

புத்தகம் - ஈ. 1907 (ஸ்ரீ மேயர் 15௨ இலக்கம் - ௮.

கனம் சுகாதார போதினி

பத்திராதிபரவர்களுக்கு

ஐயா!

அடியிற் கண்ட பாகங்கள் எனது முத்தாதைகளுக்கும் எனக்கும் கைவல்யமானவைக ளானபடியால் லோகோபகாரமாக தங்கள் பத்திரிகையின் மூலமாக அப்பாகங்களை வெளிப்படுத்தும் படியாக மிகவுங்கேட்டுக்கொள்கின்றேன். இப்பாகங்களுட்பல நமது நண்பர்களுக்குள் அநேகருக்குத் தெரிந்திருக்கலாமென வெண்ணி அலட்சியஞ் செய்யாமலும், காலதாமதஞ் செய்யாமலும் கூடிய சீக்கிரம் வெளிப்படுத்தும்படி தயவுசெய்ய வேண்டியது. இப்பாகங்கள் வெளிப்பட்டவுடன் எனக்கனுபவமாகிய சில இரசவாத முறைகளையும் எழுதச் சித்தமாயிருக்கின்றேன்.

த - ச - ௮ - கா.

சுகாதார போதினி.

க . ம் பிரிவு.

வைத்தியக் குறிப்புகள்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol III. பக்கம் 43.)

மேற்றோல் போக்கின வாதமைப் பருப்பு பலம்-வ, இதனை அம்மியில் வைத்து ஜலம் வார்த்தரைத்து அரை ஆழாக்கு ஜலம்வார்த்துப் பிசைந்து வடிக்கட்டித் திப்பிரீக்கின பாலில் ஒருபலம் சீனக்கற்கண்டைப் பொடித்துக் கரைத்துப் பாணஞ்செய்ய வேண்டும். இவ்விதம் காலமலை யிரண்டு வேளையும் செய்துவரின், மார்பொரிவு, இருமல், வறட்சி, சுவாசம், சூலை, உதிர்ச்சிக்கல் முதலிய ரோகங்கள் தீரும்.

வேறு

வெள்ளைக் கசகரா விதை பலம் ௧0, பணங்கற்கண்டு பலம்-௧0, ஏலரிசி பலம்-௨. வால்மிளகு பலம்-௨.

இவை மெல்லாவற்றையும் அம்மியில் வைத்து மைபோலரைத்து எடுத்து வைத்துக்கொண்டு வேளை ஒன்றுக்கு அரைப்பலம் முதல் ஒரு பலம் வரையில் காலை மலை யிரண்டுவேளையும் சாப்பிட்டுவர, சூட்டைப்பற்றிய இருமல் நீங்கும்.

வேறு.

பெருஞ் சீரகம் விராகனெடை-௨, சீமை அத்திப்பழம் விராகனெடை-௨௨; பர்வியா ஓஷான் விராகனெடை-௧௧, இம்மூன்றையும் சேர்த்து முக்கால் ஆழாக்கு ஜலம் வார்த்து மூன்றிலொரு பாகமாகச் சுண்டவைத்து வடிக்கட்டிப் பாணஞ்செய்துவர, இருமல், சுவாசம், மூச்சடைப்பு, வாயு, பக்கசூலை, குண்மம் ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு

தாளிசப்பத்திரியை யிடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் விராகனெடை-௧. இதனைத் தேனில் அனுபானித்துக் கொள்ள இருமல், சுவாசம் ஆகியவை தீரும்.

மேற்படி சூரணத்தைத் தயிரிலனுபானித் துண்ண, பேதி, இரத்தமூலம் ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

வசம்பைச் சுட்டு வெண்மையான சாம்பலாக்கிக் கொள்ளவேண்டும். இந்த பஸ்பம் விராகனெடை-வ தேன் விராகனெடை-௧, இவ்விரண்டையுங் கலந்து சாப்பிட்டுவர, இருமல், சுவாசம் ஆகியவை தீரும்.

வேறு

சாம்பிராணிச் சத்து குன்றிமணி பெடை-௨. சீனிசர்க்கரை விராகனெடை-௨, இவ்விரண்டையுங் கலந்து சாப்பிட்டுவர, கபரோகங்கள், குளிர்ச்சியினுண்டான இருமல் ஆகியவை போகும்.

வேறு.

கோதுமைச் சத்து விராகனெடை-௫, பசுவின் நெய் விராகனெடை-௨௨, சீனிசர்க்கரை பலம்-௨.

செய்முறை:—மேற்படி சத்தைத் தூள்செய்து மெல்லிய வஸ்திரத்தில் முடிந்து அரை ஆழாக்கு ஜலத்திற் பிசைந்து பாலெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். இந்தப் பாலில் மேற்படி சர்க்கரையைக் கரைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயா யெரித்து மூன்றிலொரு பாகமாகச் சுண்டினபின்பு நெய்யை விட்டு ஐந்து நிமிஷம் தாமதித்து இறக்கி ஆறவிட்டு இளஞ்சூடா யிருக்கும் போது பாணஞ் செய்ய வேண்டும். (இதனைக் காய்ச்சும்போது கைவிடாமல் துளாவிர வேண்டும். அப்படிச் செய்யாவிட்டால் கட்டி கட்டியாகி விடும்.) இவ்விதம் காலை மலை யிரண்டுவேளையும் பாணஞ் செய்துவர, இருமல், மார்பின் வறட்சி, மார்புகோய், தொண்டை வறட்சி ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

துளசிச்சாறு பலம் - ௨, புதுஒட்டை அடுப்பிற் காயவைத்து அதில் மேற்படி சாற்றைவிட்டு உடனே பிறக்கி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு இதில் நான்குதுளி கேனைவிட்டுக் குழந்தைக்குப் பாண்டு செய்விக்க வேண்டு. இவ்விதம் காலமலை யிரண்டு வேளையுள் செய்தவர, குழந்தைகளுக் குண்டாகும் இருமல் ரோகம் தீரும்.

வேறு.

ஆடாதோடை வேர்ப்பட்டை, அல்லது, உலர்த்தின இலை, கோஷ்டம், திப்பிலி, சுட்டெரித்த வசம் பின் சாம்பல், நெல்லிமுள்ளி, மஞ்சட் கடுக்காய்த்தோல், உலர்த்தின கண்டங்கத்திரி வேர்த்தோல், சன்னராஷ்டம், கற்கடக சிங்கி, யிளகு, சிறுநாகப்பூ, இவை வகை-க-க்குப் பலம்-வ.

இவை யெல்லாவற்றையுள் சேர்த்திடித்துச் சூரணித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து இந்தச் சூரணத்திற்குச் சமனெடை சீனி சர்க்கரைபைச் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧, ௧௨.

அனுபானம்:—நெய், தேன் முதலியவைகள்.

உபயோகம்:—அஸ்திசூடு, வறட்சி, இருமல், புகைச்சல், தொண்டைக் கம்மல், சினுங்கிருமல், நாவறட்சி, உள்வறட்சி, கோழைக்கட்டு, கபக்கட்டு. மூலச்சூடு, பித்தங்கள், மேகரோகங்கள் ஆகியவை தீரும்.

காசுகட்டிப் பற்பம்.

நன்றாய்ச் சிவந்திருக்கிற காசுகட்டி பலம்-௨௨, இதனைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து திப்பிலிக்கின தூளை மறுபடியும் கல்வத்திலிட்டு முருங்கையிலைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாமமரைத்துப் பில்லைசெய்தலர்த்தி ஒட்டிலவைத்து மேலோடு மூடி மூன்று சீலைமண்செய்து இம்பதுபலம் விராட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின்னெடுக்கப் பஸ்பமாகி யிருக்கும். இதனை சீஷாவிற்பத்திரப்படுத்தவேண்டும்.

பிரமாணம்:—குன்றிமணி யெடை-௫. ௧0.

அனுபானம்:—வெண்ணெய், நெய்.

உபயோகம்:—இருமல், சுவாசம், இரத்தம் கக்கல் ஆகியவை தீரும்.

பத்தியம்:—மீன், கருவாடு முதலியவைகளும், உஷ்ணமான பதார்த்தங்களும் ஆகா, ஆட்டிறைச்சி சூப்பு ஆகும், மாமிச பக்ஷணியல்லாதவர்கள் துவரம்பருப்பை வேகவைத்த தெளிநீரை யெடுத்து நெய்யைக் கொஞ்சம் ஆகிசமாகச் சேர்த்து அதிகக் காரமில்லாமல் இரசமாகச்செய்து உபயோகிக்கலாம், அல்லது, அதில் கத்திரிப்பிஞ்சு, முருங்கைப்பிஞ்சு முதலியவைகளைச் சேர்த்துச் சமைத்து உபயோகித்துக் கொள்ளலாம்.

பூமூல பற்பம்.

செம்மண் தரையிலுள்ள பூநாகம் பலம்-௮, இதனை அரைப்படி புளித்தமோரில் போட்டு பனிரண்டு மணிநேரம் வைத்திருந்து பிறகுசூடு, அவற்றின் வயிற்றிலுள்ள மண் முதலியவைகளையெல்லாம் நீக்கிச் சுத்திசெய்யவேண்டும். பிறகு புளித்ததயிரில் முன்போல் பனிரண்டு மணிநேரம் ஊறவைத்துக் கழுவிச் சுத்திசெய்து மெல்லிய வஸ்திரத் துண்டில் வைத்து ஜலமில்லாமல் பிழிந்தெடுத்துக் கால்படி பிரமியிலைச் சாற்றில் பனிரண்டு மணிநேரம் ஊறவைத்துச் சாற்றுடனே கல்வத்திலிட்டு அரைக்கவேண்டும். சாறு உலர்ந்துவிட்டால் முன் சாற்றையே கொஞ்சம் கொஞ்சம் விட்டுக் கொண்டு நான்குசாம நேரமரைத்து பில்லை செய்து உலர்த்தி ஒட்டிலிட்டு மேலோடு மூடி மூன்று சீலைமண் செய்து நூற்றைம்பது பலம் விராட்டியிற் புடமிட்டு ஆறினபின்பு எடுக்க பற்பமாகி யிருக்கும்; இதனை சீஷாவிற்பத்திரப் படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—குன்றிமணி யெடை-௨. ௪

அனுபானம்:—தேன், வெண்ணெய்.

உபயோகம்:—சீனை, இருமல், இரைப்பு, சுவாசகாசம் ஆகியவைகள் தீரும், தாதுவிருத்தி, தாதுபுஷ்டி ஆகியவைகளுண்டாகும்.

தாளகக் கட்டு.

சுத்திசெய்த தாளகம் பலம்-௧. ஜவ்வு, எலும்பு முதலியவைகளை நீக்கி அதிகப் பொடியாகக் கொண்டு வெள்ளாட்டிறைச்சி பலம்-௧1௮, இதனை நூற்றெட்டு உருண்டைகளாகச் செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு உருண்டையிலும் மேற்படி தாளகத்தை வைத்துப் பொதிந்து வாழை நாரால் அல்லது தூலால் இரண்டு மூன்று சுற்றுச் சுற்றிக்கட்டி ஒருசேர் பசுவினெய்யைக் கொதிக்கவைத்து நன்றாகக் கொதித்தபின்பு முன் சுத்தப்படுத்தி வைத்திருக்கி

ற உண்டைமைப்போட்டு இறைச்சி சிவந்த பதத்திலெடுத்து ஆறவிட்டு நன்றாய்க் குளிர் ஆறியபின்பு கட்டி மீதுள்ள மாமிசத்தை நீக்கிவிட்டு இந்தக் கட்டியின் மீது இன்னொரு உண்டை மாமிசத்தைப் பொதிந்து முன்போல் நூலால் கட்டி முன்போல் நெய்யில் வறுத்தெடுக்க வேண்டும். இவ்விதம் நூற்றியெட்டு உண்டையிலும் பொதிந்து நூற்றெட்டுத் தடவை பொறித்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் செய்வதால் தாளகத்தின் தோஷங்க ளெல்லாம் நீக்கிக் கட்டுப்பட்டுப்போம். இதனை பெடுத்து மெல்லிய வஸ்திரத்தினால் கெய்ப்பகையில்தாமல் நன்றாய்த் துடைத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து சேஷாவில் பத்திரப்படுத்தவேண்டும்.

பிரமாணம்:—அரிசியெடை-க. ௧௭.

அனுபாணம்:—தேன், நெய் ஆகியவைகளாம்.

உபயோகம்:—நனை, இருமல், இரைப்பு முதலிய எல்லாவகை கபரோகங்களும் தீரும்.

பத்தியம்:—வியாதி கடினமானதா யிருந்தால் கடும்பத்தியம் வைக்கவேண்டியது. அதாவது உப்பு புளியை நீக்கி, பாலன்னம், பாற்பாயசம், முதலியவைகளை உபயோகிக்க வேண்டும். வியாதி சற்று இலகுவானதா யிருந்தால் புளிநைப மாத்திரம் நீக்கிவிட்டு உப்பைவறுத்து உபயோகிக்க வேண்டியது.

அக்கினிமந்த ரோகச் சிகிச்சை.

மேற்றோல் சீவியடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து சுக்குச் சூரணம், மிளகுச் சூரணம், இந்துப்புத்தாள், இவை வகை-க-க்குப் பலம்-க, சீமை திராகூதகாடி செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை:—முன் மூன்று சரக்குகளையும் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி காடியைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து நான்கு சாமரைத்துக் கால் விராகனெடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலிலுலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—மாத்திரை-க. ௩.

உபயோகம்:—அஜீரண பேதி, உஷ்ணபேதி அஜீரணம், மந்தாக்கினி ஆகியவைகள் தீரும்.

ஷெ. வேறு.

மேற்றோல் சீவின சுக்கு, அரிசிக்கிப்பிலி, மிளகு, ஒமம், வாய்வளங்கம், இவற்றின் தனித்தனிச் சூ

ரணம் வகை-க-க்குப் பலம்-க, சீனிசர்க்கரை பலம்-௫ தேன் பலம்-௫, நெய் பலம்-௨.

செய்முறை:—சர்க்கரையிற் கொஞ்சம் ஜலத்தை வார்த்துக் கரைத்து அடுப்பேற்றி ஒரு கொதி வந்தபின்பு வடிகட்டித் திப்பிநீக்கின பாகுடன் தேனையுஞ் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் மேற்படி சூரணங்களை ஒன்றாய்ச் சேர்த்துச் சிறுகத் தூவி நன்றாகக் கிண்டிக்கிறி சீழிறக்கி நெய்யைவிட்டு மறுபடியும் நன்றாய்க் கிளரிப் பீங்கான் பாத்திரத்திற் பத்திரப்படுத்தவேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-க. ௨.

உபயோகம்:—அக்கினிமந்தம், அஜீரணம், வாயுரோகங்கள் ஆகியவைகள் தீரும்,

அண்டவாயு சிகிச்சைகள்.

தோலுரித்த வெள்ளைப்பூண்டிதழ் பலம்-க. நவச்சாரம் பலம்-க, இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு ஒருமணி நேரமரைத்து ஒரு மெல்லிய வஸ்திரத்திற் றடவி அண்டத்தின்மீது போட்டு நூலால் கொஞ்சம் தளர்ச்சிபாகக் கட்டி வைக்கவேண்டும். பன்னிரண்டு மணிகேரஞ் சென்று விட்டால் அதனை யவிழ்த்து நீக்கிவிட்டு மறுபடியும் முன்போற் சித்தப்படுத்திக் கட்டவேண்டும். இவ்விதம் மூன்று கட்டுக் கட்டினால் அண்டவாயு, அண்டவீக்கம், ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

காளான், மீன்வச்சிரம் இவை வகை-க-க்குப் பலம்-௨, இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் காடியைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து ஒருமணி நேரமரைத்து அண்டத்தின்மீது பூசிவர, அண்டவீக்கம், அண்டவாயு ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

திராகூதப்பழம், மொச்சைப் பருப்பின்மா, சிரகச் சூரணம், இவை வகை-க-க்குப் பலம்-௨, இவை யெல்லாவற்றையும் ஒன்றாய்ச் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து பீஜத்திற்பூச, அண்டவீக்கம், அண்டவாயு முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

நொச்சியிலைப் பழுப்பை வெண்ணெய்போ லரைத்து பீஜத்தின் மீது பற்றிட, பீஜயீக்க முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு

பூநாகத்தைப் பாலிற் போட்டு மண் முதலியவைகளை நீக்கிச் சுத்தி செய்து அம்மியில் வைக்கரைத்து வாதுமை நெய் அல்லது பசுவின் நெய் தெளித்துப் பிசைந்து அடைபோற் செய்து பிஜுத்தின் மீதுவைத்துத் சுட்ட, பிஜுவீக்கம், அண்டவாயு, முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

சிற்றமணக் கெண்ணெய் பலம்-ச௦, மிளகுத் தக்காளிச்சாறு பலம்-ச௦, வெந்தயம் பலம்-உ.

செய்முறை:—எண்ணெயையும் மேற்படி சாற்றையும் ஒன்றாகக்கலந்து, அதில் வெந்தயத்தைப்போட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுதீபா யெரித்து வெந்தயமானது முரமுரப்பாகும் வரையிற் காப்ப்சி இறக்கி ஆறின பின்பு கடுகுடனே வேறு பாத்திரத்தில் ஊற்றி வைத்துக் கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—பலம்-௨. க.

உபயோகம்:—எல்லாவகை அண்ட வியாதிகளும்தீரும்.

பத்தியம்:—மருந்தை பிரதிதினமும் காலையில் ஒருவேளை சாப்பிடவேண்டியது. விபாதி கடினமாயிருந்தால் உப்பு, புளியை நீக்கிவிட்டு வெந்நீர்ச் சாதம் சாப்பிடவேண்டியது. துவரம்பருப்பைவறுத்துத் தூள் செய்து அதை உபயோகித்துக்கொள்ளலாம். வியாதி இலேசனதா யிருந்தால், இலகுவான பத்தியமாக சமயோசிதம்போல வைக்க வேண்டியது. மூன்றுநாள் பத்திய மிருப்பதோடு மறுமூன்று நாளும் மறுபத்திய மிருக்கவேண்டியது. ஏழாவதுநாள் முதற்கொண்டு எல்லாம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

அண்டவாதச் சஞ்சீவி.

கழ்ச்சி யிலைச்சாறு பலம்-ச௦, வெண்ணிறமாயுள்ள வெங்காயச்சாறு பலம் - ச௦, சிற்றமணக்கெண்ணெய் பலம்-ச௦. கழ்ச்சிப் பருப்பு பலம்-௨, கழ்ச்சி வேர்ப்பட்டை பலம்-௧, கழ்ச்சிக் கொழுந்து பலம்-௧, * இரச கர்ப்பூரம் விராகனெடை - ௮, சுத்திசெய்த நேர்வாளப்பருப்பு விராகனெடை-௪.

செய்முறை:—கழ்ச்சிப் பருப்பு முதலிய சரக்குகளைத் தனித்தனி அம்மியில் வைத்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து அரைத்து மேற்படி யெ

* இதனை சுத்திசெய்ய வேண்டியதில்லை.

ண்ணெயிற் கலக்கி மற்ற சரக்குகளையும் ஒன்றாகக் கலந்து பூரத்தைக் கல்வத்திற் பொடித்துத் தூவி அடுப்பேற்றிச் சிறுதீபா யெரித்து மெழுகு பதத்திலிறக்கி ஆறின பின்பு வடிகட்டித் திப்பிரீக்கிப் பிங்கான் பாத்திரத்திற் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧. உ. தேக சபாவத்திற்குத் தகுந்தபடி சமயோசிதம்போல் அளவைக்குறைத்தும் அதிகப்படுத்தியும் உபயோகிக்கலாம். இரண்டொரு தடவை பேதுபாறை போதுமானது.

உபயோகம்:—அண்டவாதம், குடல்வாதம், விரைவாதம், கால்வாகம், யானைக்கால் வாதம் முதலிய எல்லாவகை வாதரோகங்களும் தீரும்.

பத்தியம்:—சமயோசிதம் போலவும், வியாதியின் பலத்திற்குத் தகுந்தபடியும் ஏற்படுத்த வேண்டியது.

காக்கைவலிச் சிகிச்சை.

வலக்காயைப் பொடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து வலிவந்திருக்கும்போது ஆக்கிராணிக்கச் செய்ய வலிப்பு நிற்கும். பிறகு இந்தத் தூளை மூக்குத் தூளைப் போல் தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவந்தால், மேற்கண்டரோகம் அடிக்கடி வராமல் வியாதி தீர்ந்துபோய் விடும். தர் அதிஷ்ட வசத்தால் வியாதி மறுபடி வந்தபோதிலும் அதிக மூர்க்கமாக வராமல் சுலபமாய்க் காணும். ஆனால், இதனைத் தொடர்ந்தேற்றியாகச் செய்து வருவதினால் அதிக குணமுண்டாகும்.

வேறு.

ஜாதீப்பத்திரியையும் மேற்கண்ட விதமாகவே செய்துவர, மேற்கண்ட ரோகம் தீரும்.

ஷெ வேறு.

பஸ்பாயிஜ் விராகனெடை-௩௦, சரக்கொன்றைப்புளி விராகனெடை-௨.௨. தரஞ்சபீன் அல்லது, கற்கண்டு விராகனெடை-௩.

செய்முறை:—பஸ்பாயிஜை ஒரு ஆழாக்கு ஜலத்திற் போட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுதீபா யெரித்து மூன்றிலொரு பாகமாகச் சுண்டினபின் னிறக்கி வடிகட்டித் திப்பிரீக்கின கஷாயத்தில் மேற்படி சரக்கொன்றைப்புளியையும், தரஞ்சபீனையும் கரைத்து மறுபடியும் வடிகட்டிப் பாணஞ்செய்ய வேண்டும். இவ்விதம் காலையில் ஒருவேளை மாத்திரம் உபயோகித்துவர, காக்க

கைவலி, மூலரோகம், குன்மரோகம் முதலியவைகள் தீரும்.

வலியுசிதப் பிரயோகம்.

வைகாசி, ஆனி, ஆடி ஆகிய இந்த மாதங்களில் லொன்றில் நாற்பது பச்சைத் தவளைகளைப் பிடித்து வயிற்றைப் பிளந்து அவற்றின் ஈரல்களை மாத்திரம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். பிறகு ஒரு புதுச்சட்டியில் நான்னைத்து கோவீஸ்கிரை யிலைகளைப்பரப்பி அதன்மீது முன் ஈரல்களை ஒன்றோடொன்று படாமல் வரிசையாகப் பரப்பி மேலும் அந்த இலைகளைப் பரப்பி மூடி அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாயெரித்து ஈரலின் ஈரம் உலர்ந்த பதத்தில் ஈரல்களை மாத்திரம் எடுத்துத்தூள் செய்து ஆறுபங்காகப் பங்கிட்டுத் தனித்தனியே வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். கடகராசியில் சூரியனுஞ் சந்திரனுஞ் சேருகிற தினத்தில் காலமே போஜனத்திற்கு முன் வெறும் வயிற்றில் அரைப்பலம் பிறுண்டியில் மேற்படி ஒருபங்கைக் கலந்து பானஞ் செய்யவேண்டும். இதனை யுட்கொண்டபின் இரண்டு மணிநேரம் வரையில் ஒன்றும் சாப்பிடலாகாது. பிறகு வழமைபோல் போஜனம் செய்யலாம். மாலையில் இராப் போஜனமான பின்பு மற்றொரு பங்கை மேற்கண்டபடியே சாராயத்தில் மிஸ்ரமித்துப் பானஞ் செய்யவேண்டும். இவ்விதமே அடுத்த இரண்டு நாட்களிலும் சாப்பிட வேண்டியது. இவ்விதம் செய்தால் காக்கைவலி, குதிரைவலி, குமரகண்டன் முதலிய பதினெட்டு வகை வலிப்பு ரோகங்களும் தீரும். இது பல தடவைகள் செய்து பலருக்குக் குணங்கண்டதாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இவ்விதம் செய்ய சக்தியுள்ளவர்கள் செய்தால் நிச்சயமாகக் குணமுண்டாகுமென நம்பப்படுகிறது. கூடுமானவர்கள் மேற்கண்ட விதமாகச் செய்து பிரயோசனத்தை யடையலாம்.

நரம்பு அறுப்பட்டதற்குச் சிகிச்சை.

பூநாகத்தைப் பாலில் அல்லது, மோரில் போட்டு வயிற்றிலுள்ள மண் முதலியவைகளைச் சுத்திசெய்து அம்மியில் வைத்து மைபோலரைத்து நரம்பு அறு

பட்ட தானத்தில் வைத்துக் கட்டிவர அறுபட்ட நரம்புகள் கூடி ஒன்றாகிப்போகும்.

வேறு

பாம்பின் தோலின் பொடியையும், வயல் நண்டின் பொடியையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து அறுபட்ட நரம்பின் மேற்றாவித் துணியாற் சுற்றிக்கட்டிவைக்கவேண்டும். இவ்விதம் தூவிக் கட்டிவர அறுபட்ட நரம்புகள்கூடி அங்குள்ள இரணமு மாறிப்போகும்.

நீர்க்கட்டின் சிகிச்சை.

வெள்ளைச்சாறு வேளையிலைச்சாறு ரூபாயெடை-௩, பசுவின் பச்சைப்பால் ரூபாயெடை-௧௨, இவ்வி ரண்டையு மிஸ்ரமித்துப் பானஞ்செய்ய கட்டுப்பட்ட நீர் உடனே இறங்கிவிடும்.

குஷ்டரோகச் சிகிச்சை.

செவ்வலிவேர் வீசை-௧, இதனைச் சிறு துண்டுகளாகத் துண்டித்து நிழலிற்போட்டு ஈரமில்லாமல் நன்றாயுலர்ந்தபின்பு ஒருதோண்டியி னீடியில் சிறு துவாரங்களிட்டு அதிற்போட வேண்டும். தோண்டியின் வாக்குச் சில்லிட்டுச் சீமைமண்செய்து உலர்ந்தி பாகப்படி குழித்தைலமிறக்கி இதுலுள்ள ஜலத்தை வேறாகவும், தைலத்தை வேறாகவும் பிரித்துத் தனித்தனி சீஷாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணமும், அனுபானமும்:—மூன்றுபலம் ஜலத்தில் மேற்படி தைலத்தைக் குச்சிபால் தொட்டு ஒருதுளி தைலத்தை அதில்விட்டுக் கலக்கிப் பானஞ் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம் காலையில் மாத்திரம் மூன்றுநாள் பானஞ் செய்யவேண்டும்.

உபயோகம்:—குஷ்டம், புண்கள், இரணங்கள் முதலியவைகள் தீரும். இம்மருந்தைச் சாப்பிடும் போது இரணங்களிலிருந்து இரத்தம் வடியும்.

பத்தியம்:—உப்பு, புளியை நீக்கி வைக்கவேண்டியது; மறுமூன்று நாளும் மறுபத்தியங் காக்கவேண்டியது. ஏழாநாள் எண்ணெய் ஸ்நானஞ்செய்து மறுநாள் புளியைச் சேர்க்கவும்.

வேண்துஷ்ட மேற்பூச்சு.

தோலுரித்த வெள்ளைப்பூண்டிதழ், சுத்திசெய்த நவச்சாரத்தூள் இவ்விரண்டும் சமனெடை. இவ்விரண்டையுங் கல்வத்திற்போட்டு மைபோலரைத்து மேற்பூசிவர வெள்ளை மாறிப்போகும்.

வேறு.

திறமான கோரோசனையை உமிநீரில் இழைத்துப் பூசிவர, வெண்குட்டம், கருங்குட்டம் ஆகியவைகள் மாறும்.

கூழ்ப்பாண்டச் சூரணம்.

ஒருபெரும் பூசணிக்காயைக் கீறி குடல், மேற்றூல் ஆகியவைகளை நீக்கிச் சிறு துண்டுகளாக அரிந்து சட்டியிலிட்டு பிட்டவியலாக அவித்துப் பிழிந்து மறுசட்டியிலிட்டுப் பசுவின் நெய் தெளித்துச் சிவக்கவறுத்திடித்துச் சூரணஞ்செய்து கொள்ளவும். மஞ்சட் கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்த்தோல், மேற்றூல் சீவினசுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், ஏலரிசி, இலவங்கம், செண்பகப்பூ, கல்மதம், சீரகம், இவை வகை-க-க்கு விராகனெடை-கவ. சீனிசர்ச்சரை மேற்கண்ட சூரணங்க ளெல்லாவற்றிற்கும் சமனெடை.

செய்முறை:—மேற்கண்ட எல்லாச் சூரணங்களையும், சர்ச்சரையையும் ஒன்றாக மிஸ்ரமித்துப் பிங்கான் பாத்திரத்திற் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-உற, டு, காலை மாலை யிரண்டு வேளையும் உபயோகித்துவர வேண்டியது.

உபயோகம்:—மேகரோகங்கள், பவுத்திர ரோகங்கள், மூலரோகங்கள், மூத்திரப்பாளை, மூத்திரக்கிரிச்சரம், பெரும்பாடு, பிரமேக ரோகங்கள், நீர்க்கடுப்பு, நீரெரிச்சல், மேககாங்கை, கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, முதலிய ரோகங்கள் தீரும்.

பத்தியம், —இச்சாபத்தியம், அவரவர்களின்தேகத்திற்கு ஒவ்வாத பதார்த்தங்களை நீக்கவேண்டியது தான் முக்கியமான பத்தியம்.

அறுவகைச் சூரணம்.

நற்சீரகம், மேற்றூல் சீவின அதிமதுரம், காமப்பூ, கருஞ்சீரகம், சன்ன லவங்கப்பட்டை, சதகுப்பை இவற்றைத் தனித்தனி யிடித்த சூரணம் வகை-க-க்குப் பலம் ௧, கொத்துமல்லிவிதைச் சூரணம், பலம்-௬, சீனி சர்ச்சரை பலம்-௬, சீனாக்கற்கண்டுத் தூள் பலம்-௧௨.

செய்முறை:—இவை யெல்லாவற்றையு மொன்றாக மிஸ்ரமித்துக் கல்வத்தில், அல்லது, அம்மியில் ஒருமணிநேரம் அரைத்துச் சீஷாவிற் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧, உ.

அனுபானம்:—நீராகாரம், இளநீர், செவ்வளநீர், வெண்ணெய், நெய், தேன், இஞ்சிச்சாறு, கசகசா கஷாயம், சுக்குக் கஷாயம், அதிமதுரக் கஷாயம் முதலியவைகளாம்.

உபயோகம்:—சிரசுநோய், கண்ணீர்ப் பாய்ச்சல், உன்மத்தம், நித்திரை யில்லாமை, வாய்கோணல், வாய்குளறல், செவிநோய், செவிடு, ஊமைத்தன்மை, தொண்டைப்புண், கண்டமாலை ஆகியவைகள் தீரும். கண்ணின் பிரகாசம் அதிகமாகும், நெஞ்சு திடப்படுமும், குலையெரிவு, நெஞ்செரிவு, கைகாலெரிவு, தேக எரிவு முதலியவைகள் தீரும். பித்தரோகம், அக்கினிமந்தரோகம் ஆகியவைகளும் நீங்கும். தேகத்திலுள்ள அசுத்தநீர்க் கட்டுதீரும். வாந்தி, அரோசகம் ஆகியவைகள் தீரும். வயிற்றிலுள்ள புழுக்கள், கிருமிகள், இடுப்புபுலி, கல்லடைப்பு, சேத்துமரோகம், பில்லி, வஞ்சனை முதலானவைகளுந் தீரும். தேகபுஷ்டி, தேக திட முதலியவைக ளுண்டாகும்.

குறிப்பு.

அநேகர் இந்த முறையைக் கிரமமாகச்செய்யாமல், தங்கள் மனங்கொண்டவாறு செய்து பிரயோசனமடைவதற்குப் பதிலாக நஷ்டத்தையடைந்து வருகின்றார்கள். இந்தப் பாகமானது பலரால் பல தடவைகளில் அனுபோகசித்தமாக நிச்சயிக்கப்பட்டி.

ருக்கின்றது, இதிலுள்ள மர்மமெல்லாம் இதனைச் செய்வதிலும், இதன் அனுபானத்திலுமே உள்ளது, ஆகையால் மேற்கண்ட பாசப்படிசெய்து மேற்கண்ட அனுபானங்களுள் வியாதிக்குத் தகுந்தபடியும், தேக சபாவத்திற்குத் தகுந்தபடியும் சமயோசிதம் போல் நிதானித்து உபயோகித்துவந்தால், கடவுளினது கிருபையால் மேற்கண்ட குணங்களெல்லா முண்டாகும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை.

ஜாதிக்காய், ஜாதிப்பத்திரி, இலவங்கம், ஏலரிசி, அதிமதுரம், அதிவிடையம், அபின், கஞ்சா, குராசாணியோமம், கோரைக்கிழங்கு, வெந்தயம், சிரகம், சிறுநாகப்பூ, உலர்த்தின புளிபாரைக் கீரை, காட்டாத்திப்பூ, உலர்த்தின மாதாளம்பிஞ்சு, உலர்த்தின வாழைப்பூ, இவை வகை-க-க்குப் பலம்-வ, வாழைப்பூச் சாறு, அல்லது, மாதாளம்பழச்சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை:—மேற்கண்ட சரக்குகளில் அபின்தவிர மற்றவைகளைத் தனித்தனியிடித்து வஸ்திரகாயஞ்செய்து தனித்தனி மேற்கண்டயெடை நிறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். பிறகு எல்லாச் சூரணங்களையும் ஒன்றாக மிஸ்ரமித்து வைத்துக்கொண்டு அபினியைச் சிறு உண்டைகளாகச்செய்து ஒவ்வொரு உண்டையாகக் கல்வத்திற்போட்டு மேற்படி சூரணத்தையும் சிறுகச்சிறுகச்சேர்த்து அரைத்து எல்லாம் ஒன்றாய் நன்றாக மிஸ்ரமானபின்பு ஒருபானையில் அரைப்படி பாலைவிட்டு அதன்மேல் மெல்லிய வஸ்திரத்தால் வேடுகட்டி முன் சித்தப்படுத்தின சூரணத்தை அதன்மேல்வைத்து மேற்சட்டிமுடி அடுப்பில்வைத்து சிறுதீயாபெரித்து பால்கண்டும் தருணத்திலிறக்கிக் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி வாழைப்பூச்சாற்றைச்சிறுகச்சிறுகவார்த்து நான்கு சாமமரைத்து மிளகுபோன்ற மாத்திரைகள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

உபயோகம்:—தேன், சர்க்கரை முதலியவைகளில் அனுபானித்துக்கொடுக்க எல்லாவகைக் கழிச்சல்ரோகங்களும் தீரும்.

இதனைத் தயவுடன் முழுதும் வாசித்துத் தங்கள் நண்பர்களுக்கும் வாசிக்கக் கொடுக்கவும்.

மகா ஆனந்த புருஷகேம்பீர ஹல்வாவும், திலாவென்னும் மேற்பூச்சும்.

தளர்ந்த நரம்புகளை உற்சாகப் படுத்தவும், சோர்ந்த பேசுநரம்புகளைப் பலப்படுத்தவும், மேற்பூச்சு மாதிரி அதிகமாக உபயோகப்படாது. ஆகையால், மேற்பிரயோகத்துடன் உட்பிரயோகமும் ஆவசியகம். பாலியச் சேஷ்டையினாலும், அறிபாமையினாலும் உண்டான தாதுநஷ்டம் முதலிய வியாதிகளுக்கென பலவித விசித்திர நாமங்களோடு, வெளிப்பட்டுலாவும்போலி விளம்பரங்களை நம்பி ஏமாந்துபோகிறவர்கள் அனேகம். மேற்கண்ட ஔஷதங்கள் அவ்விதமானவைகள் அல்லன. இவை பரம்பரையாகவும், நெடுநாள் அநுபவ சித்தமாகவும், கைவல்லியமான முறைகள். ஒருவரிருவரல்ல. நூற்றுக்கணக்கான அநேகரால் உபயோகப் படுத்தப்பட்டுக் குணங்காணப்பட்டவைகள்; இது பல்லாண்டுகளாய் இரகசியமாக வைக்கப்பட்டு வந்தபோதிலும், இதனையுண்டு அநுபவித்த நண்பர்களில் பலரின் விருப்பத்தின்படி லோகோபகாரமாக இப்போது வெளிப்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன.

பாலிய சேஷ்டையினாலும், அறிபாமையினாலும் முற்றும் போக நிர்வாக சக்தியற்று, தாது நஷ்டமடைந்து நிராசையானவர்களும், இதனை உபயோகித்தால் கடவுளினது கிருபையால் அவர்களுக் குண்டான தூர்க்குணங்கள் நீங்கி, தேகசக்தி, போகசக்தி முதலியவையுண்டாகும். பல சிகிச்சைகளினாலும் தீராமல் கைவிடப்பட்ட தாது நஷ்டப்பட்டவர்களும் அவநம்பிக்கைப்படாமல் இதனை உபயோகிப்பதினால் கடவுளினது கிருபையால் தங்கள் கோரிக்கையைப் பூரணமாய் அடைவார்களென்பது நிச்சயம். இதன் பெருமையைப்பற்றி எழுதுவதானால் அதிக விரிவெய்தும். ஆகையால் இதனையுண்டு அனுபவிப்பவர்கள்

தாந்தாமே தெரிந்துகொள்ளக் கூடுமாகையால் இங்கு சுருக்கமாகக் காண்பிக்கப்பட்டன. மேற்கண்ட ஓளவுதங்களை இருபதுநாள் உபயோகித்தால் சோர்ந்து, வாடி, வதங்கியிருக்கிற தேகமானது, செழித்து, தளிர் த்து, மதத்து, தேகபுஷ்டி, தேகவன்மை, முனோற்பலம், தைரியம், வீரியம் முதலியவைகளுண்டாகும். இதனைத் தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவந்தால், காயசிக்கியையுண்டாக்கும் ஒரு அரிய கற்பத்திற்கு ஒப்பாகும்.

இதன்விலை மேற்கண்ட ஹல்வா 20 நாள் மருந்துள்ள டப்பி - 1, 20 - நாள் உபயோகிக்கத் தீலாவென்னும் மேற்பூச்சு சிறு சீஷா-ச-ஆக இரண்டும் ரூபாய் 10.

வி - பி - சார்ஜ் பிரத்தியேகம். இவை கீழ்க்காணும் விவரசாதார ரிடத்திற் கைவிலைக்கும் வி - பி - மூலமாகவும் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.



அகஸ்தியர் டள்ளு.

இந்நூதன கிரந்தம் இதுவரையி லச்சாகி வெளிவரவில்லை யென்பது நிச்சயம். பற்பலவித கஷ்டப்படுத்தும் துஷ்ட ரோகங்களுக்கு நானாவித யோகங்களான சூரணம், புகை, உசிதப் பிரயோகம் முதலிய நூதன முறைகள் இதில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இரசவாதத்திற்கு ஆசியாகிய அயச்செம்பு, துருசச்செம்பு வகைகள், நெகந்தகச்செம்பு, காரீயச்செம்பு, மிருதார்க்கிச்செம்பு, விங்சச்செம்பு, முதலியவைகளும், அவற்றின் போக்குகளுமான அநேக வகைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. சாதாரணமாகவும் சூலபமாகவும் கிடைக்கக்கூடிய கடைச்சரக்குகளால் இவ்வகைகள் செய்யக்கூடியவைகள். இவையத்தி புத்தி அனுபவம் முதலியவைகளுக்கொத்தவைகள். வழிதறையின்றித் தன்னுபுளையும் பொருளையும் அவமே யழித்து ஏமாந்துபோதும் முறைகளைப் போன்றவைகளை எல்லாம். இரசவாதம் பொய்யெனச் சாதிப்பவர்களும் நம்பத்தக்க அறிகுறியான அருமைநூல், இவை பலதடவை அனுபவப்பட்டவைகளாகையால், கிரமப்படி செய்பவர்களுக்கு எல்லாவகையாலும் லாபத்திற்கே யேதுவானவைகள். இரசவாதம் தெரிந்துகொள்ள இச்சையுள்ளவர்களுக்கு

கு இதுவே முதனாலும் ஆதி நூலுமாம். கற்றோர் மற் றோர் முதலிய யாவருக்கும் பிரயோசனப் படுமபடி தெள்ளிய தமிழ்வசன நடையிலும் எழுதப்பட்டிருக்கிறது. இகபர சுகானுபவங்களை யிச்சிப்பவர்களுக்கவசியமான நூல். இதன் அருமை பெருமை இதனைப் பார்வையிடுபவர்களுக்கு இதனைப் பார்வையிட்ட தகூணமே தெரியுமாகையால், இங்கு விரித்தெழுதாது விடுத்தனம். பிரதி - க - க்குக் கைவிலை 1-2-0 வி - பி 1 - 4 - 0.

தன்வந்திரி சூக்ஷ்ம வைத்தியம்.

இதுவும் இதுவரையில் அச்சாகி வெளியாகாத நூதன சிறிய கிரந்தம். இதில் பற்பல வகை மாத்திரைகள், எண்ணெய்கள், குழித்தலைங்கள், ஸ்நான தலைங்கள், உசிதமுறைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவை அதிக சூக்ஷ்மமானவைகளும் பல தடவை அனுபவப்பட்டவைகளும். இதனைப் பார்த்த தகூணமே அனுபவசாலிகளுக்கு இதன் சீரும் சிறப்பும் நன்றாய் விளங்கும். தம்முடையவும் தம் மின ஜன பந்து மித்திரர்களின் சூக்ஷ்மத்தை விரும்பும் ஒவ்வொருவர் கையிலும் அவசியம் இருக்கத்தக்கது. பிரதி - 1 - க்கு கைவிலை ரூபா 0-5-0. வி-பி 0-7-0.

ஞாய அஷ்டாங்க தீபம்.



இது - ஸ்ரீ - ல - ஸ்ரீ - தே - வே - வாலாம்பிகை தாச சுவாமிகளாற் செய்யப்பட்ட ஒரு சிறந்த ஞான நூல். ஆத்மரகிப்பிற்கு அவசியமான யோகமுறைகள் யாவரும் தெரிந்துகொள்ளும்படியாக மிகவும் தெளிவாகவும், சுருக்கமாகவும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. படிப்போரும் கேட்போரும் ஆனந்தப் படுமபடியாக வெண்பா, துறை, ஆனந்தக்களிப்பு, சும்மி முதலிய பல வண்ணங்களாகச் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. தன்ரகிப்பை விரும்பும் ஒவ்வொருவர் கையிலும் இது இருக்கத்தக்கது.

இதன் பிரதி-1-க்கு கைவிலை 0-4-0, வி-பி 0-6-0.

இராஜ அபுதத காலே. 12 - வது நெ. அப்புமேஸ்திரி நெருவு, மாபுஸ்காந்தேவடி. மத்ராஸ்.