ಮಾದಕ ರುಚಿಯ ಮಾದಲ

ಅಡಿಕೆ ತೋಟದ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ ಅಚ್ಚ ಹಸುರು ಬಣ್ಣದ ಅಗಲ ಎಲೆ, ಮುಳ್ಳು ತೊಗಟೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪೊದೆಯಂತೆ ಹರಡಿದ ಗಿಡ. ಆ ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಮಾಗಿದ ಹಣ್ಣುಗಳು. ಹಣ್ಣಿನ ಮೈ ದೊರಗು ದೊರಗಾಗಿತ್ತು. ಅದೇನೆಂದು ಮನೆಗೆ ತಂದು ನೋಡಿದರೆ ಅದು ಮಾದಲ ಹಣ್ಣು. ಹುಳಿ–ಸಿಹಿ ರುಚಿಯ ಮಾದಲ ಸಿಟ್ರಸ್ ಆಮ್ಲ ಇರುವ ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು. ಇದರ ಮೂಲಸ್ಥಾನ ಭಾರತ.

ಮಾದಲ ಹಣ್ಣಿನ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು ಸಿಟ್ರಸ್ ಮೆಡಿಕಾ. ಇದಕ್ಕೆ ಮಹಾಫಲ, ರುಸಾಕಿ ಎಂಬ ಹೆಸರುಗಳೂ ಇವೆ. ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಟ್ರಾನ್, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಜೌರಾ, ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಮಾತುಲಂಗ್ ಎಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾದಲ ಹಣ್ಣು ಹಿಮಾಲಯ, ಗಡ್ವಾಲ್, ಸಿಕ್ಕಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅಸ್ಸಾಂ, ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ, ಮೆಡಿಟರೇನಿಯನ್ ಪ್ರದೇಶ, ದಕ್ಷಿಣ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯ ಅಮೆರಿಕದ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹಣ್ಣುಗಳು ಕಾಣ ಸಿಗುತ್ತವೆ.

ಸುಮಾರು 10 ಅಡಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಪೊದರು ಅಥವಾ ಅಡ್ಡಾದಿಡ್ಡಿಯಾಗಿ ಮರ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಕಾಂಡ, ಕೊಂಬೆ ರೆಂಬೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳ್ಳಿರುತ್ತದೆ. ಎಲೆಯೂ ಸುವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಅಚ್ಚ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಸುಂದರ ಹೂವು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಸಿಟ್ರಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್, ಸಲ್ಫೂರಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್ ಮತ್ತು ಗ್ಲುಕೋಸ್‌ಗಳಿವೆ. ಹಣ್ಣನ್ನು ಹಸಿಯಾಗಿಯೂ ತಿನ್ನಬಹುದು, ಜ್ಯಾಮ್ ಮಾಡಿಯೂ ತಿನ್ನಬಹುದು. ಜ್ಯೂಸ್ ಕೂಡ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಔಷಧೀಯವಾಗಿ

ಮಾದಕ ರುಚಿಯ ಮಾದಲ ಹಣ್ಣು ಉತ್ತಮ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ವಾತ, ಪಿತ್ತ, ಕಫ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನೋವು ನಿವಾರಕವೂ ಹೌದು. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಕರುಳಿನ ಸರಿಯಾದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯರ ಋತುಚಕ್ರ ಸಂಬಂಧಿ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಹಾರ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ಎಲೆ ಚರ್ಮ ರೋಗಕ್ಕೆ ರಾಮಬಾಣ ಮತ್ತು ಬೀಜವನ್ನು ಪೇಸ್ಟ್ ಮಾಡಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಚೇಳು ಕಡಿದಾಗ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಬೇಗ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞೆ ಡಾ. ವಸುಧಾ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ.

ಈ ಗಿಡದ ಬೇರು, ಹೂವು, ಎಲೆ, ಕಾಯಿ, ಹಣ್ಣು, ಬೀಜ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಔಷಧವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಗಿಡದ ಬೇರು ಜಂತು ನಿವಾರಕ. ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ವಾಂತಿ, ಹುಳುಕು ಹಲ್ಲು ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಮದ್ದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು. ಇದರ ಹೂವಿನ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಹಸಿವೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ, ವಾಂತಿ ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ, ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ಕೆಮ್ಮು–ದಮ್ಮು, ಬಿಕ್ಕಳಿಕೆ, ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದಾದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ತಡೆಗೆ... ಹೀಗೆ ಹಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾದದ್ದು. ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಕುಡಿದರೆ ವಾಂತಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಬಾಯಿಯ ದುರ್ವಾಸನೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೀಜವನ್ನು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಗೆ ಔಷಧವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂದು ಅವರು ವಿವರಣೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ತೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಂಚ ನೀರಿನಾಸರೆ ಇದ್ದರೆ ತಾನಾಗೇ ಬೆಳೆಯುವ ಇದನ್ನು ಬೀಜಗಳ ಮೂಲಕ ಸಸಿ ಮಾಡಬಹುದು. ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕುಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಬೋನ್ಸಾಯ್ ಮೂಲಕವೂ ಬೆಳೆಸಿ ಹಣ್ಣು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತೋಟಗಾರಿಕಾ ಇಲಾಖೆಯ ಅಧಿಕಾರಿ ನಾರಾಯಣ ನಾಯ್ಕ್ ಅವರು.

ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ ಖಾಲಿ ಜಾಗವಿದ್ದರೆ ನೀವೂ ಮಾದಲ ಗಿಡ ನೆಟ್ಟು ನೋಡಿ..

■ ಉಮಾ ಅನಂತ್