



நுத்து சித்த வைத்தியம்*

டாக்டர் கே.ஏ. சிதம்பர காங்கேயன்



நமது சித்த வைத்தியம்

டாக்டர் கே.ஏ. சிதம்பர காங்கேயன்



நியூ செஞ்சரி புக ஹவுஸ் (பி) லிட்

41-B, சிட்கோ இண்டஸ்டிரியல் எஸ்டேட்,
அம்பத்தூர், சென்னை- 600 098.

☎: 26359906, 26251968

Language : Tamil

Namadhu Siddha Vaithiyam

Author : **Dr.K.A. Chidambara Kangayan**

First Edition : October, 2010

Copyright : Publisher

No. of pages : viii + 118 = 126

Typesetting : Maasanamuthu
Publisher

New Century Book House Pvt. Ltd.

Chennai - 600 098.

Tamilnadu State, India.

Email : ncbhbook@yahoo.co.in

ISBN: 978-81-234-1694-6

Code No. A2079

Rs.50.00

Branches

Chennai 044-2852 8351, 044-26359906, 044-24404873
Trichy 0431-2700885 Madurai 0452-2344106, 2350271
Tirunelveli 0462-2323990 Coimbatore 0422-2380554
Salem 0427-2450817 Vellore 0416-2234495 Tanjore 04362-
231371 Pondicherry 0413-2357403 Hosur 04344-245726 Ooty
0423-2441743.

நமது சித்த வைத்தியம்

ஆசிரியர் : டாக்டர் கே.ஏ. சிதம்பர காங்கேயன்

முதல் பதிப்பு: அக்டோபர், 2010

வெளியீடு: நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிமிடெட்

பச்சிலைப் பள்ளி அல்லிப்பளையை பிறப்பிடமாகவும்
கொழும்பை வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட

எங்கள் அன்னை

அமரர் கந்தசாமி நாடகஸ்வரீ

மண்ணில்

விண்ணில்

26

29

07

01

1946



2013

**அவர்களின் 31ம் நாள்
நினைவாக
இன் நூலை
சுமர்ப்பிக்கின்றோம்**

**இங்கனம்
குடும்பத்தினர்**

பதிப்புரை

நலமிக்க உடலில்தான் ஆரோக்கியமான ஆளுமை உறையும். அத்தகு நலமிக்க உடலுக்கு இன்றியமையாதது பாதுகாப்பான உணவு முறையே. அந்த உணவுமுறை மீறப்படும்போதுதான், நம் உடலில் ஏராளமான நோய்கள் தோன்றுகின்றன. அவ்வாறு நோய்கள் தோன்றும்போது, அவற்றின் அறிகுறிகளைப் புரிந்து, இயற்கையான உணவுவகை முறையிலேயே மருத்துவம் செய்துகொள்ள உதவும் முறையே சித்த மருத்துவ முறை.

சித்த மருத்துவ முறைப்படி, பல நோய்களை, மருத்துவரின் உதவியின்றி நாமே தீர்த்துக்கொள்ள முடியும். அந்த வகையில் அடிப்படையான சித்த மருத்துவத் தகவல்களைத் தொகுத்தளித்திருக்கிறார் நூலாசிரியர் டாக்டர் கே.ஏ. சிதம்பர காங்கேயன்.

இல்லம் தோறும் இருக்கவேண்டிய இன்றியமையாத நூல் இது.

-பதிப்பகத்தார்

தேவ.ஜோதி ஜெகராஜன் இ.ஆ.ப.,
அரசுச் செயலாளர்



பொது மற்றும் மறுவாழ்வுத் துறை,
தலைமைச் செயலகம், சென்னை - 9

அணிந்துரை

சித்த வைத்திய முறைகளில் ஆழ்ந்த அனுபவமும், புகழும் பெற்றுள்ள டாக்டர் கே.ஏ.சிதம்பரகாங்கேயன் அவர்கள் தமது சீரிய முயற்சியின் காரணமாக நமது சித்த வைத்தியம் என்ற இந்நூலை இயற்றியுள்ளார்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் தம் வாழ்வில் ஒவ்வொரு நாளும் எதிர்கொள்ளும் பல்வேறு விதமான பிரச்சினைகளுக்கும் தீர்வு காணக்கூடிய வகையிலே இந்நூல் அமையப் பெற்றுள்ளது இங்குக் குறிப்பிடப்பட வேண்டிய ஒன்றாகும். மேலும், அன்றாட வாழ்வில் நம்மோடு இணைந்து காணப்படும் பொருட்களான நீர், பால், கடைச் சரக்குகள், மூலிகைகள், உணவுப் பொருட்களை மிகவும் துல்லியமாக ஆராய்ந்து தனது கருத்துகளைத் தெளிவாக எடுத்துக் கூறியுள்ளார். அதேபோல், நோய்களைப் பற்றி மிகவும் விவரமாக அதன் தன்மைகளையும், அதற்கான வைத்திய முறைகளையும் தனக்கே உரிய பாணியில் எடுத்துக் கூறியிருப்பது மிகவும் பாராட்டப்பட வேண்டியதாகும்.

வைத்தியத்தின் முன்னேற்றத்திற்கும் கற்காலத்திய வைத்தியப் பயிற்சிக்கும் ஆதிகாலத்திலிருந்து தொன்றுதொட்டு வந்த பூர்வ முறைகள் தகுந்த ஆதாரமாகும் என்று ஆசிரியர் ஓர் இடத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளதும், அதேபோல் இறந்த காலத்தின் நோக்கம் எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு நீள்கிறதோ அவ்வளவிற்கும்

எதிர்காலத்திய நோக்கம் விளக்கமாகப் புலப்படும் என்று குறிப்பிட்டுள்ளதும் ஆசிரியரின் அனுபவத்தேர்ச்சியை எடுத்து இயம்புகிறது.

நமக்குள்ள ஆன்ம சக்தியை விருத்தி செய்யாத வரையிலும் நாம் முழுவதையும் அடைந்துவிட்டோமென நினைக்கக் கூடாது என்றும், திறமை வாய்ந்த வைத்தியர்கள் தங்களுடைய மேன்மை பெற்ற அறிவுத் தேர்ச்சியையும், அனுபவத்தையும் வெளியில் காட்டிக் கொள்ளாமல் இரகசியமாய் வைத்தமையும் சித்த வைத்தியம் சீணித்துப் போனதற்குக் காரணங்களாகும் என்று ஆசிரியர் சுட்டிக் காட்டியிருப்பது அவரது மன நிலையை எடுத்து இயம்பும் வகையில் அமைந்துள்ளது.

கிணற்று நீர் சுத்தமான நீராக இருந்தாலும் மாசுபட்டு இருக்கும். அதற்குத் தகுந்தாற்போல் 'பயன்படுத்தவும்' என்று ஓர் இடத்திலும், அதேபோல் 'அளவுக்கு மீறினால் அமிர்தமும் நஞ்சாக மாறும்' என்று மற்றோர் இடத்திலும் குறிப்பிட்டு உள்ளதைப் பார்க்கும்போது ஆசிரியரின் சமுதாய அக்கறை நன்கு வெளிப்படுகிறது.

மக்களின் உடல் நலனுக்கும், முன்னேற்றத்திற்கும் இந்த நூல் பயன்தரும் என்றும் இதனை அனைவரும் பாதுகாக்க வேண்டிய ஒன்று என்றும் நம்புகிறேன்.

ஆசிரியருக்கு என் மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்.



தேவஜோதி ஜெகராஜன்

பொருளடக்கம்

1. நீரின் வகையும், பயன்பாடுகளும்	1
2. பால் வகைகளும், நமது உடல் நலமும்	6
3. கடைச் சரக்கு (மூலிகை)	12
4. மாமிச உணவும் (அசைவம்), அதன் உபயோகமும்	19
5. பறவைகளின் வகையும், பயன்பாடுகளும்	28
6. முட்டைகள்	33
7. முத்தோஷம்	37
8. சித்த வைத்தியத்தின் தற்கால நிலைமை	41
9. மனித உடம்பில் உள்ள மூடும், திறக்கும் ஐவ்வுகள்	45
11. சுரம் (வாதம், பித்தம், கபம்)	48
12. கர்ம வியாதிகளைப் பற்றிய விதிகள்	73
13. வயிற்றுக் கடுப்பின் குணம்	76
14. வாயுவும், மருந்துகளும்	86
15. குன்ம நோயும், மருந்துகளும்	100
16. வாத நோயும், சித்த மருந்துகளும்	112
17. குஷ்டத்திற்கு போகர் சொன்ன சித்த வைத்தியம்	115

நமது சித்த வைத்தியம்



நீரின் வகையும் பயன்பாடுகளும்

மழை நீர்

மழை நீர் குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் கொண்டதாகும். இரத்தத்தைச் சுத்தம் செய்யும். தாகத்தை அடக்கும். தேகத்துக்கு ஒளி கொடுக்கும். மூலிகைகளைச் சுத்தம் செய்ய உதவும். பித்தவுடம்பின் கொதிப்பை ஆற்றும்.

ஆனால் முந்திப் பெய்த மழை நீரில் பூமியின் குடு கலப்பதால் அதை நீக்கிப் பிந்திப் பெய்யும் நீரைப் பயன்படுத்த வேண்டும். குளிர்ச்சியால் வரும் சுரத்துக்கு உதவாது. துணிகளின் அழுக்கைப் போக்க உதவும்.

பனிக்கட்டி நீர்

பனிக்கட்டிநீர் குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் நிறைந்ததாகும். சுத்த இரத்தம் குறைந்தவுணவாகும். குட்டைப் பற்றிய நோய்களுக்கு உதவும். பித்த மிகுதியினால் வரும் சுரத்தைப் படிய வைக்கும். இரைப்பைக்கும், ஈரலுக்கும் வலிவைக் கொடுக்கும்.

குளிர்ந்த தேகம் உள்ளவர்களுக்கு, குறிப்பாக பற்களுக்கு உதவாது.

பனிக்கட்டி நீரில் கற்கண்டு, வெங்காயம் தேன் கலந்து பருகவும்.

சுத்த நீர்

சுத்தநீரானது இயல்பாகவே குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்புமுள்ளது. சுத்த இரத்தம் தரக்கூடிய குறைந்தவுணவாகும். நீரின் குணமானது பூமிக்கு ஒத்த குணங்களாய்ப் பயன்தரும்.

ஆயினும் நீரை ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்ற வேண்டும். அந்தத் தண்ணீர் எந்த அளவு மிருதுவாயும் மெலிந்தும் தெளிவாயுங் கணங் குறைந்து இருக்கிறதோ அவ்வளவு நற்குணங்கள் உண்டாகி யிருக்கும்.

எனவே எந்தத் தண்ணீராக இருந்தாலும் குடு செய்து திரவம் போல் இருத்திக் கொள்வது நான்கு விதமான சத்துகளினாலுண்டாகும். பற்பல பிணிகளுக்கும் இதையே மருந்து எனவும் பருகலாம். இதனால் எந்தவிதத் தீமையுமில்லை.

சுத்த நீர். நோயுக்கும், உடம்புக்கும் ஔஷதமாகக் கருதி சித்தர்கள் காடுகளிலும், மலைப்பகுதிகளிலும் நீருள்ள பகுதிகளிலும் பருகி பயனடைந்து, நீரின் தன்மைகள் அதனால் ஏற்பட்டுள்ள பலன்களையும் பொன்னேடுகளிலும் பொறித்துள்ளார்கள்.

ஆற்று நீர்

அதிகாலையில் துயில் எழுந்தவுடன் ஆற்று நீரில் ஸ்நானம் செய்வது சருமத்துக்கும் உடல் நலத்துக்கும் உகந்தது.

மேற்குப் பகுதியிலிருந்து கிழக்கு முகமாக எப்போதும் தடைபடாமல் ஓடி வருகிற ஆற்று நீர் தேக சவுக்கியத்துக்கும் ஓர் அமிர்தமாக இருக்கும். இதற்கிடமாக இல்லாத இடங்களில் மேற் சொல்லிய திரவ நீருக்குச் சமமான நீர் வேறு ஒன்றுமில்லை.

பல்வேறு மூலிகைகளுடன் கலந்து வருவதால் பல தீராத நோய்க்கு ஆட்கொண்டவர்களும் ஸ்நானம் செய்யலாம்.

ஊற்று நீர்

சில ஆறுகளில் நீர் வேகமாக ஓடியும் மெதுவாக ஓடியும் அந்த இடங்களின் கீழ்ப்பாகம் நனைந்து மேல் பாகம் பலவிடங்களில் நீர் இல்லாமல் இருக்கும். அந்த இடங்களில் ஊற்று தோண்டினால் அந்த இடத்திலிருந்து நீர் வெளியே வரும். இதுவே ஊற்று நீராகும்.

ஊற்று நீரில் குளிர்ச்சியும் சிலிர்ப்பும் சமமாக இருக்கும். சுத்தமான இரத்தம் உண்டாகும். குறைந்த உணவுமாகும். பித்த மிகுதியினாலுண்டாகும் உஷ்ணத்தையும் குறைக்கும். தாகத்தை அடக்கும். எளிதில் ஜீரணமாகவும் பயன்படும். இரைப்பைக்கு வலிமை கொடுக்கும்.

குட்டு உடம்புள்ளவர்கள் ஊற்று நீரில் சிறிதளவு தேன் கலந்து பருகினால் சிரசு கனமாகாது.

இடத்துக்கு ஏற்றவாறு வடிகட்டவும். தெளிய வைக்கவும். சுத்தமாக இருந்தால் அதிகாலையில் தேவையான அளவு பருகலாம். மலம் பிரியும். மூலச் சூடுத் தணியும்.

கிணற்று நீர்

தற்போது சில பகுதிகளிலும் ஏரி, குளம், குட்டையுள்ள இடங்களிலும் ஆழ்கிணறு தோண்டப்படுகிறது. கிணற்று நீர் அதன் ஆழத்திலும் அதன் பக்கவாட்டிலும் உள்ள நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு வளரும். பூமியின் இடத்துக்கு மாறுபட்டால் உப்பு நீரும் வளரும்.

கிணற்று நீர் சுத்தமான நீராக இருந்தாலும் மாசுபட்டு இருக்கும். அதற்குத் தகுந்தாற்போல பயன்படுத்தவும். சாயம் கலந்த நீர், தேங்கிய கிணற்று நீர்களைச் சுத்தம் செய்யாமல் உபயோகப் படுத்தக்கூடாது.

கடல் நீர்

கடல் நீரில் குளித்தால் கை, கால், மூட்டு வீக்கம், மகோதரம் போன்ற பிணிகள் குறையும். நீண்ட நேரம் கடல் நீரில் குளித்தால் குடு அதிகமாகும்.

வெந்நீர்

வெந்நீரானது இயல்பாகவே குளிர்ச்சியும், சுத்த இரத்தம் தரக்கூடியதும் குறைந்த உணவுமாகும். நீரை அதிகமாகக் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி மிதமான வெந்நீராகக் குடிக்கவும். மலம் இளகும். தலைவலி, ஜலதோசம், இருமல் உள்ளவர்களும் பருகலாம்.

ஆண், பெண், சிறுவர்கள் முதல் வருடம் ஒரு முறையாவது பேதிக்கு, பேதி மருந்து சாப்பிடவும். பேதிக்கு வெந்நீர்தான் பயன்படும்.

குடல், இரைப்பை, மலக்குடல்களில் தேங்கியுள்ள புழு, பூச்சிகள், சீதம் போன்றவை வெளியேறும். தேகத்தில் உஷ்ணம் சீராக இருக்கும். வாத, பித்த கபத்தினால் உண்டான மூட்டுவலி, கபநோய்களும் உஷ்ண நோய்களும் நீங்கும்.

சித்த மருத்துவத்தில் வயதுக்கேற்றவாறு பேதி மருந்துகள் உண்டு. முறைப்படி சித்த மருத்துவர்களை அணுகி ஆலோசனை பெற்றுப் பயன்படுத்தவும்.

பேதிக்கு சாப்பிட்டவர்கள் அன்று கடின வேலையைச் செய்யக்கூடாது. உறங்கக் கூடாது.

தேவையான அளவு வெந்நீருடன் சோம்பு, சீரகம் சிறிதளவு சேர்த்துப் பருகவும்.

குளிர்ந்த நீர்

குளிர்ந்த நீரானது குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்புமாகும். சுத்தமான இரத்தமும், குறைந்த உணவுமாகும்.

உண்ணா நோன்புள்ளவர்கள் குளிர்ந்த நீர் பருகுவார்கள். குளிர்ந்த நீரும் தேகத்துக்கு மிதமான உணவுச் சத்து ஆகும்.

இரத்தக் கொதிப்பை மாற்றும். குளிர்ந்த நீர் இரைப்பை (தீனிப்பை), குடல், ஈரல், போன்ற உள் அவயங்களுக்கும் உபயோகமாகும். ஜீரண சக்தியை உண்டு பண்ணும். பேதியை நிறுத்தும். மூலச்சூடு, உப்புசம், வீக்கம் போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.

குளிர்ந்த நீரை தேவையான அளவு குடு செய்து சருமத்துக்கு உகந்தவாறு உபயோகப்படுத்தவும்.

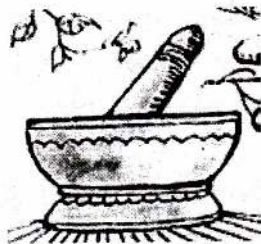
நாம் அன்றாடம் நீரைக் கொண்டுதான் டி, காபி, உணவு, குளியல் ஆடைகளைச் சுத்தம் செய்தல் போன்ற எல்லாவற்றிற்கும் பயன்படுத்துகிறோம்.

தண்ணீரை அலட்சியமாகக் கருதக்கூடாது.

கோபத்தோடும், வேண்டா வெறுப்புடனும், அழுது கொண்டோ உணவு முறைகளை தயார் செய்யக் கூடாது. அவ்வாறு செய்தால் மனத்தின் எண்ணங்கள், இரத்த ஓட்டத்தினால் உடல் நலம் பாதிக்கும்.

தண்ணீரை அவரவர் விரும்பும் நாமங்களால் தரிசனம் செய்து அருந்தி உடல் நலத்துக்குப் பாதுகாப்பு தேடிக்கொள்ள வேண்டும்.





பால் வகைகளும் நமது உடம்பும்

மானிடம் தோன்றிய அன்று முதல் இன்று வரையும் பல்வேறு வகையான பால் வகைகளையும் ஊட்டச்சத்து உணவாகவே பயன்படுத்தி வந்துள்ளார்கள். நாம் காலையில் துயில் எழுந்தவுடன் காபி, டீ, பூஸ்ட் இவ்வாறு பல்வேறு வகைகளில் பால் பிரதானப் பொருள்களாகக் கலந்து அருந்துகின்றோம். அவற்றின் மருத்துவப் பயன்களையும் அதனால் தீரும் நோய்களைப் பற்றியும் உணர்வோம்.

முலைப்பால் (தாய்ப்பால்)

பசுவின்பால், காறாம் பசுவின் பால், இரவுப் பசுவின் பால், எருமைப்பால், வெள்ளாட்டுப்பால், செம்மறியாட்டின் பால், கழுதைப் பால், குதிரைப் பால், ஆனைப் பால், புலிப்பால், பன்றிப் பால் எனப் பல்வேறு வகையான பால் வகைகளுண்டு.

குறிப்பாகத் தாயிடமிருந்து கிடைக்கும் பால் (முலைப் பால்) குளிர்ச்சியானது சிலிர்ப்பு அதிகம் கொண்டது ஆகும். குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பால் கொடுப்பது மிகவும் சிறந்ததாகும்.

குழந்தைகளுக்குப் பால் கொடுக்கும்போது தாய் எந்த நிறமோ அந்த நிறம் பாலின் வழியாகக் குழந்தைக்கு உண்டாகும்.

தாயின் அங்க இலட்சணங்கள் பொருந்திய பெண்களையும் பார்க்கிறோம்.

லேசான வெண்மை நிறமுடைய துணியைத் தேவையான அளவு எடுத்து முலைப்பாலில் நனைத்து நெற்றியில் பத்துப் போட்டால் தலை நோய் குணமாகும். சிற்றாமணக் கெண்ணெய் யுடன் கலந்து கண்விழியில் தடவினால் கண் வியாதி தீரும்.

முலைப்பாலின் பொதுக்குணம் ஏழுவகைக் தோஷங்கள், வெப்பம் சந்திபாதம், வாத பித்தம், கபசுரங்கள், திரிதோஷவாத கிரிசாரம், வாத கிரிசாரம், ஆகியவற்றை நீக்கும். தேகத்துக்கு வலிமை தரும். ஒளவுத அனுபானத்துக்கும் உதவும்.

வியாதி இல்லாத செம்மை நிறமுடைய மாதர்களின் முலைப்பால் வாதம், பித்தம், கபம் இந்த மூன்று தோஷங்களால் ஏற்படும் நோய்களையும் வராமல் தடுக்கும்.

வேசையர் எனப்படும் பரத்தையரின் தாய்ப்பால் குழந்தைக்கு உதவாது.

பசுவின் பால்

பசுவின் பாலை பாலகருக்கும், விருத்தருக்கும், பித்தசுரம், இரணம், சூலை, பிரமேகம், துர்பலம், சுரரோகம் உள்ளவர்களும்காய்ச்சிய முறையில் பருகினால். நோய்கள் குணமாகும்.

கருமை நிறமுடைய பசுவின் பால் ஆஸ்துமா, ஈளை, இருமல், சயம், காசம், போன்ற நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட பிணிகளுக்கும் மருந்து ஆகும். குடான பாலில் சிறிதளவு மஞ்சள் தூள், கடுகளவு மிளகுத்தூள் கலந்து பருகவும், பால் குளிர்ந்த குணமுள்ளது.

செம்மறியாட்டின் பால்

செம்மறியாட்டின் பால் பருகினால் குடும் குளிர்ச்சியும் இந்த இரண்டும் சமமாக இருக்கும். தேவையான சக்தி உள்ளது. மார்புப் புண், அதிக சூட்டினால் ஏற்படும் இருமலுக்கும் உதவும்.

பெருங்குடல், சிறுகுடலுக்கு வலிமை கொடுக்கும்.

கழுதைப் பால்

கழுதைப்பால் கொழுமையும், குளிர்ச்சியுமுடையது. முத்தோஷங்களால் உண்டாகும் நோய்களை நீக்கும். தேகத்துக்கு வலிமைகிடைக்கும். ஈளை நோய், இருமல் நோய், சூட்டைப் பற்றிய இருமலுக்கும் மருந்தாகும். ஏதேனும் விஷக் கிருமியால் தாக்கப்பட்டு அதனால் உண்டாகும் சுரத்துக்கும், எலும்புருக்கி நோய்க்கும் மிகச்சிறந்த மருந்தாகும். வெள்ளை, குடலைப் பற்றிய குடு, குடல் புண், பல்வேறு வகையான சுரங்கள், மூட்டு வலி ஆகியன தீர உதவும்.

இரவு நேரத்தில் சுரக்கும் பால்

பகலில் சுரந்து இரவில் கறக்கின்ற பாலைக் காய்ச்சி முறைப்படி பருகவும்.

தேக அலர்ஜி, கபநோய்கள், சுவாசம், பித்த நோய், நேத்திர தோஷம், விந்துவின் கெடுதியினால் அனுசரித்த சிற்சில பிணிகள் ஆகியவை இந்தப் பால் அருந்துவதன் மூலம் குணமாகும்.

தேகத்துக்கு மினுமினுப்பும், சுக்கிலப் பெருக்கமும், மாதர் மேல் விருப்பமுண்டாகும்.

வாதம், பித்தம், கபம் இவை மூன்றும் சமநிலைபெற உதவுகிறது. உடம்புக்குத் தேவையான சக்தியைத் தருகிறது. மூலைக்கு வலிவு கொடுக்கிறது. மலம் சுத்தி ஆகும்.

சுடு பாலுடன் தேவையான அளவு சர்க்கரை கலந்து உண்ணவும்.

எருமைப்பால்

எருமைப்பால் மிகுதியான கொழுப்பு கொண்டது. இதை அருந்தினால் குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும், அற்பப் பித்தமும் உண்டாகும். தேக வளர்ச்சிக்கும் வலிவு அதிகரிக்கவும் உதவும்.

பாலுடன் தண்ணீர் கலந்து பருகினால் ஜீரணமாகும். பாலில் தேனும், சர்க்கரையும் கலந்து பருகவும்.

வெள்ளாட்டுப்பால்

வெள்ளாட்டுப் பால் சத்து மிகுந்த உணவாகும். இந்தப் பாலைப் பருகினால் பழமையான சுரங்களும், நாட்படக்கண்ட சுரங்களும் நீங்கும். தேகத்தில் இரத்தம் குறைந்து எலும்புருக்கி நோயில் அவதிப்படுபவர்கள் வெள்ளாட்டுப் பாலைப் பருகினால், குணம் பெறுவர்.

குதிரைப்பால்

குதிரைப்பாலுக்கு குடும் குளிர்ச்சியும் இயல்பான குணமாகும். அதிக சக்தி உள்ளது. தேக வளர்ச்சிக்கு உதவும். நரம்பு மண்டலம் வலிவு பெறும். தாதுவிருத்தி அதிகப்படுத்தும்.

வாயுவை அகற்றி விடும். பசி உண்டாகும். எளிதில் மலம் கழியும். நீர்த் தாரையைப் பற்றிய புண்ணை ஆற்றும். ஓர் அவுன்ஸ் வீதம் காலை அல்லது இரவு உணவுக்குப் பிறகு பருகவும்.

ஆனைப்பால்

ஆனைப்பால் சூட்டையும் வறட்சியையும் நீக்கும். உடம்பில் உண்டாகும் வாயுவைக் கண்டிக்கும். தாது விருத்தி உண்டாகும். ஆனைப்பாலுடன் சிறிதளவு பசுவின் பால் கலந்து குடித்தால் பித்தம் அதிகம் ஆகாது.

பன்றிப்பால்

பன்றிப்பால் சிலிர்ப்பும், குளிர்ச்சியும் உடையது. எலும்புருக்கி சுரம், ஈளை, இருமல் வியாதியைப் போக்கும்.

பன்றி மாமிசம் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் இரத்தத்திலுள்ள கொழுப்பை நீக்கி உதிரத்தைத் தோய்வித்து அழுகிப் போகச் செய்யும். குஷ்டம் முதலிய தோல் வியாதிகளும் ஏற்படும்.

எனவே பன்றி மாமிசங்களை அதிகமாகப், பயன்படுத்தக் கூடாது.

பசுவின் நெய்

பசுநெய் குடும், கொழுமையும் உள்ள சுத்தமான உணவாகும். அதிகமான சூட்டைத் தணிக்கும். பசுமை உண்டாக்கும். கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சி தரும். சருமத்தின் வறட்சியை மாற்றி, மிருதுவாக்கும். மலம் நன்றாகப் பிரியும். பதார்த்தங்களின் ருசியை அதிகரிக்கச் செய்யும்.

தேவையான அளவு தேவையானவற்றுடன் கலந்து உண்ணவும், இவற்றையே மிகுதியாகப் பயன்படுத்தினால் உடல் நலம் கேடு உண்டாகும்.

ஆற்று நண்டு, வயல் நண்டு

நண்டுகளுக்கு குளிர்ச்சியும், ஈரமும் இயல்பான குணம். இதனை உட்கொண்டால் இரத்தம் சுத்தமாகும். உஷ்ணமுமாகும். தாது விருத்தியாகும். இதனுடன் சோம்பு கலந்து வேகவைத்துக் குடித்தால் உதிரச் சிக்கலை அறுக்கும். கல்லடைப்பை கரைக்கும். இதை இடித்துப் பிழிந்துக் குடித்தால் இருதயத்தின் அதிகத் துடிப்பைக் குறைத்துச் சீராக்கும்.

இதை இடித்து முள் தைத்த இடத்தில் கட்டினால் முள் வெளியே வந்து விடும்.

நண்டின் கண்ணை வெளியே எடுத்து குளிசமாகக் கட்டினால் முறைக்காய்ச்சல் நீங்கும்.

இதன் கால்களை வெளியே எடுத்து விட வேண்டும். நண்டின் வயிற்றைப் பிளந்து, அதை நன்றாகச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். வேகவைத்த நீரில் நாட்டுக் கோதுமை மாவை (நொய்யை) தேவையான அளவு போட்டு நன்றாகக் காய்ச்சிக் காலையும், இரவும் பருகி வந்தால் வர ஈளை, இரும்பு, உடல் உலர்ந்துப் போகுதல், அஸ்தி சுரங்கள் போன்றவை நீங்கும். மூலரோகத்துக்கு அதிக உபயோகமாகும். இதை அரைத்துத் தாய்மார்களின் மார்பகத்தின் மேல்பாகத்தில் (முலையின் மேல்) வைத்துக்கட்டினால் முலைச் சிலந்தி, ரணம் ஆறும். இதன் சாம்பல் ஒரு பங்கு, குந்திரிக்கம் பத்துப் பங்கு, செந்நியானா அரைப் பங்கு

இம்மூன்றும் சேர்ந்து சூரணம் செய்ய வேண்டும். இவற்றில் மூன்று கழிஞ்சு சூரணத்தைச் சுத்த நீரில் சேர்த்து மூன்று நாட்கள் குடித்தால் வெறிநாயக்கடி நீங்கும்.

இதன் சாம்பலைத் தேனில் கலந்து குதிக்கால் வெடிப்பு ஆன வெடிப்பிற்கு மேல் பூசினால் குணமாகும்.

நத்தை

நத்தையின் தன்மை குளிர்ச்சியும் ஈரமும் கொண்டதாகும். இதன் இரத்தம் சுத்தமானதாகும். நத்தை திடகாத்திரமான உணவாகும். பெரு வியாதி முதலிய மேகரோக வியாதிகளனைத்தையும் நீக்கும். தாகத்தை அடக்கும் நல்ல மருந்து ஆகும். தேகத்தில் உற்பத்தி யாகியுள்ள தேவையற்ற பித்தத்தை நீக்கும். கை, கால், வீக்கங்களின் விஷத்தையறுக்கும். வெறி நாய்க் கடி விஷத்தை முறிக்கும். நத்தையில் துவாரமிட்டு எரியும் விளக்கில் (நல்லெண்ணெய், தேங்காய் எண்ணெய்), காட்டினால் தைலம் இறங்கும். இந்தத் தைலத்தில் கரிய போளம், வாலேந்திரா போளம் இவையிரண்டையும் சேர்த்து அரைத்து ஆறாத மேகப்புண்கள், பருக்கள் இவற்றின் மேல் பூசினால் சீக்கிரத்தில் ஆறும். நத்தைக் கடைச்சாம்பலைத் தேனில் கலந்து, படைகள், கண்ணோரத்தில் வரும் புண்கள் போன்றவற்றின் மேலேயே பூசினால் குணமாகும். நத்தைக்குள்ளிருக்கும் கோழையை எடுத்து கண்களையும், காதுகளையும் சுற்றிப் பூசி வர அவற்றைக் காக்கும். நத்தை மாமிசத்திற்குச் சரியெடை நவாச்சாரமும் அரையெடை கெந்தகமும், ஆறிலோரெடை கல்லுப்பும் சேர்த்தரைத்துத் தைல மிறக்கிக் கொள்ள இரச வாதத் தொழிலுக்கு உதவியாகும். நத்தைப்பற்பம் மூல வியாதிக்கு உபயோகமாகிறது.

நத்தைப் பற்பத்தை ஒரு கிராம் வீதம் பசுவெண்ணெயில் கலந்து, காலையும், இரவும் தினம் இரண்டு வேளை உணவுக்கும் பிறகு அரை மண்டலம் உட்கொண்டால் சகலவிதமான மூல நோய்களும் குணமாகும்.

பத்தியம் : மாமிச உணவுகள், வாயுப் பதார்த்தங்களைத் தவிர்க்கவும். காரம் குறைக்கவும்.



கடைச் சரக்கு (மூலிகை)

ஆமணக்கு

ஆமணக்கின் இயல்பான குணம், குடும் வறட்சியுமாகும். சிறு குழந்தைகள் முதல் வயதானவர்களும், நமது உடம்பைச் சுத்தம் செய்வதற்கும் இது பயன்படுகிறது. குழந்தைகட்கு வயதுக் கேற்றவாறு 6 முதல் 10 வயது வரை உள்ள சிறார்களுக்குக் காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுக்க வேண்டும். குழந்தைகட்கு அவ்வப்போது உண்டாகும் மலச்சிக்கல், வயிற்றுப் பொருமல், விட்டு விட்டு சுரம், அசீரணம், கபநோய்கள் வராமல் தடுக்கும். பேதிக்கு கொடுப்பதும், நிறுத்துவதும் தாய்மார்களுக்குத் தெரிந்த வழிமுறைகளாகும்.

30 முதல் வயது வந்தவர்கள் முறைப்படி ஆமணக்கு எண்ணெய் உட்கொண்டால், அதன் பலன்கள் வாயுவைக் கண்டிக்கும். நரம்புக்குள்ளிருக்கும் மாசுகளை வெளியேற்றும். மூலாதாரத்தில் உதிர்ச்சிக்கலை நீக்கும்.

வயிற்றில் உஷ்ணம் செய்யாமலும், வேதனை இல்லாமலும் பேதியாகும்படிச் செய்ய வேண்டிய போதெல்லாம் இதைக் கொடுக்கலாம்.

குடற் புண், வயிறு, முறுக்கலோடு வேதனை, மூத்திர உறுப்புகள், ஜனன உறுப்புகள் இவற்றில் வியாதி, மூல ரோகங்கள், ஆசனக்கடுப்பு, ரத்த மூலம், உள்மூலம், வெளிமூலம், மலம் வெளி வர சிரமப்படுதல், மலத்துவார அடைப்பு, கர்ப்பிணிகள், பிரசவித்த தாய்மார்கள், வியாதி கண்டிருக்கிற குழந்தைகள் போன்றவர் களுக்குப் பேதிக்கு போக சிற்றாமணக்கெண்ணையும் தேவையான அளவு கொடுப்பது நல்லது.

அயச்சத்து சாப்பிடுபவர்களுக்கும், குறிப்பாகப் பேரிச்சம்பழம் சாப்பிடுபவர்களுக்கும் மலச்சிக்கல் உண்டாகும்.

சிற்றாமணக்கெண்ணெய் நாள்தோறும் அந்தி, சந்தி இரண்டு வேளையும் கொடுக்கக் கூடாது. குழந்தைகட்குத் தேவையான நேரம் பார்த்துத் தாய்மார்கள் முறைப்படி கொடுக்கவும்.

சுத்தமான சிற்றாமணக்கெண்ணெயுடன் பேயன் வாழைப்பழம், கற்கண்டு, சீரகம் ஆகியவற்றைத் தேவையான அளவு கலந்து ஊறவைத்து அதிகாலையில் ஒரு தேக்கரண்டியளவு சாப்பிட்டு வந்தால் தேக சூடு தணிந்து குளிர்ப்பிக்கும். மலச்சிக்கல் வராது.

இருநூறு மில்லி சிற்றாமணக்கெண்ணெயுடன் பேயன் வாழைப்பழம் 50 கிராம், கற்கண்டு 50 கிராம், சீரகம் ஐம்பது கிராம் ஆகியவற்றைக் கலந்து களிம்பு இல்லாத பாத்திரத்தில் ஒரு நாள் இரவு முழுவதும் ஊற வைக்கவும். தண்ணீரோ, மற்ற எந்தப் பொருளோ கலக்கக்கூடாது. இவற்றை மேற்கண்டவாறு தினமும் உபயோகிக்கவும். மலச்சிக்கல் நீங்கி விட்டால், தேவைப்படாது.

தேவைப்படும்போது இவ்வாறு தயார் செய்து, பக்குவம் செய்து உபயோகப்படுத்தவும்.

ஆமணக்கு முத்தைக் கடைச்சரக்குகளுடன் சேர்த்துத் துவையல் அரைத்துக் கொடுத்தால் மலத்தைக் கழிக்கும்.

உப்பு

"உப்பில்லாத பண்டம் குப்பையிலே" என்பது பழமையான சொல். வாழ்வில் உப்பு இல்லாமல் எந்த உணவும் இல்லை. நாம்

அன்றாடம் உணவில் தேவையான அளவு உப்பு கலந்து உண்கிறோம். ஆனால் அதன் அதனுடைய இயல்பான குண நலன்கள் தெரியாது.

உப்பைப் பற்றி நாமும் தெரிந்து கொள்வது அவசியமான ஒன்றுதான்.

உப்பு, கடல் நீர் கொண்டு உப்பளங்களில் முறையோடு தயார் செய்யப்படுகிறது. ஆதிகாலத்தில் பெரும்பாலும் கல்லுப்பாகவே பயன்படுத்தியுள்ளார்கள். நாமும் தற்போதுள்ளவாறு உப்பைப் பயன்படுத்துகிறோம். உப்பு இயல்பாகவே குடும் வறட்சியும் கொண்டது.

உப்பும் பற்பல வகைகளால் உண்டாகின்றது. அவற்றின் குணக்குறிகளை வெவ்வேறாகப் பிரிப்பதால், பிரிப்பதைப் பற்றி அவற்றின் மொத்தமான பலன்களைப் பார்ப்போம்.

காற்றையும், இரசத்தையும் கண்டிக்கும். சமைக்கும் போது சிறிதளவு உப்பிட்டுச் சமைத்தால் சாதம் வெண்மையாகவும், அதிமாகவும் வளரும். இரைப்பை, குடலிலுள்ள (தீனிப்பை) மாசுக்களை வெளிப்படுத்தும். ஆகாரத்துக்கு உதவியாக இருக்கும். கல்லுப்புக்களைக் கழுவினால் சுத்தமாகும்.

தேகத்திலுள்ள மாசுகளை நன்றாகக் கண்டிக்கும். தேகம் சுத்தி ஆகும். பெருவியாதி, முதலிய மேக ரோகங்கள் அனைத்தும் தீரும்.

கடுகு

கடுகு குடும், வறட்சியுமாகும். சுத்த இரத்தத்தை உண்டாக்கும். உணவாக உதவாது.

தலை, மூளை முதலிய உள்ளிறுப்புகளுக்குள்ளிருக்கும் மாசுகளை வெளியேற்றி தேகத்தைச் சுத்தப்படுத்தும். விஷத்தைக் கண்டிக்கும். கட்டுகளை உடைக்கும். குண்டிக்காயில் உண்டாகும் கற்களை அகற்றும்.

வாததீளத்தினால் உண்டாகும் சகலவழிகளையும் உடனே மாற்றும். மறதியை நீக்கும். இதில் அரைவராகெனடை குரணத்தை பாயாசம் முதலிய எவ்விதப் பானத்தொடும் சேர்த்துக் குடித்தால்

சந்தோஷமதிகரிக்கும். தாது புஷ்டி உண்டாகும். இதை தேனிலரைத்துச் சாப்பிட்டு வந்தால் வாததத்தினாலுண்டாகுஞ் சுவாச இரும்பை நீக்கும். குளிர்ச்சி அல்லது உஷ்ணத்தினால் உண்டாகும் சுரத்தைக் கண்டிக்கும். கடுகை அரைத்துப் பற்றுப் போட கால்வலி, நரம்புபிசுப்புகள் வாங்கும். மெழுகுத் தைலத்திலரைத்துப் பூசினால் தேகத்தில் படர்ந்த மாசுகள் மறைந்து சுத்தி ஆகும். உதிரம் தெளிந்து அழகு கொடுக்கும்.

இதன் கசாயத்தில் காடி அல்லது தேன் கூட்டி வாய்க் கொப்பளித்தால் தொண்டை நோய், நாவிழுப்பு, நாக்குத் தடிப்பு பல்நோய் போன்ற நோய்களைக் கண்டிக்கும். கடுகைக் கொஞ்சமாய் கொடுத்தால் ஜீரணத்தை அதிகப்படுத்தும், வாயுவைக் கண்டிக்கும். கடுகை அதிமாகப் பயன்படுத்தக்கூடாது. இதன் குணம் கசப்பு. அதிக சூட்டைத் தரும்.

நஞ்சுண்டவர்களுக்குக் கடுகைக் கொடுத்தால் சூட்டையெழுப்பி வாந்தி ஆகும். இது குமட்டலும் ஆயாசமில்லாமல் அதி வேகத்தில் வாந்தியையும் உண்டாக்குவதால், வயிற்றிலிருக்கிற நஞ்சை வெளிப்படுத்த இது தகுதியான பதார்த்தம்.

கடுகை முழுசாய் வித்தாகவே கொடுத்தால் உஷ்ணம் ஏற்பட்டு பேதி ஆகும்.

கடுகை அரைத்து துணி மேல் தடவி கால்களுக்கும் கைகளுக்கும் போட்டால் சூட்டை எழுப்பும். நோயிருக்கிறவிடத்தில் போட்டால் உள்ளே இருக்கிற நோயைக் கிரகித்து வேதனையைத் தணிக்கும். மார்பு, தொண்டை, வயிறு ஆகிய பகுதிகளில் காணப்படுகிற நோய்களுக்கும் கடுகை அரைத்துப் போடுவது வழக்கம். வெளி நாட்டார் கடுகைக் காடி விட்டுக் கலந்து போஜன பதார்த்தங்களோடு சேர்த்து உபயோகப்படுத்துகிறார்கள். நமது வீடுகளில் தாளிக்க உபயோகமாகிறது. அதிகமாக வறுத்தால் அதிலிருக்கிற சத்து கெட்டுப்போகும். அரைத்த கடுகைத் துணி மேல் தடவி கால் கெண்டைச் சதை மேல் போட்டால் சுரம் முதலிய ரோகங்களில் காணுகிற மயக்கத்தையும் தோஷ குணத்தையும் குறைக்கும். கடுகை விடாமல் கொடுத்தால் மூத்திரம் அதிகப்படும்.

அதிமான சூட்டு உடம்புக்குதவாது.

இரும்பு

இரும்பின் இயல்பான குணம். குடும் வறட்சியுமாகும். சுத்தமான இரத்தம் உள்ளது. இரும்பைச் சிவக்கக் காய்ச்சி ஒரு பாத்திரத்தில் வைக்கவும். பாத்திரத்திலுள்ள நீரில் தோய்க்க வேண்டும். அவற்றில் ஒரு அவுன்ஸ் வீதம் குடித்தால் தாது விருத்தியாகும். குடல்களிலுள்ள புண்களை ஆற்றும். அதிசார பேதி, அஜீரண பேதி, கிரணி பேதி ஆகியவற்றைக் கட்டும். இரைப்பைக்கு வலிவைக் கொடுக்கும். மூல வியாதியினால் வரும் உதிரத்தை நிறுத்தும். அபான வலியை நீக்கும். வெறிநாய்க் கடி விஷத்தைப் போக்கும். காமாலையை நீக்கும். நீரிற் கற்கண்டு சேர்த்து ஷர்பத்து காய்ச்சி பருக இருதயத்துடிப்பு, வீக்கம், இரைப்பை ஈரல் போன்றவற்றின் பலவீனங்கள் நீங்கும்.

தாது விருத்திக்கும் இரும்பை முன்போற் காய்ச்சி மோரில் கலந்து குடித்தால் சகல வித பேதிகளைக் கட்டும். உஷ்ணமான தேகத்திற்குப் பொருந்தாது.

இரும்பானது பிறவிச் சரக்கு. ஆக்ஸிஜன் என்னும் வாயுவோடும், கந்தகத்தோடும் கலந்திருப்பது வழக்கம். திரவியங்களோடு சேர்ந்து அன்ன பேதி முதலிய உப்புக்களால் ஆகின்றது.

இரும்போடு கரியைச் சேர்த்து ஊதினால் அதிலிருக்கிற தோஷங்கள் நீங்கி பரிசுத்தமாகி உருகும். சில செடிகளிலும், ரத்தத்திலும் அயன் இருக்கிற ஐரன் ஓர்ஸ் என்னும் இரும்பு மண்ணிலிருந்து இரும்பு, எடுக்கப்படுகிறது.

இந்திய தேசத்தில் கருமணலிலிருந்தும், சில இடங்களில் கற்களிலிருந்தும் இரும்பு எடுக்கப்படுகிறது. இரும்பு பரிசுத்தமாய் அகப்படுவது கடினம். பரிசுத்தமான இரும்பு நீலங் கலந்த வெளுமைச் சாயலாய் இருக்கும், துலக்கினால் பளபளப்பு உண்டாகும். தேய்த்தால் ஒரு வித வாசனை பிறக்கும். நாக்குக்குத் துவர்ப்பாய் இருக்கும். அடித்துத் தகடாகவும் தட்டலாம்; கம்பியாகவும் இழுக்கலாம். ஈரக்காற்றுபட்டால் துருப்பிடிக்கும்.

கந்தகம் இரும்பை இழுத்துக் கொள்ளும். இரும்பை எரித்தாலோ ஈரம்பட வைத்தாலோ காற்றிலிருக்கிற ஆக்ஸிஜனென்னும் வாயு சேர்ந்து பஸ்பமாகவும், சிந்துரமாகவும் ஆகி விடும்.

இரும்பு சேர்ந்திருப்பதில் மாசிக்காய், வெந்நீர்க் கசாயம் சேர்ந்தால் கருத்த வண்டல் அடியில் படியும்.

இதில் கலந்துள்ள மருத்துவ குணங்களைத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது முக்கிய விஷயமாகும்.

தோஷமற்ற இரும்பைச் சாப்பிட்டால் ஒன்றும் செய்யாது. ஆனால் அது அடிவயிற்றில் போனவுடன் குணம் மாறி அவுஷத் தன்மையைக் காட்டும்.

அயம் சேரந்த மருந்துகள் எல்லாம் ரத்தத்தில் கலந்து அதிலிருக்கிற அணுக்களை அதிகப்படுத்தி நிறத்தையும் அதிகமாய் சிவப்படிக்கும். அது எவ்வாறு என்றால் பாண்டு ரோகத்தைவுடைய ஒரு ஸ்திரீயின் ரத்தத்தைப் பரிசோதித்து அதில் அணுக்கள் 16 பங்காயிருந்தபோது சில நாள் அயத்தைக் கொடுத்து மறுபடியும் ரத்தத்தைப் பரிசோதித்த போது அணுக்கள் 16 பங்காக தொடையில் அதிகப்பட்டு வெளிரியிருந்த தேகமும், உதடுகளும் கன்னங்களும் நிறம் மாறி முகத்தில் வசீகரத்தை உண்டாக்கினது தெரியவந்துள்ளது. அயத்தைச் சாப்பிட்டுக் கொண்டு இருக்கிறவர்களில் அவர்களுடைய மூத்திரத்திலும், முலைப் பாலிலும் அயத்தைக் காணலாம்.

அயன் சாப்பிட்டால் மலங்கருத்து கெட்ட வாசனையா யிருக்கும், திரவ ரூப அய மருந்துகளைச் சாப்பிட்டால் நாக்கு கருத்து விடும். ஜீரண சக்தியை விருத்திப்படுத்தும். பசியை அதிகமாக்கும். நாடியைத் தீவிரப்படுத்தும். சரீர சவுக்கியத்தை உண்டாக்கும். ஒரு சிலருக்கு இரும்பு சம்பந்தமான ஒளஷதங்கள் வயிற்றில் எரிச்சலை உண்டாக்கும். அயத்தை அதிகமாகச் சாப்பிடக் கூடாது.

தினமும் ஒரு அரிசி எடை அளவு தேனில் கலந்து காலையும், இரவும் 12 நாட்கள் முதலில் உபயோகிக்கவும். பிறகு 7 நாட்கள் விட்டு, உடம்புக்குத் தகுந்தவாறு சித்த மருத்துவர்களின் ஆலோசனையில் பேரில் உட்கொள்ள வேண்டும்.

அயம் சாப்பிடும் போது புளிப்பையும், புளிப்புள்ள பழங்களையும் நீக்க வேண்டும்.

அயத்தை நெடுநாட்கள் சாப்பிடும் போது 10 அல்லது 15 நாட்களுக்கொருதரம் விட்டு, விட்டுச் சாப்பிட வேண்டும்.

சித்த மருத்துவ நாடி, நரம்பியல் நிபுணர்களின் ஆலோசனையின் பேரில் ஒளஷதம் உபயோகப்படுத்தவும்.





மாமிச உணவும் அதன் உபயோகமும் (அசைவம்) ஆட்டு மாமிசம், ஆட்டிறைச்சி

ஆட்டின் இறைச்சி ஆட்டின் தலை, மூளை, ஆட்டின் கண்ணிறைச்சி, மார்பு, இருதய கமலம், நுரையீரல், ஈரல், நாக்கு, மண்ணீரல், குடல், கொழுப்பு, பீசம், கால்கள் இது போன்று பல்வேறு விதமான இறைச்சிகளும் ஆதிகாலம் முதல் இன்று வரை மருத்துவத்திற்கும் மற்றும் உணவாகவும் உபயோகமாக இருந்துவருகின்றன.

இவற்றில் முதலில் ஆட்டின் இறைச்சியைப் பற்றிப் பார்ப்போம்.

இதன் இயல்பான குணம் குடும் கொழுமையாகும். தேகத்துக்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்துக்களைத் தரக் கூடியதாகும்.

ஆட்டின் இறைச்சியைக் குழம்பாகவும் வறுவலாகும் சமைக்கும் விதம் எல்லோருக்கும் தெரிந்ததுதான். அந்த விதமாக ஆட்டிறைச்சி சாப்பிடுவதால் உடம்பின் பல்வேறு உறுப்புகளுக்கும் வலிவு உண்டாகும். தேகம் தழைக்கும். மேனியழகுண்டாகும். தாதுவிருத்தி அதிகரிக்கும். குடல் பெருத்து சத்து அதிகரிக்கும். மலம் சரளமாக வெளியேறும்.

வெறும் மாமிசத்தை உட்கொண்டால் கீல் வாதம் உண்டாகும். ஆகவே ஆட்டிறைச்சி சமைக்கும் முன் இதனுடன் கடைச் சரக்குகளில் பூண்டும், மல்லியும் சேர்த்த மசலாவுடன் உபயோகிக்கவும். சிறிய வெங்காயம், பூண்டு, மல்லி, சீரகம், தேங்காய், மஞ்சள் மற்றும் பட்டை, சோம்பும் சேர்த்து ஆட்டிறைச்சியுடன் சேர்த்துக் கலந்து அளவான உப்பிட்டு வேக வைத்தல் முறையில் சமைக்கவும்.

தோசை, இட்லி, சப்பாத்தி, உணவுகளுடனும் உண்ணலாம்.

ஆட்டிறைச்சியின் இயல்பான சுபாவம்

ஆட்டின் தலையிலுள்ள ரோமத்தை தீயிலிட்டுக் கருக்கி சிறிதளவு மஞ்சள் தூள் கலந்து ஆட்டின் தலையின் மீது பூசி தண்ணீர் விட்டு நன்றாகச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும், பிறகு தேவையான அளவு சிறு சிறு துண்டுகளாகப் பகுத்து வைக்கவும்.

ஆட்டிறைச்சிக்குத் தயார் செய்தது போல் மசாலா செய்து இறைச்சியுடன் கலந்து தேவையான அளவு வேகவைக்கும் முறையில் தகுந்த பாத்திரத்தில் தயார் செய்யவும்.

ஆட்டின் தலையிறைச்சியின் சுபாவம்; இவற்றில் குடும், குளிர்ச்சியும், வாதம், பித்தம், கபம் இந்த மூன்றும் சமமாக இருக்கும்.

கபாலத்துக்கும், இருதயத்துக்கும் வலிமை கொடுக்கும். குடல் புஷ்டி உண்டாகும்.

இருதய கமலத்தைப் பற்றிய ரோகங்களைக் கண்டிக்கும். சத்து அதிகரித்து மலம் குறையும்.

ஆட்டின் தலையிறைச்சியை உட்கொண்டால் வயிற்றுக் காற்று (வாயு) அதிகரிக்கும். ஆட்டின் தலையிறைச்சியுடன் இஞ்சி, எலுமிச்சைப் பழச்சாறு, புதினா தேவையான அளவு கலந்து புசித்தால் வயிற்றில் காற்று தேங்காது.

ஆட்டின் தலை மூளையை உட்கொண்டால் மூளைக்கு வலிமையைத் தரும். சிந்தனை சக்தி, புத்தி, ஞாபக சக்தி அதிகரிக்கும். கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சி உண்டாகும். மறதி இருக்காது.

முறைப்படியான மசாலா தயாரிக்கும் போது இஞ்சி, கடுகு, சீரகம் கலக்கவும்.

ஆட்டின் கண்ணிறைச்சி

ஆட்டின் கண்ணிறைச்சி குடும் கொழுமையும் கொண்டது. சாப்பிட்டால் கண் ஒளி அதிகரிக்கும். உணவு நன்றாகச் சீரணமாகும். ஆட்டின் கண்ணிறைச்சியைப் போன்று ஆட்டின் கழுத்திறைச்சியும் குடும், கொழுமையும் கொண்டது. இதுவும் சிறந்த உணவுதான். தேக வலிவு உண்டாகும். கழுத்து நரம்புகளுக்கு வலிவைக் கொடுக்கும். கழுத்திலுள்ள வாய்வு, நரம்புப் பிடிப்பு குணமாகும். உட்கொண்ட உணவு நன்றாகச் சீரணமாகும். பசி உண்டாகும்.

இவற்றைத் தயாரிக்கும் போது கொத்துமல்லிக் கீரை, வெங்காயம் சேர்த்து மசால் தயார் செய்து உணவு முறைகளில் சேர்த்து விருப்பத்துக்கு ஏற்றவாறு உண்ணவும்.

ஆட்டின் கழுத்திறைச்சி சொற்ப வாயுவைக் குணமாக்கும். எனவே மல்லி, வெங்காயம் சேர்ப்பது உகந்தது ஆகும்.

ஆட்டின் மார்பிறைச்சி

ஆட்டின் மார்பிறைச்சியில் குடும், கொழுமையும் இயல்பாக வுள்ளது. சத்துணவாகும். உண்டால் மார்பு வலிவுண்டாக்கும். குடு தணியும். மார்புச் சளி, கபம் இவற்றைக் கரைத்து வெளியேற்றும். மார்பிலுள்ள புண்ணை ஆற்றும். தேகம் தழைக்கும்.

உண்ணும் போது புதினா சட்னியும், எலுமிச்சம்பழச் சாறும் கலந்து உண்ணவும்.

ஆட்டின் இருதயக் கமலத்திறைச்சி

ஆட்டின் இருதயக் கமலத்திறைச்சி குடும், கொழுமையும் சுத்தவுணவாகும். மார்பு வலிவு அதிகமாகும். உடம்பினுள் உண்டாகும் குடு தணியும், இருதய கமலத்துக்கும், முழு இருதயத்துக்கும் இரத்த ஓட்டம் சமமாக உதவும். இருதயத்துக்கு வலிவைக் கொடுக்கும். ஆத்ம சக்தி அதிகரிக்கும். இருதய

நுறைபாடுகளுக்கும் உதவும். தேகம் வலிவு உண்டாகும். உண்ணும் போது தவறாமல் சிறிதளவு எலுமிச்சம்பழச் சாறு கலந்து உண்ணவும். எளிதில் சீரணமாகும்.

ஆட்டின் நுரையீரல்

ஆட்டின் நுரையீரல் குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் கொண்டதாகும். தேகத்துக்கும் குளிர்ச்சியைத் தரும். அதிக சூட்டை அகற்றும். நுரையீரலுக்கு வலிவைக் கொடுக்கும்.

இவற்றுடன் முறைப்படியான மசாலாவில், புதினா, மிளகு, சீரகம், தேவையான அளவு கலந்து அரைத்து வேகவைத்து உண்ணலாம்.

ஆட்டிரல்

ஆட்டிரல் குடும், கொழுமையும் உள்ள உணவாகும். ஆட்டிரல் சமைக்க உதவும் மசாலாவில் கடுக்காய், இலவங்கப் பட்டை, தேவையான அளவு கலந்து சமைத்து உண்ணவும்.

ஆட்டு நாக்கின் இறைச்சி

ஆட்டு நாக்கின் இறைச்சி குளிர்ச்சியானது. உஷ்ணத்தை வெளியேற்றும். தோலின் மேல் மினுமினுப்புண்டாக்கும். பசுமை கொடுக்கும். மசாலாவுடன் சீரகம், கொத்துமல்லிக் கீரை சேர்த்து சமைக்கும் முறையில் பக்குவம் செய்து உண்ணவும்.

ஆட்டுக்குடல்

ஆட்டுக்குடல் குளிர்ச்சி தரும். குடலுக்கு வலிவு தரும். பித்தம் சிறிதளவு உண்டாகி வயிறு கணக்கும். ஆட்டுக்குடலை நன்றாக சுத்தம் செய்து அதனுள் இருக்கும் கசடுகளை அறவே நீக்கவும்.

திப்பிலி, சுக்கு, சீரகம், கடுகும் தேவையான அளவு கலந்து மசாலா தயாரித்துக் குடல் வறுவல், குழம்பு என விருப்பத்துக் கேற்றவாறு செய்து உண்ணவும்.

ஆட்டுக் கொழுப்புக் குடல்

ஆட்டுக் கொழுப்புக் குடல் மிகவும் சக்தி உள்ளது. சிறிதளவு காற்றூறை உண்டு பண்ணும். இரத்தப்போக்கு, இரத்தக்கடுப்பு ஆகியவற்றை நிறுத்தும். உடம்பில் உண்டாகும் அதிக சூட்டைத் தணிக்கும். உடம்புக்கு வலிமை கொடுக்கும்.

இது குறட்டையைக் குறைக்கும்.

சமைக்கும் முறையில் பக்குவமாகச் செய்து விருப்பத்துக்கு ஏற்றவாறு தேவையான அளவு உண்ணவும். உண்ணும் போது எலுமிச்சம்பழச் சாறு கலந்து பயன் பெறவும்.

ஆட்டின் குண்டிக்காய்

இயல்பான குணம் குளிர்ச்சியும் வளர்ச்சியும். அதிக சத்துள்ளது. இடுப்புக்கும் குண்டிக்காய்க்கும் வலிவைத் தரும். தாதுவிருத்தி ஆகும். இடுப்பு வலியை நீக்கும். ஆண்குறி பருக்கும்.

மிளகும், திப்பிலியும், மற்றும் மசாலாவுக்குத் தேவைப்படும் பொருள்களும் கலந்து சமைக்கும் முறையில் பாதுகாப்பாக பக்குவமாகவும் தயார் செய்து உண்ணவும். குண்டிக்காயைப் பொரித்தும் உண்ணலாம்.

ஆட்டுக் கொழுப்பு

ஆட்டுக் கொழுப்பு குடும், கொழுமையும் கொண்டது. அதிக சக்தியைத் தரும், இடுப்பு, தேய்ந்து போன பாகங்களுக்கும் வலிமை தரும். குண்டிக்காயின் மேலுள்ள கொழுப்பு சகலவிதமான இரணங்களையும் ஆற்றும். கொழுப்பை உருக்கி நெய் தயார் செய்து இரணங்கள் மீது தடவவும்.

ஆட்டுக் கொழுப்பு மட்டுமல்லாமல் அதனுடன் ஆட்டு இறைச்சியும் கலந்து சமைத்து உண்ணவும்.

மசாலாவுடன் சுக்கும், சீரகம் சேர்த்து சமைத்து உண்ணவும். வயிற்றில் உண்டாகும் ஒரு வித களிம்பு இருந்தால் அவற்றை நீக்கும்.

ஆட்டின் பீசம்

ஆட்டின் பீசம் குடும், கொழுமையும் கொண்டது. காட்டுக் கொடியாட்டின் பீசத்தைக் காயவைத்து சர்பத்தில் கலந்து குடித்தால் நல்ல பாம்பின் விஷம் நீங்கும்.

ஆட்டின் கால்

ஆட்டுக்கால் குளிர்ச்சியும், வளர்ச்சியும் உடையது. எலும்புகளுக்கு அதிக வலிமை தரக்கூடியது. முழங்கால் வலி, மூட்டுவலி, இடுப்பு வலி உள்ளவர்களுக்கும் சூப்பாவும், குழம்பாகவும் சமைக்கும் முறையில் செய்து உண்ணலாம். எலும்பு மண்டலத்துக்கு வலிமை தரும்.

ஆட்டுக்கால் சூப் அல்லது குழம்பு தயார் செய்யும் மசாலாவில் சீரகமும், புதினாவும் தேவையான அளவு சேர்க்கவும்.

ஆட்டின் கால்களை நன்கு சுத்தம் செய்யவும். எரியும் அடுப்பில் இட்டு ரோமங்களை நீக்கி மஞ்சள் கலந்த நீரால் கழுவி சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.

அடுத்து தேவையான அளவு சிறு சிறு துண்டுகளாக்கவும்.

இரவு ஒரு பாத்திரத்தில் தேவையான அளவு தண்ணீரும், சீரகம், புதினாவும் சிறு சிறு பாகங்களாகச் செய்த கால் பாகங்களும் கலந்து அடுப்பிலிட்டுக் கொதிக்க வைக்கவும். சூப் பாதி யாக சுண்டியவுடன் நெருப்பை அணைத்து விடவும். மூடி வைக்கவும். மறுநாள் அதிகாலையில், பற்களைச் சுத்தம் செய்த பிறகு, வெறும் வயிற்றில் ஒரு டம்ளர் அளவு சாப்பிடவும். சூப்பின் எலும்புச் சத்து உடம்பின் எலும்புகளுக்கு வலிவு கொடுக்கும். பிறகு கால் துண்டுகளுடன் மசாலா சேர்த்தும் தயார் செய்து உண்ணவும்.

வெள்ளாட்டிறைச்சி

வெள்ளாட்டு இறைச்சி சமரசமான உணவு. கபம், ஆஸ்துமா, போன்றவற்றுக்கு உதவும். மார்க்கு வலிவுண்டாகும்.

இந்த இறைச்சியுடன் எலுமிச்சம்பழச் சாறு தேவையான அளவு கலந்து உண்ணவும்.

மூலிகைகளைப் பெரும்பாலும் தின்பதால் வெள்ளாட்டிறைச்சியும் மிகவும் சிறந்த உடல் நலத்துக்கு உகந்தது.

இதே போன்று கொடியாட்டிறைச்சியையும் உபயோகப்படுத்தவும்.

செம்மறியாட்டிறைச்சி

செம்மறியாட்டு இறைச்சி கொழுமையுள்ளது. முத்தோஷத்தினால் உண்டாகும் தேகச்சூடு தணியும். தேவையான அளவு (கொழுமை) குளிர்ச்சி உண்டாகி தாதுவிருத்தி உண்டாகும். மேனி அழகு கொடுக்கும். உயிர் சத்துகளும் அணுக்களும் உண்டாகும்.

மசாலாவில் புதினா, எலுமிச்சம்பழச் சாறு கலந்து தேவைக்கும் உடல் நலத்துக்கும் ஏற்றவாறு உண்ணவும்.

குறும்பையாட்டிறைச்சி

குறும்பையாட்டு இறைச்சி சூடும், வறட்சியும் குறைந்த வுணவாகும். உடம்புக்கு இரத்தத்தை அதிகரிக்கும்.

மசாலாவுடன் மல்லி, பூண்டு, வழக்கம் போல் மற்றவையும் கலந்து தயார் செய்து விருப்பத்துக்கு ஏற்றவாறு உண்ணவும்.

பசுமாட்டிறைச்சி

பசுமாட்டு இறைச்சி இயற்கையாகக் குளிர்ச்சியும், வறட்சியும் உடையது. தேகத்துக்கு வலிவு உண்டாகும். முரட்டு வேலை செய்பவர்களுக்கு ஒத்து வரும்.

இந்த இறைச்சிக்கும் முறைப்படி மசாலா செய்து உணவுடன் உண்ணவும்.

எருமை மாட்டிறைச்சி

எருமை மாட்டு இறைச்சி பசுமாட்டின் இறைச்சியின் பயன்களைப் போலவே பயன் தரும்.

பசுவின் கன்றின் இறைச்சி

பசுவின் கன்று இறைச்சி குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் கொண்டதாகும். தேகத்துக்குத் தேவையான சக்திக்குதவும். எளிதில் ஜீரணமாக உதவும்.

இதற்குத் தயார் செய்யும் மசாலாவில் கடுக்காய் தேவையான அளவு சேர்க்கவும்.

குதிரையிறைச்சி

குதிரையிறைச்சியை பசுவின் கன்றின் இறைச்சியைப் போலவே தயார் செய்து உண்ணவும். உடம்புக்கும், எலும்புக்கும் வலிவு கொடுக்கும். தேகம் அபிவிருத்தியுண்டாகும்.

ஆட்டுக்குட்டியிறைச்சி

ஆட்டுக்குட்டி இறைச்சி குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் உடையது. உடம்பினுள் உண்டாகும் அதிக சூட்டைத் தணிக்கும். பலகீனமான உடம்பு உள்ளவர்களும் உண்ணலாம். அதிக குளிர்ச்சியான தேகமுடையவர்களுக்குத் தவறு.

இந்த இறைச்சிக்கும் புதினா, எலுமிச்சம்பழச் சாறும் தேவையான அளவு கலந்து சமைத்து உண்ணவும்.

கழுதையிறைச்சி

கழுதையிறைச்சியும், கோவேறு கழுதையிறைச்சியும் தேகம் தழைக்க உதவும். மலம் அதிகரித்துச் சத்து குறையும்.

ஓக்காளமுண்டாகும். நெஞ்சு கரிப்பு ஏற்படும். இவற்றைச் சமைக்கும் போது தேவையான அளவு ஏலம், இலவங்கப் பட்டையும் சேர்த்துப் பயன்படுத்தவும்.

கோவேறு கழுதையிறைச்சி சமைக்கும் போது குரத்துச்சிவதை வேர் தேவையான அளவு கலந்து சமைத்துண்ணவும். தாது விருத்திக்கும் திரேக வளர்ச்சிக்கும் உதவும்.

முயலிறைச்சி

குளிர்ச்சியுள்ள சுத்தமான உணவாகும். தேகத்தை வளரச் செய்யும். பித்த மிகுதியினால் உண்டான சூட்டைத் தணிக்கும். மார்பு வலிக்கு உதவும். இருமல் நீங்கும். மூல வியாதியினால் உண்டாகும் மூல உதிரத்தைத் தடுக்கும். இரத்தத்தை மாற்றும்.

முயல் கறிக்கும் நெய், புதினாவுடன் மசாலா செய்து பக்குவ முறையில் தேவையான அளவு உண்ணவும்.

அளவுக்கு மீறினால் அமிர்தமும் நஞ்சாக மாறும்.

உடும்பிறைச்சி

உடும்பிறைச்சி குடும், கொழுமையும் உடைய சுத்தமான உணவாகும். உடம்புக்கு வலிமை தரும். தேகம் பருக்கும். இரத்தத்தைச் சுத்தமாக்கும்.

மூல வியாதி, வெட்டை சீதம், ரத்தக்கொதிப்பு, இரத்தக் கடுப்பு, குஷ்டம் போன்ற ரோகங்களுக்கும் உதவும்.

புதினாவும், எலுமிச்சம்பழச் சாறும் தேவையான அளவு கலந்து சமைக்கும் முறையில் உண்ணவும்.





பறவைகளின் வகையும் பயன்பாடுகளும்

சேவலிறைச்சி

சேவல் இறைச்சி குடும், கொழுமையும் கொண்ட சுத்தமான உணவாகும். இரத்தம் அதிகரிக்கும். தேகத்துக்கு வலிவு கொடுக்கும். வளர்ச்சியுண்டாக்கும். வயிற்று நோய் நீங்கும். குளிர்ச்சியைப் பற்றிய ரோகங்களுக்குதவும். கபம், மார்புச்சளி, நுரையீரல், ரோகம், ஆஸ்துமா, ஏங்கல் போன்ற நோய்களுக்குதவும், மசாலா முறையில் வேகவைத்து உண்ணவும்.

இரத்தக் கொதிப்பு, அதிக உஷ்ணம், கொழுப்பு மிகுதியாகவும் இருந்தால் சேவலிறைச்சி உதவாது. இருபத்து நான்கு மணி நேரத்திற்கு மேல் வைத்து உண்ணக்கூடாது.

அப்படி உட்கொண்டால் ஒருவித நச்சுத் தன்மை உண்டாகி உடல்நலத்துக்குக் கேடு விளைவிக்கும்.

பாதுகாப்பாக வைக்கப்படாத நாட்கள் கழிந்த சேவலிறைச்சி உண்ணப் பயன்படாது.

சமைத்துப் பக்குவமுள்ள சேவலிறைச்சியை உண்ணும் போது எலுமிச்சைபழச் சாறு சிறிதளவு சேர்த்துப் பயன்பெறவும்.

பெட்டைக் கோழியிறைச்சி

பெட்டைக்கோழி இறைச்சி குடும், கொழுமையும் கலந்தது. உண்பதால் தேக வலிவு ஆத்ம வலிவு அதிகரிக்கும். நரம்பு மண்டலத்திலுள்ள ரோகங்களை நீக்கும். முகவாத ஜன்னி, பக்கவாதம் உள்ளவர்களுக்கு உதவும். இரத்த அழுத்தம் உள்ளவர்களுக்குதவாது.

கருங்கோழி இறைச்சி

குடும், கொழுமை உள்ளது. தேவையான அளவு இரத்தவளர்ச்சியைத் தரும். இரத்தத்திலுள்ள அசுத்தங்களைச் சுத்தம் செய்யும். இரத்த ஓட்டம் தடைபட்டு உதிரச் சிக்கலால் உண்டாகும் குறைகளைப் போக்கும். தேகம் தழைக்கும்.

கோழிக் குஞ்சு இறைச்சி

இயல்பாகக் குளிர்ச்சியும், சிலிர்ப்பும் ஆகும். பரிசுத்தவுணவாகும். உணவு ஜீரணமாகும்.

சிறு வயது பிள்ளைகளுக்கும், நோயாளிகளுக்கும் ஒத்துவரும். திரேக வளர்ச்சியுண்டாகும். உடம்பில் ஏற்படுகிற விதவிதமான பிணிகள் தீர சிறு வயது முதல் வயதானவர்கள் வரை கோழிக்குஞ்சுக் கறியை சூப்பாகவும், வறுவலாகவும் காரம் குறைத்து விரும்பியவாறு சமைக்கும் முறையில் பக்குவமாக்கி உண்ணவும்.

வான்கோழிக் கறி

பறவை இனங்களில் வான் கோழியும் ஒரு வகையாகும். கோழிக் குஞ்சு இறைச்சியைப் போலவே வான்கோழி மாமிசமும் உடம்புக்கு உதவும்.

வான் கோழியிறைச்சியின் மசாலாவுடன் புதினா, எலுமிச்சம் பழச்சாறு சேர்த்து உண்ணவும்.

கானாங் கோழிகறி

இயற்கை வளம் சூழ்ந்த பகுதிகளிலும் மலைசூழ்ந்த நீருள்ள வனங்களிலும் கானாங்கோழிகள் வசிக்கும்.

இதுவும் சூடும், கொழுமையுமாகும். அதிக சக்தி தரும். உடம்பின் ஒவ்வோர் உறுப்பும் நன்றாக வளர்ச்சியடையும். தாது விருத்தியை அதிகப்படுத்தும், நன்றாகச் சீரணமாகும். மார்புக்கு வலிவுண்டாகும். உஷ்ணத்தினாலும் கபத்தினாலும் உண்டாகும் இருமலையும், கோழைக்கட்டையும் நீக்கவும் உதவும். தேகம் சொரசொரப்பாக இராது. கரப்பான் சொறி, சிரங்கு போன்ற வியாதிகளைப் போக்கும். தோல் சருமம், குளிர்ந்த தேகம் உள்ளவர்களுக்கு உதவாது. மசாலாவுடன் புதினாவும், எலுமிச்சம் பழச்சாறும் சேர்த்து வேகவைக்கும் முறையில் உண்ணலாம்.

சம்பங்கோழிக்கறி

கானாங்கறிக் கோழியினுடைய உடல் உபயோகமே சம்பங்கோழிக்கறிக்கும் உண்டு. இந்த இறைச்சியுடன், புதினா, எலுமிச்சம்பழச் சாறு சேர்க்கவும்.

வாத்து, காடை, கவுதாரி இறைச்சியும் சிறந்தவுணவாகும். மூளைக்கு வலிவுண்டாக்கும். உடம்புக்கு நல்ல சக்தியைத் தரும்.

கவுதாரி இறைச்சியுடன் தேனும், எலுமிச்சம்பழச் சாறும் தேவையான அளவு கலந்துண்ணவும்.

கருங்குருவிக் கறி

கருங்குருவி இறைச்சி சூடும் கொழுமையும் கொண்டது. இவற்றை முறைப்படி வேகவைத்து உட்கொண்டால் காமாலை நோய் ஷயரோகம், கரப்பான், சொரி, சிரங்கு நோய்கள் குணமாக உதவும். பாலும் மோரும் சிறிதளவு சேர்த்தவும்.

சிட்டுக்குருவிக் கறி உட்கொண்டால் தாதுவிருத்தி அபிவிருத்தியாகும். வயிற்றிலுள்ள புழுக்களைக் கொல்லும். புண் கிராந்தி ரோகம் சுகமாகும்.

குயில் கறி

குயில் கறி குடும் கொழுமையும் ஆகும். சுத்த உணவாகும். எளிதில் ஜீரணமாக உதவும். திரேகம் தழைக்கும். வாத சம்பந்தமான ரோகங்கள், சொறி, சிரங்கு போன்றவற்றை சுகமாக்கும். பால், தயிர், மோர் இவற்றில் ஏதாவது ஒன்று சேர்த்து உண்ணவும்.

இதை மசாலாவுடன் வேகவைக்கும் முறையில் பக்குவமாகச் சமைத்துண்ணவும், உடம்பு குடு தணியும். நித்திரையில் வீரியம் பொங்காது.

கொக்கு கறி

கொக்கு கறி இயல்பாக குளிர்ச்சியும், வறட்சியுமுள்ளது. குயில்கறியை போல் சமைத்துண்ணவும். அதே பலன் கிடைக்கும். உணவில் சிறிதளவு புளித்த தயிர் சேர்த்துண்ணவும்.

புறாவின் கறி

புறாக்கறி இயல்பாக குடும், வறட்சியும் குணமாகும். மிகவும் சுத்தமான உணவாகும். இரசத்தைப் பற்றிய நோய்களைக் கண்டிக்கும். பாரிசவாதம் பக்கவாதம், இசிவு, வீக்கம், மகோதரம் போன்ற நோய்களுக்குதவும். நோய்கள் நீங்கும். குளுமையுண்டாகும். குண்டிக்காய்க்கு வலிவுண்டாக்கும்.

இவற்றின் மசாலாவுடன் கொடி முந்திரிப்பழச் சாறு கலந்து சமைத்துண்ணவும்.

புறாவின் கறி மிகவும் உன்னதமான தேக ஆரோக்கியம் தரும் உணவாகும்.

நீர்க் காக்கைக் கறியும் அண்டங்காக்கைக் கறியும்

நீர்க் காக்கைக் கறி பாண்டு, சோகை நோய்களுக்குதவும். உதிரம் அதிமாக உண்டாகும். இரண்டிலும் குடும், குளிர்ச்சியும் இயல்பான குணமாகும்.

அண்டங்காக்கைக்கறி பித்த வெட்டை, பாண்டு இவற்றை நீக்கும். உதிரத்தைத் தெளியப் பண்ணும்.

இவற்றையும் வேகவைத்து சமைக்கும் முறையில் மசாலா முறைப்படிசெய்து விருப்பத்துக்கேற்றவாறு உண்ணவும்.

உணவுடன் சிறிதளவு புளித்த தயிர் சேர்த்து உண்ணவும்.





முட்டைகள்

இயற்கையாகவே பறவையினங்கள் முட்டையிடும். அடை காத்துத் தங்கள் இனப்பெருக்கி வாழ்ந்து வரும் சூழலையும் அவை இயற்கையாகவே பெற்றுள்ளன. இவ்வாறு பல்வேறு விதமான பறவைகள் முட்டையிடுகின்றன. அவற்றை இங்கே பார்ப்போம்:

கோழி முட்டை

கோழி முட்டை இயல்பாகவே சூடும், குளர்ச்சியும் உடையது. விந்து அதிகரிக்கும். நரம்பு மண்டலத்தில் தாது விருத்தி வளர்ச்சிக்கும் உதவும். உடம்பு வளர்ச்சியுண்டாகும். இரத்த அணுக்கள் அதிகரிக்கும். உஷ்ணத்தாலும், ஒவ்வாமையினாலும் உண்டாகும் பீனிச நோயை மாற்றும்.

கோழி முட்டையை அரை வேக்காடு வேகவைத்து உண்ணவும். தோசையாகப் பயன்படுத்தும் போது சிறிதளவு மிளகுத்தூள், சிறிய வெங்காய சிதில்களும் கலந்து அரை வேக்காடுடன் தயார் செய்து உண்ணவும். இவ்வாறு உயோகப்படுத்தினால் முட்டையின் முழுச்சத்தும் தேகத்துக்குப் பயன்படும்.

முட்டையின் வெள்ளைக் கருவானது பதார்த்தங்களின் அழுக்கை எடுக்கும்.

ஸநானம் செய்யும் போது வெள்ளை நிறக் கருவைத் தலையில் தேய்த்து உபயோகப்படுத்தலாம்.

முட்டை அதிகமாக வெந்தால் வாயு உண்டாகும். வயிறு மந்தப்படும். பொருமல் தோன்றும். எனவே மிளகுத் தூள் கலந்து அதிக காரம் இல்லாத அளவுக்கு உபயோகப்படுத்தவும்.

வாத்து முட்டை

வாத்து முட்டை மிகவும் அதிகமான குளிர்ச்சியானது. வாத்து முட்டைகளைப் பொரித்து அளவோடு உண்ணவும். நுரையீரல் குறைபாடு, ஆஸ்துமா, கபம், சுவாச குளறுபடி உள்ளவர்களுக்கு வாத்து முட்டை வாயுவை அதிகமாக உண்டாக்கும்.

வாத்து முட்டையை கோழி முட்டையை போல் தயார் செய்து இஞ்சி, சீரகம், மல்லி தேவையான அளவு சேர்த்து வேக வைக்கும் முறையில் உண்ணவும்.

வான் கோழி முட்டைக்கும், வாத்து முட்டையைப் போலவே உபயோகமும் உண்டு.

அதன் முறைப்படி செய்து உபயோகப்படுத்தவும்.

புறா முட்டை

புறா முட்டை குடும், கொழுமையும் கொண்டது. அதிக சக்திக்குப் பயன்படும். நன்றாக ஜீரணமாகும். இரத்தத்திலுள்ள ரோகங்களைக் கண்டிக்கும். இரத்தம் சுத்தமாகும். சர்மத்தால் ஏற்படும் குஷ்டம் போன்றவை நீங்கவும் தாது விருத்தி இல்லாதவர்களும் (வாதம்), பல்வேறு வகை வாத ரோகம் குணமாகவும் உபயோகமாகும்.

புறா முட்டையைப் பசுவின் நெய்யிற் பொரித்தும் தோசையாகவும் தேவைக்கு ஏற்றாற் போல் குழம்பாகவும் உண்ணலாம்.

ஆமை முட்டை

ஆமை முட்டை குடும் வறட்சியுமாகும். சுத்தமான வுணமாகும். தேகத்துக்கும், தோல் வளர்ச்சிக்கும் உதவும்.

பல்வேறு வகையான பேதிகளைக் கட்டுப்படுத்தும். திரேகத்திலுள்ள அதிக குட்டைத் தணிக்கும். ஆமை முட்டையுடன் ஏலம், சீரகமும் தேவையான அளவு கலந்து தேவைக்கு ஏற்றவாறு சமைத்து உண்ணவும்.

மீன் முட்டை

மீன் முட்டையின் இயல்பான குணம் மிதமான உஷ்ணமும், குளிர்ச்சியுமாகும். தேகம் தழைக்கும். உடம்பிலுள்ள உறுப்புகளுக்கு வலிமை தரும். வயிற்றுப் போக்கு, சீதபேதி, அதிசார பேதிகளைக் கட்டுப்படுத்தும்.

சிறு குடல், பெருங்குடலுக்கு வலிமை உண்டாகும். கண்ணுக்கும் நல்ல பயன் தரும்.

மீன் முட்டைகளை சமைக்கும் முறையில் தேவைக்குத் தகுந்தாற் போல விரும்பும் வகையில் வேக வைத்து உண்ணவும்.

நீண்ட நாட்கள் இருப்பில் உள்ள முட்டைகள் உபயோகத்துக்கு ஆகாது. முட்டைக்கரு அழுகியோ, நிறம் மாறியும் தண்ணீர் போல இருந்தாலும் உபயோகமாகாது.

ஊர்க் குருவி முட்டை (சிட்டுக் குருவி)

ஊர்க் குருவி அளவில் சிறியதாக இருந்தாலும் முறையே சமைத்து முறையில் உண்ணும் போது நரம்பு மண்டத்திலுள்ள சோர்வைப் போக்கி, உடம்பில் உள்ள எல்லா நரம்புகளையும் பலப்படுத்த உதவும். தாது விருத்தி அதிகமாகும்.

பக்கவாத ரோகம் உள்ளவர்களுக்கும் அதிகமாகவே உபயோகமாகும்.

தற்போது சித்த மருத்துவ முறையில் ஊர்க் குருவியின் துணையோடு ஒளஷதமும், லேகியமும் தயாரிக்கப்படுகிறது.

மற்ற முட்டைகளைப் போலவே தேவையான முறையில் பயன்படுத்தவும்.

காகத்தின் முட்டை

காகத்தின் முட்டை குடும் கொழுமையுள்ளது. சுத்தவுணமாகும். மண்ணீரலுக்கு வலிமை உண்டாகும். காமாலை, பித்தப்பாண்டு, சோகை நோய்களுக்குதவும். நன்றாக ஜீரணமாகும். கண்ணொளி அதிகப்படும்.

அதிக குட்டு உடம்புக்கு உதவாது. காகத்தின் முட்டையுடன் வெங்காயமும், கொத்துமல்லிக் கீரையும் தேவையான அளவு சேர்த்து வேக வைக்கும் முறையில் உண்ணவும்.





முத்தோஷம்

1.வாதம் அல்லது வாயு

வாதம் என்பது காற்று. காற்று மட்டுமல்ல, நமது உடம்பில் உள்ள ஜீவ அணுக்களுக்கு அசைவு, சக்தி, உணர்ச்சியைக் கொடுக்கக்கூடியது. வாத பேதத்தினால் வாத நோய்கள் உண்டாகும். மூச்சுவிடுவதும், இரத்தம் உடம்பில் சுழல்வதும், உடம்பின் கழிவுகளும், மேலும் காது கேட்பது, பார்ப்பது, ருசிப்பது போன்றவற்றுக்கும் வாதத்தின் நரம்புத் தொழிலே காரணமாகும்.

தாம்ச குணத்தினால் வாதம் கருப்பு நிறம் எனப்படும். வாதமே மிகவும் பராக்கிரம் உள்ள நரம்புச் சக்தியாகும். அணுக்களுக்கும், தாதுக்களுக்கும் வலிவைக் கொடுக்கத் தக்கதாகும். தொழிலி யற்றுவதில் இதன் முக்கியமான குணங்கள்:

வறட்சி இலேசு, சுத்தம், குளிர்ச்சி, அசைவு, குக்குமம் (குட்சுமம்) ஆகியவையாகும்.

அதன் தொழில்கள் : அசைவு உண்டாக்கல். உதாரணம்: வாயுவாக நின்று பஞ்சேந்திரங்களின் உணர்ச்சிகளை அறிவிப்பது, நாம் உட்கொள்ளும் உணவு சரியான முறையில் வயிற்றில் கொண்டுபோய்சேர்ப்பது, ஜீரணித்த அன்னக்குழம்பினின்று கழிவுப் பொருட்களைப் பிரித்தல், மூத்திரத்தையும் விந்து முதலான வற்றையும் நிறுத்தி வைப்பது.

வாதம் அதிகரித்தல் : பின்னால் உடம்பு சதையின் சொரசொரப்பு, கருநிறம், இளைப்பு, கை கால் நடுக்கம், உஷ்ண வஸ்துகளில் பிரியம், தூக்கமின்மை, பலக் குறைவும், வாதம் குறைவு பட்டால் களைப்பு, பேச்சு குறைவு, கிடை கொடுக்காமை, அறிவீனம் போன்றவையும் ஏற்படும். இது உடம்பின் கீழ் - அதாவது, இடுப்புப் பாகத்தில் அமைந்துள்ளது. இதன் தொழிலியற்றும் சக்தி நரம்புப் பகுதியில் உள்ளது.

2.பித்தம்

சித்த மருத்துவத்தில் நமது சரீரத்தில் இதை வெறும் பித்தம் என்று உதறித் தள்ளிவிடக் கூடாது. மிகவும் கவனமாகப் பித்தம்(தேகியை) மிகுந்த உடம்பில் (பித்தம் உஷ்ணம்) சரியான முறையில் நடைமுறைப்படுத்த வேண்டும். பித்தம் உடம்பிற்கு உஷ்ணத்தை உண்டாக்கும் தன்மையிலும் நாம் உட்கொள்ளும் உணவை (வஸ்துவை) செரிக்க வைக்கவும், பிறகு இரத்தமாக மாறி, நிறம் கொடுப்பதற்கும், மற்றும் செரிமான நீர், கணையத்திலும் போன்றவற்றுக்கும், உடம்பின் சதை மூலத்திற்கும் உஷ்ணத்துக்கும் காரணமாக இருக்கிறது.

பித்த தேகியானவன் (உடம்புடையவன்) சாதாரண பலமும் வயதும் உடையவனாகிறான். இது பஞ்சபூதங்களின் மூன்றாவது பகுதியான நெருப்பினிடமாகவுள்ள உஷ்ணத்தை உடம்பு கிரகித்துக் கொள்ளும். ஏனென்றால் எல்லா ஜீவப்பிராணிகளுக்கும் சிறிது உஷ்ணம் வேண்டியிருக்கிறது. நாம் உட்கொள்ளும் உணவை (வஸ்துவை) செரிக்க வைக்கவும். பிறகு போஜனைக்காக அவ்வஸ்துவினிடமிருந்து சத்துணவைக் கிரகிக்கச் செய்வதும் தான் இதன் தொழிலாகும்.

பித்தம் அதிகப்பட்டால் ஈரல் நோய்களுக்குக் காரணமாகும். பித்தமானது மேற்சொன்னபடி செரிமானமாவதற்கு மாத்திரமல்ல, உடம்பு உஷ்ணத்திற்கும், தேவையான கூட்டளவிற்கும் காரணமாகும் இராஜசம் என்னும் குணத்தினால், பித்தமானது உடம்பின் அழகிற்கும், சிவப்பு நிறத்திற்கும் காரணமாகும். பித்தத்தினால் தேகத்தில் அணுக்களுண்டாகும்.

ஆகவே, பித்தம் உடம்பில் எங்கும் பரவி, சுழலும் தொழிலைக் குறிக்கும்.

உடம்பில் பிண்ட உற்பத்திக்கு உதவியாக நின்று, கருவியற்றும் தொழிலினால், தனிப்பட்ட முறையில் பிண்டத்தை உருவப்படுத்துவதற்குக் காரணமாகவுள்ளது. அன்னரசத்தை மாற்றி சீரணித்த உணவின் சத்தை அனேக உறுப்புகளில் ஏற்றி, உடம்பு வளர்ச்சிக்கு ஒரு மூலவஸ்துவைக் கொடுப்பதும் இப்பித்தம்தான்.

இது இரத்தத்தெளிவு, இரத்தம், அன்னரசம், அன்னரசத் சத்து, இவற்றில் மறைத்து நிற்கும். அன்றியும் ஸ்பரிசம், பார்வை, உஷ்ணம், நுட்பம், இலேசுத்தன்மை போன்றவையும் பித்தத்தின் கூறே ஆகும். மேலும், உடம்புச் சூடு, சீரண சக்தி, பார்வை, தாகம், பசி, உணவு விருப்பம், நிறம், அறிவு, ஞாபக சக்தி, சுறுசுறுப்பு, உடம்பு மிருது போன்றவற்றை உண்டாக்கி உடம்பைக் காப்பாற்றும்.

பித்த கோபம் அல்லது மாறுதலடைந்த பித்த நிலைமையினால் உடம்பில் எரிச்சல் உண்டாகும். தோல் மஞ்சள் நிறமடையும், வியர்வை, அழுக்கு, பலவீனம், மஞ்சள் மலம், மஞ்சள் மூத்திரம், தூக்கமின்மை, உடம்பில் உஷ்ணக்குறைவு, உணவு செரிமானத்தில் கோளாறு போன்றவை ஏற்படும்.

3. கபம் : அதாவது சிலேட்(த்)மம்

இது கபம் மாத்திரம் அல்ல, உடம்பின் உஷ்ணத்தை சமரசப்படுத்தும் தொழிலிலும், உடம்புக்கு ஆதாரமாகவுள்ள சளிசவ்வு, எலும்பு மூட்டுகளைக் காக்கும் சளித் திரவம் போன்றவற்றை உண்டாக்கும் தொழிலிலும் ஈடுபட்டது.

சாதாரணமாக வாத தேகியானவன் பலமுள்ளவனும், நீண்ட காலம் வாழக் கூடியவனுமாவான். இது பிருதிவி என்ற பூதங்களில் அமைந்துள்ளதால் இதை சிலேட்டுமம் என்று கூறுவதும் உண்டு (சரலம்).

உடம்பிலுள்ள ஒவ்வொரு சரலம் அல்லது கண்ணறை களுக்கும் ஊட்டம் கொடுத்து உடம்பை வளரச் செய்யும்.

கபம் கோளாறடைந்தால் நுரையீரல் நோய் ஏற்படும். மேலும், உடம்பின் சதை மூலம் சளி சவ்வு இவற்றுக்குக் கசிவு உண்டாக்கி ஈரந்தாங்கச் செய்யும். இது சத்துவ குணக் கூறுபாடானதால் நிறம் வெண்மை எனக் கருதப்படும். இது உடம்பின் அணுவாதித் தத்துவங்களைக் காப்பாற்றும். உடம்பின் சதைப்பாகத்தை ஒன்று சேர்த்து கட்டுமஸ்தாய் இருக்கச் செய்யும். வாயுவின் சக்தியே கபமாகவும், பித்தமாகவும், மாறுதலடைந்து தனித்தனியாகப் பிரிகிறதென்பதையும் உணர வேண்டும்.

உண்மையான உஷ்ணமே பித்தம், கபமோ பொய்யுஷ்ணம். அதாவது உடம்பில் அதிகரித்தால் சீதளத்தினால் தடுத்து அணுத்திரள்களை அசையாமல் நிறுத்தி வைக்கும் தன்மையுடையது. அன்றியும் அது உடம்பிற்கு எதையும் சகித்துக் கொள்ளக்கூடிய சக்தியைத் தரும்.

மேலும் இக் கபம் அவயங்கள் சரிவர பக்குவமடைவதற்கும், உடம்பின் வலிவு, சுறுசுறுப்பு, குளிர்ச்சி, போன்றவை உண்டாவதற்கும் இடங் கொடுக்கும். அல்லாமல் இதன் தொழிலினால் உடம்பின் அமைப்பை ஒழுங்குபடுத்தும். உடம்பின் பருமன் இவ்வளவென்றும் உறுதிப்படுத்தும்.

கழிவுப் பொருளும் உடம்பில் கிரகிக்கக்கூடிய, செரிமான வஸ்துக்கள் இவ்வளவு என்கிற முறையையும் நிர்ணயம் செய்யும். இது சாலம் அல்லது, கண்ணறைகளின் இடைவெளிகளை நிரம்பச் செய்து சீதளவழியாய் ஒன்று படுத்தி, உடம்பின் அவயங்களின் உஷ்ணத்தினால் ஏற்படும் தகிப்பைத் தடுக்கும்.

தொழிலியற்றும் கபமானது, வெண்ணிறமாகவும், குளிர்ச்சி எண்ணெய்ப்பசையுள்ளதாயும் ஆகும். கை, கால்களுக்குச் சக்தியும், வலிவும், மிருதுத்தன்மையும் கொடுக்கும்.

கோளாறடைந்த கபத்தின் குறிகள்: வெண்ணிற உடம்பு, சோம்பல், எலும்புப் பொருத்துகள் தளர்வுற்றதாக எண்ணுதல், அதிக தூக்கம் போன்றவை.

இது உணர்ச்சி நரம்புப் பகுதியில் தொழிலியற்றும்.



சித்த வைத்தியத்தின் தற்கால நிலைமை

இறந்த காலத்தின் நோக்கம் எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு நீள்கிறதோ, அவ்வளவிற்கும் எதிர்காலத்திய நோக்கம் விளக்கமாக புலப்படும். ஏனெனில், சென்ற கால நிகழ்ச்சிதான், நிகழ்காலத் தையும், எதிர்காலத்தின் போக்கையும் அறிவதற்குத் திறவு கோலாகும். ஆகையால், வைத்தியத்தின் முன்னேற்றத்திற்கும் கற்காலத்திய வைத்திய பயிற்சிக்கும் ஆதி காலத்திலிருந்து தொன்று தொட்டு வந்த பூர்வ முறைகள் தகுந்த ஆதாரமாகும்.

பூர்வ காலத்து சிரோன்மணிகள் செய்த வேலைகளை யெல்லாம் தற்காலத்தில் புதிதாக கண்டுபிடித்ததாகச் சொல்லப்பட்ட காரியங்கள் மறைத்து விட்டன என்பது மிக்க பரிதவிக்க வேண்டிய விஷயமாகும். ஏதோ சித்தர்களைப் போன்ற மகான்களுக்கு தற்காலத்தில் ஒருவித பயபக்தி விசுவாசம் காட்டினாலும், பொதுவாக தற்காலத்து வைத்தியம் அதற்கு வேண்டிய முக்கியமான அம்சங்களைப் பெறுவதற்கில்லை. இக்காலத்தில் பூர்வத்து வைத்திய சரித்திரங்களை சரிவரப் போதிப்பதில்லை. முன்னோர்களின் முறையைப் பற்றிய புத்தகங்களும் கிடையாது. ஆனால் பழைய காலத்து சித்த வைத்தியத்தை சரித்திரங்களின் உண்மையான கருத்திற்காக மெச்சி, தற்காலத்திய வைத்தியத்திற்குச் சமமாகக் கொண்டுவர முயல்வதை நோக்க உதவும் உற்சாகத்தையளிக்கத் தக்கது.

மேலும், ஆன்றோரின் சரித்திரத்தையும், அவர்களது பயிற்சியையும் அற்பமான பாராயணப் பாடமாகக் கருதக்கூடாது. நோய் பரிகார முறையிலும், காயகற்ப முறையிலும் அதிக தேர்ச்சியடைந்தவர்கள் செய்த உபயோகமுள்ள நூலெனக் கொள்ள வேண்டும். எவ்வளவு குறைவாகவும் இரகசியமாகவும் சொல்லியிருந்தாலும், அது மேம்பட்ட கொள்கையாகவே கருத வேண்டும்.

ஏனெனில் தற்காலத்திய கஷ்டமான விஷயங்களை பூர்வத்தில் கண்டறிந்த தேர்ச்சியைக் கொண்டு அறிந்து கொள்ளும் வகையில், நமக்கு எவ்வகையிலும் உதவியளிக்க கொஞ்சமேனும் தவறாது, எந்தக் காலத்தில் மேனாட்டு உலக சம்பிரதாயங்கள், கீழ்நாடு ஞான மார்க்கத்தில் ஒன்று படுமோ அப்பொழுதான் நமது நாட்டு வைத்தியத்திற்கும், மேனாட்டு வைத்திய முறைக்கும் உள்ள பேதங்கள் மறைந்து போகும். ஆனால் எப்பொழுது இது சம்பவிக்குமோ என்பதுதான் கேள்வி. நமக்குள்ள ஆன்ம சக்தியை விருத்தி செய்யாத வரையிலும் நாம் முழுவதையும் அடைந்து விட்டோமென நினைக்கக்கூடாது.

சித்தர்கள் தமிழில் செய்த வைத்திய நூற்களினாலே, தமிழ் வைத்திய முறையே மிக்க விசாலமான ஆதரவு பெறும்படி ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இத்தகைய முறை திராவிடர்களுடைய அறிவினாலேற்பட்ட விஷயங்களில் ஒரு பகுதியெனக் கொள்ளப்படும். இத் தமிழ்முறையே, ஆதி காலம் தொட்டு இந்தியாவின் தட்சண பாகத்தில் ஒவ்வொரு மூலையிலும், இடங்களிலும் தற்காலம் பரவியிருக்கிறதென்பதை அதிகமாகச் சொல்ல வேண்டிய அவசியமில்லை. இந்த சித்த முறையானது ஆயுர்வேதம், யுனானி முறை இவ்விந்தியாவுக்குக் கொண்டு வருவதற்கு அனேக ஆயிர வருஷங்களுக்கு முன்னிருந்து பரவியிருக்கிறது.

அனேக ஆயிர தமிழ் வைத்தியர்களும், தங்களுடைய மூதாதையர்களிடமிருந்தே இந்தச் சித்த முறையைக் கற்றுத் தேர்ச்சியடைந்திருக்கிறார்கள். ஆகவே, இம்முறையை அனேக தலைமுறைகளாக தகப்பனிடமிருந்து கற்று பிள்ளைகள் கையாண்டு வந்தார்கள்.

தற்காலத்தில் முயற்சி தேவை. இத் தமிழ் சித்தர்முறை பூர்வ காலத்தில் ஆண்டு வந்த சேரன், சோழன், பாண்டியன் ஆகிய தமிழ் அரசர்களின் ஆதரவைப் பெற்று மிகவும் சிறப்புப் பெற்றிருந்தது. இப்பொழுதும் கல்விக் களஞ்சியங்களில் அச்சப் பதிப்புக்கு வெளிவராத எண்ணிறந்த ஏட்டுப் பிரதிகள் இருந்து வருகின்றன. இதுவுமில்லாமல், அனேக திறமை வாய்ந்த வைத்தியர்களும் தங்களுடைய மேன்மை பெற்ற அறிவுத் தேர்ச்சியையும், அனுபவத்தையும் வெளியில் காட்டிக் கொள்ளாமல் இரகசியமாய் வைத்தமையும் நோக்கில் சித்த வைத்தியம் சீணித்துப் போனதற்குக் காரணங்களாகும்.

மனிதர்கள் தங்கள் ஆரோக்கிய நிலையைப் காப்பாற்றிக் கொண்டு, வாழ்நாட்களை அபிவிருத்தி செய்வதற்கு ஆதாரமான இந்நூற்கள், முதலாக அம்மையாருக்கும், பரமசிவனுக்கும், பிறகு அதையே முருகனார், நந்தி, அகஸ்தியர் மற்றும் உள்ள சித்தர்களாகிய இவர்கட்குப் போதிக்கப்பட்டு வந்தன.

இவர்கள் எல்லாம் திராவிட பரம்பரையைச் சேர்ந்தவர்களே. மற்ற வைத்திய முறை கொள்கைகளைப் போலல்லாமல், இம்முறையின் கொள்கைகள் உண்மையான நெறியிலே ஸ்தாபிக்கப் பட்டதால் இதை ஒருவராலும் மறுக்க முடியாது.

சித்த மருத்துவமுறை அனேக ஆயிர வருஷங்களாக நிலை பெற்று வந்தது. ஆகவே நமது முறையில் பூர்வ கர்ம விஷயங்களைப் பற்றிய கொள்கையைத் தவிர மற்றெவ்விதத்திலும் தற்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியர் குறைகூற முடியாது. ஏனெனில் அவர்கள் பரிசோதனைக்கு எள்ளளவும் சித்தமருந்து சளைக்காது. ஆனால் மேற்சொன்ன பூர்வ கர்ம வைத்தியமும் தென்னிந்தியாவாகிய தமிழ்நாட்டுக்குக் கொண்டு வரப்பட்டாலும், ஊர்களிலும் கிராமங்களிலும் அனேக ஆயிரக்கணக்கான நோயாளிகள் இச்சித்த முறையைக் கைக்கொண்ட நாட்டு வைத்தியங்களால் சிகிச்சை செய்யப்பட்டு வருகிறார்கள். இச் சென்னை இராசதானியில் மட்டுமல்ல, பர்மா, இலங்கை, பினாங்கு, சிங்கப்பூராகிய கடற்பிரதேச நாடுகளிலும் கீழ்க்கரைத் தீவுகளிலும், மடகாஸ்கர், பிலிப்பைன் தீவுகள் போன்றவிடங்களிலும் சித்த வைத்திய முறை மிக்க பிரபலமாகக் கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது.

சித்த முறையின் கொள்கையைப் பற்றி பேசப்புகின், இது விசாலமான கேள்விகளுக்கு இடங் கொடுக்கும். இலேசான கேள்விகள், பதில்கள் என்று கருதி திடீரெனச் சொல்லி விட முடியாது. சித்தர்களின் நோக்கத்தின்படி இச் சித்த முறை இவ்வுலகத்து விஷயங்களையும் சார்ந்ததாகும். ஆகவே, "அண்டமும், பிண்டமும் ஒன்றே" என்னும் கருத்து இதனுள் அடங்கியுள்ளது. இவ்விஷயம் மேனாட்டாரின் பூர்வீக இரகசியக் கொள்கைக்கும், இந்தியச் சித்த முறைக்கும் சமத்துவமானது. மேலும் சித்த முறைப்படி அண்ட பிண்ட கோட்பாடுகளினால் வைத்தியத்திற்கும், சோதிடத்திற்கும் சம்பந்தம் ஏற்படுகிறது. ஆகையினால், ஒவ்வொரு வைத்தியனுக்கும் சோதிடத்தில் சொற்ப அறிவு இருக்க வேண்டியதென்பது மிக்க அவசியமான விஷயம். இவ்வறிவு இல்லாவிட்டால் வைத்தியம் செய்வது அவ்வளவு உபயோகமான முறையில் இராது.





மனித உடம்பில் உள்ள மூடும், திறக்கும் ஜவ்வுகள்

சவ்வு : உடம்பில் தசை அல்லது துவாரம் முதலியவற்றை மூடுவதற்கும் பிறிதொரு உறுப்புக்களைப் பிரிக்கவும் உபயோகப்படும் வெண்ணிறத் தோல். இது அடியிற்கண்டபடி பலவிதப்படும்.

விதானசவ்வு : இது நெஞ்சையும் அடி வயிற்றையும் பிரிக்கும் சதை சவ்வு.

1. **விதான சவ்வு :** இது நெஞ்சையும் அடி வயிற்றையும் பிரிக்கும் சதை சவ்வு.

2. **சளி சவ்வு :** பிசுபிசுப்பான வெள்ளைச்சவ்வு. இது உடம்பிலுள்ள துவாரங்களைக் கவர்ந்து நிற்கும்.

3. **ஆசன சவ்வு :** மல வாயிலைக் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு.

4. **மூளை சவ்வு :** மூளையைக் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு.

5. **மீத்தோல் சவ்வு :** உடம்பின் தோல் பாகங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு நிற்கும் கோள சவ்வு.

6. கண் படல மேற் சவ்வு : கண் பாகத்தின் மேல் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு.

7. குடற்சவ்வு : குடலைப் பற்றி நிற்கும் சவ்வு.

8. கண் படல அடி சவ்வு :

9. புறச்சவ்வு : புண் அல்லது காயங்களின் மேல் படிந்துள்ள பொய்ச் சவ்வு.

10. மூக்குச் சளி சவ்வு : மூக்கின் உள் பாகத்தைக் கவர்ந்து நிற்கும் சளிசவ்வு.

11. நாதாசய புற சவ்வு : சினையின் வெளிப்பக்கத்தைக் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு

12. செவிப்பறை சவ்வு : நடுக் காதிலுள்ள மேள சவ்வு.

13. பிண்ட சவ்வு : கருப்பையில் பிண்டத்தைக் கவர்ந்துள்ள பனிக்குடத்து நீரோடு கூடிய சவ்வு.

14. நாடி சவ்வு : சுத்த ரத்தக்குழாயின் சவ்வு.

15. கபால சவ்வு : மண்டைக்குள்ளிருக்கும் சவ்வு.

16. நிணநீர்க்குழல் சவ்வு : சோஷணக் குழாயைக் கவர்ந்துள்ள சவ்வு.

17. கருப்பை சவ்வு : கருப் பாசயத்தைக் கவர்ந்துள்ள சவ்வு.

18. பின்னற் சவ்வு : அமைப்பில் வித்தியாசமுள்ள அனேக அடுக்குகள் வாய்ந்த சவ்வு.

19. இரட்டைச் சவ்வு : இரண்டு அடுக்குகள் உள்ள செவிப்பறைச் சவ்வு.

20. கண்ணறைச் சவ்வு : கண்ணறையைச் சுற்றிலுமுள்ள மூலசத்து உறைந்து சவ்வு.

21. வலி சவ்வு : இழுக்கக் கூடிய ஒரு வகை சவ்வு.

22. சூதக சவ்வு : மாத விடாய்க் கோளாறினால் நெந்து துண்டு துண்டாய் வெளிப்படும்.

23. மயிற்காற் சவ்வு : உரோமத் துவாரங்களைக் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு.

24. சீழ் சவ்வு : சீழை உற்பத்தியாக்கும் சவ்வு.

25. மேல் வாய் சவ்வு : வாயினுள் மேற் பக்கத்து சவ்வு.

26. இருதய சவ்வு : தாமரைக் காய் அல்லது இரத்தாசயம் அடங்கியுள்ள சவ்வு.

27. நுரையீரல் சவ்வு : நெஞ்சின் நுரையீரலைக் கவர்ந்துள்ள சவ்வு.

28. பெருவழிச் சளி சவ்வு : யோனி யுட்தாமரையின் உணர்ச்சி சவ்வு. இதுவே காம இன்பத்திற்குக் காரணமானது.

29. தொண்டைச் சவ்வு : வாயினின்று வயிறு வரைக்கும் கவர்ந்து நிற்கும் சவ்வு.

30. தந்த சவ்வு : அடிப் பல்லுக்கும் உள் தாடைக் குழிக்கும் நடுவிலுள்ள சவ்வு.

31. எலும்பு சவ்வு : எலும்புப் பாகத்தைக் கவர்ந்துள்ள ஒரு முரட்டுச் சவ்வு.





சுரம் (வாதம் பித்தம் கபம்)

சொன்னோ மாந்தர் சுரவகுப்பு தோற்றுங்குரியர் பன்னுஞ் சாந்திய மகா பாத்மும் பகரும் முதலி பன்னும் வயித்தியர் தானறிய மகிழ்வாயுரைத்த வேதமிது துன்னும் வயித்திய சாரமெனந் தொகுத்தார் முனிவர் வருந்தரே.

வாதத்தால் வரும் வாத சுரத்துக்கு ஓளஷதம்

வாதம் சுரம் வந்தால் உடல் கடுக்கும், சந்து பொந்துக்கள் உளையும், கீழ் முதுகும் இரு விலாவும் நோகும். தலை வலிக்கும். உடல் குளிர்ந்து நடுங்கி மயிர் சிலிர்த்து சுரந்தோன்றும். மலம் கட்டும். பசி மந்திக்கும். வாய் துவர்க்கும். இருகையும் இரண்டு காலுங் குளிர்ந்திருக்கும். முகம், வாய், கண் நீர், மலம் கறுக்கும், இரவும் பகலும் நித்திரை வராது. தாகம், அசதி, கொட்டாவிடிண்டாகும்.

நிவர்த்தி

சிறுமூட்டி, நாயுருவி, கொழுஞ்சி, முக்குறண்டி, தூதுவேளை, கண்டங்கத்திரி, வில்வம், சிறு வழுதலை, சங்கு ஆகியவற்றின் வேர் வகைக்குப் பலம் (2) நொச்சி, ஆடாதோடை, பிரமி, நீலாவரை ஆகியவற்றின் இலைகளை வகைக்கு ஒரு கைப்பிடியளவு எடுத்துத் தூளாக்கி ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு 6 படி

தண்ணீர் விட்டு ஒரு படியாய் வற்ற வைத்துக் கொண்டு திப்பிலி, திப்பிலி மூலம், தேவதாரம், அரத்தை, சுக்கு வகைக்கு வராகனெடை (3) கடுக்காய், நெல்லிமுள்ளி, பேய்ப்புடல் வகைக்குப் பலம் (1) இடித்து வஸ்திர காயம் செய்து ஒருவேளைக்கு அரைக்கால்படி கியாமுத்தில் திரிகடுகுத்துள் போட்டு நான்கு நாட்கள் காலையும், இரவும் கொடுத்தால் மேற்கண்ட சுரம் குணமாகும்.

2) குருந்தொட்டி, நொச்சி, சீந்தில், கூந்தன் குழம்பை, தூதுவளை, கண்டங்கத்திரி, பற்பாடகம், நிலவேம்பு, வாதமடக்கி, சிறு நெருஞ்சில், கொடி வேலி ஆகியவற்றின் வேர், ஆடாதோடை, நெல்லி, வேம்பு, வாதமடக்கி, சிறு நெருஞ்சில், கொடிவேலி ஆகியவற்றின் ஈர்க்கு, முற்றங் காசு, திரிகடுகு, இவற்றையெல்லாம், ஒரு வேளைக்கு முக்கழுஞ்சு வீதம் சிதைத்து இரண்டு படி சுத்தமான நீரிற் போட்டுக் காற்படியாய் வற்ற வைத்துத் தேன் விட்டு (6) ஆறு வேளை காலை கொடுக்கத் தீரும்.

3) மேற்படி சுரங்கண்டவுடன் திரிகடுகு, வெள்ளுள்ளி, சீரகம் ஆகியவற்றைச் சமமாய் அரைத்து எலுமிச்சங்காய் அளவு மூன்று போது வெந்நீரில் கொடுக்க வேண்டும். அதற்குப் பிறகு கடுகு, ரோகிணி, கடுக்காய், சிவதை, கொன்றைவேர்ப் பட்டை, வகைக்கு வராகன் (3) ஆகியவற்றைச் சிதைத்து (பொடித்து) ஒரு படி தண்ணீரில் போட்டு அரைக்கால் படியாய் சுண்டக் காய்ச்சி பாத்திரத்தில் வடித்து வைத்து அதில் அரைவராகனெடை இந்துப்பைப் பொடித்துப் போட வேண்டும். இவ்வாறு மூன்று நாட்கள் கொடுத்தால் சுரம் தீரும்.

பாலட்டை, கொன்றை, சிற்றாமுட்டி, வேலிப்பருத்தி, இவற்றிகளின் வேர் ஓமம், மிளகு வகைக்குப் பலம் (3) இடித்து இரண்டு படி தண்ணீரில் போட்டு காற்படியால் சுண்டவைத்து இந்தப்படி (6) காலை இரவு உணவுக்குப்பின் 3 நாட்கள் கொடுத்தால் சுரம் குணமாகும்.

சித்தரத்தை, பேரரத்தை, சதகுப்பை, சிறு தேக்கு, சுக்கு, திப்பிலி, செவியம், கோஷ்டம், திப்பிலி மூலம், சித்தரத்தை மூலம் சங்கு, வெள்ளருகு, திராய், அப்பை நில வேம்பு, கழற்சி,

கண்டங்கத்திரி, பேராமுட்டி, மாவலிங்கு, சிறுகாஞ்சேரி, விஷ்ணு கிரந்தி ஆகியவற்றின் வேர்களை வகைக்குப் பலம் (1) சேர்த்து இடித்து (1) பங்கு செய்து ஒரு வேளைக்கு ஒரு பங்குத் தூளை மூன்றுபடி தண்ணீரில் போட்டு (3) 3 நாழிகை ஊறவைத்து (2) படியளவு சுண்டக் காய்ச்சி, வாத சுரம், அதில் வாத ராட்சதன், குளிகையில் இரண்டு பண விடை உரைத்து தேன் கழஞ்சுவிட்டு காலையும், இரவும் இரு வேளை கொடுக்க வேண்டும்.

இதன் மூலம் நடுக்கு வாதம் நாலும், வாதத்தால் வரும் முப்பதிரண்டும் நீங்கும்.

பற்பாடகம், சீந்தில் மலைதாங்கி, கண்டங்கத்திரி, செம்முள்ளி, முன்னை ஆகியவற்றின் வேர், முற்றக்காசு, சுக்கு வகைக்குக் கழஞ்சி (2) இடித்துப் படி தண்ணீரில் போட்டு அரைக்கால் படியாய் சுண்ட வைத்துக் கொடுக்கவும். இவ்வாறு (6) வேளை கொடுத்தால் வாதத்தில் வந்த சுரம், நடுக்கு வாதம் தீரும்.

மேற்சொன்ன ஓளவுங்கள் வாதத்தால் விளையும் சுரங்கள், நடுக்குவாதம் போன்ற நோய்கள் தீரும்.

பித்தசுரம்

மாதருக்குப் பித்தம் அதிகரித்தால் வாதம், பித்தம், சிலேதம் மூன்றில் பித்தம் அதிகரித்தாலும் சுரம் வரும். அவற்றின் குணம், ஓளவுதம் முறைகளைப் பார்ப்போம்.

பித்தம் அதிகரித்தால் கொடூரமாய் சுரங்காயும், புலப்பங்காணும் பித்தறும், நெஞ்செரிக்கும், கிறுகிறுக்கும், சந்திக்கும், அசதி, ஆயாசங்காணும், தேகம் புணகிக்கும், வியார்க்கும், தலை கனக்கும், தாகம் அதிகரிக்கும், முகம் கடுக்கும், தொண்டை புண்ணாகும், நாவுலரும், வாய் கசக்கும், முகம், கண் நீர், மலம் மஞ்சள் நிறம் காணும். கிறுகிறுப்பும் மயக்கமும் ஏற்படும். அடிக்கடி பசி ஏற்பட்டு வயிறு மந்தம் ஏற்படும். வயிற்றில் நின்ற பித்தம் வற்றி (குலை) தொண்டை குளிரந்தால் சுரம் விடும். நாள் சென்றால் இரத்தம் வற்றி தேகம் வெளுத்து வீக்கங்கண்டு அடிக்கடி குளிர் உண்டாகி மலம் கட்டி உயிர் பிரியும்.

இவற்றை நிவர்த்திக்க சித்த மருத்துவ முறைகள்

ஏலம், அதிமதுரம், வெட்டி வேர், விலா மிச்சம் வேர், கலங்கொம்பு, இலுப்பைப் பூ, நன்னாரி வேர், ஆடாதோடையிலை, பேய்ப்புடல், கோரங்கிழங்கு, சீந்தில்தண்டு, முன்னை வேர், வில்வ வேர் மல்லி, நெல்லி முள்ளி, ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் இடித்துத் தூள் செய்து வேளை ஒன்றுக்கு (4) பல தூளை (2) படி சலத்திற் போட்டு (1/2) படியால் சுண்ட வைத்து ஆறு வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

நற்சீரகம், இந்துப்பு, திப்பிலி, அசமதாகம், கருஞ்சீரகம், சுக்கு ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் இடித்து வடிகட்டி காலை, மாலை வேளை ஒன்றுக்கு திரிகடிப் பிரமானம் ஆறு வேளை சாப்பிட்டு, வெந்நீர் குடித்தால் தீரும்.

பேய்ப்புடல், கோஷ்டம், மல்லி, சுக்கு, சீரகம், நெற்பொறி, வில்வ வேர், சிற்றா முட்டி வேர் ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் இடித்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு பலத் தூளை இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு (2) படியாய் சுண்ட வைத்து (6) வேளை 10 மில்லி லிட்டர் கொடுக்கத் தீரும்.

விலா மிச்ச, சிறுகாஞ்சேரி, வில்வம், பாதிரி, தும்பை, செவ்வள்ளி, நன்னாரி, நிலவாகை ஆகியவற்றின் வேர்கள் அதிமதுரம், கோஷ்டம், சீரகம், மல்லி, பேரிச்சங்காய், ஆனைத் திப்பிலி, நெல்லி, முள்ளி, சுக்கு வகைக்குப் பலம் (1) இடித்து அதை (1) பங்காக செய்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு பங்கு வீதம் மூன்று படி சலம் விட்டு (1) படியாய் சுண்ட வைத்து அதில் கோரோசனை, குளிகையொன்று உரைத்து தேன் கழஞ்சி விட்டு இரு வேளை 10 மில்லி லிட்டர் அளவு கொடுத்தால், பித்த மிகுதியினால் வரும் பித்தம் மயக்கம் இருபத்தொன்றாம் தீரும்.

சீந்தில் கொடி வேலி, சிறு காஞ்சேரி இலைகளின் வேற்பாடகம், முற்றக்காசு, மல்லி, நில வேம்பு ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாயிடித்து ஆறு போது வேளை ஒன்றுக்கு பலத்தூள் வீதம் இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு காற்படியாய் சுண்ட வைத்து ஒரு அவுன்ஸ் வீதம் நான்கு நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

பங்கம்பாளை, சிறு காஞ்சேரி ஆகியவற்றின் வேர் முத்தக்காசு ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் நசுக்கிக் கசாயம் செய்து கொஞ்சம் தேன் விட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.

தூதுவளை வேர், சீந்தில் வேர், சுக்கு, அதிமதுரம், மாஞ்சில், பாசி பயிறு, சிற்ற முட்டி வகைக்குக் கழஞ்சி (2) நசுக்கி ஒரு படி தண்ணீரில் போட்டு அரைக்கால் படியாகும்படி சுண்ட வைத்துக் கொடுக்கவும் இவ்வாறு ஆறு வேளைக் கொடுக்கத் தீரும்.

பேய்ப்புடல் பலம் (4) கிராம்பு, சுக்கு, கோரக் கிழங்கு, நில வேம்பு மல்லி, வகைக்குப் பலம் (2) ஆகியவற்றை நசுக்கிக் கசாயம் செய்து கொஞ்சம் தேன் விட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.

வில்வ வேர், அதிமதுரம், சுக்கு, இலுப்பை வேர், சிற்ற முட்டி வகைக்கு கழஞ்சி (2) நாலு படி தண்ணீர் போட்டு ஒரு படியாய் வற்ற வைத்து இறுத்து அதில் பொரியரிசிபடி போட்டுக் காய்ச்சிக் கொடுக்கத் தீரும்.

சிறு காஞ்சேரி, வேலிப் பருத்தி, சீந்தில், ஆடாதோடா, வன்னி, சிறு வழுதலை, சுக்கு வேளையொன்றுக்கு வகைக்கு (5) கிராம் வீதம் நசுக்கி இரண்டு படி தண்ணீர் விட்டு (1/2) படியாய் சுண்ட வைத்து ஆறு போது இவ்வாறு கொடுக்கத் தீரும்.

கையார்ந்த கரை, துளசி, தூதுவளை, நொச்சி, ஆடாதோடை, வகைக்கொரு பிடி இடித்துப்பிட்ட விதத்தில் (5) திப்பிலியை முடிந்து வைத்து வெந்த பின் காற்றைப் பிழிந்ததில் மேற்படி திப்பிலியை அரைத்துக் கலக்கி இவ்வாறு ஆறு வேளை கொடுக்கத் தீரும். இவை எல்லாம் இச்சாபத்தியம்.

சிலேத்தும சுரக்குணம்

சிலேத்தும சுரக் குணம் வந்தால் தேகத்தில் அனல் மிகுந்து திமிரேறி சிரசில் நீர் கொண்டு தலைவலிக்கும். உடம்புலைந்து கடுத்து சுரங் காயும். மூக்கில் நீர் வடியும். சப்தம் பிறக்க இரும்புண்டாகும். கோழை வரும், நெஞ்சு வலிக்கும். தலை மயக்கங்காணும். கண்ணும் நாசியும் காந்தும். விட்டு விட்டுச் சுரங்காயும். சிரசில் வியர்வை

பொழியும். நீரிறங்கும், மலந்தீயும், நாவு தடிக்கும், வெளுக்கும் இனிக்கும் கரிக்கும், வாய் நீருற்றும். உடல், கண், கபம் வெளுக்கும். மலம் வழுவழுப்பாக இறங்கும்.

சிலேத்தும சுரம் குணமாக மருந்துகள்

ஆடா தோடை, மலை தாங்கி, தூது வேளை, கண்டங்கத்திரி, நன்னாரி, சீந்தில், சிறு காஞ்சேரி, சிறு வழு தலை ஆகியவற்றின் வேர்களையும், திரிபலை, சுக்கு, பேய்ப்புடல், வகைக்கொரு கழஞ்சு வீதம் பொடித்து மூன்று பங்கு செய்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு பங்கை இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு காற் படியாய் வற்ற வைத்து இறுத்ததில் திரிகடுகு, லவங்கப் பட்டை, அதிமதுரம், சித்தரத்தை திப்பிலி மூலம் ஓர் நிறையாய் வெதுப்பிப் பொடித்து வடிகட்டித் திரிகடித்தூளுங் கொஞ்சம் தேனும் விட்டு (அரை அவுன்ஸ்) ஆறு வேளை கொடுக்கத்தீரும்.

தூதுவேளை, கண்டங்கத்திரி, துளசி, சிறுவழுதலை, முக்கா வேளை வில்வம், சிறு காஞ்சேரி, வேப்பீர்க்கு, நெல்லியீர்க்கு, புளியீர்க்கு, வகைக்கொரு கைப்பிடி இவற்றைச் சிதைத்து இரண்டு படி தண்ணீரில் போட்டு அரைப் படியாய் வற்றவைத்து, இறுத்ததில் திப்பிலி, திப்பிலி மூலம், தேவதாரம், வாய் விடங்கம், மல்லி, கடுகு, ரோகணி, அரத்தைவகைக்கு வராகனெடை (3) கடுக்காய், பேய்ப்புடல், வகைக்கு பலம் (2) ஆகியவற்றை இடித்து வடிகட்டித் திரிகடிப் பிரமானம் போட்டு, இவ்வாறு நாலு நாள் காலை, இரவு கொடுக்கத்தீரும்.

தூதுவேளை, சிறுவழுதலை, சிறுகாஞ்சேரி, கண்டங்கத்திரி, ஆடோதோடை, இவற்றின் வேர் கற்றாழஞ்சருகு இம்பூரல் சுக்கு முற்றக்காசு இவற்றை வேளையொன்றுக்கு அரையே அரைக்கால் பலம் வீதமிடித்து (2) படித் தண்ணீர் போட்டு (2) படியாய் வற்ற வைத்து திப்பிலி விராகனிடை, வெதுப்பிப் பொடித்துப் போட்டுக் கொஞ்சம் தேன் விட்டு கலந்து ஆறு நாட்கள் கொடுக்கத்தீரும்.

பிரண்டை, கண்டங் கத்திரி, அரத்தை, சிறு காஞ்சோரி, முள்ளி, ஆகியவற்றின் வேர்கள் அரத்தை, சுக்கு (வெட்டூலா பொன்முதட்டை) ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் வேளை ஒன்றுக்கு அரைப் பல வீதம் இடித்து இரண்டு படி தண்ணீரில் போட்டு முன் போல் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

சுக்கு, திப்பிலி, கிராம்பு, முந்திரிகை, கச்சந்திபாய், அபை, கறி முள்ளி, கண்டங்கத்திரி, ஆடா தோடை, கற்பூர வல்லி வகைக்குப் பலம் (1) இடித்துத் தூள் செய்து அவற்றில் பதினைந்து பங்கு செய்து அரை லிட்டர் வற்ற வைத்து அதில் சந்திரோதய மாத்திரையும் கோரோசணைக் குளிகையொன்றும் உரைத்துத் தேன் கழஞ்சு விட்டுக் கொடுக்க சிலேத்தும் சுரம் மயக்கம் தீரும்.

தூதுவேளை, கண்டங்கத்திரி, செம்முள்ளி, சுண்டை, இவற்றின் வேர் சுக்கு வகைக்குக் கழஞ்சு (3) ஒரு படி தண்ணீர் போட்டு அரைக்கால் படியாய்க் கசாயம் செய்து திப்பிலித் தூள் போட்டு ஆறு நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

பாதிரி, வில்வம், பெருங்குமிழ் வேர் வகைக்குக் கழஞ்சு (2) 1 லிட்டர் படிநீர் போட்டு 1/2 லிட்டர் வற்ற வைத்து அதில் 200 கிராம் பொரியரிசியைப் போட்டுக் காய்ச்சிக் குடிக்க நீங்கும்.

வாத சிலேத்ம சுரம் - குணம்

வாத சிலேத்ம சுரம் வந்தால் சுரம், குளிர் காணும், வாய், பிதற்றும், பற்கடிக்கும், காதடைக்கும், கண்ணொளி மங்கும், நாவு தடிக்கும், இருமலெடுக்கும் இரத்தம் விழும், தொண்டை கம்மும், மலங்கட்டும், பசி மந்திக்கும். அசதி இலப்புண்டாகும்.

நிவர்த்தி

வெட்பாலையரசி, விலாமிச்சம், வேம்பு, நெய்நற்கிழங்கு, பெருங்குரும்பை, அதிமதுரம், முந்திரிப்பழம், பேரீச்சம்பழம், கிராம்பு, வில்வப் பழத்தோடு, பொன் முசுட்டை வேர், திரிக்கடுகு, அதிவிடையம், பற்பாடகம், முத்தக்காசு வகைக்கு வராகனெடை (1)

இள வெந்நீரிலரைத்துக் கலக்கிக் கொடுக்கவும். இது போல் மூன்று நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

சன்னி வாத சுரக்குணம்

சன்னிவாத சுரம் வந்தால் மார்பு, கழுத்து, நெற்றி வியர்க்கும், விக்கலெடுக்கும், பிதற்றும் விழி பசக்கும், மேல் முச்சண்டாகும். வயிறு வலிக்கும், கழிச்சல் காணும்.

குணமாகும் ஓளவுதம்

திப்பிலி, சிறு தேக்கு, முற்றக்காசு, பற்பாடகம், சுக்கு, செங்கழுநீர், மகிழம், கோஷ்டம், ஆடாதோடையீர்க்கு, சீந்தில்தண்டு, சிறுகாஞ்சோரி, நில வேம்பு ஆகியவற்றை வகைக்குப் பலம் காய் வீதம் இடித்து இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு காற்படி வற்ற வைத்து மூன்று நாட்கள் (6 வேளை) கொடுக்கத் தீரும்.

உடம்பினுள் உண்டாகும் உட்சுரத்தின் குணம்: இரவு பகல் இடைவிடாமல் சுரம் காயும், உடல் வெளுத்து வற்றும், பித்தத்தால் மயக்கம், தலை நோய் காணும்.

சுகமாக மருந்து

வெந்தயம், மிளகு வகைக்குப் பலம் (2) வீதம் சிதைத்து ஒரு படி தண்ணீர் போட்டுக் கசாயம் செய்து (2) நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

கால்படி காய்ச்சின ஆவின் பாலில் சீனியும், சாந்திர பேதியும் வகைக்கு வராகனெடை (க) பொடித்துப் போட்டு நான்கு நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

பொன்னாங்கண்ணி, முசுமுசுக்கைப் பழம், பாசி நீர்ப்பூலா, சிற்றாமுட்டி, சீதேஸி வேர், செங்கழுநீர் தாழைவிழுது ஆகியவற்றின் சாறு, இளநீர் வகைக்குப் படி கால் ஆவின் நெய் படி (க) ஒன்றாக கலந்து அதில் தான்றிக்காய் கோஷ்டம், அதிமதுரம், சீரகம், நெல்லிமுள்ளி, மல்லி, கண்பிகப்பூ, சிறு நாகப்பூ, சடாமஞ்சில், தேற்றாவிதை, நன்னாரி, முத்தக்காசு, விலாமிச வேர், வெட்டி வேர்

வகைக்குக் கழஞ்சு (3) ஆவின் பாலில் அரைத்துப் போட்டு சீனி பலம் (1) கூடச் சேர்த்து காய்ச்சி வடித்து அந்தி சந்தி சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

பித்தம் அதிகரித்து மந்த சுரம் ஏற்படும். அதன் குணம்:

பித்தம் அதிகரித்து மந்த சுரம் வந்தால், உடல் காயும், வெளுக்கும், நடுங்கும், நாவு வறண்டு கடிந்து நிந்திக்கும். அடிக்கடி இரும்பல் காணும். வயிறு கழியும்.

நிவர்த்திக்கு ஔஷதம்

பேராழுட்டி வேரும், சுக்கும் கசாயம் செய்து கொடுக்க நீங்கும்.

சன்னிவாத சுரம்

சன்னி வாத சுரம் வந்தால் சீந்தில் தண்டு, கடுக்காய், சிவதை வேர், களிப்பாக்கு, சுக்கு, கடுகு, ரோகணி, சிறுவழுதலை வேர் வகைக்குப் பலம் (6) ஆகியவற்றைச் சிதைத்து ஒரு படி தண்ணீர் போட்டு அரைக்கால் படியாய் வற்ற வைத்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

சுக்கு, நறுக்கு மூலம், முசுமுசுக்கை வேர் வகைக்குப் பலம். 50 கிராம் ஆகியவற்றையிடித்துப் பொடி செய்து 500 மில்லி லிட்டர் நீர் கலந்து சூடேற்றி / 200 மி. லிட்டராக்கி 5 மி. லிட்டர் அந்தி சந்தி கொடுக்கத் தீரும்.

குணம், சுரம் சூடாகவும், வயிறு பொருமிக் கழியும், வலிக்கும். வாயு பிரியும். அடிக்கடி புளித்த ஏப்பம், கொட்டாவி விக்கல் உண்டாகும். நாவுலரும், உடம்பு நோகும். வியர்வை உண்டாகும். குரல் கம்மும்.

குணமாக்கும் மருந்து

கற்றாழஞ்சருகு, ஆலஞ்சருகு, முக்கா வேளை வேர், முருங்கை வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் (2) நொச்சி வேர் பலம் (4) ஆகியவற்றையிடித்து (2 படி) தண்ணீர் போட்டு ஒருபடியாய் வற்ற வைத்து வேளையொன்றிற்கு அரைக்காற்படி வீதம் மூன்று போது கொடுக்கத் தீரும்.

திரிக்கடுகு, திரிபலை, திப்பிலி, மூலம் சங்கம் வேர், சித்திர மூலம், வசம்பு, ஒமம், வகைக்குப் பலம் (6) ஆகியவற்றை முன் போல் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

திரிபலை, கடுகு, ரோகணி, சுக்கு, பேராமுட்டி, சிற்றாமுட்டி வகைக்குப் பலம் (6) முன்பு போலக் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

அஸ்தியைப் பற்றின சுரத்தின் குணம்

தாகம் அதிகரித்துக் காணும், தேகம் வெளுக்கும், குளிர்ச்சியாயிருக்கும். ஒவ்வொரு நேரம் சுரம் அதிகமாகக் காய்ந்து விட்டு விடும்.

நிவர்த்தி

பேய்ப்புடல், முத்தக்காசு, பற்பாடகம், பாடாவிரை, கடுகு, ரோகணி சுக்கு, வகைக்குப் பலம் (6) ஆகியவற்றை இடித்து (2) படித் தண்ணீர் போட்டுக் கியாமும் செய்து கொடுக்கத் தீரும். இவை எல்லாம் இச்சாபத்தியம்.

ஒரு நாள் விட்டு மறு நாள் வரும் மாறாச் சுரத்திற்குப் பற்பாடகம், பேய்ப்புடல், அதிமதுரம், சீந்தில்தண்டு, அதன் வேர் கொடுப்பை வேர், முத்தக்காசு, மல்லி, சுக்கு, வராகனெடை மூன்று ஆகியவற்றைச் சிதைத்து ஒருபடி சலத்திற் போட்டு அரைக் காற்படியாய் வற்ற வைத்து, அதில் தேன் விட்டுக் கொடுக்கத் தீரும். இவ்வாறு ஆறு நாட்கள் கொடுக்கவும்.

தாப சுரத்திற்கு

தாபசுரம் வந்தால் பேராமுட்டி, சிறு காஞ்சோரி, நன்னாரி, சிறுகீரை, பொன்னாங்கனி, ஆவாரை, நில வேம்பு, முத்தக் காசு, சிறு தேக்கு, மல்லி ஆகியவற்றை வேளைக்கு வகைக்குக் காற்பலம் வீதம் இடித்து இரண்டு படி சலத்திற் போட்டுக் கசாயம் செய்து பகலிலும், இரவிலும் கொடுக்கத் தீரும்.

முத்தக்காசு, மா வீர்க்கு, மேற்படி வேர், விலாமிச்ச வேர், பற்பாடகம், நெற்பொறி, சிறு பயிறு வகைக்கு கழஞ்சு (2) நாலுபடி

தண்ணீரிற் போட்டு (1) படியாய் வற்ற வைத்து அதைக் கசாயம் வைத்துக் கொண்டு ஒரு வேளைக்கு அரைக்கால் படி வீதம் சந்தனம், பச்சைக் கற்பூரம், உருத்திராட்சம், வகைக்கு வராகன் (அரை) அரைத்துக் கலக்கி (சா) 6 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

கோஷ்டம், அதிமதுரம், நெல்லி முள்ளை, விலமிச்சம் வேர், வெட்டி வேர், முத்தக்காசு சந்தனம் நெற்பொறி வகைக்குக் கழஞ்சு (அ) அரைப்படி இளநீரில் போட்டு அரைக்கால் படியாற் வற்ற வைத்து கொடுக்கத் தீரும்.

தாபச்சுரம் - நாவறட்சிக்கு

தாபசுரம் நாவறட்சி ஏற்பட்டால் வில்வ வேர், விலா மிச்ச வேர், நன்னாரி, அதிமதுரம், சோம்பு, விளாவரிசி, முத்தக்காசு, நெற்பொறி, முந்திரிப்பழம், நெல்லி முள்ளி, இலுப்பைப் பூ, சுக்கு வகைக்கு வராகனெடை (9) இவற்றைச் சிதைத்துக் கியாழஞ் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

விஷ பாக சுரத்திற்கு

விஷபாகசுரத்திற்கு நெருஞ்சில், விழி குருந்தொட்டி சிறுபூளை, அழுக்கரா, நன்னாரி, பெருங்குமிழ், சீந்தில் முன்னை, பாதிரி சிறுவழுந்தலை, சிறிகாஞ்சோரி, சிற்றாமணக்கு, மலை தாங்கி, சந்தி சாரணை, கூலிளை, ஆடோதோடை, சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, வெதுப்படக்கு, நீர் முள்ளி ஆகியவற்றின் வேர், விலாமிச்ச வேர், கற்றாழஞ்சருகு, பற்பாடகம், தாமரை வளையம், சன்னலவங்கம், அரத்தை, சிறு கடுகு, திப்பிலி மூலம் செவாயம், சிந்திர மூலம் கோஷ்டம், சிறு தேக்கு, தேவாரம், கோரைக் கிழங்கு வகைக்கு இரு கழஞ்சு வீதம் இடித்து மூன்று பங்கு செய்து ஒரு பங்கை இரண்டு படி சலத்திற் போட்டுக் கசாயம் செய்து கொடுக்கவும்.

இரத்தத்தைப் பற்றின சுரத்தின் குணம்

இரத்தத்தைப் பற்றின சுரம் வந்தால் சுரம் அதிகமாய் அடிக்கும். தாகம் எடுக்கும். இளைப்பு வியர்வை, மூர்ச்சை காணும், சித்தப் பிரமை கொள்ளும். உடம்பு நோகும்.

நிவர்த்திக்கு ஒளவுதம்

தாமரை வளையம், அமுக்குரா கிழங்கு, கொடி வேலி வேர் போராமுட்டி, வசம்பு, சுக்கு வகைக்குப் பலம் (4) இவற்றை நசுக்கு இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு அரைப்படியாகக் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

மாமிசத்தைப் பற்றின சுரத்தின் குணம்

மாமிசத்தைப் பற்றி சுரம் வந்தால் அதிகமாய் சுரமடிக்கும். சுவாசம் காணும். தேகமெல்லாம் நமைச்சல் எடுக்கும். நோகும். ஆயாசம், மூர்ச்சை காணும். மயிர் கூட்ச்செரியும்.

சுகமாக மருந்து

பேராமுட்டி, நாகமல்லி, சுக்கு, திரிபலை, கடுகு ரோகணி, மருட் கிழங்கு, சிற்றாமுட்டி, பாலைவேர், பேய்ப்பாலை, சோற்றி வகைக்குப் பலம். (4) முன் போல் கியாழஞ் செய்து தினம் மூன்று வேளை மூன்று நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

சுகல முறை சுரத்திற்கு

திப்பிலி, திப்பிலி மூலம் வகைக்கு வராகனெடை (5) சுக்கு செவியம், வாய்விடங்கம், மல்லி வகைக்கு வராகனெடை (3) கடுக்காய், பேய்ப்புடல், நெல்லி, முள்ளி, வகைக்குப் பலம் (க) ஆகியவற்றையிடித்து (9) பங்கு செய்து வேளையொன்றிற்கு ஒரு பங்கை இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டுக் காற்படியாக வற்ற வைத்து (6) வேளை கொடுக்க முறை சுரம் முதலான சுகல சுரங்களும் தீரும்.

விடாக் காய்ச்சலுக்கு

விடாக் காய்ச்சல் ஏற்பட்டால் ஒரு சுண்டக்காய் அளவு அவிரி வேருடன் ஐந்து மிளகைக் கூட்டி, வெந்நீரிலரைத்துக் கலக்கி அதில் குன்றுமணி அளவு கரைத்துக் கொடுக்கவும். படி (3) நாள் காலை மதியம் கொடுக்கத் தீரும்.

மூன்று முறை குளிர் சுரத்திற்கு

மூன்று முறை குளிர்சுரம் வந்தால் சிறு தேக்கு, பற்பாடகம், முற்றக்காசு, சீந்தில்தண்டு, நன்னாரி, சிறுகாஞ்சோரி வேர், தேவதாரம், கோஷ்டம், பேய்ப்புடல், சுக்கு வகைக்குப் பலம் (1) இடித்து இரண்டு படி தண்ணீரிற் போட்டு வற்றக் காய்ச்சி இந்தப் படி 6 வேளை 10 மி.லிட்டர் அளவு கொடுக்கத் தீரும்.

மந்த சுர நடைக் குறியும், நோய் குறி குணங்களும் - அறுசீர் விருத்தம்

வாதந்தான் தனித்து நின்று வந்திடும் பந்து போல

தீற்ற வெதும்பி நின்றால் வக்கியே மந்தம் பற்றும்

ஏதுவால சுரங்கள் கண்ட திடை விடா நிற்குமல்லாமல்,

தாதுவம் குறைந்து நின்று தன்னையும் மறக்கச் செய்யும்.

வாதத்தின் அளவையுணர்த்தும் நாடியானது பித்தத்தின் அளவை வளர்த்தும் நாடியுடனும், ஐயத்தின் அளவையுணர்த்தும் நாடியுடனும் கலவாமலும், பிற நிலை அடையாமலும் தனியாயிருந்து அடிப்பதற்குப் போடுகின்ற பந்து மேலுக்குக் கிளம்புவது போல் மேலுக்குக் கிளம்பி வளைதல், முடங்குதல், போன்ற குற்றங்களில்லாமல் காணப்பட்டால் மந்தத்தால் வலி மிகுந்து மலஞ்சிக்கி சுரமுண்டாகி, அது விடாச் சுரமாகி காய்வதுமல்லாமல் அச்சுரங்கண்டவனையும் உணர்ச்சியில்லா வண்ணமும் செய்யும்.

ஒருவனுக்கு வாயு உணவாலும், அவ்வாயுவை உண்டாக்கும் செய்கைகளாலும் வாயு தோன்றி அதனால் மந்தமுண்டாகும். அதனால் மலக்கட்டு, நீர்க்கட்டுகள் ஏற்பட்டு நோய்கள் வெளிப்பட்டு வருந்துவானாம்.

மந்தம் வரும் வழிகளாவன

அளவுக்கு மிஞ்சி அன்ன முன்னல், அளவுக்கு மிஞ்சி ஊன் உண்ணல், அளவுக்கு மீறி மாப்பண்டம் உண்ணல், எருமைப்பால் பருகல் போன்றவற்றாலும், பித்த மிகுதியினாலும் மந்தம் வரும். "பசித்த பின் புசி"

இதனை

காணுமே மந்தங் கவனிக்கு மன்னந்தால்
காணுமே மந்தங் கடுமா மிச மீறில்
காணுமே மந்தங் கலந்தமாப் பண்டந்தால்
காணுமே மந்தங் கருமேதிப் பாலுக்கே

மந்த சுரத்தால் ஏற்படும் குறிகள்

மந்த சுரம் வந்தால் உடல் நிறக் குறைவு உண்டாகும். உடல் இளைத்துக் காணப்படும்.

குணம்

மந்த சுரம் வந்தால் ஏழு நாள் அல்லது பத்து நாட்கள் வரையிலும் உடல் பசியும், நீர் வேட்கையும் ஏற்படாது. உடம்பு எரியும் (சூடாகும்). மலக்கட்டு, சிலவேளை நீரில் விருப்பம், தலைவலி, இருமல், இறைப்பு, வாந்தி, விக்கல், கை கால்கள் வலிகள் என்னும் குறிகள் ஏற்படும்.

தகுந்த மூலிகை மருந்து கொடுத்து இந்தச் சுரத்தை நீக்க வேண்டும். தவறினால், மலைவாத ஜன்னி முதலிய நோய்கள் ஏற்படும்.

ஆகையால் இந்தச் சுரத்திற்கு காரணமான மலக்கட்டைச் சிறு பேதிக்குக் கொடுத்து ஒழித்துப் பசியையுண்டாக்கி மந்தத்தைப் போக்குவதும், சுரத்தை நீக்குவதுமான மருந்துகளைக் கொடுத்து நோயை விலக்க வேண்டும்.

மருந்து

பூரக்கட்டு, மல்வாத ராட்சசம், சிவனார் அமிர்தம், வாத ராட்சசம் ஆகிய மருந்துகளைத் தகுந்த துணை மருந்துடன் உட்கொள்ளலாம். முறைப்படிச் சித்த மருத்துவர்களை அணுகி சுரத்தை நீக்க ஆலோசனை பெறவும்.

மத்திய சுரம், மலைச் சுர நாடி நடைக் குறிகள் அறுசீர் விருத்தம் :

உற்றிடும் வாத நாடி யொருவிர லுள்ளே நின்று

பற்றியே சிலும்பி நின்று பையவே நடக்கு மாயின்

மத்திய சுரமே யாகும் மலைச்சுர மதுதா னாயின்

அந்தியே பற்றி யோடியடங்கிடா யெழும்பி நிற்கும்

இச் செய்யுள் மத்திய சுர நாடி நடைக் குறியையும் மலைச் சுர நடைக் குறியையும் கூறுகின்றது.

நமது உடல் (உடம்பு) உண்டாவதற்கும், நிலைத்தற்கும் காரணமான வாதத்தின் அளவை உணர்த்தும் நாடியானது முதல் விரலாகிய கபடு விரல் வைக்குமிடத்தில் தனக்குக் கூறப்பட்டுள்ள இடத்தின் அளவினுள்ளேயே, கீழ் மேல் தாவுதலின்றி இருந்து கொஞ்சம் ஒரு வகையான வன்மையைப் பெற்று உதறு நடை காட்டிப் பிறகு கொஞ்ச நேரம் அவ்வுதறு நடை இல்லாமலிருந்து மீண்டும் மெதுவாக நடந்து காட்டினால் மத்திய சுரம் உண்டாயிருக்கும்.

அச்சுரம் மலைச் சுரமாக இருந்தால் அவ்வாத நாடியானது எலும்புக்கட்டை தொடர்ந்தோடி அவ்வெலும்பைப் பற்றி வெளியில் வந்து அந்த நாடியின் விரைந்த நடை ஒரே மட்டமாக அடங்கி விடாமல் சில வேளைகளில் மிகுந்தெழுவதும், சில வேளைகளில் அடங்கி நிற்பதுமாகவிருக்கும்.

ஈண்டு (இங்கு) மத்திய சுரம் என்றது சுரந்தொடங்கி ஒன்பது நாட்களுக்கு மேல் பதினைந்து நாட்கள் வரைக்குமுள்ள சுரம் எனச்

சிலரும், சுரந்தொடங்கி ஏழுநாட்களுக்கு மேல் பத்து நாட்கள் வரைக்குமுள்ள சுரம் என்றும் கூறுவார்கள். இதனை,

தொடக்கச் சுர நடுச் சுரம் பழஞ் சுரமென

அடுக்கு மூன்று யறைந்தவன் ரவை நாள்

ஒன்பது பதினைந் துற்றதின் மேலெனப்

பன்னல் மரபேழ் பத்ததின் மேலா

வருமிரா வரையென வழந்தினார்

மருவும் வயித்திய மரபி ராமால்

என்னும் சுர நூல் அகவற் பாவவறிக

இதனால் மத்திய சுரக் கொள்கையானதை ஒப்பி அதன் நாடி நடைக் குறியையும் கூறினாலும் சுரமானது தொடக்கச் சுர நாளளவுங் கூட இராமல் முன்னரே தீர்ந்து வருமாயின் அப்போது மேற் கூறப்பட்ட நாளளவு பேரும் வைத்தற்கியலாமையால் எல்லாச் சுரங்களுக்கும் இவ்விதியைக் கொள்ளல் தவறென அறிய வேண்டும்.

எனவே நாட்பட்ட சுரங்களுக்கே இவ்விதி பொருந்துமென்று கொள்ளல் வேண்டும். மலைச் சுரம் என்றது குறிஞ்சி சுரம். அதுவே குளிர் சுரம், நலிற் சுரம், மாற்ற் சுரம், முறைச் சுரம் எனத் தமிழ் மருத்துவர்களாலும், ஆதிக சுரம் என வடநாட்டு மருத்துவர்களாலும் அழைக்கப்படுகிறது.

இதையே ஆங்கில மருத்துவர்கள் மலேரியா (Malaria) என்று கூறுகின்றனர். அது மலைச்சுரம் என்றும் தமிழ்ப் பேரைத் துணை கொண்டது போலும். இதை ஆய்ந்தவர் இது மலைச் சுரம் என்று சொன்னதோடு விட்டு விடாமல் எலும்பைப் பற்றி வருவதென "அந்தியே பற்றியோடி" என்னுங் குறிப்பாற் கூறினார். அதனால் அவர் ஆய்வுப் படி அம் மலைச்சுரத்தில் நாலா முறைச் சுரத்தைக் கூறியதாகத் தெரிகிறது. அது எலும்புக்கட்டைப் (அஸ்தி தாதுவைப்) பற்றி வருவதென்பது வடநாட்டு வைத்தியர்கள் கொள்கை யாதலின்.

ஆனால் தேரையர் மலைச்சுரம் உள்ளீரலைப் பற்றி வருவதென்கிறார். இதை :

உள்ளீரலுக்குள் குளிந் தெழுந்த கவயவியை

குலுக்கியாட்டும் குளிர் சுரமும்.

என்று நாம் செய்தருளிய தயிலவருக்கச் சுருக்கத்தில் அதற்குத் தயில செய்யுளில் புகன்றுள்ளதாலறிக

இதுவே தமிழ் மருத்துவர்கள் ஆட்சியிலுள்ளதும் ஆங்கில மருத்துவர்கள் கூறுவதுமாகும்.

மலைச்சுரக் குறி

மலைச்சுரம் உண்டானால் அதன் செய்கை மிகவும் கடுமையாக இருக்கும். நாவில் வெடிப்பையும் காண்பிக்கும். மிகக் கொடுமையான கொதிப்புடைய இந்தச் சுரங்கள் உடம்பில் நாள்பட இல்லாமல் உடலை விட்டு நீங்கி விட வேண்டுமானால் நன்றாய் தூய்மை செய்யப்பட்டு உடம்புக்குப் பொருந்துமாறு நன்றாய் தயார் செய்யப்பட்டு அந்தச் சுரங்கள் அவ்வுடலை விட்டுத் திரும்பப் போவது உண்மையாம். அதன் நீரும் (பற்பமும்) செந்தூரமும், சுண்ணமும், பதங்கமும், மெழுகும் அது கலந்த மாத்திரை முதலியவைகளாகும்.

மேற்படி மலைச்சுரத்தை "சுரங்கள்" எனப் பன்மையார் கூறியது. அந்தச் சுரத்தின் பிரிவுகளை உணர்த்துவதற்கென அறிய வேண்டும்.

அந்தப் பிரிவுகளாவன :

ஒரு நாள் விட்டு மாறல்

இரு நாள் மாறல்

மூன்று நாள் மாறல்

நான்கு நாள் மாறல்

ஐந்து நாள் மாறல்

இரவு மாறல்

ஒரு வாரம் மாறல்

பதினைந்து நாள் மாறல்
ஒரு திங்கள் மாறல்

இந்தச் சுரக் குறி குணங்களையும் அதன் வகைகளையும்:

ஆய்மா நற்சுரத் தருங் குண முரைக்கின்
நோயினிறிற் பொல்லா நோயென்று நுவலும்
குளிநுடம் பெரிவு கொடுஞ் சந்தாபம்
புளகித மிருமல் பொருகண் ணோவு
தலைவலி யுடம்பு தருவிலா நோதல்
நிலையி லபத்திய நினைவொ டந்திரை
நீடுகால் முகமார் வாடி யிருந்தால்
நகக்கண் வெளுப்பு நல்லுடல் வெறுப்பு
மிகக்கண் பச்சென வேநிற மாதல்
போட்ட காலும் போட்ட கையும்
நீட்டியு முடக்கியு நிலைத்தடு மாறல்
உள்ளங் கால் கை யொடுங்க விரிதல்
ஒள்ளிய தான வுதரக் கழிச்சல்
ஒரு நாள் மாறல் இரு நாள் மாறல்
மருவு மூன்று நாள் மாறி வந் திடுதல்
நான்குநா னைந்து நாளுடன் மாறலிப்
பான்மை போலவே பாதி ராத்திரியில்

மலக்கட்டு

நற்பதி நைந்து நாளையில் மாறல்
மற்பெறு மாத மாறி வந்திடுதல்
இவ்வகை யனைத்து மவ்வியல் விதியே.
என்னும் ஆவற் பாவாலுணர்க.

இவ்வகை நூலில் ஒள்ளியாதான வுதர்க் கழிச்சல் என்றதையும்
முன் செய்யுளடியில் தேரையார் சொன்னதாக எழுதப்பட்டுள்ள

“உள்ளீர் லுக்குள் குளிர்ந்தெழுந்த கவயலின்

குலுக்கியாட்டும் குளிர் சுரமும்”

என்றதையும் வழக்கையுங் கொண்டு ஆராயுங்கால் என்றதையும் வழக்கையுங் கொண்டு ஆராயுங்கால் குளிர் சுரமாகி (மலேரியா) **Malaria**வானது கல்லீரலிலும் மண்ணீரலிலும் பொருந்திவரும் என்று கொள்ள வேண்டும்.

இக் கல்லீரலில் லிவர் (**Liver**) என்றும், மண்ணீரல் ஸ்பிளீன் (**Spleen**) என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

கல்லீரல் என்பது வலப்பக்க விலாவின் அடிப்பக்கமுள்ள ஊன் திரட்சி.

மண்ணீரல் என்பது இடப்பக்க விலாவின் அடிப்பக்கமுள்ள ஊன் திரட்சி.

இவ்விரண்டில் கல்லீரல் பித்த இயைபுள்ள இடமாதலால் அதைப் பற்றி வருஞ்சுரத்தில், சிலர்க்கு மலம் சிக்குதல், சிலருக்கு மலம் கழிதலுண்டாம். அதில் சேரும் வாயுவால் சிலருக்கு மலச் சிக்கலே ஏற்படும்.

மண்ணீரல் வாத இயைபுடைய இடமாறுதலால் அதைப் பற்றிய சுரத்தில் மலச்சிக்கலேயுண்டாக்கும். அது வாதவியாதி யுடையது என்பதை,

“நேரான கிரணியோடு பீலிக வாயு” என்பதறிக.

சுர மருந்து வேறுபாடு - அறுசீர் விருத்தம்

நாட்டினிற் சுரங்கள் கண்டு நலம்படா திருக்குமாயின் காட்டின் மூலிகையினாலும் கசாயத்தின் வலிமையாலும் மூட்டிய குளிகையாலு முருகிய

கற்கந்தாலும்

வாட்டமா மென்று நூலோர் வழத்திய குணமிதானே.

இந்த உலகில் மக்களுக்குச் சுரநோய் உண்டாய் விரைவில் நன்மையாகா திருந்தால் அச்சுரங்கள் காட்டு மூலிகைகளாலும், வலிய குடிநீர்களாலும், குளிகைகளாலும், கற்கங்களாலும் தணிந்து விடுவனவாமென்று மருந்து நூலோர்கள் கூறினார்.

மூலிகைகள் என்பன வேளை, தும்பை, துளசி, பேய்ப்புடல் போன்றன.

கசாயம் என்பன : சிறுகாஞ்சொரிக் குடிநீர், பேய்ப்புடல், ஆடாத்தோடைக் குடிநீர், சீந்தில் குடிநீர் போன்றவை.

குளிகை என்பன : வசந்த குசமாகரம், வாத ராட்சசம், இலிங்கபூபதி, எம தண்டக் குளிகை போன்றவை.

கற்கம் என்பன : ஓமக் கற்கம், பஞ்ச தீபாக்கினிக் கற்கம், திப்பிலியாதிக் கற்கம் போன்றவை என்றணர்க.

இந் நூற்றலைவர் காட்டின மூலிகையினாலும் என்றதால் முல்லைநிலப் பொருள் மாத்திரம் கூறினாரென்று சிலர் கூறுவார்கள்.

காட்டைச் சொன்னதனால் மற்றைய குறிஞ்சி, மருதம் ஆகிய நிலப் பொருள்களையும் உடன் கொள்ள வேண்டும்.

ஏனெனில் “ உடன் பிறந்தார் சுற்றந்தார் ” என்னும் முதற் குறிப்புச் செய்யுளில் “உடன் பிறவா மாமலையிலுள்ள மருந்தே பிணி தீர்க்குமென்று சொன்னதைக் கொண்டு குறிஞ்சி நிலப் பொருளையும்

“யாதவர் மாலை யாப்பவர் வேடர்கள்

காதமயிர் மாயினுங் கடந்திடு

காதகத் கொடு கானிலுரை பவர்

ஒதிக் காட்டுசெர் மூலிகையுண்மையே” என்றும்

இக்கவிவிருத்தத்தில் சொல்லப்பட்ட யாதவர் என்னும், இடையரும், மாலை கட்டுகிறவர்களும், வேடர்களும், கானவர்களும், மூலிகைகளை இன்ன மூலிகையென்று காட்டி அவற்றின் குணங்களைக் கற்பிப்பார்கள் என்றிருப்பதால் அவர்கள் முறையே காடு, மலை, பாலை ஆகிய நிலங்களில் விளையும் பொருள்கள் யாவும் தெரிந்தவர்கள்.

ஈண்டுக் கசாயம் என்றது மூட்டிய குளிகை, முடுகிய கற்கம் என்றவை அரைக்கும் மருந்துகள்.

மூன்று முறைக் குளிர் சுரத்திற்கு

மூன்று முறை குளிர் சுரத்துக்கு சிறு தேக்கு பற்பாடகம், முத்தக்காசு, சீந்திற் தண்டு, நன்னாரி, சிறுகாஞ்சேரி வேர், தேவாரம், கோஷ்டம், பேய்ப்புடல், சுக்கு வகைக்குப்பலம் (2) இடித்து இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு வற்றக் காய்ச்சி இந்தப் படி (6) போது கொடுக்கத்தீரும்.

ஒன்றை விட்டொரு நாள் வரும் மாந்த சுரத்திற்கு

ஒரு நாள் விட்டு மறு நாள் வரும் சுரத்திற்கு. பற்பாடகம், பேய்ப்புடல், அதிமதுரம், சீந்தில்தண்டு அதன் வேர் கொடுப்பை, முத்தக்காசு, மல்லி, சுக்கு, வராகனெடை (3) ஆகியவற்றை சிதைத்து ஒரு படி ஜலத்திற் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்ற வைத்து அதில் தேன் விட்டுக் கொடுக்கத் தீரும். இவ்வாறு ஆறு நாட்கள் கொடுக்கவும்.

தாப சுரத்திற்கு

தாபசுரத்திற்கு பின் வருமாறு மருந்து கொடுக்கலாம்:

1) பேராமுட்டி, சிறு காஞ்சேரி, நன்னாரி, சிறுகீரை, பொன்னாங்கனி, ஆவாரை, நிலவேம்பு, முத்தக்காசு, மல்லி, சுக்கு, சிறு தேக்கு இவற்றை வேளைக்கு வகைக்கு காற்பல வீதம் இடித்து இரண்டு படி சலத்தில் போட்டுக் கசாயம் செய்து பகலிலும், இரவிலும் கொடுக்கத்தீரும்.

2) முந்திரிப்பழம், சிறு நாகப்பூ, அதிமதுரம், செங்கழுநீர் கிழங்கு, (பிரண்டைக்கிழங்கு) நன்னாரி வேர் ஆகியவற்றை வகைக்குக் கழஞ்சு வீதம் சிதைத்து ஒரு படி சலத்திற் போட்டுக் கசாயஞ் செய்து கொடுக்கவும். இந்தப் படி மூன்று நாட்கள் கொடுத்தால் தாப சுரம் நீங்கும்.

3) முத்தக்காசு, மாவீர்க்கு மேற்படி வேர், விலாமிச்சு வேர், ஒரு பற்பாடகம், நெற்பொரி, சிறு பயிறு வகைக்குக் கழஞ்சு (2) நாலுபடி சலத்திற் போட்டு படியாய் வற்ற வைத்து அதைக் கசாயம் வைத்துக்

கொண்டு ஒரு வேளைக்கு அரைக்காற்படி வீதம் சந்தனம், பச்சைக்கற்பூரம், உருத்தி ராகூம், வகைக்கு வராகன் (அரை) அரைத்துக் கலக்கி (6) வேளைகள் கொடுக்கத்தீரும்.

4) கோஷ்டம், அதிமதுரம், நெல்லி, முள்ளி, விலாமிச்சம் வேர், வெட்டி வேர், முத்தக்காசு, சந்தனம், நெற்பொரி வகைக்கு கழஞ்சு (2) அரைப்படி இளநீரிற் போட்டு அரைக்கால் படியாத வற்ற வைத்துக் கொடுக்கத்தீரும்.

தாப சுரம் நாவறட்சிக்கு

தாபசுரத்தால் ஏற்படும் நாவறட்சிக்கு வில்வ வேர், விலாமிச்சவேர், நெருஞ்சில் வேர், நன்னாரி, அதிமதுரம், சோம்பு, விளாவரிசி, முத்தக்காசு, நெற்பொறி, முந்திரிப்பழம், நெல்லி முள்ளி, இலுப்பைப் பூ, சுக்கு வகைக்கு வராகனெடை (3) ஆகியவற்றைச் சிதைத்துக் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

விஷ பாக சுரத்திற்கு

விஷக் காய்ச்சலுக்கு : நெஞ்சில் வீழி, குருந்தொட்டி, சிறு பூளை, அமுக்கரா, நன்னாரி, பெருங்குமிழ், சீந்தில், முன்னைபாதிரி, சிறுவமுதலை, சிறு காஞ்சேரி, சிற்றாமணக்கு, மலைதாங்கி, சந்தி சாரணை, ஆடோதோடை, சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி, வெதுப்படக்கி, நீர் முள்ளி ஆகியவற்றின் வேர்கள், விலாமிச்ச வேர், கற்றாழைச்சருகு, பற்பாடகம், தாமரை வளையம், சன்னலவங்கம், அரத்தை, திரிகடுகு, திப்பிலி மூலம், செவியம் சிந்திர மூலம், கோஷ்டம், சிறு தேக்கு, தேவாரம், கோரைக் கிழங்கு வகைக்கு இரு கழஞ்சி வீதம் இடித்து மூன்று பங்கு செய்து ஒரு பங்கை இரண்டு படி சலத்திற் போட்டுக் காற்படியாய் வற்ற வைத்து அதில் ஒரு பங்கு வெங்காரத்தைப் பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்கவும். இப்படி ஆறு வேளைக்குக் கொடுத்தால் விஷக்காய்ச்சல் தீரும்.

சுரத்தின் பேரில் உடல் வீக்கங் கொண்டால்

சுரத்தையொட்டி உடல் வீக்கம் கொண்டால் சங்கு, நன்னாரி, தூது வேளை, துளசி, கஞ்சாங்கோரை, நீர் முள்ளி, வெதுப்படக்கி,

ஆகியவற்றின் வேர்கள், பிரமி கையாந்த கரை வகைக்கு ஒரு பிடி, சுக்கு (2) கடுக்காய் (4) ஆகியவற்றை யிடித்து இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டுக் கியாழஞ் செய்து மூன்று வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

இரவில் காணும் சுரத்திற்கு

பேராழுட்டி, விஷ்ணு கரந்தை, பாலை (பேய்ப்பாச் சோரி) சோற்றுக் கற்றாழை, நாகமலிகை, சிற்றாழுட்டி, ஆகியவற்றின் வேர்கள், கடுகு ரோகணி, ஆகியவற்றை வகைக்குப் பலம் (4) விகிதம் சிதைத்து இரண்டு படி சலத்திற் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்ற வைத்து (1) போது கொடுக்கத் தீரும்.

குளிர்க் காய்ச்சல், நடுக்கம் காய்ச்சலுக்கு

குளிர்க் காய்ச்சல் வந்தால் மிளகைக் கசாயஞ் செய்து சாப்பிட்டால், அல்லது தேவதாரம், பற்பாடகம், கடுக்காய், உலர்ந்த இஞ்சி, கண்டங்கத்திரி, கோஷ்டம், குமிழ் வேர், சிறு தேக்கு, வகைக்கு ஒரு பலம் வீதம் இடித்து இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு எட்டில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி, கொடுக்கத்தீரும். சீந்தில், வழுதலை, நிலவேம்பு, குமிழ் ஆகியவற்றின் வேர், உலர்ந்த இஞ்சி, கடுக்காய், கடுகு, ரோகணி, கோஷ்டம், சிறு தேக்கு, தேவதாரம், பற்பாடகம், ஆடாதோடை வகைக்குப் பலம் (4) விகிதம் இடித்து இரண்டுபடி தண்ணீரில் போட்டு எட்டில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி, வேளையொன்றுக்கு அரைக்காற்படி விகிதம், திப்பிலிப் பொடி வராகனெடை ஒன்று கூடப் போட்டு ஆறு வேளைகளுக்குக் கொடுக்கத் தீரும்.

பழங்காய்ச்சலுக்கு

பழங்காய்ச்சல் வந்தால் சிறுகாஞ்சோரி, சிறுவழுதலை, சீந்தில், ஆகியவற்றின் வேர், பற்பாடகம், பேய்ப்புடல், சுக்கு, முத்தக்காசு, வகைக்குப் பலம் (4) இடித்து மூன்று பங்கு செய்து வேளைக்கொரு பங்கு விகிதம் இரண்டு படி தண்ணீர் போட்டு அரைக்காற் படியாய் வற்ற வைத்து தேன் விட்டுக் கொடுக்கத் தீரும்.

நன்னாரி வேர், விலாமிச்சம் வேர், முத்தக்காசு, திரிகடுகு, மல்லி, செந்தொட்டி வேர், பற்பாடகம், பேய்ப்புடல் வகைக்குக் கழஞ்சி (2) இடித்து (3) பங்கு செய்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு பங்கை இரண்டு படி தண்ணீரில் போட்டு வற்றவைத்து அதில் தேனும், திப்பிலிப் பொடியும் போட்டுக் கொடுக்கவும். இப்படி ஆறு வேளை கொடுக்கத்தீரும்.

சந்தி காய்ச்சல், நடுக்கம், தவணத்திற்கு

சந்தி காய்ச்சல், நடுக்கம் ஏற்பட்டால் நெற்பொறி, வறுத்த பாசிப்பயிறு, பற்பாடகம், பெரும் பூசணி வேர், வில்வ வேர் வகைக்குக் கழஞ்சு (4) இடித்து இரண்டு படி தண்ணீரிற் போட்டுக் கசாயஞ் செய்து கொடுக்கவும். தாகம் அதிமாக இருந்தால் காற்பலம் அதிமதுரத்தைக் கூட்டிக் கசாயஞ் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.

சளி, காய்ச்சல், மலபந்தத்திற்கு

பேய்ப்புடல், கடுக்காய், நெல்லி முள்ளி, ஆடோதோடை, கண்டங்கத்திரி, மர மஞ்சள், கடுகு, ரோகிணி, செம்முள்ளி, வேர் கொடி வேர், சந்தனம், வேலிப்பருத்தி, திப்பிலி வகைக்குக் கழஞ்சி (3) இடித்து மூன்று கூறு செய்து வேளையொன்றுக் கொரு பங்கை இரண்டு படி தண்ணீரில் போட்டுக் கசாயஞ் செய்து கொடுக்கச் சளி காய்ச்சல், மலபந்தம் தீரும்.

காய்ச்சலுக்குக் கொடுக்கும் விரோசனம்

கற்றாழஞ் சருகு, கடுக்காய், கருவேம்பின் பட்டை, கார் போலரிசி வகைக்குப் பலம் (2) ஆகியவற்றைச் சிதைத்து கசாயஞ் செய்து கொடுக்க, விரோசனமாகிய காய்ச்சல் மட்டுப்படும்.

சுளுக்குக் காய்ச்சலுக்கு

கொத்துமல்லி, திரிகடுகு, பேராமுட்டி வகைக்குக் கழஞ்சு (3) விகிதம் இடித்து படி நீரில் போட்டுக் காற்படியாய் வற்ற வைத்து இந்தப் படி (3) நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

அதிச்சாரக் காய்ச்சலுக்கு

பங்கம் பாளை, சுக்கு , முத்தக்காசு, சிறு காஞ்சோரி வேர்
ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய்க் கசாயம் செய்து கொடுக்கத் தீரும்.





கர்மவியாதிகளைப் பற்றிய விதிகள்

நோய்கள்

சித்தர் முறைப்படி மூன்றுவித அறிவு பேதங்களும், ஐம்புலக் கருவிகளையும் பன்னிரண்டுவித தேகக் கூறுபாடுகளையும் பெற்றுள்ள விந்து நாதத்தையும், சீரணித்த வஸ்துக்களையும் தாக்குதலினால், அவற்றின் இயல்பான தொழில் இயற்றும் செயல்கள் மாறுபடும். இதைத்தான் வியாதி அல்லது நோய் என்று கூறுகிறோம்.

காலம், அறிவு, புலன் ஆகியவை தொழில் இயற்றும் செயல்களில் குறைவின்றி இருந்தால் அதையே ஆரோக்கியம் என்று சொல்கிறோம். ஆகவே நோய் என்பது உடம்பை அடுத்த தொழில் பேதத்தினால் மாத்திரமல்ல, மனோவிகற்பத்தையும் சார்ந்ததாகும். இது மனோ ஆரோக்கியம் என்பதே தேக ஆரோக்கியம் ஆகும் என்னும் பழமொழியைக் குறிக்கும். ஆகவே நோய் என்பது தேக வியாதி, மனோவியாதி என்று இரண்டு வகைப்படும். ஒன்று மற்றொன்றுக்குக் காரணம். உண்மையாகவே மனோ வியாதி தேக வியாதிக்கு இடங்கொடுக்கும். அப்படியாகவே தேக வியாதி, மனோவியாதிக்கு இடம் கொடுக்கும். இந்த இரண்டு விதமான நோய்களுக்கும் தேகத்தின் கூறுபாடே ஆதாரமாகவுள்ளது.

கர்மானுசாரம் என்பது அடுத்த சன்மத்தின் தீக் கரும காரணத்தினால் சூட்சும தேகத்திற்கு ஏற்படும். ஓர் அபாயம் ஆகும்.

இத்தகைய எல்லா நோய்களும் பூர்வ சன்ம கர்ம காரணத்தால் ஏற்பட்டது. அவற்றில் சிலது இயற்கையான காரணத்தினாலும்; சிலது தெய்வ குற்றத்தினாலும் உண்டானவை. இந்த விதமான மூல காரணங்கள் காலப் போக்கினால்தான் நிவர்த்தி ஆகும்.

இயற்கையாலும், கிரக சம்பந்தத்தினாலும் ஏற்பட்ட கெடுதிகள் தீரும் வரையிலும், வினைப்பயன்களுக்குண்டாகும், பிராய சித்தம் ஏற்படும் வரைக்கும் இது இருக்கும்.

மேலும் பரம்பரை வழியாக பாயும் வியாதிகள் ஏற்படும். இது சித்த முறைப்படி முன் சன்மம் அல்லது சன்மங்களின் வினைப்பயன்கள் காலச்சக்கரத்தில் அறியக் கூடாத காரணங்களினால் தாய் தந்தையருக்குச் சில கோளாறுகள் ஏற்பட்டு குழந்தைகளைப் பிற்காலத்தில் தாக்கும்.

இதன் காரணங்கள் எல்லாம் காண்டத்தில் கூறப்படும்.

ஆகவே சித்த வைத்தியத்தில் ஜோதிடம் மந்திரம் போன்றவையும் கலந்துள்ளன. இதையே சாதாரணமாக மணி, மந்திர, ஔஷதம் என்று சித்தர் கூறுகிறார்கள்.

நோயின் காரணங்கள்

நோயானது தாதுக்களின் தோஷங்களின் கோளாறுகளினால் ஏற்படும். அவை உள் அல்லது வெளிக் காரணங்களினால் உண்டாகும்.

உடம்பை அடுத்த நோய்கள் அல்லது கன்ம ரோகங்கள் உட்காரணத்தினாலென்றும் கீழே காணும் விஷயங்களின் கோளாறுகளினால் தேகத்திற்கு ஏற்பட்டுள்ள நோய்கள் என்றும் கூறப்படும்.

1. தாதுக்கள் - முத்தோஷம்
2. தாதுப் பிரிவு - 7 வகை தாதுக்கள்

3. (மனத்தை நடத்தும் விதிகள்) குணம் -

மனத்தைக் கடத்தும் விதிகள்.

4. மலம் - கசிவுகள், கழிவுகள்

ஜீவஅணுக்களும், கண்ணறைகளின் நடையும் இயல்பாக இருந்தால்தான், தாதுக்களின் சமநிலைக்குயாதொரு கோளாறுகளும் ஏற்படாது.

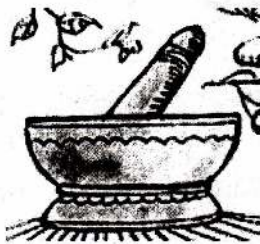
இவ்விதமாகவே இருப்பதற்கு உணவுப் பகுதி கணக்குப்படி இருக்க வேண்டும். அதைச்சுற்றிலுமுள்ள விசயங்களும் அப்படியே சமமாய் இருக்க வேண்டும். இவ்விதமாய் நடத்தத் தவறினால் நோய்களுக்கு இடமுண்டாகும். சன்ம ரோகங்கள், பிறவியிலேற்பட்டதானாலும் கண்ணறை நடைகளுக்கும் யாதொரு சம்பந்தமுமில்லை. ஏனென்றால் பிறவியில் ஏற்பட்ட நோய்கள் எல்லாம் நாதவிந்துகளின் கருவில் ஏற்பட்டதாகும்.

நாளடைவில் உடம்பு பருக்கப் பருக்க, பிறந்த அனேக வருஷங்களுக்கு பின் கருவில் ஏற்பட்ட கோளாறுகள் கிரகத்துடன் தோஷமுமாய் சில அவயங்களில் (உறுப்புகளில்) காணப்படும். ஆகவே இந்த வகையான வியாதிகள் எல்லாம் முதிர்ந்த வயதில்தான் வரும்.

காரணத்தைக் கண்டுபிடிக்கமுடியாத நோய்கள் கருவிலேற்பட்ட தோஷங்களினால் தந்தை, தாயாரிடமிருந்து குழந்தைக்கு வந்து சேர்ந்ததெனக் கொள்ளலாம். அவ்விதமான நோய்கள் எப்போது ஆரம்பமாகும் என்பதை ஒருவரும் சொல்லி விட முடியாது.

கிரகங்களின் அம்சப்படி அனேக தலைமுறைகள் வழியாய் மெதுவாகத்தான் வரும். வெளிக்காரணமான நோய்கள் :

1. அபாயம் 2. பாஷணம் 3. மனோவசியம் 4. காயம் கரணம், வெட்டு, நீரில் அமிழ்தல் வாயுக்குற்றம் முதலியன. 5. மந்திரம் 6. தேவதை.



வயிற்றுக்கடுப்பின் குணம்

1. முந்தி மலங்கழிந் தடங்கும், சீதம், ரத்தம் விழும், இடுப்பு கடுக்கும், வயிறு உளையும், அன்னம் செல்லாது, அங்கம் மெலிந்து வரும்.

நிவர்த்தி

2. விடத்தலை, வெட்பூலா, நீர்ப்பூலா ஆகியவற்றின் வேர்த்தோல், ஆலவிழுதின் கொழுந்து வகைக்கு ஒருபிடி வீதம் சிதைத்துக் கசாயஞ் செய்து அல்லது இவற்றை யரைத்து எருமை மோரில் கலக்கிக் கொடுக்கத்தீரும்.

3. முத்தக்காசையிடித்து மாவாக்கிப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த தண்ணீர்ப்படி அரைக்காலில் ஒரு வராகனெடை ஓமத்தை வறுத்துப் பொடித்துப் போட்டுக் கொடுக்கத்தீரும்.

4. நற்சீரகம் பலம் (7) இளவறுப்புச் செய்து பொடித்து வடிகட்டி சர்க்கரை பலம் (1) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் ஏரண்டத் தெண்ணெயில் அல்லது ஆவின் நெய்யில் மத்தித்துக் கொள்ள தீரும்.

5. இளநீரில் எலுமிச்சம்பழச் சாறுபிழிந்து கொடுத்தாலும் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் சர்க்கரை கலந்து சாப்பிட்டாலும்

நெல்லிக்காய்ச் சாற்றில் சர்க்கரை கலந்து கொடுத்தாலும் வெந்தயமும் நெல்லிப்பருப்பு வறுத்துப் பொடித்துத் திரிகடி புளித்த பழந்தயிரிலாவது நல்லெண்ணெயிலாவது கொடுத்தாலும் நெல்லிப்பருப்பை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றிலரைத்துச் சர்க்கரை கூட்டிக் கொடுத்தாலுந் தீரும்.

6. வில்வப்பிஞ்சு, திப்பிலி, சாதிக்காய், ஓமம், சுக்கு, ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய் வறுத்துப் பொடித்துச் சில்லுக்கருப்புக் கட்டியும் வெண்ணெயுங் கூட்டி மெழுகுப் போலரைத்து ஒரு கொட்டைப்பாக்குப் பிரமாணங் கொள்ளத் தீரும்.

7. மாதுளங்காயை வட்டமாக நறுக்கி விரை எடுத்துப் போட்டு அதற்குள் வெந்தயம், ஓமம், சீரகம், வகைக்கொரு வராகனெடை வைத்து மூடித் துணிசுற்றி சாணிக்குட் பொதிந்து சாணிவெந்த பின் எடுத்துக் கவசம் நீக்கி ஒரு வராகனெடை சீந்திற் சர்க்கரை கூட்டி அரைத்துத் தயிர்ந் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

8. திரிகடுகு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, அதிவிடையம், அபின், களிப்பாக்கு, மாம்பருப்பு, முள்ளி, இலவம் பிசின், இலவம் பிஞ்சு மேற்றோல், நெல்லிவற்றல், காட்டத்திப்பூ, கறிவேப்பிலை, மாதுளம்பூ, விளாம்பிசின், காசுக்கட்டி, புளியவிதையின் மேற்றோல், தான்றிக்காய் வகைக்கு வராகனெடை (1) நற்சீரகம் வராகனெடை (100) ஆகியவற்றை வெதுப்பிச் சூரணித்து திரிகடியளவு தேனில் அல்லது தயிரில் கொள்ளத் தீரும்.

9. கற்கடகச்சிங்கி வராகனெடை (2) ஈருள்ளி வராகனெடை (1) கற்சீரகம் வராகனெடை (2) ஆகியவற்றை வெதுப்பியரைத்து எருமைத் தயிரில் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

11. ஒரு கழஞ்சு மிளகை ஆவின் மோரில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்து அதனுடன் கீழ்க் காய் நெல்லி வரப்பலாக் கொழுந்து வகைக்கொரு பாக்களவு அரைத்து மேற்படி மோரில் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

12. துத்தி வேரை எலுமிச்சங் காய்ப் பிரமானம் அரைத்து எருமைத் தயிரில் கலந்து கொடுக்கத் தீரும்.

13. ஓர் எலுமிச்சம்பழத்தை எருமைத் தயிரில் பிழிந்து கொடுக்கத் தீரும்.

14. வெள்ளைக் குங்கிலியம் வராகனெடை (1) பொடித்து மோரிற் போட்டு மத்தாற் கடைந்து வடிகட்டி அரைவீசம் படி தேங்காய்ப் பாலிற் கலந்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

15. வெண்கிளுவை, அத்தி நாவல் ஆகியவற்றின் பட்டைகளைச் சமமாய் இடித்துப் பிட்டவித்து பிழிந்த சாறு படி அரைக்காலில் ஒரு கொட்டைப் பாக்குப் பிரமானம் வெண்ணெய் கலந்து கொடுக்கத் தீரும்.

16. சாதிக்காய், காசக்கட்டி, வசவாசி, ஓமம், இலவம் பிசின், லவங்கம், அதிவிடையம், குங்கிலியம் வகைக்குக் கழஞ்சு (1) அபின் கழஞ்சு (4) பருத்தி இலைச் சாற்றால் அரைத்துத் தோற்றாவிரைப் பிரமானமும் பருத்திக்காய் இலந்தைத் தம்பலம் ஆகியவற்றை அரைத்து வகைக்கு ஒரு கொட்டைப் பாக்கு பிரமானம் வெண்ணெயிற் குழைத்துக் கொடுக்கவும்.

17. வெந்தயம், பெருங்காயம், வெள்ளைப்பூண்டு, வகைக்கு வராகனெடை (1) முருங்கையீர்க்கு வராகனெடை (2) சிவக்க வறுத்து ஒரு படி தண்ணீர் விட்டு ஒரு சிரங்கையாய் வற்ற வைத்துக் கொடுக்க வாய்க்கழிச்சல் தீரும்.

18. காசக்கட்டி, வசம்பு, வெள்ளுள்ளி, பெருமாத்துப் பட்டை ஆகியவற்றை அரைத்து நல்லெண்ணெய்யில் பொரித்து 3 நாட் கொடுக்கத் தீரும்.

19. சாதிக்காய், அபின், நீர்ப்புலா வேர்ப்பட்டை வகைக்கு வராகனெடை (1) பொடித்து கோழிமுட்டைக் கருவில் கலந்து பொரித்து (9) வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

20. ஓமம் படி அரைக்கால், நற்சீரகம்படி மாக்காணி, சுக்கு, மஞ்சள், அபின், சாதிக்காய் வகைக்கு வராகனெடை (1) கஞ்சா வராகனெடை (2) வறுத்துப் பொடித்து திரிகடிப் பிரமானம் இதமான வெந்நீரில் கொடுக்க நீங்கும்.

21. வெட்பூலா, மருது, விடத்தலை, நீர்ப்பூலா ஆகியவற்றின் வேர்ப்பட்டை, அதிவிடையம், நெல்லி, முள்ளி, கூவிளம் பிஞ்சு ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாயுலர்த்திப் பொடித்து ஆவின் தயிரில் திரிகடி பிரமானங் கொடுக்கத் தீரும்.

22. கெந்தகம் வராகனெடை (3) நாலு கடுக்காயை விதை நீக்கிப் பொடித்து கோழிமுட்டை வெள்ளைக் கருவில் போட்டு பொரித்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

23. எலுமிச்சங்காய் பிரமானம் நாவற் கொழுந்தை அரைத்து எருமைத் தயிரில் கலக்கி 3 நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும். வெள்ளாட்டுப்பாலில் எலுமிச்சம் பழச்சாறு பிழிந்து மூன்று நாட்கள் உதயத்தில் கொடுக்கத் தீரும்.

24. கோழிமுட்டை வெள்ளைக் கருவில் கடுக்காய்ப் பூவைப் பொடித்துப் போட்டு கொஞ்சம் நல்லெண்ணெய் விட்டுப் பொரித்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

25. அரைப்படி கருங்குருவை மாவில் விடத்தலையிலையை விலாங்காய்ப் பிரமானம் அரைத்து விரலிப் பிட்டவித்து 6 நாள் திண்ணத் தீரும்.

26. முற்றின தேங்காய்ப் பூவிற் சீனிக்கூட்டியுண்ணத் தீரும்.

27. அனிச்சைத்துத்தி, மலைத்தாங்கி, வாட்பூலா ஆகியவற்றின் வேர்கள் முத்தக்காசு, சுக்கு, அதிவிடையம், நற்சீரகம், வெள்ளைக் குங்கிலியம், ஒமம், இந்துப்பூ வகைக்குக் கழஞ்சி (1) ஆவின் பாலில் வேகவைத்துக் கொள்ளத் தீரும்.

28. அரைக்காற்படி எருமை மோரில் ஓர் எலுமிச்சங்காய் பிரமானம் இலவங்கப் பட்டையை அரைத்துக் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

29. ஆழாக்கு எருமைப்பால் கறந்தவுடனே ஒரு துளி புளியிலைச்சாறு பிழிந்து கொடுக்கவும். இப்படி 6 நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

30. நாவிகுதம், கெந்தகம், சித்திர மூலம், சாதிக்காய், அதிவிடையம், தான்றிக்காய், கிராம்பு, பெருமாத்துப்பட்டை,

முத்தக்காசு, பொரித்த வெங்காரம், காயம், பற்பாடகம், இலவம் பிசின், சுக்கு, நெல்லி, வற்றல், சாதிபத்திரி, அபின், திப்பிலி, கஞ்சா சமன் கூட்டி கஞ்சாச் சாற்றிலிட்டு குன்றிப் பிரமானம் உருண்டை செய்து தயிரிலிட வயிற்றுக் கடுப்பும் தேனிலிட க்ரானியும் தண்ணீரிலிட அதிசாரமும் மூலக்கடுப்புந் தீரும்.

வயிற்றுக் கடுப்பு, மூல முளை, குன்மம், கைகால் ஊறலுக்கு நாகபஷ்பம்

வயிற்றுக்கடுப்பு, மூலமுளை குன்மம், கைகால் ஊறல் ஏற்படாமல் பின்வருமாறு செய்யலாம். ஒரு பலம் நாகத்தைக் குகையில் வைத்துருக்கி அதில் கீழ்க்காய் நெல்லி சமூலத்தை உலர்த்திப் பொடித்த தூள் பலம்(1) தூவி வறுக்க பஸ்பமாகும். அந்தப் பஸ்பத்தினை சூதம் சேர்த்து பனைமட்டைச் சாற்றாலாட்டி வில்லை வெண்ணெயிலும் வியாதிக்குத் தக்க மற்ற அனுபானங்களிலுங் கொடுக்க மேற்படி வியாதிகள் தீரும்.

வயிற்றுக் கடுப்பு, கழிசலுக்கு

வயிற்றுக்கடுப்பு, கழிசல் ஏற்பட்டால் ஓமம் மிளகு வகைக்கு பலம் (1) ஒரு நிறையாய் வெதுப்பிப் பொடித்து வெல்லம் பலம் (1) கூட்டியரைத்து திரிகடிப் பிரமாணம் (6) நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

வயிற்றுக்கடுப்பு, வாயுவுக்கு

வயிற்றுக்கடுப்பு, வாயுவுக்கு சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, ஓமம் உப்பு கருவேப்பிலை பெருங்காயம் சுண்டை வற்றல் ஆகியவற்றை ஓர் நிறையாய் வெதுப்பிப் பொடித்துச் சுடு சோற்றில் திருகடிப் பிரமாணத் தூவி நெய் வார்த்துண்ணத் தீரும்.

ஆசனக்கடுப்புப் புகை

ஆசனத்தில் கடுப்பு ஏற்பட்டால் ஆமையோட்டைப் பொடித்துத் தனலில் தூவி அபான வாயிற் புகைப்பிடிக்க கடுப்பு உடனே தீரும்.

வயிற்றிறைச்சல், கடுப்புக்கு

வயிற்றிறைச்சல், கடுப்பு ஏற்பட்டால், இரண்டு வராகனெடை சக்கை மோர் விட்டு மை போல் அரைத்து அரசிலையில் வைத்துத் தைத்து மோரில் 7 முறை வேக வைத்து வடிகட்டின தயிரில் குழைத்துண்ணத் தீரும்.

சுரத்தின் பேரில் காணுங் கடுப்புக்கு

சுரத்தினால் கடுப்பு ஏற்பட்டால், நெற்பொரிமா, ஆவின் வெண்ணெய், கற்கண்டு நற்சீரகத் தூள், ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாக ஒன்றாய்ப் பிசைந்து விளாங்காய்ப் பிரமாணம் 9 வேளை சாப்பிடத் தீரும்.

சகல கிராணி அதிசாரம் வயிற்றிறைச்சல் கழிச்சல் சீதம் இரத்தம் விழுதல் மூலக்கடுப்பு வயிற்றுக் கடுப்புக்கு

வயிற்றிறைச்சல், கழிச்சல், மூலக்கடுப்பு, போன்றவை ஏற்பட்டால் சுண்டை வற்றல், கறிவேப்பிலை, மாம்பருப்பு, ஓமம் மாதுளைப் பழத்தோடு நெல்லி, முள்ளி, வெந்தயம் ஆகியவற்றைச் சமமாய் வெதுப்பிப் பொடித்து திரிகடிப் பிரமாணம் தயிரில் கொள்ளத் தீரும்.

செவியம், முத்தக்காசு, சுக்கு, திப்பிலி, மூலம், மல்லி வாய்விளங்கம், சீரகம், கருஞ்சீரகம், ஓமம், அரத்தை, பேரரத்தை, மிளகு, வெந்தயம், குறாசாணி, ஓமம், தக்கோலம், இலவங்கம் பட்டை, சன்னல வந்தப் பட்டை, இலவங்கப் பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, கிராம்பு ஏலம் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, வகைக்கு வராகனெடை (1) தூதுவேளை கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதலை, சிறுவழுதலை சித்திர மூலம், ஈசுர மூலி முக்காவேளை, சிறுகாஞ்சோரி, நன்னாரி சிற்றாமுட்டி, வட்டித் திருப்பி, சிறுகுறிஞ்சா, விலா மிச்சு, சுண்டை வில்வம், மாதுளை ஆகியவற்றின் வேர்கள் வில்வப் பிஞ்சு. மாதுளம் பிஞ்சு கறிவேப்பீர்க்கு நெற்பொரி வகைக்கு பலம் (3) ஆகியவற்றை இடித்து (4) படி தண்ணீரில் போட்டு எட்டொன்றாய் வற்ற வைத்து வேளை ஒன்றுக்கு அரைக்காற்படி வீதங் கொள்ளத் தீரும்.

வெந்தயம், வால் மிளகு, கருஞ்சீரகம், அகில், சாதிப்பத்திரி, ஓமம், சாதிக்காய், கிராம்பு, லவங்கப் பத்திரி, திரிகடுகு, திரிபலை, மாதுளம்பழத்தோல், அதிமதுரம், குறாசாணி ஓமம், அதிவிடயம், சிறுநாகப்பூ, வாய்விளங்கம், கோஷ்டம், சாடமாஞ்சில், கடுக்காய்ப் பிஞ்சு, சீரகம், மல்லி, தாளிச பத்திரி, முத்தக் காசு, சன்னலவங்கப் பட்டை, காட்டாத்திப்பூ, கற்கடகச்சிங்கி, கசகசா, ஏழுவிசை, புடம் போட்ட கஞ்சா, பெருமரத்துப் பட்டை, கூவிளத்தின் பழம், அபின், புளியாவரைத்தோல், மாங்கொட்டைப் பருப்பு வகைக்கு பலம் (4) பெருங்காயம் வராகனெடை (1) இவற்றை இளவறுப்பு செய்து கள்வத்திட்டு, ஆல், அரசு, நாவல், அத்தி, நீர்ப்பூலா, ஒதி, ஆவாரை, விடத்தைலை, நெல்லி, இலந்தை இவற்றின் வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் (2) இடித்து எட்டுபடித் தண்ணீரில் போட்டு எட்டொன்றாய் வற்ற வைத்து வடித்துக் குழம்பாகக் காய்ச்சி அதனை மைப்போலாட்டி நாவல் இலையால் ஏழுதொன்னை செய்து ஒன்றின் மேலொன்றாகயடக்கி அதின் மேல் மருந்தைவைத்து ஏழுதொன்னை களால் மூடித் தைத்து மறைவில் வைத்து மூடித் தீயெரித்து இலை அவிந்த பருவத்தில் மருந்தை யெடுத்து அரைத்துச் சுண்டைக்காய் பிரமானம் உருண்டை செய்து கொண்டு அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்தபடி பொன்னாங்கணிச்சாறு, கிராம்பு, ஆவாரம்பட்டைக் கசாயம், கோரைக்கிழங்குச் சாறு, எருமைத்தயிர், மோர், தேன், பச்சரிசிக் கழுநீர், இவற்றிலொன்றில் ஓர் உருண்டை கொடுக்கத் தீரும்.

பெருமரத்துப் பட்டை, கொழுந்து, மருதம் பட்டை, உசிலம் பட்டை வகைக்கொரு தேங்காய்ப் பிரமானம் சிதைத்து வெண்சோளம் களைந்த கழுநீரில் போட்டுப் பிசைந்துப் பிழிந்து வேளையொன்றிற்கு அரைக்காற் படிவீதங் கொடுத்து கோழி மிளகு நீரும் அன்னமுங் கொள்ளத் தீரும்.

அகத்தி, ஆல், அரசு, அத்தி, ஆவாரை ஆகியவற்றின் பிஞ்சுகள், மாதுளம் வேர், கோவைத்தண்டு, சுரைத்தண்டு, தான்றி, நெல்லி, கடுக்காய், சாதிக்காய், கிராம்புத்திரி, ஓமம், வெந்தயம், திரிகடுகு, ஏலம், லவங்கம், சடாமாஞ்சல், குராசாணி, ஓமம், அதிமதுரம், வாய்விளங்கம், சீரகம், மல்லி, நறுக்கு மூலம் வகைக்குக் கழஞ்சு (1) ஆகியவற்றைச் சிதைத்து மூன்றுபடி தண்ணீரில்

போட்டுக் காற்படியாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானம் ஆவின் வெண்ணெய் போட்டு உருகிவிடின் கொடுக்கவும். இப்படி மூன்று நாட்கள் கொள்ளத்தீரும்.

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மாசக்காய், கிராம்பு, கோஷ்டம், அதிமதுரம், அதிவிடையம், வவங்கப்பட்டை, இலவம் பிசின், விளம்பிசின் ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாயரைத்து மாதுளங் காய்க்குள் வைத்து வெள்ளைத்துணி சுற்றி அதன் மேற் சாணம் அப்பி காட்டெருவிற் புடம் போட்டு சாணிவெந்த பருவத்திலெடுத்துக் கவசம் நீக்கி கஞ்சாச்சாற்றாலாட்டிச் சிறுசுண்டைக்காய் போல் உருண்டை செய்து வடி தயிரில் கொடுத்தால் கடுப்பு, சீதம், இரத்த மூலந்தீரும். தேனிலிட அதிசாரம் தீரும். புளிக்கூட்டி மிளகாய் தள்ளவும்(நீக்கவும்).

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, பெருங்காயம், சீரகம், அதிவிடையம், கிராம்பு, அபின், கஞ்சா, வெந்தயம், கழற்சிவித்து, குறாசாணி ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய்க் கஞ்சாயிலைச்சாற்றால் நாலுசாமம் அரைத்து இலந்தைவிதைப் பிரமானம் உருண்டை செய்து தயிரில் மூன்றுநாட்கள் தேனில் மூன்று நாட்கள் வாழைப்பூச்சாற்றில் மூன்றுநாட்கள் கொடுக்கத்தீரும்.

கிராம்பு, திரிகடுகு, ஓமம், சித்தரத்தை, பொன்னாவரை வேர், அன்னபேதி, சமுத்திராப்பழம், சாதிக்காய், பெருங்காயம், வகைக்கு வராகனெடை (1) வெள்ளுள்ளி தோல்நீக்கி பலம் (2) வெற்றிலைக் காம்பு வராகனெடை (2) இவற்றையெல்லாம் வறுத்து மைப்போலரைத்து வெற்றிலையில் வைத்துக்காட்டி ஒரு சட்டியில் வைத்துத் தீயெரிந்து வெற்றிலையில் வைத்துச் சுருட்டி முன்போல் வெதுப்பியெடுக்கவும். இப்படி 7 விசை வேகவைத்து அரைத்துச் சுண்டைக்காய்ப் பிரமானம் உண்டை செய்து வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

திரிகடுகு, ஓமம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, அதிவிடையம், கிராம்பு, அக்கிரகாரம் வகைக்கு வராகனெடை (1) அபின், வராகனெடை (4) எலுமிச்சப்பழச்சாற்றாலரைத்து சுண்டைக்காய் பிரமானம் உண்டை செய்து எருமைத்தயிரிலிட்டு உட்கொள்ளத் தீரும்.

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, அதிவிடையம், குறாசாணி, ஓமம், விளாம்பிசின், மாதுளம்பிஞ்சு இலவம்பிசின், வகைக்குக்கழஞ்சு (1) இவைகண்டயடைக்கு அபின் கூட்டி கஞ்சாயிலைச் சாற்றில் ஒருசாமமும் ஊமத்திலைச்சாற்றா லொருசாமமும் ஆட்டிப்பருத்தி விதைப்பிரமானம் உண்டை செய்து நிழலுலர்த்தி எருமைத்தயிரில் வேளை ஒன்றிற்கு ஒருருண்டையாக 5 நாட்கள் கொடுக்கத்தீரும்.

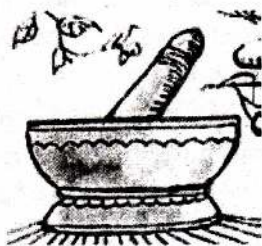
இரதம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, அதிவிடையம், குறாசாணி, ஓமம், சாதிவிங்கம், ஊமத்தம்விதை, விளாம்பிசின், மாதுளம்பிஞ்சு வகைக்கு வராகனெடை (1) இவைகண்டயெடைக்கு அபின் கூட்டிக் கஞ்சாயிலைச்சாற்றிலும் ஊமத்தையிலைச் சாற்றிலும் வகைக்கொருசாமமாட்டி பருத்திவிதைப் பிரமானம் உண்டை செய்து கொண்டு தேனிற்கொள்ள கிராணிகள் நீங்கும். எருமைத்தயிரிலிட வயிற்றுக் கடுப்பு நீங்கும்.

சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, இலவங்கப்பத்திரி ஆனைத்திப்பிலி, ஓமம், அதிவிடையம், கோஷ்டம், கசகசா, சீரகம் கருஞ்சீரகம், வால்மிளகு, குறாசாணி, ஓமம், திரிபலை, அதிமதுரம், வெந்தயம், மல்லி, கடுக்காய்ப்பூ, அபின், சுத்திசெய்த கஞ்சா, அகில், காட்டாத்திப்பூ, தாம்ரைக் கிழங்கு, விளாவரிசி, நீர்முள்ளிவித்து, கார்கோலரிசி, முத்தக்காசு, காட்டுக்கரணை, கறிக்கரணை, புளிய விதைத்தோல், மாங்கொட்டைப் பருப்பு வகைக்குப் பலம் (2) இவற்றை நிழலிலுலர்த்திச் சூரணஞ்செய்து ஆல், அரசு, நாவல், அத்தி, முள்ளிலவு (8) படி சலத்திற் போட்டு ஒரு படியாய் வற்றவைத்து திறந்து, அதில் ஆவின் பால்படி (2) பனைவெல்லம் (10) கூடச்சேர்த்து பாகுசெய்து மேற்படி சூரணத்தைத் தூவிக் கிண்டி ஆவினெய் படி (1) விட்டு லேகியஞ் செய்து இறக்கி தேன்படி (4) கெந்தகச் செந்தூரம் லோக செந்தூரம் வகைக்கு ஒருபலம் போட்டுக் கிண்டி வைத்துக் கொண்டு கழற்சிக்காயளவு அந்திசந்தி ஒரு மண்டலங் கொள்ளத்தீரும்.

மாதுளம் பழத்தோல், வில்வப்பிஞ்சு, விளாம்பிஞ்சு, காட்டத்திப்பூ, கடுகு, பொன்முசுட்டைவேர், முத்தக்காசு,

புளியாவரைத்தோல், இலவங்கம், இலவம்பிசின், ஓமம், குறாசாணி, ஓமம், திரிகடுகு, வெட்பாலையரிசி, ஆனைத்திப்பிலி, நாவற்பட்டை, பெருமரத்துப் பட்டை, இலவங்கப் பட்டை, மாம்பருப்பு, கழற்சிபருப்பு கருங்காலி, வயிரம், வெள்ளி லோத்திரம், நீர் முள்ளிவிரை, அதிவிடையம், கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், காகக்கட்டி இவற்றை ஒரு நிறையாய்ப் பொடித்து நெல்லிக்காய்ச் சாற்றாலாட்டிக் கழற்சிகாய்ப் பிரமானம் உருண்டை செய்து கொண்டு தயிரில் கொள்ளத் தீரும். இவையெல்லாம் இச்சாபத்தியம்.





வாயுவும் மருந்துகளும்

விருத்தம்

உரைத்தோம் வாயு வெண்பத்திற்கு முகந்த வாதந் தானறிந்து
நிரைத்த சூட்சு விதமனைத்தும் நேரும் பலநூல் தனையாந்து
குரைத்த மொழியுந் தான்பகுத்துக் கூறப் பிணியுந் தானகல
திரைத்த முனிவர் தன்னருளால் தெளிய வுரைத்த திதுவாமே.

அண்டவாயுக்குணம்

அண்டவாயு உண்டானால் வாயுகுடலில் தங்கி நரம்பு
வழியாய் விதையிலொன்றிலிறங்கிப் பொருமி வலிக்கும், அதுமேல்
நோக்கி உடலுள் வாங்கும், அதன் நரம்பு புடைத்துக் காணும்.

நிவர்த்தி

நொச்சி, கழற்கொடி, சாரணை, ஆடாதோடை,
வேளைவேலிப்பருத்தி, கோழியவரை, இவற்றின் கொழுந்து,
எருக்கலம்பூ, வகைக்குப்பிடி (1) வசம்பு, சித்திரமூலம், மிளகு,
திப்பிலி, ஓமம் வகைக்கு வராகனெடை (1) இவற்றை வேலிப்பருத்தி
சாற்றிலரைத்து (1) கழஞ்சுவீதம் உண்டை செய்து நிழலில் உலர்த்தி

கொண்டு சங்கங்குப்பி நொச்சி, உத்தாமணி, முருங்கைசாரணை, கொடிவேலி வகைக்குப் பலம் (8) வீதம் ஒன்றாய்ச் சிதைத்துக் கசாயஞ் செய்து அதில் ஒருண்டையை உரைத்துக் கொடுக்கவும். இப்படி 13 நாட்கள் புளிதள்ளிச் சாப்பிடத் தீரும்.

கொடி வேலி, சங்குங்குப்பி, செங்கத்தாரி, காத்தொட்டி, இவற்றின் வேர்ப்பட்டைகள் வகைக்குப் பலம் (4) கருப்புக் கட்டிபலம் (5) எள்ளுப்பொடி படி (அரை) மிளகு, ஓமம் வகைக்குப் பலம் (1) வெள்ளைப்பூண்டு பலம் (2) சீரகம் பலம் (அரை) இந்துப்பு, வெடியுப்பு, நவச்சாரம், அதிவிடையம் வகைக்கு வராகனெடை தேங்காய் (1) இவற்றை மெழுகுபோலிடித்துக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமான்ம் (2) வேளை 20 நாட்கள் உட்கொள்ளவும். புகையிலை, புளி தள்ளவும்.

குறுணிக் கழுதை விட்டையை நாலு மரக்கால் தண்ணீர் கரைத்து வேடு கட்டி அதன் மேல் (9) எருக்கலங் காயில் பஞ்சுவிரை நீக்கி நாட்பட்ட வரகரிசிமாவைத்து மூடி நூலாற்கட்டிப் பிட்டவித்துக் காய்வெந்த பதத்திலெடுத்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு காய்ப்பிட்டைச் சாப்பிடத் தீரும். பத்தியம் கைப்பு, புளிப்பு தள்ளவும்.

சத்திச்சாரணைவேர் முடக்கறுத்தான் கொழுந்து, கழற்கொழுந்து, பூண்டு, பெருங்காயம், சுக்கு இவற்றை ஒரு நிறையாய் அரைத்து ஓர் எலுமிச்சைக்காய்ப் பிரமாணம் 9 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

வெள்ளுள்ளி, சுக்கு, நாவற்பட்டை வகைக்குப் பலம் (1) இடித்து படிநீர் போட்டு சரியாக வற்றவைத்து அதில் மூன்று கழற்சிபருப்பைப் பொடித்துப் போட்டு மூன்று நாள் கொடுத்து முருங்கையிலையை வதக்கிக் கட்ட விரையேறி இறங்கியது தீரும். இச்சாபத்தியம்.

ஒரு தேங்காய்ப் பூவின் மத்தியில் தோல்நீக்கின ஒருபலம் வெள்ளைப் பூண்டை வைத்து பிட்டவித்து பூவைப் பால்பிழிந்து பூண்டையும் ஒருபலம் முருங்கம் பட்டையையும் நன்றாயரைத்துச் சாறுபிழிந்து ஒன்றாய்க் கலந்து சாப்பிட்டுக் காற்றுப்படாத அறையிற் படுத்துக் கொள்ளவும். இப்படி 3 நாட்கள் செய்யத் தீரும்.

கழற்சிப்பருப்பு, வெள்ளுள்ளி, முருங்கைப் பட்டை, சுக்கு கருங்காணம் வகைக்கு கழஞ்சி (2) ஒருபடி சலத்திற் போட்டு அரைக்காற் படியாய் வற்ற வைத்துக் கொடுக்கவும். இந்தப்படி 9 வேளை கொடுக்கத்தீரும்.

புரசவிரை மிளகு வகைக்கு வராகனெடை(3) வெள்ளைப் பூண்டு வராகனெடை (9) அரைத்துக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமானம் (3) நாட்கள் உதயத்தில் கொடுக்கத் தீரும். புளி, புகையிலை தள்ளவும்.

கழற்சிப்பருப்பு, சித்திரமூலம், மாவிலிங்கு இவற்றின் வேர்ப்பட்டைகள் வகைக்கு வராகனெடை (10) முட்டை வெள்ளைக் கருவில் விரவிப் பொரித்துண்ணத் தீரும்.

திருகுக்கள்ளியை வாட்டிச் சாறுபிழிந்து அதற்கு நிகர் நல்லெண்ணெய் கூட்டி ஆட்பலத்துக்குத் தக்கபடி 3 நாட்கள் கொடுத்து ஆறுநாள் பத்தியம் வைக்கத் தீரும்.

கழற்சிப்பருப்பு, சத்திச்சாரணக்கிழங்கு, மிளகு, இந்துப்பு, பெருங்காயம், வெள்ளுள்ளி, வசம்பு ஆகியவற்றை ஓர் நிறையாய் வெள்ளாட்டுப் பாலிலரைத்துக் கொடுக்கத்தீரும்.

புளியிலையை யிடித்து (3) படி சலத்திற் போட்டு அதில் திரிகடுகு, இந்துப்பு, ஒமம், காந்தம், காயம், வெங்காரம், வெள்ளுள்ளி வகைக்கு வராகனெடை(1) வாளம் வராகனெடை (10) கழற்சிப்பருப்பு வராகனெடை (5) ஆகியவற்றைக் கிழிக்கட்டி வேகவைத்து மருந்துகளைக் கழுவி எருக்கம்பூச் சாற்றாலாட்டி தேற்றாவிரைப் பிரமானம் உருண்டை செய்து விளக்கெண்ணெயில் ஒரு குளிகையை உரைத்து (3) நாள் கடும்பத்தியமாய்க் கொடுக்கத் தீரும்.

பெருங்காயம், கழற்சிப்பருப்பு, மிளகு இவற்றை ஊமத்திலைச் சாற்றாலரைத்து பருத்திவிதைப் பிரமானம் உண்டை செய்து (2) வேளை (3) நாள் ஒரு காசுடை ஊமத்திலைச் சாற்றிலரைத்துக் கொடுத்து மேற்படி சாற்றை விரையிற்பூசி தவிட்டை வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்யத் தீரும்.

இலுப்பைப் பிண்ணாக்கும் சிவந்த கோழிக் காரமும் இரண்டு சுண்டைக்காய்ப் பிரமானம் அரைத்துக் கருப்புக் கட்டியில் பொதிந்து கொடுக்கத் தீரும்.

அண்டவாகத்திற்கு ஒத்தணம்

அண்ட வாகத்திற்கு அண்ட குட்டித் தக்காளியிலையும் தைவேளையிலையையும் வதக்கி ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும். வசம்பு, பூண்டு, கழற்சியிலை வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும்.

கழுதைலத்தியும் கழற்சியிலையும் வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும்.

ஆனை, குதிரை, ஒட்டை, கழுதை, வெள்ளாடு இவற்றின் லத்தியும், தேட்கொடுக்கு யிலையும், தேங்காயைத் திருகினபூவும், பூவரசம் பூவும், கொடிக்கள்ளிப் பட்டையும் ஒரு நிறையாகயிடித்து வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்யவும்.

மந்தாக்கினி வாயுக்குணம்

மந்தாக்கினி பசி மிக உண்டாகி மந்திக்கும் சிந்தையில் நினைத்த தெல்லாந் தின்ன விருப்பம் கொள்ள ஒட்டாது; வயிற்றில் இறங்காமல் வாந்தியாகும். மலங்கருகும், கிறுகிறுக்கும், வயிறுவலிக்கும், மலத்தில் சிறுக இரத்தமும் மிகுந்த சலமும் விழும், பலம்குலையும், நயனம் முகம் வெளுக்கும்.

நிவர்த்தி

மேல்தோல் நீக்கின எட்டுப்பல் இஞ்சியை சிறுவில்லையாக நறுக்கி அதில் (15) எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து சூரியனில் வைத்துலர்த்தி உரி நெய்விட்டு வறுத்து கூகைநீர் பலம் (1) சீரகம் பலம் (2) சதுர்ச்சாதம், திரிசாதம், திரிகடுகு, தாளிசபத்திரி, குறசாணி, ஓமம், வாய்வினங்கம் வகைக்கு கழஞ்சு (3) இவற்றையிடித்துச் சூரணஞ்செய்து சீனிபலம் (3) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானங் கொள்ளத் தீரும்.

மேல்தோல் நீக்கி அரிந்த இஞ்சி பலம் (1) உமிநீக்கின சீரகம் பலம் (3) இவற்றை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்துலர்த்தி ஆவின் நெய் தெளித்துச் சூரணஞ் செய்து கொண்டு திப்பிலி, மிளகு, கோஷ்டம், கிராம்பு, தாளிசபத்திரி, திரிபலை, வாய்விளங்கம், சடாமாஞ்சில், அதிமதுரம், கொத்துமல்லி, ஓமம், திப்பிலி, மூல், மூக்காவேளைவேர், சந்தனம், ஏலம், தழுதாழை, வேர்த்தோல், இவற்றை ஒரு நிறையாய்க் கரிசாலைச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்து உலர்த்தி இடித்துச் சூரணஞ் செய்து கொண்டு இருவகை சூரணங்களையும் ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் நெற்பொறி, முந்திரிப்பழம், சலாசத்துபஸ்பம் வகைக்குப் பலம் (1) சீனிபலம் (10) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், இந்துப்பு, திரிகடுகு, கறிவேப்பிலை யீர்க்கு வகைக்குப் பலம் (1) ஆகியவற்றை எட்டிலொன்று பங்கு வெதுப்பிச் சூரணித்து திரிகடிப் பிரமாணம் அன்னத்தில் தூவி நெய்விட்டுப் பிசைந்து சாப்பிடத் தீரும். மலசத்தியாகும்.

அக்கினி மந்தம்வாயுப் பொருமலுக்கு

அக்னி மந்தம்வாயுப்பொருமல் உண்டானது. கண்டங்கத்திரி, முள்ளி, சத்திச்சாரணை, ஓமம், கொடிவேலி, திரிகடுகு, நவச்சாரம், திரிபலை, பஞ்சலவணம், சத்திச்சாரம், சீரகம், கருஞ்சீரகம், வகைக்குப் பலம் (4) வீதம் பொடித்து அதற்குநிகர் அசுவகெந்திச் சூரணங்கூட்டித் தேனில் அல்லது இஞ்சிச்சாற்றில் கொள்ளத் தீரும்.

இந்துப்பு வராகனெடை (1) சீரகம் வராகனெடை (2) ஓமம் வராகனெடை (3) சுக்கு வராகனெடை (4) திப்பிலி வராகனெடை (5) மிளகு வராகனெடை (6) பொடித்து அதற்கு நிகர் கடுக்காய்ப்பொடி கூட்டித் திரிகடி வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

ஓமம், சுக்கு, கொடிவேலி ஆகியவற்றின் வேர்களை ஒரு நிறையாகப் பொடித்து அதற்கு நிகர் கடுக்காய்ப்படி கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் மோரில் கொள்ளத் தீரும்.

பச்சைக் கறிவேப்பிலையை ஒரு தேங்காய்ப் பிரமானம் அரைத்து ஒன்றரைப் படித் தண்ணீரில் கலக்கி அரைப் படியாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் கருப்புக்கட்டி (3) பலம் போட்டுப் பாகு செய்து கரியுப்பு, வெடியுப்பு, இந்துப்பு, சீனிக்காரம், வெள்ளுள்ளி, கருஞ்சீரகம், ஓமம், திப்பிலி, பெருங்காயம், சவுக்கரம், நவகாச்சாரம் வகைக்குக் கழஞ்சு (3) நெற்பொரிபடி அரைக்கால் இவற்றைத் தனித்தனியே சூரணித்துத் தூவிக் கிண்டி வைத்துக்கொண்டு ஒரு கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத்தீரும்.

திரிகடுகு, ஓமம், வாய்விளங்கம் வகைக்கு வராகனெடை (5) பொடி இடித்து அதற்கு நிகர் சர்க்கரை சேர்த்து தேன், நெய் வகைக்குப்படி (4) விட்டு லேகியஞ்செய்து கொட்டைப்பாக்கு பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத்தீரும்.

பித்தவாயு உஷ்ணவாயு மந்தத்திற்கு

பித்தவாயு உஷ்ணவாயு மந்தம் ஏற்பட்டால் தோல் நீக்கின இஞ்சி பலம் (40) அரைப்படி நெய் தெளித்துப் பொன்னிறமாய் வறுத்து சூரணித்துக் கொண்டு கடுகுரோகணி, தேவதாரம், சுக்கு, சீரகம், வகைக்குப் பலம் (1) ஏலம், மிளகு, வகைக்குப்பலம் (2) சாதிக்காய், அதிமதுரம். சிறுநாகப்பூ, லவங்கம், தாளிசப்பத்திரி, கூகைநீர் வகைக்குப் பலம் (4) இடித்துச் சூரணஞ்செய்து கொண்டு இருவகைச் சூரணங்களையும் ஒரு கூறாய்க் கலந்து சீனிசர்க்கரைப் பலம் (10) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானங் கொள்ளத்தீரும்.

வாயு, வாயுத்திரட்சி, அரோசியம், மலக்கட்டுக்கு

வாயுத்திரட்சி, மலக்கட்டு போன்றவை ஏற்பட்டால் ஆவின்பாலில் அவித்துச் சுத்தி செய்த சிவதைபலம் (6) திரிபலை, சுக்கு, திப்பிலி, பூண்டு வகைக்குப் பலம் (1) லவங்கப்பட்டை, லவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ. ஏலம், இந்துப்பு வகைக்குப்பலம் (4) இவற்றையிடித்துச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சீனிச்சர்க்கரைக் கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் தேனில் அல்லது நெய்யில் கொள்ளத்தீரும்.

பித்தவாயு, அரோசியம், அக்கினிமந்தம் வயிற்றெரிவுக்கு

பித்தவாயு, அரோசியம், போன்றவற்றுக்கு ஆவாரைப் பஞ்சாங்கக்குரணம் படி (1) இஞ்சி, எலுமிச்சம் பழம், முசுமுசுக்கை இவற்றின் சாறு ஆவின்பால் வகைக்குப் படி (2) சீனி பலம் (15) ஒன்றாய்க்கலந்து பாகு செய்து, அதில் சீரகம், அதிமதுரம் வகைக்குப் பலம் (5) கோஷ்டம், திப்பிலி, மிளகு, கூகை நீர் வகைக்குப் பலம் (4) விலாமிச்சம்வேர், சிறுநாகப்பூ, தாளிச்சப் பத்திரி வகைக்குப் பலம் (4) இவற்றையிடித்துச் குரணஞ்செய்து தூவிக் கிண்டி ஆவின் நெய்ப்படி (2) தேன்படி (1) கூடவிட்டு லேகியஞ்செய்து கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத் தீரும். இச்சாபத்தியம்.

புளித்த ஏப்பத்திற்கு

புளித்த ஏப்பம் வந்தால் வசம்பு, சுட்டசாம்பல், வறுத்த கரியுப்பு, பெருங்காயம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் மோரில் அல்லது வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

உஷ்ணவாயுக்கு

உஷ்ணவாயுக்கு பிரண்டை, ஓமம், கறிவேப்பீர்க்கு, கரியுப்பு வகைக்குப் பலம் (1) வறுத்து மூன்றுபடி எருமைமோர் விட்டு ஒருகொதி வந்த பிறகு இறக்கி வைத்துக் கொண்டு சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

அஜீரண வாயுவுக்கு

அஜீரணவாயுக்கு சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, அசமதாகம், இந்துப்பு, நற்சீரகம், பெருங்காயம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ச் குரணித்துச் திரிகடிப் பிரமானம் அன்னத்திற் பிசைந்து ஆவின் நெய்விட்டு உண்ணத் தீரும்.

சந்திச்சாரணை கண்டங்கத்திரி வில்வம் இவற்றின் வேர்கள் வகைக்குப் பலம் (2) சுக்குபலம் (1) பூண்டுபலம் (3) காயம் பலம்

(4) இந்துப்பு (2) இவற்றைச் சிதைத்து ஒருபடி தண்ணீர் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்து அன்னத்தின்பின் உட்கொள்ளத் தீரும்.

மிளகை வறுத்துப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

கறிவேப்பீர்க்கு, சுக்கு, சீரகம், ஓமம் வகைக்கு வராகனடை (3) ஒரு படி தண்ணீர் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்து உட்கொள்ளத் தீரும்.

மந்தவாயுவுக்கு

மந்தவாயு உண்டானால் சீரகம், பலம், பச்சைக்கற்பூரம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சீனி, சர்க்கரைகூட்டித் திரிகடி அந்தி சந்தி கொள்ளத் தீரும்.

மேல்தோல் சீவப்பட்ட இஞ்சி பலம் (3) ஏலம், திரிகடுகு, கிராம்பு, ஓமம், வாலுளுவையரிசி, சாதிக்காய். ஆனைத் திப்பிலி, சீரகம் அதிமதுரம், குறாசாணி, ஓமம், அமுக்குறா, கசகசா, லவுங்கப்பத்திரி, மல்லி இவற்றுடன் முந்திரிப்பழம், பேரிச்சம்பழம் இவற்றை நெய்விட்டு வறுத்துச் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் உட்கொள்ளத் தீரும்.

பித்தவாயுவுக்கு

பித்தவாயு உண்டானால் இலவங்கம், திரிகடுகு, முத்தக்காசு, சிறுநாகப்பூ, திரிபலை இவற்றை ஒரு நிறையாய் சூரணித்து அதற்கு நாலிலொன்று ஆவின்பாலிற்சுத்தி செய்த சிவதை சூரணங்கூட்டி வேளை யொன்றுக்கு முக்கழஞ்சு தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

நற்சீரகம், அதிமதுரம், கருஞ்சீரகம், சோம்பு, சன்னலவங்கப் பட்டை, சதகுப்பை வகைக்குப் பலம் (6) மல்லிபலம் (6) இவற்றையிடித்து சூரணம் செய்து சர்க்கரை, கற்கண்டு வகைக்குப் பலம் (6) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானம் வெந்நீரில் இரண்டு வேளை வீதம் பத்து நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

கடுக்காய், திப்பிலி, சுக்கு, சீரகம், ஓமம், இந்துப்பு, நறுக்கு மூலம் வகைக்குப் பலம் (1) இவற்றைப் பொடித்து ஒரு பலக்கருப்புக் கட்டியைப் பாகு செய்து அதில் தூவிக் கிண்டி ஒரு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கழற்சிக்காய்ப் பிரமானங் கொள்ளத் தீரும்.

வாயுச்சூலைக்கு

வாயுச் சூலை ஏற்பட்டால், திரிகடுகு, இந்துப்பு, ஓமம், இவற்றை வெதுப்பிப் பொடித்துத் திரிகடிபிராமணந் தேனிற் கொள்ளத் தீரும்.

ஆனந்தவாயுவுக்கு

ஆனந்த வாயுக்குத் தும்பையிலையை எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்துப் பழச்சாற்றில் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

பதினாறு எருக்கிலைக்குள் தோல்நீக்கின அரைப்பலம் வெள்ளைப்பூண்டை வைத்துக்கட்டிப் பிட்டவித்து இலைவெந்த பருவத்தில் எடுத்துச் சாறுபிழிந்து அந்தச் சாற்றில் பூண்டையரைத்துக் கொடுக்கவும். இப்படி 3 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

எலுமிச்சங்காயளவு இலுப்பைப்பிண்ணாக்கை ஆழாக்கு ஈருள்ளிச் சாற்றிலுறப்போட்டு வெதுப்பிக் கொடுக்கத் தீரும்.

வாயுக் குத்துக்கு

வாயுக்குத்து ஏற்பட்டால் கொடிவேலிப்பேட்டை, சுக்கு, பறங்கிப்பேட்டை, பிரப்பங் கிழங்கு வகைக்கு வரகானடை (3) வீதஞ் சிதைத்து நாலுபடி சலத்திற் போட்டு எட்டொன்றாய் வற்றக் கியாழஞ்செய்து நாளொன்றுக்கு மூன்று வேளைக் கொடுக்கத் தீரும்.

வாயுப்பொருமலின் குணம்

வாயுப் பொருமினால் அக்கினி மந்தித்து உண்டவுடன் ஆசனத்தை வாந்திக்கும் புளித்த ஏப்பமிடும். காற்றுப்பரியும்.

கொண்டு சங்கங்குப்பி நொச்சி, உத்தாமணி, முருங்கைசாரணை, கொடிவேலி வகைக்குப் பலம் (8) வீதம் ஒன்றாய்ச் சிதைத்துக் கசாயஞ் செய்து அதில் ஒருண்டையை உரைத்துக் கொடுக்கவும். இப்படி 13 நாட்கள் புளிதள்ளிச் சாப்பிடத் தீரும்.

கொடி வேலி, சங்கங்குப்பி, செங்கத்தாரி, காத்தொட்டி, இவற்றின் வேர்ப்பட்டைகள் வகைக்குப் பலம் (4) கருப்புக் கட்டிபலம் (5) எள்ளுப்பொடி படி (அரை) மிளகு, ஓமம் வகைக்குப் பலம் (1) வெள்ளைப்பூண்டு பலம் (2) சீரகம் பலம் (அரை) இந்துப்பு, வெடியுப்பு, நவச்சாரம், அதிவிடையம் வகைக்கு வராகனெடை தேங்காய் (1) இவற்றை மெழுகுபோலிடித்துக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமான்ம் (2) வேளை 20 நாட்கள் உட்கொள்ளவும். புகையிலை, புளி தள்ளவும்.

குறுணிக் கழுதை விட்டையை நாலு மரக்கால் தண்ணீர் கரைத்து வேடு கட்டி அதன் மேல் (9) எருக்கலங் காயில் பஞ்சவிரை நீக்கி நாட்பட்ட வரகரிசிமாவைத்து மூடி நூலாற்கட்டிப் பிட்டவித்துக் காய்வெந்த பதத்திலெடுத்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு காய்ப்பிட்டைச் சாப்பிடத் தீரும். பத்தியம் கைப்பு, புளிப்பு தள்ளவும்.

சத்திச்சாரணவேர் முடக்கறுத்தான் கொழுந்து, கழற்கொழுந்து, பூண்டு, பெருங்காயம், சுக்கு இவற்றை ஒரு நிறையாய் அரைத்து ஓர் எலுமிச்சைக்காய்ப் பிரமாணம் 9 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

வெள்ளுள்ளி, சுக்கு, நாவற்பட்டை வகைக்குப் பலம் (1) இடித்து படிநீர் போட்டு சரியாக வற்றவைத்து அதில் மூன்று கழற்சிபருப்பைப் பொடித்துப் போட்டு மூன்று நாள் கொடுத்து முருங்கையிலையை வதக்கிக் கட்ட விரையேறி இறங்கியது தீரும். இச்சாபத்தியம்.

ஒரு தேங்காய்ப் பூவின் மத்தியில் தோல்நீக்கின ஒருபலம் வெள்ளைப் பூண்டை வைத்து பிட்டவித்து பூவைப் பால்பிழிந்து பூண்டையும் ஒருபலம் முருங்கம் பட்டையையும் நன்றாயரைத்துச் சாறுபிழிந்து ஒன்றாய்க் கலந்து சாப்பிட்டுக் காற்றுப்படாத அறையிற் படுத்துக் கொள்ளவும். இப்படி 3 நாட்கள் செய்யத் தீரும்.

கழற்சிப்பருப்பு, வெள்ளுள்ளி, முருங்கைப் பட்டை, சுக்கு கருங்காணம் வகைக்கு கழஞ்சி (2) ஒருபடி சலத்திற் போட்டு அரைக்காற் படியாய் வற்ற வைத்துக் கொடுக்கவும். இந்தப்படி 9 வேளை கொடுக்கத்தீரும்.

புரசவிரை மிளகு வகைக்கு வராகனெடை(3) வெள்ளைப் பூண்டு வராகனெடை (9) அரைத்துக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமானம் (3) நாட்கள் உதயத்தில் கொடுக்கத் தீரும். புளி, புகையிலை தள்ளவும்.

கழற்சிப்பருப்பு, சித்திரமூலம், மாவிலிங்கு இவற்றின் வேர்ப்பட்டைகள் வகைக்கு வராகனெடை (10) முட்டை வெள்ளைக் கருவில் விரவிப் பொரித்துண்ணத் தீரும்.

திருகுக்கள்ளியை வாட்டிச் சாறுபிழிந்து அதற்கு நிகர் நல்லெண்ணெய் கூட்டி ஆட்பலத்துக்குத் தக்கபடி 3 நாட்கள் கொடுத்து ஆறுநாள் பத்தியம் வைக்கத் தீரும்.

கழற்சிப்பருப்பு, சத்திச்சாரணக்கிழங்கு, மிளகு, இந்துப்பு, பெருங்காயம், வெள்ளுள்ளி, வசம்பு ஆகியவற்றை ஓர் நிறையாய் வெள்ளாட்டுப் பாலிலரைத்துக் கொடுக்கத்தீரும்.

புளியிலையை யிடித்து (3) படி சலத்திற் போட்டு அதில் திரிகடுகு, இந்துப்பு, ஒமம், காந்தம், காயம், வெங்காரம், வெள்ளுள்ளி வகைக்கு வராகனெடை(1) வாளம் வராகனெடை (10) கழற்சிப்பருப்பு வராகனெடை (5) ஆகியவற்றைக் கிழிக்கட்டி வேகவைத்து மருந்துகளைக் கழுவி எருக்கம்பூச் சாற்றாலாட்டி தேற்றாவிரைப் பிரமானம் உருண்டை செய்து விளக்கெண்ணெயில் ஒரு குளிகையை உரைத்து (3) நாள் கடும்பத்தியமாய்க் கொடுக்கத் தீரும்.

பெருங்காயம், கழற்சிப்பருப்பு, மிளகு இவற்றை ஊமத்திலைச் சாற்றாலரைத்து பருத்திவிதைப் பிரமானம் உண்டை செய்து (2) வேளை (3) நாள் ஒரு காசுடை ஊமத்திலைச் சாற்றிலரைத்துக் கொடுத்து மேற்படி சாற்றை விரையிற்பூசி தவிட்டை வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்யத் தீரும்.

இலுப்பைப் பிண்ணாக்கும் சிவந்த கோழிக் காரமும் இரண்டு சுண்டைக்காய்ப் பிரமானம் அரைத்துக் கருப்புக் கட்டியில் பொதிந்து கொடுக்கத் தீரும்.

அண்டவாகத்திற்கு ஒத்தணம்

அண்ட வாகத்திற்கு அண்ட குட்டித் தக்காளியிலையும் தைவேளையிலையையும் வதக்கி ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும். வசம்பு, பூண்டு, கழற்சியிலை வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும்.

கழுதைலத்தியும் கழற்சியிலையும் வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்து கட்டவும்.

ஆனை, குதிரை, ஒட்டை, கழுதை, வெள்ளாடு இவற்றின் லத்தியும், தேட்கொடுக்கு யிலையும், தேங்காயைத் திருகினபூவும், பூவரசம் பூவும், கொடிக்கள்ளிப் பட்டையும் ஒரு நிறையாகயிடித்து வறுத்து ஒத்தணஞ் செய்யவும்.

மந்தாக்கினி வாயுக்குணம்

மந்தாக்கினி பசி மிக உண்டாகி மந்திக்கும் சிந்தையில் நினைத்த தெல்லாந் தின்ன விருப்பம் கொள்ள ஒட்டாது; வயிற்றில் இறங்காமல் வாந்தியாகும். மலங்கருகும், கிறுகிறுக்கும், வயிறுவலிக்கும், மலத்தில் சிறுக இரத்தமும் மிகுந்த சலமும் விழும், பலம்குலையும், நயனம் முகம் வெளுக்கும்.

நிவர்த்தி

மேல்தோல் நீக்கின எட்டுப்பல் இஞ்சியை சிறுவில்லையாக நறுக்கி அதில் (15) எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்து சூரியனில் வைத்துலர்த்தி உரி நெய்விட்டு வறுத்து கூகைநீர் பலம் (1) சீரகம் பலம் (2) சதுர்ச்சாதம், திரிசாதம், திரிகடுகு, தாளிசபத்திரி, குறசாணி, ஓமம், வாய்வினங்கம் வகைக்கு கழஞ்சு (3) இவற்றையிடித்துச் சூரணஞ்செய்து சீனிபலம் (3) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானங் கொள்ளத் தீரும்.

மேல்தோல் நீக்கி அரிந்த இஞ்சி பலம் (1) உமிநீக்கின சீரகம் பலம் (3) இவற்றை எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்துலர்த்தி ஆவின் நெய் தெளித்துச் சூரணஞ் செய்து கொண்டு திப்பிலி, மிளகு, கோஷ்டம், கிராம்பு, தாளிசபத்திரி, திரிபலை, வாய்விளங்கம், சடாமாஞ்சில், அதிமதுரம், கொத்துமல்லி, ஓமம், திப்பிலி, மூல், மூக்காவேளைவேர், சந்தனம், ஏலம், தழுதாழை, வேர்த்தோல், இவற்றை ஒரு நிறையாய்க் கரிசாலைச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்து உலர்த்தி இடித்துச் சூரணஞ் செய்து கொண்டு இருவகை சூரணங்களையும் ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் நெற்பொறி, முந்திரிப்பழம், சலாசத்துபஸ்பம் வகைக்குப் பலம் (1) சீனிபலம் (10) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், இந்துப்பு, திரிகடுகு, கறிவேப்பிலை யீர்க்கு வகைக்குப் பலம் (1) ஆகியவற்றை எட்டிலொன்று பங்கு வெதுப்பிச் சூரணித்து திரிகடிப் பிரமாணம் அன்னத்தில் தூவி நெய்விட்டுப் பிசைந்து சாப்பிடத் தீரும். மலசத்தியாகும்.

அக்கினி மந்தம்வாயுப் பொருமலுக்கு

அக்னி மந்தம்வாயுப்பொருமல் உண்டானது. கண்டங்கத்திரி, முள்ளி, சத்திச்சாரணை, ஓமம், கொடிவேலி, திரிகடுகு, நவச்சாரம், திரிபலை, பஞ்சலவணம், சத்திச்சாரம், சீரகம், கருஞ்சீரகம், வகைக்குப் பலம் (4) வீதம் பொடித்து அதற்குநிகர் அசுவகெந்திச் சூரணங்கூட்டித் தேனில் அல்லது இஞ்சிச்சாற்றில் கொள்ளத் தீரும்.

இந்துப்பு வராகனெடை (1) சீரகம் வராகனெடை (2) ஓமம் வராகனெடை (3) சுக்கு வராகனெடை (4) திப்பிலி வராகனெடை (5) மிளகு வராகனெடை (6) பொடித்து அதற்கு நிகர் கடுக்காய்ப்பொடி கூட்டித் திரிகடி வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

ஓமம், சுக்கு, கொடிவேலி ஆகியவற்றின் வேர்களை ஒரு நிறையாகப் பொடித்து அதற்கு நிகர் கடுக்காய்ப்படி கூட்டித் திரிகடிப் பிரமாணம் மோரில் கொள்ளத் தீரும்.

பச்சைக் கறிவேப்பிலையை ஒரு தேங்காய்ப் பிரமானம் அரைத்து ஒன்றரைப் படித் தண்ணீரில் கலக்கி அரைப் படியாய் வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் கருப்புக்கட்டி (3) பலம் போட்டுப் பாகு செய்து கரியுப்பு, வெடியுப்பு, இந்துப்பு, சீனிக்காரம், வெள்ளுள்ளி, கருஞ்சீரகம், ஓமம், திப்பிலி, பெருங்காயம், சவுக்கரம், நவகாச்சாரம் வகைக்குக் கழஞ்சு (3) நெற்பொரிபடி அரைக்கால் இவற்றைத் தனித்தனியே சூரணித்துத் தூவிக் கிண்டி வைத்துக்கொண்டு ஒரு கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத்தீரும்.

திரிகடுகு, ஓமம், வாய்விளங்கம் வகைக்கு வராகனெடை (5) பொடி இடித்து அதற்கு நிகர் சர்க்கரை சேர்த்து தேன், நெய் வகைக்குப்படி (4) விட்டு லேகியஞ்செய்து கொட்டைப்பாக்கு பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத்தீரும்.

பித்தவாயு உஷ்ணவாயு மந்தத்திற்கு

பித்தவாயு உஷ்ணவாயு மந்தம் ஏற்பட்டால் தோல் நீக்கின இஞ்சி பலம் (40) அரைப்படி நெய் தெளித்துப் பொன்னிறமாய் வறுத்து சூரணித்துக் கொண்டு கடுகுரோகணி, தேவதாரம், சுக்கு, சீரகம், வகைக்குப் பலம் (1) ஏலம், மிளகு, வகைக்குப்பலம் (2) சாதிக்காய், அதிமதுரம். சிறுநாகப்பூ, லவங்கம், தாளிசப்பத்திரி, கூகைநீர் வகைக்குப் பலம் (4) இடித்துச் சூரணஞ்செய்து கொண்டு இருவகைச் சூரணங்களையும் ஒரு கூறாய்க் கலந்து சீனிசர்க்கரைப் பலம் (10) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானங் கொள்ளத்தீரும்.

வாயு, வாயுத்திரட்சி, அரோசியம், மலக்கட்டுக்கு

வாயுத்திரட்சி, மலக்கட்டு போன்றவை ஏற்பட்டால் ஆவின்பாலில் அவித்துச் சுத்தி செய்த சிவதைபலம் (6) திரிபலை, சுக்கு, திப்பிலி, பூண்டு வகைக்குப் பலம் (1) லவங்கப்பட்டை, லவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ. ஏலம், இந்துப்பு வகைக்குப்பலம் (4) இவற்றையிடித்துச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சீனிச்சர்க்கரைக் கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானம் தேனில் அல்லது நெய்யில் கொள்ளத்தீரும்.

பித்தவாயு, அரோசியம், அக்கினிமந்தம் வயிற்றெரிவுக்கு

பித்தவாயு, அரோசியம், போன்றவற்றுக்கு ஆவாரைப் பஞ்சாங்கக்குரணம் படி (1) இஞ்சி, எலுமிச்சம் பழம், முசுமுசுக்கை இவற்றின் சாறு ஆவின்பால் வகைக்குப் படி (2) சீனி பலம் (15) ஒன்றாய்க்கலந்து பாகு செய்து, அதில் சீரகம், அதிமதுரம் வகைக்குப் பலம் (5) கோஷ்டம், திப்பிலி, மிளகு, கூகை நீர் வகைக்குப் பலம் (4) விலாமிச்சம்பேர், சிறுநாகப்பூ, தாளிச்சப் பத்திரி வகைக்குப் பலம் (4) இவற்றையிடித்துச் குரணஞ்செய்து தூவிக் கிண்டி ஆவின் நெய்ப்படி (2) தேன்படி (1) கூடவிட்டு லேகியஞ்செய்து கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானஞ் சாப்பிட்டு வரத் தீரும். இச்சாபத்தியம்.

புளித்த ஏப்பத்திற்கு

புளித்த ஏப்பம் வந்தால் வசம்பு, சுட்டசாம்பல், வறுத்த கரியுப்பு, பெருங்காயம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் மோரில் அல்லது வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

உஷ்ணவாயுக்கு

உஷ்ணவாயுக்கு பிரண்டை, ஓமம், கறிவேப்பீர்க்கு, கரியுப்பு வகைக்குப் பலம் (1) வறுத்து மூன்றுபடி எருமைமோர் விட்டு ஒருகொதி வந்த பிறகு இறக்கி வைத்துக் கொண்டு சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

அஜீரண வாயுவுக்கு

அஜீரணவாயுக்கு சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, அசமதாகம், இந்துப்பு, நற்சீரகம், பெருங்காயம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ச் குரணித்துச் திரிகடிப் பிரமானம் அன்னத்திற் பிசைந்து ஆவின் நெய்விட்டு உண்ணத் தீரும்.

சந்திச்சாரணை கண்டங்கத்திரி வில்வம் இவற்றின் வேர்கள் வகைக்குப் பலம் (2) சுக்குபலம் (1) பூண்டுபலம் (3) காயம் பலம்

(4) இந்துப்பு (2) இவற்றைச் சிதைத்து ஒருபடி தண்ணீர் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்து அன்னத்தின்பின் உட்கொள்ளத் தீரும்.

மிளகை வறுத்துப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

கறிவேப்பீர்க்கு, சுக்கு, சீரகம், ஓமம் வகைக்கு வராகனடை (3) ஒரு படி தண்ணீர் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்து உட்கொள்ளத் தீரும்.

மந்தவாயுவுக்கு

மந்தவாயு உண்டானால் சீரகம், பலம், பச்சைக்கற்பூரம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்ச் சூரணித்து அதற்கு நிகர் சீனி, சர்க்கரைகூட்டித் திரிகடி அந்தி சந்தி கொள்ளத் தீரும்.

மேல்தோல் சீவப்பட்ட இஞ்சி பலம் (3) ஏலம், திரிகடுகு, கிராம்பு, ஓமம், வாலுளுவையரிசி, சாதிக்காய். ஆனைத் திப்பிலி, சீரகம் அதிமதுரம், குறாசாணி, ஓமம், அமுக்குறா, கசகசா, லவுங்கப்பத்திரி, மல்லி இவற்றுடன் முந்திரிப்பழம், பேரிச்சம்பழம் இவற்றை நெய்விட்டு வறுத்துச் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் உட்கொள்ளத் தீரும்.

பித்தவாயுவுக்கு

பித்தவாயு உண்டானால் இலவங்கம், திரிகடுகு, முத்தக்காசு, சிறுநாகப்பூ, திரிபலை இவற்றை ஒரு நிறையாய் சூரணித்து அதற்கு நாலிலொன்று ஆவின்பாலிற்சுத்தி செய்த சிவதை சூரணங்கூட்டி வேளை யொன்றுக்கு முக்கழஞ்சு தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

நற்சீரகம், அதிமதுரம், கருஞ்சீரகம், சோம்பு, சன்னலவங்கப் பட்டை, சதகுப்பை வகைக்குப் பலம் (6) மல்லிபலம் (6) இவற்றையிடித்து சூரணம் செய்து சர்க்கரை, கற்கண்டு வகைக்குப் பலம் (6) கூட்டித் திரிகடிப் பிரமானம் வெந்நீரில் இரண்டு வேளை வீதம் பத்து நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

கடுக்காய், திப்பிலி, சுக்கு, சீரகம், ஓமம், இந்துப்பு, நறுக்கு மூலம் வகைக்குப் பலம் (1) இவற்றைப் பொடித்து ஒரு பலக்கருப்புக் கட்டியைப் பாகு செய்து அதில் தூவிக் கிண்டி ஒரு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கழற்சிக்காய்ப் பிரமானங் கொள்ளத் தீரும்.

வாயுச்சூலைக்கு

வாயுச் சூலை ஏற்பட்டால், திரிகடுகு, இந்துப்பு, ஓமம், இவற்றை வெதுப்பிப் பொடித்துத் திரிகடிபிராமணந் தேனிற் கொள்ளத் தீரும்.

ஆனந்தவாயுவுக்கு

ஆனந்த வாயுக்குத் தும்பையிலையை எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்துப் பழச்சாற்றில் கலக்கிக் கொடுக்கத் தீரும்.

பதினாறு எருக்கிலைக்குள் தோல்நீக்கின அரைப்பலம் வெள்ளைப்பூண்டை வைத்துக்கட்டிப் பிட்டவித்து இலைவெந்த பருவத்தில் எடுத்துச் சாறுபிழிந்து அந்தச் சாற்றில் பூண்டையரைத்துக் கொடுக்கவும். இப்படி 3 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

எலுமிச்சங்காயளவு இலுப்பைப்பிண்ணாக்கை ஆழாக்கு ஈருள்ளிச் சாற்றிலுறப்போட்டு வெதுப்பிக் கொடுக்கத் தீரும்.

வாயுக் குத்துக்கு

வாயுக்குத்து ஏற்பட்டால் கொடிவேலிப்பேட்டை, சுக்கு, பறங்கிப்பேட்டை, பிரப்பங் கிழங்கு வகைக்கு வரகானடை (3) வீதஞ் சிதைத்து நாலுபடி சலத்திற் போட்டு எட்டொன்றாய் வற்றக் கியாழஞ்செய்து நாளொன்றுக்கு மூன்று வேளைக் கொடுக்கத் தீரும்.

வாயுப்பொருமலின் குணம்

வாயுப் பொருமினால் அக்கினி மந்தித்து உண்டவுடன் ஆசனத்தை வாந்திக்கும் புளித்த ஏப்பமிடும். காற்றுப்பரியும்.

நிவர்த்தி

பத்து வராகனெடை சுக்கை வேலிப்பருத்திசாற்றால் மைப்போலரைத்து வில்லைதட்டி ஒரு சட்டியில் இரண்டுவிரற்கனம் உப்பைப் பரத்தி அதின் மேல்வில்லையை வைத்து அதில் மேலும் முன்போல் உப்பைப் பரத்தி வோடுமுடிச் சிலைமண்செய்து நாலு எருவிற் புடம் போட்டு பொடித்துத் தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

சீனிப்பலம் (16) ஒன்றரைப்படி ஆவின்பாலில் பாரு செய்து அதில் கரிசாலைச்சுரணம் (1) ஏலம், வாய்விளங்கம், ஓமம், லவங்கப்பட்டை, வெள்ளுள்ளி, வாலுளுவை, திப்பிலி, நற்சீரகம், வகைக்குப் பலம் (2) சதகுப்பை பலம் (2) மல்லிபலம் (1) சுக்குபலம் (9) கிராம்பு வராகனெடை (2) இளவறுப்பாய்ச் சூரணித்துத் தூவிக் கிண்டி தேன், நெய்விட்டு லேகியஞ்செய்து வேளை யொன்றுக்குக் கொட்டைப்பாக்கு பிரமானம் ஒரு மண்டலங் கொள்ளத்தீரும்.

சுக்குபலம் (4) சர்க்கரை, தேன் வகைக்குப் பலம் (2) இவற்றை லேகியஞ்செய்து கொள்ளத் தீரும்.

திரிகடுகு, கடுக்காய், அரத்தை, நறுக்கு மூலம், பேய்ப்புடல், மல்லி, வாய்விளங்கம், வேப்பீர்க்கு, கறிவேப்பீர்க்கு, முருங்கைப்பட்டை, சத்திச்சாரணை, வேர் வகைக்குப்பலம் (5) இவற்றைச் சிதைத்து படிசலத்தில் போட்டுக் காற்படியாய் வற்ற வைத்து இரண்டு வேளை கொள்ளத் தீரும்.

குண்டலவாயுக் குணம்

குண்டல வாயு உண்டானால் வாயுமிகுத்து ஓடித் திரிந்து வயிற்றில் வந்து கற்போற்றிரளும், மறுபடியும் சிதறி உடம்பெங்கும் பரந்து பின்வந்தடங்கும் தீபனத்தை மிக ஓடுக்கும்.

குடகரிவாயுக் குணம்

குடகரிவாயு ஏற்பட்டால் வாயு அதிகரித்து குடல், முதுகு, நெஞ்சு, விலா முதலான இடங்களிலோடிப் புரண்டு அழன்று வலிக்கும், உடலயறும், மலங்கருகும்.

அனாகதவாயுக் குணம்:

அனாகதாவாயு உண்டானால் மென்மேல் உண்பதினாலும் நொந்த அன்னம், ஊசற்கறி புசித்தலாலும் மலக்கட்டினாலும் வாயு அதிகரித்து வயிறு பொருமி வாந்தி பிராந்தியாகும்.

அத்தறாவாயுக் குணம்:

அத்தறாவாயுக் ஏற்பட்டால் அக்கனிமந்தித்து கீரணமாகாமல் உண்டவண்ணமாய்ப் பிரவர்த்திக்கும்; புளித்த ஏப்பம் வாந்தி, தாகம்காணும்; வாயுதரு காமற்பரிந்து கொண்டிருக்கும்.

துடிவாயுக் குணம்:

துடிவாயு உண்டானால் வாயு அடிக்கடி உடலிற்பரந்தோடித் துடித்துச் சிலநேரமடங்கியிருக்கும்; நாள்தோறும் அதிகரித்து இப்படியே சேட்டைமிகச் செய்யும்.

குடல்வாயுக் குணம் :

குடல் வாயு என்பது குடலில் வாயுபுரண்டு வலித்துக் குமுறி இரைந்து, அலைபோற்கலக்கி மந்திப்பதாகும்.

சகலவாயுக்கும் பொதுப்பிரயோகம்

சகலவாயுகளுக்கும் வேப்பீர்க்கு, மூக்கரைச்சாரணைவேர், கறிவேப்பீர்க்கு, முருங்கையீர்க்கு, சுக்கு, மிளகு, மஞ்சள் வகைக்கு வராகனெடை (3) இவற்றைச் சிதைத்து இரண்டுபடி சலத்திற்போட்டு அரைக்காற் படியாய் வற்றவைத்து போசனத்தின் பேரில் சாப்பிட்டு வரத்தீரும்.

கீரகம், இந்துப்பு, ஓமம், திரிகடுகு, கருஞ்சீரகம், பெருங்காயம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்வெதுப்பிச் சூரணித்து திரிகடிப் பிரமானம் தேனில் அல்லது நெய்யில் உண்ணத்தீரும்.

சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, வெள்ளுள்ளி, ஓமம், வாலுளுவை யரிசி, ஆகியவற்றை ஒரு நிறையாய்வெதுப்பி பனைவெல்லங்கூட்டி

மெழுகுபோலரைத்துக் கொட்டைப்பாக்குப் பிரமானம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், திரிகடுகு, ஓமம், பெருங்காயம் வகைக்குப் பலம் (4) வெதுப்பிச் சூரணித்துக் கரியுப்பை எருக்கம்பழுப்புச் சாற்றாலரைத்து (4) அல்லது (6) புடம் போட்டு பஸ்பம் பண்ணியதை மேற்படி சூரணித்துக்கு நிகர்கூட்டித் திரிகடியளவு 7 நாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

செவியம், கொடிவேலிவேர், திப்பிலி, கண்டதிப்பிலி, சுக்கு வகைக்கு வராகனெடை (3) சிதைத்து இரண்டுபடி சலத்தில் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்து அதில் சாதிலிங்கத்தை உரைத்துக் கொடுக்கத் தீரும்.

நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், திரிகடுகு, திரிபலை, திப்பிலி, மூலம் சித்திரமூலம், இந்துப்பு, சவுட்டுப்பு, வாய்விளங்கம், கடுகு, ரோகிணி இவற்றை ஒரு நிறையாய் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் தேனில் கொள்ளத் தீரும்.

ஏலம், இலவங்கம், குங்குமப்பூ, சடாமாஞ்சில், மஞ்சிட்டி, கடுகுரோகிணி, திப்பிலி, மூலம், சாதிக்காய், லவங்கப்பட்டை, வசவாசி, சிற்றரத்தை, சித்திரமூலம், அதிமதுரம், நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், கல்லுப்பு, குறாசாணி , ஓமம், வால்மிளகு, வாய்விளங்கம், நிலவாகைவேர், வகைக்கு கழஞ்சு (3) இவற்றைச் சூரணித்து அதற்குநிகர் சீனிகூட்டித் திரிகடிப்பிரமானம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

வாயுக்கு விரோசனம்:

வாயுக்கு விரோசனம்: மிளகு இந்துப்பு வகைக்குக் கழஞ்சு (1) நற்சீரகங்கழஞ்சு (2) சுக்கு, அரியசிவதை வகைக்கு வராகனெடை (5) ஓமங்கழஞ்சு (3) திப்பிலிகழஞ்சு (4) கடுக்காய் கழஞ்சு (15) சத்திச் சாரணை வேர்ச்சூரணங்கழஞ்சு (10) இவற்றை நிழலில் உலர்த்திப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானங்கொள்ள விரோசனமாகி வாயு தீரும்.

கெந்தகம், இரதம், நேர்வாளம், திரிகடுகு, காயம் வெள்ளுள்ளி, கருஞ்சீரகம், அசமதாகம் வகைக்குக் கழஞ்சு (1)

இவற்றைப் பொடித்து முற்றின தேங்காய்க்குள்ளடைத்துக் கண்ணில் முருங்கை முளையறைந்து யேழுசீலைமண்ணெய்து புடம்போட்டு ஒடுநீக்கியரைத்துச் சுண்டைக்காய்ப் பிரமானம் உண்டைசெய்து தேனிற் கொடுக்க விரோசனமாகும்; பத்தியம் மோரும் அன்னமும் வெந்நீருங் கொள்ளத் தீரும்.

மல்லி, வாய்விளங்கம், கடுகு ரோகினி, கடுக்காய், வாளம் இவற்றை ஒரு நிறையாய் இஞ்சிச்சாற்றாலாட்டிப் பருத்தி விதைப்பிரமானம் உண்டைசெய்து மேற்படிசாற்றில் அல்லது மிளகுக்கசாயத்தில் கொடுக்கச் சகலவியாதியுந் தீரும்.

திரிகடுகு, கடுகு ரோகணி, தேவதாரம், வாய்விளங்கம், வகைக்கு கழஞ்சு (2) சுத்திசெய்து முளைப்போக்கி வாளம்கழஞ்சு (10) இவற்றை இஞ்சிச்சாற்றால் மைப்போலாட்டிக் குன்றிப் பிரமானம் உருண்டை செய்து, இஞ்சிச்சாற்றில் அல்லது பனைவெல்லத்தில் இரண்டு உருண்டை கொடுத்து வெந்நீர் கொடுக்க நன்றாய் விரோசனமாகி சகலவாயும் மலக்கட்டும் தீரும். முன்போற்பத்தியங் கொள்ளவும்.

சிவதைப்பலம் (1), திரிபலை, மல்லி, கடுகுரோகணி, தேவதாரம், இந்துப்பு, செவியம், முத்தக்காசு, திரிகடுகு, கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், சிறுநாகப்பூ, அன்னபேதி, விலாமிச்சு, வேர் வகைக்குக்கழஞ்சு (3) தேவதாரம், லவங்கப்பத்திரி, கோஷ்டம், சந்தனம், பொரிகாரம், கஸ்தூரிமஞ்சள், சடாமாஞ்சில், வாய்விடங்கம் வகைக்குக்கழஞ்சு (10) இவற்றை வெயிலுலர்த்திப் பொடித்து திரிகடிப்பிரமானம் இஞ்சிச்சாற்றிலிட சகல வாயு மலக்கட்டு தீரும். மற்றவியாதிகட்கு அதற்குரிய அனுபானங் களிவிட்டால் குணமாகும். பொரிமிளகுநீரும் அன்னமும் உப்புங்கூட்டிச் சுடுகஞ்சியுங் கொள்ளலாம். இரவில் மிளகுக் கசாயங்கொள்ளவும்.

சிவதை வராகனெடை (3) திரிகடுகு, வாய்விளங்கம், கிராம்பு, லவங்கப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, திரிபலை வகைக்கு வராகனெடை (1) வெயிலிலுலர்த்திப் பொடித்து அதற்கு நிகர் சீனிகூட்டி திரிகடியளவு வெந்நீரில் கொள்ள மலக்கட்டு நீங்கும். பத்தியம் செய்யவும், இரவில் மிளகு கசாயம் கொள்ளவும்.

சிவதை வராகனெடை (3) திரிகடுகு, வாய்விளங்கம், கிராம்பு, லவங்கப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, திரிபலை, வகைக்கு வராகனெடை (1) வெய்யலிலுலர்த்திப் பொடித்து அதற்கு நிகர் சீனிகூட்டி திரிகடியளவு வெந்நீரில் கொள்ள மலக்கட்டு நீங்கும். பத்தியம் மோசரனஞ் செய்யவும். இரவில் மிளகு கசாயங் கொள்ளவும். சகலவாயு, பாண்டு வீக்கம், விஷநீர், கிராணி போன்றவையும் நீங்கும்.

சிற்றாமணக்கெண்ணய் படி (அரை), ஈருள்ளிச்சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குசாறு, பெரும்பேயீர்க்கு, மட்டிக்காய்ச்சாறு வகைக்குப் படி (4) ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் கருஞ்சீரகம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு, அதிவிடயம், அதிமதுரம், சிறுநாகப்பு, சுக்கு, வகைக்கு வராகனெடை (2) கற்றாழவஞ்சருகு, வில்வக்கொழுந்து, இலந்தைக் கொழுந்து, முசுமுசுக்கையிலை, நீர்முள்ளியிலை, வகைக்கு வராகனெடை (5) அரைத்துப் போட்டு மெழுகுபதமாய்க் காய்ச்சிவடித்து ஒரு கரண்டி வீதங்கொள்ள (2) (3) விசை பிரவிர்த்தியாகும். பத்தியம் பொரிமிளகுசாறும் அன்னமும்; இரவில் சுக்குக் கசாயம் உட்கொள்ளவும். இப்படி (4) (5) முறைகொள்ள சகலவாயும் தீரும்.





குன்ம நோயும் மருந்துகளும் விருத்தம்

செப்பினோங்குன்மமெட்டுந் தெளிவறமானிடர்க்கு
ஒப்பிலாப்பல நூலாய்ந்து ஒழுங்குடன்பிணிகள் நீங்க
துப்புறப்பாகந்தானுந் துய்யவேசெய்யவென்று
மெப்புடன்முனிவர்தம் மேன்மையாயுரைந்திட்டாரே.

மேற்படி விவரம் :

வாதபித்தசிலேதம் குன்மம், சத்தி குன்மம், எரிகுன்மம், வலி
குன்மம், சூலைகுன்மம், கபால குன்மம்.

வாதகுன்மத்தின் குணம் :

வாதகுன்மம் ஏற்படின் ஈரலும் நெஞ்சம் வற்றும்
ஒருபக்கத்தைப் பற்றி வயிறெரிந்துளையும், குடலைப்புரட்டி
வலிக்கும், சத்திக்கும், கிறுகிறுத்துவரும். சந்து கால் கை பொருத்துகள்
உளையும், அயரும், இரவில் உபாதை அதிகரித்து நித்திரை சற்றும்
வராது.

நிவர்த்தி :

வில்வக்காய்பலம் (20) வில்வவேர்பலம் (15) இவற்றையிடித்து (4) மரக்கால் சலத்திற்போட்டு எட்டொன்றாய் வற்றவைத்து அதில் (15) பலம் வெல்லங்கரைத்து வடிகட்டிப் பாகு செய்து இஞ்சிபலம் (3) மிளகுபலம் (4) திப்பிலிபலம் (2) பூண்டுபலம் (2) மஞ்சள் அசமதாகம் வகைக்குப் பலம் (6) வெவ்வேறாகயிடித்து வடிகட்டிப் பாகில் தூவி பசுவினெய் படி (4) விட்டு லேகியஞ்செய்து வேளை ஒன்றிற்கு எலுமிச்சங்காய் பிரமானங் கொள்ளத் தீரும்.

வெள்ளுள்ளிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, இளநீர், நெய், பால் வகைக்குப்படி (1) ஒன்றாய்க்கலந்து இரண்டுபடியாய் வற்றவைத்து அதில் கோஷ்டம், ஏலம், வெங்காரம், இந்துப்பு, நற்சீரகம், திரிகடுகு, கொத்துமல்லி, கிராம்பு, சேங்கொட்டை வகைக்குப்பலம் (1) அரைத்துப்போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து வேளையொன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதங்கொள்ளத்தீரும்.

கொடிவேலி, புனலி, நிலவாகை, குமரி இவைகளின் வேர் வகைக்குப்பலம் (10) இடித்து பத்துப்படி தண்ணீர் போட்டு ஒரு படியாய் வற்றவைத்து அதில் திரிகடுகு, இந்துப்பு வகைக்குப்பலம் (1) பூண்டுபலம் (2) அரைத்துப்போட்டு ஆவின்நெய்ப்படி (1) கூடவிட்டுக் காய்ச்சி வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதங்கொள்ளத் தீரும்.

இஞ்சி, சிவதை, சீந்தில், நிலவாகை, கொடி வேலி, கழற்கொடி, இவைகளின் மூலம் முடக்கொத்தான், சமூலம், பூண்டு, திரிகடுகு வகைக்குப்பலம் (1) அரைத்து அரைப்படி சிற்றாமணக்கெண்ணயிற் போட்டுக் காய்ச்சி வடித்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதங் கொள்ளத் தீரும்.

நொச்சி நிலாவகை, கொன்றை, கழற்கொடி, ஆதண்டை, மூறங்கை, சிவதை, செம்முள்ளி இவற்றின் வேர்கள் பூண்டு, இந்துப்பு, வகைக்குப் பலம் (1) இவற்றையரைத்து ஒருபடி சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சிக் கள்ளிப்பால் கழஞ்சகூட விட்டு வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் கொள்ளத் தீரும்.

பித்தகுன்மக் குணம்

பித்தகுன்மம் ஏற்படின் வயிறு மந்திக்கும் வலிக்கும் நெஞ்செரியும் வாய்நீர் ஊறும். ஓங்காரிக்கும், எதிரெடுக்கும், கிறுகிறுக்கும், வியர்க்கும், வாய்கசக்கும், உண்டியை ஒறுக்கும், மலத்தில் பித்தம் கவரி கடுத்திறங்கும், சிறுநீர் விழி மஞ்சணித்திருக்கும்.

நிவர்த்தி

1. வில்வவேர், முல்லைவேர், சுக்கு, ஏலம், பாசிப்பயிறு, நெல்லிப்பருப்பு வகைக்குப் பலம் (4) இடித்து ஒரு படித் தண்ணீர்ந் போட்டு அரைக்காற்படியாய் வற்றவைத்துக் கொடுக்கவும். இப்படி 9 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

2. சத்திச்சாரணவேரை ஆவின்பாலில் அவித்துலர்த்திச் குரணஞ் செய்து சீனிகலந்து திரிகடிப்பிரமானம் நெய்யிலாவது தேனிலாவது கொள்ளத் தீரும்.

3. முக்காவேளை சமூமுலம் இடித்துப் பிட்டவித்துக் காற்படிச்சாறு பிழிந்து திரிகடுகுப்பொடி வராகனெடை (3) கூட்டி 9 வேளை கொடுக்கத் தீரும்.

4. சுக்குபலம் (4) மிளகு, ஓமம், வகைக்குப் பலம் (2) சேங்கொட்டை, அக்கிரகாரம் வகைக்குப் பலம் அரைக்கால் இவற்றை வெதுப்பிச் குரணஞ்செய்து சத்திச்சாரண வேர்ச் குரணம் பலம் (16) கூட்டித் திரிகடியளவு வெந்நீர்ந் கொள்ளத் தீரும்.

சிலேதம் குன்மக் குணம்

சிலேதம் குன்மம் உண்டானால் நாவுவழுத்தினிக்கும் வாய்நீர்சுழற்றி வாந்தியாகும். விக்கல், கொட்டாவி, இருமல், தும்மல், இளைப்பு, வயிற்றிரைச்சல் காணும். நீர்மலங்கட்டும், அன்ன மொடுக்கும், புறந்தாள்வீங்கிவற்றும், சீல் போற்கபம் விழும்.

நிவர்த்தி :

திரிகடுகு, திரிபலை, கல்லுப்பு, செவியம், அரத்தை, ஏலம், சன்னலவங்கப்பட்டை, கெந்தகம், கண்டதிப்பிலி, கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், சீனிக்காரம், அக்ராகாரம், கிராம்பு, இந்துப்பு, சாதிப்பத்திரி, அமுக்குறாவேர் வகைக்கு வராகனெடை(9) கடுகுரோகினி, சாதிக்காய், வெங்காரம், வகைக்கு வராகனெடை(2) இவற்றை வெதுப்பிப் பொடித்து அதில் கோப்பிரண்டையை அவித்துலர்த்தியிடித்த சூரணம் வராகனெடை (9) கூட்டி இதற்கு நிகர் வச்சிரவல்லிச் சூர்ணமும் சீனிப்பலம் (3) சேர்த்துத் திரிகடியளவு தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

வலிகுன்மக் குணம்

வலிமகுன்மம் வந்தால் வயிறு பலவிதமாய் வலிக்கும். ஆகாரத்தை மறுக்கும், நெஞ் செரியும், எதிரெடுக்கும், மலத்தில் பித்தம் சுவரி விழும், தேகம் வற்றும்.

நிவர்த்தி

அரைப்படி தேங்காய்ப்பாலில் இந்துப்புபலம்(1), பூண்டுபலம் (2), சாரம் கழஞ்சு (2), பொடித்துப் போட்டுக் கள்ளிப்பால் கழஞ்சு (2) கூடவிட்டுக்காய்ச்சி நெய்வடித்து அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் கொடுக்கத் தீரும்.

கொடிக்கள்ளி, திருகுக்கள்ளி, கொடிவேலி, நாயுருவி, இவற்றின் சாம்பலை ஓர்நிறையாய் சலத்தில்கரைத்து தெளியவயிறுத்துக் காய்ச்சி உப்பெடுத்துக் கொண்டு வேளை ஒன்றிற்கு (1) கழஞ்சி வீதம் நெய்யிற்கொள்ள வலிமுதலான சகலகுன்மம் தீரும்.

முற்றின தேங்காய்க்குள் வெடியுப்பு, வளையலுப்பு, கல்லுப்பு, வகைக்குப்பலம் (1) இந்துப்புபலம் (2) பொடித்துப்போட்டு அடைத்து சாணியிற்பொதிந்து புடம்போட்டுச்சிரட்டை நீக்கி மெழுகு போலரைத்து வேளை ஒன்றிற்கு ஒரு கொட்டைப்பாக்களவு சாப்பிடத் தீரும்.

சத்திகுன்மக் குணம்:

சத்திகுன்மமாக இருந்தால் வாயு அதிகரித்து வயிறு பொருமும், அன்னத்தைத் தள்ளும், செரிக்காது, வாந்தியாகும், நெஞ்செரியும், புளித்த ஏப்பமிடும், உடல் வெளுத்து வற்றும், ஆயாசம் களைப்புண்டாகும், மலங்கருகும்.

நிவர்த்தி :

கரியுப்பு படி (1) பூநீர்ப்படி (1) வெடியுப்பு படி (1) இவற்றைத் தனித்தனியே சலத்தில் கரைத்து மறுநாள் தெளிவையிறுத்துக் கலந்து அதில் (4) கழஞ்சு பெருங்காயத்தைப் பொடித்துப் போட்டு குருகக்காய்ச்சி வேளையொன்றுக்கு ஒரு பாக்களவு நீராகாரத்தில் கொள்ளத் தீரும்.

இந்துப்பு பலம் (1) வெங்காரம், வெள்ளுள்ளி வகைக்குப் பலம் (2) நவாச்சாரம் கழஞ்சு (2) தேங்காய்ப்பால் படி (3) கள்ளிப்பால் படி (4) ஒன்றாய் கலந்து காய்ச்சி நெய்வடித்துக் கொண்டு வேளையொன்றிற்கு ஒருகாசெடை உண்ணத் தீரும்.

திரிகடுகு, பூண்டு, இந்துப்பு, ரசபற்பம், வெங்காரம், சுற்காந்தம் இவற்றை ஒரு நிறையாய்க் கள்ளிப்பாலில் அரைத்துக் குன்றிப் பிரமானம் உண்டைசெய்து நொச்சியிலையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்தசாற்றில் ஒருண்டைகொள்ள இப்படி (4) வேளைகொள்ளத் தீரும்.

எரிகுன்மக்குணம் :

எரிகுன்மம் வந்தால் வயிறு எப்போதுமிறையும், பொருமும், குடலைப்புரட்டி ஒங்காரிக்கும், ஏப்பமிடும், தலைகனத்து வலிக்கும், கிறுகிறுக்கும் மயிர்கால்வழிவியர்க்கும்.

நிவர்த்தி

வெள்ளாட்டுப்பால், தேங்காய்ப்பால் வகைக்குப் படி அரைக்கால் ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் இந்துப்பு, திப்பிலி வகைக்கு வராகனெடை (1) பொடித்துப் போட்டுக் காய்ச்சி (8) வேளை உண்ணத் தீரும்.

கழற்சி, வேர் சாரணை, கொடுவேலி, நொச்சி, நிலவாகை, கொன்றை முருங்கை, ஆதண்டை, உகாய் வீழி, செம்முள்ளி, இவற்றின் வேர்ப்பட்டை, சிவதை, பூண்டு, இஞ்சி, இந்துப்பு, சீந்தில்தண்டு, மிளகு, திப்பிலி, வகைக்குப்பலம் (1) இவற்றை முடக்கறுத்தாள்சாறு விட்டரைத்து அரைப்பட விளக்கெண்ணெயில் போட்டுக் கள்ளிப்பால் கழஞ்சு கூட விட்டுக்காய்ச்சி வேளை யொன்றிற்கு ஒரு கரண்டி வீதம் உட்கொள்ளத் தீரும்.

குன்மகுலைக் குணம்:

குன்மகுலை ஏற்பட்டால் மேல்வயிறு வலித்து எரியும், வாய்நீர் ஊறும், ஏப்பமிடும், சிறுக வெதும்பும், குளிரும், பொருத்துக் கள் உளையும், குத்தும்.

நிவர்த்தி :

வெங்காரம், இந்துப்பு, காயம், சுக்கு, பஞ்சாக்கரசெந்தூரம், இவற்றை ஒரு நிறையாயரைத்து தேற்றாவிரைப் பிரமானம் உருண்டை செய்து தேனிற்கொள்ளத் தீரும்.

காட்டுக்கருணைக்கிழங்கு பலம் (4) நற்சீரகம் கருஞ்சீரகம் திப்பிலி வகைக்குப் பலம் (4) சேங்கொட்டைப் பலம் (2) செவியம் பலம் (14) சுக்கு சித்திரமூலம் வகைக்குப் பலம் (1) இவற்றை நெருப்பில் வெதும்பியும் மற்றவற்றை ரவியில் வெதுப்பியும் இடித்துச் சூரணஞ்செய்து சீனிகூட்டித் திரிகடிப் பிரமானஞ் சாப்பிட்டுவரத் தீரும்.

குன்மம் மூலம் இடுப்புக்குடைச்சல் வாயுக்கு:

குன்மம் மூலம் இடுப்புக் குடைச்சல் வாயு உண்டானால் பரங்கிப்பட்டைபலம் (8) அரத்தை, சிறுநாகப்பூ, சுக்கு, சிறு தேக்கு, சீரகம், திப்பிலி, தாளிசபத்திரி, தேவதாரம், கருஞ்சீரகம், கோஷ்டம், வால்மிளகு, அதிமதுரம், ஏலம், சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, சதகுப்பை, குங்குமப்பூ, கிராம்பு, சடாமஞ்சில் , வகைக்கு வராகனெடை (3) லவங்கப்பட்டை, மல்லி, மலைதாங்கிவேர், திரிபலை, அமுக்குறாக்கிழங்கு, கிரந்திநாயகம், சித்திரமூலம், மிளகு,

லவங்கம், மேற்படிபத்திரி, சிவன்வேம்பு, வேர்பட்டை, முத்தக்காசு, நிலப்பனைக்கிழங்கு வகைக்கு வராகனெடை (6) இவற்றையிடித்து வடிகட்டிப் பால்விட்டுப் பிசைந்து வெயிலில் உலர்த்தி, உலர்ந்தபின் அரைக்காற்படி நெய்தெளித்து பொன்னிறமாய் வறுத்து சர்க்கரை பலம் (10) கூட்டிவைத்துக் கொண்டு திரிகடிப்பிரமாணம் ஒருமண்டலங் கொள்ளத் தீரும். பத்தியம்: புளி, புகையிலை, கரப்பான் பதார்த்தம் நீக்கவேண்டும்.

குன்மவலிக்கு :

குன்மவலி உண்டானால் சக்கு, வெங்காரம், ஓமம், மிளகு, வசம்பு வகைக்கு வராகனெடை (1) வெதுப்பிப் பெருந்தும்பைக் கொழுந்து ஒருபடி கூட்டி எருமை மோரிலரைத்து உட்கொள்ளத் தீரும்.

பித்தகுன்மம் சத்திகுன்மம் எரிக்குன்மம் கிருமிக்கு

குன்மக் கிருமிக்கு கடுக்காய் நிலவாகை வகைக்குப் பலம் (5) அதிமதுரம், கோஷ்டம், ஏலம், லவங்கப்பத்திரி, சிறுநாகப்பூ, தாளிசுபத்திரி, லவங்கப்பட்டை, சீரகம் வகைக்குப் பலம் (1) இடித்துச் சூரணித்து அதற்குநிகர் விளாம்பழமும் கரியுப்பும் ஒரு நிறையாயிடித்த சூரணத்தைக் கூட்டித் திரிகடி வெந்நீரில் கொள்ளத் தீரும்.

குன்மம் அக்கினி மந்தத்திற்கு:

குன்மம் அக்கினி மந்தத்திற்கு சித்திரமூலம், திப்பிலி, ஓமம், மிளகு, நற்சீரகம், பொன் முசுட்டைவேர், பெருங்காயம், சடாமஞ்சில், திப்பிலி, மூலம், இந்துப்பு இவற்றை ஒரு நிறையாய் சூரணித்துத் திரிகடிபிரமாணங் கொள்ளத் தீரும்.

வெட்டையைப் பற்றின பித்தகுன்மம், எரிக்குன்மம், ஈரல்வலி, வாயு, மலச்சிக்கலுக்கு

வெட்டையைப் பற்றின பித்த குன்ம நோய்களுக்கு வரிக்கடுக்காய் (50) விதை நீக்கி அரைப்படி ஆறுமாதத்திய காடியில்

நனையவைத்து உலர்த்தி அதில் வெற்றிலை, எலுமிச்சம்பழம், இஞ்சி இவற்றின் சாற்றிலும் புளித்தமோரிலும் வகைக்குக் காற்படி விகிதம் தனித்தனியே ஊறவைத்து உலர்த்திக் கொண்டு ஆவின்பாலில் அவித்து உலர்த்தி நரம்புதள்ளிய சிவதைபலம் (1) மிளகு, கடுகு, ரோகணி, சுக்கு, திப்பிலி, சீரகம், ஏலம், இந்துப்பு, கரியுப்பு, வளையலுப்பு, சுவுட்டுப்பு, கல்லுப்பு, வகைக்குப்பலம் (1) இவையெல்லாவற்றையுமிடித்து இஞ்சி சாற்றிலும் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றிலும் வகைக்கு (2) சாமமரைத்துக் கழற்சிகாய்ப் பிரமானம் உருண்டை செய்து வேளையொன்றுக்கு ஒருருண்டையாக (40) நாள் கொள்ளத் தீரும். இச்சபாத்தியமாய் பழஞ்சோறு நீக்கவும்.

சகலகுன்ம வாயுக்கு:

சகலகுன்ம வாயுக்கு முற்றின கருங்கோழியை மயிர், குடல், தலை கால், சிறகு நீக்கி அதன் வயிற்றுக்குள் காயம் கடுகு, திப்பிலி, கண்ட திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு, இந்துப்பு, கருஞ்சீரகம், ஓமம், பொரிகாரம், சீனிக்காரம், சவுக்காரம், வகைக்கு வராகனெடை (2) சத்திசாரணை கிழங்கு திருகுகள்ளி வேர்ப்பட்டை வகைக்குப் பலம் (1) அரைவைத்துமூடி கொள்ளையவித்த தண்ணீர்படி (2) சிறுதும்பைச்சாறு படி (1) ஒன்றாய்க் கலந்து அதற்குள் விட்டு மூடிச்சீலைமண் செய்து நீர்வற்ற வேகவைத்து எலும்பு நீக்கியுலர்த்திப் பொடித்துத் திரிகடிப்பிரமானம் தேனிற் கொள்ளத்தீரும்.

பயித்தியவாயு அக்கினிமந்தம் மலக்கட்டு அன்னஞ்சமியாததற்கு :

வாய்விடங்கம், கடுகுரோகணி, திரிகடுகு, அசமதாகம், இந்துப்பு, வளையுப்பு, நற்சீரகம், பெருங்காயம், சித்திரமூலம், திப்பிலிமூலம், அதிமதுரம் வகைக்குப் பலம் (4) சிவதைப் பலம் (2) கடுக்காய்த்தோல் பலம் (1) இவற்றில் மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், அசமதாகம் இந்த நாலையும் அனலில் வெதுப்பியும் மற்றவற்றை ரவியில் வெதுப்பியும் சூரணஞ்செய்து திரிகடிப்பிரமானம் சாப்பிட்டுவரத் தீரும்.

அஷ்டகுன்மம் வாயு அக்கினிமந்தத்திற்கு

அஷ்டகுன்மம் வாயு அக்னிமந்தம் உண்டானால், கருங் கோழியை குடல், தலை, கால், மயிர், எலும்பு நீக்கிக் காசு போல் அரிந்து கருஞ்சீரகம், சுக்கு, ஓமம், பெருங்காயம், வெங்காயம், பூண்டு, கிராம்பு, இலுப்பைப் பிண்ணாக்கு, இந்துப்பு, மிளகு, காரீகோலரிசி, முருங்கைவேர்ப்பட்டை, கடுகுரோகிணி, சீனிக்காரம், வெருகக்கிழங்கு, கடுக்காய், கழற்சிபருப்பு, மஞ்சள் சுத்திசெய்த வாளம் வகைக்குக் கழஞ்சு (1) பொடித்துத் தூவிப்பிசறிக் காய வைத்துச் சட்டியிற் போட்டு ஒருபடி இஞ்சிச்சாற்றைச் சிறுகச்சிறுக விட்டு சுக்கு, மிளகு, கடுகு, வகைக்குக் காற்படித் தூள் தனித்தனியே தூவி மூன்றுபடி இஞ்சிச்சாறு கொடுத்து வறுத்து இடித்துச் சூரணஞ்செய்து சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

குன்மம் வாயு கெண்டை வீக்கத்திற்கு காந்த செந்தூரம்

குன்ம வாயுக்கெண்டை வீக்கத்திற்கு காந்த கெந்தி வகைக்குப் பலம் (1) எலுமிச்சம் பழச்சாற்றா லாட்டி (2) சாமாஞ்சென்றபின் வில்லை தட்டிக்காயவைத்து மூன்று தடவை கெசப்புடம் போடச் செந்தூரமாகும். கொடிவேலிவேர், கெந்தகம் வகைக்கு பலம் (1) முலைப்பாலாலும் வெள்ளைக் கருவாலும் வகைக்கு இரண்டு சாமமாட்டி வில்லைதட்டிக் காயவைத்துப் புடம்போடச் செந்தூரமாகும். இருவகைச் செந்தூரங்களையும் எருக்கம்பாலாலாட்டி வில்லை செய்து கெசப்புடம் போடக் கருகின செந்தூரமாயிருக்கும். அதில் பணவிடை வீதந்தேனிலும் மற்ற அனுபானங்களிலும் ஒருமண்டலங் கொள்ளத் தீரும்.

குன்மம் மலவாயு பாரிசவாயு வயிற்றுவலிக்கு:

குன்மத்திலான வயிற்றுவலிக்கு ஒருபலம் வெள்ளுள்ளியை மேல்தோல் நீக்கி ஆவின்பாலில் வித்து அதில் சீரகம், இந்துப்பு, சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, ஓமம், பெருங்காயம் இவற்றை வகைக்குப் பலம் (1) வீதம் வெதுப்பிப் பொடித்துத் தூவிக் கடைந்து வேளையொன்றிற்கு எலுமிச்சங்காய்ப் பிரமானம் ஒரு மண்டலங்கொள்ளத் தீரும்.

குன்மம் குதகவாயு வாயுத்திரட்சிக்கு:

குன்மவாயுத்திரட்சிக்கு நாலுபலம் பனைவெல்லத்தை ஒருபடி ஆவின்பாலில் பாருசெய்து, அதில் அமுக்குறா, கொடிவேலி, பெருந்தும்பை, கோப்பிரண்டை, நொச்சி, சங்குமாவிலங்கு, மிளகரணை, கொழுஞ்சி, வெள்ளைச்சாரணை, அடம்பு, சிறுபூளை, நிலாவரை இவற்றின் வேர் வகைக்குப் பலம் (1) இடித்துச் சூரணித்துக்கொண்டு வால்மிளகு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், ஆனைதிப்பிலி, ஓமம், அரத்தை, சுக்கு, பெருங்காயம், கண்டதிப்பிலி, சதகுப்பை, குறாமணி, ஓமம், திப்பிலி, சடாமஞ்சில், சேங்கோட்டை, ரசகற்பூரம், வகைக்குப் பலம் (4) வெள்ளுள்ளி பலம் (1) மூங்கிலை தேசிக்காய்ப்பிரமாணம் நெற்பொரிமாவு படி (1) இவற்றைக் கொள்ளிலைச்சாற்றிலும், தேங்காய்ப்பாலிலும், அரைத்துப்போட்டு நெற்படி (1) தேன்படி (4) கூடவிட்டு லேகியஞ்செய்து வேளை ஒன்றிற்கொரு கழற்சிகாய் பிரமாணஞ் சாப்பிட்டுவரத் தீரும்.

சகலகுன்மம் வாயுவிற்கு தாம்பிரபஸ்பம் :

சகலகுன்ம வாயுவிற்கு தாம்பிரபஸ்பம் (1) சுத்திசெய்து உருக்கி அதில் தாளகத்தையும் அண்டத்தோலையும் வகைக்குப் பலம் (2) வீதம் எலுமிச்சம்பழச்சாற்றாலாட்டிக் குன்றியபோலுருண்டை செய்துலர்த்தி ஒவ்வொரு உருண்டையாகக் கொடுக்க வெண்கலம் போலிருக்கும். அத்துடன் வீரம் கழஞ்சு (2) பூநீர் கழஞ்சு (1) கூட்டி வெள்ளருக்கம்பாலால் ஒருநாளாட்டி வில்லை தட்டி (1) எருவில்புடம்போட்டு இரதங்கழஞ்சு (1) கூட்டி முலைப்பாலாவிரண்டுசாமமாட்டி கோழிப்புடம் போடக் கொடிய பற்பமாயிருக்கும். அதில் பணவிடை இஞ்சிச்சாற்றில் அல்லது வாழைப்பழத்தில் கொடுத்து, பத்தியம் பாலுங் கஞ்சியுங் கொடுக்கவும்.

சகலகுன்மத்திற்கு:

சகலகுன்மத்துக்கு நொச்சி, தழுதாழை, மாவிலங்கம் இவற்றின் இலைகளை ஓரளவாய்ச் சிதைத்துப் பிழிந்தசாறு ஆழாக்கு

வெள்ளுள்ளித்தையிலம் ஆழாக்கு, பெருங்காயம் பலம் (1) பொடித்துப் போட்டுக் குழம்பாய்க் காய்ச்சி ஒரு கரண்டியளவு (10) நாள் கொடுக்கத் தீரும்.

ஓமம், இந்துப்பு, அதிவிடையம், ஒருதலைப்பூண்டு, வகைக்குப்பலம் (3) கடுகுரோகிணி, சாதிப்பத்திரி, வகைக்கு வராகனெடை (10) ஆடோதோடை, நத்தைச்சூரி, சத்திச்சாரணை, இவற்றின் வேர்கள் கறிவேப்பீர்க்கு, பிரண்டை வகைக்கொருபிடி இவற்றைப் பிரண்டைச்சாற்றாலாட்டி ஒருகருங்கோழிமாமிசத்திற் பிசிரி குறுணிப்பிரண்டைச்சாற்றில் வேகவைத்திடித்துலர்த்திச் சூரணித்து திரிகிடிப்பிரமாணம் தேனில் கொள்ளத் தீரும். புளி, புகையிலை தள்ளவும்.

ஒருபடி கரியுப்பில் எருமை மோர் வரிக்குமட்டிக் காய்ச்சாறு வகைக்குப்படி (1) இந்துப்பு, வெடியுப்பு, சவுட்டுப்பு, வளையலுப்பு, வகைக்கு வராகனெடை (1) ஒன்றாய்க் கலந்து காய்ச்சி ஒரு வராகனெடை வீதம் நீராகாரத்தில் கொள்ளத் தீரும்.

ஒரு துலாம் வேப்பிலையைப் புதுச்சட்டியிற்போட்டு எரித்து நீறாக்கி திரிகடிப்பிரமாணம் தேனில் எட்டுநாள் கொள்ளத் தீரும். புளி தள்ளவும்.

இருபது வெள்ளைப் பூண்டைத் தோல்நீக்கி ஒரு தேங்காயைத் திருகி அப்பூவுக்குள் வைத்துப் பிட்டவித்துப் பூவைத் தள்ளி அரைத்து வேளைஒன்றுக்குக் கொட்டைப்பாக்குப் பிரமாணம் எட்டுநாட்கள் கொள்ளத் தீரும்.

சத்திச்சாரணைவேர் பலம் (15) சதாவேரிக்கிழங்கு, ஆயிற்பட்டை, சித்திர மூலம், வெள்ளைப் பூண்டு, முருங்கைப்பட்டை, சிற்றாமணக்கின் வேர் நெருஞ்சில் வகைக்குப்பலம் (2) அரைத்துப் போட்டு நெய்ப்படி (1) விட்டுக்காய்ச்சி வடித்து வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு கரண்டி வீதம் கொடுக்கத் தீரும்.

வசம்பு, திரிகடுகு, ஓமம், கருஞ்சீரகம், சண்பகப்பூ, அதிமதுரம், அபின், லவங்கப்பட்டை, பெருங்காயம், திரிபலை இவற்றை

ஏழுஎருக்கிலைத் தொன்னைக்குள் வைத்து மூடி அதை ஒருபடி எருக்கம்பூவுக்கு மத்தியில் வைத்து ஒருபடி தண்ணீர்விட்டு மூடிவைத்து நீர்வற்றினபின் எடுத்து மருந்தையும் பூவையும் பஞ்சலவனமுங்கூட்டி வெந்ததொன்னையைச் சிதைத்துப் பிழிந்தசாற்றாலரைத்துப் பொருத்துத் திரிகடிப் பிரமானம் (20) நாள்கொள்ளத் தீரும். புளி, புகையிலை நீக்கவும்.

காற்படி வேலிப்பருத்திச்சாற்றில் இந்துப்பு, ஓமம், வகைக்குப்பலம் (1) திப்பிலிபலம் அரைக்கால் காயம் பலம் (4) போட்டு வறுத்துப் பொடித்துத் திரிகடிப் பிரமானம் வெந்நீர் கொள்ளத்தீரும்.

காற்படி உப்பில் வெற்றிலை, முருங்கை, ஊமத்து இவற்றின் சாறு, வெள்ளாட்டுப்பால் வகைக்குப் படி (4) விட்டுக் கருவறுத்துப் பொடித்து அதற்கு நிகர் சத்திச்சாரணவேர்ச் சூரணங்கூட்டித் திரிகடிப்பிரமானம் மண்டலங் கொள்ளத் தீரும்.

முருங்கை, சத்திச்சாரணை, சித்திரமூலம், இவற்றின் வேர்ப்பட்டை வட முடக்கறுத்தான், சமூலம், மிளகு, வெள்ளுள்ளி, வகைக்குப் பலம் (1) காயம்பலம் (4) இவற்றையிடித்துச் சூரணஞ்செய்துக் கொண்டு திரிகடிப்பிரமானம் சிற்றாமணக் கெண்ணெயில் மத்தித்து உட்கொள்ளத் தீரும்.

இருபதுபலம் ஈருள்ளியில் தண்ணீரில் தெளித்து இடித்துப்பிழிந்த சாறுபடி (க) நெல்லிக்காய், இஞ்சி, வீராணிக் கிழங்கு இவற்றின் தனித்தனிச்சாறு பால் இளநீர் வகைக்குப் படி (4) ஒன்றாய்க் கலந்து ஒருபடியாய் வற்றவைத்து அதில் ஆவிநெய் படி (க) கோஷ்டம், ஏலம், வெங்காரம், இந்துப்பு, அரத்தை, திப்பிலி, மல்லி, கிராம்பு, வசவாசி, சேங்கொட்டை, வகைக்குப் பலம் (1) அரைத்துப்போட்டுப் பதமாகக் காய்ச்சி வடித்து ஒரு கரண்டி வீதம் கொள்ளத் தீரும்.

மிளகாய், உப்பு, எள்ளு இவற்றை ஒரு நிறையாய் வெதுப்பிப் பொடித்துத் திரிகடிப்பிரமானம் ஆவிநெய்யிற் கொள்ளத் தீரும். இவையெல்லாம் இச்சாபத்தியம்.



வாத நோயும் சித்த மருந்துகளும் ஷரோகக்குணம்

உடல் கை கால் நொந்து கடுத்துளைத்து பலங்கெட்டு அசதி சோம்பல் தூக்கமிருந்தால் வாதமென்றும், தேகத்தில் பலவிடங்களில் துடித்தடங்கினால் துடிவாதமென்றும், தேகம் வெதும்பி உளைந்து கிறுகிறுத்து நடுங்கி நாவரண்டால் நடுக்குவாதமென்றும், ஒரு பீசம் வீங்கி வலித்து மேல் நோக்கி ஏறினால் அண்டவாதமென்றும், சந்திற்பிடித்து விடாமல் உளைந்து வலித்து மாலையில் அதிகரித்து உடல் மெலிந்து தாதுகெட்டால் சந்துவாதமென்றும், தேகம் மெலிந்து உளைந்து பலவிடங்களில் ஒடிக்குத்தி பலங்குறைந்து நாவும் பல்லும் வரண்டால் ஒடுவாதமென்றும், தோள்வீங்கிக் கண்டம் பிடரி வலித்துக் கடுத்தல் தோள்வாதமென்றும், ஒருபுறத்தில் கையும் காலும் வணங்காதிருந்தால் பக்கவாதமென்றும், கழுத்தைத் திருப்பிப் பார்க்கவொட்டாமல் பிடித்துக் கொண்டால் கழுத்துவாதமென்றும், இரவும் பகலும் விடாமல் சிரசவலித்தால் சிரசுவாதமென்றும், திருத்தமாகப் பேசவொட்டாமல் நாவையிழுத்துக் கொண்டால் தம்பனவாதமென்றும், விரல்கள் விரைத்து ஒன்றைப்பிடிக்கக் கூடாமலிருந்தால் அங்குலிவாதமென்றும், முன்கை இரண்டும் மிகவீங்கிவலித்தால் முன்கைவாதமென்றும், முகம் ஊதிக்கடுத்தால் வதனவாதமென்றும், இடுப்புளைந்து

கடுத்துக்குனியநிமிரக் கூடாதிருந்தால் இடுப்புவாதமென்றும், ஆசனத் துருளை நொந்து கடுத்தால் உருளைவாதமென்றும் துடைகடுத்து நடக்கக்கூடாதிருந்தால் துடைவாதமென்றும், முழங்கால் வீங்கிக் கடுத்தால் முழங்கால் வாதமென்றும், கெண்டைக்கால் கடுத்து வலித்தால் கெண்டைவாதமென்றும், குதி வீங்கிக் கடுத்தால் குதிவாதமென்றும், வாய்கடுத்து அலகுகட்டி வியர்த்து பேசக்கூடாதிருந்தால் வாய்வாதமென்றும், தண்டுபொருமித் தடுத்தால் தண்டுவாதமென்றும், கைகாலைச் சுருக்கவாங்கி இழுத்துக் கடுத்தால் வரணவாதமென்றும், அடிக்கடி தேகத்தை விற்போல் வளைத்து நாக் குழிப் படற்கிட்டு மேல் மூச்சுக்கண்டால் தனுவாதமென்றும், தூர நடக்கக்கூடாமலும் உண்ட அசனஞ்செமியாலும் ஏப்பம் பரிந்து கொண்டிருந்தால் அசீரண வாதமென்றும், இருகாலிலும் இரத்தங்கட்டி அயர்ந்தால் சுரோணிகுவாதமென்றும், உதரத்தின்மேல் நரம்பு சுமையாய்த் தோன்றி மூலாக்கினிமந்தித்து உடல்வெளுத்தால் கபவாதமென்றும், குடல்புரண்டு குமுறி இரைந்து வலித்து மந்தித்துப் பரந்தோடி வலித்துக்காலுளைந்தால் குடல்வாதமென்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

இவற்றுக்கு நிவர்த்தி :

தாளகம், லிங்கம், வீரம், பூரம், இரதசெந்தூரம், மனோசிலை, வெளுமை, கெவுரி, இரதம்வகைக்கு வராகனெடை (8) கெந்தி வராகனெடை(5) இதனை நிம்பப்பழச்சாற்றாலாட்டித் துணியிலூற்றி நிழலுலர்த்தித் திரித்துப் புங்கு, இலுப்பை, ஆமணக்கு, வேம்பு, எள்ளு இந்த ஐந்து வகையெண்ணெயையும் ஒன்றாய்க் கலந்து சுடர்த்தயிலமிறக்கி உடலாதியந்தமும் துவாலையிட்டு இஞ்சிச் சாற்றில் ஒரு காசிடையிலங்கலந்து கொடுக்கத் தீரும். சன்னி தோஷமுந்தீரும். பத்தியம் உப்பு புளி தள்ளவும்.

காஞ்சிரப்பழச்சாறுபடி (1) சதுரக்கள்ளிப்பால், எருக்கம்பால், வகைக்குப் படி முக்கால், திருகு கள்ளிப்பால் படி அரைக்கால் தேங்காய்ப்பால் துவரைக்கியாமும், புங்கெண்ணெய் இலுப்பை யெண்ணெய், குருந்தெண்ணெய், ஆமணக்கெண்ணெய்,

நல்லெண்ணெய், கோழிமுட்டைத் தைலம், மயில் நெய் வகைக்குப் படி (1) வெள்ளாட்டுக்கறி அவித்ததண்ணீர் படி (1) மேற்படி பால்படி (1) ஒன்றாய்க் கலந்து அதில் சுக்கு, திப்பிலி, பேரரத்தை, சித்தரத்தை, சதகுப்பை, செவியம், தேவதாரம், திப்பிலி, மூலம், அகில், கோஷ்டம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், மஞ்சிட்டி, கஸ்தூரி, மஞ்சள், வாய்விடங்கம், பூதகரப்பன்பட்டை, விளாவரிசி, வெட்பாலையரிசி, ஆனைத்திப்பிலி, பூண்டு, பெருங்காயம், வெளிச்சிப்பிசின், கடுகு, ஓமம், சீரகம், வசம்பு, சிறு தேக்கு, காட்டுச்சீரகம், இந்துப்பு, சவுக்காரம், கெந்தி, பொரிகாரம், கடுக்காய், அரிதாரம், கற்கடகச்சிங்கி, வகைக்கு வராகனெடை (2) இவற்றை வெள்ளாட்டுப்பாலில் அரைத்துப் போட்டுப் பதத்திலிருந்து ஒரு காசு எடை உள்ளுக்குங் கொடுத்து மேலிலும் தடவத் தீரும்.





6000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே குஷ்டத்திற்குப் போகர் சொன்ன சித்த வைத்தியம்

18 சித்தர்களில் ஒருவரும் பழனி முருகன் கோயிலை உருவாக்கியவரும் சுமார் 6 ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு வாழ்ந்தவருமான போகர் மிக கொடுமையான வியாதி என்று கருதப்படும் குஷ்டரோகம் வியாதிக்கு சித்தவைத்திய முறையில் மருந்து கூறியிருக்கிறார். அதன் விவரமானது :

தானென்ன குஷ்டநோய் வந்த பேருக்கு தயாவக மருந்தொன்று சொல்லக் கேளு வீனென்ற செவ்வலரி வேரையப்பா உலர விட்டுக் குழித் தைலமாக வாங்கி பானென்ற குப்பினில் அடைத்துக் கொண்டு பண்பாக சிறுசுச் சித்தையிலத்திற்கு ஏனென்ற ஒருதுளி, தண்ணீரிலூத்தி இதமாகதான் கலக்கி கொடுத்திட்டாயே கொடுத்திடப்பா நாள் மூன்று காலை வேளை குறிதியப்பா. வடியுமுளை ரணங்கள் தோறும் அடுத்திடப்பா பத்தியம்தான் உப்பாகாது அடவாக ஏழாம் நாள் நீரை வாரு எடுத்திடப்பா குஷ்டநோய் தீர்ந்து போகும். இதமான போக்கு கடாகூஷந்தானே. இப்படி 6 ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே குஷ்டத்திற்கு மருந்து சொல்லி இருக்கிறார் போகர் சித்தர்.

18 வகை குஷ்டங்கள்

குஷ்டரோகமானது சரீரம் பளபளப்பு, மாறு நிறம், மிக கடினத்துடன் தடித்த சருமம், அந்த சருமத்தின் மேல் தொட்ட இடத்தில் தினவு, வியர்வை, எரிச்சல், ரோமம் சிலிர்ப்பு, சிறிது காயப்பட்டாலும் பெரிய ரணமாக மாறும். அதில் கருத்த ரத்தம் வரும். பேசும்போது தலை காயும், இப்படி உள்ள நிலையை குறைநோய் என்றும், பெரு நோய் என்று சொல்லாம். இவ்வியாதி 18 வகைகளைக் கொண்டதாகும். விஸ் போடா குஷ்டம், பாமா குஷ்டம், ஏக சர்ம குஷ்டம், கர்ண குஷ்டம், கிருஷ்ண குஷ்டம், அவதும்பர குஷ்டம், மண்டல குஷ்டம், அபரிச குஷ்டம், விசர்ச்சிகா குஷ்டம், விபதிலா குஷ்டம், கிடப குஷ்டம், சர்ம குஷ்டம், தத்துரு குஷ்டம், சித்தம் குஷ்டம், சதாரு குஷ்டம், சுவேத குஷ்டம், கிருத குஷ்டம் என்ற 18 வகை குஷ்டங்களுக்கு நல்ல சித்த மருந்துகளும் உண்டு.

சித்தவைத்திய சிகிச்சை முறை

இந்த வியாதி லெப்ரஸி என்று பொதுவாகச் சொல்லப் படுகிறது. சர்மம் தடித்து காண்பது, தடிப்பு இல்லாமல் காண்பது. ஆகவே இரண்டுவிதம் என்று மட்டும் நினைக்காமல் இதுவரை சொல்லப்பட்ட 18 வகை குஷ்டங்களையும் ஆய்ந்து எந்த வகையைச் சார்ந்துள்ளது என்று தெரிந்து முறையோடு சித்த, ஆயுர்வேத நிபுணர்களிடம் சிகிச்சை பெற வேண்டும். சிவனார் வேம்புத் தைலம் காலையிலும், மாலையிலும் 4 சொட்டு உள்ளே சாப்பிட வேண்டும். புங்கத் தைலத்தை மேலே பஞ்சில் நனைத்து சர்மத்தின் மேல் தேய்க்க வேண்டும். அயச் செந்தூரம் இரண்டு துவரம்பருப்பு எடை வீதம் தேனில் கலந்து 15 நாட்கள் இரவு மட்டும் சாப்பாட்டிற்குப் பின் சாப்பிட வேண்டும். சுத்தம் செய்யப்பட்ட ஆமணக்கு எண்ணெயை உணவு முறையில் சேர்க்கவும். புளி, வாய்வுப் பதார்த்தங்கள் கூடாது. எலுமிச்சம் பழச்சாறு 100 மில்லி லிட்டரில் 25 பல கருணையைப் போட்டு அலுமினிய பாத்திரத்தில் ஊற வைத்து பிறகு அதை வடித்து எடுத்து, குஷ்டத்தின் மீது பூசினால் வெண்-குஷ்டம் சுகமாகும். இப்படி பலவகை மருந்துகள் உண்டு. நன்றாக முதிர்ந்த சரக்

கொன்றைப்பூ 10 கிராம், சுக்கு 5 கிராம், சீரகம் 5 கிராம் இவற்றை வறுத்து இடித்து குரணம் செய்து இச் குரணத்தை காலையில் 2 துவரம் பருப்பு எடை வீதம் காலை, மாலை இரு வேளை 1/2 தேக்கரண்டி தேனில் அல்லது பசு மோரில் சாப்பிட்டால் கோர வியாதியான குஷ்டத்தினால் கை, கால், விரல்களில் ஏற்படும் வளர்ச்சி குன்றாமல் பூரண சுகம் கிடைக்கும். இப்படி சித்த வைத்திய முறையில் 18 வகை குஷ்டங்களையும் சுகப்படுத்தலாம்.





சித்த மருத்துவத்தில் உயிர்களை அழிக்கும் செயல்முறை கடைப்பிடிக்கப் படவில்லை. உயிர்களைக் காப்பதற்கான சிகிச்சை முறைகளையே கடைப்பிடித்தனர். அந்த வழியில் பரம்பரை பரம்பரையாகச் சித்த மருத்துவத் துறையில் அனுபவம் பெற்ற மருத்துவக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த நாடி நரம்பியல் நிபுணர், சித்த மருத்துவர், டாக்டர் K.A. சிதம்பர காங்கேயன் அவர்கள் உயிர்காக்கும் சித்த மருத்துவம் என்னும் இந்நூலை உருவாக்கித் தந்துள்ளார்கள்.

நோயாளிகளிடம் என்ன வியாதி என்று கேட்காமல் நாடி நரம்பியல் மூலம் நோய்களைக் கண்டறிந்து பதினெட்டுச் சித்தர்கள் வழியில் மருத்துவம் செய்வதில் வல்லவர். அமெரிக்கா, ஜப்பான், சிங்கப்பூர், மலேசியா, இலங்கை போன்ற பல்வேறு நாட்டு மக்களுக்கு மருத்துவ ஆலோசனை வழங்கியுள்ளார். மகாத்மா காந்தியின் பேரனாரான கோபாலகிருஷ்ண காந்தி அவர்களின் பாராட்டைப் பெற்றுள்ளார். நாட்டுப் பற்றை வளர்க்கும் நோக்கத்தில் நூற்றுக்கு மேற்பட்ட பள்ளிகளில் பயிலும் மாணவ-மாணவியர்க்கு இருபத்தெட்டு ஆண்டுகளுக்கு மேலாக தேசியக் கொடிகள், நேரு, காந்தி பாடல்கள் இலவசமாக வழங்கியுள்ளார். உலக சமாதானத்துக்காக இருபத்தோரு முறை புனித யாத்திரை சென்று உண்ணாவிரதம், மௌன விரதம் கடைப்பிடித்துள்ளார்.



நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் (பி) லிட.,

41-B, சிப்கோ கிண்ட்ஸ்மரியல் எஸ்டேட்,

அம்பத்தூர், சென்னை-600 098.

☎ : 26251968, 26258410

ISBN: 978-81-234-1694-6



9 788123 416946

Code No.: A2079 Rs. 50.00