HAND BOOKS AND TRAINING MANNUAL FOR CAPART TRAINING ON HERBAL AND LIVLIHOODS PROTECTION

BY

ROSI FOUNDATION

மூலிகை என்பது நமது பாரம்பரிய சொத்து, வாழ்வாதாரம், கலாச்சாரம் மற்றும் மருத்துவப் பண்பு மற்றும் உரிமையுடன் உள்ளது. கல்தோன்றி முன்தோன்றி மூத்தகுடி தமிழ்குடி என்பார்கள். அதேபோல் நமது பாரம்பரிய மூலிகை வைத்தியம் நமது உடல், உயிர் மற்றும் வழிபாடு ஆகிய அனைத்தில் கலந்து காலத்தால் அழிக்க முடியாத பொக்கிஷங்கள் ஆகும். சூரியனில் இருந்து பிரிந்து வந்தது பூமி என்பார்கள். அது வெப்பமாக இருந்தது. தொடர் மழையினால் சூடு தணிந்தது. பாறையாக இருந்த பூமி குளிர் அடைந்து சிதைந்து மண்ணானது. பின்பு தாவரங்களும் உயிரினங்களும் தோன்றியது என்பது விஞ்ஞானம். அந்த தாவரங்கள் ஒவ்வொன்றும் மூலிகையாகவும் மற்றும் உணவுப்பொருளாகவும் கையாலும் தன்மை நம் தமிழ்நாட்டிற்கும் மற்றும் இந்தியநாட்டிற்கும் உண்டு.

சூத்திரத்தை 3 மணியாக வைத்து பல அறிய கண்டுபிடிப்புகளினால் இந்த உலகத்தில் நிலைத்து வாழும் நமது மூதாதையர்கள், சித்தர்கள், தாய்கள் அக்குவேறு, ஆணிவேறாக பிரித்து ஆராய்ந்து மருத்துவத்திற்கு பயன்படுத்தினார்கள்.

1.அறுகம்புல்

குறுகலான நீண்ட இலைகளையும் நேராய் வளரும் தண்டுகளையும் உடைய தன்னிச்சையாய் வயல் வரப்புகளிலும் வெட்ட வெளிகளிலும் வளரும் ஒரு புல்

வகை. ஆனைமுக கடவுளுக்கு பூசனை மூலிகையாகப் பயன்படுவது. தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்கயிலும் வளர்கிறது.

அறுகங்கட்டை உடல் தாதுவெப்பு அகற்றி தாகம் தணிப்பானாகவும், சிறுநீர் பெருக்கியாகவும், நோய் நீக்கி உடல் தேற்றியாகவும், தோகை காமம் பெருக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. கணுநீக்கிய அறுகம்புல் 30 கிராம், மாதுளை இலை 30 கிராம், ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராக காய்ச்சி 50மி.லி அளவாக 2 மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை குடித்து வந்தால், காது, மூக்கு, ஆசனவாய் இரத்த ஒழுக்கு நிற்கும். வெப்பம் தணியும். மாதவிலக்கு சிக்கல் நீங்கும்.
2. கணு நீக்கிய அறுகம்புல் சமூலம் 30 கிராம் வெண்ணைபோல் அரைத்து சமஅளவு வெண்ணைய் கலந்து 20 முதல் 40 நாட்கள் வரை சாப்பிட உடல் தளர்ச்சி நீங்கி உறுதிப்படும். அறிவு மிகுந்து முக வசீகரம் உண்டாகும்.
3. அறுகம்புல் சமூலம் 30 கிராம், கீழாநெல்லி சமூலம் 15 கிராம் இவற்றை மையாய் அறைத்து தயிரில் கலக்கி காலையில் குடிக்க வெள்ளை, மேக அனல், உடல் வறட்சி, சிறுநீர்தாரையில் உள்ள புண்ணால் நீர்கடுப்பு, சிநீருடன் இரத்தம் போதல் ஆகியவை தீரும்.
4. புல் 30 கிராம் அரைத்து பாலில் கலந்து பருகி வர இரத்த மூலம் குணமடையும்.
5. வேண்டிய அளவு புல் எடுத்து சிறிதளவு மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து உடலில் தடவி சிலமணி நேரம் கழித்து குளித்து வர சொறி, சிரங்கு, அரிப்பு, வேனல் கட்டி தீரும்.
6. அறுகம் வேர் 30 கிராம், சிறுகீரை வேர் 15 கிராம், மிளகு 5 கிராம், சீரகம் 5 கிராம், ஒரு லிட்டர் நீரில் சேர்த்து ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி பால், கற்கண்டு கலந்து பருக மருந்து வீறு தணியும். (மருந்து வீறு – கடும் மருந்துகளை உட்கொள்வதால் பல் சீழ் பிடித்து, வாய், வயிறு வெந்து காணப்படுதல்)
7. அறுகு சமூலம் 100 கிராம், மிளகு 75 கிராம், சீரகம் 50 கிராம், இடித்து 1 லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் போட்டு 15 நாட்கள் கடும் வெயிலில் வைத்து 45, 90, 150 நாட்கள் தலையில் தடவி வர கண் நோய்கள் தீரும்.

8. 1 கிலோ அறுகம் வேரை ஒன்றிரண்டாய் இடித்து 8 லிட்டர் நீரில் இட்டு 1 லிட்டராக வற்றக்காய்ச்சி வடித்து 1 லிட்டர் நல்லெண்ணெய் கலந்து அமுக்கிராக் கிழங்கு, பூமிச் சர்க்கரைக் கிழங்கு வகைக்கு20 கிராம் பால் விட்டு நெகிழ அரைத்துக் கலக்கி சிறுதீயில் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து எடுத்த எண்ணெயை கிழமைக்கு ஒருமுறை தலையில் இட்டு ½ மணி நேரம் கழித்து குளித்து வர வாதம், பித்தம், நெஞ்சுவலி, வயிற்றெரிச்சல், உடல் வறட்சி மூலச்சூடு, தலைவெப்பு, நீர் கடுப்பு ஆகியவை தீரும்.
9. அறுகம் வேர், நன்னாரி வேர், ஆவாரம் வேர்ப்பட்டை, குமரி வேர் வகைக்கு 50 கிராம் 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராக காய்ச்சி வடித்து 100 மி.லி யாக நாளைக்கு 5 வேளை கொடுக்க மதுமேகத்தால் உண்டான மிகு தாகம் தணியும்.

2.அம்மான் பச்சரிசி (சித்திரப் பாலாடை)

ஈரமுள்ள இடங்களில் தானே வளரும் சிறுசெடி. எதிர் அடுக்கில் கூர்நுனி பற்களுடன் கூடிய ஈட்டி வடிவ இலைகளையுடையது. பால் உள்ளவை. தமிழகத்தில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் வளர்கிறது.

வயிற்றுப்பூச்சி அகற்றியாகவும், மலமிளக்கியாகவும், வெப்பு தணிப்பானாகவும், சதை நரம்புகளில் வீக்கம் குறைப்பானாகவும் செயற்படும்.

1. இலையை சமைத்து உண்ண வறட்சி அகலும். வாய், நாக்கு, உதடு ஆகியவற்றில் வெடிப்பு, ரணம் தீரும்.
2. தூதுவேளை இலையுடன் துவையல் செய்து சாப்பிட தாது, உடல் பலப்படும்.
3. கீழா நெல்லியுடன் சமன் அளவு இலை சேர்த்து காலை, மதியம் இருவேளையும் எருமைத்தயிரில் உண்ண உடம்பு எரிச்சல், நமைச்சல், மேகரணம், தாது இழப்பு தீரும்.
4. பூவுடன் 30 கிராம் அரைத்து கொட்டை பாக்களவு பாலில் கலந்து ஒரு வாரம் கொடுக்க தாய்ப்பால் பெருகும்.
5. பாலைத்தடவி வர நகச்சுற்று, முகப்பரு, பால்பரு மறையும். கால் ஆணி வலி குறையும்.

6. இலையை நெல்லிக்காயளவு நன்கு அறைத்து பசும்பாலில் கலக்கி காலையில் மட்டும் மூன்றுநாள் கொடுக்க சிறுநீருடன் குருதிப்போக்கு, மலக்கட்டு, நீர்க்கடுப்பு, உடம்பு நமைச்சல் ஆகியவை தீரும்.

3.அகத்தி

வெற்றிலைக் கொடி படர்வதர்காக கொடிக் கால்களில் பயிரிடப்படும் சிறுமென் மரவகை. தமிழ்நாடு எங்கும் வளர்க்கப்படுகிறது. கீரை, பூ, பிஞ்சு ஆகியவை சமைத்து உண்ணப்படுகின்றன. இலை, பூ, வேர், பட்டை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

பொதுவாக வெப்பு அகற்றியாகவும், கீரை மலமிளக்கியாகவும், வேர் உடல்பலன் தரும் மருந்தாகவும் பயன்படும்.

1. கீரையை வாரம் ஒரு முறை சமைத்து உண்ண வெயிலில் அலைவதால் ஏற்படும் வெப்பம், மலச்சிக்கல், காபி, டீ இவை குடிப்பதால் ஏற்படும் பித்தம் ஆகியவை தீரும்.
2. அகத்தி மரப்பட்டையும், வேர்ப்பட்டையும் குடிநீராக்கிக் குடித்து வர சுரம், தாகம், கை, கால் எரிவு, மார்பு எரிச்சல், உள்ளங்கால், உள்ளங்கை எரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, நீர்த்தாரைஎரிவு, அம்மை சுரம் ஆகியவை தீரும்.
3. இலைச்சாறும் நல்லெண்ணெயும் வகைக்கு 1 லிட்டர் கலந்து பதமுறக்காய்ச்சி வடிப்பதற்கு முன் கஸ்தூரி மஞ்சள், சாம்பிராணி கிச்சிலிக்கிழங்கு விளாமிச்சம்வேர் வகைக்கு 20 கிராம் தூள் செய்து போட்டுக் கலக்கி வடிகட்டி வாரம் ஒருமுறை தலையிலிட்டு குளித்து வர பித்தம் தணிந்து தலைவலி நீங்கும். கண்கள் குளிர்ச்சி பெறும்.

4.அவுரி (நீலி)

கறும்பச்சை இலைகளையுடைய சிறுசெடியினம். நீலநிறச்சாறு உடையது. இதனால் நீலி எனவும் பெயர் பெறும். எல்லா பாஷாணங்களையும் சுத்தி செய்ய வல்லது. இலை வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

வேர் நஞ்சுமுறிக்கும் மருந்தாகவும், இலை வீக்கம் கட்டி முதலியவற்றை கரைக்கவும் நஞ்சு முறிக்கவும் நோய் நீக்கி உடல்தேற்றியாகவும் மலமிளக்கியாகவும் புத்துணர்ச்சி அளிக்கும் மருந்தாகவும் பயன்படும்.

1. அவுரி இலையை கொட்டைப்பாக்கு அளவு அரைத்து 250 மி.லி. வெள்ளாட்டு பாலில் கலக்கி வடிகட்டி அதிகாலையில் மூன்று நாள் கொடுக்க மஞ்சள்காமாலை, அந்திமாலை தீரும்.
2. அவுரிவேர் 20 கிராம், அறுகம்புல் 30 கிராம், மிளகு 3 கிராம் மையாய் அரைத்து புன்னைக்காய் அளவு காலை, மாலை சாப்பிட்டு இச்சா பத்தியம் இருக்க மருந்து வேகம் அனைத்தும் தீரும். இம்மருந்தை நாள்தோரும் 3 வேளை உப்பு, புளி நீக்கி சாப்பிட பாம்பு, தேள், பூரான், செய்யான் ஆகியவற்றின் நஞ்சு நீங்கும்.
3. அவுரிவேர் 20 கிராம், மிளகு 10 அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு காலை, மாலையாய் 10 வேளை கொடுக்க எட்டி, வாளம், கலப்பைகிழங்கு, நாவி, அலரி வேர் ஆகியவற்றின் நஞ்சு தீரும்.
4. வேர் 20 கிராம், பெருநெருஞ்சில் இலை 50 கிராம் அரைத்து எலுமிச்சை அளவு மோரில கொடுக்க வெள்ளை தீரும்.
5. ஒரு பிடி இலை 2 சிட்டிகை சீரகம், 6 மிளகு ஆகியவற்றை சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராக்கி 2 முடக்கு வீதம் தினம் 4 வேளை கொடுக்க வாதக்காய்ச்சல், சன்னிக்காய்ச்சல், கீல் வாதம், குன்மம், மாந்தம், காமாலை தீரும்.
6. அவுரி இலை, வேர்ப்பட்டை, பொரித்த பெருங்காயம், மிளகு சமன் சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரை செய்து (அவுரி மாத்திரை) ஒரு நாளைக்கு 3 வேளையாக கொடுத்து வர நரம்புச்சிலந்தி, ஒடுவாயு கட்டிகள், கீல்வாதம் ஆகியவை தீரும்.
7. அவுரி கரிசலாங்கண்ணி, குப்பைமேனி, கொட்டைக்கரந்தை, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி செருபட்டை ஆகியவற்றின் இலைகளை சமஅளவாக இடித்து பொடிசெய்து (அவுரி கற்பம்) ஒரு தேக்கரண்டி தேனில் காலை, மாலை நாள்தோரும் 45 நாட்கள் சாப்பிட்டு வர பெண்களுக்கான உதிரக்கட்டு நீங்கும். வயிற்றுப்பூச்சிகள், பாம்பு நஞ்சு, மூட்டு வாதம்

முதலியவை தீர்ந்து உடல் பொன்னிறமாகும். புகை, புளி, போகம் தவிர்க்க வேண்டும்.

5.ஆடா தொடை

நீண்ட முழுமையான ஈட்டிவடிவ இலைகளையும் வெள்ளைநிறப் பூக்களையும் உடைய குறுஞ்செடி. சிற்றூர்களில் வேளியில் வைத்து வளர்க்கப்படுகிறது. தமிழ்நாட்டில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் வளர்கிறது. இலை, பூ, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

சளி நீக்கி இருமல் தணிப்பானாகவும், வயிற்றுபூச்சிக் கொல்லியாகவும், இசிவு நோய் நீக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. இலைச்சாறும் தேனும் சமஅளவு கலந்து சர்க்கரை சேர்த்து தினம் 4 வேளை கொடுக்க நுரையீரல் இரத்த வாந்தி, கோழை மிகுந்து மூச்சுத் திணறல், இருமல், இரத்தம் கலச்த கோழை வருதல் ஆகியவை குணமாகும்.

    குழந்தைகளுக்கு- 55 துளி

    சிறுவர் - 10 10 துளி

    பெரியவர் - 15 15 துளி

2. இலைச்சாறு 2 தேக்கரண்டி எருமைப் பாலில் காலை, மாலை கொடுத்து வர சீதபேதி, இரத்த பேதி கணமாகும்.
3. 10 இலைகளை ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி தேன் கலந்து காலை, மாலை 40 நாட்கள் பருகி வர என்புருக்கி, காசம், இரத்தகாசம், சளிசுரம், சீதளவலி, விலாவலி ஆயவை தீரும்.
4. ஆடாதொடை வேருடன் கண்டங்கத்திரி வேர் சமஅளவு சேர்த்து இடித்துச் சலித்து ½ முதல் 1 கிராம் வரை தேனில் சாப்பிட்டுவர நரம்பு இழுப்பு, சுவாச காசம், சன்னி, ஈளை, இருமல், சளி சுரம், என்புருக்கி, குடைச்சல் வலி ஆகியவை குணப்படும்.
5. ஆடாதொடை இலையையும், சங்கன் இலையையும் வகைக்கு ஒரு பி ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு பாதியாக காய்ச்சி காலை, மாலை பருகி வர குமட்டம், கரப்பான், கிரந்தி, மேகப்படை ஏறல், விக்கல், வாந்தி, வயிற்றுவலி தீரும்.
6. உலர்ந்த ஆடதொடை இலைத்தூளை ஊமத்தை இலையில் சுருட்டி புகைபிடிக்க மூச்சு திணறல் உடனே தீரும்.
7. 200 கிராம் தூய இலைகளை நறுக்கி நெய்யில் வதக்கியதில் அக்கரகாரம், சித்தரத்தை வகைக்கு 10 கிராம், இலவங்கம் 10 கிராம், ஏலம் 4 ஆகியவற்றை

தூள் செய்து போட்டுபோன்வறுவலாய் வறுத்து 2 லிட்டர் நீர்விட்டு 1 லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டியதில் 1 கிலோ சர்க்கரை சேர்த்து தேன் பதமாகக் காய்ச்சி (ஆடாதொடை மணப்பாகு) வெந்நீரில் ஒரு தேக்கரண்டி கலந்து சாப்பிடவும். நீர்க்கோவை தீரும். ஒரு நாளைக்கு 3 வேளையாக நீண்ட நாட்கள் கொடுத்து வர காசம், என்புருக்கி, மார்ச்சளி, சுப இருமல், புளுரசி, நீடித்த ஆஸ்துமா, நிமோனியா ஆகியவை குணமாகும். குரல் இனிமை உண்டாகும்.

8. ஆடாதொடை, கோரைக் கிழங்கு, பற்பபாடகம், விஷ்ணு காந்தி, துளசி, பேய்ப்புடல், கச்சாங்கோரை, சீந்தில் வகைக்கு ஒரு பிடி 1 லிட்டர் நீரில்போட்ட ½ விட்டராகக் காய்ச்சி வேளைக்கு 50மி.லி. அளவாய் பருகி வர (அஷ்ட மூலக் கஷாயம்) எவ்வித சுரமும் நீங்கும்.
9. வேர் கஷாயத்தை கடைசி மாதத்தில் காலை மாலை கொடுத்து வர சுகப்பிரசவம் ஆகும்.

6. ஆவாரை

பளிச்சிடும் மஞ்சள் நிறப் பூக்களை உடைய அழகிய குறுச்செடி. மேல்லிய தட்டையான காய்களை உடையது. தமிழகத்தின் எல்லா பகுதிகளிலும் தானே வளர்வது. இதன் பட்டை தோல் பதனிடப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இலை, பூ, காய், பட்டை, பிசின், வேர் ஆகிய அனைத்து பகுதிகளிலும் மருத்துவ பயனுடையவை.

.

சதை நரம்பு ஆகியவற்றைச் சுருக்கும் தன்மையுடையது. விதை காமம் பெருக்கியாகச் செயற்படும்.

1. பூச்சூரத்தையோ, பூவைக் குடிநீராக்கிப் பாலில் கலந்தோ, இதழ்களை கறி கூட்டாகவோ நாள்தோறும் பயன்படுத்த மேக வெட்டை, தேக உட்சூடு, உடல் நாற்றம், உடலில் உப்பு பூத்தல், வறட்சி, ஆயாசம் நீங்கும். உடலுக்கு பலத்தைத் தரும். தேகம் பொன்னிறமாகும்.
2. ஆவாரையின் பன்சாங்க (வேர், இலை, பட்டை, பூ, காய்) சூரணம் 10 கிராம் வீதம் காலை, மதியம், மாலை, வெந்நீருடன் கொள்ள பிரமேகம், மதுமேகம், மிகு தாகம், மிகு பசி, உடல் மெலிவு, உடல் எரிச்சல், மயக்கம், மூச்சுத் திணறல் ஆகியவை தீரும். 45, 90, 135 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

3. ஆவாரம் பட்டை, கஸ்தூரி மஞ்சள், ஒரு மிளகாய், சிறிது சாம்பிராணி, நல்லெண்ணெயுடன் (ஆவாரைத் தைலம்) காய்ச்சி தலை முழுகி மதுமேகம் உடையவருக்கு காணும் தோல் வெடிப்பு, வறட்சி, எரிச்சல் குணமாகும்.
4. 20 கிராம் பட்டையைப் பொடித்து ஒரு லிட்டர் நீரில் இட்டு 200 மில்லியாகக் காய்ச்சி 50 மில்லி காலை மாலை குடித்து வர மதுமேகம், இரத்தம் கலந்து போதல், பெரும்பாடு தாகம் ஆகியவை தீரும்.

7. ஆடு தின்னா பாளை

மாற்றடுக்கில் அமைந்த வெள்ளைப் பூச்சுள்ள முட்டை வடிவ இலைகளையுடைய தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறு செடி. முதிர்ந்த நிலையில் வெடித்துச் சிதரும் காய்களை உடையது. தமிழகத்தில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் கரிசல் நிலத்தில் வளர்கிறது. பங்கம்பாளையென்றும் அழைப்பதுண்டு. எல்லா பாகமும் மருத்துவப் பயனுடையது.

வயிற்றுப் பூச்சிக் கொல்லியாகவும், மாத விலக்கைத் தூண்டும் மருந்தாகவும் பேறு கால வலியை மிகுக்கும் மருந்தாகவும் பயன்படும்.

1. இலைச் சூரணம் 2 சிட்டிகை வெந்நீரில் கொள்ள பாம்பு விஷம், சில்விஷம், மலக்கிருமிகள், கருங்குட்டம், யானைத்தோல் சொறி தீரும்.
2. வேரை அரைத்து காலை, மாலை 5 கிராம் கொடுத்து கடும் பத்தியத்தில் வைக்க (புதுபானையில் உப்பில்லாத பச்சரிசி பொங்கல், 24 மணி நேரம் தூங்க விடக் கூடாது) 3 நாட்களில் எல்லா வித பாம்பு விஷமும் தீரும்.
3. வேர் சூரணம் 10 கிராம் வெந்நீரில் கொடுக்க மகப்பேறு வேதனை தீர்ந்து சுகப்பேறு ஆகும்.
4. விதைச் சூரணம் 5 கிராம் விளக்கெண்ணெயில் கொடுக்க நன்கு பேதியாகி வயிற்று வலி, சூதகத் தடை, தலக்கிருமிகள் நீங்கும்.

8. ஓரிதழ் தாமரை

மாற்றடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும் சிவப்பு நிறமுள்ள ஒரே இதழுடைய மலர்களையும் உடைய குறுஞ்செடி. தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் எல்லா இடங்களிலும் தானே வளர்கிறது. செடியின் எல்லாப் பாகங்களும் மருத்துவப் பயனுடையவை.

தாது வெப்பு அகற்றியாகவும், சிறுநீர்பெருக்கியாகவும், காமம் பெருக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. இலையை நாள்தோரும் விடிவதற்கு முன் சிறிதளவு மென்று தின்று பால் அருந்தி வர ஒரு மண்டத்தில் தாதுஷூனம், அதி மூத்திரம், வெள்ளை, வெட்டைச்சூடு, நீர் எரிச்சல், சிற்றின்பப் பலவீனம் ஆகியவை தீரும்.
2. ஓரிதழ் தாமரை இலை, கீழா நெல்லி இலை, யானை நெருஞ்சில் இலை, மூன்றையும் ஒரு பிடி அளவு அரைத்து 200 மி.லி. எருமைத் தயிரில் 10 நாட்கள் சாப்பிட நீர்த்தாரை ரணம், வெள்ளை ஒழுக்கு ஆகியவை தீரும். (மருந்து செரித்தப் பின் காரமும், சூடும் இல்லாத உணவு சாப்பிட வேண்டும்).

9. ஓமவல்லி

சதைப்பற்றான மணமுள்ள எதிரடுக்கில் அமைந்த இலைகளையுடைய குறுஞ்செடியினம். தமிழகமெங்கும் தோட்டங்களில் வளர்க்கப்படுகிறது. இலை மருத்துவ பயனுடையது.

வியர்வை பெருக்கியாகவும் கோழையகற்றி காய்ச்சல் தணிக்கும் மருந்தாகவும் செயற்படும்.

1. இலைச்சாற்றை சர்க்கரை கலந்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க சீத இருமல் தீரும்.
2. இலைச்சாறு, நல்லெண்ணெய், சர்க்கரை இவற்றை நன்கு கலக்கி நெற்றியில் பற்றுப்போட தலைவலி நீங்கும். சூட்டைத் தணிக்கும்.
3. இலை, காம்புகளை குடிநீராக்கி கொடுக்க இருமல், கப சுரம் போகும்.

10. கண்டங்கத்தரி

முள்ளுள்ள மாற்றடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும் நீலநிற மலர்களையும் சிறு கத்திரிக்காய் வடிவிலான காய்களையும் மஞ்சள் நிற பழங்களையும் நேராக உயர்ந்து வளரும் சிறு செடியினம். தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் தரிசு நிலங்களில் வளர்கிறது. இலை, பூ, காய், விதை, பட்டை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

கோழையகற்றியாகவும் சிறுநீர் பெருக்கியாகவும் குடல் வாயு அகற்றியாகவும் செயற்படும்.

1. வேர் 30 கிராம், சுக்கு 5 கிராம், சீரகம் 2 சிட்டிகை, கொத்த மல்லி 1 பிடி 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி 4 முதல் 6 தடவை 100 மி.லி. வீதம் குடிக்க சீதளக்காய்ச்சல், சளிக்காய்ச்சல், நுரையீரல் பற்றிய எந்த சுரமும் தீரும்.
2. சமூலம் 1 பிடி, ஆடாதொடை 1 பிடி, விஷ்ணு காந்தி. பற்பாடகம் இரண்டும் 1 பிடி, சீரகம், சுக்கு வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராக்கி 4 முதல் 6 தடவை 100மி.லி. வீதம் சாப்பிட புளு சுரம், நிமோனியா சுரம், மண்டை நீர் ஏற்றக் காய்ச்சல் முதலியவை தீரும்.
3. கண்டங்கத்திரி வேர், ஆடாதொடை வேர் வகைக்கு 40 கிராம் அரிசி திப்பிலி 5 கிராம் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராக்கி 100 மி.லி. வீதம் தினம் 4 வேளை குடிக்க இரைப்பிருமல் (ஆஸ்துமா) என்புருக்கி ஈளை, இருமல், கபஇருமல், பீனிசம் தீரும்.
4. பழத்தை உலர்த்தி நெருப்பிலிட்டு வாயில் புகை பிடிக்க பல்வலி, பல் அரணை தீரும்.

11. கரிசலாங்கண்ணி

எதிரடுக்கில் அமைந்த வெள்ளை நிற மலர்கள் உடைய மிகக் குறுஞ்செடியினம். தரையோடு படர்ந்து வளர்வதுண்டு. கரிசாலை, கையான், கையந்தரை ஆகிய பெயர்களாலும் வழங்கப்படுகிறது. தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் ஈரமான நிலத்தில் தானே வளர்வது. இதில் மஞ்சள் நிற மலர்களையுடைய ஓர் இனம் உண்டு. இதை மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, பொற்றலை, பொற்றலைக் கரிப்பான், பொற்கொடி என்ற பெயர்களாலும் வழங்கப்படும். நீர்வளம் மிகுந்த இடங்களில் மட்டுமே வளரும். இதன் மருத்துவ பயன் கருதி வீடுகளில் வளர்ப்பதும் உண்டு. இஃது ஓர் கற்ப மருந்து. எல்லா பிணிகளையும் நீக்கவல்லது. இலைகளே மருத்துவப் பயனுடையவை.

1. பித்த நீர் பெருக்கியாகவும், மலமகற்றியாகவும் செயற்படும். இலை 10, வேப்பிலை6, துளசி இலை 5, ஒரு சிறு கீழாநெல்லி செடி ஆகியவற்றை கழுவி காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் மென்று தின்ன கல்லீரல், மண்ணீரல் நோய்கள், பித்த நீர் சுரப்பின்மை, இரத்தத்தில் மிகு பித்தம், இரத்த சோகை, பித்த பாண்டு, நீர் ஏற்றம், மகோதரம், குன்மம், ஊதுகாமாலை ஆகியவை தீரும்.

2. கரிசாலை இலை, தும்பை இலை, கீழாநெல்லி சம அளவு அரைத்து கொட்டை பாக்களவு மோரில் காலை மாலை கொடுத்து வர மஞ்சள் காமாலை தீரும்.
3. சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 2 லிட்டர், அதிமதுரத் துள் 40 கிராம் சேர்த்து பதமுறக் காய்ச்சி வடிகட்டி காலை மாலை 1 தேக்கரண்டி சாப்பிட்டு வர இருமல், சளி, காசம், குரல் கம்மல், இரைப்பிருமல்தீரும். இந்த எண்ணெயை தலையில் தேய்த்து குளிக்கலாம்.
4. வெள்ளைப்பூ கரிசலாங்கண்ணி அரைத்து அடை தட்டி காய வைத்துதேங்காய் எண்ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெயில் ஊற வைத்து தேய்த்தால் முடி கருத்து செழித்து வளரும்.
5. கரிசாலைச்சாறு நலலெண்ணெய் வகைக்கு 1 லிட்டர் கலந்து அதில் குமரிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு வகைக்கு 250 மி.லி. சேர்த்து கஸ்தூரி மஞ்சள் சாதிக்காய் வகைக்கு 10 கிராம் பாலில் நெகிழ அரைத்துக் கலக்கி பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து (கரிசாலைத் தைலம்) வாரம் ஒரு முறை தலையிலிட்டுக் குளித்து வர தலை வலி, பித்த கிருகிருப்பு, உடல் வெப்பம், பீனிசம், காது கண்நோய்கள் தீரும்.
6. கரிசாலை பூக்காத கொட்டைக்கரந்தைத் ஆகியவற்றின் சமன் சூரணம் கலந்து நாள்தோறும் காலை மாலை ½ தேக்கரண்டி தேனில் சாப்பிட்டு வர இளவயதில் தோன்றும் நரை மாறும்.
7. பத்து கிராம் கரிசாலை இலையுடைன் 2 கிராம் மிளகு சேர்த்து வெண்ணெய் போல் அரைத்து போரில் கலக்கி காலை மாலையாக சாப்பிட்டு வர மஞ்சள் காமாலை, பாண்டு, சோகை முதலிய நோய்கள் தீரும்.

12. கட்டுக்கொடி

முனை மழுங்கிய இலைகளுடன் வேலிகளிலும் புதர்களிலும் படர்ந்து வளரக் கூடிய ஏறு கொடியினம். தமிழகத்தின் எல்லா பகுதிகளிலும் வளர்கிறது. இலைச்சாற்றை நீரில் கலந்து வைக்க சிறிது நேரத்தில் கட்டியாகும். இதில் சிறு கட்டுக் கொடி பெருங்கட்டுக் கொடி என இரு வகை உள்ளன. இரண்டிற்கும் மருத்துவ குணம் ஒன்றே. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

குளிர்ச்சியுண்டாக்கியாகவும் உமிழ் நீர் பெருக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. பாக்களவு இலையை மென்று தின்ன இரத்த பேதி, சீத பேதி, மூலக்கடுப்பு எரிச்சல் தீரும்.
2. இலை, வேப்பங் கொழுந்து சம அளவு அரைத்து காலை மட்டும் கொடுத்து வர நீரிழிவு, களைப்பு, ஆயாசம், தேக எரிவு, அதிதாகம், பகு மூத்திரம் தீரும். சிறுநீர் சர்க்கரையும் தீரும். சூரணமாக்கியும் சாப்பிடலாம்.
3. பெருங்கட்டு கொடி இலை, ½ எலுமிச்சை அளவு அரைத்து எருமைத் தயிருடன் கொடுக்க பெரும்பாடு தீரும்.
4. இலையுடன் மாப்பருப்பும் சமன் அரைத்து பால், சர்க்கரை சேர்த்து காலை மாலை கொடுக்க பேதிதீரும். கஞ்சி ஆகாரம் மட்டும் கொடுக்கவும்.
5. சிறிதளவு வேரும், 1 துண்டு சுக்கு, 4 மிளகுடன் காய்ச்சிக் கொடுக்க வாத வலி, வாத நோய், கீல் வாயு தீரும்.
6. இலைச்சாற்றை சர்க்கரை கலந்த நீரில் கலந்து வைக்க சிறிது நேரத்தில் கட்டியாகும். இதை அதிகாலையில் சாப்பிட்டு வர வெள்ளை வெட்டை, சீதக்கழிச்சல், இரத்தக் கழிச்சல் ஆகியவை தீரும்.
7. கட்டு கொடி வேரையும், கழற்சிப் பருப்பையும் இழைத்து விழுதாக்கி கலந்து ½ தேக்கரண்டி நீரில் கலந்து கொடுக்க குழந்தைகளுக்குக் காணும் வயிற்று வலி தீரும்.

13. கீழாநெல்லி

மாற்றடுக்கில் இரு சீராய் அமைந்த சிறு இலைகளை உடைய குறுஞ்செடிகள். இலைகொத்தின் அடிப்புறத்தில் கீழ் நோக்கிய காய்கள் இருக்கும். அரை மீட்டர் உயரத்துக்கும் குறைவாகவே வளரும். கீழ்வாய் நெல்லி ஆகியவை இதன் பிற பெயர்கள். தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் ஈரமான இடங்களில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

சிறு நீர்ப் பெருக்கியாகவும் வெப்பு அகற்றியாகவும் வீக்கம் கட்டி ஆகியவற்றை கரைத்து நரம்பு சதை ஆகியவற்றை சுருங்கச்செய்யும் மருந்தாகவும் செயற்படும்.

1. சமூலம் 30 கிராம், மிளகுடன் சிதைத்து 2 குவளை நீரில் போட்டு 1 குவளையாகக் காய்ச்சி 3 குவளையாகக் குடித்து வர சூடு, சுரம், தேக எரிச்சல் தீரும்.
2. இலையில் உப்பு சேர்த்து அரைத்து தடவி குளிக்க சொறி சிரங்கு, நமைச்சல் தீரும்.
3. இலை, மூக்கிரட்டை இலை, பொன்னாங்கண்ணி இலை, சம அளவு அரைத்து கழற்ச்சியாய் அளவு மோரில் கலக்கி 45 நாள்கள் கொள்ள மாலைக்கண், பார்வை மங்கல் வெள்ளெழுத்து தீரும்.
4. இலைச்சாறு, பொன்னாங்கண்ணிச்சாறு, சமன் கலந்து நல்லெண்ணெயுடன் கலந்து காய்ச்சி தலை முழுக பார்வைக் கோளாறு தீரும்.
5. கீழாநெல்லி வேர், அசோகுப்பட்டை, அகத்திப்பட்டை, ஆகியவற்றை இடித்து தூள் செய்து சமனளவு கலந்து வேளைக்கு 10 கிராம் வீதம் காலை மாலை வெந்நீருடன் கொள்ள (40 நாட்கள்) பெரும்பாடு, வெள்ளை, மாவிடாய் தாமதம், உதிரச்சிக்கல் தீரும்.
6. கீழாநெல்லி இலை, கரிசலாங்கண்ணி இலை, தும்பை சமன் அளவு அரைத்து பெரியோர்க்கு புன்னைக்காயளவும், இளைஞர்களுக்கு கழற்ச்சிக்காய் அளவும், சிறுவர்களுக்கு சுண்டைக்காய் அளவும் பாலில் 10 நாட்கள் கொடுத்து காரம், புளி நீக்கி, பால், மோர் சோறும் ½ உப்புமாக சாப்பிட காமாலை தீரும்.
7. கீழாநெல்லி சாறு, உத்தாமணிச் சாறு, குப்பைமேனிச்சாறு, சமன் கலந்து நல்லெண்ணெயில் எரித்து நசியமிட பீனிசம், ஓயாத தலைவலி, நீர் வடிதல் ஆகியவை தீரும்.

8. ஓரிதழ் தாமரையுடன் சமன் கீழாநெல்லி சேர்த்து அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு அதிகாலை 45 நாள் சாப்பிட வாலிப வயோதிகம் நீங்கும்.
9. கீழாநெல்லியுடன் சமன் கரிசலாங்கண்ணிச் சேர்த்து அரைத்து பசும்பாலுடன் 45 நாள் சாப்பிட கல்லீரல் பழுது, பாண்டு, சோகை, இரத்தமின்மை தீரும்.

14. குப்பைமேனி

மாற்றடுக்கில் அமைந்த பல அளவுகளில் உள்ள இலைகளையும், இலைகாம்பு இடுக்கில் அமைந்த பூக்களையும் கொண்ட குறுஞ்செடி. தமிழகத்தின் எல்லா பகுதிகளிலும் தானே வளர்கிறது. பூனை வணங்கி என்ற பெயரும் உண்டு. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை வாந்தி உண்டாக்கி கோழையகற்றியாகவும் வேர் மல மிலக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. சமூல சூரணம் 1 சிட்டிகை நெய்யில் காலை மாலை 1 மண்டலம் கொடுக்க 8 வித பவுத்திர நோயும் தீரும். பிற மருத்துவ முறையினால் சிக்கலான பவுத்திரத்திற்கு ஒரு வாரம் காலை மாலை 50 மி.லி. அவுரிக் குடிநீர் கொடுத்து பின்னர் மேற்கண்ட சிகிச்சையை 70 முதல் 90 நாட்கள் செய்ய பவுத்திர நோய்கள் அனைத்தும் தீரும்.
2. வேர் சூரணம் 1 லிட்டர் நீரில் 1 பிடி போட்டு 8 – ல் ஒன்றாக காய்ச்சிக் கொடுக்க நாடாப்புழு நாக்கு பூச்சி நீங்கும். பேதியாகும். சிறுவர்களுக்கு பாதி அளவு கொடுக்கவும்.
3. இலையை விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி இள சூட்டில் கட்டிவர படுக்கை புண்கள் தீரும்.
4. இலைச் சூரணத்தை பொடி போல் நசியமிட தலைவலி நீங்கும்.
5. இலை, சிறிது மஞ்சள், உப்பு சேர்த்து அரைத்து பூசி சற்று நேரம் கழித்து குளிக்க தோல் நோய் அனைத்தும் தீரும்.

15. குமரி

சதைபற்றாகவும், விளிம்பில் முள்ளும் உள்ள மடல்களை உடைய கற்றாழை இனம். நடுவில் நீண்டும் உயர்ந்து வளர்ந்த தண்டில் பூங்கொத்து காணப்படும். சோற்றுக்கற்றாழை எனவும் அழைக்கப்பெறும். தமிழகமெங்கும் காணப்படுகிறது. மடல் வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையடையவை. தோல் நீக்கிய சோற்றை ஏழு முறை கழுவி கசப்பு நீக்கி குழம்பாக சமைத்துண்பதுண்டு.

இதை உண்பதால் தாது வெப்பு அகன்று தாகந்தணியும்.

1. 1 கிலோ விளக்கெண்ணெய், 1 கிலோ 10 முறை கழுவிய சோற்றுக்கற்றாழைச் சோறு, ½ கிலோ பணங்கற்கண்டு, ½ கிலோ வெள்ளை வெங்காய்சாறு ஆகியவற்றைக் கலந்து நீர் சுண்ட காய்ச்சி காலை மாலை 15 மி.லி. கொடுக்க மந்தம், வயிற்று வலி, ரணம், குன்மக்கட்டி, பசியின்மை, புளி ஏப்பம், பொருமல் ஆகியவை தீரும். காலை மாலை 1 தேக்கரண்டி கொடுத்து காரம், புளி நீக்கி உணவு கொள்ள மேக நோய் பலவீனம், எரிச்சல், நீர்கசியும் கிரந்தி, அரிப்பு, தினவு, மஞ்சள், சிவப்பு ஆகிய நிறங்களில் நீர் போதல், தாது இழப்பு, அரையாப்பு, தொண்டைகட்டி உறுப்புகளில் அக, புற ரணங்கள், சீழ் வடிதல் தீரும். மலச்சிக்கல் நீங்கி உடல் தேறும்.
2. வேரை அலசி பால் ஆவியில் அவித்து, உலர்த்தி பொடித்து ஒரு மேசைக் கரண்டி (15 மி.லி.) பாலுடன் கொடுக்க சூட்டு நோய்கள் தீரும். ஆண்மை நீடிக்கும்.

16. கோவை

ஐந்து கோணங்களுடைய மடலான காம்புடைய இலைகளையும், வெள்ளை மலர்களையும், நீண்ட முட்டை வடிவ வரியுள்ள காய்களையும், செந்நிற பழங்களையும் உடைய படர்கொடி. வேர் கிழங்காக வளரும். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. இலை, காய் கிழங்கு ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை. சிறுநீர், வியர்வை ஆகியவற்றை மிகுதிபடுத்தும் குணமுடையது. உடல் பலம் கொடுக்கும். வாந்தியுண்டாக்கும் தன்மையுடையது.

1. ஒரு பிடி இலையை 200 மி.லி. நீரில் சிதைத்து போட்டு100 மில்லியாகச் காய்ச்சி காலை மாலை குடித்து வர உடல் சூடு, கண் எரிச்சல், இருமல், நீரடைப்பு, சொறி சிரங்கு, புண் ஆகியவை போகும்.

2. இலைச்சா்று 30 மி.லி. காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடித்து வர மருந்து வேகம் தணியும்.
3. கோவைச்சாற்றுடன் சம அளவு நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வாரம் ஒரு முறை தலை முழுகி வர சொறி, சிரங்கு, படை, கரப்பான் ஆகியவை தீரும்.
4. 2 பச்சைக்காயை தினமும் சாப்பட்டு வர மது மேகத்தை தடுக்கலாம்.
5. கோவைக் கிழங்கு சாறு 10 மி.லி. காலை மட்டும் குடித்து வர இரைப்பிருமல் (ஆஸ்துமா), இரைப்பு, கபரோகம், மார்புச்சளி மதுமேகம், கண்டமாலை, வீக்கம் ஆகியவை நீங்கும்.

17. சங்கிலை

பளபளப்பான எதிரடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும், இலைக்கோணங்களில் நீண்ட முட்களையும் வெண்மையான உருண்டை வடிவ உண்ணக்கூடிய பழங்களையும் உடைய குறுஞ்செடி முட்சங்கஞ்செடி எனவும் அழைப்பதுண்டு. தமிழகமெங்கும் புதர்க் காடுகளிலும் ஆற்றங்கரைகளிலும் கடற்கரைகளிலும் வளர்கிறது. இலை, வேர், பழம் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

சிறுநீர்ப் பெருக்கியாகவும், இலை உடல் பலம் பெருக்கியாகவும், வேர் கோழையகற்றி இருமல் தணிக்கும் மருந்தாகவும் செயற்படும்.

1. சங்கிலை, தூதுவேளை இரண்டும் ஒரு பிடி அரைத்து நெல்லிக்காயளவு பசும்பாலில் கொள்ள கபரோகம் தீரும்.
2. சங்கிலை, வேப்பிலை, சமன் அரைத்து நெல்லிக் காயளவு காய்ச்சி ஆறிய நீருடன் பிரசவ நாளிலிருந்து கொடுத்து வர கற்பாயச அழுக்குகள் வெளியேறி சன்னி, இழுப்பு வராமல் தடுக்கும்.
3. சங்கிலை, வேர்பட்டை சமனளவு அரைத்து சுண்டைக்காயளவு வெந்நீரில் காலை மாலை கொள்ள 20 நாட்களில் ஆரம்பப்பாரிச வாதம் வாயு, குடைச்சல், பக்க வாதம் தீரும்.

4. சங்கிலை, வேம்பு, குப்பைமேனி, நொச்சி, நாயுருவி ஆகியவற்றில் வேது பிடிக்க வாத வீக்கம், வலி, நீர் ஏற்றம், கீழ் வாயு தீரும்.
5. சங்கம் வேர்பட்டைச்சாறு 20 மி.லி., 100 மி.லி. வெள்ளாட்டு பாலில் குடித்து வர சிறுநீர்த்தடை நீங்கும்.

18. சிறுகுறிஞ்சா

எதிர் அடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும் இலை கோணத்தில் அமைந்த பூங்கொத்துகளையும் உடைய சுற்றுக்கொடி. முதிர்ந்த காய்களிலிருந்து பஞ்சு பொருந்திய காற்றில் பறக்கக் கூடிய விதைகளை உடையது. தமிழகத்தின் சிறு காடுகளிலும் வளர்கிறது. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை – பித்தம் பெருக்கும்: தும்மலுண்டாக்கும்: வாந்தியுண்டாக்கும்: நஞ்சு முறிக்கும். வேர்- காய்ச்சல் போக்கும்: நஞ்சு முறிக்கும்: சதை நரம்பு ஆகியவற்றைச் சுருங்கச்செய்யும்.

1. கொடி இலையுடன் (50 கிராம்), திரிகடுகம் வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி யாக காய்ச்சி வடித்து 10 நிமிடத்திற்கு ஒரு முறை 10 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர ஒரே நாளில் தணியாத தாகத்துடன் உள்ள சுரம் தணியும்.
2. கொடி இலையுடன் 10 கிராம், களா இலை 20 கிராம் மையாய் அரைத்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்து வர தாமதித்து வரும் மாத விடாய், உதிரச் சிக்கல், கற்பாயச கோளாறு தீரும்.
3. இலை ஒரு பங்கும், 2 பங்கு தென்னம்பூவும் மையாய் அரைத்து பட்டாணி அளவாய் மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி காலை மாலை 1 மாத்திரை வெந்நீரில் விழுங்க சிறுநீர் சர்க்கரை தீரும். மருந்து சாப்பிடும் வரை நோய் விலகி இருக்கும்.
4. வேர் சூரணம் 1 சிட்டிகை, திரிகடுக சூரணம் 1 சிட்டிகை வெந்நீரல் கொள்ள கபம் வெளியாகி ஆஸ்துமா, மூச்சு திணறல் தீரும்.

5. நன்கு நசுக்கிய வேர் 40 கிராம் ஒரு லிட்டர் நீரில் போட்டு 100 மில்லியாகக் காய்ச்சி வடித்து 30 மில்லியாக காலை மதியம் மாலை கொடுத்து வர காய்ச்சல், இருமல், காசம் ஆகியவை தீரும்.

19. சீந்தில் கொடி

இதய வடிவ இலைகளையும் தக்கையான சாறுள்ள தண்டுகளையும் காகிதம் போன்ற புறத்தோலையும் உடைய ஏறு கொடி. தமிழ்நாட்டின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் காடுகளில் மரங்களில் படர்ந்து வளர்கிறது. கொடியின் தரை தொடர்பு அகற்றப்பட்டால் கொடியில் மெல்லிய விழுதுகள் வளர்ந்து தரையில் ஊன்றி கொடி தழைக்கும். அமிர்தவல்லி, சோமவல்லி, சாகாமூலி, சஞ்சீவி, ஆகாசவல்லி என்ற பெயர்களாலும் இதை குறிப்பிடுவதுண்டு. கொடி, வேர், ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

முதிர்ந்த கொடியை நறுக்கி நன்கு இடித்து நல்ல நீரில் கரைத்து வடிகட்டி அசையாது சில மணி நேரம் வைத்திருந்து நீரை வடித்துப் பார்க்க அடியில் வெண்ணிறமான மாவு படிந்திருக்கும். மீண்டும் நீர் விட்டு கரைத்து தெளிய வைத்து இறுத்து எடுத்து உலர்த்தி வைக்க பளிச்சிடும் வெண்ணிறப் பொடியாயிருக்கும். இதுவே சீந்தில் சர்க்கரை எனப்படும். இஃது ஓர் கற்ப மருந்தாகக் கருதப்படுகிறது. உணவுக் கட்டுபாட்டுடன் நீண்ட நாள் சாப்பிட பல பிணிகளும் நீங்கும் என்பதாகும்.

சீந்தில் உடற் பலம், சிறுநீர், காமம், தாய்ப்பால், பித்தம் ஆகியவற்றைப் பெருக்கும்: முறை நோய் தீர்க்கும்: உடல் தேற்றும்.

1. சீந்தில் சர்க்கரை, கல்லீரல், மண்ணீரல் ஆகியவைகளை உரம் பெறச் செய்யும். பிற மருந்தின் சேர்க்கையுடன் நீரிழிவு, காமாலை, பாண்டு, சோகை, வீக்கம், இருமல், கபம், சளி, வாந்தி, மூர்ச்சை ஆகியவற்றைத் தீர்க்கலாம்.

2. சீந்தில் கொடி நெற்பொரி வகைக்கு ஒரு லிட்டர் நீரில் இட்டு 150 மில்லியாக வற்றக் காய்ச்சி காலை, மதியம், மாலையாக 50 மில்லியாகக் குடித்து வர மேக வெப்பம், தாகம் தீரும்.
3. முதிர்ந்த கொடிகளை உலர்த்திப் பொடித்து காலை மாலை ½ தேக்கரண்டி பாலுடன் சாப்பிட்டு வர உடல் உரம் பெறும். பனக்கற்கண்டுடன் சாப்பிட மதுமேகத்தால் தோன்றும் கை கால் அசதி, மிகுதாகம், உடல்மெலிவு, விரல்களில் சுருக் சுருக்கென்று குத்துதல் ஆகியவை தீரும்.

20. சீதேவி செங்கழுநீர்

மாற்றடுக்கில் அமைந்த தனித்த பல வடிவ முழு இலைகளையும் மூக்குத்தி வடிவில் அரக்கு நிற மலர் கொத்தினையும் உடைய குறுஞ்செடி. சீரா செங்கழுநீர், நெய்ச்சட்டி பூண்டு, சகதேவி என்ற பெயர்களிலும் வழங்க் பெறுகிறது. தமிழகத்தில் எல்லா மாவட்டங்களிலும் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

தாதுச் சிதைவகற்றி, முறை நோய் நீக்கி வியர்வை காமம் பெருக்கும் செய்கையுடையது.

1. 1 லிட்டர் நீரடிமுத்து நெய்யில் இலைச்சாறு சமன் சேர்த்து, 35 கிராம் வாய்விளங்கம் தூள் இட்டு காய்ச்சி வடித்து தடவி வர சொறி, சிரங்கு, தேமல், படை, வெடிப்பு ரணம் தீரும்.
2. சமூலமாக குடிநீராக்கி சாப்பிட பித்த சுரம் நீங்கும்.
3. இலையை அரைத்துக் கட்ட நரம்புச்சிலந்தி குணமாகும்.
4. பூச்சாறு ஒரு துளி கண்ணில் விட்டு வர கண் சிகப்பு, அறுகல் வலி தீரும்.
5. சமூலச்சாறு சமன் நல்லெண்ணெய் கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி வாரம் இரு முறை தலை முழுகி வர வெப்பம் தணிந்து கண் குளிர்ச்சியாகி உடல் பளபளப்பாகும்.

21 செம்பரத்தை

கூர்நுனியுடன் ஈட்டி வடிவ இலைகளையும் செந்நிற மலர்களையும் உடைய செடியினம். அழகுக்காகவும், பூசை மலருக்காகயும் வீட்டு தோட்டங்களில் தமிழகமெங்கும் வளர்க்கப்படுகிறது. இலை, பூ, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

வெப்பு அகற்றி காமம் பெருக்கும் செய்கையுடையது.

1. இலையை நீரிலிட்டு காய்ச்சி வடிகட்டி கற்கண்டு சேர்த்துப் பருக நீர் எரிச்சல் தீரும்.
2. பூவை நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி பாலும், சர்க்கரையும் சேர்த்து காலை மாலை பருக மார்பு மார்பு வலி, இதய பலவீனம் தீரும். காபி, டீ, புகையிலை நீக்க வேண்டும்.
3. பூவை உலர்த்திப் பொடித்து சம எடை மருதம்பட்டை தூள் கலந்து பாலில் காலை மாலை பருக மார்பு வலி, இதய பலவீனம் தீரும்.
4. பூவை நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சித் தடவ முடிவளரும்.
5. செம்பரத்தை வேர்ப்பட்டை, இலந்தை மரப்பட்டை, மாதுளம் பட்டை சமனளவு சூரணம் செய்து 4 சிட்டிகை காலை மாலை சாப்பிட பெரும்பாடு தீரும்.
6. செம்பரத்தம் பூ 500 கிராம் அம்மியில் நெகிழ அரைத்து அதில் 1 கிலோ சர்க்கரையை போதிய நீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டிக் கலந்து சிறு தீயில் எரித்து குழம்பு பதமாக்கி (செம்பரத்தை மணப்பாகு) வைத்துக் கொண்டு 15 மில்லியாக காலை மாலை சாப்பிட்டு வர உட்சூடு, நீரெரிச்சல், உள்ளுறுப்புகளில் உள்ள புண், ஈரல் வீக்கம், நீர்க்கட்டு ஆகியவை தீரும்.

22. திருநீற்றுப் பச்சிலை

செறிந்த மணமுடைய இலைகளையும் வெளிறிய கருஞ்சிவப்பு மலர்கதிர்களையும் உடைய சிறு செடியினம். பச்சிலை, உருத்திரசடை என்ற பெயர்களாலும் குறிப்பிடப்பெறும். தென் தமிழ்நாட்டில் வளர்க்கப்படுகிறது. இலை விதை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

வியர்வை பெருக்கியாகவும் தாது வெப்பு அகற்றி உடல் தேற்றும் மருந்தாகவும் செயற்படும்.

1. இலையை அரைத்துப் பூச கட்டி கரையும்.
2. இலையை முகர்வதால் தலைவலி, இதயநடுக்கம், தூக்கமின்மை ஆகியவை சாந்தமாகும்
3. இலைச்சாறு, தேன் ஆகியவற்றை சமன் கலந்து 30 மி.லி. கொடுத்து வர மார்பு வலி, மேல்சுவாசம், இருமல், வயிற்று வாயு தீரும்.
4. இலையை மெல்லுவதால் வாய்வேக்காடு தீரும்.
5. வாட்டிப் பிழிந்த சாறு இரண்டொரு துளி காதில் விட காது மந்தம் தீரும்.
6. 5 கிராம் விதையை 100 மி.லி. நீரில் போட்டு 3 மணி நேரம் ஊற வைத்து சாப்பிட வயிற்றுக்கடுப்பு, இரத்தக் கழிச்சல், எரிச்சல், வெட்டை ஆகியவை குணமாகும்.

23. துளசி

கற்பூர மணம் பொருந்திய இலைகளையும் கதிராக வளர்ந்த பூங்கொத்துக்களையும் உடைய சிறு செடி. துழாய், துவளம் என்றும் அழைக்கப்பெறும். திருமாலுக்கு பூசனை மூலிகையாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. வீடுகளில் பூசனைக்காக வளர்ப்பதும் உண்டு. இலை, பூ, விதை ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை. நல் துளசி, செந்துளசி, கல்துளசி, முள்துளசி முதலிய பல இனங்கள் உள்ளன.

கோழையகற்றுதல், நோய் நீக்கி உடல் தேற்றுதல், வியர்வை பெருக்குதல், முறை நோய் அகற்றுதல் ஆகிய குணங்களை உடையது.

1. இலைகளை பிட்டவியலாய் அவித்துப் பிழிந்த சாறு 5 மி.லி. காலை மாலை சாப்பிட்டு வர பசியை அதிகரிக்கும். இதயம், கல்லீரல் ஆகியவற்றைப் பலப்படுத்தும். சளியை அகற்றும். தாய்ப்பாலை மிகுக்கும்.
2. இலை 20, தோல் நீக்கய இஞ்சி 2 கிராம் சிதைத்து 200 மி.லி. நீரில் போட்டு 100 மில்லியாகக் காய்ச்சி தினம் 3 வேளை ஒரு முடக்கு வீதம் குடித்து வர பித்த சீதளக்காய்ச்சல் 3 நாட்களில் தீரும்.
3. ½ பிடி இலையை சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு 200 மி.லி. யாக காய்ச்சி வடிகட்டி 15 கிராம் கற்கண்டும் 2 தேக்கரண்டி தேனும் கலந்து தினம் 4 வேளைக்கு ஒரு முடக்கு வீதம் குடிக்க மார்பு நோய், காச நோய், காய்ச்சல் ஆகியவை தீரும்.
4. துளசி 50 கிராம், மிளகு 20 கிராம் மையாய் அரைத்து பயிறளவு மாத்திரையாக்கி காலை மாலை வெந்நீரல் இழைத்து கொடுக்க சகலவித காய்ச்சலும் தீரும்.
5. துளசி விதை 10 கிராம், ரெச விதை 10 கிராம் அரைத்து சுண்டைக்காயளவு மாத்திரையாக்கி காலை மாலை ஒரு மாத்திரை பாலில் உரைத்து சாப்பிட கணச்சூடு தீரும்.
6. இலைச்சாறு 1 மி.லி., தேன் 5 மி.லி, வெந்நீர் 5 மி.லி. கலந்து காலை மாலை 20 முதல் 40 நாள்கள் சாப்பிட இதய நோய் சாந்தமாகும்.
7. கருந்துளசி இலை 25, செம்பரத்தம் பூ 2, ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராக்கி 2 மணிக்கு ஒரு முறை ஒரு முடக்கு வீதம் 10 நாள்கள் குடிக்க இதயத்தில் குத்துவலி, பிடிப்புவலி ஆகியவை தீரும்.
8. கருந்துளசி 1 பிடி, மருதம்பட்டை 40 கிராம் சிதைத்துப் போட்டு 1 லிட்டரை ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடித்து 2 தேக்கரண்டி தேன் கலந்து ஒரு முடக்கு வீதம் நாளைக்கு 6 வேளை 20 நாள்கள் சாப்பிட்டு வர சீரற்ற இதயத் துடிப்பும், இதயத்தை கட்டி பிடிப்பது போன்ற வலியும் குறையும்.
9. இலை 1 பிடி, இஞ்சி 1 துண்டு, தாமரை வேர் 40 கிராம் அரைத்து கொதிக்க வைத்து இளஞ்சூட்டில் பற்றிட விலாவலி தீரும்.
10. இலை கதிர்களுடன் வாட்டி பிழிந்த சாறு ˙காலை மாலை இரு துளி வீதம் காதில் விட்டு வர 10, 12 நாள்களில் காது மந்தம் தீரும்.

11. துளசிச்சாறு, கரிசாலைச்சாறு இரண்டும் கலந்து காதில் விட்டு வர காதுவலி, இரத்தம், சீழ்வடிதல் ஆகியவை குணமடையும்.
12. துளசி பூங்கொத்து, திப்பிலி, வசம்பு சமனளவு சூரணித்து 4 மடங்கு சர்க்கரை கலந்து ஒரு சிட்டிகை தேனில் சாப்பிட கக்குவான் தீரும்.
13. விதைச்சூரணம் 5 அரிசி எடை தாம்பூலத்துடன் கொள்ள தாது கட்டும்.

24. தும்பை

எதிரடுக்கில் அமைந்த கூரான நீண்ட கரும்பச்சை இலைகளையும் நாற்கோண வடிவிலமைந்த தண்டுகளையும் பாத வடிவிலான தேன் நிறைந்த வெண்ணிற சிறு மலர்களையும் உடைய சிறு செடி மாரிக்காலத்தில் எல்லா இடங்களிலும் காணப்பெறும். ஈரமுள்ள இடங்களில் எல்லா பருவத்திலும் தலைத்திருக்கும். இலை, பூ ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

இலை கோழையகற்றியாகவும், உடல் உரம் பெருக்கியாகவும், வாந்தியுண்டாக்கும் மருந்தாகவும் பயன்படும். பூ முறை நோயகற்றும் மருந்தாகும்.

1. தும்பைச்சாறு 25 மி.லி. பாம்பு தீண்டியவர்க்கு கொடுக்க 2, 3 தடவை பேதியாகும். கபத்துடன் வாந்தியாகும். குளிர்ந்த உடல் சூடு அடையும். புதுபானையில் பச்சரிசி, பாசிப்பயறு பொங்கி உப்பில்லாமல் சாப்பிட வேண்டும். ஒரு நாள் உறங்கக் கூடாது. 3 நாள்கள் உப்பில்லாமல் பொங்கல் கொடுத்தால் தீரும். மயங்கிய நிலையில் இருப்பின் சாற்றினை நசியமிடலாம். நசியத்தில் தெளிவில்லையெனில் இறப்பு உறுதி.
2. தும்பைச்சாறு 1 மி.லி. தேனில் கலந்து கொட்டு வாயில் இலையை அரைத்து கட்டினால் தேள் நஞ்சு இறங்கும். கடுப்பு நீங்கும்.
3. இலையை அரைத்து தடவி குளிக்க நமைச்சல், சொறி சிரங்கு தீரும்.
4. தும்பை இலை, உத்தாமணி இலை சம அளவு அரைத்து சுண்டைக்காயளவு பாலுடன் சாப்பிட்டு புளி, காரம் நீக்க உதிரச் சிக்கல் தாமதித்த மாத விடாய் நீங்கும்.

5. தும்பைப் பூவை நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி முழுக தலைப்பாரம் நீர் ஏற்றம் தீரும்.

25. தூதுவேளை

சிறகாக உடைந்த முள்ளுள்ள இலைகளையும் ஊதா நிறப்புக்களையும், உருண்டையான பச்சை நிற காய்களையும் சிவப்பு பழங்களையும் வளைந்த முட்கள் நிறைந்த தண்டினையும் உடைய ஏறு கொடி. தூதுவளை, தூதுளம், தூதுளை என்றும் குறிப்பிடப் பெறும். தமிழகமெங்கும் தன்னிச்சையாய் வளர்கிறது. வீட்டுத்தோட்டங்களில் வளர்ப்பதும் உண்டு. வேர் முதல் பழம் வரை எல்லாப்பக்கங்ளும் மருத்துவப் பயனுடையவை. இதன் பயனை கீழ்க்கண்ட வள்ளல்லார் வாக்கால் அறியலாம்.

அறிவை விளக்குவதற்கும் கவன சக்தி உண்டுபண்ணுவதற்கும் கரணம் ஓய்வதற்கும் கபத்தை அரிப்பதற்கும் யோக்கியதையுடைய ஔஷதி தூதுவளை தேகக் கெடுதியாகிய அசக்தம் நீங்கி தேகம் வலிவுள்ளதாக நெடுநாளைக்கு இருக்கும். முக்தியடைவதற்குச் சகாயமாயிருக்கும். மகான்களிடத்தில் அனந்த காலம் காத்திருந்தாலும் மேற்குறித்த மூலிகையின் பிரயோஜத்தையும் உண்மையையும் அனுபவத்தையும் அவர்கள் வெளியிடார்கள்.

இலை கோழையகற்றும் உடல் தேற்றி காமம் பெருக்கும்: பூ உடல் உரமூட்டும் காமம் பெருக்கும்: காய் கோழையகற்றி பசியைத் தூண்டி மலச்சிக்கல் அறுக்கும்: பழம் கோழையகற்றும்.

1. இலையை நெய்யில் வதக்கி துவையல் குழம்பு கடைந்து சாப்பிட கபகட்டு நீங்கி உடல் பலமும், அறிவுத்தெளிவும் உண்டாகும்.
2. இலைச்சாற்றை சம அளவு நெய்யில் காய்ச்சி காலை மாலை 1 தேக்கரண்டி சாப்பிட்டு வர என்புருக்கி காசம், மார்புச்சளி நீங்கும்.

3. காயை உலர்த்தி தயிர், உப்பு ஆகியவற்றில் பதப்படுத்தி எண்ணெயில் வறுத்து உண்டு வர பைத்தியம், இதயபலவீனம் மலச்சிக்கல் ஆகியவை தீரும்.
4. சமூலத்தை (வேர், இலை, பூ, காய்) 50 கிராம், ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு 4ல் ஒன்றாகக் காய்ச்சி காலை மாலை பருகி வர இரைப்பு, சுவாச காச சளி இருமல் ஆகியவை தீரும்.
5. ஆஸ்துமா மூச்சுதிணறலில் பழத்தூளை புகைப் பிடிக்க சளி இளகி குணப்படும்.
6. நாள்தோறும் 10 பூவை காய்ச்சி பால், சர்க்கரை கூட்டி மண்டலம் (45 நாள்கள்) பருக உடல் பலம். முகவசீகரமும், அழகும் பெறலாம்.
7. தூதுவேளை, கண்டகத்திரி, பற்பாடகம் விஷ்ணு காந்தி வகைக்கு 1 பிடி 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 8- ல் ஒன்றாக காய்ச்சி (தூதுவேளைக் குடிநீர்) ஒரு மணிக்கு ஒரு முறை 5 மி.லி. முதல் 10 மி.லி.வரை கொடுத்து வர கபவாதசுரம் (நிமோனியா), சன்னி வாதசுரம் (டைப்பாய்டு) குறையும்.

26. நித்திய கல்யாணி

ஐந்து இதழ்களையுடைய வெண்மை அல்லது இளஞ்சிவப்பு நிற மலர்களையும் மாற்றடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும் உடைய குறுஞ்செடி. எல்லா பருவங்களிலும் பூக்கும் தன்மையுடையதாகையால் இப்பெயர் ˙ பெறுகிறது. சுடுகாட்டு பூ, கல்லறை பூ என்ற பெயர்களிலும் நாட்டுபுறங்களில் வழங்கப்பெறுகிறது. தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. அழகுத் தாவரமாக தோட்டங்களில் வளர்கவும் பெறுகிறது. இதன் வேர், பூ ஆகியவை மருத்துவ பயனுடையவை.

நாடி நடையை சமனப்படுத்தவும் சிறுநீர், சர்க்கரை குறைக்கவும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

1. 5, 6 பூவை ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு காய்ச்சி ¼ லிட்டராக்கி ஒரு நாளைக்கு 4 வேளை கொடுக்க அதி தாகம், அதி மூத்திரம், உடல் பலவீனம், மிகு பசி, பசியின்மை தீரும்.
2. வேர் சூரணம் 1 சிட்டிகை வெந்நீரில் 2. 3 முறை கொடுக்க சிறுநீர் சர்க்கரை குறையும். நோய் கட்டுப்படும்.

27. நில வேம்பு

மிகவும் கசப்புச் சுவையுடைய நீண்ட இலைகளையும் நாற்கோண வடிவிலமைந்த தண்டுகளையும் உடைய சிறு செடிகள் தமிழ்நாட்டின் சமவெளிப் பகுதிகளில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

காய்ச்சல் அகற்றுதல் பசி உண்டாக்குதல் தாது பலப்படுத்தல் முறை நோய் தீர்த்தல் ஆகிய பண்புகளை உடையது.

1. நில வேம்பு, கண்டங்கத்திரி வேர் வகைக்கு கைப்பிடியளவு, சுக்கு 10 கிராம் சேர்த்து ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி.யாக காய்ச்சி நாளைக்கு 3 முறையாகக் குடிக்க மலேரியா குணம் அடையும்.
2. நிலவேம்பு, சுக்கு, திப்பிலி, சீந்தில் கொடி வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு 200 மி.லி யாகக் காய்ச்சி 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்கு காணும் சகல காய்ச்சலும் தீரும்.

28. நில ஆவாரை

ஆவாரை போன்ற வெளிறிய இலைகளையும் வெளிறிய மஞ்சள் நிற பூக்களையும் உடைய தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறு செடியினம், தென் தமிழ்நாட்டில் காணப்படுகிறது. இலையே மருத்துவப்பயனுடையது.

பித்தநீர், வியர்வை ஆகியவற்றை மிகுக்கவும் மலமிளக்கவும் பயன்படும்.

1. இலை கியாழத்தை தடவி வர சொறி, சிரங்கு, படை ஆறும். கூந்தல் உதிர்வது நிற்கும்.
2. இலையுடன் மருதோன்றி இலை கூட்டி அரைத்துத் தடவ செம்பட்டை முடி கறுக்கும்.
3. நில ஆவாரை இலை, சோம்பு, சுக்கு, கொத்தமல்லி வகைக்கு 10 கிராம் 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி கற்கண்டு கலந்து சாப்பிட சுகபேதியாகும்.
4. நில ஆவாரை இலையை துவையலாய் அரைத்து இரவில் பயன்படுத்த மலச்சிக்கல் தீரும்.

29. நீர் முள்ளி

குறுகளான ஈட்டி வடிவ இலைகளையும் நீல – கருஞ்சிவப்பு நிற மலர்களையும் கணுக்கள் தோறும் நீண்ட கூர்மையான முட்களையும் உடைய நீர்வளமுள்ள இடங்களில் தானே வளரும் சிறு செடி. தமிழகமெங்கும் காணப்படுகிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது. சிறுநீர் பெருக்கியாவும் தாதுக்கள் அழுகிக் கெடுவதைக் தவிர்க்கும் மருந்தாகவும் செயற்படும். விதை காமம் பெருக்கியாகும்.

1. நீர்முள்ளி சமூலம் நன்கு அலசி இடித்து 200 கிராம், 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு சோம்பு, நெருஞ்சில் விதை, தனியா வகைக்கு 50 கிராம் இடித்து போட்டு, ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி (நீர் முள்ளிக் குடிநீர்) வேளைக்கு 125 மி.லி. வீதம் தினம் 4 வேளை கொடுத்து வர ஊதி பெருத்த சரீரம் குறையும். வாத வீக்கம், கீழ் வாதம், நரித்தலை வாதம், நீர்வழி அடைப்பு, நீர்வழி ரணம், அழற்சி 3 நாளில் தீரும். 10, 12 நாள் கொடுக்க மகோதரம் தீரும்.
2. வேர்மட்டும் 10 பங்கு கொதி நீரில் போட்டு 24 மணி நேரம் ஊற வைத்து தெளிவு நீரை 2 மணிக்கு ஒரு முறை 30 மி.லி. கொடுத்து வர நீர்கோவை, மகோத்தரம் தீரும்.
3. நீர்முள்ளி விதை 40 கிராம், ரெருஞ்சில் விதை 20 கிராம், வெள்ளரி விதை 10 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி

பனங்கற்கண்டு கலந்து 1 வாரம் காலை மாலை கொள்ள துர்நீர் கழியும். நீர் எரிச்சல், மேக நீர், வாத நீர், உடல் காங்கை நீங்கி சப்த தாதுக்களும் வலுவடைந்து உடல் பலம், தாது பலம் உண்டாகும்.

4. விதையைப் பொடித்து வேளைக்கு ½ முதல் 1 கிராம் வரை பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர மேகம், வயிற்றுபோக்கு, நீர்க்கோவை, இரைப்பிருமல் ஆகியவை தீரும். குருதி தூய்மையடைந்து விந்தூறும்.

30. நெருஞ்சில்

தரையோடு படர்ந்த சிறு கொடிகள். மஞ்சள் நிற மலர்களை உடையது. மலர்கள் சூரிய திசையோடு திரும்பும் தன்மையன. முள்ளுள்ள காய்களை உடையது. தமிழமெங்கும் சாலையோரங்களிலும் தரிசுகளிலும் வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

சிறுநீர், தாதுபலம், காமம் ஆகியவற்றைப் பெருக்கவும் தாது அழுகல் குருதிக் கசிவு ஆகியவற்றை நிறுத்தவும் மருந்தாக பயன்படும்.

1. நெருஞ்சில் செடி 2, அறுகு 1 கைப்பிடி, 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராக்கி 50 மி.லி. அளவாக காலை மதியம் மாலை 2, 3 நாள்கள் கொடுக்க கண் எரிச்சல், கண்ணில் நீர் வடிதல், நீர்ச்சுருக்கு ஆகியவை தீரும்.
2. சமூலச்சாறு 1 அவுன்ஸ் மோர் அல்லது பாலுடன் கொள்ள சிறுநீருடன் இரத்தம் போதல் குணமடையும்.
3. சமூலத்துடன் கீழா நெல்லி சமூலம் சமன் சேர்த்து மையாய் அரைத்து கழற்சிக்காய் அளவு எருமைத் தயிரில் கலந்து காலை, மாலை ஒரு வாரம் கொடுக்க நீர்த்தாரை எரிச்சல், வெள்ளை நீர் அடைப்பு, மேககிரத்தி ஊரல் தீரும்.
4. நெருஞ்சில் வித்தினை பாலில் அவித்து உலர்த்தி பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை கொடுத்து வர தாது கட்டும், இளநீரில் சாப்பிட்டு வர சிறுநீர்க்கட்டு, சதையடைப்பு, கல்லடைப்பு ஆகியவை தீரும்.

31. நெல்லி

மிகவும் சிறிய இலைகளையும் இளம் மஞ்சள் நிற காய்களையும் உடைய மரம் காய் இனிப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய சுவைகளை ஒருங்கே பெற்றுள்ளது. தமிழகமெங்கும் காடுகளிலும் வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் வளர்கின்றன. நெல்லி முள்ளி எனப்படும் உலர்ந்த காய் எல்லா காலங்களிலும் மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இலை, காய், வற்றல் ஆகியவை மருத்துவபயனுடையவை. இ∴து ஓர் கற்ப மருந்து.

காய் : வெப்பு அகற்றி, சிறுநீர் பெருக்கி, மலமிளக்கி குடல் வாயு அகற்றும்.
வேர் : சதை நரம்புகளைச் சுருங்கச் செய்யும்.
நெல்லி வற்றல் : குளிர்ச்சி உண்டாக்கி உடல் தாதுக்களைப் பலப்படுத்தும்.

1. நெல்லிக்காய் சாறு 15 மி.லி, தேன் 15 மி.லி, எலுமிச்சை சாறு 15 மி.லி. கலந்து காலை மட்டும் சாப்பிட்டு வர மதுமேகம் முற்றிலும் தீரும்.
2. நெல்லிக்காய் சாறு, பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு, பால் வகைக்கு ½ லிட்டர், செவ்விளநீர் 2 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 1 ½ லிட்டர் கலந்து அதிமதுரம், ஏலம், கோஷ்டம், பூலாங்கிழங்கு, கஸ்துரி மஞ்சள், ஜாதிக்காய், ஜாதிபத்திரி, திரிகடுகு, தான்றிக்காய், கடுக்காய் வகைக்கு 15 கிராம் தூள் செய்து கலந்து பதமுற காய்ச்சி வடிகட்டி (நெல்லி தைலம்) வாரம் இரு முறை முழுகி வர கண் காசம், காமாலை, மாலைக்கண், பொடுகு, முடிஉதிர்தல் தீரும்.
3. 2 கிலோ வற்றலை 4 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி இறுத்து ½ கிலோ சர்க்கரை சேர்த்து பாகாக்கி அதில் திரிகடுகு வகைக்கு 30 கிராம், கிராம்பு, ஏலம், வெள்ளைகுங்கிலியம், கற்பூரம், வாய்விலங்கம், அதிமதுரம், கூகைநீறு, கொத்தமல்லி, சீரகம், ஓமம் வகைக்கு 10 கிராம் பொடித்து போட்டு கிளறி ½ லிட்டர் நெய் சேர்த்து காலை மாலை கழற்ச்சிக்காய் அளவு சுவைத்து பால் அருந்த மேகச்சூடு, கணச்சூடு,

எலும்பைபற்றிய காய்ச்சல், என்புருக்கி, இருமல், ஈழை, காசம், கபம், வாயு பீனிசம், பொருமல் அனைத்தும் தீரும்.

4. இலையை நீரில் இட்டு காய்ச்சி வாய் கொப்பளக்க வாயப்புண் தீரும்.
5. வேர்பட்டையை தேனில் உரைத்து தடவ நாக்கு புண் குணமாகும்.
6. நெல்லிவற்றலும் பச்சைபயறும் வகைக்கு 20 கிராம் 1 லிட்டர் நீரிலிட்டு 200 மி.லி. யாக காலை மாலை சாப்பிட்டு வர தலைசுற்றல் கிறுகிறுப்புடன் கூடிய இரத்த கொதிப்பு தீரும்.
7. 15 கிராம் நெல்லிக்காயை இடித்து ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு 100 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி 20 மி.லி. தேன் கலந்து 40 மி.லி யாகக் 3 வேளை 4 நாள் சாப்பிட மிகு பித்தம் தண்யும்.

32. பப்பாளி

நீண்ட குழல் வடிவ காம்புகளில் பெரிய கை வடிவ இலைகளை உச்சில் மட்டும் கொண்ட மென்மையான கட்டையுடைய பாலுள்ள மரம். கிளைகள் அரிதாக காணப்பெறும். பெரிய சதைக் கனியை உடையது. தமிழ்நாடெங்கும் பரவலாக வளர்க்கப்படுகிறது. பால், காய், பழம் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

வயிற்றுப்புழுக் கொல்லுதல், தாய்ப்பால் பெருக்குதல், மாதவிலக்கை தூண்டுதல் நாடி நடையை உயர்த்தி உடலுக்கு வெப்பந்தருதல் ஆகியவற்றை பொது குணங்களாக உடையது.

1. பப்பாளிப் பாலை விளக்கெண்ணெயில் கலந்து கொடுக்க வயிற்றுப்பூச்சிகள் நீங்கும்.
   பெரியோர் - 30 துளி விளக்கெண்ணெய் 60 துளி பால்.
   இளைஞர் - 60 துளி விளக்கெண்ணெய் 30 துளி பால்
   சிறிய குழந்தை – 15 துளி விளக்கெண்ணெய் 15 துளி பால்.
2. பாலை மட்டும் தடவி வர வாய், நாக்கு, தொண்டை ரணம் தீரும்.
3. வெங்காரத்துடன் பாலைத்தடவ கட்டி, வேர்க்குரு தீரும்.

4. காயை சமைத்து உண்டு வர தடித்த உடம்பு குறையும். தாய்ப் பால் பெருகும்.
5. பாலை படிகாரத்துடன் கலந்து தடவ மண்டைக்காரப்பான், சொறி தீரும்.
6. புலாலுடன் கலந்து வேக வைக்க கறி நன்கு வேகும்.
7. காய், பழம் ஆகியவை இளம் கருவை கலைக்கும்.
8. நாள்தோறும் 1 துண்டு பப்பாளி சாப்பிட்டு வர கல்லீரல், மண்ணீரல், வீக்கம் குறையும். ஜீரணசக்தி பெருகும் குன்மம், ரணம், அழற்சி வயிற்றுப் பூச்சி, மலச்சிக்கல், சிறுநீர்பாதை அழற்சி ஆகியவை தீரும்.

33. பற்பாடகம்

மணற்பாங்கான தோட்டங்களில் தானே வளரும் மிகச்சிறு செடியினம். மிக மென்மையான பல கிளைகளையுடையது. நீரைச் சேர்த்து கசக்கினால் வழுவழுப்பான சாறு வரும். தமிழ்நாடெங்கும் வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

வியர்வை பெருக்குதல், நோய் நீக்கி உடல் தேற்றுதல், சுரம் போக்குதல், முறை நோய் அகற்றுதல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. பாலில் அரைத்து தடவி குளித்து வர கண் பிரகாசிக்கும். உடல் நாற்றம் நீங்கும். சூடு தணியும்.
2. பாற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி, ஆடாதொடை, சுக்கு, விஷ்ணுகாந்தி வகைக்கு 40 கிராம் இடித்து ஒரு லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி தினம் 4 வேளை 50 மி.லி. யாக 3 நாள்கள் கொடுக்க சுரம் போகும்.
3. பற்பாடகம், நிலவேம்பு, சுக்கு, சீரகம், அதுமதுரம் வகைக்கு 10 கிராம் 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி தினம் 6 வேளை 50 மி.லி. கொடுக்க விஷ சுரம் போகும்.
4. பற்பாடகம், மாம்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, இலவம் பிசின், கஞ்சாங்கோரை, வெட்டி வேர், சுக்கு, மல்லி வகைக்கு 5 கிராம் இடித்து 1 லிட்டர் நீரில்

போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி 4 வேளையாகக் குடிக்க பேதியுடன் கூடிய விஷ சுரம் போகும்.

5. பற்பாடகம், அதிமதுரம், பேய்புடல், சீந்தில் கொடி, சீந்தில் வேர், கொடுப்பை வேர், கோரைகிழங்கு, சுக்கு, கொத்தமல்லி ஆகியவை வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் இட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டி தேன் கலந்து 30 மி.லி. யாக மூன்று வேளை 3 நாள்கள் கொடுக்க எவ்விதக் காய்ச்சலும் அகலும். ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள் வரும் காய்ச்சலுக்கு மிகவும் சிறந்த மருந்தாகும்.

34. பால் பெருக்கி

பிடில் வடிவமும் சிவப்புப்புள்ளியும் உள்ள பசிய இலைகளையுடைய பாலுள்ள குறுஞ்செடி. அழகுத் தாவரமாக வளர்க்கப்படுகிறது. இதை கட்டுப்பாளி என்பாரும் உளர். இலையே மருத்துவப் பயனுடையது. தாய்ப்பால் பெருக்கும் தன்மையுடையது.

1. இலையை அரைத்து துவையல் செய்து சாப்பிட பால் பெருகும். மலச்சிக்கல் தீரும்.

35 பாகல்

கூட்டிலைகளையும் இருபால் மஞ்சள் நிற மலர்களையும் சொரசொரப்பான நீண்டு உருண்ட காய்களையும் உடைய மென்மையான பற்றுக் கம்பிகளையுடைய ஏறுகொடியினம். தமிழகமெங்கும் பயிரிடப்படுகிறது. கொம்பு பாகல், மிதிபாகல் என இரு வகைகள் உள்ளன. காய்கள் கசப்புச் சுவையுடையவை. சமைத்துண்ணப் பயன்படுகின்றன. இலை, காய், பழம் ஆகியவை மருத்துவ பயனுடையவை.

நுண்புழுக்கொல்லியாகவும், மலமிளக்கி கோழையகற்றியாகவும் செயற்படும்.

1. இலைச்சாறு 30 மி.லி. குடிக்க வயிற்றுப் பூச்சி கழியும்.
2. இலைச்சாறு 100 மில்லி வாரம் ஒரு முறை சாப்பிட்டு வர சிறுநீர் சர்க்கரை குறையும். ரசபாஷாண வீறு தணியும்.
3. இலையை விள்கெண்ணெயில் வதக்கி கட்டி வர 40 நாளில் வெளி மூலம் தீரும்.
4. மிதிபாகல் பழம், இலை, நாவல்பட்டை ஆகியவற்றின் சாறு காலையில் 30 மி.லி. வீதம் குடித்து வர 40, 80, 120 நாள்களில் மதுமேகம் தீரும். புலால் உணவை நீக்கவும்.
5. இலைச்சாற்றைத் தடவ உள்ளங்கால் எரிச்சல் தீரும்.
6. பாகற்காயை வற்றளாக்கி வறுத்துண்டு வர மூலம், காமாலை, கல்லீரல், மண்ணீரல் குறைபாடுகள் தீரும்.

36. பிரண்டை

சதைப்பற்றான நாற் கோண வடிவ தண்டுகளையுடைய ஏறுகொடி. பற்றுக் கம்பிகளும் மடலான இலைகளும் கொண்டிருக்கும் சாறு உடலில் பட்டால் நமைச்சல் ஏற்படும். சிவப்பு நிற உருண்டையான சிறிய சதைக்கனியுடையது. இதில் உருட்டுத் தண்டுகளையுடைய மூங்கிற்பிரண்டை அல்லது கோப்பிரண்டை என்ற இனமும், முக்கோணப்பட்டை வடிவ தண்டுடைய முப்பிரண்டை என்ற இனமும் காணக்கிடைக்கின்றன. வச்சிரசல்லி என்ற பெயராலும் குறிப்பிடப்பெறும். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. வேர், தண்டு ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

குடல் வாயு அகற்றல், பசி மிகுதல், நுண்புழுக்கொல்லுதல் அகிய செய்கைகளை உடையது.

1. பிரண்டைத் துவையல் செரியாமையை நீக்கி பசியைத் தூண்டும்.

2. பிரண்டைச்சாற்றில் புளி, உப்பு கலந்து காய்ச்சி பொறுக்கும் சூட்டில் பற்றிட சதைப் பிழற்ச்சி, அடிப்பட்ட வீக்கம், எலும்பு முறிவு வீக்கம், எலும்பு முறிவு ஆகியவை தீரும்.
3. பிரண்டை உப்பு (பிரண்டையை உலர்த்திக் கொழுத்தி சாம்பலாக்கி நன்னீரில் கரைத்துத் தெளிவிறுத்து காய்ச்சி எடுப்பது) 2 அரிசி எடை பாலில் 3 வேளை கொடுக்க சிறு குழந்தைகளின் பேதி, வாந்தி, சீதபேதி, நுரைத்த பச்சை பேதி தீரும்.
4. பிரண்டை உப்பு 2 அல்லது 3 அரிசி எடை வெண்ணெயில் கொடுக்க வாயப்புண், வாய் நாற்றம், உதடு, நாக்கு வெடிப்பு ஆகியவை தீரும்.
5. பிரண்டை உப்பு 1 குண்டு மணி வீதம் வெண்ணெய் நெய்யில் 1 அல்லது 2 மண்டலம் கொடுக்க இரப்பை, சிறுகுடல், பெருங்குடல் புண்கள், குன்மக்கட்டி, தீராத நாள்பட்ட வயிற்று வலி, நவமூலம், மூல அரிப்பு, மலத்துடன் சீழ், இரத்தம் வருதல் தீரும்.
6. உப்பை 1 குண்டு மணி அளவு வெண்ணெய், நெய்யில் 1 அல்லது 2 மண்டலம் கொடுக்க சூதகக் சிக்கல், சூதகவலி தீரும்.
7. ஜாதிக்காய் சூரணத்துடன் நெய்யில் கொடுக்க நரம்புத் தளர்ச்சி, பலவீனம், தாது இழப்பு தீரும்.
8. பிரண்டை வேரை உலர்த்திப் பொடித்து 1 கிராம் அளவாக காலை மாலை கொடுத்து வர முறிந்த எலும்புகள் ஒன்று கூடும்.

37. பொடுதலை

பற்களுடனான இலைகளையும் கதிரான மிகச்சிறிய வெண்ணிற மலர்களையும் உடைய தரையோடு படரும் சிறுசெடியினம். தமிழகமெங்கும் ஈரமான இடங்களில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப்பயனுடையது.

சதை நரம்புகளை சுருங்கச்செய்யவும் தாது பலங் கொடுக்கவும் கோழையகற்றியாகவும் மருந்தாக பயன்படுத்தலாம்.

1. இலையை மிளகு, சீரகம், உப்பிட்டு நெய்யில் வதக்கி உண்ண சீதபேதி, வயிற்று ரணம் ஓரிரு நாளில் தீரும். நீண்ட நாள் தொடர்ந்து சாப்பிட ரணகுன்மம் தீரும்.
2. இலையுடன் சீரகம் சமஅளவு அரைத்து நெல்லிகாய் அளவு எருமைத் தயிர் அல்லது வெண்ணெயில் கொடுக்க வெட்டை சூடு, கொறுக்கு, வெள்ளை ஆகியவை குணமாகும்.
3. இலையை உளுத்தம் பருப்புடன் நெய்யில் வதக்கி துவையலாக்கி பகல் உணவில் கொள்ள உள் மூலம், இரத்த மூலம், பவுத்திரம் தீரும்.
4. இலையுடன் இஞ்சி, புதினா, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பில்லை சேர்த்து துவையலாக்கி சுடு சோற்றில் நெய்யுடன் உண்ண மார்ச்சளி சுவாச காசம் தீரும்.
5. சமூலச்சாற்றில் சமன் நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வடித்து வாரம் இரு முறை தலை முழுகி வர தலையின் தோல் நோய், பொடுகு முதலியன தீரும்.

38. சிறுபூளை

மாற்றடுக்கில் அமைந்த சிறிய இலைகளையும் இலைக்கோணங்களில் வெண்மையான மலர்க்கதிர்களையும் உடைய நேராக வளரும் சிறு செடி. பொங்கல் பூ, சிறுபீளை என்றழைப்பதும் உண்டு. தமிழகமெங்கும் தரிசுகளில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது. சிறுநீர் பெருக்கும் குணமுடையது.

1. 20 கிராம் வேரைச் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 125மில்லியாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 2 வேளை கொடுத்து வர நீர்க்கட்டை உடைக்கும்.
2. சமூலம் 50 கிராம் 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி 100 மி.லி. யாக காலை, மாலை சாப்பிட்டு வர சிறுநீரகக் கற்கள் கரையும்.

39. மருதோன்றி

ஈட்டி வடிவாக எதிரடுக்கில் அமைந்த இலைகளையும் மணமுள்ள வெள்ளை நிற மலர்களையும் உடைய குறுஞ்செடி. தண்டு இளமையில் நாற்கோணமாகவும் முதிர்ந்ததும் உருட்டாகவும் சாம்பல் நிறத்திலும் காணப்படும். இலையை அரைத்து தடவி வைத்தால் தோல் செந்நிறமாக மாறும். துமிழகமெங்கும் காணப்படுகிறது. இலை, பூ, விதை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை பித்தத்தை மிருக்கும் சதை நரம்புகளைச் சுருங்கச் செய்யும்: வேர் நோய் நீக்கி உடல் தேற்றும் தாது வெப்பு அகற்றும்: விதை சதை நரம்பு ஆகியவற்றை சுருங்கச் செய்யும்.

1. இலை 10 கிராம், மிளகு 6, பூண்டு 1 பல், மஞ்சள் 5 கிராம் மையாய் அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் விழுங்கி பால் அருந்த மேக நோயால் வந்த உடல் நமைச்சல், தினவு, அரிப்பு தீரும். ஓரிரு வாரம் சாப்பிடவும். புகை, புளி, காரம் நீக்குக.
2. இலையை அரைத்து நீரில் கரைத்து வாய் கொப்பளிக்க சிறு காயம், சிராய்ப்பு அடி, வாய்ப்புண் ஆகியவை தீரும்.
3. இலையை அரைத்து தேங்காய் எண்ணெயில் கலக்கி பச்சை நிறம் மாறாமல் காய்ச்சி தடவி வர முடி செழித்து வளரும்.
4. மருதோன்றிப் பூவை படுக்கை அறையில் வைத்திருந்தால் நல்ல தூக்கம் வரும்.
5. வேர்பட்டையை அரைத்துக் கட்ட கால் ஆணி குணமாகும்.
6. வேர் பட்டையை பாலில் அரைத்து பற்றுப்போட வெண் மேகம் தீரும்.
7. 20 கிராம் இலையை நன்கு அரைத்து பாலில் கலக்கி காலை மட்டும் மூன்று நாள் சாப்பிட்டு பால் சோறு மட்டும் உண்டு வர வெள்ளை, பெரும்பாடு, மிகையான சிறுநீர் கழித்தல் ஆகியவை தீரும்.
8. இலையை அரைத்து சொத்தை நகங்களுக்கு வைத்து கட்டி ஈரம் படாமல் மூன்று நாள் வைத்து மீண்டும் அரைத்துக் கட்டி வர சொத்தை நகம் நீங்கி நல்ல நகம் முளைக்கும்.

9. விதை இலை சமஅளவு நன்கு அரைத்து சிறு திணித்து வைக்க மாதர்க்கு உண்டான வெள்ளை, பெரும்பாடு ஆகியவை மூன்று அல்லது நான்கு நாள்களில் குணமாகும்.
10. முற்றிய வேர்ப்பட்டையைச் சிதைத்து 5 கிராம் 1 லிட்டர் நீரில் ஊற வைத்து 1/8 லிட்டராகக் காய்ச்சி காலை மாலையாக சாப்பிட்டு வர நகச் சொத்தை நீங்கும். காமாலை, கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, உதிரச்சிக்கல் ஆகியவை தீரும்.
11. மூன்று கிராம் வேர்ப்பட்டையை அரைத்து பாலில் கரைத்து வடிகட்டிச் சாப்பிட வயிற்றுப் புண், வயிற்றுவலி தீரும்.

40. மருதமரம்

குறுகலான நீள் சதுர இலைகளையும் சாம்பல் நிற வழுவழுப்பான பட்டையையும் உடைய பெரிய இலையுதிர் மரம். பட்டை மிகவும் சதைபற்றாக இருக்கும். தமிழகத்தின் சாலையோரங்களில் தற்காலம் நடப்பட்டுள்ளன. ஆற்றங்கரைகளில் தானே வளர்ந்துள்ளன. இலை, பட்டை ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை சதை நரம்புகளை சுருங்கச் செய்யும்: பட்டை நோய் தணிக்கும், தாது பலமளிக்கும்: சதை நரம்புகளைச் சுருங்கச்செய்யும்.

1. பட்டை 100 கிராம், 4 செம்பருத்தி பூ ஆகியவற்றை சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு பாதியாகக் காய்ச்சி காலை, மாலை 1 குவளை குடித்து காரம், புளி குறைத்து உணவு உண்டு 1 மண்டலம் ஓய்வில் இருப்பின் இதய நோய் அனைத்தும் குணமாகும்.
2. பட்டை 100 கிராம், சித்தரத்தை 5 கிராம், திப்பிலி 10 கிராம், சுக்கு 15 கிராம் 1 லிட்டர் நீரில் தட்டிப் போட் டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி 100 மி.லி. வீதம் தினம் 4 வேளை குடித்து வர என்புருக்கி, இரைப்பிருமல் (ஆஸ்துமா) தீரும்.

3. பட்டை 50 கிராம், நாவல்பட்டை 50 கிராம், ஆலம் விழுது 50 கிராம், ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு காய்ச்சி ¼ லிட்டராக்கி வடிகட்டி காலை, மாலை 50 முதல் 100 நாள்கள் வரை சாப்பிட மதுமேகம் தீரும்.
4. பட்டை தூளுடன் மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி தூள் சமன் கலந்து 3 விரல் அளவு காலை, மாலை தேனில் கொள்ள காமாலை கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கம் குறையும்.
5. பட்டை தூளுடன் ஆடாதொடைச் சாறு 1 தேக்கரண்டி சேர்த்து வெள்ளாட்டுப் பாலில் கொள்ள நுரையீரல் புண் தீரும்.
6. பட்டைக் குடிநீரால் புண், புரை, ரணம், சொறி ஆகியவற்றை கழுவி வர குணமாகும்.
7. இலையை அரைத்து எலுமிச்சை அளவு காலை மாலை மட்டும் சாப்பிட்டு வர பித்த வெடிப்பு, பித்த குன்மம், வயிற்று வலி ஆகியவை தீரும்.

41. மாவிலங்கம்

விரல்கள் போன்ற மூன்று கூட்டிலைகளையும் மலர்ந்ததும் மஞ்சலாகும் வெண்ணிற மலர்களையும் செந்நிற உருண்டையான சதைக்கனிகளையும் உடைய வெந்நிற மரம். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. இலை, பட்டை ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை பசிமிகும்க்கும் உடல் பலம் தரும்: பட்டை மலமிளக்கும்: வேர் நோய் நீக்கி உடல் தேற்றும்.

1. வேர்பட்டை கொட்டைப்பாக்களவு அரைத்துக் கொடுத்து வர பாம்பு விஷம், வண்டு விஷம் தீரும்.
2. இலை 1 பிடி சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு சுக்கு 1 துண்டு, சீரகம் 1 சிட்டிகையுடன் காய்ச்சி ¼ லிட்டராக்கி தினம் 3 வேளையாக குடிக்க மந்தம், செரியாமை, வாதக்காய்ச்சல் தீரும்.
3. இலை அரைத்து பற்றிட அனைத்து வீக்கங்களும் கரையும்.

4. 2 பிடி இலையில் காய்ச்சிய குடிநீருடன் சமன் தேங்காய் பால் கலந்து 200 மி.லி. வீதம் தினம் 3, 4 வேளை கொடுத்து வர முடக்கு வாதம் நீங்கும்.
5. பட்டை 1 பங்கு, பூண்டு ½ பங்கு, மிளகு ¼ பங்கு அரைத்து கொட்டை பாக்களவு காலை வெறும் வயிற்றில் கொடுத்து வர சூதக வாய்வால் தாமதித்த மாதவிடாய் தீரும்.
6. சுக்கு, திப்பிலி, சதகுப்பை வகைக்கு 20 கிராம், மாவிலங்கம் பட்டை 40 கிராம், சித்திர மூலவேர், மூங்கில் இலை வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி ¼ அன்னாசிபழத்தை தோல் சீவி சர்க்கரை கலந்து சாப்பிட்டு 125 மி.லி. குடிநீர் 3 வேளை குடிக்க இளம் கரு கரையும். சூடான அரிசிக் கஞ்சியும் இஞ்சித்துவையலும் சாப்பிட வேண்டும்.
7. பட்டை 150 கிராம், மூக்கிரட்டை வேர் 75 கிராம் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் இட்டு காய்ச்சி ½ லிட்டராக்கி சிறிது சர்க்கரை கலந்து தினம் 3,4 வேளை கொடுத்து வர விதை வீக்கம் கரையும்.
8. 40 கிராம் பட்டையை சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 50 மில்லியாக காலை மாலை சாப்பிட்டு வர காய்ச்சல், வீக்கம், நீர்க்கட்டு, கல்லடைப்பு, வெட்டை, சூலை, மாதவிடாய் கோளாறுகள் வயிற்றுப்புண், அரையாப்பு, கண்டமாலை, புண்கள், விஷக்கடி ஆகியவை தீரும்.

42. முடக்கத்தான்

மாற்றடுக்கில் அமைந்த பல்லுள்ள இலைகளையும் கோணங்களில் இறகு உள்ள காய்களையும் உடைய ஏறுகொடி. மழைக்காலத்தில் தமிழகமெங்கும் சாலை ஓரங்களிலும் தரிசுகளிலும் தானே வளர்வது. முடக்கற்றான் எனவும் குறிப்பிடப்பெறும். இலை, வேர், ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

மலமிளக்கும், மூக்கில் நீர் பெருக்கி தும்மலுண்டாக்கும் தன்மையுடையது.

1. 1 பிடி இலை வதக்கி பூண்டுப்பல் 5, மிளகு 10, தட்டிப்போட்டு ½ லிட்டர் நீரை 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சிக்குடிக்க சுகபேதியாகும். வெந்நீர் குடித்தால் பேதி மிகுதியாகும். மோர் பேதியை நிறுத்தும். மோரில் எலுமிச்சைச் சாறு பிழிந்து கொடுக்க பேதி நிற்கும்.
2. இலையை அவித்து சாறு எடுத்து ரசமாக்கி உணவேடு வாரம் ஒரு முறை கொள்ள மலச்சிக்கல் தீரும். வாயு கலையும்.
3. இலை, சூரத் ஆவாரை இலை, உத்தாமணி இலை வகைக்கு பிடி வதக்கி ½ லிட்டர் நீரில் விட்டு 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி காலை மட்டும் 3 நாள்கள் கொடுக்க 1 வாரம் கழித்து மீண்டும் 3 நாள். இது போல் 7 முறை கொடுக்க பாரிச வாயு குணமாகும்.
4. இலையை அரிசி மாவுடன் கலந்து அடை செய்து சாப்பிட உடம்பு வலி தீரும்.
5. வேர் 1 பிடி, ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி காலையில் 100 மி.லி. மாலையில் 100 மி.லி.வீதம் 21 நாட்கள் சாப்பிட்டு 1 வாரம் இடைவெளி விட்டு மீண்டும் 21 நாட்கள் சாப்பிட மூலம் தீரும். காரம் நீக்கவும்.
6. இலையை விளக்கெண்ணெளில் வதக்கிக் கட்டி வர கீல்களில் உள்ள வாதப்பிடிப்பு, வீக்கம் ஆகியவை தீரும்.
7. இலையை வாட்டிப் பிழிந்த சாறு இரண்டு துளி விட்டு வர காது வலி தீரும்.

43. முசுமுசுக்கை

சுணையுடைய இலைகளையும் செந்நிறப்பழங்களையும் உடைய பற்றுக்கம்பிகள் உள்ள ஏறு கொடி. தமிழகமெங்கும் வேளிகளில் தானே வளர்கிறது. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இலை கோழையகற்றும் தன்மையுடையது. வேர் பசி மிகுத்தல், நஞ்சு நீக்குதல், சளியகற்றுதல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. 3 பிடி இலையை தோசை மாவுடன் அரைத்து தோசை செய்து சாப்பிட அல்லது வதக்கி துவையலாய் பயன்படுத்தி வர சுரம், இரைப்பிருமல், இரத்த காசம், அரோசிகம் (ருசியின்மை) நீர்க்கோவை, மூக்கு ஒழுகல், மூக்குப் புண், வாசனையின்மை தீரும்.
2. இலையை சூரணம் 120 கிராம், தூதுவேளை சூரணம், 80 கிராம் கலந்து அதில் 5 அரிசி எடையும், கருவேலம்பிசின் 2 அரிசி எடையும் வெண்ணெயில் கலந்து 1 அல்லது 2 மண்டலம் சாப்பிட நாள்பட்ட என்புருக்கி, இரைப்பிருமல், இரத்தகாசம், கப காசம் தீரும்.
3. முசுமுசுக்கை வேர் 120 கிராம், ஆடாத்தொடை வேர் 80 கிராம் திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு வகைக்கு 10 கிராம், லவங்கம் 5 கிராம் சூரணித்து 5 அரிசி எடை கறுப்பு வெற்றிலையுடன் உட்கொண்டு பால் அருந்தி வர சுவாச உறுப்பு துப்புறவாகும். உறைந்த சளி வெளியேறும். இருமல் என்புருக்கி தீரும்.
4. சாற்றுடன், சம நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வாரம் ஒரு முறை தலை முழுக இரைப்பிருமல் (ஆஸ்துமா) என்புருக்கி தீர்வதுடன் கண் எரிச்சல், உடம்பு எரிச்சல் தீரும்.

44. மூக்கிரட்டை

நீள்வட்ட ஒருபுறம் வெளுத்த இலைகளையும் செந்நிற சிறு பூக்களையும் சிறு கிழங்கு போன்ற வேர்களையும் உடைய தரையோடு படர்ந்து வளரம் சிறுகொடி. மூக்குறட்டை, சாட்டரணை, மூக்கரைச்சாணை என்ற பெயர்களாலும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. தமிழகமெங்கும் தோட்டங்களிலும், தரிசுகளிலும் தானே வளர்கிறது. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

வேர் மலமிளக்கும் சிறுநீர் பெருக்கும்.

1. 1 பிடி வேரும், 4 மிளகும் 100 மி.லி. விளக்கெண்ணெயில் வாசைன வரக் காய்ச்சி ஆறவிட்டு வடிகட்டி வைத்துக்கொண்டு
   6 மாதக் குழந்தை 15 மி.லி. அதற்கு மேல் 30 மி.லி.

வாரம் 1 அல்லது 2 முறை கொடுத்து வர மலச்சிக்கல், மூலச்சூடு, நமைச்சல், சொறிசிரங்கு, மலக்கழிச்சல், வாந்தி, செரியாமை ஆகியவை தீரும். மாலையில் வசம்பு சுட்ட கரியை பொடி செய்து தேனில் உட்கொள்ளவும்.

2. ஒரு பிடி வேர், மிளகு 4, உத்தாமணிச்சாறு 50 மி.லி. ஆகியவற்றை 100 மி.லி. விளக்கெண்ணெயில் காய்ச்சி வாரம் 2 முறை மேற்கண்ட முறையில் சொன்னவாறு கொடத்து வர குழந்தைகளுக்குக் காணும் காமாலை, கப இருமல், சளி, மாந்த இழுப்பு, அடிக்கடி சளி, காய்ச்சல் வருதல் குணமாகும்.
3. ஒரு பிடி மூக்கிரட்டை வேர், அருகம் புல் ஒரு பிடி, மிளகு எண்ணிக்கை இவற்றைச்சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 3 வேளையாக தினமும் குடித்துவர கீல்வாதம், ஆஸ்துமா, கப இருமல், மூச்சுத்திணறல் தீரும்.
4. வேர் 1 பிடி, அருகம் புல் 1 பிடி, கீழாநெல்லி 1 பிடி, மிளகு 10 சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி தினம் 2 வேளை சாப்பிட்டு வர காமாலை, நீர் ஏற்றம், சோகை, வீக்கம், நீர்க்கட்டு, மகோதரம் தீரும்.
5. இலையை பொறியல், துவயலாக வாரம் இரு முறை சாப்பிட்டு வர காமாலை, சோகை, வாயு நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம்.
6. வேரை உலர்த்திப் பொடித்து காலை மாலை 1 சிட்டிகை தேனில் கொள்ள மாலைக்கண், கண்படலம், பார்வை மங்கல் ஆகயவை குணமாகும்.
7. இலையை தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வர பொலிவும், இளமையும், வசீகரமும் உண்டாகும்.

45. வல்லாரை

வட்டமாகவும் அரை வட்ட வெட்டுப்பற்களுடன் கை வடிவ அமைப்புடனும் நீண்ட காம்புடைய ஆழமகன இதய வடிவ இலைகளை கொண்ட கனுக்களில் வேர்விட்டு தரையோடு படரும் சிறு செடிகள். தமிழகமெங்கும் ஆற்றுப்பாசன

நிலங்களில் தானே வளர்கின்றன. கருவல்லாரை என்ற ஓரினமும் மலைப்பாங்கான இடங்களில் வளர்கின்றன. இலையே மருத்துவப் பயனுடையவை.

நோய் நீக்கி உடல் தேற்றியாகவும், வியர்வைப் பெருக்கியாகவும் நாடி நடை மிகுந்து உடல் வெப்பம் மிகுந்து உடல் வெப்பம் உயர்த்தியாகவும் தாது பலம் பெருக்கியாகவும் செயற்படும்.

1. இலையை உலர்த்திப் பொடித்து 5 அரிசி எடை காலை மாலை நெய்யில் கொள்ள வாதம், வாயு, அண்ட வீக்கம், யானைக் கால், குட்டம், நெறிக்கட்டி, கண்டமாலை, மேகரணம், சூதகக்கட்டு தீரும். மூளை பலத்தையும், சுறுசுறுப்பையும், சிந்தனைத் திறனையும் தரும்.
2. சம அளவு தூதுவேளையுடன் கசக்கிய சாறு 5,6 துளி அல்லது இரண்டின் பொடி 1 தேக்கரண்டி 50 மி.லி. காய்ச்சிய பாலில் கொடுத்துவர ஷபரோகத் தொண்டைக்கம்மல், சுவாச உறுப்புகளில் சளித்தேக்கம் நீங்கும்.
3. இலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி நீண்ட நாள் கட்டி வர யானைக்கால், விரைவாதம், நெறிக்கட்டி, அரையாப்பு, கண்டமாலை தீரும்.
4. வல்லாரை, உத்தாமணி, மிளகு, சமன்கூட்டி அரைத்து குண்டு மணி அளவு மாத்திரை செய்து காலை மாலை ஒரு மாத்திரை வெந்நீரில் கொடுக்க அனைத்து வகையான காய்ச்சலும் தீரும்.
5. கீழாநெல்லி, வல்லாரை சமன் அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு காலை மட்டும் தயிரில் கொள்ள நீர் எரிச்சல் தீரும்.
6. வல்லாரையுடன் சம அளவு உத்தாமணி அரைத்து கழற்ச்சிக்காய் அளவு 4 நாள் வெந்நீரில் கொள்ள சூதகசிச்சல் தீரும்.
7. சாற்றில் 7 முறை ஊற வைத்து உலர்த்திய அரிசி திப்பிலி மூளை சுறுசுறுப்பாக இயங்கவும், தொண்டை கரகரப்பு நீங்கவும், நல்ல சாரீரம் கொடுக்கவும் பயன்படும்.

46. வில்வம்

மூன்று கூட்டிலைகளை மாற்றடுக்கில் கொண்டு உருண்டையான மணமுடைய சதைக்கனிகளைப் பெற்ற முட்களுள்ள பெரிய மரம். கூவிளம் என்றும் குறிப்பிடப்படுகிறது. அரிதாகக் காணப்பெறும் ஐந்து கூட்டிலைகளை உடைய வில்வம் மகா வில்வம் எனப்படும். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. சிவபிரானுக்கு பூசனை மூலிகையாதலால் எல்லா சிவாலயங்களிலும் வளர்க்கப்படுகிறது. இலை, பிஞ்சு, பழம், வேர்ப்பட்டை ஆகியவை மருத்துவ பயனுடையவை.

வேர் நோய் நீக்கி உடல் தேற்றும், சதை நரம்புகளைச் சுறுங்கச் செய்யும், குருதிக்கசிவை நிறுத்தும், பழம் மலமிளக்கும் நோய் நீக்கி உடல் தேற்றும், பழ ஓடு காய்ச்சல் போக்கும், தாது எரிச்சல் தணிக்கும்.

1. இலை விழுது கொட்டை பாக்களவு கொடுத்து குளிர் நீரில் முழுகி வர பெரும்பாடு தீரும்.
2. தளிரை வதக்கி இளஞ்சூட்டில் ஒத்தடம் கொடுக்க கண் வலி, கண் சிவப்பு, அரிப்பு தீரும்.
3. ஒரு பிடி இலையுடன் சுக்கு, மிளகு, சீரகம் வகைக்கு 20 கிராம் இடித்து (1 லிட்டர் நீரில்) போட்டு 100 மி.லி.யாகக் காய்ச்சிக் கொடுக்க எவ்வித காய்ச்சலும் தீரும்.
4. இலையை உலர்த்திப் பொடித்து ½ தேக்கரண்டி தேனில் குழைத்து காலை மாலை கொடுக்க நீர்க்கோவை, தலைவலி, மண்டைகுடைச்சல், சீதள இருமல், தொண்டைக்கட்டு, காசம் தீரும்.
5. இலைச் சூரம் ½ தேக்கரண்டி வெண்ணெய், நெய்யில் காலை, மாலை கொள்ள எரிச்சல், வயிற்றுப்புண், மலச்சிக்கல், பசியின்மை, நீர்த்தாரை எரிச்சல், வெள்ளைவெட்டை தீரும்.
6. ஒரு தேக்கரண்டி சூரணத்துடன் ஒரு தேக்கரண்டி கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு கலந்து கொடுக்க மஞ்சள் காமாலை விரைவில் தீரும்.

7. பிஞ்சை அரைத்து தயிரில் கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு காணும் வயிற்றுக்கடுப்பு, சீதபேதி, புண் ஆகியவை தீரும்.
8. பழச்சதையை உலத்திப் பொடித்து அதில் ஒரு கிராம் சிறிது சர்க்கரை கலந்து மூன்று வேளையாகச் சாப்பிட்டு வர பேதி, சீதபேதி,பசியின்மை ஆகியவை தீரும்.
9. நன்கு கனிந்த பழத்தை நீர் விட்டு பிசைந்து வடிகட்டி சமன் சர்க்கரை கலந்து தேன் பதமாய் காய்ச்சி 30 மில்லியாக கொடுக்க பித்தத்தால் குமட்டல், நெஞ்செரிச்சல், மூலம், கிராணி, சீதபேதி ஆகியவை தீரும்.
10. பத்து கிராம் பச்சை வில்வ வேர்பட்டையை 1 கிராம் சீரகத்துடன் அரைத்து பாலில் கலக்கி வடிகட்டி காலை மட்டும் கொடுத்து வர தாது பலப்படும்.

47. விழுதி

தனிபிலைகளையும் மங்கலான வெண்ணிறப் பூக்களையும், செந்நிறப் பழங்களையும் உடைய முள்ளில்லாத குறுஞ்செடி. தமிழகமெங்கும் வறட்சியான இடங்களிலும் தானே வளர்கிறது. வீழியிலை என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

1. இலையைக் காய்ச்சி நீரில் மிளகு, பூண்டு, சீரகம் சேர்த்து விளக்கெண்ணெயில் தாளித்து ரசம் வைத்து உணவுடன் கொள்ள ஓரிரு முறை மலம் கழியும். மலப்புழு நீங்கும். வாத வீக்கம் குறைந்து வாத நீர்களை வெளியேற்றி குத்தல், குடைச்சல் வலி போகும்.
2. 2 பிடி விழுதி இலையை 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 50 மி.லி. விளக்கெண்ணெய் கவந்து சாப்பிட நல்ல பேதியாகும்.
3. சாற்றில் சம அளவு நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி 4 நாள்களுக்கு ஒரு முறை தலை முழுகி வர சகல பீனிச ரோகமும் தீரும்.
4. ஓரிரு துளி இந்த தைலம் நீடித்த நாள் சாப்பிட்டு வர வெண்மேகம் தீரும்.
5. இலைச்சாறும் நல்லெண்ணெயும் வகைக்கு 50 மி.லி. கலந்து அதிகாலையில் சாப்பிட பேதியாகும். மூன்று நாள் சாப்பிட இடுப்பு வலி, காலசதி தீரும்.

48. விஷ்ணுகாந்தி

தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறுசெடி, முழுமையான சிறு இலைகளைக் கொண்டது. வட்டமான சிறு மலர்களை உடையது. பொதுவாக நீலநிறமாவும் அரிதாக வெண்ணிற, செந்நிற மலர்களும் காணப்படுவதுண்டு. விஷ்ணுகிரந்தி எனவும் குறிப்பிடபடுவதுண்டு. தமிழகமெங்கும் தரிசுகளில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையவை.

நோய் நீக்கி உடல் தேற்றுதல், காய்ச்சல் போக்குதல், கோழையகற்றுதல், வியர்வை பெருக்குதல், தாது பலமளித்தல் ஆகிய மருத்துவ குணங்களை உடையது.

1. விஷ்ணுகாந்தி சமூலம், பற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி வேர், தூதுவேளை வகைக்கு 30 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி காலை மாலை 50 மி.லி. கொடுக்க சுரம் விலகும். 2,3 வேளையாகக் கொடுக்க விடாத காய்ச்சல் தீரும்.
2. பற்படாகம் நீக்கி ஆடாத்தொடை சேர்த்து மேற்கண்டவாறு சாப்பிட என்புருக்கிக் காய்ச்சல் தீரும்.
3. சமூலம் அரைத்து கொட்டைபாக்களவு தயிரில் கொடுக்க இரத்த பேதி, சீத பேதி தீரும். காரம், புளி நீக்க வேண்டும்.
4. சமூல விழுது நெல்லிக்காய் அளவு ஓரிரு மண்டலம் கொடுக்க கண்டமாலை தீரும்.
5. விஷ்ணு காந்தி, ஓரிதல் தாமரை, கீழாநெல்லி சமன் அரைத்து பாக்களவு காலை பகல், இரவு உணவுக்கு முன் உண்டு பால் குடித்து வர நரம்புத் தளர்ச்சி, இந்திரிய ஒழுங்கு, மறதி, வெட்டைசூடு தணித்து உடல் பலம் உண்டாக்கும்.
6. 5 கிராம் சமூலத்தை பால் விட்டு மையாய் அரைத்து பாலில் கலக்கி வடிகட்டி காலை, மதியம், மாலை மூன்று வேளையும் கொடுத்துவர சீதபேதி, காய்ச்சல், மேகம், என்புருக்கி, இரைப்பு, இருமல், ஈளை, வாத பித்த தொடர்பான நோய்கள் அனைத்தும் தீரும்.

49. வெள்ளறுகு

வெளிறிய இலைகளை மாற்றடுக்கில் கொண்ட வெண்மையான பூக்களைக் கொண்ட சிறுசெடி. கசப்புச் சுவையுடையது. குரிசலி நிலத்தில் வளரும் இயல்புடையது. தமிழகமெங்கும் வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

நோய் நீக்கி உடல் தேற்றவும், பசி மிகுக்கவும், தாதுபலம் மிகுக்கவும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

1. சமூலச்சாறு 25 மி.லி. கொடுத்து இலைளை அரைத்து கடிவாயில் கட்ட வாந்தி, பேதியாகி பாம்பு விஷம் தீரும். ஓரிரு முறை கொடுக்க வேண்டும். உப்பில்லா பத்தியம்.
2. தேவையான சமூலம் மையாய் அரைத்து வெந்நீரில் குழைத்து உடம்பில் பூசி 1 மணி நேரம் கழித்து குளித்து வர சொறி, சிரங்கு, மேகத்தடிப்பு, ஊறல் ஆகியவை தீரும்.
3. மாதவிடாய் மூலம் மூன்று நாள்கள் அரைத்துக் குடிக்க கர்ப்பப்பை புழு, மாதவிடாய் கோளாறு தீரும்.
4. சமூலம் 1 பிடி, 10 மிளகு, 1 துண்டு சுக்கு, 1 தேக்கரண்டி சீரகம் ஆகியவற்றை சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 200 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி காலை, மாலை குடித்து வர குடல் வாதம், குன்மம், வாத ரோகங்கள், நரம்புக்கோளாறு, மேககிரந்தி ஆகியவை தீரும்.

50. வேலிப்பருத்தி

இதய வடிவ இலைகளை மாற்றடுக்கில் கொண்டு பசுமை நிறப் பூங்கொத்துகளையும் மென்மையான முட்களை கொண்ட காய்களையும் கொண்ட பாலுள்ள பிசுபிசுப்பான ஏறுகொடி. முட்டை வடிவ விதைகளில் பட்டுப் போனற

பஞ்சிழைகள் காணப்படும். இதனை உத்தாமணி என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு. தமிழகமெங்கும் வேலிகளில் தானே படர்ந்து வளர்கிறது. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

வாந்தியுண்டாக்குதல், கோழையகற்றுதல், முறை நோய் நீக்குதல், இசிவு போக்குதல் ஆகிய குணங்களை உடையது.

1. காணாக்கடி, அரிப்பு, தடிப்புக்கு இலைச்சாறு தடவலாம்.
2. இலைளை வதக்கி துணியில் கட்டி ஒத்தடம் கொடுக்க கீல் வாதம், முடக்கு வாதம், வாதக்குடைச்சல், இடுப்பு வலி முதலியன குணமாகும்.
3. சாற்றுடன் சுக்கு, பெருங்காயம் பொடித்து காய்ச்சி இளஞ்சூற்றில் பற்றிட வாதவலி, வீக்கம் குணமாகும். யானைக்கால் நோய் தொடக்க நிலையில் இருந்தால் 40, 50 நாள்களில் குணமாகலாம்.
4. வேரை உலர்த்தி தூள் செய்து 2 முதல் 4 சிட்டிகை வரை பாலில் கொடுக்க குழந்தைகளின் வாயுத் தொல்லைகள் நீங்கி பேதியாகும். பூச்சி கிருமிகள் சாகும்.
5. இலைச்சாற்றில் 7 முறை மிளகை ஊற வைத்து உலர்த்தி தூள் செய்து 2 முதல் 4 அரிசி எடை பால் அல்லது தேனில் கொடுக்க குமந்தைகளின் செரியாமை, வாந்தி, மந்தம், மாந்த இழுப்பு, கை கால் சில்லிட்டு போதல், சுரம் முதலிய சகல குழந்தை வியாதிகளுக்குக் கொடுக்கலாம். சற்று அளவை அதிகப்படுத்தி பெரியோர்களுக்கு கொடுக்கலாம்.
6. 5 கிராம் வேரை பாலில் அரைத்து கலக்கி வடிகட்டி காலை மட்டும் மூன்று நாள் கொடுக்க விஷக்கடி, கரப்பான், கிரந்தி, சூலை, பிடிப்பு, வாயு முதலியவை போகும்.
7. உத்தாமணி, பொடுதலை, நுணா, நொச்சி ஆகியவற்றின் இலைகளை வகைக்கு ஒரு பிடி வதக்கி பிழிந்த சாறு10 மி.லி. கொடுக்க சளியோடு கூடிய மாந்தம் தீரும்.

51. அறு கீரை

தமிழகமெங்கும் கறிக்காக பயிரிடப்பெறும் ஒரு கீரை வகை. ஆரக்கீரை என்ற பெயரில் தெருக்களில் விற்பனைக்கு வரும். இளந் தண்டுடன் கூடிய இலைகள் சமைத்துண்ணக் கூடியவை.

காய்ச்சல் போக்குதல், கோழையகற்றுதல், மலமிளக்குதல், காமம் பெருக்குதல் ஆகிய குணங்களை உடையது.

கீரையை நெய் சேர்த்து சமைத்து உண்டு வர நீர்க்கோவை, சளிக்காய்ச்சல், குளிர் சுரம், விஷ சுரம், சன்னி பாத சுரம் (டைப்பாய்டு) ஆகியவை தீரும். ஏழு வகை உடற்சத்துக்களையும் பெருக்கி வலிவும் வனப்பும் உண்டாக்கும். பீடரி வலி, சூதக சன்னி ஆகியவை தீரும்.

52. ஆதொண்டை

தனியிலைகளைக் கொண்ட முள்ளுள்ள ஏறுகொடி. செந்நீலப் பூக்களையும் சதைக்கனிகளையும் கொண்டது. காய்கள் சமைத்து உண்ணக் கூடியவை. தமிழகமெங்கும் வேலிகளில் தானே வளர்கிறது. இலை, காய், வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

நோய் நீக்கி உடல் தேற்றவும், பசி மிகுக்கவும் நாடி நடையை மிகுத்து உடல் வெப்பந்தரவும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

1. இலையை நெய்யில் வதக்கித் துவையலாக்கி உணவுடன் கொள்ள சுவையின்மை பசியின்மை நீங்கி பசியுண்டாகும்.
2. 50 கிராம் வேர்ப்பட்டை நன்கு சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 100 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி வடித்து மூன்று பங்காக்கி காலை, மதியம், மாலையாக சாப்பிட்டு வர பசியின்மை, வாந்தி, மார்பு வலி ஆகியவை தீரும்.

53. எழுத்தாணிப் பூண்டு

பற்களுள்ள முட்டை வடிவ காம்புள்ள இலைகளையும் உருண்ட தண்டுகளில் (எழுத்தாணி போன்று) நீல நிறப் பூக்களையும் உடைய நேராக வளரும் செடி. நஞ்சை நிலங்களில் வயல்வரப்புகளில் தானே வளர்வது. இதற்கு முத்தெருக்கன் செவி என்றொரு பெயரும் உண்டு. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை. மலமிளக்கும் குணமுடையது.

1. 5 – 10 கி இலைகளை நன்கு அரைத்து சற்று தாராளமாக மலம் போகும். ஆளவாக காலை மாலை கொடுத்து வர குடல் வெப்பு நீங்கி புண் ஆறும். சீதபேதி குணமாகும்.
2. இலைச்சாற்றுடன் சமன் நலடலெண்ணெய் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி உடம்பில் தடவி வர சொறி, சிரங்கு முதலியவை குணமாகும்.
3. 5 கிராம் வேரை பாலில் அரைத்துக் கலக்கி வடிகட்டி காலை மாலை உண்டு வர மார்பகம் வளர்ச்சியுறும். கரப்பான், பருவுபிளவை ஆகியவை தீரும்.

54. கொட்டைக்கரந்தை

பற்களுள்ள நறுமணமுடைய இலைகளை மாற்றடுக்கில் கொண்ட மிகச்சிறு செடி. சிறு பந்து போன்ற உருண்டையான செந்நிற பூங்கொத்தினை உடையது. தமிழகமெங்கும் வயல்களில் அறுவடைக்குப் பின் வளரும் இயல்புடையது. நாறுங்கரந்தையெனவும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

மலமிளக்கவும் தாது வெப்பு தணிக்கவும் பயன்படும்.

1. பூக்காத செடிகளை பிடுங்கி நிழலுலர்த்திப் பொடித்து 5 கிராம் சிறிது கற்கண்டு பொடி கலந்து சாப்பிட்டு வர வெள்ளை, உள்ரணம், கிராணி, கரப்பான் ஆகியவை தீரும். நீடித்து சாப்பிட்டு வர மூளை, இதயம், நரம்பு ஆகியவற்றைப் பலப்படுத்தும்.
2. மேற்கண்ட பொடியுடன் கரிசலாங்கண்ணி பொடி சமன் கலந்து தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட்டு வர இள நரை தீரும். உடல பலம் பெறும்.

55. கோபுரந்தாங்கி

நாற்பட்டையான தண்டுகளில் அடுக்கான, முழுமையான இலைகளையுடைய மிகச்சிறு செடி. பூக்கள் இலைக்கோணங்களில் காணப்பெறும். இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

1. இலைச்சாற்றுடன் சமன் நல்லெண்ணெய் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி தலை முழுகி வர தலை முடி உதிர்தல் நிற்கும். மண்டைக்கொதிப்பு தணியும். மயிர் செழித்து வளரும். கரப்பான், புழுவெட்டு, காளாஞ்சப்படை ஆகியவை தீரும்.
2. வேரை நிழலிலுலர்த்திப் பொடித்து சமன் கற்கண்டு பொடி கலந்து காலை மாலை ½ தேக்கரண்டி நெய்யில் சாப்பிட்டு வர எலும்பு, நரம்பு, தசை ஆகியவை வலுப்படும்.

56. சிவனார் வேம்பு

மிகவும் சிறிய முட்டை வடிவ இலைகளையும் சிவப்பு நிற பூக்களையும் கொத்தான காய்களையும் சிவப்பு நிறத் தண்டினையும் உடைய மிகச் சிறு செடி. தமிழக முழுமையும் செம்மண் நிலத்தில் வளரக் காணலாம். சேடி பிடுங்கிய உடனே உலர்ந்தது போல எரியும் தன்மையுடையதாகையால் அன்றெரித்தல் பூண்டு என நாட்டு புறத்தில் குறிப்பிடப்படுவதுண்டு. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

தாது எரிச்சல் தணித்தல், வீக்கம் கட்டிகளை கரைத்தல், நஞ்சு முறித்தல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. செடியை வேருடன் உலர்த்திப் பொடித்து சமன் கற்கண்டு தூள் கலந்து 1 தேக்கரண்டி பாலில் சாப்பிட்டு வர ஆயுளை நீட்டிப்பதோடு தொழுநோய் போன்ற கடும் நோய்களையும் குணப்படுத்தும்.
2. செடியை கட்டுச் சாம்பவாக்கி தேங்காயெண்ணெயில் குழைத்து தடவி வர சொறி, சிரங்கு, கபால கரப்பான் ஆகியவை தீரும்.
3. இலையை அரைத்துப் பற்றிட கட்டிகள் உடைத்துக் கொள்ளும் அல்லது அமுங்கி விடும்.
4. வேரால் பல் துலக்கவோ மென்று துப்பவோ செய்தால் வாய்ப்புண் பல்வலி ஆகியவை தீரும்.

57. கொடி வேலி

கூர்முனையுடைய பளபளப்பான பசியை இலைகளையும் உச்சியில் கொத்தான பூக்களையும் உடைய செடி. இது சித்தர் மூலம் சித்திர மூலம் என்ற பெயர்களாலும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. பூ வெள்ளை, சிவப்பு, கருப்பு ஆகிய நிறங்களில் காணப்பெறும். அவை முறையே வெள்ளை கொடி வேலி, செங்கொடி வேலி, கருங்கொடி வேலி என குறிப்பிடுவர். அவற்றின் மருத்துவ குணம் பெரும்பான்மையும் ஒன்றேயாம். தமிழகமெங்கும் புதர்காடுகளில் காணப்பெறுகிறது. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை.

இதன் மருத்துவ குணங்கள்: வியர்வை பெருக்குதல், முறை நோய் தீர்த்தல், நாடி நடையை மிகுத்து உடல் வெப்பந் தருதல், மாத விலக்கைத் தூண்டுதல், உடலில் பட்ட இடத்தைக் கொப்பளிக்க செய்தல், உமிழ் நீர் சுரப்பித்தல், தாது அழுகலைக் கட்டுப்படுத்தல் ஆகியவையாகும்.

1. ஒரு கிராம் அளவுக்கு வேர்ப்பட்டையை நெகிழ அரைத்து பாலில் கலக்கி வடிகட்டி காலை மாலையாக 15 நாள்கள் கொடுக்க பழைய சுரம், புரையோடிய அரையாப்புக் கட்டிகள், சூலைப்பிடிப்பு, வெடி சூலை, மூலம், கிரந்தி, கருப்பை நோய்கள் ஆகியவை தீரும்.
2. கொடி வேலி வேர்ப்பட்டை, ஆயில் மரப்பட்டை, புங்கம் வேர்ப்பட்டை வகைக்கு பத்து கிராம் திப்பிலி, கடுக்காய், கடுகு, கருஞ்சீரகம் வகைக்கு 5 கிராம் சேர்த்து இடித்து சலித்து வைத்துக்கொண்டு ½ தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை வெந்நீரில் 40 நாள்கள் சாப்பிட்டு வர கிராணி, உதிர வாயு, மூல வாயு, பக்க வாதம் ஆகியவை குணமாகும்.

58. உப்பிலாங்கொடி

சிறிய ஒடியக் கூடிய இலைகளை எதிரடுக்கில் கொண்ட மென்மையான சுற்றுக்கொடி. வேலிகளில் தானே வளர்கின்றன. உப்பிலியக் கொடி என்றும் குறிப்பிடப்பெறுகிறது. தமிழகமெங்கும் வேலிகளிலும் சிறுகாடுகளிலும் தானே வளர்கிறது. இலையே மருத்துவப் பயனுடையது.

காய்ச்சல் போக்கும் வயிற்றுப் புளிப்பை அகற்றும் குணங்களை உடையது.

1. இலைகளை வதக்கிப் பிழிந்த சாறு 10 – 20 மி.லி. வரை காலை மாலை கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்குக் காணும் மாந்தம், கழிச்சல், விடாக்காய்ச்சல் நீங்கும்.
2. 100 கிராம் இலையை பொடியாய் நறுக்கி ¼ கிலோ பசு நெய்யில் போட்டு ஐந்து நாள்கள் வெயிலில் வைத்து வடிகட்டி 3 மில்லியாகக் காலை மாலை கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்குகுண்டாகும் கழிச்சல், சுரம் ஆகியவை நீங்கும்.

59. தாளிக் கீரை

மும்முனைகளையுடையதாகவும் இதயவடிவமுடையதாகவும் உள்ள இலைகளை மாற்றடுக்கில் கொண்ட சுற்றுக் கொடி. கசக்கினால் குழகுழ வென்று ஆகும். சமைத்துண்ணக்கூடிய கீரை வகை. நறுந்தாளியென்றும் குறிப்பிடப்பெறுகிறது. தமிழகமெங்கும் வேலிகளிலும் சிறுகாடுகளிலும் தானே வளர்கிறது. இலேயை மருத்துவப் பயனுடையது.

தாதுக்களின் கொதிப்பையும் எரிச்சலையும் தணிக்கும். காமம் பெருக்கும் தன்மையுடையது.

1. இலைகளை பருப்புடன் சேர்த்து கூட்டாக சமைத்து நெய் சேர்த்து கூட்டாக சமைத்து நெய் சேர்த்து உணவுடன் சாப்பிட்டு வர உள்ளுறுப்புகளில் தோன்றும் ரணம், அழலை, வாய்ப்புண், உடல்வெப்பம், சிறுநீர் பாதை அழற்சி, விந்து இழப்பு ஆகியவை தீரும். தாது பலப்படும்.
2. இலையை அரைத்து தலையிலிருந்து உடம்பு முழுவதும் பூசி வைத்திருந்து குளித்து வர உடல் வெப்பு அகன்று கண் குளிரும். தோல் நோய்கள் அணுகாது.
3. இலைகளை கொதிநீரில் போட்டு சற்று வெந்ததும் எடுத்துப் பிசைந்து எலுமிச்சை அளவு காலை மாலை கொடுத்து வர நான்கைந்து நாள்களில் பால் சுரப்பு உண்டாகும்.

60. கிணற்றுப்பாசான்

பற்களுள்ள சற்று நீண்ட இலைகளையும் மஞ்சள் நிறப்பூக்களையும் உடைய சிறுசெடி. ஈரமான இடங்களில் தானே வளரும் தன்மையுடையது. வெட்டுக்காயப் பச்சிலை என்றும் குற்ப்பிடுவதுண்டு. இலைகளே மருத்துவப்பயனுடையவை.

1. இலையை நீர்விடாது அரைத்து வெட்டுக்காயம், சிராய்ப்பு ஆகியவற்றில் பற்றிட சீழ்பிடிக்காமல் விரைந்து ஆறும்.

61. சிறுசெருப்படை

கோடைக்காலங்களில் வற்றிய குளம் குட்டைகளில் தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறுசெடி. வெளிறிய வட்ட வடிவான இலைகளையுடையது. இதில் பெரிய செருப்படை என்ற இனமும் உண்டு. செருப்படையே மருத்துவப்பயன் மிக்கதாகும். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது.

நாடி நடையையும், உடல் வெப்பத்தையும் அதிகரிக்கச் செய்யும் மருந்தாகப் பயன்படும். மலம், சிறுநீர் ஆகியவற்றையும் பெருக்கும்.

1. செருப்பச்சாறு, வெள்ளை வெங்காயச்சாறு வகைக்கு 30 மி.லி. யுடன் சிறிது பனங்கற்கண்டு கலந்து நன்கு வடிகட்டி காலை மட்டும் குடித்து வர சற்று பேதியாகும். இதனால் மேகச் சொறி, சிரங்கு, வெள்ளை, வாதம் ஆகியவை தீரும்.
2. செருப்படை வேர், சுக்கு, மிளகு சமன் அரைத்து சுண்டைக்காயளவு காலை மாலை சாப்பிட்டு வர இருபது நாள்களில் குன்மம், செரியாமை, வாத சூலை, குடல் வாதம் ஆகியவை தீரும்.
3. செருப்படை, குப்பைமேனி, கரிசலாங்கண்ணி இவற்றை நிழலுலர்த்திப் பொடித்து சமன் கலந்து சிறிது சர்க்கரை கலந்து காலை மாலை சாப்பிட்டு வர இருபது நாள்களில் குன்மம் தீரும்.
4. செருப்படை, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றைச் சுட்ட சாம்பல் சமன் கலந்து தேனில் குழைத்து ஒரு முறை நாவில் தடவி வர நாவறட்சி, நாக்குச் சுரசுரப்ப, விக்கல் ஆகியவை தீரும்.

62. தரா

சிறு இலைகளையும் உருண்டையான விதைகளையும் உடைய தரையில் படர்ந்து வளரும் சிறு செடி. கசப்பு சுவையுடையது. தமிழகமெங்கும் தரிசுகளிலும் தோட்டங்களிலும் தானே வளர்வது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

தாது பலங்கொடுத்தல் மலம் மூத்திரம் பெருக்குதல் ஆகிய செய்கைகளைக் கொண்டது.

1. இலையை மைபோல் அரைத்து புண், பிளவை, கட்டி, படை ஆகியவற்றுக்கு பற்றுப்போட விரைவில் ஆறும்.
2. இலையை அரைத்து கொட்டைப்பாக்களவு சிறிது பனைவெல்லத்துடன் காலை மாலையாக மூன்று முதல் ஐந்து நாள்கள் கொடுக்க மகப்பேறு காலத்திலோ மாதவிலக்கின் போதோ ஏற்படும் உதிரச்சிக்கல் தீரும்.
3. 5 கிராம் இலையை ஓரிரு மிளகுடன் அரைத்துக் கொடுத்து வர தாய்ப்பால் சுரப்பு அதிகரிக்கும்.
4. இலையுடன் காட்டு சீரகத்தையும் சமனளவு பொடிசெய்து வெள்ளாட்டுப் பித்தநீரால் நான்கு நாள்கள் அரைத்து மூன்று கிராம் நிறையுடைய மாத்திரைகளாக உருட்டி உலரவைத்து காலை மாலை ஒவ்வொரு மாத்திரையாக நீண்ட காலம் சாப்பிட்டு வர வெண்மேகம் தீரும்.

63. சிறுதேட் கொடுக்கு

சுரசுரப்பான இலைகளையும் தேட்கொடுக்கு போன்ற பூங்கொத்தினையும் வெளிறிய நீலநிற மலர்களையும் உடைய வயல் வரப்புகளில் காணப்பெறும். இலைகள் மருத்துவப் பயனுடையவை.

சரீர தாதுக்கள் அழுகாமல் தடுக்கும் குணமுடையது.

1. இலைச்சாற்றைப் பூசிவர சொறி, சிரங்கு, புண் முதலியவை ஆறும்.
2. இலையை அரைத்துப் பற்றிட முகப்பரு, ஆறாத புண்கள், கொறுக்குப்புண் ஆகியவை ஆறும்.
3. இலையை கசக்கி தேள் கொட்டின இடத்தில் தேய்க்க நஞ்சு இறங்கி கடுப்பு தணியும்.
4. இலைச்சாறு நல்லெண்ணெய் சமன் கலந்து பதமுறக்காய்ச்சி வடித்து (சிறுதேட் கொடுக்குத் தைலம்) காமுகளில் விட்டு வர காதடைப்பு தீரும். தலையிலும் உடம்பிலும் தடவி வைத்திருந்து குளித்து வர உடல் வெப்பம் தணியும் காது, கண், மூக்கு ஆகியவற்றில் நீர்வடிதல் தீரும். உடம்பிலுள்ள நமைச்சல், சிறங்கு, கரைப்பான் முதலியவை தீரும்.

64. புளியாரை

முக்கூட்டு இலைகளைக் கொண்ட நிவம்படர் சிறு செடிகள். தமிழகமெங்கும் நீர் வளமுள்ள இடங்களிலும் மலைகளிலும் காணப்படுகிறது. இலை புளிப்புச் சுவையுடன் இருக்கும். கீரையாக சந்தைகளில் விற்கப்படுவதுண்டு. இலைகள் மருத்துவப்பயனுடையவை. இம்மூலிகை காயசித்தி அளிக்கவல்லதாக இராமலிங்க அடிகள் சிறப்பித்து கூறியிருக்கிறார்.

வெப்பு தணித்தல் சதை நரம்புகளை சுருங்ச்செய்தல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. புளியாரை இலையுடன் சமன் வாழைப்பூ சேர்த்து பிட்டவியலாய் வேகவைத்து கசக்கி பிழிந்த சாற்றில் தேன் கலந்து கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு காணும் கழிச்சல் தீரும்.
2. இக்கீரையை பருப்புடன் சேர்த்து கூட்டாக பாகப்படுத்தி உணவுடன் சேர்த்து வர மூலவாயு, பித்த மிகுதி, சுவையின்மை மயக்கம் ஆகியவை தீரும்.
3. 400 கிராம் புளியாரையுடன் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, பொன்முசுட்டைவேர், நன்னாரி வேர், கறிவேப்பிலை, கறிவேப்பிலை ஈர்க்கு, கோரைக்கிழங்கு, விளாமிச்சம்வேர், வில்வவேர் வகைக்கு 60 கிராம் இடித்து 30 லிட்டர் நீரில்

இட்டு 4 லிட்டராகக் காய்ச்சி வடித்து அதில் பசுநெய் 1 லிட்டர் கலந்து சிறுதீயில் காய்ச்சும்போது தாளிசப்பத்திரி, திப்பிலி, சிறுநாகப்பூ, சுக்கு அதிமதுரம் வகைக்கு 20 கிராம், வெட்பாலை அரிசி, கற்கடசிங்கி, சீரகம், சன்னலவங்கப்பட்டை, நறுக்குமூலம், லவங்கப்பத்திரி, ஏலம், கருஞ்சீரகம் வகைக்கு 10 கிராம் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, கிராம்பு வகைக்கு 2 கிராம், சீனி, கற்கண்டு வகைக்கு 100 கிராம் பொடித்துக்கலந்து பதமுறக்காய்ச்சி சாப்பிட்டு வர இரத்தக் கழிச்சல், இரத்த மூலம், இரத்தகாசம், இரத்தபாண்டு, இரத்தபித்தம், வாந்தி, வரட்சி, காமாலை, இருமல், சோகை ஆகியவை தீரும்.

65.அழிஞ்சில்

நீண்ட இலைகளையுடைய முள்ளுள்ள மரம். செம்மஞ்சள் நிறமுள்ள பழங்களையுடையது. தமிழகமெங்கும் புதர்காடுகளிலும் வேலிகளிலும் தானே வளர்கிறது. அதில் கருப்பு, வெள்ளை, சிவப்பு முதலிய இனவேறுபாடு உண்டு. இவற்றில் சிவப்புப்பூ உடைய மரம் மருத்துவபயன் மிக்கதாகக் கருதப்படுகிறது. வேர்பட்டை, இலை, விதை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

நோய்நீக்கி உடல்தேற்றுதல், வாந்தி உண்டுபண்ணுதல், பித்த நீர்ச்சுரப்பை மிகுத்தல், மலமிளக்குதல், வயிற்றுப்பூச்சிகளைக் கொல்லுதல், காய்ச்சல் அகற்றுதல் ஆகிய மருத்துவ குணங்களை உடையது. அழிஞ்சிலில் செய்யப்படும் மருந்துகளை தொடர்ச்சியாக 1 வாரத்திற்கு மேல் கொடுப்பின் வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, வியர்வை ஆகியவை உண்டாகும். நீடித்து சாப்பிட வேண்டுவதாயின் இடையிடையே ஒருவாரம் மருந்தை நிறுத்தி மீண்டும் சாப்பிடலாம்.

1. வேர்ப்பட்டையை உலர்த்திப் பொடித்து 100 மில்லி கிராம் வீதம் காலை மாலை ஒருவாரம் கொடுத்து வர கடிவிஷங்கள் (பாம்பு, எலி, வெறிநாய்), தொழுநோய், கிரந்தி, புண், வயிற்றுபோக்கு ஆகியவை குணமாகும்.
2. இலையை அரைத்து 1 கிராம் அளவாக காலை மாலை கொடுக்க கிராணி, குன்மம், கபநோய்கள் தீரும்.

3. சிவப்பு அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டைத்தூள் 100 மில்லி கிராமுடன் கிராம்பு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி ஆகியவை சமன் கலந்து பொடி 200 மில்லி கிராம் கலந்து தேனில் குழைத்து சாப்பிட்டு வர தொழுநோய் குணமாகும்.
4. அழிஞ்சில் விதைகளிலுருந்து எடுக்கப்பெறும் எண்ணெயை உடம்பில் தடவிவர தோல்நோய்கள் குணமாகும். ஓரிரு துளிகளாக உள்ளுக்கும் கொடுக்கலாம்.

66. கழற்சிக்கொடி

சிறகு கூட்டிலைகளைக்கொண்ட முள் நிறைந்த கொடி மஞ்சள் நிற மலர்களையும் உருண்டை வடிவ கொட்டைகளையும் உடையது. தமிழகமெங்கும் ஆற்றங்கரைகளிலும் கடற்கரைகளிலும் மிகுதியாகக் காணப்படுகின்றன. கொட்டைகள் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் வெள்ளை, கறுப்பு, பச்சை, மஞ்சள் என நான்கு வகைகள் உள்ளன. வச்சிர பீசம் எனவும் குறிப்பிடுவதுண்டு. இலை, வேர், பட்டை, விதை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

விதை தாது பலம் கொடுக்கும்: முறை நோய் தீர்க்கும்: வீக்கம் கட்டிகளை கரைக்கும்: இலையை வீக்கம் குறைக்க மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

1. மஞ்சள் கழற்சிப் பருப்புடன் கால் பங்கு மிளகு சேர்த்து பொடித்து கழற்சியிலைச் சாற்றால் அரைத்து சுண்டைக்காயளவு உருண்டை செய்து உட்கொள்ள குடல் வாயு, அண்ட வாயு, பக்க சூலை ஆகியவை தீரும்.
2. கழற்சிப் பருப்பு, சத்திச்சாரணைக் கிழங்கு, வெள்ளை வெங்காயம், மிளகு, வசம்பு, பெருங்காயம், இந்துப்பு சமனளவாய் இடித்துப் பொடித்து 5 கிராம் வெள்ளாட்டு பாலில் காலை மாலை கொடுத்து வர அண்ட வாயு தீரும்.
3. கழற்சிப் பருப்பு, கொடிவேலிவேர்ப்பட்டை, மாவிலங்கம் வேர்ப்பட்டை சமனளவு பொடித்து முட்டை வெண்கருவில் கிளறி 10 கிராம் அளவாகக் கொடுத்து வர அண்ட வாயு தீரும்.

67.பிரமத்தண்டு

காம்பில்லாமல் பல மடல்களான உடைந்த கூரிய முட்களுள்ள இலைகளையும் பளிச்சிடும் மஞ்சள் நிறப் பூக்களையும் கடுகு போன்ற விதைகளையும் உடைய நேராக வளரும் சிறுசெடி. புால மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும். இலைகளின் மீத வெண்ணிறப்பூச்சுக் காணப்படும். குறுக்குச் செடி, குடியோட்டிப்பூண்டு போன்ற பெயர்களாலும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. துமிழகமெங்கும் தரிசு நிலங்களில் ஆற்றங்கரைகளில் சாலையோரங்களில் தானே வளர்கிறது. இலை, பால், வேர், விதை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

நோய்த் தணித்து உடல் தேற்றவும் தூக்கம் உண்டாக்கவும் பயன்படும்.

1. இலைச்சாற்றை 10 மி.லி.யாக காரவயில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு மாதம் கொடுத்து வர சொறி, சிரங்கு, மேகரணங்கள், குட்டம் ஆகியவை தீரும்.
2. இலைச்சாறு தடவ தேள் கொட்டிய கடுப்பு நீங்கும்.
3. சமூலச்சாறு 30 மி.லி. கொடுத்து, கடிவாயில் அரைத்து கட்ட பாம்பு விஷம் தீரும். பேதியாகும்.
4. இலையை அரைத்து கட்டி வர கரப்பான், பேய்ச்சொறி, சிரங்கு, உள்ளங்கால், கை, பாதங்களில் வரும் புண்கள் ஆறும்.
5. 20 பூக்களை நீரில் ஊற வைத்து குளித்து வரஓ ரு மண்டலத்தில் கண் நோய் விலகும்.
6. பால் ஒரு துளி கண்ணில் விட்டு வர கண்வலி, சதை வளருதல், கண் சிவத்தல், அரிப்பு, கண்கூச்சம், நீர்வடிதல், கண் எரிச்சல் ஆகியவை தீரும்.
7. இலைச்சூரணம், விதைச்சூரணம் கலந்து 3 அரிசி எடை காலை மாலை தேனில் கொள்ள ஷய இருமல், நுரையீரல், சளி இருமல் தீரும்.
8. சமூலச்சாம்பல் 3 அரிசி எடை தேனில் கொள்ள (ஆஸ்துமா), இரைப்பு, இருமல், காசம், சுபகாசம் நுரையீரல் நோய் தீரும்.
9. சாம்பலால் பல் தேய்த்து வர பல் ஆட்டம், பல் சொத்தை, சீழ்வடிதல், பல் கரைத்தல் கேியவைத் தீரும்.
10. வேர் சூரணம் 10 அரிசி எடை வெந்நீரில் கொள்ள மலப்புழுக்கள் வெளியேறும்.
11. விதையை பொடித்து இலையில்சுருட்டி பீடி புகைப்பது போல் புகையை இழுத்து வெளியில் விட பல்வலி, பற்சொத்தை, பற்புழு ஆகியவை தீரும்.

68.வேம்பு

கசப்புச் சுவையுடைய கூர்நுனிப் பற்களுள்ள சிறகுக் கூட்டிலைகளையும் வெண்ணிற மணமுள்ள சிறு பூக்களையும், முட்டை வடிவ சதைக் கனிகளையும்

எண்ணெய்ச்சத்துள்ள விதைகளையும் உடைய பெரிய மரம். தமிழகமெங்கும் தானே வளர்கிறது. நிழல் தரும் மரமாகவும் வளர்க்கப்படுகிறது. இலை, பூ, காய், விதை, பட்டை, எண்ணெய் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

இலை: நுண்புழுக் கொல்லும். குடல் வாயு அகற்றும், வீக்கம் கட்டிகளை கரைக்கும், தாய்ப்பாலை குறைக்கும்.
பூ: நுண்புழுக்களை கொல்லும்.
பட்டை: சதை நரம்புகளைச் சுருங்கச் செய்யும், முறை நோய் தணிக்கும், உடல் பலந்தரும்.
ஏண்ணெய்: பித்த நீர் பெருக்கும், இரவு நோய்களைக் கண்டிக்கும், காய்ச்சல் போக்கும், நுண்புழுக் கொல்லும்.

1. வேப்பங்கொழுந்து அதிமதுரப் பொடியுடன் சமன் சேர்த்து நீர் விட்டு அரைத்து பட்டாணி அளவாய் மாத்திரை செய்து நிழலுலர்த்தி நாள்தோறும் மூன்று வேளை ஓரிரு மாத்திரை கொடுத்து வர அம்மை நோய் தணியும்.
2. இலையை அரைத்துக் கட்டி வர ஆறாத ரணம், பழுத்து உடையாத கட்டி வீக்கம் தீரும்.
3. வேப்பங் கொழுந்து 20 கிராம், ஈர்க்கு 10, 4 கடுக்காய் தோல், பிரண்டைச்சாறு விட்டு அரைத்து ½ அவுன்ஸ் விளக்கெண்ணெய் கலந்து கொடுக்க குடல் பூச்சி வெளியாகும்.
4. வேம்பின் பஞ்சாங்க சூரணம் 10 அரிசி எடை, நெய், தேன், வெண்ணெய், பாலில் (2 மண்டலம்) கொடுக்க எந்த மருந்திலும் கட்டுபடாத நோய்கள் மதுமேகம், என்புருக்கி, இளைப்பு, காசம் ஆகியவை தீரும். உடம்பு கெட்டிபடும், நரை திரை மாறும்.
5. இலையுடன் சிறிது மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து தடவி வர பொன்னுக்கு வீங்கி, பித்த வெடிப்பு, கட்டி, பருவு, அம்மைக் கொப்பளம் ஆகியவை குணமாகும்.
6. உத்தாமணி இலையை வேப்ப எண்ணெயில் வதக்கி சூட்டுடன் ஒத்தடம் கொடுக்க நரம்பு இசிவு, கரப்பான், கிரந்தி, சிரங்கு, சுரம், சன்னிகளில் உண்டாகும் இசிவு, கண்டமாலை, கீழ்வாதம் தீரும்.
7. 5 கிராம் உலர்ந்த பழைய பூவை 50 மி.லி. கொதி நீர் விட்டு மூடி வைத்திருந்து வடிகட்டிச் சாப்பிட்டுவர பசியின்மை, உடல்தளர்ச்சி நீங்கும், கல்லீரலை நன்கு இயக்குவிக்கும்.
8. மூன்று கிராம் வேப்பம் விதையை சிறிது வெல்லங்கூட்டி அரைத்து காலை மாலையாக நாற்பதுநாள் சப்பிட்டுவர தோல் நோய்கள், சூதகசன்னி, நரம்புஇசிவு, குடல்புழுக்கள் தீரும்.
9. ஐம்பது ஆண்டுகளுக்கு மேற்பட்டு முதிர்ந்த வேம்பின் வேர்ப்பட்டைப் பொடியுடன் முதிர்ந்த பூவரசம் பட்டைப்பொடி கலந்து 2 கிராம் அளவாக சிறிது சர்க்கரைக்கூட்டி காலை மாலை நீண்ட நாள்கள் சாப்பிட்டு வர தொழுநோய் முதலான அனைத்து தோல் நோய்களும் குணமாகும்.
10. வேப்பெண்ணெயில் தலை முழுகி வர சன்னி, பிடரி இசிவு, வாத நோய்கள் தீரும்.

69.கவிழ் தும்பை

தும்பையிலை வடிவில் சொரசொரப்பான வெளிறிய, முழுமையான இலைகளையும் தனித்த வெளிர் நீல அல்லது வெளிர் சிவப்பு நிறமுடைய கவிழ்ந்து தொங்கும் மலர்களையும் உடைய சிறு செடி. தமிழகமெங்கும் தரிசுகளிலும் சாலையோரங்களிலும் ஆங்காங்கே தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப்பயனுடையது.

கவில்தும்பை இலை குருவையரிசி சமனளவு இடித்து மாவாக்கி பனைவெல்லம் கலந்து 10 கிராம் அளவாக காலை மாலை மூன்று நாள் கொள்ள பெரும்பாடு தீரும்.

70.நஞ்சறுப்பான்

மட்டை வடிவ இலைகளை எதிரடுக்கில் கொண்ட இலைக் கோணங்களில் சிறிய பூங்கொத்துக்களையுடைய வேலிகளில் படரும் சுற்றுக்கொடி. பஞ்சுடன் கூடிய முட்டை வடிவ விதைகளைக் கொண்டிருக்கும் தமிழகமெங்கும் காணப்படுகிறது. கறிவேப்பிலை என்றும் நஞ்சுமுறிச்சான் கொடி என்றும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. வேர், இலை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

வாந்தியுண்டாக்கல், வியர்வை பெருக்கல், கோழையகற்றுதல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. இலையை உலர்த்திப் பொடித்து ½ கிராம் வெந்நீரில் நாளைக்கு மூன்று வேளையாக சாப்பிட்டு வர வியர்வை பெருக்கும். சளியைப் போக்கும். சீதக்கழிச்சல், நீர்த்த கழிச்சல் ஆகியவை தீரும்.
2. 150 மி.லி. இலைச் சூரணம் தேனில் கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்குக் காணும் கக்குவான் இருமல் தீரும்.
3. இலையை நன்கு அரைத்து எலுமிச்சை அளவு உள்ளுக்குக் கொடுத்து கடிவாயிலும் வைத்துக் கட்ட வாந்தியாகி எவ்வித விஷமும் முறியும். மயக்க நிலையில் இருந்தால் வேர்ப் பொடியை நசியமிடலாம்.
4. கொடி முழுமையுமாக உலர்த்திப் பொடித்து அதன் எடைக்கு சமன் மிளகுப் பொடி கலந்து 5 கிராமாக காலை, மாலை மோரில் கொடுத்து வர பாதரசம் ரசகற்பூரம், சவ்வீரம் போன்ற பாஷாணங்களின் வீறு தணியும். உப்பில்லாத மோர் உணவுக்கொடுத்து வர வேண்டும்.
5. அரை கிராம் அளவாக தினம் மூன்று வேளையாக நீடித்துக் கொடுத்து வர மேக வாய்வுப் பிடிப்புகள் தீரும்.

71.சத்திச் சாரணை

சற்று நீள் வடிவ சதைப்பற்றான இலைகளை உடைய தரையோடு படர்ந்து வளரும் கொடி. தமிழகத்தின் உட்பகுதியில் மணற்பாங்கான இடங்களில் வளர்கிறது. வெள்ளைச் சாறடை என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

வீக்கம் கட்டி ஆகியவற்றைக் கரைக்கும். பசி மிகுக்கும்.

1. இலைச்சாற்றை தாய்ப்பாலுடன் கலந்து கண்ணுக்கு மைபோல் தீட்டி வர கண்ணோய் அனைத்தும் தீரும்.
2. 20 மி.லி. இலைச்சாற்றை பாலில் கலந்து சாப்பிட்டுவர வீக்கம், வயிற்று வலி, வயிற்றுளைச்சல் ஆகியவைத் தீரும்.
3. இலையை நெய் விட்டு வதக்கி கீரைக்கறியாக பக்குவப்படுத்தி உண்டு வர பசியின்மை, நீர்க்கட்டு, வயிற்றுளைச்சல், வீக்கம், வயிற்று வலி ஆகியவை தீரும்.
4. முற்றிய வேர்ச்சூரணம் ½ கிராம் அளவாக் சாப்பிட்டு வர யானைக்கால் வீக்கம், பீனிசம், வாதநோய்கள் குணமாகும்.
5. இலைச்சாற்றுடன் சமன் நல்லெண்ணெய் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து கீல் வாதங்களுக்குத் தேய்க்க வீக்கம் கரைந்து நோய் குணப்படும்.

72.நத்தைச் சூரி

நான்கு பட்டையான தண்டுகளையும் எதிரடுக்கில் அமைந்த காம்பற்ற இலைகளையும் மிகச் சிறிய மங்கலான பூக்களையும் உடைய சிறு செடி. தமிழகமெங்கும் மணற்பாங்கான இடங்களிலும் தோட்டங்களிலும் தானே வளர்கிறது. குழிமீட்டான், தாருணி என்ற பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகிறது. வேர், விதை ஆகியவை மருத்ததுவப் பயனுடையவை.

வேர் நோய்நீக்கி உடல் தேற்றவும் தாதுபலம் அளிக்கவும் பயன்படும். விதை தாதக்களின் எரிச்சலைத் தவிர்க்கவும் தாதுவெப்பு தணிக்கவும் மருந்தாகும்.

1. பத்து கிராம் வேரை பசும்பாலில் அரைத்துக் கலக்கி வடிகட்டி காலை மாலை கொடுத்து வர தாய்ப்பால் பெருக்கும்.
2. 20 கிராம் வேரைச் சிதைத்து 200 மி.லி. கொதிநீரில் போட்டு இரண்டு மணி நேரம் ஊறிய பின் வடித்து 50 மி.லி.யாக நாள் ஒன்றுக்கு மூன்றுளு வேளையாகக் குடித்து வர உடம்பைப் பற்றிய எவ்வித நோயும் படிப்படியாக குணமடையும்.
3. விதையை வறுத்துப் பொடித்து நீரிலிட்டு காய்ச்சி வடித்து பால், கற்கண்டு கலந்து காலை மாலை பருகிவர உடல்வெப்பு தணியும். கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு, வெள்ளை ஆகியவை தீரும்.
4. விதையைப் பொடித்து சமனளவு கற்கண்டு பொடி கலந்து 5 கிராம் அளவாக காலை மதியம் மாலை சாப்பிட்டு வர வெப்புக்கழிச்சல் சீதக்கழிச்சல் ஆகியவைத் தீரும்.
5. வேரை அரைத்து எலுமிச்சை அளவு 30 மி.லி. நல்லெண்ணெயில் கலந்து காலையில் மட்டும் ஐந்துநாள் கொடுத்து வர அரையாப்பு கட்டிகரையும்.
6. செடியை அரைத்துப் பற்றிட கல்போன்ற வீக்கம் கரையும்.

73.தவசி முருங்கை

ஏறத்தாழ வட்டவடிவமான சிறு காம்புடைய முழுமையான இலைகளை எதிரடுக்கில் கொண்ட சிறு செடி. கொத்தான மலர்களைப் பெற்றிருக்கும். தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் தரிசுநிலங்களிலும் காணப்படுகிறது. சேடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது. கோழையகற்றும் குணமுடையது.

1. இலைச்சாற்றை 15 மி.லி. காலை மாலை சாப்பிட்டு வர பீனிசம், நளி, இரைப்பிருமல், பொடிஇருமல் ஆகியவை தீரும். உடல் வெப்பு தணிந்து மலமிளக்கும்.
2. செடியை முழுமையாக உலர்த்திப் பொடித்து சமனளவு சர்க்கரைப் பொடி கலந்து ½ தேக்கரண்டி தேனில் குழைத்து உண்டு வர சளி இருமல் ஆகியவை தீரும்.
3. அடிப்பட்ட வீக்கம் காயங்களுக்கு இலையை வதக்கிக் கட்ட உடன் வேதனை குறைந்து குணமாகும்.

74.பிரமிய வழுக்கை

சாறுள்ள மிகச் சிறு இலைகளை எதிரடுக்கில் கொண்டு சிறிய நீலநிற மலர்களையுடைய மிகக் குறுஞ்செடி. நீர் வளம் உள்ள இடங்களில் தானே வளர்கிறது. நீர்ப்பிரம்மி என்றும் குறிப்பிடப் பெறகிறது. இலைகள் மருத்துவப் பயனுடையவை.

சிறுநீர் பெருக்குதல் மலமிளக்குதல் காமம் பெருக்குதல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. செடி முழுவதையும் நெகிழ அரைத்து எலுமிச்சை அளவு 200 மி.லி. பசும்பாலில் கலந்து வடிகட்டி காலையில் மட்டும் பருகி வர கிரந்தி, புண்புரைகள், சூலைமேக வெட்டை முதலியவை நீங்கும்.
2. இலைச்சாற்றுடன் மண்ணெண்ணெயை நன்கு கலந்து மேற் பூச்சாகத் தேய்க்க கீல் வாத வலி, வீக்கம் பிடிப்பு ஆகியவை தீரும்.
3. இலைச்சாற்றுடன் சமனளவு நெய்கலந்து பதமுறக்காய்ச்சி வடித்து காலை மாலை 1 தேக்கரண்டியாகக் கொடுத்து வர சித்தப்பிரமை, காக்கைவலி, மிகுபித்தம் முதலியன தீரும்.
4. இலையை அரைத்துப் பற்றுப்போட வீக்கம் குறையும்.
5. இலையை வேகவைத்து அரைத்து மார்பில் கட்டிவர சளி மிகுதியால் வரும் இருமல் குணமாகும்.

75.பொன்னாங்காணி

சற்று நீண்ட சிறு இலைகளை எதிரடுக்கில் கொண்ட தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறு செடி. வெந்நிறப்பூக்கள் இலைக்கோணங்களில் காணப்படும். தமிழகத்தின் எல்லா மாவட்டங்களிலும் ஈரமான இடங்களில் தானே வளர்கிறது. செடி முழுமையும் மருத்துவப் பயனுடையது.

நோய் தணித்து உடல் தேற்றவும், பசித்தூண்டவும், மலமிளக்கவும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

1. ஒரு பிடி பொன்னாங்காணி இலைகளை அதிகாலையில் மென்று தின்று பாலருந்திவர உடல் குளிர்ச்சியுற்று கண்ணோய், பலவும் நீங்கும். பார்வை தெளிவுறும்.
2. இலைகளைக் கீரையாகப் பாகப்படுத்தி உணவுடன் நீண்டநாள் சாப்பிட்டுவர உடற்சூடு, மூலம் முதலியவை குணப்பட்டு உடல் வனப்பும் கண்ணொலியும் மிகும்.
3. பொன்னாங்கணிச்சாறு நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1 லிட்டர் கலந்து அதில் அதிமதரம், கோஷ்டம், செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கருஞ்சீரகம் வகைக்கு 20 கிராம் பாலில் அரைத்துப் போட்டு சிறுதீயில் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து (பொன்னாங்காணித் தைலம்) நான்கு நாள்களுக்கு ஒரு முறை தலை முழுகி வர உட்காய்ச்சல், உடல்வெப்பு, கைகால் உடம்பு எரிச்சல், மண்டைபொதிப்பு, கண்ணெரிச்சல், உடம்பு வலி, வயிற்று வலி ஆகியவைத் தீரும்.
4. பொன்னாங்கணி வேர் ஒரு எலுமிச்சங்காயளவு அரைத்து எருமைப்பால் இரண்டு படியில் கலக்கிக் காய்ச்சி தயிராக்கிக் கடைந்தெடுத்த வெண்ணெயை மூன்று நாள்கள் காலையில் சாப்பிட்டு மோரையும் தாகத்திற்குக் குடிக்க இரத்தங்கலந்து சிறுநீர் போதல் தீரும்.

76.கறிமுள்ளி

சிறகாக உடைந்த முள் நிறைந்த இலைகளையும், நீலநிறப்பூக்களையும் வெள்ளை வரியுடைய உருண்டைவடிவக் காய்களையும் மஞ்சள் நிறப் பழங்களையும் உடைய தரையோடு படர்ந்து வளரும் சிறுசெடி. அது பப்பாரமுள்ளி என்ற பெயர்களாலும் குறிப்பிடப்பெறுகிறது. (இதையே கண்டங்கத்திரியாகக் கொள்வாரும் உளர். அவ்வாறு கொல்லுதல் தவறாகும்) தமிழகமெங்கும் தரிசுகளில் தானே வளர்கிறது. இலை, வேர், காய் ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடைவை.

செடி முழுமையாக சதை நரம்புகளைச் சுருக்கச் செய்தல், காமம் பெருக்குதல் ஆகிய குணங்களையுடையது. வேர் கோழையற்றுதல், சிறுநீர், வியர்வை ஆகியவற்றைப் பெருக்குதல், நாடி நடை மிகுந்து உடல் வெப்பந்தருதல் ஆகிய குணங்களையுடையது.

1. இலைச்சாறு 15 மி.லி. சிறிது தேன் கலந்து மூன்று வேளையாக கொடுத்து வர இரைப்பிருமல் குணப்படும். சளியகலும்.

2. செடி முழுமையாகப் பிடுங்கி நிழலில் உலர்த்தி இடித்துப்பொடி கலந்து ½ தேக்கரண்டி ஒரு வேளையாக தேனில் கொள்ள கோழை, இருமல், ஈளை, இரைப்பு ஆகியவை தீரும்.
3. 100 கி. சமூலத்தை 600 மி.லி. நீரிலிட்டு 150 மி.லி. யாக காய்ச்சி வடித்து 30 மி.லி.யாக நாளைக்கு 4 அல்லது 5 முறை கொடுத்துவர காய்ச்சல், நீரெரிவு, இருமல், சிறுநீர்த்தடை ஆகியவை நீங்கும்.
4. விதையை பீடி போல் செய்து புகைபிடிக்க பற்களிடையே தோன்றும் புழுக்கள் வெளிப்பட்டு வலி நீங்கும்.

77.முள்ளிக்கீரை

இலைக்கோணங்களில் முள்ளுள்ள கீரைச்செடி. முளைக்கீரை இலைகளிலும் சற்று நீண்ட வடிவமுடைய இலைகளையும் நுனியில் பூங்கொத்தினையும் உடையது. செந்நிறத்தண்டுடையது செம்முள்ளி எனப்படும். மழைக்காலத்தில் தமிழகமெங்கும் சாலையோரங்களில் காணப்பெறும். செடி முழுமையும் மருத்துவப்பயனுடையது.

பசியை மிகுத்து தாதுக்களின் எரிச்சலைத் தணித்து அவற்றைத்துவளச் செய்யும் தன்மையுடையது.

1. முள்ளி வேர் 40 கிராம் ஓமம் 10 கிராம் வெள்ளைப்பூண்டு 2 கிராம் ஆகியவற்றை அரைத்து 10 அல்லது 15 கிராம் அளவாக நாளைக்கு மூன்று வேளையாகக் கொடத்து வர வயிற்று வலி தீரும்.
2. இலையும் வெரும் சம அளவாக 100 கிராம் 800 மி.லி.நீரில் போட்டு 100 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 30 மி.லி யாக மூன்று வேளை கொடுத்து வர கட்டுப்பட்ட சிறு நீர் வெளிப்படும்.
3. வேர்ச்சாம்பலை சோறு வடித்த சஞ்சியில் குழைத்துப் பற்றுப்போட கட்டிகள் விரைவில் உடைத்துக் கொள்ளும்.
4. இலைகளைக் கீரையாகச் சமைத்துண்டு வர பசி மிகும் பேதி கட்டுப்படும்.
5. முள்ளி வேர், பிரண்டை வேர், காற்றாழை வேர், கடுக்காய், வெள்ளைப் பூண்டு, சுக்கு, மிளகு வகைக்கு 3 கிராம் அரைத்து புளித்த மோரில் கலக்கிக் கொடுத்து வர உள் மூலம் தீரும்.

78.சிறுகீரை

மாற்றடுக்கில் அமைந்த சிறு இலைகளையும் இலைக் கோணங்களில் அமைந்த பூக்களையும் உடைய சிறிய கீரை இனம். தமிழகமெங்கும் சாலையோரங்களில் தானே வளர்கிறது. பத்தியத்துக்கு ஆகாத கீரை. இலை, வேர் ஆகியவை மருத்துவப் பயனுடையவை. சிறு நீர் பெருக்கும் குணமுடையது.

1. கீரையாகச் சமைத்துண்டு வர சிறுநீர் பெருகி உடலில் உள்ள நீர்க்கோவை தீரும்.

2. சிறு கீரை வேர், நெருஞ்சில் வேர், சிறுபூளை வேர், சீரகம் வகைக்கு 40 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு ¼ லிட்டராகக் காய்ச்சி இருபங்காக காலை மாலை குடித்து வர கல்லடைப்பு தீரும்.
3. சிறுக்கீரைச் சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 50 மி.லி. யுடன் 100 மி.லி. கற்சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர் கலந்து காலையில் மட்டும் கொடுத்து வர 10 நாள்களில் சிறுநீருடன் இரத்தம் போதல் தீரும்.
4. சிறுகீரை வேரை பச்சரிசிக் கழுநீர் வண்டலுடன் அரைத்து 10 கிராம் அளவுக்கு தேன் கலந்து கொடுத்து வர இரத்த பித்தம் தீரும்.
5. சிறுகீரைச்சாறு, கரிசாலைச்சாறு, பால், நல்லெண்ணெய், வகைக்கு 1 லிட்டருடன் எலுமிச்சம் பழச்சாறு ½ லிட்டர் கலந்து அதில் அதுமதுரம், ஏலம், நெல்லிவற்றல், லவங்கம், கோஷ்டம், வெட்டி வேர், தவிளாமிச்சை வேர் வகைக்கு இரண்டு கிராம் அரைத்துக் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து (சிறு கீரைத் தைலம்) தலை முழுகி வர கண்ணோய்கள், வறட்சி முதலியன தீரும்.

79.முதியார் கூந்தல்

மாற்றடுக்கில் அமைந்த சிறு முழு இலைகளையும் இளமஞ்சள் நிற சிறுமலர்களையும் உடைய சிறு ஏறுகொடி. தமிழகமெங்கும் தரிசுகளில் தானே வளர்கிறது. சவுரிக்கொடி, குதிரைவாலி, அம்மையார் கூந்தல் ஆகிய பெயர்களாலும் குறிப்பிடப் பெறுகிறது. கோடி முழுமையும் மருத்துவப்பயனுடையது.

1. முதியோர் கூந்தல், மாம்பட்டை, அதிவிடயம், சுக்கு கோரைக் கிழங்கு வகைக்கு 10 கிராம் சேர்த்து இடித்து ஒரு லிட்டர் நீரில் இட்டு 125 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி மூன்று பங்காக்கி 5 கிராம் இலவம் பிசின் சூரணத்துடன் தினம் மூன்று வேளை கொடுத்து வர வயிற்றுப் போக்குடன் கூடிய காய்ச்சல் தீரும்.
2. 2 கிலோ சவுரிக் கொடியை இடித்து 4 லிட்டர் நீரில் இட்டு ½ லட்டராக வற்றக் காய்ச்சி வடிகட்டி நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டரில் கலந்து மர மஞ்சள், கருஞ்சீரகம், அதிவிடயம் வகைக்கு 10 கிராம் பாலில் அரைத்துப் போட்டுக் காய்ச்சி (சவுரித் தைலம்) வடித்து உடல் முழுவதும் தடவிக் குளித்துவர தொழுநோய், வாதகரைப்பான், கழலை, கண்ட வீக்கம் ஆகியவைத் தீரும்.

80.பிண்ணாக்குக் கீரை

முட்டை வடிவ தனி இலைகளையும் செந்நிறத் தண்டினையும் பட்டையான காய்களையும் உடைய சிறு செடி. பயிர்களுக்கிடையே களையாக வளரும். புண்ணாக்கி என்றும் குறிப்பிடுவதுண்டு. தமிழகமெங்கும் காணப்படுகிறது. இலைகள் மருத்துவப் பயனுடையவை.

சிறுநீர் பெருக்குதல், மலமிளக்குதல் ஆகிய குணங்களை உடையது.

1. இக்கீரையை பருப்பிட்டு சமைத்து நெய்யுடன் சோற்றில் கலந்து சாப்பிட்டு வர உட்சூடு, வெள்ளை, சீதபேதி, இரத்தபேதி ஆகியவைத் தீரும்.
2. பிண்ணாக்குக் கீரை, ஆவாரையிலை, விழுதியிலை ஆகியவை வகைக்கு ஒருபிடி தான்றி நெல்லி கடுக்காய் ஆகியவற்றின் தோல் பொடித்தது வகைக்கு 20 கிராம் கலந்து இடித்து விளக்கெண்ணெயில் சிவக்க வதக்கி துணியில் முடிந்து ஒத்தடம் கொடுத்து அதைவைத்துக்கட்ட ஐந்தாறு நாள்களில் முழங்கால் வாதம், வீக்கம் ஆகியவை தீரும்.
3. பிண்ணாக்கு கீரை 50 கிராம், சுக்கு, மிளகு, கடுக்காய் தோல் வகைக்கு 10 கிராம் ½ லிட்டர் நீரில் சேர்த்து 200 மி.லி. யாக காய்ச்சி 10 மி.லி. யாக காலை மாலை 5 நாள் சாப்பிட்டுவர வாதக்குடைச்சல் தீரும்.

81.கிரந்தி நாயகம்

வெளிர் நிறமான முட்டை வடிவ வெகுட்டல் மணமுள்ள இலைகளையும் வெண்ணிறப் பூக்களையும் உடைய மிகக் சிறுசெடி. தமிழகமெங்கம் தரிசுகளிலும் புதர்காடுகளிலும் காணப்படுகிறது. இலைகளே மருத்துவப்பயனுடையவை.

1. இலையை அரைத்து நகச்சுற்று, புண், சிரங்கு ஆகியவற்றுக்கு பூச குணமாகும்.
2. ஐந்தாறு இலைகளை மென்று தின்ன தேள், பாம்பு ஆகியவற்றின் நஞ்சு நீங்கும். கடிவாயில் இலையை அரைத்துப் பூசலாம்.
3. இலையுடன் சமனெடை நாட்டுக்கல்நார் சேர்த்தரைத்து அடை தட்டிக் காய வைத்து வரட்டியினிடையே வைத்துப்புடமிட்டு எடுத்துப் பொடித்து பல் தேய்த்துவர பல் வலி, பல்லாட்டம், பல்லரணை, பல் சொத்தை, ஈறு வீக்கம், ஈறு புண், இரத்தக் கசிவு ஆகியவை தீரும்.

82.விராலி

காம்புள்ள சாறற்ற மேல் நோக்கிய இலைகளையும், சிறகுள்ள விதைகளையும் கசப்பான பட்டையையும் கொண்ட குறுஞ்செடி. தமிழகமெங்கும் புதர்க்காடுகளில் வளர்கிறது. இலை, பட்டை ஆகியவை மருத்துவப்பயனுடையவை.

காய்ச்சல் தணித்தல் உடல் உரமாக்கல், வீக்கம் கட்டிகளைக் கரைத்தல் சதை நரம்புகளைச் சுருங்கச் செய்தல் ஆகிய மருத்துவப் பயன்களையுடையது.

1. 20 கிராம் விராலியிலையை இடித்து ¼ லிட்டர் நீரில் இட்டு, ஒரு நாள் ஊற வைத்து வடிகட்டியதில் 20 மி.லி. யை சிறிது பால் கலந்து சாப்பிட்டு வர நுரையீரல் நோய்கள், கண்ச்சூடு, இருமல், சளி ஆகியவை தீரும்.
2. இலையை வதக்கி கட்டிகள் மீது கனமாக வைத்துக் கட்டி வர கட்டி அமுங்கி விடும் அல்லது உடைந்து விரைவில் ஆறும் வீக்கம் குறையும்.

3. விராலிப் பட்டையை உலர்த்திப் பொடித்து ஒரு தேக்கரண்டி தேனில் குழைத்து உண்டு வர சளி, சளிக்காய்ச்சல், முறைக் காய்ச்சல், மலேரியா முதலிய நோய்கள் தீரும்.
4. பட்டையை அரைத்து பற்றிட வீக்கங்கள் விரைவில் கரையும்.

மருந்து செய்முறைகள

சித்த மருத்துவத்தில் மருந்துகள் சாப்பிடக் கூடியனவாகவும் புறத்தே பயன்படுத்தக் கூடியவையாகவும் அவை ஒவ்வொன்றும் முப்பத்திரண்டு வகைப்படுவனவாகவும் கூறுதல் மறபு. அவற்றுள் குடிநீர், சூரணம், மாத்திரை, இளகம், செந்தூரம், பற்பம் முதலிய எளிய மருந்து செய் முறைகள் சில எடுத்துக்காட்டுகளுடன் இப்பகுதியில் விளக்கப் பெறுகின்றன.

01. குடிநீர்

உலர்ந்த சரக்குகளை ஒன்றிரண்டாகப் பொடித்து போதுமான நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி கொள்வதே குடிநீராகும் இக்குடிநீர் பருகும் குடிநீர், கொப்பளிக்கும் குடிநீர், கண்ணுக்குவிடும் குடிநீர், புண்கழுவும் குடிநீர், முகம் கழும் குடிநீர், ஆசனம் வலி செலுத்தும் குடிநீர், வாந்திக் குடிநீர், பேதிக் குடிநீர், குளிப்புக் குடிநீர் என்று பலவகைப்படும். சரக்குகளை துண்டுகளாக நறுக்கி நீரில் ஊறப்போட்டு மண்கலத்தில் மட்டமாய் பரப்பி, இறுதியாய் எவ்வளவு குடிநீர் வேண்டுமோ அந்த அளவு நீரை ஊற்றி ஆழத்தை அளந்து பின்னர் முழு அளவு நீரையும் பெய்து, சிறு தீயில் எரித்து குறிப்பிட்ட அளவு நீர் சுண்டி வரும் போது உடனே வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். குடிநீர் காய்ச்ச மண்கலமே சிறந்ததாகும்.

2. நிலவேம்புக் குடிநீர்

நிலவேம்பு சமூலம், வெட்டிய வேர், விலாமிச்சை வேர், சந்தனத்தூள், பேய்ப்புடல், பற்படாகம், சுக்கு, மிளகு, கோரைக்கிழங்கு ஆகியவற்றை சம அளவாக எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கலந்து 30 கிராம் தூளை 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 150 மி.லி. ஆகக் காய்ச்சி காலை மாலையாக 50 மி.லி. வீதம் குடித்து வர குளிர் சுரம், பித்த சுரம், நடுக்கு சுரம் ஆகியவை தீரும்.

3.சித்தரத்தைக் குடிநீர்

சித்தரத்தை, பேரீச்சம்பழம், சுக்கு, அதிமதுரம் ஆகியவற்றை வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாய் நறுக்கி 50 மி.லி. பாலும், 50 மி.லி. நீரும் சேர்த்து காய்ச்சி கற்கண்டு கலந்து காலை மாலை 50 மி.லி வீதம் சாப்பிட்டு வர வரட்டு இருமல், சளியுடன் கூடிய இருமல், சுரத்துடன் கூடிய இருமல் தீரும்.

4.மண்டூரக் குடிநீர்

மண்டூரம், உலர்ந்த மாவிலை, கீழாநெல்லி, நீர்முள்ளி வகைக்கு 30 கிராம். சீரகம் 10 கிராம் உலர்த்திப் பொடித்ததில் 50 கிராம் தூளை ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு நாலில் ஒன்றாய்க் காய்ச்சி வேளைக்கு 60 மி.லி. ஆகக் காலை மாலை சாப்பாட்டிற்குப் பிறகு பருகி வர சோகை, உடல் வீக்கம், அண்ட வீக்கம், உடம்பு வலி, இருமல், சுரம் ஆகியவை தீரும்.

5.இம்பூரல் குடிநீர்

10 கிராம் இம்பூரல் வேருடன் 4 கிராம் அதிமதுரம் நசுக்கி ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு நாளில் ஒன்றாய் காய்ச்சி வடிகட்டி 50 மி.லி. வீதம் காலை மாலை குடித்து வர இரத்த வாந்தி சளியுடன் இரத்தம் வருதல் ஆகியவை தீரும்.

6.திராட்சைக் குடிநீர்

உவர்ந்த திராட்சை 60 கிராம், ஏலம் 30 கிராம், சீரகம் 2 கிராம், வால் மிளகு 1 கிராம், ரோசா இதழ்கள் 2 கிராம், கீழாநெல்லி வேர் 5 கிராம் ஆகியவற்றைச் சிதைத்து 4 லிட்டர் நீரிலிட்டு நாலில் ஒன்றாய் காய்ச்சி வடித்து 100 மி.லி. வீதம் பனங்கற்கண்டு கலந்து காலை மாலை சாப்பிட்டு வர மலக்கட்டு நீங்கும்.

7.கடுக்காய்க் குடிநீர்

கடுக்காய்த் தோலை பொடித்து ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு 100 மி.லி. ஆகக் காய்ச்சி இரவு படுக்கும் முன் பருக எளிதாக மலங்கழியும்.

8.கருவேம்பட்டைக் குடிநீர்

கருவேம்பட்டை 30 கிராம், காசுக்கட்டி, மாசிக்காய், களிப்பாக்கு படிகாரம் வகைக்கு 2 கிராம் பொடித்து ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு பாதியாகக் காய்ச்சி 50 மி.லி. வீதம் காலை மாலை குடித்து வர தொண்டைக் கட்டு, தொண்டை வலி, குரல் கம்மல், வரட்டு இருமல் ஆகியவை தீரும். இக்குடிநீரால் வாய் கொப்பளிக்க வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண் தீரும்.

9. நொச்சிக் குடிநீர்

நொச்சிக் கொழுந்து ஒருபிடி, மிளகு 10 கிராம், பூண்டு 5 கிராம், கறுப்பு வெற்றிலை 10 ஆகியவற்றைச் சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரிலிட்டு 100 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி வடித்து 50 மி.லி. வீதம் காலை மாலை சாப்பிட சாதாரண காய்ச்சல் தீரும்.

10. கீழாநெல்லிக் குடிநீர்

.

கீழாநெல்லி சமூலம், விஷ்ணுகாந்தி, கரிசலாங்கண்ணி வகைக்கு ஒரு பிடி, சீரகம், ஏலம், பரங்கிக்சக்கை வகைக்கு 5 கிராம் உலர்ந்த திராட்சை 30 கிராம் இவற்றைச் சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரிலிட்டு நாலில் ஒன்றாய்க் காய்ச்சி வடிகட்டி 100 மி.லி. வீதம் காலை மாலை சாப்பிட்டு வர மஞ்சள் காமாலை தீரும்.

11. நீர்முள்ளிக் குடிநீர்

நீர்முள்ளி, நெருஞ்சில், நெல்லி முள்ளி, பரங்கிப்பட்டை, மணத்தக்காளி வற்றல், சரக்கொன்றப் புளி, சோம்பு, வெள்ளரி விதை, சுரைக்கொடி, கடுக்காய்,

தான்றிக்காய் வகைக்கு 5 கிராம் சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரிலிட்டு நாலில் ஒன்றாக் காய்ச்சி வடித்து காலை மாலை 50 மி.லி. சாப்பிட்டு வர நீர்க்கட்டு, நீர் எரிவு, நீர்ச் சுருக்கு தீரும்.

12. சிறுபீளைக் குடிநீர்

சிறுபீளைச் சமூலம், சிறுநெருஞ்சில், பேராமுட்டி வேர், மாவிலங்க வேர் வகைக்கு 50 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரிலிட்டு எட்டில் ஒன்றாய் காய்ச்சி 30 மி.லி. வீதம் காலை மாலை சாப்பிட நீர்க்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல், கல்லடைப்பு, சதையடைப்பு ஆகியவை தீரும்.

13. பலாசுக் குடிநீர்

சுத்தி செய்த பலாசு விதை, கருஞ்சீரகம், வாய்விளங்கம், ஓமம், சிவதை வேர், நிலாவாரை, சோம்பு வகைக்கு 5 கிராம், கடகரோகணி 3 கிராம், ஒன்றிரண்டாய் இடித்து 200 மி.லி. நீரிலிட்டு நாலில் ஒன்றாய்க் காய்ச்சி வடிகட்டி இரவில் சாப்பிட்டு காலையில் பேதிக்குச் சாப்பிட குடற்புழுக்கள் கழியும்.

14. பற்பாடகக் குடிநீர்

பற்படாகம், சுக்கு, வெப்பாலைப்பட்டை, நிலவேம்பு, பேய்புடல், கோரைக்கிழங்கு, சிறுகாஞ்சறி வேர், சீந்தில், கோஷ்டம், சமன் இடித்து சூரணமாக்கி அதில் 70 கிராம் தூளை ½ லிட்டர் நீரில் போட்டு ¼ லிட்டராக்கி காலை மாலை 50 மி.லி. வீதம் குடித்து வர அனைத்து காய்ச்சலும் தீரும்.

சூரணம்

உலர்ந்த வேர், கிழங்கு, பட்டை, கட்டை, இலை, பூ, கனி, வித்து, பிசின் முதலியவற்றையும் காரசாரப் பொருள்களையும் இடித்து மெல்லிய துணியாலாவது நுண்ணிய சல்லடையிலாவது அரித்து எடுப்பது சூரணம் எனப்படும். மருந்துகளை

தனிதனித்யாக இடித்து வேண்டிய பொருள்களை தனித்தனியாகக் சுருக்காமல் பொன்னிறமாக வறுக்க வேண்டும். எண்ணெய்ச் சத்துள்ள பொருள்களை அம்மியில் அரைத்து சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.சர்க்கரை சேர்க்க வேண்டுமாயின் தேவையான போதே கலந்து கொள்ள வேண்டும். ஒரே நேரத்தில் கலந்து வைத்தால் மருந்தின் தன்மை கெடும். சூரணத்தை அளவின்படி உட்கொண்ட பின் ஒரு மிடறு நீர் பருக வேண்டும். சூரணங்கள் மூன்று மாதங்கள் வன்மையுடன் இருக்கும்.

01. திரிகடுகு சூரணம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்துச் சலித்து சம எடையாகக் கலந்து வைக்கவும். 1 கிராம் தேன், நெய்யில் காலை மாலையாகச் சாப்பிட பசியின்மை, செரியாமை, வயிற்று வலி, வயிற்றுப் பொருமல், இருமல், சுரம் ஆகியவை தீரும்.

02. திரிபலை சூரணம்

கடுக்காய்த் தோல், தான்றித்தோல் நெல்லிவற்றல் தனித்தனியே இடித்துச் சலித்து ஒன்று கலந்து வைக்க. 2 கிராம் காலை மாலை தேன் அல்லது நெய்யில் கொள்ள இருமல், கண்ணெரிச்சல், வாய்ப்புண், மலச்சிக்கல் இவை தீரும்.

03. அஷ்ட தீபாக்கினி சூரணம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஓமம், சீரகம், கருஞ்சீரகம், இந்துப்பு, பெருங்காயம் வகைக்கு 50 கிராம், இந்துப்பு பெருங்காயம் நீங்கலாக பிறவற்றை பொன்னிறமாக வறுத்து இடித்து பெருங்காயத்தைப் பொரித்தும், இந்துப்பை பொடி செய்தும் கலக்க வேண்டும். 5 கிராம் சூரணத்தை மோரில் கலக்கியோ உணவுடனோ சாப்பிடலாம். சேரியாமையைப் போக்கும். கழிச்சலைக் கட்டும். கவையின்மை. பசியின்மை ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

04. நில ஆவாரைச் சூரணம்

நில ஆவாரை, சுக்கு, மிளகு, ஓமம், வாய் விளங்கம் சம அளவு பொடி செய்து கலந்து 2 கிராம் வெந்நீரில் காலை மாலை கொடுக்க வாயு, பொருமல், விக்கல், சளி, இரைப்பிருமல், உடற்பெரிவு வாந்தி, பித்தம், மலக்கட்டு ஆகியவை தீரும்.

05. அமுக்கிரா சூரணம்

அமுக்கிராக் கிழங்கு	– 640 கி.
சுக்கு	- 320 கி.
திப்பிலி	- 160 கி.
மிளகு	- 80 கி.
தனியா	- 70 கி.
சீரகம்	- 60 கி.
இலவங்கப்பத்திரி	- 50 கி.
இலவங்கப்பட்டை	- 40 கி.
ஏலம்	- 30 கி
சிறுநாகப்பூ	- 20 கி.
கிராம்பு	- 10 கி.

இவற்றை இடித்துச் சலித்து மொத்த நிறைக்கும்ச் சமமான சர்க்கரைப் பொடி சேர்த்து கலந்து வைக்க. வேளைக்கு 3 கிராம் வீதம் காலை மாலையாக பால் அல்லது நெய்யில் 40 நாள் கொள்ள மேக அஸ்தி, அஸ்தி வெட்டை, சுவாசம், ஈளை, பாண்டு, மேக ஊறல், சுவையின்மை ஆகியவை தீரும்.

06. ஏலாதி சூரணம்

இலவங்கம்	- 10 கி
மிளகு	- 20 கி
சிறுநாகப்பூ	- 40 கி
தாளிசம்	- 80 கி
கூகைநீறு	- 160 கி
சுக்கு	- 320 கி

ஏலம் - 640 கி

சர்க்கரை - 1280 கி

இவற்றைப் பொடி செய்து சர்க்கரைப் பொடியுடன் கலந்து 1 அல்லது 2 கிராம் தேன் அல்லது பாலில் காலை மாலை கொள்ள வாத பித்த நோய், பித்தவாயு, கிரந்தி ஊறல், அரிகிரந்தி, காணாக கடி, புண், குட்டம், குறைநோய், பெரும்பாடு, என்புருக்கி, சொறி முதலியன தீரும்.

07. தாளீசாதி சூரணம்

தாளீசம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி ஏலம், கிராம்பு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, சண்பகமொக்கு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிவற்றல், ஓமம், சதகுப்பை, கருஞ்சீரகம், கண்டத்திப்பிலி, சீரகம் கற்கடசிங்கி, சிறுநாகப்பூ, அதிமதுரம், வாய்விளங்கம், கோஷ்டம், சடாமஞ்சில், பெருங்காயம் இவை வகைக்கு 10 கிராம், தனியா 60 கிராம், சர்க்கரை 120 கிராம். இவற்றில் சர்க்கரை நீங்கலாக பிறவற்றை இளவறுப்பாக வறுத்து, பொடித்து, சலித்து சர்க்கரை பொடியுடன் கலந்து வைக்க தேனுடன் 1 அல்லது 2 கிராம் காலை மாலை சாப்பிட வாத நோய் 80, பித்த நோய் 40 ஐய நோய் 96, சொறி, சிரங்கு, வயிற்றெரிவு, வயிற்றுவலி, நீர்ச்சுருக்கு, காமாலை, காய்ச்சல், வாய் நீர்ச் சுரப்பு, வெள்ளை, தாகம், காதிரைச்சல், இருமல், கை கால் குடைச்சல், தொண்டைக்கட்டு, என்புருக்கி, நீர்க்கடுப்பு, நெஞ்செரிச்சல், கை கால் கடுப்பு, சூலை, இஜூரணம் முதலியன தீரும்.

08. பறங்கிப்பட்டை சூரணம்

பறங்கிப்பட்டை – 100 கிராம்

சர்க்கரை - 100 கிராம்.

சுத்தி செய்த பறங்கிப்பட்டையை கருந்துளசிச் சாற்றில் ஊற வைத்து உலர்த்திப் பொடி செய்து சலித்து சர்க்கரைப்பொடியுடன் கலந்து 1 அல்லது 2 கிராம் சர்க்கரை கலந்த பாலில் சாப்பிட மேகம், வெண்மேகம், கருங்குட்டம், பசியின்மை முதலியன தீரும்.

09. பஞ்சதீபாக்கினி சூரணம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஏலம், சீரகம் சம அளவு வறுத்துப் பொடித்து மொத்த நிறைக்கு சர்க்கரைப் பொடி கலந்து தேன் அல்லது நெய்யில் 1 அல்லது 2 கிராம் காலை மாலை சாப்பிட வாயு, பித்தம், பித்த வாயு, செரியாமை, பொருமல், பசியின்மை, மயக்கம், கிறுகிறுப்பு, மூலவாயு, என்புக்காய்ச்சல், என்புவெட்டை, வெப்பு முதலியன தீரும்.

10. பற்பொடிச் சூரணம்

உலர்ந்த வேலங்காய் 100 கிராம், படிகாரம், காய்ச்சுக்கட்டி, கடுக்காய்ப் பிஞ்சு வகைக்கு 80 கிராம், மாசிக்காய், வேலம் பட்டை வகைக்கு 40 கிராம் ஆகியவற்றை இடித்துச் சலத்து பத்தி திரப்படுத்துக. இப்பொடியால் நாள்தோறும் பல் துலக்கி வர பல் வலி, பல்வீறு வீக்கம், இரத்தக்கசிவு, வாய்நாற்றம், பல்கூச்சம் நீங்கி பல் உறுதிப்படும். வெந்நீரில் வாய் கொப்பளித்தல் நன்று.

மாத்திரை

மருந்துச் சரக்குகளைத் தன்த்தேனும் பற்ப செந்தூரங்களைச் சேர்த்தேனும் மூலிகைச் சாறுகளாலாவது கடிநீர்களாலாவது நன்கு உறவாகும் படி குறிப்பிட்ட காலம் வரை அரைத்து பக்குவம் வந்தவுடன் குறிப்பிட்ட அளவின் படி உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளும் மருந்து வகைக்கு மாத்திரை என்று பெயர்.

முாத்தரை செய்வதற்கான மருந்துகளை சுத்தி செய்து தனித்தனியாக இடித்துச் சலித்துஅளவின்படி கல்வத்திலிட்டு மூலிகைச் சாறு அல்லது குடிநீரை சிறிது சிறிதாக சேர்த்து நன்கு அரைத்து கல்வத்துக்கும் குழவிக்கும் தொடபில்லாமல் புரளும் பதத்தில் அளவான மாத்திரைகளாக உருட்ட வேண்டும். கஸ்தூரி, கோரோசனை அம்பர், குங்குமப் பூ, பச்சைக்கற்பூரம் முதலியவற்றை மாத்தரை உருட்ட அரை மணிக்கு முன்னரே சேர்த்தல் வேண்டும். நெய்ப்பசையுள்ள மருந்துகளை நீண்ட கால அரைப்புக்கு உட்படுத்தக் கூடாது.மாத்திரைகள் ஓராண்டு வரை வன்மையாய் இருக்கும்.

01. எருக்கம்பூ மாத்தரை

வெள்ளருக்கம்பூ 2 பங்கு மிளகு 1 பங்கு இலவங்கம் ½ பங்கு அரைத்து மிளகளவு மாத்திரை உருட்டி வேளைக்கு 1 அல்லது 2 மாத்திரை கொடுக்க இரைப்பிருமல் (ஆஸ்துமா), மூச்சுத்திணறல் ஆகியவை தீரும்.

02. அமிர்தாதி மாத்திரை

அதிமதுரம், கோஷ்டம், ஏலம், கோரோசனை, சாத்திரபேதி, சண்பகப்பூ, மாசிக்காய், கிராம்பு வகைக்கு 10 கிராம் பொடி செய்து கல்வத்திலிட்டு மாசிப்பத்திரி வேர், வெட்டி வேர், கருந்துளசி வேர், விளாமிச்சை வேர் சமன் சேர்த்து குடிநீரால் 6 மணி நேரம் நன்கு அரைத்து உளுந்து குன்றி அளவாக மாத்திரை உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைக்கவும்.

ஒரு மாத்திரை மாசிப்பத்திரி குடிநீரில் கொடுக்க எவ்வகை மாந்தமும், கிராம்புக் குடிநீரில் மாந்தச்சுரம், வாந்தியும் தாய்பாலில் கொடுக்க குடல்படுவன், நீர்ப்பாடு, வயிற்றுப்புசம், இருமல், நாவறட்சி, வயிற்றெரிவு ஆகியவை தீரும். மருந்து கொள்ளும் போது தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தையாயின் தாய் புளி நீக்கி உணவு கொள்க.

03. காக்கரட்டான் மாத்திரை

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காயத்தோல், தான்றித்தோல், நெல்லிவற்றல், கந்தகம், ரசம், காக்கரட்டான் வேர்ப்பட்டை அகியவற்றின் தன்த்தனி சூரணம் 5 கிராம் சேர்த்து அத்துடன் சுத்தி செய்த தாளகம் 30 கிராம் சேர்த்து கரிசலாங்கண்ணிச் சாற்றில் ஒரு பகல் முழுதும் அரைத்து மிளகு அளவு மாத்திரை செய்து நிழலிலுலர்த்துக.

குழந்தையின் வயதுக்கேற்ப ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரை வெந்நீர் அல்லது தாய்ப்பாலில் கொடுக்க ஒரு மணி நேரத்தில் பேதியாகி காய்ச்சல் முதலிய நோய்கள் அகலும். தாய் புளி நீக்கி உணவு கொள்ள வேண்டும்.

04. முருக்கன்விதை மாத்திரை

முருக்கன் விதை, சீரகம், கடுகு ரோகினி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி வகைக்கு 10 கிராம் சுத்தி வாளம் 60 கிராம் நீரில் அரைத்து 500 மி.கி. மாத்திரைகளாக உருட்டி உலர்த்தலாம். ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரைகள் சர்க்கரை கலந்த நீருடன் படுக்கும் முன் கொடுக்க குடல் புழுக்கள் கழியும். மந்தம், வயிறு உப்புசம், கபக்கட்டு, கெண்டை முதலியன குணமாகும்.

இளகம் (லேகியம்)

மருந்துப் பொருள்களை முறைப்படி பொடி செய்த பின்னர் இதில் சேர்க்கப்படும் சர்க்கரை நீர், பால் அல்லது குடிநீரை மருந்துக்கு ஏற்றவாறு சேர்த்து கம்பி பாகாக்கி (ஒரு விரலால் தொட்டு மறு விரலால் அழுத்தி எடுக்கும் போது அப்பாகு கம்பி போல் வரும் பதம்). இறக்கி மருந்துப் பொடியை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக போட்டு கியறி தேன், நெய் முலியவற்றைச் சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்வது இளகம் (வேகியம்) எனப்படும்.

மருந்துப்பொடியை வெல்லத்துடன் கலந்து மர உலக்கையால் நன்கு உறவாகும்படி இடித்து பாகப்படுத்துவது இடிலேகியம் எனப்படும்.

01. திரிபலாதி லேகியம்

கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்த்தோல், நெல்லிவற்றல் வகைக்கு 40 கிராம், கடுகு ரோகினி, வாய்விளங்கம், சுத்தித்தசிவதை வேர் வகைக்கு 30 கிராம், ரேவல்

சின்னிக் கிழங்கு, ரோசா மொட்டு, நிலஆவாரை வகைக்கு 20 கிராம், கிராம்பு, ஏலரிசி, சோம்பு வகைக்கு 10 கிராம் மூக்கிரட்டை வேர் உலர்த்தியது 300 கிராம் இவற்றைப் பொடித்து 600 கிராம் சரிக்கரையில் பாகு செய்து கிளறி போதியளவு தேன். நெய் கலந்து வேளைக்கு 5 கிராம் காலை மாலையாக நாளும் அயகாந்தச் செந்தூரம் சேர்த்து சாப்பிட்டு வர வீக்கம், நீர்ச்சுரப்பு, பாண்டு, சோகை, காமாலை, மரோதரம் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

02. வெண்பூசணி லேகியம்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிவற்றல், சீரகம், கொத்தமல்லி, அதிமதுரம், இளவங்கம், இளவங்கப்பத்திரி, ஏலரிசி வகைக்கு 40 கிராம் தூள் செய்து முதிர்ந்த பூசணிக்காயை திருகிப் பிழிந்து நெய்யில் வதக்கியது 3 கிலோவில் கலந்து 3 கிலோ சர்க்கரைப் பாகில் கிளறி 500 கிராம் நெய் கலந்து பத்திரப்படுத்துக. லேகியம் கையில் ஒட்டாத பதத்தில் எடுத்துக் கொள்ளவும் இல்லையேல் சில நாட்களில் கெட்டு விடும்.

இதில் நாள்தோறும் காலை மாலை 5 கிராம் கொடுத்து வர என்புருக்கி போன்ற நோய் நீங்கி இளைத்த உடம்பைத் தேற்றும்.

03. பூண்டு லேகியம்

400 கிராம் உரித்த பூண்டை 1 லிட்டர் பாலில் வேக வைத்துக் கடைந்து அதில் பனைவெல்லம் 400 கிராம். வேண்ணெய் 300 கிராம் சேர்த்து லேகிய பதத்திற்கு கிளறி பதப்படுத்தவும். இதில் காலை மாலை 5 கிராம் சாப்பிட வயிற்றுப் பொருமல், என்புருக்கி இருமல் ஆகியவை தீரும்.

04. பெருங்காய லேகியம்

பெருங்காயம், கிராம்பு, வால்மிளகு, சித்திரத்தை, கோஷ்டம், அதிமதுரம், இலவங்கப்பட்டை, இளவங்கப்பத்தரி, சோம்பு, கருஞ்சீரகம், சதகுப்பை, சடாமாஞ்சில், சண்டு பாரங்கி, வாய்விலங்கம், செவ்வியம், ஏலம் வகைக்கு 20

கிராம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, மோடி, தாளிசப்பத்திரி, கசகசா வகைக்கு 10 கிராம், பறங்கிப்பட்டை 40 கிராம், ஓமம் 100 கிராம், சாதிக்காய் 5 கிராம் ஆகியவற்றைப் பொன் வறுவலாய் வறுத்துப் பொடித்து 1 கிலோ பனை வெல்லத்தை நீரில் கரைத்து இறுத்து கம்பிப்பாகாக்கிக் கிளறி 200 கிராம் நெய் சேர்த்து பதப்படுத்துக.

இதில் காலை மாலை 5 கிராம் சாப்பிட பேறு கால உதிரச்சிக்கலை அகற்றி சீதளநோய் வராமல் தடுக்கும். இதை உட்கொள்ளும் தாயின் பாலைப் பெருக்கும், குழந்தைக்கு சுரம், சன்னி இசிவு, மாந்தம் முதலிய நோய்கள் அணுகா.

05. இஞ்சி லேகியம்

இஞ்சிச்சாறு, கண்டங்கத்திரிச்சாறு, நெருஞ்சில் சாறு, முள்ளங்கிச் சாறு, எலுமிச்சைச்சாறு வகைக்கு 1 ½ லிட்டர், பால் 3 லிட்டர் ஆகியவற்றை கலந்து அதில் ½ கிலோ பனை வெல்லத்தை கரைத்து வடிகட்டி அதில் சுக்கு. மிளகு, திப்பிலி, தாளிசபத்திரி, சீரகம், வாய் விளங்கம், கிராம்பு, ஏலம் வகைக்கு 40 கிராம் பொடித்துக் கலந்து சிறுதீயில எரித்து லேகிய பதத்தில் இறக்கி போதுமான அளவு தேன், நெய் கலந்து பதப்படுத்துக.

இதை 5 முதல் 10 கிராம் வரை காலை மாலை சாப்பிட்டு வர வாயு, பித்தம், சூலை, வலிப்பு, குன்மம், பொருமல், வாந்தி, செரியாமை, பசியின்மை, சுவையின்மை ஆகியவை தீரும்.

06. குமரி லேகியம்

தோல் நீக்கி ஏழு முறை நன்கு கழுவியெடுத்த சோற்றுக் கற்றாழை 400 கிராம், சீனா கற்கண்டு 400 கிராம், பசும்பால் 250 மி.லி. 80 கிராம் நன்னாரி வேரைச் சிதைத்து ½ லிட்டர் நீரில் இட்டு 150 மில்லியாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிய குடிநீர், 80 கிராம் கசகசாவை நீரில் அரைத்துப் பிழிந்த பால் ஆகியவற்றை ஒன்று கலந்த சிறு தீயில் எரித்து நீர் சுண்டி பொன்னிறமாகும் பதத்தில் சப்ஜாவிதை, நீர்முள்ளி

விதை, சன்ன லவங்கப்பட்டை, வால் மிளகு, சாதிக்காய் வகைக்கு 10 கிராம், பேரீங்காய் 40 கிராம் பொடித்துக் கலந்து 100 கிராம் நெய் சேர்த்துப் பிசைந்து மறுநாள் மர உலக்கையால் நன்கு இடித்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

இதை 20 நாள் காலை மாலை 5 கிராம் சாப்பிட உடல் வெப்பு நீங்கி தாது பலம் உண்டாகும். பெண்களுக்கு கர்ப்பப்பைத் தொடர்பான பல பிணிகளும் நீங்கி குழந்தைப்பேறு கிட்டும். இச்சாப் பத்தியமாய் வேளை தவறாது நல்ல உணவு கொள்ள வேண்டும்.

07. ஆவாரை இடிலேகியம்

தோல் நீக்கிய எள் 1 கிலோ, ஆவாரை வேர்ப்பட்டைத்தூள், வறுத்த கடலைமாவு வகைக்கு ½ கிலோ, நாட்டுச் சர்கக்ரை 1 கிலோ ஆகியவற்றைக் கலந்து தேன் ½ கிலோ சிறிது சிறிதாகச் சேர்த்து நன்கு இடித்து லேகிய பதமாகச் செய்து பத்திப்படுத்துக. இதில் காலை மாலை 5 கிராம் சாப்பிட்டு வர அதிதாகம், வறட்சி, மிகுநீர் ஆகியவற்றுடன் கூடிய மதுமேகம் தீரும். உடலுறவும் இனிப்பு உணவும் விலக்கவும்.

8.நெல்லிக்காய் லேகியம்

1 கிலோ நெல்லி வற்றலை ஒன்றிரண்டாய் இடித்து 12 லிட்டர் நீரில் ஓரிரவு ஊற வைத்து சிறு தீயில் 1½ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடித்து 1 கிலோ சர்க்கரையைக் கரைத்து பாகுபதமாக்கி அதில் அதிமதுரம், கூகைநீறு, கொடி முநிதிரிப்பழம் வகைக்கு 40 கிராம், பேரீச்சங்காய் திப்பிலி வகைக்கு 60 கிராம் பொடித்து கலந்து போதிய தேன், நெய் சேர்த்துப் பிசைந்து பத்திரப்படுத்துக.

இதை காலை மாலை 5 கிராம் 20 முதல் 40 நாள்கள் வரை கொடுத்து வர வாந்தி, பித்தப்பாண்டு, தேக வறட்சி, திமிர் வாயு, சோகை நீர்ச்சுருக்கு, குன்மம், உடம்பெரிவு, நெஞ்சுத்துடிப்பு, கிறுகிறுப்பு ஆகியவை குணமாகும்.

9.மாந்துளிர் லேகியம்

மாந்துளிர், மாம்பருப்பு, மாஈர்க்கு, தோல் சீவிய இஞ்சி, மாதுளைப்பழத்தோல், நெற்பொரி, வில்வ வேர் வகைக்கு 80 கிராம், கரும்பு 160 கிராம் இவற்றை ஒன்றிரண்டாய் இடித்து 6 லிட்டர் நீரில் போட்டு நாலில் உன்றாய் காய்ச்சி கசக்கிப் பிழிந்து வடிகட்டியதில் 1½ வெல்லம் சேர்த்து கம்பிப்பாகாகக் காய்ச்சியதில் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், கோரைக்கிழங்கு, சீரகம், தனியா, இலவங்கப்பட்டை, ஏலரிசி, சிறுநாகப்பூ வகைக்கு 40 கிராம் பொடித்துக் கலந்து லேகிய பதமாக்கி பத்திரப்படுத்துக.

இதை காலை மாலை உணவுக்கு முன் 5 கிராம் சாப்பிட்டு வர மலக்குற்றம் (அளவோடு சிக்கலின்றி கழியும்) நீங்கி நல்ல பசியும், உணவில் விருப்பையும் ஏற்படுத்தும். ஊடல் வளர்ச்சியும், பலம், நோய் எதிர்ப்புத்தன்மையும் ஏற்படும்.

10.வல்லாரை லேகியம்

இரண்டு கிலோ வல்லாரை இலையை பாலாவியில் வேக வைத்து நிழலுலர்த்தி பொடித்ததுடன் அதிமதுரம், கடுக்காய்ப் பூ, வால் மிளகு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, ஏலரிசி வகைக்கு 10 கிராம் பேரீச்சங்காய், திராட்சை வகைக்கு 20 கிராம் பொடித்துக் கலந்து 1 கிலோ வெல்லத்தைப் பாகாக்கிக் கிளறி 200 கிராம் நெய்யும் 200 கிராம் தேனும் சேர்த்துப் பிசைந்த பத்திரப்படுத்துக. இதை காலையிலும், இரவிலும் 3 கிராம் சாப்பிட்டு சிறிதளவு பால் பருகி வர உடல் வெப்பு நீங்கி மூளையைப் பலப்படுத்தும். உடம்பு பளபளக்கும். தாது பெருக்கும்.

தைலம்

மருந்துச் சத்துக்களால் செறிவூட்டப் பெற்ற எண்ணெய் தைலம் எனப்படுகிறது. இதல் நோய் தீர்க்கும் மருந்துகளின் சாறுகள், குடிநீர், பொடி, கற்கம், பால் போன்றவை எண்ணெய்வுடன் குறிப்பிட்ட செய் குறையால் மருந்துப் பொருள்களின் நோய் தீர்க்கும் சத்துப் பொருள் எண்ணெய்ப் பொருளில் இரண்டறக் கலந்து விடுகிறது.

தைலங்கள் செய்யப்படும் முறையைக் கொண்டும் பயன்படுத்தும் முறையைக் கொண்டும் வகைப்படுத்தப்படுகின்றன. கொதித் தைலம், உருக்குத் தைலம், குழித்தைலம், சுடர்த்தைலம் போன்றவை செய்முறையால் பெயர் பெறுபவை. முடித்தைலம் (முடிக்குத் தடவுவது), துளைத்தைலம் (காதுபோன்ற துளைகளில் விடுவது), குடித்தைலம் (குடிப்பதற்குறியது), பிடித்தைலம் (உடம்பில் தடவிப் பிடிப்பது), சிலைத்தைலம் (புண்களுக்கு தடவுவது) ஆகியவை பயன்படுத்ததும் முறையைக்கொண்டு பெயர் பெறுபவை. இவற்றில் கொதித் தைல முறை மட்டுமே ஈண்டு விவரிக்கப்படுகிறது.

எண்ணெய் மருந்து பொருள்களால் செய்யப்பட்ட கியாழம், பால், மூலிகைச்சாறு வகைகள், மருந்துப் பொடிகள், மெழுகு பதமாய் அரைத்தகற்கம் ஆகியவற்றை ஒரு கலத்தில் இட்டு நன்கு கலந்து நீர் வற்ற சிறுதீயில் காய்ச்சி உரிய பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்வதே கொதித் தைலமாகும்.

தைலம் கொதிக்கும் போது கற்கத்தை ஒரு கரண்டியால் எடுத்துப் பார்க்க நீருடன் மெழுகு போல் இருப்பின் மிருதுபாகம் எனப்படும். கற்கம் கையில் ஒட்டினால் சிக்கு பாகம் ஆகும். கற்கம் மணலை போல காணப்படின் சுரசுரப்பு பாகமாம். மிருது பாகத்திற்கு முற்பட்ட நிலையிலும் சுரசுரப்பு பாகத்திற்கு பிற்பட்ட நிலையிலும் செய்யப்பட்ட தைலம் பயன் தரா வாத உடம்பிற்கு மிருதுபாக தைலமும். பித்த உடம்பிற்கு சிக்கு பாகத் தைலமும், ஐய உடம்பிற்கு சுரசுரப்பு பாகத் தைலமும் சிறந்ததாகும். ஐதலங்கள் ஓராண்டு வரை வன்மையுடன் இருக்கும்.

1.நொச்சித் தைலம்

நொச்சிக் கொழுந்து, பூ, நாகம் வகைக்கு 40 கிராம், மிளகு 20 கிராம் இவற்றை பசும்பாலில் அரைத்து 300 மி.லி. நல்லெண்ணெயில் கலந்து மெழுகு பதமாகக் காய்ச்சி நான்கு நாள்களுக்கு ஒரு முறை தலையிலிட்டுக் குளித்து வர மண்டையிடி, கழுத்துவலி முதலியன தீரும். புளி நீக்கி உணவு கொண்டு பகல் தூக்கமும் அலைச்சலும் தவிர்க்க.

2.மாந்த எண்ணெய்

ஆமணக்கு நெய் 1 லிட்டர் இரண்டங்கொடிச் சாறு 2 லிட்டர் இவற்றை கலந்து சிறுதீயில் எரித்துக் கொதிக்கும் போது 20 கிராம் கருஞ்சீரகப் பொடி சேர்த்து மெழுகு பதத்தில் காய்ச்சி வடித்து அதில் 2 கிராம் கோரோசனை அரைத்துக் கலந்து கண்ணாடிக் கலத்தில் வைக்கவும். இதில் 3 முதல் 5 மி.லி. வரை குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க 4, 5 முறை மலங்கழியும். மாந்தம் கபசுரம் தீரும். புளி நீக்கி உணவு கொடுக்கவும்.

3.உளுந்துத் தைலம்

2 கிலோ பெரு உளுந்தை 16 லிட்டர் நீரில் போட்டு 2 லிட்டர் ஆகும்மாறு வற்றக் காய்ச்சி வடித்ததில் பசும்பால், நல்லெண்ணெய் 2 லிட்டர் கலந்து அத்துடன் சதகுப்பை இந்துப்பு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், சீரகம், கஸ்தூரி மஞ்சள், வெப்பாலை அரிசி, விழலரிசி, தகரை வித்து, அகரத்தை, வெள்ளி லோத்திரம், கிராம்பு, தேவதாரு, பீநாறிப்பட்டை, பூலாங்கிழங்கு, சிறு குறிஞ்சா, சண்பகப்பூ, சடாமாஞ்சில், கடுகுரோகணி வகைக்கு 5 கிராம் இடித்து பாலில் அரைத்துக் கலந்து சிறு தீயில் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து கலத்தில் வைக்க. இதை உடம்பெங்கும் தடவிப்பிடித்து வரப க்க வாதம், தலை நடுக்கம், கை நடுக்கம், நரம்புத் தளர்ச்சி, காதுவலி, காதிரைச்சல், செவிடு, உண்ணாக்கு வளர்ச்சி ஆகியவை தீரும். இச்சாபத்தியம்.

4.அறுகம்புல் தைலம்

அறுகம்புல் சாறு 1 லிட்டர், தேங்காய் எண்ணெய் ½ லிட்டர் அதிமதுரப் பொடி 30 கிராம் இவற்றை ஒன்று படக் கலந்து சிறுதீயில் பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து தலையில் தடவிக் குளித்து வர பொடுகு, புழுவெட்டு ஆகியவை தீரும். சொறி, சிரங்கு, நமைச்சல் ஆகியவற்றுக்கு தடவி வர தீரும்.

5.கரிசலாங்கண்ணித் தைலம்

கரிசலாங்கண்ணிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு, பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு, பசும்பால், நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1 லிட்டர் கலந்து அதில் சந்தனம், கோஷ்டம், அதிமதுரம், வெட்டிவேர், சித்தரத்தை, விளாமிச்சை வேர், கடுகுரோகணி வகைக்கு 20 கிராம் பொடித்து பாலில் அரைத்துக் கலந்து 3 நாள் வெயிலில் வைத்து பின்னர் சிறு தீயில் மெழுகு பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து 40 நாள் நெல் புடமிட்டு எடுக்கவும்.

இதை வாரம் ஒரு முறை தரை முழுகி வர பித்த நோய், தலை நோய், கண்ணோய் முதலியன குணமாகும். கண்களுக்கு குளிர்ச்சி தரும். குளிக்கும் நாள் பகலில் தூங்காமலும் வெயிலில் அலையாமலும் இருந்து புளி நீக்கி உணவு கொள்ள வேண்டும்.

6.குமரித் தைலம்

குமரிக் கற்றாழைச் சோறு 2 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 1 லிட்டர், பசும்பால் 1 லிட்டர் இவற்றைக் கலந்து இதில் திரிகடுகு, திரிபலை, சாதுர்சாதம், அதிமதுரம், சந்தனம், சடாமாஞ்சில், வெட்டிவேர், விளாமிச்சவேர், கோரைக்கிழங்கு, சாதிக்காய், நன்னாரிவேர், செங்கழுநீர்க் கிழங்கு, கிச்சிலிக் கிழங்கு, தக்கோலப்பொட்டு வகைக்கு 5 கிராம் பொடித்து பாலில் அரைத்துக் கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி

வடித்து பச்சை கற்பூரத்தை பொடி செய்தும் புனுகு சட்டத்தை பொடியாய் அரிந்தும் போட்டுக் கலந்து பத்திரப்படுத்துக.

இதை வாரம் ஒரு முறை தேய்த்து குளிக்க மேக வெட்டை, மேகச்சூடு, கிரந்தி முதலிய நோய்கள் தீரும். கண்ணோய் நீங்கி கண் பளிச்சிடும்.

7.கோம்பரக்குத் தைலம்

150 கிராம் கொம்பரக்கை பொடித்து துணியில் தளர்ச்சியாய் முடித்து 8 லிட்டர் நல்ல நீரில் ஆழ்ந்திருக்கும்படி தொங்கவிட்டு சிறு தீயில் காய்ச்சி 1 லிட்டராக வற்றுச் தருவாயில் வடித்து அதில் நல்லெண்ணெய், பால் வகைக்கு 1 லிட்டரும், அன்னக்காடி, தயிர்த்தெளிவு வகைக்கு ¼ லிட்டர் கலந்து அவற்றுடன் திரிகடுகு, அகில், சந்தனம், வெட்டிவேர், குருவேர், சோம்பு, சீரகம், அதிமதுரம், கஸ்தூரி மஞ்சள், சடாமாஞ்சில், கோஷ்டம், பச்சிலை, இலவங்கப்பத்திரி, இளசங்கப்பட்டை, சாதிபத்திரி, கிசிசிலிக் கிழங்கு, கடுகுரோகினி, சதகுப்பை, கிளியூரம்பட்டை, ஏலரிசி வகைக்கு 5 பொடித்து பாலில் மெழுகு போல் அரைத்துக் கலந்து சிறு தீயில் எரித்து மெழுகு பதத்தில் வடித்து நெற்புடத்திலிட்டு எடுத்து வைக்கவும்.

இதை வாரம் ஒரு முறை தலையிலிட்டு குளித்து வர நாள் பட்ட சுரம், குளிர் சுரம், உடற்கடுப்பு, தலைவலி, பிடரி வலி, இரைப்பிருமல், பாண்டு முதலியன தீரும். புளி நீக்கி உணவு கொண்டு பகல் தூக்கம் வெயிலில் அலைவதைத் தவிர்க்கவும்.

நெய்

மூலிகைச்சாறு, பசும்பால் கடை மருந்துகளின் குடிநீர் முதலியவற்றை பசு நெய்யுடன் சேர்த்து பதமுற காய்ச்சி வடித்தாவது வடிக்காமலாவது பயன்படுத்தும் மருந்து ‘நெய்’ (கிருதம்) எனப்படும். வடிக்கும் நெய்யை தைலபாகத்தை ஒத்தும் வடிக்காமல் பயன்படுத்தும் நெய்யை கற்கம் சிவந்து மணக்கும் பதத்திலும் வேறு கலத்திற்கு மாற்ற வேண்டும். இவை ஆறு மாதம் வன்மையுடன் நோய் தீர்க்கும்.

1.தூதுளை நெய்

தூதுளை வேர், கருந்துளசிவேர், இன்புறா வேர், மணித்தக்காளி வேர், முசுமுசுக்கை வேர், மிளகரணை வேர், சிறு கீரை வேர், ஆடாதொடை வேர், அமுக்கிரா வேர் வகைக்கு 50 கிராம் ஒன்றிரண்டாய் இடித்து 2 லிட்டர் நீரில் போட்டு ½ லிட்டராகக் காய்ச்சி ½ கிலோ பசு நெய்விட்டு பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து 50 கிராம் கற்கண்டு பொடி கலந்து வைக்க.

இதை காலை மாலை 5 மில்லி சாப்பிட்டு வர கப நோய்கள், கையில் எரிவு, வறட்டு இருமல், ஈளை, காசம் முதலியன குணப்படும்.

2.தண்ணீர்விட்டான் நெய்

தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச்சாறு, தேங்காய்ப்பால், பசும்பால், வெள்ளாட்டுப்பால், பசுநெய் வகைக்கு 200 கிராம் கலந்து பறங்கிப்பட்டை 40 கிராம் ஏலரிசி 20 கிராம் பொடித்துச் சேர்த்து மெழுகு பதமாகக் காய்ச்சி நெய்யை வடித்து 100 கிராம் கற்னகண்டு பொடி கலந்து வைக்க.

இதை காலை மாலை 1 தேக்கரண்டி கொடுத்து வர குழந்தைகளின் கணச்சூடு தணிந்து உடல் கொழுமை பெறும். பழைய உணவு, மீன், கருவாடு, கடுகு நல்லெண்ணெய் தவிர்க்க.

3.நெல்லிக்காய் நெய்

நெல்லிக்காய்ச்சாறு, கரும்புச்சாறு வகைக்கு 1 லிட்டர் நெய் ½ கிலோ இவற்றை கலந்து அதில் 50 கிராம் கடுக்காய்த்தோல் பொடியை கரும்புச் சாற்றில் அரைத்துக் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு வேளைக்கு 1 தேக்கரண்டியாக காலை மாலை உண்டு வர வயிற்று எரிச்சல், குன்மம், மார்பு எரிச்சல், வாந்தி முதலியவை தீரும். இச்சாபத்தியம்.

4.வல்லாரை நெய்

வல்லாரைச்சாறு, ஆவின்பால் வகைக்கு 1 லிட்டர், இளநீர், நெய் வகைக்கு ½ லிட்டர், சீதேவி செங்கழுநீர்ச் சாறு ¼ லிட்டர் ஆகியவற்றை ஒன்று கலந்து அதிமதுரம், கோஷ்டம், செங்கழுநீர்க்கிழங்கு, பச்சைக்கற்பூரம் கோரோசனை வகைக்கு 3 கிராம் பாலில் அரைத்துக் கலக்கி சிறு தீயில் எரித்து வடித்து காலை மாலை 5 மி.லி. சாப்பிட்டு வர ஈளை, இருமல், தொண்டைக்கம்மல், சிறு விஷக்கடி, உடம்பெரிச்சல், நாவறட்சி தீரும்.

5.பொன்னாங்கண்ணி நெய்

பொன்னாங்கண்ணிச்சாறு, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு, ஆவின் பால், ஆவின் நெய் வகைக்கு 1 லிட்டர், பழச்சாறு ½ லிட்டர் இவற்றை ஒன்று கலந்து அதில் அதிமதுரம் 40 கி. புாலில் அரைத்து சேர்த்து பதமுறக்காய்ச்சி வடித்ததில் கற்கண்டு, கோரோசனை, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி வகைக்கு 2 கி. பொடித்துச் சேர்த்து காலை மாலை 5 மி.லி. கொடுத்து வர மூலைச்சூடு, மேககாங்கை, கை கால் எரிச்சல், உடம்பு எரிச்சல், வாய் நாற்றம் தீரும். கண் குளிர்ச்சியாகும்.

6.வில்வ நெய்

வில்வ வேர் ½ கிலோ கிராம் இடித்து 16 லிட்டர் நீரில் போட்டு 2 லிட்டராகுமாறு வற்றக் காய்ச்சி வடிகட்டிய குடிநீரில் ஆவின் நெய் 1 லிட்டர் கலந்து அத்துடன் இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், செஞ்சந்தனம், திரிகடுகு, சீரகம், இந்துப்பு, கற்கடகசிங்கி, பேரீச்சம் பழம், செங்கழுநீர் கிழங்கு, சிறுநாகப்பூ வகைக்கு 2 கிராம் பாலில்

அரைத்துக் போட்டு பதமுறக்காய்ச்சி வேளைக்கு 5 மி.லி. வீதம் சாப்பிட்டு வர விக்கல், சத்தி, வறட்சி தீரும்.

மணப்பாகு

மூலிகைச்சாற்றிலோ, மருந்துச் சரக்கின் குடிநீரிலோ, பழச்சாற்றிலோ தேவையான அளவு சர்க்கரை அல்லது கற்கண்டு சேர்த்துக் காய்ச்சி தேன் பதத்தில் இறக்கி பதப்படுத்துவதே மணப்பாகு எனப்படும். பாகு இறக்கிய பின் மருந்துப் பொடியை கலந்து வைத்தலும் உண்டு. இவை மூன்று மாதம் வரை வன்மையுடன் செயற்படும்.

1.எலுமிச்சை மணப்பாகு

முதிர்ந்த எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் எடைக்கு 2 பங்கு வெள்ளைச்சர்க்கரை கலந்து காய்ச்சி பாகு பதத்தில் இறக்கி புட்டியில் பத்திரப்படுத்துக. இதில் 30 மி.லி. யை 100 மி.லி. நீரில் கலந்து பருகி வந்தால் பித்த மயக்கம், குமட்டல், சுவையின்மை போன்ற பித்த நோய்கள் தீரும்.

2.நன்னாரி மணப்பாகு

நன்னாரி வேர் ½ கிலோவை இடித்து 3 லிட்டர் வெந்நீரில் போட்டு ஒரு நாள் ஊற வைத்து வடித்து 1 ½ லிட்டராக வற்றக் காய்ச்சி 1 கிலோ வெள்ளைச்சர்க்கரை கலந்து காய்ச்சி கம்பி பாகு பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து பதப்படுத்துக. இதில் 20 மி.லி. யை 40 மி.லி. நீரில் கலந்து பருகி வர மேககாங்கை, பிரமேகம், நீர்ச் சுருக்கு, நீர்க்கட்டு, கை கால் எரிச்சல், கண்ணெரிச்சல், நாவறட்சி, மருந்தீடு, தாகம் ஆகியவைத் தீரும்.

3.இஞ்சி மணப்பாகு

200 கிராம் இஞ்சியை சிறு துண்டுகளாக்கி நசுக்கி 1 ½ லிட்டர் வெந்நீரில் போட்டு 6 மணி நேரம் ஊற வைத்து வடிகட்டி 1 கிலோ சீனி கலந்து பாகு பதத்தில் இறகி பத்திரப்படுத்துக. இதில் 5 மி.லி. காலை மாலை சாப்பிட்டு வர பசியின்மை, சுவையின்மை, பித்த மயக்கம், குமட்டல், வாந்தி ஆகியவை தீரும்.

4.ரோசாப்பூ மணப்பாகு

200 கிராம் உலர்ந்த ரோசா இதழ்களை 800 மி.லி. வெந்நீரில் போட்டு ½ நாள் ஊற வைத்து வடிகட்டி 400 மி.லி. யாக வற்றக் காய்ச்சி 20 மி.லி. பன்னீரும் 400 கிராம் கற்கண்டும் கலந்து தேன் பதமாகக் காய்ச்சி இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்துக. 10 மி.லி. பாலில் 20 மி.லி. நீர் கலந்து காலை மாலை பருகி வர நீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு, மூலச்சூடு முதலியவை நீங்கி உடல் குளிர்ச்சி பெறும்.

5.திராட்சை மணப்பாகு

திராட்சைப் பழச்சாறு 1 லிட்டரில் 1 கிலோ சீனியும் 50 மி.லி. பன்னீரும் கலந்து பாகு பதம் வரக் காய்ச்சி புட்டியில் பத்திரப்படுத்துக. இதில் 30 மி.லி. யுடன் 60 மி.லி. நீர் கலந்து பருகி வர பித்தச்சூடு, கை கால் எரிச்சல் ஆகியவை தீரும்.

6.நாவல்பழ மணப்பாகு

நாவல்பழச்சாறு 1 லிட்டரில் 1 கிலோ சீனாக்கற்கண்டு கலந்து தேன் பதமாகக் காய்ச்சி ஆற வைத்து அதில் 3 கிராம் குங்குமப்பூவும் 1 கிராம் பச்சை கற்பூரமும் 100 மி.லி. பன்னீரில் அரைத்துச் சேர்த்து பத்திரப்டுத்துக. இதில் 20 மி.லி. யுடன் 40 மி.லி. நீர் கலந்து காலை மாலை பருகி வர இரத்த மூலம், மிகுதாகம் முதலியவை தீரும்.

<u>மூலிகைகளின் படங்கள்</u>

நொச்சி

ஓரிதழ்தாமரை

பேய்மிரட்டி

நஞ்சறுப்பான் கிணற்றுபாசான்

பழம்பாசி தும்பை

நத்தைசூரி

செறுபடை

கொட்டைகரந்தை

ஆரை

நீர்முள்ளி

ஆடுதீண்டாபாளை

கவிழ்தும்பை

வெள்ளருகு

சங்கிலை

காட்டாமணக்கு

சிறியாநங்கை

ஆவாரை

சிவமூலி

தழுதாளை

குப்பைமேனி

துத்தி

நெருஞ்சில்

நல்லவேளை

வெள்ளெருக்கு

நெல்லிககாய் லேகியம்

.

.