

# வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:

Pandit M. Duraiswami Aiyangar,  
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபி :

பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,  
ஆயுர்வேத பூஷன்.

புஸ்தகம் 2. }  
Vol. II. }

ராசுஷுவாஸ்ர சித்திரைமீ—MAY—1915.

{ வகுசிகை 9.  
No. 9.

## DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCHE BATH.

தாரா கல்பம்.

By N. MADHAVA MENAN,  
AYURVEDA BHUSHAN.

Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary and  
Lecturer, Madras Ayurvedic College.

(சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையின் 176-வது  
பக்கத்தின் தொடர்ச்சி.)

முற்கூறிய எல்லா உபகரணங்களையும் ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டு, அதன்பிறகே தாராவிதையைச் செய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும். அவ்வுபகரணங்களுள் ஒவ்வொன்றையும் வைத்தியர்கள் அவற்றில் எச்சரிக்கையாயிருப்பதன் பொருட்டு சியிது விவரிப்போம்:—

1. படுக்கையும் அதன்மேல் விரிப்பும்:—ரோகியின் சரிசத்திற்கு எவ்விதத்திலும் அனுகூலமாயிருக்குமாறு இவற்றை மிக மிருதுவாகவும், சுத்தமாகவும் ஏதேனும் தருந்த வஸ்திரங்களைக்கொண்டு அமைக்கவேண்டும்.

2. தலையிணை:—மிருதுவான அநேகம்பழைய வஸ்திரங்களை மடித்து மேன்மேலும் உபரமாக வைத்து அவற்றை ஒரு தலையிணைப்போல் உபயோகிக்கவேண்டும். மேலும் வாழையிலை

களை அக்ளியில் வதக்கி, அவற்றால் அத்தலை யிணையைச் சுற்றி உபயோகித்தால், அத்தலை யிணை ஈரமாகமலிருக்கும். இத்தலை யிணையை மிருதுவான சர்மங்களாலும் தைக்கலாம். தலை யிணை வெகு உபரமாக இருத்தலாகாது.

3. சிரஸ்ஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தி:—மிருதுவான பழைய சுத்தவஸ்திரங்களைச் சுற்றி இவ்வர்த்தியை அமைக்கவேண்டும். வர்த்தியின் பருமன் ஒரு பெருவிரலளவு இருக்கவேண்டும்; அதன் கீளம் ரோகியின் தலையைச்சுற்றி கட்டுவதற்கு ஏற்ற அளவாயிருக்கவேண்டியது.

4. சத்தமான சிறிய வஸ்திரங்கள்:—ஈரம் அழுக்குமுதலானவற்றைத் துடைத்துக்கொள்வதற்கு சுத்தமான சில சிறிய வஸ்திரங்களை அருகில் வைத்துக்கொள்வது அவசியம்.

5. திரவத்தை ஏற்றுப்பாத்திரம்:—சியிது கீளமாகவும் வாய்கன்றதாகவும் மாத்திரம் இப்பாத்திரத்தைச் செய்யவேண்டும்; மேலும் தாராத்ரோணியின் அடியில் வைப்பதற்கு ஏற்ற உருவமுள்ளதாகவும் இருக்கவேண்டும்.

6. ஸேசுஸ்த்தாலியில் திரவத்தை ஊற்றுவதற்கான கலங்கள்:—இவற்றையும் விளிம்புடன் கூடியவைகளாய் மாத்திரம் கிரமிக்கவேண்டும். இரண்டு கலங்கள் இருக்கவேண்டியது அவசியம்.

7. சிரஸ்ஸிலும் சரிசத்திலும் உபயோகிப்பதற்கான தைலம்:—இதுவிஷயத்தில் இங்கு அதிக

விவரம் கூறுவதற்கில்லை. பிணியாளியின் சிலை மைகளுக்கு ஏற்றவாறு வைத்தியன் தனது யுத்தியையும் அனுபவத்தையும்கொண்டு முறைப்படி கைலங்களைத் தயார் செய்துகொள்ள வேண்டுமென்றுதான் நாம் இங்கு குறிப்பிடக்கூடும்.

8. பயற்ற மா:—இது சுத்தமாகவும், பூச்சி முதலியது பிடிக்காமல் நூதனமானதாகவும் இருப்பது நலம்.

9. சிற்றமுட்டியிலை: இது உலர்ந்ததாக இருக்கக்கூடாது; சுறு நிறைந்திருக்கும் இலைகளாய் ஸம்பாதிக்கவேண்டும்; இவை பூச்சி முதலியவற்றால் எரிக்கப்பட்டவையா யிருக்கக்கூடாது.

10. ரெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்:—ரெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்தாவது, அல்லது ரெல்லிப்பருப்புகளை வேறு சில பதார்த்தங்களுடன் கலந்து சேர்த்தாவது தயார்செய்த கீர் ஆமலகோதகம் (ரெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்) எனப்படும். ஸாதாரணமாய் விசேஷ வியாதிபில்லாதவருக்கு ரெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்து பக்குவம்செய்தால் போதுமானது; வாததோஷம் அதிகரிக்குமானால் அவர்களுக்கு ரெல்லிக்கனிகளுடன் சிற்றமுட்டி வேரையும், பித்தம் அதிகரித்தவருக்கு ரெல்லிக்கனியுடன் வெட்டிவேரையும், கபம் அதிகரித்தவருக்கு அத்துடன் கடுக்காயையும் கூட்டி தனித்தனியே கஷாயஜலத்தைத் தயார் செய்யலாம். ஒரு ப்ரஸ்த்த ஜலத்திற்கு (சுமார் 16-பலம் ஜலத்திற்கு) ஒரு பலம் பதார்த்தம் விதம் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்காக வற்றும் படி அதைக் காய்ச்சி பெடுத்துக்கொள்ளலாம். இவ்விதம் தயார்செய்த ஆமலகோதகம், இச்சித்தினை நிறைவேறும்வரையில் தினத்திற்கு ஆறு ப்ரஸ்த்தம் (சுமார் 96-பலம்) வேண்டியிருக்கும். இக்கஷாயத்தை முதல்நாளே பக்குவம்செய்து மூடிவைத்து, மறுநாள் உபயோகிக்கலாம்.

11. தலைக்குக் கீழுள்ள சார்த்தில் உணர்யவதற்கு

உஷ்ணஜலம்:—இது வாததோஷமுறமான ஆமணக்கிலை முதலியவற்றைச் சேர்த்து ஒரு முறை கொகிக்கவைத்ததா யிருக்கவேண்டும். அந்தந்த மனிதனுடைய சபாவத்தை அனுஸரித்தோ, வியாதியின் கூறுபடுகளுக்கு ஏற்றவாறே இந்த ஜலத்தை இளஞ்சூடாகவாவது, நன்றாகக் குளிர்ந்தபிறகாவது சரீரத்தின்மேல் ஊற்றலாம்.

12. உடம்பைத்துடைக்க தூண்டு வஸ்திரம்:—இரண்டும் சுத்தமாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கவேண்டும்; ஆனால் இவற்றுள் ஒன்று சாமாகவும், மற்றொன்று உலர்ந்ததாகவும் ஸமயோசிதமாய் உபயோகிக்கக் கூடியவாறு இருக்கவேண்டும்.

13. ப்ரதிஸாரண சூர்ணம்: வாததோஷமோ கபதோஷமோ அதிகரித்திருக்குமானால் “ரால்நாதி சூர்ணமும்”\* பித்தம் அதிகரித்திருக்குமானால் “கசோராதி சூர்ணமும்”\* சிர்ஸ்வீல் தூவுவதற்கு விதமானவையாம்.

14. பிறகு உபயோகிக்கவேண்டிய ஔஷதம்:—வைத்தியனே பிணியாளிக்குத் தகுந்த ஔஷதங்களை யோசித்துத் தயார்செய்து உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். வியாதியில்லாதவர்களுக்கும் தினந்தோறும் நன்கு மலம் கழியும் பொருட்டு இச்சித்திஸாகாலங்களில் ஏதேனும் தகுந்த ஔஷதம் கொடுப்பது நலமாகும். மலபந்தத்தினால் பசியின்மை முதலிய கோளாறுகள் ஸம்பலிக்கக் கூடுமானகால், அவ்வித கஷ்ட முண்டாகாமலிருக்க “கந்தர்வஹஸ்நாதி கஷாயத்தை,\*” உபயோகிக்கச்செய்வது நலம்; இவ் வெளவுகத்தை பிரதிதினமும் காலையில் உட்கொள்ளலாம்.

இவ் வாறுவேண்டிய உபகரணங்களை ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டபிறகு அடியிற் கூறப்படும்படி தாராவிதியைச் செய்யவேண்டும்:—

தாரா விதியைச் செய்யும் கிரமம்.

முதலில் இதற்குக் காலம் அதுகூலமானதா

\* இவ்வெளவுத முறைகளைப்பற்றிய விவரங்களை இவ்வியாஸத்தின் இறுதியிற் காண்க.

யிருக்கவேண்டும். அதிக குளிர், அதிக காற்று, அதிக உஷ்ணம், மழை இவ்வித தோஷங்களில்லாமலிருக்கும் ஸாதாரணகாலமே இதற்கு ஏற்றதாகும். கோளதேசத்தில் (மலையாளம்) ஆடி, ஐப்பசி, மாசி இந்த மாதங்களிலேயே தெரிந்த வைத்தியர்கள் தாராகல்பத்தை சிறை வேற்றுவது வழக்கம்; அக்காலங்களில் அவ்விடத்தில் விசேஷமாக மழையிலாததுடன், உஷ்ணமும் அதிகமீராதது. ஆனால், இதரப்ரதேசங்களிலும் அம்மாதங்கள் அவ்விதமே யிருக்க மாட்டாவாகையால், அந்தந்த தேசத்தில் எந்தெந்த காலம் முற்கூறிய குணங்களுடையவைகளாயிருக்கின்றனவோ, அக்காலங்களில் இதைச் செய்வது உசிதம். இவ்வாறு காலசியமம் விபாதிபில்லாமல் ஆரோக்யாபிவ்ருத்திக்காக தாராவிதியைச் செய்துகொள்வருக்கேயன்றி, பிணியாளிகளுக்குக் கூறப்பட்டதல்ல. விபாதி கரஸ்தர்களுக்கு காலசியமத்தைக் கவனியாதது, காலம் சிறிது இவ்விதிக்கு ஏதேனும் ஒருவிதத்தில் ப்ரதிகுலமாயிருந்தாலும் சிதம், உஷ்ணம், மழை முதலியவற்றால் தீங்கு நேரிடாதபடி ஏதேனும் அவர்யிற்குப் பரிஹாரமான உபாயங்களைச் செய்துவிட்டு, தாராவிதியை சிறைவேற்றவேண்டியது அவசியம்.

சுத்தமாகவும் விசாலமாகவுமிருக்கும் ஓரிடத்தில்; முதல்நாளே நன்றாகக் கழுவிவைத்திருக்கும் தாராத்ரோணியைக் கொண்டுவந்து, அதை சுயில்லாமல் துடைத்து, தலைப்புறம் கிழக்கேயிருக்கும்படி மேடுபள்ளமில்லாத விடத்தில் வைக்கவும், த்ரோணியின் தலைப்புறம் மற்றொரு புறத்திலும் சிறிது உயர்ந்திருக்குமாறு அதன் தலைப்புறத்தின் அடிப்பாகத்தை உயர்த்திவைப்பது நலம். த்ரோணியில் படுக்கும் பிணியாளியின் தலைக்கு நோக முற்கூறியபடி லேசநலத்தாலி யென்னும் கலயத்தைக் குறுக்காக உயர் சிற்கும் தடியில் கட்டிவிடவும். (முன் ளுஞ்சிகையிலுள்ள சித்திரத்தைப் பார்க்கவும்.) த்ரோணியிற் படுத்தி

ருப்பவனுடைய நெற்றிக்குமேல் இரண்டு அங்குலத்திற்குச் சிறிது மேலேயே லேசநலத்தாலியின் வர்த்தி தொக்கும்விதமாய் அதைக் கட்டியிருக்கவேண்டும். பிறகு த்ரோணியிலுள் படுக்கை விரிப்புகளை விரித்துப்போட்டு, வைத்தியன், தாராத்ரவம் முதலியவைபனைதும் அருகில் ஆயத்தமாயிருக்கின்றதாயென்பதைப் பார்த்துக்கொண்டு, தாரை செய்துகொள்ள வேண்டியவன் மலமுத்திராதிக்களை விஸர்க்கம்செய்து சுத்தமாயிருக்கின்றனவென்பதையும் உட்காரச்செய்து, முறைப்படி பக்குவம்செய்த உசிதமான தைலத்தை உடம்பிலும் சிரஸ்விலும் தேய்த்து, முற்கூறிய சிரஸ்விலும் சுற்றுவதற்கான வர்த்தியை (அதாவது சிலையை) காதுகளுக்கு மேற்புறத்திலிருந்து புருவங்களுக்கு மேலாக சிரஸ்விலும் சுற்றி கட்டிவிடவும். பிறகு அப்பிணியாளி த்ரோணியில் மல்லார்தப் படுக்கவேண்டும். லேசநலத்தாலியை சிறிது தூரத்திற் கொண்டுபோய், அதன் அடி த்வாரத்தைக் கைவிரலால் முடிக்கொண்டு, அவசியமான திரவத்தை அதில் ஊற்றி, அதனுள் முன்னால் விவரித்தன்னபடி வர்த்திமுதலியவை சரிபாண சினைமையில் அமைந்திருக்கின்றனவாவென்பதைப் பார்த்து, அக்கலயத்தை தகுந்த உயரத்தில் பிணியாளியின் சிரஸ்ஸுக்கு நோகத் தொடுத்து விடவும். தாரையானது அதிக வேகமாகவுமில்லாமல் அதிக மெதுவாகவுமில்லாமல், அதன் பருமனிலும் வேகத்திலும் ஒரே அளவாக நெற்றிக்கட்டில் வலதுபுறமிருந்து இடதுபுறமாகவும், இடதுபுறமிருந்து வலதுபுறமாகவும் மெல்லமெல்ல ஆடிக்கொண்டே விழுப்படி வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டும். நெற்றிக்கட்டின் நடுவிலிருந்து அந்த தாரை சிரஸ்விலும் பாயும் விதமாகச்செய்வதும், மயிர்க்கால்களினூடே தாராத்ரவம் சர்மத்தில் ஊறும்படி மெல்லமெல்ல சிரஸ்ஸைத் தேய்ப்பதும் நற்குணந்தரக்கடியன. இவ்விதம் கிழும் தாராத்ரவமானது, சிரஸ்விலும் விழுந்தபிறகு தாரை

தீரோணியினின்றும் (பிணியாளியின் தலைப்பக் கத்திலிருந்து) தீரோணியின் த்வாரத்தின் மூலமாய் கிழே வைக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு பாத்திரத்தில் தாராளமாய் பாபந்துகொண்டிருக்க வேண்டியதுடன், ஸேசநஸ்தாலியில் திரவம் செலவாய்விடாமல் அப்போதைக்கப்போது ஒரு பரிசாரகனைக்கொண்டு அதில் திரவத்தை உற்ரயிக்கொண்டிருக்கவும் ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். இந்த ஸமயத்தில் வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டிய சில விஷயங்கள் உண்டு. ஸேசநஸ்தாலியிலிருந்து கிழும் தாராயானது அதிக உயரத்திலிருந்து கிழுவதும், அதிக தாமுத்திலிருந்து கிழுவதும், அதிக வேகமாய் கிழுவதும், மிகவேகக் குறைவாக கிழுவதும் அதிக பருமனாக கிழுவதும், மிக மெல்லாக தாக கிழுவதும் ஆக இந்த ஆறும் அத்தனாகும் குணத்தைக் கெடுத்துவிடக் கூடியனவாம். ஆகையால் அவ்வாறு நேரிடாமல் தகுந்த காலங்களில் வேண்டியவளவு முறைப்படி தாராயிதி நிறைவேறும் விஷயத்தில் ரோகியும், வைத்தியனும், பரிசாரகர்களும் மிகக் கருத்துள்ளவர்களாய் இருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் தாராயிதியை மூடிக்கும்வரையில் பிணியாளி தாராயிதியிலேயே மல்லாந்துப் படுத்திருக்க வேண்டுமேயல்லாத, இடையில் எழுந்திருக்கக்கூடாது.

கியாதிபில்லாதவர்கள் ஆரோக்கிய சிலைமையை அபிவருத்திசெய்துகொள்வதற்காக இதைச்செய்து கொள்வதாயிருந்தால், அவர்களுக்கு தினந்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று வரங்கள் தொடர்ந்து தாராயிதியைச் செய்யலாம். கியாதிக்கர்கள்ளுக்குச் செய்யும் விஷயத்தில், அவரவருடைய கியாதிஸ்வபாவங்களையும் தேஹசிலைமைகளையும் கவனித்து இவ்வளவு நாட்கள் தாராயைச் செய்ய வேண்டுமென்று நிச்சயிப்பது வைத்தியனுடைய கடமையாம். இதில் ஒரு தினத்தில் தாராயிதியை அரை யாமகாலம் (3½ நாழிகை) செய்யவேண்டும். ஆனால் முதல்நாளே அநிதிதம் செய்யாமல், ஆரம்பத்தில் இரண்டு

அல்லது இரண்டரை நாழிகை செய்து, பிறகு தினந்தோறும் ஐந்து அல்லது பத்து கிராடி காலம் அதிகரித்துக்கொண்டுவந்த, பிறகு மூன்றேழுமுகால் நாழிகைக்கு அதிகப்படாமல் செய்யவேண்டும். முதல்வாரத்தில் இப்படி கிரமமாக தாராயிதிக்கான காலத்தை ஏற்றிக் கொண்டேவந்த, அப்பால் இரண்டாவது வாரத்தில் ஏற்றியதிதமாக கால அளவைக் குறைத்துக்கொண்டே வரவேண்டும். மூன்று வரங்கள் செய்வதாயிருந்தால் அதற்கெற்றவாறு இக்காலக்கிரமத்தை சரிப்படுத்திக் கொள்வதில் வைத்தியன் கவனம் செலுத்த வேண்டும். இவ்வாறு கால அளவு கவனிக்கப்படுமானால், திடீரென்று இவ்வித சிகிச்சையை ஆரம்பிப்பதென்ன திடீரென்று சிறுத்துவதென்ன இவ்வித செயல்களால் தேஹ சிலைமைக்கு ஏதாவது கோளாறு ஸம்பிக்காமலிருக்கும். இதனால் தாராயிதியை ஒரு தினத்தில் நிறைவேற்றுவதற்குக் குறைந்தது ஒரு மணி ஸாவகாசமும், உயர்ந்தது ஒன்றரை மணி ஸாவகாசமும் வேண்டுமென்று அறியப்பட்டதல்லவா? வேறு சிலர் உயர்ந்தது மூன்று நாழிகை காலமும், குறைந்தது ஒரு நாழிகையும் போதுமென்று அபிப்பிராயப்படுவர். இவ்விஷயங்களில் அனுபவசாலியான வைத்தியன் தனது யுக்தியைக் கொண்டு காரியத்தைச் செய்து முடிக்கவேண்டும்.

இவ்வாறு மேலே கூறப்பட்ட தாராயிதியின் கிரமமானது பெரும்பாலும் சிரஸ்வலிடப்பதும் தாராமுறையைப் பற்றியதேயாகும். ஸர்வாங்கங்களிலும் தாராமுறையைச் செய்ய வேண்டுமானால், அதில் சிற்றசில கிடங்களில் சிறிது வேற்றுமைகள் உண்டு. ஆகையால் அவ்விஷயத்தைத் தனிபாக இதனடியிற் கூறலாம். (தொடரும்.)

## MINERAL CONSTITUENTS OF THE FOOD.

ஆவறாரத்தில் கனிவு பதார்த்தங்களின்  
கூறுபாடுகள்.

BY A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L. M. & S.,  
Assistant Superintendent, Royapuram Medical School  
(now on other duty).

“மனித தேஹத்தில் எழு இருத்தல் கனிவு பதார்த்தம் அடங்கியிருக்கிறது” என்று டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் என்பவர் தன்னுடைய “டபெட் அண்ட் டபெடெடிசு” என்கிற நூலில் கூறுகிறார். அவ்வளவு கனிவு பதார்த்தத்தில் 5 பாகம் எலும்புகளிலேயே சேர்ந்திருக்கின்றது. தேஹ முழுமைபையும் நன்றாகப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், உடம்பில் நூற்றில் ஐந்து பாகம் சாம்பர்ப் பொருள் அடங்கி யிருக்கக் காணலாம். (சாம்பர் என்பது கனிவுபதார்த்தங்களின் கூட்டேயாம்.) இவ்விஷயம், கனிவுபதார்த்தங்கள் கலந்த உணவு, தேஹத்தில் அந்தந்த பாகங்களைக் கட்டுவதற்கான சிறந்த முக்கியப் பொருளென்பதை வெளிப்படையாக அறிவிக்கின்றது; ஆகவே அப்பதார்த்தங்கள் சாஸ்திர முறைப்படி சரிசெய்திருக்கிற மிகவும் அவசியமான உணவுப் பொருட்களே பென்று தீர்மானிக்கக்கூடியன. உணவில் கலந்திருக்கவேண்டிய பிரதானமான கனிவுபதார்த்தங்களாவன—உஷாக்ஷாரஸ்த்வம் அல்லது சூரீயுச்சத்து (sodium), காரச்சத்து அல்லது பொடாஷ்யம் (potassium), கடிசம் அல்லது கண்ணச் சத்து (calcium), மெக்னீஷியம் (magnesium), அயம், பாஸ்வரம் அல்லது தீமுறுகற் பாஷரணம் (phosphorous) இவைகளேயாம். மேலும் க்ளோரீன், கந்தகம், லிஸீகா, ப்ளோரீன், அபொடைன் என்னும் இவற்றின் கூறுகளும் சொற்ப அளவு உண்டு. சரிசெய்துக் களைக் கட்டிப் போஷிப்பதற்கு இவை மிகவும் அவசியமானவை யாகையால், இவற்றை அடி

யோடு உபயோகிக்காமல் நிறுத்தி மற்ற ஆறா ரக்கூறுகள் உபயோகிக்கப்படினும் ஒரு மாதத்திற்குள் அம்மனிதன் இறக்க வேண்டி தான் நேரிடும். இவ்வாறு கனிவுபதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள் தாதுக்களைக் கட்டியமைப்பதற்கு முக்கியமானவைபெ யென்று சிர்தாரணம் செய்யப்பட்ட பின்னர், “ஆவை தேஹச்சூட்டையாவது உடற் சக்தியையாவது உற்பத்தி செய்யக்கூடிய தன்மை யுள்ளவைகளா?” என்று அடுத்தாற்போய் வினவக்கூடும். தேஹச்சூட்டை யுண்டுபண்ணுகிறதா என்கிற முதற் கேள்விக்கு பதில்—இவ்வையென்பதேயாம். உணவுகளிலுள்ள கனிவு பதார்த்தங்கள் மிகவும் நன்றாகப் பல்மமர்க மாயிய நிலைமையுடன் தேஹத்திற்கு பிரவேசிப்பதால், தாதுக்களின் சென்று அவற்றினின்றும் எவ்விதத்திலும் குட்டையுண்டு பண்ணக் கூடியனவல்ல. அவை உடற் சக்தி அல்லது உரமுண்டாக்கக்கூடியவைகளா பென்னும் கேள்விக்கு—அவ்விஷயம் மிகவும் ஸந்தேஹமான தென்றே விடைபுளிக்கவேண்டியிருக்கிறது. ப்ரோட்டீன் (proteids), கொழுப்பு இனங்கள், கார்போஹைட்ரேட் என்னும் கரிப்பொருட்கள் கலந்த உணவுகள் இவை பிரானவாயுயின் ஸம்பந்தத்தினால் பல்மமாகப் போவதால் (oxidation) இவை உடற் சக்தியை நேராக உற்பத்தி செய்வதுபோல இக்கனிவு பதார்த்தங்கள் உண்டுபண்ணுவதில்லை பென்பது உண்மை பென்றே கருதப்படுகிறது; ஆனால் அவை நரமான சில ஜவ்வுகளுக்குள் ஊழி தேஹத்தில் ஊடுபயிச் செல்வதற்கான அவற்றின் குணங்களைக் கவனித்தால், அப்பதார்த்தங்களின் கூறுகள் நேராக அவ்வேலை பைச் செய்யாவிடினும் வேறொரு முறையிலாவது அவ்வாறு செய்யக் கூடியவையென்று சொல்லலாம்.

ஆகவே இப்பொழுது உணவிற்கு கலந்துள்ள கனிவுபதார்த்தங்களின் கூறுகள் ஆவறாரப் பொருட்களின் வகுப்பில் சேர்த்துக்கொள்ளக் கூடுமென்பதற்கு இரண்டு ஆதாரங்களுண்டு :

(1) அவை தேவதாதுக்களைக் கட்டியமைக்கக் கூடியன; (2) உதலாஹர்த்தரக்கூடிய ஒருவித உடற்சத்தையும் உண்டுபண்ணத் தகுந்தவை, சரீரத்திற்கு எவ்வளவு கனிஜபதார்த்தங்களை நாள்தோறும் ஊட்டவேண்டும் என்கிற விஷயத்தை அடுத்தாற்போல் நாம் விசாரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. ஆனால் இவ்விசாரணையில் திட்டமாக விடையளிக்க வழியில்லை.

ஆனால் பலவித உணவுப் பொருட்கள் கலந்த மிச்சராஹரத்தில் காணப்படும் கனிஜபதார்த்தங்களின் அளவானது, சரீரத்தின் தேவைகளை நன்கு நிறைவேற்றும் போதுமானது—ஆனால் வேண்டிய அளவுக்கு அதிகமானதல்ல—என்று ஒருவன் சொல்லக்கூடும்; அவ்வளைத்தும் சுமார் இருபது கிராம் (6-டிராம் அல்லது முக்கால் அவுன்ஸ்) இருக்குமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது; இந்த அளவில் நமது இஷ்டத்திற்குத் தேவையானபடி சேர்த்துக்கொள்ளும் கழிப்பு சேரவில்லை. ஸாதாரண உணவுகளில் சேர்த்துள்ள கனிஜபதார்த்தக்கூறுகளைப்பற்றி விசாரிப்போமாயின், அக்கனிஜபதார்த்தங்களில் அநேகம்—அல்லது அவற்றில் நிச்சயமாகப் பெரும்பான்மையானவையும் லேந்திரியபதார்த்தங்களின் கூட்டுப்பாடு (organic combination) உடையனவாயிருக்கின்றன என்றழியலாம். பாலில் கடிசுமென்மும் சண்ணச்சத்தும் (calcium), பாள்வரமும் (phosphorous) லேந்திரியபதார்த்த நிலைமையில் கூடியிருப்பதைக் காணலாம்; அவ்விதமே அயம் முட்டையின் மஞ்சட்சூனிலும்; உண்ணுமிறைச்சியிலும் சேர்ந்திருக்கின்றது; பிரோட்டீன் என்னும் ஆஹாரச்சத்து கலந்துள்ள எல்லா உணவுப் பொருட்களிலும் கந்தகம் அவ்வாறே கூடியிருக்கின்றது; இன்னும் இவ்வாறான அநேகம் ஆஹாரப் பொருட்களில் ஒவ்வொரு விதமான கனிஜபதார்த்தம் சேர்ந்திருப்பதைப் பரிசோதனைபின்னால் அறியலாம்.

இப்பொழுது, சரீரத்திற்கு அவசியமாயுள்ள முக்கியமான கனிஜபதார்த்தங்களை தனித்தனியே நான் எடுத்துக் கூறுவதுடன், எந்த

உணவுப்பொருட்களில் அவ்வித கனிஜபதார்த்தங்கள் விசேஷமாக அடங்கியிருக்கின்றனவோ அவற்றையும் குறிப்பிடுகின்றேன்:—

டாக்டர் ஆர் ஹட்சிஸன் கூறுவதாவது:—கடிகம் அல்லது கண்ணச்சத்து (calcium): ஸ்திரீகளின் முலைப்பலைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், ஒரு குழந்தைக்கு தினந்தோறும் 1 கிராம் (5-க்ரைன்சன்) சண்ணம்பு வேண்டியிருக்குமென்று கணக்கிடப்பட்டது. பெளவனவயதிலுள்ளவர்களுக்கு எலும்புகள் அதிகமாய் வளர்வதில்லையாகையால், அவர்கள் சண்ணம்பு அடங்கிய வஸ்துவை வெகு குறைவாகவே உபயோகிக்கவேண்டியிருக்கின்றது. ஒரு சிசுவுக்குக் கொடுக்கப்படும் உணவில் சண்ணம் குறைவுபடுமாயின், அகணம் அதன் எலும்புதன் வளையக்கூடியவாறு மெதுத்தன்மையடையும், ஸாதாரணமான உணவுப் பொருட்களுள் பாலிலேயே கால்ஷியம் என்னும் சண்ணச்சத்து அதிகமாகச் சேர்ந்திருக்கிறது. சுமார் 35 அவுன்ஸ் அளவான பாலில் 1 கிராம் (சுமார் 24 க்ரைன்சன்) சிறையுள்ள சண்ணம் கலந்திருக்கிறது; அல்லது ஒருவகையில் கவனித்துப் பார்த்தோமானால், ஒரு பைண்டி (20-அவுன்ஸ்) பாலில் அதே அளவான சண்ணம்புத் தெளிவு நீரில் இருப்பதைவிட அதிக அளவான சண்ணம் கரைந்திருப்பதாய் அறிவிலாம். இவ்வாறு சண்ணம் அதிகமாகக் கலந்திருக்கிற உணவுப் பொருட்களில் பாலுக்கு அடுத்தது முட்டையும், அதற்கடுத்தது தானியங்கள்—முக்கியமாய் அரிசியும், முள்ளங்கி-தண்ணீர் விட்டான் முதலிய கழிவகைகளுமேயாம். மெக்ஸீஷியம் என்னும் தாதுப்பொருள் ஸாதாரணமாய் உணவுப்பதார்த்தங்களில் கால்ஷியத்தைப் போல அதே அளவில் சேர்ந்திருக்கின்றது.

அயமானது உணவுப் பொருட்களில் ஏற்பொழுதும் லேந்திரிய பதார்த்த ரூபமாகவே கலந்துள்ள ஒரு கனிஜபதார்த்தமாகும்.

நாம் சாப்பிடும் மிசாஹாரத்தில் சுமார் 10 மில்லிகிராம் அளவு கொண்ட (ஒரு க்ராமில் 1000-த்தில் ஒரு பாகம் ஒரு மில்லிகிராம், அதாவது ௧௦ க்கரைன் ஒரு மில்லிகிராம்.) லோஹ பதார்த்தக்கூறுகள் அடங்கியிருப்பதாக ஒரு வாயு அறியப்படுகிறது; அவ்வளவு லோஹ பதார்த்தக்கள் இயற்கையான சரிசரிசியைகள் (physiological functions) நடந்தேறுவதற்கும் போதுமானவையென்று சிச்சியிக்கப்படுகிறது. முட்டையின் வெள்ளைக்கரு, மாட்டிழைச்சி, ஆபுரென்னும் சீமையிலந்தை, ஸ்ட்ராபெரி என்னும் ஒருவகைப்பழம், வெள்ளை அலுரைப்பருப்பு, பட்டாணிக்குட்டை, உருளைக்கிழங்கு, கோதுமை இவைகளில் அயம் விசேஷமாய் அடங்கியிருப்பதாகவும், இவற்றுள் கோதுமை முதல் முட்டையின் வெள்ளைக்கருவரையிலும் கீழிருந்து ஒன்றையிட மற் றொன்று அந்த லோஹத்தை அதிக அளவாக அடக்கிக் கொண்டிருப்பதாகவும் பங்கே யென்பவர் கூறுகிறார். ஆனால் இரத்தத்தில் குழிப்பிடத் தகுந்தவாயு அயம் குறைந்திருக்குமானால், அக்குறைவை ஏதேனும் உணவுகளைக்கொண்டே தகுந்தசிலைமைக்குக் கொண்டு வருவதென்பது பெரும்பாலும் அஸாத்தியமான விஷயம்; இரத்தத்தில் மிதமிஞ்சிக் குறைந்துவிடும் அயத்தை மீண்டும் சரிப்படுத்துமாறு அவ்வளவு அதிக அளவான அயவுப்புகள் சிரமிய உணவுப் பொருட்கள் அரிது; என்றாலும் அநேகவிதமான ஆஹாரப்பொருட்களில் சேர்ந்திருக்கும் அயத்தின் அம்சங்களைக் குழிப்பாகக் கவனித்தோமாயின் அவற்றிற்கு அயஸம்பந்தமான ஒளவுத்தந்தமை சிறிது உண்டென்றும், ஆசுவே சித்திலாக்ரமங்களில் வேறு ஒளவுத்தந்தன் அத்தகைய குணமுடையவைகளாய் உபயோகிக்கப்படும்தோது உணவுகளிலுள்ள இந்த அயவுப்புகளும் இரத்தத்தில் அயவுப்பை ஒருவாயு சரிப்படுத்தக்கூடிய வளவியிருக்கின்றன வென்றும் அறியப்படுகிறது.

ஸோடியமும் பொடாஷியமும்:—(1) ஸோடி

யமென்னும் உஷாஷாரஸத்வமானது, சரிசரிசியில் இயல்பாயுள்ள அதன் திரவம் தகுந்த சில மையிலிருப்பதன் பொருட்டு எப்பொழுதும் தேவைவாயிருக்கின்றது. (2) பொடாஷியமென்னும் காரச்சத்தானது சரிசரிசியினுள்ள ஜீவபராமணுக்களை (cells) செழிக்கச் செய்வது அல்லது அமைப்பதற்காகவும், பிரதானமாய் இரத்தத்திலுள்ள செக்குறுகடங்களுக்கும் தசை நரங்களும் அமைத்துக் கட்டுவதற்காகவும் உபயோகப்படுகிறது. பலவிதமான உணவுகளில் உஷாஷாரஸத்வமும் பொடாஷியமும் அடங்கியிருக்கும் அளவுகளைப் பரிசோதித்துப் பார்க்குமளவில், சாக்பதார்த்தக்கருடைய வகுப்பில் பொடாஷியமும், இழைச்சி முகலிய பிராணிஸம்பந்தமான உணவுகளைகளில் ஸோடியமென்னும் உஷாஷாரஸத்வமும் விசேஷமாய் சேர்ந்திருப்பதாகக் கூறலாம். பசுமையான சாகக்களும் கனிகளும் குழிப்பிடத் தகுந்தவாயு பொடாஷிய ஸம்பந்தமான உப்புக்கு மிகவும் ஆதாரங்களாயிருக்கின்றன. ஸோடியமானது ஸாதாரண கமியுப்பின் உருவமாக நம்மால் உட்கொள்ளப்படுகிறது. இதை அநேகம் ஜனங்கள் தினந்தோறும் ஆறு ட்ராம் அளவு உபயோகிக்கின்றனர்; இந்த அளவானது தேவந்திற்குத் தேவைவான அளவினும் பெரும்பாலும் குறைந்தகடிபத்த மடக்கு அதிகமென்றே கருதக்கூடியது. ஆஹாரத்தில் பிரத்தியேகமாக இவ்வாயு மிகுதியாக உப்பைப் போட்டுக்கொள்வதில் முக்கியமாக சாகாஹரமுன்பவர்களை அதிக ஆவலுள்ளவர்களாயிருக்கின்றனர். இவ்விஷயத்தில் எவ்வளவுதவறு அபிப்பிராயப்பட்ட போதினும், உணவுப்பொருட்களில் இயற்கையாகச் சேர்ந்துள்ள உப்பைத் தவிர பிரத்தியேகமாக ஆஹாரத்தில் உப்பைச் சேர்த்துக் கொள்வதானது மிசாஹாரங்களுள் பவரையிட சாகாஹரங்களை மட்டும் புலிப்பவருக்கு எவ்வகையில் அவசியமென்பது வெளிப்படையான தத்துவம், வெகு ஸம்பகாலத்தில் செய்த சாஸ்திரிய

மான ஆராய்ச்சிகளால்; உப்பானது சரீரத்தில் தர்க்கியகரப் பொருட்களின் (nitrogenous substances) அழிவைக் குறைப்பதும் மலம், அத்துடன் சரீரத்திற்குக் தேவையான ஜலத்தையும் ஏற்றுக்கொள்ள வகையுண்டு பண்ணுகின்றது.

பால்வரம் அல்லது தீமுறுசுற் பாஷாணம்: இது தேஹ தாதுக்களைக் கட்டுவதற்கு ஒவ்வொரு ஸமயம் அருமையாக உபயோகப்படுகிறது. தேஹத்தில் எந்தெந்த விடத்தில் வளர்ச்சி மிகவும் கருகருப்பாக நடந்தேறுவதாய் அறியப்படுகிறதோ அவ்விடங்களிலெல்லாம் பால்வரம் மிகுதியாயிருப்பதைக் காணலாம். இது தாதுக்களின் எல்லா ஜீவகணங்களின் இடையிலுள்ள ஜீவஸ்தானங்களிலும் (cell nuclei) பாய்ந்து அயர்மீன் பெளதிகக் கூட்டுகளில் கலக்கின்றது; மேலும் எலும்புகளிலும், மத்தியநரம்புமண்டலத்திலும் (central nervous system) திரண்டிரளாகச் சேர்த்திருக்கின்றது. பழகாத சில உணவுப்பொருட்களில் பால்வர ஸம்பந்தமான பால்வரம்மலம் (phosphoric acid) அடியில் குறிப்பிடப்படும் அளவாகக் கூடியிருக்கின்றது:—

முட்டைக்கோல் என்ற		
வழக்கப்படும் காபேஜில்	100-க்கு	0.89 பாகம்.
உருளைக்கிழங்கில்	...	„ 1.40 „
முட்டையில்	...	„ 3.37 „

பால்வரம்மலம் என்பது பால்வரம் 2-பங்கும், பிராணவாயு 5-பங்கும் சேர்ந்த ஒரு வகைப் பொருளாம்.

ஆக்ஸலிக் ஆவீட் என்கிற ஒருவித அம்லப் பொருளும் உணவுவகைகளில் கூடியிருக்கின்றது; ஆனால் ஊன்மீப் பார்க்குமளவில் இப்பொருளானது கனிஜபதார்த்தங்களின் வகுப்பில் சேர்க்கக்கூடிய தல்லவாயினும், ஆஹாரத்தில் இது இயற்கையாகவே ஆக்ஸலேட் ஆப்

லயம் (oxalate of lime) என்னும் சுண்ணவுருவமாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. ஆயிரம் பங்கு மிளகில் இது 3½-பாகமாகக் கூடியிருக்கிறதென்று கூறவதற்குத் தடையிலில்லை. ஆக்ஸலிக் ஆவீட் என்னும் அம்லப்பொருள் இன்னும் அதிக அளவாக அடக்கிய அகேகம் பொருட்கள் இருந்தபோதிலும், இந்தியர்களுக்கு இவ்வம்லப் பொருளடக்கிய மிளகு இன்றியமையாத உணவுப் பொருளாயிருக்கின்றது.

க்ளோரீன்: என்னும் கனிஜபதார்த்தமானது முற்றிலும் ஸாதாரண கமி யுப்பு ரூபமாகவே உணவுகளில் உபயோகிக்கப்படுகிறது. ஹீட் ரோக்ளோரிக் ஆவீட் என்னும் இறைப்பையிலுற்பத்தியாவதான ஒருவகையான அம்லபதார்த்தத்திற்கு மூலகாரணமாயிருப்பதைத் தவிர்த்து இது சரீரத்தில் வேறு எவ்விதத்தில் உபயோகப்படுகிறதென்கிற விஷயம் விளங்கவில்லை.

அயோடைன்:—இப்பதார்த்தத்திற்கு தேஹத்தில் ஆதாரமான அவயவம் தையாட்ட்களான்ட் என்னும் தொண்டையில் அமைந்துள்ள ஒருவித கிரந்தியேயன்மீ வேறென்றல்ல. இது உணவுப்பொருளில் சேர்ந்திருப்பதன் கருத்த—அல்லது பிரிவோஜனம்—இன்னதென்று இன்றைக்கும் சிறிதும் விளங்கவில்லை; ஆனால் தினி எப்பொழுதேனும் இது இவ்விதத்தில் உபயோகமானதென்னும் விஷயம் ஒருக்கால் அறிந்துகொள்ளக் கூடியதென்று ஆராய்ச்சி செய்யவர் கருதுகின்றவர்.

ப்ளோரீன் என்பதும், ஸிலிகா என்பதும் சரீரத்தில் சொற்ப அளவாகச் சேர்ந்திருக்கின்றன; இவற்றை முக்கியமாக எலும்புகளிலும் பற்களிலும் காணலாம். இவை சாகாஹாரங்களிலேயே—அவற்றிலும் பிரதானமாய் முள்ளங்கியில் மிகுதியாய் அடக்கியிருக்கின்றன.”



## HINTS ON THE PREVENTION OF DYSPEPSIA\*

அஜீர்ணமுண்டாகாமல்  
தடுப்பதற்கான குறிப்புகள்.

By, A. B. OLSEN, M. D., D. P. H.

தேறத்தில் இர. அவயவங்களெல்லாம் அதனதன் தொழிலை வெகு நாட்களளவும் ஒழுங்காகச் செய்துவருங்கால் இரைப்பையும், கல்லீரலும், குடல்களும் மட்டும் அவ்வாயில்லாமல் சீக்கிரத்தில் கெட்டுப்போய் அவற்றின் தொழில்களை சரிவர நடத்தாமல் போய்விடுவதற்குக் காரணங்கள் இல்லாமற்போகவில்லை; ஆனால் இவ்வயவங்கள் மாத்திரம் அவ்விதம் அதிகசீக்கிரத்தில் சீர்தூண்டி விடவேண்டுமென்பது விதிப்பாத்தமல்ல. அநேகம் ஜனங்கள் முறைகெடாக ஸம்பசிக்கும் பசிபை அடக்கியானுவதை அப்பயவிக்ராமல் அலகூயும் செய்து கொண்டு, சில ஆற்றாரப்பதார்த்தங்களையும் பாவகைகளையும் உபயோகிப்பதால் தமது இரைப்பை சிச்சுமமாக மிக்கக்ஷுட்ப்பிடுமென்று நன்கு அறிந்திருந்தும், அவ்வித வஸ்துக்களினிமிது உண்டாகும் பேரவாவுக்கு வீணே இணங்கி விடுகின்றனர். பானங்களைப் பருகுவதும் ஆற்றாரங்களைப் புறிப்பதும் மனித சரீரத்திற்கு ஒருவாறு ஸௌகர்யமாகவும் மனக்களிப்புண்டாக்குவதாகவும் இருந்தபோதிலும், அன்னபானுகளில் மிதவிஞ்சி மனதைச் செலுத்தவதே ஆயுளின் அபிவிருத்திக்கு அவசியமென்றவது, உலகில் பிறந்த ஜீவித்திருப்பதற்கு அவ்விதம் செய்வதே முக்கியக் கருத்தென்றவது ஒருவன் நினைப்பானால் அது முற்றிலும் தவறுதலான எண்ணம்.

உண்ணுங்கலங்களிடம் உட்காருவதன் முக்கியமான உத்தேசமென்னவென்றால்—சரீரத்தைப் போஷிப்பதும், தேறத்தின் சக்தியை அல்லது வன்மையைச் சீர்படுத்தி நெருக்க உள் ளாறமுட்டுவதுமேயாம். இதில் மனம்போன

படிபெல்லாம் பிரவருத்தியாமல், மனிதன் தனது விவேகத்தைப்பயோகப்படுத்தி உண்ணுங்கலத்தினிடம் உட்காருவானால், சிறந்த உணவுகளையும் உயர்ந்த பானங்களையும் உட்கொண்டு ஸௌகர்யமாக நன்கு திருப்தியுடையே எழுந்திரிக்கலாம்.

அநேகம் பெயர் வெருவாய் அடிக்கடியும் தின்பது வழக்கம்; அதாவது அவர்கள் தினத்திற்கு நான்கு அல்லது ஐந்துமுறை அல்லது ஆறுதடவையும் உண்பார்கள். ஒரு நாளில் மூன்று வேளை ஆற்றாரமுன்பது எவ்விதத்திலும் போதுமானதாம்; ஆனால் பெரும்பான்மைபான ஜனங்கள் தினத்திற்கு இரண்டே வேளை புறித்தது, அதனாலேயே வேண்டியவளவு ஆரோக்கியவிஷயத்திலும் வன்மையின் சிலைமையிலும் குறைவின்மையே மிகவும் திருப்திகரமாய் வாழ்ந்துவருவதை நாம் பார்ப்பதால், நமொன்றுக்கு மூன்று முறை புறிக்கவேண்டியதும் அவசியந்தானு வெள்ளும் விஷயத்திலும் சிறிது ஸந்தேறும் ஏற்படுகிறது. ஒரு முறை உணவுண்டபின் புற்றொருமுறை புறிப்பதற்கு சுமார் ஐந்துமணிநேரம் இடைவெளியிருக்கவேண்டியது கிரமம்; அப்பொழுதுதான் ஜீர்ணவுருப்புக்கு அவற்றின் வேலையை ஒழுங்காக சிறைவேற்றுவதற்குப் போதுமான அவகாசம் கிடைப்பது மல்லாமல், சிறிது ஒய்வும் அவற்றிற்குக் கிடைக்கும். முக்கியமாக இரைப்பைக்கு இவ்விஷயம் எடுத்தாரும்; அதை அடிக்கடியும் அதிகமாக வேலை செய்ப்பதாண்டி, விழித்திருக்கும் பொழுதெல்லாம்—தூங்கும்பொதுகூட சிலநேரம்—ஆற்றாரத்தைக் குறைப்பதன்பொருட்டு அதை விரியச் செய்வது (dilatation) விஷயமுணர்ந்த விவேகிகள் செய்யும் காரியமல்ல.

காலைப்போஜனத்தை வேண்டியவளவு நன்கும் நுஷ்டானமாகப் புறிப்பது மிகவும் சலம்; ஸாத்தியமானால்—புறித்ததும் புறிக்காததமாய் ஆலனத்திலிருந்து எழுந்த வேலை செய்வதற்கோ, ரொயிலுக்கோ, ட்ராம்வன்

\* Reproduced and translated from "Good Health."

டிக்கோ வெகு பதைத்தக்கொண்டு ஒழிப்படி  
 கோரிடாமலிருப்பதற்காக—தகுந்தவாறு கூடு  
 மானவரையில் சிறிது முன்னதாகவே சாப்  
 பிட்டு உட்கார்த்திருப்பது உத்தமமாம். பசல்  
 வேளையில் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டிய பிர  
 தானமான போஜனத்தை ஸாத்தியமான  
 வரையில் ஒன்றுமுகல் இரண்டு மணிக்குள்  
 புஜிப்பதும், இதற்குத்தகுந்தார்போல்கடைசி  
 யான இராப்போஜனத்தை இரவின் ஆரம்  
 பத்திலும்—அதாவது ஆறு அல்லது ஏழு  
 மணிக்கு—உட்கொள்வதும் சால்திர ஸம்மத  
 மான முறைபாம். இவற்றுள் இராப்போஜ  
 னம் மற்றவைகளைவிட மிகவும் இலகுவான  
 தாயிருக்கவேண்டும்; வாடி வதங்கிப் பதன்  
 கெடாத தூதனமான கனிகளும், அல்லது  
 சமைத்தப் பழங்களும், வெண்ணெய் கலந்த  
 ரொட்டியும் அந்திவேளையில் அனுகூலமான  
 உணவுகளாம்; குளிர்காலமாயிருந்தால் உட  
 லைப் போஷிக்குக்குணமுடைய குடான பான  
 மும் அவசியமானால் அவ்வுணவுகளுடன் பரு  
 கத் தகுந்ததாகும். போஜனஸமயத்தில் அன்  
 னம் முதலிய உணவுகளோடு தாராளமாக  
 ஏதேனும் பானங்களைப் பருகுவது விரும்பத்  
 தகாதவிஷயமானதால், அவ்வாறு செய்யும்  
 வழக்கத்தை ஒழிக்கிடவேண்டும்.

தேயிலைப் பானகத்திற்கு நாம் இடம் கொடு  
 க்கவில்லை. மனிதருடைய ஆரோக்கியப்பிழ்நுத்  
 தியைக் கவனிக்கும்வரையில், இப்பானம் அநா  
 வசியமும் லௌக்கியக் குறைவைத் தாக்  
 கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. பிற்பகலில் நன்  
 பர்களை வரவேற்று, அவர்களுக்கு ஏதேனும்  
 சிறுண்டிகள் அளித்தாக் கனிக்கச்செய்ய  
 விருப்பமிருப்பவர், அப்பொழுதே எலுமிச்சம்  
 பழத் திரவச்சத்தால் பக்குவம் செய்த பான  
 கம் (lemonade), மதுமான கிச்சிலிப்பழப்  
 பானகம், புளித்துப்போகாத திராசூரஸம்,  
 தூதனமான சிறந்த திராசூர, அல்லது நற்  
 சுவையுள்ள உயர்ந்த வேறு கனிவர்க்கங்கள்  
 இவற்றைத் தேயிலைப்பானகம் முதலிய வற்

விற்குப் பதிலாக அவர்களுக்கு அளிக்கக் கூடு  
 மென்றே நாம் கூறுவோம்.

சாப்பாட்டு கோரம் வந்தவிட்டால் உடனே  
 அப்பொழுது புஜிக்க உட்கார்த்தவிட  
 வேண்டுமென்று எண்ணுவது ஒரு பெரும்  
 பிழையாம். விவேகமுள்ள மனிதன் பசியுன்  
 டாகவேண்டுமென்று காத்திருப்பனையன்றி  
 அடிக்கடியும் குடலுக்கு அநாவசியமான  
 தொந்தரையுண்டுபண்ணுமாறு ஆழாரத்தின்  
 பொருட்டு ஆத்திரப்படமாட்டான். பசியா  
 னது, எப்பொழுதும் சாப்பிடவேண்டிய கால  
 அளவைக்குறிக்கும் பிரதான இலக்கூணமாயிரு  
 ப்பதோடு, உண்ணும் உணவு நன்றாகக் குடல்  
 களில் ஊயி ஜீர்ணமாவதற்கும் தகுந்த சக்தி  
 யைக் கொடுக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது.  
 இரைப்பையானது உணவை விரும்புவது உண்  
 மையானால், அது நாம் உண்பதை நன்றாக  
 ஏற்றுக்கொண்டு அதைத் தகுந்தவாறு இயற்  
 கைக்கு இணங்க திருப்திகரமான வழியில்  
 பக்குவம் செய்யும். ஆனால் அழற்சியுண்டாக்  
 கும் வாலனை வல்தக்களாலும், தொடுகவை  
 அல்லது ஊறுகாய் முதலியவற்றாலும் பசி  
 யானது கிண்டிக் தூண்டப்படுமானால், பெரும்  
 பாலும் ஏதேனும் தீங்கு அனுலரிக்கு மென்  
 று நம்பலாம். அதிகமாக வேலை செய்தோ  
 அல்லது வேறு எவ்விதத்திலோ தேலும்  
 மிகவும் சோர்த்திருக்கும்போது வயிறுபிர  
 ம்பம் ம்ருஷ்டான்மண்பதற்கு உட்காருவது  
 பிசகு, அந்சிலைமையில் முதலில் ஏதாவது  
 சரீரத்திற்குப் போஷிப்பை யுண்டாக்கக்கூடிய  
 உஷ்ணமான திரவ பதார்த்தத்தைச் சிறிது  
 பருகி, பிறகு இலகுவான ஸாதாரண ஆழாரம்  
 புஜிப்பது ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்றதாம்.

வெகு வேகமாக உண்பதும் அஜீர்ணரோக  
 த்தைத் தூண்டும் ஸாதாரண காரணங்களுள்  
 ஒன்றும். இயற்கைக்கு மாறாக மிகவும் சிர  
 மப்பட்டு உணவுகளை அதிகிக்கிரத்தில் ஒன்  
 றும் பாதிபுமாக மென்று விழுங்கி விடுவதால்  
 அவ்வுணவு நன்கு ஜீர்ணமாவதில்லை. ஆழார

ரத்தைக் கவனத்தடன் நன்றாக மென்றுப் புரிந்தால், அப்பதார்த்தங்களில் இயற்கையி லேயே அடங்கியுள்ள நறுமணமும் அருஞ்சுவையும் நன்கு வெளிப்பட்டு, மனதாக்கும் ஜீர்ணக்கருவிகளுக்கும் இன்பமளிப்பது ஒருபுறமிருக்க, அநாவசியமான—அல்லது அநர்த்தமுண்டாக்கக்கூடிய—மிதமிஞ்சிய ஊறுகாய் முதலிய பதார்த்தங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியமும் நேரிடுவதில்லை. பெண்புறம் மற் றொரு இலாபமாகும், கவனத்தடன் மெதுவாக உணவுகளை மென்றுப் புரிப்பது, அஜீர்ணரோகமும் அக்னிமாந்த்யமும் உண்டாகாமல் தழிப்பதற்கு முக்கியமான ஹேதுவாயிருப்பது மல்லாமல், அவ்விதமான அப்பாஸத்தினால் பற்களும் அகனதன் இயற்கையான வேலையை வருத்தவின்றியே செய்து சீரழியாமல் நீடித்த காலம் ஒழுங்காக இருக்கும்.

தினத்திற்கு ஒரு முறை ம்ருஷ்டானன்ம அவசியமென்றாலும், வயிறு நன்றாகப் பூர்த்தியாகும்வரையில் சாப்பிடுவது சரியல்ல. பசிமுற்றிலும் தீர்த்து விடுவதற்கு முன்—தெகிட் டல் உண்டாவதற்கு முன்பே—கலத்தைவிட்டு எழுந்துவிடுவது எப்பொழுதும் கலமாயிருக்கும். மிதமிஞ்சிய புண்புதால் இரைப்பைக்கு நோக வயிற்றில் லௌகரியக்குறைவான ஏதோ ஒருவித உணர்ச்சியுண்டாவது இயல்பு; அது விசேஷமாக வருந்தக்கூடியவாறு ஒரு வித வலியாகத் தோன்றுவதில்லை. பென்றாலும், அவ்வாறு உணவுண்ட பிறகு தேஹத்தில் விசேஷமான சோம்பலும் சுருசுருப்பின்மையும் உண்டாய், விசேஷமாக சித்திரையும் வருமாகையால், அவ்வித சிலைமை அருவருக்கக் கூடிய தென்பதில் லக்ஷணமில்லை. இவ்விதமான உணர்ச்சி எப்பொழுது உண்டாகிறதோ அப்பொழுது நாம் புரிந்த உணவு அளவில் அதிகமானதென்று நன்கு அறிந்துகொள்ளலாம். மிதமிஞ்சிய உணவு அஜீர்ணத்திற்குக் காரணமென்று நாம் தவிர்ப்படக் கூறவேண்டிய அசியமில்லை.

ஒரு வேளை ஆஹாரமுண்டபிறகு மற் றொரு போஜனவேளை வருவதற்கு முன்பு இடையில் எவ்விதமான உணவுப் பொருளையும் உபயோகிக்கக் கூடாது. பலவிதமான சுவையுள்ள மிட்டாய்களையும், பணிகாரங்களையும், பழங்களையும் தோன்றின நேரமெல்லாம் பலர் உபயோகிப்பது வழக்கம்; இவ்வித தர்வழக்கத்தினால் அடிக்கடி உபயோகிக்கப்படும் அவ்வுணவுகள் ஜீர்ணமாகாமற் போவதுமாத்திரமல்ல, குடல்களின் ஜீர்ணத்தொழிலும் சீரழிந்து இயற்கைக்கு அவசியமான ஆஹாரங்களையும் அவ்வலயவல்கள் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவைகளாய், சிக்கிரத்திலாவது சில நாட்களுக்கும் பிறகாவது பலமான அஜீர்ணரோகமுண்டாய் விடுவதும் உண்மை. வயது வந்தவர்களும் விசேஷமாய் குழந்தைகளும் இவ்வழக்கத்திற்கு உட்படுவது எவ்வளவு ஸாதாரணமாயிருக்கின்றதோ, அவ்விதமே அவர்கள் ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற் றொரு நாளாவது இவ்விதாதிக்கு உடன்பட்டுத் துன்பமனுபபிப்பதும் அவ்வளவு ஸாதாரணமாகவே இருக்கிறது. ஒருவேளை போஜனத்திற்கும் மற் றொருவேளை போஜனத்திற்கும் இடையில் தண்ணீர், எலுமிச்சம்பழம் பானகம், அல்லது அவற்றிற்கு ஸமானமான வேறுவித திரவப் பான்கள் என்னும் இவற்றைத் தவிர்த்து வேறு எவ்விதமான உணவும் உபயோகிக்கக் கூடாது.

வைத்தியகலாநிதி - முதல்வால்யம்.

முதல் வருஷத்திய 12-லஞ்சிகைகளையும் சேர்த்து அழகாக காலிகோ பைண்டு செய்யப்பட்டிருக்கிறது. விவரமான அட்டவணைகளுடன் கூடியது. ஜூன் 30 உ வரையில் விலை ரூ. 5-14-0. ஜூலை முதல் அதன் விலை ரூ. 4-8-0 ஆய்விடும். அப்பொழுது தபால் சார்ஜும் சேர்த்து 5-4-0. காபிஷன் வெகு சொற்பத்தான் கையிருப்பு.

வைத்தியகலாநிதி சூப்ஸ்,  
மின்டுபிண்டிங்ஸ், சென்னை.

## YACINATION AND SANITATION.

அம்மை குத்துதலும் சுகாதாரமும்.

By J. S. MIRZAN.

சில நாட்களுக்கு முன் கீழே இந்தியா பத்திரிகையில் அம்மைகுத்தும் விஷயமாக டீ. ஜே. டி. பிக்ஸ், ஜே. பி. என் பவர் எழுதியிருந்த விஷயத்தை நான் வெகு கருத்துடன் படித்ததில் அடியில் குறிப்பிடும் சில விஷயங்களை பொதுஜனங்கள் அறிந்திருக்கவேண்டுமென்று வெளியிடுவதற்கு அபிப்பிராயப்படுகிறேன். நான் அடியில் குறிப்பிடும் விஷயமானது, காலஞ்சென்ற மஹாப் பிரவீத்த புருஷனான மிஸ்டர் W. T. ஸ்டெட் என்பவரால் “நவீன சாஸ்திர முறைக்கு அதிகாரியான நமது பஹா புருஷன்” என்று கூறப்பட்ட டாக்டர் ஆல் பெர்ட் ரஸ்ஸல்வாலெஸ், O. M., L. L. D., D. C. L., F. R. S., அவர்களால் இயற்றப்பட்ட “A Summary of the Proofs that Vaccination does not prevent Smallpox but really increases it” என்னும் விஷயமடங்கிய துண்டுப்பத்திரிகையிலிருந்து கிரஹிக்கப்பட்டதாம்.

முப்பது வருஷகாலமாய் லீவீஸ்டெர் என்னும் பட்டணத்தில் அம்மைகுத்தும் வழக்கம் குறைந்து வந்ததற்குக் காரணங்களில் லாமர்ட் போகவில்லை.

(1) லீவீஸ்டெர் என்னும் நகரம் மிகப்பெரிய கைத்பெரியதொழில் நடக்குமிடமாம். அதில் சுமார் 200,000 பிரஜைகள் உண்டு. அவர்களில் பெரும்பான்மையோர் அம்மைகுத்துவது எவ்விதத்திலும் உபயோகமற்றது என்று முடிவாக நிச்சயித்து வந்ததுடன், அவ்விடத்திலுள்ள வைத்தியர்களும், இராஜாங்க அதிகாரிகளும் இதற்கு உட்படாமல் லீலகிக் கொண்டு வந்தனர். அம்மை குத்திக்கொள்வதால் முன்னதாகவே எய்ப்சிக்கும் சில தீங்குகளைத் தவிர்த்து வேறு எவ்வித குணத்தையும் அவ்விடத்திலுள்ளவர் கண்டதில்லைபாம். 1872-ம் வருஷத்திற்குக் கீழே லீவீஸ்டெரானது வெகு நன்றாக முழுமையும் அம்மை குத்தப்பட்டு

வந்த அதைச் சேர்ந்த நகரங்களுள் மிகப்பிரதானமாயிருந்து வந்தது. மஸூரிகை பென்னும் பெருவாரியியாதி விசேஷபா புண்டாவதைக் கருதி அப்பொழுது அவ்விடத்தில் ஜனனவிகிதத்தினும் மிக்க அதிகமான பெயருக்கு அம்மைகுத்தப்பட்டதுண்டு. 1871-ம் வருஷத்திலேயே எவ்வளவு அதிகமாக அம்மை குத்தும் கணக்கு அபிவ்ருத்தியாகலாமோ அவ்வளவும் பூர்த்தியாய் அனைத்துக்கும் ரிகார்டுகளும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருந்தன; அவ்வருஷத்தில் இப்பெருவாரி வியாதி மிதமிஞ்சி அதன் கொடுஞ்செயலை வெகு மும்மரமாகக் காட்டியது; அவ்வருஷத்தில் பத்து லக்ஷம் பெயரில் 3,500 ஜனங்களுக்கு மேலாகவே இவ்வியாதியினால் இறந்திருக்கின்றனர்; அதே வருஷத்தில் லண்டனிலும் அதைச் சுற்றிலும் மொத்தம் இறந்துபோனவர்களின் தொகையில் இவ்வியாதியினால் மட்டும் மரித்துப்போனவர் பத்து லக்ஷத்துக்கு ஆயிரம் வீதம் கணக்கிடப்பட்டது. அம்மை குத்துவதால் எவ்வளவு உபயோகமுண்டென்பதைப் பற்றி ஏதாவது பரிசீலனை செய்ய உத்தேசித்தால், 1871-வது நூற்றாண்டில் சுமார் நூற்று வருஷகாலம் சுகாதாரவிஷயத்தில் மிகவும் பின்தங்கியிருந்த லண்டன் நகரம் முதலானவைவிட முற்றிலும் அம்மைகுத்தப்பட்ட ஜனங்களடக்கிய லீவீஸ்டெர் நகரத்து ஜனங்களே அதிக அளவாக மஸூரிகை பென்னும் பெரியமனைவியினால் மாண்டுபோயினர் என்பதைக்கொண்டே உண்மை இவ்விதமானதென்று சிந்தாரணம் செய்யலாம்.

ஆனால் இன்னும் முக்கியமான சில ஆதாரங்களையும் இங்கு எடுத்தியலிக்க முடியும்.

(2) லீவீஸ்டெரில் பயங்கமான மாணவிகிதமானது, அவ்விடத்து ஜனங்களுக்கு அம்மை குத்தும் வழக்கத்திலிருந்து நம்பிக்கையை அடிபோடு தலைத்தாவிட்டது. ஏழைகளென்ன, செல்வவாக்களென்ன, இராஜாங்க வேலைக்காரர்களென்ன இவர்களும், முனிவிராஸீடி அதிகாரிகளுக்கூட அவரவர்களுடைய குழந்தைகளுக்கு அம்மைகுத்தக்கூடாது என்று மறுத்து விட்டனர். இவ்வித மறுப்பானது 1890-ம் ஆண்டு வரையில் தொடர்ந்து வந்தது; இதற்கு முன்னால் முற்றிலும் அம்மை குத்தப்பட்டு வந்த விடத்தில் பிறகு நூற்றுக்கு 95 ஜனங்கள் அம்மை குத்தப்படாதவ

ராகவும், பிறந்தவர்களில் 100-க்கு 5-பெயரே இறந்து உட்பட்டவராகவும் இருந்தனர்! அம்மைகுத்துவது அவக்குமிபென்று அறிவிக்குமாறு அதைக் குத்திக்கொள்பவரின் தொகை மிகக் குறைந்த கொண்டே வருகையில், அதற்கு எதிராக தீர்க்காலோசனை செய்த அவ்விடத்துடாட்டர்களும் இவ்விஷயமாய் அடிக்கடி விசாரனை செய்து சிலபேருக்குமட்டும் இதைப் பிரயோகிக்கமுயன்றும் விசேஷமாக பலிக்காமற் போனதில், 'முதலில் ஒரு பிரகேசத்தில் வைகுரிக்குத்தும் வழக்கம் வெகு மும்மமாக அக்னியைப்போல் ஒரு முலையிடுருந்த மற் றெல்லாவிடத்திற்கும் பரவிவருவதற்கு அனுகூலமான தருணம் ஏற்பட்ட போதிலும், அவ்வழக்கம் முற்றிலும் பரவிய பின்னர் அதனுலண்டாகும் பிரயோஜனம் அவ்விடத்தில் சற்றேறக்குறைய பத்து பேருக்கு ஒருவிடமே பலனளிக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது' என்று ஒருவாறு நிச்சயித்துக்கொண்டார்கள். என்றாலும் இம்முறை மறுபடியும் அடிக்கடி பிரயோகிக்கப்பட்டு வந்தும், அது எவ்விதத்திலும் பரவுவது ளாத்நியமில்லாமற்போய்விட்டது. அந்நாள்முதல் இதுவரையில் அவ்விடங்களில் முற்றிலும் அம்மைகுத்துவது மறுக்கப்பட்டுப்போயும் ஜனலங்கையை முன்னிலும் குறைமாமலிருப்பதன், அவர்களில் பெரியம்மையினால் மாண்டு போகிறவர்களும் வெகுசொற்பமாகவே இருப்பதாய் அறியப்படுகிறது. டாக்டர்கள் 'அவ்விடத்திய ஜனங்கள் இரகணைக்கு உட்படாதவர்கள்' என்று கூறும்படி இப்பொழுது அவ்விடத்தியவர் இக்கட்டிக்கு வினில் அகப்படாதபடி தாராளமாய் வாழ்ந்துவருகின்றனர்! அம்மைகுத்துவதானது பெரியம்மையை வராதபடிதடுப்பதற்குப் பதிலாக, அது உற்பத்தியாவதற்கு வேண்டிய வெளக்கியங்களை மனிதநேஷமத்தில் உண்டாக்கிவிடுகின்றது என்பதற்கு இதுவேபோதுமான அத்தாட்சியாகும்; ஆகவே அம்மைகுத்தும் வழக்கத்தைத் தூலிப்பதற்கு லீவிஸ்டெரிஸிருந்தவர்கள் செய்தது ஒன்று தான் நமக்கும் தகுந்த உபாயமென்று நிச்சயித்துக்கொண்டு அதைத் தூலிக்க வேண்டியதற்கு அவ்வாறு முயற்சி செய்வதுடன், பெரியம்மை வருவதற்கு ஆதாரமான வேறு வழிகளையும் அழிக்கக் கசாதாரமுறையை பொதுஜனங்கள் கண்டு கவனிக்கவேண்டும்.

## வைத்திய கலாநிதி.

ராஷஸவ்ரூ சித்திரைமீர்.

### THE ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE.

அகில-பராத ஆயுர்வேத வைத்திய லம்மேளநம்.

இம்மஹாஸபை அடுத்த டிசம்பரில் அல்லது ஜனவரியில் இச்சென்னை யில் கூடப்போகிற தென்கிழை விஷயத்தைப்பற்றி முன் ஸஞ்சிகையிலேயே இம்மாகாணத்திற்குக் கார்ப்பத்சியான நாம் ஒரு கீர்ப்பம் வெளியிட்டிருந்தோமென்பதை அநேக ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் பிறரும் பார்த்திருக்கக்கூடும். ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் முன்னுக்குவருவதற்கு இந்த மஹாஸபையே மிகப் பிரதான ஆதாரமென்று நாம் கூறவேண்டியது அராவசியம். இதற்கு முன் ஆறுவருஷக் காலமாய் வட இந்தியாவில் அவ்விடத்திய ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும், அதில் அபிமானமுள்ள மற்றப் பிரபுக்களும் சேர்ந்து இதை வருஷந்தோறும் ஒவ்வோரிடத்தில் கூட்டி சில காரியங்களை இச்சாஸ்திராபிவ்ருத்தியின் பொருட்டுச் செய்துவந்திருக்கின்றனர். இந்த மஹாமண்டலத்தைப்பற்றிய சில கிவரங்களை முன்னதாய் நமது நேயர்கள் அறிந்திருக்கவேண்டியது அவசியமென்றும், அப்படியே சிலர் அறிய விரும்புகிறார்கள் எனத்தெரிந்தும் அவ்விவரங்களை இதனடியில் சுருக்கமாகக் கூறுகிறோம்:

இந்த வைத்திய லம்மேளநத்திற்கு இந்தியாவில் மிகவும் புண்ணிய சேஷத்திரமென்று கருதப்படும் பிரயாகையில் பிரதான கார்யாலயம் இருக்கின்றது. அங்கு ஆயுர்வேதம் படிப்பவரைப் பரிசுஷித்து அப்பரிசுஷிகளில் தேர்ந்தவருக்கு யோக்யபாபத்திரங்கள் அல்லது அதிகாரப் பத்திரங்கள் வருஷந்தோறும் அளிக்கப்படுவதன் நிமித்தம் அநேக கனவான்களும்

கிய ஆயுர்வேத வித்யாபீடம் என்று ஒரு ஆயுர்வேத கல்லூரியும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றது. அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு இவ்வித்யாபீடம் ஓர் ஆதாரமாயிருந்து, அதன் பிரதான அங்கத்தினர்களான சில கனவான்களே இம்மஹா ஸம்மேளனத்திற்கும் முக்கிய அங்கத்தினராயிருந்து வருகின்றனர். ஸ்ரீ தர்ப்பங்காமஹாராஜா, ஸ்ரீ கொல்ஹாஸ்ரீ மஹாராஜா, ஸ்ரீ ரால் ராகவப்ரஸாத் நாராயண ஸ்ரீ பஹதூர், டாக்டர் ஸர். பாலசந்திர க்ருஷ்ண, கே. டி. எல். எம். ஜே. பி., கிர்பண ஸாகரப்ரஸு என்கிற மிகப் பிரவித்தமான முத்திராக்ஷரகாலேபின் அகிபுத்தியான ஸ்ரீ துகாராம ஜாவஜி, ஜே. பி., ஸ்ரீ கேமராஜ ஸ்ரீ கிருஷ்ணகாலஜி, பிஷ்கர்ரன் நந்தலால்ஜி முதலியவர்கள் மேற்கூறிய வித்யாபீடத்தை ஆதரிப்பவர்கள். இந்த மஹாமண்டலம் இதற்கு முன்பிரயாகை, பம்பாய், கான்பூர், மதுரை, கல்கத்தா இவ்விடங்களில் கூடி அநேக காரியங்களைப்பற்றி ஆலோசனை செய்து தீர்மானங்கள் சிலவற்றையும் சிறைவேற்றியிருக்கின்றது. அத்தீர்மானங்களைப்பற்றிய விவரங்கள் அவசியமானால் மற்றொருமுறை பிரசுரிக்கப்படும்; மஹாமண்டலத்தின் முக்கியமான சியமங்களே முதலில் இதனடியில் குறிப்பிடப்படுகின்றன. காலஞ்சென்ற ஆயுர்வேதமஹோபாத்தியாய பண்டித சங்கரதாஜி சாஸ்திர்பதே என்றும் வைத்திய வித்வானுடைய பெரு முயற்சியினால் இந்த மஹாமண்டலம் ஸ்தாபிக்கப்பட்டு, அவராலேயே அநேக சியமங்களும் இதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டன. அந்த சியமங்கள் கான்பூர் நகரத்தில் மஹாமண்டலம் நான்காம் முறை கூடியபோது ஸங்கத்தின் ஆலோசனைக்குக் கொண்டுவரப்பட்டு அடியில்வருமாறு அனைவராலும் ஒருங்கே அவை அங்கீகரிக்கப்பட்டன:

1. நீகில-பாரதவர்ஷிய வைத்தியஸம்மேளனம் என்று இந்த ஸபை அழைக்கப்படும்.

2. இதன் உத்தேசங்கள்:

(a) இந்தியாவிலுள்ள எல்லாவைத்திய ஸபைகளுக்கும் இந்த மஹாஸபை ஓர் ஆதாரமாயிருந்து ஆயுர்

வேதத்தை முன்னுக்குக்கொண்டிருவதற்காக முயற்சிகள் செய்ய்தல்.

(b) இந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு ஒற்றுமைக்கும் வழிகளை அறிவித்து அவர்களுடைய கேட்கத்தை விருத்திசெய்தல்.

(c) வைத்திய ஸங்கங்களை வெவ்வேறிடங்களில் ஏற்படுத்தல், பொருட் காட்சிகளை யேற்படுத்தல், வைத்தியநூல்களை சீர்திருத்துப் பிரசுரித்தல், வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் பிரசுரித்தல் முதலிய வேலைகளைச் செய்வது.

(d) தற்போலமுள்ள வைத்தியர்களுக்கு அறிவை அபிவிருத்தி செய்வீக்கவும், அவர்கள் அதன்மூலமாய்க் கௌரவத்தைப்பெறவும் முயற்சி செய்தல்.

(e) ஆயுர்வேதத்தை முறைப்படி கற்பதற்கு கலாசாலை முதலியவை ஸ்தாபித்து சிறுவர்களுக்கு வைத்திய சான்றிதர்த்தில் ஸல்ல பயிற்சி புண்டபண்ணுதல்.

(f) ஆயுர்வேதநூல்களில் காலக்ரமத்தில் கேரிட்டபிழைபட்ட சில பாடங்களை விலக்கி ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து நமது வைத்திய முறையை பிரத்தியக்ஷாபுலவர்களுக்கு இணங்கச் சீர்திருத்தல்.

(g) ஆயுர்வேத முறைப்படி தொழில் செய்பவர், இம்முறையை அபிமானிப்பவர், இத்தகாக உழைப்பவர் என்னும் இவர்களுக்குப் பட்டங்களையும் பஹுமானம் முதலியவற்றையும் அளித்து அவர்களை உதஸாஹப்படுத்தல்.

(h) அந்தந்த ஸமயத்திற்கேற்றவாறு ஆயுர்வேதத்தை முன்னுக்குக் கொண்டுவரத்தகுந்த மற்ற முன்ன உபாயங்களை யனுஸரித்து உசிதமான காரியங்களைச் செய்தல்.

3. வைத்தி ஸம்மேளனம் நடக்கவேண்டிய இடங்கள்:

(a) அதற்கு முன் ஸம்மேளனத்தில் அடுத்தமுறை எவ்விடத்தில் கூடவேண்டுமென்று சிச்சயிக்கப்படுகிறதோ அவ்விடத்தில்தான் இந்த மஹாஸபை கூடும்.

(b) ஒரு ஸம்மேளனத்தில் அடுத்தமுறை இன்னவிடத்தில் கூடவேண்டுமென்று சிச்சயிக்கப்படாவிட்டால் "ஆயுர்வேத மண்டலத்தின்" ஆலோசனைப்படி அந்த ஸம்மேளனம் கடைபெறும்.

(c) வருஷாந்தர ஸம்மேளனம் கூடுவதற்குள் இடையில் ஏதாவது விஷயமாக ஸம்மேளனம் கூடவேண்டியது அவசியமானால், இதன் மூலஸங்கமான மஹாமண்டலம் அதை நிர்ணயம் செய்யவேண்டும்.

(d) ஏதேனும் காரணத்தினால் ஸம்மேனாதந்திற்காக முதலில் கீர்ணிக்கப்பட்ட ஸ்தானம் மாற்றப்பட வேண்டியவர்களால் அதுவும் மஹாமண்டலத்தின் அதிகாரத்திற்கு உட்பட்டது.

4. வைத்திய ஸம்மேனாதத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறு ஸபை முதலிடமாக:

(a) "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்". இதுவே வைத்திய ஸம்மேனாதத்திற்கு ஸ்தாயிமியதி (Standing Committee) ஆகும்.

(b) "ஆயுர்வேத வித்யாபீடம்". இது வைத்தியப் பரீட்சை செய்து, அதில் தேர்ந்தவருக்கு அதிகாரப்பத்திரம் முதலியதைக் கொடுக்கும் ஸங்கம்.

(c) "ஆயுர்வேத சிதி" ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான காரியங்களை கடைபிடித்து செய்வதற்காகப் பியாயகையில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கின்ற ஒரு சிதி.

(d) ஆயுர்வேதத்தை அபிவருத்தி செய்வதன் பொருட்டு இந்தியாவில் ஸ்தாபிக்கப்படும் இதர ஸங்கங்களும் மஹாமண்டல காரியத்திற்குத் தெரியப்படுத்தி, அவற்றை இந்த ஸம்மேனாதத்திற்கு ஸம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளலாம். அவ்விதம் தமது ஸங்கத்தை இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகச் செய்துகொள்ள விரும்புவவர், விண்ணப்பக் கடிதத்துடன் ரீசுபாய்க்குக் குறைபாமல் சத்தாந்த தொகையையும் அனுப்பவேண்டும். ஒவ்வொரு வருஷமும் இவ்வாறு கொடுக்கவேண்டியது அவசியம். வருஷந்தோறும் நடக்கும் வைத்திய ஸம்மேனாதத்திற்கு இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட ஸங்கத்தார் பிரதிநிதிகளைத் தெரிந்தெடுத்து அனுப்பியவராம்.

5. ஸ்த்தாயிமியதி அல்லது ஸ்டாண்டிங் கமிட்டி. இதுதான் ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம் எனப்படுகிறது:

(a) வைத்திய ஸம்மேனாதத்தில் தீர்மானிக்கப்படும் அல்லது கடைபிடிக்கும் விஷயங்களைப்பற்றி அடுத்த ஸம்மேனாக்கவரையில் பிரதிவருஷமும் செய்யவேண்டிய காரியங்களை கீற்றவேற்றுவதற்காக இந்த ஸபை ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது. இதுதான் "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்" என்று கூறப்படுகிறது.

(b) இந்த கமிட்டியில் ஸபாபதி ஒருவர், உபஸபாபதிகள் இருவர், ஒரு பிரதான காரியதர்சி, உதவி காரியதர்சி ஒருவர், மாகாண காரியதர்சிகள் ஒவ்வொரு மாகாணத்துக்கு ஒருவர் அல்லது இருவர் வீதம்—பலர், வரவுபெறவு கணக்குப்பார்ப்பவர் ஒருவர், பொக்கிஷதாரர் ஒருவர், ஸபையின் அங்கத்தினர் 101 பேயர்,

(c) ஸபாபத்யகராவது உபஸபாபத்யகராவது இருவரில் ஒருவரும், இரண்டு காரியதர்சிகளும், பொக்கிஷதாரர் ஒருவரும் மஹாமண்டலமிருக்கமுடிந்திலேயே வலியுபயோகமிருக்கவேண்டும்.

(d) மேலே குறிக்கப்படுமாதிரி இரண்டு அங்கத்தினர் தெரிந்தெடுக்கப்படுவார்கள். ஐக்கிய மாகாணத்திற்கு அங்கத்தினர் 14, ஆஸாம் காட்டிற்கு அங்கத்தினர் 12, பம்பாய் மாகாணத்திற்கு 10, பஞ்சாபுக்கு 8, மத்தியமாகாணத்துக்கு 7, ராஜபுஸத்திற்கு 10, கேள்யின் மாகாணத்திற்கு 5, பிறாருக்கு 5, ஒரிஸ்ஸாவுக்கு 1, மஹாமண்டல மிருக்குமிடத்தில் 9, வியட்நாமத்திற்கு 1, பெரோடாவுக்கு 2, காங்கிரசுக்கு 1, கோபாலத்திற்கு 2, பாம்பாய்க்கு 1, மைசூருக்கு 1, கர்ஜரதேசத்துக்கு 1, விகித்ததேசத்திற்கு 1, மத்திய இந்தியாவுக்கு 7, ஐதராபாத்துக்கு 1.

(e) மேற்கூறிய அங்கத்தினரைத் தவிர அங்கத்தவருடன்கூட ஸம்மேனாதத்தின் அக்கிரமஸாதிபதிகளும், வைத்திய ஸம்மேனாதத்தினுடையவும் ஸ்தாயிமியதினுடையவும் காரியதர்சிகளும் மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினர்களாகக் கருதப்படுவார்கள்.

(f) வைத்திய ஸம்மேனாதத்தில் அங்கத்தவருடன்கூட அக்கிரமஸாதிபதியாயிருப்பவரே அடுத்த வருஷம்வரையில் மஹாமண்டலத்தின் அக்கிரமஸாதிபதியாகவும் வேலை செய்துவருவர்.

(g) மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினரில் எவரேனும் விவகிவிட்டால் மறுபடி அந்த ஸ்தானத்திற்கு ஒருவரை மஹாமண்டலமே ஏற்படுத்தும் அதிகாரமுடையது.

(h) மஹாமண்டல காரியாலயம் முக்கியமாக ஒரிசுட்டில் (இப்பொழுது பரியாயகையில்) ஸ்தாபிக்கப்பட்டவேண்டும். மற்றேரிடத்தில் அரை மாற்றுவது மஹாமண்டல கமிட்டியினர் அநீதம்.

(i) ஸ்த்தாயிமியதியின் எல்லா ஸம்பேனாக்களைப்பற்றிய விஷயங்களையும் சந்தரேசக்குறைய 10 காட்டுகளுக்கு முன்னதாகவே அங்கத்தினருக்கு அறிவித்து பத்திரிகைகளிலும் பிரசுரிக்கவேண்டும். அந்நியமேன அல்லவாக காரியங்களில் காரியதர்சி கமிட்டியின் மெம்பர்களுக்குத் தெரிவித்தபின்னர் கூடியதேகிரத்தில் ஸம்மேனாதத்தை நடத்தலாம்.

(j) மஹாமண்டலம் ஏதாவது முக்கியமான காரியத்திற்காகக் கூடவேண்டும்மானால் குறைந்தபடியும் ஐந்து அங்கத்தினர்கள் வந்திருக்கவேண்டும்; அதற்குக் குறைவாக இருந்தால் மற்றொரு தினத்தில் கூடிவதற்கு ஏற்பாடு செய்யலாம்.

(k) எவரேனும் ஒரு அங்கத்தினர் மஹாமண்டலத்தின் எந்த ஸம்மேளனத்திற்கும் வராமல், இரண்டு வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கும் வராமல் சின்றுவிட்டால் அவரை மஹாமண்டலத்திலிருந்து விலக்கிவிடவேண்டும்.

(l) ஸ்த்ரீயை விதியின் காரியங்களும், அதன்வரவு செலவு விவரங்களும் ஒவ்வொரு வருஷமும் காரியதர்சியினால் வைத்திய ஸம்மேளனம் கூடும்போது அங்கத்தினருக்கு அறிவிக்கப்படவேண்டும்.

(m) வருஷாந்தர ஸம்மேளனத்தில் அவசியமான அங்கத்தினர்கள் சியமிக்கப்பட்டால், காரியதர்சியுடைய மூலமாக அவசியமானவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தி மாகாண அங்கத்தினர்களை சியமித்துவிடலாம்; விசேஷக்கமிட்டி ஒன்றை ஏற்படுத்தியாவது அம்மகாண அங்கத்தினர்களை சியமிக்கலாம்; தகுந்த முயற்சிசெய்தும் ஒரு மாகாணத்திற்கு வேண்டிய அங்கத்தினர் அவ்வளவும் பூர்த்தியாகாவிட்டால் மற்றொரு மாகாணத்தில் அங்கத்தினர்களை அதிகப்படுத்தலாம்.

(n) வைத்திய ஸம்மேளனத்தின் ஸ்த்ரீயைவிதியினுடைய காரியத்தைச் செய்வதற்கான எல்லா அங்கத்தினர்களுடைய அதிகாரமும் ஸாமானானதே. வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறுவைத்திய ஸபைகளுடைய பிரதான காரியதர்சிகளும் இவ்வைத்திய ஸம்மேளனத்தின் அதிகாரத்தின்படி இதன் அங்கத்தினர்களாகச் சேர்த்துக்கொள்ளப்படுவார்கள். இவர்களும், வித்யாபீடத்தின் மற்ற அங்கத்தினர் முதலானவர்களும் அவரவர்களுடைய அபிப்பிராயத்தை ஸம்மேளன மையங்களில் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

(o) ஒவ்வொரு அங்கத்தினருள்—அவர் எவ்வித அங்கத்தினராக இருந்தாலும்—ஸ்த்ரீயைவிதிக்கு வருஷம் ஒன்றுக்கு மூன்று ரூபாய் சந்தா செலுத்தவேண்டும். ஸ்த்ரீயைவிதிக்கு இத்தொகை வந்து சேராதவரையில் அவர் அங்கத்தினராகக் கருதப்படமாட்டார். அவசியமாயிருந்தால் எவரையாவது கௌரவ அங்கத்தினராக சியமிக்க மஹாமண்டலத்திற்கு அதிகாரமுண்டு.

(p) காரியதர்சியுடைய அதிகாரத்தைப் பெற்றவர்களும், ஒரு வருஷத்தில் அக்கிராஸகாதிபதியாகவும் காரியதர்சியாகவும் இருந்தவர்களும் அடுத்த இரண்டு வருஷங்கள்கவரையில் தங்களையே சந்தாவைச் செலுத்தத் தவறினால் அவர்கள் மீண்டும் அவ்வகிராதையாவது அங்கத்தினர் என்னும் ஸ்த்ரீயைவிதியை வது பெறமாட்டார்கள்.

6, 7, இவ்விரண்டு சியமங்களுள் ஒன்று “ஆயுர்வேத கித்யா பீடத்திற்கும்,” மற்றொன்று “ஆயுர்வேத கிதி” ஸம்பந்தமான ஸமிதி அல்லது கமிட்டிக்கும் ஸம்பந்தப்பட்டவை; அவை இப்பொழுது இவ்வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு அவ்வளவாய் அவசியமானவைல்ல என்று நினைத்து அவ்விஷயங்களைப்பற்றிய சியமங்களை இங்கு நாம் விவரிக்காமல் விடுகோம்.

8. வரவேற்புச் சங்கம். இது ‘ஸ்த்ரீயைவிதியை ஸபா’ என்றும் சொல்லப்படும்:—

(a) வைத்திய ஸம்மேளனம் கூடவேண்டிய இடத்தில், வரப்போகிற ஸம்மேளனத்தின் காரியங்களில் பலவற்றை சிதைவேற்றுவதன் பொருட்டு வரவேற்புச் சங்கம் ஒன்று ஏற்படுத்தப்படும். கடந்த ஸம்மேளனத்திற்குப் பிறகு ஆறுமாதங்களுக்குள் இந்த சங்கம் ஸ்தாபிக்கப்படவேண்டும்.

(b) ஸ்த்ரீயைவிதியின் அக்கிராஸகாதிபதியுடைய இந்த சங்கம் வரப்போகிற ஸம்மேளனத்திற்கு மூன்று மாதம் முன்னதாகவே நடக்கவேண்டிய விஷயங்களைப்பற்றிய ஒரு அறிக்கை வெளியிடுகவேண்டும். அதை அனுஸரித்து ஸம்மேளன மையத்தில் உத்தமமான சில வியாஸங்களைப் படிப்பதற்குத் தகுந்த ஏற்பாடுகளைச் செய்யவேண்டும். ஸம்மேளன சியமம் முதலியவை இந்த சங்கத்தின் மூலமாய் ஏற்படுத்தப்படும்.

(c) ப்ரதிநிதிகளிடமிருந்து திரவியங்களை வசூல் செய்யவும் அதிகாரமுண்டு.

(d) ஸம்மேளனம் முடிந்தபிறகு வரவு செலவு விஷயங்களையும், உட்கீதரீய மற்றக் காரியங்களையும் பற்றி ஒரு ரிபோர்ட் தயார்செய்து ஸ்த்ரீயைவிதிக்கு மூன்று மாதத்திற்குள் அனுப்புவதுடன் மிச்சமுள்ள தொகையையும் அந்த ஸமிதிக்கு அனுப்பவேண்டியது.

(e) வரவேற்புச் சங்கத்தின் அக்கிராஸகாதிபதியாவது காரியதர்சியாவது இந்த சங்கம் ஏற்பட்ட விஷயத்தை ஸ்த்ரீயைவிதிக்கு உடனே தெரியப்படுத்தவேண்டும்.

9. பிரதிநிதிகள் (delegates) தெரிந்தெடுத்தல்:—

(a) தகுந்த சியமங்களுடன் வேலை செய்யும் வைத்திய ஸபைகளாவது, அல்லது இதில் அபிமான (b) முன்வெறு ஸபைகளாவது, வரவேற்புச் சங்கத்



தினாலேயேயாவது, ஸ்தாயி ஸமிதியிலாவது ஸம்மேனகத்திற்கு அவசியமான பிரதிசீதிகள் தெரிந்தெடுக்கப்படலாம்.

(c) ஒவ்வொரு பிரதிசீதியும் வரவேற்புச் சங்கத்தின் உதவிக் கார இரண்டு ரூபாய் கொடுக்க வேண்டும்.

(d) பிரதிசீதிகள் தங்கள் செலுத்த வேண்டிய தொகையைச் செலுத்திவிட்ட பிறகு, வரவேற்புச் சங்கத்தினிடமிருந்து உங்கள் அக்கீரணிக்கப்பட்டதாகக் கடிதம் கிடைத்ததும் அச்சகத்தின் காரியத்தில் தமது அபிப்பிராயம் முதலியதைக் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

10. அக்திராஸநாதிபதியைத் தேர்ந்தெடுத்தல். வரவேற்புச் சங்கம் ஏற்படுத்தப்பட்டு இவ்விஷயம் ஸ்தாயி ஸமிதிக்குத் தெரியப் படுத்தப்பட்டதும், ஸ்தாயி ஸமிதி சந்திரைக்குறைய 11-பெயர்களை இந்த ஸ்தானத்திற்கு யோக்யமானவர்களாகத் தெரிந்து கொடுக்க செய்ய, அதன்மேல் வரவேற்புச் சங்கம் அவ்விஷயத்தை ஆலோசித்து மற்ற வைத்திய ஸங்கங்களுக்கும், தெரியப்படுத்தி, எந்த கணவானுக்காக அதிக பேருடைய அபிப்பிராயம் கிடைக்கின்றதோ அவரே ஸம்மேனகத்திற்கு அக்திராஸநாதிபதியாகத் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டவராவார்.

11. ஸம்மேனகத்தில் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டிய விஷயங்களை தீர்ந்தாரணம் செய்யும் கமிட்டி:—

(a) ஒவ்வொரு ஸம்மேனகத்திலும் அக்திராஸநாதிபதியின் ஆரம்பப் பரஸங்கம் முடிந்ததும், பிரதிசீதிகள் ஒன்றாகடி விஷய தீர்ந்தாரணம் செய்யும் கமிட்டியை (Subject Committee) ஏற்படுத்தவேண்டும்.

(b) ஸம்மேனகத்தில் அவ்விஷயங்கள் பிரதிசீதிகளின் விசாரத்திற்கு வந்து அவசியமானபடி தீர்மானிக்கப்படும்.

(c) விஷய தீர்ந்தாரண ஸங்கத்தில் ஒப்புக்கொள்ளாத விஷயம் ஸம்மேனகத்தில் பிரஸ்தாபத்திற்கு விடப்படாட்டாது; ஆனால் அந்த ஸங்கத்தில் அக்கீரணிக்கப்பட்ட விஷயம் அக்திராஸநாதிபதியின் அனுமதியின்பேரில் சிறிது வேறுவிதமாக மாற்றப்படலாமென்றதைப் பிரதிசீதிகள் யேரேரேண செய்ய அதிகாரமுடையவர்களே.

12. விஷயங்கள் தீர்மானிக்கப்படும் கிராமம்:—

(a) ஸம்மேனகத்திலும் அதன் ஸம்பந்தப்பட்ட இரண்டுகளிலும் எந்த விஷயமும் அங்கத்தினர்களில் அதிகமானவர்கள் எவ்வாறு அபிப்பிராயப்படுகிறார்

களோ அவ்வாறே தீர்மானிக்கப்படும்; அவ்வாறு தீர்மானம் முடிவுக்கு வரும்போது அதை அக்திராஸநாதிபதி தனது அபிப்பிராயத்தைப் முன்னிட்டு தீர்ந்தாரணம் செய்வார்.

(b) எந்த விஷயமும் விவாதத்திற்கு வரும்போது அக்திராஸநாதிபதியின் கட்டளை அவ்விஷயத்தில் கௌரவிக்கக்கூடியதாகும்.

13, 14. இந்த சியமங்களும் இப்பொழுது அவ்வளவாய் கவனிக்கக் கூடியவாறு பிரதானமானவையல்ல.)

15. நியமங்களை மாற்றுவதில் முதலியன. ஸம்மேனகத்திற்கு ஸம்பந்தமான எந்த சியமமும் மாற்றப்படவேண்டியவந்தால், அடுத்த ஸம்மேனகம் கூடுவதற்கு ஒரு மாதம் முன்னதாகவே மூலமண்டலத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட இரண்டு ஸங்கங்களின் அபிப்பிராயங்களையும் ஸ்தாயி ஸமிதியின் காரியதரிசி தெரிந்துகொண்டு அவ்விஷயத்தை ஸம்மேனகத்தின் விஷய தீர்ந்தாரணம் கமிட்டியின் மூலமாய் விசாரத்திற்குக் கொண்டு வந்து, ஸம்மேனகத்தின் முன்பாக அம்மாதலை சிறைவேற்றவோ, மாற்றாமலே விட்டுவிடவோ கூடும்.

16. காரியம் எப்பொழுதும் நடந்துவருதல்:— ஸ்தாயி ஸமிதியின் பிரதான காரிய தரிசியுடைய ஆலோசனையையும் முன்னிட்டு, மாகாணக் காரியதரிசின், ஸம்மேனகம் கட்டத்தேரம் மாகாணங்களிலுள்ள வைத்திய ஸங்கங்களுடைய ஆதரவையின் பேரில் அந்தந்த மாகாணத்திலுள்ள காரியங்களை சிறைவேற்றவதில் உத்தரவாதிகளாவார்கள்.

ஸம்மேனகத்தின் விவரங்களே எமக்குத் தெரியவில்லையெ யென்று சிலர் குறைகூறக்கூடுமென்று கினைந்து ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து அவற்றையும் இங்கு தமிழில் சுருக்கமாக மொழிபெயர்த்து விவரித்தோம்: இவ்வாறு மேற்கூறிய சியமங்களை யனுஸரித்து இது முதற்கொண்டே அநேகம் காரியங்களைச் செய்யவேண்டியிருக்கிறது. வரவேற்புச் சங்கத்தை ஸ்தாபிப்பதற்கு இனி அதிக காலதாமதம் செய்வதற்கில்லை. ஆனால் நாம் முன் ஸஞ்சிகையில் எழுதிக் கேட்டுக்கொண்ட இந்த மாத் தென்னுட்டிலுள்ள வைத்தியர்களிடமிருந்து வேண்டியவளவு எமக்கு விவரமொன்றும் தகுந்தவாறு இன்னும் கிடைக்கவில்லை. சென்ற வருஷத்தில் கல்கத்தாவில் இந்த வைத்திய ஸம்மேனகம் நடந்தபோது சந்திரை

மக்குறைய 700 அல்லது 800 பிரதிநிதிகள் அதற்காக வந்திருந்தனர். வட இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு இவ்வைத்திய விஷயத்தில் சிரத்தையும், இது ஸம்பந்தமான காரியங்களில் உத்தஸாஹமும் அபரிமிதமாயிருப்பதுபோலவே அவர்களுக்கு செல்வமும் செல்வாக்கும் மேலோங்கி இருக்கின்றன. இத்தென்னிந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்கள் தமது சாஸ்திராபிவருத்தியிலும், தம்முடைய செல்வாக்கின் அபிவிருத்தியிலும் சிரத்தையும் விச்வாஸமும் உடையவர்களாயிருந்தால், இப்பொபொழுது நடைபெறவேண்டிய வைத்திய ஸம்மேளநத்தை இச்சென்னையில் வெகு சீரும் சிறப்புமாகச் செய்வதற்கு முன்வரவேண்டியது இன்றியமையாததாகும். இவ்விதம் செய்வதற்கு வைத்தியர்களான நாம் கடமைப்பட்டிருக்கின்றோமென்பதை மறக்கக்கூடாது. நமது வைத்திய முறைபையும் நம்மையும் முன்னேற்ற மடையச்செய்ய இந்த ஸம்மேளநம் கடவுளால் அளிக்கப்பெற்ற ஒரு அருமை யான வரப்பிரஸாதமென்று நாம் நம்பவேண்டும். ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய பாக்கியம் இந்த ஸம்மேளநத்தினாலே உதயமாவதாக விச்சயப்பிரகாராக.

## THE INDIAN MEDICAL SERVICE.

இண்டியன் மெடிக்கல் செர்வீஸ்.

ஐ. எம். எஸ். என்பது உயர்ந்த வைத்திய ஸம்பந்தமான அதிகாரத்தைப் பெறுவதற்குத் தகுந்த யோக்கியத்தைக் குறிக்கும் இண்டியன் மெடிக்கல் செர்வீஸ் என்னும் பட்டத்தின் குறியிய பெயராம். இதில் பிரேசுரிப்பதற்கான போட்டிப் பரீட்சை இக்கிளாவில் நடந்துவருகின்றது. இந்தியாவில் பிரவித்தமான பெரிய ஆஸ்பத்திரிகளிலும், ஹில்லாக்களுக்கு எம்பந்தப்பட்ட வைத்திய உத்தியோகங்களிலும், மற்றும் சிறந்த வைத்தியநிகாசர்களிலும் பெரும்பாலும் இப்பட்டம்பெற்ற ஐரோப்பியர்களே உத்தியோகத்தில் நியமிக்கப்பட்டு வருகின்றனர் என்பது பலர் அறிந்த விஷயம். முதலில் இவ்வித பட்டம் பெற்றவர்கள் இராணுவத்தில் ஸர்ஜன்களாக நியமிக்கப்படுவார்கள்

என்ற ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தும், பிரகு கிராமாக பெரிய விலையில் ஸர்ஜன்களுடைய ஸ்தானங்களிலும் அவர்களே விசேஷமாக நியமனம் பெறும்படியான செல்வாக்கை அடைந்தவிட்டனர். எம். பி. வி. எம். முதலிய வைத்தியப் பட்டங்களைப் பெற்றவர்களான நமது இந்தியர்களுடைய ஸாமர்த்தியம் எவ்வளவு சிறந்ததாயிருப்பினும், அவர்களை விலையில் அவலிண்டெண்டு ஸர்ஜன் வேலைக்குமேல் உயர்ந்தவது அரிது. இப்பொழுது கிராமாக இந்திய மாணவர்களின் சிலர் மேலே சென்ற பெருஞ் செலவு செய்து ஐ. எம். எஸ். பரீட்சையிலும் தேறி அக்களனரத்திற்கும் பாத்திரமாய் வருகின்றனர் என்ற நாம் துப்போதைக்கப்போது பத்திரிகைகளின் மூலமாய் அறிந்த வருவதுடன், அவ்விதம் தேரிய சிலரை தேர்ந்தார்ந்தும் வருகின்றோம். இந்தியர்களில் சிலர் இவ்வித உயர்பதவியைப் பெறுவதற்கேற்ற யோக்கியத்தை ஸம்பாதித்த தாலும் தமது தோளும் பெருமை யுறக்கூடிய ஸமயமும் ஸமீபித்த விட்டதென்ற ஆலோசித்த ஸத்தோஷமடைந்து வந்தோம். அந்த ஜூலை மாதம் முதல் ஐ. எம். எஸ். பரீட்சை நடத்தப்பட்ட மார்ட்டாடென்றும், அவ்வித உத்தியோகஸ்தர்கள் தேவையாயிருந்தால் ஆர். ஏ. எம். வி. இவ்ருத்த (அதாவது இவ்விதவேளையில் உத்தியோகம் வலிப்பவரிலிருந்து) அல்லது, ஐ. எம். எஸ். அந்தஸ்தில் தாக்காலிமமாக கமிஷன் பதவியை வலித்தவரிலிருந்தாவது அவ்வேலைகளுக்கு உத்தியோகஸ்தர்களை தெரிந்தெடுக்கவேண்டும் என்றும் விச்சயப்பித்த சென்ற மாதத்தில் இத்தியாமத்திரி ஓர் அறிக்கை வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார். இது இந்தியர்விஷயத்தில் மிகப் பிரதிகுலமான ஏற்பாட்டுன்பதில் ஸத்தேஹமில்லை. இக்கிளாண்டில் படிக்கும் இந்தியமாணக்கர்களுக்குப் பிரதிநிதியாயிருந்த வரும் டாக்டர் ஜே. என். மோடா என்னும் கனவான் இத்தியா என்கிற பத்திரிகையில் இவ்விஷயத்தை வெகு பலமாகத் தாக்கி எழுதியிருக்கிறார். முதலாவது இவ்வுத்தியோகத்திற்கு அவசியமானவர்களைத் தெரிந்தெடுப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி இந்தியர்களுக்கு யுத்தப்படி இவ்வுத்தியோக நியமனத்தில் பங்கு கிடைக்காமாட்டாது. ஆர். ஏ. எம். வி. என்பதிலாகட்டும், ஐ. எம். எஸ். இலாகட்டும் இந்தியர்களைவிட ஐரோப்பியர்களே 15 மடங்கு அதிகமாக தாக்காலி கமிஷன் (temporary commission) என்னும் பதவியை வலிப்பவராயிருக்கின்றனர்; ஆகவே ஐ. எம். எஸ். பதவியில் இந்தியர்கள் பதினாறில் ஒரு ஸ்தானத்திற்கு அதிகமான இடம்

தைப் பெறக்கூடியவர்களாக எவ்விதத்திலும் தோற்றவில்லை. சென்ற இரண்டு வருஷங்களாக வெளிப்படையாக நடத்தப்படும் இரண்டோட்டிப் பரீட்சையில் இந்தியர்கள் சற்றேறக்குறைய பாதி ஸ்தானங்களைப் பூர்த்தி செய்யக் கூடியவர்களாய் விட்டனர். பதினாறில் ஒரு பங்குக்குப் பதிலாய் பாதி ஸ்தானங்களை இந்தியர்கள் பெற்றவியும் சீலைமைக்கு வந்தவிட்டனர் என்றால் அது கண்டுக்கூறப்படக்கூடிய அபிவிருத்தி பெறப்பதற்குத் தடைமென்றது இவ்வியல்பான இரண்டாவது ஆசேடிமொன்றை டாக்டர் மேடாவினால் கண்டு விளக்கவே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றது. அவர் கூறவதாவது:—

“ஆக்கிலேயை வைத்தியர்களிலும் இந்திய வைத்தியர்களிலும் அநேகம்பேர் இப்பொழுது வியவிய ஆல்பத்திரிகளில் ஆயிரக்கணக்கான ஸாதாரண பிணியாளிகளுக்கும், காயம்பட்ட ஸோலார்சுகளுக்கும், கப்பற்காரர்களுக்கும் சிசித்தலை செய்வதில் தமது ஸாமர்த்தியத்தை உபயோகித்து வருகின்றனர்; கமிஷன் பதவியில் தாக்காலிகமாக சியமனம் பெற்றிருப்பவர்கள் வயவானியேசெய்துவருகின்றனரோ அவ்வளவுக்கு மேலேயே செய்வதில்லை மென்றாலும், அவர்களுக்குச் சமமாகவே திறமையுடன் வேலைசெய்து வருகின்றனர் என்பதில் ஸத்தேஷ்டில்லை. ஆனால் தெரிக்கிற தெரிந்த சியமிப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி அவ்வாறு வியவிய ஆல்பத்திரிகளில் உழைத்து வருபவர்கள் அவர்கள் வெகு குறைவான சம்பளத்தைப்பெற்றுக்கொண்டு வேலைசெய்து வருவதால்லாமல்—இந்த ஐ. எம். எஸ். உத்தியோகத்தைப் பெறவதற்கு இப்பொழுதுமே ஸெளகர்யம் வாய்க்கமாட்டா தென்ற குறைவும் உண்டாய்விடுகிறது.

“அநேகம் இந்திய டாக்டர்கள் பல மாஸ்க்கணக்காக இராணுவத்தில் காயம்பட்டவர்களுக்கு வேண்டிய சிசித்தலைகளைச் செய்துகொண்டுவந்தும், அவர்கள் இன்னும் கமிஷன் பதவிக்கு உயர்த்தப்படாமலேயிருக்க, ஆக்கிலேயர் மாத்திரம் ஐ. எ. எம். விய. என்னும் இராணுவ ஸேவத்தில் பிரவேசித்த பிச்சிசிரத்திலேயே—இந்தியர்களைப் புறக்கணித்தவிட்டு ஐ. எம். எஸ். பதவிக்குவேண்டிய உத்தியோகத்திற்கு உயர்த்தப்படுகின்றனர்.

“இந்தியா ஆபீஸ் இந்தியர்களுடைய விஷயத்தில் ஏன் இவ்வளவு மந்தராகவும் பீதபோக்குடையதாகவும் இருக்கின்றதோ அறிப முடியவில்லை. இவ்வாறு காயமுடட ஸோலார்சு முதலானவர்களுக்கு சிசித்தலை செய்வதற்கும் இந்திய டாக்டர்கள் இதுவரையில் கமி

ஷன் பதவியைப் பெறாமலே இருந்துவந்தாலும், பிரகாவது எப்பொழுதேனும் கமிஷன் பதவிக்குத் தெரிக்கிறக்கப்படுவார்கள் என்று சீனைக்க வழியுண்டா?”

முன்னராவது முறைப்பாடு என்னவென்றால்:—இந்தியா மந்திரி இவ்வியல்பத்தைக் கடுமானவரையில் இன்னும் சில மாதங்கள் முன்னதாகவே வெளிப்படுத்தாமல் திடீரென்று இப்பொழுது இவ்வாறு உத்தரவு பிறப்பித்ததேயாம். அந்த போட்டிப் பரீட்சைகளுக்குத் தயாராவதற்காக இந்தியமாணுக்கர்களில் வெகுபேர் ஏற்கனவே இக்கலாண்டுக்குப் போயிருக்கின்றனர். இத்தருணத்தில் அடுத்த ஜூலைக்குப் பிறகு இப்பரீட்சை சில நாட்கள்வரையில் எடுப்பட்டுப் போமென்று இவ்வித உத்தரவு பிறப்பிக்கப்படுமானால் அவ்வேழை மாணுக்கர்கள் மனோரத பக்கமடைந்து வீணே வருத்தவேண்டியவர்களாய் விடுவரல்லவா? “இவர்களின் புதிதாகச் சென்ற அநேகம் போர் இந்தியா ஆபீஸுக்கும் புத்த ஆபீஸுக்கும் தக்கனை தாக்காலிக கமிஷன் பதவியாவது சேர்த்துக்கொண்டவேண்டுமென்று விண்ணப்பங்கள் செய்து கொண்டும் அவை வீணாய்விட்டன” என்பது கம்மவர்களால் இன்னும் முக்கியமானக் குறிப்பிடக்கூடியது. ஆகவே இப்பொழுது இருக்கும் சீலைமையைக் கவனித்தால், இந்தியர்கள் ஐ. எம். எஸ். பதவியைப் பெறவதற்கான செல்வாக்குடையவர்களாகக் காணப்படவில்லை. இப்பரீட்சை சிறிதாகலாம் சிறுத்தப்படுமென்ற விஷயம் உறுதியாகக்கப்பட்டிருந்தால், இப்பொழுது ஆல்பத்திரிகளில் ஸேவகம்செய்து வருபவர்களிலிருந்தாவது இந்திய டாக்டர்களை இவ்வுத்தியோகத்திற்கு ஆக்கிலேயரைப் போலவே தெரிக்கவேண்டுமென்று அவர்கள் கேட்டுக்கொள்ளும் வெகு ஸாதாரணமான இவ்வேண்டு கோணியாவது இராஜாக்கத்தார் சேவிகொடுத்தக் கேட்பது மிகவும் ஆவியமென்று காம் சொல்லவேண்டியுயிதில்லை. மறுத்தான புத்தம் கடத்தேறும் இத்தருணத்தில் ஐ. எம். எஸ். பரீட்சையில் அதிக அளவான மாணுக்கர்கள் தேறிவிட்டால், அவர்களுக்கெல்லாம் அவர்களுடைய அதிகாரப்பத்திரத்திலுள்ள உறுதிமொழிப்படி உடனே உத்தியோகம் கொடுப்பது சிறிது கடினலாத் தியமாய் வருமென்று எண்ணி இப்பரீட்சையை சிறுத்திவைத்திருக்கலாம்; அவ்விதமானால் அத்தற்காக இந்தியர்கள் ஏதும் முறையிட்டுக்கொள்ள முன்வரமாட்டார்கள். ஆனால் தெரிக்கப்படுக்கும் விஷயத்திலும் ஆக்கிலேயை டாக்டர்களையே கவனிப்பதும், இந்திய டாக்டர்களைப் புறக்கணிப்பதும் இந்த மையத்திலும் அல்லது எந்த மையத்திலும் செய்யமென்று கருதப்படமாட்டாது.

## QUESTIONS AND ANSWERS.

வாந்தேஹ வினாக்களும் விடைகளும்.

வினா 8. கோ-பூ-குலேன்.

“ஐயா! “வைத்திய கலாசிதியின்” சென்ற பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 101-ம் பக்கத்தில் ‘இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் தடுக்கும் ஓர் தூதன் ஓளவுதம்’ கோ-பூ-குலேன் என்கிற பெயருடன் கண்டு பிடிக்கப்பட்டிருப்பதாகத் தெரிவிக்கிறீர்கள். ஆனால் அல் வெளவுதம் நமக்குக் கிடைக்குமா? கிடைக்குமாயின் எங்கிருந்து? அதன் விலை என்ன? எங்கிற விவரங்கள் ஒன்றும் குறிப்பிடப்படவில்லை. தெரிந்தால் நாமும் அவ்வெளவுதத்தை உபயோகிக்கலாம் என்றெண்ணுகிறேன். தயவு செய்து பதில் கொடுப்பீர்களாக.”

வி. எஸ். ஐயன் பிள்ளை.

விடை:—தாங்கள் தயவுசெய்து மற்றொரு முறை சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் ‘கோ-பூ-குலேன்’ என்பதைப்பற்றிய குறிப்பைக் கவனிப்பீர்களாக. அவ்வெளவுதம் போர்க்களங்களில் அதிக அளவாக கிடைப்பிருக்குமானாலும் வேறிடங்களுக்கு அது அணுப்பெய்து அரிதாயிருக்கும்; மேலும் இச்சமயத்தில் இத்தேசத்திற்கு அவ்வீடத்திலிருந்து அவ்வீத ஓளவுதத்தை ஏற்றுமதி செய்வதும் அஸாத்தியம். ஆகவே நமக்குக் கிடைக்காது. வியாபாரத்திற்கென்று அவ்வெளவுதம் வெளிப்பல் வந்த பிறகல்லவோ அதன் விலை வாரி முதலியவை அறியப்படலாம். ப-ர்.

வினா 9. யவதான்யம்.

“ஐயா! தயவு செய்து அடியிற்கண்ட வினாக்களுக்கு தாங்களாவது (பத்திராதிபர்), வைத்திய கலாசிதியின் கையொப்பக்காரர்களில் எவராவது விடையளிக்கக் கோருகிறேன்,

- (1) யவதானியம் என்றால் என்ன?
- (2) அதன் உபயோகங்கள் யாவை?
- (3) அது கிடைக்குமிடம் யாது?”

M. வைத்தியநாத முதலியார்.

விடை:—(1) இதை யவதான்யம் என்றே பலர் ஸாதாரணமாய் வழக்குவதுண்டு. சிலர் இதை வர்த்தகோதமை பென்றும் கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது. சில வைத்திய சிகண்டுகளில் விவரித்திருப்பதைக் கொண்டு இக்காலத்தில் பார்வியென்று ஆங்கிலத்தில் வழங்கப்படும் தானியமே ‘யவம்’ என்பதாகத் தெரிய வருகிறது.

(2) இத்தகு தேவீர்யம்-அதாவது அழற்சியைப் போக்கி தேஹதாதுக்களைக் குளிர்ச்செய்யும் குணமுண்டு; இது மலத்தையும் முக்கியமாக மூத்திரத்தையும் தாராளமாக வெளிப்படுத்தும்; தாதுக்களை நன்றாகப் போஷிக்கும்; ச்வாஸகாஸம் முதலிய ரோகங்களிலும் குணமுண்டாக்குவதாகவும் அறியப்படுகிறது. இதைக் கஞ்சியாகக் காய்ச்சி உபயோகிப்பது தான் வழக்கம்.

(3) அமெரிக்காவிலிருந்து விசுவநாதர் விளந்து இவ்வீடங்களுக்கு ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது; ஆசியா கண்டத்திலும் சிறிசில வீடங்களில் விளவதுண்டு. பார்விய அரிசியென்று கேட்டால் சில கடைகளில் இத்தானியம் கிடைக்கும். ப-ர்.

வினா 10. காதிநைத்தல்

சென்ற சில வாரங்களாக நான் காதிஸ் ஒருவித இரைத்துண்டாய் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன். இத்தகு என்ன விதமான சித்தியை உசிதமோ தயவுசெய்து தாங்கள் தெரியப்படுத்திவீர்களா?

W. C.

விடை:—காதுகளில் குறம்பி அதிகமாகச் சேர்ந்து விடுவதே பெரும்பாலும் இரைத்துண்டுக்குக் காரணமாயிருக்கும்; அதை ஸாதாரணமாக வெளிப்படுத்தமுடியாவிட்டால் உம்முடைய வைத்தியரிடம் சென்ற அதை வெளிப்படுத்தச் சொல்லும். ஆனால் பவநீனம், பாண்டரோகம், கீல்வாடி, காமாலை முதலிய ரோகங்களாலும், காதுக்குள்ளிருக்கும் சவ்வு வறட்சியுறவாலும் காதிநைத்தல் மையவியபதுண்டு. ஆனால் உம்முடைய கடித்திற்றிண்டென்ற விஷயங்களைக்கொண்டு குறம்பி அதிகரிப்பதானாலேயே இவ்வீத இரைத்தல் உண்டாயிருக்கவேண்டுமென்று சிச்சயிக்கிறோம்; அதை வெளிப்படுத்தி காதுகளைச் சுத்தம் செய்து கொண்டால், அதற்குமேல் எவ்வீத சித்தியையும் அவசியமில்லை. ப-ர்.

3-வது கேள்விக்கு விடை:—“பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் காமாலையும் அதன் சித்தியையும் என்ற தலைப்பின் கீழ் மில்லர் கே. என். அருணாசல ஐயர் வர்கள் கேட்ட ஸத்தேஹ வினாவுக்கு விடை.

(1) காமாலை ரோகத்தில் ஐயரயிருப்பதாக நமக்கு வெளிப்படையாய்த் தோன்றாவிடினும் ஐயர் மில்லர் திருப்பதில்லை; ஆனால் இந்த ஐயரத்துக்கும் இதர தேவியினின் ஐயரத்துக்கும் பெரும் பேதமுண்டு.

இந்த ரோகிக்கு இரத்தாசயமும் காடியும் வெகு தீவிர கதியாய் கடப்பதைப் பார்க்கலாம். காடிகள் படபடத்து கடப்பதால் உஷ்ணம் அதிகரிக்கிறது. இந்த உஷ்ணமே சிலருக்கு ஜ்வரம்போல் கிதித்துக் காண்பதால் காம் இறையும் ஜ்வரமென்கிறோம். கெஞ்சிவிருத்த உதவிவரை வெந்து புண்ணாகி அப்புண்ணின் கொதிப்பாலுண்டாகும் உஷ்ணத்திற்கு அக்கரஜீவரமென ஆண்டுரோகளை பெயர் கொடுத்துவிட்டு அவற்றின் சித்திஸையை மாத்திரம் சிதை ஏனவுத சித்திஸையாகத் தீர்மானித்திருக்கிறார்கள் இதுபோல் இன்னும் எண்ணிறந்த ரோகங்களில் உஷ்ணக்கிதித்து ஜ்வரம்போல் வெறுமீ ஏமாற்றுவதண்டு. ஆதலால் காமாலை ரோகிக்கு இயற்கையாய்க் கதிக்கும் உஷ்ணம், காக்கையா அல்லது லாதாரண ஜ்வரரோகத்தானு எனத் தீர்மானித்துக் கொண்டு மரிமாதத்திய ஸஞ்சிகையில் காமாலையைப்பற்றிய வியாஸத்திலுள்ள படி மருத்தை உபயோகிக்கவேண்டும். ஜ்வரரோகமெனத் திட்டமாய்த் தெரிந்தால் கதிப்பான ஜ்வரம் சுற்றுத் தணியும்படி ஜ்வரமருந்துகளை முன்னதாகக் கொடுத்துப் பின்னர் இந்த மருத்தை உபயோகிக்கலாம். ஆகவே கடின ஜ்வரத்தில் உபயோகியாமல் மட்டான ஜ்வரங்களில் தாராளமாய்க் கையாளலாமென்று தெளிக.

(2) கதிப்பான ஜ்வரமுள்ள காமாலைத்தேறலிக்கு இவ்வெனவுதமுபயே கித்தால் பால் சாதபத்தியமும், குறைவான காக்கையுள்ள தேறிகக்குத் தயிர்ச்சாதமும் உபயோகிக்கவேண்டியது."

வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளைவைத்தியர்

[இரண்டாவது வினாவுக்கு அறிக்கப்பட்டிருக்கும் விடை அதற்கு எம்பத்தப்பட்டதாகத் தோற்றவில்லை. ப-ர்.]

7-வது கேள்விக்கு விடை:—ஐயா! சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் D. S. என்பவர் அர்சோசு (மூலம்) சித்திஸையைப் பதரித்துகொள்வதற்குக் கேட்டிருந்த ஸந்தேஹ வினாவைப் படித்தேன்.

(1) தாமரைப்பூவினுள்ள தாதுகளை பெடுத்து வெண்ணெயில் துவைத்து காள் தோறும் காலையில்

சிறிதளவு சாப்பிட்டுவந்தால் இரத்தக் கசிவையும் ஆஸனக்கடுப்பையும் சிலருத்தி செய்யும். இது கன்றாக வெண்க்கிபந்தரக்கூடியதென்று எமது அனுபவத்தில் வந்த முறையாகும்.

(2) "ஸத்தலஸூரணரஸாயகத்தை" (சேனைக் கிழக்கால் செய்த வேறிய) மூன்றாமாத காலம் உபயோகித்த வந்தால் மூல முளைகள் பெரும்பாலும் அற்றுப்போவதண்டு. [அந்த ரஸாயகதின் செய்யுறை பின் வருமாறு:—சேனைக்கிழக்கு 24-பலம், வெங்காயம் 12-பலம், இந்துப்பு 4-பலம் இவற்றை கன்றாக நறக்கி, சுமார் 48 ஆழாக்கு இலத்தில் சேர்த்து, இலம் முழுமையும் சுண்டிப்போகும் வரையில் காம்ப்சி, அப்பால் 16-பலம் கெய்சேர்த்துத் துடிப்பால் துளாவிக் கொண்டே பக்குவம் செய்யவும்; தேன்போல் அதில் கிறமுண்டானவுடனே இறக்கி, சித்திரமூலப்பொடி 8-பலம், த்ரிபலா ஞர்ணம் 6-பலம், தாமரையின் தாதுகள் இரண்டிபலம், கற்கண்டுப்பொடி 24-பலம் இவற்றைச் சேர்த்து கன்றாகக் கிணரி, ஆறியபிறகு 8-பலம் தேனையும் சேர்த்துக் கலக்கவும். இரண்டொரு கழற்சி பெடை தினத்திற்கு மூன்று வேளை வீதம் இதை உபயோகிக்கலாம்."

(3) மேற்கூறிய ஏனவுதமே உள்மூலம் வெளி மூலம் இரண்டுக்கும் உபயோகப்படும்.

தே. நீலகண்டசர்மா.

கடிதம் எழுதியவர்களுக்கு அறிவிப்பு.

V. N. கணபதி முதலியார்:—தாங்கள் மெல்லிய காகிதத்தில் இரண்டு பக்கங்களிலும் எழுதியிருப்பதால் விஷயத்தைப் படிப்பது கஷ்டமாயிருக்கிறது. மேலும் அது வியாஸமுள்ளது, சுருக்கமான கடிதமுமன்று. தயவு செய்து விஷயத்தைச் சுருக்கமாகத் தெரிவிக்கக் கோருகிறோம்.

கடசன, திருக்காட்டுப்பள்ளி:—தாங்கள் எழுதியது பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கக்கூடிய விஷயமாகத் தோற்றவில்லை. கேசில் கடிதமூலமாகத் தெரியப்படுத்தவேண்டுமானால் தயவு செய்து ஸ்டாம்பு அணுபுகள் கடிதமூலமாகப் பதில் அபேகதிப்பவர் அதற்கு வேண்டிய ஸ்டாம்பு அணுப்பாதவரையில் அவர்களுடைய கடிதங்களுக்குப் பதில் எழுதப்படமாட்டாது—ப-ர்.

## DRUGS AND MEDICINES.

ஒளவுதச் சரக்குகளும் ஒளவுதங்களும்.

பால்-துத்தம்.

இது வெண்தந்தமென்றும், துத்தகாக உப்பென்றும் வழங்கப்படும். இதை ஒன்று முதல் இரண்டு குன்று மணி பெடை வரையில் முதலில் உபயோகித்து, பிறகு கிரமமாக 5-குன்றுமணி பெடை வரையில் உபயோகிக்கலாம். இது பல்யம் (tonic), ஸ்தம்பகம் (astringent), ஆக்யேபகஹரம் (anti spasmotic) என்னும் வேலைகளைச் செய்கும். ஆகவே இதை பலக்குன்றியவர்களுக்கு உட்கொள்ளக் கொடுப்பது சில வைத்தியர்களின் வழக்கம். ஆனால் இது எவ்வளவு செல்வளவு முற்கூறிய வேலைகளைச் செய்கின்றதோ அவ்வளவு செல்வளவு அடுத்தாற்போல் தேஹத்தில் சிறிது சோர்வையும் உண்டிபண்ணுவதன்றே. மயக்கம் முதலிய தார்க்குணத்தரக்கூடிய விஷப்பொருட்களை எவரேனும் உட்கொண்டிருக்கையில், அவற்றைக் குடலிலிருந்து வெளியிடுவதற்கு இதை மமககாரியான ஒளவுதமாக உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். இது ஜலத்தில் கரையக்கூடிய உப்பாயிருப்பதால், அவ்வாறு மமகத்தை யுண்டிபண்ண வெந்நீரிலோ இல்லாவிடில் குளிர்ந்த நீரிலோ கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். இதை ஆழாக்கு ஜலத்திற்கு 10 முதல் 30 குன்றுமணியெடை வீதம் போட்டுக் கலக்கி சேத்திரச்சமுவுகோசவும், ஸாதாரண விரணக்களைச் சமுவுக் கோசவும் உபயோகிக்கலாம்.

இஞ்சி.

இந்தியாவில் ஸிமாலயம் முதல் கன்யாகுமரி வரையிலும் எங்கும் வீசையும் மகப்பிரவீர்த்தமான சரக்கு. ஈரமாயிருக்கையில் இஞ்சியென்றும், சுஷக்கமாகப்போன பின்பு சுக்கென்றும் உறப்படுகின்றதாயினும், இவற்றிற்கு விசேஷ குணபேதம் உண்டாவதில்லைபென்று அறியப்படுகிறது.

இதற்கு ஒருவித நாமணமுண்டு; இது வயிற்றில் சேரும் வாயுவை ஹரிக்கும்; உச்சுலஹத்தையும் உத்தீபகம் செய்யும். (1) ஆகவே அஜீர்ணத்திலும், வயிற்றுப்பொருமலிலும்; இறைப்பையின் இசிலிலும் உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்கு. (2) வயிற்றுளைத்தலையும் குமட்டலையும் அடக்குவதற்காக ஆணைக்கெண்ணெய்

முதலிய ஷ்ரேசனஒளவுதங்களுடன் இதன் சாற்றைக் கூட்டிக்கொடுப்பது உத்தமம்; அல்லது இதன் ஒரு சிறு தண்டையாவது அவ்வித ஒளவுதமுண்ட பிறகு இத்துப்புடன் கடித்த மென்ற விழுக்கலாம். (3) உலர்ந்த இஞ்சியைக்கொண்டு வீட்டில் அவரவர்களே ஒரு வித ஒளவுதம் பின்வருமாறு தயார்செய்து கொள்ளலாம். சுக்கை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து அதில் 3-பல மெடை பெடுத்து இருபது அவுன்ஸ் ப்ரான்டியில் சேர்த்து, 10-நாட்கள் வரையில் ஊறவைத்து, அப்பால் திரவத்தை மட்டும் வடிக்கட்டி ஒரு புட்டியில் போட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்காயகவோ விசேசன ஒளவுதங்களில் கலந்து கொடுக்கலாம்; இவ்வளவுதம் வயிற்றில் சேர்த்துள்ள புளிப்பையும் போக்குவதில் சிறந்த வீர்யமுள்ளது; அஜீர்ணத்தையும் வயிற்றுப்பொருமலையும் போக்குவதற்கு இதை மட்டுமோ அல்லது அவ்விதகுணமுள்ள வேறு ஒளவுதச்சரக்குகளுடன் கூட்டியோ கொடுக்கலாம். (4) ஒரு பலம் சுக்கை வறுத்த உடைத்து, அரைப்படி ஜலத்தில் போட்டு, பாத்திரத்தின் வாயைமூடி ஒரு மணிநேரம் காய்ச்சி வடிக்கட்டி யெடுக்கவும். இக்கஷாயத்தை வயிற்றுலவி, வயிற்றுப்பொருமல், வாதி, குடல் முதலியவற்றிலுண்டாம் உளைத்தல் என்னும் இச்சோய்களில் 1 அல்லது 2-அவுன்ஸ் அளவாக ஒரு மணிக்கு ஒரு முறை இனஞ்சுடாக உட்கொண்டுவந்தால் சீக்கிரத்தில் நற்குணமுண்டாகும். உஷாக்ஷாரம் என்கிற ஸோடாவுப்பும் இக்கஷாயத்தில் சிறிதளவு சேர்க்கப்படுமானால் முற்கூறிய இதன் குணக்கள் அதிகமாய், உபயோகிப்பவருக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் வெண்கிய மேற்படும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு தேக்காயடியளவு கஷாயம் போதுமானது. (5) சுமார் 6-அவுன்ஸ் ஜலத்தில் ½ பலம் சுக்கை கறைக்கிப்போட்டுக் கொதிக்கவைத்து வடிக்கட்டி யெடுக்கவும்; இதை ஆமவாதமென்னும் ஒருவித கீல்வாயுவில் இரவில் படுக்கும்போது உஷ்ணமாகவே குடிக்கக் கொடுத்து, துப்பட்டியால் உடம்பைப் போர்த்துவது விசேஷமாக வியர்வையுண்டாம் குறிப்பிடக்கூடியவாறு சீக்கிரத்திற்கு குணமுண்டாகும். முறைக் காய்ச்சல்களிலும் ஜலதோஷம் முதலியவற்றால் கபம் அதிகரித்திருக்கும்போதும் இதே கஷாயத்தை இவ்விதமே உபயோ

கிச்ச வெகு சீக்கிரத்தில் வெள்கிய முண்டாவ துண்டு. (6) இஞ்செய்யாவது சுக்கையாவது சிறித ஐலம்விட்டு துண்மையாக அரைத்துக் கொடுக்கவை த்து சுடச் சுட நெற்றியிலும் தலையிலும் பற்றப்போட் டால் பலவிதகாரணங்களாலுண்டாகும் தலைவலிதரும்.

காலராவுக்குக் கைகண்ட மருந்து.

ராஜா. டி. வெங்கடேசு பட்டர் என்னும் ஆயுர் வேத வைத்தியர் தமது அனுபவத்தில் வந்த எளிதில் செய்து கொள்ளக்கூடிய அடியில் குறிப்பிடப்படும் முறையை கைத்திய சுவாசீதியில் வெளிப்படுத்த எழுதியனுப்பினார்:—

“கழ்பூரம் ½ பலமெடை, பளிக்குசாம் ப்ராணி ½ பலமெடை; இவ்விரண்டையும் மூதலில் கன்கு உஷ்ணமுண்டாகும்படி கல்வத்திவிட்டு ஆட்டவும். பிறகு இரண்டு குன்றாமணி பெடை அபினையும் சேர்த்து அரைத்து, பிளாகுப்பிரமாணம் உருண்டைக ளாகச் செய்து, காலரகண்ட கூடிய சீக்கிரத்தில் அடிக்கடியும் ஜவத்தடன் கலந்து விழுக்கி விடச் சொல்லலாம். குணமுண்டாகும் வரையில் கொடுத்த வரவும். அஜீர்ண பேதிகளுக்குச் சீதபேதிக்குக்கூட இது உபயோகப்படும்.”

### NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

#### பலவகைக் குறிப்புகள்.

மைசூர் ஆயுர்வேத காலேஜுக்கு மாணவர்கள். மைசூரில் அக்கவர்ன்மெண்டாரால் ஓர் ஆயுர்வேத கலாசாலை கீர்வழிக்கப்பட்டிரு வருவது பலருக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். அக்கலாசாலையில் சேரும் வித்தி யார்த்திகள் 4-வருஷகாலம் கல்வி கற்கவேண்டும். அவர்களுக்கு இராஜாக்கத்தில் சிறிது திரவிய ஸூறா யமும் செய்யப்படுகிறது. முதல் வருஷத்தில் மாதம் ஒன்றுக்கு 3-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், இரண்டா வது வருஷத்தில் 4-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 5-ரூபாயும் ஸ்காலர் ஷிப்பு உதவப்படுமென்று அக்கவர்ன்மெண்டார் வளி யிட்டிருக்கிறார்கள். இந்தனை மாணுக்களுக்கு ஸ்காலர் ஷிப்புகள் கொடுக்கப்படுமென்ற விவரம் சீக்கிரத் தில் வெளிசாரும். எவ்வியதாயினும் முதல் வருஷத் தில் மாதம் ஒன்றுக்கு ஸ்காலர் ஷிப்பிக்காக மொத்தம் 40-ரூபாயும், இரண்டாவது வருஷத்தில் மாதம் 50- ரூபாயும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 60- ரூபாயும் செலவழிக்கப்படுமென்ற குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

கேரளிய ஆயுர்வேத ஸமாஜம்.

இந்த மே 15-ஆ வோரனுருக்கடுத்த செருத்து குத்தி என்னுமிடத்தில் கேரளிய ஆயுர்வேத ஸமாஜத் தின் ஆதரவில் ஒரு வைத்திய சாலையின் பெருட்டு கட்டடம் கட்டுவதற்காக ஸ்ரீமான் கள்ளிக்கோட்டை

ஜாமோரின் அவர்களைக்கொண்டு அவ்வியரக்கல் காட்டப்பட்டதென்ற அறிவிக்க காம் ஸந்தோஷப்படு கிறோம். அக்கொண்டாட்டத்திற்காக அதற்குச் சமீப மாயுள்ள அகேக இராஜாக்களும், ஜமீந்தாரர்களும், வேற பிரபல கணவாக்களும் விஜயம்செய்து அதைக் கௌரவப்படுத்தியதமல்லாமல், ஆயிரக்கணக்கான திரவியமும் அவ்வைத்தியசாலைக்கு உதவப்பட்ட தென்ற அறிய காம் மிக்க களிப்புறுகிறோம். கேரள தேசத்தில் ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு எப் பொழுதமே சிறந்த மதிப்புண்டென்பது உண்மை யாகையால் அவ்விடத்தில் இவ்வீத முயற்சிகள் ண்டை பெறவெதன்பது ஆச்சரியமல்ல.

பாட்டும் பிணியகற்றியமாம்.

மனிதருடைய மண்போக்கில் ஸந்தேதத்திற்குண் டான சக்தி வெகுப் பிரவித்தமான விஷயமேயாம். வேணுகளின் இடையீற் பாடப்படும் பாட்டானது போர்ச்சேவகர்களை யுத்தத்தில் மதியயக்கி மிசக்கடு மையாகப் போர் செய்யத் துண்டியிடுகின்றது. ஸந்தேதம் காந்தலர்களிடம் அன்பை அதிகரிக்கச்செய்து விடுவதில்லையு. மிகுதியான மண்குழப்பம் தோன்றி யிருக்கையில், அக்கவலையைத் தடுத்த மண்தில் ஒரு வான உதலாஹமுண்டெய்ணினி ஆறுதலைக்கொடுக்க வல்லது ஸந்தேதமேயன்றி வேறென்றல்ல. மிக மந்த

மான மனதையும் மிழச் செய்து, அவரவருடைய வேலையில் சுருகருப்பாகப் பிரவ்ருத்தியை யுண்டெண்ணும் சக்தி ஸங்கீதத்திற்குண்டு. 'மனத்தில் மாத்திரமல்ல, தேஹத்திலும் அந்தந்த அவயவங்கள் செய்யவேண்டிய இயற்கை வேலைகளைத் துண்டியதற்கான ஒளவுததங்களுக்கேற்ற விசேஷ சக்தியும் ஸங்கீதத்திற்கு இருக்கின்றதென்பதில் ஸந்தேஹயிஸ்ஸி' என்ற ப்ரொபஸ்ஸர் டார்ச்சனாப் (Prof. Tarchanoff) என்பவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார். மனத்தையாம் அல்லது மனோவியாதி, ஸூதிகதோஷத்தாலுண்டாகும் வாதவியாதிகள், காக்கைவலி முதலிய ரோகங்களில் ஸங்கீதம் நற்குணமுண்டாக்கக் கூடியவாறு உபயோகப்படுகிறது. சில வியாதிகளால் தாக்க முண்டாதாமல் வருத்துபவருக்கு மனதை ஆணத்தப்படுத்தி கல்ல சீத்திரையை யுண்டெண்ண இதைவிட சிறந்த ஒளவுததம் வேறொன்றில்லை. ஸங்கீதத் தொனியை அப்போதைக்கப்போது கேட்டுக்கொண்டிருந்த ஒருவனுக்கு அதற்கு முன் அடிக்கடியும் தோன்றி வந்த ஆக்சேபசும் என்றும் இவ்வானது வராமலே சின்று விட்டதாக மிகப் பெயர் பெற்ற 'வான்ஸெல்' என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகை கூறுகிறது.

மூளை அறுப்பட்ட யுத்த வீரன்.

ப்ரொஞ்சக்காரருடைய இராணுவ ஆஸ்பத்திரியில் ஓர் ஆச்சரியகரமான சஸ்திர சிகிதலை சிதைவேற்றப்பட்டதாம். காயமுண்ட ஒரு போலீஸருடைய மூளையில்—தவ்வலயவத்திற்கு எவ்வீத கேடும் ஸம்பவீச்சாவண்ணம்—ஆறில் ஒரு பாகம் அறுத்தெறியப்பட்டது. டாக்டர் ஏ. லாவென் என்பவர் இவ்வாச்சரியகரமான சஸ்திர சிகிதலையின் முறையைப் ப்ராஸ்ஸிஸுள்ள "அகாடமி ஆப் ஸயென்ஸெஸ்" என்கிற சாஸ்திராராய்ச்சிச்சாலையில் விவரமாக எடுத்துக் கூறினார். இவ்வாறு காயப்பட்ட போலீஸர் ஆஸ்பத்திரிக்குக் கொண்டுவரப்படுகையில் அவன் சிரஸ்வின் பின் பக்கத்தக் கால வெறுப்பிற்கு கேராக (Occipital region) மூளைக்குள் ஊடுறவிய ஒரு ரணம் காணப்பட்டது. உடைத்திருந்த கால வெறுப்பின் தண்டுகள் இடது பக்கத்து மூளையில் வித்திரி யென்னும் சீழ்க்கட்டியை யுண்டாக்கக் காரணமாயிருந்தன. ஆஸ்பத்திரித்தலைமை ஸர்ஜெனான டாக்டர் ஏ. குவேயின் என்பவரால் அவ்வித்திரி அறுக்கப்பட்டு சுத்தம் செய்யப்பட்டது; ஆனால் மீண்டும் வேறு புதிய சீழ்க்கட்டிகள் உண்டாயின;

அக்கட்டிகளையும், அப்புண்களுடன் பிதங்கிவந்து கேட்டுப்போயிருந்த மூளையின் சில பாகத்தையும் டாக்டர் குவேயின் என்பவரே மறுபடியும் இரண்டு முறை அறுத்த ஸ்வஸ்த்தம் செய்தார். ஆகவே அந்த போலீஸர் தன் மூளையின் இடது பாகத்தில் மூன்றி லொருபாகத்தை (முழு மூளையின் ஆறிலொரு பாகத்தை) இழந்தவிட கேரிட்டது. இருந்தாலும் அவனுடைய மனப்போக்குகளிவாவது, அறிவிவாவது, மற்றும் எத்தன்மையிலாவது அவன் ஒரு குறைவும் அடையவில்லை.

ப்ரமாவில் துண்டாக்க என்்கிற விடத்திலுள்ள மிலிடரி ரோலீஸ் ஆஸ்பத்திரியில் உத்தியோகம் வலுக்கும் டாக்டர் இ. டி. கிரிராஜ ஐயங்கார் என்பவர் அன்புடன் அனுப்பிய கடிதம் அடியில் விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இப்பத்திரிகையின் உண்மையான உபயோகம்.

"ஐயா! தங்களுடைய ஆர்விலிருந்து ஸஞ்சிகைகளின் வி. பி. ஸைப் பெற்றுக்கொண்டேன். பத்திரிகைகளைப் பார்ச்சு ஸந்தோஷப்படுகிறேன். மறைத்து கிடத்தாமது ஆயுர்வேத ஒளவுததங்களின் முறை மேல் காட்டு முறைப்படி வைத்தியம் கற்றவர்களுடைய காதிலும் விழுப்படி தாக்கம் இவ்வீத வேலைமைச் செய்ய முன் வந்தது மிகவும் உபகாரமான காரியமாகும். அநேக காலமாய் கமது தேசத்து வைத்தியர்கள் ஐக்கிய மின்றுபுர், பொதுகலம் மேலானதென்கிற பெரும் கோக்கமற்றும் சிதறுண்டவர்களாயிருக்க, அவர்களைவிடவர்களையும் பிணந்து ஒன்றுகூட்டி உலகத்திற்கு ஒருவாறு உபயோகமாகும்படி இப்பத்திரிகையின் மூலமாகச் செய்வதெற்கென்று உழைக்க முன்வந்த தங்களை எல்லாம் வல்ல கடவுள் காப்பாற்றுவாராக. தற்காலம் வாழும் தமிழ் காட்டிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு இவ் வைத்திய கலாசிதியின் ஸஞ்சிகை ஒவ்வொன்றும் இன்றியமையாததே யாகும். இத்தனும் கமது தேசம் கண்மையடையும் என்பதில் சற்றும் ஸந்தேஹயிஸ்ஸி.

மேலும் மேலூட்டு முறைப்படி ஆராய்ச்சி செய்யும் விதங்களையும், வேறு அவ்வீத அரிய வைத்திய விஷயங்களையும் சதேச வைத்தியர்களும் அறியும்படி அவைகளை எளிய தமிழ் கடையில் எழுத ஏற்பாடு புரிந்த தங்களுடைய இம் முயற்சியும் கொண்டாடத்தக்கதேயும்."



(1) அகிமதூரம், காகி, இந்துப்பு, மரமஞ்சள், இரஸாஞ்ஜனம் இவற்றை ஸம அளவு எடுத்து, ஜலம்சேர்த்து ஆட்டி, கண்களுக்கு வெளியில் அவற்றைப் பலவித பீடா சற்றிலும் லேபகம் செய்ய லகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். (2) இரஸாஞ்ஜனத்தையும் கடுக்காயையும் சுக்கையும் பச்சிலையையும் கல் கம்போல் அரைத்தாவது பிடாலகமாக உபயோகிக்கலாம். (3) சோற்றுக் கற்றாழை, சித்திராமூலம், பச்சிலை, மாதனீத்தளிர் இவற்றின் கல்கத்தையும் அவ்வாறு லேபகம் செய்யலாம். (4) லசம்பு, மஞ்சள், வேப்பம்பட்டை இவற்றையும் பிடாலகமாக உபயோகிக் கக்கடும். (5) சுக்கையும் காவியையும் அரைத்தும் அவ்விதம் செய்யலாம். (6) வெள்ளி லோத்திப்பட்டையையும் இந்துப்பையும் எரித்த, தேன் மெழுகைச் சேர்த்து நெய்யில் அவற் றை நுண்மையாகப் பொடித்துக் கலந்து அஞ்ஜரமாகவாவது பிடாலகமாகவாவது உபயோகிக்க நேத்திரத்திலுண்டாகும் வலி உடனே தீரும். (7) வேப்பங்காயை இடித்து அதிலிருந்து இரஸம் பிழிந்து, அதை ஒரு சுத்தமான இரும்புப்பாத்திரத்தில் ஊற்றி நன்றாகக் குழப்பவும்; அது சிறிது குழம்புபோல் ஆனபிறகு அதைக் கண்களைச் சுற்றிலும் லேபகம் செய்ய, கண்வலி சார்தமாகும் (8) மிளகைப் பொடிசெய்து, அதைக் கரிசலாங்கண்ணிச் சுற்றில் அரைத்து நேத்திரத்தைச் சுற்றிலும் லேபகம் செய்ய அர்மங்கள் என்னும் வியாதிகள் அடிபேயுடு தலை யும். (9) அஞ்ஜரகாமிகா என்னும் ரோகத்தில் முதலில் ஸ்வேதசிகித்கலையினால் அதைக் கரைத்து, அப்பால் மண்ச்சிலை, ஏலம், நதம் என்கிற வாஸனைத் திரவியும், இந்துப்பு இவற்றைப் பொடிசெய்து தேன் விட்டுக் குழைத்து லேபகமாக உபயோகிக்கலாம். 31—37.

### தர்ப்பணம்.

அப்பால் 'தர்ப்பணம்' என்னும் மற்றொரு நேத்திரசிகித்கலை கூறப்படுகிறது; கண் களுக்குண்டாகும் சில கோளாறுகளைப் போக்கி அவற்றிற்கு வேண்டிய தர்ப்பணமும் அதற் றவண்மையைக் கொடுத்து த்ருப்தியுண்டாக்கும் முறையை 'தர்ப்பணம்' கேற்ற கண்ணோய் எனப்படுகின்றது. எவருடைய நேத்திரம் ரூக்ஷமாகவும்,<sup>1</sup> வறட்சி யுடையதாகவும், வக்கிரமாகவும், கலங்கியதாகவும், இமை மயிர்களுதிர்ந்த தாகவும், விரோத்பாதம், க்ருச்சிரோரம்<sup>2</sup>லகம், தியிரம், அர்ஜுனம், சுக் லம், அபிஷ்பந்தம், அதிமந்தம், சுக்ஷகாக்ஷிபாகம், வாதவிப்யயம்<sup>2</sup> என்னும் ரோகங்களுடைய தாகவும், விக்கங்கொண்டதாகவும் இருக்கின்றதோ அவர்களுடைய கண்களுக்கு 'தர்ப்பணம்' என்னும் இச்சிகித்கலை ஏற்றதாகும்; நேத்திரரோகங்களை பயிவதில் கிபுனராயிருப்பவர் அவ் வித நோய்களில் இம்முறையைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 38—40.

1. ரூக்ஷம்.—பசையற்றிருக்குதல். [வறட்சி-என்பது ஜலப்பசையற்றது; ரூக்ஷம்-என்பது எண் ணெய் அல்லது கொழுப்பு முதலிய பசையற்றிருப்பது.]

2. விரோத்பாதம் முதல் வாதவிப்யயம் என்னும் வியாதியைவியுள்ள வியாதிகளுக்கு இப் புஸ்தகத்தில் 53-வது முதல் 56-வது பக்கம் வரையிலும் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் விவரங்களைப் பார்க்க,

மாகாலத்திலும் அல்லது மேகத்தினால் சூரியன் மறைக்கப்பட்ட நாட்களிலும், கோடைகாலத்திலும் அல்லது மிகச் சூடான ஸமயங்களிலும், சூரியகாலத்திலும், பிணியாளிக்கு மனக்கவலை, தேஹத்தில் அசைதி, தலைச்சுற்றல் இவை உண்டாயிருக்கும்போதும், உபத்திரவங்கள்<sup>1</sup> அடக்காமலிருக்கையிலும் தர்ப்பண சிசித்தஸையைச் செய்வது உசிதமல்ல. 41.

அதிக காற்றோட்டமில்லாததும், வெயில் தும்பு தூசுமுதலியவை யற்றதுமான ஒரு பிரதேசத்தில் பிணியாளியை மல்லாந்து சயனிக்கச் செய்து, ஜலம் கிட்டுப் பேத்திர் தர்ப்பண பிசைந்த உளுத்தமாலைக்கொண்டு இரண்டு கண்களைச்சுற்றிலும் தனித்தனியே இரண்டு வரம்புகளைச் சிமிது உயரமாகவும், கெட்டியாகவும், ஒன்றுக்கொன்று ஸம்பந்தப் படாதவையாகவும், மேடுபள்ளமில்லாமல் ஸமான உயரமுடையவாகவும் வட்டமாகக் கட்டவேண்டும்;<sup>2</sup> ஆடைபோன்ற நெய்யை இளஞ்சூடான ஜலத்தில் வைத்து உருக்கி, அதை அவ்வரம்புகளுக்குள் ஊற்றலாம்; அல்லது சீததௌதக்ருதத்தையாவது,<sup>3</sup> பாலிச் சிலுப்பிடுபெடுத்த வெண்ணெயாலாகிய நெய்யையாவது அக்கண்களின்மேல் ஊற்றலாம்; முதலில் கண்களை மூடிக்கொள்ளச்செய்து, அவற்றின்மேல் இடர்ப்பைகள் அபிமூலவரையில் அவ்வாறு நெய்யை ஊற்றுவது முறை; பிறகு மெல்ல மெல்ல கண்களைத் திறக்கவேண்டும். 42—44.

வர்த்மரோகங்களில் தூறு மாத்திராகாலமும், கபதோஷம் கலைந்து அது சுத்தமான நிலைமையிலும், தேத்திர ஸந்திகளைப்பற்றிய சியாதிகளிலும் ஐஞ்ஞாறு தர்ப்பணைளஷ்டம் மாத்திராகாலமும், ந்ருஷ்டியைப்பற்றிய ரோகங்களில் எண்ணூறு மாத்திராகாலமும், அதிமந்தத்தில் ஆபிரமாத்திராகாலமும் தர்ப்பணத்திற்கான க்ருதம் முதலிய ஓளஷ்டங்களை தேத்திரங்களில் அவ்வாறே ஊயிநிற்கும்படி வைத்திருக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்ய தர்ப்பணம் என்னும் க்ரியை நிறைவேற்றப்பட்டதாகும். 45—47.

ஸ்தேஹத்தின் வீர்யத்தால் கிளப்பிவிடப்பெற்ற கபத்தை அப்பிணியாளியின் அவ்வயவத்திலிருந்து பிறகு வெளிப்படுத்த முயலவேண்டும்; அதற்காக பல தர்ப்பணத்தினால் ப்ர தானியத்தைச் சமைத்து, அவ்வன்னத்தினால் சுடச்சுட கண்களைச் சுற்றி கோபித்த கபத்தைக் கழித்து ஸ்வேத சிசித்தஸையைச் செய்யலாம்;<sup>4</sup> அல்லது தாமபானம் செய்வீத்தாவது<sup>5</sup> அக்கபத்தைக் கழிக்கலாம். 48.

1. உபத்திரவம்.—ஒரு வியாதியை ஆதாரமாகக்கொண்டு அதன்மேல் ஜனிக்கும் வேறு சில வியாதிகள்.

2. ஒரு தேத்திரம்மட்டும் வியாதிக்கொண்டிருந்தால் அந்த தேத்திரத்திற்கு மாத்திரம் தர்ப்பண செய்வலாம்; ஆகவே இரண்டு கண்களுக்கென்று இக்கு ஏதோ பொதுவாகக் கூறப்பட்ட தென்றாக.

3. சததௌதக்ருதம்.—இதைப்பற்றி 221-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. ஸ்வேத சிசித்தஸை.—இங்கு உபாஹஸ்தவேதம் செய்யவேண்டும்; உபாஹ ஸ்வேதத்தைப் பற்றி 178-வது பக்கம் பார்க்க.

5. தாமபானம் செய்வதால் (விரோசன தாமத்தினால்) கபம் கரைந்து வெளியாவ்விடும்.

நேத்திரங்கள் நன்கு வல்லத்தமடைந்து ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெறாமலவும் இச்சித்தலைபைச் செய்யவேண்டும்; அவை ஒரு தினத்தில் ஸுகமடைந் தாலும் இச்சித்தலைபை அத்துடன் நிறுத்திடலாம்; இல்லாவிடில் மூன்று நாட்களாவது ஐந்து நாட்களாவது தர்ப்பண சிகிதலைபைச் செய்துவரவேண்டும்; அதற்குமேல் செய்யக்கூடாது. 48½.

நேத்திரங்கள் தர்ப்பண சிகிதலையினால் த்ருப்தியடைந்தன வென்பதற்கு அடியிற் கூறப்படுமவை குழிகளென்று அறியவும்:—காலங்களில் ஸுகமாக சித் திரையுண்டாய், தகுந்த நேரத்தில் விழிப்புமுண்டாகும்; கண்கள் கிரீமல மாகும்; இயற்கையான வர்ணமும் அவற்றிற்கு உண்டாகும்; சியாதியினு லான தொந்தரவுகள் நிவ்ருத்தியாய் கண்கள் நன்கு ஸுகம் பெற்றிருக் கும். 49, 50.

அப்பால் முறை தவறாகச்செய்த தர்ப்பண சிகிதலையினுண்டாகும் குழிகள் கூறப்படுகின்றன:—அளவுமீறி தர்ப்பணசிகிதலை செய்யப்படுமானால் கண்களில் கிரீ கசியும்; அவை கனத்துத் தோற்றும்; மிகவும் ஸ்சித்தமா யிருக்கும்.<sup>1</sup> வேண்டியவளவு<sup>2</sup> தர்ப்பணசிகிதலை செய்யப்படாவிடின் கண் ரூக்ஷமாயிருக்கும்; கண்ணீர் அடிக்கடிக்கடி கசிந்து நேத்திரம் கலக்கக் கொள்ளும்; சியாதி நிவ்ருத்தியாகாமல் வலியுடன் கூடியதாகியிருக்கும். 51.

மேற்கூறிய இரண்டிவிதமான முறைதவறிய தர்ப்பணசிகிதலைகளுக்குள் அளவு மீறி செய்யப்படும் 'அதிதர்ப்பணத்திற்கு' உடனே ரூக்ஷமென்னும் முறைதவறிய தர்ப்ப ணைத்தையுண்டாக்கும் சிகிதலைபையும்,<sup>3</sup> வேண்டியவளவு செய்யப் பணத்திற்குப் பரிஹா டாத 'ஹினதர்ப்பணத்திற்கு' அதற்கு மாறாக ஸ்சித்த குணந்தரும் சிகித் தலைபையும் செய்வது அக்கோளாறுகளைப் போக்கும் பரிஹாரமுறை யாம். 51½.

1. ஸ்சித்தம்.—எண்ணெய்ப் பசையுள்ளது.

2. வேண்டியவளவு என்றால்.—முற்கூறியவாறு அந்த நேத்திரரோகத்திற்குத் தகுந்தவண்ணம் அந்தந்த பாத்திரா காலங்களுக்கும் குறைவான வேரத்தில் செய்யப்பட்ட சிகிதலைபெனக் கருத்து.

3. ரூக்ஷண சிகிதலையென்றால்.—கபம் முதலியவை வெளிப்படுத்தி அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்கு சோஷணத்தையுண்டாக்கும் முறையாம். ஸ்சித்தம் அல்லது ஸ்கேஹக சிகிதலை பென்பது அதற்கு மாறாக அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்குப் போஷணையையும் வன்மையை யும் வ்ருத்தி செய்யக்கூடிய முறையாம். இதைப்பற்றிய சில விவரங்களை 175-வது பக்கத்திலும் பார்க்க.

## புட்பாகம்.

இதன் பிறகு புட்பாகம் செய்யவேண்டிய கிரமத்தைப்பற்றியும் சிறிது விவரிப்போம்:—<sup>1</sup> ஏதேனும் மாஸ்ஸத்தை இரண்டு பில்வப்ரமாணம்<sup>2</sup> எடுத்து, புட்பாக ஓளஷ்ட நெய்முதலிய ஸ்நேஹவஸ்துக்களையும் சிறிது சேர்த்து, நன்றாக இடித்து முறை அரைத்து இரண்டு ஸம் அளவான பிண்டங்களாக உருட்டவும், இப்புட்பாக கல்பணியில் கடின பதார்த்தங்கள் ஒரு பில்வப்ரமாணம் சேர்க்கப்படுமானால், அவற்றை இடித்த ஆட்டுவதற்கான திரவபதார்த்தங்களை ஒரு குடவப்ரமாணம்<sup>3</sup> சேர்க்கவேண்டுமென்பது பொது விதியாம். பிறகு அவ்வாறு ஆட்டியெடுத்த வஸ்துக்களை ஒன்றாகச் சேர்த்து உருட்டி, ஏதேனும் இலைகளால் அவற்றை நன்றாகச் சுற்றி மூடி புட்பாக முறைப்படி அக்னிபிற் பக்குவம் செய்து<sup>4</sup>, பிறகு அதைப் பிழிந்து அதன் ஸ்வஸத்தைக் கிரஹிக்கவேண்டும். 52—54.

மேற்கூறியபடி கிரஹித்த அப்புட்பாக ஸ்வஸத்தைக்கொண்டு தர்ப்பண சிசித்தஸையில் கூறியவிதமாக முறைதவறாமல் நேத்திரங்களுக்குச் சிசித்தஸையைப் புட்பாக ஸ்வஸத்தை செய்யவேண்டும்; என்றால் பிணியாளியை மல்லாந்துப் படுக்கச் செய்து, நேத்திரத்தீய் ஊற்ற த்ருஷ்டியின்<sup>5</sup> நடுவில் அந்த ஸ்வஸத்தை விடவேண்டும். இச்சிசித்தஸையை அவசியமானவரையில் தினந்தோறும் செய்துவருவது நலம். 55.

நேத்திரங்களி லுபயோகிக்கப்படும் இப்புட்பாகெளஷ்டம் ஸ்நேஹநம், லேகநம், ரோபணம் என்று மூவகைப்படும். அவற்றுள் மிக்க ருஷ்டத்தன்மை மூவகைப்புட்பாகையடைந்த நேத்திரத்திற்கு ஸ்நேஹநமும், அதற்கு மாறாக மிகவும் ஸ்லீக்கத்தத் தன்மையைப்பெற்ற நேத்திரத்திற்கு லேகநமும் ஏற்றதாகும்; வேறொரு ரோபணமென்னும் புட்பாகெளஷ்டமானது பித்ததோஷத்தினாலுண்டான கோளாறுகளையும், இரத்தவிகாரங்களையும், சிரணங்களையும், வாததோஷத்தையும் போக்குவதுடன், த்ருஷ்டியின் சக்தியையும் அதிகரிக்கச் செய்யவல்லது. 56.

1. மத்யமகண்டம் முதல் அத்தியாயத்தில் பவலித புட்பாகமுறைகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன; அவ்விதமேதான் இங்கு கூறப்படுவையுமாம்.

2. பில்வம்.—ஒருபலம் எடை (3-வது பக்கம் பார்க்க.)

3. குடவம்.—காங்கு பலமெடை (3-வது பக்கம் விவரம் காண்க).

4 புட்பாகெளஷ்டத்தைப் பக்குவம் செய்யுமுடியாத முதலியதைப்பற்றி 68-வது பக்கம் பார்க்க.

5. த்ருஷ்டி.—கண்களின் கருவிழிகளின் நடுவினுள்ள பாகா (the pupil) எனப்படும் பாகம்.

நெய், மாம்ஸம், சிணநீர், மஜ்ஜை,<sup>1</sup> கொழுப்பு, இனிப்பான சுவையுள்ள மந்தும் வேறுவித ஓளவுதங்கள் இவற்றைக்கொண்டு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹர புடபாக புடபாகௌஷதம் 'ஸ்நேஹர புடபாகம்' ஆகும். இவ்வித ஓளவுதத்தை நேத்திரங்களில் இருநூறு மாத்நிராகாலம் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 57½.

ஜாங்கலயூமிலி<sup>2</sup> வலிக்கும் மிருகங்களுடைய பக்குத் என்னும் கல்லீரல், மாம்ஸம் இவற்றை லேககருணாமூள்ள பதார்த்தங்களுடன்<sup>3</sup> சேர்த்துக் கலக்கவும்; லேகரபுடபாக பிறகு உருக்கிறும்பின் பொடி, செம்புப்பொடி,<sup>4</sup> சங்கின்பொடி, பவளப் புறையுள் பொடி, இந்துப்பு, கடல்தாசு, அன்னபேதி, ஸ்ரோதோஞ்ஜனம்<sup>5</sup> இவற்றையும் பொடித்து, தயிரின் மேலுள்ள ஆகையினால் அவ்வணுத்தையும் கல்வத்தில் ஆட்டி, முன்போல் பிண்டம்செய்து, புடபாகம் பண்ணியெடுத்த பிறகு அதன் ரஸத்தை லேககமாக நேத்திரங்களில் இடலாம். இவ்வித லேககௌஷதத்தை நேத்திரங்களில் நூறு மாத்நிராகாலம் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 58—59½.

முலைப்பால், ஜாங்கல யூமிலி<sup>2</sup> மிருகங்களின் மாம்ஸம், தேன், நெய், கசுப்பான வேறு சில தகுந்த ஓஷதிகள் இவற்றைக்கொண்டு புடபாக முறைப் ரோபண புடபாகம். படி பக்குவம்செய்த ஓளவுதமானது ரோபணமாக உபயோகிக்கப்படலாம். இதில் லேககத்தைவிட மூன்று மடங்கு அதிக காலம் ஓளவுதத்தை நேத்திரங்களில் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 60½.

புடபாகௌஷதங்களைக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகிச்சையானது தர்ப்பணத்திற்கு முறைதவறிய புடபாக ஏற்றமுறைபாகவே இருப்பதால், இதில் முறைதவறாக ஏதேனும் சிகிச்சையகௌஷத சிகிச்சைக் செய்ப்பட்டு கோளாறுகள் நேர்ந்தால், அவற்றிற்கும் தர்ப்பணத்திற்குக்குப் பரிஹாரம். கூறிய பரிஹாரமுறைகளே தகுந்த சிகிச்சையகாலம். 61.

1. மஜ்ஜை.—எலும்புக்குள்ளிருக்கும் சோறபோன்ற தாது; அதவும் ஒருவித கொழுப்பு.

2. ஜாங்கலயூமி.—15½-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. லேககருணம்.—இதைப்பற்றி 15½-வது பக்கம் பார்க்க.

4. இரும்பு, செம்பு முதலியவற்றை முறைப்படி சுத்திசெய்து உபயோகிக்கவேண்டும்; இவற்றின் சுத்தி க்ரமங்களைப்பற்றி மத்யமகண்டம் பதினென்றாம் அத்தியாயத்தில் விவரங்கள் காண்க.

5. ஸ்ரோதோஞ்ஜனம்.—தமிழில் இதற்கு வேறுவிதமான பெயர் கிடைக்கவில்லை; இதை ஹிந்தி முதலான பாஷையில் 'ஸ-ர்மா' என்று வழங்குகின்றனர்; சிவர் தமிழில் இதை சீலாஞ்ஜனம் என்பார்கள்; ஆங்கிலத்தில் Sulphurate of antimony என்று கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது.

## அஞ்ஜம்.

முற்கூறிய சிசித்ஸா கர்மங்களால் நேத்திர தோஷங்கள் ஒருவாறு பக்குவ நிலைமைக்கு வந்த பிறகு, முறைப்படி தகுந்த வேளையில் அஞ்ஜன விநியை சிறை அஞ்ஜன ப்ரியோகத் வேற்றவேண்டும். ஹேமந்த ருதுவிலும், சிசிர ருதுவிலும் பகல் நேரத்திற் கேற்ற காலம். தில் அஞ்ஜனம் ப்ரியோகிக்கவேண்டும்; க்ரீஷ்ம ருதுவிலும், சரத் ருதுவிலும் காஸியிலாவது மாஸியிலாவது அஞ்ஜன கர்மம் செய்யலாம்; வர்ஷ ருதுவில் ஆகாபம் மேகத்தினால் மூடப்பட்டிருக்கையிலும், அதிக வெயில் காயும்போதும் அஞ்ஜனமெவது பிசகு; வஸந்த ருதுவில் இதை எந்த நேரத்திலும் செய்யத் தடையில்லை. 62, 63.

அஞ்ஜனமானது லேகநமென்றும், ரோபணமென்றும், ஸ்நேஹநம் என்றும் மூன்று விதமாம். அவற்றுள் லேகநமென்றும் அஞ்ஜனமானது கூடாரங்களாகுணத்தில் மூவலும்,<sup>1</sup> தீக்ஷண விரியமுள்ள வேறு பதார்த்தங்களாலும், அம்வரமுள்ள கைப்பட்ட அஞ்ஜன வஸ்துக்களாலும் செய்யப்படும். ரோபணஞ்ஜனமென்பது தவர்ப்பும், நங்கள். கசப்புமான இரஸமுள்ள வஸ்துக்களால் செய்யப்படுவதாம்.<sup>2</sup> ஸ்நேஹநமென்கிற அஞ்ஜனம் மதுர ரஸமுடையதாகவும், ஸ்நேஹங்கள் விசேஷமாக ஸம்பந்தப்பட்டதாகவும் இருக்கவேண்டும்; அதுவே ப்ரஸாதநாஞ்ஜனமாகவும்<sup>3</sup> கருதப்படும். 64, 65.

குளிகை, ரஸக்ரியை, சூர்ணம் என்று அஞ்ஜனம் மீண்டும் உருவத்தில் மூன்று வகைப்படும். இவற்றை முறைப்படியே குழைத்து சலாகையினாலாவது, விரல் உருவத்தில் மூவகையாலாவது நேத்திரங்களில் இடவேண்டும். இவற்றுள் குளிகையைவிட கைப்பட்ட அஞ்ஜன ரஸக்ரியையும், அநாதவிட சூர்ணமும் முறைப்படி விரியத்தில் குன்றியவை நங்கள். 66.

1. கூடாரம்—118-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. இங்கு ஸம்ஸ்க்ருத மூலத்தில் கீர்ணய லாகர முத்ரர்கூட சாஸியின் புல்தகப்படி “கஷாயநிக்ந்த ரஸயுக் ஸ்நேஹநம் ரோபணம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹ ஸம்பக்மஞ்ஜனம்...” என்று இருப்பது பிசகு. அதை “கஷாய நிக்ந்தரஸயுக் ரோபணம் ஸ்நேஹநம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹஸம்பக்மம்...” என்று மாற்றிப் படிக்கவேண்டும். தவர்ப்பும் கசப்புமான வஸ்துக்கள் ரோபணத்திற்கும் உபயோகமானவை யென்பதும், அவ்விதமே மதுரமும் எண்ணெய்ப் பசையுள்ளதுமான பதார்த்தங்கள் ஸ்நேஹநங்களாக இருப்பதென்பதும் பிரவித்தம்.

3. ஸ்நேஹநாஞ்ஜனத்தினால் கண் களுக்குத் தெளிவுண்டாவது இடல்பாதலால் அது ப்ரஸாதநாஞ்ஜனம் என்றும் கூறப்பட்டதென்க.

எதேனும் ஆயாஸகரமான வேலைகளைச் செய்து அயர்ந்திருக்கையிலும், புலம்புகையிலும், பயந்திருக்கையிலும், மத்யபானம் செய்திருக்கும்போழுதும், சவஜ்வர நிலைமையிலும்<sup>1</sup>, அஜீர்ணம் செய்திருக்கையிலும், வேகங்களை அடக்கியிருக்கும் போதும்<sup>2</sup> அஞ்ஜரத்தைப் பிரயோகிப்பது உசிதமல்ல. 67.

குளிகையாகச் செய்யப்படும் அஞ்ஜரமானது தீக்ஷணஞ்ஜரம், மத்யமாஞ்ஜரம், ம்ருத்வஞ்ஜரம் என மூன்று வகைப்படும். அவற்றுள் தீக்ஷணஞ்ஜரத்திற்கான குளிகைகளை பிரமாணத்தில் ஓர் அரேணுகம் அல்லது வாய்பிடைக்கத்தின் அளவாகச் செய்யவேண்டும்; மத்யமாஞ்ஜரத்திற்கான குளிகையை ஒன்றரை அரேணுகத்தின் அளவாகவும், மத்யமாஞ்ஜர குளிகையை இரண்டு அரேணுகங்களின் அளவாகவும் செய்துகொள்ள வேண்டும். 68.

ரஸக்சியை பென்னும் அஞ்ஜரத்தில் ஓளஷதம் மூன்று வாய்பிடக்கங்களின் அளவு கொண்டதாயிருந்தால் அது உத்தமப்ரமாணம் எனப்படும்; இரண்டு வாய்பிடக்கங்களின் அளவு கொண்டதனால் அது மத்யமப்ரமாணமென்றும், ஒரு வாய்பிடக்கத்தின் அளவாக இருந்தால் அது ஹீரமாத்திரை பென்றும் கருதப்படும்.<sup>3</sup> 69.

அஞ்ஜரத்தில் சூர்ணமென்னும் பாகமும் விரேசக சூர்ணமென்றும், ம்ருது சூர்ணமென்றும், ஸ்ரீநூற சூர்ணமென்றும் மூன்றுவிதமாம். அவற்றுள் சூர்ணமென்றும், விரேசக கர்மத்தில் உபயோகிக்கப்படும் சூர்ணத்தை இரண்டு சலாகைகளின் அளவு கொண்டதாய்<sup>4</sup> உபயோகிக்கவேண்டும்; ம்ருத்வஞ்ஜரமாயின் அதை மூன்று சலாகைகள் பிரயோகிப்பது உசிதம்; ஸ்ரீநூற கர்மத்திற்கு ஏற்றவாறு பக்குவம் செய்த சூர்ணஞ்ஜரத்தை நான்கு சலாகைகள் பிரயோகிக்கவேண்டியது அவசியம். 70.

1. சவஜ்வரம்—இதுவே தருணஜ்வரம் எனப்படும்; இதைப்பற்றி 174-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. வேகங்கள்—175-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க;

3. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள உத்தம—மத்யம—ஹீரமாத்திரைகள் முறையே தீக்ஷணஞ்ஜரம், மத்யமாஞ்ஜரம், ம்ருத்வஞ்ஜரம் என்றும் கூறப்படும்.

4. சூர்ணத்தை எதேனும் திரவவஸ்துவிற்கு கலந்து இழைத்து அஞ்ஜரமாக உபயோகிக்கவேண்டும்; அதில் ஒரு சலாகையினால் எவ்வளவு ஓளஷதம் எடுக்கக் கூடுமோ அந்த அளவு ஒரு சலாகை கொண்ட அளவு எனப்படும்.

அஞ்ஜநம்மீவதற்கு உபயோகமான சலாகையானது எட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், வெகு வழக்கையாகவும், கூர்மையல்லாமல் மழுக்கக்கொண்ட இரு முனை அஞ்ஜந சலாகை களையுடையதாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும். அது ஏதேனும் யைச் செய்யுமுறை, தகுந்த சிலையினாலவது, லோஹங்களாலவது ஆகக்கப்படலாம். 71.

அஞ்ஜநக்களை லேககர்மத்தின்பொருட்டு உபயோகிக்கவேண்டுமானால், அதில் தாமிரத்தினாலவது, அபத்தினாலவது, அல்லது சிலையினாலவது ஆக்கப்பட்ட சலாகையை உபயோகிக்கவேண்டும். ஸ்ரீஹநாஞ்ஜநத்தை நேத்திரங்களில் இடுவதற்கு பொன் அல்லது வெள்ளியினால் செய்யப்பட்ட சலாகை உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். ரோபணமென்னும் கர்மத்தில் அஞ்ஜநம்மீவதற்கு சலாகையானது அங்குலையப்போல் மிகவும் மிருதுவாயிருக்கவேண்டும்.<sup>1</sup> 72½

மாலை நேரத்திலாவது, ஶியயந்காலத்திலாவது அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கக் கூடியதாம்; அனாத எந்த நேரத்திலும் தோன்றியவாறு உபயோகிக்கவே கூடாது. அஞ்ஜநமிடே முறை. அதிக குளிரில்லாமலும், அதிக சூடில்லாமலும், அமிதமாகக் காற்று விசாமலும், ஆகாயம் அதிகமாக மேகங்களால் மூடப்படாமலுமிருக்கிற ஸமயங்களில் அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிப்பதால் நலமுண்டாகும். அஞ்ஜநத்தை சலாகை முதலியதைக்கொண்டு நேத்திரத்தினுள் கருவிழிக்குக் கீழே வர்தமென்னும் மாம்ஸபாகத்தில் நேத்திரத்தின் நெடுகவும் கடைக்கண்வரையில் திட்டவேண்டும். 73, 74.

### அஞ்ஜந வர்த்திகள்<sup>2</sup>

சக்கின் நாடியெனப்படும் சுழியுள்ள அதன் அடிப்பாகம், தான்றிக்காயின் கொட்டை அல்லது பருப்பு, கடுக்காய், மனச்சினை, திப்பிலி, மிளகு, கோவட்டம், சந்திரோதய வர்த்தி. வசம்பு இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் ஸமபாகமா யெடுத்து, அனைத்தையும் நன்றாகப் பொடித்து, வெள்ளாட்டுப் பால் அட்டி ஆட்டி பலதானி பத்திற்கு ஸம அளவாக வர்த்திகள் செய்துகொள்ளவும். இந்த குளிகையை ஓர் அரேணுகம் அளவு ஜலம் சேர்த்து இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிடலாம். இதனால் திமிரரோகம், மாம்ஸஸ்ருத்தி, காசம், படலரோகம், அர்ப்புதம், ராத்ரயாந்த்யம் என்னும் இராக்கண், வர்தமரோகம், புஷ்பமென்னும் பூவிழுதல் என்கிற இந்நேத்திரரோகங்கள் கீவ்ருத்தியாகும். இது 'சந்திரோதய வர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். 75—77.

1. அஞ்ஜநமென்னும் ஓவடிதத்தில் லேககாதி கர்மங்களுக்குத் தகுந்தவாறு சர்க்குகள் வித்யாஸப் படுவது அவசியமாயிருப்பது போலவே சலாகைகளும் அதற்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு லோஹாதிக்களால் அமைக்கப்படவேண்டுமென்பது ஆபுர்வேத முறைகளைக் கற்றறிந்தவரின் கருத்தாம்.

2. வர்த்தி—குளிகை; சிறிது நீளமாகச் செய்யப்படும் குளிகை வர்த்தி யெனப்படும்.



புங்கம் விதையை அரேசமுறை பலாசம் பூயின் ஸ்வரஸத்தில் பாவனைசெய்து, அந்த ஸ்வரஸத்தைக் கொண்டே அதை ஆட்டி வர்த்திசெய்து, கண் கரஞ்சுபீஜ வர்த்தி. களில் முன்போலவே இட, நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் பூவைப் போக்கிவிடும். 78.

கடல்நூரை, இந்துப்பு, சங்கு, கோழிமுட்டையின் மேலோடு, முருங்க விதை இயற் றை நன்றாகப் பொடித்த, ஜலம் கீட்டு அரைத்து வர்த்திசெய்யவும்; இது லேகந வர்த்தி. சுக்லம் முதலிய நேத்திர ரோகங்களைச் சந்திரத்தினால் சிண்டிவிடுவது போல் அறுத்துவிடும். 79.

யானையின் தந்தத்தையும், பன்மீ, ஒட்டகம், பசு, குதிரை, வெள்ளாடு இவற்றின் குள ம்புகளையும், சங்கையும், நல்முத்துக்களையும், கடல்நூரையும் லம்பாக தந்த வர்த்தி. மெடுத்து சூர்ணம் செய்து, கல்வத்தில் ஜலம் கீட்டு நன்கு அரைத்து வர்த்தி செய்யவும். இதற்கு "தந்த வர்த்தி" என்று பெயர். இது கண் களிலுண்டாகும் சுக்ல ரோகத்தைப் போக்குவதில் சிறந்த ஓளவுதம். 80½.

கரு நெய்தல், முருங்கவிதை, நாகரீகளாம் இம்முன்றையும் கல்கமாகச் செய்து, நீலோத்பலாதி நன்றாகக் கல்வத்திலீட்டு ஆட்டி வர்த்தி செய்பலாம். இதை நேத்திரங் களில் அஞ்சுரமிட அநிஷிக்கார சிவ்ருத்தியாகும். 81½.

என்பது எள்ளுப்பூக்களையும், அறுபது திப்பிலிகளையும், அறுபது காட்டு ஜீரகங்களை யும், ஐம்பது ஜாதிப்பூக்களையும், பதினாறு மிளகுகளையும் சேர்த்துப் குஸூம வர்த்தி. பொடித்து, வெகு நேர்மைபாக ஜலத்தினால் அரைத்து வர்த்திசெய்யவும். இது 'குஸூமவர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். இவ்வர்த்தியை ஒன்றரை அரேணுகம் அளவில் ஜலத்தில் உரைத்து நேத்திரங்களில் இட தியிரம், அர்ஜுனம், சுக்லம் இவற்றைப்போக்கும்; மாம்ஸவளர்ச்சியையும் அறுத்துவிடும். 82—84.

ரஸாஞ்சுரம்,<sup>2</sup> பஞ்சுள், மாமஞ்சள், குருக்காத்திப்பூ, பில்வத்தளிர் இவற்றை, பசுஞ் சாணத்தைக் கரைத்து வடிக்கட்டிப ஜலத்தில் ஆட்டி வர்த்திசெய்து, நேத் ரஸாஞ்சுராதி வர்த்தி. திரங்களில் இட, நக்தார்த்யம் என்னும் இராக்கண்ணோய் தீரும். 85½.

1. நுதனில் வர்சம் ரோகம் முதலியவைகளும் போக்கப்படுமென்பது கருத்து.

2. ரஸாஞ்சுரம்.—இதைப்பற்றி 116-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க. இச்சரக்கை இதே பெயர்கொண்ட ஒருவித அஞ்சுரத்தல் என்று சிலர் கூறுவர். 81-வது பக்கமும் பார்க்க.  
S. 32

கெல்லிப்பருப்பு ஒரு பங்கு, தான்றிக்கொட்டை இரு மடங்கு, கடுக்காயின் பருப்பு மூன்றுபங்கு இவற்றைப் பொடிசெய்து, ஜலம்விட்டு ஆட்டி வர்த்திசெய்ய தாத்திரீஜாதி வர்த்தி. வும்; இந்த வர்த்தியை இரண்டு அரேணுகமளவு உரைத்து நேத்திரங்களில் இட நேத்ரஸ்ராவம் என்னும் கண்ணீர்ப் பெருக்கையும், வாதாகத்தினுண்டாகும் வலியையும் போக்கும். 86½.

## ரஸக்ரியை 1

துரிசி, பொன்னிமிளை, இந்துப்பு, சர்க்கரை, சங்கு, மனச்சிலை, காயியென்னும் கைரி. கம், கடல்துரை, மிளகு இவற்றைப் பொடித்து, தேன் சேர்த்து பக்குவம் குத்தாதி ரஸ க்ரியை. செய்வும். இவ்வாறு ரஸக்ரியையாகச் செய்த அஞ்ஜநெளஷத்தக்தை வர்த்மரோகம், அர்மம், திரிமம், காசம், சகலம் என்கிற ரோகங்களில் உபயோகிக்க அவ்வியாதிகள் தீரும். 87—88½.

பச்சைக் கர்ப்பூர்ப்பொடியை ஆலம்பாலில் குழைத்து ரஸக்ரியையாக நேத்திரங்களில் இட, இரண்டு மாதங்களாய் நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் குஸும கர்ப்பூராதி மென்னும் பூ சிக்கிரத்தில் மிவருத்திபாகும். 89½.  
ரஸக்ரியை.

மிளகை நன்றாகத் தேனிலாவது குதிரையின் வாயிலிருந்து பெருகும் உமிழ் நீரிலாவது இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜகமிட சூர்யணக் கண்ட இருள் மரிசாதி ரஸக்ரியை. போல அதிதிகரை ஒழிந்துவிடும். 90½.

ஜாதிப்பூ,<sup>2</sup> பவளம், மிளகு, கடுக்கரோஷிணி, வசம்பு, இந்துப்பு இவற்றை ஸம்பாகமாக எடுத்து, செம்மறியாட்டின் முத்திரத்தில் குழைத்து அஞ்ஜகமாக ஜாதிப்புலப்பாதி ரஸக்ரியை. உபயோகிக்க, தேஹத்திலுண்டான சோம்பல் அல்லது திரிர் உடனே தீரும். 91½.

காட்டுவாகையின் விதை, திப்பிலி, மிளகு, இந்துப்பு, வெள்ளுள்ளி, மனச்சிலை, வசம்பு இவற்றைப் பசுமுத்திரத்தில் இழைத்து ரஸக்ரியை செய்வும். சிரீஷ்டீஜாதி ரஸக்ரியை. இதை அஞ்ஜகமிட, மூர்ச்சை முதலியவற்றால் உணர்ச்சியற்றிருப்பவர்க்கும் மீண்டும் உணர்ச்சியைப் பெற்று எழுந்துவிடுவர். 92½.

1. ரஸக்ரியை.—இதைப்பற்றி 113-வது பக்கத்தில் முதல் ச்லோகத்துமொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. ஜாதிப்பூ.—ஜாதியென்று ஒருவித மல்லிகை; ஜாதிகாயின் புஷ்பமென்றும் கூறவர்.

மாமஞ்சள், பேய்ப்புடல், அநிமதூரம், வேம்பு,<sup>1</sup> அல்லிக்கிழங்கு, கருநெய்தல், வறந்தாமரை இவற்றை ஸம்பாகம் எடுத்து, இவ்வனைத்துக்கும் நாலு மடக்கு ஜலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, நாலில் ஒரு பங்காகச் சண்டச்செய்து, வடிக்கட்டி, அக்கஷாயத்தை மீண்டும் பாகுபோல் வருமளவும் காய்ச்ச வேண்டும்; அது தானே குளிர்ந்துவந்ததும், அக்கஷாயத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு தேனும் சர்க்கரையும் அதில் சேர்த்துக் கலக்கியிடவும். இந்த ரஸக்ரியை நேத்திரத்தில் உபயோகிக்கப்படுமானால் கண்ணிரித்தல், கண்களில் நீர்வடிதல், கண்களில் இரத்தம் வடிதல், கண்சிவப்பு, கண்வலி இவற்றைப் போக்கும். 93—95.

ரஸாஞ்ஜனம், ஸர்ஜஸமென்னும் பிசின், ஜாதிப்பூ, மனச்சிலை, கடல்தரை, இந்துப்பு, காசிக்கல், யிளகு இவற்றை ஸம்பாகமெடுத்து நன்றாகத் தேனில் இழைத்து நேத்திரங்களில் இட, பலசித தூநீர்களுடன் கூடிய வர்த்மரோகமும், கண்களிலுண்டாகும் திளவுமுதலியதும் தீரும்; இமையிர்களும் இதனால் நன்கு வளரும். 96, 97.

சிரத்திரகொடியின் ஸவரஸம் கால் பலமெடை, தேன் ஒரு மாஷமெடை,<sup>2</sup> இந்துப்பு அதே அளவு இவற்றையெல்லாம் ஒன்றாகக் கல்வத்திலீட்டு ஆட்டவும். இறையெடுத்து நேத்திரங்களில் இடுவதால் பில்லம், அர்மம், திமிரம், காசம், கண், லிங்காசம். என்னும் நேத்திரரோகங்களும், கண்களின் கருவழிகளிலும் வெண்மண்டலங்களிலுமுண்டாகும் வியாதிகளும் தீரும். 98, 99.

சூர்யன் அந்தராதத்தை அடியோடு அகற்றியிடுவதுபோல வெள்ளைச் சாறடையானது அந்தந்த வஸ்துக்களின் சேர்க்கையினால் அநேகம் நேத்திரரோகங்களைப் போக்கவல்லது; அதாவது--இவ்வளவுதச் சர்க்கைப் பசுயின்பாலில் இழைத்துப்போட்டால் நேத்திரகண் என்கும் கண்டினவையும், தேனின் கலந்துபயோகித்தால் ஜலம் வடிதலையும், நெய்யின் குழைத்துப் போட்டால் கண்பூவையும், தைலத்தில் இழைத்து இட்டால் திமிரோகத்தையும், காடியின் கலந்துபயோகித்தால் இராக்கண்ணையும் போக்கும். 100½.

கருவேலங்கொழுந்தை க்வாதம் செய்து, வடிக்கட்டி, அதை மீண்டும் வேற்றம் போல் பப்பூலுள்ள ரஸம் காய்ச்சியெடுக்கவும். இதைத் தேனில் கலந்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜனமிட கண்களிலிருந்து நீர்வடிதல் பிவருத்தியாகுமென்பது சிச்சம். 101½.

1. வேம்பு என்பதால் இங்கு வேப்பங்கொட்டை குறிக்கப்பட்டதென்க.

2. மாஷம்.—3-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.

நீர்க்கடம்பின் காயை ஜலத்தில் தேய்த்து, தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஜரமாக ஹிஜ்ஜல பல ரஸ உபயோகித்து வருவது நலம். கண்களில் நீர்வடிதலைப் போக்குவதற்கு கிரியை. இது மிகச் சிறந்த ஓஷதமெனக் கருதப்படுகிறது. 102 $\frac{1}{2}$ .

தேற்றாங்கொட்டையைத் தேனில் இழைத்து, சிறிது பச்சைக் கர்ப்பூர்த்தையும் அத்துடன் தேய்த்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜரமிட, கண்களிலுண்டான க்தகாதி ரஸகிரியை. கலக்கம் முதலியவை விலகி அவை நன்றாகத் தெளிவையடையும். 103 $\frac{1}{2}$ .

நெய்யையும் தேனையும் கலந்து நன்றாகக் குழைத்து கண்களில் அஞ்ஜரமாக உபயோ ச்ருதாதி ரஸகிரியை. கித்தால் விரோத்பாதம் என்கிற நேத்திரவியாதி சிவ்ருக்கியாகும். 104.

கருநாகத்தின் கிணரீர் அல்லது கொழுப்பு, சங்கு, தேற்றாங்கொட்டை இவற்றை க்ருஷ்ண வர்ப்ப ரஸகிரியை செய்து அஞ்ஜரமாக உபயோகிக்க, சீக்கித்தில் அந்தக் கரலாதி ரஸகிரியை. களுக்கும் பார்வை உண்டாகும். 105.

கோழிமுட்டையின் ஓடு, மனச்சிகை, காருப்பு,<sup>1</sup> சங்கு, சந்தனம், இந்துப்பு இவ ற்றை நுண்மையாகப் பொடித்து ஜலம் சேர்த்து ரஸகிரியையாகச் செய்து லேகை ரஸகிரியை. அஞ்ஜரமிட கண்ணில் விழுந்துள்ள பூ, அர்மம் முதலிய ரோகங்கள் அறுபட்டு நேத்திரம் ஸ்வஸ்த்தமாகும். 106.

திப்பிலியை செம்மறியாட்டின் கல்லீரலின் இடையில் மறைத்துவைத்து, அக்னியிற் பக்குவம்செய்து எடுத்து, அத்திப்பிலியை இழைத்துக் கண்களில் அஞ் கணாதி ரஸகிரியை. ஜரமிட்டால் நக்தாந்தயமென்றும் இராக்கண் ஸ்வஸ்த்தமாகும். இவ் விதமே மிளகையும் பக்குவம்செய்து தேனில் உரைத்து அஞ்ஜரமிட்டா தும் இராக்கண் சிவ்ருக்கியாகும்.<sup>2</sup> 107.

### குர்ணாஞ்ஜகம்.

மிளகு, அரை சாண்மெடை,<sup>3</sup> திப்பிலியும் கடல்துரையும் தனித்தனியே இரண்டு சாண்மெடை, இந்துப்பு, அரை சாண்மெடை, புதிய வெளவீராஞ்ஜகம்<sup>4</sup> ஒரு சாண்மெடை

1. காசம் அல்லது காசலவணம் என்பது தரையில் அட்டுப்பு என்றும் அல்லது காருப்பு என்றும் கூறப்படுகிறது.

2. ரஸகிரியைப்பென்பது கவர்யத்தை மீண்டும் காய்ச்சி டாகுபோல் செய்யப்படும் பாசமென்றும், தேன் முதலியதற் சலப்பதால் அவ்வித ரூபம் வருவதைக் கருதி மற்றவையும் இப்பிரகரணத்தில் அவ் வாறு கூறப்பட்டன.

3. சாண்ம்.—3-வது புக்கத்தைப் பார்க்க.

4. வெளவீராஞ்ஜகம்.—வெண்மையான அல்லது சிறிது மங்கல் நிறமான ஓர் அஞ்ஜகக்கல், இதையெவ்வாறாக என்பார்கள். ஆக்கிலத்தில் white antimony என்று வழங்கப்படுகிறது.

மரிசாதி குர்ணை ஆக இவற்றை சித்திராநகரத்திற்சென்று வெகு துண்மையாகச் சூர்ணமசெய்து அஞ்ஞகமாக உபயோகிக்கவும்,<sup>1</sup> இதனால் கண்டி, காசம், கபதோஷத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகள், மற்றும் பலவிதமான மலங்கள் முதலியவை நீங்கி நேத்திரம் சுத்தமாகும். 108, 109.

இரஸகமென்னும் தாதுப்பொருளை<sup>2</sup> ஒரு சிணியில் வைத்து வெகு துண்மையாகப் பொடித்து, அச்சூர்ணத்தை ஜலத்தில் நன்றாகக் கரைத்துவிடவும்; சற்று நேரம் சென்றபின் மெதுவாக ஜலத்தை மற்ரெரு பாத்திரத்தில் வடித்துக்கொண்டு, அடியில் தங்கி நிற்கும் சூர்ணத்தை விலக்கி விடவேண்டும்; பிறகு அந்த ஜலத்தை அப்பாத்திரத்திலேயே வெயிலில் வைத்திருக்க, அதிலுள்ள ஜலமெல்லாம் வற்றிப்போய் அடியில் ஒருவித வண்டல் தங்கி அது பர்ப்படம்போல்<sup>3</sup> ஆய்விடும்; அதை பெடித்து நன்றாகப் பொடிசெய்து த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் முன்றுமுறை பாவனை செய்யவும்; அப்பால் அதில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக் கர்ப்பூரத்தையும் பொடித்துச் சேர்க்கவேண்டும். இதை நேத்திரங்களில் அஞ்ஞகமாயுபயோகிக்க ஸகல தோஷங்களும் தீரும்; கண்களுக்கு மிக்க வெளக்கிபத்தை யுண்டிபண்ணும். இது 'ஸர்வரோகஹர சூர்ணஞ்ஞகம்' என்று வழங்கப்படும். 110—112<sup>3</sup>.

லௌவீராஞ்ஞகத்தை அக்னிபில் எரித்து, த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் அதன் சூர்ணத்தைக் கலக்கி ஏழு வேளை நேத்திரங்களில் அஞ்ஞகமாக உபயோகிக்கலாம், ஸௌவீராதி சூர்ணம் அய்விதமே அதன் சூர்ணத்தை முலைப்பாலில் கலக்கி தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஞகமிடலாம். இவ்வெளஷதம் பெரும்பான்மையான நேத்திரரோகங்களையும் போக்கக்கூடியது. 113—114<sup>3</sup>.

நாகமென்கிற லோஹத்தை த்ரிபலாகஷாயத்திலும், கரிசிலாக்கண்ணிச் சாற்றிலும், சுக்குக்கஷாயத்திலும், நெய்யிலும், பசுவின் முத்திரத்திலும், தேனிலும், அஞ்ஞகமிடும் நாக வெள்ளாட்டுப்பாலிலும் தனித்தனிபே காய்ச்சிக் காய்ச்சித் தோய்க்கவும், பிறகு அந்த நாகத்தினால் ஒரு சலாசை செய்து, அதனால் நேத்திரங்களில் மைதீட்வெதுபோல் தீட்டினால் ஸகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். 115, 116.

1. சூர்ணஞ்ஞகத்தை நேத்திரங்களில் ஏதாவது தேன், முலைப்பால் முதலிய திரவபதார்த்தங்களில் சூழைத்ததான் இடவேண்டும். ரஸக்ரியைகளிலும் சில சூர்ணங்களை அய்விதமுடியாதித்தபோதிலும், ரஸக்ரியாஞ்ஞகத்தை எப்பொழுதும் திரவருபமாகச் செய்துவைத்துக்கொள்ளலாம். சூர்ணஞ்ஞகத்தை வேண்டியபோது அவசியமான திரவத்தில் உபயோகிப்பது வழக்கம்.

2. இரஸகம்.—145-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

3. பர்ப்படம்.—மெல்லியபலகைத் துண்டுகளைப்போன்ற பானங்கள்.

ப்ரத்யஞ்ஜநம் முதலியன.

கண்களில் ஸம்பவீத்த தோஷங்களைல்லாம் நீங்கி, நீர்வுடிதலும் முற்றிலும் சிந்திர பிறகு, உத்தமான தண்ணீரில் முகத்தை அமர்த்தி, நேத்திரங்களை நன்றாகத் திறந்து கழுவவேண்டும். அப்பால் அதற்கு முன்னிருந்த நேத்திர தோஷங்களுக்குத் தகுந்தவாறு ஏதேனும் ப்ரத்யஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பதும் உசிதம். 117.

தோஷங்கள் முற்றிலும் கண்களிலிருந்து விலகாமல், அவை இன்னும் சிறிது மிகுந்த சோதாத்திற்குத் திருப்பதாகத் தெரியவந்தால், அந்நேத்திரங்களைக் கழுவக்கூடாது. 117½. தகாக நேத்திரம்.

நேத்திரம் தீக்ஷணமான ஓளவுதப் பிரயோகங்களால் அழற்சிகொண்டு கஷ்டப்படுமானால், அப்பொழுது அவ்வழற்சிமுதலியதைப்போக்கி அதற்குத் தெளிவை யுண்டெண்ணும் ப்ரஸாதநடுமன்னும் குணமுடைய ரூர்ணஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பது 'ப்ரத்யஞ்ஜநம்' எனப்படும். 118.

முறைப்படி சுத்திசெய்த நாகத்தை<sup>1</sup> உருக்கி, அதில் சுத்திசெய்த பாதாஸத்தை<sup>2</sup> அதற்கு ஸமயெடையாகச் சேர்க்கவும்; அவ்விரண்டிக்கும் ஸமமாக நயநாம்ருதமென்னும் நீலாஞ்ஜநத்தையும்<sup>3</sup> பொடித்துச் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து பிறகு கல்வத்திலிட்டு ஆட்டி; அச்சூர்ணத்தில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக்கர்ப்பூரமும் சேர்த்துக்கொள்ளவும். இது ப்ரத்யஞ்ஜநம் எனும் ஓளவுதமாம். இது கண்ணைய்களைப் போக்கக்கூடியது; கண்களுக்கு அமுதம்போன்றது. 119, 120.

நேபாளத்தின் விதையை எடுத்து முனையை நீக்கிக் கொடியெலும்பும்ச்சம்பழச்சாற்றில் இருபத்தோரு முறை பாவனைசெய்து, அதை கல்வத்தில் ஆட்டி வர்த்தி ஜயபாள வர்த்தி செய்பவும். இதை ஸர்ப்பம் தீண்டியவனுடைய கண்களில் அஞ்ஜநமாக இட, இவ்வெளவுதம் அவனுடைய தேஹத்திலுள்ள விஷத்தைப் போக்கி அவனைப் பிழைப்பிக்க வல்லது. 121, 122.

போஜநமுண்டபிறகு உடனே தனது இரண்டு கைகளையும் சூடுண்டாகுமாறு நன் நேத்திர ரோகங்க ருகத் தேய்த்து நேத்திரங்களினமேல் நன்கு அமர்த்திவந்தால், திரிமரங்களைப் போக்கும் ஒரு முதலிய நேத்திரவியாதிகள் சார்தமாகக்கூடும். 123. ஸாதாரணமுறை.

1. நாகசுத்தியைப்பற்றி 138-வது பக்கம் பார்க்க.

2. பாதாஸத்தி.—அல்லது பாதசுத்தி; இதைப்பற்றி 149-வது பக்கம் பார்க்க.

3. நீலாஞ்ஜநம்.—இதையே ஸௌவீராஞ்ஜநம் என்பார்கள்.

எந்த மனிதன், தினந்தோறும் மூன்றுவேளையும் வாயில் குளிர்ந்த ஜலத்தை சீர்ப்  
 நேத்திர ரோகங்க பிக்கொண்டு, இரண்டு கண்களையும் தண்ணீரால் நனைத்துக் கழுவி வரு  
 காத் தடுக்கலு கின்றானே, அவன், எப்பொழுதும் நேக்கிர விபூதிகளாலான துன்பப்  
 ப்புமான உபாயம், களை அனுபவிக்க நேரிடாடுதன்பு நிச்சயம். 124,

### கிரந்தத்தின் முடிவுரை.

ஆயுர்வேதமென்னும் அகண்ட ஸமுத்திரத்தில் மறைந்து கிடக்கும் அநேகம் அரும்  
 பொருட்களாகும் மாணிக்கத்திரள்களைக் கண்டறிந்து முன்னால் சில  
 இந்நூல் ஆயுர்வேத மேதாவிகளால் ஸம்ஸிதைகள்<sup>1</sup> என்னும் பெயருடன் பற்பல நூல்கள்  
 ஸாரம், விரிவாக வரையப்பட்டன. அந்நூல்களிலிருந்து மிகவும் ஸாரமான சில  
 விஷயங்களைப் பெயர்த்தெடுத்த இந்த ஸம்ஸிதை என்றனல்<sup>2</sup> இயற்றப்  
 பட்டது; ஸத்புருடர்களான கல்விமாண்கள் இந்நூலின்கண் தமது கருணைகிறைந்த கடா  
 சூத்ததைக் கருத்துடன் செலுத்துவாராக. 125, 126.

சார்க்கதரனுடைய<sup>3</sup> இந்த ஸம்ஸிதையானது, பலவகையான பிணிகளாகும் வறு  
 மையை ஓளவுதமுறைகளென்படும் அருமையான இரத்தினங்களால்  
 ஸம்ஸிதையின் அகற்றக்கூடியதாயிருப்பதால், தாமரைமலர்களைப்போல் குளிர்ந்து மனோ  
 ஹரமாக கீர்மலமாயிருக்கும் கவிக்களின் இருதயங்களில் ஸ்ரீதேவியைப்  
 போல் சிருடன் விளக்குமாக.<sup>4</sup> 127.

அளவற்ற நூல்களை ஆராய்ந்தறிவதற்கான திறமைபிற குன்றியவர்கள், அல்லது  
 அதற்குத் தகுந்த நீண்ட ஆயுளைப் பெறாதவர்கள் இதுகாறும் அகில நூல்  
 இந்நூலின் பயன். களையும் படிப்பதில் தமது சக்தியையும் மீய முபன்றது போதும்; வைக்  
 திய சார்த்திரத்தின் ஸாராம்சமனைத்தையும் இதிற கருக்கிக் கூயிரிடுப்ப  
 தால், அத்தகைய விவேகிகள் கருக்கமான இந்நூலைப் படித்தறிப முபல்வது முற்றிலும் யுத்த  
 மாகும். 128.

1. சராஸம்ஸிதை, ஸுச்சுருத ஸம்ஸிதை, காச்சய ஸம்ஸிதை, ஹாரீதஸம்ஸிதை முதலியவை  
 இதனல் குறிக்கப்படுபவை.

2. என்றனல்.—சார்க்கதரனல்.

3. சார்க்கதரன்.—என்றால் ஸ்ரீ ஹாவிலிஷ்ணு என்று இக்கு மந்திரெரு பொருளுண்டு.

4. கமலமலர்களில் வலிப்பவரும் சார்க்கதரனான ஸ்ரீ மஹாவிலிஷ்ணுவின் பத்னியுமான ஸ்ரீ தேவி  
 யானவள், வேண்டிய தனக்களைக் கொடுத்து ஜனக்களைச் செல்வவாண்களைக் செய்ய வல்லவனாயிருப்பது  
 போல், சார்க்கதரனுடைய இந்த ஸம்ஸிதையும் ஓளவுத முறைகளைக்கொண்டு வியாதிகளாகிற வறுமையைப்  
 போக்கி, ஆரோக்கியமாகும் செல்வத்தை விருத்தி செய்யவல்லது; மேலும் அவள் தாமரை மலர்களில் வலிப்  
 பதுபோல, இதுவும் சவீஹருதயங்களில் இருக்கத்தகுந்தது என்றும் கருத்தாம்.

பிழை திருத்தம்.

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
3	2	த்ரஸரேனு	த்ரஸரேனு
9	27	விபாகங்கள்.	விபாகங்கள்.
14	33	ரேசனம்.	ரேசனம்.
16	3	சக்கரலம்.	சக்கரலம்.
68-பக்கத்தில் டிப்பணியில் 2-என்பதை 1-என்று திருத்திக்கொள்ளவும்.			
71	13	செய்வதற்கான	செய்வதற்கான
88	18	ஜ்வரஹம்.	ஜ்வரஹம்.
89	23	மற்றொரு	மற்றொரு
128	27	பருங்கராஜ	பருங்கராஜ
132	4	ஆளவாரிஷ்டங்களின் அவற்றின்	ஆளவாரிஷ்டங்களின் பேத மும் அவற்றின்
218	30	சிலர்	சிலர்
228	22	மூலாதி	மூலாதி
234	22	சரீரத்திதை	சரீரத்தை
235	36	அரிது	அரிது