JL
Lcm 211, N28ST
N28.1 1922
184875

ஸ்ரீ தன்வந்தரி

ஆயுர்வேத வைத்திய பக்ஷ பத்திரிகை.

ஒவ்வொரு திரயோதசிக்கும் வெளியாகும்.

சென்னை ஆயுர்வேத கலாசாலையின்

பழைய மாணவர்களின் சங்கத்தின் சார்பில் பிரசுரிக்கப்படும்.

பத்திராதிபர். டாக்டர். ஆ. லக்ஷ்மீபதி, பி. ஏ., எம். பி., ஸி. எம்.,

உதவிபத்திராதிபர். டாக்டர். உ. ர. அரங்கசாமி ராஜு, ஏ. எம். ஏ. ஸி.

மலர். 1.	1928ஆ ஜுலை—ஆகஸ்டு	இதழ் 19—22.

ஆயுர்வேதம்

கவிராஜ் கணநாதஸேன் M. A., L. M. S.

ஆயுர்வேதமானது எவ்வளவு சிறந்த நிலைமையிலிருந்த போதிலும் அதையே நாம் கையாண்டு வாராது விட்ட குறை மாத்திரம் நமக்கு நன்கு விளங்கியதேயன்றி அதனுடைய சிறப்பும் மேன்மையும் வெளிக்கு வரவில்லை. இதனால் தான் [illegible] கூறப்பட்ட ஒள்ள [illegible]ரசிகிச்சையை (Surgery) பற்றி மாத்திரம் சொல்லுகிறேன். ஆனால் நமக்கு இந்த விஷயமானது மறந்து போய்விட்ட போதிலும், அல்லது ஜனங்கள் இந்த முறையான சஸ்திர சிகிச்சையை பழக்கத்திற்கு கொண்டு வாராமல் விட்டிருந்தாலும் அது ஆயுர்வேதத்தின்" குறையாகாது. ஆனால் அது நம்முடைய குறையேயாகும்.

இப்போது நாம் மறந்துபோனதான நம் சாஸ்திரத்தின் ஒருபகுதியின் பெருமை இத்தன்மையதாயின் நாம் இப்போழுது தொன்று தொட்டு கையாண்டு அநுபவத்தில் இருந்து வந்ததான சாஸ்திரத்தின் இதரப்பகுதிகளின் பெருமை எத்தன்மையான தென நீங்களே ஊகித்தறியலாம். நாம் மறவாமல் பழகிவந்த பகுதிகள் யாவையெனின்: ஒளஷதம் (Medicine), மனோரோகங்கள் (Mental Diseases, சர்ப்பசிகிச்சை (Treatment of Snake Bite) ரஸாயனம், வாஜீகரணம் முதலியனவாம் இவைகள் மானிடமக்களின் நன்மையின் பொருட்டேயாகும். நமக்கு முன்னோரால் ஒரு மூலதனமாகக் கொடுக்கப்பட்டதாம், அநேக கொடிய ரோகங்களையும் இன்னும் மிகவும் தளர்ந்ததான சரீர நிலைமைகளையும் உண்டாக்கக்கூடிய அநேக பிணிகளையும் போக்குவதுமான இம்முறை எல்லா சிகிச்சா முறைகளையும் விட பன் மடங்கு நன்றாய் விளங்கும் என்பதில் சந்தேகமில்லை. நம்எதிரிகளால்ஆயுர்வேத சாஸ்திரமானது அசாஸ்திரீயம் என்று சொல்லப்படுவது உங்களுக்கெல்லாம் நன்றாய் தெரியும். ஆனால் இப்படிச் சொல்லுபவர்களெல்லாம் ஆயுர்வேதத்தை கிரந்தத்தையோடு படித்தவர்களல்லவென்று முன்னரே நான் சொல்லியிருக்கிறேன். ஆயுர்வேத சாஸ்திரங்கள்எழுதியிருக்கும்படியான பாஷையையே நன்றாகப்படித்தறிய சக்தியற்றவர்களான ஜனங்கள் இவ்விதமான வார்த்தைகளைச் சொல்வது ஆங்கிலம் தெரியாத ஒரு மனிதன் மேல்நாட்டாருடை யவைத்திய ஸாம்பிரதாயத்தைப்பற்றி விமர்சனை செய்வதுபோலாகும். ' ஒரு ஸம்ஸ்கிருத பண்டிதர் வந்து மேனாட்டாருடைய வைத்திய கிரந்தங்களில் பிரயோஜனப்படக்கூடியதாக ஒன்றுமேயில்லை என்றால் நீங்கள் அவரை நம்புவீர்களா? அப்படியே ஒரு I M. S. பட்டம் பெற்ற ஆங்கில வைத்திய உத்தியோகஸ்தர் முன்வந்து ஆயுர்வேதம் "அசாஸ்திரீயம்" என்று சொல்வதும் ஆகும். ஏனெனில் அவர்சில வதந்திகளையும், சிலசாக்ஷியங்களையும் மாத்திரம் கேட்டு அவ்விதம் சொல்லுகிறார். ஆனால் ஆயுர்வேதத்தின் சில மொழிப்பெயர்ப்புகள் உள. அவைகள் திரவ்ய ஸம்பாத்தியத்தை உத்தேசித்து எழுதப்பட்டனவே யன்றி சாஸ்திரியமான ஆயுர்வேதத்தின் பரிபாஷைகளை நன்குவிளக்கிஜனங்களுக்கு போதிப்பதன் போருட்டு செய்யப்பட்டவையல்ல. அநேக தப்பிதங்களை நான் முன்னமே சொல்லியிருக்கிறேன்.

இனி ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் முக்கிய அஸ்திவாரமான திரிதோஷ விஷயத்தைப் பற்றி (வாதம் பித்தம்கபம்) பேசத்தொடங்குகிறேன். எந்த ஸாம்பிரதாயத்தைப் பற்றிய முறையாயினும் பிரத்யக்ஷானுபவமாயிருந்தாலொழிய எவ்வளவு எழுதப்பட்டிருப்பினும் பயன்படாத தாகும் என்பது உங்களுக்கே தெரியும். இந்த திரிதோஷம் என்ற விஷயமானது அனுபவத்தில் இருந்து வருகிறது என்ற விஷயத்தை இப்பொழுது உங்களுக்கு என்னால் எடுத்துச் சொல்லக்கூடு மென்று எண்ணுகிறேன்.

வாயு-அல்லது வாதம்
or
கிரியா சக்தி (cell force)

சரீரத்தில் நடைபெறும்ஸகலகாரியங்களும் வாத, பித்த கபங்களாலேயே என்பது ஆயுர்வேத வைத்தியனுடைய அபிப்பிராயமாகும். அவற்றில் ஒன்று கிரியா சக்தியாகும்—அதாவது சரீரத்தில் உண்டாகும் அசைவுகளுக்கெல்லாம் காரணமாயிருக்கும் சக்தி (Motive or motion). இந்த சக்தியானது முதல் ஜீவகணத்துடன் உற்பத்தியாகி கர்பத்துடன் விருத்தியாகி பலவாறாகப் பிரிந்து சரீரத்தில் ஒரு ஸ்வாபாவிகமான சக்தியாக (Internal force) ஆகி வாயு அல்லது வாதம் என்ற பெயர் பெற்று சரீர கணங்களை யெல்லாம் பலவாறு உருவங்களாக மாற்றியும் ரக்த வாஹிகளையும், லஸீகவாஹிகளையும், நாம்புகளையும் உண்டாக்குவதற்கு காரணமாயிருந்து சரீர முழுவதும் பரவுகிறது. இந்த ஜீவகணத்தோடு பிறந்த ஸ்வாபாவிகசக்தியானதுகாலக்கிரமத்தில் நாம்புஸம்பந்தமான சரீரநிர்மாணத்தில்; அந்த நாம்புகளுக்கு சேஷ்டாவஹமானவும் ஸம்க்ஞாவஹமான சக்திகளையும் உண்டாக்குகிறது (Nerve force). அதைமாத்திரம் அறிந்தவர்[illegible]நாம்புக்குடைய சக்தி [illegible]ன்று [illegible]ருர்கள்.

184875
Gen ... 100008

ஆனால் அது கண சக்தியேயாகும். (cell force). ஏனெனில் ஜனங்களுக்கு ஜீவன் இருக்கிற படியால் ஜீவசக்தியிருக்க வேண்டுமல்லவா. உதாரணமாக ஒரு மனிதன் தனக்குள் குன்மகட்டியை விருத்தி செய்கிறான், அதினால் ரக்தவாஹிகள் முதலியயாவும் அதில் விருத்தியடைகிறது. மற்றும் கடின பதார்த்தங்களோடு ஸம்பந்தப்பட்டு கடினத்தன்மையையடைகிறதல்லவா. இவைகளெல்லாம் எதனால் நடைபெறுகிறது. அதுதான் கண சக்தியென்று சொல்லப்படுகிறது. அதுதான் வாயு or வாதம். ஆகையால் வாயு எனப்படுவது சில ஜனங்கள் சொல்லுவது போல் வெளிக்காற்றல்ல. சாகஸம்ஹிதையில் கூறப்பட்டுள்ளபடி வாயுவானது சரீரத்தில் நடைபெற வேண்டியகாரியங்கள் யாவையும் ஸமநிலைமையில் வைப்பதாகும், மற்றும் அது வெவ்வேறு நாம்பு பூட்டுகளையும் தனக்கு ஸ்தானமாக உடையது. அது உணர்ச்சிகளையெல்லாம் வஹிக்கிறது, அசைவுகளை யெல்லாம் நடத்துகிறது; ஜீர்ணத்தொழிலையும் ரக்த பிரஸாரணத்தையும் தன் ஆக்ஞைப்படி நடத்துகிறது, புத்தியையும், உணர்ச்சியையும் இயக்கத்தில் வைக்கிறது. ஆகையால் வாயுவை மேற் கூறிய விஷயங்களையும் செயல்களையும் கொண்டுஊகித்தறிவோமாயின் நமது தற்கால சாரீரசாஸ்திரம் (modern physiology) போதிக்கும் போதனைகளுக்கும் வாயுவுக்கும் ஒரு விதமான மாறுபாடும் தோன்றாது.

பித்தம்:—நாம் உண்ட ஆஹாரத்தின் ஸாராம்சத்தை சரீர போஷணைக்குத் தயார் செய்கிறது. (Pittha guides the metabolic activities).

இப்போது இரண்டாவதாகிய பித்தத்தைப் பற்றி சொல்லத் தொடங்குகிறேன், அது சரீரத்திலுள்ள உஷ்ணசக்தியாகும். அது சரீரத்தில்நடை பெற வேண்டியஜீரணத்தொழிலின் சார்பாய் அநேக விதமான விபாகங்களை உண்டாக்குவதோடு ஆஹார ஸாரத்தை எந்தெந்த பாகங்களுக்கு எவ்வளவு அளவு போஷணை தேவையோ அவ்வளவு அம்சத்தில்போஷித்து சரீரத்தின் உஷ்ணசக்தியை ஸமானஸ்திதியில் வைக்கிறது. மனதின் சார்பாக யோசிக்குங்கால் வெளிச்சம் அல்லது தேஜஸை அறிவது வாயுவின் காரியமாயினும் அதை பக்குவபப்படுத்துவது பித்தத்தின் செய்கையாகும். (Retina) ரெடின எனப்படும் கண்ணிலுள்ள அவயவத்தின் வெண்பாகத்தின் கண் ஒரு வஸ்து இருப்பதாகவும் சாயாபடங்கள் எடுப்பதில் உபயோகப்படும் வஸ்துவைபோன்ற (chemical substance) ஒன்று இருப்பதாகவும் அங்கே ஒரு பரிணாமவஸ்தை (chemical process) நடைபெறுவதாயும் சொல்லுகிறார்களே இவைகள் யெல்லாம் பித்தத்தின் செய்கையாலேயே என்பது நம்மவர்களாகிய ஆயுர்வேதிகளின் ஸித்தாந்தம். சுருங்கச் சொல்லில் சரீரத்தின் ஒரு பாகமாகிய தசைகளின் Tissues) போஷணை கூட பித்தத்தின் செயலேயாகும். ஆகையால் சரீரத்தில் நடைபெறும் சரீர போஷணை சம்பந்தமான சகல காரியங்களும் பித்தத்தினாலேயே நடைபெறுகிறது.

கபம் சரீரத்தை எப்போதும் குளிர வைக்கிறது.

நான் அடுத்தாற்போல் மூன்றாவதாகிய ஸிலேஷ்ம தாதுவைப்பற்றிச்சொல்லுகிறேன். இது மேற்கூறிய இரண்டை போலவே சரீரதில் சீத சக்தியை நிலைநிறுத்துவதோடு நீர வியந்திரத்தின் கண்ணுள்ள ஒரு நீர் தொட்டி போன்று எந்த பாகத்திற்குஎவ்வளவு சீதசக்தி தேவையோ அவ்வளவைக் கொடுத்து சரீரத்தில் ஸ்ரவிக்கும் திரவங்களை ஸமானமான நிலைமையில் உண்டாக்கியும் வாய், ஸ்வாச மார்க்கம், கண், ஸந்திகள், வயிறு இவைகளையும் எங்கெங்கே உஷ்ணசக்தியானது அதிகமுண்டாகிறதோ அங்கே யெல்லாம் இந்த சிலேஷ்மமானது நின்று குளிரச் செய்கிறது எப்படி பித்த சக்தியானதுசரீரத்தில் ஜீரணத்தொழிலை நடத்தும் பொருட்டு அநேக திரவங்களை உண்டாக்குகிறதோ அதே மாதிரி இதுவும் ஜலாம்சமான அநேக திரவங்களை உண்டாக்குகிறது.

சரீரத்தின் ஸமான நிலைமை

மேற் கூறிய மூன்றில் ஏதாவது ஒன்று கோளாறடையுமாயின் உதாரணமாக; பித்தம் கோளாறடைந்தால் அந்த மனிதன் உடம்பு

JC
L Cனோ 21, N 28 ST
N 28.1.1922

முழுவதும் உஷ்ணப்படுகிறது. கண், கால் முதலிய பாகங்களில் எரிச்சல் உண்டாகிறது. ஜீரணசக்தியானது பழுதுபடுகிறது. அந்த மனிதன் வயிற்றில் புளிப்பு (அம்லரஸம்) (Acid) அளவுக்கு ஜாஸ்தியாக ஊறத்தொடங்குகிறது. (Bile) பித்தத்திரவமும் அளவு கடந்தே உண்டாகிறது. அப்போது அவனுக்கு பசியும் தாகமும் அதிகரிக்கிறது. அப்பொழுது ஆயுர்வேத வைத்தியனானவன் அந்த லக்ஷணங்களுக்கு சிகிச்சை செய்யாமல் கோளாறடைந்த தோஷத்தை சமான நிலைமைக்கு கொண்டு வருவதற்கு அதாவது நிலைகுலையாமல் செய்வதற்கு (to bring about the Equilibrium) வேண்டியவைகளைச் செய்கிறான். இன்னும் ஒரு உதாஹரணம்: ஒருவனுக்கு ஜலதோஷம் உண்டாகிறது (cold). அப்போது என்ன நேரிடுகிறது? அவன் மூக்கினின்று சளி ஜாஸ்தி ஒழுக ஆரம்பிக்கிறது. வாயில் உமிழ் நீர் ஜாஸ்தி கசிகிறது. வயிறு தன் தொழிலை சரிவரச் செய்கிறதில்லை. இவைகள் யாவும் விருத்தியடைந்ததான ஒரு தோஷத்தின் செய்கைகளாகும். அந்த தோஷத்தை சரியான நிலைமைக்கு கொண்டுவரத் தகுந்ததான சிகிச்சை செய்யவே உபத்திரவங்கள் யாவும் மறைந்து போகின்றன.

ஒரு மனிதனுக்கு வாத விகாரமானது ஏற்படுமாயின் நரம்பு தளர்ச்சி பலஹீனம், ஜீர்ணக்குறைவு, நோவு, மயக்கம் முதலியவைகள் உண்டாவதோடு அவனுடைய சரீரஜமானவும் மானஸீகமானவுமாகிய காரியங்கள் குறைவடைகின்றன. இதை மேனாட்டார் (Neurasthenia) (நியூரஸ்தீனியா) என்றும் ஆயுர்வேதியர்கள் வாத க்ஷயம் என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

மற்றும் ஹிஸ்டீரியா (Hysteria) ரோகத்தினால் பீடிக்கப்படும் ஒரு ஸ்திரீயை உதாஹரணமாக எடுத்துக் கொள்ளுவோம்; அவளுக்கு கைகால்கள் இழுக்கிறது; காலில் கொரக்களியெனப்படுவது (Cramp-) உண்டாகிறது மூர்ச்சைமுதலிய சேஷ்டைகள் உண்டாகின்றன. இது வாதம் விருத்தியடைந்ததால் உண்டாகிறது. அப்போது வைத்தியன் 500கஜம் தூரத்திற்கப்பால் வரும்போதே அந்த ரோகிக்குத் தெரிகிறது நமக்கு ஒன்றும் தெரிகிறதில்லை. ஆனால் இந்த விஷயமானது எடுத்துப்பேசுவதற்கு ரொம்ப விரிவானது. தோஷாதிகளின் க்ஷயவிருத்தியின் லக்ஷணங்களை எல்லாம் எடுத்துச் சொல்வதெனில் சுமார் 4 or 5 மணி நேரம்பிடிக்கும். ஆகையாலும் இந்த விஷயங்களைப் பற்றி ஆயுர்வேத கிரந்தங்களில் விஸ்தாரமாய் எழுதப்பட்டிருப்பதாலும் இந்த விஷயத்தை இத்துடன் நிறுத்திக் கொள்ளுகிறேன்.

மேலே சொன்ன விஷயங்களிலிருந்து வாத, பித்த, கபம் என்னும் திரிதோஷங்கள் பிரத்யக்ஷமாய் அநுபவ சித்தமே யென்பது விளங்கியிருக்கும். எங்கே தற்கால சரீரசாஸ்திரஞானமானது முடிவடைகிறதோ அங்கே இந்த விஷயம் தொடங்குகிறது. சரீரத்தில் நடைபெறும் சரீரஜமான (Physiological functions) காரியங்களுக்கெல்லாம் இதுவே ஒரு திரவுகோலாகும். இந்த கொள்கையை நன்கறிந்து பிணியாளிகளுக்கு சிகிச்சை செய்யத் தொடங்கினால் ரோகத்தின் லக்ஷணங்களினால் ஏற்படும் குழப்பங்களெல்லாம் சீக்கிரத்தில் மறைந்துபோம்; ரோகத்தையும் நன்கு அறியலாம். ரோகமும் சிகிச்சைக்குவசப்படும்.

ஆயுர்வேத பதார்த்த குணம் or குணபாடம்.

ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் பதார்த்தகுணப் பகுதி முழுதும் இந்தக் கொள்கை (This Theory or Tridoshas) யைச்சார்ந்ததேயாகும். ஒரு வஸ்துவை எடுத்துக் கொண்டு இது வாதக்னம் என்று சொல்வோமாயின் வாதத்தின் செயல்கள் அதிகரித்திருப்பின் குறையச் செய்து அதைச் சாதாரண நிலைமைக்குக் கொண்டு வரத்தக்கதெனப் பொருள்படும்.

பித்தக்னம்—என்றால் பித்த தோஷத்தை அடியோடு அழித்து விடுவது என்று பொருளல்ல; அதனுடையவரம்பு கடந்த செயல்களை சமானப்படுத்துவதென்று கொள்ளவேண்டும். இன்னும் இவ்விதமான சாஸ்திரீய பரிபாஷைச் சொற்கள் அநேகம் உண்டு. ஆகையால் மேனாட்டு வைத்திய முறைகளைப் பயின்றவர்

கள் நம் நாட்டு ஒளஷதச் சரக்குகளைப்பற்றி (Indigenous drugs) ஆராய்ச்சி செய்யத் தொடங்கு முன் இவைகளை நன்கு படிப்பார்களாக. ஏனெனில் பரிபாஷை பதங்களின் உண்மை பொருளைச் சரியாக உணர்ந்தால் தான் ஆயுர்வேத ஒளதச்சரக்குகளைப்பற்றிய குண விசேஷங்களை விவரித்துச் சொல்லக் கூடும் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தை நன்குணர்ந்த ஆயுர்வேத வைத்தியனுக்கு இந்த பரிபாஷை பதங்கள் உண்மையான விஷயங்களைத் தெரிவிக்கும். ஆனால் அவற்றைஉங்களுக்கு அவனால் எடுத்துக் சொல்ல முடியாது. ஆயுர்வேத வைத்தியன் ரோகங்களை யெல்லாம் ஆச்சரியகரமாய் போக்குவானாயின் அவன் ஏதோ ஒன்று, இரண்டு விசேஷ குணமுள்ள மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்தான்; அந்த மூலிகைகளுக்கு அந்த குணமானது ஸ்வாபாவிகமானது என்று எண்ணுதீர்கள். அநேக மாகாணங்களில் தேசீய வைத்திய விசாரணைச் சங்கங்கள் ஏற்பட்டிருப்பது தேசீயவைத்தியப் பிரயோகத்தின் ஒளஷதசரக்குகளனைத்தும் விசித்திர விசித்திரமான காரியங்களைச்செய்ய வல்லது. அவைகளைப் பற்றிய கோட்பாடு ஒன்றுண்டென்பதையும் அவைகளைப் பின்பற்றிய சாஸ்திரீயமான ஸம்பிரதாயம் ஒன்றுண்டென்பதையும், அந்த சாஸ்திரத்தின்படி பதார்த்தங்களைச் சேர்ப்பதற்கு சிலமுக்கிய விதிகளிருக்கின்றன வென்பதையும், ரோகங்களைப் போக்கும்படியான மகிமையானது பதார்த்தங்களிலில்லை என்பதையும், அவைகளைக் கூட்டு முறையிலேயே பெரும்பான்மையாயுமுள்ளதென்பதையுமறியாமல் ஒளஷதச் சரக்குகளைப்பற்றி மாத்திரம் பரிசீலனை (Research) செய்துவிட்டு அதற்கு கூறியுள்ளதான குண விசேஷத்தை அது செய்யவில்லையே யென்று ஆயுர்வேதம் பயனற்றது, அது குணம் செய்கிறதில்லை என்று சொல்லாதீர்கள். ஆயுர்வேதம் மிகவும் சாஸ்திரீயமானதும் அனுபவத்திற்கனுபந்த மென்பதையும் அவைகளின் உபயோகத்தையும் பொருளையும் தெரிந்து கொள்ளாத வரையில் சிகிச்சையில் ஆயுர்வேத வைத்தியனைப் போல ஜயத்தையடைய முடியாது.

ஆயுர்வேத வைத்தியனுக்கு சரீரதத்வசாஸ்திரமும் (Physiology) அங்கபிரத்யங்க விபாக விவரண சாஸ்திரமும் (Anatomy) தெரியாது என்று குறை கூறுகிறார்கள். அது சரியாகவும் இருக்கலாம். ஆனால் அவன் இவை தெரியாமல் எப்படி நோவைப் போக்குகிறான் என்பதைப்பற்றிச் சொல்லுகிறேன் கேளுங்கள். கணக்கை (Mathematics) உதாஹரணமாக எடுத்துக்கொள்ளுவோம் அதில்இருக்கும் ஒரு (formulae) விதியைஆதாரமாகக் கொண்டு பரீக்ஷை எழுதும் மாணவன் தன் விஞப்பத்திரத்திற்கு விடைஎழுதிதேர்ச்சியடைகிறான். ஆனால் அம்மாதிரியான விதியேற்படுத்துவதற்குமுன் அந்த கணித நூல் வல்லோன் (Mathematician) சிரமப்பட்டு எல்லாவிதத்திலும் ஒத்திருக்கும் படியான ஒருவிதி செய்திருத்தல் போலவாகும். அவ்விதமாகவே ஆயுர்வேத வைத்தியனுக்கு சாரீரதத்வ சாஸ்திரமும் அங்கப்பிரத்யங்க விபாக சாஸ்திரமும் தெரியாமற்பேனாலும் அதில் சொல்லப்பட்ட விதிகளைக் கடைப்பிடித்து மேனாட்டு வைத்ய நிபுணர்களால் அஸாத்தியமென்று கைவிடப்பட்டதான ரோகிகளுக்கு மிகவும் வியக்கத்தக்கமாதிரியில் சிகிச்சை செய்துரோகத்தைப் போக்குகிறான். ஆகையால் ஆயுர்வேத வைத்தியன் இதை இன்னமும் தெரிந்து கொள்ளாமல் இந்த நிலைமையிலேயே இருக்க வேண்டுமென்பதுஎன் அபிப்பிராயமல்ல, அதிலிருந்து சாஸ்திரத்தினுடைய சிறப்பைத் தெரிவிக்கிறதல்லவா. ஆகையால் மேநாட்டு ஸம்பிரதாயத்தைபோல் இதற்கும் ஒத்தாசை செய்தக்கால் சாரீரதத்வ சாஸ்திரம் படிப்பதும் அறிவதும் பெரிதல்ல. மேற் கூறிய இரண்டு சாஸ்திரங்களும் நம்முன்னோர்களுக்குத் தெரியாதென்று நான் நம்பவில்லை.

உண்மையாகவே நமது இந்து தேசமானது ஒரு காலத்தில் வைத்தியன் மாத்திரமல்ல ஒவ்வொரு படிப்பாளியும் சரீரதத்வ சாஸ்திரமும், அங்க பிரத்யங்க விபாக விவரண சாஸ்திரமும், படிக்கவேண்டுமென்ற நியமம் இருந்தது. வேதத்தில் யாஸ்கநிருக்த உபந்யாஸத்தில் மானிட சரீரத்தை அறுத்து பரீக்ஷித்தறியாமல் சல்லிய சிகிச்சை செய்தால் தலைவாங்கி விடப்படுமென்ற கட்டளை யிருக்கி

றது. சரீரத்தில் உள் நுழைந்து பார்ப்பது போன்று மானிட சரீரத்தில் நடை பெறும் காரியங்களை யாரொருவன் அறிகிருனே அவன்தான் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தில் தேர்ந்தவனுகக் கருதப்படுவான், என்று முன்பு இருந்தது. ஆனல் துரதிருஷ்டத்தினுலும், இந்தியாவுக்குசென்ற ஆயிரக் கணக்கான வருஷங்களாக ஏற்பட்ட கஷ்ட நஷ்டங்களாலும் அநேக பொருள்களை நாம் இழந்தோம். ஆயினும் இனி மேலாவது மிஞ்சி நின்றவற்றையாவது அச்சிட்டு வெளியிடுவது இந்தியர்களாகிய நம் கடமை. இன்னும்கூட ஸ்வானுபூதிகமான ஆயுர்வேதத்தின் சில பகுதிகள் பழுது படாமலிருக்கின்றன.

இதை நீங்கள் இந்தியர்களாகப் பிறந்தபிறப்பின் கடமையாகக் கொண்டு நாம்இழந்தபாகங்களைத் தேடிச் சேர்க்கும் விஷயத்தில் பிரயாசப்பட்டு இந்தியாவின் எல்லாப் பாகங்களிலும் தேடுவீர்களாயின் தாய் நாட்டிற்குச் செய்த கடமைகளில் சிறந்ததான ஒன்றைச் செய்ததாகும்.

முடிவுரை.

ஆயுர்வேத ஔஷதச் சரக்குகளுக்கு உண்மையாக சிறப்பில்லாமலும் ஒரு சாஸ்திரீயமான கிரந்த ரூபமான ஆதாரங்களும் இல்லாவிடில் நான் என்னுடைய தேசபக்தியை முன்னிட்டு மாத்திரம் விஷயம் சொல்ல முன்வரமாட்டேன்.

ஆயுர்வேதமானது ஜனங்களுக்கு மிகவும் நன்மை செய்யவல்லது. இப்பொழுது இருக்கிற மாதிரி ஜனங்களுக்கு வைத்திய ஆதரவானது. 40,000த்தில், 1 தான் என்பதாக வங்காளநாட்டின் ஒரு பெரிய மந்திரியாகிய ஸ்ரீமான் சுரேந்திர நாத் பெனர்ஜீ சொல்லியிருக்கிறார். தற்காலமேனாட்டு வைத்தியமுறைப்படி 45,000ல் 1க்குத்தான் வைத்திய உதவி கிடைக்கிறதாம். ஆயினும் 100க்கு 90பேருக்கு ஆயுர்வேத வைத்தியர்களாலேயே உதவி கிடைக்கிறதாம். ஆகையால் ஆயுர்வேத முறையைப் பழித்தலும், சோதனைக்குள்ளாக்குதலும் நியாயமல்ல, முறையல்ல, தேசபக்திக்கு அடைந்ததல்ல. ஆகையால் இது ஒரு உயர்ந்த கடமையாகும். நீங்கள் மேனாட்டுப்படிப்பை ஒரு துலாவாக வைத்து அறியாத காலத்தில் நம் மீது சுமத்தப் பட்டதான பாரத்தை நீக்கிக் கொள்ளவும். நமது பாரத நாட்டை ஆடையிலும், ஆஹாரத்திலும் ஸ்வாதந்திரியம் பெறும்படி செய்ய முயலுவது போலவே வைத்தியத்திலும் செய்ய முன்வரவேண்டும்.

அச்வகந்தாதி சூர்ணம். [வ.த]

உபயோகம் :—தாது போஷகம், பலவர்த்தகம்; சுக்ரநஷ்டம், க்ஷயரோகம், துர்பலம், வாதரோகம் முதலியவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடியது. சிறிது பசுவின்பாலைச் சூடாக இதற்கு அனுபானமாய் உட்கொள்ள வேண்டும்.

விலை: 4 அவு. அ. 10 1 பவுன் ரூ. 2.

சந்தநாதி ஸ்நான சூர்ணம்.

உபயோகம் :—சொறி சிரங்கு முதலிய சர்மவியாதிகளைப்பரிஹரிப்பதில் சிறந்தது. ஸ்நானம் செய்யும்போது இதைத்தேய்த்துக்கொண்டால் சர்மத்திலுள்ள அழுக்கும், எண்ணெய்ப்பிசுக்கும் விலகும். இது தோலைப் பரிசுத்தமாகவும் பிரகாச முள்ளதாகவும் செய்யும். குழந்தைகளுக்கு உடம்புப்பொடி (நலங்குப் பொடியாக உபயோகிப்பதற்கு இது சிலாக்கியமானது; சர்மத்தில் படை முதலியது வராமல் செய்வதற்கும், இதரசர்மவியாதிகளைப் போக்குவதற்கும் பிரதிதினம் ஸோப் சீக்காய் முதலியவற்றிற்குப் பதிலாய் உபயோகிப்பதற்கென்றே இது தயார் செய்யப்பட்டது,

விலை: 4 அவு. அ. 8 1 பவுன் ரூ. 1-8

கூஷ்மாண்ட கண்ட லேஹ்யம்.

உபயோகம் :—இருமும் போது இரத்தம் விழுதல், இரத்தமூலம், துர்ப்பலம், வாத ரோகங்கள் இவற்றில் உபயோகமானது.

விலை: 4 அவு. ரூ 1 1 பவுன் ரூ. 3.

சொல்லுமுலகம் ஆயாத் திருக்கிடே
செல்லு முப்பாயம் விருப்பியர் நல்லுரவேளன்
மன்வத் தாம்போற்றமாமருக்கு நூற்கண்ட
தன்வந்தரிதான் சரண்.

ஆதி மருத்துவதால் ஆரிடத்திற் கண்டபடி
மேதினியோர் போற்ற விளக்கிய சற் —போதகமாம்
சற்பண்டித கோபாலாச்சாரி சற்பதங்கள்
பொற்பமுற வெந்நாளும் போற்று.

வியாயாம சாஸ்திரம்.

அத்தியாயம் 3.

"எங்கு, எப்படி, எப்பொழுது"

இவ்வத்தியாயத்தில் நமது சரீரத்தைப்பாது காப்பதற்கு மிகவும் இன்றியமையாத சிலவிஷயங்களை நாம் ஆராய்ச்சி செய்வோம். உதாரணமாக உஷ்ணமான பிரதேசத்திலா, குளிர்ச்சியான பிரதேசத்திலா, காற்று நன்ருய் அடிக்கும் இடத்திலா, காற்று இல்லாத இடத்திலா, குறித்தகாலத்திலா, குறித்த தேகப்பயிற்சியா, திடீரென்று ஆரம்பிப்பதா என்னும் இவ்விஷயங்களையும், தேகப்பயிற்சியின் நன்மை தீனமகளையும் சீர்தூக்கி ஆராய்வோம்.

1. தேசம்.

ஆயுர்வேதத்தில் நம்பெரியார்கள் தேசத்தை இருவகையாகப் பிரித்துள்ளார். அவையாவன பூதேசம், தேகதேசம். இனிப்பூமியில் எப்பேர்ப்பட்ட இடம் தேகப்பயிற்சிக்கு ஏற்றது என்பதைப் பற்றிச்சிறிது நோக்குவோம். அடுத்த அத்தியாயத்தில் தேசதேசமாகிய தேகத்தில் எவ்வெவ்வுறுப்புகள் எவ்விதமாக தேகாப்பியாசம்செய்யும்பொழுது வேலை கொடுக்கப்படுகின்றன என்பதைச் சிறிது ஆராய்வோம். வியாயாமத்தில் இரு பிரிவுகள் இந்தியாவில் ஆதிகாலம் தொட்டு வழக்கத்தில் இருந்து வருகின்றன. அவை (1) லோசாமு (வீட்டினுட்பழகும் தேகாப்பியாசம்). (2) வெளிசாமு (வெளியில்பயிலும் தேகாப்பியாசம்.) வீட்டினுட் பழகும் தேகாப்பியாசத்தைக்குறித்த ஓர் பெரியாரின் வீட்டிலாவது ஒரு பந்தலின் நிழலிலாவது செய்வது வழக்கம். வியாயாமம் பயிலுமிடத்திற்குத் தாலிம்கானு, கரடி, கோதா என்னும்பரியாய நாமங்கள் உண்டு

2. லோசாமு.

பஸ்க்கி, தண்டால், குஸ்தி, தேகாப்பிடிப்பு ஆகிய இவைகளே லோசாமு. இது விடியற்காலத்தில் குளிப்பதற்கு முன்

னால் பொதுவாகச் செய்யப்பட்டு வருகின்றது.

வெளிசாமு

பயில்வான்களாலும், மாணவர்களாலும் தாலிம் கானுக்களில் பழக்கப்பட்டு வெட்டவெளியில் புற்றரையில் திருவிழாக்காலங்களில் எல்லோரும் பார்த்துக் களிக்கும் படியாகச் செய்வது வழக்கம் கத்திச்சண்டை, தடி விளையாட்டு, மல்யுத்தம் குத்துச்சண்டை இவை போன்ற விளையாட்டுகளையுடையது வெளிசாமு. பெண்களுக்குத்தனிமையான கொட்டகைகளும் வெட்ட வெளிகளும் வேண்டிய ஏற்பாடுகளுடன் தேகாப்பியாசம் செய்வதற்காக அமைக்கப்பட்டிருந்தன வென்பதற்குப்பலசாக்ஷியங்கள்* உள. நிழல் தரக்கூடிய மரங்கள் நிறைந்த வெட்டவெளிகள் சிலம்பக் கூடத்திற்கு அநுகூலமாய் முற்காலத்திலிருந்து இருக்கின்றன. ஆனால் ஆங்கிலம் படித்து அத்துறையில் பழகி வரும் இக்காலத்தில் அவைகள் சிறுகச்சிறுக அறுகின்றன. இவ்விஷயங்களைப் பற்றி நம் இதிகாச புராண காவியங்களில் வர்ணிக்கப்பட்டிருப்பது கவனிக்கத்தக்கது.

அழகு வாய்ந்த தெய்வீக அம்சத்தை உடைய அரச ஆலமரங்களின் நிழலில் இயற்கை மாதாவால் அனுக்கிரகிக்கப்பட்ட பசும்புற்றரைகள் நம் முடைய சிலம் பக்கூடங்கள் என்று விருதனி என்னும் அழகிய கதாநாயகி மனுசரித்ரத்தில் சொல்லுவது இங்கு கவனிக்கத்தக்கது.

அரைகளின் காற்றோட்டத்தையும், வெளிச்சத்தையும் விளக்கக் கீழேகாணும். 3 வார்த்தைகள் உபயோகிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. 1 அதமஸ்கம், 2 நிவாதம், 3 பிரவாதைக தேசம்.

1 இருட்டு இல்லாமலிருத்தல்.

2 எதிரிடையான பலமான காற்று. உட்புகாமலிருத்தல்.

3 அரையின் பாகங்களில் வெளிச்சமும் காற்றும் இருத்தல்.

அதிக உஷ்ணம், குளிர்ச்சி, மூடுபனி இவை கூடாது பட்டணங்களிலும் கிராமங்களிலும் சிலம்பக்கூடங்கள் இருப்பதாகத் தெரியவருகிறது.

கர்லாக் கட்டைகளும் இன்னும் இவைகளைப் போன்ற அநேக சாமான்களும் நம் பெரியோரால் சிலம்பக் கூடங்களில் உபயோகிக்கப்பட்டு இக்காலத்திலும் வழங்கப்பட்டு வருவது நமக்கு நன்கு தெரியும்.

இந்நாட்டில் தொன்றுதொட்டு தேகப் பயிற்சியின் பொருட்டு வியாயாம முறைகளில் சந்திரகுப்தர் காலத்தில் கையாண்ட சிலவற்றை நம் நேயர் களின் ஆநந்தத்தின் பொருட்டுக் கீழ்குறிப்பிடுகிறோம். "அரசன் அல்லது கிராமாதிகாரி மண்டபத்தில் தன்னுடைய பரிவாரங்கள்புடைசூழ வீற்றுக்கொண்டு நாலாபக்கத்திலிருந்துவரும் ஜனங்கள் அம்மண்டபத்தைச் சூழ்ந்து இருக்கும்போது வியாயாமநிபுணர்களால் அடியிற்காணும் விளையாட்டுகள் நடத்தப்படும். யுத்தத்தில் நிபுணர்களாகிய போர்வீரர்கள் கத்திச்சண்டை செய்வார்கள்; யானை, குதிரை, மாடு, செம்மறியாடு, கோழி முதலியவைகளை சண்டைக்கு விடுவார்

*வாச்சியாயனதந்திரம் முதற்பாகத்தில் இரண்டாவது அத்தியாயமாகிய நாகரீக விருத்தத்திலும், மூன்றாவது பாகத்தில் மூன்றாவது அத்தியாயமாகிய பலோபக்ரமண என்னுமிடத்திலும் காண்க.

கள். பின் மல் யுத்தம், முஷ்டி யுத்தம், தடி விளையாட்டு, சிலம்பம் முதலிய அநேக பலத்தைக் காட்டக்கூடிய விளையாட்டுகள் நடைபெறும். பின்னும் பெரிய மரக்கிளைகளில் கயிற்றினால் ஊஞ்சல் கட்டி வட்டமாகவும் நீளமாகவும் ஊஞ்சலாடுவதுமுண்டு. தைரியமாகவும் கொடூரமாகவும் இரும்பினால் செய்த சங்கிலிகளை தொடை, மார்பு, முதுகு, கை முதலிய அவயவங்களின் மாமிச பேசிகளில் கட்டி மனிதனை இங்கும் அங்கும் உற்சாகத்தோடு இழுத்துக் கொண்டுச் செல்வதையும் பார்க்கலாம். இன்னும் அநேக தமாஷ்கள் அக்காலத்தில் நடைபெறும். நகரத்தின் நந்தவனங்களில் வாரமுடிவில் ஜலக்கிரீடைகளும், வனபோஜனங்களும் நடப்பதுமுண்டு. அக்காலங்களில் வேட்டையாடும் பொருட்டு கும்பல் கும்பலாய் வேட்டை நாய்களோடு திரண்டு காடுகளையடைந்து வேட்டையாடுவது வழக்கம். இவை வருஷத்தில் ஒருமுறை நியமமாய் நடக்கும்.

அவ்வழக்கங்களையொட்டியே வருஷா வருஷம் கடவுளாலயங்களில் இக்காலத்தில் தவனோற்சவங்களும் வஸந்தோற்சவங்களும் நடைபெருகின்றன. அநேக விதமான, விளையாட்டுகளைப்பற்றி வாத்ஸியாயனர் (பாலோபக்ரமண) நாகரீக வ்ருத்தம் யென்னும் அத்தியாயத்தில் சொல்லியுள்ளார். (எங்களால்பிரசுரிக்கப்பட்டபெண்களின்பொதுக்கல்வித் திட்டம் என்னும் புத்தகத்தைப்பார்க்கவும்.)

2. காலம்.

தேகத்திலுள்ள மாமிசபேசிகளை நன்கு வளரும் பொருட்டு தேகப் பயிற்சி செய்வதற்குக் குளிர்ச்சியான காலமே மிகவுமுத்தமம், நல்ல தேகசுகத்தையும், வலிவையும் விரும்பும் ஒவ்வொருவரும் தினமும் மிதமாக ஒழுங்கான தேகப்பயிற்சி செய்ய வேண்டும். தேகப்பயிற்சி செய்யக் குளிர்ச்சி பொருந்திய காலைநேரமே மிகவுமுத்தமமானது. காலம் மிகவுமுஷ்ணமாயில்லாவிட்டால் மாலையிலும் சிறிதுபயிற்சிசெய்யலாம். இந்தியாவில் குளிர்ந்த மாதங்களின் ரம்மியமான சந்திர வெளிச்சமுள்ள இரவுகளில் கிளித்தட்டு, பச்சைக்குதிரை, சடுகுடுப்பான், கோணத்தட்டு, மல்யுத்தம், முதலிய விளையாட்டுகள் ஆதிகாலந்தொட்டு நடத்தப்பட்டு வருகின்றன.

3. வயது.

40 வயதுள்ள மனிதனது தேகத்தைக் காட்டிலும் சிறுபிள்ளையினது தேகம் நன்றாய் வளைக்கவும் நிமிர்த்தவும் அநுகூலமாயிருக்கின்றது. நான்காம் அத்தியாயத்தில் சொல்லப்படுகிற தேகப்பயிற்சிகளெல்லாம் ஒருவித கஷ்டமுமின்றி 40 வயதுக்குமேற்பட்ட பெரியார்களும் செய்யக்கூடியதாயிருக்கின்றன.

4. பலம்.

பலம் மூன்றுவகைப்படும். 1. ஸஹஜம் :—தாய்தந்தையர்களின் பலத்தையொத்தது. 2. காலஜம்:—வயதையும் காலநிலைமையும் ஒத்தது. உஷ்ணகாலத்தைக்காட்டிலும் குளிர்காலத்தில் மனிதனுக்கு தேக வன்மை அதிகமாகையால் குளிர்காலத்தில் தேகத்தை வன்மையாக்கும் பொருட்டு வியாயாமத்தில் அதிககாலத்தைச் செலவிட வேண்டும். 3. யுக்திக்ருதம் :—ஆஹாரம் விஹாரங்களால் உண்டாகும் பலம்.

வேண்டியஉணவை உட்கொள்ள சக்தியற்றவன் தனது பலத்தை வ்ருத்தி செய்ய நினைக்க முடியாது. ஆகவே தேகப்பயிற்சி செய்வதற்கு முன்னரே

அவன் சரியான ஆகாரத்திற்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகள் செய்ய வேண்டும்.

தேகத்தின் கூறுபாடு:—வியாயாமம் செய்யப்போகும் மனிதன் எவ்வித வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்டிருக்கிறான் என்று பார்த்து அவ்வியாதியை நிவர்த்தி செய்துவிட்டு வியாயாமத்தை சிறுகச்சிறுக சுலபமான வழியில் படிப்படியாகச்செய்யவேண்டுமே யொழிய திடீரென்று அதிகஞ் செய்யக்கூடாது. வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்ட ஒவ்வொருவரும் வியாயாமம் செய்வதற்கு முன் வைத்தியனிடத்திற்குப் போய் அவனுடைய புத்தி மதிகளைக் கேட்க வேண்டும்.

5. வேலை.

வேலை இருவிதப்படும்: 1 மூளையை உபயோகித்து ஒரே இடத்திலிருந்து வேலைசெய்தல் 2 தேகப்பிரயாசையால் செய்யப்படுதல் ஒரே இடத்தில் உட்கார்ந்து எழுத்து வேலை செய்பவர்க்கு சொல்லப்படும் வியாயாமம் கடினமான சரீர உழைப்பை உடையவர்க்கு பயன்படா. சரீரத்தால் உழைப்பவனுக்கு கடினமான வியாயாமத்தைக் கொடுப்பதனால் பயனில்லை. அவன் தினமும் வேலை செய்யும்போது எந்தெந்த மாமிசபேசிகளுக்கு ஓய்வு இருக்கிறதோ அந்தந்த மாமிச பேசிகளுக்கு வேலையைக் கொடுக்கக்கூடிய விளையாட்டுகள் அவனுக்குத் தேவை. அப்படிச் செய்தால் அவன் தன்னுடைய களைப்பை மறந்து உற்சாக முடையவனாய் அடுத்தநாள் வேலைக்கு ஆயத்தமாகிறான்.

ஆனால் மூளையின் வலிமையினால் வேலை செய்பவனுக்கு அவனுடைய தேகத்திலுள்ள எல்லாமாமிசபேசிகளும் ஓய்வில் இருப்பதனால் அவைகள் தத்தம் வேலைகளைச்சரிவரச் செய்வதற்கு வேண்டிய உற்சாகத்தை உண்டாக்கக்கூடிய தேகப்பயிற்சி அத்தியாவசியமானது. சிலசமயத்தில் மூளையினால் வேலை செய்பவன் தன்னுடைய உணவை அதிசீக்கிரத்தில் விழுங்கிவிட்டு பேனாவை எடுத்து எழுத ஆரம்பித்துவிடுகிறான். அப்பொழுது தேகத்திலுள்ள ரத்தம் மூளையை நோக்கிச்சென்று அவன் செய்யும் வேலைக்குத் துணையாய் இருப்பதினால் வயிற்றில் இருக்கும் ஆகாரத்தை ஜீரணிக்கச் செய்வதற்கு வேண்டிய ரத்தம் இல்லாமையினால் அநேக கோளாறுகள் உண்டாகின்றன. ஆகையினால் உணவு உண்டதும் மூளைசம்பந்தமான வேலையொன்றும் செய்யாமல் ஓய்வெடுக்கவேண்டியது மிக்க அவசியம்.

(தொடரும்).

த்ரிவ்ருத் லேஹ்யம்.

உபயோகம்:—எவ்விதமான மலச்சிக்கலையும் நிவ்ருத்தி செய்வதற்கு இது உத்தமமான ஔஷதம். மூலவியாதி, அஜீர்ணம், வயிற்றுளைத்தல், தலை சுற்றல் இவைகளையும் நிவாரணம் செய்ய வல்லது. இரவில் படுக்கப்போகையில் அல்லது விடியிற் காலையில் இதைச்சாப்பிடலாம்.

விலை 4 அவு. ரூ. 1 1 பவுன் ரூ. 3.

கல்யாண க்ருதம்.

உபயோகம்:—அபஸ்மாரத்துக்கு (காக்கை வலிக்கு) இது வெகுப் பிரஸித்தமான ஔஷதம். ஸ்திரீகளுக்குண்டாகும் மூர்ச்சைகளிலும் இது சிறந்த குணந்தரும்; மூளைக்கும், நரம்புகளுக்கும் நல்ல வலிமையை உண்டுபண்ணும். உன்மாதம் என்கிற பைத்திய ரோகத்தில் இது வெகு உபயோகமானது. ஜ்வரம் முதலிய உபத்திரவங்களையும் நிவாரணம் செய்யவல்லது.

4 அவு ரூ. 1-8-0 1 பவுன் ரூ. 5

சியவனப்ராசாவ லேஹம்.

(சரக. சிகித்ஸா. ரஸாயன.)

இது ரஸாயனங்களில் மிகச்சிறந்தது. ச்யவன மஹாரிஷிக்கு அச்வினீ தேவதைகளால் இந்த ஔஷதம் கொடுக்கப்பட்டு கிழத்தனம் நீங்கி நீண்ட ஆயுளையும் உண்டாக்கியதாதலால் இதற்கு "ச்யவனப்ராசம்" எனப்பெயர் வந்தது. இது புதிய நெல்லிக்கனிகளைக்கொண்டும் மற்றும் அநேக ஔஷதச் சரக்குகளைக்கொண்டும் கற்கண்டைக்கொண்டும் செய்யப்பட்டதும், ஓர் ஸந்தோஷகரமான ருசியுள்ளதும் ஆரோக்கியத்தை வளரச்செய்வதுமான லேஹியம். இதை தினந்தோறும் அநேகர் உபயோகித்து நற்பயனை அடைந்திருக்கின்றனர். சாஸ்திர முறையிலிருந்து சற்றும் பிறழாமல் மிகவும் ஜாக்கிரதையுடன் மருந்துகளைச்செய்வதில் ...க தேர்ந்தவர்களைக் கொண்டு செய்யப்பட்டதாகும்.

இது காஸம், இரைப்பு, சுக்ரதாதுவின் கோளாறுகள் முதலியவைகளைப் போக்குவதோடு குழந்தைகளுக்கும் கிழவர்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் நல்ல புஷ்டியையும் வலிவையும் உண்டாக்கும்.

4 ஔன்சு ரூ. 1. 1 பௌன் ரூ. 3.

கிடைக்குமிடம்:—

ஆந்திர ஆயுர்வேத பார்மஸி லிமிடெட்.,

43, ஹாரிஸ் ரோட், மவுண்டு ரோட், மதராஸ்.

JL
LCm 211, N2ST
N88.1.19.72

ஸ்நானம்.

ஸ்நானத்தினுடைய குணங்களைப்பற்றி இவ்வாரியாவர்தத்தில் வசிப்பவர்களுக்குத் தெரிந்திருப்பதுபோல் மற்றவர்களுக்குத் தெரியாதென்பதோர் மிகைச் சொல்லாகாது. மேல்நாடுகளில் ஒவ்வொருவர் தங்களுடைய உயிர்பிழைத்திருக்கும் காலம் முழுவதிலும் ஒன்றிரண்டு தடவைகளாவது ஸ்நானம் செய்தறியார் என்று கேழ்க்கும்பொழுது ஆச்சரியம் உண்டாகாமலிருக்காது. ஆரியர்கள் கர்மநிஷ்டாபரர்களாகையால் ஸ்நானத்தினால் மனம் நிர்மலமாயிருக்குகை, சரீரம் நிர்மலமாயிருத்தல் இவைகள் உண்டாகுமென நன்ருக அறியப்பெற்றனர். ஸ்நானத்தினால் தக்க ஆயுளும், உற்சாகமும் அதிகமாகும். பலம் உண்டாகும். உடலிலுள்ள அழுக்கையெல்லாம் நீக்கி சரீரத்தை சுத்தமாகச் செய்வதினால் அவ்வழுக்கினால் உண்டாகக்கூடிய சொரி, சிரமம் முதலியவைகளைப்போக்கும். தாகத்தையும், தாபத்தையும் போக்கடிக்கும். வழிநடந்தசிரமத்தினாலும், வியாயாமத்தை (தேகஉழைப்பை) செய்வதினாலும் மிகவும் இளைப்படைந்தவர்களுக்கு மிக்க நன்மைதரத்தக்கது. ஸ்நானமானது ரோமகூபங்களிலிருந்து வெளிப்படும் ஜாடராக்கினியின் ஜ்வாலைகளைத் தடுப்பதால் தக்கவளவு அக்கினிதீபனத்தையும் உண்டாக்கும். சரீரத்திலுள்ள நரம்புகளுக்கு வலிவையுண்டாக்கி மூளைக்கு துணையாயிருந்து சுக்கிரத்தையும், அறிவையும் விருத்தியடையச் செய்யும். ஸ்நானத்தில் இத்தகைய அமூலியமான உபகாரங்கள் இருப்பதால் தினந்தோரும் ஸகாலத்தில் ஸ்நானம் செய்தல் யுக்தமென்று உபதேசிக்கப்பட்டுள்ளது. ஸ்நானங்களில் அனேக வேற்றுமைகள் உள. சிரஸ்நானம், கண்ட ஸ்நானம் இவ்விரண்டுமாத்திரம் நம்முடைய நாட்டில் அதிகமாக வழக்கத்தில் உள்ளன. உஷ்ணஜலத்தைக்கொண்டு கண்டஸ்நானம் செய்தால் பலத்தைத் தருவதேயாயினும் கேசங்களுக்கும் கண்களுக்கும் வலுக்குறைவைத் தருவதால் சிரஸ்நானம் செய்தல் உத்தமமல்ல. அர்தித வாயுவினாலும், வாய், கண், செவி முதலியவைகளின் நோய்களாலும், அதிசாரத்தினாலும், அஜீர்ணத்தினாலும், வயிற்றுப்பாத்தினாலும், சளியினாலும் துன்பப்படுபவர்கள் ஸ்நானத்திற்குரியவரல்லர். அவ்வந்த ருதுதர்மங்களையனுசரித்து செய்யும் ஸ்நானம் உத்தமதமம். தீக்ஷ்ணமான பித்தப்பிரகோபத்திற்குக் காரணங்களான கிரீஷ்ம சரத்காலங்களில் குளிர்ந்தஜலத்தில் ஸ்நானம்செய்வதும், குளிர்காலமாகிய ஹேமந்த சிசிருதுக்களில் உஷ்ணஜலத்தில் ஸ்நானம்செய்வதும் ஆப்பியாயனங்களாகும். ஸ்நானத்தின்விஷயத்தில் முக்கியமாக கவனிக்கத்தக்க சிலவிஷயங்கள் உள்ளன. லகுகுணமுள்ளதாயும், மலைகளிலுள்ள கல்லுகளின்மீது விழுந்து கலங்கியும் மணலில் பெருகியும் தெளிவாயிருக்குகையை யடைந்தது மான உதகத்தையும், பரிசுத்தமான இடங்களிலுள்ள கிணறு, குளம் முதலியவைகளிலுள்ள நிர்மலமான ஜலத்தையும் இதின பொருட்டு உபயோகிக்கவேண்டும். வெகுகாலத்திலிருந்து நின்றிருப்பதும், பூச்சி புழுக்களினாலும், பாசி, புல், இலைகள், சேர்முதலியவைகளினாலும் வியாபித்து, நுரையுடன் கூடியதும், சூரியகிரணங்களுடையவும் காற்றினுடையவும் சம்பந்தமில்லாமல் துர்நாற்றமடைந்து கெட்டுப்போனதும், விஷத்துடன் கூடியதும் ஆகிய நீரானது அபாயமுண்டாக்குவதேயாகும். அதினின்று குஷ்டம் முதலியநோய்கள் உண்டாகும். மிகவும், குளிர்ந்திருக்கும் ஜலமும் சளியை யுண்டாக்குமாதலால் உபயோகிக்கலாகாது. தெளிவடையாத உதகத்தை (என்ருல் புதிதாக மழைகாலத்தில் பெருகும் ஜலத்தை) தேத்தாங்கொட்டை முதலியவைகளுடைய சகாயத்தினால் பரிசுத்தப்படுத்தாமலும் நன்ருகக் காய்ச்சி வடிகட்டாமலும் உபயோகித்தல் நோயற்றவைக்கு தீங்கை விளைவிக்கக்காரணமாகும்.

உசீராதி பானகம்.

உபயோகம் :—உணவு நன்கு ஜீர்ணமாகும். சுக்ரஸ்தம்பநம்செய்யும். தேஹத்திற்குக் குளிர்ச்சியைத் தரும். பித்தத்தைத் தணிக்கும். கைகால் எரிச்சல், கண் எரிச்சல், விஷவிகாரங்கள் இவற்றை பரிஹரிக்கும். நீர்ச்சுருக்கு, நீர்த்தாரையின் விரணம் முதலியவைகளிலும் உபயோமானது.

விலை 1 ப...

தமிழ்நாடு ... சுவடிப்பதிப்பகம்
185875
சென்னை-600 008

முக வசீகரம், முகத்தினழகு

இவைகள் உண்டாவதற்காக எங்களால் புதிதாக குங்குமாதி லேபம் என்ருேர் மருந்து தயார் செய்யப்பட்டுள்ளது. அதில் குங்குமப்பூ, கஸ்தூரி, கோரோஜனம் முதலிய விலையுயர்ந்த திரவ்யங்கள் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. இதை தினந்தோரும் முகத்திற் பூசி மிருதுவாய்த் தேய்த்து பின் சந்தனாதி ஸ்நாநசூர்ணம் அல்லது பச்சை பயறின் மாவு போட்டு கழுவிவிட முகத்தினழகை கெடுக்கும் முகப்பருவு போன்றவைகள் உண்டாகாமல் தடுக்கிறது. இது சர்மத்திற்கு காந்தியையும் மினுமினுப்பையும் மிருதுத்துவத்தையும் கொடுக்கிறது. இம்முறை வாச்சியாயனரின் காமசாஸ்த்திரத்தினின்று எடுக்கப்பட்டது.

குங்குமாதி லேபம்.

இன்றே ஓர் முறைவாங்கி பரீக்ஷியுங்கள்

தயார்செய்பவர்கள் :

ஆந்திர ஆயுர்வேத பார்மஸி லிமிடெட்.,

43, ஹாரிஸ் ரோட், மவுண்டு ரோட், மதருஸ்.

எங்கள் தமிழ் பிரசுரங்கள்.

பாரத மருத்துவ சரிதம்.

பண்டைகாலத்தில் நமது தேசத்தில் வைத்திய முறை கையாளப்பட்ட விதம், பின்னர் அதன் க்ஷீணதசை, முதலியவைகளை விளக்கும் அரிய நூல் 0 8

பண்டித டி. கோபாலாசார்லுவின் ஜீவிய சரிதம்.

தென்னாட்டில் ஆயுர் வேதத்தை நிலைநாட்டிய பெரியாரின் சரித்திரம் 0 2

மாதா சிசு பரிபாலனம்.

கர்ப்பிணிஸ்திரீகள், பிறந்த குழந்தைகள், இவர்களை எப்படிப் பாதுகாப்பது என்பதை செவ்வனே விளக்கும் புத்தகம் 0 6

வியாதிகளைத் தடுப்பது எங்ஙனம்.

சாதாரணமாக உண்டாகும் வியாதிகளைத் தடுக்கக்கூடிய எளிய சாஸ்த்திரீய முறைகளைக் கூறும் புத்தகம் ... 0 2

முக்கிய கவனிப்பு:—இப்பத்திரிகையின் சந்தாதாரருக்கு மேற்கண்ட புத்தகங்கள் ¾ விலைக்கு கொடுக்கப்படும்.

கிடைக்குமிடம்:—

ஆந்திர ஆயுர்வேத பார்மஸி
(லிமிடெட்.)

43, ஹாரிஸ் ரோட், மவுண்டு ரோட், மதராஸ்,

59 மஞ்சிஷ்டா.

அச்வகந்தாரிஷ்டம், சந்தனாதி சூர்ணம், சந்தனாதி தைலம், தசமூலாரிஷ்டம், த்ருக்ஷாரிஷ்டம், கல்யாணக்ருதம், காஸீஸாதிக்ருதம், குங்குமாதி தைலம், மஞ்சிஷ்டாதிக்வாத சூர்ணம், மூர்ச்சிததில தைலம், பஞ்சதிக்த குக்குலு க்ருதம், பிண்ட தைலம்.

60 மரிசம்.

ஆனந்தபைரவ ரஸம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், அவிபத்திகர சூர்ணம், பாலசூர்யோதய வர்த்தி, பாஸ்கரலவண சூர்ணம், பில்வாதி லேஹ்யம், சந்த்ரப்ரபாவடி, சந்த்ரோதயவர்த்தி, சித்ரகாதிவடி, தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தந்ததாவண சூர்ணம், திருக்ஷாரிஷ்டம், கந்தக ரஸாயனம், கோக்ஷூராதி சூர்ணம், கோரோசன வடி, குடமரிசம், குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), ஹிங்குவாஷ்டக சூர்ணம், இச்சாபேதி வடி, ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), காஞ்சநாரகுக்குலு, கபித்தாரிஷ்டம், கற்பூராதி தைலம், கற்பூராத்யாஸவம், காஸீஸாதிக்ருதம், கஸ்தூரி மாத்திரை, கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், லோஹாஸவம், ம்ருத்யுஞ்ஜயரஸ வடி, நவாயஸ லோஹம், பஞ்சதிக்த குக்குலுக்ருதம், பிப்பல்யாஸவம், புனர்னவாஸவம், புஷ்யானுக சூர்ணம், ரஸோத்தமாதிலேப சூர்ணம், ரஸோத்தமாதிலேபம், ரத்னபுருஷ லேஹ்யம், ரேசன வடி, சங்கவடி, சீதாம்சு ரஸம், சீதாம்சு ரஸம் (காம்பவுண்டு), ஸூதர்சன சூர்ணம், தாளீஸாதி சூர்ணம், த்ருபலாக்ருதம், த்ருகடு சூர்ணம், வாஸா கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம்.

61 முஸ்தா.

அபயாதிக்வாத சூர்ணம், அசோகாரிஷ்டம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், பில்வாதி லேஹ்யம், ப்ருங்காமலக தைலம், சந்தனாதி சூர்ணம், சந்தனாதி ஸ்நாந சூர்ணம், சந்த்ரப்ரபா வடி, ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தந்த தாவண சூர்ணம், தசமூலாரிஷ்டம், த்ருக்ஷாதி சூர்ணம், ஏலாதி சூர்ணம், கங்காதர சூர்ணம், கோக்ஷூராதி சூர்ணம், குடூச்யாதிக்வாத சூர்ணம், ஜீரகாத்யரிஷ்டம், கற்பூராதிவடி, கற்பூராத்யாஸவம், காஸீஸாதிக்ருதம், மூர்ச்சிததில தைலம், முஸ்தகாதி வடி, நவாயஸ லோஹம், பிப்பல்யஸாவம், புஷ்யானுக சூர்ணம், சாரிபாத்யாஸவம், ஸ்தன்ய சோதக சூர்ணம், ஸூதர்சன சூர்ணம், உசீராதிக்வாத சூர்ணம், வாஸாரிஷ்டம், வாஸா கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், யோகராஜ குக்குலு.

62 நாக கேஸரம்.

ஆமலகீ ரஸாயனம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், பாஸ்கரலவண சூர்ணம், பில்வாதி லேஹ்யம்; ப்ருங்காமலக தைலம், சந்தனாதி சூர்ணம் (உள்ளுக்கு), சாதுர்ஜாதக சூர்ணம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தசமூலாரிஷ்டம், ஏலாதி சூர்ணம், கோக்ஷூராதி சூர்ணம், ஜாதிபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), ஜீரகாத்யரிஷ்டம், கல்யாணக்ருதம், கனகாஸவம், கபித்தாஷ்டக சூர்ணம், கற்பூராதி சூர்ணம், கதிராரிஷ்டம், பிப்பல்யாஸவம், சிவாமோதகம், வாஸாரிஷ்டம், வாஸாவ லேஹ்யம்.

63 நவாஸாரம்.

சங்கத்ராவகம், ஸூரதாருலேப சூர்ணம், ஸ்வர்ணவங்கம்.

64 நிம்ப

மஞ்சிஷ்டாதிக்வாத சூர்ணம், நிம்பாதி தைலம், பஞ்சதிக்த குக்குலுக்ருதம், பஞ்சதிக்த பானகம், பஞ்சதிக்தக்வாத சூர்ணம், புனர்னவாஷ்டக சூர்ணம், புனர்னவாஸவம், ஸூதர்சன சூர்ணம்.

65 நிர்குண்டி.

அர்க்காதி தைலம், நிர்குண்டி தைலம்.

66 பற்பாடகம்.

குடூச்யாதிக்வாத சூர்ணம், பஞ்சதிக்தக்வாத சூர்ணம், உசீராதிக்வாத சூர்ணம்.

67 படோல.

பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், பஞ்சதிக்த பானகம், பஞ்சதிக்தக்வாத சூர்ணம், புனர்னவாஷ்டக சூர்ணம்.

68 பத்ரகம்.

ஆமலகீ ரஸாயனம், ஆர்த்ரகண்டாவ லேஹ்யம், அவிபத்திகர சூர்ணம், பாஸ்கரலவண சூர்ணம், ப்ருங்காமலக தைலம், ப்ருங்கருஜாஸவம், சந்தனாதி தைலம், சந்த்ரப்ரபாவடி, சாதுர்ஜாதக சூர்ணம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தசமூலாரிஷ்டம், திராக்ஷாரிஷ்டம், ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), ஜீரகாத்யரிஷ்டம் காஞ்சநாரகுக்குளு, கபித்தாஷ்டக சூர்ணம், கதிராரிஷ்டம், பிப்பல்யாஸவம், ரத்னபுருஷ லேஹ்யம், சாரிபாத்யாஸவம், வாஸா கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், வாஸாரிஷ்டம், வாஸாவ லேஹ்யம்.

69 பிப்பலி.

ஆகாரகரபாதிவடி, ஆமலகீரஸாயனம், ஆனந்த பைரவரஸ வடி, ஆர்த்ரகண்டாவ லேஹ்யம், அதிமதுராதி ரஸக்ரியாவடி, அவிபத்திகர சூர்ணம், பாஸ்கரலவண சூர்ணம், பில்வாதி லேஹ்யம், ப்ராஹ்மீக்ருதம், ப்ருங்கருஜாஸவம், சந்த்ரப்ரபாவடி, சந்த்ரோதயவர்த்தி, சித்ரகாதிவடி, ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தசமூலாரிஷ்டம், திராக்ஷாரிஷ்டம், திராக்ஷாதி லேஹ்யம், ஏலாதி சூர்ணம், கல்யாஸவம், கோக்ஷூராதி குக்குளு, கோரோசனவடி, குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), ஹிங்குவாஷ்டக சூர்ணம், ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), ஜ்வராங்குச ரஸம், ககுபாதி சூர்ணம், கனகாஸவம், காஞ்சநார குக்குளு, கபித்தாஷ்டக சூர்ணம், கற்பூராதி சூர்ணம், கஸ்தூரி மாத்ரா, கதிராரிஷ்டம், கிராதாரிஷ்டம், கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், லோஹாஸவம், ம்ருத்யுஞ்ஜய ரஸம், முஸ்தகாதிவடி, நாகவல்லப ரஸம், நவாயஸ லோஹம், நிசாதி சூர்ணம், பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், பிப்பல்யாஸவம், புனர்னவாஸவம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், சீதாம்சு ரஸம், சீதாம்சு ரஸம் (காம்பவுண்டு), ஸித்த நாகார்ஜுன வர்த்தி, ஸிதோபலாதி சூர்ணம், சிவாமோதகம், ஸுதர்சன சூர்ணம், ஸுகுமாரக்ருதம், தாளீஸாதி சூர்ணம், த்ருகடு சூர்ணம், த்ருபலாக்ருதம், வாஸாவ லேஹ்யம், வாதகஜாங்குச ரஸவடி.

70 பிப்பலீமூலம்.

ஆரக்வதாதிவடி, பாஸ்கரலவண சூர்ணம், சந்த்ரப்ரபாவடி, சித்ரகாதிவடி, தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), கபித்தாஷ்டக சூர்ணம், கிராதாரிஷ்டம், பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், ஸுதர்சன சூர்ணம், ஸுகுமாரக்ருதம், யோகருஜகுக்குளு.

71 புனர்னவா.

பலாரிஷ்டம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தசமூலாரிஷ்டம், புனர்னவாஷ்டக சூர்ணம், புனர்னவாஸவம், ஸுகுமாரக்ருதம், த்ருபலாக்ருதம், விதார்யாதிக்வாத சூர்ணம்.

72 ரக்த சந்தனம்.

அபயாதிக்வாத சூர்ணம், அசோகாரிஷ்டம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், சந்தனா

ஸவம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், ஏலாதி சூர்ணம், குடூச்யாதிக்வாத சூர்ணம், கல்யாணக்ருதம், காஸீஸாதிக்ருதம், குங்குமாதி தைலம், லாக்ஷாதி தைலம், புஷ்யானுக சூர்ணம், சாரிபாத்யாஸவம், சிவாமோதகம்.

73 ரஸோன.

கற்பூராதி தைலம், ஹிங்குத்ரிகுண தைலம்,

74 ருஸ்நா.

அதிமதுராதி ரஸக்ரியாவடி, அச்வகந்தாரிஷ்டம், பலாரிஷ்டம், சந்தனாதி தைலம், தசமூலாரிஷ்டம், ககுபாதி சூர்ணம், லாக்ஷாதைலம், மூர்ச்சித திலதைலம், மாஷதைலம், ருஸ்நாதிக்வாத சூர்ணம், ருஸ்நாதி தைலம், ருஸ்நாகுக்குளு, ஸ்தன்ய சோதக சூர்ணம்.

75 ரேவல்சின்னி.

கோக்ஷூராதி சூர்ணம், கஸ்தூரி மாத்ரா, ரேசனவடி.

76 ஸைந்தவலவணம்.

அக்னிதுண்டிரஸவடி, பாஸ்கரலவண சூர்ணம், பிராஹ்மீக்ருதம், சித்ரகாதிவடி, குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), ஹிங்குவாஷ்டக சூர்ணம், ஹிங்குத்ரிகுண தைலம், மாஷதைலம், நாரிகேளாஞ்ஜனம், ஸுகுமாரக்ருதம், த்ருபலாக்ருதம், யோகருஜ குக்குளு.

77 சால்மலி.

அபயாரிஷ்டம், சந்தனாதி சூர்ணம் (உள்ளுக்கு), கங்காதர சூர்ணம், புஷ்யானுக சூர்ணம், சால்மலி சூர்ணம்.

78 சாரிபா.

அச்வகந்தாதி சூர்ணம், சந்தனாஸவம், கல்யாணக்ருதம், காஸீஸாதிக்ருதம், பிண்டதைலம், புஷ்யானுக சூர்ணம், சாரிபாதி பானகம், சாரிபாத்யாஸவம், சிவாமோதகம்.

79 சர்க்கரா.

ஆகாரகரபாதிவடி, ஆமலகீரஸாயனம், அம்ருதபல்லாதக லேஹ்யம், அரவிந்த பானகம், அசோகக்ருதம், அச்வகந்தாதி லேஹ்யம், பில்வாதி பானகம், ப்ராஹ்மீக்ருதம், ப்ராஹ்மீ ரஸாயனம், சந்தனாதி சூர்ணம் (உள்ளுக்கு), சந்தனாஸவம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாதி பானகம், தக்ததாவண சூர்ணம், திராக்ஷாதி லேஹ்யம், ஜம்பீராதி பானகம், கனகாஸவம், கற்பூராதி சூர்ணம், கதிராரிஷ்டம், கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், கூஷ்மாண்ட பானகம், மாதீபலரஸாயனம், பஞ்சதிக்த பானகம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், சாரிபாதி பானகம், ஸிதோபலாதி சூர்ணம், சிவாமோதகம், ஸ்வர்ணமுகீ பானகம், தாளீஸாதி சூர்ணம், த்ருவ்ருத் லேஹ்யம், த்ருபலாக்ருதம், உசீராதி பானகம், வாஸாபானகம், வாஸாகண்டகாரி பானகம்.

80 சதாவரி.

அசோகக்ருதம், பலாரிஷ்டம், சந்தனாஸவம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், சிவாமோதகம், ஸுதர்சன சூர்ணம், ஸுகுமாரக்ருதம், த்ருபலாக்ருதம்.

81 சுண்டி.

அபயாரிஷ்டம், ஆகாரகாபாதி வடி, ஆனந்தபைரவ ரஸம், ஆர்த்ரகண்டாவ லேஹ்யம், அசோகாரிஷ்டம், பாஸ்கர லவண சூர்ணம், சித்ரகாதிவடி, தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தந்ததாவண சூர்ணம், கோக்ஷுராதி சூர்ணம், கோக்ஷுராதி குக்குளு, குடபிப்பலீ (ப்ருஹத்), ஹிங்கு வாஷ்டக சூர்ணம், இச்சாபேதி, வடி, ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்) ஜீரகாத்யாரிஷ்டம், கருபாதி சூர்ணம், கனகாஸவம், காஞ்சநார குக்குளு, கற்பூராதி சூர்ணம், கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம். லோஹாஸவம், பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், பிப்பல்யாஸவம், புஷ்யானுகசூர்ணம், சங்கவடி, சீதாம்சுரஸம், சீதாம்சுரஸம் (கம்பவுண்டு), சிவாமோதகம், ஸ்தன்யசோதக சூர்ணம், ஸுதர்சன சூர்ணம், ஸுகுமாரக்ருதம், ஸ்வர்ணமுகீ பானகம், தாளீஸாதி சூர்ணம், த்ருபலாக்ருதம், த்ருவ்ருத் லேஹ்யம், உசீராதிக்வாத சூர்ணம், வாஸாரிஷ்டம், வாதகஜாங்குசரஸவடி.

82 ஸுராக்ஷாரம்.

அஜமோதார்க்கம், கோக்ஷுராதி சூர்ணம், சங்கத்ராவகம்.

83 ஸ்வர்ணமுகீ.

தான்யகாதி லேஹ்யம், சாரிபாத்யாஸவம், ஸ்வர்ணமுகீ சூர்ணம், ஸ்வர்ணமுகீ பானகம்.

84 டங்கணம்.

அக்னிதுண்டிரஸவடி, ஆனந்தபைரவ வடி, கோக்ஷுராதி சூர்ணம், குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (லகு), ரஜப்ரவர்த்தனிவடி, ஸன்னிபாத பைரவ ரஸம்.

85 தாளீஸபத்ரீ.

பாஸ்கரலவண சூர்ணம், கல்யாண க்ருதம், கனகாஸவம், தாளீஸாதி சூர்ணம், யோகராஜ குக்குளு.

86 திலதைலம்.

அர்க்காதி தைலம், ப்ருங்காமலக தைலம், ப்ருங்கராஜதைலம், சந்தனாதி தைலம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தத்தூர தைலம், தத்தூராதி தைலம், கற்பூராதி லேபம் கற்பூராதி தைலம், க்ஷீரபலா தைலம், குபேராக்ஷ தைலம், குங்குமாதி தைலம், லாக்ஷா தைலம், மதுச்சிஷ்டாதி லேபம், மாஷ தைலம், மூர்ச்சித திலதைலம், நாராயண தைலம், பிண்டதைலம், ரஸோத்தமாதி லேபம், த்ருபலா லேபம், துவரக லேபம்.

87 துத்தம்.

துத்தபஸ்மம்.

88 த்வக்.

பாஸ்கரலவண சூர்ணம், ப்ருங்கராஜாஸவம், சாதுர்ஜாதக சூர்ணம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், தந்ததாவண சூர்ணம், த்ராக்ஷாரிஷ்டம், ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), ஜீரகாத்யரிஷ்டம், கற்பூராதி சூர்ணம், கதிராரிஷ்டம், கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம், பிப்பல்யாஸவம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், ஸிதோபலாதி சூர்ணம், சிவாமோதகம், தாளீஸாதி சூர்ணம், வாஸாரிஷ்டம், வாஸாவ லேஹ்யம், யோகராஜகுக்குளு,

89 த்ருவ்ருத்.

அபயாரிஷ்டம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், அவிபத்திகர சூர்ணம், ப்ராஹ்மீக்ருதம், சந்தனாஸவம் ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், த்ருவ்ருத் சூர்ணம், த்ருவ்ருத் லேஹ்யம்.

90 துவரக.

துவரக லேபம், துவரக தைலம்.

91 உசீரம்.

பலாரிஷ்டம், ப்ருங்காமலக தைலம், சந்தனாதி சூர்ணம் (உள்ளுக்கு), சந்தனாதிஸ்நான சூர்ணம், சந்தனாதிதைலம், தடேச்யாதி க்வாத சூர்ணம், கற்பூராதி சூர்ணம், குங்குமாதி தைலம், மூர்ச்சித திலதைலம், பிப்பல்யாஸவம், சாரிபாதி பானகம், சாரிபாத்யாஸவம், ஸ்தன்ய வர்த்தக சூர்ணம், ஸுதர்சன சூர்ணம், உசிராதி க்வாதசூர்ணம், யோகராஜ குக்குளு.

92 வசா.

அச்வகந்தாரிஷ்டம், ப்ராஹ்மீக்ருதம் சந்த்ரோதயவர்த்தி, காஸீஸாதிக்ருதம், மஞ்சிஷ்டாதி க்வாத சூர்ணம், பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், ஸுதர்சன சூர்ணம், துவரக லேபம்.

93 வாகுசீ.

நிலின்யாதி சூர்ணம், துவரக லேபம்.

94 வம்சலோசனு.

அசோகக்ருதம், பில்வாதி லேஹ்யம். சந்த்ரப்ரபாவடி, ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தாடிமாஷ்டக சூர்ணம், ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), கற்பூராதி சூர்ணம், ஸிதோபலாதி சூர்ணம், தாளிஸாதி சூர்ணம், வாஸாவ லேஹ்யம்.

95 வாஸா.

அபயாதிக்வாத சூர்ணம், அசோகாரிஷ்டம், சந்தனாஸவம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், தேவதார்வாதி க்வாத சூர்ணம், புனர்னவாஸவம், ஸிம்ஹாஸ்யாதி வடி, வாஸாதி சூர்ணம், வாஸாரஸக்ரியா வடி, வாஸாரிஷ்டம், வாஸாவ லேஹ்யம்,

96 விபீதகி.

அக்னிதுண்டி ரஸவடி, அசோகாரிஷ்டம், அவிபத்திகர சூர்ணம், சந்தனாதி தைலம் சந்த்ரப்ரபாவடி, சந்த்ரோதய வர்த்தி, தசமூலாரிஷ்டம், கோக்ஷுராதி குக்குளு, கல்யாணக்ருதம், காஞ்சநார குக்குளு, லோஹாஸவம், மஞ்சிஷ்டாதி க்வாத சூர்ணம், மூர்ச்சித தில தைலம், நாரிகேளாஞ்சனம், நவாயஸ லோஹம், பஞ்சதிக்த குக்குளுக்ருதம், புனர்னவாஸவம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், ஸித்த நாகார்ஜுனவர்த்தி, திருபலா சூர்ணம் திருபலா க்ருதம், திருபலா லேபம், யோகராஜகுக்குளு.

97 விடங்கம்.

அக்னிதுண்டி ரஸவடி, அவிபத்திகர சூர்ணம், ப்ராஹ்மீக்ருதம், சந்த்ரப்ரபா வடி, தசமூலாரிஷ்டம், த்ராக்ஷாரிஷ்டம், குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), ஜாதீபலாதி சூர்ணம் (ப்ருஹத்), கல்யாணக்ருதம், லோஹாஸவம், நிசாதி சூர்ணம், பஞ்சதிக்த குக்குலுக்ருதம், பிப்பல்யாஸவம், யோகராஜகுக்குளு.

98 விதாரி.

ஆமலகீ ரஸாயனம், அச்வகந்தாதி சூர்ணம், அச்வகந்தாதி லேஹ்யம், அச்வகந்தாரிஷ்டம், ச்யவனப்ராச லேஹ்யம், ஸாரஸ்வதாரிஷ்டம், சிவாமோதகம்.

99 யஷ்டிமது.

அதிமதுராதி ரஸக்ரியாவடி, ப்ருங்காமலக தைலம், சந்தனாதிவடி, தசமூலாரிஷ்டம், கனகாஸவம், காஸீஸாதி க்ருதம், குங்குமாதிதைலம், லாக்ஷாதைலம், மாஷதைலம், நாரிகேளாஞ்சனம், புஷ்யானுக சூர்ணம், ருஸ்காதிக்வாதசூர்ணம், ருஸ்காதி தைலம், ஸித்தநாகார்ஜுன வர்த்தி, ஸுதர்சன சூர்ணம், ஸுகுமார க்ருதம்.

100 யவக்ஷார.

அக்னிதுண்டிரஸவடி, சந்தனாதிவடி, சந்த்ரப்ரபாவடி, கோக்ஷுராதி சூர்ணம், குடபிப்பலி (ப்ருஹத்), பஞ்சதிக்த குக்குளு க்ருதம், யோகராஜகுக்குளு.

அனுபந்தம். II

மருந்துகளின் வகுப்புகளும் அவைகளின் விவரமும்

———:o:———

1 கர்ப்பநாசனிகள்.

Abortifacients (அபார்டிபேஷன்ட்ஸ்)

கர்ப்பத்தை வெளியில்தள்ளும் மருந்துகள்.

2 கிராஹிகள்.

Absorbents (அப்சார்பெண்ட்ஸ்)

கெடுதியடைந்த தாதுக்களை வெளியில் தள்ளும் சரக்குகள்.

3 வியதா பேதகாரிகள்.

Alteratives (ஆல்டரேடிவ்ஸ்)

சரீரமுழுவதையும் அல்லது சரீரத்தின் ஓர் உருப்பைப் பற்றியாவது உண்டாகும் வியாதியை சிறுகச் சிறுக நீக்கி சரீரத்தை நல்ல நிலைமைக்கு கொண்டு வருபவைகள்.

4 வீரியசமனகாரிகள்.

Anaphrodisiacs (அனப்ரோடிஸியக்ஸ்)

காமத்தைக் குறைப்பவைகள்.

5 ஸ்மிரிதிரோதகாரிகள்.

Anaesthetics (அனஸ்தடிக்ஸ்)

தன்னுடைய அறிவை இழக்கச் செய்யும் குணம் உடையவைகள்.

6 வேதனசாந்திநிகள்.

Anodynes (அநோடைன்ஸ்)

இவை வேதனையை அகற்றும். அதாவது வலியை நீக்கும்.

7 ஆம்ல நாசனிகள்

Antacids (அண்டாசிட்ஸ்)

வயிற்றுபுசம், அஜீர்ணம் முதலிய வியாதிகளிலுண்டாகும் புளிப்பை நீக்கும் க்ஷாரத்ரவ்யங்கள்.

8 கிருமி நாசனிகள்.

Anthelmintics (ஆன்தல்மிண்டிக்ஸ்)

வயிற்றிலுள்ள கிருமிகளைக் கொல்லுபவைகள்.

9 வமனஹாரிகள்.

Antiemetics (ஆன்டிஎமிடிக்ஸ்)

வாந்தியைத் தடுக்குபவைகள்.

10 ஸ்தன்யசமனகாரிகள்.

Antigalactagogues (ஆன்டிகலக்டகாக்ஸ்)

முலைப்பால் சுறப்பதைக் குறைப்பவைகள்

11 வியர்வைநாசனிகள்.

Anhydrotics (அன்ஹைட்ரோடிக்ஸ்)

வியர்வையைக் குறைப்பவைகள்.

12 அஸ்மரீஹரகாரிகள்.

Antilithics (ஆன்டிலிதிக்ஸ்)

மூத்திரப்பையிலுண்டாகும் கல்லடைப்பு முதலியவைகளை சமனம் செய்பவைகள்.

13 முறைவியாதிரோதிகள்.

Antiperiodics (ஆன்டிபீரியாடிக்ஸ்)

விஷமஜ்வரம் போன்ற முறையாய் வரும் வியாதிகளைத் தடுப்பவைகள்.

14 உக்கிரோகசமனகாரிகள்.

Antiphlogistics (ஆன்டிப்ளாஜிஸ்டிக்ஸ்)

தாபம் முதலிய உக்கிரமானரோகங்களை சமனப்படுத்துபவைகள்.

15 ஜ்வரஹரகாரிகள்.

Antipyretics (ஆன்டிபைரெடிக்ஸ்)

இவை ஜ்வரம் முதலிய ரோகங்களில் உண்டாகும் தேகவெப்பத்தை நீக்கும்.

16 தாதுக்ஷீணரோதிகள்.

Antiseptics (ஆன்டிஸெப்டிக்ஸ்)

தேகதாதுக்களையும் இன்னும் இதர பதார்த்தங்களையும் அழுக வொட்டாமல் காப்பாற்றுபவைகள்.

17 அங்காகர்ஷணநாசகாரிகள்.

Antispasmodics (ஆன்டிஸ்பாஸ்மோடிக்ஸ்)

இவை நரம்பு முதலியவைகளைப்பற்றி உண்டாகும் இசுவு முதலியவைகளை போக்கும்.

18 வீரியவர்த்தனிகள்.

Aphrodisiacs (அப்ரோடிசியக்ஸ்)

வீர்யத்தை வ்ருத்தி செய்பவைகள்.

19 சுகந்தகாரி.

Aromatics (அரோமாடிக்ஸ்)

சுகந்த வாசனையும் ருசியையும் உடையவைகள்

20 ஸங்கோசனகாரிகள்.

Astringents (அஸ்டிரிஞ்ஜண்ஸ்)

சரீரத்திலுள்ள தாதுக்களையும் நாம்புகளையும் சுருங்கச் செய்து சீழ் ரத்தம் முதலியவைகளை நிறுத்துபவைகள்

21 உதரவாதஹரகாரிகள்.

Carminatives (கார்மிநேடிவ்ஸ்)

வயிற்றில் உண்டாகும் வாயுவை கண்டிப்பவைகள்.

22 விறணகாரிகள்.

Caustics (காஸ்டிக்ஸ்)

சரீரத்தின் மேல் பட்டமாத்திரத்தில் புண்ணை உண்டாக்குபவைகள்.

23 பித்காரிகள்.

Cholagogues (கோலகாக்ஸ்)

பித்தநீரை அதிகரிக்க செய்து மலத்தை தாராளமாக வெளிப்படு பவைகள்.

24 அந்தர்ஸ்நிக்தகாரிகள்.

Demulcents (டிமல்ஸெண்ட்ஸ்)

எரிச்சலை சாந்தி செய்து அவற்றை துவள்பிப்பவைகள்.

25 பூதிநாசனிகள்.

Deodorants (டிஒடரென்ட்ஸ்)

துர்நாற்றத்தைப் போக்குபவைகள்.

26 அபகர்ஷணகாரிகள்.

Depressants (டிப்ரசெண்ஸ்)

தாதுக்களின் பலத்தைக்குறைப்பவைகள்.

27 ஸ்வேதகாரிகள்.

Diaphoretics (...ரடிக்ஸ்)

வியர்... அதிகம் உண்டாக்கு...வைகள்.

28 ரோகஜிவாணுநாசனிகள்.

Disinfectants (டிஸின்பெக்டென்...

வ்யாதி உண்டாகும் ஜீவா... போக்குபவைகள்.

29 மூத்திரவர்த்தனிகள்

Diuretics (டையூ...

மூத்திரத்தை ... பவைகள்.

30 கர்...

Ec...

ருதுவர்த்தனிகள்.
Emmenagogues (எமனகாக்ஸ்)
தவிடாயை மிதப்படுத்துபவைகள்.

கபஹரகாரிகள்.
xpectorants (எக்ஸ்பெக்டொ ரெண்ட்ஸ்)
வகபத்தை வெளிப்படுத்தி இரும னிக்கும்.

ஸ்தன்யவர்த்தனிகள்
lactagogues (கலக்டகாக்ஸ்)
முலைப்பாலை வ்ருத்தி செய்பவைகள்.

34 ரக்தவர்த்தனிகள்.
Haematinics (ஹெமெடினிக்ஸ்)
குணத்திலும், அளவிலும் ரத்தத்தை வ்ருத்திசெய்பவைகள்.

35 ரக்தஸ்தம்பனகாரிகள்.
Haemostatics or styptics (ஸ்டிப் டிக்ஸ்)
இவை ரத்தப்பெருக்கை ஸ்தம்பிக்கும்

...காரிகள்.
Hypnotics (ஹ... க்ஸ்)
தூக்கத்தை உண்டாக்குபவை...

7 உத்க்லேசகங்கள்.
·itants & counter irritants (இரி ...ஸ், கௌன்டர் இரிடெண்ட்ஸ்)
...க்கம் இல்லாத பக்கத்தில் எரி ...கத்தையும் உண்டாக்கி ...மற்ற இடத்திலுள்ள ... உபயோகப்படுத்

39 தாரகா விகாசிகள்.
Mydriatics (மிட்ரியாடிக்ஸ்)
இவைகண்களிலிருக்கும் கண்மணியை விகாஸிக்கசெய்யும்.

40 தாரகாஸங்கோசனிகள்.
Myotics (மையாடிக்ஸ்)
இவை கண்ணின் கண்மணியை சுருங்க செய்யும்.

41 போஷணிகள்.
Nutrients (நியூட்ரியன்ட்ஸ்)
தாதுக்களை போஷிப்பவைகள்.

42 க்ருமிஹரங்கள்.
Paraciticides (பேரஸிடிஸைட்ஸ்)
கண்ணுக்கு தெரியாத பூச்சிப்புழுக்களை கொல்லுபவைகள்.

43 விரேசனகாரிகள்.
Purgatives (பர்கெடிவ்ஸ்)
மலத்தை இளக்கி பேதியைஉண்டாக்குபவைகள்.

44 சீதளகாரிகள்.
Refrigerents (ரெப்ரி ஜெரண்ஸ்)
இவை உடலின் சூட்டையும் தாகத்தையும் தணிக்கும்.

45 ஷோணகாரிகள்.
Rubefacients (ரூபிபேஷன்ஸ்)
இவை பட்டயிடத்தை சிவப்பித்து எரிச்சலையும் சூட்டையும் உண்டுபண்ணுபவைகள்.

46 திரவகாரிகள்
Sailagogues (சைலகாக்ஸ்)
வாயிலுள்ள ... தை உண்டாக்குபவைகள்.

185875
சென்னை-600 008
நூலகம்