

अमला

वैज्ञानिक नाम : फाईलन्थस ईम्ब्लीका (Phyllanthus emblica Linn) (Syn. Emblica officinalis Gaertn.)

वानस्पतिक परिवार : युफोर्बिएसी (Euphorbiaceae)

नेपाली नाम : अमला, रिखिया

English Name : Emblic myrobalan, Gooseberry

अन्य नाम : हरिम्मल (तामाङ्ग), आम्बो (नेवारी), आवला (हिन्दी)

१. परिचय

अमला १९ मिटरसम्म अग्लो हुने, मध्यम साईजको पतझड प्रजातिको रुख हो। यसका १ देखि २ से. मि. लामा पत्र-पातहरू डाँठको दुवैतिर लहरै मिलेर रहेका हुन्छन्। ती पातहरू कार्तिक-मंसीरबाट भर्न शुरु गर्छन् र फागुनसम्ममा पुरै बोट नाङ्गो भई पालुवा आउन शुरु गर्छन्। फूलहरू साना बास्नादार र केही पहेँला हरिया रंगका, एकलै वा पातको हाँगामा भुष्पा भएर रहेका हुन्छन्। यसका फल गोला, ६ खण्ड भएका, हरिया करिब २ से. मि. व्यासका हुन्छन्। पाकेका फल केही चम्किला, गुदीदार, हल्का पहेँलो रंगका हुन्छन्। एउटा फलमा करिब ४ देखि ६ वटासम्म बिउहरू पाईन्छन्।

२. कहाँ पाईन्छ ?

अमला नेपाल, भारत, भुटान, उत्तरी बर्मा, दक्षिणी चीन, मलेसिया लगायतका देशहरूमा पाईन्छ। नेपालमा पूर्वदेखि पश्चिम, १०० देखि १,६०० मिटरसम्मको उचाईका स्थानहरूमा अमला पाईन्छ। अमलाको लागि प्रशस्त घाम लाग्ने जमिन उपयुक्त हुन्छ।

३. फूल फूलने, फले र पाक्ने समय

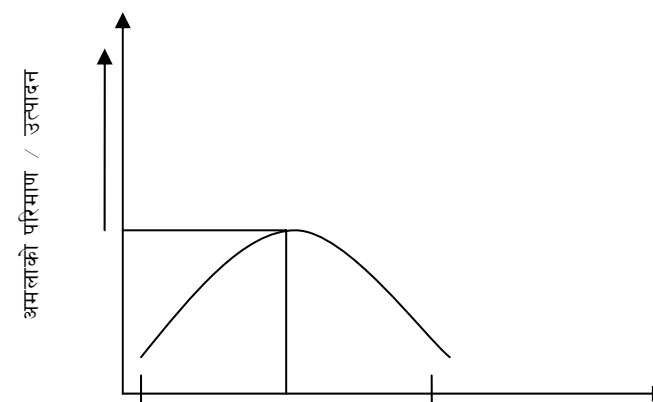
अमलाका फूलहरू जेठदेखि श्रावणसम्ममा फूल्छन् र भदौदेखि मंसीरसम्ममा फली सक्छन् र असोजदेखि माघसम्ममा पाकेर टिप्न लायक हुन्छन्। बिउको लागि ६ वटा केसा भएका ठूला फलहरू कार्तिकदेखि माघसम्ममा संकलन गर्नु पर्छ।

४. व्यापारको लागि संकलन गरिने भाग

व्यापारिक प्रयोजनमा यसको फल र बिउ प्रयोग गरिन्छ।

५. दिगो उपयोग भनेको के हो र कसरी गर्ने ?

वातावरणलाई ह्यान्स नहुने र पुर्नउत्थानमा असर नपर्ने गरी उपयोग गरि हाम्रा भविष्यका सन्ततीलाई पनि त्यतिकै परीमाणमा उपलब्ध हुनु हो। अहिले जुन परिमाणमा अमला पाईन्छ हामीले उपयोग गरेर भविष्यमा पनि त्यतिकै परिमाणमा उपलब्ध हुने तरिका नै दिगो उपयोग हो। उदाहरणको लागि कुनै “क” नामक सामुदायीक वनमा हाल १०० के.जी. अमला उत्पादन हुन्छ भने १०० वर्ष पछि पनि त्यस वनमा १०० के.जी. अमला उत्पादन हुनु पर्छ। वैज्ञानिक अध्ययन अनुसन्धान र यस्मा संलग्न व्यक्तिहरूको अनुभवबाट के कुरा प्रष्ट भएको छ भने प्रकृतिमा कुनै पनि स्रोतको उचीत उपयोग भएमा त्यो स्रोत मासिदै न बरु उत्पादन बढेर जान सक्छ।



अमला संकलन क ख ग
'क' = न्यून संकलन, 'ख' = उचीत संकलन, 'ग' = अत्याधिक संकलन

चित्र नं. १. हम्प मोडेल : जैवीक स्रोतको उपयोग नगरेर अर्थात् ज्यादै उपयोग गरेर भन्दा उचीत उपयोग गरेर स्रोतको उत्पादन बढ्न सक्छ। X-अक्षमा अमला थोरै 'क' देखि अत्याधिक संकलन 'ग' (gradient) को संकेत गर्छ भने y-अक्षले अमलाको तल तिर थोरै देखि माथी तिर धेरै (gradient) को संकेत गर्छ। 'ख' स्थान (optimum) को संकलनबाट अत्याधिक उत्पादन हुन सक्छ भन्ने संकेत गर्छ।

यो कुरालाई माथीको चित्र नं १ ले पनि प्रष्ट पार्दछ। यसले अमलाको दिगो संकलन (Sustainable harvest) कसरी हुन्छ भन्ने तथ्यलाई बयान गर्न सक्छ। यस मोडेलले अमला एकदम न्यून संकलन गरेमा (चित्रमा १, “क” स्थान) वा एकदमै बढता संकलन गरेमा (चित्र नं. १, “ग” स्थान) अमलाको परिमाण अथवा उत्पादन घट्न सक्छ भन्ने संकेत दिन्छ। त्यस्तै

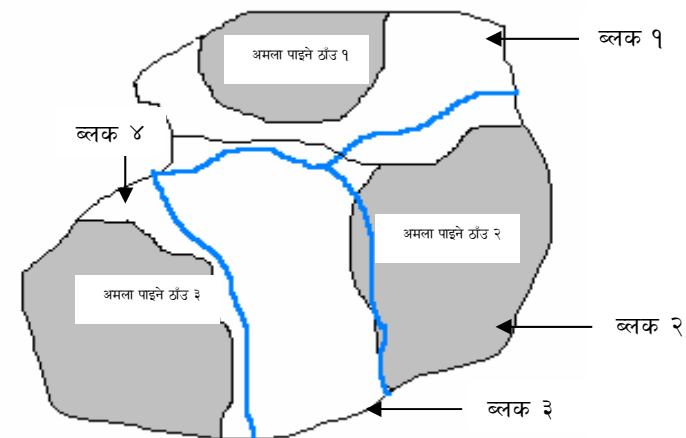
उचित संकलन (Optimum collection) (चित्र नं. १ “ख” स्थान) ले अमलाको परीमाण अर्थात उत्पादन बढाउन सक्छ भन्ने संकेत गर्छ । प्रकृतिमा ‘क’ स्थान सबै ठाउँमा लागु हुँदैन । तर्सथ यो सैद्धान्तिक परिकल्पना मात्रै हुन सक्छ तर ‘ख’ र ‘ग’ स्रोत सदुपयोगको लागी जहाँ पनि लागु हुन सक्छ ।

कुन ठाउँमा कति परिमाणमा अमला छ, र कति परिमाणमा संकलन गर्न सकिन्छ भन्ने कुराको पूर्व जानकारी भए मात्र त्यसको दिगो संकलन तथा व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

कति परीमाणमा उपलब्ध छ, कति परिमाण संकलन गरेमा अमला को पुर्नउत्पादनमा असर पर्दैन भन्ने कुरा सम्बन्धित क्षेत्रका उपभोक्ताहरुलाई र सम्बन्धित जिल्ला वन कार्यलयका अधिकारीहरुलाई ज्ञान हुनु पर्छ । कति परिमाणमा छ, भन्ने कुरा थाहा पाउन उपभोक्ताहरुले प्राविधिक सहयोग र सल्लाहमा यस जिडवुटी रहेको स्थानको सर्वेक्षण गर्नुपर्छ । यसलाई स्थलगत अवलोकन (Field observation), गोरेटो हिडाँई (वन भ्रमण) (Transect walk), र सर्वेक्षण आदि सहभागितामूलक प्रकृयाहरुबाट यसको प्राकृतिक अवस्थाको उत्पादन थाहा पाउन सकिन्छ । स्थानीय समुदायको सक्रिय सहभागिता र प्राविधिज्ञको संयुक्त प्रयासमा गरिएको यस्तो सर्वेक्षण व्यावहारिक र उपलब्धिमूलक हुन्छ ।

सर्वेक्षण गर्नका लागि अमला पाइने जंगल क्षेत्रको चार किल्ला (सिमाना) देखि भित्र अमलाको उपलब्धता, स्थिति, परम्परागत प्रयोग र नितिगत व्यवस्थाका बारेमा ज्ञान हुनु पर्छ । त्यसकारण यसको सर्वेक्षणका लागि निम्न कार्यहरु गर्नु आवश्यक छ ।

- ☞ सर्वेक्षणकालागि सर्वप्रथम सर्वेक्षण गर्ने क्षेत्रको चार किल्ला अथवा सिमाना निर्धारण गर्ने,
- ☞ वनलाई क्षेत्रफल, भू-वनावट, प्राकृतिक संरचना, वनको अवस्था र व्यवस्थापन उद्देश्य अनुसार खण्ड (ब्लक) र उपखण्ड (सब ब्लक) मा विभाजन गर्ने र अमला पाउने ठाउँहरु चित्र नं. २ मा जस्तै पत्ता लगाउने,
- ☞ सिमाना निर्धारण भएपछि त्यस क्षेत्र भित्र भएका अमला पाइने स्थान निर्धारण गर्नुपर्छ र नक्सा तयार पार्नु पर्छ,
- ☞ पत्थर तथा चट्टान भएका ज्यादै भिरालो भाग जहाँ अमलाको उत्पादन हुँदैन त्यस्तो ठाउँको पहिचान गरि अमला भएको क्षेत्र मात्रै सर्वेक्षणको निम्ती छुट्टयाउने,



चित्र २. सर्वेक्षण क्षेत्रमा ब्लक र अमला पाइने स्थान देखाइएको

यसरी अमला पाइने र नपाइने क्षेत्र छुट्टयाइसकेपछि, कती परिमाणमा अमला छ भन्ने कुरा अनुमान गर्न अमला पाइने स्थानको मात्रै सर्वेक्षण गर्नु पर्दछ । उपयुक्त तरिकाको सर्वेक्षणबाट मात्रै त्यहाँ उपलब्ध हुने अमलाको परिमाण अनुमान गर्न सकिने भएकोले सर्वेक्षणमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

५.१. अमला पाइने कती प्रतिशत स्थानको सर्वेक्षणबाट त्यहाँ उपलब्ध कुल परिमाणको अनुमान गर्न सकिन्छ ?

कुनै ठाउँमा उपलब्ध हुने अमलाको परीमाण अनुमान गर्न अमला पाउने कुल क्षेत्रफलको ०.५-१ प्रतिशत भू-भाग सर्वेक्षण गर्नुपर्छ तर सर्वेक्षण प्लटको संख्या जति धेरै भयो त्यति नै बढ्ता अनुमानित परिणाममा सत्यता हुन्छ । उदाहरणको लागि, यदि १०,००० बर्ग मिटरको क्षेत्रफल भएको वनमा अमला पाईन्छ भने त्यसको ५० देखि १०० बर्ग मिटर क्षेत्रफलमा मात्रै नमुना सर्वेक्षण (Sampling) गरि कुल क्षेत्रफलमा पाइने अमला को परिमाण अनुमान गर्न सकिन्छ । यस प्रकारको अनुमान गर्नाले सम्बन्धित वनमा अमलाको कती उत्पादन हुन्छ ? यसबाट कति आर्थिक लाभ हुन्छ ? दिगो संकलन गर्न कति परिमाण छाड्नु पर्छ ? भन्ने बारेमा थाहा हुन्छ र यस्ता कुराहरुको ज्ञानबाट उपभोक्तालाई भविष्यको लागि योजना बनाउन मद्दत मिल्छ ।

५.२ कसरी नमुना सर्वेक्षण गर्ने ?

कुन ठाउँमा अमला पाईन्छ र कुन ठाउँमा अमला पाइदैन भन्ने जानकारी भए पछि अब अमला पाईने स्थानमा मात्रै सर्वेक्षण गरी त्यस भित्र सर्वेक्षण प्लट बनाउनु पर्छ । उदाहरणको लागि चित्र नं. २ मा तिन ठाउँमा मात्रै अमला पाइने स्थान देखाइएको छ । यि तिन ठाउँमा हरेकको ०.५ देखि १ प्रतिशत क्षेत्रफल ओगटने हिसावले नमुना सर्वेक्षण (Sampling survey) गरी त्याहाँ कुल क्षेत्रफलमा पाइने अमलाको परिमाण अनुमान गर्न सकिन्छ ।

५.३ सर्वेक्षण प्लटको साईज कति हुनु पर्छ ?

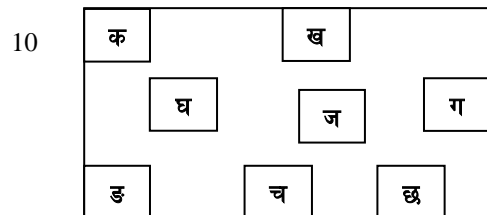
अमलालाई अन्य रुख बर्गकोवनस्पति जस्तै यसको अनुमान गर्न पनि १० मी. X १० मी. को बर्गाकार प्लट (Quadrat) उपयुक्त मानिन्छ ।

अमलापाईने स्थानमा अमलाको परिमाण अनुमान गर्न यत्रतत्र (Random) र योजनाबद्ध यत्रतत्र (Systematic random) विधिद्वारा सर्वेक्षण गर्न सकिन्छ ।

यदि अमला पाईने स्थान एकै खालको (Homogenous) छ भने चित्र नं. ३ मा जस्तै यत्रतत्र प्लटहरू बनाई सर्वेक्षण गर्न उपयुक्त हुन्छ । अन्यथा योजनाबद्ध यत्रतत्र विधि अपनाउनु पर्छ

५.४ अमला को परीमाण कसरी अनुमान गर्ने ?

अमला पाइने स्थलमा चित्र नं. ३ मा देखाए भै गरि (१० मि. X १० मी.) का प्लटहरू (क, ख, ग, घ, ङ, च, छ, ज) बनाउने र हरेक प्लटमा पाइने अमलाको फल संकलन गरी ताजा तौल निकाल्ने । चित्रमा नं. ३ मा ८ वटा मात्र प्लटहरू मात्रै देखाइएका छन् । यस्को मतलब होइनकी जम्मा ८ प्लटहरू बनाउनु पर्छ । यो संख्या कूल क्षेत्रफलको ०.५-१ प्रतिशतको हिसावले हुनु पर्छ 10 m



चित्र नं. ३ अमला पाइने स्थानमा यस प्रकारले यत्रतत्र प्लट बनाई प्लटभित्रको अमलाको फल संकलन गर्ने ।

यसरी संकलन गरिएका अमलाको फल सफा गर्नु पर्छ र ताजा तौल लिनु पर्छ त्यसपछि बिउ फालेर गुदिलाई घाममा सुकाई सुकेको तौल लिनुपर्छ । अमला को ताजा तौल (Fresh weight) र सुकेको तौल (Dry weight) मापन गर्नु पर्छ । जस्तै :

ताजा तौल = प्लट क +प्लट ज = मानी लिउं १० के.जी.

सुकेको तौल = प्लट क +प्लट ज = मानी लिउं ७ के.जी.

परिवर्तन तौल = ताजा तौल - सुकेको तौल

परीवर्तन तौल = मानी लिउं ३ के.जी.

मानी सर्वेक्षण प्लटहरूले ओगटेको क्षेत्रफल १०० बर्ग मी. छ र जस्मा ७ के.जी. सुकेको अमला उत्पादन भयो ।

∴ १०० बर्ग मी. मा पाइएको अमला = ७ के.जी.

१ हेक्टर (१०,००० बर्ग मी.) मा उत्पादन हुने सुकेको अमला = ७०० के.जी.

अथवा यसलाई तपसिल बमोजीम सर्वेक्षण गर्न पनि सकिन्छ ।

अमलाको गोलाई साईजहरू (१० से मि भन्दा सानो, ११ देखि ३० से मि, ३१ देखि ६५ से. मि. भन्दा माथीको) छुट्ट्याउने,

प्रत्येक गोलाई साईजबाट प्रति ब्लक ५-५ वटा बोटहरू छान्ने (५-५ वटा बोट नपाईएमा ३-३ वटा लिने),

प्रत्येक बोटबाट ५-५ (अथवा ३-३) वटा हाँगाहरू (हाँगा छान्दा बिरुवाको उपल्लो, मध्ये र तल्लो छत्र (Canopy cover) बाट र सरदर एउटै साईजको हुनु पर्छ) छान्ने,

ती हाँगाहरूमा भएको अमलाको फल टिपेर जोख्ने । त्यसपछि प्रत्येक हाँगाको, प्रत्येक रुखको, प्रत्येक गोलाई साईजको र प्रत्येक ब्लकको फलको औसत तौल निकाल्ने ।

सबै ब्लकको औसत तौलबाट उक्त सर्वेक्षण गर्ने क्षेत्रको कुल औसत उत्पादन तौल निस्कन्छ । गोलाई, उचाई र छत्रको आधारमा प्रत्येक बोटको उत्पादन पत्ता लगाउन सकिन्छ । प्रत्येक बोटको उत्पादनलाई प्रति हेक्टर बिरुवासँग गुणा गर्दा एक हेक्टर क्षेत्रको उत्पादन निकाल्न सकिन्छ ।

यसरी अमलाको पूरा क्षेत्रफलबाट संकलन नगरीकन आफ्नो निजी वन तथा सामुदायिक वन क्षेत्रमा के कति अमलाको फल रहेको छ र यसबाट कति आमदानी गर्न सकिन्छ भन्ने कुराको जानकारी प्राप्त गर्न सकिन्छ । यो जानकारीले अमलाको संरक्षण तथा दिगो सदुपयोग गर्न मद्दत पुऱ्याउछ ।

५.५ अमला कसरी दिगो संकलन गर्न सकिन्छ ?

अमलाको फल संकलन गर्दा माउ विरुवाको पुर्नउत्थान र वृद्धिलाई ध्यान दिनुपर्छ ।

संकलनकर्ताले सबै अमलाका बोटहरू संकलन गर्नु हुँदैन । हरेक १०० बर्ग मिटर भित्रका रुखहरूमा २०-२५ प्रतिशत फल बाँकी रहने हिसावले छाड्नु राम्रो हुन्छ । यसो भएमा मात्र दिगो संकलन हुन सक्छ । अमला फल एकै पटक नपाक्ने भएकोले फल पाक्न थालेपछि मात्र फलहरू संकलन गर्नुपर्छ । जंगलबाट मात्रै संकलन गरिने परम्पराले अमलाको दिगो संकलन हुँदैन तसर्थ यसको खेती विस्तार गर्नु अति आवश्यक छ ।

६. खेती प्रविधि

६.१ हावापानी

अमलाको खेती १०० मिटरदेखि १,५०० मिटरसम्मको उचाई भएको पारिलो तथा खुला ठाउँमा गर्न सकिन्छ । सुख्खा ठाउँहरूमा (प्रायः ६ देखि ८ पि.एच. वा अम्लीयपन भएको माटोमा) यसको खेती सम्भव देखिन्छ, तापनि दोमट ढुंगा तथा चट्टानयुक्त माटो उत्पादनको लागि राम्रो मानिन्छ ।

६.२ खेती

यसको खेति दुई तरिकाबाट गर्न सकिन्छ ।

१.विउबाट र २. हाँगाका कटिङ्गबाट

१.विउबाट

यसको प्रसारण मुख्यतः विउबाट राम्रो हुन्छ । यसका फलहरू ठाउँ हेरि असोजदेखि माघसम्ममा पाकि सक्छन् । पाकेका फल हल्का पहेँला रंगका हुन्छन् । फलहरू टिपिसकेपछि बाहिरको गुदी छुट्ट्याएर कडा आवरणसहितको विउलाई घाममा सुकाउनु पर्छ । बाहिरको अवारण घामले आफै पनि फुटेर विउहरू बाहिर निस्कन्छन् । ती विउहरूको उम्रन सक्ने क्षमता एक वर्षसम्मको हुन्छ ।

खेतीको लागि यसका विउहरू फागुन-चैत्र महिनामा नर्सरीमा रोप्नु पर्छ । रोपेको विउबाट असार-श्रावण महिनासम्ममा सार्न लायक बेर्नाहरू तयार हुन्छन् । चाडो उमान परेमा विउलाई रोप्नु अघि २४ घन्टा पानीमा भिजाएर राख्नु पर्छ । नर्सरी ब्याडमा विउहरू एक ईन्च जति गहिरो खोल्साहरू बनाएर लहरै छन्नु पर्छ र एक खोल्सादेखि अर्को खोल्सासम्मको दूरी ६ ईन्च राख्नु पर्छ । त्यसपछि विउहरूलाई माटोले पुरेर पराल वा छ्वालीले छोपिदिनु पर्छ । यसरी रोपेको विउ २५ देखि ३० प्रतिशत मात्र उम्रन्छन् ।

उम्रिएका बेर्नाहरू चारपाते भएपछि चालेको माटो, बालुवा र मल ३:१:१ अनुपातमा मिसाई भरिराखेको पोलिब्यागमा सार्नु पर्छ । पोलिब्यागका विरुवा १५-२० से मि अग्ला भएपछि खेति गर्ने ठाँउमा सार्न उपयुक्त हुन्छ । अमला सार्ने खाल्डो ५x५ मिटरको फरकमा १ फुट चौडाई, १ फुट लम्बाई र १ फुट गहिरो खाडल खनी वर्षायाममा विरुवा सार्नु पर्छ ।

उपयुक्त हावापानी, मलजल र स्याहार-सुसार पाएमा रोपेका बेर्ना ४ वर्षमा ५ मिटरसम्म अग्ला हुन्छन् तर प्राकृतिक रूपमा उम्रेका बेर्नाको वृद्धि भने केही सुस्त हुन्छ । रोपेका विरुवाले ५ वर्षपछि मात्र फल दिन शुरु गर्छन् । एउटा परिपक्व अथवा १० वर्षभन्दा माथिको रुखबाट करिब ८० केजी फल उत्पादन हुन्छ । ५ मिटरको फरकमा लगाईएका बोटबाट प्रति हेक्टर ३,००० केजी सम्म फल उत्पादन हुन्छ । अमलाको अधिकतम उत्पादनका लागि प्राङ्गारिक पदार्थ १३१ देखि ४२० ग्राम, नाईट्रोजन १८० देखि ३६० ग्राम, फस्फोरस ५०० देखि १,००० ग्राम र पोटास १८० देखि ३६० ग्राम प्रति विरुवा प्रति वर्ष दिनु राम्रो हुन्छ । रासायनिक मल भन्दा गाई भैसीको मल मात्र राखेर गरेको खेती (Organic farming) उत्तम मानिन्छ ।

२. हाँगाको कटिङ्गबाट

हाँगाका कटिङ्ग बाट पनि यसको बेर्ना तयार गर्न सकिन्छ । यसको लागि एक दुई वर्ष पुराना हाँगाबाट १०-१५ से.मि. जति लामा कटिङ्ग दुवैतिर छड्के पारेर काटेर नर्सरी ब्याडमा रोप्नु पर्छ । चैत्र महिनामा राखेका कटिङ्गबाट दुई तीन महिनापछि जरा आउन शुरु गर्छन् र रोपन लायक हुन्छन् । विउबाट खेती गरिएको भन्दा हाँगा काटेर बनाएको कटिङ्गको खेतीबाट छिटो (२/३ वर्षमा) फल लाग्न शुरु हुन्छ । खेती गर्दा राम्ररी नहुर्किन्जेलसम्म बेला बेलामा सिँचाई र गोडमेलको व्यवस्था मिलाउनु पर्छ । आजकल उन्नत जातका अमलाहरूको खेती गर्ने प्रचलन बढी छ । यसका फलहरू प्राकृतिक रूपमा हुर्केका अमलाका भन्दा झण्डै दोब्बर साईजका हुन्छन् । बडिङ्गबाट पनि यसको बेर्ना तयार गर्न सकिन्छ । उच्च गुणस्तरको रुखबाट ल्याइएको बोक्रा सहितको आँख्ला (Scion) लाई निम्न गुणस्तरको बोटमा पनि त्यहि आँख्लाकै साईजका आकारमा बोक्रा ताछि तयार पारेको डोबमा पट्टी जस्तो मिल्ने गरि टाँसिदिएमा असार श्रावणमा मुना पलाउन शुरु गर्छ । यसरी बडिङ्ग गर्नु चैत्र/वैशाख महिना लाभदायक हुन्छ ।

६.३ संकलन

अमला रोपेको ५ वर्षपछि मात्र फल लाग्न शुरु गर्छ । फल पुरा पाकि सकेपछि मात्र टिप्नु पर्छ । यसको बोट धेरै अग्लो नहुने भएकाले फल हातले पनि टिप्न सकिन्छ । असोज-माघ महिनामा हातले टिपेर वा हाँगा हल्लाएर वा साना साना हाँगाहरू काटेर पनि फल संकलन गर्न सकिन्छ, तर हाँगाहरू काटेर

अमला संकलन गर्नु दिगो उत्पादनको हिसाबमा राम्रो मानिदैन । गाँउघरमा प्राकृतिक रूपमा भएका केही बोटहरु बाहेक यसको अहिलेसम्म व्यावसायिक रूपमा खेती गरेको पाईएको छैन ।

७. भण्डार

अमलाको संकलनपछि भण्डारको लागि उम्लिरहेको पानीमा करिब १० मिनेट अमला राखेर फलको बाहिरको आवरण र बियाँलाई छुट्टयाउने र त्यसपछि सो गुदीलाई घाममा राम्ररी सुकाउने गर्नु पर्छ । यसरी सुकाएको गुदी नै बिक्री योग्य हुन्छ ।

८. उपयोग

अमलालाई स्वस्थ जिवनको प्रतिकको रूपमा एउटा पवित्र एवं सौभाग्य फल मानी पुजिदै आएको छ । हिन्दु पात्रो अनुसार कार्तिक शुक्ल नवमी तिथीलाई अमला नवमी पर्वको रूपमा मनाईने प्रचलन पनि छ । अमलाको फल नियमित सेवन गर्नाले मानिसको स्मरणशक्ति विकास हुनुका साथै सधैं सुकर्म गर्ने तर्फ मानिसलाई अभिप्रेरित गराउँछ भन्ने धार्मिक विश्वास छ । भनिन्छ, कार्तिक महिनामा अमला रस, गुण, विजाक र प्रभावबाट पूर्ण हुन्छ । त्यसैले अक्षय नवमीको दिनमा हरियो अमला सेवन गरेमा दीर्घायु, स्मृति र यौनशक्ति बढ्छ भन्ने विश्वास गरिन्छ ।

काँचो अमला पिसाब सम्बन्धी रोगको समस्यामा औषधिको रूपमा प्रयोग हुन्छ । सुकेका अमला आँउ, पखाला, भ्नाडावान्ता, कब्जियत, दम, दादुरा, खाना पचाउने, रक्तअल्पता, पोलेको र डढेको, आदिमा प्रयोग गरिन्छ । यसको धुलो टाउकाको चायाँ हटाउने काममा प्रयोग गरिन्छ ।

अमलामा हलेदो र मह मिसाएर खाएमा कमलपित्त रोग निको हुन्छ । यसको जरा दम र श्वास-प्रश्वासको समस्यामा उपयोग गरिन्छ । यसबाहेक अमलाको फल कपाल कालो बनाउन र मसी बनाउने काममा उपयोग गरिन्छ । गाँउघरमा पातको रस कब्जियत भएको बेला खाने चलन छ । पात पानीमा पकाएर कुल्ला गर्नाले मुखपाक र दाँतका रोगहरु नष्ट हुन्छन् । आँखाको संक्रमण र अन्धोपनाको समस्यामा पनि पातको रस प्रयोग हुन्छ । अमलाको बिउ पेटको रोग र दममा प्रयोग गरिन्छ । राउटे जातिले यसको डाँठको बोक्रा शरीर दुखेको र थकान घटाउनका लागि प्रयोग गर्छन् । तिब्बती औषधि प्रणालीमा अमलाको फल रगत र फियोको समस्यामा प्रयोग गरिन्छ ।

९. उपयोग

अमलाको फल भिटामिन 'सी' को प्रमुख श्रोतको लागि प्रसिद्ध छ जुन आयुर्वेदिक औषधि त्रिफला र च्यावनप्रास लगायत विभिन्न किसीमका

औषधिहरु बनाउन प्रयोग गरिन्छ । त्रिफलाले दिसा सफा गराउने, सुनिएको कलेजो, बवासिर, पेट सम्बन्धी सिकायतमा फाईदा गर्छ । अमलाको फल खाना पचाउने, रक्तअल्पता, कमलपित्तमा उपयोगी मानिन्छ । सुकेका फलहरु आँउ र पखालाको समस्या निदानमा प्रयोग गरिन्छ । अमला भिटामिन 'सी' को श्रोत भएको हुँदा यसको फूल र फल चिस्याउने, खाद्यबस्तु सड्नबाट जोगाउने र शरीरको आत्मरक्षा प्रणाली बढाउने काममा प्रयोग गरिन्छ ।

अमलाको फल भाइरस (Virus) बाट लाग्ने रोग, क्यान्सर र एड्स विरुद्ध प्रभावकारी हुन्छ । फल र बोक्रा छाला उद्योगहरुमा छाला प्रशोधन, नरम बनाउने र रंगाउने काममा उपयोगी मानिन्छ । यसको पात अलैची खेती गर्ने ठाउँमा माटोको क्षारियपन बढाउन प्रयोग गरिन्छ । यसरी दिन प्रतिदिन उपयोग र व्यापार बढ्दै गएको हुनाले यसको उचित रूपमा संरक्षण गर्नु र व्यावसायिक रूपमा खेती गर्नु उपयुक्त देखिन्छ ।

१०. बजार सुचना

अमलाको फल भिटामिन 'सी' को प्रमुख श्रोत भएको र प्रसिद्ध आयुर्वेदिक औषधि त्रिफला र च्यवनप्रास बनाउन प्रयोग गरिने भएकोले यसको माग नेपालभित्र, भारत र बाहिरी मुलुकहरुमा बढिरहेको छ । अहिले नेपालबाट वार्षिक सरदर ५० टन अमला संकलन र निर्यात हुनेगर्छ । डार नेपाल (Dabur Nepal) ले मात्र प्रति वर्ष सरदर ३० टन अमला उत्पादन, खरिद र प्रशोधन गर्छ । यसको अन्य बजार सूचना र मूल्य जानकारी दिगो कृषि तथा जैविक स्रोतका लागि एशियाली नेटवर्क (ANSAB), काठमाडौँबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

११. बजार प्रणाली

यसको बजार प्रणाली यस प्रकार छ :

- १ किसान/संकलनकर्ता---->स्थानीय व्यापारी ---->क्षेत्रीय व्यापारी ---->थोक व्यापारी---->निर्यातकर्ता
- २ किसान/संकलनकर्ता---->स्थानीय व्यापारी ---->थोक व्यापारी/निर्यातकर्ता

१२. प्राकृतिक वासस्थान संरक्षण तथा दिगो व्यवस्थापन

यो प्राकृतिक वासस्थानमा प्रशस्त मात्रामा पाईने र खेतवारी वरपर र सामुदायिक वनमा पनि खेती गर्न सकिने गैरकाष्ठ वनपैदावार हो । यसको संरक्षणका लागि ठूला हाँगा नकाटी परिपक्व भएका बोटहरुबाट मात्र असोज-माघ महिनामा हातले टिपेर वा हाँगा हल्लाएर संकलन गर्न सकिन्छ । साथै जंगलका खाली ठाउँमा अमलाका बोटहरु लगाएर संरक्षण गरेमा अतिरिक्त आम्रदानीका साथै

दिगो व्यवस्थापन पनि गर्न सकिन्छ । अव्यवस्थित तथा अवैज्ञानिक संकलनका कारण यो प्रजाति क्रमशः घट्दै गईरहेको छ, त्यसैले उपयुक्त हावापानी भएका सामुदायिक वन, राष्ट्रिय वन तथा निजी जग्गामा यसको व्यवसायिक खेती गर्दै जानु पर्ने र फल संकलन, उत्पादन, भण्डार, बजार र प्रशोधन कार्यहरू वैज्ञानिक हुनु पर्ने देखिन्छ । साथसाथै यसको दिगो व्यवस्थापनका लागि निम्न उपायहरू अवलम्बन गर्नु जरुरी छ :

- पाकेका फल असोज-माघ महिनामा हातले टिपेर वा हाँगा हल्लाएर अथवा रुखमा हानि नोक्सानी नपर्ने गरि टिपेर गर्ने,
- पुनरोत्पादनको हिसाबले कुल २०-२५ प्रतिशत बिरुवाहरूलाई माउ बिरुवा (Mother plant) को रूपमा संरक्षण गर्ने,
- पर्याप्तता हेरी संकलन अनुमती दिने र लिने,
- राष्ट्रिय वन, सामुदायिक वन तथा अन्य खेती हुने ठाउँमा क्रमशः खेती गर्दै जाने,
- सामुदायिक वनको कार्ययोजनामा समावेश गरेर उपभोक्ता समूहहरू मार्फत व्यवस्थापन गर्ने,
- उपभोक्ताका लागि प्रचार प्रसारका सामग्रीहरू उपलब्ध गराएर निजीक्षेत्रमा खेती विस्तार गराउने,
- राष्ट्रिय तहका संघ संस्थाहरूबाट उत्पादन, विकास, प्रशोधन, बजार, उद्यम, आदिमा थप अध्ययन अनुसन्धान गर्ने आदि ।

वन ऐन २०४९ र वन नियमावली २०५१ अनुसार राष्ट्रिय वनबाट संकलन गर्न जानु अघि संकलकले कहाँबाट कति मात्रामा संकलन गर्ने हो त्यसको परिमाण तोकेर जिल्ला वन कार्यालयमा निवेदन दिनु पर्छ । यदि सामुदायिक वनबाट संकलन गर्ने हो भने उपभोक्ता समूहबाट संकलन अनुमती लिनु पर्छ ।

१३. संरक्षण स्थिति

श्री ५ को सरकार वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय जडीबुटी प्रवर्द्धन आयोजना वनस्पति विभाग, काठमाडौंले अमलालाई जडीबुटीहरूको राष्ट्रिय प्राथमिकता सूची (National priority list of herbs) मा समावेश गरेको छ ।

१४. राजस्व दस्तुर

वन नियमावली २०५१ को अनुसूची ३ मा विभिन्न गैरकाष्ठ वन पैदावारको राजस्व दस्तुर निर्धारण गरिएको छ, जस अनुसार अमलाको सुकेको फलको राजस्व दस्तुर प्रति किलो रु. २ तोकिएको छ ।

१५. सम्बन्धित निकायहरू

यसको उत्पादन, दिगो संकलन, बजार व्यवस्थापन, अनुसन्धान, आदिका सम्बन्धमा संलग्न संघ संस्था तथा निकायहरू यस प्रकार छन् :

- दिगो कृषि तथा जैविक स्रोतका लागि एशियाली नेटवर्क (ANSAB), काठमाडौं ।
- व्यवसाय विकास सेवा (BDS MaPS), काठमाडौं ।
- वनस्पति विभाग (DPR), काठमाडौं ।
- डाबर नेपाल (Dabur Nepal), काठमाडौं ।
- सम्बन्धित जिल्लाका वन कार्यालयहरू ।
- सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ नेपाल (FECOFUN), काठमाडौं ।
- जडीबुटी व्यवसायी संघ, (JABAN) नेपालगंज, बाँके ।

१६. सन्दर्भ सामग्रीहरू

- १ Purohit SS and SP Vyas 2004. *Medicinal plant cultivation: a scientific approach*. Agrobios, India
- २ www.cifor.cgiar.org/publications/corporate
- ३ www.odifpeg.org.uk
www.etfrn.org/etfrn/workshop/ntfp
- ४ एन्साव र एस एन भी नेपाल २०६०. *व्यापारमा रहेका नेपालका महत्वपूर्ण गैरकाष्ठ वनपैदावारहरू*. एन्साव र एस एन भी नेपाल, काठमाडौं, नेपाल. १६८ पृ
५. श्री ५ को सरकार २०६१. जडीबुटी संकलन, संरक्षण, सम्बर्धन विधि. *जडीबुटी परिचय माला ४*. वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय, वनस्पति विभाग, थापाथली, काठमाडौं. २२ पृ
६. श्रेष्ठ उत्तमबाबु र सुजाता श्रेष्ठ (२०६१) *नेपालका प्रमुख गैरकाष्ठ वनपैदावारहरू* भुडीपुराण प्रकाशन, काठमाडौं, नेपाल. ४११ पृ
७. श्री ५ को सरकार, सामुदायिक वन महाशाखा (२०६१). सामुदायिक वन स्रोत सर्वेक्षण मार्गदर्शन (परिमार्जित). श्री ५ को सरकार, वन तथा भू संरक्षण मन्त्रालय, काठमाडौं, नेपाल १०४ पृ ।
८. भट्टराई, खेम राज (२०४८) जडिबुटी खेती तथा संकलन, गोरखा आयुर्वेद कम्पनी काठमाडौं ।