

பாப்டி வைத்தியம்



டாக்டர் லார்ட்வின் லாரன்ஸ்

பாட்டி வைத்தியம்

AVOID TO DOWNLOAD FROM userupload.in/net SPAM WEBSITE

<https://telegram.me/tamilbooksworld>

டாக்டர் எம்.எல்.ஜே.லார்ட்வின் லாரன்ஸ்

M.Com., R.M.P.,

ஹோமியோபதி குடும்ப வைத்தியம்
டாக்டர் எம்.எம்.ஜே.வார்டனின் வரன்ஸ் M.Com., R.M.P.,

டிசம்பர் - 2001

விவர கு. 10

தரன் 54 ஜி.எம்.எம்.

புள்ளி 11.5

அச்சிட்டோர் வைகை பிரிண்டர்ஸ் & பப்ளிஷர்ஸ்
6/16 புறவழிச்சாலை, மதுரை - 625 018.

வெளியீடு வைகை வெளியீடு.
6/16 புறவழிச்சாலை,
மதுரை - 625 018.

முன்னுரை

உலகத்து மக்களின் உயிர்ப்பிணி நலிவை அகற்றிட இயற்கை நமக்கு அருளிய நலமுள்ள மூலிகைகள் இதுவென நாம் உணர்ந்து போற்றிட உய்யவழி உண்டாம் உலகினிலே.

மனித வாழ்வின் மட்டற்ற மகிழ்ச்சி உடல் ஆரோக்கியமே.

அன்றைய நாளில் வாழ்ந்தோர் வீட்டு வைத்தியமாகிய சித்த மருத்துவத்திற்கு மதிப்பளித்து சித்த மருந்துகளையே அருந்தி மூலிகை வைத்தியத்திற்கு முழுமையான முக்கியத்துவம் அளித்து மூலிகை வைத்தியம் செய்து முற்றிலும் நோய் நீக்கம் பெற்றனர். எத்தகைய கொடிய நோய்கள் வரினும் வீட்டு வைத்தியமாகிய சித்த வைத்தியம் தவிர பிற வைத்திய முறையை நாடவில்லை.

இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்வு நடத்தி இயற்கை விதிகளைப் பின்பற்றி என்றும் புத்துக்குலுங்கும் புதுமைப் பொலிவுடனும் உடல் ஆரோக்கியத்துடனும் காட்சி அளித்தனர்.

இன்றைய நாளில் வாழ்வோர் நாகீ கப் பெருக்காலும், அயல்நாட்டு மோகத்தாலும் ஆங்கில மருந்துகளான தீவிரமான இராசயனக் கலவை கலந்த மருந்துகளை உண்டு உடனுக்குடன் நோயைக் குணப்படுத்திக் கொள்ள ஆவலுற்று உடல்நலத்தைக் கெடுத்துக்கொள்கின்றனர். முதலில் இவைகள் நோயைக் குணப்படுத்தினாலும் பின்னர் அது தீய பல பக்க விளைவுகளை உண்டாக்கி விடுகின்றது. மனித உடலின் இராஜ கருவிகளான மூளை, இதயம், நுரையீரல், கல்லீரல் போன்றவைகளை பாதிப்படையச் செய்துவிடுகிறது. டெராமைசின், குளோரோமைசிடின், பென்சிலின், டெட்ராசைக்ளின் போன்ற ஊசிமருந்துகளின் தீய பக்கவிளைவுகள் காது மற்றும் கண்களை பாதிப்படைய வைக்கின்றது. ஆயுளைக் குறைத்து நீண்டகால பல தீராத நோய்களை இந்த ஆண்டிபயோடிக் மருந்துகள் செய்து விடுகின்றன.

அலோபதி என்ற சொல்லின் பொருள் உடலின் நோய்களை உள் அமுக்கி வைத்து குணப்படுத்துதல் என்பதே நாகீகத்தை நாடும் இவர்கள் ஒரு நோய் தீர மருந்துண்டு. பல தீராத நோய்களை விலை கொடுத்து வாங்கி உடலினில் உருவாக்கிக் கொள்கின்றனர்.

ஒவ்வாமைக் கோளாறுகள் உடலினில் உருவாகிவிடுகின்றன. இயற்கையை விட்டுவிட்டு செயற்கையை நாடி செயற்கை வாழ்வு வாழ்வோர் நீண்டகாலநோய்களையும் வாழ்வில் பல கஷ்டங்களையும் அடைவர்.

இன்றைய விஞ்ஞானம் அயல்நாட்டு மூலிகைகளையும், நம்நாட்டு மூலிகைகளையும் ஆராய்ந்து நம் நாட்டு மூலிகைகளுக்கே அதிக அளவு ஆற்றல் இருப்பதை நிரூபித்துவிட்டது.

இந்தியாவில் கிட்டத்தட்ட 7 ஆயிரத்துக்கும் அதிகமான மூலிகைச் செடிகள் இன்றைக்கும் பிணிதீர்க்க பயன்பட்டுவருகிறது. இவற்றுள் 427 மூலிகைகள் மிகவும் அபூர்வமானவை.

இந்திய மருத்துவ முறையான பாட்டி வைத்தியம் மருத்துவமுறை மிகத்தொன்மையான இன்றும் பழக்கத்திலிருந்துவரும் மருத்துவ முறைகளுள் ஆதிமுக்கியமானது. ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் எப்படி உபயோகப்படுத்தப்பட்டதோ அப்படியே இன்றும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இன்றும் 70 முதல் 97 விழுக்காடு மக்கள் இப்பழங்கால இயற்கை சார்ந்த வீட்டு வைத்திய முறையைத்தான் நம்பி இருக்கின்றார்கள். நவீன ஆங்கில மருத்துவம் 3 முதல் 30 சத மக்களையே தொட்டிருக்கிறது.

மனிதன் உலகினில் உயிர் வாழ உதவிடும் உணவில் அன்றாடம் அறுசுவைகளான இனிப்பு, புளிப்பு, கசப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு, உப்பு அவசியம் இடம் பெறல் வேண்டும். ஒளஷதம் என்றால் மருந்து என்று பொருள். அறுசுவைகளுக்குள் மனிதன் எச்சுவையை உண்ண மறதியாய் மறந்துவிட்டானோ அவன் மறந்ததே அவனுக்கு மருந்தாக அளிக்கப்படுகிறது.

பாட்டி வைத்தியம் என்னும் இந்நூலில் என் பல்லாண்டு கால அனுபோக வெற்றி சிகிச்சை முறைகளையே எழுதியுள்ளேன். இதிலுள்ள முறைகளை பின்பற்றி மருந்துகளை தயார் செய்து மருத்துவரை நாடாமல் தங்களுக்குத் தாங்களே பிணி தீர்த்துக் கொள்ளலாம்.

பாட்டி வைத்தியம் என்னும் இந்நூலை வெளியிட்ட வைகை வெளியீடாளருக்கும், இதற்காக ஒத்துழைப்பு நல்கிய அனைவருக்கும் என் நெஞ்சார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு

ஜெ.லார்ட்வின் லாரன்ஸ்

M.Com., R.M.P.,

மதுரை 5.12.94

பதிப்புரை

மனித குல வரலாற்றில் உணவு தயாரித்தல், விவசாயம், மருத்துவம் ஆகியவற்றைக் கண்டுபிடித்தவர்கள் பெண்கள்தான். ஆண்கள் உணவுதேடிக் காடுகளில் அலைந்தபோது குகைகளிலிருந்த பெண்களுக்கு இவை பற்றிச்சிந்திக்கவும், சோதனை செய்து பார்க்கவும் அவகாசம் கிடைத்தது, அதிலும் இந்தியப் பெண்மணிகள் உணவோடு மருந்துப் பொருட்களையும் சேர்த்து ருசி மிக்கதாய் ஆக்கினார்கள். இஞ்சி, மஞ்சள், பூண்டு, வெங்காயம், மிளகு, மல்லி முதல் இலை தழைகள் வரை மருந்துப்பொருட்களை உணவாகவே உட்கொள்ளும் மருத்துவம் இது.

பெண்கள் தலைமுறை தலைமுறையாய் இம்மருத்துவத்தைத் தினசரி வாழ்வில் சுடைப்பிடித்து நோய்தீர்த்துவந்திருக்கிறார்கள். அதனால்தான் அதிக செலவில்லாத சுலப சிகிச்சைக்குப் பாட்டி வைத்தியம், வீட்டு வைத்தியம் என்று பெயர் வந்தது. பாட்டிகளின் கைப்பக்குவத்தில் நோய்கள் பறந்தோடிய காலம் ஒன்று உண்டு, ஆனால் இன்றோ சிறிய நோய்களுக்கும் ஆயிரக்கணக்கில் செலவுவிக்கும் மனோநிலைக்கும், நடைமுறைக்கும் மனித இனம் வந்துவிட்டது. இது மிகவும் துரதிருஷ்டவசமானது. இதுவும் ஒரு மூட நம்பிக்கை போலப் பரவியதால் பாரம்பரியமான பாட்டி வைத்தியங்கள் நிராகரிக்கப்படும் நிலையேற்பட்டுள்ளது.

"பஞ்சமும் நோயும் நின் அடியார்க்கோ" என்று கூடவுளைக்கேட்டுப் பாடினான் பாரதி. மனிதன் தோன்றிய நாள் முதல் வயிற்றுப்பசிக்கு இரை தேடி அலைந்துகொண்டேயிருக்கிறான். வறுமையும், நோயும் உடன்பிறப்புக்கள், வறுமை ஒழிப்பு, நலவாழ்வு, சுகாதாரம் ஆகியவற்றை சோசலிச சமூகத்திலேதான் காண முடியும் 75 ஆண்டுகள் சோவியத் யூனியனில் செங்கொடியின் ஆட்சியில் பல நோய்கள் பழங்கதைகளாயின என்பதை அனைவரும் அறிவர்.

சுதந்திரமடைந்து அந்நியர்கள் வெளியேறி நம்மவர்கள் நாற்பத்தேழு ஆண்டுகள் நாட்டை ஆண்டும் வறுமை அகலவில்லை. சுகாதாரம், சுத்தமான குடிநீரகூட இல்லை. மக்களைப் பற்றிக்கவலைப்படாத கூட்டம் மத்தியிலும், மாநிலத்திலும் ஆட்சி புரிகின்றனர். இதனால் ஏழை, நடுத்தர மக்களுக்கு இலவச வைத்தியம் என்பது குதிரைக் கொம்பாகி வருகிறது. அரசு மருத்துவமனைகளுக்கு மருந்து மாத்திரை

கள் வாங்கியதில் கணக்கெழுதி அப்படியே விழுங்கும் ஆட்சியாளர்களால் நோயுற்ற மக்கள் சிகிச்சையின்று வதைபடுவது இங்கு அன்றாடம் காணும் காட்சியாகும். இத்தனை ஆண்டுகளுக்குப் பிறகும் கொள்ளை நோய் ஒழிக்கப்படவில்லை. அம்மை, காலரா, வாந்திபேதி, மஞ்சக்காமாலை, டைபஸ் போன்றவை இன்றும் மனிதர்களைக் காவு கொள்கின்றன. மறைந்துபோனதாய் கருதப்பட்ட பிளேக் என்னும் கொள்ளைநோய் அண்மையில் குஜராத் மக்களைக் கொன்று குவித்தது. எனவே சோசலிச சமூகம் வரும் வரைக்கும் மக்கள் தங்கள் சொந்த பலத்திலேதான் மருத்துவ சிகிச்சை செய்துகொள்ளவேண்டிய கட்டாய நிலை உள்ளது.

பாட்டிவைத்தியம் எளிமையானதானாலும், பலமானது, பழமையானதானாலும் வலிமையானது. 'கடப்பாரையை விழுங்கிவிட்டுச் சுக்குக் கடியும் குடித்துச் சீரணித்தும் விட்டானாம் ஒருவன்' என்பது பழமொழி. பச்சைக் குழந்தைகளுக்கு உச்சிமருந்து வைத்தே நோய்களைத்தீர்க்கும் பாட்டிமார்கள் இன்னும் கிராமப்புறங்களில் வாழ்கிறார்கள். ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளாய் வழிவழியாய் வந்த சிகிச்சை முறைகளைப் பொதுமக்களுக்கு நினைவூட்டுவது இன்றைய காலத்தின் தேவையாகும்.

ஆகவே வைகை வெளியீட்டகத்தின் சார்பில் பாட்டி வைத்தியம் என்ற இந்த நூலைத் தமிழ் கூறும் நல்லுலகிற்குப் பெருமையுடன் சமர்ப்பிக்கிறோம். ஆயிரக்கணக்கில் செலவழித்தும் தீராத நோய்கள் ஐம்பதுகாசு செலவில் தீருவதுண்டு. அதற்கான வழிமுறைகளையும், செய்முறைகளையும் இந்நூல் கூறுகிறது.

எத்தனையோ டானிக்குகள் சாப்பிட்டும் உடல்தேறாததற்கு கொள்ளுப்பயறு (காணப்பயறு) ரசம் சாப்பிட்டால்போதும் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் இளைத்த உடல் தேறிவிடும். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி போன்ற சமையல் அறையில் கிடைக்கும் மருந்துப் பொருட்களாலேயே பல நோய்களைக் குணப்படுத்திவிட முடியும் என்று இந்நூல் கூறுகிறது.

இந்நூலை அரும்பாடுபட்டு தம் பல்லாண்டுக்கால அனுபவ சிகிச்சை முறைகளை டாக்டர் லார்ட்வின் லாரன்ஸ் எழுதியுள்ளார். படித்துப் பயன்படுத்துமாறு வேண்டுகிறோம்.

டாக்டர் லார்டுவின் லாரன்ஸ் அநேக மருத்துவ நூல்களின் ஆசிரியரும், அகில இந்திய வானொலி நிலைய மருத்துவ பகுதி பேச்சாளருமாவார்.

மதுரை

11.12.2001

எஸ்.ஏ.பெருமாள்

வைகை வெளியீட்டகம்

பாட்டி வைத்தியம்

கண்நோய்

தாய்ப்பாலில் குங்குமப்பூவை அரைத்து இரண்டு சொட்டுகள் வீதம் கண்களில்விட கண் தொடர்பான நோய்கள் அனைத்தும் குணமாகும்.

கண்சிவப்பு மாற

பெண்கள், அடிக்கடி மல்லிகைப்பூவை சூடிக்கொண்டால் கண்ணின் சிவப்பாறும்.

ஆண்கள் கண்களில் இரண்டு சொட்டுவீதம் பன்னீரை விட்டுக் கொண்டால் கண் சிவப்பு அகலும்.

கண் அழற்சி, கண்வலி

சீரகம், வெங்காயம், குறிஞ்சி இலை இம்மூன்றையும் இடித்து உமிழ்நீருடன் சேர்த்து மெல்லிய துணியில் வைத்துக்கட்டவேண்டும். அதில் இரண்டு, மூன்று சொட்டுகள் வீதம் கண்கள் இரண்டிலும் இட்டுவர கண்வலிகள், கண் அழற்சி முதலியவை குணமாகும்.

கண்நோய் அகல

கோழி முட்டையை அவித்து சரிபாகமாகத்துண்டித்து கண்களின் மேல் வைத்துக் கட்டி படுத்துறங்க கண்கள் சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

மாலைக்கண் நோய்

நல்ல தளிரான துளசி இலையைத் தண்ணீரில் கழுவி சுத்தமாக்கி, கசக்கிச் சாறெடுக்க வேண்டும். தினமும் அதிகாலை நேரத்தில் இருதுளிகள் வீதம் கண்களில் இட்டுவர மூன்றே நாட்களில் மாலைக்கண் நோய் அகலும்.

கண்ணாடி போடாமல் கண் பார்வை தெரிய

ஆட்டுப்பால், வெள்ளை மிளகு, வெள்ளை அருகம்புல்லின் சாறு இம்மூன்றையும் தலையில் தேய்த்து வர 40 வயதைத் தாண்டியவர்கள் தங்கள் கண்களுக்கு கண்ணாடிபோடத்தேவையில்லை. கண்களின் பார்வை அதிகரிக்கும்.

தீராத தலைவலி

தும்பைப் பூவை எண்ணெயிட்டுக் காய்ச்சித் தலையில் தேய்த்துவா தீராத தலைவலியும் குணமாகும்.

தலைவலி

கக்கை தாய்ப்பாலில் உரைத்து அதை நெற்றியில் பற்றுப்போட்டு நெருப்பு அளவின் முன் சிறிதுநேரம் காட்ட எப்பேர்ப்பட்ட தலைவலியும் தீர்ந்துவிடும்.

ஒருதுண்டு கக்கை எடுத்து அம்மியில் உரைத்து அக்குழம்பை தலைவலியுள்ள பக்கத்தில் பற்றுப்போட்டால் தலைவலி நின்றுவிடும்.

ஒருதலைப்பூண்டை அம்மியில் வைத்து அரைத்து அதை நெற்றிப்போறியில் தடவினால் சில நிமிடங்களில் தலைவலி நின்றுவிடும்.

இஞ்சியை அரைத்து தலைவலி உண்டாகும் இடத்தில் பற்றாகப் போட்டுவிட தலைவலி சிறிதுநேரத்திற்குள் குணமாகிவிடும்.

தலைவலியில் புழு வெட்டு

சிறிய வெங்காயத்தை இரண்டாக வெட்டி புழு வெட்டு உள்ள இடங்களில் நன்றாக அழுத்தித் தேய்த்துவா புழு வெட்டு அகலும்.

தலை பொடுகு

ஆவார இலையை தேவையான அளவு எடுத்து அம்மியில் வைத்து மைபோல அரைக்க வேண்டும். பின்பு அதை தலையில் தடவவேண்டும். ஒரு மணிநேரம் நன்றாக ஊறிய பின்னர் குளிக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் தலைப்பொடுகு அகலும்.

முகப்பரு

வெந்நீரில் எலுமிச்சம் பழச்சாறைக் கலந்து சிறிதளவு சர்க்கரையைக் கூட்டி தொடர்ந்து பருகிவர மூன்றே மாதங்களில் முகப்பருக்கள் அகன்றுவிடும்.

முகப்பருக்களின் மீது புனுகைத் தடவிவர முகப்பருக்கள் குணமாகும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாறு, துளசிச்சாறு, தேன், சந்தனம் இவைகளைச்சம் அளவில் கலந்து குழைத்து முகப்பருக்களின் மீது தடவிவர முகப்பருக்கள் குணமாகும்.

வாதாங்கொட்டையை அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைத்து வெண்ணெயில் குழைத்து தடவிவர முகப்பருக்கள் அழுவகி குணமாகும்.

முகவறட்சி அகல

வெள்ளரிக்காய்களை வட்டவட்டமாக நறுக்கிக்கொண்டு அதை அப்படியே முகத்தில் சுமார் 15 நிமிடங்கள் வரை வைத்திருக்கவேண்டும். இவ்வாறுசெய்து வந்தால் முகவறட்சி நீங்கும், முகத்திற்கு பளபளப்பு உண்டாகும்.

காதுவலி அகல

காதுக்குள் ஏற்படும் கடுமையான நமைச்சல்கள், சீழ் கசிந்து வெண்மையான படலம் துர்நாற்றத்தை உண்டாக்கி காது கேளாமல் மந்தமாக்குவது போன்றவை களை நீக்க பின்வருமாறு செய்யவேண்டும்.

இஞ்சி, பூண்டு இவ்விரண்டுடன் துளசி இலையின் தளிரைச் சம அளவாய்க்கலந்து சாறெடுக்க வேண்டும். இந்தச்சாற்றில் மூன்று சொட்டுக்களை, மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து காதில் இட்டுவந்தால் அனைத்து வேதனைகளும் தீரும்.

காதுப்புண்கள், காது வலி

சிறிய வெங்காயத்தின் மேல் தோலைப் போக்கி இடித்துச் சாறெடுக்கவும், இந்தச்சாற்றில் இரண்டு, மூன்று துளிகள் காதில் விட காதுவலி, காது புண்கள் குணமாகும்.

பல்வலி

சுக்கை பற்களினால் கடித்து மென்று தின்றால் பல்வலி உடனே குறைந்துவிடும்.

பல்வலி, கூச்சம், வீக்கம்

ஒரு தேக்கரண்டி அளவு உப்பை ஒரு டம்ளர் வெந்நீரில் சேர்த்து கலக்கு தினமும் இருவேளை வாய் கொப்பளித்துவர பற்களின் எகிர் வீக்கம், பற்கூச்சம், பற்களினின்று இரத்தம் வருதல் போன்றவை குணமாகும். பல் நோயினால் வரும் தலைவலியும் குணமாகும்.

அனைத்து பல் நோய்களுக்கும்

பல் சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்களும் குணமாக பின்வருமாறு செய்யவேண்டும்.

கால்ரூபாய் எடை அளவுக்கு வால் மிளகையும், கிராம்பையும் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு கடுக்காயை

எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அவற்றை மாகாணம் ஒன்றையும், ஜாதிக்காய் ஒன்றையும் எடுத்துக்கொண்டு இவை அனைத்தையும் இடித்துப் பொடியாக்கி சல்லையில் சலித்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும். அதிகாலையில் இதனை பற்பொடியாகப் பயன்படுத்தி பல் துலக்கினால் பற்கள் தொடர்பான அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

பல்வலி தீர

நான்கு உப்புக்கல்லும், சிறிது புளியும் எடுத்து இடிக்கவேண்டும். இடித்ததை வலி எடுக்கும் பல்லின் மீது வைத்து 5 நிமிடம் எச்சிலுடன் ஊறவிட்டு வெளியே எச்சிலைத்துப்பிவிடவேண்டும். பின்பு வெதுவெதுப்பான வெந்நீரில் வாயை கொப்பளிக்கவேண்டும்.

பற்கள் வலிமைபெற

அன்றாடம் ஒரு கைப்பிடி அளவு எள்ளை அதிகாலையில் பல் துலக்கிய பின்னர் வெறும் வயிற்றில் உண்டுவர வேண்டும். இவ்வாறு 48 நாட்கள் தொடர்ந்து உண்டுவர பற்கள் உறுதிபெறும். உடல்வலிமையடையும்.

வாய் நாற்றம்

படிகாரத்தை சட்டியில் போட்டு சிறிதளவு தண்ணீர் விட்டுக்காய்ச்சி ஆறவைக்கவேண்டும். தினமும் மூன்று வேளை அதைக் கொண்டு வாயைக் கொப்பளித்துவர வாய்நாற்றம் நீங்கும்.

வாய்வறட்சி

500 கிராம் முள்ளங்கிக்கீரையை சிறிய துண்டுகளாக அரிந்துகொள்ள வேண்டும். அதை, 100மிலிட்டர் எலுமிச்சம்பழச்சாற்றுடனும், 100 கிராம் நறுக்கிய வெங்காயத்துடனும் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மிளகுத்தூள், உப்பு ஆகிய வற்றுடன் சேர்த்து ஒரு மண் சட்டியில் இடவேண்டும். அந்தச் சட்டியை அடுப்பி வேற்றி லேசான நெருப்பில் வேகவைக்க வேண்டும். வெந்த பின் பகல் உணவோடு உண்டுவர வாய் வறட்சி அகலும். அத்துடன் சருமத்தில் காணும் பற்பல கோளாறுகளும் குணமாகும்.

ஆனால் பெரியவர்கள் தவிர இம்மருந்தை குழந்தைகள் உண்ணக்கூடாது.

வாய்ப்புண்

500 கிராம் முள்ளங்கிக் கீரையில் 100 கிராம் சிறிய வெங்காயத்தை நறுக்கிப்போட வேண்டும். அதனுடன் புழுங்கல் அரிசியைக்கழுவி நீரிவிருந்து

1 லிட்டர் அளவு சேர்த்து தேவையான அளவு உப்பையும் போட்டு வேகவைக்க வேண்டும்.

வேகவைத்த கீரையை ஒரு புதிய அழுக்கில்லாத துணியில் வைத்துப் பிழிந்துகொண்டு வேக வைத்த கழுநீரில் கலக்க வேண்டும். பின்பு இதை அடுப்பில் வைத்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மிளகுத்தூளையும், 100 மிலி எலுமிச்சம் பழச்சாற்றையும் விட்டு நன்றாகக் கொதிக்க வைக்க வேண்டும். குடானதும் இறக்கி வைத்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

இதை தினமும் மூன்று நேரம் பருகிவர உடலின் அதிக உஷ்ணத்தால் ஏற்படுகின்ற வாய்ப்புண்பும், வயிற்று வலியும் குணமாகும்.

வாய்ப்புண்கள், நாக்குப் புண்கள்

வாயிலும், நாக்கிலும் புண்கள் ஏற்பட்டு வருந்துபவர்கள் அகத்திக்கீரையை அடிக்கடி சமைத்து உண்பது அவசியம். மேலும் வாய்ப்புண்கள் உள்ள இடத்தை பசுவின் வெண்ணெயைத் தடவி வந்தால் விரைவில் புண்கள் ஆறும்.

உமிழ்நீர் அதிகம் சுரந்து உடல் வீக்கம்

உளுந்து, அரிசி, விளாங்காய் இம்மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து அம்மியில் வைத்து அரைத்து நெய்யுடன் கலக்க வேண்டும். பின்பு அதை உடம்பிலும், தலையிலும் பூசி தேய்த்து வந்தால் உமிழ்நீர் அதிகம் சுரந்து உடல் வீங்குதல் குணமாகும்.

குரல் கரகரப்பு

இனிமையான குரல் கம்பிப் போவதற்கும், கரகரப்பாவதற்கும் கபம் ஒரு காரணமாகும். தூதுவளையை கீரையாகவோ அல்லது பச்சையாகவோ தொடர்ந்து 48 நாட்கள் உண்டு வந்தால் கபம் அகன்று குரல் இனிமை பெறும்.

ஜலதோஷம்

நீளமான மஞ்சள் துண்டு ஒன்றை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அதன் ஒரு முனையை விளக்கின் ஒளியில் காண்பித்து அங்கே நெருப்பு பற்றியதும் புகை வர ஆரம்பிக்கும். அந்தப் புகையை லேசாக முகர்ந்து வர ஜலதோஷம் குணமாகும்.

சளி, ஜலதோஷம்

எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு, தண்ணீர், தேன் இம்மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து கலந்து அருந்திவர சளி, ஜலதோஷம் அகலும்.

சனி ஒழுக்குதல்

ஒன்றரை டம்ளர் தண்ணீரை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அதில் அரைத்தேக்கரண்டி அளவு மஞ்சள் தூளைச் சேர்க்க வேண்டும். பின்னர் அந்தப் பாத்திரத்தை அடுப்பின் மீது வைத்து கொதிக்க வைக்க வேண்டும். நன்றாகக் கொதித்ததும் இறக்கி வடிகட்டி, காலையிலும், மதியத்திலும், மாலையிலும் ஆக மூன்று வேளை அரை டம்ளர் அளவு வீதம் சர்க்கரை கலந்து அருந்தினால் மூக்கிலிருந்து சளி ஒழுகுவது நின்றுவிடும். ஜலதோஷம் குணமாகும்.

ஜலதோஷம் - சளி ஒழுக்கு

சதா ஜலதோஷம் பிடித்துக்கொண்டு சளி ஒழுகிக்கொண்டே இருக்கும் நோத்தில் சிறிதளவு நெருப்புக் கங்கை எடுத்து ஒரு தட்டில் வைக்க வேண்டும். மஞ்சலைத் தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு அந்த கங்கின் மீது தூவினால் புகை வரும். அந்தப் புகையை லேசாக முகர்ந்து கொண்டிருந்தால் ஜலதோஷம் குணமாகும் சளி ஒழுக்கு நிற்கும்.

இருமல்

வெந்தயம், சுக்கு, திப்பிலி இவை ஒவ்வொன்றையும் கால் ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொண்டு அவற்றுடன் தூதுவளை வேரையும் ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இவை அனைத்தையும் அம்மியில் வைத்து தட்டி ஒரு சட்டியில் போட்டு ஒரு டம்பளர் தண்ணீர் விட்டு காய்ச்ச வேண்டும். அது அரை டம்ளர் அளவுக்கு கண்டக் காய்ச்சப்பட்டதும் அதை வடிகட்டிவிட வேண்டும். வடிகட்டப்பட்ட திரவத்தை குழந்தைகளாயிருந்தால் ஒரு சங்கு அளவுக்கும், பெரியவர்களாயிருந்தால் இரண்டு சங்கு அளவுக்கும் தினமும் இரண்டு தடவை கொடுக்க வேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் இருமல் குணமாகிவிடும்.

வறட்டு இருமல்

கொட்டை நீக்கப்பட்ட பேரிச்சம் பழத்தை ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொள்ளவும். அதனுடன் சிற்றரத்தை, சுக்கு போன்ற ஒவ்வொன்றையும் ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்து உரவில் போட்டு இடிக்க வேண்டும். அதை சலித்து கண்ணாடிச் சரவில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். பின்பு இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு தூளை எடுத்து ஒரு டம்ளர் காய்ச்சிய பசும்பாலில் போட்டு சூடாக்கி இறக்கிவைத்து விடவும். இளஞ்சூடாக இருக்கும் பொழுது சுத்தமான மெல்லிய துணியில் வடிகட்டி உடனே குடித்து விட வேண்டும். இவ்வாறு

தினமும் இருவேளை அருந்தி வரவேண்டும். நாவு ருசிக்காக இதனுடன் பனங்கற்கண்டையோ, சர்க்கரையையோ சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

வறட்டு இருமல்

அதிமதுரத்தை பொடி செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். காலை, மாலை இரு வேளையும் அரை தேக்கரண்டி அளவு வாயில் போட்டு வெது வெதுப் பான வெந்நீர் அருந்தினால் வறட்டு இருமல் அகலும்.

இருமல், சளி குணமாக

தினந்தோறும் காலையில் மூன்று விரல் அளவு மிளகை பொடியாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். அதை தேனில் குழப்பி வெந்நீருடன் அருந்த வேண்டும். இவ்வாறு ஐந்து நாட்கள் தொடர்ந்து செய்தால் இருமல், சளி குணமாகிவிடும்.

சளித்தொல்லை அகல

இரண்டு பச்சை வெங்காயத்தை ஐந்து மிளகுடன் சேர்த்து உண்டுவர சளித்தொல்லைகள் அகலும்.

ஆஸ்துமா நோய்

வெள்ளைப் பூண்டினை வேகவைத்து பாலுடன் கலந்து தொடர்ந்து 48 நாட்கள் குடித்துவர ஆஸ்துமா நோய் குணமாகும்.

நெஞ்சில் சளிக்கட்டு

துளசி இலைகளை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். சின்ன வெங்காயத்தையும் பொடிப் பொடியாய் நறுக்கி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். சுத்தமான பசுவின்பால் 100 கிராம், பனங்கற்கண்டு 200 கிராம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இவை அனைத்தையும் இரும்புச் சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்து லேசான நெருப்பில் சூடாக்க வேண்டும். அதனுடன் போதுமான அளவு நெய்யை ஊற்றிக் கிண்ட வேண்டும்.

லேகியம் பதத்திற்கு வந்தபின்னர் இறக்கி வைத்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரமாக வைக்க வேண்டும்.

தினமும் இருவேளை ஒரு கொட்டைப்பாக்கு அளவுக்கு லேகியத்தை உண்டு வந்தால் அனைத்துவித இருமலும், சளிக்கட்டும் குணமாகும்.

விக்கல்

திப்பிலியை ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அதற்குச் சம அளவில் இந்துப்பையும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இவ்விரண்டையும் தூளாக்கி துணியில் சலித்து கண்ணாடி சீசாலில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு தடவை இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு இந்தத் தூளை உண்டுவர ஓயாத விக்கல் குணமாகும்.

அடிக்கடி உண்டாகும் விக்கல்

இந்துப்பையும், திப்பிலியையும் அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு நிறுத்து எடுத்துக்கொண்டு, இடித்து தூளாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். கத்தமான துணியில் அதை சலித்து கண்ணாடி சீசாலில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேனில் குழைத்து உண்ண வேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் மூன்றே தினங்களில் அடிக்கடி உண்டாகும்

விக்கல் நோய் குணமாகிலிடும்.

வாந்தி நிற்க

வெங்காயத்தின் தோலை உரித்து சிறிது நேரம் முகர்ந்தால் வாந்தி நின்றாலிடும்.

நெஞ்சு எரிச்சல்

பிரண்டையைத் துண்டு துண்டாக நறுக்கி, மிளகு, பூண்டு, சீரகம், உளுந்து இவைகளைச் சம அளவாய் எடுத்து அரைத்து துவையைல் செய்து உண்டால் நெஞ்சு எரிச்சல் அகலும்.

பித்தவாயு நெஞ்சுவலி

முருங்கைக் கீரையையும் எள்ளையும் சேர்த்து அவித்து ஒரு கைப்பிடி அளவு உண்டுவந்தால் நெஞ்சுவலி அகலும். ஆனால் தொடர்ந்து 21 நாட்கள் அவ்வாறு உண்ண வேண்டும்.

பித்தவாந்தி

சின்ன வெங்காயத்தை வதக்கி உண்டாலும், முகர்ந்தாலும் பித்தவாந்தி அகலும்.

இருதய நோய்கள்

தேவையான அளவு செம்பருத்திப் பூக்களையும் அதற்கு சம அளவாய் வெண்தாமரை பூக்களையும் பறித்துக்கொள்ளவும். இவ்விரண்டையும் ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு இரண்டு பங்கு நீர்விடவும். பாத்திரத்தை அடுப்பிலேற்றிக் காய்ச்சவும். கஷாயிட்டு ஆறியதும் அதனுடன் தேனைக் கலந்து ஒரு டம்ளர் அளவு வீதம் தொடர்ந்து இருபதுநாள் அருந்திவர இருதய நோய்கள் அனைத்தும் அகலும்.

நெஞ்சுவலி அகல

வெங்காயத்தை உணவில் அடிக்கடி அதிகமான அளவில் உண்டுவர நெஞ்சுவலி அகலும். இருதயத்திற்கு மகிழ்ச்சிதரும் செய்திகளை நினைப்பதாலும், நினைக்கப் பண்ணுவதாலும் இதய வலிகள் குணமாகும்.

மூச்சுத்திணறல்

சர்க்கரைக் கிழங்கை தேனில் இழைத்து மூன்று வேளை உண்டுவர மூன்றே நாட்களில் எத்தகைய கடுமையான மூச்சுத்திணறலும் குணமாகும்.

தூதுவணைச் செடியின் பூக்களை பசுவின் பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி தினமும் இருவேளை காலை மாலை பருகிவர மூச்சுத்திணறல் குணமாகும்.

அதி சுவாசம் என்ற பெருமூச்சு

நாரத்தம் பழத்தின் தோலை நீக்கி சாறெடுத்து அதனுடன் திப்பிலியை தூளாக்கி கலந்து அருந்தி வரவும். 1 டம்ளர் வீதம் தினமும் காலை மாலை அருந்தி வர இரண்டே நாளில் அதிகசுவாசம் குணமாகும்.

இறத்த மூலம்

5 மாதாளம் பூக்களை தண்ணீரில் அலசி சுத்தப்படுத்தி அம்மியில் வைத்து அரைக்க வேண்டும். பின்பு அதை ஒரு சட்டியில் போட்டு ஒரு டம்ளர் அளவு தண்ணீர் விட்டு அடுப்பில் வைத்து கொதிக்க வைக்க வேண்டும். நன்றாக கொதித்ததும் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். காலையும், மாலையும் அந்த கஷாயத்தில் அரை டம்ளர் அளவு எடுத்து ஏழு நாட்கள் தவறாமல் அருந்தி வர இறத்த மூலம் குணமாகும்.

மூலநோய் குணமாகும்

முடக்கொத்தான் வேரை நீரில் அலசி சுத்தப்படுத்தி பொடிப்பொடியாய்

நறுக்க வேண்டும். பின்பு ஒருகைப்பிடி அளவெடுத்துச்சட்டியிலிட்டு ஒருடம்ளர் தண்ணீர்விட்டு அடுப்பிலேற்றி நன்றாகக் காய்ச்சவும் நன்றாகக்கொதித்த பின்னர் இறக்கி வடிகட்டி காலையும் மாலையும் அரை டம்ளர் குடித்துவர மூலநோய் குணமாகும்.

ஆசனவாய் அரிப்பு

விளக்கெண்ணெயில் காஞ்சாங்கோரை இலையைப் போட்டு வாட்டவேண்டும். இளஞ்சூட்டில் இருக்கும்போது அந்த இலையை எடுத்து ஆசன வாயில் கட்டினால் அரிப்பு அகலும்.

ஆண், பெண் உறுப்பு புண்கள்

ஆண், பெண் உறுப்புகளில் ஏற்படும் புண்களைக் குணப்படுத்த கலப்பான வழி ஒன்று உண்டு. குங்குமப் பூவுடன் தேனைக்கலந்து அரைத்து சாந்துபோலாக்கி புண்கள் உள்ள இடங்களில் பூசி வர ஒரு சில நாட்களிலேயே இப்புண்கள் ஆறிவிடும்.

எவ்விதக்காய்ச்சலுக்கும்

கண்டுவிரலில் பாதி அளவுக்கு இரு்சியையும், ஒரு கைப்பிடி அளவுக்கு புதினாக் கீரையையும் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அவற்றை அம்மியில் வைத்து இடித்துசாறை எடுத்து சுத்தமான துணியில் வடிகட்டிக்கொள்ள வேண்டும். இதனுடன் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சுத்தமான தேனைச் சேர்த்துக்குழப்பி உண்ணவேண்டும். உடனே வெதுவெதுப்பான வெந்நீர் குடிக்கவேண்டும். இவ்வாறு காலை, மாலை என ஆறு வேளை உண்டுவர எவ்விதக்காய்ச்சலும் குணமாகும்.

உஷ்ணக் காய்ச்சல்

ஒரு தேக்கரண்டி அளவு பச்சைக் கொத்தமல்லியையும், பெரிய நெல்லிக்காய் அளவுக்கு சுக்கையும், கைப்பிடி அளவுக்கு விஷ்ணு கிரந்தி இலையையும் எடுத்துக்கொண்டு அம்மியில் வைத்து தட்டவேண்டும்.

பின்பு அவற்றை ஒரு சட்டியில் போட்டு ஒன்றரை டம்ளர் தண்ணீர்விட்டு அடுப்பில் வைத்து லேசான நெருப்பில் எரித்து கொதிக்க வைக்கவேண்டும். மூன்று டம்ளர் அளவுக்கு கஷாயம் போலானவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கிவிடவும். அதை காலை, பகல், இரவுஎன மூன்று வேளைக்கும் பிரித்து அருந்திவரை உஷ்ணக் காய்ச்சல் குணமாகும்.

பித்தக்காய்ச்சல்

நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், கக்கு, திப்பிலி, இந்துப்பு ஆகிய ஒவ்வொன்றையும் ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்து உரலில் இட்டு நன்றாகப் பொடி செய்துகொள்ளவேண்டும். அதன்பின் துணியில் சலிக்கவேண்டும். கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.

காலையிலும், மாலையிலும் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து அதை பொடி செய்த சர்க்கரையில் கலந்து தொடர்ச்சியாக மூன்று நாட்களுக்கு உண்டு வந்தால் பித்தக்காய்ச்சல் குணமாகும்.

குளிரகாய்ச்சல்

துளசி இலையின் சாறு 50 கிராம் எடுத்து உப்புடன் கலந்து அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயால் எரித்துக் காய்ச்சவும். காய்ச்சிய சாற்றை நான்கு நாட்களுக்கு இரு தேக்கரண்டி அளவு வீதம் தினமும் இருவேளை அருந்திவர நோய் குணமாகும். நோயின் கடுமைக்குத் தக்கபடி மருந்துண்ணும் அளவையும், வேவைகளையும் அதிகரித்துக்கொள்ளவேண்டும்.

அஸ்திசுரம், வயிற்றினைச்சல்

துளசி இலையின் சாற்றை அதிகாலையில் வெறும் வயிற்றில் இரண்டு தேக்கரண்டி வீதம் 48 நாட்கள் அருந்திவந்தால் அஸ்திசுரம், வயிற்றினைச்சல் முதலிய நோய்களிலிருந்து விடுபடமுடியும்.

முறைக்காய்ச்சல் குணமாக

மூன்றுகிராம் மிளகுப்பொடியுடன் இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு துளசிச் சாற்றைக்கலந்து கலக்கி தினம் அதிகாலை 1 டம்ளர் வீதம் அருந்திவர முறைக்காய்ச்சல் குணமாகும்.

குழந்தைகள் வயிற்றுப்போக்கு

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வயிற்றுப்போக்கு குணமாக பின்வரும் முறையைப் பின்பற்றலாம்.

ஜாதிக்காயையும், மாசிக்காயையும் அம்மியில் உரைத்து ஒரு பட்டாணி அளவு எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். பின்பு அதை வெந்நீரில் கலந்து தினமும் இருவேளை புகட்டிவந்தால் வயிற்றுப்போக்கு குணமாகிவிடும்.

குழந்தைச்சளி

நெஞ்சில் சளி பிடித்தால் குழந்தைகள் மூச்சுவிட சிரமப்படும். அந்த சமயங்களில் ஜாதிக்காயை உரைத்து குழம்பாக்கி அதை குழந்தைகளின் நெஞ்சில் பற்றாகப் போட்டால் சளி உடைந்து வெளியேறிவிடும்.

குழந்தை இருமல்

துளசி இலையின் சாற்றுடன் வெற்றிலைச் சாறையும், தேனையும் சம அளவில் கலக்கி தினமும் மூன்றுவேளை ஒரு சங்கு அளவு குழந்தைகளுக்குப் புகட்டி இருமல் நோய் மறைந்துவிடும்.

குழந்தைகள் மறிந்தம்

சித்தரத்தையை எடுத்து அதன் மேல் விளக்கெண்ணையை நன்றாகத்தடவி நெருப்பு உஷ்ணத்தில் கருகும்படியாக கட்டெடுக்கவேண்டும். பின்பு அதைச் சுத்தம்செய்து மருந்து உரைக்கும் கல்லில் தேனைவிட்டு, உணக்கவேண்டும். பின்பு அதை ஒரு பட்டாணி அளவு எடுத்து குழந்தைக்கு சங்கில் வைத்து தினம் இருவேளை புகட்டி வந்தால் மாந்த நோய் குணமாகும்.

குழந்தைகளின் கோழை வடிதல் நிற்க

நாய்த்துளசிசாற்றை எடுத்துக்கொண்டு அதனுடன் தாய்ப்பாலின் சில துளிகளைச் சேர்க்கவேண்டும். அதை தினமும் மூன்றுவேளை வீதம் மூன்று நாட்களுக்கு குழந்தைகளுக்கு கொடுத்துவந்தால் கோழைவடிதல் நின்றுவிடும்.

குழந்தைகள் காய்ச்சல்

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சகலவிதமான காய்ச்சல்களும் குணமாக கீழ்க்கண்ட வைத்தியத்தைச் செய்யலாம்.

மிளகு, நிலவேம்பு, மஞ்சள் இலை ஒவ்வொன்றையும் அரைபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்து அம்மியில் வைத்துதட்டி ஒரு சட்டியில் போடவேண்டும். அதனுடன் ஒரு டம்ளர் தண்ணீர்விட்டு அடுப்பில் வைத்து காய்ச்ச வேண்டும். அது அரை டம்ளர் அளவுக்கு வற்றியவுடன் இறக்கிவிடவேண்டும். ஆறினதும் வடிகட்டி தினசரி இரு வேளை ஒரு சங்கின் அளவுக்கு குழந்தைகளுக்கு புகட்ட வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சகலவிதமான காய்ச்சல்களும் குணமாகும்.

குழந்தைகள் வாந்தி

வசம்மையும், மயிலிறகின் வெண்ணிற பாகத்தையும் கட்டுக்கருக்கி அதன் பின் அதை இடித்துத் தூளாக்க வேண்டும். பிறகு அதில் ஒரு சிட்டிகை அளவு எடுத்து சிறிதளவு தேனில் குழம்பி குழந்தைக்கு கொடுத்தால் அதன் வாந்தி நின்றாவிடும்.

கக்குவான் இருமல்

தேவையான அளவு பெருங்காயத்தை எடுத்து நெய்யில் பொரித்துக் கொண்டு அதில் ஒரு மிளகு அளவும், படிகாரத்தில் மிளகு அளவும் எடுத்து தூளாக்கிக்கொள்ள வேண்டும். இதனுடன் தேனைக் கலந்து ஒரு நாளைக்கு மூன்றுவேளை அருந்திவர கக்குவான் இருமல் குணமாகிவிடும்.

மிளகையும், மயிலிறகையும் சம அளவு எடை எடுத்துக்கொண்டு நெருப்புத் தண்ணிலிப்போட்டு கருகும்படி வறுத்து தூளாக்கிக்கொள்ளவேண்டும். அதில் இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து நெய் கலந்து கக்குவான் இருமலினால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைக்கு தினமும் இருமுறை கொடுத்துவர குணம் ஏற்பட்டுவிடும்.

குழந்தைகள் அஜீரணம், வயிற்றுப்பொருமல்

திப்பிலி, கருஞ்சீரகம், கக்கு, ஓமம், சீரகம், மிளகு இவைகளை சட்டியிலிட்டு வறுத்துஅம்மியில் வைத்து தூள் செய்து சலித்துவைத்துக்கொள்ளவேண்டும். அடுத்து, அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு பெருங்காயத்தை எடுத்து நெய்யில் வறுத்து எடுத்தபின் அதனுடன் அரை ரூபாய் எடை அளவு இந்துப்பை சேர்த்து தூள் செய்து சலிக்கவேண்டும். பின்பு முதலில் சலித்த பொடியையும், இரண்டாவது சலித்த பொடியையும் ஒன்றாகக்கலந்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.

அதில் இரண்டு சிட்டிகை அளவு தூள் எடுத்து தேனில் குழம்பி குழந்தைகளுக்கு காலை, மாலை இருவேளை சங்கில் வைத்துப் புகட்டினால் குழந்தைகளின் அஜீரண பேதி, அஜீரணம், வயிற்றுப்பொருமல், வயிற்று வலி போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.

பேன்தொல்லை

தலைப்பேன்கள் ஒழிய பின் கண்டவாறு செய்யவேண்டும்.

ஒருரூபாய் எடை அளவுக்கு படிகாரத்தை எடுத்துக்கொண்டு அதை தூளாக்கிக்கொள்ளவேண்டும். ஒரு பாத்திரத்தில் அந்தத்தூளைப்போட்டு

அதனுடன் நல்லெண்ணையை சேர்த்துக்குழப்பி தலையில் தடவிவிட வேண்டும். பின்பு நான்கு மணிநேரம் கழித்து தலைமுழுகிட வேண்டும். இதை காலை 10 மணியளவில் செய்வது நல்லது. இவ்வாறு வாரம் மூன்றுமுறை தொடர்ந்துசெய்துவந்தால் தலையிலுள்ள பேன்கள் அனைத்தும் அழிந்து ஒழியும்.

கர்ப்பிணி வாந்தி

புதினாக் கீரையைப் புளிவிட்டு அரைத்து அதை உணவோடு பிசைந்து உண்டுவர குமட்டல், வாந்தி குணமாகும்.

அதிகமான மாதவிடாய்

பெண்களுக்கு மாதவிடாய் அதிகமாகப் போனால் அரசமரத்துப்பட் டையை பசுவின் பாலில் அரைத்து, இரண்டு மூன்று முறை கொடுத்திட மாதவிடாய் உடன் நிற்கும்.

மாதவிடாய் வயிற்றுவலி

புதினாக் கீரையை சட்டினியாகவோ அல்லது துவையல் செய்தோ அல்லது புதினாக் கீரையை இடித்துச்சாறு பிழிந்து 1 டம்ளர் ரசத்தையோ குடிக்கவேண்டும். இதைத் தினமும் மூன்றுவேளைக்கு மூன்றுநாட்களுக்கு குடித்திட மாதவிடாயால் உண்டாகும் தாங்கமுடியாத வயிற்றுவலி குணமாகும்.

வெட்டைநோய்

செம்பருத்திப்பூவை காலையில் மூன்றுவீதம் பத்து தினங்கள் தொடர்ந்து உண்டுவந்தால் ஆண், பெண் இருவரையும் பீடித்த வெட்டைநோய் அகலும்.

மாதவிடாய் ரத்தப்போக்கு

வாழைப்பூவை இடித்துச்சாறு பிழிந்து பனங்கற்கண்டைக் கலந்து அருந்திவந்தால் பெண்களுக்கு மாதவிடாயின்போது இரத்தம் அதிகமாகப் போவது நின்றுவிடும். சிறுநீர் கடுப்பு, சிறுநீர்ப்பையில் தோன்றும் கல், உடம்பில் காணும் உப்புச்சத்து முதலியவை அகலும். ஆனால் வாழைப்பூ சாறைதொடர்ந்து காலை, மாலை என இருவேளை 1 டம்ளர் வீதம் அருந்திவரவேண்டும்.

மேகநோய், வெள்ளை, வெட்டை

தினமும் 1/4படி வீதம் வெள்ளாட்டுப்பாலை 48 நாட்களுக்கு அருந்திவர மேகநோய்கள், வெள்ளை வெட்டை மற்றும் நீரிழிவு நோய் அகலும்.

மேக வெட்டைநோய் குணமாக

ஓரிடைத்தாமரை வேரை அரைத்து பசுவின் மோருடன் கலந்து தினசரி இருவேளையாக 48 நாட்கள் குடித்துவந்தால் மேகவெட்டை நோய் குணமாகும்.

கீழாநெல்லியை பசுவின் தயிரில் அரைத்து பசுவின் மோருடன் கலந்து காலை,மாலை இருநேரம் 1 மாதஅளவுக்கு குடித்துவர மேகவெட்டை நோய் குணமாகும்.

குங்குமப்பூவை மூன்றுவிரல் அளவு எடுத்து சூடான பசுப்பாலில் போட்டு தொடர்ந்து 30 நாட்கள் காலை, மாலை அருந்திவர மேகநோய்கள் குணமாகும்.

மாதவிடாய் கோளாறுகள்

எலுமிச்சம் பழச்சாறு, வெங்காயச்சாறு, துளசிச்சாறு, ஆமணக்கு எண்ணெய் ஆகியவற்றை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். இவைகளை இரும்புச் சட்டியில் ஊற்றி அடுப்பின்மீது வைத்து காய்ச்ச வேண்டும். தைல பதமானவுடன் இறக்கிவைத்து சூடு ஆறியவுடன் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

வெறும் வயிற்றில் தினமும் அதிகாலையும், மாலையும் இந்த லேகியத்தில் சிறிதளவு எடுத்து 20 மி.லி. முதல் 30 மி.லி. தண்ணீருடன் அருந்திவர பெண்களின் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் அனைத்தும் அகலும்.

வெட்டை சூடு குணமாக

ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வெந்தயத்தை எடுத்துக்கொண்டு அது சிவப்பாகும் வரை வறுத்தபின் தூள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். பின்பு காலை, மாலை என தினம் இருவேளை வீதம் ஒரு வாரம் தொடர்ந்து உண்டுவர வெட்டைசூடு குணமாகும்.

சூதக வாய்வு

எள்ளையும், வெல்லத்தையும் சேர்த்து அரைத்து உருண்டைகளாகச் செய்து காலை, மாலை என இரண்டு வேளைகள் உண்டுவர பெண்களின் சூதக வாய்வு அகலும்.

தாய்ப்பால் சுரக்க

வெல்லம், எள், கேழ்வரகு இம்மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து தனித்தனியே இடித்து உண்டுவந்தால் குழந்தை பெற்ற தாய்மார்களுக்கு தாய்ப்பால் சுரக்கும்.

மஞ்சள் காமாலை

கீழ்வா நெல்லி என்றழைக்கப்படும் கீழ்க்காய்நெல்லியை நன்றாக அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவுக்கு உருண்டையாக்கிவைத்துக்கொள்ள வேண்டும். காலை, மாலை என தினம் இரண்டுவேளை இரண்டு அல்லது மூன்று உருண்டைகளை பசும்பாலுடன் கலந்துஉண்டுவரவும், நோய் கடுமையாக இருந்தால் இரண்டு மூன்று திப்பிலியை சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டும்.

கீழ்வா நெல்லிச் செடியை வேருடன் பிடுங்கிவந்து தண்ணீரில் அலசி சுத்தம் செய்து இடித்துச்சாறு எடுக்கவேண்டும். இடித்த சாற்றில் 1/2 அவுன்னை, இரண்டு அவுன்ஸ் பசும்பாலில் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் அருந்திவர மஞ்சள் காமாலை குணமாகும்.

கிராணிக்கழிச்சல்

கிராம்பு, கடுக்காய் மற்றும் இலவங்கப்பட்டை ஆகிய ஒவ்வொன்றையும் ஒரு ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அவற்றை ஒரு புதுச்சட்டியில் போட்டு சிவப்பாகும் வரை வறுக்கவேண்டும். அதன்பின் அவற்றை உரலில் போட்டு இடிக்கவேண்டும். இடித்ததூளை துணியில் சலித்தபின் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திவைத்துக்கொள்ளவேண்டும். தினமும் மூன்றுவேளை உணவுக்குப்பின்னர் இந்தப் பொடியில் மூன்று தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து அதை ஒரு தேக்கரண்டி வெண்ணையில் குழைத்து உண்டுவந்தால் கிராணிக் கழிச்சலில் குணமேற்படும்.

இரித்தபேதி

கடுக்காய், கிராம்பு, இலவங்கப்பட்டை இவை ஒவ்வொன்றையும் அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். பின்பு இவை மூன்றையும் சட்டியில் இட்டு வறுத்து பட்டுப்போல தூள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். தினமும் இருவேளை அரைத்தேக்கரண்டி அளவு பசும் நெய் சேர்த்துச் சாம்பிட்டுவர சீதபேதியும், இரித்த பேதியும் குணமாகும்.

வயிற்றுவலி

மிளகு, ஒமம், உப்பு இம்மூன்றையும் சம அளவு எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். பின்பு அவைகளைப் பொடி செய்து ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் இருவேளை உண்டு வெதுவெதுப்பான வெந்நீர் அருந்திவர வயிற்றுவலி குணமாகும்.

வயிற்றில் பூச்சிகள்

வேப்பிலையை இடித்துச்சாறெடுத்து வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் எள் கலந்து பருகிவர வேண்டும் இவ்வாறு தினமும் மூன்று வேளை பருகிவந்தால் வயிற்றில் உள்ள பூச்சிகள் யாவும் மலத்துடன் வெளியேவந்துவிடும். வயிறு சுத்தமாகும்.

உஷ்ண வயிற்றுக்கோளாறு

வேப்பம் பூவை உப்பு கலந்த மோரில் கலந்து ஊறவைக்க வேண்டும். அதன்பின்னர் அந்தப்பூக்களை நிறலில் உலர்த்தவேண்டும். உலர்ந்த பூக்களை நெய்யில் வறுத்து சாதத்துடன் கலந்து உண்டுவர உஷ்ணத்தால் உண்டாகும் வயிற்றுக்கோளாறுகள் அகலும்.

வயிற்றுப்பொருமல்

பெருங்காயத்தை நல்லெண்ணெயில் பொரித்து அம்மியில் வைத்து தண்ணீர் ஊற்றாமல் பொடியாக்கவேண்டும். பின்னர் இந்தப்பொடியை, துளாக்கிய மண்டை வெல்லத்துடன் கலந்து நெல்லிக்காய் அளவுக்கு உருண்டையாக்கிக் கொள்ளவேண்டும். தினமும் மூன்றுவேளை ஒவ்வொரு உருண்டையை உண்டு வெந்நீர் அருந்திவந்தால் வயிற்றுப்பொருமல் அகலும்.

வயிற்றுப்புண், வாய்ப்புண் அகல்

திராட்சை ரசத்தை தினமும் காலை, மாலை என இருவேளையும் அருந்திவர வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண் ஆறிவிடும்.

வயிற்று உப்புசம் அகல்

டர்பன்டைன் மருந்தை வயிற்றின் மேல் தடவி வெந்நீர் ஒத்தடம் கொடுத்துவந்தால் வயிற்று உப்பிசம் அகலும்.

வயிற்று இரைச்சல்

அன்றாடம் வெந்தயத்தையும், மோரையும் உணவில் அதிக அளவு சேர்த்துவர வயிற்றின் இரைச்சல் குணமாகும்.

வயிற்று எரிச்சல்

கரும்புச் சாறுடன் சுக்கைப்பொடி செய்து கலக்கி காலை, மாலை இரு நேரமும் அருந்தி வர வயிற்றின் எரிச்சல் மூன்றே நாட்களில் குணமாகும்.

அஜீரண வயிற்றுவலி

அரைத் தேக்கரண்டி அளவு சீரகத்தை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அதேபோல் ஒரு புளியங்கொட்டை அளவுக்கு உப்பை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இரண்டையும் அம்மியில் வைத்து மைபோல அரைத்து அதை அட்டியே மென்றுதின்றுவிட வேண்டும். அதன் பின் வெதுவெதுப்பான வெந்நீர் அருந்தவேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் இரண்டே வேளையில் வயிற்றுவலி குணமாகிவிடும்.

கால் ரூபாய் எடை அளவுக்கு பெருங்காயத்தையும், இரண்டு புளியங்கொட்டை அளவுக்கு உப்பையும் எடுத்து தூள் செய்யவேண்டும். பின்பு அவற்றை ஒரு பம்ளரில் இட்டு மோர் ஊற்றி நன்றாகக் கலக்கி குடித்துவிட்டால் அஜீரண வயிற்றுவலி அகன்றுவிடும்.

வாய்வு வயிற்றுவலி

கால் ரூபாய் எடை அளவுக்கு பெருங்காயத்தை எடுத்து நெய்விட்டு வறுத்து தூளாக்க வேண்டும். பின்பு அதை வாயிலிட்டு மென்று விழுங்கி வெந்நீரைக் குடிக்கவேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் வாய்வு சம்பந்தமான வயிற்றுவலி குணமாகும்.

கால் ரூபாய் எடை அளவுக்கு பெருங்காயத்தை எடுத்து நெய்யில் வறுத்து அரை நெல்லிக்காய் அளவு உப்பைச் சேர்த்து பொடியாக தூள் செய்ய வேண்டும். பின்னர் அதை சுடுசோற்றில் இட்டுப்பிசைந்து உண்டுவர வாய்வு தொடர்பான வயிற்றுவலி குணமாகும்.

உஷ்ண வயிற்றுவலி

ஒரு எலுமிச்சம்பழத்தை நறுக்கி விதைகளை எடுத்துவிட்டு ஒரு கண்ணாடி பம்ளரில் பிழியவேண்டும். பின்பு அந்த பம்ளர் நிறையுமானவிற்கு தண்ணீர் ஊற்றி இரண்டு சிட்டிகை அளவு இட்லி சோடாமாவைப் போட்டுக் கலக்கினால் அது பொங்கும். உடனே அதைக்குடித்துவிட வேண்டும். இவ்வாறு தினம் ஒருவேளை அருந்தினால் உஷ்ண வயிற்றுவலி குணமாகிவிடும்.

நாட்பட்ட வயிற்றுவலி

சீரகம், ஒமம், கொத்தமல்லி இவை ஒவ்வொன்றையும் அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்து வறுத்து அம்மியில் வைத்து அரைக்கவேண்டும். பின்பு அதை ஆறு உருண்டைகளாகச் செய்துகொள்ளவேண்டும். தினமும் இருவேளை ஒவ்வொரு உருண்டையை உண்டுவர நாட்பட்ட வயிற்றுவலி குணமாகும்.

உடல் உஷ்ணம் தணிந்து வயிற்றுப்பூச்சி அழிய

300 கிராம் முள்ளங்கிக்கீரையை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அதை கத்தமான தண்ணீரில் அலசி சிறிய சிறிய துண்டுகளாகக் கத்தியால் நறுக்கவேண்டும். நறுக்கிய கீரையுடன் 200 கிராம் தேங்காய்த்துருவலையும், சிறிதளவு உப்பையும் சேர்த்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு அடுப்பில் வைக்கவேண்டும். லேசான தீயில் வேகவைக்கவேண்டும். வேக வைத்தபின் கைப்பிடி அளவு எடுத்து பசுவின்பாலுடன் உண்டுவர உடவின் உஷ்ணம் தணிந்து வயிற்றிலுள்ள பூச்சிகள் யாவும் அழிந்துவெளியேவரும்.

வயிற்று உளைச்சல்

துளசி இலைச் சாறுடன் கனடயில் விற்கும் மாசிக்காயை வாங்கி அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு காவையும், மாஸையும் உண்டுவர வயிற்று உளைச்சல் குணமாகும்.

குடல் புழு வெளியேற

ஐந்து கிராம் கருஞ்சீரகத்தைப் பொடி செய்து வினிகர் எனப்படும் புளித்த காடி நீருடன் கலந்து வெறும் வயிற்றில் அருந்திவர பேதி ஆகும். குடல் புழுக்கள் வெளியேறும்.

மிளகு ரசம் வைத்து சாப்பிட்டாலும் பேதியாகி குடல் புழுக்கள் வெளியேறிவிடும்.

சீரணம் ஆகாமை

புதினாக் கீரையைத் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி கஷாயமாக்கி மூன்று நாட்கள் காலை, மாலை அருந்திவர நல்ல செரிமானம் உண்டாகும்.

சரும நோய்கள்

இலுப்ப மரத்தின் இலைகளைப் பறித்து நன்றாக அரைத்து உடல் முழுவதும் தேய்க்க வேண்டும். அதிக நோய் ஊறவிட வேண்டும் நன்றாக அரைமணிநேரம் ஊறிய பின்னர் பாசிப்பயறு மாவைத் தேய்த்து குளித்திட்டால் சரும நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம். சொறி, சிரங்கு, படை போன்றவை ஒருபோதும் வராது. தழும்புகள் மறையும், அரிப்பு உண்டாகாது. உடல் பொலிவுற்று விளங்கும்.

கருந்தேமல்

உடம்புக்குத் தேய்த்துக் குளிக்கும் சோப்புத் துண்டு ஒன்றையும், ஒரு

கைப்பிடி அளவு மருதானி இலைகளையும் அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைக்க வேண்டும். பின்னர் இந்தக் களிய்பை கருந்தேமல் மீது தடவி வர முற்றிலும் குணமாகும்.

தேமல்

பேரிச்சம் பழத்தைத் தேமல் உள்ள இடங்களில் தேய்த்து சிறிது நேரம் கழித்து கழுவினால் நோலில் காணும் தேமல் அகலும். ஆனால் தொடர்ந்து செய்து வருவது அவசியம்.

நான்கு வெள்ளை பூண்டையும், நான்கு வெங்காயத்தையும் அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைக்க வேண்டும். அதை தேமல் உள்ள இடங்களில் தேய்க்க வேண்டும். அது காய்ந்து விழுந்தவுடன் அந்த இடத்தை தண்ணீரால் கழுவுவும். இவ்வாறு தொடர்ந்து 21 நாட்கள் செய்துவிட தேமல் அகன்றுவிடும்.

அரிப்புகள், தடிப்புகள்

காலை, பகல், இரவு என தினசரி மூன்று வேளை ஒரு வெற்றிலையில் மூன்று மினகை வைத்து நன்றாக மென்று உண்ண வேண்டும். இவ்விதம் பல நாட்களுக்குச் செய்தால் உடலில் காணும் அரிப்பும், தடிப்பும் குணமாகும்.

அல்லது மூன்று வெற்றிலைகளைக் கசக்கியும், ஒன்பது மினகைப் பொடி செய்தும் 4000 மி.லி. தண்ணீரில் போட்டு அடுப்பிலேற்றிக் காய்ச்ச வேண்டும். பாதி அளவு சுண்டுமாறு கஷாயம் தயாரித்து அதை மூன்று பாகங்களாகப் பிரித்து மூன்று வேளை குடித்து வர உடலில் காணும் தடிப்பும், அரிப்பும் அகலும்.

அல்லது 100 மி.லி. நல்லெண்ணெயுடன் 200 மி.லி. கண்ணாம்பின் தெளிவு நீரை சேர்த்துக் கலந்து உடலெங்கும் பூச வேண்டும். கசகசாவை தண்ணீர் விட்டு அரைத்து ஏற்கெனவே பூசியதன் மேல் பூசினால் உடன் குணமாகும்.

ஆரம்பகால தொழுநோய்

வேப்பம் பழத்தை 48 நாட்கள் தினமும் இருவேளை உண்டுவர ஆரம்பகால தொழுநோய் அகல்கிறது.

சொறி, சிறங்கு அகல

கடைகளில் கிடைக்கும் பொடித்த வெடியுப்பு அரை கரண்டி வாங்கி அதனோடு எலுமிச்சம் பழத்தின் சாற்றைக் கலந்து சொறிசிரங்கின் மேல் தடவி வர அவைகள் குணமாகும்.

வெள்ளைத் தேமல் குணமாக

துளசியையும், உப்பையும் சம அளவு எடுத்து இடித்து அதன் சாற்றை வெள்ளைத் தேமல் உள்ள இடங்களில் பூசிவர அது குணமாகும்.

இரத்தம் சுத்தமடைய

12சிறிய வெங்காயத்தை உரித்து வைத்துக்கொள்ளவும். குளித்த பின் தலை ஈரம் துடைக்காமல் அந்த வெங்காயங்களைச் சாப்பிட்டுவிட்டு தலை ஈரத்தை துடைக்கவும். இவ்வாறு 10 நாட்கள் தொடர்ந்து உண்டுவர நன்மை ஏற்படும்.

இரத்தக் கொதிப்பு

வெண் தாமரை மலரைத் தண்ணீர் சேர்த்து கொதிக்க வைத்தால் கஷாயம் ஆகிவிடும், இந்தக் கஷாயத்தை தினமும் இரு தடவை ஒரு டம்ளர் வீதம் 48 நாட்களுக்கு தொடர்ந்து அருந்திவர இரத்தக் கொதிப்பு நோய் குணமாகும்.

ரத்தத்தில் கொழுப்பு (கொலஸ்ட்ரால்)

தினசரி வெங்காயத்தை பச்சையாகவோ, சாறாகவோ, வறுத்தோ, சமைத்தோ தொடர்ந்து 48 நாட்கள் உண்டுவருபவர்களுக்கு கொலஸ்ட்ரால், இரத்த அழுத்த நோய் அகலும்.

வாத வலி

வெங்காயப் பூவை ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்துக்கொள்ளவும் அதை ஒரு டம்ளர் நீரில் கொதிக்க வைக்கவும். இதை காலை, மாலை என தினமும் இருவேளை 15 நாட்கள் அருந்திவர வாதக் கோளாறுகள் அனைத்தும், வாத வகைகள், அனைத்தும் குணமாகும்.

வாதநோய்

முருங்கைப் பட்டையை எடுத்து இடித்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அரைப்படி வெள்ளைக் கடுகையும், ஒரு தேக்கரண்டி பெருங்காயத்தையும் எடுத்து இடித்துப் பொடி செய்து கொள்ள வேண்டும். பின்பு இம்மூன்றுப் பொருட்களையும் சேர்த்து வேக வைக்க வேண்டும். வெந்தபின் கீழிறக்கி அவற்றை நன்றாக அரைக்க வேண்டும். அதை எடுத்து இரவில் கால் மூட்டு வீக்கம், வலி, நீர் கோர்வையால் கீழ் மூட்டுவாத நோயுடைய இடங்களில் தடவி வர வேண்டும். அதிகாலையில் வெந்நீரில் குளிக்க வேண்டும். பல நாட்களுக்கு இவ்வாறு தொடர்ந்து செய்தால் பலன் கிடைக்கும்.

நீரிழிவு நோய் முற்றிலும் குணமாக

கத்தமான எள்ளை ஐந்து ரூபாய் எடை அளவுக்கு எடுத்து அதை ஒரு பாதிரத்தில் இட்டு நீருற்றி ஊறச் செய்ய வேண்டும். மூன்று மணி நேரம் கழித்து எடுத்து கசக்கிப் பார்த்தால் அதன் கருநிற தொலி கழன்று எள் வெண்மையாக இருக்கும். அதை முறத்தில் போட்டு நிறுவில் காய வைக்க வேண்டும். நன்றாய்க் காய்ந்த பின்னர் இரும்புச் சட்டியில் இட்டு வறுக்க வேண்டும். பிறகு பனை வெல்லத்தைக் காய்ச்சி பாகுபோல் செய்து அதில் இந்த எள் தூளைப் போட்டுக் கிளறி எலுமிச்சம் பழம் அளவுக்கு உருண்டையாக உருட்டி கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

25 நாட்களுக்கு காலை, மாலை என இரு நேரமும் இந்த உருண்டைகளை உண்டுவர நீரிழிவு நோய் முற்றிலும் குணமாகிவிடும். இந்த நாட்களில் இனிப்பு பண்டங்களை உண்ணாமலும், பாகற்காயை தினசரி உணவில் சேர்த்து உண்பதும் நல்லது.

நீரிழிவு நோய் குணமாக

நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்கள் இச்சாபத்தியத்துடன் தினமும் இருவேளை நெல்லிக்காய் அளவுக்கு கத்தமான எள்ளை எடுத்து அதை பனைவெல்லத் துடன் வைத்து அரைத்து உண்டுவர அந்த நோய் குணமாகும்.

நீர்க்கடுப்பு

பசலைக் கீரையைச் சமைத்து மூன்று நாட்கள் உண்டுவர நீர்க்கடுப்பு, எரிச்சல் முதலியவை அகலும்.

நீர்க்கோவை நோய்

நீர்க்கோவை நோய் உடையவர்கள் நெருப்பினில் எள்ளைத் தூவி அது வெளியிடும் புகையை சுவாசித்து வர நீர்க்கோர்வை நோய் குணமடையும்.

சிறுநீர் குழாய் புண்கள்

தேனைத் தண்ணீரில் கலந்து தினசரி மூன்று வேளை தவறாமல் 7 நாட்கள் குடித்துவர சிறுநீர் குழாயில் காணும் புண்கள் ஆறும்.

நீரிழிவு நோய்

கொட்டை நீக்கிய நெல்லிக்காயை இடித்துச் சாறு பிழிந்து 2 அவுன்ஸ் சாற்றை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதற்குச் சம அளவு தேனைக் கலக்க வேண்டும். பின்பு சிறிதளவு மஞ்சளைப் பொடி செய்து தேன் கலந்த நெல்லிச்

சாற்றில் போட்டு கலக்க வேண்டும். இந்தக் கலவையை தினமும் இரு வேளை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் தொடர்ந்து 48 நாட்களுக்கு அருந்தி வந்தால் நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

இந்த நோய் உள்ளவர்கள் ஆரஞ்சு, அன்னாசி, முதலிய சர்க்கரை சத்து இல்லாத பழங்களை அதிகமாக உண்ணலாம்.

சிறுநீர்க்கல்

வெள்ளரிக்காயின் விதைகளை சிறிது நீர் விட்டு அரைத்து சாறெடுக்கவும். இதன் விதைகளுடன் வாதுமைப் பருப்பைப் பாலில் அரைத்து பாலில் கலந்து வைத்துக்கொள்ளவும். மூன்சொன்ன விதைச் சாற்றையும் பின் சொன்ன பால் கலவையையும் சேர்த்துக் கலக்கி தினமும் மூன்று வேளை தொடர்ந்து காலை, பகல், மாலை என இருபது நாட்கள் குடித்துவர சிறுநீர்த்தடை, சிறுநீர் சுருக்கு, உடல் இளைப்பு, பலகீனம், சூரபகமறதி அகன்று உடல் செழிப்பும்.

சிறுநீர் நோய்

மூன்று கிராம் ஒமம், ஆறு கிராம் எள், ஆறு கிராம் சீனி இம்மூன்றையும் எடுத்து சூரணமாக்கி தினமும் இருவேளை காலை, மாலை ஐந்துகிராம் வீதம் உண்டுவர மூன்றே நாளில் அதிகமாய் சிறுநீர். போவது, சொட்டு சொட்டாய் சிறுநீர் வெளிவரல் போன்ற சிறுநீர் நோய்கள் குணமாகும்.

சிறுநீர் கல் அடைப்பு

வெள்ளரி விதையை ஆவின்பாலில் அரைத்து ஒரு டம்ளர் அளவு தினமும் இருவேளை காலை, மாலை உண்டுவர மூன்றே நாளில் சிறுநீர் அடைப்பு, சிறுநீரக கல் அடைப்பு, சதை அடைப்பு, நீர்த்தாரை எரிவு முதலிய நோய்கள் குணமாகும்.

பித்த வெடிப்பு

மாமரத்துப் பிசினை எடுத்து பித்த வெடிப்புள்ள இடங்களில் தடவிவர பித்த வெடிப்புக்கள் குணமாகும்.

அல்லது உப்பையும், செம்மறி ஆட்டின் சாணி, அரசமரத்தின் பட்டை இவைகளைத் தனித்தனியே 25 கிராம் அளவு எடுத்துக்கொள்ளவும். இத்துடன் 100 கிராம் எருக்கம்பூக்களை சேர்த்து இடிக்கவும். இடித்த இப்பொடியை துணியில் முடிந்து ஒத்தடம் கொடுத்துவர பித்த வெடிப்பு அகலும்.

வெண் குஷ்டம் மாற

வெள்ளைப்பூண்டு, நவச்சாரம் ஆகிய இரண்டையும் சம அளவு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இரண்டையும் அம்பியில் வைத்து அரைத்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தினமும் காலை, மாலை இரு நேரங்களிலும் வெண் குஷ்டமுள்ள இடங்களில் தடவி வந்தால் அது தானாகவே மாறிவிடும்.

மலச்சிக்கல்

அதிகாலை வேளைகளில் ஆகாரத்திற்கு முன்பு வில்வப் பழங்களில் காணும் விதைகளையும், கோந்து போன்ற பகுதிகளையும் நீக்கிவிட்டு மீதமுள்ள பழத்தை உண்டுவரவும். இவ்விதம் மூன்று நாள் உண்டுவர மலத்தை இளக்கி வெளியே தள்ளி மலச்சிக்கலை அகற்றும்.

மப்பாளிப் பழத்தில் காணப்படும் "பெப்சின்" எனும் திரவப் பொருள் ஜீரண சக்தியை ஊக்குவித்து உணவை ஜீரணிக்க வைக்கும் ஆற்றல் பெற்றது. ஆதலின் மப்பாளிப்பழத்தை தொடர்ந்து உண்டு வர மலச்சிக்கல் அகலும்.

ஐந்து ஆறு கொய்யாப் பழங்களை அதன் விதைகளோடு உண்டுவர இருபத்து நான்கு மணி நேரத்திற்குள் மலக்கட்டை உடைத்து மலத்தை இளக்கி வெளியே தள்ளி, மலச்சிக்கலை குணமாக்கும்.

வெந்தயத்தை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வீதம் எடுத்துக்கொள்ளவும். இரவு உணவு உண்டு படுக்கச் செல்லும் முன்பு வாயிலிட்டு சிறிது சூடான தண்ணீர் அருந்தவும். காலை இரவு இரண்டு வேளையும் ஒருநாள் மட்டும் இவ்விதம் செய்திட மலச்சிக்கல் அகன்று கலப்பாய் வெளியேறும்.

மலச்சிக்கல், வெட்டை சூடு

விளக்கெண்ணை, பனங்கற்கண்டு, சீரகம் இவை மூன்றையும் சம அளவாய் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இவற்றுடன் பேயன் வாழைப்பழத்தை சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிப் போட்டு சூரிய ஒளியிடும்படி கண்ணாடி பாத்திரத்தில் வைக்கவும். தினமும் காலை மாலை என இருவேளை ஒரு தேக்கரண்டி எண்ணையுடன் ஒரு துண்டு பழத்தையும் உண்டுவர மலச்சிக்கல், வெட்டை சூடு அகலும்.

ரோமங்கள் வளர

சோற்றுக்கத்தாழையை இடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்து அதோடு வெந்தயத்தையும் போட்டு ஊற வைக்க வேண்டும். அதில் முளை கண்டதும்

வெயிலில் நன்றாகக் காய வைக்கவும் பின்பு அதைத் தேங்காய் எண்ணையில் போட்டு தலைக்கு தேய்த்து வரவும். கூந்தல் நன்றாக வளரும்.

வலிப்பு நோய்

தினந்தோறும் அரை டம்ளர் ஆப்பிள் பழத்தின் சாற்றையும், அரை டம்ளர் அத்திப்பழத்தின் சாற்றையும் கலந்து குடிக்க வேண்டும் இவ்வாறு 48 நாட்கள் தொடர்ந்து பருகி வர வலிப்பு நோய் நீங்கும்.

வெட்டை நோய் அகல

செம்பருத்திப் பூவை காலையில் மூன்று வீதம் பத்து தினங்கள் தொடர்ந்து உண்டு வந்தால் ஆண், பெண் இருவரையும் பிடித்த வெட்டை நோய் அகலும்.

குதிகால் வாதவலி குணமாக

எருக்கை இலைகளை ஒரு சட்டியில் போட்டு அதனுடன் காடியைச் (யினிகர்) சேர்த்து நன்றாக காய்ச்ச வேண்டும் அதைக்கொண்டு குதிகாலில் ஓத்தும் கொடுத்துவர குதிகால் வலி மறைந்துவிடும்.

இரத்த பேதி

கடுக்காய், இலவங்கப்பட்டை, கிராம்பு இம்மூன்றையும் தனித் தனியே வகைக்கு அரை ரூபாய் எடை எடுத்துக்கொள்ளவும் இளம் வறுப்பாக வறுத்து பட்டுப்போல் தூள் செய்து கொள்ளவும். தினமும் காலை மாலை அரைத் தேக்கரண்டி அளவு வீதம் இத்தூளுடன் சிறிது நெய்யைச் சேர்த்து மூன்று நாட்கள் உண்டுவர இரத்தமாகப் போகும் இரத்த பேதி குணமாகும்.

சீத பேதி

அரை ரூபாய் எடை அளவுக்கு கசகசாவை எடுத்து அம்மியில் வைத்து எம்போல் அரைக்க வேண்டும். பின்பு சாக்கரையை அரைத்து கசகசாவுடன் குழப்பி வைத்துக்கொண்டு காலை, பகல், மாலை என மூன்று நாட்களுக்கு உண்டுவர சீதபேதி நோய் குணமாகும். இந்த மருந்தை உண்ணும் வேளைகளில் காரத்தை விலக்கி உண்பது அவசியம்.

உடலில் உண்டாகும் வீக்கங்கள்

உடலில் அடிபடுவதால் உண்டாகும் வீக்கங்களுக்கும், வாத நோயால் உருவாகும் வீக்கங்களுக்கும், பீஜம் சம்பந்தமான வீக்கங்களுக்கும் பின்வரும் சிகிச்சை செய்யலாம்.

அதிக உப்பு போட்டுக் காய்ச்சிய வெந்நீரால் பகலில் அடிக்கடியும், இரவில் படுக்கைக்குச்செல்லும் முன்பும், காலையில் எழுந்ததும் ஒத்தடம் கொடுத்து வந்தால் அந்த லீக்கங்கள் யாவும் சுகமாகும். கடல்நீரை கொதிக்க வைத்தும் ஒத்தடம் கொடுக்கலாம்.

உடல் நாற்றம் அகல

எலுமிச்சம் பழச்சாற்றைக் குளிக்கும் நீரில் கலந்து குளித்திட வேர்வை நாற்றம் அகலும்.

உடல் உஷ்ணம் தனிய

பச்சைப் பருப்பையும், வெள்ளரிக்காயையும், தக்காளியையும், வெந்தயத்தையும் சேர்த்துக் கூட்டு போல செய்து உண்டுவர உடல் உஷ்ணம், உடல் எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு முதலியவைகள் குணமாகும்.

உடல் பத்து நீங்கிட

அத்தி இலையை தேங்காய் எண்ணையில் போட்டுக் காய்ச்சி பத்து உள்ள இடங்களில் தடவி வந்தால் தோலில் காளும் பத்து நீங்கும்.

தவக முருங்கை, மிளகு இவ்விரண்டையும் தனித்தனியாக பவுடர் செய்து வைத்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிட்டு நீராகாரம் அருந்திவர எல்லாவித பத்தும் அகலும்.

மது விஷம்

6 பச்சை நெல்லிக்காயையோ அல்லது நெல்லிக்காய்ப் பொடி, நெல்லிக்காய்ச் சாறு, நெல்லிக்காய் வேகியம் இவை மூன்றில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தொடர்ந்து 21 நாட்கள் உண்டு வந்தால், மது குடிப்பதால் உடலில் உருவாகியுள்ள விஷத் தன்மைகள் அகன்றுவிடும்.

குளுக்கு குணமாக

வெள்ளைப் பூண்டையும், உப்பையும் சம அளவு எடுத்து இடித்து குளுக்கு ஏற்பட்ட இடத்தில் தடவி வர குளுக்கு குணமாகும்.

கட்டிகளி் பழுத்து உடைய

தேனையும், கண்ணாம்பையும் சம அளவாய்க் கலந்து கட்டிகளின் மேல் வைத்துக் கட்டிவர, கட்டிகள் பழுத்து உடையும்.

சொத்தை நகம் மாற

மருதாணி இலையை அரைத்து கோலி உருண்டை அளவு உருண்டைகளாகச் செய்யவும். இதில் ஒவ்வொரு வேளைக்கும் இரண்டு உருண்டைகள் வீதம் மூன்று வேளைக்கு உண்டுவர சொத்தை நகங்கள் மறைந்து அழகான நகம் வளரும்.

தீக்காயம் குணமாக

தீயினால் ஏற்பட்ட தீக்காயம் குணமாக பின்வரும் சிகிச்சையைச் செய்யலாம்.

தேங்காய் எண்ணையையும், தெளிந்த கண்ணாம்பு நீரையும் சரிபாதி எடுத்துக்கொண்டு அதை ஒன்றாகக் கலந்து தீப்பட்ட புண்களின் மீது தடவி வர புண்கள் ஆறும். தீப்பட்ட புண்களின் மீது மீன் எண்ணையையும் தடவலாம்.

மனக்கவலை நீங்க

48 நாட்களுக்கு கரக்காயை சமைத்து உணவுடன் சேர்த்து தெஜூர்ந்து உண்டுவர உடற்பிணிகள் அகலுவதோடு மனக்கவலையும் நீங்கும்.

அலுப்பு அகல

அலுப்பு நோய் என்பது தலைப்பாரமும், மூக்கடைப்பும் சேர்ந்து வருவதால் உருவாகும் கறுகறுப்பில்லா மந்த நிலையே ஆகும். இதற்கு விரளி மஞ்சளில் சிறிது விளக்கெண்ணெய் தடவி திரி விளக்கில் கொளுத்தி அதை அண்ணத்து புகையினை மூக்கு வழியே இழுத்தால் மூக்கடைப்பு போன்ற உணர்வும், தலைப்பாரமும் அகலும்.

வெட்டுக்காயம் ஆற

அருகம் புல்லுடன் மஞ்சளைச் சேர்த்து அரைத்து வெட்டுக்காயங்களின் மீது பூசிவர வெட்டுக்காயம் ஆறும்.

மூர்ச்சை தெளிய

வெற்றிலையைக் கசக்கி எலுமிச்சை அமிலத்துடன் இரண்டு மிளகின் தூளையும், உப்பையும் சேர்த்து கலக்கி மெல்லிய துணியில் போட்டு கட்ட வேண்டுமென்பது அனைத்து பிழிந்து அதிலிருந்து வரும் சாற்றை ஒரு கண்ணுக்கு இரண்டு துளிகள் வீதம் இரு கண்களிலும் விட மூர்ச்சை தெளியும்.

மகோதரம்

கரிசலாங்கண்ணி இலைகளை இடித்துச் சாறெடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அதில் 4 தேக்கரண்டி வீதம் இரவு உணவிற்குப் பின்னும் காலை உணவிற்குப் பின்னும் அருந்த வேண்டும். இவ்வாறு 3 நாட்கள் அருந்திவந்தால் மகோதரம் குணமாகும்.

உதட்டு வெண்மை மாறிட

அன்றாடம் அதிகாலை வேளையில் பல் துலக்கியதும் கருந்துளசியைப் பறித்து ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து 48 நாட்கள் உண்ண வேண்டும். இந்தக் கருந்துளசி உண்ணும் காலத்தில் கடுகு, எண்ணை போன்றவற்றை நீக்கி பத்திய உணவு உண்டுவிட வேண்டும். அவ்வாறு பத்தியமாக இருந்து மருந்து உண்டால் படிப்படியாக உதட்டில் காணப்படும் வெண்மை நிறம் மறைந்துவிடும்.

ஆண்மைக்குறைவு அகல

தினந்தோறும் உணவுடன் மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணிக் கீரையை நெய்யில் கலந்து உண்டுவிட வேண்டும். இரவில் பசும்பாலுணவு அருந்திவிட வேண்டும். இவ்வாறு 48 நாட்கள் செய்தால் ஆண்களுக்கு ஆண்மைக்குறைவு அகலும்.

கொளேரியா எனும் பால்வினை நோய்

வெள்ளரி இலையின் சாறுடன் இளநீரைக் கலந்து ஒரு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் 8 நாட்கள் அருந்தி வந்தால் கொளேரியா எனும் பால்வினை நோய் அகலும்.

வினா வீக்கம்

நன்றாக முற்றிய தேங்காய்த் துருவல்களை விளக்கெண்ணையில் வதக்கி வினா வீக்கமுள்ள இடத்தில் வைத்து கட்டிவிட வினா வீக்கம் அகலும்.

ஞாபக மறதி

அன்றாடம் சிறிது பாதாம் பருப்புடன் சம அளவு தேங்காயைச் சேர்த்து உண்டு வந்தால் ஞாபக சக்தி அதிகரிக்கும். ஞாபக சக்தியை வளர்க்கும் பாஸ்பரஸ் சத்துக்கள் தேங்காயிலும், பாதாம் பருப்பிலும் நிரம்ப உள்ளன.

நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கிட

750 கிராம் ஓரிலைத் தாமரை, 750 கிராம் தேன், 250 கிராம் சிறிய வெங்காயம், 250 கிராம் கசகசா ஆகிய இந்த நான்கு பொருட்களையும் மண்

சட்டியிலிட்டு அதில் 100 மில்லி பசும்பாலை ஊற்றி வைக்க வேண்டும். பின்பு இந்தச் சட்டியை அடுப்பின் மீது வைத்து வேகான தீயால் எரிக்க வேண்டும். பதமான பிள் இறக்கி வைத்து ஆறினாவுடன் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும். காலையும், மாலையும் இருவேளை உணவிற்கு முன்னர் மூன்று தேக்கரண்டி அளவு வீதம் இந்த லேகியத்தை எடுத்து உண்ண வேண்டும். இவ்வாறு 48 நாட்கள் தொடர்ந்து அருந்திவர நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கி, நரம்புகள் நன்கு பலப்படும்.

சக்தி வெளியேறுதல்

உடலிலிருந்து தானாகவே சக்தி வெளியேறி உடல் பலவீனப்படுவதைத் தவிர்க்க வெண்டைக்காய்ப் பிஞ்சை பச்சையாகவே உண்டுவர வேண்டும்.

நாது விருத்தி

புளிச்சக் கீரையை பச்சை மிளகாய், வெங்காயம், உப்பு இவைகளுடன் சேர்த்து அரைக்க வேண்டும். அதை நெய் சோற்றுடன் சேர்த்து உண்டுவர வேண்டும். இவ்வாறு 48 நாட்கள் தொடர்ந்து உண்டு வந்தால் நாது அபரிமிதமாய் விருத்தியாகும்.

நரைமுடி அகல்

தாயரைப் பூவைத் தண்ணீருடன் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து இறக்கிவிட வேண்டும். பின்பு அதோடு சிறிதளவு சர்க்கரை சேர்த்து குடித்துவர நரைமுடி கருப்பாகும்.

தேளிகடி

உடலில் எங்கு தேள் கொட்டினாலும் அந்த இடத்தில் வெங்காயத்தை வெட்டி தேய்த்திட நஞ்சு உடனே இறங்கிவிடும்.

உடலின் இடது பாகத்தில் தேள் கொட்டினால் வலது கண்ணில் உப்பைக் கரைத்து 2 சொட்டுக்கள் விட வேண்டும். உடலின் வலது பாகத்தில் தேள் கொட்டினால் இடது கண்ணில் உப்பு நீர் 2 சொட்டுக்கள் விட வேண்டும். தேள் விஷம் இறங்கிவிடும், உப்பு நீருக்கு விஷத்தை முறிக்கும் அதி அற்புத ஆற்றல் உள்ளது.

ஆண்களின் இடுப்புவலி

வெள்ளைப்பூண்டு பற்கள் நான்கையும், பத்து மிளகையும், சிறிதளவு கக்கையும், ஒரு கைப்பிடி அளவு பொடுதலையையும் சேர்த்து அரைக்க

வேண்டும் அரைத்ததை கோலிக்குண்டு அளவுக்கு உருண்டையாக்கி தினம் இரு வேளை உண்டுவர வேண்டும். ஏழே நாட்களில் ஆண்களுக்கு ஏற்படும் இடுப்பு வலி அகலும் ஆனால் இம்மருந்தை பெண்கள் உண்ணக்கூடாது.

புண்களினால் வரும் கருப்பு நிறம்

கரும்புச் சாற்றில் வால்மிளகு; ஏலக்காய்ப் பொடி இவ்விரண்டையும் சேர்த்துப் பருகிவர கண் எரிச்சல், உடம்பு கை கால் எரிச்சல், உடம்பில் புண்கள் வந்ததால் உண்டான கருப்பு நிறம் போன்றவை மாறும்.

உடல் அசதி

முருங்கை இலைகளை உருவிய பின்னர் காணும் ஈர்க்கை சிறிது சிறிதாய் நறுக்கிப்போட்டு மிளகை இதனுடன் தட்டிப்போட்டு ரசமாய் வைத்து உணவுடன் உண்டுவர உடல் அசதி அகலும்.

உடல் சோர்வு

திராட்சைப் பழத்தின் ரசம், துளசிச் சாறு, தேன் இம்மூன்றையும் சம அளவில் கலந்து இரவில் படுக்கும் முன்னர் தொடர்ந்து இருபது நாட்கள் பருகிவர உடல் சோர்வு மற்றும் அசதி அகலும்.

உடல் எடை குறைய

தேனையும், எலுமிச்சம் பழச்சாற்றையும் சம அளவாய் கலந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதைத் தினமும் மூன்று வேளை ஒரு டம்ளர் வீதம் அருந்திவர பத்தே நாட்களில் உடலின் எடை கணிசமாகக் குறையும்.

நன்றாகப் பசி ஏற்பட

கக்குத்தாளில் மூன்று விரல் அளவு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். புதிதாகக் கரந்த பசும்பாலில் 100 மில்லி லிட்டர் அளவு எடுத்து அதோடு கக்குத்தாளை கலந்து அருந்தினால் பசி நன்றாக எடுக்கும், உண்ட உணவு நன்றாக சீரணமாகி உடலோடு ஒட்டும்.

நறம்புச் சிலந்தி

வேப்பம் பூ, பெருங்காயம், வேப்பங்கொட்டைக் குள்ளிருக்கும் பருப்பு இவைகளை அரைத்து மெல்லிய துணியில் தடவி நறம்புச் சிலந்தி மேல் வைத்து கட்டிவர அது குணமாகிவிடும்.

குண்டாக வேண்டுமா?

ஒல்லியாக இருப்பவர்கள் குண்டாக வேண்டுமென்றால் அதற்கும் ஒரு வழி இருக்கிறது. கொள்ளு ரசத்தை மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை ஒரு தம்ளர் அருந்திவர ஒல்லியாக இருப்பவர் குண்டாவர். தேவையான அளவு பருமன் கிடைக்கும் வரை இதைக் குடித்து வர வேண்டும்.

வழுக்கை, நரை அகல

யானைத் தந்தத்தை அரத்தினால் ராவி எடுத்து பொடியாக்கவும், ஒரு புதுச்சட்டியிலிட்டு வறுத்திட மை போலாகும். இதைத் தேங்காய் எண்ணெயில் குழைத்து வழுக்கையுள்ள இடங்களில் நன்றாய் அழுத்தித் தேய்த்து உரலலிட்டுவர வழுக்கை அகலும், நரைமுடியும் மாறும்.

கருந்தும்பை, அவுரி, நல்லெண்ணெய் இவைகளுடன் எட்டிப்பழத்தை அரைத்து தேய்த்து காய்ச்சி தலையில் துவி வர நரைமுடி அகலும்.

தலைபாரம், தலை குடைச்சல், செரியாமை கோளாறுகள் குணமாக

மிளகு, கடுகு, உப்பு இம்மூன்றையும் சம அளவில் எடுத்துக்கொள்ளவும். காலை யாலை தண்ணீருடன் பருகிவர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

பற்களின் கூச்சம் அகல

புதினா விதையை ஒரு கைப்பிடி அளவு வாயிலிட்டு தினம் இரு வேளை மென்று கொண்டே இருந்தால் பற்களின் கூச்சம் அகலும்.

பொடுகுத்தொல்லை குணமாக

பகவின் பாலுடன் மிளகைச் சேர்த்து சம அளவாய் அரைத்து எடுத்து இரவில் படுக்கும் முன்னர் தலையில் அழுத்தித் தேய்த்து அதிகாலை கழுவிட பொடுகு அகலும்.

அரிசி கழுவிய தண்ணீரைக் கொண்டு தலையில் நன்றாக அரக்கித் தேய்த்து இரவு முழுவதும் ஊறவிடவும். அதிகாலை தேய்த்துக் குளித்துவிட பொடுகு குணமாகும்.

சூடாக்கின தேங்காய் எண்ணெயை தலையில் அரக்கித் தேய்த்து இரவு ஊறவிட்டு அதிகாலை தலையை சுத்தம் செய்திட பொடுகு குணமாகும்.

எலுமிச்சங்களியை பாதியாய் நறுக்கி தலையின் மேற்புறம் நன்றாய் அரக்கித் தேய்த்து 25 நிமிடங்கள் ஊறவிட்டு மின்னர் குளித்திட பொடுகு அகலும்.

நீரிழிவு குணமாக

எள்ளுடன் முருங்கைக் கீரையை சேர்த்து அரைத்து தொடர்ந்து 20 நாட்கள் பசுவில் உண்டுவர நீரிழிவு குணமடையும்.

வாந்தி அகல

மணத்தக்காளியைக் காய வைத்து வற்றவாக்கி நெய்யில் வறுத்தோ, தனியாக கஷாயமிட்டோ பருகிவர பித்தவாந்தியை அகற்றி பசியைத் தூண்டும் நோயாளிகளுக்கு இதுமிகச் சிறந்த உணவு என்று அறியலாம்.

பித்த வெடிப்பு அகல

மருதமரத்தின் இலையையும், மஞ்சளின் இலையையும் சேர்த்து அரைத்து எலுமிச்சங்களியின் அளவு பசுவின் பாலில் கரைத்துக் குடித்துவர பித்த வெடிப்பு குணமாகும்.

முடி உதிர்வதைத் தடுக்க

வெந்தயத்தை அரைத்து தலையில் அரக்கித் தேய்த்து நன்றாக 25 நிமிடம் ஊறவிட்டுப் பின்னர் குளித்துவர முடி உதிர்வது குணமாகும்.

முகத்தில் கானூம் சுருக்கங்கள் அகல

பசுவின் பாலுடன் கோட்டுக் கிழங்கைச் சேர்த்து அரைத்து முகத்தில் பூசி கால் மணி நேரம் ஊறவிட்டு கழுவிட முகத்தில் கானூம் சுருக்கங்கள் அகலும்.

அன்றாடம் உணவில் பழங்கள், காய்கறிகளோடு பத்து டம்ளர் வரை சுத்தமான தண்ணீர் அருந்தவும். ௨, காயியைக் குறைக்கவும் அல்லது விட்டுவிடவும். தோல் பளபளப்பாகவும் முகம் தேஜஸூட்டும் ஜொலிப்பதை காணலாம்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் இசிவு, சீதளம், நீர்கோவை, குளிர்சுரம், மலபந்தம் குணமாக

ஒரு கடுகின் அளவு கோரோசனையை எடுத்து வெற்றிலைச் சாற்றுடனோ அல்லது பசுவின் பாலுடனோ சேர்த்து அரைத்து உருட்டி உருண்டை வடிவ மாத்திரைகளாய் செய்து கொள்ளவும். இதில் ஒன்றிரண்டு மாத்திரைகளை தினமும் இருவேளை குழந்தைக்கு புகட்டிவர மேற்சொன்ன கோளாறுகள் பஞ்சாய்ப் பறக்கும்.

உடலினில் காணும் நச்சுக் கிருமிகள் அகல

வெங்காயச் செடியின் மலரைத் தனியாகவோ அல்லது பொறித்தோ அடிக்கடி உணவுடன் உண்டுவர உடலினில் காணும் நச்சுக்கிருமிகள் யாவும் அகலும்.

கண்களின் பார்வை தெளிவுபெற

அடிக்கடி எள்ளின் மலரை உண்டுவர கண்களின் பார்வைக்கு தெளிவு ஏற்படும்.

இரத்தப் பெருக்கு நிற்க

உடலில் கத்தி வெட்டின் காரணமாய் இரத்தப் பெருக்கு ஏற்பட்டு வெளியானால் மாசிக்காயையும், சுட்ட சாம்பலையும், மஞ்சளைச் சுட்டுக் கரியாக்கிய தூளையும் சம அளவாய்க் கலந்து இரத்தம் வெளிவரும் இடத்தின் மீது அழுத்தி தேய்த்திட உடனே இரத்தம் வெளிவருவது நிற்கும்.

தோஷங்கள் உடலில் அண்டாமல் தடுக்க

அசோகமரத்தின் மலரை தண்ணீர் சேர்த்து கஷாயமாக்கி 1/2 டம்ளர் வீதம் தினமிறு வேளை காலை மாலை என பருகிட தோஷங்கள் உடலில் அண்டாது.

போதை மயக்கம் அகல

வாயின் வழியே மஞ்சளை நெருப்பில் காட்டிலும் புகையை உட்கொண்டிட கஞ்சா, மது இவைகளினால் உருவாகும் போதை மயக்கம் மாறும்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கர்ப்பான், கக்குவான் நோய் குணமாக

இலைக்கள்ளியின் மலர்களை கசக்கிச் சாறுபிழிந்து குழந்தைகளுக்கு அட்டிலா கர்ப்பான், கக்குவான் நோய்கள் குணமாகும்.

மேகநோய் அகல

அவரை இலையையும், மஞ்சள் செடியின் இலையையும் சம அளவாய் எடுத்து அரைத்து தினமும் காலை மாலை இருவேளை கொட்டைப் பாக்கிள் அளவு வீதம் 10 நாட்கள் உண்டுவர மேக நோய்கள் குணமாகும்.

பெண்களின் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் குணமாக

நுனாமலரை கஷாயமிட்டு தினமிறுவேளை வெறும் வயிற்றில் சாலை மாலை

அரை டம்ளர் முதல் 1 டம்ளர் வரை அருந்திவர பெண்களின் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் குணமாகும்.

முகத்தில் சுருக்கம் விழாதிருக்க

அன்றாடம் 10 டம்ளர் சுத்தமான நீரை அருந்தவும், வெயில் காவங்களில் மாமிச உணவை நீக்கி அடிக்கடி தாகத்திற்கு எலுமிச்சங்களியின் ஜூஸ் அருந்திவர முகச்சுருக்கங்கள் வராது.

குழந்தைகளின் வயிறு சுத்தமாக

தண்ணீருடன் வேப்பமரத்தின் மலர்களைப் போட்டு கஷாயமாய்க் காய்ச்சி வடிகட்டி நான்கு தேக்கராண்டி அளவு வீதம் குழந்தைகளுக்கு புகட்டிவர குழந்தைகளின் வயிறு சுத்தமாகும்.

வாதநோய் அகல

சாம்பிராணியை நல்வெண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி வலியுள்ள இடங்களில் தடவிட வாதநோய் அகலும்.

வாயில் எச்சில் ஊறலை தடுக்க

உணவு ருசிக்க, நல்ல பசி எடுக்க

வேப்பம் பூவை புளி, மிளகு, சீர்க்கம், கறிவேப்பிலை முதலியவைகளுடன் சேர்த்து நெய்யில் வதக்கி உண்டுவர பித்தம் சாந்தியாகி வாயில் எச்சி ஊறுவதைத் தடுக்கும். உணவு நன்றாய் ருசிக்கும். நல்ல பசி எடுக்கும்.

சீக்கிரம் விந்து ஸ்கலிதமாகாதிருக்க

தாழம்பூவின் உள்ளிருக்கும் பாகத்தை எடுத்து கோழிமுட்டையின் வெண்கருவில் இழைத்து ஆண் குறியில் தடவி புணர்ந்திட விந்துசீக்கிரம் ஸ்கலிதமாகாது.

இந்திரிய புஷ்டி உண்டாக

கோழி முட்டையின் வெண்கருவுடன் இஞ்சிச்சாறு, வெள்ளை வெங்காயம், தேன், பகவின் நெய் இவைகளை சம எடையாய்க் கூட்டிக்கொள்ளவும். இவைகளை மை போல் அரைத்துக் கழற்சிக்காய் அளவு உண்டு பசும்பால் அருந்திவர இந்திரிய புஷ்டி உண்டாகும்.

இந்திரியம் கெட்டியாக

1/4 படி பசும்பாலுடன் சீமைதண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, பச்சை

நிலப்பண்ணைக்கிழங்கு, ஆனை நெருக்குக்காய் இவைகளை ஒரு தோலா வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும், எல்லாவற்றையும் அம்மியில் வைத்து மைபோல் அரைத்தெடுத்து பசும்பாலில் காய்ச்சி இரவில் அருந்தவும், இப்படி தொடர்ந்து மூன்று நாட்கள் அருந்தி இந்நிரியம் கெட்டியாகும்.

மூர்ச்சை தெளிய

மூர்ச்சை அடைந்தோர்க்கு குளிர்ந்த நீரை முகத்தில் அடிக்கவும், தலையிலும் ஊற்றவும், நெடியுள்ள பொருளை மூக்குக்கு அருகில் பிடிக்கவும். அதில் மூர்ச்சை தெளியாவிட்டால் கடுகை அரைத்து உள்ளங்கையில் தடவவும். மூர்ச்சை தெளிந்ததும் கடுகுக்குடிநீரைக் கொடுக்கவும்.

ஆண்களில் பீஜம் கெட்டிப்பத

வசம்பு, அமுக்கராக்கிழங்கு, எட்டிக்கொட்டை இவைகளை சம அளவாய் எடுத்துக்கொள்ளவும். பின் இவைகளை பசுவின் பாலவிட்டு அரைத்து ஆண்குறியின் மேல் தேய்த்து உலரவிட ஆண்குறி வலிமை அடையும்.

தாது விருத்தியாக

இளநீருடன் தேனைக்கலந்து அருந்திவர தாது விருத்தி உண்டாகும்.

தேள்கொட்டு விஷம் அகல

தேள் கொட்டிய கடிவாயில் சுக்கை விழுதாய் அரைத்துத்தடவி குடுகாட்டி தேள் விஷம் இறங்கும்.

சுக்கிலம் விருத்தியாக

ஆளிலிதையை பசுவின் பாலில் நன்றாய் வேகவைக்கவும் பின் பசும்பாலுடன் அரைத்து லேகியமாய் செய்து உண்டுவரவும் தினமும் இருவேளை செய்து பத்துதினங்கள் உண்டிட சுக்கிலம் விருத்தியாகும். ஒரு நெல்விக்கனியின் அளவு உடலுறவு நீக்கி உண்டுவரவும்.

நீர்த்துப்போனை விந்து கட்டிப்பத

கட்டுக்கொடியை நிறுற்பாடமாய் காயவைத்து இடித்துச்சூரணிக்கவும். ஒரு தேக்கரண்டி அளவு இப்பொடியுடன் பசுவின் பாலை அருந்திவர நீர்த்த இந்நிரியம் கட்டிப்படும்.

இருமல், கண்ணெரிச்சல் குணமாக

மந்தாரப்பூவை தண்ணீர்விட்டு கஷாயமாக்கி ஒரு டம்ளர் வீதம்

தினந்தோறும் குடித்துவர இருமல், கண்ணொரிச்சல் இவைகள் குணமாகும்.

ஆண்களின் விதை வீக்கம் குணமாக

இலுப்பைப்பூவை தண்ணீர்விட்டு கஷாயமாய்ச் சுண்டக்காய்ச்சி தினம் இருவேளை 1 டம்ளர் வீதம் காலை மாலை பருகிவர விதைநீக்கம் குணமாகும்.

பெண்களின் மாதவிடாய் சீராக வெளிவர

தும்பைப் பூவை தண்ணீருடன் கலந்து கஷாயமிட்டு 1 டம்ளர் வீதம் தினம் இருவேளை காலை மாலை பருகிட பெண்களின் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் சீர்படும்.

தேள், நட்டுவாக்காலி கடித்த விஷம் அகல

தேள், நட்டுவாக்காலி முதலான ஜந்துகள் கடித்த கடிதடத்தில் கூந்தற்பனையின் விதையைத் தண்ணீரில் இழைத்து அரைத்த விழுதைத் தடவிட விஷம் அகலும்.

உடல் புஷ்டியாக

கூந்தற்பனையின் சோற்றைத் தொடர்ந்து உண்போரின் உடலினில் அதிக மாமிச வளர்ச்சிக்குத் துணைபுரிந்து உடலை அபரிதமாய் புஷ்டியாக்கி வளர்க்கும் ஆற்றல் உடையது.

(முகப்பருக்கள்) கட்டிகள் குணமாக

முகப்பருக்கள், கட்டிகள் இவைகள் வராதிருக்கவும், பழுத்த கட்டிகள் உடையவும் மஞ்சளை மைபோல் அரைத்து அவைகளின் மேல் பூசிவர குணமாகும்.

கால் ஆணி அகல

ஒரு பிடி மருதாணி இலையையும், 1/4பிடி வேப்பிலையையும், 5 கிலோ மயில்துத்தத்தையும், இரண்டு மஞ்சள் கிழங்கையும் அம்மியில் வைத்து மைபோல அரைத்து எடுத்துக்கொள்ளவும், இவ்வு வேளையில் கால்பாணிகளின் மேல் ஒரு மாதம் வரை தடவிட காலாணி அகலும்.

வயிற்றுக்கடுப்பு குணமாக

50 கிராம் மிளகுடன், 200 கிராம் சுக்கையும், 100கிராம் ஒமத்தையும் இழைத்து இடித்து பொடித்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதனுடன் 200 கிராம் பனை வெல்லத்தையும் இடித்துத் தூளாக்கி சேர்த்துக்கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும், தினமிருவேளை 5 கிராம் அளவு பொடியை வாயிவிட்டு வெது

வெதுப்பான வெந்நீரை அருந்தி வர வயிற்றுக்கடுப்புதோய் குணமாகும். மேலும் எப்போதும் வெளிக் குச்செல்லும் ஒருவித உணர்வையும், வாய்வு பொருமவையும் குணமாக்கும்.

விக்கல் அகல

கடுகை எடுத்து 1 ஸ்பூன் அளவு அம்மியில் வைத்து அரைக்கவும், வெந்நீரில் இக்கடுகுத் தூளையிட்டு நன்றாய்க் கஷாயம் போலக்காய்ச்சி சிறிது சர்க்கரை கலந்து குடித்திட விக்கல் அகலும். மேலும் உடலில் கானூம் வீக்கங்கள், வலிகளும் குணமாகும்.

பெருவயிறு அகல

பெருங்காயத்தை பொடியாய் இடித்து அரைத்தேக்கராண்டி அளவு வீதம் வாயிலிட்டு வெதுவெதுப்பான வெந்நீர் அருந்தி வயிற்றிலிருக்கும் வாய்வு யாவும் ஏப்பமாக வெளிவந்து கஷ்டப்படுவோர் இதை உண்டி அற்புதமான குணம் கிடைக்கும்.

காய்ச்சல், உடற்சோர்வு, தளர்ச்சி குணமாக

கண்டங்கத்திரியின் வேரையும் சுக்கையும் சேர்த்து தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி கஷாயமாக்கி 1 டம்ளர் வீதம் தினமிருவேளை பருகிவர கரம் குணமடை வதோடு உடற்சோர்வும், தளர்ச்சியும் குணமடையும்.

புஷ்பவதி ஆகாதபெண்கள் புஷ்பவதியாக

முன்று செம்பருத்திப்பூக்களை நெய்யில் வறுத்துமென்று தின்றுவர நுரத்தப்போக்கு உடன் நிற்கும். புஷ்பவதி ஆகாத பெண்கள் உண்டி புஷ்பவதி ஆவர்.

தேள்கடி விஷமகல

தேள்கடித்த கொட்டுவாயில் சுண்ணாம்பு, உப்பு, மஞ்சள் இவைகளைச் சேர்ந்து தேய்த்தால் விஷம் இறங்கும். வெவ்ங்காயச் சாற்றை கண்ணில் ஒரு துளிலிடவும். தனியாக்கொட்டையை சூடேறும்படி கல்லில் தேய்த்து சூட்டோடு கடிவாயில் வைத்தால் கொட்டை ஒட்டிக்கொள்ளும். விஷம் இறங்கியவுடன் கொட்டை நாளே விழும். நாயுறுவி இலையை அணர்த்து கடிவாயில் தடவிட தேள்கடி விஷம் அகலும்.

நளையிற் கறுப்பாக

கடுக்காய்த்தோல் சூரணம் நெல்லி முள்ளித்தூள், தான்றி காய்த்தூள், நீலி

இலைச்சூரணம், அயப்பொடி, கரிசலாங்கண்ணி இவைகளை வகைக்கு 1 தோலா எடுத்துக்கொள்ளவும். போதுமான அளவு வெள்ளாட்டின் சிறுநீருடன் அரைத்து எடுத்து களிம்புபோல் செய்துகண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொண்டு நரை கண்ட இடங்களில் தேய்த்துவர கேசம் கருக்கும்.

கருப்பைப்பூச்சி அகல

வியூதி வேரை அரைத்துக்கொடுத்திட பெண்கள் பேதியாவர். கருப்பையிலுள்ள பூச்சிகள் அத்தனையும் அழியும்.

பெண்களின் கருக்குழி நோய்கல

எட்டுகிரையின் அளவு சூடத்தை உள்ளுக்கு உண்ணக்கொடுத்து இடுப்பின் மேல்ச் சூடத் தைலத்தை நன்றாகத் தேய்த்திட கருக்குழி நோய் அகலும்.

சூதக்கோளாறு குணமாக

20 கிரையின் கரியபோளம் 20 கிரையின் மிளகுவற்றல் 30 கிரையின் வெங்காரம் இவற்றைத்தனித்தனியே நன்றாகப் பொடிசெய்து தேன்விட்டு எல்லாவற்றையும் கவந்து சம அளவிலான 18 மாத்திரைகளாக உருட்டிவைத்துக்கொள்ளவும். தினமிருவேளை இரண்டு மாத்திரைகள் வீதம் பத்து நாட்கள் தொடர்ந்து உண்டுவர சூதக்க கோளாறுகள் குணமாகும்.

பெண்களின் இடுப்பு வலி குணமாக

சூதக சமயத்திலும் கர்ப்பம் தரிக்கின்ற காலங்களிலும் ஏற்படும் இடுப்பு வலிக்கு அரை அவுன்ஸ் சூடத்தை மூன்று அவுன்ஸ் தேங்காய் எண்ணெயில் குழைத்து வலியுள்ள இடத்தினில் நன்றாக அழுத்தித்தேய்த்துவர பெண்களின் சூதக காலத்தில் உண்டாகும் இடுப்பு வலி அகன்றுவிடும்.

சூதக சன்னிநோய் அகல

முருங்கைப் பட்டையின் சாற்றை சூதக சன்னிநோய் கண்ட பெண்ணிற்கு 1 டம்ளர் வீதம் தினமும் மூன்றுவேளை காலை, பகல், மாலை என தொடர்ந்து கொடுத்துவர சூதக சன்னி நோய் அகலும்.

பெண்கள் சூதகம் நிற்பதால் கஷ்டப்பட்டால்

கரியபோளமும், அன்னபேதியும் 24 கிரையின், கருவாய்பட்டை தூள் 60 கிரையின் இவைகளைத்தேவையான அளவு தேன் விட்டரைத்து 24 மாத்திரைகளை செய்து தினம் 2 மாத்திரை வீதம் 2 அவுன்ஸ் நில வேம்பு கஷாயத்தில் குடித்திட குணமாகும்.

பெண்களின் ஸ்தனங்களில் உண்டாகும் புண்கள் குணமாக

30 கிரெயின் வெங்காரத்தை 1/2 அவுன்ஸ் நெய்யில் இழைத்து குழந்தை மூலம் குடிக்கும் முன்னரும் பின்னரும் பெண்களின் ஸ்தனக்காம்புகளின் மீது தடவிவர ஸ்தனங்களின் காம்புகளில் உண்டாகும் புண்கள் குணமாகும்.

பெண்களின் கருப்பையில் காணும் அழுக்குகள் வெளிவர

பிரசவித்த பெண்களின் கருப்பையிலுள்ள அழுக்குகளை வெளிப்படுத்த பெருங்காயத்தைப் பொரித்து பனைவெல்லத்துடன் இழைத்து பெண்கள் பிரசவித்தவுடன் கொடுத்திட கருப்பை அழுக்குகள் யாவும் வெளியேறும்.

தலைமுடியில் ஏற்படும் பூச்சிவெட்டு மறைய

1/4 படி உப்பையும் ஒரு பலம் மிளகையும் இடித்து தூள் செய்யவும், இதனுடன் எலுமிச்சங்கனியின் சாற்றைவிட்டு ஊறவைத்து பிறகு உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும். இதை நீரில் குழைத்து மயிர்கொட்டும் இடங்களில் தடவிவர பூச்சிவெட்டு மறையும்.

உடலில் காணும் நமைச்சல் குணமாக

2 அவுன்ஸ் புங்கன் எண்ணெயைக் கொதிக்கக் காய்ச்சி அரைபடி அதில் எடுத்துக்கொள்ளவும். 1/2 படி சூடும் 1/2 படி உப்பு இவ்விரண்டையும் சேர்த்திடித்து அறனுடன் கலந்துகொள்ளவும். அடுப்பிலேற்றி சூடாக்கிடவும். தைல பதத்தில் இறக்கிடவும். சூடாறினதும் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ளவும். இதில் நமைச்சல் உள்ள இடத்தில் இரவில் தடவி உலரவிட்டு காலை குளிந்த நீரில் குளித்திட நமைச்சல் குணமாகும்.

பெண்களின் வெட்டை நோய் அகல

கடுக்காய் தோல், தான்றிக்காய்த்தோல், நெல்லிமுள்ளி இம்மூன்றையும் கஷாயமிடவும். இளம் சூடாய் இருக்கும்போது பீச்சாங்குழல் மூலம் பெண்குறியினுள் செலுத்தி சுத்தம் செய்து துடைத்துவரவும். இவ்விதம் தினமும் ஒருமுறை செய்துவர வெட்டை திரவ நீர் கசிவை நிறுத்தும். கசிவு அதிகமிருந்தால் இருமுறை செய்துவருவது நல்லது.

பெண்களின் மேக வெள்ளை நோய் குணமாக

2 அவுன்ஸ் வால் மிளகுதூள், அரை அவுன்ஸ் படிக்காரத்தூள் இவ்விரண்டையும் இழைத்து ஒன்பது பங்காக்கி வேளைக்கு ஒரு பங்கை

தினமும் மூன்றுவேளை குடித்துவர மேக வெள்ளைநோய் குணமாகும்.

மாசிக்காயின் பொடியை வேளைக்கு 20 கிரெயின் அளவு வீதம் மூன்றுவேளைகள் தினமும் உள்ளே உண்டுவர மேகவெள்ளை நோய் குணமாகும்.

பெண்களின் ஸ்தானப்பால் பெருகிட

போதுமான அளவு குழந்தையை ஈன்றெடுத்த தாய்மார்களுக்கு ஸ்தனங்களில் பால் சுரக்கவில்லையானால் முருங்கைக்கீரையைத் தினமும் தொடர்ந்து ஒருவாரம் சமைத்து உணவுடன் உண்டுவர பெண்களின் ஸ்தனங்களில் பால் சுரக்கும்.

எவ்வகை விஷக்கடிகளும் அகல

நிலவாகைச் செடியைக் காயவைத்து இடித்துத் தூள்செய்து அதில் அரை அவுன்ஸ் எடுத்து எலுமிச்சங்கனியின் சாற்றில் கலந்துகுடிக்கவும், எல்லா விஷக்கடிகளும் அகலும். ஆனால் ஒவ்வொரு விஷக்கடிக் கும் ஒவ்வொரு சாற்றில் இழைத்து குடிக்கவும்.

மூங்கில் இலைச்சாறு	-	எலிக்கடி
வேலிப்பருத்திச்சாறு	-	சிறுபாம்பு கடி
கொடிப்பாகல் இலை சாறு	-	தேள்கடி
வேப்பிலைச்சாறு	-	சிறுபூரான்கடி

தோலில் கானூம் படர் ரணம் அகல

வெங்காயம், நவச்சாரம் இவைகளை வகைக்கு 4 கிரெயின் அளவும் 25 கிரெயின் கந்தகத்தையும், 25 கிரெயின் கார்போக அரிசி சூரணத்தையும் எடுத்துக்கொண்டு இரண்டு அவுன்ஸ் வெண்ணையுடன் இழைத்து கலுவத்திலிட்டு அரைத்துவைத்துக்கொள்ளவும். இக்களீம்பை படர் ரணங்கள் உடலில் எங்கு காணப்படும் அவைகளின் மேல் தடவிவர அவைகள் குணமாகும்.

வாந்தி அகல

மிளகு, திப்பிலி, கக்கு, அதியதூரம், வில்வவேர், சர்க்கரை இவைகளை சம அளவாய் எடுத்து பொடி செய்து கொள்ளவும். இதில் தினமிருவேளை காலை மாலை என 1/2 ஸ்பூன் தேனில் இழைத்து உண்டுவர வாந்தி உடன்றிற்கும்.

வில்வவேரை நன்றாய் அரைத்து சுண்டைக்காயின் அளவு எடுத்து இளநீரில் கரைத்துக் குடித்திட வாந்தி அகலும்.

திமிர்வாத நோய் அகல

கடுகைக் காடிவிட்டு செட்டியாய் அரைத்து எடுத்து திமிர்வாத நோயினரின் முதுகெலும்பின் மேல் தடவிவிடவும். இப்பற்றை 10 நிமிடத்திற்கு மேல் வைத்திடாமல் அகற்றிவிடவும் இல்லையானால் அவ்விடம் கொப்பளிக்க ஆரம்பிக்கும். உள்ளுக்கும் வேளைக்கு ஒரு டிராம் கடுகுவிதம் தினமிருவேளை கொடுத்துவர திமிர்வாத நோய் அகலும்.

வசித நோய் அகல

அரைப்பலம் சுக்கு, அரைப்பலம் கறிவேப்பிலை, ஒரு பலம் கடுக்காய்த்தோல் இவைகளைப்போட்டு கஷாயமிட்டு காலை வெறும் வயிற்றில் 3 அவுன்ஸ் வீதம் குடித்துவர குடல் சுத்தமாகிவாதநோய் குணமாகும்.

ஆமணக்கின் வேர், சித்தரத்தை, சுக்கு, சிற்றா முட்டிவேர் இவைகளை கஷாயம் வைத்து தினமிருவேளை காலை மாலை 1 டம்ளர் வீதம் குடித்துவர வாதநோய் அகலும்.

சுக்கு, வசம்பு, கோஷ்டம், முருங்கைப் பட்டை, பூண்டு, தேவதாரு, வெண்கடுகு இவைகள் வகைக்கு 1/4 பலம் எடுத்து அரைத்துக்கொள்ளவும். பின் புளி இலையை அரிசிகளைந்த நீர்விட்டு இடித்துபிழிந்த ரசம் இரண்டுபடி எடுத்து இத்துடன் அரைவீசம் நல்லெண்ணையும் மேலேசொன்ன அரைத்த கலவையையும் சேர்த்துக்காய்ச்சவும், மெபுகுபதத்துக்கு வந்ததும் 1/4 பலம் வெண் குங்கிலியத்தைக் கூட்டிக்கவந்து வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ளவும். இத்தலைத்தை லேசாக குடுபடுத்தி வீக்கமுள்ள இடங்களில் தடவி ஒற்றமிட வாதநோய் அகலும்.

பெண்களின் மாதவிடாய் காலத்து இரத்தப்பெருக்கு நிற்க

நாயுருவி இலையின் சாற்றை ஒரு அவுன்ஸ் எடுத்துக்கொண்டு அதனுடன் ஒரு ஸ்பூன் நல்லெண்ணையும் இழைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் குடித்துவர வயிற்றுவலியுடன் கூடிய இரத்தப்பெருக்கு நிற்கும்.

பெண்களின் பெரும்பாடு நோய் அகல

காட்டத்திப்பூவை தேயிலை டிக்காஷன் இறக்குவதுபோல் இறக்க வெள்ளாட்டுப்பாவில் கற்கண்டையும் இழைத்துக் குடித்து வர பெண்களின் பெரும்பாடு நோய் அகலும்.

ஓயாது நொழுமும் மூக்கு, தும்மல், இருமல் குணமாக

திருநீற்றுப் பச்சிலையை இடித்துச் சாறெடுத்து இதனுடன் மிளகை

தேவையான அளவு போட்டு இரண்டையும் சேர்த்து ஊற வைத்து நிறற்பாடமாக உலர்த்தித் தூளாகச் செய்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி தினமிரு வேளை காலை மாலை நான்கு சிட்டிகை அளவு உண்டுபுர மேற்சொன்ன நோய்கள் யாவும் அகலும்.

சளி எப்போதுமிருந்தால்

குங்குமத்தை வெற்றிலைச் சாற்றுடன் கலந்து மூக்கு, மூக்குத்தண்டு முதலானவற்றில் பற்றிட்டுவா சளி அகலும்.

ஒருஅவுன்ஸ் துளசிச்சாற்றுடன், ஒரு அவுன்ஸ் தூதுவேளைச் சாற்றைக் கலந்து ஒரு அவுன்ஸ் வீதம் குழந்தைக்கு புகட்டிவா சளிகுணமாகும்.

மூக்கில் சதை வளர்ச்சி (ஹனுநுகுஹனு) ஐம்பது கிராம் வில்வ இலையையும், பதினைந்து கிராம் நகம் என்னும் மூலிகையையும் நன்றாக இடித்துப் பொடியாக்கி அரைக்கால் லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் கலந்து தினமிருவேளை காலை மாலை இரண்டு துளிகள் மூக்கு துவாரங்களில் விட்டு உறிஞ்சிவா மூக்கின் சதை வளர்ச்சி குணமாகும்.

பதினைந்து கிராம் தான்றிக்காய் தோல், பதினைந்து கிராம் கடுக்காய்த்தோல், பதினைந்து கிராம் நெல்லிமுள்ளி, அதிமதுரம், பதினைந்து கிராம் கக்கு இலைகளை மையாய் அரைத்து தண்ணீர் கலந்து ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு கொதிக்க வைக்கவும். இதனுடன் ஒரு லிட்டர் ஆவின் பாலையும், ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயையும் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும், அதன்பின் வில்வ வேர், சீந்தில்க்கொடி, வேங்கை மரத்தின் வைரம், சிற்றாழுட்டியின் வேர் எனும் இந்நான்கையும் தனித்தனியே வகைக்கு ஐம்பது கிராம் அளவு எடுத்துக்கொண்டு இடித்துப்பொடியாக்கிக்கொள்ளவும் இதனுடன் இரண்டு லிட்டர் கத்தமான தண்ணீர்விட்டுக் காய்ச்சவும். முக்கால் லிட்டராய்க் கஷாயம் போல சுண்டக்காய்ச்சி இறக்கிக்கொள்ளவும்.

முன்கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி வைத்த கலவையையும் பின்னால் காய்ச்சிய இக்கஷாயத்தையும் கலந்து கலக்கி ஒருகண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

திளந்தோறும் குளிக்கும் முன்னர் இத்தலைத்தை தலை மற்றும் தொண்டை பாகங்களிலும் உடம்பெங்கும் தேய்த்து 15 நிமிடம் உலரவிட்டு குளித்துவா மூக்கின் சதை வளர்ச்சி, காதுவலி, காதில்சீழ்வடிதல், இருமல், தும்மல் முதலான நோய்கள் குணமாகும்.

கக்குவான் நோய் அகல

ஐந்து கிராம் கோஷ்டத்தை இடித்துப்பொடி செய்து தூளாக்கி வைத்துக்கொண்டு அதனுடன் ஒரு அவுன்ஸ் அளவு பசுவின் நெய்யையும் (1/4), அவுன்ஸ் தூதுவளைச்சாறையும் ஒன்றாய்க் கலந்து இரண்டு பாகமாகக் கிளையும் காலை மாலை குழந்தைக்கு புகட்டிவர கக்குவான் நோய் குணமாகும்.

பதினைந்து கிராம் மயிலிறகுச்சாம்பலுடன், பதினைந்துகிராம் மிளகுச் சாம்பலாக் கலந்து எட்டு பாகங்களாகக் கிளையும் காலை, பகல், இரவேன மூன்றுவேளை பசுவின் வெண்ணெயில் குழம்பி குழந்தைகளுக்கு புகட்டிவர கக்குவான் நோய் குணமாகும்.

வாய்ப்புண்கள்

கோரோசனையை பசுவின் நெய்யில் கலந்து குழந்தையின் வாய்ப்புண்களில் தடவிட குணமாகும்.

தாய்ப்பாலில் மாசிக்காயை அரைத்துக் குழந்தையின் வாய்ப்புண்களில் தடவிட குணமாகும்.

டான்சில் எனும் உள்நாக்கின் வளர்ச்சி

1400 கிராம் நல்லெண்ணெயையும் அரைக்கால் லிட்டர் செவ்விள நீரையும் ஒன்றுசேர்த்து வைக்கவும். நகம் எனும் மருந்துப்பொருளை நாட்டு மருந்துக்கடையில் வாங்கிப் பொடித்தி முன்சொன்ன கலவையுடன் சேர்த்து ஒரு பாதிரத்திலிட்டு அடுப்பிலேற்றிக்காய்ச்சவும். காய்ச்சும்போது அடியில் கசடு உறையும் பருவத்தில் வருகையில் இறக்கி வடிகட்டி கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். தினமும் தலைக்குத் தேய்த்துக்குளிப்பாட்டிவர குழந்தைக்கு உள்நாக்கின் வளர்ச்சி கரைந்து குணமாகும்.

அரைக்கால் லிட்டர் நல்லெண்ணெயும் அரைக்கால் லிட்டர் பசுவின் பாலையும் கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு 1/4 லிட்டரையும் எடுத்துக்கொண்டு இம்மூன்றையும் ஒன்றாய்க் கலக்கவும் இக்கலவையை ஒரு பாதிரத்திலிட்டு அடுப்பிலேற்றிக்காய்ச்சவும். கொதிக்கும்போது கரிசலாங்கண்ணி தழையை அரைத்துக் கழற்சி அளவு உருண்டையாக்கிகலக்கவும், பின் மறுபடியும் கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு, நல்லெண்ணெய், பசுவின் பால் இம்மூன்றையும் காய்ச்சவும், அதன்பின் கரிசலாங்கண்ணித்தழையை அரைத்து கழற்சிக்காய் அளவு இதனுள் போட்டுக்காய்ச்சவும். இப்படி நான்குமுறை மடக்கிக்காய்ச்சிய நெலத்தை கண்ணாடி சீசாவினில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இத்தலைத்தை பஞ்சைச் சுற்றிய குச்சியில் தோய்த்து எடுத்து குழந்தையின் உள்நாக்கு வளர்ந்துள்ள பாகங்களில் நன்றாய்த் தடவிட உள்நாக்கு சுருங்கிவிடும். புண்களின் வீக்கம் தணிந்து உடன் குணமாகும்.

குழந்தையின் அஜீரணக் கோளாறுகள்

பன்னிரண்டு சொட்டு அளவு தேனையும் பன்னிரண்டு சொட்டு இஞ்சிச்சாற்றையும் கலந்து குழந்தைகளுக்கு சங்கில் வைத்து புகட்டிவர அஜீரணம் அகலும்.

பதினைந்து கிராம் சித்திர மூலவேரையும் பதினைந்து கிராம் சிறுநாகப்பூவையும் அரை விட்டர் தண்ணீரில் தட்டிப்போட்டு அரைக்கால் விட்டராகச் கண்டக் காய்ச்சி வடிக்கடிய கஷாயத்தை குழந்தைக்கு அரை அவுன்ஸ் வீதம் புகட்டிவர அஜீரண கோளாறுகள் குணமாகும்.

வேனிற்காலக்கட்டிகள்

அல்லி இலையையும், அவுரி இலையையும் சம அளவாய் எடுத்து அரிசி கழுவின நீரில் அரைத்துக் குழந்தையின் தலை, முகத்தில் உடலில் காணும் சிவந்த கோடைக்காலக் கட்டிகளுக்கு தடவி வர அவைகள் குணமாகும்.

குழந்தையின் குடல்பூச்சி

கக்கு, வெள்ளைப்பூண்டு. வசம்பு இம்மூன்றையும் 10 கிராம் அளவு எடுத்து பொடித்துக்கொண்டு சிற்றாமணக்கெண்ணெய் பன்னிரண்டு அவுன்ஸ் கழற்சி இலைச்சாறு ஆறு அவுன்ஸ் மற்றும் பாகல் இலைச்சாறு ஆறு அவுன்ஸ் எடுத்து இலைகளுடன் கலந்து ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி அடுப்பிலேற்றிக் காய்ச்சி வடித்து தினமும் காலை மாலை குழந்தைகளுக்கு வெறும் வயிற்றில் ஒரு அவுன்ஸ் வீதம் புகட்டிவரவும். தொடர்ந்து புகட்டிவர குழந்தைகளின் குடலில் காணும் இரைப்பூச்சிகள் மலத்துடன் வெளிவரும்.

பேய்ப்பீர்க்கின் வேர். ஓமம், புரசம்விதை, பிரண்டைத் தண்டு இந்நான்கினையும் தனித்தனியே வகைக்கு ஐம்பது கிராம் அளவு வீதம் எடுத்துக்கொண்டு பொடித்து தூளாக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் ஒரு விட்டர் தண்ணீரிலிட்டு அடுப்பிலேற்றி கண்டக்காய்ச்சி குழந்தைகளுக்கு தினமும் இருவேளை காலை மாலை ஒருஅவுன்ஸ் வீதம் புகட்டிவர குடலில்காணும் இரைப்பூச்சிகள் மலத்துடன் வெளியேறும்.

இவ்விரண்டு மருந்தையும் உண்ணும்போது புளி, உப்பு, கடுகு நீக்கி பத்தியமிருக்கவும்.

பேதி நிற்க

பதினைந்து கிராம் சபமாஞ்சிலுடன் கடுக்காய்ப்பூ, சிறுநாகப்பூ, மாமஞ்சள், மோஸ்தக்காய், அதிலிடயம் எனும் இந்த ஐந்து மருந்துப்பொருட்களையும் நனரித்தனியே வகைக்கு 50 கிராம் அளவு எடுத்துக்கொண்டு இடித்துத் தூளாக்கி சலித்து வைத்துக்கள்ளவும். இதை ஒரு லிட்டர்தண்ணீரில்போட்டு அரைக்கால் லிட்டராக கஷாயமாய் கண்டக்காய்ச்சி குழந்தைக்கு வேளைக்கு முருஅவுன்ஸ் வீதம் தினமிருவேளை காலை மாலை என புகட்டிவர பேதி உடனே நிற்கும்.

சளி அகல

ஒரு பாத்திரத்தில் வேலிப்பருத்தியை சாறு போகாமல் இடித்து நறுக்கிப்போட்டு தண்ணீர்விட்டு அடுப்பிலேற்றிக் கஷாயமாய்ச் கண்டக்காய்ச்சி தினமிருவேளை காலை மாலை இருவேளையும் ஒருஅவுன்ஸ் அளவு வீதம் பருகிவர சளி அகலும்.

வால் மிளகை இடித்துப் பொடியாக்கி சலித்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும், இதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வீதம் தேனில் குழைத்து உண்டுவர சளி அகலும்.

குப்பமேனி இலையை நிறுற்பாடமாய்க் காயவைத்து உலர்த்தி இடித்துச் சூரணித்துக் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தி தினமிருவேளை காலை மாலை வெண்ணெய் சிறிதளவு எடுத்து குழைத்து உண்டுவர சளி அகலும்.

இரத்த வாந்தி

இருபத்திரண்டு கிராம் அரசமரத்தின் விதையையும் இருபத்து ஐந்து கிராம் ஆலம் விதையையும் அம்மியில் வைத்து மைபோல் அரைத்தெடுத்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். இதில் தினமிருவேளை காலை மாலையென பத்துகிராம் வீதம் உண்டு ஆவின் பாலை காய்ச்சி அருந்திவர மூன்றே வேளையில் முற்றிலும் குணமாகும்.

பெண்களின் மாதவிடாய்க் கோளாறுகள்

அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் சிறிது படிகாரத்தை இடித்து பொடியாக்கி சுத்தமான தண்ணீருடன் கலந்து ஒரு டம்ளர் வீதம் அருந்திவர மாதவிடாய்க் கோளாறுகள் அகலும்.

தனித்தனியே வகைக்கு பத்து கிராம் அளவு மிளகையும் கரியபோளத்தையும் எடுத்துக்கொண்டு இருபது கிராம் வெங்காரத்தையும் இதனுடன் சேர்த்துக்கூட்டி இடித்துப் பொடியாக்கித்தேன் கலந்து உருண்டை வடிவ மாத்திரைகளாகச் செய்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். இதில் காலை, மாலை தினமிருவேளை இரண்டு மாத்திரை வீதம் வேளை ஒன்றுக்கு உண்டுவர மாதவிடாய்க்கோளாறுகள் குணமாகும்.

மாதவிடாய் வெளிவராமலிருந்தால்

கருவுற்ற பெண்கள் தவிர மற்றவர்கள் இருபது கிராம் கரியபோளத்தையும், இருபது கிராம் அன்னபேதியையும் 10 கிராம் கருவாய் மரத்தின் பட்டைத் தூளுடன் இடித்து மையாய் பொடியாக்கி சலித்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும், தேனைவிட்டு இதைக்குழைத்து 2 மாத்திரையை தினமிருவேளை காலை மாலை உண்டு வரவும். இதோடு இரண்டு அவுன்ஸ் நிலவேம்பை தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சிய கஷாயத்தையும் அருந்திவர மாதவிடாய் வெளிவராமலிருந்தால் வெளிவரும்.

குளிர் சுரம் குணமாக

மிளகு, கிராம்பு (லவங்கம்),சுக்கு, பொரித்த வெண்காரம் இவைகளை சம அளவாய் எடுத்து இடித்துப்பொடியாக்கவும். இப்பொடியுடன் தேனைக்கலந்து சிறுசிறு மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திக் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும், தினசரி இதில் மூன்று மாத்திரை வீதம் உண்டுவர குளிர் சுரம் குணமாகும்.

தலைவலி குணமாக

சுக்கைத் தண்ணீர்விட்டு அரைத்து இரு பொட்டுகளிலும் தடவிட ஒருசில நிமிடங்களிலேயே தலைவலி குணமாகும்.

விக்கல் அகல

சுக்கைப் பொடித்து தேனிலிழைத்து உண்டிட விக்கல் உடனே அகலும்.

பக்கவாதம்

சாராயத்தில் சுக்கை அரைத்து பற்றுப்போட்டுவர பக்கவாதம், மேகவாத நோய், வாயுவலி முதலியவை நீங்கிவிடும்.

பேதி நிற்க

சுக்கை பகவின் மோர்விட்டு அரைத்துதினமும் காலை மாலை 8 மணிமுதல் எவ்வித பேதியும் நிற்கும்.

குழந்தையின் இரத்தக்கழிச்சல்

மாசிக்காய், சாதிக்காய், கோரோசனை, திப்பிலி, பூதிக்காய், கிராமபு (லவங்கம்) முதலான ஆறுவகை மருந்துப் பொருட்களையும் 10 கிராம் சம அளவாய் எடுத்துக்கொள்ளவும் இதனுடன் தாய்ப்பாலையிட்டு நன்கு மைபோல் அரைத்து மிளகு அளவிலான மாத்திரைகளாய்ச் செய்து நிழலிலுலர்த்தி கண்ணாடி சீளவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

குழந்தையின் வயதிற்குத் தக்கபடி அரை மாத்திரை அல்லது ஒரு மாத்திரையை தாய்ப்பாலில் அரைத்து புகட்டிவர இரத்தக்கழிச்சல் குணமாகும்.

கிறந்திப்புண்கள்

மஞ்சளையும், பொடுதலை இலையையும் சேர்த்து அரைத்து கிறந்திப்புண் களின் மேல் தடவிவர அவைகள் ஆறும்.

எவ்விதப் புண்களும் ஆற

உத்தாமணிச் செடியின் பாலையும், மஞ்சள் செடியின் சாறையும் சம அளவாய்க் கலந்து எவ்வித ஆறாத புண்களில் தடவினாலும் புண்கள் ஆறும்.

லீக்கம் கரைய

எருக்கம்பாலையும், மஞ்சள் இலையையும் அரைத்து லீக்கங்களில் தடவிவர லீக்கம் கரைந்துவிடும்.

எவ்வகை சுரமும் குணமாக

12 கிராம்பு, 4 ஏலக்காய், நிலவேம்பின் உலர்ந்த இலை ஒருகைப்பிடி அளவு இம்மூன்றையும் ஒரு சுத்தமான அம்மியில் வைத்து நன்றாக தட்டி எடுத்து ஒரு சட்டியில்போட்டு ஒன்றரை டம்ளர் தண்ணீர்விட்டு சட்டியை அடுப்பில்வைத்து கஷாயம் நன்றாக கொதித்து அரை டம்ளரானவுடன் இறக்கிவடிகட்டி ஆறியதும் மூன்று பாகங்களாய் அதைச்செய்து மூன்றுவேளை குடித்துவர எவ்வகை சுரமும் குணமாகும்.

குளிக்காய்ச்சல் குணமாக

ஒரு புளியங்கொட்டையின் அளவு மாசிக்காயை உடைத்து சட்டியிலிட்டு நிலவேம்பு இலையை ஒரு கைப்பிடி அளவு அதனுடன் சேர்த்து சட்டியிலிட்டு ஒருடம்ளர் தண்ணீர்விட்டு அடுப்பில் வைத்து நன்றாய் கொதிக்கவிட்டு தினியிருவேளை பருகிவர குளிர் காய்ச்சல் குணமாகும்.

காய்ச்சல், உடற்சோர்வு தளர்ச்சி குணமாக

கண்டங்கத்திரி வேரையும், சுக்கையும் சேர்த்து நீர்விட்டுக்காய்ச்சி கஷாயமாக்கி பருகிவர சுரம் அகன்றுவிடும்.

கடையில் விற்கும் குங்குமத்தை வாங்கி நெற்றியிலிட்டுக் கொண்டதால் ஏற்பட்ட புண், நிறமாற்றங்கள் குணமாக

வெள்ளை மிளகு, கார்போச அரிசியையும் சம அளவாய் எடுத்து பொடித்து தேங்காய்ப்பாலிலோ அல்லது பசுவின் மூத்திரத்திலோ குழைத்து பூசிவர குணமாகும்.

பெண்கள் நெற்றியிலிட்டுக்கொள்ள நல்ல குங்குமம் தயாரிக்கும் முறை

ஒரு பாத்திரத்தில் 350 கிராம் மஞ்சளை சிறிய துண்டுகளாய் நறுக்கிப்போடவும். படிகாரம் 35 கிராம், வெங்காயம் 35 கிராம் பொடித்து தூளாக்கி எலுமிச்சம்பழச்சாறு 450 மி.கிராம் எடுத்து அதில் கலந்து கொள்ளவும். அத்துடன் மஞ்சளை கலந்து 3 நாள் நிழலிலேயே வைத்து உலர்த்தவும். அதை பின் நன்றாய் இடித்துப் பொடித்து சிறிது நெய் அல்லது நல்லெண்ணெயையோ தேங்காய் எண்ணெயையோ சேர்த்து பிசறிக் கொள்ளவும். இதுவே சிறந்த குங்குமம்.

இன்னும் சிறப்பான குங்குமம் வேண்டுமானால் 2 கிராம் குங்குமப்பூ 1/2 கிராம் கஸ்தூரி ஒரு கிராம் பச்சைக்கற்பூரம் இவைகளைப் பள்ளீர்விட்டு அரைத்து முன் தயாரித்த குங்குமத்துடன் கலந்துகொள்ளவும்.

தேள்கொட்டுவிஷம் அகல

தேள்கொட்டிய கடிவாயிலில் சுக்கை விழுதாய் அரைத்து தடவி குடுகொட்டிட தேள் விஷம் இறங்கும்.

இரத்தம் சுத்தி அடைவதோடு மனமும் சுவையும் பெறவழி

700 கிராம் ரோஜா இதழ்களையும் 500 கிராம் கற்கண்டையும், மர உலக்கையால் நைய இடித்து 70 கிராம் தேன்விட்டு 35 கிராம் குங்குமப்பூவை தூள் செய்து தூவி கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்திய குல்கந்தை காலை மாலை தின்றுவர இரத்தம் சுத்தியடையும்.

புஷ்பவதியாகாத பெண்கள் புஷ்வதியாக

மூன்று செம்பருத்தி பூக்களை நெய்யில் வறுத்து மென்றுதின்றுவர ரத்தப்போக்கு உடன் நிற்கும். புஷ்பவதியாகாத பெண்கள் உண்டிட புஷ்வதியாவர்.

தாது விருத்தியாக

இளநீருடன் தேன் கலந்து அருந்திவர தாது விருத்தியாகும்.

உடல் உறவில் உணர்ச்சிக்குன்றியவர்கள் உறவில் நல்ல நிறைவும், உணர்ச்சியும் பெற்று நன்மக்கட்பேறு உண்டாக

தேவையான அளவு கசகசாவையும் 4 பாதாம் பருப்பையும் நீரில் ஊறவைத்து மேலத்தோல் போக்கி ஹம்போல் அரைத்து, ஆழாக்கு காய்ச்சிய ஆவின்பாவில் கற்கண்டையும் பொடித்துக்கலந்து காலை மட்டும் 48 நாட்கள் தொடர்ந்து தினமொருவேளை பருகிவர மேற்சொன்னபடி உடலுறவில் நல்ல நிர்வாகம் அடைவர்.

உடலுறவு பலப்பட தாதுவிருத்தியாக அதி அற்புத லேகியம்

கற்கண்டு, கசகசா, வால் மிளகு, பாதாம் பருப்பு சம அளவாய் எடுத்து இடித்து போதுமான அளவு தேனைக்கலந்து அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயால் எரித்து இலேகிய பதமாய்க் கிண்டி இறக்கவும். சூடாறியதும் கண்ணாடிசீசாவில் பத்திரப்படுத்திவைத்துக்கொள்ளவும். இதில் சுண்டைக்காயளவு தினமிரு வேளை காலை இரவு என உண்டு பசும்பால் அருந்திவர, தாதுவிருத்தியாகி உடலுறவு பலப்படும்.

சர்க்கரை நோய் குணமாக

அருகம்பல், சீந்தில்க்கொடி, நாவல்கொட்டை, நாவல் இலை, நாவல் மரப்பட்டை, கடலாஞ்சிப்பட்டை, கருவேப்பிலை, ஆவாரைப்பூ, இலை, காய்,

வேர்ப்பட்டை, அத்திக்காய், கடற் தேங்காய், மரமஞ்சள், வல்லாரை, குரோசாணி, ஒமம், பொடுதலை, நெல்லி வற்றல், மதனகாமபூ, கீழாநெல்லி, பருத்தி, வெந்தயம், எள், தேற்றான் விதை, சிறுநாகப்பூ, ஆலம் விழுது, சர்க்கரைக்கொல்லி எனும் சிறுகுறிஞ்சான், வேம்பின் இலை, பூ, காய், வேர் மருதம்பட்டை, சங்கம், வேர், சந்தனம், பாதிரிவேர், கடுக்காய், தான்றிக்கால், கட்டுக்கொடி, நீர்முள்ளி இலைகளை நிறுற்பாடமாய் உலர்த்தி, இடித்து, பொடித்து சலித்துகண்ணாடி சீசாவில் இச்சூரணப் பொடியை பத்திரப் படுத்தவும், தினமிருவேளை காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வீதம் உண்டுவர நீரிழிவு எனும் சர்க்கரை நோய் அகலும்.

வயிற்றுவலி, வயிற்றில் ரணம், குன்மம், குடல் வாய்வு, அடிக்கடி மலம் போதல், சீதபேதி, மூலம், மூத்திறைத்தடை, மேகநீர் வியாதிகளை குணமாக்கும் ஆற்றல் மிகு மருந்து

ஒரு பெரிய கண்ணாடி சீசாவில் 15 கிராம் சய்ஜா விதையைப் போட்டு அதில் 75 கிராம் கற்கண்டு தூளையும் திட்டமாக நீரையும் கலந்து குலுக்கி வைத்துவிடவும். மூன்றுமணி நேரம் ஊறவிடவும். பின்பு 100 மில்லி அதிலிருந்து எடுத்துஅதில் 100 மில்லி காய்ச்சிய பசும்பாலைக் கலந்து அதனுடன் 15 கிராம் அளவு கசகசாவை அரைத்துச் சேர்த்து கலந்து பருகவும். இவ்விதம் காலை மாலை என தினமிருவேளை பத்துநாட்கள் உண்டுவர மேற்சொன்ன நோய்கள் யாவும் குணமாகிவிடும்.

காலரா நோய் குணமாக

10 கிராம் வசம்பை இடித்து 100 மில்லி வெந்நீரில் ஊறவைத்து வடிகட்டி 1/4 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை அருந்திவர காலரா குணமாகி பேதி நிற்கும்.

மூலத்தில் இரத்தம் விழுதல் நிற்க

மாதுளந் தோலைச் சுட்டு பொடியாக்கித் தண்ணீரில் கலந்து ஆசனவாயைக் கழுவிவர மூலத்தில் இரத்தம் விழுவது நின்றுபோகும்.

வயிற்றுவலியுடன் அடிக்கடி வெளிக் குப்போவது நிற்க

மாதுளந்தோலைச் சுட்டுக்கரியாக்கிய பொடியை கோதுமைச் சாதத்துடன் கலந்து உண்டுவர வயிற்றுவலியுடன் அடிக்கடி வெளிக் குப்போவது நிற்கும்.

மலட்டுத்தன்மை அகல

தினமும் 48 நாட்கள் ஒரு மாதமும் பழத்தை உண்டுபண்ணி நடுத்தரமாக அகலும்.

நளிர்வாத நோய்கள், நரம்புச்சிலந்தி, கபவாத நோய்கள், கன்னிநோகம் இவைகளை குணமாக்கும் இனையற்ற மருந்து

இரணகள்ளி இலையை இடித்து 4 மிளகு, மூன்று சிட்டிகை சீரகம்சேர்த்து மண்சட்டியிலிட்டு 400 மில்லி நீர்விட்டுக் காய்ச்சி 200 மில்லியாய்ச்சி கண்டவைத்து இறக்கி ஆறவைத்து காலை மாலை 100 மில்லி அளவு குடித்துவர மேற்சொன்ன நோய்களனைத்தும் குணமாகும்.

நரைத்த தலைமுடி கருப்பாக

காம்போடு கூடிய மருதாணி இலையையும் அலுரி இலையையும் சேர்த்து இடித்து எண்ணெய்விட்டுக்காய்ச்சி வடிகட்டித் தைலமாக தலைமுடிக்குப் பூசிவா முடி நன்கு கறுத்துவிடும்.

மூலநோய் ஆறாத புண்கள், நரம்பு சிலந்தி பவுந்திரம், கண்டமாலை, விஷக்கடி, பாண்கு, பீனிசம், சுவாசகாசம், மாற்புவலி அகற்றும் மாமருந்து

கண்டங்கத்திரியுடன் பெய்பீர்க்கு, வேம்பம்பட்டை, வட்டத்திருப்பி, மாமஞ்சள், ஆடாதொடை, சிறுவழுதளை இவைகளை 350 கிராம் எடுத்து இடித்து தண்ணீர்விட்டுச் சுண்டக்காய்ச்சி இதனுடன் திப்பிலி மூலம், கொடுவேலி வேர், செவியம், கோஷ்டம், மிளகு, அதிவிடையம், இந்துப்பு, வட்டத்திருப்பி, வாய்விளங்கம், தேவதாரம், ஓமம், மஞ்சள், அரத்தை, யானைத்திப்பிலி, சீரகம், மஞ்சீட்டி, வாலுமுலை, பூதகரப்பான், குடசம் பாலை, எவச்சாரம் இவைகளை மகைக்கு 10 கிராம் எடுத்துக்கொள்ளவும். இதனுடன் கத்தி செய்த கக்கு 500 கிராம் கலந்து அனைத்தையும் அரைத்து நன்றாய்க்கலக்கி காய்ச்சி மெழுகு பந்தில் எடுத்துவைத்துக்கொள்ளவும். இது வீரியம் செறிந்த மருந்தாகும்.

இதில் தினசரி சிறிது எடுத்து உண்டுவர மேற்சொன்ன நோய்களனைத்தும் குணமாகும்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வாந்தி இருமல், களை, காய்ச்சல், வயிற்றில் காணும் கணைக்குடு வலிகள் குணமாக

வசம்பையும், அதிமதுரத்தையும் தனித்தனியே வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து இடித்து ஒரு செம்பு நீர்விட்டுக் காய்ச்சி வடிக்கடி வேளைக்கு ஒரு சங்கு அளவு தினமிருவேளை காலை மாலை குழந்தைக்குப் புகட்டிவர மேற்சொன்ன நோய்களனைத்தும் அகல்கிறது.

மங்கையரின் மலட்டுத்தன்மை அகல்

மங்கையரின் மலட்டுத்தன்மையை அகற்றிட முக்கனிகளுள் ஒன்றாகிய மாங்கனியைத் தினமும் ஒன்று வீதம் தொடர்ந்து 48 தினங்கள் உண்டுவர மலடு நீங்கி சுரப்பமுறுவர்.

நிரிழிவு நோய்கல்

மாங்கொட்டையிலுள்ள பருப்பை உடைத்து எடுத்து பசும்பாலுடன் அரைத்து 3 தினம் பருகிவர நிரிழிவு சுட்டுப்படும்.

குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கணைச்சூடு குணமாக

100 செம்பரத்தன் பூக்களை இரண்டரை லிட்டர் தண்ணீர்விட்டு ஒரு லிட்டர் அளவு கண்டக்காய்ச்சி வடிக்கடி அதில் 1400 கிராம் கலக்கண்டை பொடித்து சேர்த்துக்கலந்து சர்பத்தாகச் செய்து கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும் இதில் ஒரு ஸ்பூன் அளவு எடுத்து குழந்தைகளுக்கு காலை மாலை பாலுடன் கலந்துகொடுத்து வரவும். இப்படி தொடர்ந்து 40 நாட்கள் புகட்டிவர கணைச்சூடு அகலும்.

சூய ரோக நோய் குணமாக

சூய ரோக நோயினர் நாளைக்கு ஆறு பூக்கள் வீதம் அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் மூன்று மாதங்கள் தொடர்ந்து தின்றவர சூய ரோக கிருமிகள் அழிந்து நோய் குணமாகும்.

கல்லீரல், இதயம், ரிக்கெட்ஸ் எனும் எலும்புருக்கி நோய்களும் அகலும். ஆனால், தொடர்ந்து உண்டுவருவது அவசியம்.

எவ்வித இரத்தப்போக்கும் நிற்க

செம்பருத்திப்பூ, தாமரைக்கிழங்கு, வெள்ளரித்தோல் மூன்றையும் சூரணித்து பொடியாக்கி 5 கிராம் தினமும் உண்டுவர (இருவேளை) எவ்வித ரத்தப்போக்கும் நிற்கும்.

பெண்களுக்கு ஏற்படும் மாதவிடாய் இரத்தப்போக்கு நிற்க

நான்கைந்து செம்பரத்தன் பூக்களை நெய்யில் வறுத்து தின்றுவர அதிக அளவிலான இரத்தப்போக்கு நின்று மாதவிடாயை ஒழுங்குபடுத்தும்.

கண்ணின் சிவப்பு அரிப்பு

காதில் சீழ்வடிதம் குணமாக

நாயுருவி வேளை கஷாயம் வைத்து 1 டம்ளர் தினமிருவேளை காலை மாலை 10 நாள் பருகிவர மேற்சொன்ன நோய்கள் அகலும்.

பல் தொடர்பான அனைத்து நோய்களும் குணமாக

நாயுருவிச் செடியையும், காகக்கட்டியையும் சேர்த்து அரைத்து அத்தண்ணீரினால் வாயைக் கொப்பளித்துவர பல் தொடர்பான அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

சிலந்திக்கடி, தேள்கடி விஷமகல

நாயுருவிச் செடியின் சாற்றைப் பிழிந்து கடிதடத்தில் தேய்த்தால் தானாய் விஷயிறங்கிவிடும்.

வாந்தி பேதி குணமாக

மாதுளம் பழத்தை தோலுடன் உரலில் போட்டு இடித்து ரசத்தை மிளகு பொடித்துபோட்டு கலந்து அருந்திட வாந்திபேதி குணமாகும்.

கிறந்தி நோய்கள், செம்மேகப்படை, கருமேகப்படை, மேகநீர் ஊறல்படை, ஆரம்பக்குஷ்டம், சுருமநோய் அனைத்தையும் குணமாகும் எண்ணெய்:

இரணகள்ளி இலை, தண்டு, வேர் அனைத்துப் பாகங்களையும் பிடுங்கி வந்து இடித்து 500 மில்லி சாறெடுத்து இதனுடன் 400 மில்லி தேங்காய் எண்ணெயைச் சேர்த்துக் கலக்கவும். கஸ்தூரி மஞ்சள் 10 கிராம், நீராடி முத்து 70 கிராம், கள்போக அரிசி 30 கிராம், கப்பு மஞ்சள் 40 கிராம், கசகசா 5 கிராம் இவைகள் எல்லாவற்றையும் சேர்த்து இடித்து எண்ணெயில் போட்டு அந்த சாற்றையும் அதில் ஊற்றி காய்ச்சவும், எண்ணெய் பதமானதும் இறக்கிவிடவும்.

ஆறினதும் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இந்த எண்ணெயை தலைமுதல் கால் வரை உடம்பெங்கும் பூசி நன்றாய் 1/2 மணிநேரம் ஊறவிட்டு உலர்த்த மின் சீயக்காய் தேய்த்துக்குளிக்கவும், உடம்பிலுள்ள அனைத்து சரும நோயும் குரியனைக் கண்ட பனிபோல் அகலும்.

புற்றுநோய் குணமாக

புற்று நோய்களில் பல வகைகள் உண்டு. அவற்றுள் இரைப்பைப் புற்று, தொண்டைப்புற்று, மலக்குடல் புற்று இம்மூலகை புற்றுநோய்களையும் அறவே குணப்படுத்தும் ஆற்றல் 'மெக்ஸிகன் களி' என்றழைக்கப்படும் சப்போட்டா பழத்திற்கு உண்டு. அன்றாடம் அதிகாலை வேளையில் ஒரு சப்போட்டாப்பழத்தை உண்ணும் வழக்கத்தை கடைப்பிடிப்போருக்கு எவ்வகை புற்றுநோயும் வருவதில்லை. மூலநோயையும் முற்றிலும் முழுவதுமாய் குணப்படுத்தும் வல்லமை இச்சப்போட்டா பழத்திற்கு உண்டு. 'கார்சினோமா' என்றழைக்கப்படும் புற்றுநோயை குணப்படுத்தும் அதி அற்புத ஆற்றல் சப்போட்டா பழத்திற்கு உண்டு.

மூட்டுவலிகள் குணமாக

அன்றாடம் அதிகாலை வெறும் வயிற்றில் எலுபிச்சம்பழத்தின் சாற்றுடன் நன்னாரி வேரைத் தூள் செய்து 1/2 தேக்கரண்டி அளவு வீதம்தொடர்ந்து அருந்திவர மூட்டுவலிகள் குணமாகும். மேலும் இரத்தபேதி, சீதபேதி, பித்தப்பையில் கல்லடைப்பு, நாவறட்சி, கரப்பான் முதலான நோய்களும் குணமாகும்.

இரத்த அழுத்த நோய் குணமாக

அதிமதுரம், அழுக்கராவேர், நிலப்பனைக்கிழங்கு, கக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நெல்லி வற்றல், தாளி சபத்திரி, கோஷ்டம், சாதிபத்திரி, நன்னாரிவேர், தூதுவேளைப் பூ, கசகசா, சிறுநாகப்பூ, ஏலம் எனும் இந்த பதினைந்து வகை நாட்டுமருந்து கடைச்சாமான்களையும் சம அளவாய் எடுத்து இடித்துப்பொடித்து சல்லடைமில் சலித்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயாய் எரிக்கவும் இளம் வறுப்பாக வறுக்கும்போதே நெய், சீனி இவைகளை சம அளவாய்ச் சேர்த்து லேகிய பதமானவுடன் சட்டியை

இறக்கி குடாறியதும் கண்ணாடி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். திண்டிபுர வேளை காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வீதம் உண்டுவர இரத்த அழுத்த புழாய் குணமாகும்.

நூறு செம்பருத்திப் பூவுடன் மாதுளம் பழத்தை சம அளவாய் எடுத்து இடித்து சர்க்கரை சேர்த்து காய்ச்சி சர்பத் போல் செய்து தினமிறுவேளை காலை மாலை அருந்திவர இரத்த அழுத்த நோய் அகலும்.

நூறுகிராம் வெண்தாமரைப் பூவை எடுத்து நிறுவிலுலர்த்தி அதனுடன் 30 கிராம் அன்னாசிப் பழத்தையும், 30 கிராம் ஆமியதூரம், 20 கிராம் ஏலத்தையும் சேர்த்து வெதுவெதுப்பான கொதிக்கும் வெந்நீரில் போட்டு ஊறவைத்து அடுப்பிலேற்றி காய்ச்சி இறக்கவும். குடாறியதும் காலை, மாலை இரவேளை அருந்திவர இரத்த அழுத்த நோய் அகலும்.

குப்பைமேனி இலையை ஒரு கைப்பிடி அளவு வீதம் எடுத்துக்கொள்ளவும். அதை நன்றாய்க் கசக்கி உருண்டைகளாய் இரண்டு பெரிய உருண்டையாக பிடித்துக்கொள்ளவும். இரண்டு அக்குளிலும் பக்கத்திற்கு ஒரு உருண்டைவீதம் அடக்கிவைத்துக்கொள்ளவும். 1/2 மணி நேரம் கக்கத்தில் அடக்கிக்கொண்டு ஓய்வெடுத்தால் உடலினில் உருவாகும் ஒருவகை படபடப்பு அகல்வதோடு இரத்த அழுத்தம் சமன்படும்.

தசைவாத நோய் (Muscular dystrophy)

குணமாகும் திராட்சை ரசம்

திராட்சைப் பழத்தில் மூலகை உண்டு. பன்னீர் திராட்சை, பச்சை திராட்சை, கருப்புத்திராட்சை இம்மூலகையுள் கருப்புத்திராட்சையே நோயகற்றும் அற்புத மருத்துவ பயன்களைக் கொண்டது. காலை உணவில் ஆட்டின் கல்லீரலை சமைத்து உண்டும், மாலையில் அன்றாடம் 2 பம்ளர் அளவு திராட்சைச்சாறும், அருந்தி வருவோருக்கு இதிலுள்ள அதி உயர்ந்த ஊட்டச்சத்து அவ்வளவும் இரத்தமாக அப்படியே மாறி பெண்களின் இரத்த சோகை நோயை அகற்றி விடுகிறது. முதுமை வராமல் இளமையோடு இருக்க விரும்புவர்கள் எவராயினும் சரி தினசரி திராட்சை ரசம் பருகும் பழக்கத்தை உண்டாக்கிக்கொள்வது அவசியம். ஆரோக்கிய வாழ்வின் அடிச்சுவற்றில் அடியெடுத்துவைத்து உடல்

ஆரோக்கியத்துடன் இவ்வுலகில் வாழ விரும்பும் ஒவ்வொருவரும் எல்லா நோய்களுக்கும் ஆதிகாரணமாய் விளங்கும் மலச்சிக்கலைவிரட்டிட திராட்சை ரசம் உறுதுணை புரிகிறது. தசைவாத நோய் வராமல் தடுக்கிறது. குடல் நோய்கள், வாயில், நாக்கில் ஏற்படும் புண்களை ஆற்றுகிறது. குடல் நோய்கள், பித்தமயக்கம், உடல் வறட்சி, உடல் நடுக்கத்தை அகற்றி உடலுக்கு சக்தியூட்டும்

பல நோய்கள் அகற்றிடும் குங்குமப்பூ

குங்குமப்பூ பல நோய்களை குணப்படுத்தும் அதி அற்புத ஆற்றலுடையது. முதன்முதலில் ஐரோப்பாவிலிருந்தே குங்குமப்பூ விளைந்து இந்தியாவிற்கு குறிப்பாக வட இந்தியாவிலுள்ள ஜம்மு - காஷ்மீருக்கு அறிமுகமாகி அங்கு பள்ளத்தாக்குகளில் செறிந்து வளர்ந்துவருகிறது. குங்குமப்பூவிற்கு பீடாகரோட்டின் (BETA CAROTINE) எனும் வைட்டமின் ஏ ஊட்டச்சத்தை உற்பத்தி செய்யும் ஆற்றல் உண்டு. இச்சத்து கண்களுக்கு அத்தியாவசியமாய் கண்ணின் தீட்சண்மயமான பார்வைக்குத் தேவைப்படுகிறது.

ஆதலின் அன்றாடம் இரவில் 'வெதுவெதுப்பான பாலில் குங்குமப்பூவைப் போட்டு கலந்து அருந்துவோர்கள் கண்களில் கண்ணாடி அணிய அவசியமில்லை. குங்குமப்பூவின் இதழ்கள் அல்ல அந்தப்பூவின் நடுவிலுள்ள குல்முடியே மருந்துக்குப் பயன்படும் அரிய மருத்துவக்குணங்கள் எண்ணில் அடங்காதவை. தங்கத்திற்கு நிகரானது குங்குமப்பூ. ஸ்பெயின் நாட்டினர் விசேஷ விழாக் காலங்களில் குங்குமப்பூவுடன் அரிசியை சேர்த்து சமைத்தும் மீன், ரொட்டி, உணவு வகைகளில் பயன்படுத்திவரும் வழக்கத்தை ஒரு பெருமையாகக் கருதி உண்டுவருகின்றனர்.

ஒரு பவுண்டு எடையுள்ள குங்குமப்பூவை தயாரிப்பதற்கு ஏறத்தாழ இரண்டு லட்சத்து இருபத்து ஐந்தாயிரம் முதல் ஐந்து லட்சம் வரை குல்முடி தேவைப்படுகிறது. இதை முழுவதுமாய் எடுப்பதற்கு 75 ஆயிரம் முதல் ஒரு லட்சம் பூ வரை தேவைப்படுகிறது. ஒரு கிலோ தரமான குங்குமப்பூவின் விலை ரூ.17.009 ஆகும். குங்குமப்பூ தங்கத்திற்கு சமமாய் கருதப்பட்டு வருகிறது.

வாதநோய்கள் அகல

இரண்டு கைப்பிடி அளவு முடக்கத்தான் கீரையை எடுத்துக்கொண்டு அதை சிறிய துண்டுகளாய் நறுக்கி வைத்துக்கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு நீரை

ஊற்றிலேகவைத்து வடித்த நீரை இஞ்சி, சீரகம், பூண்டு, நெய், மிளகு இவைகளைத் தட்டிப்போட்டு தாளித்து பூப்போல செய்து காலை, பகல், மாலை 1 டம்ளர் அளவு அருந்திவர மூட்டு அழல்வாத நோய்கள், கீல்வாத நோய்கள் முதலியன குணமாகும்.

வாத நோய்களைக்குணமாக்கும் வஞ்சமுண்ட கீரை

வருடத்திற்கு 3முறை வஞ்சமுண்ட கீரையை பருப்படன் சமைத்து உண்ணவும், உடன் பேதியாகி உடலிலுள்ள விஷநீர்கள் அந்தனையும் வெளியாகும். இதனால் மூட்டுவுலிகள் அகலும். வாத நோய் குணமாகும். தொடர்ந்து 2 நாள் உண்டால் போதும்.

விக்கல் நிற்க

10 கிராம் வில்லவேர், 10 கிராம் நெற்பொரி, 14 கிராம் சந்தனம் இவைகளை எடுத்துக்கொள்ளவும், 250 மி. லிட்டர் நீரில்போட்டு அடுப்பிலேற்றி அது 100 மி.லி. ஆக சுண்டக்காய்ச்சவும் இக்கஷாயத்தை தினமிருவேளை காலை மாலை என பருகிவர மூன்றே நாட்களில் விக்கல் நிற்கும்.

திமரென உண்டாகும் விக்கல் அகல

விராஸி மஞ்சளை நெருப்பில்கட்டு புகைபிடித்தால் திமரென உண்டாகும் விக்கல் அகலும்.

வெட்டை நோய் அகல

சீரகம், வெந்தயம் இவ்விரண்டையும் சம அளவாய் எடுத்துக்கொள்ளவும், அம்மியில் வைத்து மைபோல் அரைக்கவும் இந்த அரைத்த கலைவையைக் கொட்டைப்பாக்கின் அளவு பசுவின் பாலில் கலந்து புளியையும் போகத்தையும் அறவே விலக்கி உண்டிட வெட்டை நோய் குணமாகும்.

சிறுநீர் எரிச்சல் குணமாக

வெண்டைக்காயின் விதைகளை பார்லிக் கஞ்சிபோல் வைத்து மூன்று நாட்கள் ஒரு டம்ளர் வீதம் குடிக்கவும். சிறுநீர் எரிச்சல் குணமாகும்.

கரிமரிஸல் குணமாக

நாட்டுக் காட்டாமணக்கின் இலையை அரைத்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

அதற்குச்சரிபாதி எருமை வெண்ணெயை எடுத்து இரண்டையும்
சேர்த்துக்குழைக்கவும். தினமிருவேளை காலை மாலை கொட்டைப்பாக்கின்
அளவு மூன்று நாட்கள் உண்டுவர காமாலை நோய் குணமாகும்.

கொசு கடிக்காமல் இருக்க

வேப்பிலையையும் மஞ்சளையும் சேர்த்து அரைத்து இலேசாக உடலில்
தடவிக் கொண்டு படுத்தால் கொசு கடிக்காது.

சிரங்கு அகல

குப்பைமேனி இலை, கரப்பான் இலை இவ்விரண்டுடன் மிளகை சிறிதளவு
சேர்த்து அரைக்கவும். தேங்காய் எண்ணெயில் கலக்கி கொதிக்கவைத்து
ஆறியபின் சிரங்கு உள்ள இடங்களில் தடவிட சிரங்குகள் சருகுபோல்
உதிர்ந்துபோகும்.





<https://telegram.me/tamilbooksworld>

டாக்டர் லார்ட்வின் லாரன்ஸ்
கடந்த 25 ஆண்டுகளில்
ஏராளமான நோயாளிகளை,
நீண்டகால நோய்களை
குணப்படுத்தியுள்ளார்.
அனைவரும் பயன்பெறும்
பொருட்டு பல மருத்துவ
நூல்களை மிகவும் எளிய
முறையில் எழுதியுள்ளார்.

- எஸ்.ஏ.பெருமாள்