ಬಲು ಉಪಕಾರಿ ಬಿಲ್ವ

ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ ಎಂದ ಕೂಡಲೆ ನಮಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಚಿತ್ರ ಶಿವ ಅಥವಾ ಶಿವಲಿಂಗ. ಶಿವನಿಗೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಪೂಜೆಯೆಂದರೆ ಬಹಳ ಇಷ್ಟವೆಂದು ನಮ್ಮ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಶಿವನ ದೇವಾಲಯದ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ ಮರಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಶಿವರಾತ್ರಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ವದ ಎಲೆಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಬೇಡಿಕೆ. ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ, ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಆಕಾರ ಶಿವನ ಎರಡು ಕಣ್ಣು ಮತ್ತು ಹಣೆಯ ಮೇಲಿನ ಮೂರನೆ ಕಣ್ಣಿನಂತೆ ಹೋಲುವುದರಿಂದ ಈ ವೃಕ್ಷ ಶಿವನನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದೂ, ಕೆಲವು ಕಡೆ ಮೂರು ಎಲೆಗಳು ತ್ರಿಮೂರ್ತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದೂ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಈ ಮರಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಾನ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಇದು ಚಿತ್ರಾ ನಕ್ಷತ್ರದ ವೃಕ್ಷವಾಗಿದೆ.

ಇವೆಲ್ಲಾ ಪೌರಾಣಿಕವಾಗಿ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಮಹತ್ವವಾದರೆ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಈ ವೃಕ್ಷ ಯಾವ ರೀತಿ ಉಪಕಾರಿಯೆಂದು ತಿಳಿಯೋಣ. ಬಿಲ್ವವೃಕ್ಷವು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ವವೆಂದೂ ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಬೇಲ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ವ, ಶ್ರೀಫಲ, ಮಹಾಫಲ, ಲಕ್ಷ್ಮಿಫಲ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಅನೇಕ ಹೆಸರುಗಳಿಂದ ಕರೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಈ ಮರದ ಎಲೆ, ತೊಗಟೆ, ಕಾಯಿ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಬೇರು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಬಿಲ್ವದ ಬೇರು, ತೊಗಟೆ, ಎಲೆ ಕಹಿ ಮಿಶ್ರಿತ ಒಗರು ರುಚಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಬಲಿತ ಹಣ್ಣು ಸಿಹಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇದರಿಂದ ಪಾನಕ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮೊರಬ್ಬ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬಿಲ್ವದ ಲ್ಯಾಟೀನ್ ನಾಮ ಈಗಲ್ ಮಾರ್ಮಲೋಸ್ ಎಂದು.

ಬಿಲ್ವದ ಪ್ರಭೇದಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಡುಬಿಲ್ವ, ಮುಳ್ಳಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಇದರಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಕಾಯಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಗ್ರಾಮ್ಯ ಬಿಲ್ವವು ದೊಡ್ಡ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಉಪಯುಕ್ತ

ಜಾತಿಯಾಗಿದೆ. ಬಿಲ್ವದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಿಂಡಿ ರಸ ತೆಗೆದು ಕಣ್ಣಿನ ಊತವಿದ್ದಾಗ ಒಂದೆರಡು ಹನಿ ಹಾಕಿದರೆ ಕಣ್ಣುರಿ, ಮತ್ತು ಊತ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಹಾಗೆಯೆ ಈ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಚಟ್ನಿಯಂತೆ ರುಬ್ಬಿ ಕಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತ ಕಟ್ಟೆಯಂತೆ ಕಟ್ಟುವುದೂ ಇದೆ. ಕೀಲುನೋವು ಮತ್ತು ಊತಗಳಿದ್ದಾಗ ಬಿಲ್ವ ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಬಿಸಿಮಾಡಿ ಆ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟುವುದರಿಂದ ಕೀಲು ನೋವು ಮತ್ತು ಊತಗಳು ಶಮನಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಇನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಲ್ವದ ಮರದ ಬೇರನ್ನು ಪುಡಿಮಾಡಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕಷಾಯದಂತೆ ಕುಡಿದರೆ ನಿದ್ರಾ ಹೀನತೆ, ನರಗಳ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮೈ, ಕೈ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಮಾನಸಿಕ ಅಸಮತೋಲನೆ ನಿವಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಿದುಳಿನ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಸಲು ಇದನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು. ಬಿಲ್ವ ಮರದ ತೊಗಟೆ ಹಾಗೂ ಕಾಯಿ ಭೇದಿ ಮತ್ತು ಅಜೀರ್ಣದ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಮದ್ದು. ಇವನ್ನು ಕಷಾಯದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಪುಡಿಯರೂಪದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅಲ್ಲದೇ ಬಿಲ್ವದ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಬೆಲ್ಲದ ಜೊತೆ ಬೇಯಿಸಿ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಹಲ್ವದಂತಹ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನಿತ್ಯ ಸೇವಿಸಿದರೆ ರಕ್ತಭೇದಿ ಮತ್ತು ಮೊಳೆ (ಪೈಲ್ಸ್) ರೋಗಗಳನ್ನು ಶಮನಿಸಬಹುದು. ರಕ್ತಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಔಷಧಿಯಾಗಿದೆ. ಮಲಬದ್ಧತೆ ಗುಣಪಡಿಸುವುದೂ ಬಿಲ್ವದ ಮುಖ್ಯ ಗುಣವಾಗಿದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಊತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಚೂರ್ಣ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕುಡಿದರೆ ಊತ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಧುಮೇಹ ನಿವಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ರಸದ ಸೇವನೆ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದರ ತೊಗಟೆಯ ಪುಡಿ ಬಿಲ್ವ ಚೂರ್ಣ ಎಂದು ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನೂ ಅನೇಕರು ಬೇರೆ ಪುಡಿಗಳ ಜೊತೆ (ಎಂದರೆ ಮಧುಮೇಹ ನಾಶಕ ಸಸ್ಯಗಳಾದ ನೇರಳೆ ಬೀಜದ ಪುಡಿ, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಪುಡಿ, ಕರಿಬೇವಿನ ಪುಡಿ ಇತ್ಯಾದಿ) ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆಯ ಶಮನಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಒಟ್ಟಾರೆ ನೋಡಿದರೆ ಬಿಲ್ವದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಗುಣ, ತಿಂದ ಆಹಾರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಜೀರ್ಣ

ಮಾಡಿಸಿ ಆಹಾರದ ಪೋಷಕಾಂಶ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸೇರುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಆಗಾಗ ಬಿಲ್ವದ ಎಲೆ ಅಥವಾ ತೊಗಟೆ ಪುಡಿಯ ಕಷಾಯ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಆಹಾರದ ಪೋಷಕಾಂಶದಿಂದಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತನಾಗಿ ಇರಬಹುದು.ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲೂ ಆಮಶಂಕೆ ಉಂಟುಮಾಡುವ ಜಿಯಾರ್ಡಿಯಾಸಿಸ್ ಮುಂತಾದ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಈ ಸಸ್ಯ ಉತ್ತಮವೆಂದೂ ಅಲ್ಲದೆ ರೋಟಾ ವೈರಸ್ ಅನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಕಂಡು ಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದಲೋ ಏನೋ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಇಂತಹ ಉಪಯುಕ್ತ ವೃಕ್ಷಗಳು ಬಹಳ ಮಹತ್ವಕಾರಿಯೆಂದು ಗೊತ್ತಾಗಲೆಂದೇ ಅವುಗಳಿಗೆ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಾನ ನೀಡಿ ಗೌರವಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಡಾ ಶುಭಮಂಗಳ ಆಚಾರ್ಯ
ಬೆಂಗಳೂರು