"સસ્તુ" સાહિત્ય એટલે ઉંચામાં ઉંચુ" સાહિત્ય"

તક્રકલ્પ

અર્થાત

[છાશસેવનવિધિ]

સંયોજક :
વૈદ્ય હરિપ્રસાદ ચુનીલાલ ભટ્ટ 'આયુર્વેદાચાર્ય'
વાઇસપ્રિન્સિપાલ, મ૦ ગુ૦ આયુર્વેદિક કોલેજ-નડિયાદ

★

ભિક્ષુ અખંડાનંદની પ્રસાદી
સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય
ઠે: ભદ્ર પાસે અમદાવાદ અને પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ મુંબઇ-૨

★

૬૦ નયા પૈસા

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

'સસ્તું' સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું' સાહિત્ય'

તક્રકલ્પ

અર્થાત્

[છાશસેવનવિધિ]

★

સંયોજક :
વૈદ્ય હરિપ્રસાદ ચુનીલાલ ભટ્ટ 'આયુર્વેદાચાર્ય'
વાઇસપ્રિન્સિપાલ, મ૦ ગુ૦ આયુર્વેદિક કોલેજ–નડિયાદ

★

ભિક્ષુ અખંડાનંદની પ્રસાદી
સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય
ભદ્ર પાસે અમદાવાદ અને પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ મુંબઇ-૨

★

૬૦ નયા પૈસા

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

સંવત ૨૦૧૬ સન ૧૯૬૦

(c)
[સર્વ હક્ક પ્રકાશક સંસ્થાને સ્વાધીન છે.]

00-3-60

મુદ્રક અને પ્રકાશક : ત્રિભુવનદાસ ક૦ ઠક્કર,
સસ્તું સાહિત્ય મુદ્રણાલય, રાયખડ : : અમદાવાદ

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

નિવેદન

'यथा सुराणाममृतं प्रधानं तथा नराणां भुवि तक्रमाहुः–સર્વ પ્રકારનાં પીણાંમાં દેવોમાં જેમ અમૃત મુખ્ય છે, તેમ પૃથ્વી પરના લોકો માટે છાસ મુખ્ય છે. દૂધ, દહીં, છાસ, માખણ, ઘી, એ પૃથ્વી પરનાં પાંચ અમૃત–પંચામૃત છે.

આયુર્વેદની દૃષ્ટિએ છાસના ગુણો આલેખતા આ પુસ્તકમાં રોગ પરત્વે છાશના જુદાજુદા અનુભૂત પ્રયોગો આપવામાં આવ્યા છે. ખાસ કરીને છાશને વાપરવાની રીત, રોગીને માફક આવતાં લક્ષણો અને કોઈ વખત તેનાથી થતા ઉપદ્રવોના ઉપાયો પણ આપ્યા છે.

છેવટે ચરક, સુશ્રુત, આર્યભિષક્, શાર્ઙ્ગધર, રસરત્નસમુચ્ચય વગેરે ગ્રંથો અનુસાર છાશનાં જુદાં જુદાં અનુપાન આપ્યાં છે તેમ જ પારિભાષિક કઠિન શબ્દોના અર્થ ઉપરાંત પરિશિષ્ટ આપીને આ પુસ્તકને લોકોપયોગી બનાવવા માટે સંયોજકે યથાશક્ય પ્રયત્ન કર્યો છે.

આ પુસ્તકની આ નવી આવૃત્તિ પ્રસિદ્ધ કરવાની રજા શ્રી સયાજી સાહિત્યમાલા પ્રકાશન સમિતિએ–મહારાજા સયાજીરાવ યુનિવર્સિટી વડોદરાએ ઉદારતાથી આપી છે–તે બદલ તેનો આભાર માનવામાં આવે છે.

આશા છે કે આ પુસ્તક વાચકોને ઘણું રુચિકર થઈ પડશે.

મુંબઈ,
તા. ૧૯–૩–'૬૦

સસ્તું સાહિત્ય મુદ્રણાલય ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓ વતી
મનુ સુબેદાર (પ્રમુખ)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

'સસ્તું સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું સાહિત્ય'

કેટલાંક ઉપયોગી પુસ્તકો

ધર્મગ્રંથો

રામાયણો

તુલસીકૃત રામાયણ–૧,૨	૧૦–૦૦
વાલ્મીકિ રામાયણ–૧,૨	૧૨–૦૦
ગિરધરકૃત રામાયણ	૫–૦૦
શ્રીરામચરિતમાનસ	૬–૫૦
શ્રીરામચરિતમાનસકોશ	૦–૫૦
તુલસીરામાયણનાં મહાવાક્યો ...	૦–૫૦

ઉપનિષદો

કઠોપનિષદ ...	૧–૨૫
પ્રશ્નોપનિષદ ...	૧–૦૦
મુણ્ડકોપનિષદ ...	૧–૦૦
માણ્ડૂક્ય ઉપનિષદ	૩–૦૦
બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ	૨–૦૦
ઈશ ને કેન ઉપનિષદ	૧–૨૫
સો ઉપનિષદો ...	૫–૦૦
મહાવાક્યરત્નાવલી ...	૧–૦૦

પુરાણો

મહાભારત–ભાષાંતર	૬૪–૦૦
શાંતિપર્વ–મહાભારતનું	૧૦–૦૦
વિષ્ણુપુરાણ ...	૪–૫૦
શ્રીશિવમહાપુરાણ–૧,૨	૧૨–૦૦
શ્રીમદ્ ભાગવત–૧,૨	૧૦–૫૦
એકાદશ સ્કંધ–(એકનાથી ટીકા)	૬–૦૦
એકાદશ સ્કંધ–(શ્રીમદ્ ભાગવતનો)	૨–૫૦
શ્રીમદ્ ભગવતી (દેવી) ભાગવત	૭–૫૦

ગીતાવિષયક

ભગવદ્‌ગીતા– પુરુષાર્થબોધિની ટીકા	૧૨–૫૦
ભગવદ્‌ગીતા શાંકરભાષ્ય	૪–૦૦
ભગવદ્‌ગીતા (નીલકંઠી)	૩–૦૦
શ્રીજ્ઞાનેશ્વરી ગીતા ...	૪–૫૦
શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતા ...	૧–૦૦
ભગવદ્‌ગીતા (ગુટકો)	૦–૪૦
શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતા (ગુજરાતી લિપિ)	૦–૫૦
ગીતામાં જીવનની કળા	૩–૦૦
ભગવદ્‌ગીતા અ. ૧૨, ૧૫	૦–૧૯
પંચરત્નગીતા ...	૧–૫૦
શ્રી રામગીતા ...	૧–૭૫
જ્ઞાનસત્ર ગીતા ...	૧–૨૫
ઉત્તરગીતા ...	૦–૩૭
ગીતાપોથી ...	૦–૩૭
ગીતાસાર ...	૦–૩૦
ગીતાસંકલન ...	૦–૧૯
અવધૂતગીતા ...	૧–૨૫
અષ્ટાવક્રગીતા ...	૦–૫૦
પાંડવગીતા ...	૦–૨૫

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

દૃષ્ટાંતકથાઓ

આદર્શ દૃષ્ટાંતમાળા–ભા.૨ ૨–૫૦	દૃષ્ટાંતશતક ... ૧–૨૫
શ્રી સુબોધરત્નાકર ... ૧–૫૦	બોધક વાર્તાઓ ... ૧–૫૦
સુબોધ કથાસાગર ૨–૦૦	મહાપુરુષોના પ્રેરક જીવનપ્રસંગો ૧–૫૦
ધર્મકથાઓ ... ૧–૫૦	સંતોની ફૂલવાડી ... ૦–૫૦
સુબોધક કથાવાર્તાઓ ૧–૫૦	

ભક્તિવિષયક

વિવેકાનંદસાર ... ૩–૦૦	ભક્તિયોગ– (સ્વામી વિવેકાનંદ) ૨–૦૦
ધર્મજ્યોતિ ... ૧–૫૦	પરમહંસ શ્રીરામકૃષ્ણ દેવનાં વચનામૃતો ... ૦–૩૭
આપણો ધર્મ ... ૨–૦૦	શ્રી રામકૃષ્ણ ઉપદેશ ૦–૩૭
સંતગુરુનો પરિચય ૨–૦૦	સ્વામી વિવેકાનંદનાં વચનામૃતો ... ૦–૫૦
સ્વામીશ્રી રામદાસનો ઉપદેશ ૧–૦૦	સ્વામી રામતીર્થનાં વચનામૃત ... ૦–૬૨
સદ્‌બોધસરિતા ... ૧–૫૦	સત્સંગમાળા ... ૦–૪૦
સંતની વાતો ... ૧–૫૦	પરવાળાં ૦–૨૫
બોધદાયક કથાઓ ... ૧–૫૦	બોધમાળા ... ૦–૨૫
ઉપદેશસારસંગ્રહ ... ૧–૫૦	ગીતાંજલિ ... ૦–૩૭
મનોબોધ (મનાચે શ્લોક) ૦–૫૦	પુરોગામી ... ૦–૨૫
મેનાવતી અને ગોપીચંદ તથા ભર્તૃહરિ ને વિક્રમ ૦–૨૫	પ્રવાસી ૦–૩૭
જેસલ–તોરલ તથા જાલંધર–ગોપીચંદ ૦–૨૫	જ્ઞાનેશ્વર ને ચાંગદેવ ૦–૩૭
રામકૃષ્ણ વાર્તાલાપ–પુ.૧ ૨–૫૦	તંત્રની સાધના ... ૦–૨૫
રામકૃષ્ણ વાર્તાલાપ–પુ.૨ ૨–૦૦	દત્તાત્રેય (અવધૂત) ૦–૨૫
સૂર્યકાંત ... ૨–૦૦	
પ્રભુમય જીવન ... ૧–૦૦	
શ્રી રામકૃષ્ણ વાર્તાલાપ–૧ ૦–૫૦	

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

સાંપ્રદાયિક પુસ્તકો

ષોડશ ગ્રંથો ...	૧–૫૦	જપજી	૦–૬૨
ધમ્મપદ–ધર્મનાં પદો	૧–૨૫	સમાધિશતક ...	૦–૫૦
મોક્ષમાળા ...	૧–૨૫	શિક્ષાપત્રી ...	૦–૩૭
મહાવીરવાણી ...	૦–૭૫	ગોરખનાથ ...	૦–૩૭

આરોગ્ય અને વૈદક

ચરક–સંહિતા [શ્લોક(સૂત્ર)સ્થાન]	૧૨–૦૦	ઘરઘરનો વૈદ્ય ...	૧–૫૦
ભાવપ્રકાશ ભા. ૧–૨	૨૦–૦૦	ઝેર ઉતારવાના તાત્કાલિક ઉપાયો ...	૦–૬૨
સુશ્રુત–આયુર્વેદ ૧–૨	૧૫–૦૦	અકસ્માતના તાત્કાલિક ઉપાય ...	૮–૭૫
અષ્ટાંગહૃદય–વાગ્ભટ	૧૨–૦૦	તક્રકલ્પ (છાશસેવનવિધિ)	૦–૬૦
માધવનિદાન ...	૧૦–૮૦	ખોરાકના ગુણદોષ···	૦–૭૫
ભાવપ્રકાશ–નિઘંટુ...	૫–૦૦	આરોગ્યની બારમાસી	૧–૫૦
શાર્ઙ્ગધરસંહિતા ...	૬–૦૦	માંદગીમાં ઉપવાસ	૦–૩૭
આર્યભિષક્ ...	૬–૫૦	માંદાના આહારવિહાર	૦–૩૦
આયુર્વેદ યોગશતક	૦–૭૫	પ્રકીર્ણ–ઔષધિ ...	૦–૩૧
રસતંત્રસાર અને સિદ્ધપ્રયોગસંગ્રહ (૧)	૧૦–૦૦	બાલબોધોદય (વૈદકના	
,, ,, ... (૨)	૮–૦૦	અકસીર ઉપાયો)	૦–૩૭
નીરોગી જીવન ...	૧–૭૫	જીવનચર્યા	૦–૪૦
આરોગ્ય વિષે સામાન્ય જ્ઞાન	૦–૭૫	ખોરાકમાં ઝેર ...	૦–.૫
		હરડે (અને તેનો ઉપયોગ)	૮–૪૦

વધુ વિગત માટે વિસ્તૃત સૂચિપત્ર મંગાવો :

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય

સ્વામી અખંડાનંદ માર્ગ, ભદ્ર પાસે, પો. ઓ. નં. ૫૦, **અમદાવાદ**
અને ૧૪૮, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ, હવાડા સામે, મુંબઈ–૨

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

અનુક્રમ

છાશના પર્યાય	૧૦
છાશની ઉત્તમતા	૧૨
દહીં બનાવવાની વિશેષ વિધિ	૧૩
પાત્રવિશેષમાં છાશનું પાન તથા ગુણ	૧૪
છાશના ભેદ, ગુણ	૧૫
છાશસેવનવિધિ	૨૨
છાશ પીવામાં માત્રાનું પ્રમાણ	૨૪
રોગ પરત્વે છાશનું અનુપાન	૨૫
ઉદરરોગમાં છાશનું પાન	૨૬
ગ્રહણી માટે તક્રારિષ્ટ	૨૭
અર્શ માટે તક્રારિષ્ટ	૨૮
તક્રસાત્મ્યનાં લક્ષણ	૩૦
તક્રઅસાત્મ્યનાં લક્ષણ	,,
મંડ	૩૨
અષ્ટગુણમંડ	૩૩
રૂક્ષ મનુષ્યનાં લક્ષણ	૩૫
નવનીતના ગુણ	૩૬
માખણની માત્રાનું પ્રમાણ	,,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

સુસ્નિગ્ધનાં લક્ષણો ૩૭
અતિસ્નિગ્ધનાં લક્ષણો ... ... ,,
છાશસેવનમાં વ્યાપદ્ તથા તેની ચિકિત્સા ... ,,
છાશ પીનારે પાળવું જોઈતું પથ્ય ૪૧
છાશસેવન માટે અયોગ્ય ૪૨
અન્નમિશ્રિત છાશનો પ્રયોગ ૪૩
પક્વાપક્વ છાશના ગુણ ... ... ,,
છાશની પ્રશંસા ૪૪

છાશનો ઉપયોગ ૪૫

છાશનો બાહ્ય પ્રયોગ-લેપ વગેરેમાં ઉપયોગ ... ૬૫

ઉલ્લેખ કરેલા પ્રયોગના પાઠ ૬૯

કઠિન શબ્દોના અર્થ ૭૪

પરિશિષ્ટ ૭૬

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

તક્રકલ્પ

અર્થાત્

છાશસેવનવિધિ

रागादिरोगान्सततानुषक्तानशेषकायप्रसृतानशेषान् ।
औत्सुक्यमोहारतिदाञ्जघान योऽपूर्ववैद्याय नमोऽस्तु तस्मै ॥
ब्रह्मदक्षाश्विदेवेशभरद्वाजपुनर्वसु-
हुताशवेशचरकप्रभृतिभ्यो नमोनमः ॥

अथ तक्रविधिः कथ्यते-

अश्विनावूचतुः—

यद्देव केवलं तक्रं सेव्यमित्याह रोगहृत् ।
किं गुणं तद्रसं कीदृक् किं वीर्यं किञ्च तत्फलम् ॥ १ ॥
कियत्कालं कथं सेव्यं किं प्रमाणं क्व युज्यते ।
किं तत्र परिहार्यञ्च व्यापदोऽयुक्तितोऽथवा ॥
एतत्सर्वं प्रजानाथ वक्तुमर्हस्यशेषतः ॥ २ ॥

હવે તક્રવિધિ લખવામાં આવે છે. અથ શબ્દ મંગલવાચક છે ને તે મંગળાચરણ રૂપે યેાજાયેા છે.

'ओंकारश्चाथशब्दश्च द्वावेतौ ब्रह्मणः पुरा ।
कण्ठं भित्त्वा विनिर्यातौ तेन माङ्गलिकावुभौ ॥'

'ૐકાર' અને 'અથ' આ બે શબ્દેા બ્રહ્માના કંઠમાંથી પહેલાં બહાર પડ્યા તેથી એ બંને શબ્દોને માંગલિક ગણવામાં આવ્યા છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

અશ્વિનીકુમાર બ્રહ્માને પૂછે છે: હે દેવ, આપે કહ્યું કે બધા રોગનો નાશ કરનારી એકલી છાશનું સેવન કરવું જોઈએ; તો તે છાશમાં શા શા ગુણ છે, કયા કયા રસ છે, શું કાર્ય છે, તેના સેવનનું શું ફળ છે, કેટલા વખત સુધી, કેવી રીતે અને કેટલા પ્રમાણમાં સેવન કરવી જોઈએ, તેના સેવનમાં શું શું વર્જ્ય છે, તેના સેવનથી થતા ઉપદ્રવ (તથા તેનો પ્રતિકાર) એ બધું આપ સંપૂર્ણ વિસ્તારથી કહો. ૧,૨

श्रुत्वा तद्वचनं शंसनुवाच कमलासनः ॥ ३ ॥
आत्मार्थं कल्पितं देवैः सर्पिस्तक्रं च मानवे ।
अविकारकरं तस्मात् सात्म्याद्विश्वस्य सर्वदा ॥ ४ ॥

તે અશ્વિનીકુમારોનો પ્રશ્ન સાંભળી બ્રહ્મા તેની પ્રશંસા કરી કહેવા લાગ્યા કે, દેવોએ પોતાના અર્થે ઘી તથા છાશ બનાવ્યાં છે; ને તે છાશ, ઘી વિશ્વને સાત્મ્ય (માફક) હોવાથી મનુષ્યોને કોઈ પણ વિકાર કરતાં નથી. ૩,૪

છાશના પર્યાય

मथितं गोरसं घोलं द्रवमम्लं विलोडितम् ।
श्वेतं दण्डाहतं सान्द्रं नामतः परिकीर्तितम् ॥
(सुषेणवैद्यक)

तक्रं श्वेतपयः सात्म्यं छासि चैव प्रकीर्तितम् ।
(धन्वतरीयनिघण्टु)

મથિત, ગોરસ, ઘોલ, દ્રવ, અમ્લ, વિલોડિત, શ્વેત, દણ્ડાહત, છાસિ (કાલસેય) એ છાશનાં નામ છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

*भोजनान्ते तु राजेन्द्र तक्रं सलवणं पिबेत् ।
तस्योपरि जलं किञ्चित्तस्योपरि न किंचन ॥५॥

જમ્યા પછી સિંધવ નાંખેલી છાશ પીવી, તે ઉપર થોડું જળ પીવું, પછી તે ઉપર કંઈ ન લેવું. ૫

(છાશ પીધા પછી એક ઘૂંટડો ગરમ અથવા ઠંડું પાણી પીવું, જેથી છાશમાં રહેલ અમ્લતાની અસર કંઠ તથા દાંત ઉપર થવા ન પામે.)

स्वस्थानां बलदं नित्यमन्नेन सह सेवितम् ।
अवृष्यं वलहृत्तक्रं केवलं वातिसेवितम् ॥६॥

સ્વસ્થ–તંદુરસ્ત મનુષ્ય માટે અન્નની સાથે છાશનું સેવન બળદાયક છે. પરંતુ તે છાશ એકલી અથવા તો અતિ પ્રમાણમાં લેવાથી અવાજિકર તેમ જ બળ હરનારી× છે.૬

* भोजनान्ते पिबेत्तक्रं दिनान्ते च पयः पिबेत् ।
मैथुनान्ते पिबेत् सर्पी रजन्यन्ते जलं पिबेत् ॥

જમ્યા પછી છાશ પીવી; રાત્રે દૂધ પીવું; મૈથુનને અંતે ઘી પીવું ને રાતને અંતે-પરોઢિયે પાણી પીવું.

× હોજરીના કેટલાક રોગોમાં એસિડનું પ્રમાણ વધી જાય છે અને તેથી અપચો પણ થાય છે. સ્વાભાવિક રીતે હોજરીમાં લેક્ટિક એસિડનું પ્રમાણ બહુ જ થોડું હોય છે, જ્યારે લવણામ્લનો હિસ્સો વધારે હોય છે. આ બાબત ધ્યાનમાં રાખીએ તો આપણને સહેજ સમજાશે કે ખોરાક લેવાની શરૂઆતમાં જ દહીં અગર છાશ પુષ્કળ પ્રમાણમાં લેવામાં આવે છે અને તે ખાસ કરીને જ્યારે બહુ ખાટા હોય, ત્યારે હોજરીના જઠરરસમાં લવણામ્લનું પ્રાધાન્ય હોવું જોઈએ તેને બદલે લેક્ટિક એસિડ વધી જાય છે અને ત્યારે તેવી ખાટી છાશ પીધા પછી ખાધેલો ખોરાક બરાબર પચી શકતો નથી; તેથી છાશ જમણને છેવટે લેવામાં આવે તો સારું. કાન્યકુબ્જ તથા દક્ષિણી બ્રાહ્મણો ભોજન પછી લે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશની ઉત્તમતા

गुल्मेऽर्शसि ग्रहण्याश्च पाण्डुरोगेष्वरोचके।
विशेषाच्छर्दतीसारे तक्रसेवाऽमृतं यथा ॥ ७॥
ग्रहण्यां[१] भेषजं नास्ति नास्त्यन्यत्तक्रतः परम्।
पित्तोद्भवां परित्यज्य चिरस्थां च त्रिदोषजाम् ॥ ८॥
सामरोगेषु तत्सेव्यं, न निरामे कदाचन।
रूक्षत्वाच्च विकाशित्वान्निरामे व्याधिवर्द्धनम् ॥ ९॥

ગેાળેા, હરસ, સંગ્રહણી, પાણ્ડુ, અરુચિ ને ખાસ કરી ઝાડા તથા ઊલટીના દરદમાં છાશનું સેવન અમૃત સમાન છે. જૂની તેમ જ ત્રિદેાષજ ગ્રહણીમાં છાશ સિવાય બીજું કાંઈ શ્રેષ્ઠ ઔષધ નથી. પિત્તાધિકયથી ઉત્પન્ન થયેલી સંગ્રહણી માટે છાશ ઠીક નથી.[૨] સામરેાગમાં તેનું સેવન કરવું; નિરામમાં કદી પણ છાશ લેવી નહીં; રૂક્ષ તથા

---

१ दुःसाध्यो ग्रहणीरोगो भेषजैर्नैव शाम्यति।
सहस्रौषधविहिते विना तक्रस्य सेवनात् ॥

દુઃસાધ્ય ગ્રહણી રેાગ છાશના સેવન સિવાય એકલા એાસડેાથી મટતેા જ નથી.

२ ऊष्मणोऽल्पबलत्वेन धातुमाद्यमपाचितम्।
दुष्टमामाशयगतं रसमामं प्रचक्षते ॥
आमेन तेन संयुक्ता दोषा दूष्याश्च दूषिताः।
सामा इत्युपदिश्यन्ते ये च रोगास्तदुद्भवाः ॥

જઠરાગ્નિની મંદતાને લીધે શરીરમાં રહેલ રસ નામની પહેલી ધાતુનેા આમાશયમાં પાક ન થતાં, જેમ ને તેમ રહી વાતાદિ દેાષેાના સંયેાગથી દૂષિત બને છે. તે અપકવ દુષ્ટ રસને આમ કહે છેઃ વાતાદિ દેાષ, રસ રક્તાદિ ધાતુ–દૂષ્ય અને તેથી ઉત્પન્ન થનાર રેાગ જો આમયુક્ત હેાય તેને 'સામ' સંજ્ઞાથી સંબેાધવામાં આવે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

વિકાશિ હોવાથી નિરામાવસ્થામાં રોગને વધારે છે. ૭–૯

(સાધારણ રીતે દહીં બનાવવાની રીત એવી છે જે એક વાસણમાં ગરમ કરી ઠંડું પાડેલું દૂધ ભરી તેમાં થોડું મેરવણ (છાશ, દહીં જેવી ખાટી વસ્તુ) મેળવી રાખી મૂકે છે. જેથી તે ૮–૧૦ કલાકમાં બરાબર જામી જાય છે, હાલમાં છાશના પ્રયોગ માટે રાત્રે જમાવેલા દહીંની છાશ બપોર સુધી કામમાં લે છે; ને સવારમાં જમાવેલા દહીંની છાશનો સાંજે ઉપયોગ કરે છે. નીચે જે દહીં બનાવવાની વિધિ છે તે રોગ પરત્વે વિશેષ છે. વળી બજારુ કાચા ઉકાળ્યા વગરના દૂધમાં ક્ષય, કૉલેરા, ટાઈફોઈડ, ટાયફસ ઇત્યાદિ રોગોના જંતુઓ ઘણીવાર હોય છે. આવા દૂધની બનાવેલી છાશ બકરું કાઢતાં ઊંટને જ પેસાડે; માટે દૂધને સારી પેઠે ઊભરો આવતા સુધી ઉકાળી ઠંડું કરી આખરવું જરૂરી છે.)

દહીં બનાવવાની વિશેષ વિધિ

विश्वाग्निग्रन्थिकं कर्षं चूर्णितं मधुना सह ।
लेपयेद्दोहिनीं तेन दुह्यात्तत्र गवां पयः ॥
अजां वा निरुजां मुद्गमाषपर्णादिखादिताम् ।
दुह्यात्तत्र यथान्यायं दधि प्रातर्विलोडयेत् ॥ १० ॥

સૂંઠ, ચિત્રકમૂળ, ગંઠોડાનું ચૂર્ણ–૧ કર્ષ (હાલના માપે ૧ તોલો) જ લઈ મધમાં કાલવી દહોણી–દોહિની (દૂધ દોહવાનું પાત્ર)ની અંદર ચોપડવું. પછી તે વાસણમાં ગાયનું દૂધ કાઢવું અથવા મગ અડદનાં પાંદડાં ખાધેલ હોય તેવી તંદુરસ્ત બકરીનું દૂધ કાઢવું ને તે દૂધ તે જ પાત્રમાં રાખી જમાવવું. સવારમાં તૈયાર થયેલા દહીંની

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશ બનાવી લેવી. ૧૦

कपित्थफलकल्केन पक्वाम्रस्य रसेन वा ।
लिप्ते भाण्डे च कठिनं दधि शुभ्रं विजायते ॥११॥
सुलोडितं ततस्तक्रं सविश्वं ग्रहणीगदे ।

કોઠાંના ફળનો ગર અથવા પાકી કેરીનો રસ પાત્રની અંદર ચોપડી તેમાં દૂધ જમાવી દહીં તૈયાર કરવું તે દહીંની છાશ કરી સૂંઠનું ચૂર્ણ મેળવી સંગ્રહણી રોગ-વાળાને આપવી. ૧૧

त्वचं चित्रकमूलस्य पिष्ट्वा कुम्भं प्रलेपयेत् ॥१२॥
तक्रं वा दधि वा तत्र जातमर्शोहरं पिबेत् ।

ચિત્રકના મૂળની છાલ વાટીને તે માટીના વાસણમાં ચોપડી, દૂધ જમાવી દહીં કરવું; તેની છાશ અથવા તે દહીં હરસ રોગોનો નાશ કરે છે. ૧૨

પાત્ર વિશેષમાં છાશનું પાન તથા ગુણ

सौवर्णे राजते शैले ग्रहण्यां मृन्मयेऽथवा ॥१३॥
तीक्ष्णलोहमये पाण्डौ सर्वधातौ तथाऽर्शसि ।
स्थितं पात्रे च तत्तक्रं सर्वदा शस्यते नृणाम् ॥१४॥

સંગ્રહણી રોગ માટે સોનાના, ચાંદીના, પથ્થરના અથવા માટીના વાસણમાં દૂધ જમાવી તૈયાર કરેલી છાશ હિતકર્તા છે. પાણ્ડુરોગ માટે પોલાદ(લોઢા)ના વાસણમાં ને અર્શરોગ માટે દરેક ધાતુનું વાસણ ઉપયોગી છે. (પરંતુ એટલું ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું કે તાંબાનું વાસણ કદી ઉપયોગમાં ન લેવું. પિત્તળ વગેરે ધાતુનાં વાસણ પણ કલાઈ દીધેલાં જ વાપરવાં. તેમ જ એલ્યુમીનીઅમ ધાતુનાં વાસણ પણ વાપરવાં નહીં.) ૧૩,૧૪

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશના ભેદ, ગુણ

घोलन्तु* मथितं तक्रमुदश्विच्छछिकापि च ।
ससरं निर्जलं घोलं मथितं सरवर्जितम् ॥ १५॥
समोदकं श्वेतमम्लमुदश्वित् त्वर्धवारिकम् ।
पादोदकं भवेत्तक्रमर्द्धाम्भोऽथावभापिरे ॥ १६॥
छच्छिका सारहीना स्यात् स्वच्छा प्रचुरवारिका ।
(स्वछिछका, छविका इति अपरनाम ।)

ઘોલ, મથિત, તક્ર, ઉદશ્વિત્ ને છચ્છિકા એમ તક્રના પાંચ ભેદ છે; કેટલાક શ્વેતને પણ અંદર ગણે છે.

ઘોલ : દહીંમાં બીલકુલ પાણી મેળવ્યા વગર ને સ્નેહ–તર કાઢ્યા સિવાય એમ ને એમ વલોવી ભાંગી નાખે તે ઘોલ.

મથિત : દહીંમાં પાણી ન નાખે પણ સ્નેહ–તર કાઢી લઈ ભાંગી નાંખે તે મથિત.

શ્વેત : દહીં જેટલું જ પાણી નાંખી વલોવી બનાવેલ તે શ્વેત.

ઉદશ્વિત્ : દહીંથી અર્ધ ભાગે પાણી મેળવી બનાવેલ તે ઉદશ્વિત્.

તક્ર : દહીંથી ચોથા ભાગે પાણી મેળવી વલોવી બનાવેલ તે તક્ર.

છચ્છિકા–દહીંમાં પુષ્કળ પાણી મેળવી વલોવી માખણ

* 'सुषेण वैद्यके' तु—

घोलं मथितमुदश्वित्तकं चैतच्चतुर्विधं ज्ञेयम् ।
पादसलिलमुदश्वित्तदर्द्धजलं तक्रमाहुश्च ॥

ઘોલ, મથિત, ઉદશ્વિત્, તક્ર એમ ચાર પ્રકારની છાશ છે. ચોથા ભાગનું પાણી મેળવેલી ઉદશ્વિત્, અર્ધું પાણી મેળવેલી તક્ર હોય છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કાઢી લઈ તૈયાર કરેલી છાશને છચ્છિકા કહે છે. ૧૫,૧૬

(સાધારણ રીતે આ તક્ર–છાશનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. આથી વધારે પાણી મેળવવાથી તે નિઃસત્વ બની ગુણ કરતી નથી; તેથી જ્યાં જ્યાં છાશનો પ્રયોગ કરવો હોય, ત્યાં આ જ છાશ-તક્ર વાપરવી. છચ્છિકા છાશ બહુ પુષ્ટિદાયક નથી.)

वातपित्तहरंघोलं मथितं कफपित्तनुत् ॥ १७॥
तक्रं ग्राहि कषायाम्लं स्वादुपाकरसं लघु ।
वीर्योष्णं दीपनं वृष्यं प्रीणनं वातनाशनम् ॥ १८॥
उदश्वित्कफकृद्बल्यं श्रमघ्नं परमं मतम् ।
स्वच्छिका शीतला लघ्वी पित्तश्रमतृषाहरी ॥ १९॥
वातनुत्कफकृत्सा तु दीपनी लवणान्विता ।

ઘોલ વાતપિત્તનાશક છે, મથિત કફપિત્તનો નાશ કરે છે, તક્ર રસમાં તૂરી, ખાટી ને મધુર છે. વિપાકમાં મધુર ને ઉષ્ણવીર્ય છે. તે દીપન, ગ્રાહી, (પાતળા મળને બાંધનાર), પ્રીતિ ઉપજાવનાર, વીર્યવર્ધક તેમ જ વાતનાશક છે. ઉદશ્વિત્ કફ વધારનાર, બળ આપનાર તથા શ્રમનાશક છે. સ્વછિકા ઠંડી, હલકી, પિત્ત, શ્રમ તથા તૃષાનાશક છે. સિંધવ મીઠું મેળવેલી છાશ વાયુનાશક, કફકર્તા, અને અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે. ૧૭–૧૯

अन्येऽपि—

घोलं मारुतपित्तहारि मथितं वातापहं श्लेष्महृत् ।
पित्तश्लेष्मविनाश्युदश्विदधिकं तक्रं त्रिदोषापहम् ॥
मंदेऽग्नावरुचौ तथैव नितरामन्येषु रोगेष्वपि ।
श्रेष्ठं तक्रमिदं वदन्ति मुनयस्तेनोत्तमं प्राणिनाम् ॥ १ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

ઘોલ વાતપિત્તનો નાશ કરે છે, મથિત વાત અને કફને હરે છે. ઉદશ્વિત્ પિત્તકફને મટાડે છે. તક્ર વિશેષ કરી ત્રિદોષનાશક છે. મંદાગ્નિ, અરુચિ તથા બીજા ઘણા રોગમાં છાશ શ્રેષ્ઠ છે. એમ મુનિલોક કહે છે; તેથી કરીને મનુષ્યોને માટે છાશ ઉત્તમ છે.

रुक्षमर्धोद्धृतस्नेहं यतश्चानुद्धृतं घृतम् ।
तक्रं दोषाग्निबलवित्रिविधं तत्प्रयोजयेत् ॥ २० ॥
सर्वोद्धृतघृतं तक्रं पथ्यं लघु विशेषतः ।
स्तोकोद्धृतघृतं तस्माद् वृष्यं गुरु कफावहम् ॥ २१ ॥
अनुद्धृतघृतं शीतं गुरु पुष्टिकफप्रदम् ।

તક્ર સ્નેહ-માખણ કાઢી લીધેલી, અર્ધ સ્નેહ કાઢેલી ને સ્નેહ કાઢ્યા વગરની એમ ત્રણ જાતની છે. તે છાશનો ઉપયોગ+ દોષ, બળ અને અગ્નિનો વિચાર કરી કરવો. બધો સ્નેહ કાઢી લીધેલી છાશ રૂક્ષ, લઘુ અને હિતકર્તા પથ્ય છે. થોડું માખણ કાઢેલી છાશ કંઈક ભારે, વૃષ્ય અને કફકારક છે. માખણ સાથેની છાશ ઠંડી, ગુરુ, પુષ્ટિ તથા કફ કરનારી છે. ૨૦,૨૧

त्रिदोषशमनं तक्रमुद्धृतस्नेहमादिशेत् ॥ २२ ॥

+ દોષાનુસાર અર્થાત્ કફમાં રૂક્ષ, પિત્તમાં થોડા સ્નેહવાળી, વાયુમાં સ્નેહ સાથેની. વળી એકલા કફમાં રુક્ષ, કફ તથા વાયુમાં થોડા સ્નેહવાળી ને એકલા વાયુમાં બધા સ્નેહવાળી આપવી.

અગ્નિ અનુસાર એટલે મંદતમ અગ્નિમાં રુક્ષ, મંદતરમાં અર્ધ-સ્નેહવાળી ને મંદ અગ્નિમાં સ્નેહવાળી. અહીં મંદ એટલે સાધારણ તીક્ષ્ણ એમ સમજવું.

બળાનુસાર અર્થાત્ અધમ બળવાળાને રુક્ષ, મધ્યમ બળવાળાને અર્ધ સ્નેહવાળી ને ઉત્તમ બળવાળાને બધા સ્નેહવાળી આપવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

छर्दिविट्शूलशुक्रघ्नं मेदःश्लेष्मानिलापहम् ।
विषमज्वरकृच्छ्रघ्नं हृद्यं स्नेहार्तिजिल्लघु ॥ २३ ॥
पाण्डुमेहग्रहण्यर्शोमूत्रग्रहभगन्दरान् ।
गरं× गुल्ममतीसारं शूलप्लीहोदरारुचीः ।
हन्ति कोष्ठगतव्याधीन् कुष्ठशोथतृषाक्रिमीन् ॥ २४ ॥

માખણુ કાઢી લીધેલી છાશ ત્રિદોષનાશક છે. ઊલટી, વિટ્શૂલ, મેદ, કફ અને વાયુનાશક છે તથા વિષમ-જ્વર અને મૂત્રકૃચ્છ્ર હરનાર છે. વીર્યવર્ધક નથી, હૃદયને હિતકારી, હલકી ને સ્નેહની વ્યાપતને મટાડનાર છે.પાણ્ડુરોગ, પ્રમેહ, સંગ્રહણી, અર્શ, મૂત્રરોધ, ભગંદર, ગરવિષ, ગોળો, અતીસાર, શૂળ, પ્લીહા (બરોળ વધવી) પેટના રોગ, અરુચિ, કોઠામા થનારા રોગ, કોઢ, સોજો, તૃષા, કરમિયાનો નાશ કરે છે. ૨૨-૨૪

वातश्लेष्मविनाशनं रुचिकरं कृच्छ्राश्मरिच्छेदनम् ।
मूत्राघातहरं प्रमेहशमनं मंदाग्निगुल्मापहम् ॥
दुर्गन्धोदरपाण्डुरोगशमनं क्रूरास्थिनिर्मूलनम् ।
तक्रं दीपनपाचनं लघुतरं पथ्यं सदा प्राणिनाम् ॥ २५ ॥

છાશ વાત-કફનો નાશ કરે છે. રુચિ ઉત્પન્ન કરે છે, મૂત્રકૃચ્છ્ર, મૂત્રાઘાત તથા પથરીને મટાડે છે. પ્રમેહને શાંત કરે છે, મંદાગ્નિ અને ગોળાને દૂર કરે છે. મુખની દુર્ગંધતા પેટના રોગ, પાંડુવિકારને શાંત કરે છે, હાડકાના સળાને જડમૂળથી મટાડે છે, તેમ જ અગ્નિ પ્રદીપક, પાચક

× ગર-નિર્વિષ દ્રવ્યના સંયોગથી ઉત્પન્ન થયેલ વિષ જેમ:-કાંસાના વાસણમાં દશ દિવસ કરતાં વધારે મુદત રહેલું ઘી; તાંબાના વાસણમાં રહેલું દહીં; સરખા પ્રમાણમાં મધ ને ઘી વગેરે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

(ખાધેલા ખોરાકને પચાવનાર) અને પચવામાં વધુ હલકી હોઈ મનુષ્યને સદા હિતકારી છે. ૨૫

दीपनीयपाचनीयग्रहणीयगणत्रयम् ।
सर्वत्र विनीयुञ्जीत तक्रे चापि विशेषतः ॥ २६ ॥

દીપનીય, પાચનીય ને સંગ્રહણીય એ ત્રણે ગણોનો યથાયોગ્ય ઉપયોગ બધા રોગમાં કરવો. દીપનીય, પાચનીય ને સંગ્રહણીય એમ ત્રણે* ગણના ઔષધોનો એક સામટો ગુણ તક્રમાં વિશેષે કરી રહ્યો છે. ૨૬

तथा च—

तक्रं हरति च व्याधीन् नरकुंजरवाजिनाम् ।
रोगराजे तथा पाण्डौ गुल्मग्रंथौ हलीमके ॥ २७ ॥
ग्रहण्यामतीसारे च पुराणज्वरकर्शिते ।
तथोदरामये वैद्यो युक्त्या तक्रं प्रयोजयेत् ॥ २८ ॥

વળી તક્ર મનુષ્ય, હાથી તથા ઘોડાના રોગને મટાડે છે. રાજયક્ષ્મા, પાંડુ, હલીમક, ગુલ્મ, ગ્રંથિ, અતિસાર, સંગ્રહણી, જીર્ણજ્વર તથા પેટના રોગમાં વૈદ્યે યુક્તિપૂર્વક છાશનો પ્રયોગ કરવો. ૨૭,૨૮

गौरवारोचकार्तानां समन्दाग्न्यतिसारिणाम् ।
तक्रं वातकफार्तानाममृतत्वाय कल्पते ॥ २९ ॥

વિશેષમાં ગુરુતા (ભારેપણું) તથા અરુચિથી પીડિતને, મંદાગ્નિ તથા અતિસારવાળાને, વાત તથા કફ-જન્ય વિકાર માટે છાશ અમૃત જેવી ઉપયોગી છે. ૨૯

* છાશ જેવા નાગરમોથમાં પણ ત્રણે ગુણ રહેલા છે.
'मुस्तं संग्राहकदीपनीयपाचनीयानां श्रेष्ठम् ।' चरक. सूत्र. अ. २५

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

वातश्लेष्मार्शसां तक्रात्परं नास्तीह भेषजम् ।
तत्प्रयोज्यं यथादोषं सस्नेहं रुक्षमेव वा ॥ ३० ॥
हतानि न विरोहन्ति तक्रेण गुदजानि तु ।
भूमावपि निषिक्तं तद्धरेत्तक्रं तृणोलुपम् ।
किं पुनर्दीप्तकायाग्नेः शुष्काण्यर्शांसि देहिनः ॥ ३१ ॥

વાતજ તથા કફજ અર્શ માટે તક્ર સિવાય આ દુનિયામાં બીજું ઔષધ નથી. તેમાં દોષાનુસાર રૂક્ષ અથવા સ્નેહવાળી છાશનો પ્રયોગ કરવો. છાશથી નાશ પામેલા અર્શ ફરીથી થતા નથી. જમીનમાં પણ છાશ નાખવાથી ડાભ–કાસ× જેવા નકામા ઘાસને બાળી નાખી નાશ કરે છે તો પ્રદીપ્ત જઠરાગ્નિવાળા મનુષ્યના સૂકા હરસનો નાશ કરે તેમાં શું આશ્ચર્ય ? અર્થાત્ છાશથી અર્શનો જડ઼રથી નાશ થાય છે તેથી ફરીથી પીડા થતી નથી. ૩૦,૩૧

तक्रं तु ग्रहणीदोषे दीपनं ग्राहिलाघवात् ।
श्रेष्ठं मधुरपाकित्वान्न च पित्तं प्रकोपयेत् ॥ ३२ ॥
कषायौष्ण्यविकासित्वाद्रौक्ष्याच्चैव कफे हितम् ।
वाते स्वाद्वम्लसान्द्रत्वात् सद्यस्कमविदाहि तत् ॥ ३३ ॥

સંગ્રહણીમાં છાશ જઠરાગ્નિપ્રદીપક, સંગ્રાહી તથા પચવામાં હલકી હોવાથી શ્રેષ્ઠ છે. મધુર વિપાકી હોવાથી

× ચાણક્યે દર્ભને ઘાતક માનીને તેનું પૃથ્વી ઉપરથી જડમૂળ કાઢવાની પ્રતિજ્ઞા કરી. પછી તો તે જ્યાં જ્યાં દર્ભ જોતો ત્યાં ત્યાંથી તેને ઉખાડી નાખી તેના મૂળમાં તક્ર રેડતો; કેમ કે તે તક્રના ગુણો જાણતો હતો કે, જો હું દર્ભ ઉખાડીને તેના મૂળમાં છાશ રેડીશ; તો તેનાં મૂળ બળી જશે અને ત્યાંથી તે દર્ભ નાશ પામશે. જો મકાઈના ઢગલા પર પણ તક્ર છાંટવામાં આવે, તો તે બધી મકાઈને નકામી કરી નાખે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પિત્તને દૂષિત કરતી નથી તેમ જ કષાય-તૂરા રસવાળી, ઉષ્ણ ને વિકાસી* તથા રૂક્ષ હેાવાથી કફમાં ફાયદાકારક છે. મધુર, અમ્લ ને સાંદ્ર હેાવાથી વાયુમાં લાભકર્તા છે. તરતની તૈયાર કરેલી છાશ વિદાહ ઉત્પન્ન કરતી નથી. છાશ બનાવ્યે વધારે વખત જતાં તે ખાટી થતી જાય છે જેથી વિદાહ ઉત્પન્ન કરે છે. ૩૨,૩૩

वातेऽम्लं शस्यते तक्रं शुण्ठीसैन्धवसंयुतम् ।
पित्ते स्वादु सितायुक्तं, सव्योषमधिके कफे ॥ ३४ ॥
हिंगुजीरयुतं घोलं सैन्धवेन च संयुतम् ।
भवेदतीव वातघ्नमर्शोऽतीसारहृत्परम् ॥ ३५ ॥
रुचिदं पुष्टिदं बल्यं बस्तिशूलनिवारणम् ।
मूत्रकृच्छ्रे तु सगुडं, पाण्डुरोगे सचित्रकम् ॥ ३६ ॥

વાયુ માટે ખાટી તથા સૂંઠ, સિંધવ નાખેલી છાશ પ્રશસ્ત છે. પિત્ત માટે મીઠી એટલે સાકર નાખેલી લેવી. કફ માટે વ્યેાષ (સૂંઠ, મરી, લીંડીપીપર) મેળવેલી ઉપયેાગમાં લેવી; હિંગ, જીરું, સિંધવ મેળવેલ છાશ બહુ જ વાયુનાશક છે; હરસ તથા અતિસાર મટાડે છે, રુચિ ઉત્પન્ન કરે છે, બળ તથા પુષ્ટિ આપે છે, મૂત્રાશયનું શૂળ

* છાશમાં વિકાસીપણાનેા મેાટેા ગુણ છે, જેથી તે શરીરના સૂક્ષ્મ તંતુમાં પણ સહેલાઈથી પ્રસરી જાય છે ને તેથી મનુષ્યશરીરમાં રહેલા રેાગેાત્પાદક જંતુને સામને બહુ જલદી કરે છે. છાશમાં (Bacillus Bulgairicus) બેસિલસ બલ્ગેરિકસ નામના જંતુ હેાય છે તે શરીરમાં રેાગ ઉત્પન્ન કરનાર જંતુ સાથે બરાબર લડે છે અને તેથી જ છાશમાં રેાગનેા પ્રતિકાર કરવાનેા ગુણ કુદરતી છે. પેટમાં વાયુ (ગૅસ) ઉત્પન્ન કરનાર જંતુ ઉપર ઉત્તમ અસર કરી છાશ આંતરડાંને સાફ રાખે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

દૂર કરે છે, મૂત્રકૃચ્છ્ર(પેશાબ કરતાં પીડા થવી અને ઓછો પેશાબ આવવો)માં ગોળ નાખી પીવી અને પાંડુરોગમાં ચિત્રકમૂળનું ચૂર્ણ મેળવી પીવી એ લાભ-દાયક છે. ૩૪–૩૬

છાશસેવનવિધિ

कलमाः शालयो रक्ताः मुद्गाश्चैव कुलत्थकाः ।
लघून्यन्यानि मांसानि पूर्वं सेव्यानि धीमता ॥ ३७॥
अथवाऽऽमहरा यूषाः सेव्या ये पटवो रसाः ।
आमाशये विशुद्धे च तक्रं वायौ प्रशस्यते ॥ ३८॥

છાશનું સેવન શરૂ કરતાં પહેલાં કોલમ અથવા રાતા ચોખા-વરી, મગ, કળથી અને બીજાં પચવામાં હલકાં માંસનું સેવન કરવું; અથવા તો આમદોષનાશક યૂષ યા તો જલદી પચે એવા હલકા માંસરસનું સેવન કરવું. આમાશય શુદ્ધ થયે વાયુનો નાશ કરવા છાશનો પ્રયોગ શરૂ કરવો યોગ્ય છે. ૩૭,૩૮

अर्धवारियुतं पूर्वं ततः पादांशवारिणा ।
निर्वारि च ततस्तक्रं सप्तसप्तदिनान्तरे ॥ ३९ ॥
अत्यर्थं मृदुकायाग्नेस्तक्रमेवावचारयेत् ।
सायं वा लाजसक्तूनां दद्यात्तक्रावलेहिकाम् ॥ ४० ॥
जीर्णे तक्रे प्रदद्याद्वा तक्रपेयां ससैन्धवाम् ।
तक्रानुपानं सस्नेहं तक्रोदनमतः परम् ॥ ४१ ॥
यूषैर्मांसरसैर्वाऽपि भोजयेत्तक्रसंयुतैः ।

પહેલાં અર્ધ જળ મેળવેલી છાશ સાત દિવસ પીવી, પછીના સાત દિવસ ચોથા ભાગનું પાણી મેળવેલી પીવી,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પછી બિલકુલ પાણી મેળવ્યા વગરની છાશ (ઘોલ-ઘોળવું યા મથિત દોષાનુસાર) પીવી. બહુ જ નાજુક પ્રકૃતિના તથા મંદ અગ્નિવાળાને એકલી છાશ પાવી. તેને કોઈ જાતનો ખોરાક આપવો નહિ; પરંતુ એકલી છાશથી તેનું બરાબર પોષણ ન થતું હોય તો તેને સાંજે લાજા-ચોખાની ધાણી અથવા સક્તુ (સાથવો) મેળવી કરેલી તક્રાવલેહિકા-છાશનું ભઈડકું-ઘેંશ આપવી, પણ પ્રદીપ્ત અગ્નિવાળાને સવારમાં એકલી છાશ પાવી; છાશ પચી ગયા પછી સિંધવ-મિશ્રિત તક્રપેયા અને સ્નેહમિશ્રિત તક્ર પાવી; છાશ-ભાત આપવા અથવા તક્રથી સિદ્ધ કરેલ યૂષ યા માંસરસ સાથે ભાત આપવો. ૩૯-૪૧

(બનતા સુધી દરદીને અન્ન પાણી વગેરે બધી ચીજોનો આહાર છોડાવી એકલી છાશ ઉપર જ રાખવાનો હોય છે. તરસ લાગે તોપણ છાશ પીવાની હોય છે; પરંતુ ન રહી શકે ને શરીરનું પૂરતું પોષણ ન થતું હોય તો-જઠરાગ્નિનો વિચાર કરી તક્રપેયા, તક્રભાત, તક્રમિશ્રિત માંસરસ વગેરે ભોજન આપતા જવું; પરંતુ સવારમાં દરેકને એકવાર એકલી છાશ પાવી; પછી જરૂર જણાય તેમ છાશ સાથે બીજો ખોરાક આપતા જવું.)

सप्ताहं वा दशाहं वा मासं मासार्द्धमेव वा ।
बलकालविकारज्ञो भिषक् तक्रं प्रयोजयेत् ॥ ४२ ॥

વૈદ્યે રોગ તથા રોગીના બળનો અને કાળનો વિચાર કરીને છાશનો પ્રયોગ સાત દિવસ, દશ દિવસ, પંદર દિવસ અથવા એક માસ સુધી કરવો. ૪૨

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશ પીવામાં માત્રાનું પ્રમાણ

चुलुकार्धार्धमात्रं तु चुलुकार्धं ततः परम् ।
आतृप्तिं प्राशयेत्तक्रमल्पमल्पं मुहुर्मुहुः ॥ ४३ ॥

પ્રથમ એક ચતુર્થાંશ ચુલુક (અર્થાત્ ૪ તેાલા) પીવી; પછી અર્ધચુલુક પીવી (૧ ચુલુક=૧ પ્રસૃતિ=૨ પલ= ૧૬ તેાલા). બાદ તક્ર થેાડી થેાડી વારંવાર તૃપ્તિ થતાં સુધી પીવી. ૪૩

(શરૂઆતમાં નવટાંક નવટાંક છાશ પીવી; પછી પાશેર પાશેર પીવી. આખા દિવસમાં બધી મળી કેટલી પીવી તેનું પરિમાણ (માપ) નક્કી કરી શકાય નહિ, તે અગ્નિ ઉપર આધાર રાખે છે; પરંતુ એટલું ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું કે છાશ એકી વખતે એક સામટી નહીં પીતાં, વારંવાર થેાડી થેાડી પીવી. વર્ષાઋતુમાં એકંદરે બીજી ઋતુ કરતાં પ્રમાણમાં ઓછી લેવી. એકી વખતે વધારે પીવાથી જઠર તથા આંતરડામાં ક્ષેાભ થઈ ઝાડા થવાનેા સંભવ રહે છે. છાશના પ્રમાણ માટે કાંઈ અનુકૂળતા થાય તેથી નીચે ઉમ્મરવાર તેનું પરિમાણ* દેખાડયું છે, તે સામાન્ય જ્ઞાન માટે છે. આથી વધારે છાશ પણ લઈ શકાય છે. ઘણા ૧૦–૧૫ શેર

*૨ થી ૫ વર્ષની	ઉંમર સુધીનાએ	૧ દિવસમાં	૫ તેાલા છાશ પીવી.
૫ થી ૮ વર્ષની	,,	,,	૧૦ થી ૨૦ તેાલા ,,
૮ થી ૧૫ વર્ષની	,,	,,	૨૦ થી ૪૦ તેાલા ,,
૧૫ થી ૨૫ વર્ષની	,,	,,	૨૦ થી ૬૦ તેાલા ,,
૨૫ થી ૬૦ વર્ષની	,,	,,	૩૦ થી ૪૦ તેાલા ,,
૬૦ થી ૮૦ વર્ષની	,,	,,	૨૦ થી ૨૫ તેાલા ,,
૮૦ થી ૧૦૦ વર્ષની	,,	,,	૧૦ થી ૨૦ તેાલા ,,

અથવા બમણા માપ સુધી આપી શકાય છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

દહીંની છાશ ખાઈ શકે છે; તેથી જ અગ્નિનો વિચાર કરવાનો રહે છે.)

विचित्रैर्व्यंजनैः सार्द्धं रुचिकृत्तच्च तद्धितैः ।
तक्रं पीतं जरां याति धत्ते मत्तेभतां तनौ ॥ ४४ ॥
चिल्लीवास्तुकवृन्ताकबालमूलकपर्पटम् ।
विंविकोशातकीराजजीवन्ती च कपित्थकम् ॥ ४५ ॥
शाकार्थेषु हितं सर्वं व्यंजनं बिल्वमार्द्रकम् ।
बालाम्रमाम्रातकजं मारिषं च प्रदापयेत् ॥ ४६ ॥
आर्द्रकं लवणाक्तं च हरिद्रा वा शतावरी ।
कुटजावीजकोशी च मध्ये शाकानि योजयेत् ॥ ४७ ॥

હિતકારક એવા નાના પ્રકારના પદાર્થ (શાક, ચટણી વગેરે) સાથે છાશ લેવી તે રુચિ ઉત્પન્ન કરે છે, તેવી રીતે પીધેલી છાશ જલદી પચે છે ને તેથી શરીરમાં યુવાન હાથીના જેટલું બળ આવે છે.

ચીલની ભાજી, બથુઆ ભાજી, રીંગણુ, નાના કૂણા મૂળા, પિત્તપાપડો, ઘીલોડાં, તુરિયાં, ગલકાં, જીવંતી (ડોડી), કોઠું, કાચું નાનું બીલું, કેરીના મરવા, આમ્રાતક, મારિષશાક, મીઠું લગાડેલા–મીઠામાં આથેલ આદું અથવા લીલી હળદર, શતાવરી, કડા વગેરે શાક છાશ સાથે આપી શકાય.

રોગ પરત્વે છાશનું અનુપાન

यथा सात्म्यं समायाति तक्रं सेव्यं तथा नरैः ।
यस्य रोगस्य यो योगस्तेनैव सह योजयेत् ॥ ४८ ॥
ग्रहण्यां लोकनाथेन, मृगांकेन तथा क्षये ।
दद्यादग्निकुमारेण सामरोगे तथा ज्वरे ॥ ४९ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

रोगे वातकृते वापि भस्मसूतसमन्वितम् ।
ताम्रेणानुप्रदातव्यं व्याधावुदरसंभवे ॥ ५० ॥
(तक्रमुदरिभिः पेयं चूर्णनारायणेन वा)
लोहेन च तथा पाण्डौ क्षये स्याद्धेमभस्मना ।
कुष्ठे पारदसंयुक्तं तक्रं देयं विचक्षणैः ॥ ५१ ॥

છાશ જેમ માફક આવે તેમ પીવી જોઈએ. દરેક રોગના યોગ સાથે છાશને વાપરવી.

સંગ્રહણી રોગમાં લોકનાથ રસ સાથે, ક્ષયમાં મૃગાંક રસ સાથે, આમરોગ તથા જ્વરમાં અગ્નિકુમાર સાથે.

વાતવ્યાધિ–વાયુના વિકારમાં પારાની ભસ્મ સાથે ને પેટના રોગમાં તામ્રભસ્મ સાથે છાશનો ઉપયોગ કરવો અથવા નારાયણ ચૂર્ણ સાથે પેટના દરદમાં પીવી.

પાંડુ રોગમાં લોહભસ્મ સાથે પીવી, ક્ષયમાં સુવર્ણ-ભસ્મ સાથે છાશ પીવી.

કુષ્ઠમાં પારદભસ્મ મેળવી બુદ્ધિપૂર્વક પ્રયોગ કરવો.

ઉદરરોગમાં છાશનું પાન

नातिसान्द्रं मतं पाने स्वादु तक्रमपेलवम् ।
त्र्यूषणक्षारलवणैर्युक्तं तु निचयोदरी ॥ ५२ ॥
वातोदरी पिबेत्तक्रं पिप्पलीलवणान्वितम् ।
शर्करामधुकोपेतं स्वादु पित्तोदरी पिबेत् ॥ ५३ ॥
यमानीसैन्धवाजाजीत्र्योषयुक्तं कफोदरी ।
पिबेन्मधुयुतं तक्रं व्यक्ताम्लं नातिपेलवम् ॥ ५४ ॥
मधुतैलवचाशुण्ठीशताह्वाकुष्ठसैन्धवैः ।
युक्तं प्लीहोदरी जातं सव्योषं तूदकोदरी ॥ ५५ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

बद्धोदरी तु हपुषायमान्यजाजीसैन्धवैः ।
पिवेच्छिद्रोदरी तक्रं पिप्पलीक्षौद्रसंयुतम् ॥ ५६ ॥

સાધારણ જાડી–ગાઢી મધુર ને સ્નેહ વગરની છાશ દરેક જાતના પેટના રોગમાં હિતકારક છે.

સન્નિપાતજ ઉદરરોગમાં : ત્રિકટુ (સૂંઠ, મરી, પીપર), જવખાર તથા લવણ મિશ્રિત.

વાતજ ઉદરમાં: સિંધવ ને પીપરચૂર્ણ મિશ્રિત.

પૈત્તિક ઉદરમાં: પીઠીસાકર (ખૂરું) તથા જેઠીમધના ચૂર્ણ મિશ્રિત.

કફજ ઉદરમાં : અજમો, સિંધવ, કાળું જીરુ, ત્રિકટુનું ચૂર્ણ તથા મધ મેળવેલી, સાધારણ જાડી, ખાટી, વધારે સ્નેહ ન હોય તેવી છાશ આપવી.

પ્લીહોદરમાં : મધ, તેલ, વજ, સૂંઠ, સૂવા, ઉપલેટ–કઠ, સિંધવ નાખેલી છાશ આપવી.

જલોદરી–જલંધરવાળાને : ત્રિકટુ ચૂર્ણ મિશ્રિત.

બદ્ધોદર રોગીને : હપુષા, અજમો, કાળું જીરું ને સિંધવમિશ્રિત છાશ આપવી.

ક્ષતોદર રોગીને : પીપર ને મધથી સંયુક્ત છાશ પીવા આપવી. ૫૨–૫૬

ગ્રહણી માટે તક્રારિષ્ટ

यमान्यामलके पथ्या मरिचं त्रिपलांशिकम् ।
लवणानि पलांशानि पञ्च चैकत्र चूर्णयेत् ॥ ५७ ॥
तक्रकं सासुतं जातं तक्रारिष्टं पिवेन्नरः ।
दीपनं शोथगुल्मार्शः क्रिमिमेहोदरापहम् ॥ ५८ ॥

અજમો, આમળાં, હરડે ને મરી દરેક ૩–૩ નવટાંક,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પાંચે જાતનાં લવણ (૧ સિંધવ, ૨ સંચળ, ૩ બીડલવણ, ૪ સાંભર અથવા વરાગડું મીઠું અને ૫ દરિયાનું અથવા ગસિયું) દરેક ૧-૧ નવટાંક. બધાંનું સાથે ચૂર્ણ કરી ૧૬ શેર છાશમાં મેળવી એક ઘડામાં ભરી રાખવું (આસવ બનાવવાની રીતે). જ્યારે બરોબર આસુત* થાય ત્યારે તે અરિષ્ટને યોગ્ય માત્રામાં પીવો. આ તક્રારિષ્ટ પીવાથી સોજો, ગોળો, હરસ, કરમિયા, પ્રમેહ ને પેટના રોગો નાશ પામે છે ને જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે. ૫૭,૫૮

અર્શ માટે તક્રારિષ્ટ

हपुषां कुञ्चिकां धान्यमजाजीं कारवीं शटीम्।
पिप्पलीं पिप्पलीमूलं चित्रकं हस्तिपिप्पलीम्॥ ५९॥
यमानीं चाजमोदां च चूर्णितं तक्रसंयुतम्।
मन्दाम्लकटुकं विद्वान् स्थापयेद्धृतभाजने॥ ६०॥
व्यक्ताम्लकटुकं जातं तक्रारिष्टं मुखप्रियम्।
प्रपिबेन्मात्रया कालेष्वन्नस्य तृषितस्त्रिषु॥ ६१॥
दीपनं रोचनं वर्ण्यं कफवातानुलोमनम्।
गुदश्वयथुकण्डूवर्तिनाशनं बलवर्धनम्॥ ६२॥

હપુષા, મેથી, ધાણા, જીરું, કાળું જીરું, કપૂરકાચલી, પીપર, ગંઠોડા, ચિત્રકમૂળ, ગજપીપર, અજમો અને બોડી અજમોદના ચૂર્ણ સાથે સોળગણી છાશ મેળવવી. આ ચૂર્ણ મેળવેલી છાશનો સ્વાદ ખાટો ને તીખો લાગશે. તેને પછી એક ઘી ચોપડેલા માટીના ઘડામાં ભરી રાખવી; જ્યારે તે બરા-

* આસવ બનાવવાની રીત: વાસણમાં દ્રવ્ય ભરી મોઢું ઢાંકણાથી ઢાંકી કપડમાટીથી છાંદી લેવું. એ રીતે બંધ રાખવાથી ૧૦થી ૧૫ દિવસમાં ખમીર આવી તૈયાર થાય છે એને આસુત (ફર્મેન્ટેશન) કહે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

બર આસુત થઈ બહુ ખાટી તથા તીખી થાય, ત્યારે ભોજન પહેલાં, વચમાં ને ભોજન પછી એમ ત્રણ વાર યોગ્ય માત્રામાં પીવી. આ તક્રારિષ્ટ સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. જઠરાગ્નિપ્રદીપક, રુચિકારક, બલવર્ધક, વાતકફની ગતિને અનુલોમ કરનાર ને ગુદાના સોજાને તથા કણ્ડુ-ખૂજલી તથા વેદના મટાડનાર છે. ૫૯-૬૨

सहसा न पिबेत्तक्रं तत्तथा न परित्यजेत् ।
असात्म्यजा हि रोगाः स्युः सहसा त्यागशीलनात् ॥ ६३ ॥
पादेनापथ्यमभ्यस्तं पादपादेन वा त्यजेत् ।
निषेवेत हितं तद्वदेकद्वित्र्यंतरीकृतम् ।
अपथ्यमपि हि त्यक्तं शीलितं पथ्यमेव वा ।
सात्म्यासात्म्यविकाराय जायते सहसान्यथा ॥ ६५ ॥
क्रमेणापचिता दोषाः क्रमेणोपचिता गुणाः ।
नाप्नुवंति पुनर्भावमप्रकंप्या भवन्ति हि ॥ ६६ ॥

એકદમ છાશનું સેવન કરવું નહીં, તેમ જ એકદમ તેને છોડી દેવી પણ નહીં. સહસા ત્યાગ અથવા સેવન કરવાથી* અસાત્મ્યજનિતવિકાર પેદા થાય છે. ટેવ પડી ગયેલા અહિત વિષય-કુપથ્યને એકદમ ન છોડતાં ચતુર્થાંશથી અથવા તો ષોડષાંશથી ત્યાગ કરે; ને તેને બદલે તે જ પ્રમાણે અનભ્યસ્ત હિત વિષય-પથ્યનું સેવન એક એક, બબ્બે, ત્રણ ત્રણ દિવસનો અથવા તેટલી (જમવાની)

* અફીણના બંધાણીને જો કોઈ એકદમ અફીણ છોડાવી દે છે, તો તેને આખા શરીરમાં કળતર-વેણાચૂંથા, અશક્તિ, ચક્કર, ઝાડા વગેરે ઉપદ્રવો થાય છે ને ટાંટિયા ઘસે છે તથા મરણતોલ બની જાય છે. પરંતુ જો તેને ધીરે ધીરે છોડાવ્યું હોય તો ઉપદ્રવ થયા વગર સહેલાઈથી છૂટી શકે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

ટંકનો આંતરો રાખી કરે, અર્થાત્ પહેલાં ટેવ પડી ગયેલા કુપથ્યનો એક ચતુર્થાંશ છોડી દઈ ટેવ ના હોય તેવા પથ્યનો એક ચતુર્થાંશ સેવન કરે. આ પ્રમાણે એક, બે, ત્રણ દિવસ કરે; પછી ફરીથી કુપથ્યનો બીજો ચતુર્થાંશ છોડે ને પથ્યનો બીજો ચતુર્થાંશ ગ્રહણ કરે; આ રીતે બધું કુપથ્ય છોડી દઈ પથ્યસેવનની ટેવ પાડવી જોઈએ. આ ક્રમનું ઉલ્લંઘન કરીને એકદમ ટેવ પડેલા અપથ્યને છોડે કિંવા ટેવ વગરના પથ્યને એકદમ શરૂ કરે તો તેનાથી સાત્મ્ય–અસાત્મ્યેથી ઉત્પન્ન થનાર વિકાર થાય છે. આ ક્રમથી કુપથ્યનો ત્યાગ ને પથ્યનું સેવન કરવાથી અપથ્યના અભ્યાસથી ઉત્પન્ન થયેલા રોગ–દોષ ધીરે ધીરે મટી જાય છે ને ફરી થતા નથી. તે પ્રમાણે પથ્યના સેવનથી થતા ગુણ વૃદ્ધિ પામી ચિરસ્થાયી રહે છે–તેનો ફાયદો કાયમ ટકે છે. ૬૩–૬૬

તક્રસાત્મ્યનાં લક્ષણ

अप्रमादः क्षुधाधिक्यं लाघवं वपुषि प्रभा।
नीरोगता तथा पुष्टिस्तक्रसात्म्यस्य जायते ॥ ६७॥

તક્ર માફક આવે તો અનાલસ્ય—સ્ફૂર્તિ, ભૂખ વધવી મતલબ કે જઠરાગ્નિ વધવો, શરીરનું હલકાપણું તથા તેજસ્વી શરીર, તંદુરસ્તી તેમ જ શરીરની પુષ્ટિ એ તક્રસાત્મ્યનાં લક્ષણ છે. ૬૭

તક્રઅસાત્મ્યનાં લક્ષણ

मूत्रोद्रेको मलानाञ्च शैथिल्यं संभ्रमो ज्वरः।
मंदाग्निरूर्ध्ववातत्वं देहे पुष्टिविपर्ययः।
अन्यदोषोदयः प्रायस्तक्रसात्म्यविपर्ययात् ॥ ६८॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશ માફક ન આવે તો—પેશાબ વધારે આવવો, મળ વધારે થવો, ઝાડો–મળ નરમ થવો, તાવ, ભ્રમ, જઠરાગ્નિ મંદ, વાયુની પ્રતિલોમ ગતિ થવી અર્થાત્ ઓડકાર આવવા વગેરે, દેહનું પોષણ ન થવું ને બીજો દોષ ઉત્પન્ન થવા એ લક્ષણો થાય છે. ૬૮

यदि कोऽप्यधिको रोगो जायते तक्रसेविनः ।
तदा तद्रोगविहितमौषधं च निषेवयेत् ॥ ६९ ॥

જો કદાપિ છાશનું સેવન કરનારને કોઈ રોગનું જોર વધે તો તે તે રોગનાશક ઔષધ આપવાં. ૬૯

यदा दिनेऽष्टमे वाऽथ नवमे चैव षोडशे ।
अष्टादशेऽह्नि मात्रायास्तक्रं प्रक्षेपितं भवेत् ॥
करोति चेदतीसारं तत्र योगानिमान् शृणु ॥ ७० ॥

જો છાશ પીનારને આઠમે, નવમે, સોળમે અથવા તો અઢારમે દિવસે છાશનું સેવન છોડાવી દેવાથી ઝાડા–અતીસાર થાય તો નીચેનું ઔષધ આપવું: ૭૦

कपित्थदाडिमाजाजीशुण्ठीचित्रकसैन्धवैः ।
सहितं सितया दद्यान्नवनीतं च पथ्यया ॥ ७१ ॥

કોઠું, દાડમ, કાળું જીરું, સૂંઠ, ચિત્રક, સિંધવ, હરડે ને સાકરના ચૂર્ણ સાથે માખણ આપવું. ૭૧

वातप्रकोपे नादेयीक्षारभस्मार्कसंयुतम् ।

વાયુપ્રકોપમાં જલજાંબુના ક્ષારને આકડાની ભસ્મ (અર્કક્ષાર) સાથે આપવી.

सौवर्चलं जीरकयुगमधान्यं जया जवानी कणनागरं वा ।
कपित्थसारेण समं प्रगृह्य ददीत चूर्णं निशि तीव्रपित्ते ॥ ७२ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

दिवा हरीतकीमेकां मुखस्थामेव धारयेत् ।
वाताधिक्ये प्रदातव्यं सामुद्राद्यं च संयुतम् ॥
क्षुधाधिक्ये गृहीतव्यं तक्रमातृप्तिपूर्वकम् ॥ ७३ ॥

તીવ્ર પિત્તમાં સંચળ, જીરું, કાળું જીરું, ધાણા, ભાંગ, અજમો, પીપર, સૂંઠ, કોઠાંનો ગર–બધાં સરખે ભાગે લઈ તેનું ચૂર્ણ રાત્રે આપવું અને દિવસે હરડે મુખમાં રાખવી. વાયુ અધિક હોય તો સામુદ્રાદિ ચૂર્ણ મેળવી આપવું. ભૂખ પુષ્કળ હોય તો તૃપ્તિ થતાં સુધી છાશ પીવી. ૭૨,૭૩

क्षुधं नोल्लंघयेत्प्राज्ञः पुष्टिकामो जितेन्द्रियः ।

પુષ્ટિની ઇચ્છાવાળા જિતેન્દ્રિય સમજુ માણસે ભૂખને મારવી નહિ.

क्षुदभावे प्रदातव्यं चूर्णं हिंग्वष्टकाभिधम् ।
भास्कराह्वयचूर्णेन सपंचलवणेन च ॥ ७४ ॥
बिल्वशिवाटिकाऽजाजी प्रपथ्यानागरैः सह ।
दद्यात्तक्रं शनैः सान्नं सक्षारलवणं मुहुः ॥
मण्डेन वाऽथ भक्तेन दृष्ट्वा सात्म्यबलाबलम् ॥ ७५ ॥

ભૂખ ન લાગતી હોય તો હિંગ્વષ્ટક ચૂર્ણ અથવા તો લવણભાસ્કર ચૂર્ણ સાથે અથવા બીલી, કાળું જીરું, હરડે અને સૂંઠ સાથે છાશ આપવી. ધીરે ધીરે છાશ, ક્ષાર તથા લવણ મેળવી અન્ન સાથે વારંવાર આપવી; અથવા મંડ સાથે યા ભક્ત–ભાત સાથે સાત્મ્યના બલાબલનો વિચાર કરી આપવી. ૭૪,૭૫

મંડ

मण्डश्चतुर्दशगुणे तोये सिद्धस्त्वसिक्थकः ।
शुण्ठीसैन्धवसंयुक्तः पाचनो दीपनो परः ॥ ७६ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

सुकाण्डितैस्तथा भृष्टैर्वाट्यमण्डो यवैर्भवेत् ।
लाजैर्वा तण्डुलैर्भृष्टैर्लाजमण्डः प्रकीर्तितः ॥ ७७ ॥

ચેાખાને ૧૪ગણા પાણીમાં પકાવી સિક્થ–કણકી ન રહે અર્થાત્ ચેાખા ચઢી ઓગળી એકરસ થઈ જાય તે–મંડમાં સૂંઠ, સિંધવ મેળવી પીવું. આ મંડ પાચક તથા જઠરાગ્નિદીપક છે.

વાટ્યમંડ : છેાડાં કાઢી નાખી શેકેલા જવથી બનાવેલ મંડનું નામ વાટ્યમંડ છે.

લાજમંડ : લાજા–ચેાખાની ધાણી અથવા શેકેલા ચેાખાથી બનાવેલ મંડ લાજમંડ કહેવાય છે. ૭૬,૭૭

અષ્ટગુણમંડ

धान्यत्रिकटुसिन्धूत्थमुद्गतण्डुलयोजितः ।
भृष्टश्च हिंगुतैलाभ्यां स मण्डोऽष्टगुणः स्मृतः ॥ ७८ ॥

શેકેલા ચેાખા ને તેથી અડધા મગ લઈ તેને ૧૪ ગણા પાણીમાં પકાવી જ્યારે કણ ન રહે–એકરસ બની જાય ત્યારે તેમાં ધાણા, સૂંઠ, મરી, પીપર અને સિંધવનું ચૂર્ણ મેળવી હિંગ–તેલથી જરા વઘાર દઈ તૈયાર કરેલ મંડને અષ્ટગુણ મંડ કહે છે. ૭૮

क्षुद्बोधनो बस्तिविशोधनश्च प्राणप्रदः शोणितवर्धनश्च ।
ज्वरापहारी कफपित्तहन्ता वायुं जयेदष्टगुणो हि मण्डः ॥७९॥

અષ્ટગુણ મંડના ગુણ : તે ભૂખ લગાડે છે, બસ્તિ શેાધે છે, બળ આપે છે, લેાહી વધારે છે, તાવ દૂર કરે છે, કફ અને પિત્તનેા નાશ કરે છે ને વાયુને જીતે છે. ૭૯

तक्रे सात्म्यं समायाते क्षुधाधिक्ये तथैव च ।
दातव्यं वैद्यराजेन नवनीतं सशर्करम् ॥ ८० ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

शर्करासहितं प्राश्यं नवनीतं ततः पिबेत् ।
तक्रं जलविहीनं तु प्रातः प्रातरयं विधिः ॥ ८१ ॥
पक्वान्नानि विचित्राणि व्यंजनानि बहून्यपि ।
पुष्टयर्थं संप्रदेयानि शष्कुलीः सरसास्तथा ॥ ८२ ॥

છાશ સાત્મ્ય થાય-માફક આવે ને ભૂખ વધારે લાગતી હેાય તેા વૈદ્યે માખણમાં સાકર મેળવી આપવું. સાકર ને માખણ ખાઈ ઉપરથી પાણી મેળવ્યા વગરની છાશ પીવી. રેાજ સવારમાં આ પ્રમાણે કરવું.

દરદીના પેાષણ માટે જુદી જુદી જાતનાં પકવાન્ન તથા બહુ જાતનાં શાક વગેરે ખાવા આપવાં; શષ્કુલી (સુંવાળી પૂરી યા ઘૂઘરા) તથા માંસરસ આપવેા. ૮૦-૮૨

अर्धवारियुतं पूर्वं ततः पादांशवारिणा ।
निर्वारि च ततस्तक्रं सप्तसप्तदिनान्तरे ॥ ८३ ॥
मलपाकोऽथ तच्छुद्धिस्ततस्तक्रमलोद्भवः ।
तत्प्रवृत्तिस्ततो वह्नेः संभवः स्याद्रसोद्गमः ।
रक्तादीनां च धातूनां क्रमाद्वृद्धिस्ततोबलम् ॥ ८४ ॥

અર્ધા ભાગનું પાણી મેળવેલી છાશ પહેલા સાત દિવસ, ચેાથા ભાગનું પાણી નાખેલી પછીના સાત દિવસ ને પાણી મેળવ્યા વગરની સાત દિવસ લેવી.

આ રીતે છાશના સેવનથી મળ(દેાષ)નેા બરાબર પાક થાય છે ને મળની શુદ્ધિ થાય છે ને પછીથી છાશનેા ચેાગ્ય મળ બને છે ને તે મળ સહેલાઈથી બહાર નીકળે છે. જઠરાગ્નિની વૃદ્ધિ થાય છે ને રસ ધાતુ સારી રીતે બને છે અને ક્રમથી રક્તાદિ ધાતુની વૃદ્ધિ થઈ ને બળ પણ

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

આવે છે. ૮૩,૮૪

तक्रोद्भवे मले शुद्धे रुक्षितः स्यात्ततो नरः ।
विशेषाद्वातलस्तस्य स्नेहनं समुपाचरेत् ॥ ८५॥

છાશના સેવનથી મળની શુદ્ધિ થઈ જો મનુષ્યના શરીરમાં રુક્ષતા આવે તો તેને-તથા વાતપ્રધાન મનુષ્યને તો ખાસ કરીને સ્નેહન* કરાવવું જોઈએ. ૮૫

રુક્ષ મનુષ્યનાં લક્ષણ

कष्टेन पच्यते तक्रं शुष्करुक्षमलच्छविः ।
उरो विदह्यतेऽत्यर्थं वायुरन्त्राणि कूजयेत् ॥
रुक्ष एवंविधो ज्ञेयो दुर्बलो दुर्बलेन्द्रियः ॥ ८६॥

છાશનું કષ્ટથી પચન થાય છે અર્થાત્ બરાબર રીતે પચતી નથી. તે મનુષ્યનો મળ સૂકો ને રુક્ષ-લૂખો બને છે, છાતીમાં દાહ થાય છે, આંતરડામાં વાયુ ગુડગુડ એવો અવાજ કરે છે, દુર્બળ બની જાય છે ને ઇંદ્રિયો પણ શિથિલ થઈ જાય છે. ૮૬

नोपेक्षेत नरं रुक्षं तक्रं रुक्षं यतो भृशम् ।
अन्त्रकूजनशूलाद्याः संभवन्त्यनिलामयाः ॥ ८७॥

રુક્ષ મનુષ્યની ઉપેક્ષા ન કરવી; કારણ કે છાશ પણ રુક્ષ છે તેથી રુક્ષતા પ્રતિદિન વધતી જાય છે ને આંતરડામાં અવાજ, શૂલ વગેરે ઉપદ્રવ થાય છે. ૮૭

यः स्यात्केवलवातार्तः स तैलं बलया श्रृतम् ।
सपित्तः पित्तवातार्तो नवनीतं नवं पिबेत् ॥ ८८॥

---

* દોષાનુસાર ઘી અથવા તેલનો ખાવામાં અને બહાર અભ્યંગ—માલિસ કરવામાં ઉપયોગ કરવો તે સ્નેહન.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

कफे चांगेरिजं सर्पिरिति केचिद्व्यवस्थिताः ।

वसां मज्जानमनिलारिपबेयुर्भृशपीडिताः ॥ ८९ ॥

જે કેવળ વાયુથી પીડિત હોય તેણે બલાતૈલ પીવું. પિત્તથી પીડિત અથવા તો વાતપિત્તથી પીડાતા મનુષ્યે તાજું માખણ ખાવું–ચાટવું. ૮૮

કફથી પીડિત મનુષ્યે ચાંગેરી ઘૃત પીવું, એમ કેટલાલોકનો મત છે. વાયુથી પીડાતા મનુષ્યને વસા યા મજ્જાનું પાન કરાવવું. ૮૯

નવનીતના ગુણ

स्नेहाद्रौक्ष्यं लाघवं गौरवाच्च ।

शैत्यादौष्ण्यं स्वादुभावादरौच्यम् ।

× × ×

तक्रस्यैतत् हैयंगवीनं निहन्यात् ॥ ९० ॥

तक्रव्यापद्धरं सौम्यं सर्वधातुविवर्धनम् ।

स्नेहनं निरपायं च हैयंगवीनमुच्यते ॥ ९१ ॥

માખણ સ્નિગ્ધ હોવાથી રુક્ષતાનો, ગુરુ હોવાથી લાઘવપણાનો, શીત હોવાથી ઉષ્ણતાનો ને મધુર હોવાથી અરુચિનો નાશ કરે છે. માખણ શીતવીર્ય છે. દરેક ધાતુને વધારનાર ને તક્રસેવનથી થયેલ વ્યાપદ્‌ને મટાડનાર છે, ઉત્તમ સ્નેહન છે, કાંઈ અપાય–નુકસાન કરતું નથી. ૯૦,૯૧

માખણની માત્રાનું પ્રમાણ

कर्षमारभ्य कर्षार्धं वर्द्धयेदापलं ततः ।

कर्षं कर्षं च कुडवात् द्विकर्षं प्रस्थमानतः ॥ ९२ ॥

यावत्सुस्निग्धलिंगानि तावद्वैवर्धयेच्छनैः ।

सुस्निग्धलक्षणात् ह्रासो नातिस्नेहो विधीयते ॥ ९३ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પહેલાં ૧ કર્ષ (૨ તોલા) લઈ દરેક વખતે ૧-૧ તોલો એક પલ (૮ તોલા) થતાં સુધી વધારવું. પલથી માંડી કુડવ (અચ્છેર) થતાં સુધી ૧-૧ કર્ષ વધારવું ને પ્રસ્થ (૨ શેર) સુધી ૨-૨ કર્ષ વધારવું. જ્યાં સુધી સુસ્નિગ્ધનાં લક્ષણ દેખાય ત્યાં સુધી ધીરે ધીરે માખણ-સ્નેહનું પ્રમાણ વધારતા જવું. સુસ્નિગ્ધનાં લક્ષણ થયે સ્નેહપાન બંધ કરવું. અતિ સ્નેહપાન કરવું યોગ્ય નથી. ૯૨,૯૩

સુસ્નિગ્ધનાં લક્ષણો

ग्लानिः सदनमंगानामधस्तात्स्नेहदर्शनम् ।
सम्यक् स्निग्धस्य लिंगानि स्नेहद्वेषस्तथैव च ॥९४॥

ગ્લાનિ-બેચેની, અંગની શિથિલતા, મળમાર્ગે સ્નેહ નીકળવો તથા સ્નેહપાન માટે દ્વેષ-અનિચ્છા થવી એ સુસ્નિગ્ધનાં લક્ષણ છે. ૯૪

અતિસ્નિગ્ધનાં લક્ષણો

भक्तद्वेषो मुखस्रावो गुदे दाहः प्रवाहिका ।
पुरीषातिप्रवृत्तिश्च भृशस्निग्धस्य लक्षणम् ॥९५॥

અરુચિ, મુખમાંથી લાલાસ્રાવ, ગુદામાં દાહ, પ્રવાહિકા (મરડો) ને વારંવાર ઝાડો થવો એ બધાં અતિસ્નિગ્ધનાં લક્ષણ છે. ૯૫

છાશસેવનમાં વ્યાપદ્ તથા તેની ચિકિત્સા

व्यापदोऽथ प्रवक्ष्यामि शृणु त्वं सचिकित्सिताः ।
आमाशये विरुद्धेऽथ सहसा तक्रसेवनात् ॥ ९६ ॥
आमं पक्वाशयं प्राप्य ग्रहणीममिदूषयेत् ।
तस्यातीसारो गुदरुक् विष्टम्भो वह्निमन्दता ॥९७॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

भवेत्समुस्तविश्वातिविषाछिन्नोद्भवाः समाः ।
एषां काथं पिबेदामग्रहणीवह्निमान्द्यनुत् ॥ ९८॥
चित्रकं त्र्युषणं हिंगु ग्रंथिकं लवणानि च ।
चव्याजमोदकौ क्षारद्वयमेकत्र चूर्णयेत् ॥ ९९ ॥
रसेन मातुलुङ्गस्य विहिता दाडिमस्य वा ।
गुटिका पाचयत्यामं दीपयत्यनलं तथा ॥ १०० ॥

હવે વ્યાપદ્-ઉપદ્રવનું તથા તેની ચિકિત્સાનું વર્ણન કરે છે. એકદમ તક્રસેવનથી આમાશય આમદેાષથી રુદ્ધ થાય ત્યારે આમ પકવાશયમાં જઈ ગ્રહણીને દૂષિત કરે છે તેથી અતિસાર, ગુદામાં પીડા, વિષ્ટમ્ભ ને જઠરાગ્નિની મંદતા થાય છે તેવી વ્યાપત્‌માં—(૧) નાગરમેાથ, સૂંઠ, અતિવિષ, ગળેા એ સરખે ભાગે લઈ તેનેા કવાથ-ઉકાળેા કરી પીવેા. તે કવાથ આમદેાષ, ગ્રહણીદેાષ અને મંદાગ્નિને મટાડે છે. (૨) ચિત્રકમૂળ, સૂંઠ, મરી, પીપર, હીંગ, ગંઠેાડા, બધાં લવણુ, ચવક, અજમેા, બેાડીઅજમેા, સાજી-ખાર, જવખાર એ બધાંનું ચૂર્ણ કરી બીજોરા(લીંબુ)-ના રસમાં અથવા દાડમના રસમાં ગેાળી બાંધવી. આ ગેાળી આમદેાષનું પાચન કરે છે ને જઠરાગ્નિને પ્રજ્વલિત કરે છે. ૯૬-૧૦૦

उष्णे पित्ताधिके पुंसि तक्रं दाहं करोति चेत् ।
नवनीतेन संयुक्तां सितां लीढ्वा निरामयः ॥ १०१ ॥
विशेषाद्बृंहणो वृष्यो योगोऽयं तक्रसेविषु ।
नवनीतेऽरुचिर्यस्य जीवनीयामृतं घृतम् ॥ १०२ ॥
स पिबेदथवा योगान् सद्यःस्नेहनकारिणः ।
शतधौतघृताभ्यंगः प्रदाहेऽस्य गुरुः स्मृतः ॥ १०३ ॥

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

ઉષ્ણકાળમાં અથવા પિત્તપ્રધાન મનુષ્યને છાશના સેવનથી દાહ ઉત્પન્ન થાય તો માખણમાં સાકર મેળવી ચાટવું. આ સાકર–માખણનો પ્રયોગ પુષ્ટિ આપનાર ને વીર્યવર્ધક છે. ૧૦૧

નવનીત ખાવાની જેને અરુચિ હોય તેને જીવનીય-ઘૃત અથવા અમૃતઘૃત ખાવા આપવું અથવા ×સદ્યઃસ્નેહન કરનાર કોઈ પ્રયોગ કરી શરીર ઉપર શતધૌત (સો વાર પાણીથી ધોયેલ) ઘીનો જાડો લેપ કરવો. ૧૦૨,૧૦૩

वमिमूर्च्छातिसारेषु भ्रमे च सुचिकित्सितम् ।

ઊલટી, મૂર્ચ્છા, અતિસાર,ભ્રમ વગેરેમાં યોગ્ય ચિકિત્સા કરવી.

रूक्षस्य स्नेहनं स्नेहैरतिस्निग्धस्य रूक्षणम् ॥ १०४ ॥
श्यामाककोरदूषान्नशक्तुपिण्याकवैदलैः ।
विदलानि सतैलानि हीने स्निग्धे निवेदयेत् ॥ १०५ ॥
उद्वेगे मृगनाभ्यादिसुगंधै रुचितां नयेत् ।
कृशं बृंहणयोगैस्तु कर्शनैः स्थूलमाचरेत् ॥ १०६ ॥

રુક્ષ મનુષ્યને સ્નેહપ્રયોગથી સ્નેહન કરાવવું ને અતિ-સ્નિગ્ધ મનુષ્યને રુક્ષ ક્રિયા કરવી. સામો, કોદરા વગેરે હલકાં ધાન્ય, શકતુ (સાથવો–જવ વગેરેનો), પિણ્યાક (તલનો ખોળ) ને કઠોળ વગેરેથી રુક્ષ ક્રિયા કરવી. હીનસ્નિગ્ધ

× સદ્યઃસ્નેહન પ્રયોગ—शर्कराचूर्णसंसृष्टे दोहनस्थे घृते तु गाम् ।
दुग्ध्वा क्षीरं पिबेद्रूक्षः सद्यःस्नेहनमुच्यते ॥
દોહવાના વાસણમાં સાકરનું ચૂર્ણ અને ઘી રાખી ગાયને દોહવી તે ધારોષ્ણ દૂધ રુક્ષ મનુષ્યે પીવું તે સદ્યઃસ્નેહન પ્રયોગ કહેવાય છે.
સુશ્રુતસંહિતા ચિકિત્સાસ્થાન. (અ. ૩૧)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

મનુષ્યને કઠોળમાં ઘણું તેલ નાખી ખવડાવવું. તક્ર લેવામાં ઉદ્વેગ-અરુચિ થતી હોય તો કસ્તૂરી વગેરે સુગંધી પદાર્થ મેળવી આપવી.

કૃશ× મનુષ્યને બૃંહણ-પુષ્ટિકારક પ્રયોગથી ને સ્થૂળ મનુષ્યને કૃશતાકારક પ્રયોગથી ચિકિત્સા કરવી. ૧૦૪-૧૦૬

अतिस्नेहभये प्राप्ते स्नेहं जह्याद्विचक्षणः ।
स्नेहाजीर्णे समुत्पन्ने स्नेहमुष्णांबुना वमेत् ॥ १०७॥
जीर्णाजीर्णविशंकायां स्नेहस्योष्णोदकं पिबेत् ।
तेनोद्गारो भवेच्छुद्धो भक्तं प्रति रुचिस्तथा ॥ १०८॥

અતિસ્નિગ્ધ થયાનો ભય ઉપસ્થિત થતાં સ્નેહપાન કરાવવાનું બુદ્ધિમાન વૈદ્યે છોડી દેવું. સ્નેહપાનથી અજીર્ણ થાય તો ગરમ પાણી પાઈ પીધેલા સ્નેહને ઊલટી કરાવી દેવો, સ્નેહ પચ્યા ન પચ્યાની શંકા હોય તો ગરમ જળ પાવું; તેથી શુદ્ધ ઓડકાર આવશે તથા ખાવાની રુચિ ઉત્પન્ન થશે. ૧૦૭,૧૦૮

स्नेहं त्यक्त्वा भजेद्भूयः पेयादिं च क्रियाविधिम् ।
रूक्षणं दीपनं रूच्यं पालयन्ननलंबलम् ॥ १०९॥

વધારે સ્નેહ આપવો છોડી દઈ પેયા, વિલેપી, યવાગૂ આપવી. રૂક્ષણ, દીપન, રુચિકારક અન્નથી અગ્નિના બળની રક્ષા કરવી. ૧૦૯

आनाहे सविबंधे च निरूहैः सानुवासनैः
शूले दीपनसर्पिर्भिस्तिलैश्च परिकर्तने ॥ ११०॥

આનાહ ને વિબંધમાં નિરૂહ (રૂક્ષ) અથવા સ્નિગ્ધ

× કૃશ તથા સ્થૂળ મનુષ્યની ચિકિત્સા જુઓ ચરક-સૂત્રસ્થાન. અ.૨૧ માં.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

બસ્તિ આપવી, શૂળમાં દીપન ઘૃત દેવું. પરિકર્તન(ગુદામાં કાતરથી કાતરવા જેવી પીડા થવી)માં તલ આપવા. ૧૧૦

उपाचरेदवस्थासु चान्यास्वपि यथाबलम् ॥ १११ ॥

આ બધું સંક્ષેપમાં કહ્યું. આ સિવાયની બીજી અવસ્થામાં બીજા ઉપદ્રવોમાં યથાયોગ્ય ચિકિત્સા કરવી. ૧૧૧

बालबिल्वं सविश्वं च सगुडं कल्कितं लिहन् ।
न प्राप्नोति नरो जातु व्यापदस्तक्रतः परम् ॥ ११२ ॥

જો તક્રસેવન કરનાર મનુષ્ય છાશની સાથે સાથે નાની કુમળી બીલી તથા સૂંઠનું ચૂર્ણ ગોળ મેળવી ખાય તો તેને તક્રસેવનથી કોઈ પણ જાતની વ્યાપદ્ થતી નથી. તક્રસેવન વખતે આ ચૂર્ણનું સેવન કરવું જરૂરી છે. ૧૧૨

છાશ પીનારે પાળવું જોઈતું પથ્ય

तक्रसेवी नरो नित्यमेतानि परिवर्जयेत् ।
मैथुनं च दिवास्वप्नं व्यायामं विषमासनम् ॥
अपथ्यभोज्यं स्नानं च वेगसंधारणं तथा ॥ ११३ ॥

છાશનું સેવન કરનારે મૈથુન, દિવસે ઊંઘવું, વ્યાયામ, વિષમ રીતે બેસવું (ઊભા પગે અથવા વાંકા બેસવું), અપથ્ય ભોજન, સ્નાન ને મળમૂત્રાદિક વેગને રોકવા વગેરે ક્રિયાનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. ૧૧૩

शीतकालेऽग्निमान्द्ये च कफोत्थेष्वामयेषु च ।
मार्गावरोधे दुष्टे च वायौ तक्रं प्रशस्यते ॥ ११४ ॥

ઠંડી ઋતુમાં, જઠરાગ્નિની મંદતા કફરોગ, વાયુનો માર્ગ રોકાયો હોય અને વાયુ દૂષિત થયો હોય તેમાં છાશનો ઉપયોગ હિતકારી છે. ૧૧૪

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

हेमन्ते शिशिरे चैव तक्रं वर्षासु शस्यते ।
शरद्ग्रीष्मौ परित्यज्य वसन्ते कैश्चिदीरितम् ॥ ११५ ॥

ઋતુ પરત્વે-હેમંત, શિશિર ને વર્ષાઋતુમાં તક્રનું સેવન સારું છે. કેટલાક વસંતઋતુમાં પણ તક્રનું સેવન કરવાનું કહે છે. પરંતુ ગ્રીષ્મ* તથા શરદઋતુમાં તેનું સેવન કરવું યેાગ્ય નથી. ૧૧૫

हेमन्ते शिशिरे पिबेत्तु मथितं तक्रं वसन्ते ऋतौ ।
नैदाघे च ऋतावुदश्विदुचितं स्याद् घोलकं प्रावृषि ॥
शस्तं स्यान्मिलितं घनान्तसमये स्यात्कालसेयं तथा ।
सोऽयं षट्सु ऋतुष्वपि प्रणिहितः स्यात्तक्रपानक्रमः ॥११६॥

હેમંત અને શિશિરઋતુમાં મથિત પીવી.
વસંતમાં તક્ર પીવી.
ગ્રીષ્મઋતુમાં ઉદશ્વિત્ પીવી.
વર્ષાઋતુમાં ઘેાલ પીવી.
શરદઋતુમાં મિશ્રિત છાશ પીવી.
આવી રીતે છયે ઋતુઓમાં તક્ર પીવાનું કહ્યું છે. ૧૧૬

છાશસેવન માટે અયેાગ્ય

तक्रं दद्यान्नो क्षते नोष्णकाले नो दौर्बल्ये नो तृषामूर्छिते च ।
नैव भ्रान्तौ नैव पित्तास्रदोषे नैतद्दद्यात्सूतिकायां विशेषात् ॥ ११७॥

ઉરઃક્ષત રેાગીને, ઉષ્ણકાળમાં, દુર્બળને તથા તૃષા, મૂર્છા અને ભ્રમથી પીડિતને, રક્તપિત્ત રેાગમાં અને

* ઉનાળામાં અને શરદઋતુમાં છાશ બિલકુલ ન લેવી એમ પ્રતિબંધ નથી, પણ પ્રમાણમાં ઓછી લેવી, થેાડા પ્રમાણમાં ખાવાથી હરકત નથી. તક્રસાધ્ય રેાગમાં રેાગી માટે ગમે ત્યારે છાશ લેવામાં હરકત નથી. નિષેધ-કાળમાં અલ્પ લેવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

સૂતિકા સ્ત્રીને ખાસ કરીને છાશ ન આપવી. ૧૧૭

अन्येऽपि—

नैव तक्रं क्षते दद्यान्नोष्णकाले न दुर्बले ।

न मूर्च्छाभ्रमदाहेषु न रोगे रक्तपैत्तिके ॥ ११८॥

છાશ ઉરઃક્ષત રોગીને, ઉષ્ણકાળમાં, દુર્બલને મૂર્છા, ભ્રમ અને દાહ રોગમાં, રક્તપિત્ત રોગમાં આપવી નહિ. ૧૧૮

तथा च—

तक्रं निदाघे शरदि दौर्बल्ये भ्रममूर्च्छयोः।

पित्तास्रमदशोफेषु कदाचिन्न प्रशस्यते ॥ ११९ ॥

છાશ ગ્રીષ્મઋતુમાં, શરદઋતુમાં, દુર્બલાવસ્થામાં, ભ્રમ, મૂર્છા, રક્તપિત્ત, મદ અને સોજાના રોગમાં કદી આપવી યોગ્ય નથી. ૧૧૯

અન્નમિશ્રિત છાશનો પ્રયોગ

क्षुर्तृष्णाग्लानिदौर्बल्यवातरोगप्रमेहिणाम् ।

बालस्थविरभीरुणां सान्नं तक्रं प्रशस्यते ॥ १२०॥

ક્ષુધાપીડિત, તૃષાપીડિત, દુર્બળ, વાતરોગી, પ્રમેહી, બાળક, વૃદ્ધ અને ભીરુ–બીકણ મનુષ્યને અન્ન સાથે છાશ આપવી યોગ્ય છે. ૧૨૦

પક્વાપક્વ છાશના ગુણ

तक्रमामं कफं कोष्ठे हन्ति कण्ठे करोति च ।

पीनसश्वासकासादौ पक्वमेव प्रयुज्यते ॥ १२१॥

કાચી છાશ કોઠાના કફનો નાશ કરે છે, પરંતુ કંઠમાં કફને ઉત્પન્ન કરે છે. પીનસ (જૂનું સળેખમ), શ્વાસ, કાસ–ઉધરસમાં પાકી–વઘાર દીધેલી જ છાશ વાપરવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છાશની પ્રશંસા

दुर्नामग्रहणीगुल्मशोषशोफोदराश्रयाः ।
रोगाः कासादयो यान्ति सशूलास्तक्रपस्य हि ॥ १२२ ॥
दृढ शरीरः सबलः तुष्टिपुष्टिसमन्वितः ।
कामादपि भवेत्कान्तो जीवत्यब्दशतं सुधीः ॥ १२३ ॥

છાશ પીનારના હરસ, સંગ્રહણી, ગોળો, ક્ષય, સોજો, પેટના રોગ, ઉધરસ વગેરે રોગ નાશ પામે છે. છાશ પીનાર મનુષ્ય શરીરે સુદૃઢ, પુષ્ટ, બળવાન ને સંતોષી રહી કામદેવથી પણ અધિક રૂપાળો થઈને પૂરાં સો વર્ષ જીવે છે.

रसाद्विकाराः रुधिराच्च जाता मांसाच्च मेदःप्रभवास्तथा ते ।
वर्चोद्भवाः शुक्रसमुद्भवाश्च तक्रेण सर्वे विलयं प्रयान्ति ॥ १२४ ॥

છાશસેવનથી રસધાતુમાંથી ઉત્પન્ન થનારા વિકાર-રોગ,* રક્તવિકાર, માંસવિકાર, મેદવિકાર, મળવિકાર, શુક્રવિકાર વગેરે બધા વિકાર નાશ પામે છે. ૧૨૪

न तक्रदग्धाः प्रभवन्ति रोगाः न तक्रसेवी व्यथते कदाचित् ।
यथा सुराणाममृतं प्रधानं तथा नराणां भुवि तक्रमाहुः ॥ १२५ ॥

છાશના સેવનથી નાશ પામેલા રોગ કદાપિ ફરી થતા નથી. તક્રસેવન કરનાર કદી વ્યથા પામતો નથી. જેમ દેવતાઓને માટે અમૃત એ જ જીવન છે તેમ મનુષ્યો માટે આ સંસારમાં તક્ર અમૃતસ્વરૂપ છે. ૧૨૫

मधुराम्लकषायरसाभियुतं सुरभेः शुचितक्रसुसेवनतः ।
मनुजो ह्यमरो भवति प्रभवं बहुवीर्यकरं बलदं मतिदम् ॥ १२६ ॥

ગાયની પવિત્ર, મીઠી, મધુર, કંઈક ખાટી અને સહેજ

* બધા વિકારનાં નામ જુઓ ચરકસંહિતા, સૂત્રસ્થાન (અ. ૨૮).

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

તૂરી એવી છાશના સેવનથી મનુષ્ય અમર-દીર્ઘાયુ, બહુ પરાક્રમી, બળવાન ને બુદ્ધિશાળી બને છે. ૧૨૬

मृद्वासनसमासीनस्तक्रताम्बूलसेवकः ।
पथ्यभोजी जितक्रोधो जीवेद्वर्षशतं सुखी ॥ १२७॥

હંમેશાં મૃદુ આસને બેસનાર, તક્ર તથા તાંબૂલ-(પાન)નું સેવન કરનાર, પથ્ય ભોજન કરનાર, ક્રોધને જીત-નાર મનુષ્ય સુખરૂપે પૂરાં સો વર્ષ જીવે છે. ૧૨૭

कैलासे यदि तक्रमस्ति गिरीशः किं नीलकण्ठो भवे-
द्वैकुण्ठे यदि कृष्णतामनुभवेदद्यापि किं केशवः ।
इन्द्रो दुर्भगतां क्षयं द्विजपतिर्लम्बोदरत्वं गणः
कुष्ठित्वं च कुबेरको दहनताममिश्च किं विन्दति ॥ १२८॥

જો કૈલાસમાં તક્ર સુલભ હોત તો શ્રીમહાદેવજી નીલકંઠ ન રહ્યા હોત, અર્થાત્ તક્ર પીવાથી તેમના કંઠમાંનું ઝેર નાશ પામ્યું હોત. જો વૈકુંઠમાં તક્ર મળતી હોત તો વિષ્ણુ આજે શ્યામ હોત ? ઇંદ્રને ભગંદર રોગ અને ચંદ્રની ક્ષયદશા તરત જ નાબૂદ થઈ હોત, ગણેશજીનું પેટ આવડું મોટું ન હોત; કુબેરને કોઢ હોત નહિ અને શું અગ્નિ પણ પોતે દાહ પામતો હોત ખરો ? જો તે બધાને છાશ પીવાની મળી હોત તો દુઃખી ન થવું પડત. ૧૨૮

*

છાશનો ઉપયોગ

ચરક સંહિતા

ગ્રાહિણી પેયા : કોઠું, બીલી, ચાંગેરી, દાડમ એની છાશમાં પકાવેલી પેયા પીવાથી દોષનો પાક થાય અને

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પાતળો મળ બંધાય. (સૂત્ર. અ. ૨, શ્લોક ૧૭)

કૃમિઘ્ન યવાગૂ : વાવડિંગ, સરગવો, ગંઠોડા અને મરી એ બધાં દ્રવ્યની છાશમાં પકાવેલી યવાગૂમાં સાજીખાર નાખી પીવાથી કૃમિ–પેટના કરમનો નાશ થાય. (સૂત્ર. અ. ૨, શ્લોક ૨૧)

ઘૃતવ્યાપત્ નાશક યવાગૂ : અધિક ઘી સેવન કરવાથી થયેલ રોગમાં તક્રસિદ્ધ યવાગૂ હિતકર છે; અધિક તેલ સેવનથી થયેલ રોગમાં છાશ અને તલકલ્ક(સાંણી)થી સિદ્ધ યવાગૂ પ્રશસ્ત છે. (સૂત્ર. અ. ૨, શ્લોક ૨૮)

મદનાશક યવાગૂ : પોઈની ભાજી અને દહીંથી પકાવેલી યવાગૂ મદરોગનો નાશ કરે છે. (સૂત્ર. અ. ૨, શ્લોક ૩૧)

સ્નેહવ્યાપત્ રોગમાં : તક્રારિષ્ટ પ્રયોગ, રુક્ષ અન્નપાન, ગોમૂત્રાદિ પાન અને ત્રિફળાનું સેવન કરવું. (સૂત્ર. અ. ૧૩, શ્લોક ૭૮)

અતિ સ્થૂળતા માટે : તક્રારિષ્ટનો પ્રયોગ, મધનો પ્રયોગ હિતકારી છે. (સૂત્ર. અ. ૨૧, શ્લોક ૨૨)

રુક્ષણક્રિયા : તક્રનું સેવન રુક્ષ કરનાર છે. (સૂત્ર. અ. ૨૨, શ્લોક ૨૯)

મૂત્રકૃચ્છ્ર અને પ્રમેહ : કઠ, ગોમેદમણિ, હિંગ, કૌંચપક્ષીનાં હાડકાં, સૂંઠ, પીપર, મરી, વજ, અરડૂસી, ઇલાયચી, ગોખરુ, અજમો અને લકડીપાષાણભેદનું ચૂર્ણ છાશ સાથે, દહીંના પાણીથી અથવા ખાટાં બોરના ઉકાળાથી પીવાથી મૂત્રકૃચ્છ પ્રમેહ મટે. છાશ, હરડે, ત્રિફળા અને અરિષ્ટના પ્રયોગથી પ્રમેહ વગેરે રોગ મટે છે. (સૂત્ર. અ. ૨૩, શ્લોક ૧૬,૧૭)

ગ્રહણીદોષ, સોજો, હરસ અને ઘૃતવ્યાપત્ પ્રશમન

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

મધ્યે તક્રનો અભ્યાસ (નિત્યસેવન) ઉત્તમ છે. (સૂત્ર. અ. ૨૫, ગ. ૩૯)

કમીલાની ભાજી : તક્રમાં સિદ્ધ કરેલી વિરુદ્ધ છે (ખાવી નહિ). (સૂત્ર. અ. ૨૬, ગ. ૮૬)

તક્ર : શોથ, અર્શ, ગ્રહણી, મૂત્રકૃચ્છ્ર, ઉદરરોગ, અરુચિ, સ્નેહવ્યાપત્ અને પાંડુરોગ તથા ગરવિષના દોષમાં છાશ આપવી. (સૂત્ર અ. ૨૭, શ્લોક ૨૨૫)

પુંસવન સંસ્કાર માટે પ્રયોગ : ગોષ્ઠ અર્થાત્ ગાય ચરાવવાના સ્થાનમાં ઊગેલા વડની પૂર્વ અને ઉત્તર દિશા તરફની શાખામાંથી અભગ્ન બે શુંગ–કૂંપળ લઈ તેની સાથે ઉત્તમ અડદના બે દાણા અથવા બે સફેદ સરસવના દાણા દહીંમાં નાખી પુષ્ય નક્ષત્રમાં પીવું. (શારીર. અ. ૮, ગ. ૨૦)

તક્ર સાથે અજમાનું ચૂર્ણ તથા થોડું બીડલવણ મેળવી પીવાથી અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય અને મળ, મૂત્ર તથા અધોવાયુ–અપાનવાયુ અનુલોમ થાય છે. (ચિકિ. અ. ૫, શ્લોક ૧૬૪)

રાજયક્ષ્મામાં અતીસાર મટાડવા : ચોખાના ધોવણ સાથે સૂંઠ અને ઇંદ્રજવનું ચૂર્ણ આપી, ઔષધ પચ્યા પછી ચાંગેરી તક્ર અને દાડમના રસથી યવાગૂ પાક કરી ખાવા આપવી. (ચિકિ. અ. ૮, શ્લોક ૧૨૨)

તથા પીવા માટે : મોટા પંચમૂળનું ઉકાળેલું પાણી, તક્ર, સુરા, ચુક્રિકા અને દાડમના રસનો ઉપયોગ કરવો. (ચિકિ. અ. ૮, શ્લોક ૧૨૯)

કફજ શોથ : ગોમૂત્ર સહિત તક્ર અથવા આસવ પ્રયોગ કફજ શોથને શાંત કરે. (ચિકિ. અ. ૧૨, શ્લોક ૧૭)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

શોથ રોગમાં પાતળો અને આમયુક્ત ગુરુ ઝાડો થતો હોય તો સૂંઠ, મરી, પીપર, સંચળ અને મધ સાથે તક્રપાન કરાવવું. (ચિકિ. અ. ૧૨, શ્લોક ૨૫)

શોથનાશક ચિત્રકઘૃત : એક ઘડાની અંદર ચિત્રક-મૂળની છાલનો કલ્ક લગાડી ગાયનું દૂધ ભરી દહીં બનાવવું. તે દહીંને વલોવી માખણ કાઢી, તે માખણનું ઘી તૈયાર કરી તે ઘી ચિત્રકમૂળની છાલનો કલ્ક અને છાશ સાથે યથાવિધિ સિદ્ધ કરવું. આ ઘી સોજો દૂર કરવા માટેનું ઉત્તમ ઔષધ છે. આ ઘીથી અર્શ, આમવાત, ગુલ્મ અને પ્રમેહ શાંત થાય છે. અગ્નિપ્રદીપક છે. ઉપરોક્ત દહીં વલોવતાં જે છાશ બને તે છાશ અને સિદ્ધ ઘી સાથે ભોજન કરે અથવા તે બન્નેથી યવાગૂ તૈયાર કરી ખાય. (ચિકિ. અ. ૧૨, શ્લોક ૫૫,૫૬)

ઉદર રોગમાં તક્રનો વિવિધ ઉપયોગ : મૂળમાં શ્લોક ૫૨થી ૫૬ સુધી. (ચિકિ. અ. ૧૩, શ્લોક ૯૩–૧૦૪)

નારાયણ ચૂર્ણના અનુપાનમાં છાશ. (ચિકિ. અ. ૧૩, શ્લોક ૧૨૬)

પીપર, લોધર વગેરે દ્રવ્ય, પંચલવણ, દહીં, ઘી, વસા, તેલ, મજ્જા બધું સાથે મેળવી અંતર્ધૂમ બાળી ક્ષાર કરવો. તે ક્ષાર ૨ તોલા અન્ન જમ્યા પછી મદિરા, દહીંનું પાણી, ગરમ પાણી અથવા આસવ–અરિષ્ટ સાથે લેવાથી હૃદ્રોગ, શોથ, પ્લીહા, ગુલ્મ, વિસૂચિકા, ઉદાવર્ત વાતાષ્ઠીલા શાંત થાય છે. (ચિકિ. અ. ૧૩, શ્લોક ૧૫૩–૧૫૭)

રક્તાર્શમાં: તક્ર સાથે હરડે અથવા ત્રિફળાચૂર્ણ સેવવું. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૬૭)

ચિત્રકમૂળ હપુષા અને હીંગ અથવા પંચકોલ(સૂંઠ,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પીપર, ગંઠોડા, ચવક, ચિત્રક)નું ચૂર્ણ તક્ર સાથે સેવન કરે. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૭૧)

તક્રારિષ્ટ : અર્શમાં પ્રયોગ મૂળમાં શ્લોક ૫લ્થી ૬૨ (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૭૨–૭૫)

અર્શ માટે : તક્રની શ્રેષ્ઠતા. ઘણુંખરું મૂળમાં આવી ગયું છે. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૭૬–૭૮)

સૂંઠ અથવા પીપર સાથે પેયા પકાવી છાશથી ખાટી બનાવી અને મરીનું ચૂર્ણ મેળવી તે પેયા અર્શ રોગીને પાવી. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૯૨)

વાયુ અને મળના અનુલોમન માટે : અજમો, સૂંઠ, પાઠા, દાડમનો રસ, ગોળ અને મીઠું છાશ સાથે મેળવી પાવું. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૯૯)

અર્શરોગી વાતપ્રધાન, રુક્ષ અને મંદાગ્નિવાળો હોય તેને શર્કરાજાત મદિરા, સીધુ, તક્ર, તુષોદક, અરિષ્ટ, દધિમંડ, ગરમ કરી ઠારેલું પાણી, ભોરિંગણીસિદ્ધ જળ અથવા સૂંઠ-ધાણાથી પકાવેલું પાણી અનુપાન માટે પાવું, તેથી મળ અને વાયુ અનુલોમ થાય છે. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૧૨૭,૧૨૮)

રક્તાર્શ રોગીને રક્તસ્રાવ થયે છાશ સાથે ડુંગળીનું શાક અથવા છાશના અમ્લ ઘોલ સાથે મસૂર (ની દાળનો) યૂષ ભોજનમાં આપવો. (ચિકિ. અ. ૧૪, શ્લોક ૨૦૪)

પંચમૂલાદ્ય ઘૃત : તક્ર, દધિમસ્તુથી તથા સુરામણ્ડ, કાંજી, તુષોદક ઘી સમાન ભાગે લઈ સિદ્ધ કરવાનું છે. તે ઘીથી અગ્નિ વધારે પ્રદીપ્ત થાય છે અને શૂલ, ગુલ્મ, ઉદર, શ્વાસ, કાસ અને વાયુ-કફને દૂર કરે છે. (ચિકિ. અ. ૧૫, શ્લોક ૮૬,૮૭)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

હરણુ વગેરે જાંગલ પશુના માંસરસને દાડમરસ અને તક્રથી અમ્લ બનાવી, ઘીથી વઘારી મરી અને મીઠું મેળવી ગ્રહણી રોગવાળાને ખાવા આપવો. ગ્રહણી રોગમાં ભોજનાર્થ આ બધા યૂષ અને માંસરસ પ્રશસ્ત છે; અને પાનાર્થ તક્ર, કાંજી, મદ્ય અને અરિષ્ટ હિતકર છે. (ચિકિ. અ. ૧૫, શ્લોક ૧૧૩,૧૧૪)

ગ્રહણી રોગમાં: તક્ર વિશેષ હિતકર છે. તે લઘુ હોઈ અગ્નિપ્રદીપક, મલસંગ્રાહક અને સુપથ્ય છે. વિપાકમાં મધુર રસ હોઈ પિત્તનો પ્રકોપ કરતી નથી. કષાયરસ, ઉષ્ણુ ગુણુ યુક્ત, વિકાશી અને રુક્ષ હોવાથી કફમાં હિતકર છે અને મધુર, અમ્લ અને સાન્દ્ર (ગાઢી) હોવાથી વાયુનાશક છે. તરત વલોવેલી–બનાવેલી છાશ વિદાહી નથી; તેથી ઉદર અને અર્શ રોગમાં કહેલા બધા તક્રના પ્રયોગો ગ્રહણી રોગમાં અજમાવવા જોઈએ. (ચિકિ. શ્લોક ૧૧૫–૧૧૭)

તક્રારિષ્ટ: ગ્રહણીમાં પ્રયોગ મૂળમાં શ્લોક ૫૭–૫૮. (ચિકિ. અ. ૧૫, શ્લોક ૧૧૮,૧૧૯)

કફજ ગ્રહણીમાં: ભોજન પછી અમ્લતક્ર, તક્રારિષ્ટ વગેરે અનુપાનરૂપે આપે. (ચિકિ. અ. ૧૫, શ્લોક ૧૪૩)

ત્રિદોષજ સંગ્રહણીમાં: વિવિધ તક્રપ્રયોગ અને અગ્નિવર્ધક ઘૃતનું સેવન કરવું. (ચિકિ. અ. ૧૫, શ્લોક ૧૯૪)

મણ્ડૂરવટક: અગ્નિબલાનુસાર તક્ર સાથે લેવાથી પાણ્ડુરોગીને પ્રાણુ આપનાર છે. (ચિકિ. અ. ૧૬, શ્લોક ૭૪)

મણ્ડૂરવટકના સેવનકાલે તક્ર અને યવમંડ પીવો. (ચિકિ. અ. ૧૬, શ્લોક ૧૦૧)

પુનર્નવા મણ્ડૂરની ગોળી તક્રમાં મેળવી સેવન કરવી,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

તે પાણ્ડુરોગ, સોજો, ગ્રહણીદોષ વગેરે મટાડે છે. (ચિકિ. અ. ૧૬, શ્લોક ૯૩)

કાસ: ખદિરસારનું ચૂર્ણ મદિરા અથવા દહીંના મસ્તુ સાથે લેવું. (ચિકિ. અ. ૧૮, શ્લોક ૬૨)

અતિસાર: રોગીને પ્રથમ તક્ર, કાંજી, યવાગૂ, તર્પણ (દ્રવ મેળવેલું સકતુ), સુરા અને મધ–માફક આવે તે આપવું. (ચિકિ. અ. ૧૯, શ્લોક ૨૭)

ચિત્રકમૂળનું ચૂર્ણ: તક્ર સાથે પાન કરવાથી ઉદર-રોગ મટે (ચિકિ. અ. ૧૯, શ્લોક ૧૧૯)

કફજ મૂત્રકૃચ્છ્ર રોગીને: તક્રપાન હિતકર છે. (ચિકિ. અ. ૨૬, શ્લોક ૫૨)

શિતિમારક(શાલિંચ બી)નાં બી તક્ર સાથે લેવાં.

સુશ્રુતસંહિતા

વ્રણરોગીએ: દહીં, છાશ વગેરેનો ત્યાગ કરવો. તે દોષ-વર્ધક અને પરુ વધારનાર છે. (સૂત્ર. અ. ૧૯, શ્લોક ૧૬,૧૭)

કેળાં: દહીં અથવા છાશ સાથે ન ખાવાં, વિરુદ્ધ છે. (સૂત્ર. અ. ૨૦, ગદ્ય. ૧૩)

તક્ર: રસમાં મધુર, અમ્લ, કષાય, અનુરસવાળી, ઉષ્ણ-વીર્ય, પચવામાં હલકી, રુક્ષ, અગ્નિપ્રદીપક, ગર, શોફ, અતિ-સાર, ગ્રહણી, પાંડુરોગ, અર્શ, પ્લીહા, ગુલ્મ, અરુચિ, વિષમજ્વર, તૃષા, ઊલટી, પ્રસેક (મોળ છૂટવી), શૂળ, મેદ, કફ, વાયુનો નાશ કરનાર, વિપાકમાં મધુર, મૂત્રકૃચ્છ્ર અને સ્નેહવ્યાપત્ મટાડે છે. (સૂત્ર. અ. ૪૫, ગદ્ય ૮૪)

અપતાનક રોગીને: સવારમાં ભૂખે પેટે મરી અને વજના ચૂર્ણ સાથે ખાટું દહીં લેવાથી મટે છે. (ચિકિ. અ. ૫, ગદ્ય ૧૮)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

અર્શરોગમાં : ભીલામાનું ચૂર્ણ છાશ સાથે આપવું. ઘડામાં અંદર ચિત્રકમૂળનો કલ્ક લગાડી છાશ નાખી ખાટી અથવા મોળીનો ખાવાપીવામાં ઉપયોગ કરવો. વાતવ્યાધિમાં કહેલું હિંગ્વાદિચૂર્ણનું છાશ સાથે સેવન કરવું. કડાના મૂળના તથા બન્દાકના મૂળનો કલ્ક છાશ સાથે લેવો. (ચિકિ. અ. ૬, ગદ્ય ૧૩)

રક્તાતીસાર : માખણ ચાટી ઉપરથી છાશ પીવી. (ચિકિ. અ. ૪૦, શ્લોક ૧૧૯)

ગ્રહણી રોગીએ : સવારમાં પાચન-સંગ્રાહી-દીપનીય-ગણ તક્ર સાથે લેવા અથવા એકલી છાશ પીવી. (ચિકિ. અ. ૪૦, શ્લોક ૧૮૦)

પાંડુ રોગીએ : મંડૂરનો પ્રયોગ ઉદશ્વિત્‌થી કરવો અને છાશ-ભાત ખાવાં. (ચિકિ. અ. ૪૪, શ્લોક ૩૫)

આર્યભિષક્

પિત્ત ઉપર : અઘેડાનાં બીયાં રાત્રે છાશમાં પલાળી રાખી, સવારે વાટી પીવામાં ઉપયોગ કરવો; એટલે પિત્ત નીકળશે અથવા શમશે. તે ઉપર ભાત અને ઘી ખાવાં.

કમળા ઉપર : અઘેડાનાં મૂળ છાશમાં ઘસીને પાવાં.

કફગુલ્મ : અજમાનું ચૂર્ણ અને બીડલોણ છાશમાં નાખી આપવું.

જીર્ણજ્વર : છાશની પરાશમાં (આછમાં) સૂંઠ ઘસી પાવી, દિન ૨૧.

હરસ : સૂંઠનું ચૂર્ણ છાશમાં નાખી આપવું.

પ્રમેહ : આમલીનાં પાંદડાંનો રસ ૦। શેર અને છાશ ૦। શેર એકત્ર કરી પાવું.

રક્તાતિસાર : આંબાની ગોટલી છાશમાં વાટી આપવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કૉલેરા : બેઅઢી તોલા કેરીના મરવા દહીંમાં વાટી આપવા.

કૂતરાનું વિષ : પ્રથમ ગોળ ખવડાવી તે ઉપર ઇંગોરાની છાલનું ચૂર્ણ છાશમાં નાખી પાવું.

બાળકની હગામણુ : ઇંદ્રજવનાં મૂળ છાશના નીતર્યા પાણીમાં ઘસી થોડી હિંગ નાખી પાવાં.

બાળકનો કૉલેરા : ઇંદ્રજવનાં મૂળ અને મોગલી એરંડાનાં મૂળ છાશના પાણીમાં ઘસી થોડી હિંગ નાખી પાવાં.

પથરી : ઇંદ્રજવની છાલ–કડાની છાલ દહીંમાં ઘસી પાવી.

સર્વ પ્રકારનો અતિસાર, સંગ્રહણી, પાંડુ, જીર્ણ-જ્વર : ઇંદ્રજવના ઝાડનાં મૂળ ધોઈ છૂંદીને રસ કાઢવો; તે રસ દેવતા ઉપર મૂકી ઉકાળતા રહેવું. સાધારણ ઊકળે એટલે તેમાં સૂંઠ, મરી, લીંડીપીપર, જાયફળ, માયફળ (માયાં), જાવંત્રી, લવિંગ, વાવડિંગ, મરડાશિંગ, નાનાં બીલાં, બહેડાંનું દળ અને નાગકેસર–એનું ચૂર્ણ નાખી સરખું મિશ્રણ થયા પછી ચણા જેવડી ગોળી કરવી. એ ગોળી અતીસાર, સંગ્રહણી ઉપર છાશના નીતર્યા પાણીમાં–આછમાં થોડું હિંગનું ચૂર્ણ નાખી તે મીઠા અધમળ્યા દહીંમાં આપવું.

શીતજ્વર : કાકડી ખાઈ ઉપર ખાટી છાશ પીવી તથા શેક કરવો અથવા તડકામાં ઓઢીને બેસવું એટલે સર્વાંગે પરસેવો આવી શીતજ્વર નાશ પામે છે.

જલોદર : કાસાણીનો કાંદો ૧ તોલો છાશમાં વાટી પાવો.

વાછરડા કિંવા ઢોરોના કરમ : કુંવાડીઆના પાલાનો રસ કાઢી તેમાં તેટલી જ છાશ નાખવી; અને ગંધક ૧ તોલો અને હિંગ ૫ તોલા પર્યંત લઈ બન્નેની ભૂકી કરી તેમાં મેળવી પાવી. વાછરડાંને રસ નવટાંક અને ઔષધ

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

ચતુર્થાંશ, મોટાં ઢોરને અચ્છેરથી શેર પર્યંત ઉપરના માપે ઔષધ નાખી પાવો.

બાળકનો અતીસાર: કોલીંજન છાશમાં ઘસી થોડી હિંગ નાખી કઢી કરી પાવું.

નાનાં વાછરડાંના કરમ: કૌંચના કાંટા છાશમાં પાવા.

અફીણનો ઉતાર: ત્રણ કિંવા ચાર માસા હિંગ છાશમાં વાટી પાવી.

કમળી: ગળોનાં પાંદડાંનો કલ્ક છાશમાં આપવો.

અજીર્ણ, સંગ્રહણી, અતીસાર: ચિત્રકનું ચૂર્ણ છાશના પાણી સાથે આપવું.

અર્શ: ચિત્રકના મૂળની છાલ વાટી, એક કોરી માટલીમાં તેનો અંદર લેપ કરી તેમાં રાત્રે દૂધ જમાવવું; સવારે તે દહીં ખાવું.

સંગ્રહણી: ચિત્રકમૂળ, ચવક, કાચાં બીલાં અને સૂંઠ સમભાગે લઈ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ દિવસમાં બે–ત્રણ વખત ૩–૬ માસા છાશમાં મેળવી પીવું.

અતિસાર: ચીણા નામના અનાજના દાણા શેકી લોટ કરી, તે લોટ છાશમાં નાખી પાવો.

વિસૂચિકા: જવનું ચૂર્ણ છાશમાં નાખી ગરમ કરી જવખાર નાખી પાવું.

આમાતીસાર, અતિસાર: જાવંત્રીનું ૨–રા માસા ચૂર્ણ દહીંની પરાશમાં–આછમાં અથવા દહીંમાં કાલવી સાત દિવસ આપવું.

અતીસાર: જાયફળ, ખારેક, અફીણ સમભાગે લઈ નાગરવેલના પાનના રસમાં ચણા જેવડી ગોળી કરી છાશમાં આપવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કૉલેરા : જાયફળ, સિંધવ, શુદ્ધ હિંગળોક, કોડીભસ્મ, સૂંઠ, શુદ્ધ અફીણ, શોધેલ ધંતુરાનાં બી, લીંડીપીપર એ સમભાગે લઈ લીંબુના રસમાં, ધંતુરાના બીજના કાઢામાં અથવા ભાંગના કાઢાની ભાવના આપી ૧ રતીભારની ગોળી કરી પૈસાભાર છાશ, શેકેલી હીંગ (ચણા બરોબર) અને સિંધવ ૧ માસો એકત્ર કરી એક ગોળી આપવી એટલે ઝાડા-ઊલટી તત્કાળ બંધ થાય છે.

છાશનું પુનઃ દહીં બનાવવું : ગોવાળિયા લોક દૂધનું દહીં કરી તેમાં થોડું પાણી નાખી છાશ કરી માખણ કાઢી લે છે; પછી છાશમાં તોરણનાં મૂળ ઘસી થોડો સમય ચૂલાની પાસે મૂકે છે; અને તે વાસણ ઉપર ધોયેલું કપડું વીંટાળી તે ઉપર છાણાંની રાખોડી નાખે છે, તે યોગથી છાશમાં પાણીનો રહેલો અંશ ઉપર આવે છે, તે રાખથી ખેંચાઈને નીચે રહેલા છાશ દહીંના જેવી ઘટ્ટ થાય છે.

ધંતુરાનું વિષ : દહીં પાવું.

વિષમજ્વર : ધંતુરાનાં પાંદડાંનો રસ ૦ાથી ૦ાા તોલો ચાર તોલા દહીંમાં, તાવ આવ્યા પહેલાં એક કલાક અગાઉ આપવો, શક્તિનો વિચાર જરૂર કરવો.

સોમરોગ—જળપ્રદર : નાગકેસર છાશમાં વાટી ૩ દિવસ ખાવું અને તે ઉપર ભાત ખાવો.

આમાંશ અને બાળકની રક્તસંગ્રહણી : નાગકેસરની ભૂકી રાત્રે છાશમાં પલાળી રાખી સવારે ગોળી કરી આપવી, એ જ ક્રમ પ્રમાણે સાંજે પણ ૩ દિવસ આપવી.

ઉદકમેહ આદિ પ્રમેહ : નિર્મળીનાં બિયાં ૧ તોલો છાશમાં વાટી તેમાં મધ નાખી પાવું.

મોડશી : નેપાળાનાં મૂળ છાશમાં ઘસી પાવાં અને

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

એ જ મૂળ પાણીમાં ઘસી શરીરે પણ લેપ કરવો.

શોફોદર : પાટલાનાં મૂળ ગાયના દૂધની છાશના પાણીમાં ઘસી બે વખત પાવાં. પથ્ય-અલૂણી.

અતિસાર અને દાહ : પહાડમૂળ કિંવા આંબાની અંતરછાલ દહીંમાં વાટી ખવડાવવી.

ઢોરના ખાધામાં સોમલ આવ્યો હોય તો : પાણકાંદાનો રસ શેર ભર લઈ ઘીમાં અથવા દહીંમાં પાવો.

પ્રદર : પીપળાની લાખ ૧ તોલો છાશના પાણીમાં ઉકાળી સાકર નાખી પાવી.

પથરી : પિત્તપાપડો ૪ તોલા લઈ ચૂર્ણ કરી ગાયની છાશમાં પાવો. તાજો લીલો મળે તો રસ કાઢી છાશમાં પાવો.

વાછરડાંનાં જંતુ : બાફળીનાં બિયાં છાશમાં વાટી પાવાં.

પેટનો દુખાવો, અતીસાર : બાવળની છાલનો રસ દહીં સાથે પાવો.

પીચોટી ખસવી : બાવળની ડૂંખો, નાંદરૂખીની ડૂંખો વાટી દહીં સાથે પાવી.

શરીરે પારો ફૂટી નીકળવો : ભાંગરાનો રસ, અગથિયાનો રસ અને સુરોખાર વાટી છાશમાં મેળવી છાશ તો. ૪ પાવી એટલે મૂત્રમાર્ગે પારો નીકળી જાય છે.

વાયુનો દુખાવો-શરીર ઝલાઈ જવું : ભીલામા નં. ૧૪, તલ તોલો ૧।, કાથો તો. ૧, રસકપૂરનાં ફૂલ રતિ ૭ અને શોધેલા નેપાળાનાં બીજનાં ફાડાં (દાળ) નં. ૭ નાખી ખૂબ ખાંડી જૂનો ગોળ તો. ૨॥ મેળવી ૧૪ ગોળી કરી દરરોજ ૧-૧ ગોળી ગાયના દશ તોલા દહીંમાં ખાવા આપવી. પથ્ય-છાશમાં રાંધેલી ખંટીની ઘેંશ અને છાશ સિવાય બીજું કશું પણ ૨૮ દિવસ સુધી ખાવા ન આપવું. એથી

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

મોઢું પણ આવતું નથી.

મૂત્રાઘાત : ભોરિંગણીનો અંગરસ છાશમાં નાખી પાવો. (યોગરત્નાકર,પૃ. ૨૭૯.)

મરડો : મરડાશિંગીનાં મૂળ છાશમાં ઘસી પાવાં.

સંગ્રહણી, મૂળવ્યાધિ–અર્શ, ઉદરરોગ, બરોળ, મંદાગ્નિ અને ગોળો : મરી, ચિત્રકમૂળ અને સંચળ એ ત્રણ ઔષધનું ચૂર્ણ છાશમાં નાખી પાવું.

પરસેવો ઘણો આવવો : મીંઢીઆવળની ભૂકી અડધો તોલો ગાયની છાશમાં નાખી પાવી.

અતિસાર : મીંઢીઆવળનું ચૂર્ણ છાશમાં પાવું.

સંગ્રહણી : મૂસળી ૧ તોલો છાશમાં વાટી આપવી.

આંવ (મરડો) : મેથીનો લોટ દહીંમાં કાલવી ખાવો.

ઊલટી, જુલાબ બંધ થવા : મોગલી એરંડાનાં મૂળ છાશમાં સુમારે એક તોલો ઘસી પાવાં.

કૉલેરા : મોગલી એરંડાનાં મૂળ છાશમાં વાટી તેમાં હિંગ અને સિંધવ નાખી પાવાં.

પેટપીડ : મોગલી એરંડાનાં મૂળ છાશના પાણીમાં ઘસી થોડી હિંગ નાખી નાના અને મોટા બાળકને પાવાં

ઉદરરોગ : શુદ્ધ કરેલું લસણ (છોલી એક રાત્રી છાશમાં પલાળી રાખી પછી અંદરની મોખ કાઢી નાખવી તે) ૧ ભાગ, સિંધવ $\frac{1}{2}$ ભાગ, શેકેલી હિંગ $\frac{1}{2}$ ભાગ, બધાની બરાબર આદાનો રસ લઈ ખરલ કરી ૪ ગુંજા ભાર પ્રમાણે ગોળી કરવી. તેમાંથી ૧–૨ ગોળી ગાયની છાશમાં આપવી એટલે મોટું થયેલું પેટ મળશુદ્ધિ થઈ નાનું થાય છે.

૪

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કફ, મૂત્રકૃચ્છ્ર : છાશ સાથે લાંબડીનાં બીજ ખાંડી પાવાં.

અપસ્માર અને વાયુગોળો : લીંડીપીપર ૨ ભાગ, મરી ૩ ભાગ અને સિંધવ ૧ ભાગનું ચૂર્ણ છાશના પાણીમાં ૬ માસા સુધી આપવું.

મૂળવ્યાધિ–અર્શ : છાશમાં લીંડીપીપરનું ચૂર્ણ આપવું. શરપુંખાનાં મૂળ દહીંમાં વાટી આપવાં.

કૂતરાનું વિષ : વગડાઉ મરચી વેલ–નરકીનાં કંદ અને પાંદડાં છાશમાં વાટી ૩ દિવસ આપવાથી ગુણ થાય છે.

અતીસાર : વડની વડવાઈઓ ચોખાના ધોવરામણમાં વાટી છાશ નાખી પાવી.

વિષમજ્વર : વિષવૃક્ષ ઉપરનો વાંદો છાશમાં અથવા દહીંના ઘોલમાં આપવો.

કમળી : વિષ્ણુક્રાન્તાનાં મૂળિયાં છાશમાં નાખી પાવાં.

અતીસાર : વેલતુરનાં પાંદડાં છાશમાં વાટી પાવાં.

પ્લીહોદર : શરપુંખાનાં મૂળ છાશમાં વાટી પાવાં.

ઢોરના ખાધામાં વિષ આવે તો : શિકેકાઈ બિયાં સુદ્ધાં છાશમાં વાટી તે છાશ પાવી એટલે વિષ ઊતરે છે.

મૂત્રકૃચ્છ્ર : દહીંમાં સાકર નાખી આપવું.

સંગ્રહણી : સાલમ (દૂધમૂસળી) છાશમાં ૧ તોલો વાટી આપવી. પથ્ય માટે છાશ અને ભાત આપવાં.

પિત્તથી શરીરનું ક્ષીણ થવું : હરડેનું દળ બે પૈસાભાર ખાંડી સાંજે છાશમાં પલાળી રાખી સવારે તે છાશ પાવી. એ પ્રમાણે ૩–૪ અઠવાડિયાં કરવું. રેચ થાય તો ઉતાર–ઘી અને ભાત આપવાં.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કમળી : હળદરનું ચૂર્ણ ૧ તોલો અને દહીં ૪ તોલા સવારે સેવવું.

વાળા : હિંગનું ચૂર્ણ ૪ માસા ૦। શેર દહીંમાં નાખી ૩ દિવસ ખાવું.

શાર્ઙ્ગધર સંહિતા

લઘુગંગાધર ચૂર્ણ : નાગરમોથ, ઇંદ્રજવ, બીલી, લોદર, મોચરસ અને ધાવડીનાં ફૂલ એ છ ઔષધોનું ચૂર્ણ છાશ તથા ગોળની સાથે ખાવાથી સર્વ પ્રકારના અતિસાર તથા પ્રવાહિકા રોગ મટે છે. આ ચૂર્ણ સંગ્રાહક-મળને સારી રીતે અટકાવનારું છે.

અજમોદાદિ ચૂર્ણ : અજમોદ, મોચરસ, સૂંઠ અને ધાવડીનાં ફૂલ એ ચારનું ચૂર્ણ દહીંના મંથની સાથે ખાવાથી ગંગાના પ્રવાહના વેગ સરખા અતિસારનો વેગ મટાડે છે.

મરીચાદિ ચૂર્ણ : મરી, ચિત્રો અને સંચળ એ ત્રણનું ચૂર્ણ છાશની સાથે જે નિત્ય ખાય તેના ગ્રહણી, ઉદરરોગ, અરોળ, મંદાગ્નિ, ગુલ્મ અને અર્શરોગ મટે છે.

નારાયણ ચૂર્ણ : વિડ્ભંગ-ગાંઠાગંડબા સાથે પાણી પડતું હોય તેવા પ્રકારના ઝાડા પર દહીંના પાણી સાથે ઉદરરોગ પર ઊંટડીના દૂધમાં કે ગાયની છાશમાં આપવું.

લવણત્રિતયાદિ ચૂર્ણ : ગાયના દૂધની છાશ, ઊંટડીના દૂધ અથવા દહીંના પાણી સાથે આપવાથી યકૃત્, પ્લીહા, કટિશૂળ, ગુદરોગ, કુક્ષિરોગ, અર્શ, વિષ્ટમ્ભ, મંદાગ્નિ, ઉદર-રોગ, આધ્માન વગેરે મટે છે.

હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ : જમવાની અગાઉ અથવા અર્ધું જમ્યા પછી છાશ અથવા ઉના પાણીના અનુપાન સાથે-ખાવા-

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

થી વાતકફજ ગુલ્મ, અષ્ઠીલા, હૃદયશૂળ, બસ્તિશૂળ, ગુદશૂળ, આનાહ, યકૃત્, પ્લીહા, ગ્રહણી, અર્શ મટાડે છે.

ભાસ્કરલવણ ચૂર્ણ : દહીંના પાણી, છાશ સાથે એક શાણ (¼ તોલો) ખાવાથી વાતકફથી થયેલ ગુલ્મ, પ્લીહા, ઉદરરોગ, અર્શ, ગ્રહણી મટાડે છે. દીપન–પાચન છે.

મણ્ડૂરવટક : છાશની સાથે ખાવાથી કામલા, પાણ્ડુ, પ્રમેહ, અર્શ, શોથ, અજીર્ણ, પ્લીહા મટે છે.

કુટજાવલેહ : અનુપાન તરીકે બકરીના દૂધની છાશ, બકરીનું દૂધ, દહીં અથવા પાણી સાથે ખાવાથી આ અવલેહ સર્વ પ્રકારના અર્શ, અતીસાર, ગ્રહણી, પ્રવાહિકાને મટાડે છે.

આનંદભૈરવ રસ : આ રસ ૧ અથવા ૨ ગુંજા સુધી રોગીનું બળ જોઈ કડાછાલ અને ઇન્દ્રજવનો ભૂકો કરી એક કર્ષ (૧ તોલો) ભૂકાની સાથે મધની અંદર ચાટવાથી ત્રિદોષજન્ય અતીસાર મટે છે. પથ્યમાં ગાયનું દહીં અને ભાત અથવા ગાયની છાશ અને ભાત ખવડાવવાં.

હંસપોટલી રસ : ની ગોળી મરીના ચૂર્ણની સાથે ઘીમાં ચાટવાથી અને પથ્યમાં છાશ–ભાત ખાવાથી સંગ્રહણી રોગ મટે છે.

મહાવહ્નિ રસ : એક એક નિષ્ક(૪ માસા)ની ગોળી દરરોજ ઉના પાણીમાં લીધાથી રેચ લાગે છે. એ રેચ લાગી રહ્યા પછી પથ્ય તરીકે સિંધવ નાખેલી છાશ સાથે ભાત ખાવાથી અને તેના ઉપર ટાઢું પાણી ન પીતાં, ઊનું પાણી પીવાથી સર્વ પ્રકારના ઉદરરોગ અને મૂઢવાત મટી જાય છે.

લસણની ગંધ મટાડવા : ફોલેલી કળીઓને ઉગ્ર (આકરી) ગંધ મટાડવા રાતના છાશમાં પલાળી મૂકવી. સવારે છાશમાંથી કાઢી લઈ સાધારણ પાણીથી ધોઈ વાપ-

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

રવી, તેથી ઉગ્ર ગંધ ઓછી થઈ જાય છે.

રસરત્નસમુચ્ચય

પ્રમેહ : તિલપિંડી–તલની સાની (વિષ્ટિ) છાશ સાથે પકાવી આપવી. (અ. ૧૭, શ્લોક ૧૩૦)

પ્લીહા માટે : સિંધવ, હળદર, રાઈ દરેક ૫ પલ લઈ ખાંડી ચૂર્ણ કરી ૧૦૦ પલ છાશમાં મેળવી બંધ કરી ત્રણ દિવસ રાખી મૂકવું. પછી તેમાંથી ૫ પલ છાશ રોજ પીવાથી વધેલી બરોળનો નાશ ૨૧ દિવસમાં કરે છે. (અ. ૧૮, શ્લોક ૯૩–૯૪)

કામલા, પાણ્ડુ, શોથ : નો અઘેડા અને સમડીનું મૂળ છાશ સાથે વાટી ૧ કર્ષ પીવાથી નાશ કરે છે. (અ. ૧૯, શ્લોક ૧૧૨)

ચંદ્રપ્રભા વટિકા (રસ): છાશ સાથે લેવાથી શ્વિત્ર મટાડે છે. (અ. ૨૦, શ્લોક ૧૫૬)

શ્વિત્રમાં : કોદરી અને છાશ ખાવી. (અ. ૨૦, શ્લોક ૨૧૯)

યોનિશૂલ : નગોડનાં પાનનો રસ ને જૂનો ગોળ સુરા સાથે સેવન કરવાથી અને છાશ–ભાત ખાવાથી મટે છે. (અ. ૨૨, શ્લોક ૧૨૧)

પિત્તકફના વ્યાધિ, કુષ્ઠ, મેહ, પાણ્ડુ, કામલા માટે: રાત્રે એક મૂઠી ચણા મીઠા પાણી સાથે કાંત લોઢાના વાસણમાં પલાળી રોજ સવારે ૬ માસ ખાવાથી અને છાશનું પથ્ય કરવાથી એ બધા વિકાર મટાડે છે. (અ. ૨૬, શ્લોક ૩૮)

પ્રમેહ : ત્રિફળા ૯૯ ભાગ, સીસાની ભસ્મ ૧ ભાગ ને દારૂહળદર, નોરવેલ, ત્રિફળા, ધંતુરાના રસ શેર ૨માં

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

વાટી ૧૦૦ ગોળી કરવી. તે ગોળી રોજ છાશ સાથે લેવી. (અ. ૨૮, શ્લોક ૭૨)

ગ્રહણી : હળદર, લીમડાનાં પાન, પીપર, મરી, નાગરમોથ, વાવડિંગ એ બધું બકરીના મૂત્રમાં વાટી ગોળી કરવી. તે છાશ સાથે લેવાથી ગ્રહણી મટે છે. (અ. ૨૯, શ્લોક ૧૨૩)

કિલાસ (સફેદ કોઢ) : ચિત્રક, કૌંચ, કૌઆઠોડી (કાકતુંડી), બાવચી ૨ ભાગ, પારાની ભસ્મ ૧ ભાગ મેળવી ગોમૂત્રમાં લેવાથી અને છાશનું ભોજન કરવાથી મટે છે. (અ. ૩૦, શ્લોક ૫૯)

યોગરત્નાકર

તરુણ જ્વરમાં : તક્ર અહિતકર છે.

દાહરોગમાં : તક્ર વર્જ્ય છે.

હૃદ્‌રોગમાં : તક્રનો ત્યાગ કરવો.

ઉપદંશરોગમાં : તક્ર વર્જ્ય છે.

ષડંગયૂષ : મગનો યૂષ, માંસરસ, તક્ર, ધાણા, જીરું અને સિંધવ મેળવવાથી ષડંગ યૂષ થાય છે. તે અગ્નિપ્રદીપક અને ગ્રહણીદોષનાશક છે. અરુચિ અને જ્વરમાં હિતકારી છે.

પકવાતીસાર : લોધર, ધાવડીનાં ફૂલ, બીલી, નાગરમોથ, કેરીની ગોટલી, ઇંદ્રજવનું ચૂર્ણ, ભેંસની છાશ સાથે પીવું.

વૃદ્ધગંગાધર ચૂર્ણ : ગોળ અને છાશ સાથે લેવાથી અતિસાર મટે છે.

વડની કૂંપળો : ચોખાના ધોવણમાં બારીક વાટી છાશ સાથે પીવાથી અતિસાર મટે છે.

કુટજાવલેહ : $\frac{1}{2}$ કર્ષ છાશ સાથે લેવાથી રક્તાતીસાર મટે છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

અતીસારમાં: ગાયનું દહીં અને છાશ પથ્ય છે.

ઉગ્ર ગ્રહણી: બીલી(બેલગિરિ)નો કલ્ક સૂંઠ, ગોળ સાથે મેળવી ખાઈ ઉપર છાશ પીવાથી ઉગ્ર ગ્રહણી મટે છે.

ચવક, ચિત્રક, બીલી, સૂંઠ, મરીનું ચૂર્ણ છાશ સાથે પીવાથી ૭ દિવસમાં અગ્નિ વધારી ગ્રહણી, અતિસાર, શૂળનો નાશ કરે છે.

તક્રહરીતકી: ૩ કંસ (આઢક) અર્થાત્ ૨૪ શેર છાશમાં ઠળિયા કાઢેલી ૬૦ હરડે, ઘી, તેલ, સૂંઠ, ચિત્રક ૧-૧ કુડવ નાખી પકવી લેહ કરવો; તેમાં જીરું, મરી, પીપર, અજમો ૧-૧ પલ મેળવી રાખવું. આ તક્રહરીતકીથી અગ્નિ બહુ જ પ્રદીપ્ત થાય છે.

અર્શરોગમાં: તક્ર પથ્ય કહી છે.

અમૃતહરીતકી: સો હરડેને છાશમાં બાફી કુશળતાથી તેમાંના ઠળિયા કાઢી લઈ ષડૂષણ (પીપર, ગંઠોડા, ચવક, ચિત્રક, સૂંઠ, મરી), પાંચે મીઠાં (સંચળ, સિંધવ, બીડનમક, મીઠું, વરાગડુમીઠું), હિંગ, સાજીખાર, જવખાર, જીરું, અજમો—તેનું ચૂર્ણ તથા તે ચૂર્ણથી અડધું નસોતરનું ચૂર્ણ વસ્ત્રગાળ કરી ચુક્ર(સીરકા) વડે કરમોવી; તે ઠળિયા કાઢેલી હરડેમાં ભરી તડકે સૂકવી લેવી. તે હરડે સેવવાથી મંદાગ્નિ, જઠરરોગ, અજીર્ણ, ગુલ્મ, અર્શ, શૂળ, ગ્રહણી, વિબંધ (કબજિયાત) અને આમવાતને જીતે છે.

બૃહત્ ક્રવ્યાદ રસ: પુષ્કળ જમ્યા પછી ૪ વાલ રસ છાશ સાથે પીવાથી જલદી અન્નને પચાવી દે છે.

મણ્ડૂરવટક: છાશ સાથે લેવાથી પાણ્ડુ, કામલાનો નાશ કરે છે.

કામલા: હળદરનું ચૂર્ણ ૧ કર્ષ, દહીં ૧ પલમાં

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

મેળવી સવારે લેવાથી કામલાનો નાશ કરે છે.

શુંઠ્યાદિલેહ : કપૂરકાચલી, અતિવિષની કળી, નાગરમોથ, કાકડાશીંગ, હરડે, સૂંઠ, હિંગ, સિંધવનું ચૂર્ણ છાશના પાણીમાં ભીંજવી લેહ જેવું વારંવાર કફજ ઉધરસવાળાએ ચાટવું.

અરુચિમાં : છાશ–દહીં પથ્ય છે.

વમનોત્થ તૃષ્ણામાં : ગોળ સાથે દહીં પ્રશસ્ત છે.

ફલત્રિકાદિ ચૂર્ણ : ત્રિફળા (હરડાં, બહેડાં, આમળાં) અને સૂંઠનું ચૂર્ણ છાશ સાથે, દહીંના પાણી સાથે લેવાથી આમવાત, સંધિના સોજાને દૂર કરે છે.

અલમ્બુષાદિ ચૂર્ણ : છાશ સાથે લે તો આમવાતને જીતે છે.

કફજગુલ્મ : છાશમાં અજમો અને મીઠું મેળવી પીવાથી કફજગુલ્મમાં અપાનવાયુ, મળ, મૂત્રને અનુલોમ કરે છે.

ગુલ્મરોગ : છાશ પથ્ય છે.

મૂત્રકૃચ્છ્ર : કાકડીનાં બીજ છાશ સાથે લેવાં.

મૂત્રકૃચ્છ્ર, પથરી : જવખાર સાથે છાશ રુચિ અનુસાર પીવી.

રસાદિ યોગ : પારદભસ્મ, જવખાર, સાકર છાશ મેળવી લેવી.

મૂત્રકૃચ્છ્ર : તક્ર પથ્ય છે.

ઉષ્ણવાત : ભોરિંગણીનો સ્વરસ છાશ સાથે પીવો.

મૂત્રાઘાત : તક્ર પથ્ય છે.

પ્રમેહ : નિર્મળીનાં બી ૧ કર્ષ છાશમાં વાટી મધ મેળવી લે તો પ્રમેહનો નાશ થાય છે.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પ્લીહા (બરોળ) : શરપુંખા–ઝીલનાં મૂળનો કલ્ક છાશ સાથે પીએ તો ઘણા વખતની જૂની બરોળ મટે છે.

વજ્રક્ષાર : ઉદરરોગ, બરોળ વગેરે માટે છાશ સાથે ખાવો.

શોથમાં : તક્ર પથ્ય છે. મળ પાતળો આવે તો છાશ પીવી.

વૃદ્ધિ રોગમાં : તક્ર પથ્ય છે.

ગલગણ્ડમાં : જલકુંભીની ભસ્મ ગોમૂત્રમાં ગાળી પીએ અને કોદરી–છાશ ખાય તો ગલગંડ મટે.

ગુદભ્રંશ : અગ્નિ પ્રદીપન માટે કોકમ, ચિત્રક, ચાંગેરી ભાજી (ખાટી લૂણી), બીલી, પાઠા, જવખાર છાશ સાથે સેવન કરે.

પીનસ : ગોળ અને મરીનું ચૂર્ણ મેળવી દહીં ખાવાથી મટે.

શિરોરોગ : તક્ર પથ્ય છે.

છાશનો બાહ્ય પ્રયોગ–લેપ વગેરેમાં ઉપયોગ

ચરક સંહિતા

ખૂજલી, ફોલ્લી, ચકામાં, કોઢ, શોથનાશક લેપ : કઠ, હળદર, દારૂહળદર, તુલસી, પરવળનાં પાન, લીમડાનાં પાન, આસંધ, દેવદાર, સરગવો, સફેદ સરસવ, તુમ્બુરુ, ધાણા, કેવડીમોથ અને ચંડા (ચોરપુષ્પી) બધું સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી છાશ સાથે વાટી તેનાથી તેલ માલીશ કરેલા શરીરને ઘસવાથી ખૂજલી, ચકામાં, ફોલ્લી, કોઢ, સોજો નાશ પામે છે. (સૂત્ર. અ. ૩, શ્લોક ૬–૭)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કોઢ : ગરમાળાનાં પાન, કાકમાચી (પીલુડી) અને કરેણનાં પાન છાશમાં વાટી કોઢવાળી જગ્યાને તેલ-ઘી અભ્યંગ કરી મર્દન કરે. (સૂત્ર. અ. ૩, શ્લોક ૧૫)

પેટની પીડા : જવનું ચૂર્ણ છાશમાં મેળવી થોડો જવખાર નાખી ગરમ કરી પેટના દુખાવા ઉપર લેપ કરવો-તેનું બંધારણ બાંધવું. (સૂત્ર. અ. ૩, શ્લોક ૧૮)

કુષ્ઠ : ચિત્રકમૂળ અને સરગવાની છાલ; ગળો, અઘેડો અને દેવદાર; ખેર, ધાવડો, કાળું નસોતર, નાગદંતી ને દ્રવન્તીમૂળ; લાખ, રસાંજન, ઇલાયચી અને સાટોડી; એ દરેક યોગ દહીંના મંડ(પાણી)માં વાટી લગાડવાથી કુષ્ઠ મટે. (ચિકિ. અ. ૭, શ્લોક ૧૨૧,૧૨૨)

સુશ્રુત સંહિતા

દાદર : લાખ, કઠ, સરસવ, સરળનો ગુંદર, હળદર, સૂંઠ, મરી, પીપર, કુંવાડિયા (પૂંવાડિયા)નાં બી, મૂળાનાં બી એ બધું છાશ સાથે વાટી લેપ કરવાથી દાદર મટે. (ચિકિ. અ. ૯, શ્લોક ૧૨)

કર્ણશૂલ : કાંજી, સુરા, તક્ર, મૂત્ર, લવણથી સિદ્ધ કરેલ તેલ કાનમાં નાખવું. (ચિકિ. અ. ૫, ગદ્ય ૨૪)

આર્યભિષક્

શ્લીપદ અને અંડવૃદ્ધિ : આકડાના મૂળની છાલ ગાયની છાશમાં ઘસીને લગાડવાથી આરામ થાય છે.

પાઠું : ગરમાળાનાં મૂળને છાશમાં ઘસી લેપ કરવો.

શરીરની ખસ : ગરમાળાનાં પાંદડાં છાશમાં વાટી શરીરે ચોળવાં અને થોડી વાર પછી સ્નાન કરવું.

અર્બુદ : મર્મસ્થાન ઉપર અર્બુદરોગ થાય તો મયાળ-

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પોઈ કાંજી અને છાશમાં વાટી તેમાં મીઠું નાખી રાત્રે–દિવસે લેપ કરવો. (યોગરત્નાકર)

દાદર : મીંઢીઆવળનાં બિયાં અને ગરમાળાની શીંગોમાંનું મગજ દહીંમાં વાટી લેપ કરવો.

ગંડમાળા, ગલગંડ : મૂળાનાં બિયાં, શણનાં બિયાં, સરગવાનાં બિયાં, સરસવ, જવ અને અળશીને છાશમાં વાટી લેપ કરવો.

ગૃધ્રસી અને ગરદન ઝલાવી–વાયુવિકાર : લીંડીપીપર ૧૬ તોલા, સૂંઠ ૧૬ તોલા, સરસિયું તેલ ૪ શેર, દહીં ૪ શેર, છાશ ૩૨ શેર, વિધિ પ્રમાણે તેલ તૈયાર કરી ચોળવું–માલીશ કરવું.

વિસર્પ અને દાદર : વછનાગ, ઝેરકચોલાં અને મોરથુથુ દહીંમાં ઘસી ૧૪ દિવસ લેપ કરવો.

શાર્ઙ્ગધર

ખૂજલી, દાદર અને વિચર્ચિકા : કૂંવાડિયાનાં બી, બાવચી, સરસવ, તલ, કઠ, હળદર, દારૂહળદર અને મોથ એ ઔષધો સમભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી છાશમાં વાટીને લેપ કરવાથી મટે છે. (ઉત્તરખંડ, અ. ૧૧)

૨. દૂર્વા–ધ્રો, હરડે, સિંધાલૂણ, કૂંવાડિયાનાં બી અને રાની તુલસી એ સરખે ભાગે લઈ છાશમાં વાટી લેપ કરવાથી ૩ દિવસમાં કંડુ અને દાદર મટી જાય છે. (ઉત્તરખંડ, અ. ૧૧ તથા યોગરત્નાકર)

ગંડમાલા, અર્બુદ, સગલગંડ : સરસવ, સરગવાનાં બી, શણનાં બી, અળશી, જવ, મૂળાનાં બી–આ ઔષધો સરખે ભાગે લઈ ખાટી છાશમાં વાટી લેપ કરવાથી મટી જાય

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

છે. (ઉત્તરખંડ, અ. ૧૧ તથા યેાગરત્નાકર).

રસરત્નસમુચ્ચય

યેાનિરેાગ : આવચી, દેવદાર, લીમડેા, દારૂહળદર અને અસનનેા તક્રથી વાટી લેપ કરવેા. (અ. ૨૫, શ્લેાક ૭૬)

વિચર્ચિકા, દદ્રુ, કિટિભ : ગરમાળાનાં પાન, છાલ, મૂળ અને વિષ (વછનાગ) છાશ સાથે વાટી લગાડવાં. (અ. ૨૯, શ્લેાક ૬૭, શ્લેાક ૯૪)

દદ્રુ, પામા, વિચર્ચિકા : હળદર, લીમડાનાં પાન, પીપર, મરી, નાગરમેાથ, વાવડિંગ બકરીના મૂત્રમાં વાટી ગેાળેા કરવેા; છાશમાં વાટી લગાડવેા. (અ. ૨૯, શ્લેાક ૧૨૫)

આ જ પ્રયેાગ ગાયની છાશ અને મનુષ્યના મૂત્ર સાથે વાટી ચેાપડવાથી ઉંદર અને વીંછીનું વિષ દૂર કરે છે. (અ. ૨૯, શ્લેાક ૧૩૧)

યેાગરત્નાકર

સિધ્મકુષ્ઠ : કપાસનાં પાન, કાકજંઘાનું મૂળ, મૂળાનાં બી છાશ સાથે વાટી લગાડવું.

મૂળાનાં બી છાશ સાથે અથવા ગેામૂત્ર સાથે યા જૂની કાંજીમાં વાટી ચેાપડે તેા સિધ્મકુષ્ઠ મટે.

સ્નાયુક (વાળેા) : તલનેા ખેાળ કાંજીમાં અથવા છાશમાં વાટી લગાડવેા.

શિરઃપીડા : કઠ, એરંડાનું મૂળ, સૂંઠ છાશમાં વાટી સાધારણ ગરમ કરી કપાળે લગાવે તેા માથાનેા દુખાવેા મટે.

પીનસ : રક્તામ્ર(કેાશામ્ર)નાં પાનનેા સ્વરસ છાશ સાથે મેળવી નસ્ય લેવાથી તથા તેનાં પાન વાટી નાકે બાંધવાથી નાકના કીડા પડી જઈ પીનસ મટી જાય છે;

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૩ દિવસ સુધી આ પ્રયોગ કરવો.

આ પુસ્તિકામાં શ્લોક ૪૯,૫૦, ૭૩,૭૪,૭૫, ૮૮માં

ઉલ્લેખ કરેલા પ્રયોગના પાઠ :

નોંધ : એક જ નામના ઘણા પ્રયોગો હોય છે ને તેમાં થોડોવધારે ફેરફાર હોય છે. અહીં સામાન્ય વપરાતા પાઠ આપ્યા છે. આમાં પણ અનુભવી વૈદ્યની સલાહ લેવી જોઈએ.

૧ અગ્નિકુમાર રસ : શુદ્ધ પારો ૧ તોલો, શુદ્ધ ગંધક ૧ તોલો, ટંકણ ફુલાવેલ ૧ તોલો, શુદ્ધ વછનાગ ૩ તોલા, કોડીભસ્મ ૩ તોલા, શંખભસ્મ ૩ તોલા, મરીચૂર્ણ ૮ તોલા : બધું સાથે વાટી પાકા લીંબુના રસમાં ખૂબ મર્દન કરી સૂકવી રાખવો. ૧–૨ વાલ સેવન કરવાથી અજીર્ણ, વિસૂચિકા, સંગ્રહણી વગેરે વિકાર મટાડે છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી)

૨ અમૃત–અમૃતપ્રાશ ઘૃત : કલ્કાર્થ–જીવક, ઋષભક, સમેરવો, જીવન્તી, સૂંઠ, કપૂરકાચલી, સમેરવો, પૃષ્ટપર્ણી, જંગલી મગ, જંગલી અડદ, મેદા, મહામેદા, કાકોલી, ક્ષીરકાકોલી, ભોરિંગણી ૨, બેઠી ભોરિંગણી ૨, સાટોડી લાલ, સફેદ સાટોડી, જેઠીમધ, કૌંચાં, શતાવરી, ઋદ્ધિ, ફાલસા, ભારંગમૂળ, દ્રાક્ષ, શીંગોડાં, ભોંય આમળાં, ભોંય-કોળું, લીંડીપીપર, બલામૂળ, બોર, અખરોટ, ખજૂર, બદામ, પિસ્તાં એ બધાં દ્રવ્ય દરેક ૨-૨ તોલા, આમળાંનો રસ, ભોંયકોળાનો રસ, શેરડીનો રસ, બકરીના માંસનો રસ અને દૂધ દરેક ૪ શેર લઈ ૪ શેર ગાયનું ઘી સિદ્ધ કરવું. ઘી તૈયાર થયે કપડે ગાળી લઈ તેમાં ૬૧ (સવાછ) શેર સાકર, મરી, તજ, ઈલાયચી, તેજપાત,

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

নাগকেসরনું ચૂર્ણ દરેક ૪–૪ તોલા મેળવવું. ઠંડું થયે મધ શેર ૨ નાખવું. આ અમૃતપ્રાશ ઘૃત મનુષ્યોને અમૃત સરખું ગુણકારી છે. યોગ્ય માત્રામાં લઈ દૂધ યા માંસરસના પથ્યથી રહે તો ઉધરસ, શ્વાસ, તાવ, હિક્કા, દાહ, તૃષા, રક્તપિત્ત, હૃદ્રોગ, ક્ષય નાશ પામે છે. આ ઘૃત નષ્ટશુક્ર મનુષ્યને, ક્ષતક્ષીણ રોગીને, દુર્બળ, સ્ત્રીઆસક્ત તથા કૃશને પુષ્ટ કરે છે. પુત્ર આપનાર છે. (ચરક. ચિકિ. અ. ૧૧)

૩ જીવનીય–જીવન્ત્યાદ્ય ઘૃત : ઘી ૪ શેર, પાણી ૧૬ શેર, કલ્કાર્થ–જીવન્તી, જેઠીમધ, દ્રાક્ષ, ઇંદ્રજવ, કપૂરકાચલી, કઠ, ભોરિંગણી, ગોખરુ, બલા–કાંસકીનાં મૂળ, કમળ, ભોંય-આમળી, ત્રાયમાણ, ધમાસો, લીંડીપીપર બધું મળી ૧ શેર મેળવી સિદ્ધ કરવું. આ સિદ્ધ ઘીના સેવનથી રાજ્યક્ષ્મા રોગનાં અગિયાર લક્ષણોયુક્ત રાજ્યક્ષ્મા–ક્ષયને મટાડે છે. (ચરક. ચિકિ. અ. ૮)

૪ નારાયણ ચૂર્ણ : ચિત્રો, હરડાં, બહેડાં, આમળાં, સૂંઠ, મરી, લીંડીપીપર, જીરું, હપુષા, ઘોડાવજ, અજમો, ગંઠોડા, વરિયાળી, તલવણી, બોડીઅજમોદ, કચૂરો, ધાણા, વાવડિંગ, કલોંજી જીરું, દારૂડીમૂળ, પુષ્કરમૂળ (અભાવે કઠ), સાજીખાર, જવખાર, સિંધવ, સંચળ, બિડલવણ, મીઠું, વરાગડું મીઠું અને કઠ એ ઓગણત્રીશ ઔષધો એક એક ભાગ, ઇન્દ્રવા-યણાંનાં મૂળ બે ભાગ, નસોતર ત્રણ ભાગ, નેપાળાનાં મૂળ ત્રણ ભાગ, સાતલા થોરનાં મૂળ ચાર ભાગ; એ સર્વે ઔષધો એકઠાં કરી ખાંડી ચૂર્ણ કરવું. પછી વિડભંગ પર દહીંના પાણીમાં, ઉદર–અતિસાર રોગ પર ઊંટડીના દૂધમાં અથવા ગાયની છાશમાં આપવું. (શાર્ઙ્ગધર, મધ્યમ ખંડ અ. ૬)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૫ બલાતૈલ : અધકચરાં બલાનાં–ખરેટીનાં મૂળ ૮ ભાગ તથા પાણી ૩૨ ભાગ લઈ, એ બન્ને ઉકાળી ચોથો ભાગ પાણી બાકી રહે ત્યારે તેમને નીચે ઉતારીને ગાળી લેવાં.

સુગંધી સમેરવો, સમેરવો, ઊભી ભોરિંગણી, બેઠી ભોરિંગણી, ગોખરુ, બીલી, અરણી, શ્યોનાક–અરડૂસો, સીવણ, પાટલા–પાડળ, એ દશ મૂળ અધકચરાં ખાંડી ૮ ભાગ તથા પાણી ૩૨ ભાગ લઈ ઉકાળી ચતુર્થાંશ બાકી રાખી ઉતારી ગાળી લેવું.

કળથી, જવ અને બોરના ઠળિયાની અંદરની મીંજ એ ત્રણે ઔષધો દરેક ૮ ભાગ લઈ, દરેક માટે બત્રીસ ભાગ પાણી નાખી જુદાં જુદાં ઉકાળી ચતુર્થાંશ પાણી બાકી રહે ત્યારે નીચે ઉતારી ગાળવાં. એ રીતે પાંચે કાઢાનાં ગાળી લીધેલાં પાણી ભેગાં કરી તેમાં ગાયનું દૂધ ૮ ભાગ, તલનું તેલ ૧ ભાગ નાખવાં, ઉપરાંત મેદા, મહામેદા, કાકોલી, ક્ષીરકાકોલી, જીવક, ઋષભક (એ છને બદલે શતાવરી, આસંધ, ભોંયકોળું), મીઠી ખરખોડી, જેઠીમધ, જંગલી મગ, જંગલી અડદ, શતાવરી, દેવદાર, મજીઠ, કઠ, પથ્થરફૂલ, તગર, અગર, સિંધવ, ઘોડાવજ, સાટોડી, બાલ કપૂરીમધુરી, બન્ને સારીવા, તમાલપત્ર, સૂવા, આસંધ, એલચી એ સત્તાવીશ ઔષધો, તેલના ચોથા ભાગે લઈ, વાટી, કલ્ક કરી મેળવી ઉકાળતાં તેલ બાકી રહે ત્યારે ગાળી લેવું. આ તેલ ગર્ભની ઇચ્છાવાળી સ્ત્રીએ, ધાતુ-ક્ષીણતાવાળા પુરુષે, વ્યાયામને લીધે ક્ષીણ થયેલા ગાત્ર-વાળાએ અને સૂવાવડી સ્ત્રીએ શરીરે ચોળવું. આ બલાતૈલ સર્વ વાતરોગોનો નાશ કરવામાં પ્રખ્યાત છે. (શાર્ઙ્ગધર મધ્યમ ખંડ અ. ૯)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૬ મૃગાંકરસ: શુદ્ધ પારો ૧ તોલો, સુવર્ણભસ્મ ૧ તોલો, મોતી ભસ્મ ૨ તોલા, ગંધક ૨ તોલા, ટંકણુ ૨ માસા, એ બધું કાંજીમાં વાટી ગોળો બનાવવો. પછી તેને સૂકવી મૂષામાં બંધ કરી લવણયંત્રથી ૪ પ્રહર પકવવું. માત્રા ૪ રતી, ૧૦ મરી અથવા ૧૦ લીંડીપીપર સાથે મધમાં વાટી ખાવો. લઘુ માંસરસ, બકરીનું દહીં, ગાયની છાશ, બકરીનું માંસ અને ઘીથી તૈયાર કરેલ પદાર્થનું પથ્ય રાખવું. અધિક ક્ષારદ્રવ્ય, હિંગ, વંતાક, તેલ, બીલું, કારેલાં વગેરે ત્યજી દેવાં. સ્ત્રીસંભોગ અને ક્રોધ વગેરેનો ત્યાગ કરવો. આ મૃગાંકરસ રાજયક્ષ્મા(ક્ષય)ને મટાડે છે (ભૈષજ્યરત્નાવલી).

૭ લવણભાસ્કર ચૂર્ણ: લીંડીપીપર, પીપળીમૂળ (ગંઠોડા), ધાણા, કાળું જીરું, સિંધવ, બીડલવણ, તેજપાત, તમાલપત્ર, નાગકેસર પ્રત્યેક ૨ પલ, સંચળ ૫ પલ, મરી, જીરું, સૂંઠ: પ્રત્યેક ૧ પલ, તજ ½ પલ, ઈલાયચી ½ પલ, વરાગડું મીઠું ૮ પલ, ખાટાં દાડમનાં બી ૪ પલ, અમલવેત ૨ પલ, એ બધું સાથે ખાંડી ચૂર્ણ કરવું. આ ચૂર્ણ તક્ર, દહીંના પાણી યા કાંજી સાથે લેવું. વાતગુલ્મ, વાતશૂળ, પ્લીહા, પાંડુ વગેરે મટાડે છે; અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરે છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી, શાર્ઙ્ગધર)

૮ લોકનાથરસ: પારો, ગંધક, અભ્રક, પ્રત્યેક ૧ તોલો, લોહભસ્મ ૨ તોલા, તામ્રભસ્મ ૨ તોલા, કોડીભસ્મ ૬ તોલા એ બધું નાગરવેલના પાનના રસમાં ઘૂંટી ગોળો ગજપુટમાં પકવવો. ઠંડું થયે કાઢી લેવું. ૨ રતી જેટલું મધ પીપર સાથે, હરડેદળ ગોળ સાથે, ગોમૂત્ર સાથે, ગોળ-જીરા સાથે લેવાથી યકૃત, ગુલ્મ, ઉદરરોગ, શોથ, અગ્નિમાંદ્ય, જીર્ણજ્વર વગેરે રોગ મટાડે છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૯ સામુદ્રાદિ ચૂર્ણ : વરાગડું મીઠું, સંચળ, સિંધવ, જવખાર, અજમો, અજમોદ, લીંડીપીપર, ચિત્રકમૂળ, સૂંઠ, હિંગ, બીડલવણ, સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી ઘી સાથે જમવામાં પ્રથમ ગ્રાસ–કોળિયા સાથે લેવાથી વાતોદર, ગુલ્મ, અજીર્ણ, વાયુપ્રકોપ, ગ્રહણી વિકાર મટાડે છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી)

૧૦ હિંગ્વષ્ટક ચૂર્ણ : સૂંઠ, મરી, પીપર, અજમો, સિંધવ, જીરું, શાહજીરું, એ સરખે ભાગે લઈ તેનો આઠમો ભાગ શેકેલી હિંગ મેળવી કરેલું ચૂર્ણ ઘી સાથે જમવામાં પ્રથમ ગ્રાસ સાથે લેવાથી વાતરોગનો નાશ થાય છે અને અગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી, આર્યભિષક)

૧૧ તક્રવટી : પારો ૧ માસો, ગંધક ૧ માસો, વછનાગ ૨ માસા, તામ્રભસ્મ ૪ માસા, પીપર ચૂર્ણ ૧ તોલો, મંડૂરભસ્મ ૧ તોલો એ બધું સાથે વાટી કાળાજીરાના ઉકાળાથી (કાળીજીરી યા કડવીજીરી નથી લેવાની) ૭ દિન ભાવના આપી ૨ ગુંજાની ગોળી કરવી, છાશ સાથે આપવી.

પથ્યમાં છાશ-ભાત ખાવો. મીઠું અને જળ છોડી દેવું જરૂરી છે. આ તક્રવટીના સેવનથી શોથ, મંદાગ્નિ, ગ્રહણી મટી જાય છે. (ભૈષજ્યરત્નાવલી)

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

કઠિન શબ્દોના અર્થ

અનુલેામ : સ્વાભાવિક ગતિ.

અપતાનક : એક જાતનો હીસ્ટીરિયાને મળતો વાયુનો રોગ.

અરિષ્ટ : ઉકાળાથી તૈયાર કરેલ આસવ.

આનાહ : મળની કબજિયાતથી થતો રોગ.

આમાશયિકરસ : જઠરરસ.

આસુત : આથો, ખમીર.

ઉદશ્વિત્ : દહીંમાં અર્ધું પાણી રેડી બનાવેલી છાશ.

ઉપદ્રવ : એક રોગમાં થતો બીજો રોગ.

કલ્ક : વાટીને ચટણી જેવું બનાવવું તે.

ગાઉટ : ગઠીઓ વા.

ગુલ્મ : ગોળો (રક્તનો અથવા વાયુનો).

ગ્રહણી : સંગ્રહણી, ઝાડાનો રોગ.

ગ્રાહી : મળને બાંધનાર.

ઘોલ : ભાંગી નાખેલું તરવાળું દહીં.

છચ્છિકા : વધારે પાણી નાખેલી છાશ.

તક્ર : ચોથા ભાગનું પાણી રેડી કરેલી છાશ.

તક્રપેયા : છાશથી બનાવેલી ઘેંશ.

તુષોદક : કાંજી.

દીપન : અગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર.

નિરૂહ : રુક્ષબસ્તિ, આસ્થાપન બસ્તિ.

પરસુદી : મેંદો.

પેયા : ભૈડકી, રાબડી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પ્રોટિન ; માંસઉત્પાદક તત્ત્વ.
બસ્તિ : એનીમા, ગુદા વાટે ઔષધયુક્ત પાણી ચઢાવવું તે.
બેસીલસ કેાલાઈ : મેાટા આંતરડામાં રહેતા જંતુ.
મથિત : ભાંગી નાખેલું તર વગરનું દહીં.
મસ્તુ : દહીંનું પાણી.
મેાડસી : કોલેરા.
મંડ : ઓસામણ.
યુરિયા : પેશાબમાં નીકળતું નિરુપયેાગી તત્ત્વ.
રસ : અન્નરસ, રસધાતુ.
રાજયક્ષ્મા : ક્ષય.
રુક્ષ : લૂખું.
વિકાશી : શરીરનાં છિદ્ર ખુલ્લાં કરનાર.
વિપાક : ખેારાક જઠરમાં ગયા પછી પરિણામે થતેા રસ.
વિબંધ : કબજિયાત.
વૃષ્ય : વીર્યવર્ધક.
વ્યાપત્ (વ્યાપદ્) : ઉપદ્રવ, પીડા.
શાલિ : ચેાખાની જાત (વરી).
શેાથ (શેાફ) : સેાજો.
શ્વિત : દહીં જેટલું પાણી નાખી બનાવેલી છાશ.
સાત્મ્ય : માફક.
સાંદ્ર : ગાઢું, ઘટ્ટ.
સ્નિગ્ધ : ચીકાશવાળું.
હલીમક : કમળેા વધી ગયા પછીની અવસ્થાનેા વિકાર.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

પરિશિષ્ટ

રોગાનુસાર છાશનાં અનુપાન પ્રક્ષેપ ચૂર્ણના માપ સાથે.

નોંધ : સાધારણ રીતે ૧ નવટાંક છાશ સાથે લેવાનું પ્રમાણ છે.

અનુભવી વૈદ્યની સલાહ લઈ પ્રયોગ કરવો વધુ હિતાવહ છે.

૧ અજીર્ણ : અગ્નિમાંદ્ય : ૧ નવટાંક છાશમાં સિંધવ મરીનું ચૂર્ણ ૪–૬ રતી મેળવી પીવું.

૨ અર્શ (હરસ) : ચિત્રકમૂળનો ઘસારો ૪–૧૨ રતી વાસણમાં ચોપડી તે વાસણમાં દહીં જમાવી તે દહીંની છાશ કરી પીવી.

અર્શ સૂકા : ગોળ ૦।–૦॥ તોલો છાશમાં મેળવી પીવું.

અર્શ દૂઝતા : ઇંદ્રજવનું ચૂર્ણ ૨–૪ વાલ મેળવી છાશ પીવી.

૩ અતિસાર (ઝાડા) : જીરું અને સાકરનું ૦। તોલો ચૂર્ણ મેળવવું.

અતિસાર જૂનો : ઇંદ્રજવ, નાગરમોથ, નાગકેસર, લોધર, સૂંઠ, મોચરસ એ ચીજોનું ચૂર્ણ સાકર મેળવી ૦॥ તોલો છાશ સાથે લેવું.

અતિસાર લોહીનો : બીલીના ગર–ગરભ સાથે છાશ લેવી.

૪ અશ્મરી (પથરી) : જવખાર અથવા અઘેડાનો ખાર ૧–૪ રતી મેળવી પીવી.

અશ્મરી : હળદર, ઇંદ્રજવનું ચૂર્ણ ૨–૪ રતી મેળવી પીવી.

૫ આક્ષેપક (આંકડી) : મરીનું ચૂર્ણ ૧–૨ વાલ મેળવી પીવી.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૬ ઉદાવર્ત : સિંધવ ૨-૬ રતી, સંચળ ૨-૬ રતી, પીપર ૧-૪ રતી મેળવી પીવી.

૭ ઉરઃક્ષત (છાતીમાંથી લેાહી પડવું) : અરડૂસીનેા રસ ૦ા તેાલેા મેળવી પીવી.

૮ કમ્મરનેા દુખાવેા : લસણના ૧-૨ આનીભર રસ સાથે છાશ પીવી.

૯ કરમીઆ : સિંધવ, કડાછાલ, કરમાણી અજમેા, વાવડિંગ દરેકનું ચૂર્ણ ૨-૮ રતી મેળવી સવાર સાંજ પીવી.

૧૦ કંપવાયુ : આસંધનું ચૂર્ણ ૧-૮ રતી મેળવી ૧ શેર છાશ નરણે કેાઠે પીવી.

૧૧ ખાલીપણું મગજનું : જેઠીમધના મૂળનું ચૂર્ણ ૨-૬ રતી મેળવી છાશ પીવી.

૧૨ ખાંસી, છાતીનેા કફ : આદુંના ૧-૨ આનીભર રસ સાથે છાશ પીવી.

૧૩ ગંડમાળા : આમળાં, હરડે, સૂંઠ, મરી દરેકનું ૨-૧૨ રતી ચૂર્ણ, હળદર ચૂર્ણ ૪-૧૨ રતી મેળવી સવારમાં છાશ સાથે લેવું.

૧૪ ગરવિષ : પીપર, ધાણા, જટામાંસી, લેાધર, ઇલાયચી, સાજીખાર, મરી, વાળાનું ૧-૨ માસા ચૂર્ણ ૧૦ તેાલા છાશમાં નાખી લેવું.

ગરવિષ : ગળેા, પીપર, ચિત્રક, વજ, મેાથ, સુખડ, જેઠીમધ, ઇલાયચી, સાજીખાર, વાવડિંગનું ૧-૨ માસા ચૂર્ણ ૧૦ તેાલા છાશ સાથે રેાજ લેવું.

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

૧૫ ગુલ્મ (ગોળો) : વરાગડું મીઠું ૨–૪ રતી, કાંચકાંનું ચૂર્ણ ૩–૬ રતી મેળવી લેવું.

૧૬ છાતીનો ધબકારો : પીપરીમૂળ (ગંઠોડા)નું ૨–૪ રતી ચૂર્ણ મેળવી લેવું.

૧૭ જ્વર (તાવ) : સાકર ૨–૪ માસા મેળવી પીવી.

તાવ વિષમ : બીલીનો ગર, કમળકાકડીનું ચૂર્ણ ૧–૨ માસા મેળવી છાશ પીવી.

૧૮ નેત્રની આંખ : તાજી છાશ સિંધવ ૨–૪ રતી મેળવી પીવી.

૧૯ પક્વાશયગત વાત : સૂંઠ સિંધવનું ચૂર્ણ ૮ રતી છાશમાં પીવું.

૨૦ પાંડુરોગ : ચિત્રકમૂળ ૧–૮ રતી કરમાણી અજમો ૧–૪ રતી મેળવી પીવા.

૨૧ પ્લીહોદર : નસોતરનું ચૂર્ણ ૪-૨૦ રતી મેળવી વારંવાર છાશ પીવી.

પ્લીહોદર : સૂંઠ, મરી, પીપરનું ચૂર્ણ ૨ રતી, સિંધવ ૧ માસો મેળવી ૧૦ તોલા છાશ પીવી.

૨૨ માથું દુખવું : જાયફળ ૨–૩ રતી છાશમાં મેળવી પીવું.

૨૩ મેદરોગ : ત્રિફળા ચૂર્ણ ૨–૧૫ રતી છાશમાં મેળવી પીવું.

૨૪ મૂત્રકૃચ્છ્ર : જૂનો ગોળ ૨–૮ રતી અથવા ટંકણ ૨–૪ રતી છાશમાં નાખી પીવું.

મૂત્રકૃચ્છ્ર : ચણકબાબ, ગોખરુ દરેક ૨–૯ રતી

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

મેળવી વારંવાર પીવાં.

૨૫ વિષમજ્વર (આંત્રવિકૃતિજન્ય): આદુંરસ ૨–૧૦ રતી, લસણ ½–૨ રતી, સુવા ૨–૮ રતી, હિંગ ½–૧ રતી છાશ શેર બેમાં મેળવી થોડી થોડી પીવી.

૨૬ શીતપિત્ત (શીળવા): કઠ, હરડે, આમળાં, સૂંઠ દરેક ૨–૪ રતી ચૂર્ણ મેળવી પીવું.

૨૭ : શુક્ર પ્રમેહ : ગોખરુચૂર્ણ ૨–૮ રતી મેળવી પીવી.

૨૮ શૂલ : અજમો, સુવા, સંચળ ૨–૮ રતી, હિંગ ½–½ રતી મેળવી વારંવાર પીવી.

૨૯ શોથ : મોળી છાશ ૦ા શેરમાં સૂંઠ, મરી, પીપરનું ચૂર્ણ ૨ રતી, સિંધવ ૧ માસો નાખી પીવી.

૩૦ સર્પદંશ : શિરીષ(સરસડા)ની છાલનો કવાથ મેળવી પાવી.

૩૧ સાદ બેસવો (સ્વરભેદ): શેકેલ બહેડાંની છાલનો ભૂકો ૨–૬ રતી મેળવી પીવી.

★

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

'સસ્તું' સાહિત્ય એટલે ઊંચામાં ઊંચું' સાહિત્ય'

અન્ય ઉપયોગી પુસ્તકો

સંતવાણી-ભજનો

તુકારામગાથા (બે ગ્રંથોમાં)	૬–૦૦	ભક્ત કવિ રહીમ અને જમાલ ...	૦–૨૫
ભજનસાગર ભા. ૧–૨	૪–૦૦	રવિ, ભાણુ અને મોરાર સાહેબની વાણી	૦–૨૫
ભજનસાગર ભા. ૨જો	૨–૦૦	સાંઈ દીનદરવેશ ...	૦–૨૫
ભજનસંગ્રહ ...	૧–૦૦	કેશવકૃતિ	૦–૨૫
મીરાંબાઈનાં ભજનો	૦–૭૫	કવિ દીનદયાળગિરિ	૦–૨૫
નરસિંહ મહેતાનાં ભજનો	૦–૭૫	કબીર સાહેબનાં ભજનો	૦–૫૦
પરિચિત પદસંગ્રહ ..	૧–૭૫	કબીર સાહેબની સાખીઓ	૦–૨૫
દલપતરામની કવિતા	૦–૭૫	સંતકવિ નઝીર ...	૦–૫૦
અખાની વાણી ...	૩–૦૦	વૈતાલ કહે ...	૦–૧૯
અખાના છપ્પા ...	૧–૦૦	ગિરિધર કવિરાય ...	૦–૧૯
શામળના છપ્પા ...	૦–૭૫	દોહારત્નાવલિ ...	૦–૧૯
અક્ષરમાળા ...	૦–૩૭	ભક્ત સૂરદાસનાં પદો	૦–૩૭
શ્રીરામનામભજનાવલિ	૦–૪૦	ભોજા ભગતના ચાબખા	૦–૩૭
સાંખ્યસાર ને યોગસાર.	૦–૩૭	ધીરા ભગતનાં પદો	૦–૨૫
ગોરખવાણી ...	૦–૩૭	કવિ ગંગ કહે ...	૦ ૨૦
સંત દાદૂ ...	૦–૨૫	તુલસીદાસની સાખીઓ	૦–૨૫
સો ભજનો ...	૦–૩૭		
ઋષિરાજનાં પદો ...	૦–૩૭		
પ્રબોધબાવની ...	૦–૨૫		

ગઝલો-કાવ્યો

કાવ્યસંક્ષેપ ...	૧–૫૦	શ્રીમંતોનો સડો ...	૦–૨૫
ગુજરાતની ગઝલો...	૧–૦૦	મનને	૦–૧૯
મારાં સો કાવ્યો ...	૦–૭૫		

વધુ વિગત માટે વિસ્તૃત સૂચિપત્ર મંગાવો :

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય—અમદાવાદ

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust

જીવનચરિત્રો

વીર દુર્ગાદાસ	૧–૫૦
સોરઠના સિદ્ધો	૧–૫૦
લક્ષ્મીબાઈ	૦–૭૫
અકબર	૧–૦૦
શિવાજી છત્રપતિ	૧–૨૫
બેન્જામિન ફ્રેંકલિન	૧–૨૫
બૂકર ટી. વૉશિંગ્ટન	૧–૫૦
જોન ઑફ આર્ક	૦–૭૫
પિતામહ ભીષ્મ	૧–૦૦
મહર્ષિ દયાનંદ	૧–૫૦
સ્વામી ભાસ્કરાનંદ	૧–૨૫
સ્વામીશ્રી વિવેકાનંદ	૧–૭૫
સ્વામી સહજાનંદ	૧–૫૦
સંત તુકારામ	૩–૦૦
સ્વામીશ્રી બ્રહ્માનંદ ને શિવાનંદ	૧–૩૭
સ્વામીશ્રી નિત્યાનંદ	૦–૫૦
ભક્તચરિત્ર	૨–૦૦
આદર્શ ચરિત્રસંગ્રહ-૨	૩–૦૦
યોગીશ્વર યાજ્ઞવલ્ક્ય	૦–૬૦
શ્રીરામચંદ્ર દત્ત અને નાગમહાશય	૧–૦૦
સંત જ્ઞાનેશ્વર અને મહાત્મા એકનાથ	૦–૩૭
ચૈતન્ય મહાપ્રભુ	૧–૦૦
ગૌતમ બુદ્ધ	૧–૫૦
શ્રીમત્ શંકરાચાર્ય	૧–૦૦
મહાત્મા ટૉલ્સ્ટૉય	૧–૨૫
મીરાં દાસી જનમ જનમકી	૦–૭૫
સંતશિરોમણી નામદેવ	૦–૫૦
ગુજરાતના ભક્તો	૦–૭૫
દેવર્ષિ નારદ	૦–૩૧
ભક્ત પીપાજી	૦–૪૦
સંત સૂળદાસ	૦–૩૭
શ્રીશુકદેવજી	૦–૩૫
ગોસ્વામી તુલસીદાસ	૦–૪૦
ભક્ત પ્રહ્લાદ	૦–૪૦
શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસ	૦–૪૦
શ્રીતૈલંગસ્વામી	૦–૨૫
બાળકોના વિવેકાનંદ	૦–૨૫
વિશ્વામિત્ર ને હરિશ્ચંદ્ર	૦–૨૫
નાનભટ્ટ બાપા	૦–૨૫
જડભરત	૦–૧૯
સ્વામી રામતીર્થ	૦–૨૫
ભક્ત જલારામ	૦–૩૦
ભક્ત રોહીદાસજી	૦–૧૯
મહાત્મા મસ્તરામજી	૦–૪૦
કબીરસાહેબ	૦–૩૭
નાનક	૦–૩૭
સતી સાવિત્રી	૦–૨૫

સસ્તું સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય–અમદાવાદ

P. P. Ac. Gunratnasuri M.S. Jin Gun Aaradhak Trust