में फल तैयार होते हैं। मानसून की शुरुआत में आने से बारिश की बूंदों से फल पे दाग हो जाते है। परिणाम स्वरूप बाजार भाव कम मिलते है।

**मृग बहार-**

इस बहार में जून से जुलाई के माह में फूल आते हैं। और दिसम्बर से जनवरी में फल तैयार होते हैं। इन फलों का विकास मानसून में होने के कारण कीटों का प्रकोप ज्यादा रहता है।

**हस्त बहार-**

इस बहार में सितम्बर से अक्टूबर में फूल आते हैं। और मार्च से अप्रैल में फल तैयार होते हैं। फूलों का विकास ठंडे और सूखे हवामान में होने से रोग और कीटों का प्रकोप कम होता है। फलों का विकास अच्छा होता है, बाजार भाव अच्छे मिलते है, अनार की सिर्फ