ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧಿ ಕರಿಕಾಯಿ

■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ: ಸುಭಾಸ ಯಾದವಾಡ

ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ, ಕೈಬೆರಳು ಗಾತ್ರದ ಈ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕರಿ ಕಾಯಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ಬಗೆಯ ಜಾಲಿ ಗಿಡದ ಕಾಯಿ. ಈ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಒಡೆದು, ಇದರೊಳಗಿರುವ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ಕಾಯಿ ಯ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಕೆಮ್ಮನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ತೊಗಟೆಯ ಮೇಲ್ಮೈ ಕಪ್ಪಾಗಿದ್ದು ಒಳಭಾಗ ಬಿಳಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕಹಿ ಒಗರು ರುಚಿಯ ಈ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಜಗಿದು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಮ್ಮು ಬರುತ್ತದೆ ಎನಿಸಿದಾಗ ಅದರ ರಸವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ನುಂಗಬೇಕು. ಈ ರಸ ಕೆಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಮುದುಕರಾದಿಯಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಕರಿಕಾಯಿಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ರೈತಾಪಿ ಜನ ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಕರಿಕಾಯಿಯನ್ನು ಕೆಮ್ಮಿನ ಶಮನಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಲೇ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಹೊಲ ಗದ್ದೆಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವವರಿಗೆ ಕರಿಕಾಯಿ ಗಿಡ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಗಿಡ ಬಹಳ ಎತ್ತರ ಇರುವದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಕರಿಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹರಿದುಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಸುಲಭ.

ಹಿಂದೆಲ್ಲ ಕೆಮ್ಮುವವರನ್ನು ನೋಡಿ, 'ಕರಿಕಾಯಿ ತಿನ್ನು' ಎಂದು ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿನ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇಂದೂ ಕರಿಜಾಲಿ ಕಾಯಿಯ ಗಿಡಗಳ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆಯಾದರೂ, ಅವುಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಕೆಮ್ಮು ಬಂದಾಗ ಆ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಮ್ಮಿನ ಉಪಶಮನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧೌಷಧಿಯಾಗಿರುವ ಕರಿಕಾಯಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ದಾಟಿಸುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಜಾಲಿಗಿಡಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ. ಕೃಷಿ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಬಳಕೆಯಾಗುವ ದೊಡ್ಡ ಜಾಲಿಮರಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಈಗ ತೀರ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕರಿಕಾಯಿ ಗಿಡಗಳು ಅಪಾಯದ ಅಂಚಿಗೆ ಸರಿಯುತ್ತಿವೆ. ಬಳ್ಳಾರಿ ಜಾಲಿ ಎಂಬ ರಾಕ್ಷಸ ಜಾಲಿ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹಬ್ಬುತ್ತಿದೆ. ಅದರ ಮುಳ್ಳು, ಎಲೆ, ಕಾಂಡ ಎಲ್ಲವೂ ವಿಷಪೂರಕ. ಸುಟ್ಟರೂ ಅದು ವಿಷಾನಿಲವನ್ನೇ ಉಗುಳುತ್ತದೆ. ಬಳ್ಳಾರಿಯ ಜಾಲಿಯ ಅಬ್ಬರದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಉಪಯುಕ್ತ ಜಾಲಿಮರಗಳು ತಮ್ಮ ಅಸ್ಥಿತ್ವವನ್ನೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ. ಔಷಧಯುಕ್ತ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಕರಿಕಾಯಿ ಮರಗಳೂ ವಿರಳವಾಗುತ್ತಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ಎಲ್ಲ ಕರಿಕಾಯಿಗಳು ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಸೂಕ್ತವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಕಾಯಿಗಳು ಹುಳುಕಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಒಣಗಿದ ಬಲಿತ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹಲವು ತಿಂಗಳುಗಳವರೆಗೆ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಬಲಿಯದ ಹಸಿರು ಕಾಯಿಗಳು ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಕರಿಕಾಯಿಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕಾಡೆ ಮಾಡಿಯೂ ಕುಡಿಯಬಹುದು. ಅದರ ಕಹಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನೂ ಬಳಸಬಹುದು. ಒಣ ಕರಿಕಾಯಿಯನ್ನು ತಿಂದು ನೀರು ಕುಡಿದರೆ ಅದು ತುಂಬ ರುಚಿ ಎನಿಸುತ್ತದೆ.

ಕರಿಕಾಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯ ಅಂಗಳದಲ್ಲೋ ಅಥವಾ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲೋ ಒಂದೆರಡು ಕರಿಕಾಯಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ಬೆಳೆದರೆ ಸಾಕು, ಅದಕ್ಕೇನೂ ವಿಶೇಷ ರಕ್ಷಣೆ ಉಪಚಾರಗಳೂ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲೊಂದು ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧದ ಸಂಜೀವಿನಿ ಗಿಡ ನೆಲೆ ನಿಂತು, ನಿಮಗೂ ನಿಮ್ಮ ನೆರೆಯವರಿಗೂ ಕರಿಕಾಯಿ ಎಂಬ ಉಚಿತ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸದಾ ನೀಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ■