

आम के आम गुठलियों के दाम

एक बहुत प्रसिद्ध और पुरानी कहावत है कि "आम के आम गुठलियों के दाम" । आम के आम वाली बात तो समझ में आती है लेकिन गुठलियों के दाम वाली बात समझ में नहीं आती क्योंकि आज के समय में आम के वृक्ष गुठलियों से नहीं बल्कि कलमों के द्वारा उगाए जाते हैं और जीन यान्त्रिकी की विभिन्न तकनीकों का प्रयोग करके अधिक से अधिक फल वाली और अच्छी से अच्छी नस्लें पैदा करने के प्रयास किये जा रहे हैं। वैसे खबर यह भी है कि आजकल गुठलियों के दाम भी होने लगे हैं। वह कैसे-आम की गुठली के अन्दर जो गिरी पाई जाती है उस की पौष्टिकता फल से कम नहीं होता। इसलिये कृषि वैज्ञानिकों का सुझाव है कि आम की गुठलियों को भी उपयोग में लाया जाए और उसकी गिरी से जानवरों के लिये चारा तैयार किया जाये जिस से जानवर भी आमों का मजा ले सकें और अपने स्वास्थ्य को कायम रख सकें।

आम के गुणों को कवियों और शायरों ने भली भाँति पहचाना। उर्दू के प्रसिद्ध शायर मिर्जा गालिब को आम बहुत पसंद थे। आम के विषय में मिर्जा कहा करते थे कि "आम के अन्दर दो खूबियाँ होनी चाहिये-एक तो मीठा हो और बहुत हो" (अर्थात् कम न हो)। मिर्जा के एक मित्र को आम पसन्द नहीं थे। एक दिन मिर्जा अपने कुछ मित्रों के साथ अपने घर के बाहर बैठे हुए थे। शेर-ओ-अदब की महफिल जमी थी। सड़क पर कुछ खाए हुए आमों की गुठलियाँ व छिलके पड़े हुए थे। कुछ ही देर में कुछ गधे सामने सड़क पर गुजरे। गधों ने आमों की गुठलियों व छिलकों को सूँघा और आगे बढ़ गये। मिर्जा गालिब के वह मित्र जिन्हें आम पसन्द नहीं थे महफिल में उपस्थित थे उन्होंने पर छींटा कशी करते हुए कहा "मियाँ मिर्जा, आम वह फल है जिसे गधे भी नहीं खाते" मिर्जा ने बड़ी सादगी से उत्तर दिया "जी हाँ, गधे आम नहीं खाया करते"।

उर्दू के एक दूसरे शायर अकबर इलाहबादी को भी आम बहुत पसन्द थे उनके एक मित्र लाहौर में रहते थे। आमों के मौसम में अकबर इलाहबादी ने अपने उन मित्र को लंगड़े के कुछ आम उपहार में भेजे। आम पाकर उनके मित्र बहुत प्रसन्न हु और अकबर इलाहबादी को एक पत्र लिखा जिसकी शुरुआत कुछ इस प्रकार की गई थी कि :

"तेरे जौके मसीहाई का है यह सब असर अकबर।
इलाहबाद से लंगड़ा चला लाहौर आ पहुँचा" ।।

भारत में आम का इतिहास बहुत पुराना है। ऐसा माना जाता है कि अतीत में आम मूल रूप से भारत व बर्मा में पाया जाता था। इसलिये यही इसका जन्म स्थान माना गया है। विश्व के अन्य भागों में इसका परिचय भारत भ्रमण पर आये यात्रियों द्वारा कराया गया। चीन यात्री फाह्यान और सुंग-इन ने अपनी डायरियों में एक आम कुंज का वर्णन किया है, जिसे अम्रघारिका" नामक शिष्या ने भगवान बुद्ध को उपासना हेतु प्रदान किया था। आयुर्वेद के प्रसिद्ध ग्रन्थ चरक संहिता में भी आम के वृक्ष व फल के चिकित्सा संबंधी गुणों का उल्लेख किया है। एसा भी सुनने में आया है कि जब सिकन्दर ने भारत पर आक्रमण किया था तब उसने एक आम के उद्यान में ही विश्राम के लिये पड़ाव किया था। प्राचीन काल में आम के गुणों का वर्णन करने वालों में विदेशी यात्री ह्वेनसांग, इब्नहौकूल, इब्नबतूता तथा प्राचीन ल्यूडो विसि डे वर्मा शामिल हैं। संस्कृत साहित्य में भी आम का विशेष रूप से वर्णन किया गया है। कालिदास ने "अभिज्ञान शाकुन्तलम" में बसन्त ऋतु में आमकुंजों का वर्णन बहुत ही श्रंगारिक रूप में किया है।

मुहम्मद फुरकानुल्लाह, व. त. सहा.

मुगल और ब्रिटिश काल में आम का प्रसार विश्व भर में व्यापक रूप से हुआ। उन्नीसवीं शताब्दी तक बढ़िया आम की कलमी किस्मों का संकलन करना राजा-महाराजा, शाहों व नवाबों का शौक हुआ करता था। मुगल काल में आम की कई किस्में लगाई गईं। शहंशाह अकबर ने बिहार में दरभंगा के पास आम के एक लाख वृक्ष लगावाए थे, जिसे "लक्ष्मी बाग" के नाम से जाना जाता है।

यू तो भारत में आम बहुत सारे स्थानों में होता है जिसमें उत्तर प्रदेश, बिहार, पश्चिम बंगाल, आंध्र प्रदेश, गुजरात, कर्नाटक, तथा महाराष्ट्र आदि मुख्य रूप से शामिल हैं लेकिन उत्तर प्रदेश में मलीहाबाद का दशहरी आम पूरे विश्व में अपना एक अलग स्थान रखता है।

भारत में आम की बहुत सारी किस्में पाई जाती हैं जैसे अल्फान्सों, केसर, किसन भोज, जरदालू, दशहरी, नीलम, फ़जली, फर्नाडीस, बाम्बेयीन, बंगलौरा, बैंगनपल्ली, मनकुरद, मालगोवा, समरबहिश्त, चौसा, स्वर्ण रेखा और हिमसागर आदि परन्तु स्वाद की दृष्टि से दशहरी, चौसा और लंगड़ा अपना अलग स्थान रखते हैं।

पौष्टिकता की दृष्टि से भी आम को सभी फलों में उच्च स्थान प्राप्त है। इसके रासायनिक विश्लेषण से पता चलता है कि आम में विटामिनों व खनिजों आदि की मात्रा दूसरे फलों की अपेक्षा में काफ़ी अधिक होती है। वैद्यों और हकीमों का मत है कि अगर किसी रोगी की पाचन शक्ति अधिक दुर्बल है उसे खाना न देकर केवल पेटभर आम खिला दिये जायें और दूध पिला दिया जाये। इस क्रिया के लगातार नियमित रूप से करने से वह व्यक्ति थोड़े ही दिनों में रोग मुक्त हो सकता है। वैसे कोई स्वस्थ व्यक्ति भी बेहतर स्वास्थ्य के लिए इस विधि को अपना सकता है।

उपरोक्त विश्लेषण से यह बात भली भाँति स्पष्ट हो जाती है कि आम बहुत प्राचीन फल है जिस की उत्पत्ति भारत में हुई है तो क्यों न हम यूकिलिप्टस और पौपुलर जैसे वृक्ष लगाने के बजाये आमों के वृक्ष लगायें, आम खायें, स्वास्थ्य बनायें, साथ ही प्रदूषण भी दूर भगायें।
