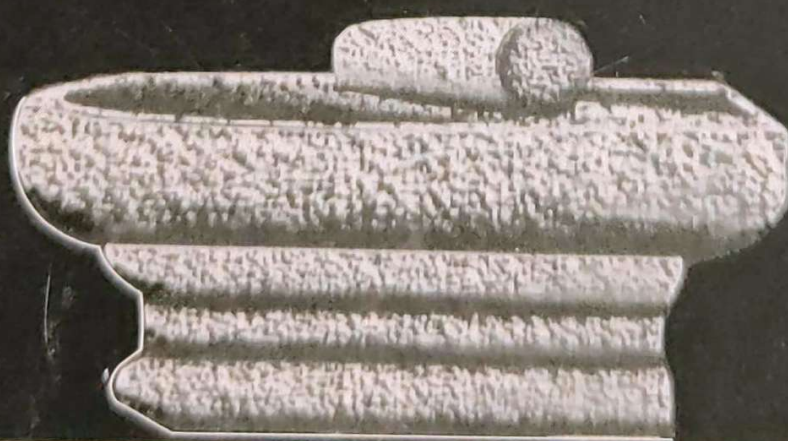


රාජ්‍යෙෂ්වරයා

ආනන්ද විසිනි



මොඩන් හෙත් සමාගම

රාජ්‍ය ශිෂ්‍යාලය

ආප්‍රේශ
විසින

මුද්‍රණය හා ප්‍රකාශනය
මොඩන් පොත් සමාගම
නුගේගොඩ.

නිකුත් වූයේ:

පළමුවන පැයැයුම් මුද්‍ර වසින් 2519

මෙම පැයැයුම් මුද්‍ර වසින් 2551 පොසොත්

වසරක වසින් 2007 ජූලි

මූලාශ්‍රයෙන් පොත් සමාගම

ISBN 955 - 558 - 065 - 0

ප්‍රභේදනාධිකාරී කමිටුවේ අංක 198 හි

මූලාශ්‍රයෙන් පොත් සමාගමේ අද්වැරුවත් විසින්

සමාගමයේ පනවන ලද පනවන පිටිවිසිණි.

Printed and published by The Modern Book Company

198 High Level Road, Nugegoda, Sri Lanka

011 2852911 moboco@sltnet.lk

First edition 1975

This reprint July 2007

© The Modern Book Co.

ISBN 955 - 558 - 065 - 0

ප්‍රථම මුද්‍රණයේ පෙරවදන

හෙළදිවිහි පැරැණි වෛද්‍ය පරම්පරාවල රැකගෙන ආ මහඟු බෙහෙත් වට්ටෝරු පොත් බොහෝ ඇත. සබරගමුවේ වට්ටෝරු වෙද පොතත්, සිංහලේ අත්වෙද පොතත් මෙයට පළමු පළ කැරැවූමිහ. මේ රාජ්‍යාභිසාරය තෙ වැන්නය. නොයෙක් අත්හද බැලීම් කොට නානාවිධ රෝග සුවකිරීමෙහි ලා ප්‍රත්‍යාශ්‍රම දෙන බෙත් සොයාගැනීමෙන් වෛද්‍ය කම්ය අතේ මහත් ම ජයග්‍රහණයක් ලද්දේ උදම් අතන අවරදිග වට්ටෝරු වෛද්‍යයනට තව ම අපේ පැරැණි හෙළ වට්ටෝරු වෙදකම අතලට වත් ළංවියැ නොහැකි ව ඇත. අප රටේ ප්‍රභූ පක්‍ෂය අනුකූලකරණයෙන් අතිමාත්‍ර විශ්වාසයෙන් අවරදිගට ම දණගසා නමස්කාර කැරැගෙන ඉදිනු මිස හෙළ වෙදකමට අනුබලයක් නොදීම මේ හෙළ දෑයේ ම අභාග්‍යයෙකි. මේ පොතේ එන බෙහෙත් සමථී වෛද්‍යයකුගේ සහායත්වය අනුව සකස් කොටගෙන පාවිච්චි කිරීමෙන් ආශ්වාසී ගුණ ලැබෙනු නොඅනුමාන ය. බෙහෙත් කිහිපයක් අත්හද බැලූ අපට මෙය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ විය. මෙය කවර කලෙක කවරක්නු විසින් සකසන ලද එකෙක් දැයි නො දනිමු.* කිසියම් කෙනකුත් විසින් තමන් අත්හද බැලීම අනුව එකතු කොට ලියා තබන ලද නොයෙක් පැරැණි පොත්වලින් උද්‍යුගන්නා ලද සංග්‍රහයෙකැයි සිතමු. මෙයින් මහජනයාට වැඩෙක්ම වේ වා.

බලන්ගොඩ ආනන්දමෙත්‍රෙය සථවිර

1975. 12. 02

* මෑතදී අත්හද බලා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වූ ශාක්‍ෂධ යෝග කිහිපයක්ද මීට ඇතුළත් කරන ලදි (ප්‍රකාශක).

සිරස්තල වැල

1. රසායන ඖෂධ යෝග

- කාය බල වැඩෙන්නට /1
- ලාජා ඖෂධ යෝගය /2
- කාය බල වඩන ඖෂධයක් /2
- තවත් කාය බල වඩන ඖෂධයක් /2
- තවත් කාය බල වඩන ඖෂධයක් /2
- නිරෝගව දිසායුෂ ලැබීමට /3
- ජීවරත්න කල්කය /3
- ශරීර පුෂ්ටියට /4
- ආයු බල වැඩීමට /4
- දිසායුෂක වීමට /4
- තරුණ බව ඇති වන්නට /5
- තරුණ බව පිණිස තවත් ඖෂධයක් /5
- තරුණ බව ලැබීමට /5
- තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක් /5
- තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක් /5
- තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක් /5
- ලාජාදීමෝදකය /6
- වෙල්ලාරි ඝෘතය /6
- කාය බල වැඩෙන්නට /6
- බුධසිංහනාද ගුළිය /6
- ඇඟපත සනීප ව ශක්තිය ලැබීමට කැඳක් /7
- කාය ශක්තියට /8
- ශක්ති වඩනයට /8
- දිසායුෂ ලබන්නට /8
- දිසායුෂක වීමට තවත් යෝගයක් /8
- දිසායු වැළඳීමට /8
- දිසායු වැළඳීමට තවත් යෝගයක් /9
- ආයුෂ වැඩෙන්නට තවත් යෝගයක් /9
- ආයු වඩනයට යෝගයක් /9
- ආයු වඩනයට යෝගයක් /10
- ඇඟ පුෂ්ටිමත් වීමට /10

ඇඟ සනීප වීමට තවත් යෝග්‍යයක් /10
 නිරෝග වන්නට /10
 ඇඟ සනීප වීමට /10
 ලාජනපියක් /11
 කාය බල වැඩෙන්නට /11

2. ප්‍රතිශක්තාව හා උණට

ප්‍රතිශක්තාව /12
 ප්‍රතිශක්තාව තවත් යෝග්‍යයක් /12
 ප්‍රතිශක්තාව තවත් යෝග්‍යයක් /12
 ප්‍රතිශක්තාව තවත් යෝග්‍යයක් /12
 විශුද්‍රි ප්‍රතිශක්තාව /12
 ප්‍රතිශක්ත උණට /13
 ප්‍රතිශක්තාව, දිය පිනයට /13
 ප්‍රතිශක්තාව තවත් යෝග්‍යයක් /13
 උණට ඉළිය /13
 වා-පිත් උණට ශාරිඛාරිෂ්ටය /13
 මාස තුන හතරක් පරණ වූ උණට /14
 උණට ප්‍රතිකාරයක් /14
 උණට තවත් ප්‍රතිකාරයක් /14
 පීරකානන්ද රසායනය /14
 ඉසරදයට /15
 මැලේරියා උණට /15
 පරණ වූ මැලේරියා උණට /15
 අලුත් මැලේරියා උණට /15
 තිදි වැරිමෙන් සැදුණු උණට /15
 ඉරුවාරදයට /15
 උණට /15
 උණට /16
 උණට /16
 උණට /16
 පෙණහලු දෙක ඉදිමුණු උණට
 (ඩබල් නිව්මෝනියා) /16
 අපිණී උණට /16

ඉසරුජාවට /17
 මැලේරියා උණට බුරුම බේතක් /17
 මුර උණට /17

3. කාශයවාසාදියට

වාසාවලේභය /18
 කක්කල් කැස්සට /18
 විශුද්‍රි කැස්සට /18
 සෂයපාණ්ඩු කාශයවාසා රෝග වගට /18
 සෂය රෝගයට /19
 සෂය රෝගයට තවත් යෝග්‍යයක් /19
 සෂය රෝගයට තවත් යෝග්‍යයක් /19
 කාශාන්තකල්ලේභය /19
 කාශයට තවත් යෝග්‍යයක් /19
 කාශයට තවත් යෝග්‍යයක් /20
 කාශයට තවත් යෝග්‍යයක් /20
 කාශයට තවත් යෝග්‍යයක් /20
 කාශයට තවත් යෝග්‍යයක් /20
 කැස්සට /20
 කැස්සට කෙමක් /20
 සාමාන්‍ය කැස්සට /20
 සාමාන්‍ය කැස්සට /21
 සෂය රෝගයට /21
 සෂය රෝගයට /21
 කල් පැවැති කැස්සට /21
 විශුද්‍රි කැස්සට /21
 (ආගන්තුක) සෙම් කෝපයෙන් උපන් කැස්සට /21
 සෙම් බුරුල් වීමට /21

4. පිනයට ඖෂධ විධි

පිනය ඖෂධ /22
 පිනය තෙල /23
 පිනයට පිළියම් ක්‍රමයක් /23
 පිනය තෙලක් /23

දිය පිනය / 24
පිනය / 24
පිනය / 24
පිනය, ක්ලාන්තය / 24

5. ඇදුම (මුහ රෝගය)

ඇදුම ප්‍රත්‍යක් ලෙසය / 25
බලවත් මුහ රෝගය / 25
ඇදුම තවත් යෝගයක් / 25
මුහ රෝගය / 26

6. මුඛ රෝගවලට

උගුරු බැරැඩිය / 27
බැරැඩිය තවත් යෝගයක් / 27
බැරැඩිය තවත් යෝගයක් / 27
බැරැඩිය තවත් යෝගයක් / 27
සවරහේදය / 28
විදුරුමස් දිය වෙනවා / 28
විදුරුමස් දිය විමට තවත් යෝගයක් / 28
දත් ඇදීමට, විදුරුමස් දිය විමට / 28
දත් ඇදීමට, විදුරුමස් සවි විමට / 28
දත් කැක්කුමට / 29
දත් කැක්කුමට / 29
දත් කැක්කුමට / 29
දත් කැක්කුමට / 29
දත් කැක්කුමට / 29
දත් සවි විමට / 29
දත් මුල් සවි විමට / 30
විදුරුමස් සවි විමට / 30
දත් වැයට / 30
දත් වැයට / 30
දත් වැයට / 30
දත් මැදීමට කුඩක් / 30
තවත් දත්ත වූණියක් / 30
දත් වලින් ලේ යනවා / 31

උගුරේ කටු හිර වුණාට / 31
දිව හොල් ගෙවී බිබිළි එනවාට / 31
මිරිස් කන්නට බැරි ව කට දැනවාට / 31
දත් දිරනවාට / 31
හික්කාවට / 32
හික්කාවට තවත් යෝගයක් / 32
හික්කාවට තවත් යෝගයක් / 32

7. අක්ෂි රෝගවලට

ඇස වැලි කුණු ඉවත්කරන්න / 33
හරකුන්ගේ ඇසේපොලට / 33
නේත්‍ර කාන්තියට / 33
නේත්‍ර රෝගවලට / 33
රැකණ ඇඳිරියට / 33
ඇස් පෙනීමට / 34
ඇස් රුජාවට / 34
ඇස් පෙනීම දියුණු වන්නට / 34
නේත්‍ර රෝගවලට / 34
ඇසේ හිමිර පටලයට / 34
ඇසේ පොලට / 34
ඇසේ පොලට තවත් යෝගයක් / 35
ඇස් විරේකය / 35
ඇසූ තුවාලයට / 35
ඇස් පෙනීම වැඩෙන්නට, මොළය පෑදෙන්නට / 35
ඇතේ සුදට / 35
සුද කැපෙන යෝගයක් / 35
පටල කැපෙන්න යෝගයක් / 36
සුද කැපෙන්නට / 36
සුදට ආලේපයක් / 36
සුද කැපෙන්න / 36
සුදට යෝගයක් / 36
සුද කැපෙන්න / 36
සුද කැපෙන්නට තවත් යෝගයක් / 36
සුද කැපෙන්නට / 36

සුදු කැපෙන්නට /37
 සුදු කැපෙන්නට /37
 සුදු කැපෙන්නට තවත් යෝගයක් /37
 සුදු කැපෙන්නට /37
 සුදු කැපෙන්නට තවත් යෝගයක් /37
 සුදු කැපෙන්නට තවත් යෝගයක් /37
 ඇසේ සුදු ඇති වූ විට භාගයට /37
 ඇස් රෝගවලට /37
 ඇසේ සුදු කැපීමට /38
 ඇස පිට ගැමට /38
 ඇසේ රෝගවලට හිරු එළියෙන් ප්‍රතිකාර /38
 සියලු හේතු රෝගවලට /38
 අන්ධයනට ඇස් පෙනීම ගෙනදෙන ත්‍රිපලාදි
 වර්තිකය /39
 තලපුෂ්පාදි වර්තිකාව /39
 ඇසේ කාව පටලවලට /39

8. කණී රෝගවලට

කන රුජ, ඉස රුජ දෙකට /40
 කන් කැක්කුමට /40
 බලවත් කන් කැක්කුමට /40

9. ශිෂී රෝගවලට

පලිතයට /41
 අකාල පලිතයට /41
 අකාල පලිතයට /41
 හිසකේ කළු කිරීමට /41
 මුඩු හිසේ කෙස් ඊමට /42
 සුදු කෙස් කළු කිරීමට /42
 උදුගොවුවා කැව්වාට /42
 මුඩු හිසේ කෙස් ඊමට /42

10. උදර රෝගවලට

තද බඩපිපුම් ආදියට /43
 රාජවිරේකය /43
 විරේකයක් /43

විරේකයක් /43
 මල ඇරෙන්නට වස්තියක් /44
 බඩ විරේකයක් /44
 විරේක බෙහෙතක් /44
 අභයාමෝදකය /44
 රාජ විරේකයක් /44
 බඩ විරේකයක් /45
 බඩගිනි වැඩෙන්නට /45
 ගින්න වැඩෙන්නට /45
 අරුවි දුරුවි ගින්න වැඩෙන්නට /45
 ගින්න වැඩෙන්නට /45
 අජිණීය නැසී ගින්න වැඩෙන්නට /46
 ආහාර දිරවීමට /46
 අතීසාරයට /46
 බඩ රුජවට /46
 බඩින් යනවාට /46
 කටින් බඩින් යෑම නවතන්නට /46
 බඩේ අමාරුවට, අතීසාරාදියට /46
 බඩගිනි වැඩෙන්නට /47
 බලවත් බඩ රුජවට /47
 ආම අතීසාරයට /47
 ආමාශගත රෝගවලට /47
 ආහාර නො දිරවා බඩින් සෙම බදු දියර යනවාට /47
 විරේක ව ඇඟ නිවෙන්නට /47
 ප්‍රබාහිකාවට /47
 ඇඟ නිවී බඩ මොළොක් වන්නට /48
 බඩ රුජවට /48
 තද බඩ රුජවට /48
 බඩේ රුජවට /48
 බඩ ඉදිමිම් ආදියට /48
 කිරි පණුවනට /48
 වමනයට /48
 වමන - අතීසාරාදියට /49

අභිසාරාදියට /49
 වමන අරුවියට /49
 වමනයට කලකණ ලේඛය /49
 අපීඨී උණට /49
 ආමාශයේ සෑම ලෙඩට /49
 ආම අපීඨීය පැසවන්නට /50
 අභිසාරයට /50
 ජලෝදරයට /50

11. අශීස් රෝගයට ඖෂධ

සියලු අරිසයට /51
 අශීසට /51
 අශීසට /51
 ගුදකිලාදියට /51
 අශීසස් ආදිය /51
 අශීසස් උණ ප්‍රතිශක්තියට /52
 අශීසස් වලට /52
 අශීසස් වලට /52
 අශීසට කසායක් /53
 අශීසට /53
 ලේ අරිසයට /53
 අශීසට /53
 අශ්මරියට /53

12. මූත්‍ර රෝග

මූත්‍ර අධස්සියට /54
 මූත්‍ර ශෂිරාවට /54
 මූත්‍රසාතයට, මූත්‍රකෘවණවට /54
 මූත්‍ර කෘවණදියට /55
 දියවැඩියාවට /55
 දියවැඩියාවට /55
 දියවැඩියාවට /55
 මූත්‍ර සමඟ පිරි යනවාට /55
 ධාතු මෝචනයට /55

ධාතු සීනියට (මධුමේහයට) /55
 සව්පන මෝචනයට /56
 ධාතු සහමහනයට /56
 බහුමූත්‍ර රෝගයට (දිය වැඩියාවට) /56
 බහුමූත්‍රයට /56
 බහුමූත්‍රයට /56
 දියවැඩියාවට /56

13. තුවාල හා හන්දි වෙදකම

හන්දි වදින්නට /57
 තැලුම් - බිඳුම්වලට /57
 හන්දි වදින්නට /57
 හන්දි වදින්නට /57
 සන්දි විමට /57
 සන්දි විමට /58
 සන්දි විමට /58
 හන්දි විමට /58
 හන්දි විමට /58
 හන්දි විමට /58
 හන්දි විමට /59
 සන්දි දෑඩි විමට /59
 මහ ඔඩු තෙල /59
 කැපුම් - කෙටුම් ඇනුම් වලින් හටගත් ඔඩුවලට /59
 සියලු වණවලට /59
 සියලු වණවලට තවත් බෙහෙතක් /60
 හන්දි තෙල /60
 මහා හන්දි තෙල /60
 බිඳුණුතැන විලි ගසා නම් /60
 හන්දි වදින්නට /60
 හන්දි විමට /61
 හන්දි විමට /61
 හන්දි විමට /61
 හන්දි වදින්නට /61
 හන්දි වදින්නට /61

බිඳුණු තැන දැඩි වේදනාවට /61
 බිඳුණු තැන වණ වුණාට /61
 සැරව කැපීමට /61
 උල ඇදෙන්නට /61
 තැළීමට /62
 හන්දි තහවුරු වීමට /62
 ගසින් වැටී කඳට ලේ බැස්සාට /62
 හන්දි ගැන්මට /62
 සැරව කැපෙන්නට /62
 නහරවැල් කැපුණාට /63
 තුවාල කැක්කුමට /63
 ඇහේ තැළීම් - රිදුම්වලට /63
 තුවාල පැහෙන්නට /63
 තුවාල පැහීමට /63
 බලු විෂ, පරණ තුවාල, පණු කැවිලි යන හැමට /63
 ගහෙන් වැටුණාට බඩට දෙන කැඳ /64
 තුවාලවලට /64
 ගසින් වැටුණාට /64
 හන්දි බේත් /64
 ඇට මොළොක් වීමට /64
 හන්දි වීමට /65
 ගහෙන් වැටුණාට, පිටගැස්මට /65
 පිටගැස්මට /65
 අඩස්සියට /65
 වණවලට /65
 වණවලට /65
 පරණ වණවලට /65
 වණවලට /66
 පැනපු හන්දිවලට /66
 ගෙඩි ඉතිරිවීමට /66
 ගෙඩිවලට /66
 කැපුණ තුවාලයට /66
 වණ ලේප කුඩක් /67
 යකඩ ඇණ ඇතුණාට /67

නාසිකා ආදියේ හැඳෙන රත්පිත් බිබිලි ආදියට /67
 කුෂට රෝගවලට /67
 ඉදිකටුවක් ඇතුණාට /67
 හන්දි ඇට පැන්නාට /67
 තුවාල කැක්කුම් අඩු වන්නට /68
 කුෂටවලට /68
 දද - කුෂටවලට /68
 ඉන්නන් වද කිරීමට /68
 කැපුණු තුවාලවල ලේ හිටවන්නට /68
 කැපුණු තුවාලයට /68
 පරණ වණවලට /69
 කඩුවේගමට /69
 කඩුවේගමට තවත් ප්‍රත්‍යක්ෂ බේතක් /69
 නපුරු වණවලට /70
 ගෙඩි ඇදෙන්නට /70
 හොරිවලට /70
 තද කැපුම්වලට /70
 කඩුවේගම්, පණුකැවිලි ආදි කුෂටවලට /70
 කටු උල් ඇදීමට හා විෂ බැහැර කිරීමට /70
 කැඩුම් බිඳුම්වලට /71
 හොරි - දද - කුෂට - වණ පිළියල්වලට /71
 ගෙඩිවලට /71
 සියලු තැළීම්, උලක්කු, බෙල්ල කොර විම්, තුනටිය
 ගැස්සීම් ආදියට /71
 ගෙඩි පැළෙන්නට /71
 සියලු ගෙඩි වණ වලට කහය /72
 ඉකිලි වණ වෙනවාට හා ඉකිලි, කැසිල්ලට /72
 කැපුම් කෙටුම් නොවදින්නට /72
 කුරුලුවලට /72
 උගුරේ සෙම්ගෙඩිවලට /72

14. සජීවිකාදියට

දූත ලක්ෂණය /73
 යාම ලක්ෂණය /73
 හැම සජී විෂටම /73

හැම සඵ විෂටම /73
 හැම සඵ විෂටම /74
 හැම සඵ විෂටම /74
 සිහි ගන්වන්න /74
 සිහි ගන්වන්න තවත් යෝගයක් /74
 පණ ඇති තැනි බව දැන බෙහෙත් කිරීමට /74
 සඵ උවදුරට කෙමක් /75
 සඵ විෂ බැස්සීමට /75
 සියලු සඵ විෂට ප්‍රත්‍යක්ෂ මහානුභාවසම්පන්න නිද්ගොඩ
 තෙල /75
 සියලු සඵ විෂට /75
 තවත් යෝගයක් /75
 සියලු සඵ විෂට /76
 ගෝනුසු විෂට /76
 පත්තෑ විෂට /76
 සඵ විෂට /76
 සියලු විෂට /76
 පිස්සු බලු විසට විනේන්මාදයට /76
 විෂ නාශක ගුළිය /77
 විෂ මුර්ඡාවට /77
 විෂ ඉදිමුමට /77
 සියලු විෂට /77
 සියලු විෂට /77
 සියලු විෂට /77
 සියලු විෂට /78
 සඵ විෂට /78
 පොළොං විෂට /78
 පොළොං විෂට කෙමක් /78
 ලේ පොළොං /78
 ගැට පොළොං /78
 ගැට පොළොං විෂට කෙමක් /79
 ගැට පොළොං විෂට මැල්ලුමක් /79
 ගැට පොළොං විෂට තවත් යෝග /79

එ ම විෂට ගැල්ලුමක් /79
 ගැට පොළොං විෂට තවත් මැල්ලුමක් /79
 අට කුලේ ම පොළොං විෂට /80
 විෂට කෙමක් /80
 ලේ පොළොං /80
 විෂ මුර්ඡාවට කෙමක් /80
 විෂ මුර්ඡාවට නශ්‍ය /80
 නයි විෂට /80
 පොළොං විෂට තවත් යෝග /80
 හැම පොළොං විෂට /81
 පොළොං විෂට කැඳක් /81
 පොළොං විෂට තවත් යෝග /81
 පොළොං විෂට /81
 පොළොං විෂට මැල්ලුමක් 81
 පිස්සු බලු විෂට /81
 පත්තෑ විෂට හා සඵ විෂට /81
 මී, බඹර, දෙබර, මැයි විෂට /82
 දිවිමකුළු විෂට /82
 මාපිල් විෂට /82
 කරවල් විෂට /82
 විෂ පැතිරීම නවතන්නට /82
 නයිත් අල්ලන්ට කෙමක් /82
 සඵයන් නොසපන්නට කෙමක් /82
 නයිත් නොසපන්නට කෙමක් /82
 සඵයන් ගෙට එනවාට /83
 ගිනි විෂට /83
 නොපිළිස්සෙන්නට /83
 දෙබර, බඹර, නා, පොළොං විෂට /83

15. වාත යෝග විකිත්සා

වාතය උඛ්‍යවිගත වුණාට /84
 වාත උළක්කු කොරවලට /84
 වාත යෝගවලට /84
 තුනටියේ රුදාවට /84

උළක්කුවට තෙල් මැහිරීම /84

අංශභාගයට /84

වාත ශූලයට /85

සාද වාත රුචාවට /85

අණ්ඩවායුවට /85

අණ්ඩවායුවට /85

වාතවිදුරංග තෙලය /85

තෙණරාජ කල්කය /86

අණ්ඩවායුවට, ලේ සුද්ද වීමට, අභපත ශක්තිය
වැඩීමට /87

පිට රුචාවට /87

16. විවිධ රෝගවලට පිළියම්

සංගමාලයට /88

සංගමාල අධස්සියට /88

සිහිමද බවි විඩා ආදියට රාජගුරු කසාය /89

දරුප්පුකි පතසු වීමට කෙමක් /89

අළුතම්බලට /89

පිලිස්සීමට තෙලක් /89

තර බව අඩු කිරීමට හා කෙටිටු ගතිය

තැති කිරීමට /89

නුවණ වැඩීමට /89

තුන් දෙසින් උපදනා ලෙඩට /90

සෞම්‍ය ධාතු බල වැඩීමට /90

නුවණ වැඩෙන්නට /90

ශරීරය පුෂ්ටිමත් වන්නට /90

ජරා තැපී ඇඟ වැඩීමට බෙහෙතක් /90

ගිනි විෂට තෙලක් /90

ශිවරාජ ගුළිය /90

සාණ්ඩුවට බස්නය /92

සුළු පස්මුල /92

තින්ද නොයනවාට කෙමක් /92

නෂටකාමයට /92

හිසරදයට /93

අරිටු ලකුණු පහළ වූ ලෙඩට /93

කටින්, නාහෙන් හෝ උගුරෙන් හෝ ලේ යනවාට /93

වසූරියට /93

වතුෂ්පත්‍ර ඝාතය /93

බඩගිනි වැඩෙන්නට /94

සංගමාලයට, රත්පිත් ශමනයට /94

තුන් දෙස් ශමනයට /94

නවනාටසිංහ තෙලය /94

ජීවකරත්ත කලකණ ඝාතය /95

නිතර පවත්නා තද හිසරදයට /96

අපස්මාරයට (මීමැස්මාරයට) /96

නිරෝගවන්නට /96

ලාභතර්පය /96

කට කබරයට /97

වන්දුප්‍රභාවටී /97

ඇස්වල පටල ආදියට /97

උපග්‍රහය /98

ඇහේ ලෙඩ රෝග නැති ව සුව සේ කල් යවනා අය විසින් තමන් තුළ ඇති සනීපය රැකගන්නට පළමු කොට සිතිය යුතු යි. ලෙඩ රෝග නො වැලඳී බොහෝ කලක් ජීවත් වීමට සුදුසු වන පරිදි දිවි පැවැත්ම කළ යුතු යි. නිදි වැරිමෙන් වැළකිය යුතු. නැම ප්‍රමාණවත් විය යුතු. අවේලාවන්හි නැම සිරුරට අහිතකර ය. අව්වාරු, වට්ටි, ටින්ටර ඇහුරු ආහාර ආදී කෘත්‍රිම ආහාර වර්ග අත්හැරීම ශරීර සෞඛ්‍යයට ඉවහල් ය. දුම්බීම, ගංජා මත්පැන් වර්ග බීම මුළුමනින් ම අත්හළ යුතු ය. වාමි දිවි පෙවෙත යහපත් ය.

නිරෝග ව ශක්තිමත් ව දිළි කාලයක් ජීවිතය පවත්වා ගන්නට පහත දැක්වෙන කිසියම් ඖෂධ සංයෝගයක් පාවිච්චි කළ යුතුය. ශරීර ශක්තිය වඩන මේ බේත් පාවිච්චියට පළමු තමාට පුරුදු පුළුබ්බ බඩ විරේක බේතක් වළඳ දෙතත් දිනක් පත්තියමට හිඳ ඉන් පසු පුබ්බ මොහොතෙකින් පහත සඳහන් බේතක් පාවිච්චි කළ මැනවි.

කාය බල වැඩෙන්නට

විලඳ කුඩු, ඉදුණු සුවඳෙල් කෙසෙල් ගෙඩි, හිතෙල්, මීපැණි යන මේවා ගෙන එකට අනා හිස් බඩ වළඳනු. අඩු ම ගණනේ අවුරුද්දක් වත් මෙය වළඳනු. දෙතත් මසින් ගුණ දූතෙන්තට වේ. ජරාවිලිපිලි නැසේ. මුළු ජීවිත කාලය තුළ හැමදාම වැළඳුවොත් කිසි රෝගයක් නැති ව අවුරුදු සියයක් ඉක්මවිය හැකි ය.

කාය බල වැඩෙන්නට ලාජුතපිය වළඳනු. මෙය ක්‍රම කීපයකට සාදනු. ලැබේ. ඒ කොයි ක්‍රමයට සාදා වැළඳුවත් වරදෙක් නැත.

ලාභ ඖෂධ යෝග්‍යය

හිතැටි විලද කුඩු, ඉදුණු සුවඳෙල්, හිතෙල්, උක් හකුරු, මී පැණි මේ හැම ගෙන අතා නැවුම් වළඳෙක බහා, වළඳ වසා මැටි බැඳ මා වී ගොඩෙක බහා මාස එකහමාරක් තිබෙන්නට හැර එයට පසු ගොඩ ගෙන හැමදුම උදේ හිස් බඩ කලන් දෙකක් පමණ වළඳනු. බේත හැදීමේදී නැවුම් මුට්ටිය හෝ කළය හෝ දහවියයෙන් පුළස්සා ඇතුළේ හිතෙල් හා එයින් පසු ම උඩ කී බේත් එහි බහාලිය යුතුයි. මෙය වැළඳීමෙන් ජරාවිලිපිලි නැසී ශරීරය පැහැපත් වේ.

කාය බල වඩන ඖෂධයක්

ඇද්දෙමට කොළ ගෙන වියළා පිටි හලා ගෙන ඒ පිටි සිය පලමක් හිතෙලින් හෝ මී පැණියෙන් හෝ අතා කළයෙක ලා මාසයක් තබනු. ඉන් පසු ගෙන මාසයක් වළඳනු. එය වළඳන කාලයෙහි එළකිරෙන් බත් කනු. ජරා විලිපිලි නැති ව සිදු සේ බබළයි.

තවත් කාය බල වඩන ඖෂධයක්

අරළු පසු පරණ උක්සකුරු සම ව ගෙන මී පැණි සිද්දිහුරු සමඟ උදය හිස් බඩ වළඳනු. ජරා විලිපිලි නැති ව තරුණ වේ.

තවත් කාය බල වඩන ඖෂධයක්

ඇඹුල් දෙඩම් ගෙඩි පහක් වළලු සේ කපා ඇඹුල් දෙඩම් ගෙඩි පහහක ඉස්ම වක්කර, ලේවා ලුණු නැළියක් දමා ඉදෙන තෙක් තිබෙන්නට හැර, ඒ ඇඹුල් හිඳෙන තුරු ඒ ඇඹුලින්ම තෙම-තෙමා අවුච්චේ වේළා හොඳට වියැළීගිය පසු ඇට ඉවත් කොට කුඩු කර, එයට ත්‍රිවතී, ත්‍රිකටුක, දෙදුරු, අසමෝදගම්, සුදුලුනු, පෙරුම්කායම්, සවිඳලුණු, වියැළි කහ, එන්සාල්, අබ යන මේ හැම කලන් තුන බැගින් ගෙන, සුනු කර, දෙ වගේ ම එක් කොට, තල තෙලින් හොඳට අඹරා, තුන් කලඳකට අඩුවෙන් දෙඩම් ඇඹුල් ඉහුරු යුෂ දෙකින් උදේ ද මී පැණියෙන් සවස ද වළඳනු. අජීණී, බඩපිපුම්, මන්දග්නි, ගුල්මඟුල ඇති සත්‍රින් හට මෙය මහත් ගුණදෙයි. යහමින් නිල් වූ ඝන හිසකේ ඇති ව, කාන්තිමත් ශරීරයක් ඇති ව, ලෙඩ නැති ව තුන්සියයක් අවුරුදු

ජීවත් විය හැකිය. පිරිමින් හට ද මේ ගුණ ම දෙයි. නිරෝග බව, කපික භාවය, තරුණ බව ගෙන දෙයි. මෙය පාවිච්චි කරන විට නො වැළඳිය යුතු දෑ කොල්ලු, අමුබත්, කාඩි, කොමඩු, පුහුල්, කරවිල, අළුතෙයෙල්, කොස්, පොල්, එළබටු යන මේවාය. මේවායින් වැළකී උඩ කී බේත වැළඳුවොත් මහත් ගුණ දෙයි. මෙය වළඳන කාලයෙහි පොල් කෑම අගුණ බැවින් තලතෙලින් ව්‍යංජන බැඳගත යුතු ය. බේත වැළඳු විට අප්‍රිය ගතියක් දැනෙයි. එවිට ඇඹුල් දෙඩම් යුෂට ඉහුරු ඉස්ම ටිකක් දමා බොනු. නැත හොත් මී පැණි ටිකකින් බොනු.

නිරෝග ව දීඝායුෂ ලැබීමට

නීලගුණ්ඩි රසායනය

නික මුල් පොතු පලම් අටයි (රාත්තලයි), මීපැණි පලම් 16 යි (රාත්තල් දෙකයි), නික මුල් පොතු ගෙන වියළා සුනු කර රෙද්දෙන් හලනු. නැවුම් අතළයක් ගෙන එහි එක් වරක් වතුර උණු කර ඉවත ලනු. අතළය වේළුණු පසු එහි ඇතුළු පැත්තේ එළහිතෙල් ගානු. දවසක් අවුච්චේ වේළනු. යළි යළි හිතෙල් ගහා තුන් දිනක් මෙසේ වේළනු. ඉන් පසු එය තුළට මී පැණින් නික මුල් සුනුත් බහාලනු. අතළේ කඩපිම්ම බඳිනු. මැටි බඳුනෙකින් එහි කට හොඳට වසනු. හතර පැත්ත හොඳට ලුණු දමා බඳිනු. දෑහුලක් තරම් ඝන ව වැලි නැති රතු පස් මැටි එය වටා ගානු. ඉන් පසු මා වී ගොඩෙක වළලනු. මාසයක් තබනු. එයින් පසු ගෙන කලඳක් හෝ කලන් එකහමාරක් හෝ කලන් දෙකක් හෝ වළඳනු. උදේ සවස දෙ වේලක් බැගින් අවුරුද්දක් මෙය වළඳනු. ඇඟ රත්වත් වේ. දීඝායුෂක වේ. ඇස් පෙනීම දියුණු වේ. (තන්දි පුරාණයේ දැක්වෙන බේතෙකි.)

ජීවරත්න කල්කය

සුදුලුනු පලම් හයක් පොතු හැර එළකිරි සේරු හතරක බහා තම්බා හරක් මොළයක් මෙන් බේරි වූ විට හිතෙල් නැළියක් එහි ලා හැඳි ගහා පිය අතිරස පිටි පදමට ආ විට, බා තබා නිවුණු පසු, මී පැණි තුන් නැළියක් දමා අතා, කරාබු, සාදික්කා, වසාවාසි, එන්සාල්, දෙදුරු, හිස්පිලි මුල්, ඉහුරු, ගම්මිරිස්,

තිප්පිලි කරල, සුදු හඳුන්මල්, අසමෝදගම් මුත්තක්කායි යන මේවා කලඳ බැගින් ගෙන, කුඩු කර අඹරා, යට කී බේතට කලවම් කර හොඳට අනා තබාගෙන කොට්ඨාවක් (කලන් තුනක්) පමණ උදේ සවස වලඳ උණු දිය හෝ එළකිරි හෝ බොහු. ආයු බල වැඩේ. තුන් දෙසින් උපන් සියලු ප්‍රමේහ, වායුරෝග, තේත්‍රරෝග, කුෂට, ආම, ඇවිළිලි, ක්ෂය, උන්මාද, අග්නිමාතු, අජිණී, මුත්‍ර රෝග දුරු වේ. සතලිස් පස් දිනක් වැළඳීමෙන් සියලු රෝග දුරු ව පුෂ්ටිමත් ව ශක්තිය ලැබේ.

ශරීර පුෂ්ටියට

අමුක්කරා මුල් වූණිය ගිතෙලින් හෝ තලතෙලින් හෝ උණු දියෙන් හෝ මාසයක් වලඳනු. කෙටිටු තැනැත්තා පුෂ්ටිමත් වේ.

ආයු බල වැඩීමට

කොළ මුල් ගෙඩි සහිත මුඩමහන සුබ දවසෙක කුඹුරෙකින් උදුරාගෙන, ඇල් දියෙන් සෝද පවතෑ වියළා සුනු කර රෙද්දකින් සීල වැඩි කර පලම් දෙ සියයක් ගෙන නැවුම් වලඳක ලා සුරැකි කොට තබා, වමන විරේක කොට ඉක්බිති දිනපතා පුළුවන් පමණ වලඳ බේත් දිරු කල අග්නි බල ඇති පමණ බලා ගිතෙල් ටිකක් වලඳ පළා - ලුණු - ඇඹුල්වලින් වැළකී මිහිරි ආහාර පාන වලඳනු. මහල්ලා ද තරුණ වේ. හවුරුදු පන්සියයක් ජීවත් වේ. හස්ති බල වේ. නිල් කෙස් ඇති වේ.

දිසායුෂ්ක වීමට

තෙල්ලි යුෂ, තලතෙල්, මීපැණි, එළගිතෙල්, එළකිරි සම ව ගෙන, මේ සියල්ලේ පමණට කීකිරිදිය යුෂ ගෙන පදමට තෙල සිඳ බා තබා ලේහ කරනු. දිරුණු පසු එළකිරෙන් බත් කනු. සුණී දේහ වේ. පන්සියයක් හවුරුදු ජීවත් වේ. සිහි නුවණ කායබල වඩා. බුන්මවාරි ව විසිය යුතු.

තරුණ බව ඇති වන්නට

තරුණ නිල් කීකිරිදිය මීට මීට ගෙන (තුඩු කඩා හැර) දිනපතා උදසන ගිස් බඩ වලඳ කනෙහි නාසයෙහි ඇසෙහි යුෂ බින්දු දෙක බැගින් වත් කරනු. එ ම යුෂ ඉසා ගානු. වැළඳු බේත් දිරු පසු ගිතෙලින් බැදුනු කීකිරිදිය හා එළකිරෙන් බත් කනු. තුන් මසක් මෙ සේ කිරීමෙන් මහල්ලා වුව ද තරුණ වේ.

තරුණ බව පිණිස, තවත් ඖෂධයක්

කීකිරිදිය පතෙක යුෂ ගිතෙල් සමග උදේට වලඳනු. දවාලට එළකිරෙන් බත් කනු. හවුරුදු ගණනක් ම මෙය කරනු. මහලු බව ඇති නො වේ. තරුණ වේ.

තරුණ බව ලැබීමට

සිහිල් දිය, එළකිරි, මී පැණි එක වගේ හෝ දෙ වගයක් හෝ තුන් වගේ ම හෝ ගිතෙල් සමග උදේ හිස් බඩ වලඳනු. ජරා විලි පිලි නසා යොවන වේ.

තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක්

තිපල් කල්කය තලතෙලින් අනා යකඩ වළඳෙක රැයක් දවලක් තබා හැරගෙන, තුන් මසක් දින පතා උදේ හිස් බඩ ගිතෙල් මී පැණි සමග ලේහ කරනු. ජරා රෝග නැති ව තුන්සියයක් හවුරුදු ජීවත් වේ. ශ්‍රීමත් වේ.

තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක්

උදේට අරළ ගෙඩියක් මී පැණි ගිතෙල් හා වලඳනු. දවල් ආහාරයට පෙර බුළු ගෙඩි දෙකක් මී ගිතෙලින් වලඳනු. බහිත් පසු තෙල්ලි ගෙඩි හතරක් ගිතෙල් සමග වලඳනු. අවුරුද්දක් මෙය කළොත් තරුණ වේ. නිරෝග වේ.

තරුණ බව ලැබීමට තවත් ඖෂධයක්

වළඟසාල් බදුල්ල සිද්දිභුරු යන මේවා සුන කොට මී ගිතෙල් දෙකින් වලඳනු. යොවන වේ. නිරෝග බව වේ.

ලාභදීමෝදකය

විලඳ, මුද්දිරප්පලම්, රටඉදි එක වගෙන් රාත්තල් බාගය බැගින් ද සිද්දිහුරු, වල් එත්සාල්, සවිදලුණු, නිප්පිලි කලන් හතර බැගින් ද ගෙන සිහිදුවට මී පැණියෙන් අඹරා සුකිරි රාත්තල් බාගයක් මිශ්‍ර කර ගිතෙලින් අනා, සුරැකි කොට තබා කලන් තුන බැගින් උදේ සවස වළඳ තෙල්ලි තැම්බු වතුර බොනු. වාපිත් කෝපය, කැස්ස, මද්‍යාසය, හෘදයාබාධ, හික්කා, ලේ අඩු කම යන ආදි බොහෝ රෝග දුරු වේ. කාය බල වැඩේ.

වෙල්ලාරි ඝෘතය

ගොටුකොළ රාත්තල් 48 යි, මුගුණුවැන්න රාත්තල් 18 යි, සුවදුල් කෙසෙල් ගෙඩි 450 යි, එළඟිතෙල් බෝතල 12 යි, එළකිරි බෝතල 12 යි, සාදික්කා, මයිලමල්, වසාවාසි, මාසක්කා, වල් ගම්මිරිස්, හින් එත්සාල්, කකිටකශාංගි, කරාබුතැටි, වැල්මි කලන් 12 බැගින් ද සුකිරි රාත්තල් 3ක් ද යොදා ඝෘතය සාදන ලදු යි. මෙය උදේ සවස වැළඳීමෙන් හවුරුදු දෙසියයක් ආයු වැළඳිය හැක්ක.

කාය බල වැඩෙන්නට

ගහේ ම ඉදුණු පුල්ලි හොරණවාලු කෙසෙල් ගෙඩි 50 යි, කිතුල් හකුරු රාත්තල් 2 යි, මී පැණි බෝතල 2 යි, හකුරු හා කෙසෙල්ගෙඩි හිනියට ලියා මීපැණි බෝතල දෙක පෙරා එයට මිශ්‍ර කොට, ඒ සියල්ල බහාලු මුට්ටිය හට්ටියකින් වසා මැටි බැඳ ලීප යට රස්තය වදින ලෙස වළලා, තුන් මස පිරුණු තැන ගොඩ ගෙන බෝතලයෙක ලා උදේට සැමදම බුළු ගෙඩියක් පමණ වළඳනු. කාය බල හා දීඝායුෂ ගෙන දෙන දිව්‍ය ඖෂධයෙකි.

බුඩසිංහනාද ගුළිය

සුදු තෙළුම් රේණු, හිනැටි හාල්, උක් සකුරු, අරළු, බුළු, තෙල්ලි, සිද්දිහුරු, වියළි කහ, දෙයුරු, නිප්පිලි, වැල්මි, බැමතිරිය, අසමෝදගම්, සාදික්කා පලම බැගින් ගෙන ගිතෙලින් අඹරා ගුළි 360ක් තනා හැම ද ම උදේට ගුළිය බැගින් මී පැණියෙන් වළඳනු. සිහි නුවණ වැඩේ. බහුශ්‍රැත වේ. ධාරණ ශක්තිය ඇති වේ. ආයු බල වැඩේ. අගපත් වේ. රාජපුරිත වේ.

ඇගපන සනීප වී ශක්තිය ලැබීමට කැඳක්

පළමු කොට පහත දැක්වෙන බෙහෙතින් බඩ විරේක කරනු. අරළු, ඇහැළු පොතු, කටුකරෝෂණ, නිප්පිලි මුල් තුන් කලඳ බැගින් ගෙන අට එකට සිඳුවා උදේට සවිදලුණු දමා ද හටසට සවිදලුණු නො දමා ද දෙවේලට බොනු. මෙය බොන දිනවල ඇල් දිය නැම හෝ බීම හෝ නොකළ යුතු.

පටන් ගැන්මේදී රු 7-30ට පමණ කසාය පංගුව බොනු. උදේ ද උඩ කී ලෙස බොනු.

තුන් වන වරටත් මෙය පිය යුතු නම් (මේ සේ තුන් වන වරට පිය යුත්තේ විරේක වීම මදි නම් පමණි.) කලාදුරුත් සමඟ එම කසාය ම කලන් 2යි මංවාඩි අට බැගින් එක වගෙන් ගෙන අට එකට සිඳුවා අනුපාත නැති ව දෙ වරට බොනු.

කලක් යන තුරු ම තැම්බුම් හොදි හෝ ඉදුණු කෙසෙල් ගෙඩි හෝ සමඟ බත් කනු. දෙ දවසකට පසු නානු.

ඉන් පසු ලේ වැඩීමට අරළු, බුළු, තෙල්ලි, රසකිඳ, ආඩාතෝඩා මුල්, කටුකරෝෂණ, බිම්කොතොඹ පොතු කලන් බාගය බැගින් ගෙන අට එකට සිඳුවා මී පැණි දමා දෙ වරට බොනු. මෙය පහ හතරක් බොනු. පහ අටක් නම් වඩාත් යහපති.

මෙයින් පසු ලේබොර දුරු ලන විරේකය - අරළු, සියඹලා නැටි, පෙතිපුවක්, කිතුල් හකුරු කලන් තුන බැගින් වතුර අට එකට සිඳුවා දෙ වරට බොනු. තෙල්ලි මුසු කැමෙන් වළකිනු. මෙයින් පසු සරසවති ඝෘතය හෝ චතුෂ්පත්‍ර ඝෘතය හෝ වළඳනු. මෙහි මුලින් කී විරේකයෙන් දෙතුන් දිනකට පසු නැමෙනුත් පසු ය අනික් කසාය පිය යුත්තේ. කසායෙන් පසු දවසක් හැර ඊ ළඟ දින දෙකේ නැ යුතු. සරසවති ඝෘතය බොත්තට පළමුවෙන් පහත දැක්වෙන කැඳ පිය යුතු.

මුගුණුවැන්න, රතුලුනු, රණවරා පංචාංගය, හාතාවාරිය අල යන මේවා මීට බැගින් ගෙන කොටා මිරිකා යුෂ සාදන ලදු යුතු. හිනැටිහාල් හුංඬු බාගයක් බෙරි වෙන්තට ලීප තබා, එළකිරි බෝතලයක් හා පළමු කී යුෂ ද එහි දමා, කැකුරි දුම්

පිට වන විට බාහු. ගිතෙල් ටිකක් දමා කිතුල් හකුරු සමඟ කැඳ බොහු. මෙය දින හතරක් බි ජීවක කලාසාණ සාතය හෝ වළඳනු, උදේ සවස බුළු ගෙඩියක් පමණට. එයින් පැයකට පසු කිරි බොහු. නාහු.

කාය ශක්තියට

ගසේදීම පැයි ඉදුණු කෙසෙල් ගෙඩි පෙති ගසා පලම් පනසක් නැවුම් සැලියෙක ලා තිප්පිලි, කිඳි, නාගර ගම්මිරිසැට, සීනි මී පැණි, ගිතෙල් එකිනෙකට වැඩි කර පනස් පලමක් ගෙන සුනු කර අනා එහි ලා කට බැඳ මැටි ගසා සොළොස් දිනක් වි අවුච්චියට කර තබනු. වමන වරේක කර කය ශුද්ධ කර දවසට දෙකලඳ බැගින් උදේ සවස වළඳනු. මුං තැම්බු දිය, කිරි, තෙල්ලි තැම්බු දිය බොහු. තුන් මසක් මෙය කළ විට කයේ ලේ පිරි තහර ශක්තිමත් ව ඉඳුරන් පිනා තරුණ බව වෙයි.

ශක්ති වර්ධනයට

අළු කෙසෙල් හෝ සුවඳෙල් හෝ ගිතෙල්, මී, සීනි සමඟ උදේ හිස් බඩ හ මසක්ම වළඳනු. ජරා නැසේ. අකාල පලිත සංසිදේ.

දීඝායුෂ ලබන්නට

තිපල්, වළඟසාල්, රත්තිටුල් මුල්, බදුලු ඇට, බෝ ඇට, යනුනු, කිකිරිදිය මේවා ක්‍රමයෙන් එකිනෙක වැඩි කර ගෙන, සුනු කර තලතෙලින් අනා, උදේට උදේට ලේහ කරනු. කුෂ්ට පලිත දන්තවලන තසා බාලසුය්ඝ්‍ය සේ ශෝභන වේ. පුෂ්කේන්ද්‍රිය වේ. දැකුම්කලු වේ. නිල් කෙසැති වේ. නිරෝග වැ තුන්සියයක් වස් ජීවත් වේ. රත්තිටුල්, යනුනු ගන්න විට විස මරා ගත යුතු.

දීඝායුෂක විමට තවත් යෝගයක්

කිකිරිදිය කොළ කළු තල සමඟ උදය උදය වළඳනු. ආයුෂ ඇති වේ. ඉන්ද්‍රියයේ ප්‍රසන්න වෙත්.

දීඝායු වැළඳීමට

හැම ද ම කළු තල පලම බැගින් වළඳ ඇල් දිය බොහු. කය වැඩේ. පුෂ්ටිමත් වේ. දත් ශක්තිමත් වේ.

දීඝායු වැළඳීමට තවත් යෝගයක්

අරළු, රත්තිටුල්, බින්තල්, පිදිඳිතුරු, රසකිඳ මේ හැම සුනු කර එ හැම පමණට උක් සකුරු යොද අනා තබා හැම ද ම උදයට අවුරුද්දක් වළඳනු. ජරා විලිපිලි දුරු ව දීඝායුෂක වේ. රත්තිටුල් විස මරා ගත යුතු.

ආයුෂ වැඩෙන්නට තවත් යෝගයක්

හැම ද ම උදේ අරළු සුනු ටිකක් ගිතෙලින් බැඳ උණුසුමෙන් වළඳනු. ආයුෂ ද ශරීර බලය ද වැඩේ.

ආයු වඩනයට යෝගයක්

නෙරොච්චි, තෙල්ලි, අරළු මේවා සුනු කර ගිතෙල් සමඟ උදේට කලන් තුනක් ලේහ කරනු. ධාතුබල වඩා තර වේ. නිරෝග වේ. කළු කෙස් වේ. සියවසක් ජීවත් වේ.

ආයු වඩනයට තවත් යෝගයක්

අහල් සතරක් දිගැති කොට තළාගත් යපත් සිය පලමක් ගිනි පාට වන තුරු තවා, තෙල්ලි යුසෙහි බතා නිවා, නැවැත යකඩ සැලියෙක ලා තෙල්ලි යුෂ පුරවා, කඩ වසා බැඳ, අළු ගොඩක් මැද තබා, මාසයක් පාසා එයින් ගෙන යදංචෙකින් ගටගටා වියළෙන වියළෙන සේ තෙල්ලි යුෂ වත්කරනු. අවුරුද්දක් ගිය තැන දිය වෙයි. එයින් ගෙන යබදුනෙක ලා සුරැකි කොට තබා මී ගිතෙල් සමඟ වළඳ, දිරුණු කල, එළිකිරිද යුෂ ද රස ද යන මනාප දෑයක් හා ගිතෙලුන් සමඟ අලුත් සැටද ඇල්බත් වළඳනු. අවුරුද්දක් මෙ සේ වැළඳීමෙන් පසු තව වර්ෂයක් ආහාර විතරණ දෙකිනි පරෙස්සම් විය යුතු. අවු සුලං වැළඳ ගෙයෙක ම විසිය යුතු. යොවුන් ඉඳුරන් ඇති ව දෙදහසක් හවුරුදු ජීවත් වේ. හස්ති බල වේ. නුවණ වැඩේ.

ආයු වඩන යෝගයක්

තිප්පිලි, වළඟසාල්, තිපල්, රත්සුනු මේවා වූණී කොට මී, ගිතෙල්, සීනි සමඟ වළඳනු. ජරා දුරු ව ධාතුබල වැඩී, සිය වසක් ජීවත් වේ.

ආයුර්වේදයට තවත් යෝග්‍යයක්

රත්නු, බෙලි මද, කසා - මේ හැම අඹරා තබා ගිතෙලින් උදේ වලදිනු. නුවණැති වේ. ආයුෂ වැඩේ. කාය බල වැඩේ. නිරෝග වේ. පුෂ්ට වේ.

ඇඟ පුෂ්ටිමත් වීමට

තෙල්ලි, රසකිඳ, හින්ගොකටු එක් පමණට ගෙන සීනි ගිතෙල් සමඟ උදේ හවස වලදනු. ඇඟ පුෂ්ටිමත් වේ. දීඝායුෂ්ක වේ.

ඇඟ සනීප වීමට තවත් යෝග්‍යයක්

තෙරිකුඩු, අළුකෙතෙල්, ගිතෙල් එක් තරමට ගෙන තැඹිලි දියෙන් පිස මි පැණි දමා උදේ සවස වලදනු. කාය පුෂ්ටිමත් වේ.

නිරෝග වන්නට

කහ පට අරළු කුඩු පලමයි, ගිතෙල් පලමයි, මි පැණි පලමයි. මේ හැම පැයක් පමණ ගිතෙලින් අඹරා, මිපැණි සමඟ අනා තබා හැමදම උදේට හිස් බඩ තිබ්බටු ගෙඩියක් පමණ වලදනු. සැට වේලයි. නිරෝග වේ. ඇඟ රැලි වැටීම්, දත් වැටීම් ආදිය පවා වළකී.

ඇඟ සනීප වීමට

සොහොන-පුෂ්ටි-බල-වියර්-විවර්ධනානි
කිං සතති නො භවි බහුනි රසායනානි
කන්දර්වර්ධනි පරනතු සිතාජායුකතාන්
දුග්ධාදානා න මම කො'පි මනා ප්‍රයෝගා

(වෛද්‍යජීවනී)

මෙහි භාවය - එළකිරි ගිතෙල් හා සුකිරි සමඟ හිස් බඩ වලදනු. ශ්‍රීමත් බව හා කායශක්තිය වැඩේ.

ලාජානජීයක්

තිප්පිලි එක් කොටසයි, මුද්දරප්පලම් කොටස් හතරයි, ඒ දෙවගේම බරට විලඳ මේ හැම මි පැණියෙන් අඹරා ගිතෙලින් අනා තබා, බුළු ගෙඩියක් පමණ සුවදැල් කෙතෙල් ගෙඩියක් සමඟ වලදනු. කැමට පෙර සැමදම උදේ හා හවස මෙය වැළඳිය යුතු. කායබලය නිරෝග බව වැඩේ. ආයුෂ වැඩේ.

කාය බල වැඩෙන්නට

වියළි මුද්දරප්පලම් කලන් විසිහතරක් ගෙන සේද පවනැ වියළා මි පැණියෙන් අඹරා, ගිතෙලින් අනා උදේ සවස බුළු ගෙඩියක් පමණ වලඳ එළකිරි බොනු. නිරෝග වේ. කාය බල වැඩේ.

* * *

අරළු, වියැළි ඉඟුරු එක් තරමට ගෙන (එක වගෙන් කලඳ බැගින් ගෙන) කුඩු කර, පැහෙන උණු වතුර වත්කර පැමිබුණු පසු බොනු. වරක් දෙකක් බඩ විරේක වේ. ප්‍රතිශක්තාව සුව වේ. පිතසට ද මෙය යහපති.

ප්‍රතිශක්තාවට

අසමෝදගම් කුඩු සමඟ සුවඳුල් කෙසෙල් ගෙඩියක් වළඳනු. දවසින් සෙම් පැසවා සුවය ලැබේ.

ප්‍රතිශක්තාවට තවත් යෝග්‍යයක්

පෙරුම්කායම්, හිතෙල්, සුවඳුල් කෙසෙල් ගෙඩි යන තුන් වගය එකට වළඳනු. ප්‍රතිශක්තාව සුව වේ.

ප්‍රතිශක්තාවට තවත් යෝග්‍යයක්

අසමෝදගම් වැල්මි එක පමණට ගෙන කුඩු කර මිශ්‍ර කොට නාසයට උරනු. ප්‍රතිශක්තාව සුව වේ.

ප්‍රතිශක්තාවට තවත් යෝග්‍යයක්

මුලදී අරළු, තෙල්ලි, තිප්පිලි, කොත්තමල්ලි, සවිදලුණු කබලෙන් බැඳ කුඩු කර උණු වතුරෙන් බොනු. ලොකු අයට මේ කුඩු කලන් එකතමාරයි. බාලයන්ට එයට අඩුවෙන් දිය යුතු යි. ප්‍රතිශක්තාව නිවීමේ නියාවට මුලදී දිය යුතු බේත යි.

ගම්මිරිස්, සියඹලා කොළ තම්බා සීනි දමා බොනු. (සියඹලා කොළ වැඩියෙනුත් ගම්මිරිස් ඉතා සවලප වශයෙනුත් යෙදිය යුතු.)

වියැළි ප්‍රතිශක්තාවට

තෙළුම් දඩු, කටුවැල්බටු, රසකිඳ, ඉඟුරු කලන් තුන බැගින් ගෙන අට එකට සිඳවා සීනි දමා දෙ වරකට බොනු. වඩි දෙකක් පිය යුතු යි.

ප්‍රතිශක්තාවට

බෙලි කොළ අමු ඉඟුරු කොටා වංඩුවේ තම්බා මිරිකා මී පැණි සමඟ ශීතාරාම ගුළි තුනක් දමා දවසට දෙ වරක් දෙනු.

ප්‍රතිශක්තාවට, දිය පීනයට

කතුරුමුරුංගා කොළ, තලතෙල්, සවිදලුණු ගෙන කතුරුමුරුංගා කොළ ඉස්ම නැළියකට තලතෙල් බෝතල බාගයක් දමා, සවිදලුණු කලන් එකතමාරක් කලවම් කොට ලීපැ තබා, ලුණු පදමට වූ විට බානු. මෙය නාසයට උරනු. ප්‍රතිශක්තාව ද දිය පීනය ද සුව වේ.

ප්‍රතිශක්තාවට තවත් යෝග්‍යයක්

තිප්පිලි කලඳ යි, සිද්දිඟුරු කලන් 2 යි, කොත්තමල්ලි කලන් 3 යි, බැඳපු හාල් කලන් 6 යි, මේවා හොඳට කුඩු කර එයින් දෙකෙන් පංගුවක් ගෙන වතුර පත දෙකක් දමා පත එකට හිඳවා, පෙරා, සවිදලුණු ටිකක් දමා බොනු. ඉතිරි කොටස ද මෙ සේම තව වරක් බොනු. අලුත් ප්‍රතිශක්තාව ද අලුත් ප්‍රතිශක්තාව ද තෙමීමෙන් උපන් ප්‍රතිශක්තාදී ආබාධ ද සුව වේ.

උණට ගුළිය

විස මැරූ ජයපාල ඇට 6ක් ද, කුළුණ, වගපුල්, අරළු, සිද්දිඟුරු, ගම්මිරිස් මේවා ටික ටික ද ගෙන කබලේ මඳක් බැඳ අඹරා තිත්ත තිබ්බටු පමණ ගුළිකර තබා, මෙයින් ගුළියක් උක් සකුරෙන් දෙනු. විරේක ව උණ බසී. ලදරුවන්ට ගුළියෙන් බාගයක් දෙනු.

වාපිත් උණට ශාරිබාරිෂටය

ඉරමුසු සකමුලින් රාත්තල් අටක් ගෙන සිහින් ලෙස ලියා වතුර බෝතල දෙකිසක බහා බෝතල අටට සිඳවා, බා පෙරා සීනි රාත්තල් අටක් දමා, දින 14ක් පොළොවේ වළලා තබනු. ඉන් පසු ගෙන බොත්තට දෙනු. වාපිත් උණ, ආහාර අරුවිය සුව වේ. බඩගිනි වඩයි. නරක් වූ සෙම් වා සංසිඳවයි. ලේ පිරිසුදු කරයි. ඇඟ නිවයි.

මාස තුන හතරක් පරණ වූ උණට

කටුවැල්බටු, මුඩමහන, සැවැන්දන මුල්, කලාදුරු, තිප්පිලි, කොත්තමල්ලි මේවා එක් වගෙන් කලන් දෙක බැගින් ගෙන වතුර අට පත එකට සිඳුවා, බුද්ධරාජ ගුළි දෙකක් දමා දෙවේලක් දෙනු. ඉන් පසු මදුරුතලා මුල්, විෂ්ණුකුන්ති, සිද්දිහුරු කලන් හතර බැගින් ගෙන අට පත එකට සිඳුවා, කසාය තුනක් බොනු. ඉදිමුම හෝ පිප්පාංචුව හෝ පෙතේ නම්, සිද්දිහුරු කලන් එකයි, රසකිඳු කලන් දෙකයි, අරළු කලන් හතරයි ගෙන වතුර පත අට එකට සිඳුවා මී පැණි සමඟ දෙවේලට බොනු. බඩ විරේක වී ගුණ වෙයි. (සිද්දිහුරු මංවාඩි 35, රසකිඳු මංවාඩි 70, අරළු මංවාඩි 140.) බොහෝ පරණ වූ උණට ද යහපති.

උණට ප්‍රතිකාරයක්

ඉහුරු, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි, අරළු, බුළු, තෙල්ලි, කොත්තමල්ලි, වැල්මි, කටුවැල්බටු මේවා කලඳු බැගින් ගෙන වතුර පත හතර බාගයට සිඳුවා සීනි මී පැණි ප්‍රතිවාප කොට නවරත්න කල්කය දමා දෙනු. උණ බසී. සන්තිපාත නොවේ.

උණට තවත් ප්‍රතිකාරයක්

කොත්තමල්ලි කලන් 4 යි, සිද්දිහුරු කලඳු යි, සවිඳලුණු කලඳු යි, සුදුලුණු කලඳු යි, තිප්පිලි කලඳු යි වතුර පත හතර දෙකට හිඳුවා, වී විලඳු ටිකක් දමා පත බාගයට හිඳුවා එක වරට බොනු. උණ බැස බඩ එළිය යයි.

ජීර්ණානන්ද රසායනය

සෙනෙහෙ කොළ කුඩු, අරළු කුඩු, එක වගෙන් කලන් හය බැගින් ගෙන සුදුරු කලන් තුනක් හා පිටි සීනිත් ගිතෙලුන් සැහෙන පමණට ගෙන රට තිබ්බටු පමණට ගුළි තනා අට වේලක් දවස දෙවේලේ වළඳනු. පිත් කෝප, කැස්ස, උෂ්ණය, සිහි මඳ කම, ජවරය, නිදිමත ගතිය යන සියල්ල සුව වේ. සිතල දෑ නොකනු. උණු වතුර බොනු.

ඉසරදයට

සිද්දිහුරු හා කෙසෙල් ගෙඩි එකට අනා වළඳනු. සුව වේ.

මැලේරියා උණට

තිත්ත ගතිය ඇරුණු ගැට අන්නාසි ගෙඩියක් පෙති ගසා කිතුල් රාවල හෝ විනාකිරිවල හෝ බහා පිහන් මැටි බඳුනක ලා, විගොඩක යට කර පස් දිනක් තබා රැගෙන උදේ හිස් බඩ ද සවස ද එයින් පෙත්ත බැගින් වළඳන්න. එහි ඉස්මද ටිකක් බොනු. මැලේරියාව සුව වේ.

පරණ වූ මැලේරියා උණට

කටුපරබදු හෙතු කලන් දෙළොසක් ගෙන වතුර පත අට එකට සිඳුවා මී පැණි දමා බොනු.

අලුත් මැලේරියා උණට

කලුදුරු පිටි, අරළු පිටි, මදුරුතලා කොළ වේළා සාදගත් පිටි එක් බරට වෙන වෙනම ගෙන කලවම් කර උණු වතුරට බහා කෝපි මෙන් සාදගෙන බොනු.

නිදිවැරීමෙන් සෑදෙන උණට

ඉහුරු, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි, අරළු, බුළු, තෙල්ලි එක් පමණට ගෙන වතුර කෝප්ප බාගෙට හිඳුවා, තුන් වේලක් වන්ද කල්කය දමා බොනු. මෙයින් සන්තිපාත වීම ද වැළැකෙයි.

ඉරුවා රදයට

මිදෙල්ල ගෙඩියේ මදය තන කිරෙන් උරවිටි කොට නාස්පුඩු දෙකට බින්දු හතර බැගින් නශ්‍ය කොට දවල් දහයට පමණ නානු. තුන් දිනක් මෙය කිරීමෙන් ඉරුවා රදය සුව වේ.

උණට

බෙලි කොළ හා විශැලි ඉහුරු තැම්බූ දියෙන් ශීතාරාම ගුළිය දෙනු. උණ බසී.

උණට

උණට ද නිව්මෝනියාවට ද කුඹුරු දළ, අමු ඉඟුරු, යක්වනස්ස දළ, දෙහි දළ, නික දළ, සුදුලුනු එක් පමණට ගෙන මිටක් කොටා වංචුවෙන් තම්බා ඉස්ම මිරිකාගෙන එයට ඇඹුල් දෙඩම් යුෂ තේ හැන්දක් දමා බුද්ධිරාජකල්කය මංවාඩියක් පමණ දමා දෙ වරක් දෙනු. ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

උණට

සාවර්වා දලු, එළබටු දලු, කිරිඅඟුන දලු, නිකදලු, අමුඉඟුරු, සුදුඑණු - මේවා එක් තරමට ගෙන වණ්ඩුවෙන් තම්බා මිරිකා බුද්ධිරාජකල්කය මංවාඩි බාගයක් තරමට දමා සීනි මීපැණි ලා දෙවරක් දෙනු. උණ නිව්මෝනියා බසී.

උණට

ඇඹුල් දෙඩම් ඉස්ම අමු ඉඟුරු ඉස්ම මිශ්‍ර කොට බුද්ධිරාජ කල්කය මංවාඩි බාගයක් දමා බොනු. උණ නිව්මෝනියා බසී.

පෙණහලු දෙක ම ඉදිමුණු (ඩබල් නිව්මෝනියා) උණට

සීතාරාම ගුළිය අමු ඉඟුරු සුසට දිය කර මී පැණි දමා බොනු. වතා සුව ලැබේ. ප්‍රාණජීව තෙල පපුවේ ඉසේ ගානු.

අජිණී උණට

වළඟසාල් කුඩු මී පැණියෙන් අනා හෝ අසමෝදගම් බැද කුඩු කර මී පැණියෙන් හෝ අසමෝදගම් තැම්බූ වතුරින් හෝ දෙනු. අජිණී උණ සුව වේ. මෙයට පසු පැපිළිය, කොත්තමල්ලි තම්බා සීනි, මී පැණි දමා දෙනු. උණ බසී. කුඩා ළමයින් ගේ අජිණී උණට ප්‍රත්‍යක්ෂයි. බල්ලන්ගේ උණට ද මෙය යහපති.

ගොටු දළ, වළඟසාල්, බෙලි මුල්, රතුලුනු එක් වගෙන් එක් කලන් මංවාඩි පහ ගණනේ ගෙන වතුර පහ හතර පහ බාගෙට සිඳවා සීනි මී පැණි දමා තුන් වේලට බොනු. උණ බසී. මිනිසුන් ගේ ද බල්ලන් ගේ ද උණට යහපති.

ඉසරුජාවට

වියැළි ඉඟුරු එළකිරෙන් හෝ තනකිරෙන් හෝ ගල ගා නළලේ ගානු. ටික වේලාවකට පසු ව උණු වතුරෙන් එ තැන සෝදනු. ඉසරුජා ඇරේ.

මැලේරියා උණට (බුරුම බේතක්)

ගුදා කළ පෙරුම්කායම්, තිත්ත අබිං, කළුදුරු, විරේක ලුණු මේවා එක් තරමට කිරාගත යුතු. පෙරුම්කායම් තිත්ත අබිං දෙක හොඳට කුඩු කර යම්තම් වතුර දමා අඹරා, කළුදුරුත් කුඩු කර අඹරා ඉන් පසු විරේක ලුණු සමඟ අඹරාගත යුතු. තිබ්බටු පමණට ගුළි කර තබනු. කටේ ඇල් දිය පුරවාගෙන මේ ගුළියක් නො විකා ගිලිනු. ඇල් වතුර ටිකක් බොනු. ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

මුර උණට

කුඹුරු ඇට මද, අවුචෙන් වියළා කුඩු කැරැ රෙද්දෙන් පෙරා ඒ කුඩු තුන් පංගුවකුත් තිප්පිලි කුඩු එක් පංගුවකුත් ගෙන ඇල් දියෙන් අඹරා මදටිය පහක් පමණ වන සේ ගුළි කර උදේ සවස ගුළි දෙක බැගින් උණු වතුරෙන් බොනු. බාල මහලු හැමට ම ගුණ දෙයි. එළකිරි බොන්නට දෙනු.

* * *

3

කාශයායාසාදියට ඖෂධ යෝග

වාසාවලේභය

පාවට්ටා පංචාංගය ගෙන ඇල් දියෙන් කොටා ඉස්ම පෙරාගෙන, ඉස්ම සේරුවට පිටි සීනි රාත්තල් කාලක් පමණ ද යවකාර ලුණු මංවාඩි හයක් ද දමා ලීපු තබා පැණි පමණට වන තුරු හැඳි ගානු. බා නිවුණු පසු බෝතලයක අසුරනු. බාලයනට කලත් තුනෙක බර ද, වැඩිමහල්ලනට රුපියල් තුනෙක බර ද ගෙන උණු වතුරට දිය කර බොත්තට දෙනු.

කක්කල් කැස්සට

උඩ කී බේත ඇඹුල් දෙඩම් යුසින් ලේභ කරනු. කළුදුරු, පෙරුම්කායම්, ගම්මිරිස්, මුද්දිරප්පලම්, සවිදලුණු මේවා කීකිරිදිය යුස, දෙහි ඇඹුල් එක පමණ ගෙන එයින් අඹරා බුළු ගෙඩි පමණට ගුළි කර කන්නට දෙනු. කාශයායාස නසා කෙට්ටු අය මහත් වෙති. පසළොස් දිනක් වළඳනු.

විශැලි කැස්සට

වැටහිර පංචාංගය කලත් හය යි, විශැලි මුද්දිරප්පලම් කලත් හය යි, මේවා වතුර පත අට එකට සිඳුවා, මී පැණි දමා කසාය පත පහක් බොනු.

කෂය, පාණඩු, කාශයායාස රෝගවලට

රන්, රිදී, තඹ හස්ම කොට අඹරා ගුළි කොට තබා තුන් දිනකට පසු දේලා යන්ත්‍රයෙහි පාලනය කොට රන්වන් අත්තන කොළ යුසින් අඹරා, අත්තන ගෙඩිය තුළ බහා පුට දී, දෙසි ඇඹුල් වක්කර අඹරා, ගන්ධක කලඳක් ගෙන, කරඳ, රත්නිටුල් වරා ඉස්මෙන් වෙන වෙනම තුන් විටක් අඹරා, ගුලි කොට තබාගෙන දෙනු. කෂයරෝග, පාණඩු, කාශයායාස නැසෙයි.

කෂය රෝගයට

රසදිය අළු, රන් අළු, රිදී අළු යම ව ගෙන මුතු අළු දෙ පංගුවක් ද පුෂ්කර කාලක් ද බහා මේ සියල්ල දෙසි ඇඹුලෙන් අඹරා, ගිතෙල් වක්කර, දේලා යන්ත්‍රයෙහි දවසක් පැයවාගත් රසය, කෂය රෝගය දුරු කරයි.

කෂය රෝගයට නවත් යෝගයක්

රසදිය බාගය යි, ගන්ධක බාග තුන යි, යවකාර බාගය යි එකට අඹරා, කුඩා මුට්ටියෙක ලා, සීලමන් දී ගටා, මඳ ගින්නෙන් තුන් දිනක් වාලුකා යන්ත්‍රයෙන් පිය, බඳුවද මල් පැහැ වූ විට, තස්මය ගෙන වළඳනු. ඉහත කී අනුපාතයෙන් මාසයක් දෙනු. කෂය ආදි රෝග නැසේ. තරුණ වේ.

කෂය රෝගයට නවත් යෝගයක්

ආඩාතෝඩා මල්, සුළු කුර කොළ, කළු උක්දඩු, මුද්දිරප්පලම් මේවා කලත් දෙක බැගින් ගෙන කොටා වංඩුවේ තම්බා මිරිකා ඉස්ම ගත යුතු. එයට ඉඟුරු යුෂ තේ හැඳි එකතුත් ඇඹුල් දෙඩම් ඇඹුල් තේ හැඳි හයතුත් මී පැණි තේ හැඳි තුනතුත් බුද්ධරාජ කල්කය මදටිය ඇටයක් පමණත් කලවම් කරනු. මේ බෙහෙත මිනිත්තු දහයෙන් දහයට හැන්ද බැගින් දෙනු.

කාශානනක ලේභය

අමු ඉඟුරු ඉස්මත් ඇඹුල් දෙඩම් ඉස්මත් හැන්ද බැගින් ද, උක්පැණි හැඳි දෙකක් හා මීපැණි හැඳි දෙකක් ද, විශැලි මුද්දිරප්පලම් හැඳි තුනක් ද ගෙන එකට අඹරා, තිප්පිලි කුඩු කලත් බාගයක් දමා මිශ්‍ර කොට ලේභ කරනු. කාශය සුව වේ.

කාශයට නවත් යෝගයක්

පාවට්ටා රතුලුනු එක් පමණට ගෙන කොටා සුකිරි දමා ලේභ කරනු. කාශ ගුණ වේ.

කාශයට තවත් යෝගයක්

සිනි ගිතෙල් හේ හැන්දක් සිනි සමඟ දවසට දෙ වරක් කනු, කැස්සට සෙම් ප්‍රතිශතවට යහපති.

කාශයට තවත් යෝගයක්

ගිතෙල්, මී පැණි දෙකින් ඇටකෙහෙල් මද අඹරා වළඳනු. කාශ ගුණ වේ. බඩ ගිනි වැඩේ.

කෂය රෝගයට තවත් යෝගයක්

අලුත් වෙඩිරුත් සිනිත් කෙහෙල් ගෙඩිත් එකට වළඳනු. කෂය රෝග තසයි.

කාශයට තවත් බේතක්

සිද්දිහුරු සුනු සමඟ හේ කලාදුරු සුනු සමඟ හේ ඉදුණු කෙසෙල් ගෙඩි වළඳනු. කාශ රෝග සුව වේ.

කැස්සට

ගම්මිරිස් ඇට දහයකුත් සිද්දිහුරු සුනු හේ කලාදුරු අල සුනු හේ සමඟ එකට තළා උණු වතුරට දමා කෝපි මෙන් සාදාගෙන බොනු. කැස්ස වහා සුව වේ.

කැස්සට කෙමක්

අමු කටුවැල්බටු දළ හා පාවට්ටා දළ සමඟ ගෙන, කොටා වංචුවේ තම්බා මිරිකාගත් යුසට මී පැණි බින්දු හතරක් දමා හේ හැන්දෙක යුසට මී පැණි බින්දුව බැගින් හේ හැඳි තුනක් පමණ නින්දෙන් නැගිට පෙළොවට පය තබන්නට පෙර හිස් බඩ බොනු. කැස්ස සංසිදේ. අත්දුටු බේතෙකි.

සාමාන්‍ය කැස්සට

අරළු, තෙල්ලි, සිද්දිහුරු, තිප්පිලි, වී පොරි මේවා තරමකට බැඳ, සමඟ ගෙන කුඩුකර සුළං නොවදින ලෙසට බෝතලයෙක දමා තබාගෙන රෑ නින්දට කලින් බේත් කුඩු කලඳක් පිටි සිනි හා තලතෙල් සමඟ අතා ගිලිනු. නිවුණු උණු වතුර බී නිදනු. සාමාන්‍ය කැස්ස ගුණ වේ. කාශසාවාශයනට ද යහපති.

සාමාන්‍ය කැස්සට

සුවඳ කොට්ටම්, රසකිඳ, සිද්දිහුරු, කලාදුරු, කටුවැල්බටු එක වගෙන් කලන් 2 මංවාඩි 8 බැගින් කසාය පත අට එකට සිඳුවා සිනි මී පැණි දමා සැළි හතරක් බොනු. කැස්ස සුව වේ.

කෂය රෝගයට

තිප්පිලි, තෙල්ලි, හකුරු ගිතෙලින් අඹරා ගිතෙල් ගාපු කළයක් තුළට ඉදුණු කෙසෙල් ගෙඩි බහා ඇඹරු ගම්මිරිස් කුඩු 8 මතු පිට ඉස වසා, වී අටුවේ මසක් තබා වළඳනු. කෂයරෝගය සංසිදේ.

කෂයරෝගයට

අලුත් වෙඩිරු සිනි කෙසෙල් ගෙඩි සමඟ කනු. සුව වේ.

කල් පැවැති කැස්සට

සුවඳකොට්ටම්, රසකිඳ, සිද්දිහුරු, කලාදුරු, කටුවැල්බටු - මේවා එක වගෙන් කලන් 2යි මංවාඩි 8 බැගින් කිරාගෙන වතුර පත අට එකට සිඳුවා සිනි මී පැණි දමා සැළි හතරක් බොනු. ප්‍රත්‍යක්ෂ ගුණ දෙන බේතෙකි.

වියැළි කැස්සට

වැල් තිබ්බටු, ආධාතෝඩා දෙ වගෙන්ම කොළ ටික බැගින් ගෙන, රතුලුනු ටිකක් දමා දිය මුසු නො කොට යුෂ මිරිකා ගෙන, සුකිරි දමා බොනු. දවසට තුන් වරක් හැන්ද බැගිනි.

(ආගන්තුක) සෙම් කෝපයෙන් උපන් කැස්සට

යකිනාරන් කොළ, හීන්නාරන් කොළ පොල් දමා කොටා මිරිකා හීනැටි හාල් කැඳ පිය තුන් දිනක් බොනු. තුන් දවසින් කැස්ස සුව වේ. (උණ සහිත කැස්සට මෙය ගුණ නැත.)

සෙම් බුරුල් වීමට

මුගුණුවැන්න යුෂ තල තෙලේ ලා සිඳි ගානු. කල්කයට වැල්මී යොදනු. සෙම් බුරුල් වීමට මෙය නශ්‍ය කරනු.

* * *

(අ) අරළු, සිද්දිහුරු දෙ වගේ සම ව ගෙන සුනු කොට, වරකට කලඳ බැගින් ගෙන කෝපි මෙන් වක්කර සවිදලුණු දමා උදේ සවස වළඳනු. උණු වතුර නානු. පීනස් ගුණ වේ.

(ආ) ඉහුරු, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි, සුදුරු, වැල්මි සම ව ගෙන සුනු කර කෙට්ටනි බැඳ නාසයට උරනු.

(ඉ) සිද්දිහුරු විශැළි කහ සම ව ගෙන සුනු කර තැඹිලි වතුර පතකට එයින් සුනු කලඳක් දමා රාත්‍රියේ තබා උදේ පෙරා බොනු (හත් වේලක්).

(ඊ) සිද්දිහුරු, රසකිඳ, තෙළුම් අල, සීන අල මේවා එක් වගෙන් කලන් තුන බැගින් ගෙන, වතුර පත එකක් ද එළකිරි පත එකක් ද වතුර පත හයක් ද ගෙන එහි ලා අට පත එක් පතට සිඳුවා, සීනි මී පැණි දමා බොනු. වඩි දෙක යි.

(උ) ඉරමුසු මුල් ද රත්හඳුන් ද කලන් හය බැගින් ගෙන තැඹිලි දිය පත එකකුත් වතුර පත හයකුත් ගෙන එහි ලා අට පත එක් පතට සිඳුවා සීනි මී පැණි දමා වඩි තුනක් බොනු.

(ඌ) දියමිත්ත මුල්, වහතැල්ල මුල්, රත්හඳුන්, වැල්මි කලන් තුන බැගින් ගෙන වතුර පත හත එකට සිඳුවා, මී පැණි හා තලතෙල් දමා වඩි දෙකක් බොනු.

(එ) තෙළුම් මල් තනකිරෙන් තසස කරනු.

(ඒ) නික මුල්, නික දළ, නික පොතු එකට කොටා සොරස පත බැගින් ගෙන තලතෙල් පතක් දමා රත් කර ඉසා ගල්වා උණු දිය නානු (තුන් දිනක්).

මේ ක්‍රමය කළ පසු පහත දැක්වෙන තෙල ඉසා ගල්වනු.

පීනස් තෙල

යොන්තුඹ, හීන් උඳුපියලි, නික, මලිඳ, පාවට්ටා මේවායේ සොරස ද වරාකිරි ද යන මේ කී හැම වගෙන්ම යුෂ එක පමණට ගෙන, වරාකිරි යුෂ පමණට තලතෙල් ද ගෙන, තිප්පිලි, ත්‍රිජාත, සුදුලුනු, වදකහ, අබ, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි, හොරිගෙන්දගම්, ගෙන්දගම්, පල්මාණික්කම්, කලාඳුරු අල, සුදුරු, මාදුරු, දේවදර යන මේවා කුඩු කර කල්කයට දමා සමපාකයට සිඳුවා තබාගෙන නාසයට උරනු. ඉසේ ගල්වනු. මේ උඩ කී ක්‍රමය නිසි පරිදි කළොත් නිසැක ව පීනස් ගුණ වේ.

පීනසට පිළියම් ක්‍රමයක්

(අ) අරළු, බුළු, තෙල්ලි, පිල මුල්, ගොටු දඩු, විශැළි කහ, රසකිඳ, සුදුහඳුන් මේවා කලන් එකකුත් මංවාඩි දහය බැගින් ගෙන වතුර පත අටක් ලා එක් පතට සිඳුවා, සීනි මී පැණි තලතෙල් දමා වඩි හතක් බොනු.

(ආ) එයට පසු - ගොටු දඩු, පිල මුල්, කොත්තමල්ලි, අල බේත් යන මේවා කලන් තුන බැගින් ගෙන අට පත එකට සිඳුවා මී පැණි, තලතෙල් දමා වඩි හතක් බොනු.

(ඇ) ඉන් පසු - කීකිරිදිය, මුගුණුවැන්න, ගොටුකොළ සහමුලින් ගෙන කොටා දෙසිඇඹුලෙන් තම්බා ඉසා ගල්වනු (දින හතක්).

මේ පිළිවෙළ අනුව යැමෙන් සම්පූර්ණ සුවය ලැබේ.

පීනස් තෙලක්

කීකිරිදිය, මුගුණුවැන්න යුෂ තැළිය බැගින් ගෙන එයට තලතෙල් එළඟිතෙල් එරටුතෙල් තැඹිලිතෙල් පත බැගින් එක් කොට කල්කයට කලුදුරු, සුදුදුරු, සුදුළුනු, වැල්මි, තිප්පිලි, පෙරුම්කායම්, සාදික්කා, ඉහුරු, ගම්මිරිස්, අබ, වදකහ - මේ හැම කුඩු කර යොදා මද ගින්තේ කකාරා සමපාකයට සිඳු බා පෙරා තබා ගනු. මේ තෙල තසස කරනු. ඉසා ගානු, පානය කරනු. තෙල් ඉසා අල්ලා සවස නානු. මේ සේ සතියක් කිරීමෙන් සියලු පීනස් ගුණ වේ.

දිය පීනයට

කතුරුමුරුංගා කොළ, තලතෙල්, සවිදලුණු ගෙන
කතුරුමුරුංගා කොළ ඉස්ම නැළියට තලතෙල් බෝතල
බාගයයි, සවිදලුණු කලන් එකහමාරයි, බහින් කලවම් කැරැ
ළිපෑ තබා, ලුනුපදමට සිඳුවා බානු. මෙය නායයට උරනු. දිය
පීනය සුව වේ. මෙය ප්‍රතිශක්තිව ද යහපති.

පීනයට

තැඹිලි වතුරට කහ කුඩු දමා බොනු (සෑම උදයක). පීනය
ඉණ වේ.

පීනයට

“ප්‍රාත: කාලෙ කොයතනං පීනයං දරුණං හරෙත්” යන්නෙන්
උදෙන්ම පිරිසුදු ඇල් දිය ටිකක් හිස් බඩ පිමෙන් දරුණු පීනය
ඉණ වන බව කියැවේ.

පීනයට, කලානනයට

රතුලුනු, ගොටුකොළ, කිතුල් හතුරු එක පමණට ගෙන
දෙපතක් හවස මිරිකා පිරිසි කෝප්පයක් පමණ බී, එ පමණ ම
පසු දව තබා උදේ හිස් බඩ බොනු. පීනය ද ඇහ අප්‍රාණික
කම ද සුව වේ.

* * *

ඇදුමට (මුහ රෝගයට)

5

ප්‍රාණජීව කොළ කලන් තුනක් හා ඉතුරු සුදුලුනු කලඳ කලඳ ද
ගෙන කොටා උණු වතුරෙන් මිරිකා බොන්නට දෙනු. තුන්
උදයක් පිට පිට මෙය බීමෙන් මුහ (ඇදුම) නිෂ්ඨාවට සුව වේ.

ඇදුමට ප්‍රත්‍යක්ෂ ලේහයක්

තිස්පිලි කලඳ යි, සුදුරු කලන් දෙක යි, සිරිතේක්කු කලන්
තුන යි, වැල්මී කලන් හතර යි, කොත්තමල්ලි කලන් පන යි
මේ හැම වතුර අට පතක් හා යොද එක් පතට සිඳුවා පෙරා,
එයට ඇඹුල් දෙඩම් යුෂ පත බාගයක් ද, සුකිරි කුඩු කලන්
හයක් ද, පිටි සීනි කලන් හයක් ද බහා සියල්ල ලිපෑ තබා පත්
පැණි පදමට කකාරා බා තබා වරකට තේ හැන්ද බැගින් දවසට
පස් වරක් ලේහ කරනු.

බලවත් මුහ රෝගයට

අස්වැන්න, පොල්පලා, බටු මුල්, කටුවැල්බටු, තෙරෙංචි, තිස්පිලි
මේවා කලඳ බැගින් ගෙන වතුර හතර පතක් දමා පත දෙකට
සිඳුවා, සවිදලුණු දමා දෙ වරුවට බොනු.

ඇදුමට තවත් යෝගයක්

ඇඹුල් දෙඩම් යුෂ, ඉතුරු යුෂ, සීනි, මී පැණි දමා බුද්ධරාජ
කල්කය දිය කොට දෙනු. රෑ වෙහෙස ගතිය (හනි දූමිම) ඇති
වුණොත් ආධාතෝඩා දළ මිටක් ගෙන, අම්‍රි ඉතුරු සුදුලුනු දමා
කොටා වාඩුවේ තම්බා මිරිකා ඉස්ම ගෙන තවරත්ත කල්කය
එහි දිය කර සීනි මී පැණි දමා හතිය අඩු වන තුරු ටික ටික
හිලින්නට දෙනු. කපුරු තෙල් සාද පපුවේ ගානු.

මුහ රෝගයට

දේවදර, පත්පාඩගම්, සිරිතේක්කු, කලාපුරු අල, වදකහ,
කොත්තමල්ලි, ඇත්දෙමට මුල්, විශුළි ඉඟුරු, බිම්කොහොඹ
- මේවා කලඳකුත් මදටිය අට බැගින් ගෙන ලා චතුර පත අට
එකට සිඳුවා මී පැණි, හිප්පිලි කුඩු දමා දෙ වරුවට බොන්නට
දෙනු. කුඩා දරුවනට දෙන විට මෙයින් බාගයක් දිය යුතු. උඩ
සඳහන් කල්ක ආදිය ද ඒ අතර දිය යුතු.

* * *

මුබ රෝගවලට

6

අමු ඉඟුරු, හිප්පිලි, ගම්මිරිස් එක පමණට ගෙන කබලෙන්
බැඳ කුඩු කර නාසයට උරනු. උගුරේ සෙම්ගෙඩි දිය වෙයි.
(අමු ඉඟුරු පෙතිගසා ගත යුතු.)*

උගුර බැරැඬියට

ලුණුවිල, වදකහ, සිද්දිඟුරු, වැල්මී, සවිඳලුණු මේවා එක්
පමණට ගෙන කුඩු කර මී පැණියෙන් අවුච්චි කකාරා ගෙන
ලේභ කරනු.

බැරැඬියට තවත් යෝගයක්

බැමතිරිය, වදකහ, ඉඟුරු, හිප්පිලි, සවිඳලුණු, සුකිරි කලන්
දෙක බැගින් ගෙන වේලා කුඩු කර සිල වැඩි කර මී පැණියෙන්
ගුළි තනා දවසට ගුළි තුනක් ගිලිනු.

බැරැඬියට තවත් යෝගයක්

දෙදුරු, වෙඩිලුණු, සිනක්කාරම්, පල්මාණික්කම්, විශුළි ඉඟුරු,
ගම්මිරිස්, ගොරක මේවා සම ව ගෙන කරබටු යුසින් අඹරා
තෙප්පුවෙක තබාගෙන ඉන් සවලපයක් රැගෙන කවේ තබනු.

* 'පිලෝසිල්' නම් ඉංග්‍රීසි බේත් පෙති මුතු තබාගැනීමෙන්ද සෙම් ගෙඩි
සුව වේ.

සවරහේදයට

දෙදුරු කුළුණ මඩු හිප්පිලි රැගෙන	නා
සොදුරු කරාලු ද වසවාසිත් රැගෙන	නා
ඇදුරු පේ වෙමින් ගිහෙලින් ගවාගෙන	නා
කිසිදු හඬ සෙ කට හඬ වඩවයි සෙදි	නා

සුදුදුරු, කළුදුරු, වැල්මි, හිප්පිලි, කරාලුනැටි, වසවාසි, වදකහ එක තරමට ගෙන අවුටේ විශලා කුඩු කර සීල වඩා ගිහෙලින් අඹරනු. ටික ටික හෙළමින් ඇඹරිය යුතු. ගලේ නොඇලෙන පදමට අඹරා මුං ඇට පමණට ගුළි කර ගුළි දෙකක් කටු තබාගෙන ඉඳීමෙන් සවරහේද දුරුව කට හඬ ඇති වේ.

විදුරුමස් දිය වෙනවාට

කෙමිහිද හෙවත් හිද ගසේ කොළ, මුල්, පොතු කසාය කොට එයින් කට සේදනු.

විදුරුමස් දිය විමට නවත් යෝගයක්

පොල් ගසේ ලා රතු මුල, පුවක් ගසේ රත්මුල, වදකහ, අරළු යන සතර වගය තම්බා මී පැණි මිශ්‍ර කොට කට සේදනු. උණු ආකාරපාන නොවැළඳිය යුතු. දෙහි දෙඩම්වල ඇතුළේ තිබෙන සුදු ලෙල්ල නිතර සපනු.

දත් ඇදීමට, විදුරුමස් දිය විමට

කුකුළුවැල්මුල, මුනමල් පොතු, කවුඩුබෝ පොතු, හැවත් අල, තිත්තතිබ්බටු මුල් මේවා එක් තරමට ගෙන එක බේතකින් හයෙන් එක පංගුවක් තිත්ත අබින් දමා, බාගෙට සිඳුවා කට තබාගෙන සිට ඉවත දමනු. විදුරුමස් දිය විම දත් ඇදීම නවතී.

දත් ඇදීමට, විදුරුමස් සවි විමට

කරදපොතු, රත්මල් තම්බා කයිප්පු මිශ්‍ර කර කට සේදනු.

දත් කැක්කුමට

ඇහැළ පොතු, අරළු, පෙති පුවක්, සමන් පිට්ට කොළ, ඉද්ද කොළ පොතු, ගම්මිරිස් මුල්, කරුඳු මුල්, එඩරු මුල්, කොහොඹ පොතු, මුරුංගා පොතු, පින්ත මුල් මේවා සම ව ගෙන කසාය කොට යවකාරලුණු කපුරු කුඩු කර දමා කට සේදනු.

දත් කැක්කුමට

තිබ්බටු, කයිප්පු, කොහොඹතෙල් අත්තන ගෙඩියක් තුළ ලා පින්තකොළවලින් ඔතා උණු අවුටේ තම්බා ගෙඩියතුළ තුඩුණු බේත් අඹරා දතමුල තබනු.

දත් කැක්කුමට

අරළු, කහ, වෙණිවැල්ගැට, දෙහිඇඹුල් කරුම්බා ගෙඩියේ බනා තළනු. ඉන් පසු ගෙන කට සේදනු.

දත් කැක්කුමට

එළඟිතෙල්, තලතෙල්, එළකිරි, මී පැණි මේවා එක්කොට ගෙන රත්කොට කටේ තබනු.

දත් කැක්කුමට

කටුවැල්බටු ඇට, තිත්ත අබින්, ලඳු ඇට කුඩු කර කොහොඹ තෙලින් අනා යකඩ තැටියක් ගිනියම්කර බේත එහි තබා ඊමත බටයක් තබා අතින් කොන කටට ගෙන දුම් අදිනු. සෙම ගොස් කැක්කුම නවතී. හිස් බඩ තුන් වේලක් කරනු.

දත් කැක්කුමට නවත් බේතක්

එරබදු දළ, මී පැණි, කපුරු යන මේවා සම ලෙස ගෙන හොඳට අඹරා දත මුල තබනු. දත් කැක්කුම සුව වේ.

දත් සවි විමට

තිඹිරි, තැඹිලි, නික, ගිනිතිරිල්ල, තල්මුල්, පනාපත්, හිපල්, අමුපිදුරු, රත්මුල් යන මේ සියල්ල කුඩු කර මඳක් වතුරට දමා කට සේදනු. දත් සවි වේ. (පනාපත් යනු ගැට පොළොස් ඉපියායැ. රත්මුල් නම් දත්කැටිය යි.)

දත් මුල් සවි වීමට

කයිල මුල්, වරා මුල්, කරල්යැබෝ මුල්, සැවැන්දරා මුල්, හැවන් මුල් කලන් දෙක බැගින් ගෙන පත අට එකට සිඳුවා කට සෝදනු. දත් සවි වේ.

විදුරුමස් සවි වීමට

තේක්ක අඟුරු, ලුණු, කපුරු ටිකක් එකට කොටා තබාගෙන දත් මදිනු. විදුරුමස් සවි වේ.

දත්වැයාට

මුනමල් ඇට, ගුරුල්ල මුල් කකාරා කට සෝදනු.

දත්වැයාට

වළඟසාල් කුඩු කර නික ඉස්මෙන් අඹරා රත් කර දත මුල බදිනු.

දත්වැයාට

මා වී මුල් කලන් දෙළොසක් වතුර පත හතරක් දමා එකට සිඳුවා පල්මාණිකකම් කැබැල්ලක් ගිනි පෙණෙල්ලක් උඩ තබා පිලිස්සුණු අළුද එහි ලා කලවම් කර එයින් සහියක් කට සෝදනු.

දත් මැදීමට කුඩක්

අරළු කුඩු සිනක්කාරම් මිශ්‍ර කොට දත් මදිනු. දත් රෝග දුරු වේ.

තවත් දත්ත වූණියක්

සිනක්කාරං, අරළු, කල්ලි පුවක් හා මුනමල් පොතු සම ව ගෙන කබලේ බදිනු. ඉන් පසු කුඩු කොට එයට කපුරු කරාබුනැටි ටිකක් කුඩු කර දමා කලවම් කොට දත් මැදීමට ගත යුතු. දත් මුල් දිය වීම, දත් සෙලවීම, දහින් ලේ සැරොව ගැලීම, දත් පණුවන් කෑම, අකලට දත් වැටීම, කට ගඳ ගැසීම යන මේවාට අද්දුටු බේතකි. සිනක්කාරං ගැනීමේදී වල්ඉඟුරු ඇට හෝ කයිස්සු පැහැය වන තුරුද අරළු රත් පැහැය වන තුරුද කබලේ බැද්ද යුතු. මුනමල් පොතු සාමාන්‍ය තද ගතිය ඇති වන තුරු කබලේ බැද්ද යුතුය.

දත්වලින් ලේ යනවාට

කොසඹනැටි කසායෙන් කට සෝදනු.

උගුරේ කටු හිර වුණාට

දෙහි, ඇඹුල් දෙඩම්, හීන්නාරන්, නස්නාරන්, සියඹලා මේ ඇඹුල් මිශ්‍ර කොට හොඳට සීනි දමා ටික ටික බොනු. සෙම බුරුල් වී යයි. කටුව උගුර කරමල තුළ හිර වී තුඩුණොත් මේ බේතෙන් සෙම කැපෙයි. මෙයින් පසු බත් ගුළියක් මතුරා දෙනු.

එයට මන්ත්‍රය :

“නමෝ යක්කටු යකිනාරංකටු ගොඩමාරාකටු දියමාරාකටු බුදුන් වැදි කටු බසිය විය කටු.” උණු බත් ගුළි තුනක් තනා එක් ගුළියට හත් වර බැගින් මතුරා වතුරට එක්වීම් වරක් මතුරා ගුළියක් ගිල වතුර ටිකක් බොනු. තුන් වරට ගුළි තුනත් වතුර ටිකක් බී අවසන් කළ යුතු යි.

දිව නොල් ගෙවී බිබිලි එනවාට

මිරිස් කන්නට බැරි ව කට දනවාට

දියමිත්ත මුල් කලන් බාගයයි, අසමෝදගම් කලන් බාගයයි මේවා තමිබා උදේ සවස සීනි දමා බොනු. මේ සමඟම කරල්යැබෝ සහමුලින් ඉස්ම මිරිකාගෙන කාල් පතක් දමා කැඳ පිය එළකිරි බාගයක් හෝ කාලක් හෝ ලා සීනි දමා පෙරා බොනු. ඉන් පසු අරළු කලන් 6, සුදුලුනු කලන් 6ක් ගෙන වතුර පත අටක් ලා එකට සිඳුවා සවිදලුණු කලන් බාගයක් දමා බොන්න. තුන්දෙස් සංසිදී ශාන්ත වේ. ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

දත් දිරනවාට

හරංකත, අරළු, පිල මුල් එක් තරමට ගෙන අඹරා තිත්ත අබින් ඉතා සවලපයක් හා මිශ්‍ර කොට තබාගෙන කට සෝදනු. දත් දිරීම නවතී.

හික්කාවට

සතකුප්ප, හඳුන්, එන්සාල්, විලද, පොල් හකුරු, කොත්තමල්ලි, අක්කරපට්ටා, කොට්ටම්, රතුලුනු, තිප්පිලි මේවා අඹරා ඇඹුල්දෙඩම් ඇඹුල්, නත්තාරම් ඇඹුල්, එළකිරි, ඔලිද කොළ යුෂ, සීනි යන මෙයින් අතා ලේහ කරනු. ඉක්කාව නවතී.

හික්කාවට නවත් යෝගයක්

විලද සුනු කෙසෙල් ගෙඩි සමඟ වළඳනු. ඉක්කා නවතී.

හික්කාවට නවත් යෝගයක්

තිප්පිලි, තෙල්ලි, සීනි, සිද්දිහුරු මේ හැම සම ව ගෙන සුනු කර මි පැණියෙන් ලේහ කරනු.

එළහිතෙලුන් මි පැණින් එක් ව කලවම් කර තේ හැන්දක් පමණ බිමෙන් හික්කාව වහා ම නවතී.

* * *

අක්ෂරෝගවලට

7

ඇස වැලි කුණු ඉවත් කරන්නට

මහනයි මුල් කවේ දමාගෙන ඉඳිනු. ඇසේ වැලි ඉවතට වැටෙයි.

හරකුන් ගේ ඇසේ පොළට

හියඹරා දළුවක් පොඩි කර ඉඳිරියෙන් ගොස් ඇසට උඩින් දමනු. ගවයා ගේ ඇසේ පොළ සුව වේ.

නේත්‍රකාන්තිය

මුගුණුවැන්න, කිකිරිදිය, ඉරිවේරිය, වැටකේ මුල්, කුප්පමේනිය, ලුණුවරණ මුල් පොතු, බිම්තඹුරු, ඔලිද කොළ, බැවිල කොළ, සමදරා මුල් පොතු මේවායේ යුස එක පමණට ගෙන කල්කයට උරුලා සට්ටම්, නෙළුම්, වැල්මි, ඉහුරු, ඉහුරුපියලි, කයිප්පු, ඉහිනි ඇට, අරළු, බුළු, නෙල්ලි, කළුදුරු, එරඩු තෙල්, තලතෙල්, එළකිරි මේවා එක පමණ ගෙන තෙලට දමා හැඳි ගානු. මෘදු පාකයෙන් බානු. නේත්‍ර පටලයට, ඇසේ ඉසේ රෝගවලට ගැමට ද නශ්‍යයට ද යහපතී.

නේත්‍ර රෝගවලට

තැඹිලි කසපැන් සිවු නැළියකට තලතෙල් නැළියක් ද එළකිරි නැළියක් ද එක් කොට ඉරමුසු, සුවදහොට, වැල්මි, මානෙල් අල, සුදුහඳුන්, රත්හඳුන් යන මේවායින් කලන් දහය බැගින් ගෙන අඹරා, තෙලෙහි ලා පදමට සිඳි තබා ඉසා ගානු. නේත්‍ර රෝග, ඉසේ රෝග සුව වේ.

රූකණ ඇඳිරියට

බත් කා ඉක්බිති සීනි සමඟ කෙසෙල් ගෙඩි වළඳනු. රූකණ ඇඳිරි සුව වේ.

ඇස් පෙනීමට

ඉතින් ඇට බැඳ පිටි කර කෝපි මෙන් බොනු. ඇස් පෙනීම දියුණු වේ. කිරි දමා ද බොන හැකි ය.

ඇස් රුජාවට

කරල්යැබෝ කොළ, බුලත් දළ, උදුපියලි එක් පමණට ගෙන කොටා පොට්ටිති බැඳ තාසයට උරනු. ඇස් රුජා නො වැලඳේ. රුජාව හැදුණ හොත් සුව වන තුරු උරනු. යහපති. උදේ 4ට පමණ කරා නො කර මේවා කඩාගෙන බේත සාදාගත යුතු.

ඇස් පෙනීම දියුණු වන්නට

වණිකාලෙ කාකමාවි සමුලා තෙලපාවිතා
බාදෙන් සමාසතයවක්ෂුභ්‍යාධු දෘෂ්ටිවේත් සමමි*

නේත්‍රරෝගවලට

ශෝචනං පුනණීවාමුලං සෘතඝෘෂ්ටං සද ජයෙන්
ජලශ්‍රාවං නිහනතකඥ තනමුලං ව නිශායුතමි
අංජනෙ නෙත්‍ර රෝගාණි න භවනති කදවන*

ඇස් නිමිර පටලවලට

ද්විනිශාසෙක්කවං තක්ෂං විජං කාරංජකං සමමි
ඝෘහිද්‍රවේද්‍යිතං වාපි තිමිරං පටලං හරෙන්
ශම්බුකං වා වරාටං වා දගධං ශෂකං විචුර්ණිතමි
අංජනාත් නවතිතෙන හනතිපුෂ්පං විරතනනමි*

ඇස් පොළට

ගම්මිරිස්, අමුඉඟුරු, පිටවක්කා, සුදුලුනු මේ හැම එක් පමණට ගෙන විකා ඇසට පිඹිනු. පොළ නැති වේ.

* මේවායේ තේරුම් උපග්‍රන්ථයේ දැක්වෙයි.

ඇස් පොළට නවත් යෝගයක්

ගම්මිරිස්, අමු ඉඟුරු, සුදුලුනු, මුරුංගා පොතු කොටා විරුද්ධාංශයේ අතේ මාපටුහිල්ලේ බඳිනු. ඇස් පොළ නැති වේ.

ඇස් විරේකය

කතා නො කර පිටිව මලුන් බෝ කොළයකුත් එකට දියේ දමා අතින් පොඩි කොට ටික වේලාවක් වසා තබා හඳුන් ගල හා දමා මිශ්‍ර කොට, තුන් වරක් පෙරා තබා උදේ හවස දෙ වරක් ඇසට වක්කරනු. උදේ දෙ පැයකට පසු නානු. උදේ ඇස්වල කබ පිරෙයි. කැවෙයි. ඒ කුණු ශුද්ධ කර දැමිය යුතු. තුන් දිනක් ශුද්ධ කළාම ඇත. හ මසකට වරක් මෙය කරනු. ඇස් විරේකය යි.

ඇසෑ තුවාලයට

හදිසියෙන් ඇස තුවාල වුවොත් වසතැල්ල කොළ කොටා යුෂ මිරිකා ඇසට වක්කරනු. ඉන් පසු වෙදකු ගෙන් පිළියම් කරවා ගනු.

ඇස් පෙනීම වැඩෙන්නට, මොළය පැදෙන්නට
ලුනුවිල කොටාගත් යුෂයට වදකහ ටිකක් ගල හා දමා බොනු.

ඇස් සුදට

පල්මාණික්කම්, කුකුළු බිජු කටු, පුෂ්කර, සක්වළලු, කොහොඹ කොළ මේවා දෙති ඇඹුලින් අඹරා, කරද පොතු ඉස්ම ගෙන එ පමණ ගිතෙල් මිශ්‍ර කොට උදලු තැටිල්ලේ පැසවා ගනු. සුද, සුදුපටල දුරු වේ.

සුද කැපෙන්නට යෝගයක්

වදකහ, සුදුලුනු, සිද්දිඟුරු, පල්මාණික්කම්, මිරිස්, මුරුංගා ඇට, කරාබු, වසාවාසි, සාදික්කා, තිත්ත අබිං, කුකුළු බිජු සුදුමදය, අරළු මේවා දෙසි ඇඹුලින් අඹරා ඉන් පසු මුගුණුවැන්න යුසින්ද අඹරා ගිතෙලින් පැසවා ඇසෑ ගනු. සුද කැපේ.

පටල කැපෙන්නට යෝග්‍යයක්

පුස්තක, පල්මාණික්කම්, හක්කුබ තනකිරෙන් අඹරා දෙසිමුලින් පැසවා ඇස ඇතුළත ගානු. සුද, සුදුපටල කැපේ.

සුද කැපෙන්නට

පුස්තක, අංජනකැට, සිවංගුරු, රිදීතුත්තම්, පල්මාණික්කම්, කොහොඹ කොළ මේ හැම දෙයි ඇඹුලෙන් අඹරා, දෙති ගෙඩිය තුළ බහා, උණු අළුපල්ලේ බහා තම්බා, මී පැණියෙන් අඹරා ගිතෙලින් උදුලුකැට්ලේ පැසවා ගානු. සුද, සුදුපටල, සුදෙන් වන සියලු ලෙඩ වහා ගුණ වේ.

සුදට ආලේපයක්

අරළු, සුදු හඳුන්, පිට්ටිමල්, කොහොඹ කොළ, විසදුලි හෙවත් කිනිඹි (මේවා නිසරවල වැවේ) මී පැණියෙන් අඹරා පුරවලියම් ලනු (ඇස වටා ගානු). සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට

සුදුලුනු, කුකුළු බිජු සුදු මදය, කෝමාරිකා, තිපල්, දෙ සඳුන් මී පැණියෙන් අඹරා ගානු. පුරවලියමයි, සුද කැපේ.

සුදට යෝග්‍යයක්

පොල්පලා එළකිරෙන් ඇස වත් කරනු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්න

වැටකේ බඩයේ මුදුනේ දළුව මී පැණියෙන් අඹරා ඇසට වත්කරනු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට තවත් යෝග්‍යයක්

දෙළුම්, කොහොඹ දළු, ඉඳිබඩ අඹරා තනකිරෙන් ඇසට වත්කරනු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට

සුදු හඳුන් කෝමාරිකා සමඟ වත්කරනු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට

වදකන සහමුලින් ගෙන සුදුලුනු සමඟ ගිතෙලින් මලවා ඇස උඩ බඳිනු. සුද කැපේ. කැක්කුම නවතී.

සුද කැපෙන්නට

පොල්පලා කොළ, එරඩු කොළ, කොහොඹ කොළ, දෙළුම් දළු, වදකන මී පැණියෙන් අඹරා ගිතෙලින් මලවා බඳිනු. සුද කැපේ. කැක්කුම සුව වේ. අද්දුටුවයි.

සුද කැපෙන්නට තවත් යෝග්‍යයක්

රිදීතුත්තම් දෙති ඇඹුලින් අඹරා ගානු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට

දිවිසම් පුලුස්සා මුවතෙලින් අඹරා ගානු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට තවත් යෝග්‍යයක්

මුවසම් අඹරා දිවිතෙලින් ගානු. සුද කැපේ.

සුද කැපෙන්නට තවත් යෝග්‍යයක්

පල්මාණික්කම් දෙසිමුලින් අඹරා ගානු. සුද කැපේ.

ඇසේ සුද ඇති වූ විට පානයට

ඇසේ පටල ආදිය ඇති කල කුඹුක් පොතු තම්බා පිට පිට දෙතුන් දිනක් ගිතෙල්, සීනි දමා බොනු.

ඇස් රෝගවලට

ඇස් රෝග ඇති කල මුගුණවැන්න යුෂ හීතැට්තල් කැදට දමා ගිතෙල් සීනි බහා හිස් බඩ බොනු.

ඇසේ සුද කැපීමට

රසකිද, ඉරමුසු මුල්, හාභාවාරිය අල, කලාපුරු අල කලත් තුන බැගින් ගෙන අට එකට සිඳුවා සීනි, මී පැණි දමා උදේ සවස බොහු.

ඇස පිට ගැමට

කොසඹ දළ එළකිරෙන් අඹරා ඇස පිට ගානු. ඇසේ සුද කැපෙන්නට යි.

ඇසේ රෝගවලට හිරු එළියෙන් ප්‍රතිකාර

උදේ අවුට්තනිනු. ඇස පියාගනු. පැත්තෙන් පැත්තට සෙමෙන් හිස හරවනු. පියාගත් ඇසිපිය උඩට කෙළින්ම ඉරු එළිය වැදෙන සේ මිනිටු දහයේ පටන් හිස අතර වේලාවක් සිටිනු. හිස හැරෙන දෙසට සෙමෙන් ඇස් ගුළියත් හරවනු. ඉන් පසු ඉරුට පිටු පානු. තැන හොත් සෙවණකට යනු. අත්ලෙන් ඇස් වසා ගෙන මිනිටු දහයක් සිටිනු. ඇස් ගුළිය නොම තෙරපනු. අල්ලෙන් එය සෙමෙන් පිරිමදිනු. මේ ප්‍රතිකාර ක්‍රමය උදේ 7ටත්, සවස 5ටත් කරනු. හිරු දෙසට ඇස් ඇරීම සෙමෙන් ක්‍රමයෙන් කරනු. හිරුදෙවියා ගේ නම කියා සෙතානු කරනු.

සෙනානුය :

ඔම් මිත්‍රාය නමූ, ඔම් රචයෙ නමූ, ඔම් සුයභාය නමූ, ඔම් භානවෙ නමූ, ඔම් බගාය නමූ, ඔම් පූෂණෙ නමූ, ඔම් නිරණාගභාය නමූ, ඔම් මර්චයෙ නමූ, ඔම් ආදිතභාය නමූ, ඔම් සවිත්‍රෙ නමූ, ඔම් අකාය නමූ, ඔම් භාස්කරාය නමූ.

සියලු තේත්‍රරෝගවලට

තිපල්, යනුණු, වැල්මි සම ව ගෙන අඹරා සුනු කොට ගිතෙල් මී පැණි සමඟ සෑම සවසකම වළඳනු. ධාතුබල වඩා සියලු තෙත් රෝග නසයි.

අන්ධයනට ද ඇස් පෙනීම ගෙන දෙන ත්‍රිපලාදි වර්තිකාව

තිපල්, කුකුළු බිජු කටු, කසිය, ලෝහ වූණි, නිළපුල්, වළහසාල්, මුහුදුපෙණ මේවා තඹ බඳුනෙක දමා අඹරා එළ කිරෙන් සත් දිනක් භාවනා දී, ඉන් පසුත් එළ කිරි මිශ්‍ර කොට වැටි සාද ගනු. මේ වර්තිකාව අන්ධයාට පවා ඇස් පෙනීම ගෙන දේ.

තාලපුෂ්පාදි වර්තිකාව

තල මල් අසුව යි, දැසමත්මල් පතන යි, තිප්පිලි ඇට හැට යි, ගම්මිරිස් ඇට සොළොස යි - මේ සියල්ල එකට අඹරා වර්ති (වැටි) කොට පාවිච්චි කිරීමෙන් නැසුණු ඇස පවා ප්‍රකෘතිමත් කැරැගත හැක්ක.

ඇසේ කාවපටලවලට

ගම්මිරිස්, අමු ඉඟුරු, සුදුලූනු, මුරුංගා ගසේ පසට යට වූ මුල (සුඹුව හැර) මේ සතර වගය කොටා ඉතා සියුම් ලෙස අඹරා, උදේ අටට පමණ රෝගී ඇසට විරුද්ධ පැත්තේ පසේ මාපරුහිල්ලේ නියපොතු පෙරංගා හොඳට සේද නියපොත්ත හසු වෙන්තට ඇඟිල්ල දෙ පැත්ත ද සහිත කොට ඇඟිල්ලේ මුල සිට බේත ගල්වා තෙල් කඩදසියෙකින් වසා උඩින් රෙදි පටියෙකින් ඔතනු. 24 පැයක් තිබිය යුතු. 24 පැය පිරුණු කෙණෙහි ගලවා ගිතෙල් ගැල්විය යුතු. ප්‍රත්‍යක්ෂ යි.

* * *

කණේ ලෙඩට තෙල

ඉඟුරු, සවිදලුණු, තිප්පිලි, කොට්ටම්, සුදුලුණු, වරාකොළ යුෂ, තලතෙල් මෙයින් තෙල සිඳි කනු වක්කරනු. කනේ සියලු රෝග සුව වේ.

කන රුඡු, ඉස රුඡු දෙකට

අබ තත්තාරම් (ලප්තාරා) ඇඹුලින් අඹරා ඒ ඇඹුලට ම දිය කර තලතෙල් ටිකක් දමා මදක් හින්තෙන් පැසවා නිවුණු පසු ඉස ගල්වනු. ඉස රදය ද කන් රුඡු ද සුව වේ.

කන් කැක්කුමට

අම්බ ඉඟුරුයුෂ තේ හන්දක් පමණ ගෙන, මී පැණින් ඒ පමණ ම ගෙන මිශ්‍ර කොට, සවිදලුණු කලත් බාගයක් දමා කලවම් කොට, තලතෙල් තේ හන්දක් ද එකතු කොට, කලතා කකාරවා තරමක් උණුසුම තිබිය දී කනට වක් කරනු.

බලවත් කන් කැක්කුමට

බුලත්, පුවක්, හුනු, කරාබුතැටි දමා එකට විටක් කොටා, තැඹිලි පිත්තේ බඩය සමඟ මිරිකා, ඒ ඉස්ම කනට වක් කරනු.

* * *

පලිතයට

කොහොඹ ඇට කොටා පොතු පොළා හැර, අවුච්චි ලා වියළාගෙන, ගල් වනෙක දමා කොටා, සවිය ඇති රෙද්දක පොට්ටනිය බැඳ, තදට නටන උණු වතුරෙන් මිනිව්ටු දනයක් වංචුවේ තබා, උණු උණුවේ හේ පැහැක දමා හේ මිරිකනු. ශුද්ධ කොහොඹ තෙල් සෑදෙයි. මේ තෙලින් බින්දු දෙකක් හැම ද ම උදේ අටට පමණ නාස්පුඩු දෙකෙහි ලුනු, උරනු. මෙය මාසයක් කරනු. මේ කාලයේදී බන් කෑ යුත්තේ මුදවාපු කිරි සමඟ යි. පලිත නවතී.

අකාල පලිතයට

පොඩරු, වම්මුතු, වැල්මි, තිප්පිලි, මානෙල් අල, හඳුන් මේ හැම කල්කය අඹරා, එමෙන් ස බරක් තලතෙල් දමා, තෙලින් සතර වරක් තෙල්ලි කසායෙන් ගෙන, තෙල සිඳි නශ්‍ය කරනු.

අකාල පලිතයට

කිකිරිදිය, බේරු, කටුකරඩු, මාරාපොතු මේවා දිය අට නැළියෙක ලා දෙ නැළියට සිඳුවා, මේ බේත්ම කල්කයට ගෙන තලතෙල් දෙපතක් වක්කර තෙල සිඳුවා නශ්‍ය කරනු. අකාල පලිත නැසේ.

හිසකේ කළකිරීමට

කිකිරිදිය යුෂ මනාව යි, තෙල්ලි යුෂ මනාව යි, එළකිරි ලාභ යි, තලතෙල් නැළිය යි, කල්කයට වැල්මි පලමක් අඹරා දමා මේ සියල්ල එක් කොට තෙල සිඳුවා බා නිවුණු පසු ඉස ගනු. ඉස කෙස් කළ වෙයි.

මුඩු හිසේ කෙස් ඊමට

විෂ්ණුකාන්ති දිය මුසු නොකොට අමුවෙන් කොටා ඉස්ම ගෙන එළකිරි බෝතලයකුත් තලතෙල් බෝතලයකුත් මිශ්‍ර කොට එක් බෝතලයකට හින්දනු. මෙය ගැමෙන් හිස මුඩු අයට හිසකේ එයි.

සුදු කෙස් කළ කිරීමට

ඇත්දෙමට මුල්, කටුකරඩු මුල්, මල්වැටකෙස්සා පොළොවට නැමුණු මුල්, කිකිරිදිය, අරළු, බුළු, තෙල්ලි මේවා නැළි හතර බැගින් ගෙන තලතෙල් තැලියක් ලා ලිපෑ තබා මද ගින්නෙන් සිඳිනු. තෙල සිඳිගෙන යන විට යකඩ යනු කලන් 24ක් දමා සමපාකයට තෙල බානු. පෙණ තඹ බඳුනකට වත්කරනු. හොඳට කට වසා පොළොවැ වළලා මසක් ගිය කල ගෙන හිසැ ගල්වනු. එක් දිනෙන් කෙස් කළ වේ.

උදුගොවුවා කැව්ව

එළබටු කොළ යුෂ මි පැණි සමඟ උදුගොවුවා කැ තැන ගානු. ඉසකේ නැඟේ.

මුඩු හිසේ කෙස් ඊමට

බදුලු ඇට යුෂ මි පැණි සමඟ ගානු. උදුගොවුවා කැ තැන හිසකේ නැඟේ.

* * *

උදරරෝගවලට

10

තද බඩ පිපුම් ආදියට

නාරාව මහාරසය බඩැ ගා පහතට අත ගානු. බඩ විරේක වේ. ඉහළට අත ගැවොත් ළය විරේක වේ. කවර වෙදකමක් කළත් මෙය අගුණ නොවේ. අත දරුවනට වුවද යහපති. හෙෂජාරත්නාවලියේ උදවර්ත අධ්‍යයයේද සාර්ගධරයේ වටකකාණ්ඩයේද මේ බේත හදන හැටි දක්වා ඇත.

රාජ විරේකය

අමු නෙල්ලි ඉස්ම පත යි, මි පැණි පත බාගය යි, මේ දෙ පංගුව මිශ්‍ර කර හිස් බඩ බොනු. විරේක වේ. දෙස් ශමනය වේ. ඇසට හිත යි.

විරේකයක්

වියැළි පැපොල් කිරි ගම්මිරිස් ඇට පළවක් පමණ ගෙන පැනෙන වතුරට දමා හොඳට දිය කර බොනු. තද බඩගිනි ඇති වේ. වාතරෝගවලට ද යහපති. මෙය දෙ දිනක් උදේ හවස පාවිච්චි කළාම සැහෙයි. මෙය සැර බේතක් බැවින් වැඩියෙන් නොගත යුතු යි. වැඩියෙන් ගත්තොත් බඩවැල තුවාල විය හැකි බැවිනි. වැඩි වුවොත් විෂ යි.

විරේකයක්

ඉහිනි මුල්, බැමිතිරිය මුල්, දත්ත මුල්, ඇසළ පොතු, ඇට හළ අරළු, තෙල්ලි මේවා සම ව ගෙන සිනිඳු ලෙස අඹරා, එළමුත්තයේ බනා තබා, අවුච්චි ලා වියළා, සිනුක් කිරිවල දමා සනියක් හොඳට වේළා, සිනිඳු කර ගල්ලා පොඩි කර, සපුමල්, මාතෙල් මල්, ඇඹිල මල්, ඕළු මල් යන මෙයින් දෙකක් තුනක් ගෙන බේත් කුඩු එයට ඉස උදුසනම සිඹිනු. වාතාධික ශ්ලේෂ්මාධික අයට හැර සෙස්සනට බඩ විරේක වේ.

මල ඇරෙන්නට වස්තියක්

(මලබද්ධය සුව වන්නට) - ජයපාල, එරඩු ඇට, ලුණු, හකුරු, දුන්නෙල් මේවා අත්තන කොළ යුසින් අඹරා පාන්වැටිය ඔතා මල මහා යවනු. මල ඇරෙයි.

බඩ විරේකයක්

අරළු ගෙඩි දෙකක් පුලුස්සා අඹරා, සීනි සමඟ මිශ්‍ර කර කන්නට දෙනු. රැ දිය යුතු. පසු දින බඩ විරේක වේ.

විරේක බෙහෙතක්

වැල්පෙතෙල සහමුලින් ගෙන කොටා උණුවතුරෙන් මිරිකා පෙරා එරඩු තෙල් කුඩා හැඳි දෙකක් හා සීනි දමා බොනු. දෙපැයකට පසු ලුණු කැඳ බොනු. මෙයින් තුන් වැනි දින හා පසු දින සිට උදේ හවස කුෂමාණ්ඩ රසායනය තෙල්ලි ගෙඩියක් පමණ ගනු. නිරෝග වේ.

අභයාමෝදකය

අරළු, ගම්මිරිස්, විශැළි ඉඟුරු, වළඟසාල්, තෙල්ලි, තිප්පිලි, තිප්පිලි මුල්, කුරුදුපොතු, කොල්ලන් කොළ, කලාදුරු අල මේවා එක් වගෙන් කලන් දෙක බැගින් ද, දැත්ත මුල් කලන් හයක් ද, තුස්තවාලු කලන් 16ක් ද, සීනි කලන් 12ක් ද ගෙන මී පැණියෙන් අඹරා මෝදකය සාදනු. කලන් තුනක් උදේ ම වළඳනු. ඇල්දිය බොනු. බඩ විරේක වේ. පත්තියමක් නැත. විෂමජවර, මන්දගති, පාණඩු, කැස්ස, හගන්දර, ගුදග්‍රිහ ගෙඩි, දුනීම (අරිසස්), ගුල්ම, කුෂමාණ්ඩ, ගලගණ්ඩ, උදරරෝග. කොංචාරුජ. මලබද්ධ, සියලු අප්ණී රෝග සුව වේ. රසායන යි. වෘෂ්ඨ යි.

රාජ විරේකයක්

ඉදුණු බෙලිගෙඩියක් හරි මැදින් බිඳ ජයපාල ඇට තුනක් තුන් පැත්තේ ගසා අතික් බැයෙන් වසා, බේත් එරඩු කොළ ඔතා රතුපස් පෙළොවේ යට කරනු. තුන් දිනකින් පසු ගෙන අතින් නො අල්ලා ඉරටුවකින් හෝ හැන්දකින් හෝ කලතා ජයපාල

ඉවත් කොට තබාගනු. බඩ විරේක කරන්නට වුවමනා විටෙක ඒ බේත නියපොතු කීපයෙක ගනු. විරේක වේ. වැඩි වී නම් නියපොතුවල පොල්තෙල් හෝ පොල්කිරි හෝ ගා පිසදමනු. බේත අතේ ගැවුණොත් අත පොල්කිරෙන් සෝදනු.

බඩ විරේකයක්

පෙතිපුවක් කලන් 2 යි, සියඹලානැටි කලන් 4 යි, අරළු කලන් 6 යි අට එකට සිඳුවා එරඩු තෙල් හෝ හැන්දක් දමා දෙ දිනක් උදේට බොනු. බඩ විරේක වෙයි. ඇස් රෝගයට විශේෂ ගුණ දෙයි.

බඩගිනි වැඩෙන්නට

සියඹලා මල් නැටි හැර වියළා සුනු කර මී, ගිතෙල්, සීනි සමඟ අනා දීපනී ගණයේ බේත් සමඟ කළගෙඩියෙක ලා කඩ බැඳ මැටි බැඳ විගොඩක් තුළ බහා ඉදුණු කල ගෙන වළඳනු. බඩගිනි වඩා, අරුවී නසා.

ගින්න වැඩෙන්නට

අරළු, සිද්දිඟුරු සමඟ හෝ පරණ උක්සකුරු සමඟ සවිදලුණු සමඟ හෝ සැමදම හිස් බඩ වළඳනු. බඩගිනි වැඩේ. ජරාවිලිපිලි නැති ව තරුණ වේ.

අරුවී දුරු වී ගින්න වැඩෙන්නට

අමු කෙසෙල්ගෙඩි පෙති වේලා දීපනී ගණයේ බේත් සමඟ බේත්වලින් පෙරුම්කායම්, ගම්මිරිස්, ඇඹුල්වැන්න, අසමෝදගම්, තිප්පිලි, තිප්පිලි මුල්, සිවිය මුල්, රත්තිටුල් මුල්, ඉඟුරු, බදුලු ඇට යන මේවා කුඩු කර ඇල් දියේ ලා හැට පැයක් තබා එයින් තෙමතෙමා වේළනු. මේ බේත ගිතෙලින් බැඳ තිකුළු සමඟ කනු. මෝරු බොනු. බඩගිනි වැඩේ.

ගින්න වැඩෙන්නට

කෙසෙල් ගොබය තැම්බූ වතුරට දීකිරි, ඉඟුරු, ගම්මිරිස්, කළුදුරු, පෙරුම්කායම් අඹරා දමා කලතා පිසිනු. මෙය වළඳ මෝරු බොනු. බඩගිනි වැඩේ.

අපේක්ෂා කැපී ගින්න වැඩෙන්නට

කරපිංවා නැටි, අරළු, අසමෝදගම්, සිද්දිහුරු මේවා කලඳ බැගින් ගෙන කබලෙන් බැද කුඩු කර පැහෙන වතුරෙන් දෙවරට බොනු. අපේක්ෂා කැපී බඩගිනි වැඩේ.

ආහාර දිරවීමට

ඉඟුරු, අරළු, සවිදලුණු කුඩු කර උණු දියෙන් ගුළි කර කැමෙන් පසු ගුළියක් ගිලිනු. ආහාර දිරවයි.

අතීසාරයට

කොහිල මුල් කසාය හල්දුම්මල කුඩු දමා දෙනු. නොහිටින අතීසාරය පවා ගුණ වේ.

බඩ රුජාවට

තනි මිරහ දළ කන්නට දෙනු. බඩ රුජා සුව වේ.

බඩින් යනවාට

කලාඳුරු, ඉරිවේරිය, අතිඋඩයම්, ඉඟුරු, දෙළුම් මද, රත්මල්, බෙලි නැටි මේවා සමඟ ගෙන අට එකට සිඳුවා, කෙළිඳු තාල් සුනු ලා දෙනු. බඩ යෑම නවතී.

කටින් බඩින් යෑම නවත්තන්නට

මී පැණි, උක් පැණි, තිකුළු, වැල්මි, සිනි, කංසාකොළ, විලඳු - මේවා අඹරා තැඹිලි ගෙඩියට දිය කොට කකාරා දෙනු. කටින් බඩින් යෑම නවතී.

බඩේ අමාරුවට - අතීසාර ආදියට

කොත්තමල්ලි, අරළු, සවිදලුණු, පෙරුමිකායම්, සිද්දිහුරු කලන් තුන බැගින් ගෙන ඇල්වතුරෙන් අඹරා ගුලි කර ඇල් වතුරෙන් හෝ උණු වතුරෙන් හෝ දෙනු. සියලු අතීසාර, උස්මුරුත ආදි බඩේ ලෙඩ සුව වේ.

බඩගිනි වැඩෙන්නට

බත් කා ඉක්බිති මිදුණු ගිතෙල් සමඟ බත් ටිකක් කනු.

බලවත් බඩ රුජාවට

ගැටතුඹපත් යුස ඇසට වත්කරනු. නැත හොත් වේළා කොළ කොටා යුස තනකිරි සමඟ සමඟ ගෙන කනේ වත්කරනු. බඩරුජා ගුණ වේ. සත්‍යයි.

ආම අතීසාරයට

ගම්මිරිස්, සිද්දිහුරු, තිප්පිලි, අතිඋඩයම්, පෙරුංකායම්, වදකන, සුවසලුණු, අරළු සමඟ ගෙන සුනු කර තුන් කලඳක් උණු දියෙන් බොනු. ආමාතීසාරය ගුණ වේ.

ආමාසගත රෝගවලට

සිද්දිහුරු, උක් සකුරු, අරළු එකට යොදා වැළඳුවොත් ආමාසගත සියලු රෝග සංසිද්දේ.

ආහාර නො දිරවා බඩෙන් සෙම බඳු දියර යනවාට

අමු ඉඟුරු රාත්තල් අටයි, අරළු රාත්තල් දෙකයි, එකට තම්බා තබාගෙන ටික ටික බොනු. සුව වේ.

විරේකව ඇඟ නිවෙන්නට

අරළු කලන් 2 යි, සවිදලුණු කලන් 1 1/2 යි, සිද්දිහුරු කලන් 2 1/2 යි මේවා කුඩු කර සීල වැඩිකර තබාගෙන, මසකට වරක් කෝපි මෙන් වත්කර නොපෙරා බොනු.

ප්‍රබාහිකාවට

අලුත් කොත්තමල්ලි අවුච්චි ලා කොටා දහවියා ඉවත් කොට එහි සහල් යළිත් අවුච්චි ලා වේලා පිටි කර තබාගෙන මේස හැන්දක් පමණ මී පැණි සමඟ ආහාරයෙන් පසු (අතරට අනතුරු ව) වළඳනු.

ඇඟ නිව් බඩ මොළොක් වන්නට

කොහිල අල පෙති කර රතුලුනු සමඟ කඩපින්තේ තම්බා මිරිකා සිති දමා බොනු. (මසකට වරයි.) ඇඟ නිවේ. බඩ බුරුල් වෙයි.

බඩ රුජුවට

කාල්බේඩිය (වල් කොහොඹ) දල පොඩි කර සවලපයක් ගිලිනු. සියලු බඩ රිදුම් නවති. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ යි.

තද බඩ රුජුවට

සස්සද මුල් දෙහි ඇඹුලින් අඹරා එයින්ම දිය කර පොවනු. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ යි.

බඩේ රුජුවට

අතිඋඩයන්, කලාදුරු, අමු ඉඟුරු එක් තරමට ගෙන අඹරා උණු වතුරට දමා තැම්බුණාට පසු පෙරා කෝප්ප කාලක් බොනු. උණ, ආම, අජිණී, කැක්කුම්, පාවන නවති.

බඩ ඉදිමිම් ආදියට

මිංචි හෙවත් ඔඩිතානං කොළ සම්බෝලය කනු. ඒ කොළ තැම්බූ වතුර හෝ බොනු. බඩේ වාත රෝගවලට ද බඩ ඉදිමිම් ආදියට ද යහපති (බඩේ වේළුමට මෙය හොඳ නැත)

කිරි පණුවනට

කුඹුරු ඇට පිටි, අමු කහ පිටි ලුණුදියෙන් අඹරා තිබ්බටු තරම් ගුළි දෙකක් තනා උදේට එකතුත් සවසට එකතුත් දෙනු. එක ම දිනයි. සදහට ම සුව වේ.

වමනයට

බැවිල, සිද්දිඟුරු, බෙලිමුල් මේවායින් දෙළොස් කලඳක් ගෙන අට එකට සිඳුවා උණුසුමෙන් දෙනු. වා පින් සෙම් දෙයින් හෝ සන්නිපාතයෙන් හෝ වූ සියලු වමන සුව වේ.

වමන අතීසාරාදියට

අඹ දළ, දඹ දළ, සැවැන්න, නුගඅරළ මේවා තුන් කලඳ බැගින් ගෙන අට එකට කකාරා නිවා මී පැණි දමා වළඳනු. වමන, උණ, අතීසාර, මුර්ඡා, පිපාසා ගුණ වේ.

අතීසාරාදියට

අඹ දළ, දඹ දළ, සැවැන්න, නුගඅරළ මේවා තුන් කලඳ බැගින් ගෙන තලා දියට දමා රැයක් තබා සිසිල් වූ පසු මිරිකාගත් ශීත කෂාය මී පැණි සමඟ දෙනු. වමන නවති.

වමන අරුවියට

ගම්මිරිස්, සිද්දිඟුරු, තිප්පිලි, සවිදලුණු මේවා සම සේ ගෙන සුනු කොට සියඹලා බොරෙහි ලා සිනි මී පැණි සමඟ ලේහ කරනු. වමන අරුවි නැසේ.

වමනයට කලකණ ලේහය

අංජනකැට, ගම්මිරිස්, මයිලපොතු, වැල්මි සම සේ ගෙන දිය වක්කර අඹරා ලේහ කරනු. වමන ගුණ වේ.

අජිණී උණට

කොත්තමල්ලි 2 යි, විශැලි ඉඟුරු 1 යි, සවිදලුණු 1/2 යි, මේවාට උණු වතුර ඉස කුඩු කර හෝ අඹරා හෝ කෝපි මෙන් පැහෙන වතුරට ලා උඩින් පාවෙන රොනුත් සමඟ බොනු. යටට බැස්ස මණ්ඩිය ඉවත් කරනු.

ආමාශයේ හැම ලෙඩට

විශැලි ඉඟුරු, උක් සකුරු, අරළ වළඳනු. ආමාශගත සියලු රෝග සුව වේ.

ආම අජිණීය පැසවන්නට

කොත්තමල්ලි කලන් 2 යි, වියැළි ඉඟුරු කලද යි, සවිදලුණු කලන් 1/2 යි, ඉඟුරු කොත්තමල්ලි සවලපය බැගින් මේ හැම උණු වතුර යම්තම් ඉස අඹරනු. ඇඹරෙන මැදදී සවිදලුණු ටික දමනු. හීනියට අඹරා තබාගෙන මෙයින් බාගයක් කුඩා අයට සුළු අසනීපවලට ද, ලොකු අයට සම්පූර්ණයෙන් කෝප්පයකට දමා ද, නටන වතුර වක්කර හැමිබෙන්නට වසා තබා, පැ බාගයෙකින් පසු කලතා රොන් සමඟ බේරාගෙන, උදේ සවස හෝ වෙන බේත් අතරට හෝ බොන්නට දෙනු.

අතීසාරයට

කෙසෙල් මුට් උණු අළුවේ තම්බා යුෂ මිරිකා හෝ තම්බා හෝ කල්ක කර මි පැණියෙන් දෙනු.

ජලෝදරයට

කොතලානිඔටු, කොත්තමල්ලි, පොල්පලා මේවා එකට තම්බා බොනු. අළු කෙතෙල්, බංඳක්කා තම්බා කනු.

* * *

අශීස් රෝගයට ඖෂධ

11

මඩු ඇට පිටි, කොහිල අල පිටි, ඇහැළ මුලේ පොතුටල පිටි මේවා එක් පමණට ගෙන කලදක් පමණ මි පැණියෙන් ගුළි කර ගිලිනු. උණු වතුර නිවා බොනු. ඇල් දිය හෝ බොනු. බේත ගුළි කරන්නේ වළඳන වේලේ ය.

සියලු අශීසට

මඩුඇට, කොහිල කොළ, ඇහැළ පොතු මේවා සම ව ගෙන අවුචේ ලා වියළා කොටා පිටි කර වණ්ඩුවේ තම්බා සීනි මි පැණි මුසු කර දෙඹ ගෙඩි තරම් ගුළි තනා තබා වළඳනු.

අශීසට

ගිතෙල් පලම් 40 යි, සීනි පලම් 30 යි, අමු ඉඟුරු පලම් 10 යි, සිරුස්සපලු පලම් යි, කරපිංචා කොළ පලම් එක යි, ගම්පූරිය පොතු පලම් යි, වළඟසාල් පලම් බාගය යි, තලිස්පතුරු පලම් බාගය යි, ඝෘතය සාද තබාගෙන වළඳනු.

අශීසට

සීන අල බර 1 යි, සෙනෙහෙ කොළ එ මෙන් දෙ බර යි, සුකිරි බර සය යි, හැඹිලි වතුරෙන් අනේ නැලෙන පදමට පිස වළඳනු.

ගුදකිලාදියට

තෙල්ලි, කලාඳුරු අල, අරළු, තිප්පිලි, හාතාචාරිය අල, කෙළිඳ පොතු මේවා කලන් දෙක බැගින් ගෙන වතුර පත අට එකට සිඳුවා සවිදලුණු දමා දෙවේලට දෙනු. පළමුවෙන් ගිතෙල් ටිකක් බත් පිඩක් සමඟ කනු. ඊ ළඟට අභයාමෝදකය වළඳනු.

අශීස් ආදියට

සෙනෙහෙකොළ කාච්චියේ දමා මඳක් රත් කර පිටි කරනු. එයින් පිටි කලදකට සීනි කලන් හතර යි, මි පැණි කලන් අටකි, තල් හකුරු කලන් හතරකි, ගිතෙල් කලන් හතරකි කිරා එක්

කරනු. සියඹලා මද ගෙන යෝද වට්ටියෙක දමා මැද, එයින් බේරී වැටෙන සෙවෙල ගෙන, චතුර හිඳෙන තුරු අවුටේ වියළෙනු. ඒ සියඹලා පිටි කර ඒ පිටි කලන් අටයි, අරලිය ලියෙක මැද තිබෙන අරවු අහක් කර, පොත්ත පමණක් බටයක් මෙන් සකස් කොට එහි මේස ලුණු පුරවා එ බඳු බට කීපයක් සාදා ලුණු පුරවා හිනි අඟුරෙහි බහා පුළුස්සනු. සියල්ල අඟුරු වූ පසු ගෙන එයින් කලඳක් පමණ උඩ සඳහන් බේතට කලවම් කරනු. ඒ සියල්ල තැවුම් මුට්ටියක බහා ලීපෑ තබා ලියෙකින් කලතමින් හැඳි ගානු. කල්ක පදමින් බා කස්තූරි කලඳක් මිශ්‍ර කර හැන්දුවට කරුංකා ගෙඩියක් පමණ වළඳනු. අශීස් ආදි ලෙඩ දුරු ව ඇඟ සනීප වේ.

අශීස් උණ - ප්‍රතිශක්තියට, අජීර්ණයට

සෙනෙහෙ කොළ, තැටි හැර කලන් දෙළහයි, සිද්දිතුරු කලන් හතරයි, සාදික්කා කලන් හතරයි, කරාබුතැටි කලන් හතරයි මේ හැම කුඩු කර තබාගෙන, උණු වතුරට තේ හැන්දක් පමණ දමා, සීනි සමඟ බොනු. අශීස් උණ, ප්‍රතිශක්තිය, අජීර්ණය සුව වේ.

අශීසට

ඇට සහිත බෙලි මද රාත්තල් 1 යි, කිතුල් හකුරු රාත්තල් 1 යි, රතුලූනු රාත්තල් 4 යි, එළඟිතෙල් බෝතල 1 යි. පළමුව රතුලූනු ලියා ගිතෙලින් රත්වත් පාට වන තුරු බැඳ ඊට කිතුල්හකුරු හා බෙලි මද දමා පදමට උයා උදේ හවස බුළු ගෙඩියක් පමණ වළඳනු. අශීස් ගුණ වේ.

අශීසට

සෙනෙහෙ කොළ, වැල්මි, අරළු, විශැළි මුද්දිරස්පලම් මේ සියල්ල සම බරට කිතුල් හකුරු ගෙන, ලා කොටාගත යුතු. ලුණු රස වන තරමට සවිඳලුණු කුඩු ද එහි බහාලිය යුතු. වනේ ලා කෙටීමේදී ගිතෙල් සවලපයක් ද එක් කරනු. සවසට බුළු ගෙඩියක් පමණ ගිල උණු වතුර බොනු. උදේට තේ හැන්දක් උණු වතුර බොනු. හැම මාසයෙක ම පිට පිට දින දෙළොස්ක මේ බේත ගිලිනු. දෙ වරක් පමණ බඩ ශුද්ධ වේ. අශීස් ආදිය නැති වී ඇඟ සනීප වේ.

අශීසට කසායක්

කොහිල අල කලන් 4 යි, රතුලූනු කලන් 4 යි, උම්බලකඩ කලන් 4 යි වතුර පත අට එකට සිඳුවා ගිතෙල් දමා දෙ වේලට බොනු. අත්දුටුවයි.

අශීසට

ගැටකුඹුක් ගසේ ගැටයෙක හෝ මුලක හෝ වතුර බොනු.

ලේ අශීසට

බේත් අනෝද දළ කොටා පොල්කිරි ඉතා සවලපයක් දමා හීනටි නාල් කැඳ පිය දෙනු. වනාම ලේ නවතී.

අශීසට

හොඩපර ලා ගෙඩියක් පළා මද ගෙන උණුවතුරේ දමා රැගෙන හීනියට කපා වෘංජනය සාදා බත් කනු. වෙන වෘංජන නොකනු. තුන් දිනක් කැමෙන් අශීස් සම්පූර්ණයෙන් ගුණ වේ.

* * *

අශ්මරියට

වලාවත්ත සුහු කෙසෙල් ගෙඩි සමඟ වළඳනු.

මුහු අඩස්සියට

1. බඳුවද කොළ කොටා ඇල් දියෙන් මිරිකා සීනි දමා බොනු.
2. එළඹිඳ කොළ කොටා පැ බාගයක් පමණ තැඹිලි වතුරේ තිබෙන්නට හැර මිරිකා පෙරා බොන්නට දෙනු.
3. කවුඩුඋදුත්ත (හෙවත් වල්කොත්තමල්ලි හෙවත් පැණිබැව්ල) අතු කැලි කීපයක් නිවුණු උණු වතුරෙන් පොඩි කර මිරිකා සීනි දමා බොනු. මිනිට්ටු පහකින් අඩස්සිය ඇරේ. අත්දුටුවයි.
4. ගොකටුකිරි මදටිය පහක් පමණ පොල්කිරිට දිය කර කහට තැති වන තුරු රෙද්දෙන් පෙරා බොනු.
5. අරළු, බුළු, තෙල්ලි, කටුකරෝෂණ එක් පමණට ගෙන කකාය උණු කොට එරඩු තෙල් සමඟ දෙනු. අඩස්සිය සංසිඳේ.
6. අළුපුල්ලු හැටි, සුදුහඳුන් කලන් හය බැගින් ගෙන අට පත එකට සිඳුවා ගිතෙල් දමා වළඳනු. දැවිල්ල තිබේ නම් ඉගිනි ඇට කලන් 4ක් දමා අළුපුල්ලු හැටි කලන් 4ක් ද සුදු හඳුන් කලන් 4ක් ද පළමු සඳහන් පරිදි ම කකාය කර බොනු.

මුහුශර්කරාවට

රතඹලා සුහු එක්ක කෙසෙල් ගෙඩි වළඳනු.

මුහුසාන මුහුකෘවණවලට

මුහුණුවැන්න මුල්, කලාඳුරු අල, පොල්පලා මුල් එක්වගෙන් කලන් හතර බැගින් ගෙන හතර පත එකට හිඳුවා සීනි ගිතෙල් ප්‍රතිඵල කොට දෙ වේලට බොනු. කකාය හතර යි. මෙයින් සුව නුණෙන් අරළු, ගොකටු, ඇසළ මුල්ලේ පොතු, පොල්පලා මුල් දෙ කලන් මදටිය අවේ බර ගෙන වතුර පත අට එකට සිඳුවා මී පැණි දමා දෙ වේලට බොනු කකාය හතර යි.

මුහුකෘවණදියට

කුඹුක් පොතු තම්බා පිට පිට කීපදිනක් තලතෙල් මේස හැන්දක් දමා බොනු.

දියවැඩියාවට

වියළි රෝසමල් කලන් 45ක් ගෙන අවුන්න තුනක් ඇල් දිය දමා දවසක් පෙහෙන්නට තබා මිරිකා පෙරා පිනිදිය පලමක් ද සීනි කලන් 450ක් ද දමා උණු කරනු. ලාටු පදමට ආ කල බානු. බෝතලයක දමා වරකට කලන් 2 1/2ක් ඇල් දිය කලන් පහකට මිශ්‍ර කර උදෙන් ම බොනු (හැම ද ම). ඇදුමට ද යහපති.

දියවැඩියාවට

ඉදුණු කොස් කොළ තම්බා බොනු. ඉදුණු කොස් කොළ වේළා කුඩු කර මී පැණියෙන් ගුළි කර තබාගෙන ගිලිනු. කුඩා ම පොළොස් ගැට තම්බා කනු. මැල්ලුම් හෝ සාදගෙන කනු.

දියවැඩියාවට

බඳුවද කොළ කොටා මිරිකාගත් සුස කාලකට එළකිරි කාලක් මිශ්‍ර කොට බොන්නට දෙනු. උදේ සවස වරු කීපයක් බොන අතර වතුර නානු. අමාරු ම දියවැඩියාව පවා සුව වේ.

මුහු සමඟ පිටි යනවාට

සැවැන්දන, සුදුහඳුන්, තෙරොච්චි කලන් බාගය බැගින් ගෙන කුඩු කර කෝපි මෙන් වක්කර සීනි දමා බොනු.

ධාතු මෝචනයට

මත් නොවන පුවක් ගහක ගොලු පුවක් ගෙඩියක් වතුර දමා මඳක් තම්බා හැඳි කීපයක් හිස් බඩ බොනු.

මුහු සීනියට (මධුමේහයට)

කරවිල කොටා ගත් ඉස්ම මී පැණි දමා සතිසක් හිස් බඩ බොනු. මුහු වල සීනි නැති වේ.

කරවිල රාත්තලක් වතුර අට පත එකට සිඳුවා මී පැණි දමා බොනු. මුහු වල සීනි නැති වේ.

සච්ඡන්ද මෝචනය

අවුච්චන් වේලා හොඳට සුභ කරගත් කොත්තමල්ලි කලත් එකහමාර බැගින් කොටස් කළ මුල් හතක් පිළියෙළ කොට රසකිඳු වැල් කලත් 24ක් ගෙන කොටා තැඹිලි දියෙන් අනා මිරිකාගත් යුසට යට කී බේත් මුලක් දිය කර උදේට බොනු. දවල් 10ට පමණ හොඳට නානු. මෙ සේ පිට පිට සිටු දිනක් කරනු. (වේලකට කොත්තමල්ලි කුඩු කලත් 1 1/2කුත් රසකිඳු කලත් 24කුත් කොටා මිරිකාගත් යුස යි. මෙය අද්දුටු බේතෙකි.

ධාතු සතමහනය

එළතෙළුම් රේණු, මාතෙල් රේණු, සීනි, මී පැණි එකට අඹරා පෙකණියේ ගානු. ධාතුසතමහනය වේ. ඉදුණු බෙලි මිරිකා සවස බීමෙන් ද ධාතු සතමහනය වේ.

බහුමුත්ත රෝගයට (දියවැඩියාවට)

අත්තික්කා මුල කපා වැස්සෙන යුෂ මේස හැඳි දෙකක් ද මී පැණි තේ හැඳි දෙකක් ද එක් කොටගෙන වළඳනු. දියවැඩියාව සුව වේ.

බහුමුත්තයට

කොතලාහිඹුටු කොළ යුෂ මේස හැඳි දෙකක් මී පැණි සමග වළඳනු. අධික මුත්ත යෑම සුව වේ.

බහුමුත්තයට

පේර කොළ දෙළුනක් කොටා වතුර පත බාගයකට දමා රාත්‍රියේ තබා උදේ ගෙන පෙරා මෙ සේ දිනපතා සාදාගෙන කීප දිනක් වළඳනු. බහුමුත්ත රෝගය සුව වේ.

දියවැඩියාවට

කොතලාහිඹුටු මුල්, අළුතෙලේ අල, රසකිඳු, වෙනිවැල්ගැට, සුදුහඳුන්, බැවිල මුල්, ඉහිනි ඇට කලත් එකහමාර බැගින් වතුර පත අට එකට සිඳවා මී පැණි කහ කුඩු දමා දෙ වේලට බොනු. වඩි හතරයි.

* * *

තුචාල හා හන්දි වෙදකම

13

හන්දි වදින්නට

කොහොඹ කොළ පොතු, යකිනාරන් කොළ පොතු, මහල්කරද කොළ පොතු, කුරුඳු කොළ පොතු මේ සතර වගේ සම සේ ගෙන කහ ලුණු ලා කොටා මලවා, කණු ගසා නොසෙල්වෙන සේ බැඳ සවස බැන්ද බේත පසු ද සවස ද, උදේ බැන්ද බේත පසු ද උදේ ද උනනු. මෙ සේ පස්වරුවක් බේත දවටනු. හන්දි වදී.

තැළුම් - බිඳුම්වලට

පිළ කොළ, හින්බෝවිටියා කොළ, වල්මිරිස් කොළ, කොබිබැකොළ, නවහන්දි යන මේවා පොල් සමග කොටා මිරිකා තැටියකට වක්කර, අවුච්චි තබා තෙල සිඳ, එයට සුදුසුරු, අසමෝදගම්, සාදික්කා, සුදුලුනු, පෙරුමිකායම් යන බේත් කුඩු කොටා දමා තබනු. හන්දිවල හැම තැනම මේ තෙල ගානු. ඇඟ හැම තැනම ගානු. තෙලින් මිරිකා දැමූ බේත් රොඩු පොට්ටනි බැඳ තවනු. නහර ප්‍රාණවත් වෙයි. හන්දි හයි වෙයි. තුනටිය දිගහැරෙයි. දෙ වරුව තැවිලි ලනු. නොයෙක් තැළුම්-බිඳුම්වලට තැවිල්ල යි.

හන්දි වදින්නට

කුඩුමිරිස් කොළ පොතු, බේත්ගම්මිරිස් කොළ පොතු, කහ ලුණු ලා කොටා මලවා බිඳිනු. හන්දි වදී.

හන්දි වදින්නට

හික් පොත්ත ගෙන තලා කහ ලුණු ලා අමු පොල් කොළවල ඔතා උණු අළුවෙන් තම්බා බිඳිනු. හන්දි සවි වේ.

හන්දි වීමට

පෝරාකොළ, ගොයිකොළ, නරවැල් කොළ, කහ ලුණු ලා කොටා මලවා බිඳිනු. සන්දි වදී.

හන්දි විමට

දවට කොළ පොතු කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු. හන්දි වදි.

හන්දි විමට

පතම් පෙති කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු. හන්දි වදි.

හන්දි විමට

කල් හිය දෙඹ ගසෙක කොළ, පොතු, කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු.

හන්දි විමට

හන්දි ගැලවුණාට

තලතෙල් ගා මඬිනු. වරාමුල් කොළ බඳිනු. තුන් දිනෙන් උනනු. ශුද්ධ වෙයි. මේ බේතට සම ගැලවෙයි. මෙයට තලතෙල් ගා අඳිනු.

බෝම් පොතු සහ එ ම කොළ කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු.

කැක්කුම් ගනී නම් - පියඹුරු අලේ හා මඩොටේ දෙක සුනු කොට අඹරා සිහින් කොට ගානු.

ඉදිම් රිදේ නම් එ තැන කුඩාල්ලන් කවනු.

හිරි වැටි වේදනා උපන්නොත් - දෙල්පත් පැණි බේදුරු අල, බැලතණ, පෝරාකොළ, හෙළලූනු යන මෙ හැම කොටා කඩපිත්තේ තම්බා තවනු. රූඪ හිරි.

හන්දි විමට

මස්බැද්ද කොළ කොටා මලවා බඳිනු. සන්දි ගනී.

හන්දි විමට

එළබටු කොළ, උදුපියලි කොළ, බිම්තඹුරු කොළ මේ හැම කොටා යුස ගෙන එ ම යුසින් හීනැටි හාල් පොහවා කොටා එයින් දියවර ඉස කබලු පිය, බිඳුණු තැන තබා, කොටදිමුලා පට්ටයෙන් බඳිනු. සන්දි ගනී.

කැක්කුමට - වෙළහ පොතු, වටකැන්ද පොතු, රත්මල් පොතු සම බාග ගෙන පැණි සිඳ ගානු.

සන්දි දැඩි විමට

වෙළහ පොතු, රදලිය පොතු, හික් පොතු, කැන්ද ගනේ මද යන මේවා කුඩු කර කහ දිය වක්කර රොඩු දමා පැණි සිඳ ගානු.

මහ ඔඩු තෙල

මහල්කරද පොතු, අත්තික්කා පොතු, නැදුන් පොතු පටි, බක්ඹි පොතු, කැප්පෙටියා පොතු, ගුරුල්ල පොතු, ගැරඩිමුල්, පොතු මේවා මද මද ගෙන තෙල් සිඳ කැඩුම් බිඳුම් පිළිකා ඔඩු ගඩු ආදියට ගානු.

කැපුම් - කෙටුම් - ඇනුම්වලින් හටගත් ඔඩුවලට මහල්කරද පොතු, තඹල පොතු, ගුරුල්ල මද පොතු, මේ දළ සුණු එක් පමණට ගෙන කොටා වනට දිය පතක් ඉස පොල් සුනු තබා මිරිකා ලීපෑ තබා තෙල් පාට වන විට සුදුදුරු, කළුදුරු, වැල්මි, කයිප්පු මංවාඩි තුන බැගින් ගෙන අඹරා තෙලට කලතා ලණු වැටෙන පදමට ආ විට මී ඉටි මංවාඩි තුනක් දමා හැඳි ගා බා ඔඩුවලට කෙටුම් - ඇනුම්වලට තෙල්කඩ දමනු.

සියලු වණවලට

මදු වැල්, අට්ටික්කා පොතු, ගැට්තිටුල් පොතු, මහල්කරද පොතු, පොල් ගෙඩියක කුඩුත් සමඟ තම්බා මිරිකා කකාරා තෙල පදමට එන කල සරියට තලතෙල් වක්කර දෙ දුරු, අසමෝදගම් අඹරා කලතා, පදමට සිඳ, තෙල්කඩ ලනු. සියලු වණ ගුණ වේ.

සියලු වඟුවලට තවත් බේතක්

වෙළඳ පොතු, කැටකැල පොතු, මහළුමිනියා පොතු, පළක් පොතු, රදලිය පොතු, ඇට්ටමුරා පොතු, තරනපොතු මේවා කොටා දවසක් දිගේ ලා තබා මිරිකා පොල් පැණිත් කකාරා පදමට පැණි සිඳ ගනු.

හන්දි තෙල

නික මුල්, පිල මුල්, වරා මුල්, බැවිල මුල්, හාතාවාරිය, කුප්පමේනිය, හොඩල අල, බෝ පොතු, කරුණු මුල්, කරපිංචා මුල්, වේලා, සැවැන්දරා, කෙටල අල, වැටකේඅරළ, පාවට්ටා මුල්, තපු පොතු, කලාපුරු, නිටුල් පොතු මේ සියල්ල රාත්තල බැගින් ගෙන වතුර සේරු සොළොසක් දමා හතරට සිඳවා පොල් කිරි සේරු අටක් දමා එයට සුදුලුනු, ඉඟුරු, ගම්මිරිස්, දෙදුරු, අසමෝදගම්, තිප්පිලි, කරාබු, සතකුප්ප, වසාවාසි කලන් තුන බැගින් ගෙන පොල්තෙල් සේරු දෙකක් දමා ලණු වැටෙන පදමට බා සුරැකි ව තබාගනු.

මහා හන්දි තෙල

හාතාවාරිය කොළ, ගොන්කැකිරි කොළ, කිරිවල්ලා කොළ, තවහන්දි, පොල්මල් බුව, කැන්ද පොතු, කටුපිල, වරකා පොතු, මුරුවාදුල්කොළ, බේදුරු කොළ, දිඹුල් කොළ, සැවැන්දරා, මදු කොළ, බිම්තඹුරු කොළ, පුවක්බඩ, තොටිල පොතු, නිටුල් පොතු මේවා එක් පමණට ගෙන කොටා මිරිකා, එයට පොල්තෙල්, මීතෙල්, තලතෙල්, එරඩුතෙල් දමා, ලණු වැටෙන පදමට බාගනු.

බිඳුණු තැන විලි ගසා නම්

තෙපල් දඩු කොටා මිරිකා පැන් පොවනු.

හන්දි වදින්නට

ඉසකේ පුලුස්සා මුත්තයෙන් නැග කරනු. හන්දි වදි.

හන්දි විමට

කල්ගිය ඇට්ටමුරා පොතු හිනැටි හාලෙන් කැඳ පිය (පත්තු) ගානු. හන්දි වදි.

හන්දි විමට

බෝ පොතු හිනැටි හාලෙන් කැඳ පිය ගානු. හන්දි වදි.

හන්දි විමට

ගොඩ මාතෙල් අල, කිරිහැන්ද පළා, තලතෙල් මිශ්‍ර කොට අවුටෙන් කකාරා ගා බඳිනු. හන්දි වදි.

හන්දි වදින්නට

කටුඩු බෝ, පුලිල, නුග තාන් මල් මේ පොතු කරුටු හැර අඹරා තබා රෙදි කැල්ලෙකින් තදට බඳිනු. හන්දි වදි.

හන්දි වදින්නට

හිතෙල් උණු කොට නිවුණු පසු රෙදි පොට්ටනියෙකින් දෙතුන් පැයක් මාත්තු කරනු. හන්දි වදි.

බිඳුණු තැන දැඩි වේදනාවට

අස්වැන්න, එරඩු, වම්බටු මේවා කොටා කකාරා ගානු.

බිඳුණු තැන වඟු වුණට

මී පැණි හිතෙල් එක් කොට වඟුයට හෙළනු.

සැරව කැපීමට

ඉඟුරු ඉස්ම කකාරා ගානු.

උල් ඇදෙන්නට

මුරුංගා පොතු, එරබදු පොතු, කුඩුමිරිස් දළ මේවා අඹරා දියට ගෙන කබලු පිය බඳිනු.

නැළීමට

ඔබ්බ කොළ, බැලතණ, කහ - ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු.

හන්දි තහවුරු වීමට

වෙල්ලංගිරිය කොළ - පොතු, කහ - ලුණු ලා කොටා මිරිකා පදමට කකාරා ගානු. හන්දි හර වේ.

ගසින් වැටී කඳට ලේ බැස්සාට

කොල්ලු පතක් පමණ ගෙන බැද තම්බා, කොටා ඉස්ම ගෙන පස්කුළු බඩු, ඉහුරු, මිරිස්, අබ, ගොරක, වේලා මුල්, දෙහි මුල්, දෙඩම් මුල්, සත්සඳ, වෙල්ලංගිරිය මුල්, මුරුංගා මුල් යන මේවායේ යුෂ ගෙන, ජයපාල විෂ හැර අඹරා ඒ ඉස්මට දමා කකාරා පොවනු. විරේක වෙයි. ලේ කැටි නොවෙයි.

හන්දි ගැන්මට

කොබ්බා බෝදි කොටදිඹුලා, බැලතණ, හාතාවාරිය යන මේ කොළ කහ - ලුණු ලා පොල් බැයක කුඩු සමඟ කොටා මිරිකා ගානු. සමන්වා දෙ වනු බේත් කරනු.

දෙ වැනි ව බඳින බෙහෙත

කොටදිඹුලා කොළ, ගොයිවැල් කොළ, කොබ්බා කොළ, ඇටමුරා කොළ හා පොතු, බැලතණ, හාතාවාරිය, බුකැන්ද කොළ හා පොතු, කටුඩු බෝ, පුලිල, නුග, වරකා පොතු, ගුරුල්ල, ඇත්පේටා, එළබිම්තඹුරු, නවහන්දි, කොහොඹ කොළ හා පොතු මේවා කහ - ලුණු ලා කොටා රත් කොට කොටදිඹුලා ලැලි තබා එ ම පටෙන් දඹුණු පට්ටා ලී බඳිනු.* පැයෙන් හන්දි ගනී.

සැරව කැපෙන්නට

කොහොඹ කොළ කඩපිම්මෙන් තම්බා එහි කොහොඹ තෙල් ගා අඳිනු. එ ම තෙල් ගා බඳිනු. හාරේ කැපේ.

* මේ අත් පිටපතේ තුඩුණු සැරි ම යි.

නහර වැල් කැපුණාට

නාපිරිත්තා වැල් පෙරංගා එ ම කොළ, හබරල, කුඩුමිරිස් මේ හැම එකට කොටා බඳිනු. ලේ යා නම් සේරු කොළ කොටා බඳිනු.

තුඩාල කැක්කුමට

හිරැස්ස දීකිරෙන් අඹරා ගානු. තුඩාල කැක්කුම් නවතී.

ඇඟේ නැළුම් - රිදුම්වලට

වරකා පොතු, දෙල් පත්, කිඩාරම් අල, බේදුරු අල, මුරුවා කොළ - මෙ කී දෑ කොටා සොරස ගෙන එයට සරක්කු, මෝදක, හිප්පිලි, ඉහුරු, මිරිස්, තෙල්ලි, වදකහ, අරළු යන මේවා කසායට යොදා කකාරා රත්වත් වූ විට බා බොන්නට දෙනු. කැක්කුම් වේදනා ඇරෙයි.

තුඩාල පැහෙන්නට

සුදු වෙල්ලංගිරිය මුල්, අඹ මුල් පෙරංගා සුනු සමඟ අකා බඳිනු. සියලු තුඩාල පැහෙයි.

තුඩාල පැනීමට

වැල්කහඹිලියා මුල්, කළු වෙල්ලංගිරිය මුල්, එළකටරොළු මුල් මේ හැම කුඩු කර තුඩාලයට දමනු. පැහේ.

බලු විස, පරණ තුඩාල, පණු කැවිලි යන හැමට

කරඳ මුල්, දෙමට මුල්, ගම්සූරිය මුල්, කොහොඹ මුල් මේවා තම්බා කොටා මිරිකා පෙරා ලීපෑ තබා තලතෙල් වත්කර, එයට සරක්කු, කයිප්පු, කරුංකා පුවක්, පල්මාණික්කම්, සතකුප්ප මේවා කුඩු කොට දෙකෙන් පංගුවක් තෙලට දමා, ඉටි පදමට බා ඉතිරි පංගුව ද දමා බානු. කල් ගිය වණ, තුඩාල, පණු කැවිලි, බලු විස යන හැමට ගානු. යහපතී.

ගහෙන් වැටුණාට බඩට දෙන කැඳ

හාතාවාරිය කොළ, අරළු, කළුරු, අබ මේවා කුඩු කර කැඳට දමා බොහු. කුකුළු බිජු සොරය දෙනු. වමනේ නො වෙයි. නිවිති කොළ ඉස්ම දෙනු. වමනේ නො වෙයි. මෙයම අරක්කුවෙන් දෙනු. වමනේ හිරි. මෙයින් වමනය නො හිටියෙන් කළුරු, සුදුරු, අසමෝදගම්, හිප්පිලි, සාදික්කා රත්කර ඉඟුරු ඉස්මෙන් දෙනු. වමනේ නවතී.

තුචාලවලට

කදුරු ගනේ කිරි ගෙන තුචාලයට වත්කරනු. ඒ ගනේම කොළ, පොතු ගෙන කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු. තුචාලය සුව වේ. බටදුල්ල කහ, ලුණු ලා කොටා මලවා බඳිනු.

ගසින් වැටුණාට

ගෝනිකා කොළ කොටා මිරිකා හිනටි හාලින් කැඳ පිය දෙනු. විරේක වෙයි.

හන්දි බේන්

අක්මැල්ල කොළ - පොතු, කැබැල්ල කොළ, පොතු, කුරුඳු කොළ පොතු, කෝමාරිකාපිළිල, කැකුණ කොළ - පොතු, ගෝනිකා කොළ - පොතු, පෝටා කොළ - පොතු, ගොයිවැල් පොතු, කුකුරුමාන් කොළ - පොතු, නාරං කොළ - පොතු, දෙහි කොළ - පොතු, දෙඩම් කොළ පොතු, කොබිබැ කොළ පොතු, රත්තණ, බැලතණ, තලවුතණ යන මේවා එක් සම ව ගෙන, අමුකි* ලුණු දමා කොටා මලවා පැයවා ගානු. අත්දුටුවයි.

ඇට මොළොක් වීමට

සුදු ලඬු මද ද මල ලඬු කොළ ද සම ව ගෙන අමු කහ ලුණු දමා කොටා මලවා බඳිනු. පොල් කිරෙන් තම්බා කුකුළු බිජු සුදු මදය දමා අරක්කුවෙන් අනා කකාරා ගානු. සියලු ඇට මොළොක් වේ.

* අත් පිටපතේ තුඩුණු සැටි ම යි.

හන්දි වීමට

මී අං කුඩු, ඇත් දත් කුඩු, මුව අං කුඩු, ගෝන අං කුඩු, පෙරුංකායම් මේවා එක් පමණට ගෙන අරක්කුවෙන් අඟුරා කකාරා ගානු. හාතාවාරිය අමු කහ දමා කොටා මලවා බඳිනු. දියබෙරලිය සහමුලින් ගෙන කොටා පොල් කිරෙන් තම්බා අඟුරා ගානු. හන්දි වේ.

ගහෙන් වැටුණාට හා පිටගැස්මට

අමු ඉඟුරු සහමුලින් ගෙන මුරුංගා පොතු හා පැනුණු පොල් දමා කොටා මිරිකා තණහාල් කැඳ පිය, ඒ කිර කැඳට දමා උතුරා එන විට අරක්කු ටිකක් වත්කර බොන්නට දෙනු.

පිටගැස්මට

පෙනෙල වැල් සහමුලින් ගෙන පොල් සමඟ කොටා මිරිකා කැඳ පිය දෙනු. ඔලිඳ වැල් පංචාංගය කොටා උණු වතුරෙන් මිරිකා පොවනු.

අඩස්සියට

අරළු, බුළු, නෙල්ලි, කටුකරෝෂණ එක් පමණට ගෙන කසාය තනා එරඩු තෙල් සමඟ දෙනු. අඩස්සි සුව වේ.

වණවලට

තෝර කොළ, ගොන්කැකිරි, වරා මුල්, කොනොඹ කොළ, එළබටු මද, තුඹ ගැට දෙමට කිරෙන් අඟුරා ගානු. වණ සුව වේ.

වණවලට

වැල්කැප්පෙට්ටියා කොළ පොල් සමඟ කොටා මිරිකා ගානු.

පරණ වණවලට

එරඩු ඇට, ඇහැළ පොතු, ගම්මිරිස් යන මේවා අඟුරා තිත්ත ලඬු කොළ කුප්පමේනිය කොළ ඉස්මෙන් තෙමා පැලැස්තර තනා වණයේ එළනු.

වණවලට

මහල්කරද, අත්තික්කා, මංවාඩි, මුස්සැන්ද මේවායේ කොළ පොතු එක් තරමට ගෙන අමු කහ, සහිදලුණු දමා කොටා මිරිකා ඒ ඉස්ම කකාරා මතුපිට ගා ඒ රොඩු මලවා තුන් වේලක් බඳිනු. නික කොළ කොටා මිරිකා සහිදලුණු දමා ලීපෑ තබා පැසවා උදේ තුන් වේලක් ගානු. දෙහි කොළ - පොතු, මැල්ල කොළ - පොතු එක් පමණ ගෙන කහ - ලුණු දමා කොටා කබලේ මලවා තෙල් ගා උදේ සවස තුන් වේලක් බඳිනු.

යක්බේරිය, යකුවනස්ස, හාතාවාරිය එක් පමණට ගෙන කොටා මිරිකා සහිදලුණු දමා ලීපෑ තබා පැසවා උදේ සවස තුන් වේලක් ගානු. තල ඇට, එරඩු ඇට, මී ඇට එක් පමණ ගෙන එරඩු තෙලෙන් අඹරා ගානු.

පැනපු හන්දිවලට

මදු ගැට, මුස්සැන්ද, පොල්පලා, අමු කහ, පැනුණු පොල් එක් පමණට ගෙන කහ - ලුණු දමා කොටා මිරිකා ඒ ඉස්ම කකාරා ගානු. ඒ රොඩු මලවා බඳිනු. පැනපු හන්දි සකස් වේ.

ගෙඩි ඉතිරවීමට

දේවදර තනකිරෙන් අඹරා ඇඟේ පිටේ ගානු. කොට්ටපොල්, ඉරමුසු මුල්, මංවාඩි පොතු, සවිදලුණු, සුදුලුණු, නික කොළ මේවා කොටා පොට්ටනි තුනක් බැඳ කඩපිම්මේ තම්බා තවනු. ගෙඩි ඉතිරෙයි.

ගෙඩිවලට

රත්සුන්, හිරියල්, සාදිලිංගම්, සියඹලා ඇට, කපු ඇට, දේවදර, රත්තෙටුල් මුල් මේවා දෙහි ඇඹුලින් අඹරා ගානු.

කැපුණු තුවාලයට

ප්‍රාණජීව පැළයේ කොළ පොඩි කොට ගැ කල කැපුණු තුවාලය පැස්සේ.

වණලේප කඩක්

බිම්දුම්මල හීනියට කුඩු කර සීනක්කාරම් යහ කපුරු එයින් බාගයක් මිශ්‍ර කර තලතෙලින් අශ්ගලා පදමට අනා ඉන් පසු ඇල් දියෙන් පාවෙන තරමට පොඩි කර දිය බඳුනෙක තබනු. ඉන් පසු පැලැස්තරයෙක ගා උල් කටු, වීදුරු කටු, විය කටු, ඇනී පරණ වූ, නරක් වූ තුවාලවලට බඳිනු. අලුත් ලේ තැල්මට ද බඳිනු. දෙ පැයකට වරක් ඇල් දියෙන් තෙමනු. ප්‍රත්‍යක්‍ෂයි.

යකඩ ඇණ ඇනුණාට

කොත්තමල්ලි මී පැණියෙන් අඹරා තුවාලයේ බඳිනු. කොසඹ තෙල් කකාරා දෙහි බැයෙන් තවනු. ඇල් වතුරෙන් පරෙස්සම් වෙනු.

නාසිකා ආදියේ හැදෙන රන්පින් බිබිලිවලට

තල ටිකක් එළකිරෙන් හින්දවා ගිතෙලින් හොඳට අඹරා ඉන් පසු මී ඉටි සමඟ ද හොඳට අඹරා බිබිලි ඇති තැන ගානු.

කුෂට රෝගවලට

කුෂටරෝගයක් වැලඳුණ විට ඇල් දිය නැවොත් රෝගබීජ ඇඟේ පැතිර ගොස් කුෂටය වැඩි වෙයි. උණු වතුර ම නැ යුතු. නිදිකුම්බා කසඹලියා හෝ වල්හබරල පෙති හෝ තම්බා ඇඟ සෝදනු. ප්‍රත්‍යක්‍ෂයි.

ඉදිකටුවක් ඇනුණාට

කාමරංගා ඇඹුල් බොන්නට දෙනු. ඉදිකටුව ඇත නො ගොස් නවතී. තුවාලයට දෙහිඹුල් වක්කරනු. ඉඟුරුපියලි ගසේ ඉස්ම වක්කරනු. ඉදිකටුව පිටතට එයි.*

හන්දි ඇට පැන්නාට

කැටකැල පොතු, රදලිය පොතු, ඇට්ටමුරා පොතු මේවා පිට සුඹුල හැර වෙන වෙන ම දිය බින්දුව බැහින් දමදමා කොටා පිරිසි. කෝප්ප තුනක් පමණ සාදාගෙන පොල්පැණි ටිකකුත්

* කාන්දම් කුඩු සමඟ අඹරා බඳින වට්ටෝරු ද ඇත.

හිතැරි හාල් පිරි මේය හැඳි දෙකක් පමණක් දමා ලීප තබා හැඳි හා තලප පදමට ආ විට බා හන්දියේ හා කෙහෙල් දළුවක් බැඳ තබා තිදගනු. අත්පාවල හන්දි ඇට පැන්තාට ප්‍රත්‍යක්‍ෂ බේතකි.

තුඩාලවල කැක්කුම අඩු වන්නට

වෙනිවැල්ගැට, කොත්තමල්ලි, සුදුලුනු සම ව ගෙන තම්බා බොත්තට දෙනු.

කුෂටවලට

ගමිරිස්, නිපපිලි, ඉඟුරු තලතෙලින් අඹරා ගානු. සුව වේ.

දද කුෂටවලට

අබ, අමු කහ, වළඟසාල්, කරද පොතු, අරළු, එළබටු එළ මුත්‍රයෙන් අඹරා ගානු.

ඉන්නන් වඳ කිරීමට

රුක්අත්තන මුල්, ඉඟුරු, නියඟලා මුල් අල, වඳකන වලාවැන්න යුසින් අඹරා ගාන්න.

කැපුණු තුඩාලවල ලේ නිවවන්නට

කරල් නැති හීන්මිරිස් නැමැති පැළෑටියේ කොළ පොඩි කර විකින් ටික තුඩාලයට ලං කරනු. ලේ නවතී.

කරල්සැබෝ කොළ කොටා පෙට්ටනිය තනා තවා ඒවා ම බඳිනු. මල්වැරණිය කොළ හෝ කොටා බඳිනු. ලේ නවතී.

කැපුණු තුඩාලයට

සතුරුසම්මැට්ටිය ගස සම්පූර්ණයෙන් ගෙන කන හුනු මඳක් සමඟ හොඳට අඹරා තුඩාලයේ තබනු. බැඳ තබනු. ලේ නැවැතී සුව වේ.

බෝඹු ගසේ දියසුඹුල අඹරා තුඩාලයේ බඳිනු.

ලේ හිටුවීමට ගුරුල්ල දළ කොටා බඳිනු.

ලේ හිටුවීමට කයිලා දළ තළා බඳිනු.

ගම්සුරිය දළව කඩා තුඩාලයට පානු. ලේ නවතී.

පරණ වණවලට

පුෂ්කර, පල්මාණික්කම් අළු, තිත්ත අබිං, කුකුළු බිජු පොතු සිනිඳු වෙන්තට අඹරා, ඇල් දියෙන් දිය කර තබා, වණයට ටික ටික දමමින් සේදනු. වියැළී සුව වේ. සුදු බින්දුම, උපදංශ වණ ද සුව වේ.

කඩුවේගමට

අරළු, බුළු, තෙල්ලි එක වගෙන් කලන් දෙක බැගින් ද අල බේත් කලන් හයක් ද ගෙන අට එකට සිඳුවා තුන් වරුවක් බොනු. ප්‍රතිවාප උදේට සවිඳුණු, සවසට සිනි මී පැණි. මෙසේ කසාය හැළි හතරක් බොනු.

මේ සමඟ ම ගාන බේත :

වල්හබරල පිති, අමු කහ ටිකක්, පැහැණු පොල් යන තුන් වගේ හොඳට කොටා මිරිකා අවුච්චි තබනු. ඒ ඒ දිනට මතු වෙන තෙල් ටික වෙන ම ගෙන තුඩාලයේ ගානු. (යට කී බේත සියල්ල ම තෙල් වූ පසු රැගෙන තබාගත යුතු.) පොල් පැණි රෙද්දක හා තුඩාලයේ එළා විනාඩි විසිපහකට (මිනිට්ටු දහයකට) පසු කොහොඹ කොළ තැම්බූ දියෙන් හෝ උණු දියෙන් හෝ හොඳට සේද තෙත මාත්තු කොට උඩ කී තෙල ගානු. ටික දිනක් මෙසේ කරන විට සුව වේ. රෝගය තවත් ඉතිරි ව තිබේ නම් උඩ කසාය වෙනස් කොට වළඳනු.

වෙනස් කරන්නේ මෙසේයි :

අරළු කලන් දෙකයි, තෙල්ලි කලන් දෙකයි, බුළු කලන් තුනයි, අල බේත් කලන් හතරයි මේවා අට එකට සිඳුවා උඩ සඳහන් අනුපාතවලින් ම හැළි හතරක් දෙළොස් වේලට බොනු. උඩ සඳහන් තෙල ගානු. සුව වේ. සත්‍යයි.

කඩුවේගමට තවත් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ බේතක්

අවුරුදු සියයක් තරම් පරණ කොහොඹ ගසෙක පොතු ගෙන හීනියට ඉරා අවුච්චි වියළා කුඩු කර සිල වැඩි කර උදේ සවස කලඳ බැගින් හිස් බඩ වළඳනු. සියලු කඩුවේගම් සුව වේ.

නපුරු වණවලට

කොහොඹ කොළ - පොතු - ඇට, ගුහල්, කට්ටකුමංජල්, සතකුප්ප, කහ, වදකහ, මැඩහඟු, වරා කොළ - පොතු, ඇවරිය කොළ - පොතු, දුම්මැල්ල, මිශ්‍රුවට මේවා කොටා මී පැණියෙන් අනා දුම් පානු. නපුරු වණ, වලිඅර්බුද, හගන්දර, කණි පණු වණ ගුණ වේ.

ගෙඩි ඇදෙන්නට

මැටිහිඹිලියා කොළ (කොළ පිටින්) බඳිනු.

හොරිවලට

ගුරුල්ලා කොළ යුෂ පොල්තෙල් හා මිශ්‍ර කර ඉර උදවට පෙර කනා නො කර ගානු. කසන හොරි හත් පැයින් ගුණ වේ.

තද කැපුම් තුවාලයට

තැඹිලි ගසේ පිත්තක් ගෙන කොටා යුස ගෙන මිදෙල්ල දළ සමඟ සිනිදුවට අඹරා කැපුණු තැන බඳිනු. කැලල පවා නැති ව සුව වේ.

කඩුවේගම්, පණුකැවිලි ආදී කුෂටවලට

කටුවල්ලත් කරේළ රාත්තලක් ගෙන කපා රතුලුනු රාත්තලක් ද ගෙන පොල්තෙල් බෝතල තුන්කාලක් ද ගනු. මුලදී රතුලුනු, කළුදුරු, සුදුරු, මාදුරු, කරපිංච කොළ, පොල්තෙල් ටිකට දමා බැද ඉන් පසු කරවළ ටික දමා බඳිනු. එහි තෙල් ටික පෙරා ගෙන තුවාලවල ගානු. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ යි.

කටු, උල් ඇදීමට හා විෂ බැහැර කිරීමට

තැළුම්බටු ගෙඩියක් ගෙන ඇට ටිකක් ඉතිරි වන්නට සාරා එය තුළට පල්මාණික්කම් ඉඳිගොබ පෙරුංකායම් දමා පිත්ත කොළ හතෙක මත උණු අළුවේ තම්බා අඹරා බඳිනු. කටු උල් ඇදී විස බැස තුවාලය සුව වේ.

කැඩුම් - බිඳුම්වලට

සේරුකොළ ඇල් දියෙන් අඹරා බඳිනු.

කැපුණාට

සේරු කොළ කහ සහ පොල් සමඟ අඹරා තලතෙලින් මලවා බඳිනු.

හොරි - දද - කුෂට - වණපිළියල්වලට

කළුදුරු, තිත්ත අබින්, ගෙන්දගම්, පල්මාණික්කම්, අමුකහ, රතුලුනු මේවා සම ව ගෙන අඹරා කොහොඹ කොළ, ඇත්තේර කොළ, පෙතිතේර කොළ, ඔලිඳ කොළ, හාතාවාරිය කොළ යන මේවා සම ව ගෙන කොටා යුෂ සේරුවක් ගෙන එයට උඩ කී බේත් දිය කර ළිප තබා මඳක් රත් කර තලතෙල් කොහොඹතෙල් දෙ වගෙන් බාගයක් වක්කර තෙල සිඳ බා ගනු. හොරි - කුෂට - දද - වණපිළියල් සුව වෙයි.

ගෙඩිවලට

අමු වෙරළ කොළ ඇල්වතුරෙන් අඹරා දින කීපයක් ගැමෙන් මෝදු වී ගෙන එන ගෙඩිය ගිලෙයි.

සියලු තැළුම්, උලුක්කු, බෙල්ල කොර විම්, තුනටිය ගැස්සීම් ආදියට

ගම්මිරිස් කොළ, ගස්බුලත් කොළ වැඩුවේ තම්බා ගිතෙල් ගා තවනු. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ යි.

ගෙඩි පැළෙන්ට

මී ඉටි, හොර ඉටි, කැකුණ ඉටි, ගෙරිපස් (ගෙරිකුඩුවල පස්), සිවංගුරු එක් පමණ ගෙන ඇඹුල් දෙඩම් යුසින් අඹරා ගානු. ගෙඩි පැළෙයි.

සියලු ගෙඩිවණවලට කසාය

ඉඟුරුද පුදුලුනු මිරිස් සිවියද වදකසාද ගෙ න
 අරළු තෙල්ලි බුළු සවිදද කොත්තමල්ලි දුරු සමඟි න
 නික තිබ්බටු බැව්ල එරඩු තුඹ සත්සඳ මල්ල රැගෙ න
 උළුවා රත්තිටුල් සමඟ අට එකකට කසාරම් න

පිළිකා දහඅටද තවත් බගන්දරා බන්දන ය න
 ගල්ලත කුද්දුතිද සියලු ගණ්ඩමාල ගෙඩි දුටු තැ න
 සාරදහස් අටසියයක් හටගත් ගෙඩි දුටු විගසි න
 ගුණ වෙයි මේ කසාය දෙනු රිවි දුටු පිතිබිඳු විලසි න

ඉක්කි වණ වෙනවාට හා ඉක්කි කැසිල්ලට

තෙල්ලිකසා, ගෙන්දගම්, පුෂ්කර, බිම්දුම්මල, රත්නදුන් යන
 මේවා එක තරමට ගෙන කුඩු කර කබලේ ලා යන්නම් රත්
 වුණාම බා තබාගනු. මෙය පොල්තෙලින්ම අනා ඉක්කිවල
 ගානු. ඉක්කි වණ වීම නවතී.

කැපුම් කෙටුම් නොවදින්නට

මිදෙල්ල මුලක් එළකිරෙන් අඹරා මිදෙල්ල ගෙඩියේ ගා
 කොටනු. නො කෙටෙයි. කැපුම් කෙටුම් නො වදී.

කුරුලාවලට

කුඹුරු ඇට මද, එ ම පොතු එළකිරෙන් ගවා ගානු. විශැළි
 වසුගොම දවා අළු ගෙන ලොහො බඳුනෙක ගිතෙලින් අනා
 තබාගෙන ගානු.

උගුරේ සෙම්ගෙඩිවලට

ගම්මිරිස් අඹරා ගිතෙලින් ගුළි කර තබාගෙන දිවැ ගානු. සෙම
 පිට වී ගෙඩි සුව වේ.

* * *

සඳු විනාදි විෂවලට ප්‍රතිකාර

14

දූත ලක්ෂණය

සඳුයකු කැ බව කියා ප්‍රතිකාර ගෙන යන්නට ආ තැනැත්තා
 ඉස කසා උඩ බැලී නම් දෂට කෙළේ නයෙක. මුණ කසා වමට
 හැරිණි නම් කරවලා ය. උරය කසමින් බිම බැලුවොත්
 තෙලිස්සා ය. කම්මුල කසා බඩ දෙස බැලී නම් මාපිලා ය. බිම
 බලා දණ කැපුවොත් පොළොහා ය. දකුණු පැත්තෙන් සිටි
 නම් කරවලා ය. මුදුන බැලී නම් නයා ය. නාසය ඇල්ලී නම්,
 කට හෝ අතින් වැසී නම්, එක් තැන නො සිට ඇවිදී නම්
 ආතුරයාට වෙදකම් කිරීම දුෂ්කර ය. දූතයා ඇවිත් හැඩි නම්
 ලෙඩා මැරේ. උඩ බලා කොංඩය කැසී නම් සැපින්නකි.

යාම ලක්ෂණ

තුන් යාමේ ලක්ෂණ දූතගන්	නේ
එ ම යාමේ විස්සන් පිට යන්	නේ
මැද යාමේ නම් මස් පිට එන්	නේ
පැසිම් යාමේ නම් උග්‍ර ම වන්	නේ

හැම සඳු විෂයට ම

රසදිය, පෙරුංකායම්, හිරියල්, පුෂ්කර, තිත්ත වැටකොළ යුසින්
 අඹරා ගුළි කර තරදියෙන් අනා කැ මුඛයේ ගානු. නික දළ
 මිරිකා තලතෙලින් හෝ මී පැණියෙන් හෝ තෘෂ්ණ කරනු.

බක්මි පොතු මඟුල්කරද පොතු සම ව ගෙන කොටා යුෂ
 ගෙන දෙති ඇඹුලින් අනා හිස මුදුනේ ගානු. පොවනු. වළඟසාල්,
 පුදුදුරු, කළුදුරු, හිරියල්, තුඹකොළ යුෂ තෘෂ්ණ කරනු.
 විෂමුර්ජිත අයට ද දෙනු. පිහි එයි.

හැම සඳු විෂයට

තිත්ත ලබු ඇට, බුලත් මල් අඹරා ගිතෙල් හා තෘෂ්ණ කරනු.
 තිත්ත වැටකොළ යුෂ හිස ගානු.

හැම සභී විෂයට

අසමෝදගම්, නිප්පිලි, කරාචු, සුදුලුහු, කළුදුරු, සුදුදුරු, ඉඟුරු, ගම්මිරිස් මේවා සුහු කොට තලතෙල් කොහොඹතෙල් ඵරඩුතෙල් මිතෙල් යන මෙයින් පාත්කඩ තෙමා පුළස්සාගත් අළු, දෙසිඹුලින් අඹරා පවතු වියළා තයාට දෙසිඹුලින් ද, පොළොඟාට දෙඩම් ඇඹුලින් ද නඟා කරනු. ඉඟුරු යුසින් අංජනම් ලනු. ඉඟුරු වේ.

හැම සභී විෂයට

බස්නා අතින් නා පොත්තක් ගෙන, ඒ පැත්තෙන් ම හපු පොත්තකුත් රත්තැඹිලි මුලකුත් කිතුල් මුලකුත් ගෙන කොටා කැඳ පිය දීමෙන් එවේලේම විෂ බයි. වරා මුල් අත්තන මුල් ගෙන අඹරා මුත්තයෙන් හා අදිනු. විසදවිලි මුල කටට ගෙන විස උරා දමනු. කුඩුමිරිස් මුල් හපා විස උරා දමනු.

සිහි ගන්වන්න

මිනි අළු තැඹිලි වතුරට දිය කර නැවුම් වළඳෙක උණු කර ඇඟ ගැල්වීමෙන් විෂමූර්ජිතයාට සිහි උපදී.

සිහි ගන්වන්න තවත් යෝගයක්

කුකුරුමුවන් ගහට ගිය සස්සඳ වැලේ මුල ද, කටුපිළිල ගහට ගිය දියමිත්ත වැලේ මුල ද, සිද්දිඟුරු, කවඩිබෙල්ලන්, ගම්මිරිස් යන මේවා එළමුත්තයෙන් අඹරා දෂ්ට මුඛයේ හා එයින් ම පොවනු. මූර්ජිතයෝ සිහි ලබන්.

පණ ඇති - නැති බව දැන බෙහෙත් කිරීමට

“ඕං තාරාඨ්වාරාඨ්දේවරී නමෝ කතවේථං කණ්ඩුං නෙං සිං නෙයේඨි ඕඩි වා හෑ”. ගිතෙල් මාරා ඇටයක් පමණ ගෙන හත් වරක් මතුරා ඒ ගිතෙල් ටික පපුව මැද තබනු. බුබුළු නැහේ නම් පණ තිබේ. වෙදකම් කරනු.

සභී උවදුරට කෙමක්

මේ මන්ත්‍රයෙන් තුන් විටක් කියා තම ඇඟට පිඹගෙන ගමන් යෑමෙන් සභී උවදුරු දුරුවේ. කුලුදුල් වැස්සියකගේ ගිතෙල් ගෙන මේ මන්ත්‍රයෙන්ම 108 වර මතුරා ලුණු නැති ව කන්නට දීමෙන් වසන විම නියතයි.

සභී විෂ බැස්සීමට

ගොඩකදුරු කඳ ඇතුළට ම සාරා එහි සියඹලා මද පුරවා කදුරු ලියෙන් ම ඇබ ගසා මැටි බැඳ තුන්තාර මාසයක් තබා ඉන් පසු ගෙන, ගුළි කර තබාගනු. හැම සභී විෂයකටම තනකිරෙන් හෝ ඇල් දියෙන් හෝ ඔලිඳ ඇටයක් හෝ ඔලිඳුට දෙකක් හෝ පමණ දෙනු. වහා විෂ බයි.

සියලු සභී විෂයට ප්‍රත්‍යක්ෂ මහානුභාවසම්පන්න

නිදගොඩ තෙල

පුපුල කොළ, කුප්පමේනිය, ඔලිඳ කොළ, පිට්ට කොළ, වැල්ලුක්අත්තන කොළ, මදුරුතලාකොළ, හින්බෝවිටියා කොළ මේවා එක් වගෙන් පත බැගින් යුෂ ගෙන, ලීපෑ තබා, බාගෙට සිඳ, ගිතෙල්, තලතෙල් දෙවගෙන් නැළියක් එක් කොට කකාරා, කල්කයට රත්හඳුන්, කොකුම්පොතු, නිප්පිලි, කරාචු, වසාවාසි, සාදික්කා, අතිඋඩයම්, ගලිස් කපුරු මේවා කලඳ බැගින් ගෙන, එළු කිරෙන් අඹරා තෙලට දමා, කල්කය ලුණු ඇඹරෙන පදමට බා පෙරාගනු. සියලු සභී විෂයට ඇහේ ඉසේ ගල්වනු. ශත තුනක බර තෙල් උණු වතුර ටිකකට දමා බොන්නට දෙනු. ජීවත් වන්නට පින් තිබේ නම් උවදුරෙක් නො වේ. සත්‍ය යි.

සියලු සභී විෂට

නිදිකුම්බා අමු කහ කොටා කකාරා ගානු. හැම සභී විෂ බයි.

තවත් යෝගයක්

දත්කැටියා සහමුලින් ගෙන හීනැටි හාලින් කැඳ පිය ගිතෙල් දමා බොන්නට දෙනු. සියලු සභී විෂ බයි.

සියලු සථි විෂය

හිරියල්, සුදුලුනු, පුෂ්කර කලඳ බැහිත් ගෙන මිරිස් මුක්කාල යි, පෙරුම්කායම් මුක්කාල යි, රසදිය දෙ කලඳ යි, කුඹුරු ඇට මද තුන් කලඳ යි ගෙන මේවා දෙහි ඇඹුලින් ද හිත්ත වැටකොළ යුසින් ද අඹරා තිබ්බටු තරමට ගුළි කර පවනූ වියළා තබා, දෂ්ට කළ මුඛයෙහි ගුළියක් තරදියෙන් ගානු. දෙහි ඇඹුලින් ඉස මුදුනේ ගානු. සියලු සථි විෂයට උතුම් ගුළියකි.

ගෝනුසු විෂය

කුරුම්බා වතුර, කොහිල, දියහබරල ආදි සිසිල් දෑ ගෝනුසු විෂයට විරුද්ධ ය. ඒවා නො දිය යුතු. පොල්තෙල් හා සීනි ටිකක් කන්නට දී පොල්තෙල් ගානු. විෂ බසී.

සීතක්කාරම්, පල්මාණික්කම් එකට අඹරා කැබැලිවලට කපා තබාගෙන ගෝනුසු කෑ තැනට ලාකඩ මෙන් වක්කරනු.

පත්තෑ විෂය

එළගොම, හිතෙල් දෙ වගය එකට මිශ්‍ර කර ආලේප කරනු.

සථි විෂය

පොතු ඇරපු මිරිස් ඇට සතක් සුදුලුනු ටිකක් පුපුල දළුවක් ගොඩ මානෙල් දළුවක් තරමුත්තයෙන් අඹරා ගුළි කර නශ්‍ය කරනු. නැහිටී.

සියලු විෂය

සුදුලුනු, උළුකල් තම්බා පොඩි කර හිතෙල් දමා බොන්නට දෙනු.

පිස්සු බලු විෂය, විෂෝන්මාදයට

කපු ඇට, එළබටු, හල්මල්, කොකුම් පොතු, මනෝසිල, කුකුරුමාන් ඇට, කුඹුරු ඇට, මොනරපිත, ජරාමාස, සිවිය, වදකහ, එළ මයිල්, නා ඇට, ඇත්දත් කුඩු, බළල් මයිල්, පෙරුම්කායම්, ගෙන අං කුඩු, ලුනුපොතු මේ සියල්ල සමභාග ගෙන කිරා කුඩු කර තබා දුම් අල්ලනු. හැම සථි විෂයට, උන්මාදයට, යක්ෂ විකාරයට, කනමගුරාට, පිස්සු බල්ලාට, සියලු විෂය ප්‍රත්‍යක්ෂ ගුණ දෙයි.

විෂ නාශක ගුළිය

සැවැන්දරා මුල්, ජරාමාස, හිරියල්, නුග අරළු, ඉරිවේරිය, කලාපුරු අල, ගෝරෝවන, මනෝසිල, කොල්ලන් කොළ, නාමල් රේණු, හන ඇට, කොට්ටන්, හඳුන්, ගල් සෙවෙල්, කොකුම් පොතු, කස්තුරි, පුවක්, නෙළුම් අල, එන්සාල් මේ හැම සමභාග ව ගෙන මේ හැම බරට හෙළඅබ බරක් ද කිරාගෙන, ඒ තරමට ම නාමල් රේණු ද ගෙන භාල්පානු දියෙන් අඹරා, ඉඹුල් ඇට පමණට ගුළිකර පවනේ වියළා තබා සියලු සථි විෂයට දෙහි ඇඹුලෙන් දෂ්ට කළ මුඛයේ ගානු. භාල්පානු දියෙන් වුවත් ගුළි තුන බැහිත් කෑ මුඛයේ ගැම උතුම්.

විෂ මුර්ඡාවට

වදකහ, සුදුලුනු, පොතු ඇරපු ගම්මිරිස්, යකුවන්ස්ස දළු, ගැටතුඹ දළු, හින්නාරං දළු මේවා එකට අඹරා තරමුත්තයෙන් දෂ්ට කළ අංශයේ නාස්පුඩුවට නශ්‍ය කරනු. තරකුන්ගේ විෂ මුර්ඡාවට ද යහපති.

විෂ ඉදිමුමට

දෙහි ගස සහමුලින් ගෙන කොටා මලවා බඳිනු. කයිල කොළ විසදුවිලි කොළ හොඳට කොටා මලවා බඳිනු. සියලු විෂයට යි.

සියලු විෂය

ගොඩමානෙල් මලබුලත් කළුදුරු දෙසිඹුලින් නශ්‍ය කරනු. යක්බේරිය මලවා බඳිනු.

සියලු විෂය

කිරිවැල්ල කොළ - පොතු, කහ - ලුණු ලා මලවා බඳිනු.

සියලු විෂය

කොනුවිල තරමුත්තයෙන් තම්බා අඹරා කෑ මුඛයේ ගානු.

සියලු විෂය

තිබ්බටු කොළ, කලාපුරු අල, කහ - ලුණු ලා කොටා පොට්ටනය බැඳ තවනු. මලවා බඳිනු.

සඳි විෂය

මහල්කරද පොතු - කහ, ලුණු ලා මලවා බඳිනු.

පොළොං විෂය

දිවුල් කොළ, සස්සඳ කොළ හා පොතු කොටා දෙසිඹුලින් තුවාලයේ තබනු. එ ම යුෂ තරදියෙන් පොවා හිසේ ද ගල්වනු.

පොළොං විෂය කෙමක්

තොට්ල පොත්තක් ගසේ උඩ සිට පහළට උලුප්පා ගෙන කැඳ පිය දෙනු. තණ හාලින් දියකිරිල්ල කොළ කැඳ පිය දෙනු.

ලේපොළොභාව

තැඹිලි මල් කැඳ පිය දෙනු. රත්මල් කැකුළු කොටා මිරිකා බොත්තට දෙනු.

ගැටපොළොභාව

තුඹ ගැට, කසඹිලියා හා කොටා මලවා ඔතනු. දලක් පළ, අමු කහ යොදා කොටා මලවා තුවාලයේ බඳිනු.

කොලබෝ අල යුෂ හිස මුදුනේ ගල්වනු.

බටු කොළ යුෂ මිරිකා බීමට දෙනු.

කුඹුරු කොළ යුෂ, පැණි දෙඩම් ඉස්ම සමඟ යොදා පොවනු. හිසේ ද ගල්වනු.

ලබු කොළ යුෂ පොවනු. මිදෙල්ල පොත්ත දෙසිඹුලින් හා ලුණු දියෙන් සුදුලුනුත් අඹිනුත් සමඟ යොදා පොවනු.

දෙමට පොතු සමඟ කෝමාරිකා කැඳ පිය දෙනු. හීන්ඵරඩු දළ තරමුනුයෙන් පොවනු.

ගැටපොළොං විෂය කෙමක්

දියකිරිල්ල ගසේ බස්නාහිර පැත්තේ පොතු ගෙන එහි යුෂ හිනැටි හාල් කැඳට යොදා දෙනු.

ගැටපොළොං විෂය මැල්ලුමක්

ගස්රුක්අත්තන කොළ - පොතු, කහ - ලුණු ලා මලවා පිටේ බඳිනු.

වල්කිඩාරන්, පුස්වැලේ කොළ - පොතු කොටා මලවා ඔතනු.

ගැටපොළොං විෂය තවත් යෝග

බෝ පොතු, කහ - ලුණු ලා මලවා බඳිනු.

මුරුවා කොළ කහ ලුණු යොදා මලවා බඳිනු. කෝමාරිකා තල් මුල් යුසින් හා තරදියෙන් පොවනු. නශ්‍ය කරනු.

ඩුලන් මුල් එළඟිතෙලින් පොවනු.

ලෝලු සුඹුල හා සේරු මුල් කොටා මලවා ඉදිමුමට බඳිනු.

යකිනාරන් සුඹුළු කාඩියෙන් පොවනු.

පෙනෙල තරදියෙන් නශ්‍ය කරනු.

ගැටපොළොං විෂය ගැල්ලුමක්

දියමෙන්රිය, එරබදු, පිල, හේන්කැකිරි, කුප්පමේනිය යන මේවා සහමුලින් කොටා මිරිකා ඇඟේ, ඉසේ ගැල්වීමෙන් ස්ථිර ගුණ ලැබේ.

ගැටපොළොං විෂය තවත් ගැල්ලුමක්

රුක්අත්තන පොතු, කිඩාරන් අල, කැලනිය අල, වැල් රුක්අත්තන කොළ - පොතු මුල්, කපු කොළ, එරඩුමුල් යන මේවායේ යුෂ ගෙන පුස් ඇට, එරඩු ඇට, හා ඇට, මුනමල් ඇට, කුඹුරු ඇට, ජයපල ඇට සමඟගව ගෙන දෙඩම් ඇඹුලින් ගල්වනු.

අට කුලේම පොළොං විෂට

මෙයට ම කරපිංවා සහමුලින් ගෙන ඒ ඇඹුලට ම යොදා පළමු සඳහන් යුෂයට ම මිශ්‍ර කර ඉසේ සිට දෙ පතුල දක්වා ම ගල්වනු. අටකුලේ ම පොළොංගුන් ගේ විෂ බයි.

කෙමක්

කටින් ලේ වැහිරෙතොත් තනකිරි අල්ලට ගෙන එයින් “නයා” යන අතුරු ඉරට ඇද කොනින් ගසනු.

ලේපොළොංගාට

රත්තම්පලා අඹරා ගා එ ම යුෂ නශ්‍ය කරන්න. මාබොවිටියා කොළ - පොතු, වැල්කහඹිලියා කොළ මුල්, ඉඟුරුකොළ යන මේවා කිඩාරත් අල යුසින් මලවා බදිනු.

විෂ මුර්ඡාවට කෙමක්

මුරුංගා මුල් - පොතු සහ බටු කරවිල කොළ යුෂ කතා නො කර කඩා තනාගෙන නශ්‍ය කරන්න.

විෂ මුර්ඡාවට නශ්‍ය

පුස්වැල් යුෂ හා බටු කරවිල කොළ යුෂ සම ව ගෙන නශ්‍ය කරන්න.

තුඹකොළ, මාදුරු, ලූනු, ගම්මිරිස් සම ව ගෙන නශ්‍ය කරන්න.

එරබදු කොළ සවිදලුණු සමග නශ්‍ය කරන්න.

නයි විෂට

කොව්විමිරිස් තලා කෑ මුබයේ බදින්න.

කොව්විමිරිස් කොළ හා ලා කරලක් අමු ඉඟුරු, සිනි, මී පැණි එක් කොට අඹරා නශ්‍ය කරන්න.

පොළොං විෂට තවත් යෝග

හිරැස්සපලු එළකිරෙන් අඹරා එළකිරෙන් ම පොවන්න.

කටුවෙලංග, මාරා මුල් නරමුතුයෙන් ආලේප කරන්න.

හැම පොළොං විෂට

හැම පොළොංගුන් ගේ විෂට ම කෑ මුබය මලමිරිස් වලින් පියදමන්න.

බුලත් දළ, කුඹුරු දළ, සුදුලූනු ගෙන කොස්සවැලේ යුසින් අඹරා නශ්‍ය කරන්න. නා - පොළොං විස නසා.

පොළොං විෂට කැඳක්

වහතැල්ල කොළ, රත්මල් කැකුළු, රත්මල් දළ, කොරතල්බඩ, ගැටතුඹ කොළ, එරඩුමුල් යන මේවා මිරිකා හීනැටි හාලින් කැඳ පිය දෙන්න. ලේපොළොං ආදි හැම පොළොං විසක් ම නසා.

පොළොං විෂට තවත් යෝග

තුඹ වැල්, මිල්ල කොළ කොටා ඇහේ ගල්වන්න. එ ම යුෂ නශ්‍ය කරන්න. එ ම මල් කොළ ඇඹුල් පිය ගල්වන්න. පොළොං විසට ප්‍රත්‍යක්ෂ යි.

පොළොං විෂට

අළුකෙහෙල් අල යුෂ, අබ, මිරිස් සම භාග ගෙන (කසුම් පලා) යුෂ ඇඟ ගල්වන්න. නශ්‍ය කරන්න. පොළොං විස බයි.

පොළොං විෂට මැල්ලුමක්

රත්කැලිය කොළ - පොතු, මිරිස්, සිද්දිඟුරු යන මේවා කොටා දෙසිඹුලින් අනා මලවා බදින්න. පොළොං විස නසා. අත්දුටුවයි.

පිස්සු බලු විෂට

ලුණුවිල, හීනැටි හාල් සමග කැඳ පිය දෙන්න. පිස්සු බලු විෂ බයි.

පත්තෑ විෂට හා සපී විෂට

රතුලූනු ටිකක් වතුර හතරක් දමා එකට සිදුවා හිතෙල් පතක් දමා බොන්න. එක ම ප්‍රත්‍යක්ෂ බේත යි.

මි - බමර - බෙබර - මැසි විෂට

උම්බලකඩ දෙසිඹුලින් ගල හා ගාන්න

දිව්මකුළු විෂට

හින්බෝවිටියා තරමුහුයෙන් අඹරා කෑ මුබයේ ගාන්න. දෂට කළ හැටියේම ඉහළින් හුල් පටකින් හෝ කෙත්දකින් හෝ බැඳ මෙය කරන්න.

මාපිල් විෂට

වැල්පුපුල, කහ - ලුණු ලා කොටා මලවා කෑ මුබයේ ගාන්න.

කරවල් විෂට

කරපිංචා තම්බා බොන්නට දෙන්න. ප්‍රත්‍යක්‍ෂ යි.

විෂ පැතිරීම නවතන්නට

සජියකු දෂට කළ වහාම අමුඉඟුරු පොල් හකුරු එක් පමණට ගෙන කොටා ඒ ඉස්ම ගිතෙල් දමා බොන්නට දෙන්න.

නයිත් අල්ලන්නට කෙමක්

පෙතෙල, උදුපියලි, කුප්පමේනිය, බැබිල, කුඩාකළවා, සතුරුකෑම්මැටිය, නාගවල්ලි, රාජවල්ලි, සැබෝ, අනේජා, වහතැල්ල, දත්කැටිය මේ කොළ කොටා අතේ ගාගෙන නයිත් අල්ලන්න. දෂට නොකරන්න.

සජියන් නොසපන්නට කෙමක්

එළඹලිඳ මුල්, කළුඅත්තන මුල්, රත්කරල්, සැබෝ මුල් මේවා අඹරා අතේ තබාගෙන ගමන් බිමන් යන්න. සජියෝ නොසපන්න.

නයිත් නොසපන්නට කෙමක්

ගල්කුර මුල බොටුවේ බැඳ කටුස්සා නයා ලුහට යවන්න. දෂට නොකරයි.

සජියන් ගෙට එනවාට

කපු ලෙලි ටිකක් කොටා රසදිය දමා කලවම් කර ගිනි කබලට දමා මුළු ගෙට ම තුන් දිනක් දුම් ගස්සන්න. සජියෝ නේත්.

ගිනි විෂට

පස්තෙල් ලීපේ තබා නටන විට දෙති බැ නවයක් දමා සාදා ගත් තෙල පිලිස්සුණ විටක ගාන්න. ගැ කෙණෙහි විෂ බයි. පස්තෙලට දෙති යුෂ දමා සිඳුවාගත් තෙල හැම ගිනි විෂට යහපති.

නොපිලිස්සෙන්නට

කෙසරබැවිල මුල් හාල්පානු දියෙන් අඹරා අතේ ගා ගිනි අල්ලන්න. අත නොදයි. පයේ ගා ගිනි උඩ ඇවිදින්න.

දෙබර - බමර - නා - පොළොං විෂට

මදුරුතලා කොළ, උදුපියලි, දෙති කොළ, ජිවුල් කොළ, ඉසකෙස්, දුම්මල මේවා එක් තරමට ගෙන කොටා පොල් කටු අඟුරේ දමා සජාදි විෂ තුවාලයට දුම් අල්ලන්න. වහා විෂ බයි.

* * *

වාතය උග්ධභීගත වුණාට

ඇඹුල් දෙඩම් යුෂයට තලතෙල් ටිකක් දමා බොන්නට දෙන්න. අණ්ඩවායු ආදියෙන් උග්ධභීගත වූ වායුව පහත බසී.

වාත - උලුක්කු - කොරවලට

කළු අත්තන කොළයක් හා කහ හුණු ටිකක් අල්ලේ තබා පොඩි කොට ඉස්ම ගෙන උලුක්කුව ඇති තැන ගාන්න. බෙල්ලේ කොර ආදිය සුව වේ. කීප විටක් මෙය කිරීමෙන් සම්පූර්ණ සුවය ලැබේ.

වාත රෝගවලට

පාවට්ටා කොළ රතුලුණු සමඟ ගෙන මිරිකා මැටි බදුනෙක ලා මා වි ගොඩක් තුළ බහා දෙ සතියක් තබා රැගෙන මේස තැන්දෙන් එකක් බොන්න. වාත රෝග, හිරිවත, තුනැටියේ රුජ සුව වේ.

තුනැටියේ රුජාවට

නික කොළ, තිස්පිලි සමඟ ගෙන තම්බා බොන්න. කට්වාතය (තුනැටියේ රුජාව) ගුණ වේ.

උලුක්කුවට තෙල් මැතිරීම

“මිං වාලානේස් කට්ටු වාලාම් ලානේස් කට්ටු සන්නේස් කට්ටු සන්දි පුට්ටු පුට්ටු ඒසවානා.”

උලුක්කුවට තෙල් මතුරන්න. කයිල වැල් පුට්ටුවයි. මෝල්ගස් නාරස්සන ද පුට්ටු වෙයි.

අංශභාගයට

අරළු පලම් 50 යි, කන ලුණු පලම් 3 යි මේවා වෙන වෙනම කුඩු කර මිශ්‍ර කොට වේලකට මී පැණියෙන් මංවාඩි දෙකක් බර දවසට තුන් වරක් වළඳන්න. අංශභාග සුව වේ. ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

වාතශූලයට

අරළු, කොල්ලු කලන් හය බැගින් ගෙන අට එකට සිඳුවා පෙරුම්කායම් හා එරඳුනෙල් දමා බොන්න.

පාද වාතරුජාවට

කටුකරඳු මුල්, දේවදර, සිද්දිහුරු මේවා එක් වගෙන් කලන් හතර බැගින් ගෙන අට එකට සිඳුවා දෙ වේලට බොන්න. වාතශූල වනා ගුණ වේ.

අණ්ඩවායුවට

දෙහි, තේර, නික යන කොළ ටික ටික ගෙන කන - ලුණු ලා කොටා මලවා බදින්න.

අණ්ඩවායුවට

පාල්සාම්බාණි කුඩු පොල්කටු අහුරට දමා අණ්ඩයට දුම් අල්ලන්න. තුන් දිනක් මෙය කොට ඉන් පසු හොඳට තලතෙල් ගාන්න. අත්දුටුවයි.

වාතවිධුරංග නෙලය

බැවිල මුල් පලම් 12 යි, මිදි මුල් පලම් 12 යි, පළොල් මුල්, ඇත්දෙමට මුල්, තොටිල මුල්, බෙලි මුල්, එළබටු මුල්, කටුවැල්බටු මුල්, අස්වැන්න, තෙල්හුණු, එරඳු, පුවක් මුල්, අසමෝදගම්, අමු ඉහුරු, කොල්ලු යන මේවා පලම් බැගින් ද ගෙන කපා කොටා තැළියෙක ලා වතුර තැළි 16ක් වක්කර සතර තැළියට සිඳුවා, එළකිරි තැළි හතරක්ද තලතෙල් තැළියක්ද දමා, කල්කයට සවිදලුණු, කොට්ටම්, එන්නාල් ඇට, දෙළුම් මදුළු, හල්දුම්මල, හොර ඉටි, සුදුහඳුන්, රත්තඳුන්, අහිල්, දේවදර, වැල්මදට, ඉහුරුපියලි, ගල්සෙවෙල්, වදකන, ඉරමුසු මුල්, කොල්ලන් කොළ, ජවාමංස මේ තැම දෙ කලන් මංවාඩි දහය බැගින් ගෙන කොටා සිනිඳු කොට අඹරා, සීල වැඩි කර යට කී බේන්වලට දමා, වජ්‍ර යෝගය ඇති මොහොතෙක දී ලීපෑ තබා, සතර පැත්තේ පැහිරි කණු සතරක් සිටුවා එහි පිරිත් නුල් බැඳ, තුන් යාමයක් පිරිත් කරමින් සත් දිනක් මඳ ගින්නේ

කකාරවා, හැන්දේ ඇලෙන ලණු පදමට සිදුවනු. තෙල පෙරා ගත් වහාම රත්රන් ටිකක් හා මා වී ටිකක් දමා බෝතල්වලට වත්කරන්න. ඉසරදයට, සියලු වාත රක්ත පිත්ත විකාරවලට ඇහේ ගාන්න. සුදුසු අවස්ථායෙහි නශ්‍ය කරන්න. වදන්නට බැරි සහිතව අභ්‍යංග හා පාන කරවන්න. ගැබ්නියට බොන්නට දෙන්න. පහසුවෙන් වදයි.

සන්නියෙන් ගොළු හෝ බිහිරි හෝ වූ අයට බොන්නට දෙන්න. ඇඟ ගාන්න. තෂටකාම වාතයට බොන්නට දෙන්න.

කැපුම් කෙටුම් තුවාලයට තෙල් ගාන්න. නහර කැඩුම් බිඳුම් පෙරළම් ගුණ වේ.

ධාතුබල හීන අයට, ඇඟ දිරවන අයට, පිත් කෝපයෙන් විකාර කරන අයට අභ්‍යංග කරන්න. බොන්නට ද දෙන්න. සියලු සන්ධිගත වායු, බඩරුඡ, ගුල්ම හා තුන් දෙසින් වන තවත් නොයෙක් ලෙඩ සුව වේ.

අත්පා ශීතල කොට එන කැක්කුම්වලට, භූතෝත්මාදයට, උණ විකාරයට, යක්ෂ්‍යයට, වාතසන්නි ගොළු බවට ඇඟ ගාන්න. බොන්නට දෙන්න. සුව වේ. ප්‍රත්‍යක්ෂයි.

හෙණුරාජ කල්කය

කීකිරිදිය, මුගුණුවැන්න, සාරණ, රසකිඳ, රසඔලිඳ, දියතබරල, හාතාවාරිය, කරල්සැබෝ, දිවිපනුරු, මදුරු, ඉරිවේරිය, සත්සඳ, ඉරමුසු, කලාදුරු අල, සැවැන්දරා, දුම්මැල්ල, උදුපියලි, තුඹ, කුප්පමේනිය, එළබටු, කිරිඅඟුන, ඉදිබඩ, තෙළුම් අල, බිම්කොහොඹ යුෂ මේ හැම යුෂ පත බැගින් ගෙන සැළක වත්කර, වැටකේ යුෂ මනාවක් ද දෙසි ඇඹුල් මනාවක් ද උක් පැණි පතක් ද මී පැණි පතක් ද එළකිරි නැළියක් ද සියඹලා ඇඹුල් මනාවක් ද තෙලිප්ප නැළියක් ද කිතුල් රා නැළියක් ද කිතුල් පැණි මනාවක් ද අරක්කු කලඳක් ද එයට වත්කර,

දෙදුරු, අසමෝදගම්, හිප්පිලි, පෙරුම්කායම්, ගල්මද, ගල්නහර, අබිත්, සීනක්කාරම්, සුවසලුණු, බළල්ලුණු, යවකාරලුණු, සවිඳලුණු, වැල්මී, කොට්ටම්, යනුනු, යබොර මේ

හැම කුඩුකර කසායට දමා, තලතෙල් පෙරා වත්කර, කඩ බැඳ සතියක් ළිප තුළ වළලා ගිනි කර, සත් දිනකට පසු රැගෙන උදේ සවස පත බැගින් වළඳන්න.

අණ්ඩවායු, කට්වායු, මූලවායු, ශුලවායු, ගභීශුල, ලිංගවායු, කපාලවායු, රත්පිත්වායු, ගෝනිතවායු, කෙප්පවායු, බඩ වායු, පිටු වායු, වාතවායු, සුළු ගිනියම්, සෙම් ගිනියම්, පිත් ගිනියම්, දහරුඡ, අණ්ඩිත ගිනියම්, බහින් බුලහින් රා අරක්කුවෙන් කැවුණු විත, හතිකැක්කුම්, පිස්සුවිකාර යන සියල්ල ගුණ වේ. සත්‍ය යි.

අණ්ඩවායුවට, ලේ ශුද්ධ වීමට, ඇඟපත ශක්තිය වැඩිමට

වැල්පෙනෙල සහමුලින් ගෙන රතුලුනු, කිතුල් හකුරු හා එකට කොටා මිරිකා පෙරාගත් ඉස්ම, එළඟිතෙල් උණු කොට උණු වන විට එහි දමා සුප් එක මෙන් සාදාගෙන දිනපතා ටික කලක් බොන්න. ක්‍රියාබල වැඩේ. අණ්ඩවායු සුව වේ. ලේ ශුද්ධ වේ. මලබද්ධය ද දුරු වේ.

පිට රුදාවට

අමු කහ රාත්තල් කාල යි, මල්පැපොල් පොතු රාත්තල් කාල යි, බුරුල්ල පොතු රාත්තල් කාල යි, බැලතණ සහමුලින් රාත්තල් කාල යි. මේවා හොඳට අඹරන්න. නොපැගුණ වැලි සේරු දෙකක් කබලේ රත් කර ගොම පිරිබඩ කළ පොළොවේ අනුරා ඊ මත්තේ මේ බේත් අතුරා පැදුරක් එළා රිදෙන තැන බේත උඩට හිටින සේ එය මත සැතපෙන්න. මුළු රැයක් ම නිදන්න. සත්‍ය යි.

* * *

සංගමාලයට

රතුලුනු කලන් 4 යි, කිතුල් හතුරු කලන් 4 යි, එළපිටවක්කා කලන් 2 යි, අමු ඉතුරු කලන් 2 යි. මේ හැම ගෙන වතුර පත අට එකට හිඳවා දවසට දෙ වේල බැගින් කසාය හතරක් බොන්න.

ඉන් පසු දෙන කැඳ

හින්බෝවිටියා හොඳට මේරු කොළ පොල් ගා දමා එකට කොටා මිරිකාදමා හිතූටි හාලින් කැඳ පිය බොන්නට දෙන්න. කීප දිනක් මෙය බොන්නට දී ඉන් පසු පහත දැක්වෙන බස්නය සාදා කන්නට දෙන්න.

එළඉඹුල්පොතු හෝ කොට්ට ගහක පොත්තේ හෝ පිටසුඹුල පෙරන් ගා දමා පොත්ත තළා හොඳට තැළුණු පසු කැබැලිවලට කඩා නැවුම් මුට්ටියෙක දමා ලොකු තැඹිලි ගෙඩි දෙළහක හෝ කුඩා තැඹිලිගෙඩි පසොළොසෙක හෝ දිය වත් කොට, ඉදුණු දෙහි ගෙඩි දහයක ඉස්ම එහි ලා කිතුල් හතුරු බෑයක් ගා දමන්න. දෙහි ගෙඩියක් තරම් යබොර කැබැල්ලක් ද එහි ලන්න. ඉන්පසු එය වසා තබා දස දිනකට පසු වරින් වර ටික ටික බොන්න. හාර මාසයක් යන තුරු මස්, මාළු කරවළ නොකන්න. කැවොත් මරණය නියත යි.

සංගමාල අඩස්සියට

ඉදුණු ඇඹුල් දෙඩම් ගෙඩියෙක ඉස්මට කිතුල් හතුරු බෑයක් දමා තලප පදමට එන තුරු හැන්දෙන් කලතා තබාගෙන ටික ටික කන්නට දෙනු. බඩ එළිය යයි. මේ අත්දුටු ප්‍රතිකාර ක්‍රමයෙකි.

සිහි මඳ බව, විඩා ආදියට රාජගුරු කසාය

කලාභුරු, විලඳ, සැවැන්දන, අත්තික්කා පොතු, තැඹිලි පොල් මුල්, තල් මුල්, පාවට්ටා මුල් මේවා කලඳ බැගින් ගෙන නැබිලි හතර දෙකකට කකාරා, සිහි තුන් කලඳක් ද එළකිරි කලඳක් ද දමා කසාය දෙනු. විඩාව, උගුර කට වියළීම, ඔක්කාරය, සිහි මඳ ගතිය යන හැම ගුණ වේ. රාජගුරු කසාය යි.

දරු ප්‍රසූතිය පහසු වීමට කෙමක්

පෙනෙලවැලන් පිටවක්කා මුලන් රැගෙන මුදුනි රුව තනා ගැබින්නගේ මාපටුහිල්ලේ දමනු. රූඡාව බලවත් වී වදයි. රූඡාව නැති ව වෙඩුලිම ආවොත් “ඔං හ්‍රිං හ්‍රිං හ්‍රිං” අෂ්ටහෙරවි කාක්ෂහෙරවි කාලි විෂ්ණුදේවී වෙසමුණි දේවී යක්ෂ රාක්ෂස පිශාව සච්ඡය කුමාරහය හෙරව කාලි අම්මා පුලයන්තු සවාහා” යන මතූරින් පැන් මතූරා කෙවනු. වදන්.

අළුතම්වලට

වැල්මදට, බෝදි ඇට කලන් හය බැගින් ගෙන වතුර පත අට එකට හිඳවා උදේ පතකුත් සවස පතකුත් මී පැණි දමා බොනු. ප්‍රත්‍යක්ෂ යි. අළුතම් සුව වේ.

පිලිස්සීමට තෙල

කහමිල්ල පොතු කොටා ගත් ඉස්ම තලතෙලට දමා සිඳුවාගෙන පිලිස්සීමට ගානු. මෙහි පත්තුව මුල දී බැන්ද යුතු. තෙල පසු ව ගැ යුතු. කුඩා දරුවනට තෙල පළමුවෙන් ගැ යුතු.

තරබව අඩු කිරීමට හා කෙටිටු ගතිය

නැති කිරීමට

හොඳට ඉදුණු කෙසෙල් ගෙඩි සෑම දම උදේ දවල් සවස වළඳනු. කෘශයා සුදුල වේ. අධිකසුදුලයා හේ සුදුල බව අඩු වේ.

නුවණ වැඩීමට

නෙළුම්රේණු පලම් සියයක් සුකුකර මී පැණි, හිතෙල් දෙකින් අනා තබාගෙන ඉදුණු කෙසෙල්ගෙඩි සමඟ හිස් බඩ වළඳනු. රාත්‍රියට ද වළඳනු. සරසවතී මෙන් ප්‍රාඥ වේ.

තුන් දෙසින් උපදනා ලෙඩට
(ලෙඩ නො වැලඳී ඉඳීමට)

සෑම උදයකම සවිදලුණු සමහ කෙසෙල් ගෙඩියක් වළඳනු.
තුන් දෙසින් උපදනා වකඩ නො උපදී.

සෞම්‍ය ධාතුබල වැඩීමට

සියඹලා ඇටවල පිට පොත්ත හැර දමා ඇට අඹරා එළකිරෙන්
තලප පිස සිති හෝ එළකිරි හෝ මී පැණි සමඟ වළඳනු. සෞම්‍ය
ධාතුබල වඩා.

නුවණ වැඩෙන්නට

කිරෙන් හෝ ගිතෙලින් හෝ තලතෙලින් හෝ වදකහ සවලපයක්
දින පතා හිස් බඩ මාසයක් වළඳනු. නුවණ වැඩේ. යක්කු දුරු
වෙත්. කවි වේ.

ශරීරය පුෂ්ටිමත් වන්නට

හිප්පිලි සුනු, සිති, මී, ගිතෙල් සමඟ වළඳනු. සියලු රෝග
තසා ඇඟ තර වේ. ජරා නැසේ.

ජරා නැසී ඇඟ වැඩීමට බෙහෙතක්

හිපල් සුනු ශකීරා සමඟ වළඳනු. ඇඟ තර වේ. දිඬායුෂ්ක වේ.
ජරා නැසේ.

ගිනි විෂට නෙලක්

සුදුදුරු, මාදුරු, අසමෝදගම්, සේරු කොළ මිටක්, රතුලුනු
කාලක්, තැඹිලි පොල් ගෙඩියක් ගෙන මිරිකා උඩ කී බේත්
එහි ලා තෙල සිඳිනු. දැවට ගානු.

ශිවරාජ ගුළිය

තුන් වග දුරු දෙක තිකුළු ද	හිපලුත්
ඉන් සම කොට කිරු එ බරට	විලඳත්
ගත් සෑම ඔසු බරට ම	රත්සඳුනුත්
ඉන් පසු ගලා හෙවැ නගරින්	අඹරත්

අඹරත් තුන් දින සිතිදු ව	රැගෙනේ
ලොබලත් ගුළි ලා මුංඇට	පමණේ
තබලත් තුන් දින වියලා	පවනේ
එ බලත් දෙනු යන විට ලේ	වමනේ

වමන බඩින් යනුවට	එයැසිල්ලේ
පැමිණ දකුණු පය	මාපැහිල්ලේ
අමන රුජ එයි ගතෙහි	සියල්ලේ
පමණ නොමැත ලෙඩ ඒ ය	ඇසිල්ලේ

ඇසිල්ලෙකින් එන ඇඟමස් එ	නටා
කිසිල්ලා ලෑමදෙහි ඇමිම ද	අරිටා
ගැසිල්ල අතපය එයි	අත්තිමටා
මැසිල්ල නො ව නගරින් දෙනු	කලටා

කලට තිවග මැඩ දෙනු උණු පැන්	ලා
බලට අවොත් දෙනු නිඹතෙල් ගුළි	ලා
පලට ජාති මැඩ දෙනු දෙසිඹුල්	ලා
රැළට එ ගජ කෙසරිදු වැනි	එකලා

එකල උන්ට තද ගිනියම් ආ	කල
කකළ පැනින් දෙනු නික කුඹුරු ද	කොළ
එකල එ රත් සුනු තැඹිලි දියෙන්	බල
සකල ගිනිම නැත සිඳ දෙනු බෙලි	කොළ

බෙලි කොළ මුල් විලඳත් සහ දෙනු	සිඳ
ගෙළ සඳුනුත් උක්පැණියෙන් දුන්	සඳ
කලියුග වරුසෙට පැමිණී එන	සඳ
මුල කියැවුණු සෑම බැරිකම් යෙයි	බිඳ

බිඳයෙයි ජලසන්නිද හැම වමන	ම
කදිමයි තම නො ම දත් හැම ලෙඩට	ම
සොඳ මයි ඉඳුරු යුසින් දෙනු මුලට	ම
බිඳයෙයි අනුපත දෑන දෙනු ලෙඩටැ	ම

සෑම ඔසු තෙළෙසක් ව ද ගෙන එ කිරි	ව
එම ලෙද එක මහෙකින් අඹරා ල	ව
දිව යස අනුපත දෑන දෙනු ලෙඩ සෑ	ව
හැම බඩු ලෙඩට ම ඉඟුරු යුසින් දෙ	ව

බඩේ හැම ලෙඩට ම ඉඟුරු යුසින් ද වමනෙට සාදික්කා දෙසිඹුල් යුසින් ද ගලා ගා ගුළි දමා දෙනු. සඵ විෂට ඉඟුරු යුසින් තුවාලයේ ගානු. මුරුංගා ඉඟුරු තම්බා ගුළි 4 ක් දිය කර පොවනු.

ලොකු අයට ගුළි 4 යි, සත්තියට ගුළි 8 යි, කොහොඹ තෙලින් දෙනු. කුඩා අයට ගුළි 2 යි.

පාණඩුවට බස්නය

අමු ඉඟුරු රාත්තල් 2 යි, සුදුලුනු රාත්තල් කාල යි, කිතුල් රා බෝතල 4 යි, වළඟසාල් කලද යි, තිප්පිලි කලද යි මේ හැම එකට බඳුනෙක හෝ පොළොව යට හෝ දවස් 15ක් තබා ගොඩ ගත යුතු. පාණඩු බස්නය යි.

සුළු පස්මුල

අස්වැන්න, පොල්පලා, එළබටු මුල්, කටුවැල්බටු, නෙරොචි මේවා එක් වගෙන් කලන් 2යි මංවාඩි 8 බැගින් ගෙන අට එකට සිදුවා සිති, මී පැණි තිප්පිලි කුඩු දමා බොනු. ප්‍රතිශතව පැසවයි. ප්‍රතිශතව තරක් වී විශුළී ඉස රුඡා ආදිය හැදුණාම ද මෙය යහපති. ඇඟ නිවෙයි. ධාතු ශමනය වේ.

නින්ද නොයනවාට කෙමක්

තරක් ලගින තැනෙකින් කතා නො කර නිදිකුම්බ, ටිකක් උගුළුවාගෙන බිම දිගේ ගිය මදුරුවලක් හා එකට බැඳ වෙළා පැදුර යටට දමා සැතපෙනු. තදට නින්ද යයි.

නෂ්ටකාමයට

බිත්තල් අල ගිතෙලින් අඹරා සතිසක් වළඳනු.

හිසරදයට

සිද්දිඟුරු කෙසෙල් ගෙඩි අනා වළඳනු.

අරිටු ලකුණු පහළ වූ ලෙඩට

රන්සුනු, නෙල්ලි, කිහිරි සුනු මී පැණියෙන් ලේග කරනු. ඉන් පසු කිරි බොනු. අරිටු ලකුණු පහළ වූ රෝග පවා සුව වේ.

කටින් නාහෙන් හෝ උගුරෙන් හෝ ලේ යනවාට

කොතඹුරු, සැබෝ මුල් එකට අඹරා පොවනු.

සියඹලා කොළ යුසින් කෝමාරිකා අල අඹරා නශ්‍ය කරනු. සක්පොඩි, සිවංගුරු, වැල්මී, අරළු, මයිලමල් එක් කර තනකිරි ගිතෙලින් කකාරා නශ්‍ය කරනු. ලේ නවතී.

වසූරියට

හාල්මැස්සන් නරමුත්‍රයෙන් හෝ හාල්පානු දියෙන් හෝ ගල ගා බොන්නට දෙනු. වදුරු නො නඟී. වැටකේ යුෂ හෝ මදිංචි කරනු. වදුරු නො නඟී.

චතුෂ්පත්‍ර ඝාතය

ආධානෝධාකොළ යුෂ නැළිය යි, කිකිරිදිය යුෂ නැළිය යි, මකුළුවැන්න යුෂ නැළිය යි, එළකිරි නැළි හතර යි, බැමිතිරිය යුෂ නැළිය යි. මේ සියල්ල මිශ්‍ර කොට ආධානෝධා, කිකිරිදිය, මකුළුවැන්න, බැමිතිරිය කොළ සත් කලන් හමාර බැගින් ගෙන අඹරා කල්ක කොට එය යට කී සොරසෙහි කලතා එළඟිතෙල් නැළියක් වත් කර තුන්දිනක් මද ගින්නේ කකාරා, සමපාකයට බා පෙරා තබා දවසට තුන් කලද බැගින් වළඳනු. රසායන යි. ධාතුබල වඩයි. ජරා නසයි. ඇසට හිත යි. ආයු වඩයි. කය ශුද්ධ කරයි. තුන් දෙස් අනුලෝමී කරයි. ලයට හිත යි. බඩගිනි වඩයි. වස්තිග ශුද්ධ කරයි. රුඡා, ගුල්ම, උදවතී, කුෂට, පාණඩු, විඤ්චි, යෝනි රෝග, වස්මර, බිහිරි බව, ගල ග්‍රහ, විසඵ, උදර උන්මාද, ඉදිමුම්, සිසැරුම්, වෙවුලුම්, හෘදය රෝග, මුර්ඡා, ශෝෂ උරඝ්‍යන, ගභීසංග, මුළගතී, කාශශවාස, මුත්‍රශකීරා, මුත්‍ර කාවඡා සත් වෘද්ධිරෝග, ප්‍රමේහ, බරවා, අශීස්, හික්කා, හගන්දර වමන ඇස් ඇදිරි යන මෙතෙක් රෝග නසයි.

බඩගිනි වැඩෙන්නට

අරළු, විශුද්ධ ඉඟුරු සමඟ හෝ උක්සකුරු සමඟ හෝ සවිදලුණුත් මිශ්‍ර කොට හැම දම හිස්බඩ වළඳනු. බඩගිනි වඩා.

සොංගමාලයට, රත්පිත් ශමනයට

කෝමාරිකා පල්ලක් මැදින් පළා එහි තුළ මුං ඇට බහා රාත්‍රියේ එළිමහනේ උස් තැනෙක පිති වැටෙන්නට තබා පසු ද උදේ පැළ තැහි ඇති මුං ඇට ටිකක් කෝමාරිකා කැල්ලක් (පිට ලෙල්ල හැර) හා එකට අඹරා එළකිරෙහි දිය කර පෙරා හොඳට උණු කර සීනි හෝ සකුරු හෝ සමඟ උදෙන්ම බොනු. දින පතා මෙසේ කිරීමෙන් රත්පිත් ශමනය වේ. මේ ඇඹරු බේත් ඉසේ ද දමනු. ඉතිරි ටික කිරෙන් දිය කර බොන්නට දෙනු. සොංගමාලය සුව වේ.

තුන් දෙස් ශමනයට

කොහිල අල, ගොටුකොළ, රතුලුනු සම ව ගෙන කොටා මිරිකා කොල්කිරිත් සමඟ කැඳට දමා බොනු. අශීස් ආදි රෝග සුව කොට ඇඟ නිවයි.

නවනාථසිංහ තෙලය

අළුපුනුල් ඉස්ම නැළි අටයි, ඉඳි අල නැළි දෙකයි, අන්නාසි ඇඹුල් නැළි දෙකයි, තැඹිලි වතුර නැළි දෙකයි, එළකිරි නැළි දෙකයි, මුතුණුවැන්න, හානාවාරිය මුල්, දෙළුම් ඇට, වල්කිඩාරම් අල, කලාඳුරු අල මේ හැම පත පතයි, දෙසි ඇඹුල් මනාවයි මේ සියල්ල සැළියක ලා තුන් දිනක් කකාරා, පත හතරට සිදුවා, එළහිතෙල් නැළියක් ද තලතෙල් නැළියක් ද කොහොඹතෙල් පතක් ද මීතෙල් පතක් ද ගෙන කසායට වත් කර, දවසක් කකාරා, සඳුන් පලම් දෙකකුත් වැල්මී පලමකුත් පෙරුම්කායම් දේවදර, වෙඩිලුණු, ලේවාලුණු, සවිදලුණු, සුවසලුණු, බළල්ලුණු, යවකාර ලුණු කලත් තුන තුනත් ගෙන දෙදුරු, මාදුරු, ඉහිනි ඇට කලඳ බැගින් ගෙන හොඳට අඹරා තෙලට දිය කොට දවසක් හැර පසු ද එළගොම උඩට බා, පෙරා සත් පැයකට පසු, කොට්ටම්, හිඟුරුපියලි,

කට්ටකුමංජල්, උරුලායට්ටම්, හල්දුම්මල යන මේවා එක වගෙන් කලඳ බැගින් ගෙන තෙලට දමනු. නවනාථසිංහ තෙලයයි. මෙය සියලු විෂට, සියලු සන්නියට යහපති. සතුන්ගෙන් වන උපද්‍රවවලට, සිංහාසන නැඹීමට, රාජවර්ෂයට, සභාදි දීඝී ජාතීන් දුරු කිරීමට, දෙවියන් වර්ෂ කර ගන්නට, බොජුන් ලැබීමට, ගව මහිණාදීන් දූපණේ ලන්නට, කලඑළිබැ සීමට, ගොප් පිහිටුවීමට, යකුන් දූපණේ හෙළන්නට, ගම් ඉමේදී කැප කර දෙනු. පාළු යකුන් දුරු කරන්නට ගිනි පිරිහිත් ගල් මතුර, එතැනට දමනු. තුන් වේලේ මතුළොත් දෙළොස් අවුරුද්දක්ම ඇරේ. අංගම් සූනියම් නොවදී. යක්කු නේත්.

ජීවකරන්න කලාකණ්ඩාය

රසකිඳ කොළ - මුල්, ලුනුවිල කොළ - මුල්, කළු උක් දඩු හා මුල්, හානාවාරිය කොළ හා අල, ඉරමුසු කොළ හා මුල්, අළුකෙහෙල් අල හා මුල්, එළමළිඳ කොළ හා මුල් මේවා එක් වගෙන් කලන් දෙළහ බැගින් ගෙන සිනිඳු වන්නට කොටා හෝ අඹරා හෝ තැඹිලි වතුර නැළි සතරක් වත් කර දවසක් තබා, මටුල්ලෙකින් පෙරාගෙන, එළකිරි පත දෙකයි, එළහිතෙල් පත දෙකයි, කොත්තමල්ලි කලන් දෙකයි, සහිදලුණු කලන් දෙකයි, හිප්පිලි කලඳයි, සුදුදුරු කලන් දෙකයි, කළුදුරු කලන් දෙකයි, රතුලුනු කලන් හතරයි, සුදුලුනු කලන් හතරයි, ගම්මිරිස් කලන් බාගයයි, සුදුහඳුන් කලන් දහයයි මේ හැම කුඩු කර තන කිරෙන් අඹරා දිය කර දිය හිඳෙන තරමට පිස රස්නය පිටම උක් සීනි රාත්තලක් දමා කලවම් කර, වේලකට බුළු ගෙඩියක් පමණ සති තුනක් උදේ සවස වළඳනු. ඇල් දිය නානු. බැදිලුණු, ගම්මිරිස්, ගොරක ඇඹුල්, අළුකෙහෙල්, පුනුල්, මුතුණුවැන්න, තෝර මාළු, මෝර මාළු, තැම්බු කාලේ බත්, එළකිරි, කෝලිකුට්ටු වළඳනු. පළා, පිලිහුඩු, හිත්ත දෑ නොකනු. කිල්ලට අසු නොවනු.

මෙහි ගුණ :

ගොළ බව, බිහිරි බව, තොල කට විශුද්ධි, අරුවිය, දත් මුල් පැයවීම, දද - කුෂ්ට - හොරි - වණ, ඇඟ නියගැම, අත්පා හිරි වැටීම, පිත් දහ, පිත් විකාර, තුන් දෙස් විකාර, පංච උත්මාද, කය කෙට්ටු වීම, ධාතුබල අඩු වීම හා කායඝ්න සේවනය

තොරිසි විම, කට්ටුමුල, කට ගඳ, උතුර බැරැඩිය, ඇඟ කහ පැහැ විම ආදි ලේ පිත් දෙසින් උපදනා රෝගවලට ප්‍රත්‍යක්ෂ ගුණදායී ඖෂධයෙකි. අගස්ති මහර්ෂීන් පැවැසූ ජීවකරත්ත කලකණ්ණතය යි.

නිතර පවත්නා තද ඉසරදයට

කුප්පමේනිය ගස් කීපයක් මුලුත් සමඟ ගෙන සෝද කොටා විනාකිරි හා මිශ්‍ර කොට පොට්ටනි දෙකකට බැඳ වංචුවේ තම්බා තළල දෙපැත්ත තවත්ත.

අපස්මාරයට (මීමැස්මුරයට)

අමුක්කරා වූණිය කිරි සමඟ වළඳන්න. සුදුලුනු යුස බිත්ද දෙකක්ද තලතෙල් බිත්ද දෙකක්ද ඊයම් අළු ග්‍රෙන්ස් එකක්ද මිශ්‍ර කොට පාංකඩක දමා පෙරාගෙන නශ්‍ය කළ යුතු. එක් නාසයකට බිත්ද තුන බැගිනි. ඉරු උද වී හෝරා දෙකකට පමණ පසුව මෙය කළ යුතුයි. මාසයකට වර යි. මේ අතර නාරායණ තෙලය ඇහේත් ඉසේත් ගැ යුතුයි. සාරසවනාර්ෂටය* බිමට දෙන්න.

නිරෝග වන්නට

කහ අරළු කුඩු පලමයි, ගිතෙල් පලමයි, මී පැණි පලමයි. ගිතෙලින් අරළු කුඩු ටික පැයක් පමණ අඹරා මී පැණියෙන් හොඳට අනා තබා තිබ්බටු ගෙඩියක් පමණ හිස්බඩ වළඳන්න. වේල් හැටයි. නිරෝග වේ. ඇඟ රැලි වැටීම, දත් වැටීම පවා නවතී.

නිරෝග බව රැකගන්නට - එළකිරි, ගිතෙල්, සුකිරි මිශ්‍ර කොට දිනපතා හිස්බඩ වළඳන්න. වාජිකරණ යි.

ලාජනජීය

තිප්පිලි 1 යි, මුද්දිරප්පලම් 4 යි. ඒ දෙ වගේම බරට හීනැටි විළඳ මේ හැම මී පැණියෙන් අඹරා ගිතෙලින් අනා තබා බුළුගෙඩියක් පමණ සුවඳුල් සමඟ දවසට දෙ වරක් ආහාරයට පළමුවෙන් වළඳනු.

* වෛද්‍යවරුන් ළඟ තිබේ.

කටේ කබරයට

ඉහුරු, මොනරපිත උණු දියෙන් අඹරා ගනු.

වන්ද්‍රප්‍රභාවටය

බෝදි ඇට, වදකහ, කලාඳුරු, බිම්කොහොඹ, රසකිඳ, දේවදර, වෙනිවැල්ගැට, අතිඋඩයන්, කහ, තිප්පිලි මුල්, රත්තිටුල්, සුදුනිටුල්, කොත්තමල්ලි, අරළු, බුළු, තෙල්ලි, සිවිය, වළඟකල්, ගජතිප්පිලි, ඉහුරු, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි, දිය රත්රන් මේවා කලඳ බැගින් ගෙන සර්පිකෂාර, යවකෂාර, සවිකඩ, බළල්ලුණු සුවසලුණු, කලඳ බැගින් ගෙන,

ත්‍රස්තවාලු කලන් 4, දූත්ත කලන් 4, තලිස්පතුරු කලන් 4, කුරුඳුපොතු කලන් 4, එන්සාල් කලන් 4, උණකපුරු කලන් 4, ලෝහහස්ම කලන් 8, සීනි කලන් 16, සිලාජාතු කලන් 32, ගුගුල් කලන් 64 මේ හැම අමු තෙල්ලි යුසින් මදුරුතලා යුසින් ඇඹරිය යුතු. මංවාඩි 4 ක් හෝ පහක් හෝ පමණ බර ගුළි සාද උදේ ගුළි දෙකක් ගිල කිරි බොනු. රසායන යි. මුත්‍රකෘච්ඡදි වකුගඩු රෝග ද ගුණ වේ.

ඇස්වල පටල ආදියට

වෙනිවැල්ගැට පෙති ලාභක් වතුර බෝතල සොළොසක් දමා බෝතල දෙකට සිඳුවා, පෙරා තබා, තැඹිලි ගෙඩි දෙළහක වතුර දමා බෝතල දෙකට හිඳුවනු. ඉන් පසු රෙද්දකින් හත් වරක් පෙරා මී පැණි බෝතල බාගයකුත් දෙසිඹුල් බෝතල බාගයකුත් පෙරා එයට දමනු. භාජනයක සුරැකි කොට තබා, දිනපතා බිත්ද අටක් ඇසට දමනු. ඇස්වල මස් රොද, පටලය සංසිඳේ.

මේ බේත ම කුඩා කෝප්ප බාගයකට ඇල් දිය කුඩා කෝප්ප බාගයක් මිශ්‍ර කොට බොන්නට දෙනු. පිටගැස්ම නොසෑදේ.

උපග්‍රහය

සම්පාදිත ඖෂධ

මේ පොතෙහි සඳහන් බුද්ධිමත් ඉළිය, මහානායකයා තෙලය, ශිකාරාම ඉළිය, බුද්ධිමත් කල්කය ආදියේ වට්ටෝරු මෙහි සඳහන් නොකෙළේ ආයුර්වේද ඖසුනල්වලින් පහසුවෙන් ලබාගන්නට ඇති හෙයිනි.

විෂ මාරණය

අත්තන, ජාල, රත්තිටොල්, යබොර, රසදිය, ගන්ධක ආදී බෙහෙත් යෙදිය යුත්තේ විෂ මාරණ විධි දත් පළපුරුදු වෛද්‍යවරයන් විසිනි.

මී පැණි

උණු කරන බෙහෙත් සමබන්ධ වට්ටෝරු ගණනාවකට මී පැණිද සඳහන්ව ඇත. බා පෙරා නිවුණට පසු මී පැණි එකතු කරනු විනා මී පැණි යොදා උණු කිරීමක් පෙරදිග වෛද්‍ය ක්‍රමයේ නොවන බව වෛද්‍යවරු දනිති.

34 වැනි පිටුවේ

ඇස් පෙනීම දියුණු වන්නට

සිරස්තලය යටතෙහි වූ ශෝක්කයෙහි අදහස - වැසි කල්හි කාකමාවිය හෙවත් කළුකැමීමේරිය ගස සහමුලින් ගෙන යෝදා තලතෙලින් මලවා කැමෙන් ගිජුලිහිණියකුට බඳු තියුණු පෙනීමක් ලැබේ.

34 වැනි පිටුවේ

නේත්‍ර රෝගවලට

සිරස්තලය යටතෙහි වූ ශෝක්කයෙහි අදහස - පිට සුදුසාරණ මුල ගිතෙලින් ගල හා ඇසු ලීමෙන් ඇස් කඳුළු ගැලීම සුව වේ. එ ම මුල කහ අල සමඟ කොටා යුෂ ඇස අංජන ලීමෙන් කිසි දුක නේත්‍රාරෝග නො යැදේ.

34 වැනි පිටුවේ

ඇස් නිමිර පටලයට

සිරස්තලය යටතෙහි වූ ශෝක්කයෙහි අදහස - කහ, වනුවැල්, සහිදලුණු, ඉඟුරු, ගම්මිරිස්, තිප්පිලි කරද ඇට මද සමඟ ගව ගෙන කීකිරිදිය යුසින් අඹරා ඇස් ලැමෙන් නිමිර හා පටල සුව වේ.

සක්කටු පුලුස්සා වෙඩුරින් අඹරා ඇස අංජනම් ලැමෙන් කල් ගිය ඇස් පොළඳ සුව වේ.