577

"சித்தன்"

ஓர் மாதாந்தப் பத்திரிகை.

மாலை 1.	ஜனவரி 35.	மணி 1.
Vol. 1.	January. 35.	No. 1.

உள்ளுறை. பக்கம்.

1.	கடவுள் வழிபாடு	1.
2.	நமது சித்தன்	2.
3.	சித்தன் வாழ்க	5.
4.	உண்மை	8.
5.	சுகாதாரப் பகுதி	11.
6.	நாகானந்தன்	13.
7.	பழனிஸ்தல வ[illegible]ட்டி ...	17.
8.	பாண்டி வியா[illegible]	19.
9.	[illegible] செய்[illegible]	21.
[illegible]	[illegible]ின் வயது	24.
[illegible]	[illegible]கி	25.
[illegible]	[illegible]பழும்	26.
[illegible]	[illegible]ழுப்ருவம்	29
[illegible]	[illegible]கு	[illegible]

ஊட
ஊ211, N35CN
N35. 1.1.
15994

"சித்தன்"

ஓர் மாதாந்தப் பத்திரிகை.

கல்வி, கைத்தொழில், வியாபாரம், விவசாயம், வைத்தியம், சுகாதாரம் முதலிய அரிய கட்டுரைகளுடனும், தமிழ் வைத்தியர்கட்கு பெரிதும் பயன்படும் விஷயங்களுடனும் ஆங்கிலத் திங்கள் தோறும் பழனியினின்றும் வெளி வருகிறது.

சந்தா விபரம்.

வருடம் 1-க்கு	உள் நாடு	...	ரூ. 0—8—0.
,,	வெளி நாடு	...	ரூ. 1—0—0.
	தனிப்பிரதி	...	ரூ. 0—1—0.

சந்தாத் தொகையை முன்னடியே செலுத்திவிடவேண்டும். வி. பி. யில் பத்திரிகை அனுப்பப்படமாட்டாது. எப்போது சந்தாதாரராய்ச் சேர்ந்தாலும் அவ்வருட ஜனவரி மீ-முதல் கணக்கு வைக்கப்பட்டு, ஜனவரி-மீ சஞ்சிகை முதல் பத்திரிகை அனுப்பப்படும். பதில் விரும்புவோர் தபால் முத்திரை அனுப்பவேண்டும்.

விளம்பர விகிதம்.

ஒரு தடவைக்கு	முழுப்பக்கம்	ரூ. 5—0—0.
,,	அரைப்பக்கம்	ரூ. 3—0—0.
,,	கால்பக்கம்	ரூ. 1—8—0.

N B:— நீடித்து விளம்பரஞ்செய்வோர் எமக்கெழுதித் தெரிந்துகொள்ளவும்.

விலாசம்:— மானேஜர்,
சித்தன்

"சித்தன்."

பழனி.

'எல்லாரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன் றறியேன்.'

மாதாந்தப் பத்திரிகை.

ஆசிரியர்:— C. P. சாமி.

மாலை 1.	ஜனவரி 1935.	மணி 1.

" அகர முதல வெழுத்தெல்லா மாதி
பகவன் முதற்றே யுலகு. " (குறள்.)

நித்தியமாய் நிர்மலமாய் நிஷ்களமாய் நிராமயமாய்
நிறைவாய் நீங்காச்
சுத்தமுமாய்த் தூரமுமாய்ச் சமீபமுமாய்த் துரிய நிறை
சுடரா யெல்லாம்
வைத்திருந்த தாரகமா யானந்த மயமாகி
மனவாக் கெட்டாச்
சித்துருவாய் நின்றவொன்றைச் சுகாரம்பப்
பெருவெளியைச்
சிந்தை செய்வாம்.

189916

நமது சித்தன்.

மாபெரும் புண்ணிய க்ஷேத்திரமெனத் திகழும் இப்பழனியம்பதியில் நாளது ஆங்கிலப் புதுவாண்டுத் துவக்கத்தில் நமது "சித்தன்" தோன்றியுள்ளான் என்ற நற்செய்தியை நம் சகோதர சகோதரிகளுக்குத் தெரிவிக்க விரும்புகிறோம். ஆயினும், குழவிப்பருவத்தினனான இவன் நம் நாட்டு மக்கள் கல்வி, கைத்தொழில், வியாபாரம், விவசாயம், வைத்தியம், சுகாதாரம் முதலிய துறைகளில் விருத்தியடையும் மார்க்கங்களை எளிதில் விளக்கிக்காட்டும் ஆற்றல் வாய்ந்தவனென்றும், ஜாதிக்கட்டுப்பாடு, மூடப்பழக்கவழக்கங்கள் முதலியவற்றை அறவே அகற்றி, நம் நாட்டினர் விடுதலை பெற்று க்ஷேமகரத்துடன் வாழப்பெரிதும் உழைப்பவன் என்றும் சொல்ல விரும்புகிறோம்.

நீர் நில குடிவளங்கள் மலிந்துள்ள நம் பரத கண்டமானது பல்லாண்டுகளாய் பொருளாதாரம், அறிவொழுக்கம், நாகரிகம், சாஸ்திர ஆராய்ச்சி, வைத்தியம் முதலிய துறைகளில் தலைசிறந்து விளங்கியதென்பது உலகப்பிரசித்தம். ஆனால் அந்தோ! தற்போது அத்தகைய நாடு மிகவும் பிற்போக்கானதும் பரிதாபகரமானதுமான நிலைக்கு வந்திருப்பது நமது துரதிர்ஷ்டமேயாகும். இதற்கு யாது காரணம்? நம்முன்னோர் திடகாத்திரமும், வீரிய விருத்தியும், ஆயுள் விருத்தியும் பெற்று சுக ஜீவிகளாய் வாழ்ந்திருக்க அவர்கள் சந்ததியாராகிய நாம் மட்டும் சரீர பலங் குன்றி, நடைப் பிணங்களாய் இருப்பதேன்? என்பவைகளை [illegible] இவ்வித துன்பங்களையும், பிணிகளையும்

189916

நம்மில் பெரும்பான்மையோர் சுக வாழ்வு என்பதையே நன்குணரார்; வழியுமறியார். என்னே அறியாமை! இப்பரந்த தேயத்தில் ஆண், பெண் ஒவ்வொருவரும் உடல் கூற்று வண்ணத்தைச் செவ்வனே உணர்ந்து ஆரோக்கிய வாழ்வெய்தற்பொருட்டும், நம் மாதரசிகளும், கர்ப்பிணிகளும் சிசு பரிபாலன சாதனங்களை எளிதில் கையாளுவதற்கும் இன்னும் இல்லற இன்பத்திற்கின்றியமையாத நானாவித முறைகளையும் கண்ணாடிபோல் காட்டும் காரணார்த்தமாகவுமே நமது "சித்தன்" அவதரித்துள்ளான் என்று கூறின் மிகையாகாது.

இவ்வித பரோபகாரியான ஓர் அன்பன் இனி அவ்வப்போது உங்கள் யாவரையும் ஆவலுடன் தேடி வந்து தன் மகத்துவத்தை விளக்கிக்காட்டிச் சித்து விளையாடப்போகின்றானாதலால் இம்மகாத்மாவின் நல் வரவை எதிர்பார்த்த வண்ணமாயிருக்கவேண்டியது உங்கள் ஒவ்வொருவருடைய கடமையன்றோ! சிறக்க நந்தமிழ் மண்டலத்தில் அவதரித்த மகான்களின் புண்ணிய சரிதைகளையும், சித்தர்கள் அருளிச் செய்த சித்தாந்தங்களையும், ஞானபோதங்களையும், ஔஷத முறைகளையும் ஏனைய வைத்திய நூல்களில் மறைந்து கிடக்கும் உண்மைகளையும் திங்கள் தோறும் நமது 'சித்தன்' வாயிலாகத் தமிழ் மரபினர்க்கு எடுத்துரைக்கவேண்டுமென்பதே நமது பேரவா.

இதர நாடுகள் போன்று நம் தமிழகத்திலும் சென்ற சிலவாண்டுகளுக்குள் எண்ணிறந்த பத்திரிகைகள் தோன்றி இருக்கின்றன. ஆனால் அவைகளில் சில சில மாதங்கள் வரையும் சில இரண்

மாகிவிட்டது. காரணமென்னவெனில் பத்திரிகை ஞான
மும், போதிய ஆதரவும் இல்லாமையேயாகும். மேனாடு
களில் ஏழையாயினுஞ்சரி, தினே தினே கூலி வேலை செய்
பவனாயினுஞ்சரி அவனவன் சக்திக்கேற்றவாறு பத்திரிகை
களை வாங்கி ஒய்ந்த நேரங்களில் வாசிப்பதென்பதைத் தன்
நித்திய கடமைகளில் ஒன்றெனக்கொண்டுளபடியால், ஆங்கு
அவைகள் நீடித்து நடைபெறுவதோடு அந்நாட்டினர் ஒவ்
வொரு துறையிலும் முன்னேற்றமுமடைந்துவருகின்றனர்.
அஃதேபோல் நாமும் கடைத்தேறவேண்டுமென்னும்
நன்னோக்கத்திற்கிணங்க மக்கள் நோயின்றி வாழவும், வைத்
திய நூலாராய்ச்சி விளக்கங்கொண்ட பத்திரிகைகள் மிக
மிகச் சொற்பமாதலால் அக்குறையைப்போக்கவும் எமது
அனுபவத்தை பரோபகாரார்த்தமாக வெளியிடக்கருதியும்
இச்சஞ்சிகையைத் துவக்குவது அத்யாவசியமாகிறது.

தமிழ் வைத்திய நூல்களில் பல சித்தர்களால் பரி
பாஷையாக கூறப்பட்டிருப்பதை சகோதர வைத்தியர்களில்
பலர் இலகுவில் அறியவியலாதிருப்பதால் அவற்றை நன்கு
விளக்குவான்வேண்டியும் ஓர் காலத்தில் உன்னத நிலையி
லிருந்த நம் அரும் பெரும் வைத்தியமானது நம் ஒற்றுமைக்
குறைவால் சீர் கேடடைந்திருப்பதை புதுப்பிக்க வேண்டி
யும் நமது "சித்தன்" தோன்றியிருப்பதால் இனி வைத்திய
உலகு களங்கமின்றி பிரகாசித்து நிற்கும் என்பது உறுதி.
ஆதலால் சேய்ப்பருவத்திலிருக்கும் நமது "சித்தனை"
பண்டிதசிரோன்மணிகளும், ஆசிரியர்களும், பெரியோர்
களும் ஆசீர்வதிக்கவும் ஏனைய அன்பர்கள் பெரிதும் ஆத
ரித்து நற்பயனெய்தவும் வேண்டுகிறோம்.

...கும் தங்குக.

"சித்தன்" வாழ்க.

(சீனி.)

"தோன்றிற் புகழொடு தோன்றுக; அஃதின்றேல்
தோன்றலிற் தோன்றாமை நன்று"

என்ற நாயனார் வாக்கிற்கிணங்க விளங்காநின்ற ஞான
பண்டிதனும், ஞானசிகாமணியும், ஜீவரக்ஷகனுமான உமது
வரவு நல்வரவாகுக.

அன்ப! தாம் பதினெண் சித்தாதிகளில் ஒருவரோ
அன்றி அவர்கள் எல்லோருமே திரண்டு ஒருங்கே எழுந்தரு
ளிய திருஅவதாரமோ யாமொன்றும் அறியோம். அது எவ்வா
றாயினும் ஆகுக. தங்கள் திருநாமம் புல்லறிவினராகிய
எங்கள் செவிகளில் நுழையும்போது ஆஹா! நாங்கள் கொள்
ளும் குதூகலந்தானென்னே கொண்டாட்டந்தானென்னே!
எங்கள் பாக்யமுந்தானென்னே! நிற்க:

பல்வேறு துன்பங்களுக்கிருப்பிடமாய இத்தரணியில்
வாழ்க்கை இன்பம் யாது? அது எவ்விதம்? என்பதை நாங்
கள் உணர்ந்தோமா? 'எல்லாப்படியாலும் எண்ணினால் இவ்
வுடம்பு பொல்லாப் புழுமலி நோய் புன் குரம்பை' என்ற
கிழவியின் வாக்கை நினைந்தோமா? 'நோயற்ற வாழ்வு நான்
வாழவேண்டும்' என்று மகான் இராமலிங்க சுவாமிகள் திரு
வாய்மலர்ந்தருளியதைச் சிந்தித்தோமா? அன்றி ஆரோக்
கியமே இன்பம்...

புறத்தியுள்ளதைக்கவனித்தோ மா?யாதொன்றுமில்லை. வதேச
"காய்ந்த மாடு கம்பினுள் பு குந்தாற்"போல நாடோறும்
இதையும் அதையும் கண்ட க ண்டபடி எங்கள் குப்பிகளில்
தள்ளுவதும் பின்பு பேசெ ாணுப்பல்வேறு பிணிகளின்
வாய்ப்பட்டுத் துன்புறுவதும ாய இவையே நாங்கள் கண்ட
பலனாகும். இம்மட்டோ! எ ந்த மகா யுத்தமும், எந்தப்
பஞ்சமும், எந்தப்பூகம்பமும் எங்கள் துயரத்தை ஒழிக்க
முடியாதென்பதும், மகாப்பிர ளயம் ஒன்றினாலேயே அது
சாத்தியமாகுமென்பதுமே எ ங்கள் முடிபு. உண்மையில்
எங்கள் இன்னல்கள் ஹிமா லயம் போன்றவை. எங்கள்
அறியாமையோ பசிபிக் மக ா சமுத்திரம் போன்றது.
அந்தோ! என் செய்வோம்? எ வ்வாறுய்வோம்? மேலும் அந்
நோய்கள் பல்லாண்டுகளாய் எ ங்களை அட்டைபோல்பற்றிக்
கொண்டு எங்கள் வாணாட்களை ப் புண்படுத்தி வருகின்றன.
இதன் பயனாய்நாங்கள் ஆரோக் கியமின்றி, ஆண்மை குன்றி,
விலங்குகளாய், கோழைகளாய் , நிரந்தர அடிமைகளாய்,
நெஞ்சிலுரமுமின்றி, நேர்மை த் திறனுமின்றி, சக்தி பெற
தெரியாது பாம்பின் வாய்த்தே ரைபோல ஊசலாடிக்கொண்
டிருக்கிறோம்.

இப்பரிதாபகரமான நிலை யில் தாங்கள் தமிழ் நாட்டுத்
திருப்பதிகளிலொன்றாய இ ந்தலத்தில் தோன்றிய நற்
செய்தி கேட்டுக் கண்ணிலான் அதைப் பெற்றுப் பெரு
மகிழ்வெய்துவது போல் எங் கள் துக்க சாகரமும் அதி
விரைவில் வற்றிவிடுமென்று உ றுதிகொண்டு உவகை எய்து
கிறோம்.

இனி அத்தகைய நோப்பி ணிகள் யாவையென்று குறி
ப்பிடல் மிகவும் பொருத்தமே யாகும். அவை யாதெனில்
கு ...ாயகாரங்கம். மதத்திமிர்

குத்து, அறியாமைப்பிணி, வேற்றுமைக்கடுப்பு, டாம்பீகப் பிளவை, நகைவலி, கக்ஷிக்கட்டி, அடிமைக்குஷ்டம், நிற மேகம், குல மேகம், யுத்த வாயு, ஆசைப்புண், சடங்கு ஜன்னி, நிதி மயக்கம், விபசார தோஷம், திருவிழாப் பாண்டு, சோம்பேறி நோய், குஸ்திப் போக்கு, பந்தய வெறி, நாற்காலி வேட்கை, வேலையில்லாப்படை முதலியனவாகும்.

ஆதலால் சுவாமி! இவ்வித நோய்களைப்போக்கும் தங்கள் அரிய ஔடதங்களை அனுபானத்துடன் விளக்கி ஈந்து, எங்களுக்குக் கிருபாகடாக்ஷம் பண்ணவேண்டுமாய் முக்காலுந் தெண்டனிட்டுப் பிரார்த்திக்கின்றோம். தாங்கள் பல்லாண்டு பல்லாயிரத்தாண்டாய் வாழவும் எல்லாம் வல்ல பிரானை இறைஞ்சுகிறோம்.

மேலும் தங்கள் அன்பனும், பக்தனும், பொதுஜன ஊழியனும், நல்லோரினத்தனும், இளஞ்சிங்கமுமான நமது டாக்டர் **C. P.** சாமிக்கும் உமது ஞானமந்திரத்தையும், திருவருட் பிரசாதத்தையும் இனிதூட்டுமாறு திரிகரண சுத்தியாய் வணங்குகிறோம். சுபம்.

ஆயுளை வளர்க்க முடியும்.

நோய்களை நீக்கி, ஆயுளை விர்த்திசெய்துகொள்ள தமிழ் வைத்திய நூல்களில் அருமையான மருந்துகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அதன்படி செய்முறை தவறாது தயாரித்து உட்கொண்டால் பிணியெனும்

உண்மை.

பண்டைக்காலத்தில் நம் நாடு சீரும் சிறப்பும் பெற்றிருந்ததற்கு அக்காலத்தவரின் வாழ்க்கையே காரணமாகும். அவர்கள் உண்மைக்கு மாறாக நடவாமல் சத்தியமே ஜயம் என்ற கொள்கையினராய் இருந்துவந்தமைபற்றி இனிது வாழ்ந்திருந்தனர். தற்போது உண்மை என்பது வார்த்தையளவிலிருக்கிறதேயன்றி பேச்சளவிலில்லை எனச் சொல்லலாம்.

உள்ளதை உள்ளபடி கூறுதல் உண்மை. அது இறந்தகாலம், நிகழ்காலம், எதிர்காலம் என்னும் முக்காலங்களிலும் தன்னுடைய நிலை திரியாமலுள்ளது. மனிதர் தம் வாழ்நாட்களில் நன்மையடைவதற்கு முக்கியமானது உண்மையுரைத்தலாம். உண்மையுரைப்போர் எப்போதும் இன்புற்றிருப்பர். உண்மை வாய்மை ஒரு பொருள் தரும் சொற்கள். வாய்மை என்பதற்குப் பொருள் வாக்கிற்குரிய குணமென்பதாம். ஆகையால் வாயிலிருந்து வெளிப்படும் சொற்களெல்லாம் உண்மையாகவே இருத்தல் வேண்டும் என விளங்குகிறது.

"புறந்தூய்மை நீரா னமையு மகந்தூய்மை
வாய்மையாற் காணப் படும்."

என்ற வள்ளுவர் வாக்கின்படி வாய்மை மனத்தைப் பரிசுத்தமாக்குகிறது. நாடோறும் உடம்பு குளித்தல் எவ்வாறு புறத்தூய்மைக்கு இன்றியமையாததோ அவ்வாறே உண்மை பேசுதல் அகத்தூய்மைக்கு இன்றியமையாதது. உண்மையன்றி ஒருவர்க்குறுதி பயக்குந்துணை வேறில்லை.

[illegible] உண்மை கூறுவார்

வைத்தியர்களிடத்திலும் உண்மை அவசியம் இருத்தல் வேண்டும். தங்களிடம் வரும் நோயாளிகளிடத்தில் உண்மை பேசினாலன்றி 'கெட்டிக்காரன் புளுகு எட்டு நாளில் தெரியும்' என்றபடி அவர்களின் பொய் வெளியாகிவிடும். பிணியாளர் வைத்தியர்பால் நம்பிக்கை இழக்க நேரிடும்.
பொய்யின் இழிவைப்பற்றி

'பொய்ம்மையே பிறவியெல்லாம் விளைதரும் பூமியாகும்
பொய்ம்மையே பிறவியெல்லாம் புகப்புரி வித்துமாகும்
பொய்ம்மையே வறுமை யெல்லாம் போதரப்புரிவதாகும்
பொய்ம்மையே நரகமெல்லாம் புகுதரப் புகுத்தாநிற்கும்'

எனப் பெரியோர் கூறியுள்ளார்.

பொய் சொல்லி வாழ்ந்தாரில்லை. ஆதலின் வயிற்றுப் பிழைப்புக்கேனும் இலாபத்திற்காசைப்பட்டேனும் பொய் சொல்வது இழிவான காரியம்.

"சத்தியமெக் காலும் சனவிருத்த மாகுமே
எத்தியபொய் யார்க்கும் இதமாகும்—நத்தியபால்
வீடுதோறுஞ் சென்று விலையாம் மதுவிருந்த
வீடுதனி லேவிலையா மே."

அதாவது பால் தானிருந்த இடத்திலேயேயிருந்து விலைபடவேண்டியதாயிருக்க, அது வீடுதோறும் சென்று விலைபடுதலும், கள் வீடுதோறும் சென்றாலும் விலைபடாதிருக்க வேண்டிய பொருளாயினும் அது வைக்கப்பட்டுள்ள இடத்திலேயே விலையாதலும் நோக்கின், பால் வேண்டப்படாத பொருள் போலவும் கள் வேண்டப்படும் பொருள் போலவும் காணப்படுகின்றன. அதனால் எல்லாராலும் விரும்பப்படவேண்டிய சத்தியமானது ஜன விருத்தமானதாகவும், எல்லாராலும் வெறுக்கப்படவேண்டிய அசத்தியமானது இதமானதாகவும் தோன்றுகிறது.

ஏமாற்றுகின்ற பொய்யானது ஆரம்பத்தில் யாவருக்[illegible]
[illegible]யிருப்பினும் வரவர நன்மை
[illegible]ம். ஆதலால் "இறந்தாலும்

பொய்தன்னைச் சொல்லவேண்டாம்." உண்மை பேசுவதால் உயிருக்கே தீமை வருவதாயிருப்பினும் பொய் சொல்லாதே என்பதாம்.

அரிச்சந்திரன் தன் பிள்ளையை இழந்து, தன் மனைவியை வெட்டப்போகும் சமயத்தில் விசுவாமித்திர முனிவர் வந்து ஒரு பொய் சொன்னால் இந்தத்தீங்குகளை இப்போதே நீக்குவேன் என்று சொல்லியபோதும் அரிச்சந்திரன் பொய் சொல்ல உடன்படாமலிருந்தானன்றோ. கடைசியாக அவன் யாவற்றையும் பெற்று மகிழ்ந்திருந்தானென புராணம் கூறுகிறது. அவனின் புகழ் இவ்வுலகில் இன்னும் உலவிவருதல் காண்க.

"சத்தியந் தவறா திருப்பவ ரிடத்தினிற்
சார்ந்து திருமா திருக்கும்
சந்ததந் திருமா திருக்குமவ் விடந்தனில்
தனபாக்கிய மிருக்கும்
மெய்த்துவரு பாக்கியம் இருக்குமவ் விடந்தனில்
விண்டுவின் கலையிருக்கும்
விண்டுவின் கலையுண் டிருக்குமவ் விடந்தனில்
மிக்கான தயையிருக்கும்
பத்தியுடன் இனியதன்மை யுள்ளவ ரிடந்தனில்
பகர் தருமம் மிகவிருக்கும்
பகர்தருமம் உள்ளவ ரிடந்தனிற் சத்துரு
பலாயனத் திறலிருக்கும்
வைத்திசை மிகுந்த திறல் உள்ளவ ரிடத்தில்வெகு
மன்னுயிர் சிறக்குமன்றோ"

என்று குமரேச சதகத்தில் கூறியபடி உண்மையுள்ளவர்களிடத்தில் எல்லாம் சிறந்து விளங்கும்.

ஆதலால் தீமையின் வித்தாம் பொய்யினை யொழித்து உரைப்பருந் தகைத்தாம் [illegible] வாழ்வோமாக.

சுகாதார விதிகள்.

'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்.'

தற்காலம் நமது நாட்டிலுள்ள மக்களின் ஆரோக்கிய நிலைமை வெகுவாய் சிலாகிக்கக்கூடியதாயில்லை. அவர்கள் அதைப்பற்றிக் கவனம் செலுத்துவதுகிடையாது. நமது சரீரத்தைப் பாதுகாக்கவேண்டியது மிகவும் முக்கியமானதென்றும் அது நம்மவர் ஒவ்வொருவருடைய கடமையென்பதும் யாவரும் அறிந்த விஷயம். ஆனால் உடலை எவ்வாறு பாதுகாக்கவேண்டுமென்பதைச் சரிவர அறியாததினால்தான் நோய்க்கிடங்கொடுத்து அவதிப்படுகின்றனர். உடம்பு சுகமின்றி இருப்பின் அதனால் பெருந்துன்பம் உண்டாவது மாத்திரமன்றி எவ்வித காரியமும் செய்ய இயலாமலும், ஒருவருக்கும் உதவியில்லாமலும் நோயும் பாயுமாக வீழ்ந்து கிடக்கவேண்டிவருகிறது. நோயாளி வருந்துவது ஒருபுறமிருக்க அவன் வருந்துவதைப் பார்க்கும் பெற்றோரும் உற்றாரும் மற்றுமுள்ளவர்களும் துயரமுறுகின்றனர். என்னே பரிதாபம்! ஆரம்பத்தில் சுகாதார விதிகளை அனுசரித்து நடந்திருந்தால் இக்கேடடையக் காரணமில்லையே. சிங்கார மாளிகையில் வாழும் சீமானாயினும் சரீரசௌக்கியமில்லாதவனாயின் அவன் சோகமுறுகின்றவனேயாம். சிறு குடிசையில் வசிக்கும் கூலிக்காரனாயினும் அரோக திடகாத்திரமுள்ளவனாயின் அவன் இன்புற்று வாழ்பவனாம். ஆதலின் நாம் அனைவரும் உடல் நலத்தைக் கவனித்தல் அவசியத்திலும் அவசியம்.

நாம் அனுசரித்துவரும் அப்பியாசங்களுக்கும் ஆகார
...ான் தேக கருவிகள் இயங்கிக்
...கவே எந்தெந்த காலங்களில்

நம்முடைய அப்பியாசங்களிலும் ஒழுக்கங்களிலும் ஆகாரங்களிலும் மாறுதல் நேரிடுகிறதோ, அந்தக்காலங்களில் எல்லாம் நம்முடைய தேக கருவிகளின் இயக்கத்திற்கு ஏதாவது இடையூறு நேரிடக்கூடும். இவ்வித இடையூற்றைத்தான் வியாதியென்று சொல்லுகிறோம். இவ்வியாதியைப் போக்கிக்கொள்ளத் தக்க மருந்தை உட்கொள்ளவேண்டியது அவசியமாயிருந்தாலும் மருந்து உட்கொள்ளாமல் நல்ல அப்பியாசங்களின் மூலமாகவும் நம்முடைய உணவு, பானம், நடை, இச்சை முதலியவற்றில் பத்தியமாயிருப்பது மூலமாகவும் போக்கிக் கொள்ளுதலும் கூடும்.

"மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக் கருந்திய
தற்றது போற்றி யுணின்"

என்று திருவள்ளுவர் கூறியிருக்கின்றார்.

மேலும் நமக்கு வரக்கூடிய வியாதிகளில் பலவற்றை வராமல் தடுப்பதற்கு அளவறிந்து உண்ணல் வேண்டும் என்பதே. முன் உண்ட உணவு முற்றிலும் ஜீரணமாகு முன் மறுபடியும் உண்பதுதான் அநேக பிணிகளுக்குக் காரணம். பசித்தபோதுங்கூட அளவுக்கு மிஞ்சிச் சாப்பிடக் கூடாது என்பதற்கு

" தீயள வன்றித் தெரியான் பெரிதுண்ணின்
நோயள வன்றிப் படும்,"

என்பதாலறியலாம்.

தனக்கு மிகவும் பிரியமுள்ள பதார்த்தங்கள் என்றால் வேண்டாமென்று சொல்லாமலே சாப்பிட ஆரம்பித்து விடுபவர்களுமுண்டு. குறைவாக உண்பவனிடம் இன்பமும் நிறைவாக உண்பவனிடம் துன்பமிருக்கும். ஆதலால் அள

நாடகப் பகுதி.

நாகானந்தன்.

(லேட் H. ராமசாமி அய்யர் அவர்களால் எழுதப்பட்டது.)

அங்கம் 1.] [களம் 1.

சுகுணன்:— பாண்டிய நாட்டரசன்.

நாகானந்தன்:— அழகர்மலை வனபரிபாலகர் தலைவன்.

இடம்:- அழகர்மலை.

காலம்:- இரவு.

சுகுணன்:— ஈசா! இஃதன்று யான் நாடிய பாதை. யான் முற்றிலும் வழியை இழந்தேன். இவ்வனமோ ஆகாயமளாவிய மரங்கள் அடர்ந்து, கொடிகள் படர்ந்து காலடிகளை வைக்கவும் பயமளிப்பதாயிருக்கின்றது. காரிருள் சூழ்ந்த கானகம்பற்றி இது மேடு இது பள்ளம் என அறியும் வல்லமையற்றுள்ளேன். யான் நாடிவந்த வராகமும் பல அம்புகள் தைத்த காயத்துடன் ஆறென இரத்தம் பெருக எங்கோ ஓடி மறைந்து விட்டது. சூரியாஸ்தமனம் வரை அதன் தேகத்தினின்றும் பாய்ந்து வீழ்ந்து தாரையாய்ப் படிந்திருந்த இரத்தக்குறி கண்டே இவ்வழி நாடிவந்தேன். இரவாதலின் அதன் வழிதொடர வேறு அடையாளமில்லாது போயினேன். அதன் உறுமுதலும் காதினில் வீழ்ந்த பாடில்லை. எங்கு அது தப்பி ஓடியதோ அறியேன். நான்
திரும்பிச்செல்லவும் மார்க்
சென்றாலோ புதர்களிலுள்ள

முட்கொடிகள் மேலாடையைப்பற்றி இழுக்கின்றன. அங்கமெங்கும் முட்கள் பாய்ந்து குருதி சொரிகின்றது. அக்காயங்களின் எரிச்சலோ என்றால் சகிக்கமுடியாது வருத்துகின்றது. கால்கள் தடுமாறுகின்றன. நெடுந்தூரம் பாதசாரியாய் நடந்ததால் அவை அடியெடோம் எனக் கெஞ்சுகின்றன. இவ்வரண்யத்தில் இன்னவிடத்தில் இருக்கின்றேனென்பதும் உணர்ந்தேனில்லை. என்னைப் புடைசூழ்ந்து வந்த பரிவாரங்களும் என் அஸ்வத்தின் வேகத்திற்குப் பின்வாங்கி நெடுந்தூரத்திலேயே தங்கிவிட்டனர். அவர்கள் என்னை நாடி எங்கு தவித்து அலைகின்றனரோ அறியேன்.

'அம்ம'! தனிவழி நடந்தறியா என் போன்ற உயர்குல மக்கள் படும்பாடு இது தான் போலும். எங்கு இவ்வனத்திலுள்ள துஷ்ட மிருகங்கள் என் மீது பாய்ந்து என்னுயிர் கொள்ளுமோவென ஏங்குதே என் நெஞ்சம். ஏ மனமே! அதி வீரனும் கத்தி, கேடயம், வில், அம்பு முதலிய ஆயுதங்கள் தாங்கியுள்ள நானே விலங்குகளின் துன்புறுத்தலுக்கு அஞ்சுவேனேயானால் பின்னர் யார்தான் துணிகரமாயிருப்பார்கள். ஆதலின் பிராணிகளால் துன்பம் நேரிடுமோவென அஞ்சாமல் என் கை ஆயுதங்களைக்கொண்டு அவைகளைக் கொன்று தப்புவேன்.

அந்தோ! இரவெல்லாம் தன்னந்தனியனாய் இக்காரிருளில் கானகத்தே கைகொடுப்பார் யாருமின்றி தவிக்கவோ? இதனை என்னுனைகையிலேயே என் மனம் பதருதே. எல்லாம் வல்ல ஒரு சித்தான என் அப்பன் தான் எனக்குத் துணை புரிந்து இவ்வடவியினின்றும் என்னை மீட்பித்தல் வேண்டும்.

ஈசா! ஏது பல்வரி வேங்
வருகின்றது! இதோ என் வ

துக் கொல்வேன். (குணத்தொனி செய்து அம்பெய்தல்.) ஜகதீசா! உன் கருணை போற்றற்குரித்தது. உன்னருளால் வேங்கைவரிப்புலியினின்றும் உயிர் மீண்டேன். அம்ம! அம்பு தைக்கவும் அவ்வேங்கை என்ன பாடு பட்டது? ஆம் அது உயிர் விட்டது. இன்னும் இவ்வித துஷ்ட மிருகங்களுக்கு இரையாகாது அதிஜாக்கிரதையே இருத்தல் நலம்.

நாகானந்தன்:– (போந்து) அட இதுவென்ன விந்தை! தபோதனர் சுந்திரானந்தர் சோலையிலுமா குண தொனி? யாவனோ ஒருவன் புன்புலால் மீதுள்ள அவாவால் இவ்வனம் இரவிற் கரந்துவந்து துன்புறுத்தல் சற்றுமில்லாது தனியே வாழும் மரைகளைக்கொன்று எடுத்துச்செல்லுவான் உன்னி குணத்தொனி செய்திருத்தல் வேண்டும். எங்கு அவன் அம்பு பட்டு சாந்தமே உருவான மான்களில் யாதேனும் ஒன்று மாய்ந்து வீழ்ந்ததோ? அறியேன். என் தொழிலென்ன? இம்மான்களுக்குத் தீங்கினை விளைவிக்கும் அறிவிலிகளைப்பற்றிக் கைதிசெய்து மன்னர்மன்னன் சுகுண பாண்டியர் பாலனுப்புவதன்றோ? என் குருவின் ஆக்ஞைக்கு எதிர் மாற்றமுண்டோ? ஆதலின் இதோ செல்கின்றேன் குணத்தொனி வந்த திக்கு நோக்கி யான் கள்வனைக் கைப்பிடியாய்ப் பிடித்து வருகின்றேன். (சுகுணன் முன் வந்து) ஐய! தாங்கள் யாவர்? எங்கு பெயர்பவர்?

சுகுணன்:– அப்ப! யான் கானகத்தே வழி இழந்து தடுமாற்றமுறும் ஒருவன். உன் வரவு நல்வரவாகுக. எந்தனை அடுத்துள்ள மதுரையப்பதி செல்ல இவ்வனத்தினின்றும் மீட்பையேல் உனக்கு மிக்க நலமுண்டு.

நாகானந்தன்:– ஐய! முன்னர் தம்மை வினவ விருப்புவதொன்றுளது. நீவிரதற்கு உண்மைவிடை பகருவீரோ?

சுகுணன்:– குழந்தாய்! பொய்புரையாடி யறியேன்; ஆதலின் உண்மையே யுரைப்பேன்.

நாகானந்தன்:– ஐய! சற்று முன்பு இங்கு நாணொலி எழுப்பியவர் நீவிர் தானோ?

சுகுணன்:– குழந்தாய்! குணத்தொனி செய்தவன் யானேயாம்.

நாகானந்தன்:– நாணொலி எழுப்பக் காரணம் யாது?

சுகுணன்:– என் மீது பாய்ந்து என்னைக்கொல்வான் முயன்ற வேங்கையைக் கொல்லவே குணத்தொனி செய்தது.

நாகானந்தன்:– ஐய! தாம் தொடுத்த அம்பு புலிதனைக் கொன்றதோ?

சுகுணன்:– குழந்தாய்! யாவர் குறி தவறினும் தவறும் என் குறி தவறுதல் இலது. ஆதலின் வேங்கை மாண்டே இருக்கும்.

நாகானந்தன்:– ஐய! தபோதனர் சுந்திரானந்தர் வனந்தனில் வேங்கை யென்பதேயில்லை. அதுபற்றித் தாம் கொன்றது பல் புள்ளிகளையுடைய மானேயாகும்.

சுகுணன்:– குழந்தாய்! யான் என்ன மானுக்கும் வேங்கைக்கும் பேதமறியாதவனோ? என் மீது பாய்ந்து வந்ததும் வேங்கையே. யான் அம்புந்திக் கொன்றதும் அதுவேயாகும். இதோ சமீபத்திற்றான் வேங்கையுளது. என்னுடன் பெயரின் காண்பிக்கின்றேன்.

நாகானந்தன்:– ஐய! தங்களுடன் செல்ல யான் சித்தமாயிருக்கின்றேன். செல்வோம் வாரும்.

(இருவரும் மறைதல்.)

(தொடரும்.)

பழநிஸ்தல வழிகாட்டி.

(கோவை, சி. கு. நாராயணசாமி முதலியார்.)

"வேறு பழம் விரும்பியது வியப்பேயா மென்றுமையாள்
கூறு மதனாலந்தக் குமரனமர்ந் தருளியவிப்
பேறுதரு திருத்தலமும் பழநியெனும் பெருநாமம்
தேறுலகெ லாமுய்யுந் திறத்தோதப் பெற்றதுவே."

கொங்கு நாட்டுக் குமரஸ்தலங்களில் முதன்மை வாய்ந்ததும், குன்றின் மேற்றீபமென்னத் துலங்குவதும், உலகு எங்கணும் ஓங்குபுகழ்பெற்றதும், குன்றுதோறும் ஆடல் புரி குமரவேளுக்கு உகந்ததுமானது 'பழநிமாமலை.' இம்மலை ஆறுமுகனுக்குரிய ஆறு படைவீடுகளுள் மூன்றாம் படை வீடாகிய 'திருவாவினன்குடி' என்னும் திருத்தலத்தின் தென்கோடியில் அழகுபெற விளங்குகின்றது. மேலும் இது ஒப்புயர்விகந்த அற்புத மகிமைகள் பற்பல வாய்ந்த பொற்பதி. பிரமன், விஷ்ணுவாதி தேவ கந்தர்வ முனிவர் குழாங்கூடி வந்திக்கும் மாண்புடையது. இத் திருப்பதியையும், குன்றினது சிறந்த அமைப்பையும், கம்பீர வனப்பையும், மகோன்னத மகா வைபவ அதி மகா மகத்துவ தெய்வீக சக்தியுடன் ஆன்மகோடிகள் அனைத்திற்கும் திருவருள்பாலித்துக் கொண்டு, கலியுகப் பிரத்தியக்ஷ தெய்வமாய் விளங்கும் தண்டபாணியின் திருமுக விலாசத்தையும், திருப்பொலியும் திவ்விய மங்கள வடிவையும் கண்டு களிப்பதன்பொருட்டு இமய முதல் கன்னியா குமரி வரையுள்ள இந்திய மக்கள் நெடும் பிரயாணம், தேக சிரமம், பொருட்செலவு முதலியவற்றை ஒரு பொருட்படுத்தாமலே நாடோறும் நூற்றுக்கணக்கில் வந்தவண்ணமாகவே இருக்கின்றனர்.

சிற்ப நுட்பங்களும் பாராட்டும்.

பழநி மலையும், மலையின் கோயிலும், அதன் நான்கு பிராகாரங்களிலும் உள்ள மண்டபங்கள், மயில்வாகனக்

குறடுகள், சிற்றாலயங்கள், சிற்பத்தூண்கள் முதலியவைகளும், அடிவாரத்தில் கிரி வீதிகளும், திருவாவினன்குடித் திருவாலயமும், பழநிப்பட்டினத்தின் பெரிய நாயகியார் பேரம்பலமும், நடராஜர் சந்நிதியும், முத்துக்குமாரர் திருக்கோயிலும், கோயிலிக்கு முன்னணியாக விளங்கும் நவரங்க மண்டபமும், பட்டினத்தின் பல பாகங்களிலுமுள்ள பட்டத்து விநாயகர், பாதிரி விநாயகர், கோசல விநாயகர், அபரஞ்சி விநாயகர் கோவில்களும், லட்சுமீ நாராயணப் பெருமாள், வைரவர் ஆலயங்களும், இவற்றின் இடையில் இலங்குகின்ற சத்திரம், சாவடி, திருமடம், தண்ணீர்ப்பந்தல், திருக்குளம், தேர் நிலைகளும் இவைகளில் அமைந்து விளங்கும் அற்புத சித்திரங்களும், ஓவியங்களின் அழகும் சிற்ப வல்லாரின் சிற்றுளித் திறமையை சீர்பெறத் தெரிவிக்கும் மகத்தான பெருமையுடையனவாம்.

மேனாட்டு ஆங்கிலப் புலவரும் சிற்ப நிபுணருமான பர்கூசனும், மிஸ்டர் ஹெவலும் இந்தியர்களின் சிற்பத் திறமை தெய்வீக சக்திபொருந்தியதென்றும், பிறநாடுகளில் இத்தகைய சிற்பவன்மை எக்காலத்திலும் இருந்ததில்லை என்றும் கூறுவது நமது தமிழகத்தின் சிற்பமேன்மைகளுக்குச்சிறந்த சான்றாகக்கொள்ளலாம். அம்மட்டோ! இந்திய சிற்பம் கற்பிதமானது ஆச்சரியகரமானது, சிரேஷ்டமானது இயற்கையை அனுசரிக்கும் மேல் நாட்டு சிற்பிகளால் இந்தியர்களின் சிற்பமகிமையை அளவிடமுடியாது என்று புரபொஸர் டெயிண்டு (Professor Taint) என்னும்பிரஞ்சு சிற்ப நிபுணரும் கூறியிருக்கின்றார். இவற்றால் இந்து தேசத்தின் புராதன நாகரிகமும், கலாஞானமும் அத்தேசத்திலுள்ள பழைய சிற்ப வேலைப்பாடுகளிலிருந்தும் ஒருவாறு அறியலாவதுடன், பழனிபோன்ற புண்ணியப் பதிகளின் பழமையான ஆலயங்களின் அற்புதமாய்ப் பொருந்தியுள்ள சிற்ப வலிமைகளும் பிறர் கண்டு களிக்கவல்ல பேராற்றல் வாய்ந்தன எனக்கூறுவதும் மிகையாகா.

(தொடரும்.)

வைத்தியப் பகுதி.

பாண்டு வியாதி.

சரீரத்திலுள்ள இரத்தம் கெட்டுப்போன காரணத்தால் இரத்தத்திலுள்ள சிவந்த அணுக்கள் குறைந்து வெளுத்துவிடுகிறது. இதைத்தான் பாண்டு வியாதி எனச் சொல்லுகிறோம். பாண்டு என்பது வெண்மைஎனப்பொருள்படும்.

பாண்டு வியாதியின் குணம்.

தேகத்தில் பாரம் அதிகரித்தல், இரத்தம் குறைதல், இந்திரியங்கள் உணர்ச்சி இழந்துவிடுதல், கண்கள் நீலநிறமாயிருத்தல், கண்களின் சுற்றுப்புறங்கள் வீக்கங்கொள்ளுதல், நாசியிலிருந்து அடிக்கடி சளி ஒழுகிக்கொண்டிருத்தல், உடல் வீங்கியிருத்தல், ஆகாரத்தில் வெறுப்புண்டாகுதல், தலை சுற்றல், சோர்வு உண்டாகுதல், நீர் பொன்னிறமாய் இறங்குதல் முதலியன.

பாண்டு வியாதியின் காரணம்.

உடலில் அளவுக்குமீறிய உஷ்ணமுண்டாவதாலும், புளிப்பு உப்பு சத்துக்கள் மிகுவதாலும், மிகு மதுபானத்தினாலும் இரத்தத்திலிருக்கிற சிவந்த அணுக்கள் குறைந்து வெளுத்து விடுவதாலும் இவ்வியாதி உண்டாகிறது.

பாண்டு வியாதியின் வகை.

பாண்டு வியாதியானது வாதபாண்டு, பித்தபாண்டு, கபபாண்டு, திரிதோஷபாண்டு, விஷபாண்டு என ஐந்து வகைப்படும்.

வாதபாண்டு:— தேகமெங்கும்வலி, குத்தல், நடுக்கம், வீக்கம், வயிறுப்பல், தலைவலி, கைகால் ஓய்ச்சல், தாகம், செரியாமை, சரீரம், கண், உதடு, நாவு, நீர், மலம் தன்னிறங்கெட்டுக் கறுகியும், சிலந்தும் காணப்படுதல், புறங்கால், புறங்கை வீங்குதல் முதலியன.

பித்தபாண்டு:— உடல் வெளுத்து வீக்கங்கொள்ளுதல், நெஞ்சில் குத்தல், இருமல், இளைப்பு, நடக்கிற் திகைப்பு, நரம்பு, மலம், மூத்திரம் மஞ்சள் நிறமாயும் பசுமை நிறமாயுமிருத்தல், கண்கள் இருளடைதல், தாகம், வியர்வை, மூர்ச்சை, குளிர்ச்சியில் விருப்பம், துர்க்கந்தத்துடன் வாயில் காரமாயிருத்தல், புளித் தேப்பம், மலபந்தம், கிறுகிறுப்பு முதலியன.

கபபாண்டு:— சரீரத்திலுள்ள நரம்பு முதலியவைகள் வெளுத்தல், சோம்பல், வாயில் உப்புறைத்தல், மயிர் சிலிர்த்தல், தொண்டைக்கம்மல், இருமல், வாந்தி, கோழை, தும்மல், மயக்கம், இடுப்பு அசதி, இந்திரிய நஷ்டம் முதலியன.

சந்நிபாதபாண்டு:- மேற்சொன்ன வாத பித்த கப பாண்டு மூன்றிலும் உண்டாகிற துர்க்குணங்கள் கலந்து காணுதல், இரைப்பு, மார்பு நோவு, தேகம் ஊதல், அசதி முதலியன.

விஷபாண்டு:- உடல் வெளுத்து வீங்கி துவர் மண், சவுட்டு மண், தித்திப்பு மண் ஆகிய இம்மூவகை மண்களை நாள்தோறும் வழக்கமாக மிகவும் தின்னுவதால் முறையே வாதபித்த கபங்கள் அதிகரித்து இவ்வியாதியை உண்டாக்கும். புசிக்கும் உணவு செரியாதிருத்தல், காங்கை, தாகம், விக்கல், நரம்புகளின் வலி, நாபி, பாதம், முகம், குறி வீக்கங்கொள்ளுதல், கிருமிகளோடு கூடியதும் இரத்தங்கலந்ததுமான மலம் வெளியாகுதல், அதிசார தோஷம், கண்களில் இரத்தம் வற்றி வெளுப்பேறுதல், அசதி, தாகம், அன்னத்துவேஷம் முதலியன.

சிகிச்சைக் கிரமம்.

வெளுத்திருக்கும் இரத்த அணுக்களைச் சிவப்பித்து அதிகப்படுத்துகிற பதார்த்தங்களைக் கொடுக்கவேண்டியது. நல்ல ஆகார ஊட்டங்கொடுத்து சுத்த ஆகாயம் வரக்கூடிய இடத்தில் பிணியாளியை இருக்கும்படி செய்யவேண்டியது.

மருந்து.

அயச்செந்தூரம், அன்னபேதிச் செந்தூரம், காந்த செந்தூரம், மண்டூர செந்தூரம், கரிசலைலேகியம் முதலியன.

(தொடரும்.)

மருந்து செய்பகுதி.

அயச்செந்தூரம்.

அயப்பொடி பலம் ஒன்று எடுத்து எலுமிச்சம்பழச் சாறு, மோர், நாவல் பட்டைச்சாறு ஒவ்வொன்றிலும் தனித்தனியே மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்து எடுத்து உலர்த்தி கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சம்பழச் சாறுவிட்டு நான்கு சாமம் அரைத்து, சிறு வில்லைகளாகச்செய்து உலரவைத்து, அகலில்வைத்து மேல் அகல்மூடி 5-சீலைமண்செய்து உலர்த்தி 25-எருவில் புடமிடவும். ஆறினபின் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு, பொற்றலைக்கரிப்பான் பொடுதலை, நாவல்பட்டைச் சாறு, மாதுளம்பழச்சாறு, புளியாரைச்சாறு ஒவ்வொன்றிலும் தனித்தனியே அரைத்து முன்போல் சீலைமண்செய்து புடமிட்டு எடுத்து (ஒவ்வொருவகைச்சாற்றிலும் அரைத்து ஒருதரம் புடமிட்டு) மறுபடி கல்வத்திலிட்டு, ஒன்றுக்கு கால் பங்கு நவச்சாரம் சேர்த்து மருதாணி இலைச்சாற்றில் அரைத்து வில்லைகளாகச்செய்து உலரவைத்து அகலில் வைத்து மேலுமோர் அகல்மூடி 5-சீலைமண்செய்து உலர்த்தி 100-எருவில் புடமிட்டு எடுக்கவும்.

அளவு:— $\frac{1}{2}$-குண்டுமணி முதல் 2-குண்டுமணி எடை வரை காலைமாலையாக நாளொன்றுக்கிருமுறை தேகபலம், வியாதி நிலைமை முதலியவைகளுக் கேற்றவிதமாக அதிகப்படுத்தியோ அல்லது குறைத்தோ சமயம்போல்கொடுக்கவும்.

அனுபானம்:— நெய் அல்லது தேன். (பசும் நெய் மிக சிலாக்கியம்.)

உபயோகம்:— பித்தநோய், தலை மயக்கம், வயிற்றுப் போக்கு, தேகம் வெளுத்திருத்தல், இருமல், குன்மம், பாண்டு, வீக்கம், முதலியவைகள் குணமாகும். தேகபுஷ்டி இரத்த சுத்தி உண்டாகும்.

பத்தியம்:— புளி நீக்குதல் நலம்.

சங்கு பற்பம்.

சங்கைச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி அவரைக்கொழுந்துகளை அரைத்து, சங்குத்துண்டுகளை மத்தியில் வைத்து, சீலைமண்செய்து 100-எருவில் புடமிட்டு எடுத்து, ஆறினபின் சங்கைச் சுற்றியுள்ள பாகத்தை நீக்கிவிட்டு சங்கை மட்டும் கல்வத்திலிட்டு பொடிசெய்து புட்டிகளில் அடைத்துவைத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

அளவு:- பெரியவர்களுக்கு 4-குண்டுமணி எடை வரையில் கொடுக்கவும்.

அனுபானம்:- வெண்ணெய்.

உபயோகம்:- மாரடைப்பு, வெள்ளை, நீர்க்கடுப்பு, நீர் மஞ்சள் நிறமாயிருத்தல், அதிக உஷ்ணம் முதலியன நீங்கும்.

பத்தியம்:- அதிக காரம், புளி நீக்கவும். பால் சாதம் சாப்பிடுவது மிகவும் ஏற்றது.

அக்கினிமாந்த சூரணம்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், இந்துப்பு, சீரகம், கருஞ்சீரகம், காயம், வால்மிளகு இவைகளை சமனெடை எடுத்து, இளவறுப்புச் செய்து, நன்றாய் இடித்து தூளாக்கி, வஸ்திரகாயம் செய்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

அளவு:- $\frac{1}{4}$-ரூபாயெடை முதல் $\frac{1}{2}$-ரூபாயெடை வரை.

அனுபானம்:- தேன், மோர், வெந்நீர்.

உபயோகம்:- வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல், அக்கினிமந்தம், அரோசிகம் முதலியவை குணமாகும்.

வல்லாரை லேகியம்.

வல்லாரைச் சூரணம் பலம் 5, ஆவரம்பூ பலம் 3, ஏலம், கிராம்பு, ஜாதிக்காய், ஜாதிப்பத்திரி, சீரகம், தாளிசப்பத்திரி, திரிபலாதி, மாசக்காய், வாய்விளங்கம், ரோஜாமொக்கு, நன்னாரி, சீந்திச் சர்க்கரை, கூகைவேர், அருகம்வேர், முந்திரிப்பழம், கோரைக்கிழங்கு வகைக்கு $1\frac{1}{2}$ ரூபாயெடை. இவைகளை இடித்து, வஸ்திரகாயம் செய்த சூரணத்தையும் 5-பலம் வல்லாரைச் சூரணத்தையும் ஒன்றாய்க் கலந்து, 10-பலம் சீனாக்கற்கண்டைத் தண்ணீரில் கரைத்து பாகு செய்து அதில் மேற்சொன்ன சூரணங்களைத் தூவி அரைக்கால்படி நெய் விட்டுக்கிண்டி, வீசம்படி தேன் சேர்த்துப்பிசைந்து ஜாடிகளில் அடைத்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

குறிப்பு: வல்லாரைச் சூரணமென்பது வல்லாரை சமூலம் பசும்பாலில் வேகவைத்து நிழலில் உலர்த்தி சூரணம் செய்துகொள்ளல்.

அளவு:- வேளைக்கு கொட்டைப்பாக்கு அளவு காலைமாலையாக நாள் ஒன்றுக்கு 2-வேளை வீதம் உட்கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- தாகம், நாவரட்சி, கண்ணெரிச்சல், உடலெரிச்சல், மூலச்சூடு குணமாகும். பத்தியமில்லை.

சுகபேதிக்கு கஷாயம்.

நிலையாவரை, கடுகுரோகணி, கடுக்காய்த் தோல், சிவதை, கருவேப்பிலை, இவைகள் வகைக்கு ஒரு ரூபாய் எடை, நாட்டுச் சீரகம் ஒன்றரை ரூபாயெடை, விளக்கெண்ணெய் 2-அவுன்ஸ் சட்டியில் விட்டு அடுப்பிலேற்றி காயவைத்து சீரகத்தை முதலில் போட்டு பொரியும்போது மற்ற சரக்குகளை அதில் போட்டு வதக்கி கால் படி தண்ணீர் விட்டு வீசம்படியாக வற்றவைத்து காலையில் சாப்பிடவும்.

சுக்கு கஷாயம்.

ஒரு பலம் சுக்கு, கால் பலம் சீரகம் இவைகளை சட்டியிலிட்டு இள வறுப்புச் செய்து, அரைப்படி தண்ணீர்விட்டு அரைக்கால் படியாக வற்றவைத்து வடிகட்டி, ஷை கஷாயத்தோடு ஒரு ஸ்பூன் சோடா உப்பைச் சேர்த்து இளஞ்சூடாக உட்கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல், வாந்தி, குடல் பிரட்டல் முதலிய வியாதிகள் குணமாகும்.

குறிப்பு:- குழந்தைகளுக்கு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு கொடுக்கவும்.

மருந்துகளின் வயது.

"தீட்டியஅஞ் சனங்களிடு மைகள்தா னும்
திரிமாத மிருக்குமதன் பின்னே யாகா
காட்டுமருந் தரைத்ததுவும் அனலில் வைத்த
கியாழமறு பதுகடிகை கழிந்தா லாகா
கூட்டியதோர் லேகியஞ்சூ ரணங்கள் சீனிக்
குழம்பாறு மாதமன்றிக் கொள்ளொண் ணாது
ஆட்டியதோர் நெய்யெண்ணெய்க் காண்டொன் றாகும்
அவ்வளவே குளிகைக்கும் அறையலாமே
பேர்பெருகும் பஸ்பங்கள் இருநூ றாண்டு
பேசிடுமே செந்தூரம் முன்னூ றாண்டு
சீர்பெருகும் சுன்னமது ஐந்நூ றாண்டு
சிரசில் நோய் தைலங்கள் திங்கள் பத்து
தாருவும் மெழுகதுவும் நான்மூன் றாண்டு
தரமிதனைத் தானறிந்து செய்வோ மானால்
சேருபிணி நில்லாது க்ஷணத்தில் ஓடும்
செய்பாகம் கைபாகம் தெரிந்து கொள்ளே."

மூலிகைப் பகுதி.

பொடுதலை.

இது ஒரு சர்வசாதாரணமான மூலிகை. நமது நாட்டில் எல்லாப் பாகங்களிலும் கிடைக்கும். ஈரமான இடங்களில் முளைக்கும். இதைப்பற்றி நம்மவர் ஆண் பெண் அனைவரும் எளிதில் அறிவர். ஆனால் இதன் எல்லாக்குணங்களையும் அதிகமாக அறிந்திருக்கமாட்டார்கள். இம்மூலிகை தமிழ் வைத்தியர்களுக்கு மிகவும் பயன்படுகிறது. அநேக வியாதிகளுக்கு இதை உபயோகிக்கலாம். இது லோகச் சத்து கலந்திருக்கிறதாக வைத்திய நிபுணர்கள் தெரிவிக்கின்றனர். குழந்தைகளுக்கு அஜீரணத்தாலாவது அல்லது எக்காரணத்தாலாவது உண்டாகும் வயிற்றுப் போக்குக்கு ஓமத்தை அரைத்து அதில் பொடுதலையைப்பிரட்டி சட்டியில்போட்டு வதக்கி சாறு பிழிந்து கொடுக்கலாம்.

சீதபேதி, இருமல், அதிசாரம், சூலைநோய், வாதநோய் இவை போம் என்பதற்கு

"பொடுதலையின் பேருரைத்தாற் போராமப் போக்கு
மடுதலைச் செய்காசமு மடங்குங் நடுகி வரு
பேதி யொடுசூலை நோய் பேசரிய வெண்மேகம்
வாதமும் போ மெய்யுரக்கும் வாழ்த்து."

என்றும் அறிகிறோம். (பதார்த்தகுணசிந்தாமணி)

வெள்ளறுகு.

இது வயல்புறங்களில் அதிகமாய்க்கிடைக்கும். சிரங்குக்கு இதைக்கரிக்கி தேங்காயெண்ணெயில் கலந்து மேல் பூச்சாகப்பூசலாம். வெள்ளறுகு, கடுகு இவ்விரண்டையும் அரைத்து கொதிக்கவைத்து முழங்கால் வாதத்திற்கு பற்றுப்போடலாம். சாறடை, வேம்பு இவைகளை வெள்ளறுகு கஷாயத்தில் பெருங்காயம் சேர்த்து உட்கொள்ள குன்மம் குணமாகும். இன்னும் வாதப்பிணி, வாதக்குடல், இல் பிடிப்பு முதலியவைகளுக்கும் இது உபயோகமாகும்.

பெண்மக்கள் பகுதி.

மாதரும் குடும்பமும்.

குடும்ப பாரத்தைத் தாங்குபவர் ஆண்களைவிட பெண்களேயாவர். ஆண்கள் வெளியேறிப் பாடுபடுபவராயிருப்பினும் வீட்டுக்காரியங்களை மேல்பார்ப்பது அவர்களால் ஆகாத காரியமென்றே சொல்லலாம். பந்துக்களைத்தழுவல், வந்த விருந்தினர்களை உபசரித்தல், வீட்டுக்காரியங்களைக்கவனித்தல், குழந்தைகளைப்போஷித்தல், வளர்த்தல் முதலியன பெண்களின்கடமையே. இத்தகைய காரியங்களை திறமையுடன் நடத்துவதற்குரிய ஆற்றலும் அறிவும் அவர்களுக்கு இருத்தல் அவசியமன்றோ? கல்வியாலன்றி வேறு எதனாலும் அவர்களின் அறிவு விருத்தியாகா. ஆதலின் பெண்மக்களுக்கும் கல்வி அத்தியாவசியம் என ஏற்படுகிறது. இவர்களுக்குப் போதிக்கப்படும் கல்வியானது கால தேச நிலைமைக்கேற்ற விதமாகவும், இல்வாழ்க்கையை ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ளத்தக்க விதமாகவும் இருப்பது நலம்.

குடும்பகாரியங்களைப் புருடனின் ஆலோசனையின்றி தானே நடத்திக்கொள்ளும் திறத்தினளாயும் நற்குண நற்செய்கையுள்ளவளாயும் உள்ள ஒருவளை ஒருபுருடன் அடைவதே சிறப்புடையது என்பதற்கு

"மனைமாட்சி யில்லாள்க ணில்லாயின் வாழ்க்கை
எனைமாட்சித் தாயினு மில்"

என வள்ளுவர் வாக்காலறியலாம்.

ஆவதும் பெண்ணால் அழிவதும் பெண்ணால் என்றபடி ஒரு குடும்பம் சீரடைவதும் சீர்கேடடைவதும் பெண்களாலேயே என்பது அனுபவத்தால் தெரியவருகிறது. இல்லாள் என்ற இபற்பெயருக்கேற்ப இல்லத்திற்குரிய காரியங்களை கவனிப்பதுமாத்திரமன்றி தங்கள் வாழ்க்கைக்குவேண்டிய பொருள்களறிந்து காப்பாற்றிவைத்தல், பாகசாஸ்திரமறிந்து அறுசுவையுடன் உண்டி தயாரித்தல், தயாரித்த உணவைத்தம் குடும்பத்தாருக்கு அன்புடனளித்தல்முதலிய அலுவல்களையும் செய்பவளாயிருத்தல் வேண்டும். குடும்பத்திலுள்ளவர்களிடம் எப்போதும் முகமலர்ச்சியுடன் உரையாடுதலும் புருடனின் கட்டளையைச் சிரமேற்றாங்கி நடத்தலும் வாழ்க்கைத்துணைவியின் லட்சியமாகும். தன் கணவன் வருவாய்க்குத் தக்க செலவு செய்பவள் இல்வாழ்க்கைத் துணையாவாள் என்பதற்கு

" மனைத்தக்க மாண்புடைய ளாகித்தற் கொண்டான்
வளத்தக்காள் வாழ்க்கைத் துணை "

என்பதிலிருந்தும்

வருவாய்க்குத் தக்க வழக்கறிந்து சுற்றம்
வெருவாமை வீழ்ந்துவிருந் தோம்பித் — திருவாக்குந்
தெய்வதையு மெஞ்ஞான்றுந் தேற்ற வழிபாடு
செய்வத்தே பெண்டிர் சிறப்பு"

என்பதாலும் அறியலாம்.

சிலர் வருவாயைக் கவனியாது கைகொண்டமட்டும் செலவுசெய்து தம் கணவரைக் கடனுக்காளாக்குகின்றனர். ஆனால் அவர்களின் பிற்கால வாழ்வு பெரிதும் துயர்படும் என்பதை அறியார்கள்போலும். அந்தோ! இது அறியாமையேயாகும். [illegible]

களுக்கு மாத்திரமன்றி வேறு எக்காரியங்களிலும் தாங்களாவது தங்கள் ஆடவர்களாவது பொருட்செலவு செய்யாமற் பார்த்துக்கொள்வார்களாக. மிதமாய் செலவுசெய்யாமல் அதிகமாய் செலவழிக்கிறதைப்பார்த்த பிறர் இவள் இன்னும் சிலநாளில் அவன் தலையில் ஓட்டைக் கவிழ்த்துவிடுவாள் என்று இகழாதபடி மனைவியானவள் குடித்தனம் செய்வதுதான் அறிவுடைமையாகும்.

மேற்சொன்னவைகளை விட முக்கியமானது வேறொன்றுளது அதுதான் பொறுமை. பொறுமைக்குச் சமானமான பூஷணம் பெண்களுக்கு பிரிதொன்றுமில்லை. மாமன், மாமி, நாத்தி முதலானவர்களால் ஏற்படும் கஷ்டங்களையும் பிள்ளைகளால் நேரிடும் உபத்திரவங்களையும் பொறுத்து அவர்களுக்குத் தக்கபடி சாந்தமாய் நடந்துகொள்ள வேண்டிய ஆற்றலுடையவர்களாயிருத்தல்வேண்டும். கணவன் முதலியவர்கள் கோபத்தோடு பேச நேரிட்டால் அவர்களோடு தாமும் எதிர்த்துப்பேசாமல் தாழ்மையாகப்பேசினால் அவர்கள் கோபம் நீங்கி சாந்தமடைவர். இதை அறியாததாலன்றோ அனேக குடும்பங்களில் சதா சண்டை நேரிடுகிறது. பெண்மணிகள் தங்கள் உடல் எவ்வாறு மிருதுவாயிருக்கிறதோ அவ்வாறே பேச்சிலும் மிருதுவாயிருத்தல் வேண்டும். கடுகடுத்துப் பேசுதல் கூடாது. "இல்லாள் வலிகிடந்த மாற்றமுரைக்குமேல் அவ்வில் புலி கிடந்த தூறாய்விடும்" என்றபடி கடுமையான சொற்களைச்சொல்லும் மனைவியிருக்கும் வீடு புலி வசிக்கும் புதருக்குச் சமானமாகும். ஆதலால் நடுமையான மொழிகளை உபயோகியாது குடும்பகாரியங்களில் நேரிடும் கஷ்டங்களைச் சகித்துக்கொண்டு தன் குடும்

The Seven Ages Of Man.

மானிடரின் ஏழு பருவம்.

(ஷேக்ஸ்பியர்.)

நானிலம் யாவும் ஓர் நாடக சாலையே.
ஆண்பெண் அனைவரும் அதில்நடிப்பவர் தாம்.
மறைவும் தோற்றமும் மற்றவர்க் கிங்குள.
ஆயுள் நாளில் எயபல் வேடம்
எடுத்தவர் புவியில் நடிப்பவர் ஆவர்.
ஒவ்வொரு வருக்கும் ஓரேழு பருவம் ஆம்.
கக்கிக் கதறக் கைப்புறத் தேந்திச்
செவிலித் தாய்வளர் சவலைப் பருவமே
பருவங் களில் முதற் பருவ மதாகும்.
தூண்டா நிற்ப, வேண்டா வெறுப்பொடு
புத்தகப் பையொடு நத்தைபோல் ஊர்ந்து
மினுங்கிய வதனம் சிணுங்கிச் சிணுங்கிக்
காலைப் பொழுதிற் கல்விக் கழகம்
மெள்ளச் செல்லும் பள்ளிப் பிள்ளை—பின்
காதலிக் கிருக்கும் காதலி தனது
புருவமாகிய புழுங்கிய மனத்துடன்,
தண்பா மாலை சாற்றித் துதித்து
மட்டிலா உலைபோல் நெட்டுயிர்ப் பெய்தும்
காதல னாகும் காளை—அதன்பின்,
அதிசயச் சபதமும் அடர்புலித் தாடியும்
போழியாவகைப் பேணும்நல் ஊக்கமும்
எதற்கும் சண்டைக்கு இழுக்கும் படியாச்
சடுதியிற் கோபம் ஜனிப்பதாஉங் கொண்டு

உலகப் போக்கு.

கொம்பு மனிதன்.

வடநாட்டிலுள்ள பிலாஸ்பூர் என்ற ஊரில் ஒரு மனிதருக்கு ஆறு அங்குல நீளமும், மூன்று அங்குல சுற்றளவுமுள்ள கொம்பு தலையில் முளைத்திருந்ததாம். இந்தக்கொம்பு இம் மனிதருக்கு அவருடைய இருபதாம் வயதிலிருந்து ஐந்து வருடகாலமாய் வளர்ந்துகொண்டு வந்ததாம். முடிவில் இக்கொம்பு டாக்டர் கைக்கு பலியாயிற்று.

பத்து வயதில் பூரண மனிதர்.

ஆண் பெண் கலப்பின்றி இந்திரியத்தைக் கருவிகளின் துணையால் கருப்பையில் பாய்ச்சுவதால் மட்டும் குழந்தைகள் பெறும் முறையை அமெரிக்காவில் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். இப்போது இன்னும் புதுமையான செய்தி ஒன்று வெளியாயிருக்கிறது. பிறந்த ஆறுவது மாதத்தில் நடக்கவும், ஐந்து வயதிற்குள் நல்ல திடமுள்ள வாலிபனாகவும், பத்து வயதில் பூரண மனிதனாகவும் கூடிய குழந்தைகளை உற்பத்தி செய்வதைப்பற்றி பிலடெல்பியா விஞ்ஞான சாஸ்திரிகள் ஆராய்ச்சி செய்துவருகிறார்களாம். 2-வாரத்தில் பூரண வளர்ச்சியுள்ள வெள்ளை எலிகளை அவர்கள் தயார் செய்துவிட்டார்களாம்.

150-வயதிலும் தோட்ட வேலை

ருஷ்யாவில் ஆர்ட்டெமி என்பவருக்கு 150-வயதாகிறதாம். அவர் இன்னும் தோட்டவேலை செய்துவருகிறாராம். தோட்டவேலையே தான் அவருக்கு ஜீவனமாம். அவருக்கு 80-வயதுள்ள ஒரு மூத்த புதல்வன் இருக்கிறானாம்.

பேசும் குரங்கு

லண்டனில் ஜிம்மி என்ற ஒருகுரங்கு நாலு பாஷைகள் பேசி வருகிறதாம். இக்குரங்கு மிகுந்த சேஷ்டைகள் செய்து வருகிறதாம். இந்தக் குரங்கு சில மனிதர்களையும்

மதிப்புரை.

சித்தர் களஞ்சியம்.

சென்னை, அகில இந்திய சித்தவைத்திய சங்கத்தாரால் வெளியிடப்பட்ட "சித்தர் களஞ்சியம்" என்ற திங்கள் வெளியீடு வரப்பெற்றோம். அதில் அரிய பெரிய பல விஷயங்கள் காணப்படுகின்றன. பொதுவாக ஞானம், யோகம், சோதிடம், மாந்திரீகம், வாதம், வைத்தியம், நவீன ஆராய்ச்சி விஷயங்கள் முதலியன சிறந்து விளங்குகின்றன. நூற்கள் வெளியீடு என்ற தலையங்கத்தின் கீழ் இதுவரை வெளியாகாத (லாட சித்தர் 105) கையேட்டுப் பிரதியினின்றும் பிரசுரம் செய்திருப்பது குறிப்பிடத் தகுந்தது. இப்பத்திரிகையால் சோதிடர், மாந்திரீகர், வைத்தியர், ஆராய்ச்சியாளர் முதலாயினோர் பெரும் பயனடைவார்களென்பது திண்ணம். சித்த வைத்தியர்களுக்கும் மாணவர்களுக்கும் பயன்படும்படி அரிய கட்டுரைகள் இதனில் தோன்றுவதாலும் அவர்கட்கெனவே தோன்றியிருத்தலாலும் வைத்திய சகோதரர்கள் பலரும் இதனை ஆதரிப்பார்களாக.

சித்த வைத்தியரின் முன்னேற்றமே தமது லட்சியமென உழைத்துவரும் இதன் ஆசிரியர் டாக்டர் K. வேலன் அவர்களின் கலை ஆராய்ச்சியும் ஆற்றலும் இப்பத்திரிகையைக் கண்ணுறுவோரனைவரும் அறிவர். அவர் முயற்சி பலிதமாகுக. சித்தர் களஞ்சியம் நீடூழி வாழ்க.

"சித்தர் களஞ்சியம்,"

745, திருவல்லிக்கேணி

சித்தவைத்தியம்.

இது சென்னை மாகாண சித்தவைத்திய சங்கத்தினின்றும் வெளிவரும் ஓர் திங்கட் புதினத்தாள். சித்தவைத்தியர்களின் முன்னேற்றங்கருதி, ஷை சங்க அமைச்சரும், தமிழ்ப் பிரமருத்திராசிரியருமான சாமி, விருதை, சிவஞான யோகிகள் அவர்களை தாட்டலைவராகக்கொண்டு கோவிற்பட்டியினின்றும் வெளிவருகிறது.

சந்தா விபரம்.

சென்னை மாகாண சித்தவைத்திய சங்க உறுப்பினர்க்கு ஆண்டு 1-க்கு		ரூ. 2—0—0.
உறுப்பினரல்லார்க்கு	—	ரூ. 2—8—0.
அயல் நாட்டினர்க்கு	—	ரூ. 3-12—0.
தனிப்பிரதி 1-க்கு	—	ரூ. 0—4—0.

விளம்பர விகிதம்.

தடவை 1-க்கு	பக்கம் $\frac{1}{4}$-க்கு	ரூ. 2—8—0.
,,	பக்கம் $\frac{1}{2}$-க்கு	ரூ. 4—0—0.
,,	பக்கம் 1-க்கு	ரூ. 7—0—0.

எல்லாக் கடிதங்களும், மணியார்டர்களும் கீழ்க் குறிப்பிடப்பட்ட விலாசத்திற்கனுப்புக.

சாமி, விருதை, சிவஞான யோகிகள்,

பலமுள்ள புருடனாக

விரும்பினால்

சி. எம். சாமி

தங்கபஸ்பம்

சாப்பிடுங்கள்.

இது ஒரு மஹானால் உபதேசிக்கப்பட்ட சிறந்த முறை. குணத்தில் சிறந்ததென்பதை அனுபவசாலிகள் அறிவர். இதை ஒரு மண்டலம் சாப்பிடுவோர் நரை, திரை, மூப்பு அதிகரிக்காமல், பிணியுறாமல் சரீர சுகத்தோடு, பலமும், வீரிய விர்த்தியும் உள்ளவர்களாய் தேஜஸ் காந்தியோடு உலக இன்பத்தில் மேன்பட்ட இல்லற சுகத்தை சதா மகிழ்வோடு அனுபவிப்பார்கள் என்பது உறுதி.

மதுபான வெறியாலும், கெட்ட சகவாசத்தாலும், துர் நடத்தையுள்ள பெண்ணின் சேர்க்கையாலும், அளவுக்கு மிஞ்சிய சம்போகத்தாலும், கெட்ட அப்பியாசங்களினாலும், வாலிபத்தில் செய்த அக்கிரமங்களினாலும் ஏற்படக்கூடிய நபுஞ்சகம், துரிதஸ்கலிதம் பலஹீனம், எழுச்சிக்குறைவு, இரத்தக்குறைவு, நரம்புத்தளர்ச்சி, சொற்பனஸ்கலிதம், வெள்ளை, வெட்டை முதலிய நோய்கள் எமது தங்கபஸ்பம் சாப்பிடுவதால் குணப்படும். தேகக்கட்டுண்டாகும். நல்ல இரத்தம் ஊறும். துவண்டு மெலிவுபட்ட பாகங்கள் வலுப் படும். புதிய உற்சாகம் உண்டாகும்.

24-நாள் பஸ்பம் விலை ரூ. 10—0—0.

(தபால் சார்ஜ் வேறு.)

நீரழிவு ரோகத்திற்கு நிகரற்றதெனப்பெயர்
வாய்ந்திருப்பதை அறியீரோ!
தாமதியாது எமது

அப்ரேக்செந்தூரம்

சாப்பிடுங்கள்.

இது சிறந்த மூலிகைகளில் 100-புடம் போடப்பட்டது.
மகானின் முறை. தளுக்கற்றது.

அதிகம் போகும் நீரையும், நீரிலுள்ள சர்க்கரைச்சத்தையும் குறைத்து, தாகத்தை நிறுத்தி, தேக வெளுப்பை மாற்றி, இரத்த விருத்தியையும், தேக புஷ்டியையும் தரும். சகல மேகமும் நீங்கும். அனுபவத்தில் சித்திபெற்றது.

48-வேளை புட்டி 1-க்கு விலை ரூ. 15—0—0.

தபால் சார்ஜ் வேறு.

நற்சாட்சி.

நான் சிங்கப்பூரில் நீரழிவினால் அதிக கஷ்டப்பட்டுக்கொண்டிருக்கும்போது தங்களுடைய குரு அப்ரேக் செந்தூரத்தை அனுபானத்துடன் சாப்பிட்டதில் என் வியாதி பூராவும் சொஸ்தமாயிற்று. இது நீரழிவு வியாதிக்கு மிக உயர்ந்த மருந்தாய்த் தெரிகிறது. எனது நண்பருக்கும் தங்கள் குரு அப்ரேக் செந்தூரம் 24-நாள் மருந்து வாங்கிக் கொடுத்ததில் 10-தின மருந்தில் குணமென்று சொன்னார்.

(Sd.) கா. முகம்மது அப்துல் காதர்,
காரைக்கால்.

இருமலா? க்ஷயமா?
எப்படிப்பட்ட காசவியாதியாயினும் கண்டிப்பாய்
குணமாகும். கவலை ஒழியுங்கள்.
சி. எம். சாமி

தாளக பஸ்பம்

சாப்பிடுங்கள்.

இதைவிட மேலான மருந்து கிடையாது. இது இருமல், இளைப்பு, இழுப்பு, ஈளை, கபம், மார் துடிப்பு, குரலடைப்பு, தொண்டைவலி, க்ஷயம் முதலிய சுவாசப்பை சம்பந்தமான சகல வியாதிகளையும் நீக்கும். சுவாசக்குழலில் சளி அடைத்துக்கொண்டு இருமும்போது சளி வெளி வராமலும், ஓயாத இருமலால் மார்பு, விலா இரு பக்கங்களிலும் நோவு உண்டாகி சுவாசம் தடைப்பட்டு கஷ்டப்படுகிறவர்களும் எமது தாளக பஸ்பம் சாப்பிட்டு குணமடைந்திருக்கின்றனர்.

காச நோயால் பீடிக்கப்பட்டவர்கள் படும் கஷ்டத்தை கண்ணால் பார்க்க சகியாது அவர்கள் இருப்பதைவிட இறப்பதே மேல் என எண்ணுகிறார்கள். தக்க மருந்து கிடைக்கவில்லையென ஏங்குகிறார்கள். அவர்களுக்காகவே எமது தாளக பஸ்பம் தயாரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஒரு முறை உபயோகியுங்கள். பயன் பெறுவீர்கள்.

ஏராளமானவர்கள் குணமடைந்து நற்சான்று அனுப்பி இருப்பதை கியாட்லாக்கில் பார்க்கவும்.

24-வேளை புட்டி விலை ரூ. 4—0—0.

வயிற்றுவலி மகா உபத்திரவமானது.
எப்படிச் சகிப்பது ஒரு நாளா? இரண்டுநாளா?
மாதாமாதம் வருகிறதே!
இதை நிவர்த்திக்க யாது செய்தீர்கள்?

கர்ப்ப எண்ணெய்

உபயோகியுங்கள்.

உங்கள் கஷ்டம் ஒழிந்து குணமடைவீர்கள்.
(சூதக வயிற்றுவலி, இடுப்பு வலி,
கைகால் குடைச்சல் குணமாகும்.)

இது கெர்ப்பக் கோளாறுகளையும், கருப்பையிலுள்ள பூச்சிகளால் ஏற்படும் கஷ்டங்களையும் போக்கி, பெண்கள் மாதவிலக்கை கிரமப்படி வெளியாக்கி சரீர சுகத்தைக் கொடுத்துப் பிள்ளைப் பேற்றையும் அளிக்கும். ஒரு முறை ஆர்டர் செய்து பரீக்ஷித்துப் பாருங்கள்.

189916

புட்டி 1-க்கு விலை ரூ 2-0-0.
தபால் சார்ஜ் வேறு.

உதிரக்கட்டி கரைந்துவிட்டது.

தங்கள் கர்ப்ப எண்ணெயை 3-மாதாந்தரகாலமாய் உபயோகித்து வந்ததில் உதிரக்கட்டி, கைகால் குடைச்சல், வயிற்றுவலி, சரியாய் மாதவிலக்காகாதிருத்தல் இவைகளெல்லாம் சூரியனைக்கண்ட பனிபோல் பறந்துவிட்டது.

(Sd) சி. முத்துச்சாமிக் கவுண்டன்,
வேடசந்தூர், திண்டுக்கல்.

சாமி, விருந்தை, [illegible]

கட்டுரை எழுதுவோர்

கவனிக்கவேண்டிய விஷயங்கள்.

1. விஷயங்கள் காகிதத்தின் ஒரே பக்கத்தில் சுத்தமாக மையினால் எழுதப்படவேண்டும். சித்தனில் மூன்று அல்லது நான்கு பக்கங்களுக்குள் அடங்கக்கூடிய விஷயங்கள் முதன்மையாகக் கவனிக்கப்படும்.

2. பிரதி ஆங்கில மாதம் ~~முதல்~~ 10 ம் தேதி பத்திரிகை வெளிவரும். ஆசிரியரால் அங்கீகரிக்கப்படும் கட்டுரைகள் மட்டும் பிரசுரிக்கப்படும்.

3. சித்தனில் பிரசுரமாகும் எல்லா விஷயங்களின் காபிரைட் பிரசுரம் செய்வோர்க்கே உரிமையாகும்.

4. கட்டுரையாளர்களின் கருத்துகளுக்கும், அபிப்பிராயங்களுக்கும் பத்திரிகாசிரியர் பொறுப்பாளியாகார்.

5. நம்பி பிரசுரிக்கும் கட்டுரைகள் ஏற்கனவே உரிமையாக்கப்பட்டிருந்தால் அதற்குப் பத்திரிகாசிரியர் உத்தரவாதியன்று.

6. கட்டுரைகளை கூட்டவும், குறைக்கவும், ஏற்றுக் கொள்ள மறுக்கவும் பத்திரிகாசிரியருக்கு அதிகாரமுண்டு.

7. அங்கீகரிக்கப்படாத கட்டுரைகளை திருப்பி அனுப்புவதாக உறுதி கூற முடியாது. தபால் தலை அனுப்பினால் மட்டும் திருப்பி அனுப்பப்படும்.

ஏஜண்டுகள் தேவை.

எமது பத்திரிகைகளை விற்பதற்கு எல்லா ஊர்களிலும் ஏஜண்டுகள் தேவை. விபரத்திற்கு எழுதவும்.

விலாசம்:— மானேஜர்.