



ಮಧುಬನದ ನೀರಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಕೇಸರಿಬಾತ್

# ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸವೂ ಮಧುಬನದ ಘಮಲೂ

ಮುಂಗಾರು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕೊಡಗಿನವರಿಗೆ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕೃಷಿ ಕೆಲಸ. ಜಿಟಿಜಿಟಿ ಮಳೆ ನಡುವೆ ಗದ್ದೆಗಳಿಯುವ ಅವರ ಮೈ ಮನಸ್ಸಿನ ದಣಿವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲೆಂಬಂತೆ 'ಕಕ್ಕಡ ಪದಿನೆಟ್' ಆಚರಣೆ ಬರುತ್ತದೆ.

■ ಶ.ಗ. ನಯನತಾರಾ

ಮುಂಗಾರು ಮಳೆ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕೊಡಗಿನವರಿಗೆ ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸವೂ ಜೊತೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಜಿಟಿಜಿಟಿ ಮಳೆ ನಡುವೆ ಕೃಷಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಗರಿಗಿದರವ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೆಲ ಆಚರಣೆಗಳೂ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

ಮುಂಗಾರು ಮಳೆಗಾಲದ ಮಧ್ಯ ಭಾಗ ಕೊಡಗಿನಲ್ಲಿ 'ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸ' ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜುಲೈ 17ರಿಂದ ಆಗಸ್ಟ್ 16ರವರೆಗೆ ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನ, ಮದುವೆ ಉತ್ಸವಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸಂಪೂರ್ಣ ಕೃಷಿ ಕಡೆ ಮುಖ ಮಾಡುವ ಕಾಲ. ಧೋ ಎಂದು ಸುರಿಯುವ ಮಳೆ ನಡುವೆ ಮುಂಗಾರು ಹಂಗಾಮಿನ ಮೊದಲ ಭತ್ತದ ನಾಟಿ ಕೆಲಸ ನಡೆಯುವುದು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮನೆ-ಮನಸ್ಸು ತಣಿಸುವ 'ಕಕ್ಕಡ ಪದಿನೆಟ್' ಅನ್ನು ಕೊಡಗಿನವರು ಪಾಲಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಧಾರಾಕಾರ ಸುರಿಯುವ ಪುಷ್ಪ ಮಳೆ ನಡುವೆ ಇಲ್ಲಿನವರ ಕೃಷಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯ 'ಕಕ್ಕಡ ಪದಿನೆಟ್' ಹಾಗೂ ತುಳುಭಾಷಿಗರ 'ಆಟಿ ಪದಿನೆಟ್' ಆಚರಣೆ ಕೊಡಗಿನಾದ್ಯಂತ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕನ್ನಡ ಭಾಷಿಗರ 'ಆಷಾಢ' ಎಂಬ ಪದವೇ ಕೊಡವರ 'ಕಕ್ಕಡ' ಹಾಗೂ ತುಳು ಭಾಷಿಗರ 'ಆಟಿ' ಆಚರಣೆ.

ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸ ಅಥವಾ ಆಟಿ ತಿಂಗಳ 18ನೇ ದಿನವನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದ ಸಂಬಂಧದ ಜಾನಪದ ಹಬ್ಬವನ್ನಾಗಿ ಆಚರಿಸುವುದು ಪದ್ಧತಿ. ಆ ದಿನ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ನಾಟಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಧುಬನ ಅಥವಾ ಮಧ್ವಸೊಪ್ಪಿನ ಪಾಯಸ, ಮರಕೆಸುವಿನ ಪತ್ರಿಡೆಯೊಂದಿಗೆ ಹಬ್ಬ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

## ಮಧುಬನ, ಮರಕೆಸುವಿನ ಘಮಲೂ

ಆಯಾ ಕಾಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೊಡಗಿನವರ ರೂಢಿ. ಅಂತೆಯೇ ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ದೇಹವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಬಲ್ಲ ಆಹಾರ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು

ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಕ್ಕಡ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮಧುಬನ, ಮರಕೆಸುವಿನ ಖಾದ್ಯ ತಯಾರಿ ಇರಲೇಬೇಕು.

ಮಧುಬನ, ಹಸುರು ಎಲೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪೊದೆಯಂತೆ ಬೆಳೆಯುವ ಸಸ್ಯ. ಉದ್ದನೆಯ ಕಡ್ಡಿಯಲ್ಲಿ ಎಲೆಗಳು ತುಂಬಿರುತ್ತವೆ. ಕಕ್ಕಡ ಅಥವಾ ಆಟಿ ತಿಂಗಳ ಆರಂಭ ದಿನದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮಧುಬನ ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ವಿಧದ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು ಸೇರಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆಯಂತೆ. 18ನೇ ದಿನದಂದು 18 ವಿಧದ ಔಷಧಿಗಳು ಸೇರಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ. ಈ ದಿನ ಮಾತ್ರ ಈ ಸಸ್ಯ ಸುವಾಸನಾಭರಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮನೆಯ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮಧುಬನ ಗಿಡದ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಕೊಯ್ದು ಅಕ್ಕಿಯೊಂದಿಗೆ ಪಾಯಸ ಅಥವಾ ಕೇಸರಿಬಾತ್ ಮಾಡಿ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ, ನೆಂಟರಿಷ್ಟರಿಗೆ ಹಂಚಿ ಋಷಿ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಸೊಪ್ಪನ್ನು ದಂಟಿನ ಸಹಿತ ನೀರಿನಲ್ಲಿ



ಮರಕೆಸು

ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಆ ನೀರನ್ನು ಸೋಸಿ ಕಡು ನೇರಳೆಹಣ್ಣಿನ ಬಣ್ಣದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸಿ, ರವೆ, ಸಕ್ಕರೆ, ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಕೇಸರಿಬಾತ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವೇ ಆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅಕ್ಕಿ, ಬೆಲ್ಲ, ಕಾಯಿತುರಿ ಸೇರಿಸಿ ಅನ್ನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸುವಾಸನೆಯುಕ್ತ ಕಡುಬಣ್ಣದ ಖಾದ್ಯ ಸವಿಯಲು ತುಂಬಾ ರುಚಿ. ಮಳೆಗಾಲದ ಶೀತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಈ ಮಧುಬನದ ಸೇವನೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಮಧುಬನ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪಾಯಸವಾಗಲೀ ಸಿಹಿ ಅನ್ನವಾಗಲಿ, ತುಪ್ಪದನ್ನವಾಗಲಿ ಮಕ್ಕಳಾದಿಯಾಗಿ ಹಿರಿಯರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

## ಮರಕೆಸು ಪತ್ರಿಡೆ

ಕರ್ಕಾಟಕ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯಗಳು ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಮಧ್ವಸೊಪ್ಪಿನ ಜತೆ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ, ಕಾಫಿ ತೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಮರದ ಮೇಲೆ ಬಿಡುವ 'ಮರಕೆಸು' ಸೊಪ್ಪು ಕೂಡ ಔಷಧ ರೂಪ ತಾಳುತ್ತದೆ.

ಆಟಿ ಮಾಸದಲ್ಲಿ ಯಾವ ದಿನವಾದರೂ ಈ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು ಎಂದು ಇದನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಳೆಗಾಲದ ಶೀತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಉಷ್ಣಾಂಶವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಶೀತ ಮತ್ತು ಚಳಿಯಿಂದ ಮರಕೆಸು ದೇಹವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಕಕ್ಕಡ ಆಚರಣೆಯಂದು ಪತ್ರಿಡೆ ಕಡ್ಡಾಯ.

ವಿಭಿನ್ನ ಆಚರಣೆಗಳಿಗೆ ಹೆಸರಾಗಿರುವ ಕೊಡಗಿನಲ್ಲಿ ಕಕ್ಕಡ ಮಾಸಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯ. ಆಷಾಢ ಮುಗಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಸಾಲಸಾಲು ಹಬ್ಬಗಳೂ ಆರಂಭವಾಗುವುದರಿಂದ ಆ ಹಬ್ಬಗಳಿಗೆ ಮುನ್ನುಡಿಯಂತೆ ಕಕ್ಕಡ ಆಚರಣೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಈ ಬಾರಿ ಆಗಸ್ಟ್ 3ರ ಗುರುವಾರ ಕರ್ಕಾಟಕ ಮಾಸದ 18ನೇ ದಿನದ 'ಕಕ್ಕಡ ಪದಿನೆಟ್' ಸಂಭ್ರಮ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ■