મશરૂમની ખેતી છે બડી જોરદાર...

આદિવાસીઓને આત્મનિર્ભર બનાવવા માટે ગુજરાતના અંતરિયાળ વિસ્તારોમાં વિનામૂલ્યે આપવામાં આવતી બિલાડીના ટોપ અર્થાત્ મશરૂમની ખેતીની સરકારી તાલીમે અનેકનાં જીવન ઉજાળ્યાં છે.

દેવાંશુ દેસાઈ (વલસાડ)

કોરોના વાઈરસે આપણને અનેક બોધપાઠ શીખવી દીધા છે. એમાં સૌથી મહત્ત્વનો પાઠ એ કે સ્વાસ્થ્ય જાળવ્યું હશે તો તમે આજુબાજુ મંડરાઈ રહેલી અનેક બીમારીથી બચી શકો છો. એ માટે તમારી રોગપ્રતિકારક શક્તિ સારી હોવી જરૂરી છે. શરીરની ઈમ્યુનિટી વધારવા આમ તો પરંપરાગત ભારતીય રસોઈશાસ્ત્રમાંથી જ આપણને ઘણું મળી રહે છે તો અમુક ચીજ નવા રૂપે હવે આપણી સામે આવી રહી છે. એવી એક સામગ્રી છે મશરૂમ.

વર્ષોથી આદિવાસીઓ મશરૂમ ખાતા આવ્યા છે. એનો અર્થ એ કે એમને મશરૂમનું મૂલ્ય બરાબર સમજાયું હતું. હમણાં કોરોના કાળમાં ઠેર ઠેર પગારકાપને કારણે લોકોની ખરીદશક્તિ ઓછી થઈ ગઈ એને પરિણામે ખાણી-પીણીની ઘણી ચીજની ડિમાન્ડ ઘટી ગઈ, પણ મશરૂમની માગ યથાવત્ જળવાઈ રહી અને અમેરિકા સહિતના દેશમાં તો ડિમાન્ડ ખૂબ વધી. એનું કારણ છે મશરૂમને કારણે શરીરને મળતી તાકાત.

ચોમાસામાં ભેજને કારણે ઠેર ઠેર બિલાડીના ટોપ ઊગી નીકળે. અંગ્રેજીમાં એને મશરૂમ કહે છે. જંગલ અને ગામડાંમાં તો મશરૂમ બહુ દેખાય. જંગલમાં તેમ જ ભીનાં લાકડાં પર ઊગી નીકળતા મોટા ભાગના મશરૂમ ઝેરી હોય છે. વિશ્વમાં આમ તો ૨૦૦૦ જેટલી જાતના મશરૂમ થાય છે. એમાંથી ભારતમાં ૨૦૦ પ્રકારના મશરૂમ થતા હોવાનું નોંધાયું છે.

આપણે ત્યાં ખાસ તો શીત વિસ્તારોમાં પરંપરાગત રીતે ઠંડીની સીઝનમાં મશરૂમનો અલગ અલગ ખાદ્ય સામગ્રીમાં ઉપયોગ થાય છે. દિલ્હી, ઉત્તર પ્રદેશ, હિમાચલ, ઝારખંડમાં મશરૂમ શાકાહારી તેમ જ માંસાહારી વાનગીમાં છૂટથી ખવાય છે. મશરૂમનું શાક, મશરૂમનું અથાણું, મશરૂમનો સૂપ અને કોઈક ઠેકાણે મશરૂમની મીઠી વાનગી પણ બને છે. મહારાષ્ટ્ર અને ગુજરાતમાં મશરૂમ કદાચ સૌથી વધારે પિઝામાં ખવાય છે.

ગુજરાત-મહારાષ્ટ્રના આદિવાસી પટ્ટાનાં જંગલોમાં જાતજાતના મશરૂમ ચોમાસા દરમિયાન

ઊગે છે. આદિવાસીઓ માટે એ પ્રોટીન-વિટામિનનો મહત્ત્વનો સ્રોત છે. એના ઔષધીય મહત્ત્વને લીધે લોકો રોજબરોજના ખાણામાં એનો ઉપયોગ કરતા રહ્યા છે. મશરૂમ હકીકતમાં એક પ્રકારની ફૂગ છે. જંગલમાં કે ઝાડ પર કે ઉકરડામાં ચોમાસામાં સફેદ કે ગુલાબી રંગ ધરાવતી છત્રી આકારે ઊગી નીકળતા મશરૂમ ખાવાલાયક નથી. ખોરાકમાં ઉપયોગમાં લઈ શકાય એવા મશરૂમની ખેતી એટલે જ હવે વેગ પકડવા લાગી છે.

- અને એમાં ગુજરાત પણ પાછળ નથી. ગુજરાતમાં તો મશરૂમની ખેતીમાં આદિવાસી મહિલાઓએ પણ ઝુકાવ્યું છે. દક્ષિણ ગુજરાતના વલસાડ જિલ્લાના કિલ્લાપારડી અને કપરાડા તાલુકામાં ઘણાં ગામમાં આદિવાસી મહિલા મશરૂમની ખેતી કરી મહિને આઠથી ૧૦ હજાર રૂપિયા કમાઈ લે છે. ગુજરાત સરકાર દ્વારા આદિવાસી સ્ત્રીઓને આત્મનિર્ભર બનાવવા ગામમાં જ રોજગારીની તક ઊભી થાય એ માટે *કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર* (કેવીકે) દ્વારા દરેક જિલ્લામાં તાલીમ આપવામાં આવે છે. *ગુજરાત વિદ્યાપીઠ*ના નેજા હેઠળ કેવીકે વિવિધ ટ્રેનિંગ આપે છે, એમાં મશરૂમની ખેતી પણ ખરી. ઉનાળાના એક-બે મહિના બાદ કરતાં આખું વર્ષ મશરૂમની ખેતી ઘેરબેઠાં સતત કરી શકાય છે. આ ખેતી પ્રમાણમાં સરળ અને ઓછી મહેનતે થાય છે.

વલસાડના કપરાડા તાલુકાના અંભેટી ગામમાં *કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર* આવેલું છે. કેન્દ્રનાં પ્રોગ્રામ આસિસ્ટન્ટ પ્રેમીલાબહેન આહીર છેલ્લાં છ વર્ષથી દર મહિને આદિવાસી સ્ત્રીઓને મશરૂમની ખેતી માટે ટ્રેનિંગ આપે છે. આ તાલીમ લેવા માટે વલસાડ જિલ્લા ઉપરાંત દક્ષિણ ગુજરાત તેમ જ બનાસકાંઠા, કચ્છ, આણંદ સહિત ગુજરાતભરમાંથી આદિવાસી ભાઈ-બહેનો પણ અહીં આવે છે. તમામને ચાર દિવસ માટે ગુજરાત સરકાર તરફથી ફ્રી ટ્રેનિંગ ઉપરાંત રહેવા-જમવાની નિઃશુલ્ક વ્યવસ્થા છે.

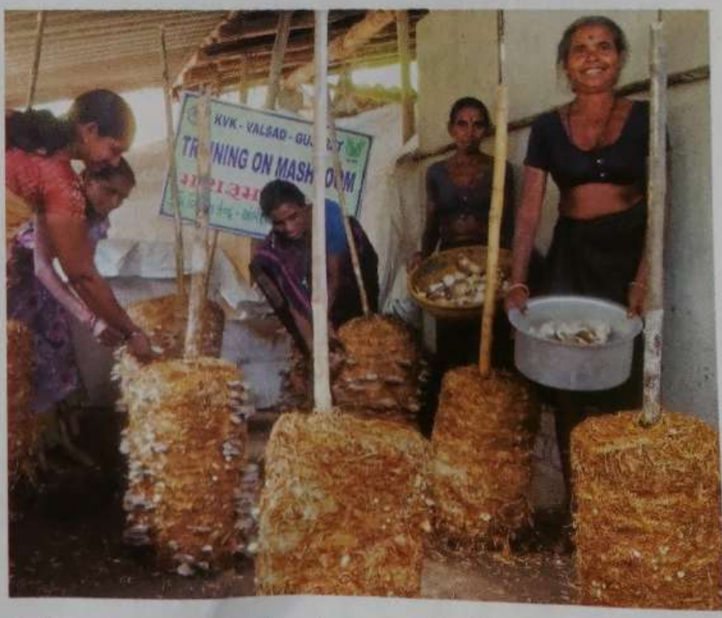
પ્રેમીલાબહેન આહીર *ચિત્રલેખા*ને કહે છે કે ટ્રેનિંગ પૂરી થયા પછી બહેનોને મશરૂમની ખેતી માટે સૌપ્રથમ કિટ પણ ફ્રી આપવામાં આવે છે. એક કિલો મશરૂમનાં બિયારણમાંથી પાંચથી છ કિલો મશરૂમ એક મહિનામાં તૈયાર થઈ જાય. એ વેચીને પછી આદિવાસી સ્ત્રી પોતાની મેળે પછી દર મહિને મશરૂમનાં સિલિન્ડર તૈયાર કરીને ખેતી કરતી જાય અને કમાણી કરતી રહે અને આમ એમની આજીવિકાની સાઈકલ ચાલતી રહે.

મશરૂમની ખેતી માટે પોલિથિનની બૅગમાં ડાંગરના ટુકડા (ઘાસની પરાળ) વચ્ચે બિયારણ પાથરીને સિલિન્ડર જેવો આકાર તૈયાર કરવામાં આવે. આ સિલિન્ડરમાં ૭૦થી ૮૦ ટકા ભેજ જાળવવો પડે. સિલિન્ડર તૈયાર કર્યા બાદ મોટે ભાગે બાવીસમા દિવસે મશરૂમનો પ્રથમ પાક તૈયાર થઈ જાય. પ્રથમ પાકમાં ૧૦ કિલો મળે. ત્યાર બાદ પાંચ દિવસ પછી ત્રણ કિલો અને એના પાંચેક દિવસ બાદ બીજાં ત્રણ કિલો મશરૂમ મળે. મશરૂમના બજારભાવ અત્યારે ૨૦૦થી ૩૦૦ રૂપિયા પ્રતિ કિલો બોલાય છે. સિલિન્ડરની સંખ્યા વધે એમ કમાણી પણ વધે.

*કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર*ના મુખ્ય સંચાલક રાજેન્દ્રસિંહ ઠાકોર *ચિત્રલેખા*ને કહે છે કે તાલીમ લીધા બાદ સ્ત્રી પગભર બની જાય અને પરિવારનો આર્થિક બોજો ઉપાડવા સક્ષમ બને છે. આ વિસ્તારમાં ઓછામાં ઓછી સોથી દોઢસો સ્ત્રીનાં આવાં ઉદાહરણ છે. છેલ્લાં પાંચ વર્ષમાં ગુજરાતની લગભગ ૭૦૦થી વધુ મહિલા અંભેટી આવીને મશરૂમની ખેતીની તાલીમ લઈ ગઈ છે.

પૌષ્ટિક અને ઔષધીય ગુણો ધરાવતા મશરૂમની જાતોની માગ હવે વધી રહી છે. ખાસ કરીને સફેદ *બટન મશરૂમ*, *ઢીંગરી મશરૂમ*, *ચાઈનીઝ મશરૂમ*, વગેરે જાણીતી જાત છે. સફેદ *બટન મશરૂમ* ઠંડા પ્રદેશમાં અને *ઢીંગરી મશરૂમ* ગરમ પ્રદેશમાં થાય છે. વલસાડના કપરાડા વિસ્તારમાં આદિવાસી પ્રજા *ઓયસ્ટર મશરૂમ*ની પણ ખેતી કરે છે.

વલસાડના પારડીથી ત્રીસેક કિલોમીટર દૂર ધોધડકૂવા ગામનાં સંગીતાબહેન પટેલ અને



'બિલાડીના ટોપ'ની ખેતી વિશે કૃષિ વિજ્ઞાન કેન્દ્ર દ્વારા ઝીણી ઝીણી સમજણ આપવામાં આવે. આ તાલીમને કારણે અનેક આદિવાસી વ્યવસ્થિત રોજી-રોટી રળતાં થયા છે.

ઔષધીય ગુણોનો ભંડાર...

□ મશરૂમમાં ૮૮થી ૯૦ ટકા પાણી, ચારથી પાંચ ટકા પ્રોટીન, પાંચ ટકા કાર્બોહાઈડ્રેટ અને એક ટકા જેટલાં ખનીજ તત્ત્વો તેમ જ વિટામિન હોય છે.

□ મશરૂમ હાઈપર ટેન્શન, ડાયાબિટીસ, હૃદયરોગીઓ માટે, ચામડીની સ્નિગ્ધતા જાળવવા માટે તેમ જ સંધિવા જેવા રોગોમાં ઉપયોગી છે.

□ મશરૂમમાં હાજર લીન પ્રોટીન વજન ઘટાડવામાં મદદરૂપ થાય છે. મશરૂમમાં એવાં તત્ત્વ હોય છે, જે કૉલેસ્ટરોલના સ્તરને કન્ટ્રોલમાં રાખે છે.

□ મશરૂમમાંથી *વિટામિન ઈ* મળી રહે છે. એનાથી હાડકાં મજબૂત થાય છે. એ નિયમિત ખાવાથી *વિટામિન ડી*ની વીસેક ટકા જરૂરત પૂરી થાય છે.

એમની જૂથની સ્ત્રીઓએ બે વર્ષ પહેલાં અંભેટીમાં મશરૂમ ઉગાડવાની તાલીમ લીધી હતી. સંગીતાબહેન અત્યારે એમના ઘરના આંગણામાં દોઢસો ફૂટની જગ્યામાં મશરૂમ ઉગાડે છે. સંગીતાબહેન *ચિત્રલેખા*ને કહે છે કે આ વિસ્તારના આદિવાસીઓ જ અમારા ઘરે આવીને મશરૂમ ખરીદી જાય છે. ઘેરબેઠાં આવક છે. મશરૂમના ઔષધીય ગુણોને ધ્યાનમાં રાખીને આદિવાસીઓ મોટે ભાગે શાકભાજીના સ્વરૂપે જ એ ખાય છે.

કપરાડા તાલુકાના નીલોસી ગામના ૩૫ વર્ષી

પ્રેમીલાબહેન આહીરઃ ત્રીસ-બત્રીસ દિવસના ગાળામાં ત્રણ વખત મળી વીસેક કિલો મશરૂમ ઉગાડી શકાય.

છનાભાઈ ખુટીકુટિયા *ચિત્રલેખા*ને કહે છે કે અગાઉ ઘરની ખેતી અને હેર કટિંગ સલૂનમાં કામ કરતો હતો, પણ અંભેટી ખાતે તાલીમ લીધા પછી પહેલા જ વર્ષે મશરૂમની ખેતીની કમાણીમાંથી મોટરબાઈક ખરીદી શક્યો.

છનાભાઈ મશરૂમની ખેતીમાંથી મહિને પંદર-વીસ હજાર રૂપિયાની કમાણી કરે છે. એ જ પ્રમાણે કરજૂણ ગામમાં તો ઘેર ઘેર આદિવાસી મહિલાઓ વ્યક્તિગત કે સામૂહિક ધોરણે મશરૂમની ખેતી કરે છે. કરજૂણના નાનુભાઈ ભોયાએ બે-ત્રણ વર્ષ પહેલાં તાલીમ લીધેલી અને ઘેર આવીને પોતાની પત્ની મીરાંને ટ્રેનિંગ આપી. આજે મીરાંબહેન ગામની ત્રણ-ચાર મહિલા સાથે મળીને મશરૂમની ખેતીથી સારી કમાણી કરે છે.

કપરાડા વિસ્તારના ગ્રામશિલ્પી મોહનભાઈ પટેલના માર્ગદર્શન હેઠળ કરજૂણ ગામમાં શાંતિબહેન અને અમિતા એ સાસુ-વહુ જરા અલગ પ્રકારે એટલે કે હૅન્ગિંગ સિલિન્ડર થકી મશરૂમની ખેતી કરે છે. શાંતિબહેન *ચિત્રલેખા*ને કહે છે કે અમે સિલિન્ડરને છત પર લટકાવીને ખેતી કરીએ છીએ, જેથી ચોમાસામાં સિલિન્ડરને જમીનના જીવજંતુ ન લાગે. આ કુટુંબ મશરૂમની ખેતીમાંથી વર્ષેદહાડે બેથી ત્રણ લાખ રૂપિયાની કમાણી કરે છે. સ્થાનિક આદિવાસી ઉપરાંત અમુક વેપારીઓ અહીંથી મશરૂમ ખરીદીને મુંબઈ સુધી પહોંચાડે છે. □

feedback2devanshu@chitralekha.com