ಬಹೂಪಯೋಗಿ ಉತ್ತರಾಣಿ

ಚಿತ್ರ ಬರಹ:
ಬಿ.ವಿ.ರಶ್ಮಿ

ಅಮರಾಂತಸಿಯೆ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸೇರಿರುವ ಈ ಉತ್ತರಾಣಿಯ ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಹೆಸರು 'ಅಕಿರಾಂತೆಸ್ ಎಸ್ಪೆರ ಎಲ್' ಎಂದು. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಅಪಮಾರ್ಗ, ತಮಿಳಿನಲ್ಲಿ ನಾಯುರ್ವಿ, ಸಿರುಕಡಲಡಿ, ಮಲೆಯಾಳಂನಲ್ಲಿ ಕಡಲರಿ, ಕಾಟಲೇಟಿ, ತೆಲುಗಿನಲ್ಲಿ ಅಂತಿಶ, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಚಿರ್ಚಿತಾ, ಅಪಂಗ– ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಸರಿನಿಂದ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುವ ಉತ್ತರಾಣಿ ಭಾರತದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗದಲ್ಲೂ ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಹುಲುಸಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಸುಮಾರು 30 ಸೆಂಟಿ ಮೀಟರ್ ನಿಂದ 90 ಸೆಂಟಿ ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುವ ಉತ್ತರಾಣಿ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ಮೂಲಿಕೆಯಾಗಿದ್ದು ಇದರ ಬೀಜ, ಬೇರು, ಕಾಂಡ, ಎಲೆ ಎಲ್ಲವೂ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಗಣಿ. ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ರಸ್ತೆಯಂಚಿನಲ್ಲಿ, ಖಾಲಿ ನಿವೇಶನಗಳ ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ, ಹೊಲಗದ್ದೆಗಳ ಬದುವಿನಲ್ಲಿ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದು ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣದ ಹೂಗಳನ್ನು ಅರಳಿಸಿಕೊಂಡು ಮನಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ರಸ್ತೆಯಂಚಿನಲ್ಲಿ ದಿನನಿತ್ಯವೂ ನಮಗೆ ಕಂಡರೂ ಇದರ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಮಹಿಮೆ ನಮಗೆ ಅಷ್ಟಾಗಿ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಬಳಸುವುದೂ ಇಲ್ಲ.

ಉಪಯೋಗ: ಉತ್ತರಾಣಿ ಎಲೆಯ ಕಷಾಯ ಇಲ್ಲವೇ ರಸ ಸೇವನೆ ಮೂತ್ರವಿಸರ್ಜನೆಯನ್ನು ಸಲೀಸಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಭೇದಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ಮೊಸರಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಭೇದಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಉತ್ತರಾಣಿ ಎಲೆಯ ರಸ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ಸುಟ್ಟಗಾಯ–ಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಚರ್ಮವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಉತ್ತರಾಣಿ ಬೇರನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ ರಸತೆಗೆದು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕುಡಿದರೆ ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಣಗಿದ ಉತ್ತರಾಣಿ ಗಿಡದ ಕಾಂಡವನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಭಸ್ಮವಾಗಿಸಿ ಕಾಳುಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ, ಜೇನುತುಪ್ಪಕ್ಕೆ 3–4 ಚಿಟಿಕೆ ಭಸ್ಮವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸೇವಿಸಿದರೆ ನೆಗಡಿ, ಕೆಮ್ಮು, ರಕ್ತಹೀನತೆ, ಅಸ್ತಮಾ, ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

ಚೇಳು, ಜೇನುಹುಳ ಮತ್ತಿತರ ಕೀಟಗಳ ಕಡಿತಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಾಣಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆದು ಪೇಸ್ಟಿನಂತಾಗಿಸಿ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಬೆಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಒಂದು ಟೀ ಚಮಚ ಉತ್ತರಾಣಿ ರಸವನ್ನು ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ರಕ್ತಹೀನತೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುವುದು.

ಉತ್ತರಾಣಿಯ ಭಸ್ಮ, ಉಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಸಾಸಿವೆ ಎಣ್ಣೆಯ ಲೇಹ್ಯದಿಂದ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಿದರೆ ಹಲ್ಲುನೋವು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಒಣಗಿದ ಕಡ್ಡಿಯನ್ನೂ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಲು ಕೆಲವರು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಭಸ್ಮ ಕ್ಷಾರದ ಗುಣ ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಬಟ್ಟೆ ತೊಳೆಯಲು ಮಾರ್ಜಕವಾಗಿಯೂ ಬಳಸಬಹುದು.

ಅಗಣಿತ ಗುಣಗಳ ಉತ್ತರಾಣಿ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಉತ್ತರಾಣಿಯ ಅಧಿಕ ಸೇವನೆ ಗರ್ಭಪಾತಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ದೀಪಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಗಣಿ, ಸುಣ್ಣ– ಕೆಮ್ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಪಾಂಡವ–ಕೌರವರನ್ನು ಮಾಡಿ ಇದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಾಣಿ ಕಡ್ಡಿಗಳನ್ನು ಸಿಕ್ಕಿಸಿ ಮನೆಯ ಮುಂಬಾಗಿಲಿನಲ್ಲಿ ಇಡಲಾಗುತ್ತದೆ.