

তুলসী : সর্দি, কাশি, হাম, বসন্ত নিরাময়ে

তুলসী অনন্য

কাগজ প্রতিবেদক: বহু রোগ নিরাময়ের শক্তি তুলসীর মতো এই সাধারণ গাছটির আছে। এর প্রভাব ইউনানী চিকিৎসক সম্প্রদায়ের ওপর কম পড়েনি। শুধু কফ প্রধান রোগের ক্ষেত্রে তুলসী কার্যকরী নয়, এটা হৃদরোগেও ব্যবহার করে থাকেন তারা। উদ্ভিদ বিজ্ঞানীদের মতে, তুলসীর আদিম বাসস্থান দক্ষিণ-পূর্ব এশিয়া ও আফ্রিকার কিলিমানজারো পর্বত। বাংলাদেশ ও ভারতে বেশ কয়েক প্রজাতির তুলসীর সন্ধান পাওয়া যায়।

বর্তমানে বাংলাদেশে ৪ প্রকারের তুলসী গাছ দেখা যায়। সেগুলো হল— বাবুই তুলসী (দুলাল তুলসীও বলে), রাম তুলসী, বনবর্ষিকিকা (বন তুলসী) ও কর্পুর তুলসী। কথিত আছে ‘হরিৎ কৃষ্ণ চ তুলসী গুণৈশ্চল্যা প্রকীর্তিতা’ অর্থাৎ হরিৎবর্ণের ও কৃষ্ণবর্ণের দু’টি তুলসীর একই গুণ।

যেসব শিশুর মধ্যে সর্দি-কাশির প্রবণতা আছে; তাদের প্রতি সকালে ৫/১০ ফোঁটা তুলসী পাতার রস ২/৫ ফোঁটা মধু মিশিয়ে খাওয়ালে সে অসুবিধা থাকবে না। শিশুদের কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করতেও এর ব্যবহার চলে। শিশুদের পেটকামড়ানি, কাশি ও লিভারের দোষে প্রাচীন বৈদ্যগণ একই প্রক্রিয়া ব্যবহার করতেন।

তুলসী পাতা ও কাঁচা হলুদের রস একটু আখের গুড় মিশিয়ে খেলে আমবাতের উপশম হয় এবং ব-ড সুগারকেও শাসন করে। গাছের পাতা ও দুর্বা কাঁজি দিয়ে বেটে গায়ে মাখলে চুলকানি ও ঘামাচি ভালো হয়। প্রায় সব জাতের তুলসীর বীজ জলে ভেজালে পিচ্ছিল হয়। বিশেষ করে জলগুণ প্রধান বাবুই ও রাম তুলসীর বীজের জলে চিনি মিশিয়ে খেলে প্রস্রাবঘটিত জ্বলা-যন্ত্রণার ক্ষেত্রে বিশেষ উপকার হয়। কোনও কোনও প্রদেশে যে কোনও প্রকার পোকামাকড় এমনকি বোলতা বিছাতে কামড়ালে এ পাতার রস লাগিয়ে থাকে।

মুখে বসন্তের কালো দাগে, হামের পর শিশুর শরীরে কালো দাগ হলে পরে তুলসীর রস মেখে স্বাভাবিক বর্ণ ফিরে পাওয়ার নজির আছে। এ পাতা ছেঁচে পুটলি করে নিঃশ্বাস নিলে নাসা রোগেরও শান্তি হয়। শে-আয় নাক বন্ধ হলেও গুরু পাতার চূর্ণের নিঃশ্বাস নিলে তা সেরে যায়। হাম-বসন্ত বেরুতে দেরি হলে এ পাতার রস খেলে তাড়াতাড়ি বেরিয়ে আসতে সাহায্য করে।

এছাড়া তুলসী পাতার রস খেয়ে, ক্ষত জায়গায় লাগিয়ে কানে ব্যথা, যন্ত্রণা, দাদ ও রক্ত দূষণের মতো রোগ নিরাময় হয়। রোগ নিরাময়ের পাশাপাশি তুলসীর মালাও আজ প্রসিদ্ধ। বুনো শক্ত লতা বা ছোট সরু গাছ থেকে এ মালা তৈরি হয়।