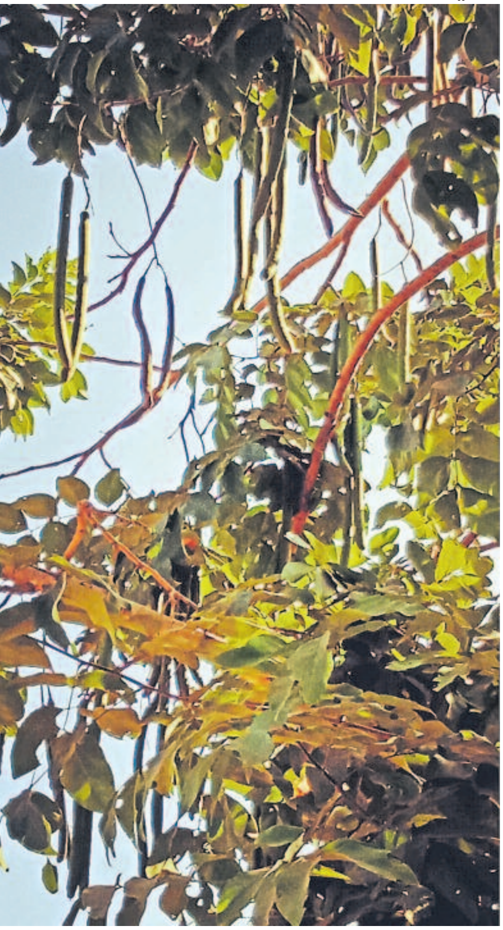
ರಾಜವೃಕ್ಷವೆಂಬ ಅಮಲತಾಸ್

ಕಳೆದ ನವೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೌಂಟ್ ಅಬುಗೆ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ ಅಲ್ಲಿಯ ಗೋಶಾಲೆ, ತಪೋವನಕ್ಕೂ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ಗೋಶಾಲೆಯ ಮುಂದೆಯೇ ನುಗ್ಗೆಕಾಯಿಯಂತಹ ಉದ್ದುದ್ದ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತ ಮರವಿತ್ತು. ನಾನು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಸ್ಥಳೀಯರನ್ನು ಅದು ಯಾವ ಮರವೆಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ಅವರು `ರಾಜವೃಕ್ಷ'ವಾಗಿದ್ದು, ಇದಕ್ಕೆ `ಅಮಲತಾಸ್' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಯಿತು.

ಇದನ್ನು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಕ್ಯಾಸಿಯಾ ಪಿಸ್ತೂಲ ಎಂದು ಕರೆದರೆ, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಅಮಲತಾಸ್, ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಪುದ್ದಿನ್ ಪೈಪ್ ಟ್ರೀ, ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ರಾಜವೃಕ್ಷ, ಗುಜರಾತಿಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಮಾಲೋ, ಪಂಜಾಬಿಯಲ್ಲಿ ಗಿರ್ಡನಲಿ ಮತ್ತು ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಹವಾ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಚಪ್ಪರದವರೆ ವಂಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿರುವ ಇದು ಥಾಯ್ಲೆಂಡ್‌ನ ರಾಷ್ಟ್ರಪುಷ್ಪ, ಕೇರಳದ ರಾಜ್ಯಪುಷ್ಪವಾಗಿದೆ. ಮಾರ್ಚ್– ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳೂಗಳಲ್ಲಿ ಗೊಂಚಲು ಗೊಂಚಲಾಗಿ ಐದು ದಳಗಳ ಸುಂದರವಾದ ಹಳದಿ ಹೂಗಳು ಬಿಟ್ಟಾಗ ನೋಡಲು ತುಂಬಾ ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಂಗಾರದ ಬಣ್ಣವಿರುವುದರಿದ ಹೇಮಪುಷ್ಪ, ಸುವರ್ಣಪುಷ್ಪ ಎಂದೂ ಮರಕ್ಕೆ `ಗೋಲ್ಡನ್ ಶೋವರ್ ಟ್ರೀ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಉದ್ಯಾನಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಮರವಿದು.



- ಅಮಲತಾಸ್ ಮರದ ಬೇರು, ತೊಗಟೆ, ಹೂವು, ಕಾಯಿ ಎಲ್ಲವೂ ಔಷಧಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕೀಲು ನೋವು, ಮೈಗ್ರೇನ್, ಎದೆನೋವು, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ರಕ್ತಬೇಧಿ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಔಷಧವಿದು. ಇದರ ಬೇರು ಜ್ವರ, ಹೃದ್ರೋಗ, ಪಿತ್ತವಿಕಾರ, ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಗಾಯ, ಅಲ್ಸರ್, ಕುರುಗಳು ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಇದು ಹಲವು ಔಷಧಗಳ ಗಣಿಯಾದ್ದರಿಂದ ನಿಯಮಿತ ಬಳಕೆ ಮಾಡಿ ನಿರೋಗಿಗಳಾಗಬಹುದು. ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞರು ಇದರ ಹಲವು ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.
- ಇದರ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಹಾಗೆಯೂ ತಿನ್ನಬಹುದು ಅಥವಾ ತುಂಡು ಮಾಡಿ ತಾಮ್ರದ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಗುಲ್ಕನ್ ತಯಾರಿಸಿ ವರ್ಷವಿಡೀ ಸೇವಿಸಬಹುದು, ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಹೊಟ್ಟೆ ಸಂಬಂಧಿ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಅನುಕೂಲ.
- ಇದರ ಎಳೆಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಉಪ್ಪು, ಕಾಳುಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಸುತ್ತಿ ತಾಂಬೂಲದಂತೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆಯಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲೆಯಿಂದ ಸಬ್ಜಿ ಪಲ್ಯವನ್ನೂ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ಗಾಯಗಳು, ಕುರುಕಜ್ಜಿ, ದದ್ದುಗಳಿಗೆ ಎಲೆಯನ್ನು ಅರೆದು ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಇದೇ ಪೇಸ್ಟ್‌ನಿಂದ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಪೀಡಿತರಿಗೆ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡಿದರೆ ಉಪಕಾರಿ. ಮೊಡವೆಗಳಿಗೆ ಅಲ್ಸರ್ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ತಂಪನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಗುಣವಿದ್ದರೂ ಸಹ ಇದರ ತಿರುಳನ್ನು ಕಾಳುಮೆಣಸು, ತುಳಸಿಯೊಂದಿಗೆ ಕುದಿಸಿ ಬಿಸಿಬಿಸಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಕಫನಾಶ, ಆಸ್ತಮಾ ನಿವಾರಣೆ.
- ಪಿತ್ತಪ್ರಕೋಪ, ಪಿತ್ತವಿಕಾರಕ್ಕೆ ಕಾಯಿಯ ತಿರುಳನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ರಾತ್ರಿಯೇ ನೆನೆಸಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಕಿವುಚಿ ಶೋಧಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಎಲ್ಲಾ ವಯೋಮಾನದವರೂ ಹೊಟ್ಟೆಉಬ್ಬರ, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಅಜೀರ್ಣ, ಬಾವು, ನೋವುಗಳಿಗೆ ಕಾಯಿಯ ತಿರುಳನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಸೇವಿಸಬಹುದು.

■ **ಸೀತಾ ಎಸ್. ನಾರಾಯಣ**

FORM-IV

SUDHA

STATEMENT about ownership and other particulars about newspaper/periodical 'SUDHA' Bangalore as required to be published under Section 19-D (b) of the Press and Registration of Books Act, read with Rule-8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules, 1956.

1. Place of Publication: Bangalore

2. Periodicity of Publication: Weekly

3. Printer : Mr. B. A. Ravi, Citizen of India, No.1857/P HIG, Sri Ranga Nilaya, Jalavahini Road, Srirampuram 2nd Stage, Mysore-570023.

4. Publisher : Mr. B. A. Ravi, Citizen of India, No.1857/P HIG, Sri Ranga Nilaya, Jalavahini Road, Srirampuram 2nd Stage, Mysore-570023

5. Editor : Mr. K. N. Tilak Kumar, Citizen of India, No. 173, Subbaramachetty Road, Basavanagudi, Bangalore-560 004.

6.Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one percent of the total capital.

Proprietors: The Printers (Mysore) Pvt. Ltd. CIN. No. U22110KA1948PTC000521 Plot No. 7-12, Kumbalgodu Industrial Area II Phase, Mysore Road, Bangalore-560 074.

Shareholders holding more than one percent of the total capital:

1. Mr. K. N. Hari Kumar, No. 22 1st 'A' Main, 1st Block, RMV 2nd Stage, Bangalore-560 094.

2. Mr. K. N. Tilak Kumar, No. 173, Subbaramachetty Road, Basavanagudi, Bangalore-560 004.

3. Mr. K. N. Shanth Kumar, No. 298/A, 1st Main Road, 8th Block, Jayanagar, Bangalore - 560 082.

4. K. N. Guruswamy & Co. Pvt. Ltd. No. 75, M. G. Road, Bangalore-560 001 5. Legal Heirs of Late Khan Bahadur Budan Saheb, Landlord, Hindupur, Andhra Pradesh. 6. Mr. S. N. Srinivasa Murthy, Mr. S. N. Shiva Shankar, No. 10, VI Main, II Cross, Gandhinagar, Bangalore - 560 009. 7. Mr. S. D. Eswarasa, Sri. Durgamba Lodge, 305, Subedar Chatram Road, 6th Main, Gandhinagar, Bangalore - 560 009. 8. Mr. S.D. Aswathnarayana, Mr. S. D. Nageshwar, Mr. S. D. Shivaram, Mr. S. D. Krishnamurthy, Mr. S. N. Raghavendra, No. 361, II 'C' Cross, 4th Main Road, 3rd Stage, 3rd Block, Basaveswaranagar, Bangalore-560 079 9. Mr. M. P. Manjunath, No.172, Ground Floor, Moksha Marga, Siddartha Layout, Mysore - 570011, 10. Mr. S.D. Muniswamy, Swamy Dhondusa Fabric, Sri Lodge (Basement) No. 9, 6th Main, 2nd Cross, Gandhinagar, Bangalore-560 009 11. Mrs. Prema B. Moola, Mr. Ananda Ranga Moola, Mr. Ved Manu Moola, & Ms. Dev Siri Moola, No. 9, 'Rangapuri', Lalbagh Road, Bangalore-560 027. 12. Mrs. Pratibha S. Moola, Mr. Siddartha S. Moola, Ms. Lakshmi S. Moola, Ms. Vidya S. Moola, Ms. Aparna S. Moola, No. 38, Wellington Street, Richmond Town, Bangalore-560 025. 13. Mr. M. Ramesh, Mrs. Anuradha R. Moola, Ms. Sharuna R. Moola, Mr. Vivesh R. Moola, Ms. Bhavana R. Moola, 'Centropolis', No. 21, Langford Road, Richmond Town, Bangalore-560 025. 14. Mrs. Dechu R. Moola, Mr. Vishnu R. Moola, Ms. Brinda Devi Moola, Ms. Maya R. Moola, Flat No. 32, August Mansion Apts. No. 42, Curley Street, Richmond Town, Bangalore-560 025.

I, B. A. Ravi, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Place: Bangalore
Date: 29-02-2020

Sd/-
(B.A. Ravi)
Publisher