ब्राम्ही/ ब्राह्मी

Bacopa monnieri (L.) **Pennell** Family – **Scrophulariaceae**

विविध भाषांमधील नावे:

इंग्लिश: Indian Pennywort, मराठी: ब्राम्ही, कारिवणा, संस्कृत: मंडुकपर्णी, मांडुकी, ब्राम्हो, खड्गाम्ही, ब्रम्हमांडूकी, आसामी: ब्राह्मीसक, हिंदी: नीर-ब्राह्मी, मल्याळम: ब्राह्मी, तामिळ: निरपिरामि

Morphology:

It is a perennial, creeping, non-aromatic herb. The leaves of this plant are succulent, oblong and 4 – 6 mm thick. Leaves are oblanceolate and are arranged oppositely on the stem. The flowers are small, actinomorphic and white, with four to five petals. It can grow in slightly brackish conditions.

वनस्पतीचे वर्णन:

ब्राम्ही ही परिचित, नाजूक औषधी वनस्पती श्रीलंकेत व भारतात सर्वत्र पसरलेली असून १,८६० मी. उंचीपर्यंत आढळते. उष्ण व उपोष्ण कटिबंधांत इतरत्रही ओलसर जागी ही आढळते. खोड जमिनीवर सरपटणारे (धावते) व लांब कांड्यांचे असून पेऱ्यापासून खाली आगंतुक मुळे व जमिनीवर १ – ३ मूत्रपिंडाकृती, सोपपर्ण, लांब देठांची, दातेरी कडांची २ – ४ साधी पाने येतात. लहान चवरीसारख्या फुलोऱ्यावर [पुष्पबंध] मे ते नोव्हेंबर मध्ये फिकट गुलाबी, लहान फुले येतात. शुष्क फळ अंडाकृती व कठीण (४ मिमी. लांब) असते. फुलांची संरचना व इतर सामान्य शारीरिक लक्षणे अंबेलेलीझ मध्ये (चामर गणात) वर्णिल्याप्रमाणे असतात. हिला पूर्वी हायड्रोकॉटील एशियाटिका असे शास्त्रीय नाव होते.

बहर येण्याचा कालावधी : ऑक्टोबर ते नोव्हेंबर

औषधी उपयोग:

ब्राह्मी आरोग्य पुनःस्थापक असून त्वचाविकार व कुष्ठरोग यांवर उपयुक्त असते तंत्रिका तंत्र (मज्जा संस्था) व रक्त यांच्या विकारांमध्ये ही पौष्टिक व शक्तिवर्धक आहे. पानांची पूड दुधातून घेतल्यास बलवर्धक व स्मरणशक्तीची वाढ होण्यास उपयुक्त असते. काही त्वचा विकारांत बाहेरून लेप लावल्यास व रस पोटात दिल्यास गुणकारी आहे. काहींच्या मते ब्राह्मी हे नाव फक्त नीरब्राह्मीकरिता वापरून प्रस्तुत वनस्पतीस 'कारिवणा' म्हणावे. ब्राह्मीचा रस तेलात मिसळून केशवर्धक तेले बनवितात. पानांचा रस मधातून सकाळी घेतल्यास पौष्टिक असतो. कढी, सार, आमटी इत्यादींत पानांचा उपयोग भाजी प्रमाणे करतात. पाणिनीच्या अष्टाध्यायीत (इ. स. पू. ६ वे शतक) व सुश्रुत संहिते मध्ये (इ. स. ३ रे शतक) मंडूकपर्णी असा हिचा उल्लेख आलेला आहे.

लागवड :

खोडाचे ५ ते १० सेंमी. लांबीचे तुकडे लागवडीसाठी वापरले जातात. पावसाळ्यामध्ये ब्राम्ही च्या झाडांची सर्वाधिक वाढ होते.
बिया खूप लहान असून त्या ऑक्टोबर - नोव्हेंबर महिन्यामध्ये तयार होतात.