

നെല്ലി ഒരു അമൃത ഫലം: ഔഷധവും ആദായവും



ഡോ.ജോസ് ജോസഫ്
ഫോൺ: 938710019

ശ്രീ യൂർവേദത്തിന് ആഗോളതലത്തിൽ പ്രിയമേറിയതോടെ ആയുർവ്വേദ ഔഷധങ്ങളിലെ പ്രധാന ചേരുവകളിലൊന്നായ നെല്ലിക്കക്കും ഡിമാന്റ് കൂടി വരുന്നു. മുമ്പ് ഒരു സീസണിൽ മാത്രം തെങ്ങിനിന്നിരുന്ന നെല്ലിക്ക ഇപ്പോൾ ആണ്ടു മുഴുവനും വിപണികളിൽ കാണാം. തമിഴ്നാട്, ഉത്തർപ്രദേശം എന്നീ സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കൊക്കെ കേരളത്തിൽ പാലക്കാട് ജില്ലയുടെ ചില ഭാഗങ്ങളിലും വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള നെല്ലിക്ക വ്യാപകമായി കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. കൂടുതൽ നെല്ലിക്കങ്ങൾ നട്ട് തുളിച്ച



നന നൽകി കൃഷി ചെയ്യുന്ന അതിസാന്ദ്രതാ നെല്ലി മരതോട്ടങ്ങൾ തമിഴ്നാടിന്റെ ചില ഭാഗങ്ങളിൽ കാണാം. ചരിത്രാതീത കാലം മുതലേ ഇന്ത്യയിൽ നെല്ലിക്കൃഷി ചെയ്തു വന്നിരുന്നു. രാമായണം, ചരകസംഹിത, കാദംബരി തുടങ്ങിയ പ്രാചീന ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ നെല്ലിയെക്കുറിച്ചുള്ള പരാമർശം കാണാം. ഇംഗ്ലീഷിൽ ഇന്ത്യൻ ഗുഡ്ബെറി എന്നും സംസ്കൃതത്തിൽ അമൃതധാനി എന്നും ഹിന്ദിയിൽ ആമൂ എന്നുമാണ് നെല്ലിയുടെ പേര്. വീടിന്റെ തെക്കുഭാഗത്ത് നെല്ലിമരം നട്ടാൽ സകല ഐശ്വര്യവുമുണ്ടാകുമെന്നാണ് ഒരു വിശ്വാസം. പുണ്യവൃക്ഷമായി കരുതുന്ന നെല്ലിയെ ഭൂമിമാതാവായി സങ്കല്പിച്ച് ആരാധിക്കുന്ന സമ്പ്രദായം ഭാരതത്തിൽ പരമ്പരയേറിയതുണ്ട്. നെല്ലിക്ക പച്ചയായും ഉണങ്ങിയ രൂപത്തിലും ആയുർവ്വേദ ഔഷധങ്ങളിൽ ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു. നെല്ലിക്കയുടെ കൂരു, ഇലകൾ, വേരുകൾ, പൂവുകൾ, തടിയുടെ തൊലി എന്നിവരും ആയുർവ്വേദത്തിൽ ഉപയോഗമുണ്ട്. വൈറ്റമിൻ സി യുടെ അറിയപ്പെടുന്ന ഏറ്റവും വലിയ



സ്രോതസ്സുകളിലൊന്നാണ് നെല്ലിക്ക. ഓറഞ്ചു നിറമുള്ളതിന്റെ 20 ഇരട്ടിയാണ് ഇതിൽ വൈറ്റമിൻ സി യുടെ അളവ്. ഇരുമ്പും കാത്സ്യവും ഇതിൽ നല്ല അളവിലുണ്ട്. നെല്ലിക്കയിൽ 28 ശതമാനം ടാനിൻ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഗാലോടാണിൻ ആണ് ഇവയിൽ പ്രധാനം. ഇതിനു പുറമെ പോളിഫിനോളുകളും ഉയർന്ന അളവിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതിനാൽ കൂടിയ നിരോക്സികരണശേഷിയും നെല്ലിക്കക്കുണ്ട്.

തന്മയകളെ തണുപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ശേഷിയാണ് നെല്ലിക്കയുടെ ഏറ്റവും വലിയ പ്രത്യേകത. കൊളസ്ട്രോൾ കുറയ്ക്കുന്നതിനും പ്രമേഹം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും നെല്ലിക്ക ഫലപ്രദമാണ്. വിളർച്ചമാറ്റി ഉൾജ്വരങ്ങൾ വിരോധിക്കാൻ നെല്ലിക്ക സഹായിക്കും. നെല്ലിക്ക നീർ, പച്ചമഞ്ഞൾ നീർ എന്നിവ സമമായ അളവിലെടുത്ത് ദിവസവും ഒരു നേരം കുടിക്കുന്നത് പ്രമേഹത്തിന് ശമനം വരുത്തും. ഒരു ചെറിയ സ്പൂൺ നെല്ലിക്കക്കൊടിയിൽ തേൻ ചേർത്ത് അതിരാവിലെ കുഴിച്ചാൽ മലബന്ധത്തിന് പരിഹാരമുണ്ടാകും. ചുവന്നപ്രാശം, ത്രിഫല, ബ്രഹ്മരസായനം, മധുമേഹചൂർണ്ണം, എന്നിവയിലെല്ലാം നെല്ലിക്ക ഒരു പ്രധാന ചേരുവയാണ്. നെല്ലിക്ക വാതം, പിത്തം, കഫം എന്നിവയെ ശമിപ്പിക്കും. വിളർച്ച, മുത്രാശയ രോഗങ്ങൾ, ജ്വരം എന്നിവയുടെ ചികിത്സക്കും നെല്ലിക്ക പ്രയോജനപ്പെടുന്നു. പൊണ്ണത്തടി കുറയ്ക്കുന്നു. അകാലനര തടയും. മുടിയുടെ വളർച്ച ത്വരിതപ്പെടുത്തും.

ഭാഗനശേഷിമെച്ചപ്പെടുത്തും. മുത്രാശയ രോഗങ്ങളെ ശമിപ്പിക്കും. ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിനും നല്ലതാണ്. ശരീരത്തിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ ഉൾജ്വരങ്ങൾക്കും നെല്ലിമരത്തിന്റെ ഉണങ്ങിയ ചില്ലുകളും തടിച്ചിലുകളും മലിന ജലത്തെ ശുദ്ധീകരിക്കും.

ഭാഗികമായി വരണ്ട കാലാവസ്ഥയിലും നന്നായി വളരുന്ന വൃക്ഷമാണ് നെല്ലി. ഇന്ത്യയിൽ ഉടനീളം ഇലപൊഴിയും കാടുകളിൽ നെല്ലിമരം സുലഭമായി കാണപ്പെടുന്നു. ഉത്തർപ്രദേശിലെ ഫൈസാബാദിനു സമീപമുള്ള പ്രതാപ് നഗർ പ്രദേശമാണ് ഇന്ത്യയിലെ നെല്ലിക്കൃഷിയുടെ പ്രധാനകേന്ദ്രം. ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ തമിഴ്നാടും, കേരളത്തിൽ കൃഷിചെയ്യാൻ അനുയോജ്യമായ നിരവധി ഇനങ്ങൾ ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. തമിഴ്നാട് കാർഷിക സർവ്വകലാശാലയുടെ ഭവാനിസാഗർ ഗവേഷണ കേന്ദ്രം വികസിപ്പിച്ചെടുത്ത ബി ആർ എസ് ഒന്ന്, ബി ആർ എസ് രണ്ട് എന്നിവ, ബനാറസി, കൃഷ്ണ, കഞ്ചൻ, എൻ എ 6, എൻ എ 7, എൻ എ 10 തുടങ്ങിയ ഇനങ്ങളും ഉല്പാദന ശേഷികൂടിയവയാണ്.

സമുദ്രനിരപ്പിൽ നിന്നും 1200 മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ വരെ നെല്ലിക്കൃഷി ചെയ്യാം. കൂടുതൽ പരിചരണങ്ങളൊന്നും നൽകാതെ കുറച്ചു ശ്രദ്ധമാത്രം നൽകി കൃഷി ചെയ്യാലും ഇത് വളർന്നു കൊള്ളും. എല്ലാത്തരം മണലിലും വളരുന്നതിലും മണൽ കലർന്ന മണ്ണിൽ ഇത് നന്നായി വളരില്ല. വളർച്ചക്ക് നല്ല സൂര്യപ്രകാശം വേണം. ചൂടു കൂടിയ വരണ്ട കാലാവസ്ഥയെ ഒരു പ

തന്മയകളെ തണുപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ശേഷിയാണ് നെല്ലിക്കയുടെ ഏറ്റവും വലിയ പ്രത്യേകത. കൊളസ്ട്രോൾ കുറയ്ക്കുന്നതിനും പ്രമേഹം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും നെല്ലിക്ക ഫലപ്രദമാണ്. വിളർച്ച മാറ്റി ഉൾജ്വരങ്ങൾ വിരോധിക്കാൻ നെല്ലിക്ക സഹായിക്കും.

രിധി വരെ ചെറുക്കും. നല്ല വളക്കൂറും നിർവാർച്ചയുമുള്ള അള പരിമിതമായി മണ്ണാണ് നെല്ലിക്കൃഷിചെയ്യാൻ ഏറ്റവും അനുയോജ്യം. കാറ്റിനെ തടഞ്ഞുനിർത്തുന്ന വൃക്ഷമായി പറമ്പുകളുടെ അതിരുകളിലും പാഴ്മണ്ണിലുമെല്ലാം നെല്ലിവളർത്താം. മണ്ണിന്റെ വളരളി ശേഷി നെല്ലിക്കുണ്ട്. ചെറിയ തോതിൽ അമൃതവും ക്ഷാരതയുമുള്ള മണ്ണിലും നെല്ലി വളരും. വിത്തു മുളപ്പിച്ച തൈകളും ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകളും നടാം. ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകൾ നേരത്തെ കായ്ക്കും. വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകൾ നടണം. ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകൾക്ക് വിളവു കൂടുതലായിരിക്കും. വളർച്ച നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്താം. അതി

സാന്ദ്രതാ രീതിയിൽ കൃഷി ചെയ്യാനും ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകളാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മഴക്കാലത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടെ തൈകൾ നടണം. വിത്തു മുളപ്പിച്ചുണ്ടാകുന്ന തൈകൾ എട്ടു മീറ്റർ അകലത്തിലാണ് നടേണ്ടത്. ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകൾ കൂടുതൽ അടുപ്പിച്ച് നടാം. ഒരടി നീളവും ഒരടി വീതിയും ഒരടി താഴ്ചയുമുള്ള കുഴികളെടുത്ത് അതിൽ മേൽമണ്ണും ഒപ്പം 15 കിലോഗ്രാം കാലി വളമോ കമ്പോസ്റ്റോ കൂട്ടി ചേർത്ത് നിറച്ചുതിനു ശേഷം വേണം തൈകൾ നടാൻ. നടുമ്പോൾ അകിലോഗ്രാം ഫോസ്ഫറസ് വളവും നൽകണം. തൈകൾ വളരുംതോറും ജൈവവളത്തിന്റെ അളവ് കൂട്ടണം. ആദ്യത്തെ മൂന്നുവർഷം തൈകൾക്ക് ചൂടു കാറ്റിൽ നിന്നും കടുത്ത വേനലിൽ നിന്നും സംരക്ഷണം നൽകണം. വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ നെല്ലിക്കൃഷി ചെയ്യുമ്പോൾ വാഴ, പേര, വെണ്ട, മുരങ്ങ, മരച്ചീനി, മറ്റ് കിഴങ്ങുവർഗ്ഗ വിളകൾ, മരുന്നുചെടികൾ, രാമച്ചം തുടങ്ങിയവ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യാം.

ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈകൾ മൂന്ന്-നാല് വർഷത്തിനുള്ളിൽ കായ്ച്ചു തുടങ്ങും. അതേ സമയം കൂടുതൽ മുളപ്പിച്ചു നട തൈകൾ സ്ഥിരമായ കായ്പലം നൽകാൻ 10 വർഷത്തോളമെടുക്കും. അനാവശ്യവും ബലം കുറഞ്ഞതുമായ കൊമ്പുകൾ കോതി വലിപ്പം നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്തണം. ആദ്യത്തെ വർഷങ്ങളിലാണ് പ്രൂണിംഗ് ആവശ്യം. സ്ഥിരമായി കായ്ച്ചു തുടങ്ങിയാൽ എപ്പോഴും പ്രൂണിംഗ് ആവശ്യമില്ല. കായ്കൾ മുഖേനയായി നൂറു ശേഷം വേണം വിളകഴുകാൻ. മുഖേ



ത്തിയ കായ്കളിലൊന്ന് ഏറ്റവും കൂടുതൽ വൈറ്റമിൻ സി താമസിച്ചു വിളകഴുകാൻ കായ്പൊഴിച്ചിൽ കൂടും. അടുത്തവർഷം വിളവു കുറഞ്ഞു പോകാനും സാധ്യതയുണ്ട്. 50 വർഷത്തിൽ കൂടുതൽ ഒരു നെല്ലിയിൽ നിന്നും ആദായകരമായ വിളവു ലഭിക്കും. നെല്ലിയിൽ അതിസാന്ദ്രതാ രീതിയിലുള്ള കൃത്യത കൃഷി (പ്രിസിഷൻ ഫാമിംഗ്) നടക്കുകയോടെ മുമ്പ് ഒരു സീസണിൽ മാത്രം ലഭിച്ചിരുന്ന നെല്ലിക്ക ഇപ്പോൾ ആണ്ടു മുഴുവനും ലഭിക്കുമെന്നായിട്ടുണ്ട്. പച്ചനെല്ലിക്ക ഉപയോഗിച്ചുള്ള അച്ചാറിന് ഇപ്പോൾ വളരെയേറെ പ്രചാരമുണ്ട്. ശുദ്ധ നെല്ലിക്ക ജൂസ്, നെല്ലിക്ക ചേർന്ന സംഭാരം എന്നിവയും ആവശ്യക്കാർ ഏറെയാണ്. കറുപ്പു നെല്ലിക്ക, പഞ്ചസാര നെല്ലിക്ക എന്നിങ്ങനെ പല നെല്ലിലാക്കിയ നെല്ലിക്ക ഉല്പന്നങ്ങളും ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. പാക് ചെയ്ത ഉണക്ക നെല്ലിക്ക 10 മാസം വരെ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കാനുള്ള ഒരു സാങ്കേതിക വിദ്യ അടുത്തകാലത്ത് മൈസൂരിലെ സെൻട്രൽ ഫുഡ് ടെക്നോളജി റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് വികസിപ്പിച്ചെടുത്തിട്ടുണ്ട്. നെല്ലിക്കയിൽ നിന്നും തയ്യാറാക്കാവുന്ന മറ്റ് മൂല്യവർദ്ധിത ഉല്പന്നങ്ങളാണ് നെല്ലിക്ക സ്പ്രോഷ്, നെല്ലിക്കജാം, നെല്ലിക്ക കാൻഡി, നെല്ലിക്ക ഗ്രാനൂൾസ്, നെല്ലിക്ക ചട്ട്നി തുടങ്ങിയവ. ആദ്യം കയ്ക്കും പിന്നെ മധുരീകരണം എന്ന പഴക്കമുള്ള പേരാണ് നെല്ലിക്കയുടെ ഗുണങ്ങൾ. അധികം സ്ഥലം വേണ്ടാത്ത നെല്ലിക്കയുടെ ഒരു ഗ്രാഫ്റ്റ് തൈ വീട്ടു മുറ്റത്തു നട്ടുപരിചരിച്ചാൽ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ ഓരോരുത്തരുടേയും രോഗപ്രതിരോധവും ഉറപ്പാക്കും.