

ನಿಸರ್ಗದ ಸೋಪು



■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ: ಪ. ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾಸ್ತ್ರಿ

ತುಂಬ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಮಹಿಳೆಯರು ಸೀಗೆಕಾಯಿ ಕುಟ್ಟಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗಲೂ ಬಳಸುವವರಿದ್ದಾರೆ. ಕೂದಲಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕಪ್ಪಾದ/ನೀಳವಾದ ಕೇಶರಾಶಿಯ ವೃದ್ಧಿಗೆ ಸೀಗೆಕಾಯಿ ನೆರವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಬಾಣಂತಿಯರಿಗೆ ಕೂಡ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಸೀಗೆಹುಡಿಯೇ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿತ್ತು. ಸೀಗೆಬಳ್ಳಿಯ ಚಿಗುರು ಮತ್ತು ಹುರಿದ ಹುರುಳಿಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಸಾರನ್ನು ಊಟಕ್ಕೆ ಬಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದು ನಂಜು ನಿರೋಧಕವಾಗಿತ್ತು. ಎದೆಹಾಲಿನ ವೃದ್ಧಿಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಅಕಾಸಿಯಾ ಕೊನ್‌ಸಿನ್‌ನಾ ಎಂದು ಹೆಸರಿರುವ ಸೀಗೆ ಮೈಮೊಸಾಸಿಯ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸೇರಿದೆ. ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕಾಕಾಯಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ದಪ್ಪ ಗಾತ್ರದ ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಗೊಂಚಲುಗಳಾಗಿ ಸೀಗೆಕಾಯಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬಳ್ಳಿಗೆ ಆಧಾರಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಮರಗಳು ಬೇಕು. ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಮುಳ್ಳುಗಳಿರುವ ಕಾರಣ ಅದರ ಕಾಯಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕಿದ್ದರೆ ಬಳ್ಳಿಯ ಕೆಳಭಾಗದ ನೆಲವನ್ನು ಚೂಕ್ಕಟಗೊಳಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತೀ ವರ್ಷ ಕಾಯಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಫಸಲು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಕಾಲಿಕೊಮ್‌ಮುಂತಾದ ಅಲ್ಪಲಾಯದ್‌ಗಳು, ಅಕಾಸಿಕ್ ಅಸಿಡ್, ಸ್ಪಿನಾನ್‌ಸೈರೋನ್, ಕಾಲಿಕೊಮ್‌ಮುನ್ ಮೊದಲಾದ ಸತ್ತಾಂಶಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಸೀಗೆಯ ಕಾಯಿ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿದೆ. ಹುಣಸೆ ಎಲೆಯನ್ನು ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಹೋಲುವ ಹಾಗೆಯೇ ಹುಳಿ ರುಚಿಯಿರುವ ಅದರ ಚಿಗುರು ಸಾರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ರುಚಿ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ; ಮಲೇರಿಯಾ ಜ್ವರಕ್ಕೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಹಲವು ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಸೀಗೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಸೀಗೆಯ ಬೀಜದ ಚೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಬೆಣ್ಣೆಯಿಂದ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದೆ. ಜೇಷ್ಠಮದ್ದು ಮತ್ತು ಸೀಗೆಕಾಯಿಯನ್ನು ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಬೆಂಕಿಗೆ ಹಾಕಿ ಅದರ ಹೊಗೆಯನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ನೆಗಡಿ, ಶೀತ, ಕೆಮ್ಮು, ತಲೆನೋವು, ಕುತ್ತಿಗೆನೋವು, ತಲೆಭಾರ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಚೂರ್ಣದಿಂದ ಮೈ ತಿಕ್ಕಿ ಮಿಂದರೆ ಚರ್ಮದ ಕಾಂತಿ ಅಧಿಕವಾಗುವುದಂತೆ.