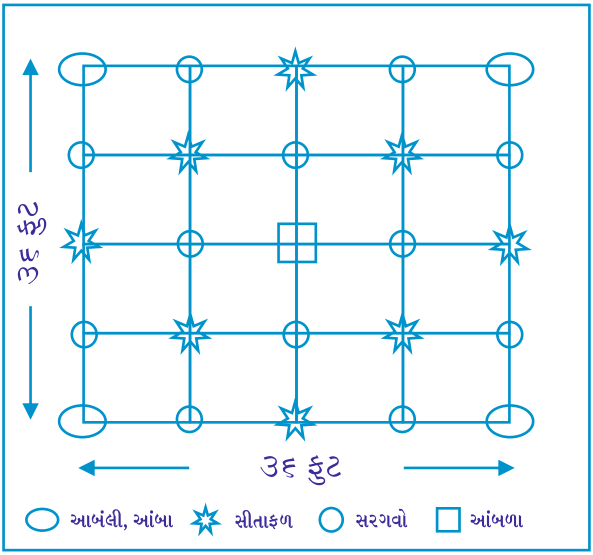
૩૧. સીતાફળ

સીતાફળ મધુર ફળ આપનાર નાનું ઝાડ છે. સંસ્કૃત ભાષામાં તેમનાં જુદા-જુદા નામ છે. જેમ કે, સીતાફળ, વૈદેહીવલ્લભ, કૃષ્ણબીજક, બહુબીજક, ગંડગાત્ર, શ્રીફળ વગેરે. આ ઓછા સમયમાં ઝડપથી વધતું ઝાડ છે. એમની એક ખાસિયત એ પણ છે કે, આ ફળ વરસાદનાં પાણીથી બહુ મીઠું અને સ્વાદિષ્ટ બને છે. પરંતુ, કૃત્રિમ પિયતથી તેમનો સ્વાદ એટલો મીઠો થતો નથી. આ કોઈપણ પ્રકારની જમીનમાં થઈ શકે તેવું ઝાડ છે. સીતાફળનું ઝાડ પાનખર પ્રકારનું ઝાડ છે.



સીતાફળ ભારતના સાતપુડાનાં પર્વતોમાં, વિદર્ભ, મધ્યભારત, મરાઠવાડા, ખાનદેશ, સૌરાષ્ટ્રના ગીરજંગલ, સહ્યાદ્રી, હૈદ્રાબાદની બાજુમાં આવેલ બાલાનગર, વિજયવાડા તથા મેડક જીલ્લાના જંગલોમાં ખૂબ જ સારા પ્રમાણમાં થાય છે.

સીતાફળ સ્વાદિષ્ટ, મીઠું અને ઔષધીય ફળ છે. આ ફળ શીતકારક, પિત્તનાશક, શક્તિદાયક, શુક્રવર્ધક, તણાવ દુર કરનાર, જંતુનાશક અને રેચક છે. આયુર્વેદિક ગ્રંથોમાં એમને હૃદયની બીમારી માટે ખુબ જ અસરકારક બતાવેલ છે. સીતાફળના મૂળને પાણીમાં ઘસીને પીવાથી રોકાયેલો પેશાબ ફરીથી ચાલુ થઈ જાય છે. સીતાફળના પાનમાં એકોરિન, એનાનોઈન જેવા ઔષધીય તત્વો હોય છે.

જેનાથી બ્રહ્માસ્ત્ર, દશપર્ણી અર્ક, નિમાસ્ત્ર જેવી જંતુનાશક દવાઓ બનાવી શકાય છે. સીતાફળના માવાનો ઉપયોગ મિલ્કશેક, સરબત, આઈસ્ક્રીમ, ફ્રુટ બટર, ટોફી, જામ, જેલી, પાઉડર વગેરે બનાવવામાં કરવામાં આવે છે. સીતાફળના બીજમાં ૩૦ ટકા જેટલું તેલ હોય છે, જેમાંથી સાબુ બને છે. આ તેલનો ઉપયોગ જંતુનાશક દવા બનાવવા માટે પણ થતો હોય છે. સીતાફળના બીજમાંથી બનાવેલ ખોળમાં ૪૦ ટકા નાઈટ્રોજન હોવાથી એમનો ઉપયોગ ખેતીમાં સેન્દ્રીય ખાતર તરીકે કરવામાં આવે છે.

સંવર્ધન :

સીતાફળના બીજનો સંગ્રહ કરવા માટે સૌથી ઉત્તમ ઝાડની પસંદગી કરવી જોઈએ. જો ઝાડની પસંદગી ના થઈ શકે તો બજારમાંથી સારી જાતના ફળ પસંદ કરીને વધારે પૈસા આપી ખરીદી કરવી અને એમાંથી બીજ સંગ્રહ કરવા જોઈએ. આમ, કરવાથી ભવિષ્ય માટે સારુ ઉત્પાદન આપનાર બીજ મળી શકે છે. કલમથી આ શક્ય નથી, સાથોસાથ થી પ્રાકૃતિક ખેતીમાં બધા જ ફળને પ્રાકૃતિક આકાર, સ્વાદ, મીઠાશ વગેરે જેવા ગુણ બીજના માધ્યમથી ઉમેરી શકાય છે.

સીતાફળને આંબલી, આંબા અથવા આમળાની વચ્ચે આંતરપાક તરીકે વાવવાના છે. દરેક બે આંબલી અથવા દેશી આંબાના ઝાડની વચ્ચે ૩૬ ફૂટનું અંતર રાખવું જોઈએ અને દરેક ચાર આંબલી અથવા આંબાના ઝાડ વચ્ચે એક આમળો વાવવો. દરેક આંબલી અથવા આંબા અને આમળાની વચ્ચે સીતાફળનું વાવેતર કરવું. આ દરેક બે ફળઝાડ વચ્ચે સરગવો વાવવો. આંબો, આંબલી, આમળા, સીતાફળ અને સરગવાના બીજ નક્કી કરેલી જગ્યા પર વાવવા. સીતાફળના માવાને ખાધા પછી બીજને ઝાડની છાયામાં સૂકવીને ઓછામાં ઓછા ૩ મહિના પછી ઉપયોગ કરવો જોઈએ. કારણ કે, ફળમાંથી બીજ કાઢયા પછી ૩ મહિના સુધી બીજ સુષુપ્તવસ્થામાં હોય છે. ઓક્ટોબર-નવેમ્બરમાં કાઢેલા બીજ જૂનમાં વાવી શકાય છે. વાવતા પહેલા બીજને ૪૮ થી ૭૨ કલાક સુધી જીવામૃતમાં પલાળીને રાખવા.

બગીચામાં નિશાની કર્યા બાદ જે જગ્યા પર ઝાડ વાવવાનું છે ત્યાં એક હાથ જમણી અને એક હાથ ડાબી બાજુ, એક હાથ (૧.૫ ફૂટ × ૧.૫ ફૂટ × ૧.૫ ફૂટ) આકારનો ખાડો ખોદવો. ચાર ભાગ ત્યાની માટી + બે ભાગ ગળતિયું છાણીયું ખાતર + એક ભાગ ઘન જીવામૃત મિક્ષ કરીને દરેક ખાડામાં ભરી દયો અને ઉપરથી જીવામૃતનો છંટકાવ કરવો,

ત્યારબાદ સુકા ઘાસથી ઢાંકી દો. વરસાદના પાણીથી અથવા પાણીના છંટકાવથી થોડા દિવસો પછી અંકુર ફૂટશે. અંકુરણ થયા પછી સુકાઘાસને હટાવી લો. ૧૦૦ લીટર પાણીમાં ૫ લીટર કપડાથી ગાળેલું જીવામૃત મિક્ષ કરીને રોપા ઉપર મહિનામાં બે વાર છાંટવું અને રોપની આજુબાજુ થોડું થોડું જીવામૃત જમીન પર મહિનામાં બે વાર નાખવું. જે દિવસ સીતાફળનું બીજ જમીનમાં વાવો એજ દિવસથી સીતાફળના બીજથી બે ફૂટ દુર ચોળીના બીજ વાવવા. શરૂઆતનાં ત્રણ માસ સુધી નિંદામણ કાઢીને એમનો ઢાંકવા માટે ઉપયોગ કરવો. બધા જ વિસ્તારમાં જ્યાં ખાલી જગ્યા હોય ત્યાં શાકભાજીના બીજનું વાવેતર કરી શકો છો.

સીતાફળના ફૂલની કળીના સંપૂર્ણ વિકાસ થવામાં ૩૫ દિવસ લાગે છે. વધારે પડતા ફૂલ જુન-જુલાઈમાં આવે છે અને સાડાચાર થી પાંચ મહિનામાં (દશેરા- દિવાળીના સમયગાળામાં) સપ્ટેમ્બર થી નવેમ્બર સુધીમાં ફળ તૈયાર થઈ જાય છે. આખા વર્ષ દરમ્યાન દરેક મહિનામાં ઓછામાં ઓછા એકવાર એક એકર દીઠ ૨૦૦ લીટર પાણીમાં ૨૦ લીટર કપડાથી ગાળેલું જીવામૃત મિક્ષ કરીને સીતાફળના ઝાડ પર છંટકાવ કરતું રહેવું. સીતાફળ ઉપર ઓછા છાયાવાળું કોઈ ઝાડ હોવું જોઈએ. સરગવાના ઝાડથી આ કામ થઈ શકે છે.

સીતાફળના ફળ ઉપર જયારે પેશી ઉપરની તરફ ઉપસવા લાગે, એકબીજાથી અલગ થવા લાગે, બે પેશી વચ્ચે તિરાડ બને, પેશીના નીચેનો ભાગ સફેદ અને પીળો થઈ જાય તેમજ લીલા રંગના ફળનો ઘાટો લીલો રંગ બદલીને આછા લીલા રંગમાં પરિવર્તન થઈ જાય, આ સમય ફળ ઉતારવા માટે તૈયાર છે. આ પરીસ્થિતિ સપ્ટેમ્બર થી નવેમ્બર માસના વચ્ચેના ગાળામાં આવે છે.

પાક સંરક્ષણ :

સીતાફળના ઝાડ પર મીલીબગ (ચીકટો), ફળ કોરીખાનાર ઈયળ, ફળ માખી, ભીંગડા કિટક, લાખ કિટક, સફેદ માખી, કૃમિ, મૂળ ગંઠવા કૃમિ જેવા જંતુઓ નુકસાની કરે છે. તેમનું નિયંત્રણ બ્રહ્માસ્ત્ર, નિમાસ્ત્ર અને અગ્ન્યસ્ત્ર છાંટવાથી થઈ શકે છે. કૃમિ નિયંત્રણ માટે ગલગોટા જેવા ફૂલપાકો વાવવા ખુબ જરૂરી છે. તેના મૂળમાં અલ્ફાટરથોનાઈલ નામનું તત્વ તૈયાર થાય છે, જેનાથી સૂત્રકૃમિ (નેમેટોડ) નિયંત્રિત થાય છે. ફળો અને પાનોની બીમારીઓ, જીવામૃતના છંટકાવ, સુકાઘાસ ઢાંકવાથી અને ખાટી છાશ તથા સુંઠાસ્ત્રનાં છંટકાવથી નિયંત્રણ કરી શકાય છે. સામાન્ય રીતે પ્રાકૃતિક ખેતીમાં જંતુઓથી થતી બીમારીઓ આવતી નથી.