Reg. No.: COOP/2023/KOTA/201080/26/213

AGRICULTURE FORUM FOR TECHNICAL EDUCATION OF FARMING SOCIETY

Kota, Rajasthan

प्राकृतिक खेती कम लागत में स्वस्थ मिट्टी, सुरक्षित भोजन और टिकाऊ कृषि की ओर

Authors

उमाशंकर रावत

पीएच.डी. शोधार्थी, प्रसार शिक्षा
भाकृअनुप - भारतीय पशु चिकित्सा अनुसंधान संस्थान
इज़्तनगर, उत्तर प्रदेश

Leaflet History

Received : 01.11.2026
Revised : 05.11.2026
Accepted : 10.11.2026

INTRODUCTION

प्राकृतिक खेती अपनाएं, धरती और किसान दोनों को स्वस्थ बनाएं!

प्राकृतिक खेती एक ऐसी कृषि पद्धति है जिसमें मिट्टी, पानी, पौधों, सूक्ष्मजीवों, पशुओं और जैव विविधता के बीच प्राकृतिक संतुलन बनाए रखने पर जोर दिया जाता है।



प्राकृतिक खेती का यही संदेश, स्वस्थ मिट्टी और समृद्ध किसान का परिवेश।

प्राकृतिक खेती क्या है?

प्राकृतिक खेती ऐसी कृषि पद्धति है जिसमें सिंथेटिक रासायनिक उर्वरकों, कीटनाशकों और खरपतवारनाशकों पर निर्भरता को समाप्त करने तथा प्राकृतिक पारिस्थितिक प्रक्रियाओं को मजबूत करने पर जोर दिया जाता है। इसमें स्थानीय संसाधनों, फसल अवशेषों, पशुधन, जैव विविधता और मिट्टी में मौजूद लाभकारी सूक्ष्मजीवों का उपयोग किया जाता है।

प्राकृतिक खेती के प्रमुख लाभ

1. **मिट्टी का स्वास्थ्य:** मिट्टी में जैविक पदार्थ और सूक्ष्मजीव गतिविधियों को बढ़ावा मिलता है।
2. **पानी की बचत:** मल्चिंग से मिट्टी की नमी सुरक्षित रखने में मदद मिलती है।
3. **लागत में कमी की संभावना:** खेत में उपलब्ध संसाधनों से कुछ कृषि आदान तैयार किए जा सकते हैं।
4. **जैव विविधता:** मिश्रित फसलें और मेड़ों पर पेड़-पौधे लगाने से जैव विविधता को बढ़ावा मिलता है।
5. **पर्यावरण संरक्षण:** सिंथेटिक कृषि रसायनों पर निर्भरता घटाने में सहायता मिलती है।
6. **पशुधन का उपयोग:** पशुओं से प्राप्त गोबर एवं गोमूत्र का उपयोग कृषि प्रणाली में किया जा सकता है।

प्राकृतिक खेती के चार प्रमुख आधार



याद रखें: प्राकृतिक खेती केवल किसी घोल का उपयोग करना नहीं है। यह फसल विविधता, मिट्टी का आवरण, जैविक अवशेषों का पुनर्चक्रण और प्राकृतिक संसाधनों के समुचित प्रबंधन पर आधारित संपूर्ण कृषि पद्धति है।

प्राकृतिक खेती के उपयोगी घोल कैसे बनाएं?

1. बीजामृत – बुवाई से पहले बीज उपचार

बीजामृत का उपयोग बीजों एवं रोपण सामग्री के उपचार के लिए किया जाता है। इसका उद्देश्य बीज की सतह पर लाभकारी सूक्ष्मजीवों का आवरण तैयार करना है।

सामग्री (लगभग 100 किलोग्राम बीज के लिए):

सामग्री	मात्रा
ताजा गोबर	5 किलोग्राम
गोमूत्र	5 लीटर
बुझा हुआ चूना	50 ग्राम
खेत की स्वच्छ मेड़ की मिट्टी	लगभग 1 किलोग्राम
पानी	20 लीटर

बनाने की विधि:

1. 5 किलोग्राम गोबर को साफ सूती कपड़े में बांधें।
2. इसे 20 लीटर पानी में लगभग 12 घंटे तक रखें।
3. अलग बर्तन में 50 ग्राम चूना 1 लीटर पानी में मिलाकर रातभर रखें।
4. अगले दिन गोबर की पोटली को पानी में अच्छी तरह निचोड़ें।
5. इसमें मेड़ की स्वच्छ मिट्टी और गोमूत्र मिलाएं।
6. अंत में चूने का तैयार घोल मिलाकर अच्छी तरह चलाएं।

उपयोग कैसे करें?

- बीजों पर घोल का हल्का लेप करें।
- छाया में सुखाकर बुवाई करें।
- दलहनी एवं नाजुक बीजों को अधिक देर तक भिगोने से बचें।
- बीज की किस्म और उपचार विधि के अनुसार स्थानीय कृषि विशेषज्ञ की सलाह लें।

2. जीवामृत – मिट्टी की जैविक गतिविधि को बढ़ावा

सामग्री (200 लीटर जीवामृत के लिए):

सामग्री	मात्रा
ताजा गोबर	10 किलोग्राम
गोमूत्र	5–10 लीटर
गुड़	2 किलोग्राम
बेसन या अन्य दलहन का आटा	2 किलोग्राम
खेत की स्वच्छ मेड़ की मिट्टी	लगभग 1 किलोग्राम
पानी	200 लीटर

बनाने की विधि:

1. प्लास्टिक के ड्रम में 200 लीटर पानी भरें।
2. इसमें गोबर और गोमूत्र मिलाएं।
3. गुड़ तथा दलहन का आटा डालें।
4. मेड़ की स्वच्छ मिट्टी मिलाएं।
5. लकड़ी की छड़ी से अच्छी तरह चलाएं।
6. ड्रम को छायादार स्थान पर रखें।
7. मिश्रण को सामान्यतः 5–7 दिन तक किण्वित होने दें तथा सुबह-शाम चलाएं।

उपयोग कैसे करें?

- तैयार घोल को छानकर सिंचाई के पानी के साथ दें।
- खेत की मिट्टी, फसल और सिंचाई व्यवस्था के अनुसार मात्रा तय करें।
- पत्तियों पर छिड़काव करना हो तो पहले छोटे हिस्से में परीक्षण करें।
- घोल को तैयार होने के बाद जल्द उपयोग करें।

ठोस प्राकृतिक आदान और मिट्टी प्रबंधन

1. घनजीवामृत

घनजीवामृत जीवामृत का ठोस रूप है। इसे खेत में मिट्टी के साथ मिलाकर उपयोग किया जा सकता है।

सामान्य सामग्री:

- 100 किलोग्राम अच्छी तरह सड़ा हुआ गोबर।
- 2 किलोग्राम गुड़।
- 2 किलोग्राम दलहन का आटा।
- लगभग 5 लीटर गोमूत्र (मिश्रण की नमी के अनुसार)।
- लगभग 1 किलोग्राम स्वच्छ मेड़ की मिट्टी।

बनाने की विधि:

1. गोबर को साफ जमीन या तिरपाल पर फैलाएं।
2. गुड़ और दलहन के आटे को थोड़े पानी में घोलें।
3. गोमूत्र के साथ इस घोल को गोबर पर समान रूप से डालें।
4. मेड़ की मिट्टी मिलाकर अच्छी तरह मिश्रण तैयार करें।

5. मिश्रण में हल्की नमी बनाए रखें।
6. छायादार स्थान पर ढेर बनाकर रखें और उचित किण्वन होने दें।
7. तैयार सामग्री को खेत में प्रयोग करें।

सावधानी: यह एक सामान्य उदाहरणात्मक विधि है। अलग-अलग प्राकृतिक खेती प्रणालियों में घनजीवामृत की सामग्री और किण्वन अवधि अलग हो सकती है। स्थानीय कृषि विश्वविद्यालय या KVK द्वारा अनुशंसित विधि को प्राथमिकता दें।

2. मल्चिंग (आच्छादन)

मल्चिंग का अर्थ है मिट्टी की सतह को फसल अवशेषों, सूखी घास, पत्तियों या उपयुक्त जीवित आवरण फसलों से ढकना।

मल्चिंग के लिए उपयोगी सामग्री:

- गेहूं और धान के फसल अवशेष।
- सूखी पत्तियां।
- सूखी घास।
- दलहनी फसलों के अवशेष।
- उपयुक्त आवरण फसलें।

कैसे करें?

1. खेत से स्वस्थ फसल अवशेष इकट्ठा करें।
2. फसल की कतारों के बीच मिट्टी पर फैलाएं।
3. पौधे के तने से थोड़ा स्थान खाली रखें।
4. खेत में नमी और खरपतवार की स्थिति देखकर आवरण बनाए रखें।
5. सड़ी-गली या रोगग्रस्त सामग्री का उपयोग न करें।

3. मिश्रित एवं अंतरवर्तीय खेती

एक ही खेत में दो या अधिक उपयुक्त फसलें उगाना फसल विविधता बढ़ाने का अच्छा तरीका है।

उदाहरण:

मुख्य फसल	सहायक फसल का उदाहरण
मक्का	मूंग या उड़द
गेहूं	सरसों
अरहर	मूंग या उड़द
सब्जियां	उपयुक्त दलहनी फसल

फसलों का चयन स्थानीय जलवायु, मिट्टी, बुवाई समय, पानी और बाजार की मांग के अनुसार करें।

प्राकृतिक तरीके से कीट एवं रोग प्रबंधन

प्राकृतिक खेती में फसल को कीट एवं रोगों से बचाने के लिए रोकथाम, नियमित निगरानी और एकीकृत कीट प्रबंधन पर विशेष ध्यान दिया जाता है।

1. खेत की नियमित निगरानी करें

- सप्ताह में कम से कम दो बार फसल का निरीक्षण करें।
- पत्तियों के ऊपर और नीचे कीटों तथा अंडों की जांच करें।
- पौधों में पीलापन, धब्बे, मुरझाने और सड़न के लक्षण देखें।
- प्रभावित पौधों की पहचान कर उचित सलाह लें।

2. रोकथाम के उपाय

- फसल चक्र अपनाएं।
- रोगमुक्त और प्रमाणित बीजों का उपयोग करें।
- खेत और मेड़ों पर जैव विविधता बढ़ाएं।
- रोगग्रस्त पौधों और फसल अवशेषों का उचित प्रबंधन करें।
- खेत में जल निकास की अच्छी व्यवस्था रखें।
- पीले और नीले चिपचिपे ट्रैप तथा फेरोमोन ट्रैप का उपयोग लक्षित कीट के अनुसार करें।

3. नीम आधारित उपाय

नीम के बीज की गिरी का अर्क कुछ चूसक और पत्ती खाने वाले कीटों के प्रबंधन में सहायक हो सकता है।

सामान्य घरेलू तैयारी का उदाहरण:

- साफ नीम की गिरी का पाउडर तैयार करें।
- पानी में भिगोकर रातभर रखें।
- कपड़े से अच्छी तरह छान लें।
- आवश्यकता के अनुसार खेत में उपयोग करें।

नीम अर्क की प्रभावशीलता उसकी गुणवत्ता, तैयारी, कीट की प्रजाति और फसल की अवस्था पर निर्भर करती है। इसलिए मात्रा और छिड़काव का समय स्थानीय कृषि विशेषज्ञ की सलाह से तय करें।

4. छिड़काव के समय सावधानियां

- पहले कुछ पौधों पर परीक्षण करें।
- तेज धूप और तेज हवा में छिड़काव न करें।
- फूलों पर परागण करने वाले कीट सक्रिय हों तो छिड़काव से बचें।
- सुरक्षात्मक कपड़े, दस्ताने और मास्क पहनें।

- किसी भी घोल को बिना परीक्षण के दूसरे घोल के साथ न मिलाएं।

महत्वपूर्ण: यदि फसल में गंभीर रोग या कीट प्रकोप दिखाई दे तो तुरंत KVK या कृषि विशेषज्ञ से संपर्क करें। प्राकृतिक खेती अपनाने का अर्थ फसल को नुकसान होने देना नहीं है।

पानी, मिट्टी और फसल प्रबंधन

1. मिट्टी की नमी बनाए रखें

- मिट्टी को लंबे समय तक खुला न छोड़ें।
- खेत में फसल अवशेषों का उपयोग करें।
- जरूरत के अनुसार सिंचाई करें।
- खेत में पानी भराव न होने दें।
- मेड़बंदी एवं वर्षा जल संचयन को बढ़ावा दें।

2. व्हापसा (Wapsa) की अवधारणा

व्हापसा का संबंध मिट्टी में जल और वायु के संतुलित वातावरण से है। पौधों की जड़ों के अच्छे विकास के लिए मिट्टी में पर्याप्त नमी के साथ वायु का संचार भी आवश्यक है।

किसान क्या करें?

- अत्यधिक सिंचाई से बचें।
- मिट्टी की नमी देखकर पानी दें।
- जल निकास की व्यवस्था रखें।
- मल्चिंग अपनाएं।
- संभव हो तो ड्रिप या अन्य जल-कुशल सिंचाई विधियों का प्रयोग करें।

3. फसल चक्र अपनाएं

एक ही खेत में लगातार एक ही फसल उगाने से बचें। अनाज, दलहन और तिलहन फसलों का उपयुक्त क्रम अपनाएं।

उदाहरण:

गेहूं → मूंग → सरसों
फसल चक्र का चयन क्षेत्र और मौसम के अनुसार करें।

4. खेत में पेड़ और पशुधन का महत्व

- खेत की मेड़ों पर स्थानीय और उपयोगी वृक्ष लगाएं।
- पशुओं के गोबर एवं मूत्र का सुरक्षित उपयोग करें।
- फसल और पशुपालन को एक-दूसरे का पूरक बनाएं।
- खेत के जैविक अवशेषों का पुनर्चक्रण करें।

किसान के लिए प्राकृतिक खेती की कार्य योजना
फसल उत्पादन के विभिन्न चरणों में क्या करें?

फसल का चरण	किसान के लिए उपयोगी कार्य
बुवाई से पहले	खेत की तैयारी, मिट्टी परीक्षण, बीज चयन और बीज उपचार
बुवाई के समय	उचित दूरी, मिश्रित खेती और मल्चिंग की योजना
अंकुरण अवस्था	पौधों की संख्या, अंकुरण और नमी की निगरानी
शाकीय अवस्था	खरपतवार नियंत्रण, मल्चिंग और फसल निरीक्षण
फूल आने पर	कीटों की निगरानी और परागण करने वाले कीटों का संरक्षण
फल/दाना बनने पर	आवश्यकतानुसार सिंचाई और पौधों के स्वास्थ्य की जांच
कटाई के बाद	फसल अवशेषों का प्रबंधन और अगली फसल की योजना

एक एकड़ खेत में शुरुआत कैसे करें?

पहला कदम: अपने खेत की मिट्टी, सिंचाई और फसल की स्थिति समझें।

दूसरा कदम: स्थानीय KVK या कृषि विशेषज्ञ से प्राकृतिक खेती की उपयुक्त तकनीक की जानकारी लें।

तीसरा कदम: अपनी उपलब्धता के अनुसार गोबर, गोमूत्र, गुड़, दलहन का आटा और फसल अवशेष इकट्ठा करें।

चौथा कदम: एक छोटे हिस्से में प्राकृतिक खेती की विधियों का प्रदर्शन करें।

पांचवां कदम: फसल की वृद्धि, उत्पादन, लागत और शुद्ध लाभ का रिकॉर्ड रखें।

छठा कदम: परिणामों का मूल्यांकन करके धीरे-धीरे क्षेत्र बढ़ाएं।

किसान अपनी प्रगति का रिकॉर्ड रखें

विवरण	रिकॉर्ड
फसल का नाम	_____
खेत का क्षेत्रफल	_____
बीज की मात्रा	_____
सिंचाई की संख्या	_____
तैयार किए गए प्राकृतिक आदान	_____
कुल खेती लागत	_____
कुल उत्पादन	_____
बाजार मूल्य	_____
शुद्ध लाभ	_____

याद रखें: प्राकृतिक खेती में सफलता के लिए स्थानीय परिस्थितियों के अनुसार सही तकनीक अपनाना, नियमित निगरानी करना और परिणामों का रिकॉर्ड रखना जरूरी है।

महत्वपूर्ण सावधानियां और किसान संदेश:- प्राकृतिक खेती करते समय ये गलतियां न करें

1. बिना जानकारी के किसी भी घोल की मात्रा न बढ़ाएं।
2. सड़े, फफूंद लगे या दूषित कच्चे माल का उपयोग न करें।
3. रोगग्रस्त फसल अवशेषों को बिना उचित उपचार के खेत में न फैलाएं।
4. अत्यधिक सिंचाई न करें।
5. कीटों और रोगों की निगरानी बंद न करें।
6. बिना परीक्षण के नए घोल का बड़े क्षेत्र में छिड़काव न करें।
7. एक ही फसल लगातार न उगाएं।
8. उत्पादन और लागत का रिकॉर्ड रखना न भूलें।

किसान भाइयों के लिए पांच जरूरी सुझाव

- अपने खेत में उपलब्ध संसाधनों का उपयोग करें।
- मिट्टी को हमेशा ढककर रखने का प्रयास करें।
- दलहनी एवं अन्य उपयुक्त फसलों को फसल प्रणाली में शामिल करें।
- स्थानीय कृषि विशेषज्ञों से मार्गदर्शन लें।
- प्राकृतिक खेती के परिणामों का स्वयं मूल्यांकन करें।

हमारा संकल्प
स्वस्थ मिट्टी – स्वच्छ पर्यावरण – सुरक्षित भोजन – समृद्ध किसान

आइए, प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण करें और टिकाऊ कृषि की दिशा में कदम बढ़ाएं।