

புத்தகம் - ந. 1907ஸ்ரீ சூலீஸ் 15உ இலக்கம்-கஉ.

சுகாதார போதினி.

க. ம் பிரிவு.

வைத்தியக் குறிப்புகள்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol III பக்கம் 82.)

இரைப்பைசம்பந்தமான

வியாதிகளின் சிகிச்சை.

உண்ட ஆகாரம் ஜீரணமாகாமல் வயிற்றில் வலிகண்டால், ஜலக்திற் கொஞ்சம் உப்பைக் கரைத்துப் பானஞ் செய்வித்து வாரந்தியால் ஜீரணமாகாத வஸ்துக்களை வெளிப்படுத்தி விடவேண்டியது. நல்ல பசியுண்டாகிற வரையில் எவ்வித ஆகாரமும் கொடுக்காமல் நிறுத்தி வைக்கவேண்டியது. நல்ல பசியுண்டானால் இலகுவாய் ஜீரணமாகக்கூடிய மிருதுவான ஆகாரத்தைக் கொடுக்க வேண்டியது.

வயிற்றில் வலியானது இடம் மாறிமாறிக் கண்டால் வாயு சம்பந்தமானதென நிகாணித்துக் கோதுமையுமி, உப்பு, கம்பு, வாலுஞ்வை வரிசி, ஆகியவைகளிலொன்றை வறுத்து துணித்துண்டில் முடிந்து ஒற்றிடமிட வேண்டியது. மணலை வறுத்தும் ஒற்றிடமிடலாம். ஒமத்திராவகத்தைப் பானஞ் செய்விக்கலாம்.

தீப்பிலி ஜவாரிஷ்.

அரிசித்திப்பிலியை வறுத்திடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் பலம் - உ.உ, சீனிசர்க்கரை பலம் - க.உ.

செய்முறை:—சர்க்கரையைப் பாசுசெய்து பாசுபதத்தில் மேற்படி சூரணத்தைக் கொட்டிக்கிண்டிக்கின்றி ஆயினபின்பு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-உ. ந.

உபயோகம்:—வாயுவைக் கண்டிக்கும், ஆகாரத்தை ஜீரணிக்கச் செய்யும், இரைப்பையைப் பலப்படுத்தும், தாதுபுஷ்டியை யுண்டாக்கும். இரைப்பையிலுள்ள கபமுதலிய அசுத்த திரவத்தை வறட்டும்.

சுக்கு ஜவாரிஷ்.

மேற்றோல் சீவின சுக்கை யிடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் பலம் - உ.உ, சீனிசர்க்கரை பலம்-க.உ.

செய்முறை:—மேற்கண்ட பாகப்படியே செய்யவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-உ. ந.

உபயோகம்:—வாயுவைக் கண்டிக்கும், குளிர்ச்சியினால் இரைப்பையி லுண்டான நோயைத் தணிக்கும். ஆகாரத்தை ஜீரணிக்கச் செய்யும், மறதிரோகத்தைப் போக்கும். குளிர்ச்சியான இரைப்பையிலும் ஈரலிலும் சூட்டை யுண்டாக்கும்.

குறிப்பு.

மேற்படி சுக்குச் சூரணத்தை ஐந்துபலம் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றிற் போட்டு வெயிலில் வைத்து உலர்த்திபின்பு மறுபடியும் முன்போல் ஐந்துபலம் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைவிட்டு முன்போல் உலர்த்தவேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி மூன்று தடவை அல்லது நான்கு தடவை செய்து முன்போல் லேகியம் செய்து கொள்ளவேண்டும். இதனால் விசேஷகுண முண்டாகும்.

இஞ்சி ஜவாரிஷ்.

இரண்டுபலம் மேற்றோல் போக்கின இஞ்சியைச் சிறு துண்டுகளாகத் துண்டித்து நெய்யில் வறுத்து பத்துப்பலம் பனைவெல்லத்தைச் சேர்த்து அம்மியில் வைத்து மைபோலரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பிரமாணம், உபயோகம் ஆகியவை மேற்கண்ட படியேயாம்.

சாம்பிராணி ஜவாரிஷ்.

சாம்பிராணியைப் பொடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த தூள் விராகனெடை - உ.உ, சீனிசர்க்கரை பலம்-க.உ.

செய்முறை:—சர்க்கரையைப் பாசுசெய்து பாசுபதத்தில் மேற்படி சூரணத்தைக் கொட்டிக்கின்றி மிஸ்ரமித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-க.உ. உ.

உபயோகம்:—இரைப்பையைப் பலப்படுத்தும், ஜீரணசக்தியை விருத்தியாக்கும்.

குறிப்பு.

இதற் புளிப்புண்டாக்க வேண்டிய அவசியமிருந்தால் மூன்றுபலம் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றை மேற்படி பாசுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சிக் கொள்ள வேண்டியது.

அகர் ஜவாரிஷ்.

தண்ணீரில் போட்டால் ஆழும்படியான அகர் கட்டையை யிடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் விராகனெடை-உ, ௨, சீனிசர்க்கரை பலம்-௧௦.

செய்முறை:—முன் சொன்ன முறைப்படியே செய்து கொள்ளவும்.

பிரமாணம், உபயோகம் முதலியவைகளு மேற் கண்டவைகளேயாம்.

குந்திரிக்க ஜவாரிஷ்.

குந்திரிக்கத்தைத் தூள்செய்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம், ஏலக்காய் விகைச் சூரணம் இவை வகை-க-க்கு விராகனெடை-உ, மேற்றேஸ் சீவின சுக்கு, சன்னராஷ்டம், ஒமம், ஜடாமாஞ்சில், கருஞ்சீரகம், ஏலரிசி, மிளகு, இவற்றைத் தனித்தனி யிடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் வகை-க-க்கு விராகனெடை-க, சீனிசர்க்கரை பலம்-௩௨.

செய்முறை:—சர்க்கரையைப் பாகுசெய்து பாகுபதத்தில் ஒன்றாகக் கலந்து மிஸ்ரமித்துச் சிறுகச் சிறுகத் தூவி சந்தனமத்தாற் கடைந்து பிங்கான் பாதிரத்திற் பத்திரப் படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௭. கவ.

உபயோகம்:—கபசம்பந்தமான பேதியைக் கட்டும். ஜீரண சக்தியை யதிகப்படுத்தும், குளிர்ச்சியான இரைப்பையைப் பலப்படுத்தும்.

ஆமலக ஜவாரிஷ்.

கெல்லிக்காய்ச்சாறு பலம்-உ, ௨, பன்னீர் பலம்-உ, ௨, (பன்னீரில்லா விட்டால் ஜலத்தைச் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.) தூமிமஸ்தகிச் சூரணம் விராகனெடை-௫, சீனிசர்க்கரை பலம்-௧௦.

செய்முறை:—முன்கண்ட திரவத்தையும், சர்க்கரையையும் கலந்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதீபா பெரித்துப் பாகுபதத்தில் இறக்கிச் குளிர ஆறினபின்பு மஸ்தகிச் சூரணத்தைச் சேர்த்து நன்றாக மிஸ்ரமித்துப் பிங்கான் பாதிரத்திற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧௨, ௨௨.

உபயோகம்:—இரைப்பையைப் பலப்படுத்தும். ஜீரண சக்தியை விருத்திசெய்யும், பித்தத்தைக் கண்டிக்கும்.

ஓம ஜவாரிஷ்.

ஓமத்தை இளவறுப்பாக வறுத்து இடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் பலம்-௨; இதனை ஒருபிங்கான் பாதிரத்திற் போட்டு நான்குபலம் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைவிட்டு வெயிலில் வைத்து அந்தச்சாறு உலர்ந்தபின்பு மறுபடியும் நான்குபலம் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைவிட்டு உலர்த்தவேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி மூன்றுதடவை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைவிட்டு உலரவைத் தெடுத்துக்கொள்ளவும். பிறகு பன்னிரண்டுபலம் சர்க்கரையைப் பாகு செய்து பாகுபதத்தில் முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கிற தூளைச் சிறுக சிறுகத் தூவி மத்தாற் கடைந்து நன்றாக மிஸ்ரமித்து ஆறினபின்பு பிங்கான் பாதிரத்திற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧ உ.

உபயோகம்:—ஆகாரத்தை ஜீரணிக்கச் செய்யும், பசிதீபனத்தை யதிகப்படுத்தும், வாயுக்களைக் கண்டிக்கும்.

சன்னராஷ்டஜவாரிஷ்.

சன்னராஷ்டத்தை யிடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் பலம்-௧, சீனிசர்க்கரை பலம்-௫.

செய்முறை:—மேற்கண்ட பாகப்படியே செய்து கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧௨, ௨௨.

உபயோகம்:—வாயுக்களைக் கண்டிக்கும், ஆகாரத்தை ஜீரணிக்கச் செய்யும். இரைப்பை, ஈரல் ஆகியவைகளுக்குஞ் சுகுணத்தைக் கரும். இரைப்பையிலுள்ள கபம் முகலிப தூளீர்களைக் கண்டிக்கும். புளித்த ஏப்பம், குளிர்ச்சியிலுண்டான நீர்க்குண்டிக்காயின் வலி ஆகியவைகளைக் கண்டிக்கும்.

கருஞ்சீரக ஜவாரிஷ்.

கருஞ்சீரகம் பலம்-௨, இதனை ஐந்துபலம் காடியிற்போட்டு வெயிலில் வைத்துக் காடியானது சுண்டினபின் நன்றாயுலர்த்தி சட்டியில் வறுத்து இடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் பலம் - ௨, சீனிசர்க்கரை பலம்-௨௦.

செய்முறை:—சர்க்கரையைப் பாகுசெய்து பாகுபதத்தில் மேற்படி சூரணத்தைக் கொட்டிக்கிளறி நன்றாக மிஸ்ரமித்துக் கீழிறக்கவைத்து ஆறினபின்பு பிங்கான் பாதிரத்திற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௨, ௪.

உபயோகம்:—கபத்தை வெளிப்படுத்தும். வாயு, வயிற்றுப்பிசம் ஆகியவைகளைக் கண்டிக்கும். வெறி நாய்கடி விஷம், மிருகங்களின் விஷம், ஆகியவைகளை நிவர்த்தி செய்யும், வயிற்றிலுள்ள கிருமிகளைக்கொல்லும். சூதகம், சூதகக்கட்டு, நீர்க்கட்டு ஆகியவைகளைப் பிடைக்கும். நீர்க்குண்டிக்காயின் அஸ்மரியை வெளிப்படுத்தும். கருப்பை, நீர்க்குண்டிக்காய் ஆகியவைகளிலுள்ள வேதனையைக் கண்டிக்கும். நீர்ப்பையிலுள்ள தோஷத்தை நீக்கும். நாட்பட்ட சூரம், வாதசூரம், ஆகியவைகளைக் குணப்படுத்தும்.

(இன்னும் வரும்.)

சுகாதார போதினி.

உ - ம் பிரிவு.

குடும்ப வைத்தியம்.

முன்தொடர்ச்சி (V0 - 3 - பக்கம் 83)

கார்போனெட் ஆப் மாக்னீஷியா.

CARBO NATE OF MAGNESIA.

காந்தமண் பல்பம்.

இது வெள்ளையாயும், இலேசாயு் மிருக்கும், தொட்டால் மிருதுவாயிருக்கும், வாசனை யற்றதாயிருக்கும், மண்ணுக்குள்ள ருசியையுடையதாயிருக்கும், காற்றுபட்டாற் கெட்டுப்போகாது; தண்ணீரிற்கரையாது.

வயிற்றிலுள்ள புளிப்பு, இரைப்பை, குலை இவைகளிலுள்ள எரிச்சல், குழந்தைகளின் அதிசாரம், மந்தாக்கினி ரோகம், சந்துவாதம், மலபந்தம், கல்லடைப்பு, கிரஹணி, நீர்க்கோர்வை முதலிய ரோகங்களில் இது உபயோகப்படும்.

உ.உ, குன்றிமணி யெடை முதல்-கரு குன்றிமணியெடை வரையில் அடிக்கடியும், கரு குன்றிமணியெடை முதல் ௩௦ குன்றிமணி யெடை வரையில் ஒருதரமாயுக் கொடுக்கலாம். கரு-குன்றிமணி யெடை முதல் ௩௦ குன்றிமணி யெடைவரையிற் கொடுத்தால் மலமிளகும். இதனை நாட்படக் கொடுத்துவந்தால் வயிற்றிற் சேர்ந்து கல்லாகி விடுவது முண்டு.

இது சாதாரணமாய் எல்லா இங்கிலிஷ் மருந்து ஷாப்புகளிலு மிருக்கும். மாத்திரையின் விகார ரூபத்தை மாற்றுவதற்காக மாத்திரைகளோடு இதனைப்

போட்டு நன்றாகக் குலுக்குவதினால் மேடுபள்ளங்கள் சரிப்பட்டு நல்ல ரூபமாகக் காணப்படும். மாத்திரைகளுடன் இது கலந்திருப்பது முண்டு. வயிற்றிற் புளிப்பு சேர்ந்திருக்கும்போது இது பெரும்பான்மையும் உபயோகப்படுத்தப் படுகிறது. ஆனால் வயிற்றிற் புளிப்பு சேர்ந்திருப்பதுடன் வயிற்றுப்பிசமு மிருந்தால், இதனை உபயோகிக்கலாகாது. அந்தச் சமையங்களில் இதனை உபயோகிப்பதால் வயிற்றுப்பிசம் அதிகப்பட லேதுவாகும்.

(இன்னும் வரும்.)

சுகாதார போதினி.

௩ - ம் பிரிவு.

ஸ்திரீ வைத்தியம்.

முன்தொடர்ச்சி (V0. III-பக்கம்-84.)

இன்னும் வேறொரு பரிசுஷ்யமுண்டு. அது மிகவுஞ் சிரோஷ்டமானது. அது பின்வருகிற விதமாம்:-

சிரசானது ஆரம்பத்திலுகயமானால் தண்ணீர்க்குடம் உடைந்தவுடனே ஜலமானது வேகமாய் வெளிப்பட்டு உடனே நின்றுபோகும். ஏனெனில், ஆசனவாசலை தலைவந்து அடைத்துக் கொள்வதனால் தண்ணீர் வெளிப்பட ஏதுவிலாமற் போகிறது. மற்றவகைகளிலோ ஒருதடவை வெளிப்பட ஆரம்பித்த ஜலமானது கொஞ்சங் கொஞ்சமாக வந்துகொண்டிருக்குமேயொழிய ஒரேகடவையாகக்கட்டுப்பட்டுப்போகாது அப்படிக்கட்டுப்பட்டுவிட்டால் பிரசவஸ்திரிக் கு திகவேகனைக் கேதுவாகும். ஏனெனில், ஜலமெல்லாம் வெளிப்பட்டுவிட்டால் சிசுவை வெளியே கொண்டுவந்து தள்ளும் வேலையை யார்செய்வார்கள்? ஆகையால், அதிக யூகமுள்ள மருத்துவஸ்திரிகள் இந்தக் தண்ணீர்ப்பையானது உடைந்துபோகாமல் அதிக ஜாக்கிரதையாக விருப்பார்கள். கருப்பையின் வாயானது நன்றாய் விரிவகற்கு முன்பே தண்ணீர்ப்பையானது கிழிந்துவிட்டால் வேதனை அதிகப்பட ஏதுவாகும்.

மருத்துவப் பெண்ணுணவள் அங்கு கன்கையை அடிக்கடிச் செலுத்துவதினால் நகம்பட்டுக் கிழிந்து போகும். ஆகையால் அப்படிச் செய்யாமல் ஜாக்கிரதையாக இருக்கவேண்டியது.

புட்டமானது ஆரம்பத்தில் வருவதாக மருத்து வப்பெண்ணிற்குத்தெரிந்தால் நாபிவரையில் தானே வெளிப்புறப்படுகிறவரையில் நிதானிக்கவேண்டியது. பிறகு ஆரம்பத்திற் கால் உதயமானால் என்ன செய்ய வேண்டியதோ அந்தப் பிரகாரம் செய்யவேண்டியது ஆவசியகம். அதன் விபரம் பின்னெழுதப்படும்.

(இன்னும் வரும்.)

சுகாதார போதினி.

ச - ம் பிரிவு.

பால வைத்தியம்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol-III. பக்கம். 85.)

பால கட்டுவாதி மாத்திரை.

ஒரு சாதிக்காயைக் குடைந்து அதற்குள் நான் கு குன்றிமணியெடை அபினியைச் செலுத்தி அரை த்தமஞ்சளாற் கவசஞ்செய்து கரிநெருப்பாக்கி அதற்குள்வைத்து வெந்தபதத்திலெடுத்தி கவசத்தைநீக்கி க் கல்வத்திலவைத்துப் பொடித்து முலைப்பாலைச் சிறுகச் சிறுகவிட்டு ஒருசாமமரைத்து மைபோலானபி ன்பு அரைக்குன்றிமணி யெடையுள்ள மாத்திரைக ளாகச்செய்து நிழலிலுலர்த்தி சீஷாவிற்பத்திரப்படு த்தவும்.

பிரமாணம்:—மாத்திரை-க.

அனுபானம்:—முலைப்பால், தேன்.

உபயோகம்:—குழந்தைகளுக்குக் காணும் பே தி இரத்தங்கொட்டல் ஆகியவைகள் தீரும்.

இரவித் தைலம்.

ஒற்றைக்கால் நண்டு விராகனெடை-சு0, தோலு ரித்த வெள்ளைப்பூண்டிதழ் விராகனெடை-ரு, மஞ்ச ட்ஞரணம் விராகனெடை - ரு, வெள்ளைக் காக்கரட் டான்சாறு செல்லத்தக்க அளவு, தேங்காயெண்ணெ ய் பலம்-௩.

செய்முறை:—மேற்கண்ட மூன்றுவகைகளையும் கல்வத்திலிட்டு மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுகவா ர்த்து ஒருசாமமரைத்து மேற்படி யெண்ணெயிற் கல க்கி பிங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு கடுவெயிலில் வை க்கவேண்டும். வெயிலி லிருக்கும்போது தூசு, மண் முதலியவை விழாதபடி மெல்லிய வஸ்திரத்தால் வே டுகட்டியும் வைக்கவேண்டும். பிரதிதினமும் இரண்டு

மூன்று தடவைகள் நன்றாய்க் கலக்கிவிட்டு வரவும் வேண்டும். இவ்விதம் ஒருவாரஞ் சென்றபின் மெல் லிய வஸ்திரத்தால் வடிகட்டி சீஷாவிற்பத்திரப்படுத் திக் கொள்ளவேண்டும்.

உபயோகம்:—இந்த எண்ணெயில் கொஞ்சமெ டித்து இளஞ்சூடாகச் சடவைத்து இரண்டுதுளி கா திலிட்டு பஞ்சைவைத்து அடைத்துவைக்க வேண் டும். இவ்விதம் தினம் இரண்டுதடவை செய்துவந்தா ல் காதிற் சீழ்வடிதல், காதிரைச்சல், காதாமந்தம் மு தலியவைகள் நீங்கும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை (வேறு)

ஜாதிக்காய், ஜாதிப்பத்திரி, மாசக்காய், சீரகம், அதிவிடயம், இலவங்கம், வெந்தயம்; கசகசா இவை வகை-க-க்கு விராகனெடை-க, இவை யெல்லாவற்றை யும் தனித்தனி வறுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அசின் விராகனெடை-க, கோரோசனை விராகனெடை-க, மு லைப்பால் செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை:—முன்வறுத்த சரக்குகளையெல்லா ம் இடித்து வஸ்திரகாயஞ்செய் செடுத்துக்கொள்ள வேண்டும், அபினைக் கல்வத்திலிட்டுப் பாலைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்தரைத்து அது அரைபட்டபின்பு கோ ரோசனையைச் சேர்த்தரைத்த அது அரைபட்டபின் பு முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கிற குரணத்தைச் சேர்த்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டுசாமமரைத்து அரைக்குன்றிமணி யெடையு ள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலிலுலர்த்தி வை த்துக்கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—குழந்தைகளுக்கு மாத்திரை - க, க.௧. பெரியவர்களுக்கு மாத்திரை-௨, ௩.

அனுபானம்:—குழந்தைகளுக்கு தேன், முலைப் பால் ஆகியவைகளாம். பெரியவர்களுக்கு தேன், வெண்ணெய், இலவங்கத்தை வறுத்து வேகவைத்த கஷாயம் முதலியவைகளாம்.

உபயோகம்—எல்லாவகைக் கழிச்சல் ரோகம், கிராணிரோகம், இரத்தபேதி, சீதபேதி ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

சவுக்காரத்தை ரோஜாப்பூ எண்ணெயி லுரைத் து மேற்பூச்சாகப் பூசிவர குழந்தைகளுக்குத் தலையி ற்காணும் சிறுசிரங்குகள் மாறும்.

வேறு.

கரியபோளத்தைக் கொத்துமல்லிக் கீரைச்சாற் றிலரைத்துப் பூசிவர குழந்தைகளுக்குக்காணும் செ வ்வாப்பு, அக்கி முதலிய சிறு கொப்பளங்கள் தீரும்.

வேறு.

கீழ்சாய் நெல்லிவேர் விராகனெடை-க, மிளகு விராகனெடை-ந, மஞ்சட் கடுக்காய்த்தோல் விராக நெடை-உ, இம்முன்றையும் பொடித்து வைத்துக் கொண்டு எட்டுக் குன்றிமணியெடை சூரணத்தை யி ரண்டபலம் புளித்த மோரிற்கலக்கிப் பாளஞ்செய்விக் கவேண்டும், இவ்விதம் காலையில் ஒருவேளையாக மூ ன்றுநாள் அல்லது, ஐந்துநாள் செய்துவரின் சிறுபி ள்ளைகள் சாம்பல், மண் முதலியவைகளைத் தின்றத னுண்டான-சோகைரோகந் தீரும்.

வேறு.

சிற்றமணக்கெண்ணெய் பலம் - ௧௦, பேயன் வாழைப்பழம் (இதன் தோலை நீக்கிச் சன்னமாகத் துண் டித்தது), பலம்-௫, கற்கண்டு பலம்-௫, ஜீரகம்பலம்-௧,

செய்முறை:—சீரகத்தையும் கற்கண்டையும் தூ ள்செய்து எண்ணெயிற்போட்டுக் வாழைப்பழத் து ண்டுகளையும் அதிற்போட்டு நன்றாகக் குலுக்கிக் கடு வெயிலில் ஒருவாரம் வைத்து பிறகு எடுத்து பத்திர ப்படுத்தவும்-

உபயோகம்:—சிறு குழந்தைகளுக்கு இதில் இ ரண்டொரு துண்டைக் கொடுத்துச் சாப்பிடச் செய யவேண்டும். பெரியோர்களும் சாப்பிடலாம். ஆனால் நாலேந்து துண்டுகள் சாப்பிடவேண்டும். இவ்விதம் சா ப்பிட்டு வருவதால் தேகத்திலுள்ள கணச்சூடு, வெ ட்டைச்சூடு ஆகியவைகள் தீரும், மலச்சிக்கல் நீங்கி மலம் கிரமப்படும். இளைத்த தேகம் பெருக்கும்.

வேறு.

பொரித்த வெண்காரம், கற்கண்டுத் தூள், நெல் விழுள்ளிச் சூரணம் இம்முன்றையும் சமமாகச் சே ர்த்து வைத்துக்கொண்டு வேளை-௧-க்கு நான்கு குன் றிமணியெடை கொஞ்சம் பசுவின்மோரில் அல்லது முலைப்பாலிற் கலந்து குடிப்பாட்டி வரவும். இவ்வித ம் தினம் இரண்டு அல்லது, மூன்று தடவைகளாக ஏழு நாட்கள் உபயோகித்தால் குழந்தைகள் மூத்திரம் பெய்தால் சுண்ணாம்புக்கறை படிந்திருப்பதாகிய பால ள்னுய்புருக்கி ரோகம் தீரும்.

பத்தியம்:—காரசார பதார்த்தங்களை நீக்கிவை க்க வேண்டியது.

வேறு.

உப்பை ஜெய்த்தான் எண்ணெயி லரைத்து மே ற்பூச்சாகப் பூசிவர, நெருப்புப்பட்ட இரணங்கள் உ லர்ந்துபோகும்.

வேறு.

ஷர்த்து வென்னுங் கல்லை கோழிமுட்டையின் வெள்ளை யம்புலியில் உரைத்துப் பூசிவர, தீப்பட்ட பு ண்கள் ஆறும்.

வேறு.

தேன் பலம்-௧. வெள்ளைக் குங்கிலியம் பலம்-௩, கல்லுப்பு பலம்-௩, பின்சொன்ன இரண்டு சரக்குக ளையும் பொடித்து மேற்படி தேனிற் கலக்கி வடிகட்டி சீஷாவில் வைத்துக்கொள்ளவும். அவசியமானபோது கொஞ்சம் இளஞ்சூடாகச் சுடவைத்து இரண்டு து ளி காதிற் விட்டு பஞ்சுவைத் தடைத்து வைக்கவும். இப்படிச் செய்வதினால் காதுவலி, காதிற் சீழ்வுடிதல் ஆகியவைகள் தீரும்.

கடி துங்கள்.

தாதுபுஷ்டி லேகியம்.

மேற்றோல் சீவின சுக்கு. அதிமதுரம், பெருஞ் சீரகம், இலவங்கம், மிளகு, வால்மிளகு, அரிசித்திப்பி லி, யாளைத்திப்பிலி, சிறுநாகப்பூ, மஞ்சட் கடுக்காய் த்தோல், ஜாதிக்காய், ஜாதிபத்திரி, இலவங்கப்பட்டை தாளிசப்பத்திரி, கோஷ்டம், அக்கராகாரம், செண்பக ப்பூ, நீர்முள்ளிவிதை, அமுக்குராக் கிழங்கு, மராட்டி மொக்கு, இலவங்கப்பத்திரி, கண்டத்திப்பிலி, மதன காமப்பூ, சீரகம், தான்றிக்காய்த்தோல், சிற்றரத்தை, பூமிசர்க்கரைக்கிழங்கு, கண்டபாரங்கி, வாய்விளங்க ம், ஜடாமாஞ்சில, அதிவிடயம், கருஞ்சீரகம், காட்டுச் சீரகம், குரரசாணியோமம், நிலப்பனைக்கிழங்கு, ந ன்னூரிவேர், காட்டாத்திப்பூ, சுத்திசெய்துலர்த்தின புரசன்கொட்டைப் பருப்பு, ஓமம், சூரத்துநில ஆவா ரை, கொத்துமல்லி விதை, கசகசா, சுத்திசெய்து வ றுத்த கஞ்சா, இவை வகை-௧ க்குப் பலம்-௧, தோ லுரித்த வாதுமைப் பருப்பு பலம்-௨,௨, காரலில்லாத சாரப்பருப்பு பலம்-௨,௨, தனித் தேங்காய்ப்பால் பல ம்-௫, முருங்கைப்பூச்சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங் குச்சாறு, ஓரிலைத் தாமரைச்சாறு, மகிழம்பட்டைச் சாறு, இவை வகை-௧-க்குப் படி-௩, நெய் பலம்-௫, சீனிசர்க்கரை வீசை-௨, தேன் பலம்-௨,௦, பசுவின்பா ல் படி-௨.

செய்முறை:—முன்கண்ட சரக்குகளில் கசகசா வைத் தவிர மற்றவைகளை யெல்லாம் ஒன்றாகச் சேர் த்திடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து தனியே வைத்துக் கொள்ளவும். வாதுமைப்பருப்பை ருசித்து அதிலு ள்ள கைப்புப் பருப்புகளை நீக்கிவிட்டு சாரப்பருப்பை யுஞ் சேர்த்து வெண்ணெய்போ லரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கசகசாவிலுள்ள கல் முதலிய வைகளை ஆய்ந்து நீக்கிவிட்டு அம்மியில் வைத்து மை

போலரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். சர்க்கரை, தேங்காய்ப்பால், பசுவிற்பால், மற்ற சாறுவகைகள் ஆகிய எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதியாயெரித்து இரண்டு மூன்று கொதிவந்தபின்பு வாதுமைப் பருப்பு, சாரப்பருப்பு, கசகசா ஆகிய மூன்றையும் அதிற் போட்டு நன்றாகக் கடைந்து விட்டு அடிக்கடி துளாவிக்கொண்டு சிறுதியா யெரித்துவர வேண்டும். பாசுபதத்தில் மேற்படி சூரணங்களைச் சிறுகத் தூவி மரமத்தால் நன்றாகக் கடைந்து விட்டு கீழிறக்கித் தேனையும் நெய்யையும்விட்டுச் செவ்வையாக மிஸ்ரமித்துப் பீங்கான் பாத்திரத்திற் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

பிரமாணம்,—விராகனெடை-க. க.உ. ஆகாரத் திற்குப் பிறகு சாப்பிட வேண்டும்.

உபயோகம்:—வாயு சம்பந்தத்தினு லுண்டான காது நஷ்டம், வாயுசம்பந்த ரோகங்கள், அஜீரண ரோகங்கள், ஆகியவைகள் தீரும். குளிர்ச்சி அதிகரித்துண்டான இந்திரிய சிராவகம், துரிதஸ் கலீதம், சொற்பன ஸ்கலீதம் ஆகியவைகளும் தீரும். சூடான தேகிகளுக்கு இதனை யுபயோகிக்க நேரிட்டால் பாற்பாயசம், பாலன்னம் ஆகியவைகளை உபயோகித்து வரவேண்டியது. இதனுடன் வெங்காய ஷர்பத், மஞ்சள் முள்ளங்கி ஷர்பத் ஆகியவைகளையும் உபயோகித்து வருவதினால் அதிக குணமுண்டாகும்.

குறிப்பு.

இந்த லேகியத்தை லாகிரியிற் பிரியமுள்ளவர்கள் பூரணதிபாகச் செய்துகொள்ள இஷ்டப்பட்டால் ஆறுபலம் சுத்திசெய்த கஞ்சாவைச் சேர்த்துச் செய்துகொள்ளவும். ஆனால் அவரவர்கள் சுவாவத்திற்கு ஏற்றபடி அளவை நிதானித்துக் கொள்ளவேண்டும். இதனால் தீபஒளி, பூரணஒளி ஆகியவைகள் எல்லாம் தோற்றும், வெகு விநோதங்க எல்லாம் காணலாம்.

வித்தாதி லேகியம்.

(a) அத்திவிதை, ஆலம்விதை, துத்திவிதை, நத்தைச் சூரிவிதை, ஆவாரை விதை, வெட்பாலை யரிசி, கார்போகரிசி, கொத்துமல்லி விதை, நீர்முள்ளி விதை, பூணைக்காலிவிதை, காசினிவிதை, அரைக்கீரைவிதை, பாகல்விதை, அகத்திவிதை, தேற்றான் விதை, பூசணிவிதைப்பருப்பு, முருங்கைவிதை, முள்ளங்கிவிதை, அரசம்விதை, தாமரைவிதை, அல்லிவிதை, ஊமத்தம்விதை, கஞ்சாவிதை, மாதனைவிதை, கசகசா, ஜாதிக்காய், ஜாதிப்பத்திரி, வால்மிளகு, மேற்றேல் சீவின சுக்கு, ஏலரிசி, இலவங்கம், மிளகு, இலவங்கப்பட்டை, மராட்டிமொக்கு, நிலப்பனைக் கிழங்கு, பூமிசர்க்கரைக் கிழங்கு, இவை வகை-க-க்குப் பலம்-க.

(b) கருவேலம் பிசின், முருங்கைப்பிசின், அத்திப்பிசின், பலாப்பிசின், ஆலம்பிசின், விளம்பிசின்,

வாதுமைப்பிசின், சாலாஸிஸ், முள்ளிலவம் பிசின், மாம்பிசின், வேங்கைப்பிசின், வேப்பம்பிசின் இவை வகை-க-க்குப் பலம்-க.

(c) முருங்கைப்பூ, ஆவாரம்பூ, தென்னம்பூ, சிமை சாமந்திப்பூ, விளம்பூ, தாமரைப்பூ, மாதளம்பூ, வேப்பம்பூ, தம்பைப்பூ, கிளாப்பூ, செவ்வல்லிப்பூ, செங்கமுரீர்ப்பூ, இவைகளை நிழல் வாட்டாக வுலர்த்தி வகை-க-க்கு ஒவ்வொரு பலம் நிறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

(d) நன்னூரிவேர், வெட்டிவேர், சிறுகாஞ்சொழிவேர், தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, பனைவேர், வெள்ளைச் சாட்டரணைவேர், இம்புராவேர், செந்தொட்டிவேர், கருந்துளசிவேர், வெட்பாலை வேர்ப்பட்டை, மகிழம்வேர்ப்பட்டை இவை வகை-க-க்குப் பலம்-டு.

(e) அடைக்கலங்குருவி-சு, உடும்பு-உ, முசல்-க, புற-டு, சேவல்-க, காடை-உ, கௌதாரி - க, ஆட்டிதைச்சி பலம்-ஈ,

(f) சீனிசருக்கரை பலம்-கஉ, நெய் பலம்-அ, தேன் பலம்-சய.

செய்முறை:—(a) யிலுள்ள வைகளை அறுத்து தலை, கால், குடல் முதலியவைகளை பெல்லாம் நீக்கிச் சுத்திசெய்து சிறு துண்டுகளாகச் செய்துகொள்ள வேண்டும். பிறகு ஆட்டு மாமிசத்துடன் சேர்த்து ஜலம்விட்டு நன்றாகக் கழுவிச் சுத்திசெய்து அதுகண்ட மொத்த எடைக்கு எட்டுப்பங்கு ஜலத்திற் போட்டு நீர்லுபங்கு ஜலமிருக்கும் படியாகச் சுண்டவைத்து இறக்கி இளஞ்சூடா யிருக்கும்போது நன்றாகப்பிசைந்து அஸ்தி, மாமிசம் முதலியவைகளையெல்லாம் நீக்கிவிட்டு ஒரு வஸ்திரத்தில் இந்தக் கஷாயத்தை வடிகட்டி வாலையிலிட்டு திராவகமிறக்கிக் கொள்ளவேண்டும்.-(d) யிலுள்ள வேர் வகைகளையெல்லாம் நன்றாகச் சிதைத்து அதுகண்ட மொத்த எடைக்கு எட்டுப்பங்கு ஜலத்திற் போட்டு எட்டிலொரு பாகமாகச் சுண்டவைத்திறக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பிசைந்து திப்பிரீக்கி, வடிகட்டின கஷாயத்துடன் முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கிற திராவகத்தையும் சேர்த்து அதில் சீனிசர்க்கரையைச் சேர்த்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதியா யெரித்துப் பாசுசெய்யவேண்டும். (a) (c) யிலுள்ள சரக்குகளை ஒன்றாகச் சேர்த்திடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். (b) யிலுள்ள பிசின் வகைகளை நெய்யில்லுத்து அம்மியிலரைத்துத் தூள்செய்துகொண்டு முன் சூரணத்துடன் கலந்து கொள்ள வேண்டும். அடுப்பிலிருக்கிற சர்க்கரையான

து பாகுபதமாக வரும்போது மேற்படி குரணத்தளைச் சிறுகச் சிறுகத்துவி, சந்தனமத்தாற் கடைந்து கீழிறக்கித் தேனையும் ரெய்பையும்விட்டு செவ்வையாக மிஸ்ரமித்து தான் வழிபடும் கடவுளை ஸ்தோத்திர முதலியவைசெய்து இயன்றலரையில் ஏழைகளுக்கு அன்னதானமுஞ்செய்து பிங்கான் ஜாடியிற் பத்திரப்படுத்தவேண்டும். இந்த வேகியத்தில் பதினாறு லொரு பாகத்தை ஏழை வியாதியஸ்தர்களுக்கு தர்மமாகக் கொடுக்கவேண்டும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧௨, ௨.௨.

உபயோகம்:—இரத்த விருத்தியை யுண்டாக்கி தேகபஷ்டி, தாதுபஷ்டி, தேகபலம், தேகதிடம், மனோபலம், மனோற்சாகம், ஊக்கம், தைரியம் ஆகியவைகளை அதிகரிக்கச்செய்யும். இந்திரிப சிராவகம், சொற்பனஸ்கலிதம், துரிதஸ்கலிதம் ஆகியவைகளை அடியோடுபோக்கி தம்பனசக்தி முதலியவைகளை யுண்டாக்கும். இதனாண்டாகும் குணங்களை யிங்கெழுதி முடியாது. ஆனால் இதனைச் செய்து உண்டு அனுபவிப்பவர்கள் தாமதாமே தெரிந்துகொள்ளக் கூடும். இதன்பெருமையைச் சுருக்கிச்சொல்லில் விருத்தனையும் கௌமார திசையிலாக்கும். ஆகையாலிதற்கு விருத்த கௌமார கேசரியென்று சொல்லலாம்.

குறிப்பு.

மாமிசபட்சணி யல்லாதவர்கள் இதற் சொல்லியிருக்கிற மாமிசவகைகளை நீக்கிவிட்டு தனிபாகவுஞ் செய்து கொள்ளலாம். அல்லது, அதற்குபதிலாகத் தித்திப்பு திராட்சப்பழ ரசம் சுமார் இரண்டுபடி சேர்த்துச் செய்துகொண்டால் மிகவுஞ் சிரேஷ்டமாயிருக்கும். இன்னும் அதனுடன் தங்கரேக்கு, வெள்ளிரேக்கு ஆகியவைகளை அவரவர்களின் சக்திக்கியன்றவரையிற் சேர்த்துக்கொள்ளவும் வேண்டும்.

பத்தியம்:—அவரவர்கள் சக்திக் கியன்றவரையிலும் ஜீரணசக்திக் கேற்றபடியும் மிட்டாய்தினிசுகள், பாயசவகைகள், பால் அல்லாக்கள் முதலியவைகளை உபயோகிக்க வேண்டியது. மாமிச பட்சணிகளானால் ஆட்டிறைச்சி, காடை, கௌதாரி, உள்ளான், புருக்குஞ்சு, கோழிக்குஞ்சு, விலாங்குமீன், பேராரால், விரால் ஆகியவைகளையும் உபயோகித்துவரலாம். ரெய்யில்வறுத்த உழுத்தம்பருப்பு பலகாரங்கள், கடலைப் பருப்புப் பலகாரங்கள் ஆகியவைகளையும் உபயோகிக்கலாம். அவரவர்கள் சுபாவத்திற்கு ஒவ்வாத பதார்த்தங்களை நீக்கவேண்டியதுதான் பிரதானபத்தியம். தாதுநஷ்டப் பட்டிருப்பவர்கள் இதனை யுபயோகிக்கும்போது ஸ்திரீ சங்கமத்தை நீக்கிவைக்க வேண்டியது. கூடுமானால் புனியைக் குறைந்த அளவாகச் சேர்த்துக்கொள்ளலாம், புனையை நீக்கிவிடுவது உத்தமம்.



இதனைத் தயவுடன் முழுதும் வாசித்துத் தங்கள் நண்பர்களுக்கும் வாசிக்கக் கொடுக்கவும்.

மகா ஆனந்த புருஷகேம்பீர ஹல்வாவும்,

திலாவென்னும் மேற்பூச்சும்.



தளர்ந்த நரம்புகளை உற்சாகப் படுத்தவும், சோர்ந்த பேசிரரம்புகளைப் பலப்படுத்தவும், மேற்பூச்சு மாத்திரம் அதிகமாக உபயோகப்படாது. ஆகையால் மேற்பிரயோகத்துடன் உட்பிரயோகமும் ஆவசியகம். பாலியச் சேஷ்டையினாலும், அறியாமையினாலும் உண்டான தாதுநஷ்டம் முதலிய வியாதிகளுக்கெனபலவித விசித்திர நாமங்களோடு, வெளிப்பட்டுலாவும்போலி விளம்பரங்களை நம்பி ஏமாந்துபோகிறவர்கள் அனைகம். மேற்கண்ட ஓளஷதங்கள் அவ்விதமானவைகள் அல்லன. இவை பரம்பரையாகவும், நெடுநாள் அதுபவ சித்தமாகவும், கைவல்லியமான முறைகள். ஒருவரிருவரல்ல. தூற்றுக்கணக்கான அநேகராக உபயோகப் படுத்தப்பட்டுக் குணங்காணப்பட்டவைகள்; இது பல்லாண்டுகளாய் இரகசியமாக வைக்கப்பட்டு வந்தபோதிலும், இதனையுண்டு அதுபவித்த நண்பர்களில் பலரின் விருப்பத்தின்படி லோகோபகாரமாக இப்போது வெளிப்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றன.

பாலிய சேஷ்டையினாலும், அறியாமையினாலும் முற்றும் போக நிர்வாக சக்தியற்று, தாது நஷ்டமடைந்து நிராசையானவர்களும், இதனை உபயோகித்தால் கடவுளினது கிருபையால் அவர்களுக்கு குண்டான தூர்க்குணங்கள் நீங்கி, தேகசக்தி, போகசக்தி முதலியவையுண்டாகும். பல சிகிச்சைகளினாலும் தீரமல் கைவிடப்பட்ட தாது நஷ்டப்பட்டவர்களும் அவநம்பிக்கைப் படாமல் இதனை உபயோகிப்பதினால் கடவுளினது கிருபையால் தங்கள் கோரிக்கையைப் பூரணமாய் அடைவார்களென்பது நிச்சயம். இதன்பெருமையைப்பற்றி எழுதுவதனால் அதிக விரிவெய்தும். ஆகையால் இதனையுண்டு அனுபவிப்பவர்கள்

தா஢்தா஢ே தெரிந்துகொள்ளக் கூடு஢ாகையால் இங் கு சுருக்கமாகக் காண்பிக்கப்பட்டது. ஢ேற்கண்ட ஓளவுதங்களை இருபதுநாள் உபயோகித்தால் சோர் ந்து, வாடி, வதங்கியிருக்கிற தேக஢ானது, செழித் து, தளிர்்த்து, ஢தத்து, தேகபுஷ்டி, தேகவன்஢ை, ஢ னேற்பல஢், தைரிய஢், வீரிய஢் முதலியவைக ளுண் டாகு஢். இதனைத் தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவ ந்தால், காயசித்தியையுண்டாக்கும் ஒரு அரிய கற்பத் திற்குது ஒப்பாகு஢்.

இதன்விலை ஢ேற்கண்ட ஹல்வா 20 நாள் ஢ருந் துள்ள டப்பி - 1, 20 - நாள் உபயோகிக்கத் திலா வென்னு஢் ஢ேற்பூச்சு சிறு சீஷா-க-ஆக இரண்டும் ரூ பாய் 10.

வி - பி - சார்ஜ் பிரத்தியேக஢். இவை கீழ்க்கா னு஢் விலாசதார ரிடத்திற் கைவிலைக்கும் வி - பி - ஢ு ல஢ாகவு஢் பெற்றுக்கொள்ளலா஢்.

அகஸ்தியர் பள்ளு.

இந்நூலுன் கிரந்த஢் இதுவரையி லச்சாகி வெளி வரவில்லை யென்பது நிச்சய஢். பற்பலவித கஷ்டப்ப டித்து஢் துஷ்ட ரோகங்களுக்கு நாணவித யோகங்க ளான சூரண஢், புகை, உசிதப் பிரயோக஢் முதலிய தூதன ஢ுறைகள் இதில் சொல்லப்பட்ட டிருக்கின்ற ன. இராசவாதத்திற்கு ஆகியாகிய அயச்செ஢்பு, து ருசுச்செ஢்பு வகைகள், கெந்தகச்செ஢்பு, காரீயச்செ ஢்பு, ஢ிருதார்சிக்கிச் செ஢்பு, வி஢்சச்செ஢்பு, முதலிய வைகளு஢், அவற்றின் போக்குகளு஢ான அநேக வ கைகள் சொல்லப்பட்ட டிருக்கின்றன. சாதாரண஢ாக வு஢் சுலப஢ாகவு஢் கிடைக்கக்கூடிய கடைச்சரக்குக ளால் இலகுவாகச் செய்யக்கூடியவைகள். இவை யுத்தி புத்தி அனுபவ஢் முதலியவைகளுக்கு கொத்த வைகள். வழிதுறையின்றித் தன்னாயுளையு஢் பொரு ளையு஢் அவ஢ே யழித்து ஏ஢ாந்துபோகு஢் ஢ுறைக ளைப் போன்றைகவைக ளல்லன. இராசவாத஢் பொய் யெனச் சாதிப்பவர்களு஢் ஢஢்பத்தக்க அறிகுறியான அரு஢ைதூல். இவை பலதடவை அனுபவப்பட்ட வைகளாகையால், கிர஢ப்படி செய்பவர்களுக்கு எல் லா வகையாலு஢் லாபத்திற்கே யேதுவானவைகள். இ ராசவாத஢் தெரிந்துகொள்ள இச்சையுள்ளவர்களுக்கு

கு இதுவே ஢ுதனாலு஢் ஆகி தூலு஢ா஢். கற்றோர் ஢ற் றோர் ஢ுதலிய யாவருக்கும் பிரயோசனப் ப஢ி஢்படி தெள்ளிய தமிழ்வசன ஢டையிலு஢் எழுதப்பட்ட டிரு க்கிறது. இகபர சுகானுபவங்களை யிச்சிப்பவர்களு க் கவசிய஢ான தூல். இதன் அரு஢ை பெரு஢ை இத னைப் பார்வையிடுபவர்களுக்கு இதனைப் பார்வையிட் ட தகூண஢ே தெரியு஢ாகையால், இங்கு விரித்தெழு தாது விடுத்தன஢். பிரதி - க - க்குக் கைவிலை 1-2-0 வி - பி 1 - 4 - 0.

தன்வந்திரி குகூபு஢ வைத்திய஢்.

இதுவு஢் இதுவரையில் அச்சாகி வெளியாகாத தூதன சிறிய கிரந்த஢். இதில் பற்பல வகை ஢ாத்தி ரைகள், எண்ணெய்கள், குழித்தைலங்கள், ஸ்நாந தைலங்கள், உசித஢ுறைகள் சொல்லப்பட்ட டிருக்கிள் றன. இவை அதிக சூகூபு஢஢ானவைளு஢் பல தட வை அதுபவப்பட்ட வைகளு஢ா஢். இதனைப் பார்த்த தகூண஢ே அதுபவசாலிகளுக்கு இதன் சீரு஢் சிறப் பு஢் ஢ன்றாய் விளங்கு஢். த஢்஢ுடையவு஢் த஢் ஢ின ஜ ன பந்து ஢ித்திரர்களின் க்ஷே஢த்தை விரு஢்பு஢் ஒவ் வொருவர் கையிலு஢் அவசிய஢் இருக்கத்தக்கது. பிர தி - 1 - க்கு கைவிலை ரூபா 0-5-0. வி-பி 0-7-0.

ஞாய அஷ்டாங்க தீப஢்.

இது - ஢்ரீ - ல - ஢்ரீ - தே - வே - வாலா஢்பிகை தாச சுவா஢ிகளாற் செய்யப்பட்ட ஒரு சிறந்த ஞான தூல். ஆத்஢ரகூபிப்பிற்கு அவசிய஢ான யோக஢ுறைகள் யாவரு஢் தெரிந்துகொள்ளு஢்படியாக ஢ிகவு஢் தெ ளிவாகவு஢், சுருக்க஢ாவு஢் சொல்லப்பட்டிருக்கிள் றன. படிப்போரு஢் கேட்ப்போரு஢் ஆனந்தப் ப஢ி஢் படியாக வெணபா, துறை, ஆனந்தக்களிப்பு, கு஢்஢ி ஢ுதலிய பல வண்ணங்களாகச் செய்யப்பட்ட டிருக்கி றது. தன்ரகூபிப்பை விரு஢்பு஢் ஒவ்வொருவர் கையி லு஢் இது இருக்கத்தக்கது.

இகன் பிரதி-1-க்கு கைவிலை 0-4-0, வி-பி 0-5-0 இராஜ அவுடத சாலை. 12 - வது ஢ெ. அப்பு஢ே ஸ்திரி தெருவு, ஢ாபுஸ்காந்தேவடி. ஢த்ராஸ்.