ಔಷಧಿ ಸಸ್ಯಗಳು

ಬ್ರಾಹ್ಮಿ

ಭಾರತೀಯ ಔಷಧಿ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ಚಿಕ್ಕ ತಿಳಿನೀಲಿ ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಹೂ ಬಿಡುವ ಸಸ್ಯ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ "ಬಕೋಪ ಮೊನ್ನಿಯೆರಿ" ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಈ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಜಲಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಅಥವಾ ನೀರುಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಎಂದೂ, ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಸರಸ್ವತಿ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪೂರ್ತಿ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಔಷಧಿಗಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಇದರಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ 'ಬಾಕೋಸೈಡ್ ಎ' ಮತ್ತು 'ಬಾಕೋಸೈಡ್ ಬಿ' ಸಸ್ಯಕ್ಷಾರಗಳಿವೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಈ ಸಸ್ಯವು ಸ್ಥಳೀಯ ಔಷಧಿ ಪದ್ಧತಿಯುಲ್ಲಿ ಇದು 'ಮೆದುಳಿನ ದಿವ್ಯೌಷಧಿ' ಎಂದೇ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದೆ. ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಒಗರು ಮತ್ತು ಕಹಿ ರುಚಿ ಹೊಂದಿದ್ದು ತಂಪುಕಾರಕ, ವಮನಕ ಮತ್ತು ವಿರೇಚಕ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಅಕಾಲ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ತಡೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಬ್ರಾಹ್ಮಿಯು ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧ.

* ಬ್ರಾಹ್ಮಿಯ ಬಳಕೆ: ನರದ ಟಾನಿಕ್ ಆಗಿ, ಅಪಸ್ಮಾರ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ ನಿವಾರಿಸಲು, ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯ ಮಕ್ಕಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.
* ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದ ತಕ್ಷಣ ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಮೂಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇದು ನೆನಪಿನಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಲ್ಲದೇ, ಅವರನ್ನು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇಡಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.
* ದಿನಾಲೂ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
* ಸಿದ್ಧ ಔಷಧಿ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಧಿವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ, ಬಾವು ಹಾಗೂ ಉರಿಮೂತ್ರ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.
* ಕೇಶದ ಕಾಂತಿವರ್ಧನೆಗೆ ಮತ್ತು ಕೂದಲನ್ನು ದಟ್ಟವಾಗಿಸಿ, ಕಪ್ಪಾಗಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಕೇಶತೈಲಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.
* ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ 'ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಘೃತಮ್', 'ಸಾರಸ್ವತಾರಿಷ್ಟ', 'ಬ್ರಾಹ್ಮಿತೈಲ', 'ಮೆಮೊರಿ ಪ್ಲಸ್' 'ಮೆಗಾಮೈಂಡ್ ಪ್ಲಸ್' ಇತ್ಯಾದಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತವೆ.

ಬ್ರಾಹ್ಮಿ ಭಾರತದುದ್ದಕ್ಕೂ ತಂಪಾದ ತೇವಾಂಶದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಜೌಗು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಭತ್ತದ ಗದ್ದೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. 'ಪ್ರಜ್ಞಾಶಕ್ತಿ' ಮತ್ತು 'ಸುಬೋಧಕ' ತಳಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಇಳುವರಿ ಹಾಗೂ 'ಬ್ಯಾಕೋಸೈಡ್ ಎ' ಕ್ಷಾರ ಹೊಂದಿವೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅಲ್ಲಿನ ಸ್ಥಳೀಯ ತಳಿಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ವಾಣಿಜ್ಯ ಉತ್ಪಾದನೆಗಾಗಿ, ಇದರ ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಕಾಂಡದ ತುಂಡುಗಳನ್ನು 10 x 10 ಸೆಂ.ಮೀ. ಅಂತರದಲ್ಲಿ ನಾಟಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಳಿತ ಕೊಟ್ಟಿಗೆ ಗೊಬ್ಬರ 10 ಟನ್ ಪ್ರತಿ ಹೆಕ್ಟೇರಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಇಳುವರಿಗಾಗಿ 30 ಕೆ.ಜಿ. ಸಾರಜನಕ, 60 ಕೆ.ಜಿ ರಂಜಕ ಮತ್ತು 60 ಕೆ.ಜಿ. ಪೊಟ್ಯಾಷ್, ಪ್ರತಿ ಹೆಕ್ಟೇರಿಗೆ ಹಾಕಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ಕೊಯ್ಲಿನ ನಂತರ 30 ಕೆ.ಜಿ. ಸಾರಜನಕವನ್ನು ಮೇಲುಗೊಬ್ಬರವಾಗಿ ನೀಡಬೇಕು.

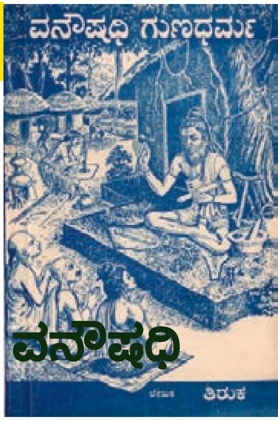
ನಾಟಿ ಮಾಡಿದ 6 ತಿಂಗಳಿಗೆ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಬಹುದು. ಗಿಡದ ಬುಡದಿಂದ 4ರಿಂದ 5 ಸೆಂ.ಮೀ. ಕಾಂಡವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದ ಭಾಗವನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಚಿವುಟಿ ಅಥವಾ ಹರಿತವಾದ ಕುಡುಗೋಲಿನಿಂದ ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಕೊಯ್ಲು ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ಕೊಯ್ಲಿನಿಂದ ಸುಮಾರು 30 ಟನ್ ತಾಜಾ ಎಲೆ ಮತ್ತು ಕಾಂಡ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಸುಮಾರು 100 ಕೆ.ಜಿ ತಾಜಾ ಎಲೆಯನ್ನು ಒಣಗಿಸಿದರೆ 20 ಕೆ.ಜಿ. ಒಣಗಿದ ಎಲೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಬ್ರಾಹ್ಮಿಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ, ನೀರು ನಿಲ್ಲುವ ಕಡೆ ಹಾಗೂ ಕುಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಬೆಳೆಯುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ದಿನಾಲೂ ಬೆಳಿಗ್ಗ 8 ರಿಂದ 10 ಎಲೆ ಅಥವಾ 2 ಚಮಚ ರಸ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅವರ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

ಡಾ. ಯಶಸ್ವಿನಿ ಶರ್ಮ, 9535228694, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು, ತೋಟಗಾರಿಕೆ ವಿಭಾಗ, ಹನುಮನಮಟ್ಟಿ – 581115, ರಾಣೇಬೆನ್ನೂರು ತಾಲ್ಲೂಕು, ಹಾವೇರಿ ಜಿಲ್ಲೆ.

ಎಳ್ಳು

ಲೇಖಕ: ತಿರುಕ, ಕೃಪೆ: ವನೌಷಧಿ ಗುಣಧರ್ಮ



ಇದು ಉಷ್ಣವೀರ್ಯವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದ್ದು ಇದಕ್ಕೆ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ವಾತ, ವ್ರಣ ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸತಕ್ಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯರ ತಡೆದ ಮಾಸಿಕ ಧರ್ಮವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ರಕ್ತವೃದ್ಧಿ, ವೀರ್ಯವೃದ್ಧಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಜಡವು, ಉಷ್ಣವೂ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಜೀರ್ಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಮೇಹವ್ಯಾಧಿಯವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೆಡಕನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೊತ್ತಿಗೆ ಒಂದರಿಂದ ಒಂದೂವರೆ ತೊಲೆಯವರೆಗೆ ಹಾಲು, ಸಕ್ಕರೆ, ಬೆಲ್ಲ, ತುಪ್ಪಗಳ ಅನುಪಾನಗಳನ್ನು ಸಂದರ್ಭೋಚಿತವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಬೇಕು.

ಕನ್ನಡ	ಸಂಸ್ಕೃತ	ಹಿಂದಿ	ತಮಿಳು	ತೆಲುಗು	ಇಂಗ್ಲೀಷ್
ಎಳ್ಳು	ತಿಲ, ಸ್ನೇಹಫಲ, ಹೋಮಧಾನ್ಯ	ತಿಲ, ಮೀಠಾತಿಲ್	ಎಳ್ಳ್, ವಲ್ಲೆನ್ನೆಯ	ನುವ್ವುಲು, ಮುಂಚಿನೂನೆ ನುಬುಲು	Sisamum, Nigarseeds