ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಬ್ಬವಾಗುವ ಹಬ್ಬುವ ಹಸಿರು ಬಳ್ಳಿ ಹಾಲೆ

– ಡಾ. ಸತ್ಯ

ಹಾಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ಗಿಡಮರ ಬಳ್ಳಿಗೆ ಹಾಲೆ ಎಂಬ ಅನ್ವರ್ಥ ನಾಮ ಕೊಡುವ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ ಜನಪದರದು. ಇದು ಅಂತಿಂಥ ಹಾಲೆ ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲ. ಸಿಹಿ ಹಾಲೆ. ಸಿಹಿ ಸಿಹಿ ಸವಿಯ ಎಲೆಯುಳ್ಳ ಈ ಬಳ್ಳಿ ಎಲೆ ಕಚ ಕಚನೆ ಅಗಿದು ತಿನ್ನಿರಿ. ಬಾಯೆಲ್ಲ ಸಿಹಿ ಸಿಹಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಹೆಸರು. ಒಮ್ಮೆ ಹೀಗಾಯಿತು. ಚಾರ್ಮಾಡಿ ಹೆಸರು ಕೇಳಿರ ಬೇಕಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿ ಸಸ್ಯ ಪ್ರಭೇದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದು ಕೊಳ್ಳುವ ಅಧ್ಯಯನ ತಂಡವೊಂದು ಚಾರಣ ಕೈಗೊಂಡಿತ್ತು. ದಿನವಿಡಿ ಚಾರಣ. ಹಾದಿ ತಿಳಿದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಕಾಡುಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಗುಂಪಿನ ಜತೆ ಮುಂದೆ ತೆರಳಿ ಬಿಟ್ಟ. ಹಿಂದಿನ ಗುಂಪು ಕಾಡು ಪಾಲು. ಹಾದಿ ತಿಳಿಯದೆ ಸುತ್ತಿ ಸುತ್ತಿ ಸುಸ್ತು. ಆಗ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದುದು ಈ ಹಾಲೆ ಬಳ್ಳಿ. ಹಸಿವು ಬಾಯಾರಿಕೆ ಆದವರೆಲ್ಲ ಈ ಹಾಲೆ ಎಲೆ ಅಗಿದು ತಿಂದರು. ದಣಿವು, ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ ನೀಗಿದ ಈ ಬಳ್ಳಿ ಎಲೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಆಯಾಸ ನೀಗಿ ಚೇತೋಹಾರಿ ಆಗಿತ್ತು. ಅಂಥಹ ಬಳ್ಳಿ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಬೆಳೆಸಬಹುದಲ್ಲ. ಈ ಕಾಡು ಬಳ್ಳಿ ಬೆಳೆಸಲು ಕಠಿಣ ಶ್ರಮ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಹಾಲೆಯದು ಭಾರಿ ಬಳ್ಳಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಮನೆಯ ಆವರಣದ ಗೋಡೆ, ಬೇಲಿಗೆ ಹಬ್ಬಿಸಲು ಇದು ಸೂಕ್ತ. ಬಹು ವರ್ಷಾಯು. ಹಾಗಾಗಿ ಬಲಿತ ಕಾಂಡ ರಟ್ಟೆಗಾತ್ರದ ಮರದಷ್ಟು ಬೆಳೆದೀತು. ಆದರೆ ಎಳೆ ಭಾಗದ ಕಾಂಡ ಹಸಿರು. ಮಿದು ರೋಮಶ. ಎಲೆಗೆ ಮೊನಚು ತುದಿ. ಸುಮಾರು ಎರಡು ಮೂರು ಇಂಚು ಉದ್ದ. ಎರಡಿಂಚು ಅಗಲ. ತಳ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಿರು ರೋಮ. ಎದಿರು ಬದಿರು ಜೋಡಣೆಯ ಎಲೆಗಳವು. ಎಲೆ ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ಅರಳುವ ಹೂ ಮಂಜರಿ. ಹಸಿರು ಹಳದಿ ರಂಗಿನ ಪುಟ್ಟ ಹೂ. ಕೊಕ್ಕಿನಾಕಾರದ ಒಂದೊಂದೆ ಕಾಯಿ. ಅದರೊಳಗೆ ರೇಷ್ಮೆ

ದಾರದಂತಹ ರಚನೆಗಂಟಿದ ಬೀಜ. ಈ ಬೀಜ ಅಥವಾ ಬಲಿತ ಕಾಂಡ ಬಳಸಿ ಹಾಲೆಯ ಹೊಸ ಸಸಿ ಚಿಗುರಿಸ ಬಹುದು.

ಈ ಬಳ್ಳಿಗೆ ಉತ್ತರಭಾರತದ ಎಲ್ಲ ಭಾಷೆಯ ಹೆಸರು ಡೋಡೀ. ಕುಲ ಎಕ್ಕದ ಗಿಡ ಗೊತ್ತಲ್ಲ. ಆ ಕುಲ ಎಂದರೆ ಎಸ್ಲಪಿಯಡೇಸಿ. ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಹೆಸರು ಲೆಪ್ಟಡೆನಿಯಾ ರೆಟಿಕ್ಯುಲೇಟಾ. ದೇವಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಧು ಪುಷ್ಪಿ, ಜೀವಂತೀ, ಜೀವಾ, ಜೀವನೀ ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ. ಹಾಲು ಸುರಿಸುವ ಕಾರಣ ಇದನ್ನು ಪಯಸ್ವಿನಿ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಇದನ್ನು ಹಸಿರು ಹಾಗೂ ಬೇಯಿಸಿ ಬಳಸುವ ಸೊಪ್ಪು ತರಕಾರಿ ಎಂದು ಬಗೆದರು. ಹೀಗಾಗಿ ಇದು ಶಾಕಶ್ರೇಷ್ಟಾ ಎಂದು ಕರೆದರು. ಶಾಕ ಎಂದರೆ ತರಕಾರಿ. ಇದು ಅತಿ ಉತ್ತಮ ತರಕಾರಿ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ೨೦೦೦ ವರ್ಷದಿಂದ ಇದೆ ಅಂದರೆ ಅಚ್ಚರಿಯಾಯಿತಲ್ಲವೆ?

ಸಿಹಿ ಹಾಲೆಯ ಗುಣ ಧರ್ಮಗಳು ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳ ಉದ್ದಗಲ ವರ್ಣಿತ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕಣ್ಣಿನ ಬೇನೆ, ದೃಷ್ಟಿ ದೋಷವುಳ್ಳ ಮಂದಿ ಬಳಸಲು ಇದು ಅತಿ ಉಪಯುಕ್ತ. ನಿತ್ಯ ಸೊಪ್ಪು ತರಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡಲಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲ. ಇದರ ಬೇರು ಬಳಸಿ ಜೀವಂತ್ಯಾದಿ ಘೃತ ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ವರ್ಣಿತ. ಕಣ್ಣಿನ ಎಲ್ಲ ತೊಂದರೆ ನೀಗಲು ಇದು ರಾಮಬಾಣ. ಹಾಗಾದರೆ ಮನೆಯಂಗಳದ ಹಾಲೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಹಬ್ಬ ತರುವ ಸಸ್ಯ ಎಂದಾಯಿತಲ್ಲ.

ಜ್ವರ, ಭೇದಿ, ವಿಷ, ಇರುಳುಗಣ್ಣು ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಂತಿ ಬಳಸುವ ವಿಧಾನ ಪ್ರಸಿದ್ಧ. ಹಳೆ ಜ್ವರ ಮತ್ತು ಕ್ಷಯರೋಗಿಗಳ ಮೈಕೈ ಉರಿ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಹಾಲೆಯ ಬೇರು ಕಷಾಯ ಸೂಕ್ತ. ಅನ್ನಾಂಗ ಕೊರತೆಯಿಂದ ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆ ಕಣ್ಣು ಕಾಣಿಸದೆ ಬವಣೆ ಪಡುವ ರೋಗಿಗಳಗೆ ಹಾಲೆಯ ನಿತ್ಯ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಲಾಭವಿದೆ. ತರಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಎಂತಹ ಭೇದಿ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದರೂ ಹಾಲೆಯ ಬಳಕೆ ಮೊಸರಿನ ಸಂಗಡ ಲಾಭಕಾರಿ. ಜತೆಗೆ ದಾಳಿಂಬೆ ಸಹ ಬಳಸಿರಿ. ಬಂಜೆತನ ಇಂದಿನ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಸವಾಲು. ಅದನ್ನು ನೀಗಲು ಹಾಲೆ ಬಳ್ಳಿಯ ನಿತ್ಯ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಲಾಭವಿದೆ. ಹಾಲೂಡುವ ತಾಯಂದಿರು ಸಹ ದಿನ ನಿತ್ಯ ತರಕಾರಿಯಗಿ ಹಾಲೆ ಬಳಸಿರಿ. ಹಾಲು ಹೆಚ್ಚಳ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಮಗು ಕೂಡ ದಷ್ಟಪುಷ್ಟ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣಿನ ಯವ ರೋಗವೂ ಹತ್ತಿರ ಸುಳಿಯದು. ಇಂತಹ ಮನೆ ಮದ್ದಿನ ಖಜಾನೆ ಅಂದ ಚೆಂದದ ಹಸಿರು ಬಳ್ಳಿ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಸೂಕ್ತ ಅಲ್ಲವೆ. ಹಾಲೆಯನ್ನು ಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಸಹ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ.

***