

‘ಅಮೃತ’ ವೆನಿಸಿರುವ ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿ

ರಾಮ—ರಾವಣರ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ರಾಕ್ಷಸರಿಂದ ವಾನರರು ಮೂರ್ಛಗೊಂಡಾಗ ಇಂದ್ರನು ‘ಅಮೃತ ವೃಷ್ಣಿ’ (ಮಳೆ)ಗರೆದಾಗ ಕಪಿಗಳು ಎಚ್ಚರವಾದವು. ಆಗ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದ ಅಮೃತದ ಹನಿಗಳೇ ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿಗಳಾದವು. ಇದು ಒಂದು ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಕಥೆ. ಆದರೆ “ಅಮೃತಬಳ್ಳಿ”ಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಖಂಡಿತಾ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯು ಹೆಸರೇ ಹೇಳುವಂತೆ ಇದು ಗುಣದಲ್ಲಿ ಅಮೃತಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾದ ಔಷಧ ಸಸ್ಯ. ಕಪಿ ಹಂಬು, ಅಮೃತಬಳ್ಳಿ, ಕಪಿ ಉಡಿದಾರ ಎಂದೂ ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಈ ಬಳ್ಳಿಯ ಎಲೆಗಳು ಹೃದಯಾಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು, ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ್ದಾಗಿವೆ. ಮನೆಯ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲೂ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಇದರ ಕಷಾಯ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗ ಹತೋಟಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಕಾಮಾಲೆ ಹಾಗೂ ಕುಷ್ಮರೋಗದ ಉಪಶಮನದಲ್ಲೂ ಬಹುಪಯೋಗಿ. ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬಲವನ್ನು ನಿಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಸಂಧಿವಾತ, ವಾತಶ್ಲೇಷ್ಮ (ಪ್ಲೂ, ಇನ್‌ಫ್ಲೂಯೆನ್‌ಜಾ), ಚರ್ಮದ ರೋಗಗಳು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ರೋಗದ ನಿವಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಇತರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳಲ್ಲೂ ಸಂಜೀವಿನಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಮಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾವಯವ ಅಂಶವುಳ್ಳ ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು. ಮನೆಯ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲೂ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಇದು ಉಷ್ಣ ಮತ್ತು ಸಮಶೀತೋಷ್ಣ ವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬೀಜದಿಂದ ಸಸ್ಯ ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು ಅಷ್ಟೇನು ಲಾಭದಾಯಕವಲ್ಲ. ಕಿರುಬೆರಳಿನ ಗಾತ್ರದ ೬ ಅಂಗುಲದಷ್ಟು ಉದ್ದದ ಕಾಂಡವನ್ನು ಆರಿಸಿ ನಾಟಿಗೆ ಬಳಸುವುದು ಉತ್ತಮ ವಿಧಾನ. ಮೇ-ಜೂನ್ ತಿಂಗಳು ನಾಟಿ ಮಾಡಲು ಉತ್ತಮ ಕಾಲವಾಗಿದೆ. ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಗೆ ಹಬ್ಬಲು ಆಸರೆ ಕೊಟ್ಟಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಇಳುವರಿ ತೆಗೆಯಬಹುದು. ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಎಲೆಯು ವಾಣಿಜ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಾಟಿ ಮಾಡಿದ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಕೊಯ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಪ್ರತಿ ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಬಹುದು. ನಂತರ ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಿದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಹರಡಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ ನಂತರ ಶೇಖರಿಸಿಡುವುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಾಂಡವನ್ನು ಔಷಧವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ಹಸಿಯಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಬಳಸಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದರೂ, ಕಾಂಡವನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಬಳಸಬಹುದು.

ಉಪಯೋಗಗಳು: ತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಅಥವಾ ನಾಲ್ಕು ಸಾರಿ ಬಳಸಿದರೆ ವಾತದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಖಾಯಿಲೆಗಳಾದ ಸಂಧಿನೋವು, ತಲೆನೋವು ಗುಣ ಹೊಂದುವುದು. ಪುಡಿಯನ್ನು ಬೆಲ್ಲದೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಮಲಬದ್ಧತೆಯು ನಿವಾರಣೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಕೆಂಪು ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಪುಡಿಯೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದಾಗ ಪಿತ್ತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳಾದ ತಲೆಸುತ್ತು, ವಾಂತಿ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉರಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಬಳ್ಳಿಯು ದೇಹದೊಳಗಿನ ಹುಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ (ಹೊಟ್ಟೆ ಹುಣ್ಣು, ಕರುಳಿನ ಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿನ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ). ಪುಡಿಯನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಕಫಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳಾದ ಸೈನಸೈಟಿಸಿ, ಟಾನ್‌ಸಿಲ್, ಕಫಯುಕ್ತ ಕಮ್ಮು ಗುಣ ಹೊಂದುವವು. ಸಂಧಿಗತ ಬಾವು ಜ್ವರದೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ, ಈ ಬಳ್ಳಿಯ ಪುಡಿಗೆ ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದ ಶುಂಠಿ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುವುದು. ಕಣ್ಣು ಉರಿ, ಗೀಜು ಕಟ್ಟುವುದು, ಕಣ್ಣುನೋವು ಈ ರೋಗಗಳು ಅಮೃತ ಬಳ್ಳಿಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ಎಮ್ಮೆಯ ತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಗುಣವಾಗುವುದು.

- ವೈ. ಪಿ. ಶಿಲ್ಪಶ್ರೀ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್.ವೈ. ಸಂಜಯ ಕುಮಾರ

ಶಿವಮೊಗ್ಗ - ೫೭೭೨೦೫, ಫೋನ್ ೦೭೭೭೭೦೦, ಮಿಂಚಂಚೆ: drsanjayby@gmail.com