


# निरोगी जीवनशैलीसाठी हवे सेंद्रिय- जैविक कृषितंत्र

अस्मिता म्हात्रे- तुपे  
विषय विशेषज्ञ (गृहविज्ञान)  
डॉ. सुरेश जगदाळे  
वरिष्ठ शास्त्रज्ञ व प्रमुख  
कृषी विज्ञान केंद्र, नागांव, जि. ठाणे



अलिकडील काही दशकांच्या कालावधीत, अधिक उत्पादनाच्या मोहामुळे शेतकरी रासायनिक शेतीकडे वळले. रासायनिक शेतीमधून पैसा मिळू लागला पण माणसाने आरोग्य गमावले. म्हणूनच सेंद्रिय- जैविक शेती, विषमुक्त आहार ही काळाची गरज आहे. 

रसायनयुक्त शेती उत्पादनांमुळे आपण रोज विषारी अन्न सेवन करत आहोत. युरिया, फॉस्फेट, पोटॅश यासारख्या रासायनिक खतांच्या फवारणीची शेतकऱ्यांमध्ये चढाओढ सुरू आहे आणि मानवी आरोग्यावर त्याचे दुष्परिणाम होत आहेत. भाजीपाला ताजा व टवटवीत दिसावा, तसेच त्याचे मोठ्या प्रमाणावर उत्पादन व्हावे यासाठी त्यावर रासायनिक खते फवारण्याची स्पर्धा लागली आहे; मात्र अशा पिकांचे दुष्परिणाम आता प्रखरतेने जाणवू लागले आहेत.

अलिकडील काही दशकांच्या कालावधीत, अधिक उत्पादनाच्या मोहामुळे शेतकरी रासायनिक शेतीकडे वळले. रासायनिक शेतीमधून पैसा मिळू लागला पण माणसाने आरोग्य गमावले. म्हणूनच सेंद्रिय- जैविक शेती, विषमुक्त आहार ही काळाची गरज आहे. ६०-७० वर्षांपूर्वी धान्य, भाजीपाला, फळे मिळायची ती पौष्टिक असायची. ते अन्न खाल्ल्यानंतर मानवाच्या शरीराला आवश्यक घटक मिळायचे. शरीराची सर्व पोषक घटकांची गरज पूर्ण व्हायची. म्हणून त्यावेळी माणसे सहज शंभरी गाठत होती. पण आता सरासरी आयुष्यमान १०० वरून ६०-७० वर आले आहे. हे दुष्परिणाम कशाचे आहेत? तेव्हा बाजारात कोणतेही रासायनिक खत किंवा विषारी कीटकनाशक नव्हतेच. आपल्या वाडवडिलांनी जी शेती केली ती केमिकल्स न वापरता पूर्ण शेणखताचा- सेंद्रिय खतांचा वापर करून केली, तशी आता आपण करत नाही. जागतिकीकरणाचा परिणाम म्हणून गेल्या तीन दशकांत आपला आहार विशेषतः शहरी आहार फार वेगाने बदलत गेला आहे. आपल्या खास देशी पदार्थांची जागा आता पाश्चिमात्य पदार्थांनी घेतली आहे. मात्र सेंद्रिय अन्न हे पारंपरिक अन्नापेक्षा अधिक सुरक्षित आहे, हे लक्षात घेतले पाहिजे.

### काही रासायनिक कीटकनाशके

#### कर्करोगाला कारणीभूत!

वैज्ञानिक संशोधनामध्ये असे सिद्ध झाले आहे की कॅनडा, नेब्रास्का, भारत इत्यादी देशांमधील शेतकरी जी कीटकनाशके वापरतात त्यापैकी काहींमुळे कर्करोग होण्याचे प्रमाण सर्वात जास्त आहे. स्वीडनमध्ये फेनॉक्सी तणनाशकांच्या संपर्कात आल्याने कॅन्सरचा धोका सहा पटीने वाढला आहे. कीटकनाशकांमधील ही रसायने भाजीपाला, डेअरी उत्पादने, प्राण्यांचे मांस यामधून आपल्या शरीरात जातात. या अवशेषांमुळे मानवी आतड्याच्या सामान्य रचनेमध्ये व्यत्यय येऊन आतड्यातील आरोग्यदायी जिवाणूंची संख्या कमी होते. त्यामुळे मानव हानीकारक जिवाणू आणि आजारांपासून अधिक असुरक्षित बनतो. एका संशोधनामध्ये असे दिसून आले की आईच्या दुधामध्ये सुद्धा या केमिकल्सचे

प्रमाण आढळून आलेले आहे. म्हणजे यावरून आपल्याला कळू शकते की आपण आपल्यासहित आपल्या पुढच्या पिढीलाही असुरक्षित करत आहोत. सेंद्रिय उत्पादन हे कीटकनाशकांच्या अवशेषांपासून मुक्त आहे. आज समाजामध्ये एक वर्ग असा आहे जो सेंद्रिय- जैविक शेतीतून आलेला भाजीपाला, फळे घेण्यास तिप्पट पैसे मोजतो, कारण त्यांना माहिती आहे की, विषयुक्त आहार खाऊन नंतर औषधांना पैसे मोजण्यापेक्षा विषमुक्त सेंद्रिय आहार घेतल्यास आपलेच पैसे वाचतील. आजार झाल्यानंतर किती खर्च होईल माहित नाही. यासाठी भविष्यात अशा वेगळ्या बाजारपेठा निर्माण होतील, जिथे फक्त सेंद्रिय किंवा विषमुक्त धान्ये, फळे, भाजीपाला मिळेल. त्यामुळे आपलीच सर्वांगीण सुरक्षितता साध्य होईल.

### सिक्कीम : सेंद्रिय- जैविक शेतीचा आदर्श वस्तुपाठ

भारतातील पहिले सेंद्रिय- जैविक शेती करणारे राज्य सिक्कीम. या राज्यातील शेतकरी केमिकल्स वापरत नाहीत. ही परिस्थिती भारतात सगळीकडे यायला हवी. सध्याचा जागरूक ग्राहक उत्पादनाच्या दर्जाबाबत तडजोड करत नाही, अन्नधान्य व फळांबाबत तर ग्राहक जास्त गंभीर असतो, प्रत्येक बाब तपासून उत्पादनाची निवड करतो. सेंद्रिय पदार्थांचे उत्पादन घेताना कोणत्याही केमिकलचा वापर करण्यात येत नाही, त्यामुळे त्याच्या मध्ये पोषक तत्त्वेही इतर पदार्थांच्या तुलनेत अधिक असतात. त्यामुळे त्यांच्या सेवनाने रक्तदाबाशी निगडित समस्या, मायग्रेन, मधुमेह आणि कॅन्सरसारख्या आजारांपासून बचाव होतो. तसेच यांचे सेवन केल्याने शरीरातील रोगप्रतिकारकशक्ती वाढण्यास मदत होते. या पदार्थांमध्ये चरबीचे प्रमाणही फार कमी असते. याव्यतिरिक्त दररोज सेंद्रिय पदार्थांचे सेवन केल्याने त्वचेच्या समस्या दूर होतात आणि त्वचा तजेलदार होते. सेंद्रिय पदार्थांतून ४० टक्के जास्त अँटिऑक्सिडंट मिळतात त्यामुळे हृदयविकार किंवा कर्करोग आदींपासून बचाव होऊ शकतो. नैसर्गिक खतांच्या वापरामुळे पदार्थांची मूळ चव, रंग, स्वाद टिकून राहतो. सेंद्रिय उत्पादनांना चांगली मागणी आहे.

तरी शेतकरी मित्रांनो, कमी खर्चात शेती व उत्पादनात वाढ होण्यासाठी या रसायनांचा वापर कमी करून जैविक- सेंद्रिय शेतीकडे वळायला हवे. आजचा शेतीचा खर्च खूप आहे मात्र त्या मानाने उत्पादन नाही व भाव मिळत नाही. सेंद्रिय शेती केली तर शेतीचा खर्च कमी होईल, माती चांगली राहिल व उत्पादनात सुद्धा वाढ होईल. चांगले अन्न खायला मिळेल, ते बाजारात चांगल्या दराने विकता येईल, अशा शेतमालाला चव व गुणवत्ता चांगली असल्याने भावसुद्धा चांगला मिळेल आणि आपल्यासह सर्वांचे आरोग्य चांगले राहण्यास मदत होईल. ■