ನೆಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ; ನೆಲನೆಲ್ಲಿ!

ಪಕ್ಕದ ಮನೆಯ ಪುಟ್ಟ ಮಗುವಿಗೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಜ್ವರ. ಸದಾ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಆಟವಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಮಗು ಬಳಲಿ, ಸುಸ್ತಾಗಿ ಮಂಕಾಗಿ ಹೋಗಿತ್ತು. ಒಂದು ದಿನ ಕಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕಣ್ಣುಗಳೆಲ್ಲ ಹಳದಿ, ಹಳದಿ. ಮೂತ್ರ ಕೂಡ ಕಡುಹಳದಿ. ಇದು ಕಾಮಾಲೆ (ಜಾಂಡೀಸ್) ಎಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಮಗುವನ್ನು ತೋರಿಸಿದಾಗ ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ್ದಲ್ಲದೆ ಇದು ಕಾಮಾಲೆಯೇ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದರು. ಉಪಶಮನಕ್ಕಾಗಿ ವೈದ್ಯರು ನೀಡಿದ ಗುಳಿಗೆಗಳಾವುದೂ ಪ್ರಯೋಜನ ಕಾಣದಾಗ ಆ ತಾಯಿ ಮೊರೆಹೋದದ್ದು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನೇ ಒಡಲಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡ ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಎಂಬ ಪುಟ್ಟ ಪುಟ್ಟ ಎಲೆಗಳ ಗಿಡಗಳನ್ನು.

ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಗಿಡ ತಂದು ಅರೆದು ರಸ ತೆಗೆದು ಹಸಿ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕುಡಿಸಿದರು. ಸುಮಾರು ಒಂದು ವಾರ ಇದೇ ಮದ್ದು; ಜತೆಗೆ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ಪಥ್ಯ. ಕೇವಲ ಒಂದೇ ವಾರದಲ್ಲಿ ಕಾಮಾಲೆ ವಾಸಿ. ಹತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸುಸ್ತು ಕೂಡ ಮಾಯ!

ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಕಿಜರ್ ನೆಲ್ಲಿ' ಎಂಬ ಹೆಸರೂ ಇದೆ. ಇದರ ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಹೆಸರು ಫಿಲಾಂತಸ್ ನಿರುರಿ. ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಟೋನ್‌ಬ್ರೇಕರ್ ಮತ್ತು ಸೀಡ್ ಅಂಡರ್ ಲೀಫ್, ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಬಾಹುಪತ್ರ, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಜಂಗ್ಲಿ ಆಮ್ಲಿ, ತೆಲುಗಿನಲ್ಲಿ ನೆಲ ಉಸಿರಿ ಮುಂತಾದ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ನೆಲನೆಲ್ಲಿಯ ತವರು ಮಧ್ಯ ಏಷ್ಯಾ.

ಯಾವುದೇ ಆರೈಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಸಸ್ಯವಿದು. ಇದರ ಗಿಡ

> ಪುಟ್ಟ ಪುಟ್ಟ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನೇ ತನ್ನ ಒಡಲಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದೆ. ಕಾಮಾಲೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಇದು ದಿವ್ಯೌಷಧಿ.

■ ಯು. ಅನಂತ್

ಸುಮಾರು 70ರಿಂದ 80 ಸೆಮೀ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ರೆಂಬೆಗಳನ್ನು ಹರಡಿ ಪುಟ್ಟ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸುಂದರ ಸಸ್ಯವಿದು. ತಿಳಿ ಹಸುರು ಬಣ್ಣದ ಹೂವು ಬಿಡುವ ಈ ಗಿಡ ವರ್ಷಪೂರ್ತಿ ಹೂವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಆಕಾರದ ಪುಟಾಣಿ ಕಾಯಿಗಳು ಎಲೆಗಳ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಈ ಗಿಡದ ಎಲ್ಲ ಭಾಗಗಳು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಭಾರತ ಮತ್ತು ಚೀನಾಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಬಳಕೆ ಹೆಚ್ಚು.

'ನೆಲನೆಲ್ಲಿಯ ಚಿಗುರನ್ನು ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಕಾಮಾಲೆ ಬೇಗನೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಮಾಲೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉರಿ, ಕಿಡ್ನಿಕಲ್ಲು ತಡೆಗೆ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ದಿವ್ಯೌಷಧಿ. ಹೀಗಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ನೆಲನೆಲ್ಲಿಗೆ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವಿದೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞೆ, ಡಾ. ಅನ್ನಪೂರ್ಣ ಭಟ್. ನೆಲನೆಲ್ಲಿಯ ಇತರ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಟಿಪ್ಸ್ ಅನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಆಗರ

- ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಗಿಡದ ರಸ ಕುಡಿದರೆ ಜ್ವರ, ನೆಗಡಿ ಮುಂತಾದ ವೈರಸ್ ಬೇಗನೆ ತಗಲುವುದಿಲ್ಲ.
- ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ರಸದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉರಿ ಬರುವುದು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಆಗುವುದನ್ನು ಇದು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ನೆಗಡಿ ಉಂಟಾಗಿ ತೀವ್ರಗೊಳ್ಳುವ ಸೈನಸ್ ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ.
- ಕಿಡ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲುಗಳಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ಅನೀಮಿಯ, ಮೂತ್ರದ ದೋಷಗಳು, ಆಸ್ತಮಾ ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೂ ನೆಲನೆಲ್ಲಿಯ ಔಷಧಿ ರಾಮಬಾಣ.

ಬ್ರೆಜಿಲ್ ಮತ್ತು ಚಿಲಿ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಗಿಡವನ್ನು ಕಿಡ್ನಿ ಕಲ್ಲುಗಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಔಷಧೀಯ ಆಗರವನ್ನೇ ತನ್ನ ಒಡಲಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಈ ಪುಟ್ಟ ಸಸ್ಯ ಮನೆಯ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ, ತೋಟದಲ್ಲಿ, ಗದ್ದೆ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ತಾನಾಗೇ ಯಾವುದೇ ಆರೈಕೆಯಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಕಿತ್ತೆಸೆಯದೇ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಜಾಣತನ. ■