

## **Amlaki : *Phyllanthus emblica* L. Phyllanthaceae (Euphorbiaceae)**

*Phyllanthus emblica*, of the family Phyllanthaceae, is very popular for its fruits as Amlaki in Bengali and Amla in Hindi, found in tropical Asia. Amlaki is also known as emblic, ambal, amioki and Indian gooseberry. It is mythologically revered in Hinduism, believed to be the abode of Lord Vishnu and the fruit a dwelling of Goddess Lakshmi. Its divine origin is traced to the first drop of Amrit spilled during the Samudra Manthan or the Churning of the Cosmic Ocean, making it a sacred offering in rituals. Amla Ekadashi is a Hindu festival celebrated mainly in Uttar Pradesh, Rajasthan, Bihar, and Maharashtra to seek blessings from Lord Vishnu and Goddess Lakshmi. Amla symbolizes prosperity and longevity, deeply connected to Lakshmi, the Goddess of Wealth. Ancient Ayurvedic texts like Charaka Samhita and Sushruta Samhita hail Amlaki as a Rasayana, promoting vitality. The fruit is also placed atop the Lingaraj temple in Bhubaneswar, marking its sacred significance. Fruits are sour, rich source of Vitamin C, used as astringent, cooling, diuretic, laxative, eaten raw or prepared. Fruits are used in hair dyes and used as detergent, for shampooing hair.

ফিলান্তেসী পরিবারের অন্তর্ভুক্ত ফিলান্তাস এমলিক, বাংলায় আমলকি এবং হিন্দিতে আমলকি নামে পরিচিত, যা গ্রীষ্মমন্ডলীয় এশিয়ায় পাওয়া যায়। আমলকীকে এম্বলিক, আম্বাল, অ্যামিওকি এবং ইন্ডিয়ান গুজবেরি নামেও বলা হয়ে থাকে। হিন্দুধর্মে এটি পৌরাণিকভাবে সম্মানিত, ভগবান বিষ্ণুর আবাসস্থল এবং ফলটি দেবী লক্ষ্মীর বাসস্থান বলে বিশ্বাস করা হয়। এই বৃক্ষটির ঐশ্বরিক উৎপত্তি সমুদ্র মন্থনের সময় অমৃতের প্রথম ফোঁটা থেকে পাওয়া যায়, যার ফলে এটিকে আচার-অনুষ্ঠানে একটি পবিত্র উৎস হিসেবে পরিণত করে। আমলকী একাদশী হল একটি হিন্দু উৎসব ভগবান বিষ্ণু এবং দেবী লক্ষ্মীর আশীর্বাদ কামনা করার জন্য যেটি মূলত উত্তরপ্রদেশ, রাজস্থান, বিহার এবং মহারাষ্ট্রে পালন করা হয় এটিতে। আমলকী সমৃদ্ধি এবং দীর্ঘায়ুর প্রতীক, এটি সম্পদের দেবী লক্ষ্মীর সাথে গভীরভাবে জড়িত। প্রাচীন আয়ুর্বেদিক গ্রন্থ চরক সংহিতা এবং সুশ্রুত সংহিতার মতো আমলকিকে রসায়ন হিসেবে উল্লেখ করে ও এটি প্রাণশক্তি বৃদ্ধি করে। এটির ফলটি ভুবনেশ্বরের লিঙ্গরাজ মন্দিরের উপরেও স্থাপন করা হয়েছে, যা এটির পবিত্রতা তাৎপর্যকে চিহ্নিত করে। এই গাছের ফল টক, ভিটামিন সি সমৃদ্ধ উৎস এবং এটি অ্যাস্ট্রিঞ্জেন্ট, শীতলকারী, মূত্রবর্ধক, রেচক হিসেবে ব্যবহৃত হয়, পাকা ফল কাঁচা বা তৈরি করে খাওয়া হয়। এটির ফল চুলের রঙে ব্যবহৃত হয় এবং চুল শ্যাম্পু করার জন্য ডিটারজেন্ট হিসেবে ব্যবহৃত হয়।