ನಂದಿಬಟ್ಟಲು

ಅಲಂಕಾರಕ್ಕೂ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ...

ಮಗನಿಗೆ ಕಣ್ಣಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸಲು ಆಯುರ್ವೇದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆವು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಗಿದ ಬಳಿಕ ನಂದಬಟ್ಟಲು (ನಂದಿಬಟ್ಟಲು) ಹೂವನ್ನು ಕಣ್ಣುಗಳ ರೆಪ್ಪೆಗಳ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಆಚೆಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಕಳೆದು ಆ ಪಟ್ಟಿ ಬಿಚ್ಚಿದಾಗ ಬಾಡಿದ ನಂದಬಟ್ಟಲು ಹೂವಿನ ಪಕಳೆಗಳು ಉದುರುತ್ತಿದ್ದವು. ಅದನ್ನು ನೋಡಿ – 'ಎಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ಹೂವಿದು. ನಮ್ಮ ಅಂಗಳದಲ್ಲೇ ಇದ್ದರೂ ನಿರ್ಲಕ್ಷ ಮಾಡಿದೆ, ಛೆ!' ಎಂದು ಮತ್ತೆ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋದೆ. ಈ ಹೂವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ಕಲೆಹಾಕಿದೆ.

ಇದರ ಬೇರು ಒಗರಾಗಿದ್ದು ಜಗಿದರೆ ಹಲ್ಲು ನೋವಿಗೆ ಔಷಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ರಸವನ್ನು ಕರ್ಪೂರಕ್ಕೆ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಕಜ್ಜಿ ತುರಿಕೆಗಳು ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಪಸ್ಮಾರ, ಅರೆ ತಲೆನೋವು, ಕೆಮ್ಮು–ದಮ್ಮಿಗೆ ರಾಮಬಾಣ. ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ಬೇರನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ರಸವನ್ನು ಮೂಗಿನ ಹೊಳ್ಳೆಗಳೊಳಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ವಿಷವಿಳಿಯುತ್ತದೆ (ಬಹುಶಃ ಈ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ನಂಜುಬಟ್ಟಲು ಎನ್ನುತ್ತಾರೇನೋ?). ಇದನ್ನು ಸುಗಂಧ ತಯಾರಿಕೆ ಮತ್ತು ಧೂಪಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಮಾಹಿತಿಗಳು ವೈದ್ಯರಿಂದ ದೊರೆತವು.

ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪರಿಮಳ ಸೂಸುತ್ತ ಶ್ವೇತಾಂಬರಿಯಂತೆ ಕಾಣುವ ನಂದಬಟ್ಟಲು ಹೂವಿನ ಚೆಲುವು ಎಷ್ಟು ಚೆಂದವೋ ಅಷ್ಟೇ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಉಪಕಾರಿ. ಅಚ್ಚಹಸುರಿನ ಉದ್ದನೆಯ ಚೂಪಾದ ಎಲೆಗಳ ಒಳಗೆ ಬೆಳ್ಳಗೆ ಅರಳಿ ನಿಲ್ಲುವ ಈ ಹೂವಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸುತ್ತಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಮೂರು ಸುತ್ತಿನವರೆಗೂ

ಹಸುರು ಎಲೆಗಳ ನಡುವೆ ಬೆಳ್ಳಗೆ ಅರಳಿ ನಿಲ್ಲುವ ನಂದಿಬಟ್ಟಲಿನ ಹೂವು ಸೊಗಸಾಗಿ ಕಾಣುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಉಪಕಾರಿ.

■ ಸುಮಾವೀಣಾ

ಅರಳುವ ತಳಿಗಳಿವೆ. ಒಂದು ಸುತ್ತಿನ ಹೂವಂತೂ ಗಿಡದ ತುಂಬಾ ಮೊಸರು ಚೆಲ್ಲಿದಂತೆ ಮೈಸೂರು ಮಲ್ಲಿಗೆಯ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಬೇಗ ಬಾಡದು ಎನ್ನುವ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಈಗ ಹಾರಗಳಾಗಿ, ಮೊಗ್ಗಿನ ಜಡೆಗಳಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಿಂದೆಯೂ ಈ ಹೂಗಳನ್ನು ಬಾಳೆ ನಾರಿನಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಅರಳಿದ ಹೂಗಳ ತೊಟ್ಟು ಬಿಡಿಸಿ ಮೃದುವಾಗಿ ಜಜ್ಜಿ ಇಲ್ಲವೆ ಮಿಕ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ರುಬ್ಬಿ ಹಿಂಡಿ ರಸ ತೆಗೆದು ರಸವನ್ನು ಹತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ನೆರಳಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಬೇಕು. ಹತ್ತಿ ಒಣಗಿದ ನಂತರ ತುಪ್ಪ ಇಲ್ಲವೇ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ದೀಪ ಉರಿಸಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಬೋರಲಾಗಿ ಯಾವುದಾದರೂ ತಟ್ಟೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟರೆ ಅದರ ತುಂಬಾ ಮಸಿ ಆವಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಜೋಪಾನವಾಗಿ ಶೇಖರಿಸಿ, ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ರಾಸಾಯನಿಕ ಮುಕ್ತ ಕಾಡಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಖುಷಿಯೊಂದಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಮೂರು ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಇತಿಹಾಸ ಈ ಗಿಡಕ್ಕಿದೆ. 'ನಂದಿವರ್ಧನ', 'ತಗರ' ಎಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರುವ ಇದು ಹಿಮಾಲಯ ಕಣಿವೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ತೆಲುಗರು ಇದನ್ನು 'ನಂದ್ಯಾವಟ್ಟಮ್' ಎಂದೂ ಕನ್ನಡಿಗರು 'ನಂದಿಬಟ್ಟಲು' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದಿದೆ. ಕೇಶಿರಾಜನ 'ಶಬ್ದಮಣಿದರ್ಪಣ'ದಲ್ಲೂ ಇದರ ಪ್ರಸ್ತಾಪವಿದೆ. ಅಲಂಕಾರ, ಆರೋಗ್ಯ ಎರಡೂ ಹೊಂದಿರುವ ನಂದಬಟ್ಟಲು ಹೂ ಮನೆ ಮನೆಗಳಲ್ಲೂ ನಳನಳಿಸಲಿ. ಅದರ ಕಮ್ಮನೆ ಸುವಾಸನೆ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಪಸರಿಸಲಿ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in