

ಅಂದದ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು



ಚಿತ್ರ-ಲೇಖನ ಗೀತ ಸದಾ ಮೋಂತಿಮಾರು

ವರ್ಷಪೂರ್ತಿ ಹೂವು ಬಿಡುವ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಸಸ್ಯ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಆಗರ. ಶುಭ್ರ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಇದರ ಹೂವುಗಳು ತಂಪು ಗುಣ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಕಣ್ಣಿನ ಹಲವು ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ದಿವ್ಯ ಔಷಧ. ತನ್ನದೇ ಆದ ಸುಗಂಧವನ್ನೂ ಸೂಸುವ ನಂದಿಬಟ್ಟಲಿನ ಹೂವುಗಳು, ಬೇಸಿಗೆ ಹಾಗೂ ಮಳೆಗಾಲ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು.

ಇದರ ಸುಗಂಧವು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರವಾಗಿದೆ. ಮೂಗಿನಿಂದ ರಕ್ತ, ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಋತುಬಂಧದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮಾನಸಿಕ ಕಿರಿಕಿರಿಗೆ ಇವರ ಸೇವನೆ ಉತ್ತಮ ಮದ್ದು. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ನಂದ್ರಾವರ್ತ ಎಂದು ಕರೆಯುವ ಈ ಸಸ್ಯವನ್ನು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಗಳಲ್ಲೂ ಕಾಣಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಬಯಸದ ಇದೊಂದು ಗಡಸು ಸಸ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಬಲಿತ ಕಾಂಡದಿಂದ ಸಸ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಈ ಗಿಡವನ್ನು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಇಂಡಿಯನ್ ವೆಲೇರಿಯನ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ವಾರಕ್ಯೋಮೈ ಅಥವಾ ಹದಿನೈದು ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ನೀರುಣಿಸಿದರೂ ಹೂವನ್ನು ನೀಡುವ ಈ ಸಸ್ಯದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು 'Tabraemontane divearicata L' ಇದು ಹೂವು ಬಿಡುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಗಿಡ ಪೂರ್ತಿ ಮೊಸರು ಚೆಲ್ಲಿದಂತೆ ಕಾಣುವ, ಶ್ರೇತವರ್ಣದ ಇದರ ಹೂವುಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದೇ- ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಹಬ್ಬು, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಭ್ರಮ. ಹಲವಾರು ಜಾತಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಸುಂದರವಾದಂತಹ ಈ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಮಂಚೆಟ್ಟಿ ಎಂದೂ ಕರೆಯುವರು.

ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಬಹುದಾದ ಈ ಸಸ್ಯವನ್ನು ರಸ್ತೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ, ಅಗಡೆಗಳ ಎದುರುಗಡೆ, ತೋಟದ ಬೇಲಿಯ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ, ನಗರದಲ್ಲಾದರೆ ಹೂಕುಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಹಲವು ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೃಷಿ ಇಲಾಖೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ನರ್ಸರಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಹೊಸ ತಳಿ ಕೃಷಿ ಕಟ್ಟಿದ ಕುಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಪುಟ್ಟ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅಲಂಕಾರಿಕ ಗಿಡವಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವುದು, ಹೂ ತೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಜನ್ ಗಿಡವಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವುದು ಈಗ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ.

ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಹೂವನ್ನು ಸುಗಂಧ ದ್ರವ್ಯದ ತಯಾರಿಕೆಗೆ ಮತ್ತು ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥವಾಗಿಯೂ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಇದು ಜನಪ್ರಿಯ ಔಷಧ ಸಸ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಈ ಸಸ್ಯವು ಸುಮಾರು ಆರರಿಂದ ಏಳು ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಕಾಂಡವು ಶಾಖೋಪಶಾಖೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆದು, ರೆಂಬೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿ ಎರಡು ಅಂಗುಲ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ ಎಲೆಗಳು ಅಭಿಮುಖವಾಗಿ ಜೋಡಣೆಯಾಗಿದ್ದು ಎಲೆಯನ್ನು ಕಾಂಡದಿಂದ ಮುಂದರೆ ಹಾಲು ಬರುತ್ತದೆ. ರೆಂಬೆಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣದ ಸುವಾಸನೆಯುಕ್ತ ಹೂವು ಕಾಣಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹಲವು ಎಸಳುಗಳನ್ನು ಸುಂದರವಾದ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಕಾಣಬಹುದಾದರೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಐದು ಎಸಳುಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಸುಹಳದಿ ಬಣ್ಣವಿರುವ ಮಲ್ಲಿಗೆಯನ್ನು ಹೋಲುವ ಸುವಾಸನೆಯುಕ್ತ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಹೆಚ್ಚು ಔಷಧೀಯ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿದೆ. ಇದರ ಹೂವು, ಎಲೆ, ಬೇರು ಎಲ್ಲವೂ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಆಗರ.

ಉಪಯೋಗಗಳು

- ★ ನಾಲ್ಕು ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಹೂವುಗಳನ್ನು ಎರಡು ಚಮಚ ಜೀರಿಗೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲದೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ದಿನಕ್ಕೆ ರಡು ಬಾರಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ- ಅತಿ ಉಷ್ಣತೆಯಿಂದ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ರಕ್ತ, ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿವಾರಣೆ ಆಗುತ್ತದೆ.
- ★ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಗಿಡದ ಬೇರು ಅಥವಾ ಬೇರಿನ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಬಾಯಲ್ಲಿರಿಸಿ ಕೊಂಡರೆ ಅಥವಾ ಕಪಾಯಿ ಮಾಡಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಿದರೆ ಹಲ್ಲುನೋವು ಶಮನವಾಗುವುದು.
- ★ ಇದರ ಬೇರನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಸೇವಿಸಿದರೆ, ಪಚನಶಕ್ತಿಯೂ ವೃದ್ಧಿಸುವುದು.

★ ಕಣ್ಣು ಕೆಂಪಾಗುವುದು, ನೋವು ಉರಿ ಅಥವಾ ಕೆಂಪು ಉಂಟಾದರೆ ಇದರ ಹೂವನ್ನು ಅಥವಾ ಮೊಗ್ಗನ್ನು ಹಿಮಕಿ ಬಿಳಿಯ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ- ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಹಾಕಿದ ನೀರಿಗೆ ಮುಳುಗಿಸಿ, ಅದರ ಹನಿಯನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಿಂಡುವುದರಿಂದ ಗುಣ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಹೂವನ್ನು ಹಿಮಕಿ ಕಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೂ ಕಣ್ಣು ತಂಪಾಗುವುದು. ಇದರ ಹೂವನ್ನು ಅರೆದು ನೆತ್ತಿಗೆ ಲೇಪ ಹಾಕಿದರೂ ದೇಹ ತಂಪಾಗಿ ಕಣ್ಣು ಉರಿ ಶಮನ.

★ ಈ ಗಿಡದ ಎಲೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಳ್ಳಿಗೆ ಅಕ್ಕಿಯ ಜೊತೆ ರುಬ್ಬಿ- ಅದನ್ನು ಉಷ್ಣದಿಂದ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ದೇಹದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಬೊಕ್ಕೆ (ಕುರ)ಗಳಿಗೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಲೇಪಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ ಬೇಗ ವಾಸಿಯಾಗುವುದು.

★ ಇದರ ಎಲೆಗಳ ರಸಕ್ಕೆ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಇಂಗನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಒಂದು ವಾರ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಜಂತುಹುಳ ನಾಶವಾಗುವುದು.

★ ಇದರ ಹೂವಿನ ರಸವನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ ಅಥವಾ ಇದರ ಹೂವನ್ನು ಸಂಜೆ ಹೊತ್ತು ಮುಡಿಯುವುದರಿಂದ (ಇದರ ಸುವಾಸನೆಗೆ ಮತ್ತು ಬರಿಸುವ ಗುಣವಿದೆ) ದೇಹ ತಂಪಾಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕುವ ಕಾಡಿಗೆಯ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲೂ ಇದರ ಹೂವಿನ ರಸವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

★ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಹೂವಿನ ರಸವನ್ನು ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ ಋತುಬಂಧ (ಮೆನೋಪಾಸ್) ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮಾನಸಿಕ ಕಿರಿಕಿರಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇದು ಪೂರಕ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಈ ನಂದಿಬಟ್ಟಲು ಹೂವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಹಿಂದೂ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷ್ಣುವಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಹೂವೆಂದೂ, ಹಾಗೂ ಸೋಮವಾರ ವ್ರತದಲ್ಲಿ ಶಿವ ಮತ್ತು ಗೌರಿಯರ ಪೂಜೆಗಾಗಿ ಬಳಸುವರೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

