

## तुळस :



तुळस ही चवीस तिखट, पचल्यानंतरही तिखट, उष्ण, हलकी, कोरडी, तीक्ष्ण, शरीरातील प्रत्येक कणापर्यंत तात्काळ पोहोचणारी असते. तुळशीच्या औषधासाठी विशेषतः रसाच्या रुपात वापर करावयाचा असेल तेव्हा ताजीच पाने वापरावीत व ही पाने तुळशीला मंजिऱ्या येण्याअगोदर घ्यावीत. कारण मंजिऱ्या येण्याअगोदर पानांमध्ये गुणांची तीव्रता अधिक असते.

तुळशीचे बी तिच्या मंजिऱ्यांमध्ये असते. मंजिऱ्या काळ्या स्निग्ध, चमकदार होऊन आपोआप गळायला लागतात. तेव्हा गोळा कराव्यात. हे बीज बल देणारे व मूत्रप्रवृत्ती वाढविणारे असते.

ताप आल्यास तुळशीची ३०-४० पाने व ३-४ काळी मिरी ४ तांबे पाण्यात उकळून १ तांब्या उरवून रात्री गरम प्यायल्यास घाम येऊन ताप उतरतो. उचकी लागल्यास एक चमचा तुळशीच्या रसात तेवढाच मध घेऊन चाटल्यास उचकी थांबते.

खोकल्यातून कफ पडतांना त्रास होत असल्यास दिवसातून ४-५ वेळा एक-एक चमचा तुळस रस घेतल्यास कफ सुटतो. नायट्यासारख्या रोगात व कीटक दंशावर तुळशीचा पानांचा रस उपयोगी पडतो. पोटांमध्ये वायू झाल्यास तुळशीचा रस तुपाबरोबर घ्यावा. ज्यांना भूक लागत नाही त्यांनी सकाळी तुळशीचा एक चमचा रस साखरेबरोबर घेतल्यास सात दिवसांत फरक जाणवतो.

या झाडाची पाने आणि बिया औषधी आहेत. पानांपासून काढलेल्या तेलात जीवाणू व कीटाणू नष्ट करण्याचा गुणधर्म आहे. पानांचा काढा किंवा रस फुफ्फूसाच्या नळ्या सुजण्यावर, पडशावर, पचनाच्या विकारात उपयोगी आहे. ते त्वचारोगावर व नायट्याच्या जागी लावण्यात येते. पानाच्या रसाचे थेंब कर्णशूल थांबविण्यासाठी कानात टाकण्यात येतात. पानांचा काढा घरगुती उपाय म्हणून सर्दी

पडशासाठी नेहमी वापरण्यात येतो. बिया मूत्र उत्सर्जन संस्थेच्या रोगावर उपयोगी आहेत. मलेरियाच्या ज्वरात घाम येण्यासाठी तुळशीच्या मुळांचा काढा देण्यात येतो.