ಹೊಲ ತುಳಸಿ

■ ಚಿತ್ರ– ಬರಹ: **ಲತಾ ಹೆಗಡೆ**

ಹಾದಿ ಬದಿಯಲ್ಲಿ, ಖುಲ್ಲಾ ಜಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಸಸ್ಯ ಕಳೆಗಿಡಗಳಂತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ರಾಗಿ ಕೊಯ್ಲು ಆದ ನಂತರ ಹೊಲದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಕಾರಣ 'ಹೊಲ ತುಳಸಿ' ಎಂಬ ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ. ಕನ್ನಡದ ಆಡು ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರೆಂದರೆ 'ನಾಯಿ ತುಳಸಿ.' ಇದು ತುಳಸಿಯನ್ನೇ ಹೋಲುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೊಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಪರಿಮಳವೂ ಇದೆ. ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಹೆಸರು– ಆಸಿಮಂ ಅಮೇರಿಕಾನಂ (Ocimum Americanum.)

ತುಳಸಿಯನ್ನೇ ಹೋಲುತ್ತಿದ್ದರೂ ಎಲೆಯ ಗಾತ್ರ ಸ್ವಲ್ಪ ದೊಡ್ಡದು. ತೊಟ್ಟು ಎಲೆಯಷ್ಟೇ ಉದ್ದ. ಕಾಂಡಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ, ಬಿಳಿ ವರ್ಣದ ದ್ವಿಲಿಂಗೀ ಹೂಗಳು ದೇಟಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಬಿಡುತ್ತವೆ. ಈ ಪುಷ್ಪಗುಚ್ಛಕ್ಕೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಥೈರ್ಸಸ್ (Thyrsus) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹೂ ಮತ್ತು ಕಾಯಿ ಬಿಡುವ ಸಮಯ ಅಕ್ಟೋಬರ್ ತಿಂಗಳಿಂದ ಫೆಬ್ರುವರಿವರೆಗೆ.

ಈ ಸಸ್ಯದಲ್ಲಿ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ. ಬೀಜದಲ್ಲಿ ನಾರಿನಂಶ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ನೀರಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟಾಗ ಲೋಳೆಯಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಅಳತೆಯಲ್ಲಿ ನಿಗದಿತವಾಗಿ ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಮಧುಮೇಹ ಇರುವವರು ಸೇವಿಸಿದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಗ್ಲುಕೋಸ್ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇ.30ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ವೈದ್ಯರು.

ಹೊಲತುಳಸಿಯಲ್ಲಿರುವ 'ನೆವೊಡೆನ್ಸನ್' ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ಸತ್ವಕ್ಕೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟದಂತೆ ಮಾಡುವ ಗುಣವಿದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವವರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಸಸ್ಯದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿದ ಆವಿಯಾಗುವಂತಹ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಲಿನೊಲಿಕ್ ಆಮ್ಲವಿದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಊತವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಚರ್ಮರೋಗವನ್ನೂ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಈ ಎಣ್ಣೆ ಶಿಲೀಂಧ್ರ ನಾಶಕವೂ ಹೌದು.

ಈ ಸಸ್ಯದ ಬೇರನ್ನು ಅರೆದು ಒಂದು ಚಮಚದಂತೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಸೇವಿಸಿದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಭೇದಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲೆಯ ರಸ ಶೀತ ಮತ್ತು ಜ್ವರವನ್ನು ತಹಬಂದಿಗೆ ತರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಳೆಗಿಡದಂತಿರುವ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಬಲು ಸುಲಭವಾಗಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ●