भारत सरकार
GOVERNMENT OF INDIA
राष्ट्रीय पुस्तकालय, कलकत्ता ।
NATIONAL LIBRARY, CALCUTTA.

वर्ग संख्या
Class No. P 615'53

पुस्तक संख्या
Book No. N 563

रा० पु०/N L. 38.
H7/Dte/NL/Cal/79—2,50,000—1-3 82—GIPG

रा० पु०-44
N. L.-44

भारत सरकार
GOVERNMENT OF INDIA
राष्ट्रीय पुस्तकालय
NATIONAL LIBRARY
कलकत्ता
CALCUTTA

अंतिम अंकित दिनांक वाले दिन यह पुस्तक पुस्तकालय से ली गई थी। दो सप्ताह से अधिक समय तक पुस्तक रखने पर प्रतिदिन 6 पैसे की दर से विलम्ब शुल्क लिया जायगा।

This book was taken from the Library on the date last stamped. A late fee of 6 P. will be charged for each day the book is kept beyond two weeks.

GMGIP (Pub. Unit), Sant.—S7—4LNL/80—20-8-80—250,000.

ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ (ਪੰਜਾਬ) ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਤੇ ਪੁਰਾਤਨ

ਨਰੂਲਾ ਦਵਾ ਖਾਨਾ

ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ, ਬਾਬਾ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ, ਵਲੋਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਅੱਜ ਤਕ ਛਪ ਚੁਕੀਆਂ ਹਿਕਮਤ ਦੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਤੱਤ,

ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤੇ ਪ੍ਰੀਖਯਕ ਪੁਸਤਕ

(ਸਦਾ ਜਵਾਨੀ, ਘਰ ਦਾ ਹਕੀਮ, ਨਰੂਲਾ ਪ੍ਰਬੋਧ)

ਨਰੂਲਾ ਮੁਜੱਰਬਾਤ

ਅਰਥਾਤ

ਨਰੂਲਾ ਸੰਹਿਤਾ

ਇਸ ਵਿਚ ਮਰਦਾਂ, ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੇ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਗੁਪਤ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਸ਼ਰੀਹ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਰਤੀਆ ਇਲਾਜ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤੱਕ ਹੋਰ ਬਾਕੀ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਨੁਸਖੇ ਵੀ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਸੈਂਕੜੇ ਵਾਰ ਅਜ਼ਮਾਏ ਜਾ ਚੁਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਧਾਤਾਂ ਮਾਰਨ (ਭਸਮ) ਦੀ ਵਿਧੀ, ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਮਖ਼ਜ਼ਨ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਦੇਸੀ ਨਾਮ, ਤੋਲ ਮਾਪ ਦੇ ਨੂਕਸ਼ੇ, ਵਪਾਰਕ ਨਕਲੀ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਅਸਲ ਦੇ ਬਰਾਬਰ) ਬਨਾਣ ਦੇ ਢੰਗ ਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ੨ ਫ਼ਾਰਮੂਲੇ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਲੇਖਕ—ਬਾਬਾ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ

ਪਤਾ—ਮੈਨੇਜਰ—ਨਰੂਲਾ ਦਵਾ ਖਾਨਾ

ਬਾਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

...Delivery of ... t., 1954.
24 OCT 1968
615 53
N563

ਲੇਖਕ—ਬਾਬਾ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ
ਮਾਲਕ, ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ
ਬਾਜਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ, ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਪ੍ਰਕਾਸਕ—ਡਾ: ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ (ੋਮਿਉ)
ਮੈਨੇਜਰ, ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਸ: ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਭਾਟੀਆ
ਸਤਪਾਲ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ, ਚੌਂਕ ਕਰੋੜੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਪੁਸਤਕ ਮਿਲਣ ਦਾ ਪਤਾ—
ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ, ਬਾਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ੧੧੦੦
ਕੀਮਤ ਸਜਿਲਦ ਪੰਜ ਰੁਪੈ,ਵਧੀਆ ਕਾਗਜ਼ ਸਤ ਰੁਪੈ

NATIONAL LIBRARY
No. 5673
Date 22. 1. 1970
CALCUTTA

ਸਮਰਪਨ

ਸਰਬ ਸ਼ਕਤੀ ਮਾਨ, ਦਾਤਾਰ, ਸਿਰਜਨਹਾਰ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਚਰਨ ਕਮਲਾਂ ਵਿਚ

ਧੰਨਵਾਦ !

ਪੰਜਾਬ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਪਿਆਰੀ, ਮਿਠਬੋਲੀ ਭਾਸ਼ਾ, ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ
ਰਾਜ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਪਦਵੀ ਤੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ
ਮਹਾਨ ਸੁਚੱਜੇ ਕਾਰਜ ਵਲੋਂ
ਸ੍ਰੀ ਮਾਨ ਸ: ਲਛਮਨ ਸਿੰਘ ਜੀ ਗਿਲ
ਮੁਖ ਮੰਤ੍ਰੀ ਪੰਜਾਬ ਜੋਗ
ਲੇਖਕ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਵਲੋਂ ਦਿਲੀ ਧੰਨਵਾਦ !

ਜਾਣ ਪਛਾਣ

ਮੇਰਾ ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਤੋਂ ਵਿਚਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਤਿਬੀ ਗ੍ਰੰਥ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵੈਦ, ਹਕੀਮ, ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬਾਨ, ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਆਮ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਤੇ ਅਸਲੀ ਤੌਰ ਤੇ ਲਾਭ ਪ੍ਰਜ ਸਕੇ।

ਮਗਰਬੀ ਤਰੀਕਾ ਇਲਾਜ ਅੱਜ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਇਜ਼ਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ? ਉਚਜ ਆਦਰਸ਼ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜੀਵਨ ਸਾਇੰਸ ਦੀ ਰੀਸਰਚ ਵਿਚ ਭੇਟਾ ਕਰ ਰਖੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਵੀਆਂ ਗਲਾਂ ਸਾਇੰਸ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਪਿਛੇ ਰਹੇ ਮੁਲਕਾਂ ਵਾਂਗ ਲੁਕਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ, ਸਗੋਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸੋਸਾਇਟੀਆਂ ਵਿਚ ਬਾਕਾਇਦਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਣ, ਤੇ ਖਾਲਕ ਦੀ ਖਲਕਤ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲੇ। ਰੀਸਰਚ ਦਾ ਕੰਮ ਕਿਤਾਬੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਵੀ ਛਾਪ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਵਿਚ ਵੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦੀ ਅਜੇਹੀ ਸਪਿਰਿਟ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਥੇ ਵੀ ਰੀਸਰਚ ਦਾ ਕੰਮ ਸਦਾ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰੋਗਾਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਿਦਿਆ ਨੂੰ ਤਿੱਬ ਦੀ

ਮਲਕੀਅਤ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸੱਜਨ ਦੀ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਜੋਗਿੰਦ੍ਰ ਲਾਲ ਚੰਦ੍ਰ ਸਾਹਿਬ ਐਲ. ਐਮ. ਐਸ. ਕਲਕੱਤਾ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਕਿਤਾਬ "ਟਰੀਟਾਈਜ਼ ਆਨ ਟਰੀਟਮੈਂਟ" ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ :—

"ਇਲਮੁਲ ਅਦਵੀਆ (ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਿਦਿਆ) ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਤੇ ਤਿਬ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਏ, ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਹਕੀਮ (ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਕੀਮ ਯਾ ਵੈਦ ਕੇਹ-ਲਾਨ ਵਿਚ ਫ਼ਖ਼ਰ ਸਮਝਦਾ ਹੋਵੇ) ਨੇ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਵੀ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ। ਜੋ ਆਦਮੀ ਇਸ ਵਿਦਿਆ ਬਾਬਤ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਗਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਲੁਕਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਾਲ, ਤਿਬੀ ਵਿਦਿਆ ਨਾਲ ਤੇ ਪਬਲਿਕ ਨਾਲ ਧੋਖਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾ ਕੇ ਹੀ ਮੈਂ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸਰਬ ਸਾਧਾਰਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਲੁਕਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰਖੀ ਗਈ, ਜਿਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਸਕਿਆ ਹੈ ਚੰਗੇ ੨ ਉਘੇ ਵੈਦਾਂ ਹਕੀਮਾਂ ਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਅਕਸੀਰੀ ਨੁਸਖੇ ਵੀ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਮੈਂ ਆਪ ਜੋ ਕੁਝ ੫੬ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਤਜਰਬਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਹੈ ਯਾ ਜੋ ਨੁਸਖੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦਵਾਖਾਨੇ ਵਿਚ ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਇਸਦੇ ਵਿਚ ਦੇ ਦਿਤਾ ਹੈ। ਇਤਨੇ ਲੰਮੇ ਅਰਸੇ ਵਿਚ ਜੋ ਜੋ ਔਕੜਾਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਵਿਦਿਆ ਦੇ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਆਈਆਂ ਹਨ ਯਾ ਜੋ ਹੋਰ ਸਜਨਾਂ ਨੂੰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰੱਖ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਔਕੜਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਗ੍ਰੰਥ ਦੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਲੇ ਸਿਰ ਬਾਹਰੋਂ ਕੁਝ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ

ਪਵੇਗੀ, ਬਹੁਤੇ ਵਡੇ ੨ ਪੁਸਤਕ ਸਾਂਭ ਕੇ ਨਹੀਂ ਰਖਣੇ ਪੈਣਗੇ, ਹਰ ਇਕ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲਾ ਇਹੀ ਸਮਝੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਉਸਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਗ੍ਰੰਥ ਹੈ ।

ਇਹ ਗ੍ਰੰਥ ਨਿਰਾ ਵੈਦਾਂ, ਹਕੀਮਾਂ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿ-ਬਾਨ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਸਗੋਂ ਆਮ ਜਨਤਾ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਪੂਰਨ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਹਰ ਇਕ ਰੋਗ ਦੀ ਲੋੜਨੁਸਾਰ ਤਸ਼ਰੀਹ ਕਰ ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕਾਰਣ, ਲੱਛਣ ਆਦਿਕ ਚੰਗੀ ਤਰਾ ਸਮਝਾ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਪਛਾਨਣ ਵਾਸਤੇ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਦਸੇ ਗਏ ਹਨ ਇਲਾਜ—ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ, ਯੂਨਾਨੀ, ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਅਜ਼ਮਾਏ ਹੋਏ ਨੁਸਖਿਆਂ ਦਵਾਰਾ ਦਸੇ ਗਏ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੀ ਤੰਗਦਿਲੀ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ ਗਈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪੇਟੰਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਦੇਸੀ ਦਵਾਈਆਂ (ਜੋ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬਾਹਰੋਂ ਆ ਕੇ ਵਿਕਦੀਆਂ ਹਨ) ਦੇ ਸਹੀ ਨੁਸਖੇ ਵੀ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਕੇ ਉਹ ਨੁਸਖੇ ਰੁਪਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਕੁਝ ਆਨਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਆਪ ਬਣਾ ਕੇ ਪੂਰਾ ੨ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕੋ।

ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਛੁਟ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਅਖੀਰ ਵਿਚ ਖਾਸ ੨ ਦਵਾਈਆਂ ਜੋ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚ ਆਮ ਨਕਲੀ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵਿਕਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਵਪਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪੇ ਕਮਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਫਾਰਮੂਲੇ ਇਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਨਕਲੀ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਅਸਲੀ ਵਾਂਗ ਪੂਰਾ ਲਾਭ ਦੇਣ ।

ਧਾਤਾਂ, ਉਪਧਾਤਾਂ ਦੇ ਕੁਸ਼ਤੇ ਕਰਨ (ਭਸਮਾਂ ਬਨਾਣ ਦੇ ਢੰਗ) ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਸਮਝਾਏ ਗਏ ਹਨ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਦੇਸੀ ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਮਖ਼ਜ਼ਨ ਵੀ ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਕਿ ਕੱਖ ਦੇ ਓਹਲੇ ਲੱਖ ਵਾਂਗ ਸਿਰਫ ਨਾਮ ਭੇਦ ਕਰਕੇ ਹੀ ਅਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਨੁਕਸਾਨ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਇਹਨਾਂ ਗਲਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਘਰੇਲੂ ਦਸਤਕਾਰੀਆਂ ਤੇ ਵਪਾਰਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਨਾਣ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਵਪਾਰੀ ਲੋਗ ਚੰਗਾ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹਿਸਾ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਗਿਣਤੀ ਵਾਸਤੇ ਨਵਾਂ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਫ਼ਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੇਰੀ ਇਹ ਖ਼ਾਹਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਵੈਦਾਂ ਹਕੀਮਾਂ ਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਤਅੱਸਬ ਦੀ ਐਨਕ ਲਾਹ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਲਾਲ ਭਾਵੇਂ ਚਿਕੜ ਵਿਚ ਪਿਆ ਹੋਵੇ ਕੋਈ ਸਿਆਣਾ ਪੁਰਸ਼ ਉਸ ਨੂੰ ਉਥੋਂ ਚੁਕਣ ਵਿਚ ਸ਼ਰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਸਾਡਾ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਆਮ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਯੂਨਾਨੀ ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਹੋਮਿਉਪੈਥਿਕ ਹੋਵੇ ਤੇ ਭਾਵੇਂ ਐਲੋਪੈਥਿਕ ਅਥਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਹੋਵੇ ਜੇ ਕਰ ਚੰਗਾ ਲਗੇ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਵਰਤਨਾ ਚਾਹੀਏ।

ਆਖ਼ਰ ਵਿਚ ਮੈਂ ਇਹ ਬਿਨੇ ਕਰਕੇ ਆਸ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੀ ਇਸ ਮੇਹਨਤ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਕਰ ਸਕੋ, ਜ਼ਰੂਰ

ਕਰੋ । ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਹਾ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿਉ ਅਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਿਰਜਨਹਾਰ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਆਤਮਾ ਦੇ ਉਧਾਰ ਲਈ ਸਦਾ ਸਚੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੋ ਕਿ ਅੰਤ ਵੇਲੇ ਉਸ ਦਾਤਾਰ ਦਾ ਨਾਮ ਰਿਦੇ ਵਿਚ ਵਾਸ ਕਰੇ ਤੇ ਬੁਧ ਨਿਰਮਲ ਰਹੇ ।

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਇਕ ੨ ਨੁਸਖਾ ਸਹੀ ਤੇ ਅਜ਼ਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇਹ ਨੁਸਖੇ ਹਜਾਰਾਂ ਰੁਪੈਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਸਸਤੇ ਹਨ, ਇਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਰਖੀ ਗਈ ਹੈ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ — ਆਪ ਸਭਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਭ ਚਿੰਤਕ
ਜੁਲਾਈ ਸੰਨ ੧੯੬੯ — ਸੁੰਦ੍ਰ ਸਿੰਘ 'ਨਰੂਲਾ'

ਮੁੱਢਲੀ ਬਿਨੇ

ਵੀਹਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਭਾਰਤ ਵਰਸ਼ ਅੰਦਰ ਨਵੀਂ ਤਹਿਜ਼ੀਬ ਦਾ ਦੌਰ ਦੌਰਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਥੇ ਕਈ ਚੰਗੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ, ਬਹੁਤੀਆਂ ਬੁਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵੀ ਆ ਧੱਸੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਲੋਕ ਇਲਮ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸੌ ਪਿਛੇ ਪਚਾਨਵੇਂ ਆਦਮੀ ਬੁਰੀਆਂ ਸੋਹਬਤਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਤਹਿਜ਼ੀਬ ਦੀ ਖੁਸ਼ਕ ਤਾਲੀਮ ਨੇ ਜਿਥੇ ਭਾਰਤ ਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਦਿਲ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਥੋਥੇ ਕਰ ਦਿਤੇ ਹਨ ਉਥੇ ਧਰਮ ਕਰਮ ਵਲੋਂ ਵੀ ਚੁਲੀ ਭਰੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਵਡੇ ਛੋਟੇ ਦਾ ਅਦਬ, ਲਿਹਾਜ਼, ਕਿਸੇ ਗੁਰ, ਪੀਰ, ਉਸਤਾਦ ਦਾ ਡਰ ਖੌਫ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਬਦਮਾਸ਼ੀ ਤੇ ਲੁਚਪੁਣੇ ਦਾ ਬਾਜ਼ਾਰ ਗਰਮ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਲੜਕਿਆਂ, ਲੜਕੀਆਂ ਵਿਚ ਸ੍ਵੈ ਰੱਖਯਾ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਬੁਰੀਆਂ ਸੋਹਬਤਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਅਧੋਗਤੀ ਨੂੰ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ਼ਕੀਆ ਨਾਵਲ, ਕਿੱਸੇ, ਕਹਾਣੀਆਂ, ਗੰਦੇ ਅਤੇ ਆਚਰਨ ਤੋਂ ਗਿਰੇ ਹੋਏ ਤਮਾਸ਼ੇ (ਸਿਨਮਾਂ) ਵੇਖ ਵੇਖ ਕੇ ਯੂਰਪ ਵਾਸੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹ-ਮ-ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਬਦਮਾਸ਼ੀ ਵੱਲ ਪੈਰ ਵਧਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਫਲ ਇਹ ਨਿਕਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਕਾਮ ਚੇਸ਼ਟਾ ਵਧ ਜਾਣ ਕਰਕੇ

ਮਨੀ (ਵੀਰਯ) ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਗ੍ਰੱਸੇ ਜਾਕੇ ਆਦਮੀ ਤੇ ਤੀਵੀਆਂ ਸ਼ਰਮ ਦੇ ਮਾਰੇ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਸਾਰਾ ਹਾਲ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦਸ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਤੇ ਇਸੇ ਲਈ ਅੰਦਰੋ ਅੰਦਰ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਘੁਣ ਵਾਂਗਰ ਖਾਧੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਉਹ ਭਾਰਤ ਵਰਸ਼ ਜਿਸਦੀ ਤਾਕਤ ਦੀ ਧਾਂਕ ਕੁਲ ਜਹਾਨ ਅੰਦਰ ਪਈ ਹੋਈ ਸੀ ਅੱਜ ਜੁਲੀ, ਕੁਲੀ ਤੇ ਗੁਲੀ ਦੇ ਹਾਵੇ ਤਾਂ ਮਰ ਹੀ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਹੁਣ ਵੀਰਯ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸੈਹ ਰੋਗ ਵਿਚ ਫਸਕੇ ਦਿਨ ਬਦਿਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਮਰ ਘਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਕਤ ਪਰ ਲਾ ਕੇ ਉਡ ਗਈ ਹੈ, ਕਦ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਜਿਥੇ ਅੱਜ ਤੋਂ ੨੫ ੩੦ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਟਾਵਾਂ ੨ ਹਕੀਮ ਯਾ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਉਥੇ ਅੱਜ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰੀ ਹਕੀਮਾਂ ਦੀ ਉਹ ਹੜ ਮਚੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਤੋਬਾ ਹੀ ਭਲੀ ! ਕੋਈ ਅਖਬਾਰ, ਕੋਈ ਰਸਾਲਾ ਵਖੋ ਵੱਖ ਹਕੀਮਾਂ ਦੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਗਰੀਬ ਬੀਮਾਰ ਇਕ ਤਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰੀ ਦਵਾਵਾਂ ਵਰਤ ਕੇ ਪੈਸੇ ਉਜਾੜ ਕੇ ਵੀ ਰਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਆਖਰ ਹੌਕੇ ਭਰਦਾ ਹੈ।

ਇਨਾਂ ਅਜ ਕਲ ਦੀਆਂ ਬੇਮੁਹਾਰੀਆਂ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਕਲਮ ਚੁਕੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਲੋੜਵੰਦ ਸੱਜਨ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਉਠਾ ਕੇ ਉਸ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਿਰਜਨ ਹਾਰ ਪਿਤਾ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰ ਸੱਕਨ ਜਿਸ ਨੇ ਪਾਪੀਆਂ ਦੇ ਪਾਪ ਵੇਖ ਕੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਲਾਭ ਲਈ ਕੈਸੀਆਂ ੨ ਅਸਚਰਜ ਦਵਾਈਆਂ

ਇਸ ਜਹਾਨ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿਤੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕਈ ੨ ਵਾਰੀ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਤੇ ਸ਼ਰਤੀਆ ਹਨ, ਪਰ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾ ਵੱਖੋ ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਸੇ ੨ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਕਿਸੇ ਤਬੀਅਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਵੀ ਪੁਚਾਂਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਅਰਾਮ ਨਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਦੂਸਰਾ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਚਾਰੇ ਬੰਨੇ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਦੇ ਬਨਾਣ ਦਾ ਅਵਸਰ ਨਾ ਬਣ ਸਕੇ ਤਾਂ "ਨਰੂਲਾ ਦਵਾ ਖਾਨੇ" ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚੋਂ, ਦਵਾ ਮੰਗਵਾ ਕੇ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦਵਾ-ਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਇਸੇ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਿਛੇ ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸ਼ੁਭਚਿੰਤਕ

ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ

ਹਕੀਮ, ਵੈਦ ਯਾ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਫ਼ਰਜ਼

(੧) ਆਪਣੇ ਉਸਤਾਦ ਨੂੰ ਪਿਤਾ ਵਾਂਗ ਸਮਝੇ, ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਵਿਚੋਂ ਵਿਤ ਅਨੁਸਾਰ ਉਸ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰੇ, ਉਸ ਦੀ ਔਲਾਦ ਨੂੰ ਭੈਣਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਵਾਂਗ ਸਮਝੇ।

(੨) ਬੀਮਾਰ ਨੂੰ ਹਰ ਮੁਮਕਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਾਭ ਪੁਚਾਣਾ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਨਾ ਵਰਤਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਣਾ।

(੩) ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਦਵਾ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਪਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਜਾਨ ਲੈਣ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਕਰਨਾ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਤੇ ਮਾਰੂ ਨੁਸਖਾ ਨਾ ਦਸਣਾ।

(੪) ਜਦ ਤਕ ਇਹ ਨਿਸਚਾ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਗਰਭ ਡੇਗਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੀਵੀਂ ਦੀ ਜਾਨ ਨਹੀਂ ਬਚ ਸਕਦੀ ਤਦਤਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗਰਭ ਡੇਗਣ ਦੀ ਦਵਾ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ।

(੫) ਆਪਣੇ ਚਾਲਚਲਨ ਨੂੰ ਸ਼ੁਧ ਪਵਿਤ੍ਰ ਰਖਣਾ, ਕਿਸੇ ਬੁਰੀ ਸੋਹਬਤ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਬੈਠਣਾ। ਸ਼ਰਾਬ, ਤਮਾਕੂ, ਸਿਗਰਟ ਆਦਿਕ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣਾ।

(੬) ਹਰ ਬੀਮਾਰ ਦਾ ਬਿਨਾ ਮਜ਼ਹਬ ਦੇ ਲਿਹਾਜ਼ ਦੇ, ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸਭ ਕੰਮ ਛੱਡ ਕੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ।

(੭) ਦਵਾਈ ਦੇ ਮੁਲ ਵਿਚ ਤੇ ਫੀਸ ਲੈਣ ਲਗਿਆਂ ਲਾਲਚ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ, ਗਰੀਬ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਨਾ।

(੮) ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਦੀ ਖੁਫੀਆ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਹਾਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੱਸਣਾ।

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਮੁਜੱਰਬਾਤ ਨਰੂਲਾ

ਅਰਥਾਤ

ਨਰੂਲਾ ਸੰਹਿਤਾ

ਬੀਮਾਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ

ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਤਦ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਸਬੰਧੀ ਸਭ ਹਾਲ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਲਗਦੇ ਰਹਿਣ। ਇਸ ਲਈ ਰੋਗੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗੀ ਦੇ ਹਾਲ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਤੇ ਰੋਗੀ ਦਾ ਠੀਕ ਰਖ ਰਖਾਉ ਕਰ ਸਕਣ।

ਰੋਗ ਨੂੰ ਪਛਾਨਣ ਦੇ ਆਮ ਤਰੀਕੇ ਇਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:—ਸ੍ਰੀਰਕ ਗਰਮੀ, ਨਬਜ਼ ਦੀ ਚਾਲ, ਸਵਾਸ ਦੀ ਹਾਲਤ, ਪਾਖਾਨਾ, ਪੇਸ਼ਾਬ, ਬਲਗਮ ਅਤੇ ਥੁੱਕ, ਉੱਬਤ ਅਤੇ ਕੈ, ਭੁਖ ਅਤੇ ਤਰੇਹ, ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਹਾਲਤ, ਨੀਂਦ, ਰੋਗੀ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਕਤਾ, ਖੱਲੜੀ ਦੀ ਹਾਲਤ, ਰੋਗੀ ਦੀ ਦਿਮਾਗੀ

ਹਾਲਤ, ਖੰਘ ਅਤੇ ਦਵਾ ਦਾ ਅਸਰ ।

ਨੋਟ - ਹਰ ਰੋਗ ਵਿਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਰੋਗੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਸ ਗਲ ਦਾ ਵੀ ਪਤਾ ਲਗ ਸਕੇ, ਉਹ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਦਸ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਗਲ ਲੁਕਾਣੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਏ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵਧਾ ਕੇ ਦਸਣਾ ਚਾਹੀਏ ।

ਬੁਖਾਰ ਵੇਖਣ ਦੇ ਦੋ ਤਰੀਕੇ ਹਨ :—

(੧) ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ।

(੨) ਨਬਜ਼ ਵੇਖਕੇ ਚਾਲ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ।

ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ :—

ਵਿਖਮ ਰੋਗਾਂ ਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੁਖਾਰਾਂ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਗਰਮੀ ਤੇ ਨਬਜ਼ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਲਗਾ ਕੇ ਵੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾ ਵੇਚਣ ਵਾਲਿਆ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਵਿਚ ੯੫ ਤੋਂ ੧੧੦ ਤਕ ਦਰਜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿਚ ਆਦਮੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਹਰਾਰਤ ੯੮ ਦਰਜਾ ਅਤੇ ੪ ਪਵਾਂਇੰਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਉਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤੀਰ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਦੇ ਮੂੰਹ, ਬਗਲਾਂ, ਜੰਗਾਸੇ ਯਾ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਜਗਾ ਦੇ ਛੇਕ ਵਿਚ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੰਗਾਸੇ ਯਾ ਪਾਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਹੀ ਲਗਾਕੇ ਵੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਅਜਿਹੇ

ਬੀਮਾਰਾਂ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਸ਼ ਪਈ ਹੋਵੇ) ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਨਹੀਂ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਇਸ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਟੁਟ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਨੂੰ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ ਤੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਛਿਣਕਕੇ ਪਾਰੇ ਨੂੰ ੯੫ ਦਰਜੇ ਤੇ ਪੁਚਾ ਕੇ ਫੇਰ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਇਸ ਦਾ ਪਾਰੇ ਵਾਲਾ ਹਿਸਾ ਯਾ ਘੁੰਡੀ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਯਾ ਬਗਲਾਂ ਆਦਿਕ ਵਿਚ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਬੁਖਾਰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਇਕੋ ਥਾਂ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਦੀ ਮੂੰਹ ਵਿਚ, ਕਦੀ ਬਗਲਾਂ ਵਿਚ, ਕਦੀ ਕਿਤੇ ਲਗਾ ਲਿਆ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰਾਰਤ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਗ਼ਲਤੀ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦਿਨ ਵਿਚ ਇਕ, ਦੋ ਯਾ ਵਧ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਇਕੋ ਥਾਂ ਹੀ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਲਗਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ੧੫ ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਤਕ ਕੋਈ ਗਰਮ ਯਾ ਠੰਢੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਨਹਾਉਣ ਤੋਂ ਫੌਰਨ ਪਹਿਲਾਂ ਯਾ ਪਿਛੋਂ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਨਹੀਂ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਨੂੰ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਕੇ ਕਿਸੇ ਕਪੜੇ ਨਾਲ ਸੁਕਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਜੇਕਰ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਲਗਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਘੁੰਡੀ ਨੂੰ ਜ਼ਰਾ ਤੇਲ ਯਾ ਵੈਜ਼ਲੀਨ ਲਗਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਕੋਈ ਅੱਧੇ ਮਿੰਟ ਦਾ ਕੋਈ ਮਿੰਟ ਦਾ ਤੇ ਕਈ ੨--੩ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਜਿੰਨੇ ਵਕਤ ਦਾ ਹੋਵੇ ਉਤਨਾ ਚਿਰ ਲਗਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਜੇਕਰ ਬੁਖਾਰ ੧੦੦ ਦਰਜੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਦੋ ਵੇਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਲਗਾਣਾ ਕਾਫੀ ਹੈ ਤੇ ਜੇਕਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਰ ਚਾਰ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਲਗਾ ਕੇ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਲਗਾਣ ਵੇਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਘੁੰਡੀ ਜ਼ਬਾਨ ਥੱਲੇ ਰਖ ਕੇ ਬੁਲ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦੱਬਣੀ ਚਾਹੀਏ।

ਨਬਜ਼ ਵੇਖਣਾ:–

ਨਬਜ਼ (ਨਾੜੀ) ਵੇਖਣ ਲਈ ਸਿਧੇ ਹੱਥ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਥਲੇ ਕਲਾਈ (ਵੀਣੀ) ਉਪਰ ਤਿੰਨ ਉਂਗਲਾਂ ਰਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਬਜ਼ ਵੇਖਣ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਘੜੀ ਕੋਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਏ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸੈਕੰਡ ਦੀ ਸੂਈ ਲਗੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਘੜੀ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਰਖ ਕੇ ਨਬਜ਼ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਆਣੇ ਆਦਮੀ ਦੀ ਨਬਜ਼ ਅਰੋਗਤਾ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ੭੦ ਤੋਂ ੮੦ ਵਾਰੀ ਚਲਦੀ ਹੈ ਪਰ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਾੜੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸਿਆਣੇ ਆਦਮੀਆਂ ਪਾਸੋਂ ਵੈਸੇ ਹੀ ਵਧ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨਾੜੀ ਚਾਲ ਗਿਣਤ ਵਿਚ ਉਮਰ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਵੇਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਨਬਜ਼ ਵੇਖਣ ਸਮੇਂ ਇਕ ਮਿੰਟ ਵਿਚ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਉਹ ਚਲੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਸਵਾਸ ਦੀ ਹਾਲਤ:–

ਫਿਫੜੇ ਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਦਾ ਸ੍ਵਾਸ ਤੇਜ਼ ਚਲਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੇ ਸਵਾਸ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਤੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਖਿਨਾਂ ਸ੍ਵਾਸ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਨੂੰ ਗਿਣਨਾ ਚਾਹੀਏ।

ਰੋਗੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅਗੇ ਹੱਥ ਰਖ ਕੇ ਤੇ ਸੈਕੰਡ ਦੀ ਸੂਈ

ਵ ਲੀ ਘੜੀ ਕੋਲ ਰਖ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਸਵਾਸਾਂ ਨੂੰ ਗਿਣਨਾ ਚਾਹੀਏ ਤੇ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਹ ਮਿੰਟ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਸਵਾਸ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਚਾਲ ੧੫ ਤੋਂ ੨੦ ਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਬੁਖਾਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਇਹ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਜਵਾਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਕੁਝ ਵਧ ਤੇ ਬੁੱਢਿਆਂ ਦੇ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕੁਝ ਘਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਗਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਸਵਾਸ ਗਿਣਨ ਸਮੇਂ ਬੀਮਾਰ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦਸਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਤੇਰੇ ਸਵਾਸ ਗਿਣੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਜੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਸਵਾਸਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੇ ਚਾਲ ਵਿਚ ਫਰਕ ਪੈ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਸ ਦਾ ਖਿਆਲ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਰਖਣ ਵਾਸਤੇ ਉਸ ਦੀ ਨਬਜ਼ ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਜੇਕਰ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਆਦਿਕ ਦੀ ਤਕਲੀਫ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਤਸੱਲੀ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਏ, ਉਸ ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਬੁਖਾਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਸਣਾ ਚਾਹੀਏ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਗਲ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ ਲਗਾ ਕੇ ਵੇਖ ਸਕੇ।

ਖਾਂਸੀ:—

ਜੇਕਰ ਸਵਾਸ ਦੇ ਨਾਲ ਖੰਘ ਵੀ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ (੧) ਖਾਂਸੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ (੨) ਕਰਵਟ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਯਾ ਉਠਣ ਨਾਲ ਖੰਘ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਯਾ ਜ਼ਿਆਦਾ (੩) ਖਾਂਸੀ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ ਯਾ ਤਰ (੪) ਖੰਘਣ ਵੇਲੇ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ ਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਵਿਚ ਕਿਹੜੇ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਉਂਦੀ ਹੈ (੫) ਖੰਘ ਨਾਲ ਜੋ ਬਲਗਮ

ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ ਉਹ ਪਤਲੀ ਹੈ ਯਾ ਗਾੜ੍ਹੀ, ਰੋਗੀ ਦਾ ਸਾਹ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਫੂਲਦਾ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਰੋਗੀ ਦੀ ਬਲਗਮ ਅਤੇ ਥੁੱਕ ਸਦਾ ਅਜੇਹੇ ਉਗਾਲ-ਦਾਨ ਵਿਚ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਫਨੈਲ ਯਾ ਕਾਰਬਾਲਕ ਐਸਿਡ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ। ਉਗਾਲਦਾਨ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕਦੀ ਕਦੀ ਧੋ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਜੇਕਰ ਬਲਗਮ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਵੇਰ ਸਾਰ ਦੀ ਬਲਗਮ ਵੇਖਣੀ ਚਾਹੀਏ।

ਨਮੋਨੀਏ ਵਿਚ ਬਲਗਮ ਦਾ ਰੰਗ ਜ਼ੰਗਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਲੋਰਸੀ ਵਿਚ ਝੱਗਦਾਰ, ਪੁਰਾਣੀ ਖੰਘ ਵਿਚ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਤੇ ਮੈਲਾ, ਸਿਲ ਵਿਚ ਲਹੂ ਮਿਲਿਆ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਬਦਬੂਦਾਰ ਬਲਗਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਪਖਾਨਾ:—

੨੪ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਪਖਾਨਾ ਫਿਰੇ ਇਹ ਨੋਟ ਕਰ ਲਵੇ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਪਖਾਨਾ ਸਖਤ, ਨਰਮ, ਪਤਲਾ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੈ, ਉਸਦਾ ਰੰਗ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਲਹੂ ਯਾ ਆਉਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਦਰਦ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹਨਾਂ ਗਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਕੁਝ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇ ਉਹ ਸਭ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਪੇਸ਼ਾਬ:—

ਪੇਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਕੁਝ ਚਿਰ ਪਿਆ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਥੱਲੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਬੈਠਦੀ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ। ਪੇਸ਼ਾਬ ਰੁਕ ਰੁਕ ਕੇ ਥੋੜਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਯਾ ਬਹੁਤ ਤੇ ਬਾਰ ਬਾਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪੇਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਵਕਤ ਜਲਨ ਯਾ ਦਰਦ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ੨੪ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਪੇਸ਼ਾਬ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਖਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸਾਫ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਦਿਨ ਰਾਤ ਵਿਚ ਸਾਰਾ ਪੇਸ਼ਾਬ ਕਿੰਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਭ ਇਕ ਥਾਂ ਕਰਕੇ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਪੇਸ਼ਾਬ ਯਾ ਪਖਾਨੇ ਮੁਤਅੱਲਕ ਇਹ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬਿਨਾਂ ਖਾਹਸ਼ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਪੇਸ਼ਾਬ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਝੱਟ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ।

ਥੁੱਕ, ਬਲਗ਼ਮ:—

ਪਿਛੇ ਖਾਂਸੀ ਦੇ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਥੁਕ ਅਤੇ ਬਲਗ਼ਮ ਦਾ ਵੀ ਹਾਲ ਦੇ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਖੰਘ ਦੇ ਨਾਲ ਬਲਗ਼ਮ ਖਾਰਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਖਾਰਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾ ਤਕਲੀਫ ਨਾਲ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ-ਮਿਕਦਾਰ ਕਿੰਨੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਰੰਗ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਉਹ ਗਾੜ੍ਹੀ, ਪਤਲੀ,ਝੱਗਦਾਰ ਯਾ ਬਿਨਾਂ ਝੱਗ ਦੇ ਹੈ ਯਾ ਕਿਸਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਲਹੂ ਯਾ ਬਦਬੂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਗਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਕੈ ਅਤੇ ਉੱਬਤ:—

ਜੇਕਰ ਕੈ ਹੋ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਜੋ ਕੁਝ ਨਿਕਲੇ ਉਸਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੈ ਦਰਦ ਨਾਲ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਕੈ ਕਿਸ ਵੇਲੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦਿਨ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਯਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੈ ਵਿਚ ਲਹੂ, ਪਿਤ, ਪੀਪ ਯਾ ਲੇਸ ਆਦਿਕ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੀ ਯਾ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਪਖਾਨੇ ਯਾ ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਦੀ ਬੋ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਖੁਰਾਕ, ਭੁੱਖ, ਤਰੇਹ:--

ਰੋਗੀ ਨੇ ਕਿਸ ਵੇਲੇ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੇ ਕਿੰਨੀ ਖੁਰਾਕ ਖਾਧੀ ਪੀਤੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ ਖੁਰਾਕ ਖਾਧੀ ਹੈ ਯਾ ਸੇਵਾਦਾਰ ਦੇ ਕਹਿਣੇ ਮੁਤਾਬਕ ਖਾਧੀ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ਬਦਦਿਲੀ ਨਾਲ ਖਾਧੀ ਹੈ ਯਾ ਮਨਮੰਨੇ ਨਾਲ ਖਾਧੀ ਹੈ। ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਦਰਦ, ਉੱਬਤ, ਕੈ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਈ, ਖ਼ਖ਼ਾਨਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆਇਆ, ਚਿਤ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਘਬਰਾਇਆ, ਪਿਆਸ ਬਹੁਤ ਲਗਦੀ ਹੈ ਯਾ ਘੱਟ। ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਪਿਛੋਂ ਦਰਦ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਆਦਿਕ ਸਭ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਜ਼ਬਾਨ:—

National Library
Calcutta-27

ਰੋਗੀ ਦੀ ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਰੋਜ਼ ਵੇਖਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਜ਼ਬਾਨ ਤੇ ਚਿਟੀ ਯਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੰਗ ਦੀ ਮੈਲ ਜੰਮੀ ਹੋਈ ਹੈ

Acc. No. 5673 Dt. 22.1.1970

ਯਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਸਾਫ ਹਨ ਯਾ ਮੈਲੇ। ਜ਼ਬਾਨ ਸੁਕੀ ਹੈ ਯਾ ਤਰ, ਸੁਜੀ ਹੋਈ ਤਾਂ ਨਹੀਂ। ਜ਼ਬਾਨ ਬਾਹਰ ਕਢਣ ਲਗਿਆਂ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਮੁੜਦੀ ਯਾ ਕੰਬਦੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਸਭ ਗਲਾਂ ਜਾਨਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਨੀਂਦ--

ਦਿਨ ਰਾਤ ਵਿਚ ਬੀਮਾਰ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਸੌਂਦਾ ਹੈ। ਨੀਂਦਰ ਗਹਿਰੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਯਾ ਉਚਾਟ ਹੋ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਬੇਚੈਨੀ ਯਾ ਬੜਬੜਾਹਟ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਭੈੜੇ ਸੁਪਨੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਰੋਗੀ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ--(ਬੈਠਣਾ ਉਠਣਾ)

ਇਹ ਵੇਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗੀ ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੇਟਦਾ ਹੈ। ਸਿਧਾ ਲੇਟਦਾ ਹੈ ਯਾ ਪਾਸੇ ਪਰਨੇ ਲੇਟਣਾ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਗੋਡੇ ਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਸੌਂਦਾ, ਮੂੰਹ ਪਰਨੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਸੌਂਦਾ, ਲੰਮੇ ਪੈਣ ਯਾ ਬੈਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਾਸਾ ਪਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ ਯਾ ਕਿਸੇ ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਆਦਿਕ ਸਭ ਗਲਾਂ ਨਿਰਣਾ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਖੱਲੜੀ-ਤੂਚਾ:--

ਤ੍ਵਚਾ ਗਰਮ ਹੈ ਯਾ ਠੰਢੀ, ਤਰ ਹੈ ਯਾ ਖੁਸ਼ਕ, ਇਸ ਉਤੇ ਕੋਈ ਦਾਗ਼ ਧੱਬੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪਸੀਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ

ਯਾ ਘੱਟ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਯਾ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਥਾਂ ਉਤੇ ਲਾਲੀ, ਸੋਜ ਯਾ ਵਰਮ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਸਭ ਗਲਾਂ ਦੇਖ ਲੈਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਦਰਦ:--

ਦਰਦ ਬਾਬਤ ਇਹ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਵੇਲੇ ਤੋਂ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਹੈ, ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤਕ ਰਹੀ ਯਾ ਕਿਸ ਥਾਂ ਤੇ ਰਹੀ। ਦਰਦ ਤੇਜ਼ ਸੀ ਯਾ ਮਾਮੂਲੀ। ਦਰਦ ਚੁਭਕ ਮਾਰਦੀ ਸੀ ਯਾ ਕੱਟਨ ਆਦਿਕ ਵਾਂਗ ਸੀ।

ਰੋਗੀ ਦੀ ਹਾਲਤ:--

ਰੋਗੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਦੀ ਦਿਮਾਗੀ ਹਾਲਤ ਦਾ ਸਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਸਭ ਕੁਝ ਦਸਣਾ ਚਾਹੀਏ ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਗਲਾਂ ਬਾਬਤ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:—

ਰੋਗੀ ਦਾ ਸੁਭਾ ਚਿੜਚਿੜਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਗਿਆ, ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਗਲ ਪਿਛੇ ਗੁਸੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ, ਉਹ ਬਹਿਕੀ ਬਹਿਕੀ ਗਲਾਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ, ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਵਿਚ ਬਿਨਾਂ ਮਤਲਬ ਦੇ ਹਰਕਤਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਉਹ ਉਦਾਸ ਯਾ ਉਕਤਾਇਆ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦੇ ਉਹ ਰੋਂਦਾ ਯਾ ਹੱਸਦਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਿਛਲੀਆਂ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰਖਦਾ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ, ਹਰ ਗਲ ਦਾ ਉਤਰ ਠੀਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ, ਬੇ-ਸਿਰ ਪੈਰ ਦੀਆਂ ਗਲਾਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਹਵਾ ਵਿਚ

ਹੱਥ ਹਿਲਾ ਕੇ ਕਿਸੇ ਖਿਆਲੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੱਕ ਵੱਢਣਾ, ਕੱਪੜੇ ਪਾੜਨੇ ਯਾ ਬਿਸਤਰੇ ਤੋਂ ਉਠ ਕੇ ਦੌੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਯਾ ਮਿਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਉਹ ਗਹਿਰੀ ਨੀਂਦਰ ਸੌਂਦਾ ਹੈ ਯਾ ਬੜਬੜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਗਸ਼ੀ ਦਾ ਦੌਰਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਆਦਿਕ।

ਦਵਾ ਦਾ ਅਸਰ:--

ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜ਼ੇਕਰ ਇਹ ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੂੰ ਦੱਸ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਸ ਦਵਾ ਦੇ ਦੇਣ ਨਾਲ ਇਹ ਅਸਰ ਹੋਵੇਗਾ ਯਾ ਇਹ ਅਲਾਮਤਾਂ ਜਾਹਰ ਹੋਣਗੀਆ ਤਾਂ ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਗਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ, ਤੇ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਦਵਾ ਦਾ ਦੱਸਿਆ ਹੋਇਆ ਅਸਰ ਹੋਇਆ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀਂ, ਅਸਰ ਹੋਣ ਵਿਚ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਲਗੀ ਹੈ। ਦਰਦ ਉਨੀਂਦਰਾ, ਕਬਜ਼, ਦਸਤ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਬੰਦਸ਼, ਘਟ ਆਉਣਾ ਯਾ ਵਧ ਆਉਣਾ, ਬੁਖਾਰ, ਖੰਘ ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਦਵਾ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਕੀ ਲਾਭ ਪੁਜਾ ਆਦਿਕ ਸਭਨਾਂ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਕੇ ਹਕੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਨੋਟ—ਜੇਕਰ ਰੋਗੀ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਕੰਨਾਂ, ਨੱਕ ਯਾ ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਮੁਆਦ ਨਿਕਲੇ, ਯਾ ਨਕਸੀਰ, ਮਾਹਵਾਰੀ ਰਿਤੂ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਯਾ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਲਾਲ, ਪੀਲਾ, ਚਿੱਟਾ ਪਾਣੀ ਪਵੇ ਯਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਗਲ ਜਾਪੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਸੇਵਾਦਾਰ ਨੂੰ ਨਿਰਾ ਰੋਗੀ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਸਗੋਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਉਸਨੂੰ ਹੋਰ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹਾ ਕਿ ਇੰਨਜੈਕਸ਼ਨ ਦੇਣਾ, ਹੁਕਨਾ ਕਰਨਾ, ਰਬੜ ਦੀ ਸਲਾਈ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਾਬ ਕਰਾਣਾ, ਸੇਕ ਕਰਨਾ, ਪੁਲਟਸ ਬਨਾਣੀ ਆਦਿਕ। ਵਖੋ ਵਖ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦੱਸੇ ਗਏ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੋਚ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦੇ।

ਨਾਖੁਨ (ਨਹੁੰ), ਲਹੂ (ਖੂਨ), ਪਸੀਨਾ, ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਐਕਸਰੇ ਦਵਾਰਾ ਵੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵੇਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵਧ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇ ਇਥੇ ਨਹੀਂ ਦਿਤੇ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਬੇਨਤੀ !

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸੱਜਣਾਂ ਨੂੰ ਯਾ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਅਮੋਲਕ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਲਾਭ ਪੁਜੇ, ਯਾ ਇਸਦੇ ਨੁਸਖਿਆਂ, ਫਾਰਮੂਲਿਆਂ ਦਵਾਰਾ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਦੁਖ ਦੂਰ ਹੋਵੇ, ਅਥਵਾ ਆਰਥਕ ਲਾਭ ਪੁਜੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਸਨ੍ਹਿਮਰ ਬਿਨੇ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਦਾਸ ਦੀ ਆਤਮਾ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ, ਸਿਰਜਨਹਾਰ, ਦਾਤਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ, ਤਾਂ ਕਿ ਦਾਸ ਦੇ ਅਵਗੁਣ ਤੇ ਪਾਪ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਅੰਤ ਸਮੇਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਆਪ ਸਹਾਈ ਹੋਣ।

'ਭੂਲਣ ਅੰਦਰ ਸਭ ਕੋ ਅਭੁਲ ਗੁਰੂ ਕਰਤਾਰਿ'

ਦਾਸ—ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ

ਪੱਥਰਾ ਪੱਥ ਬਿਵਰਣ

ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਖਾਣ ਅਥਵਾ ਨਾ ਖਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ :—

ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਕੁਛ ਪਦਾਰਥ ਅਜਿਹੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਨਿਰੋਗ ਪੁਰਖਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਭਨਾਂ ਬਹਾਰਾਂ ਵਿਖੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹਨ। ਕੁਛ ਅਜਿਹੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹਨ। ਅਤੇ ਕੁਛ ਐਸੇ ਭੀ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹਨ। ਸੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਨਾਲ ਵਰਨਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:—

ਅਨਾਜ (ਅੰਨ) :—ਕਣਕ, ਚਾਵਲ, ਜੌਂ, ਮੂੰਗੀ, ਹਰਹਰ (ਤੋਰ) ਮੋਠ, ਮਸੂਰ ਤੇ ਮਟਰ ਇਹ ਅਕਸਰ ਕਰਕੇ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਹਿਤਕਾਰੀ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਇੰਨਾਂ ਵਿਚ ਗੁਣ ਜੁਦੇ ੨ ਹਨ, ਸੋ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਨਾਲ ਮੇਲਕੇ ਹਿਤ ਅਹਿਤ ਕਾਰੀ ਸਮਝਕੇ ਖਾਵੇ। ਛੋਲੇ ਭਾਵੇਂ ਏਥੇ ਪੱਥ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਗਿਣੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਭੀ ਅਧਿਕ ਖਾਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਵਿਖੇ ਵਾਯੂ ਭਰਕੇ ਪੇਟ ਨੂੰ ਅਫਾਰਾ ਕਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਇੰਨਾਂ ਨੂੰ ਘਟ ਸੇਵਨ ਕਰੇ। ਚਾਵਲ ਇਕ ਸਾਲ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਅੱਛੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੋਰ ਅਰਹਰ ਦੀ ਦਾਲ ਘਿਓ ਪਾਕੇ ਖਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਯੂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਮੂੰਗੀ ਭਾਵੇਂ ਵਾਯੂ ਵਰਧਕ ਹੈ, ਫਿਰ ਭੀ ਇਸ ਦੀ ਦਾਲ ਦਾ ਪਾਣੀ ਤ੍ਰਿਦੋਖ ਨਾਸ਼ਕ ਅਰਭਯੰਕਰ ਰੋਗਾਂ ਵਿਖੇ ਵੀ ਪੱਥ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਭਿੰਨ ੨ ਦੇਸ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਰੰਭ ਤੋਂ ਹੀ ਜਿੰਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਭ ਪਦਾਰਥ ਪਥ ਰੂਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਗਾਂ ਵਿਚੋਂ :—ਪਰਵਲ, ਪਾਲਕ, ਬਾਥੂ, ਜ਼ਿਮੀ-ਕੰਦ, ਮੇਥੀ ਦੇ ਪਤੇ, ਘੀਆ ਤੋਰੀ, ਢਿੰਡੀ ਤੋਰੀ ਤੇ ਘੀਆ ਕਦੂ ਆਦਿ ਪੱਥ ਹਨ ।

ਦੂਸਰਿਆਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚੋਂ :—ਗੋਕਾ ਦੁਧ, ਗੋਕਾ ਘਿਉ, ਗੋਕੀ ਲੱਸੀ, ਮਿਸਰੀ, ਅਧਰਕ, ਆਂਵਲੇ, ਸੇਂਧਾ ਲੂਣ, ਮਿੱਠੇ ਅਨਾਰ, ਮੁਨੱਕਾ, ਮਿੱਠੀ ਦਾਖ ਤੇ ਬਦਾਮ ਇਹ ਸਭ ਪੱਥ ਪਦਾਰਥ ਹਨ ।

ਦੂਸਰੀ ਤਰਾਂ ਇਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟਾ ਹੋਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਸਮਝਣੀ ਚਾਹੀਏ ਕਿ—ਚਾਵਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਲਾਲ ਸੱਠੀ ਤਥਾ ਬਾਸਮਤੀ ਦੇ ਚਾਵਲ ਸਰੇਸ਼ਟ ਹਨ । ਅੰਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਣਕ ਤੇ ਜੌਂ । ਦਾਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਮੂੰਗੀ, ਹਰਹਰ-ਤੋਰ ਦੀ ਦਾਲ, ਮਿੱਠੇ ਵਿਚੋਂ ਮਿਸ਼ਰੀ, ਸਾਗਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਾਲਕ, ਫਲਾਂ ਦੇ ਸਾਗਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਰਵਲ, ਕੰਦਾ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਮੀਕੰਦ, ਲੂਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸੇਧਾ ਲੂਣ, ਖਟਿਆਈ ਵਿਚੋਂ ਆਂਵਲੇ, ਦੁਧਾਂ ਵਿਚੋਂ ਗੋਕਾ ਦੁਧ, ਪਾਣੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਵਰਖਾ ਦਾ ਪਾਣੀ ਜੋ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਨਾ ਛੋਹਿਆ ਹੋਵੇ । ਫਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਵਲਾਇਤੀ ਅਨਾਰ, ਤਥਾ ਮਿੱਠੀ ਦਾਖ, ਮਸਾਲਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਅਦ੍ਰਕ, ਧਨੀਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ੀਰਾ ਪੱਥ ਹਨ ਅਰਥਾਤ ਸਾਧਾਰਣ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸਭਨਾਂ ਬਹਾਰਾਂ ਵਿਚ ਸਭਨਾਂ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਸਦਾ ਪੱਥ ਅਰਥਾਤ ਅਨਕੂਲ ਹਨ । ਪਰੰਤੂ ਕਿਸੀ ੨ ਹੀ ਰੋਗ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਭੀ ਕੋਈ ੨ ਚੀਜ਼ ਕੁਪੱਥ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਨਵੇਂ ਤਾਪ ਵਿਖੇ ਬਾਰਾਂ ਦਿਨ ਤਕ ਘਿਉ ਤੇ ੨੧ ਦਿਨ ਤਕ ਦੁੱਧ ਕੁਪੱਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਇਤਆਦਿ ਇਹ ਸਭ ਬਾਤਾਂ ਪੂਰਬਾਚਾਰਯਾਂ

ਦੇ ਬਨਾਏ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਅਗਿਆਨ ਵਾਸ ਇਹਨਾਂ ਉਪਰ ਧਿਆਨ ਨ ਦੇ ਕੇ ਨਿਖਿੱਧ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੇਵਨ ਕਰ ਬੈਠਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਹਾਂ ਕਸ਼ਟ, ਅਰ ਕਦੇ ੨ ਪ੍ਰਾਣੰਤ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਵਾਤ ਜ੍ਵਰ ਵਿਖੇ ਘ੍ਰਿਤ ਪਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਯਥਾਰਥ ਨਿਦਾਨ ਨਿਰਨੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵੈਦ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਵਿਖੇ ਕਿਸੀ ਭਾਗਵਾਨ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸਧਾਰਨ ਵੈਦ ਰੋਗ ਦਾ ਨਿਧਾਨ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਅਕਸਰ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵਾਤ ਜ੍ਵਰ ਦਾ ਪੂਰਬ ਰੂਪ ਸਮਝਕੇ ਨਵੀਨ ਤਾਪ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਘ੍ਰਿਤ ਪਿਲਾ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਵਿਚਾਰੇ ਮੋਤੀ ਝਰਾ ਆਦਿ ਭਯੰਕਰ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਚੁਕੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਕਤ ਰੋਗ ਐਸੇ ਕੁ ਢੰਗਾਂ ਤੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਵੈਦਾਂ ਤੇ ਪਰਜਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ਮੁਖ ੨ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਕੁਝ ੨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਾਤਾਂ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਏਥੇ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ :—

ਨਵੇਂ ਤਾਪ ਵਿਖੇ ਚਿਕਣੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਖਾਣਾ, ਔਣ ਲਗੇ ਪਸੀਨੇ ਅਤੇ ਤਪ ਵਿਖੇ ਠੰਢੀ ਹਵਾ ਯਾ ਮਲੀਨ ਹਵਾ ਦਾ ਲੈਣਾ। ਮੈਲਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ, ਤਥਾ ਮਲੀਨ ਖੁਰਾਕ ਦਾ ਖਾਣਾ। ਮਲ ਜ੍ਵਰ ਦੇ ਸਿਵਾਏ ਨਵੇਂ ਤਾਪ ਵਿਚ ਬਾਰਾਂ ਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਜੁਲਾਬ ਅਰਥਾਤ ਹਰੜ ਆਦਿ ਜੁਲਾਬ ਦੇਣੇ ਵਾਲੀ ਸ਼ੈ ਅਥਵਾ ਕੁਟਕੀ. ਚਿਰਾਇਤਾ ਆਦਿ ਕੌੜੀ ਕਸੈਲੀ ਦਵਾਈ ਦੇਣੀ ਨਿਖਿੱਧ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਉਕਤ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੰਨਿਪਾਤ ਤਥਾ ਮਰਣਤਕ ਹਾਲਤ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ। ਰੋਗ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਖੇ ਨਿਖਿੱਧ

ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਕੇ ਵੀ ਬਚ ਜਾਂਏ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਕਿ ਅਗਨੀ ਵਿਖੇ ਅਤੇ ਸ਼ਸਤ੍ਰ ਨਾਲੋਂ ਬਚ ਜਾਵੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਅਰਥਾਤ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੀ ਜਾਨਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਵੈਦਕ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ ਵਿਖੇ ਨਿਖੇਧ ਹੋਣ ਪਰ ਵੀ, ਨਵੇਂ ਤਾਪ ਵਿਚ ਪਸਚਮੀ ਵਿਦਵਾਨ (ਡਾਕਟਰ ਲੋਗ) ਦੂਧ ਪਿਲਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਸੋ ਉਸ ਦਵਾਦੀ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਫਿਰ ਭੀ ਇਹ ਬਾਤ ਵਿਚਾਰਣੀ ਹੈ। ਇਸੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਫ ਦੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਤਥਾ ਪ੍ਰਸੂਤਾ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ਮਿਸਰੀ ਆਦਿ ਪਦਾਰਥ ਹਾਨੀ ਪੁਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਤਆਦਿਕ।

ਪਥਜਾ ਪਥ ਪਦਾਰਥ

ਬਾਜਰਾ, ਮਾਂਹ, ਚੌਲ, ਕੁਲਥ, ਗੁੜ, ਖੰਡ, ਮੱਖਣ, ਦਹੀਂ, ਲੱਸੀ, ਮਹੀਂ ਦਾ ਦੁੱਧ, ਘਿਓ, ਆਲੂ, ਤੋਰੀ, ਗੇਂਫਾ, ਕਰੇਲਾ, ਕਕੌਲਾ, ਗੁਵਾਰੇ ਦੀ ਫਲੀ, ਮੇਥੀ, ਮੂਲੀ, ਗਾਜਰ, ਤਰ, ਗੋਭੀ, ਘੀਆ, ਕੇਲਾ, ਅਨਾਨਾਸ, ਅੰਬ, ਜਾਮਣ, ਕਰੌਂਦੇ, ਅੰਜੀਰ, ਨਾਰੰਗੀ, ਨਿੰਬੂ, ਅਮਰੂਦ, ਸ਼ਕ੍ਰਕੰਦੀ, ਪੀਲੂੰ, ਗੋਂਦਣੀ ਅਤੇ ਤਰਬੂਜ (ਹਦਵਾਣਾ) ਆਦਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਲੋਗ ਸੇਵਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ (ਸੁਭਾਵ) ਅਰ ਮੌਸਮ ਆਦਿ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪਦਾਰਥ ਕਿਸੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਵਾਲੇ ਦੇ ਅਨਕੂਲ ਤਥਾ ਕਿਸੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਵਾਲੇ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ, ਏਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਿਸੀ ਬਹਾਰ ਵਿਖੇ ਅਨਕੂਲ ਅਰ ਕਿਸੀ ਬਹਾਰ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸੀ ਵਾਸਤੇ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਆਦਿਕ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਤੇ ਹਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਦਹੀਂ ਸਿਆਲ ਵਿਚ

ਸ਼ਤ੍ਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਰਖਾ ਤੇ ਹੇਮੰਤ ਰਿਤੂ ਵਿਖੇ ਹਿਤ ਕਰੈਂਦਾ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਅਰਥਾਤ ਵੈਸਾਖ ਜੇਠ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਖੇ ਮਿਸ਼ਰੀ ਨਾਲ ਖਾਣ ਤੇ ਹੀ ਫਾਇਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਏਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤਾਪ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕੁਪੱਥ ਹੈ। ਅਰ ਅਤੀਸਾਰ (ਸੰਗਰੈਹਣੀ) ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪੱਥ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਰ ਇਕ ਵਸਤੂ ਦੇ ਸੁਭਾਵ ਨੂੰ ਤਥਾ ਰਿਤੂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੱਥਜਾ ਪੱਥ ਸਮਝਕੇ ਅਰ ਸਮਝਦਾਰ ਵੈਦ ਦੀ ਯਾ ਗ੍ਰੰਥ ਦੀ ਸੰਮਤੀ ਲੈਕੇ ਹਰ ਇਕ ਵਸਤੂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨੇ ਤੇ ਹਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।

ਕੁਪੱਥ ਪਦਾਰਥ

ਦਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਜਲਾਉਣ ਵਾਲੇ, ਗਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸੜਾਉਨ ਦੇ ਸੁਭਾਵ ਵਾਲੇ ਤਥਾ ਜ਼ਹਰ ਦਾ ਗੁਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਕੁਪੱਥ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਹਨਾਂ ਪੰਜ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਪਦਾਰਥ ਠੀਕ ਵੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੇ ਕਦੇ ਕਿਸੀ ਰੋਗ ਨੂੰ ਹਟਾ ਵੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਦੂਸਰੇ ਰੋਗ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੂਣ ਅਧਿਕ ਖਾਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦੀ ਵਾਯੂ ਗੋਲਾ ਅਤੇ ਗੰਢ ਨੂੰ ਗਾਲ ਵੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਧਾਤੂ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜ ਕੇ ਪੌਰਖਾਂ ਵਿਚ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਦਾਹ ਕਾਰਕ ਪਦਾਰਥ ਪਿੱਤ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜ ਕੇ ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਰੋਗ ਉਤਪੰਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਮਲੀ ਆਦਿ ਅਤਯੰਤ ਖੱਟੇ ਪਦਾਰਥ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਗਲਾਕੇ ਸੰਧੀਆਂ ਨੂੰ ਢਿੱਲਾ ਕਰਕੇ ਪੌਰਖ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਭਾਵੇਂ ਛੇਤੀ ਨਾਲ ਕੁਛ ਹਾਨੀ ਨਹੀਂ ਦੇਖੀ ਜਾਂਦੀ, ਪਰੰਤੂ ਬਹੁਤ ਦਿਨਾਂ ਤਕ ਨਿਰੰਤਰ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਪਦਾਰਥ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ (ਸੁਭਾਵ) ਨੂੰ ਇਸ ਪਰਕਾਰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਕਿ ਇਹ ਸਰੀਰ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਘਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਪਹਿਲੇ ਪੱਥ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ੨ ਲਿਖ ਚੁਕੇ ਹਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੇਵਨ ਚਾਹੀਏ। ਤਥਾ ਜੋ ਪਦਾਰਥ ਪਥਜਾ ਪੱਥ ਵਿਖੇ ਲਿਖੇ ਹਨ. ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰਿਤੂ (ਮੌਸਮ) ਅਤੇ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ (ਸੁਭਾਵ) ਅਨੁਸਾਰ ਕਮ ਸੇਵਨ ਚਾਹੀਏ। ਜਿਹੜੇ ਕੁਪੱਥ ਪਦਾਰਥ ਕਹੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜਰੂਰਤ ਪਰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੋਗ ਵਿਚ ਔਖਧੀ ਦੇ ਸਮਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰਥਾਤ ਨਿੱਤ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿਚ ਕੁਪੱਥ ਪਦਾਰਥ ਕਦੇ ਨਾ ਸੇਵਨ ਕਰੇ। ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਬਾਤ ਫਿਰ ਵੀ ਯਾਦ ਰਹੇ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਪਥਜਾ ਪੱਥ ਪਦਾਰਥ ਹਨ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਹਾਨੀ ਨਹੀਂ ਪੁਚਾਉਂਦੇ ਜ਼ਿੰਨਾਂ ਦਾ ਹਰ ਦਿਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਖਾਣ ਦਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਬਾਜਰਾ, ਗੁੜ, ਮਾਂਹ, ਲੱਸੀ ਅਰ ਦਹੀਂ ਆਦਿ ਪਦਾਰਥ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਰਿਤੂ ਅਰ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਪੱਥ ਹਨ, ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਕੁਪੱਥ ਵੀ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਮਾਰਵਾੜ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਚਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਉਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਛ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ।

ਏਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਮਾਂਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੇਵਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਸਦਾ ਕਾਰਣ ਅਭਿਆਸ ਹੀ ਹੈ। ਏਸੇ ਤਰਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਣ

ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਵੀ ਥੋੜੇ ਖਾਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਹਾਨੀ ਘਟ ਕਰਦੇ ਤਥਾ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੁੱਧ ਭਾਵੇਂ ਪੱਥ ਹੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਕਿਸੀ ੨ ਦੇ ਅਨਕੂਲ ਨਹੀਂ ਔਂਦਾ, ਅਰਥਾਤ ਦਸ਼ਤ ਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਇਹੋ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਪਦਾਰਥ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ, ਸਰੀਰ ਦਾ ਬੰਧਾਨ, ਨਿੱਤ ਦਾ ਅਭਿਆਸ, ਮੌਸਮ, ਰੋਗ ਪਰੀਖਿਆ ਆਦਿ ਸਭ ਬਾਤਾਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਕੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਤੇ ਹਾਨੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਕ ਹੀ ਪਦਾਰਥ ਵਿਚ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਤਥਾ ਮੌਸਮ ਦੇ ਭੇਦ ਨਾਲ ਪੱਥ ਅਤੇ ਕੁਪੱਥ ਦੋ ਗੁਣ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਕੋ ਪਦਾਰਥ ਰਸਾਨਿਕ ਸੰਯੋਗ ਦ੍ਵਾਰਾ ਅਰਥਾਤ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮਿਲਣੇ ਨਾਲ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੰਤ੍ਰ ਆਖਦੇ ਹਨ) ਭਿੰਨ ਗੁਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਰਥਾਤ ਉਕਤ ਸੰਜੋਗ ਨਾਲ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਗੁਣ ਬਦਲਕੇ ਪੱਥ ਅਰ ਕੁਪੱਥ ਦੇ ਸਿਵਾਏ, ਇਕ ਤੀਸਰਾ ਹੀ ਗੁਣ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੇ ਜਿੰਨਾਂ ਲੋਗਾਂ ਨੂੰ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋਣੇ ਯਾਂ ਨਾ ਹੋਣੇ ਦਾ ਠੀਕ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ, ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿੱਧਾ ਅਰ ਸਾਫ ਰਸਤਾ ਵੈਦਕ ਵਿਦਿਆ ਦੀ ਆਗਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲ ਕੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਨ ਵਿਚੋਂ ਲਿਆਉਣਾ ਹੀ ਠੀਕ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਹਿਦ ਅੱਛਾ ਪਦਾਰਥ ਹੈ, ਅਰਥਾਤ ਤ੍ਰਿਦੋਖ ਦੇ ਨਾਸ ਕਰਨ ਹਾਰਾ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਏਹੋ ਸ਼ਹਿਦ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਯਾ ਕਿਸੀ ਅਤ ਗਰਮ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ, ਅਥਵਾ ਗਰਮ ਤਾਸੀਰ ਵਾਲੀ ਵਸਤੂ ਦੇ ਨਾਲ ਯਾ ਸੰਨਿਪਾਤ ਜ੍ਵਰ ਵਿਚ ਦੇਣ ਕਰਕੇ ਹਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਏਸੇ ਤਰਾ ਇਹ ਬਰਾਬਰ ਘਿਉ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਨ ਕਰਕੇ ਵਿਖ (ਜ਼ਹਰ) ਦੇ ਸਮਾਨ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁੱਧ ਪੱਥ ਪਦਾਰਥ ਹੈ ਫਿਰ ਵੀ ਮੂਲੀ,

ਮੂੰਗੀ, ਖਾਰ, ਲੂਣ ਤਥਾ ਅਰਿੰਡ ਦੇ ਸਿਵਾਏ ਬਾਕੀ ਤੇਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੁਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਵੱਸ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭਾਂਡਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਵਿਚ ਭੇਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਤਾਂਬੇ ਅਰ ਪਿੱਤਲ ਦੇ ਬਰਤਣਾਂ ਵਿਚ ਖਟਿਆਈ ਤਥਾ ਖੀਰ ਦਾ ਗੁਣ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਾਂਸੀ (ਕੈਂਹ) ਦੇ ਬਰਤਨ ਵਿਚ ਘਿਉ ਦਾ ਗੁਣ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਰਥਾਤ ਥੋੜੀ ਦੇਰ ਤਕ ਵੀ ਜੇਕਰ ਕਾਂਸ਼ੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਘਿਉ ਰਹੇ ਤਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ੭ ਦਿਨ ਤਕ ਕਾਂਸੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਘਿਉ ਰਖਿਆ ਰਹੇ, ਫਿਰ ਉਹ ਖਾਧਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਮਾਰਨੇ ਤਕ ਕਸ਼ਟ ਦੇ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦੁੱਧ ਨਾਲ ਖਟੇ ਫਲ, ਗੁੜ, ਦਹੀਂ ਅਰ ਖਿਚੜੀ ਆਦਿ ਦੇ ਖਾਣ ਤੇ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਪਚਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ :—

ਨਾਮ ਖੁਰਾਕ	ਘੰਟੇ	ਮਿੰਟ
ਕਣਕ ਦੀ ਰੋਟੀ ਖਮੀਰੀ	੩	੩੦
ਜਵਾਂ ਦੀ ਰੋਟੀ	੩	੧੫
ਚੌਲ ਸਾਦੇ	੧	੦
ਪੁਲਾਵ	੩	੪੫
ਸਾਗੂ ਦਾਣਾ		੩੦
ਅਰਾਰੋਟ		੩੦
ਦਾਲ ਸਭ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ	੨	੩੦
ਸਬਜ਼ੀ ਭਾਜੀ ਸਭ ਤਰਾਂ ਦੀ	੩	੩੦
ਮਾਸ ਬਕਰੀ ਯਾਂ ਭੇਡ	੩	੦
ਸਭ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਕਬਾਬ ਅੰਦਾਜਨ	੩	੦
ਫਲ ਮੇਵਾ ਹਰ ਕਿਸਮ	੧	੦
ਅੰਡੇ ਕੱਚੇ ਸਭ ਤਰਾਂ ਦੇ	੧	੩੦
ਅੰਡੇ ਅਧ ਭੁੰਨੇ	੨	੩੦
ਮੱਖਨ, ਘਿਉ, ਦੁਧ ਕ੍ਰੀਬਨ	੨	੦

ਵਧ ਘਟ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਮਾਸ ਵਧਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ :—

ਕਣਕ	੧੪ ਹਿੱਸੇ	ਮਟਰ	੨੨ "
ਜੌਂ	੧੧ "	ਸੇਮ	੨੪ "
ਜੁਆਰ	੮ "	ਚਕੰਦਰ	੨ "
ਬਾਜਰਾ	੭ "	ਆਲੂ	੨ "
ਮਕਈ	੬ "	ਸ਼ਲਗਮ	੨ "
ਚਾਵਲ	੫ "	ਮਲਾਈ ਦੁਧ ਦੀ	੨ "
ਮਾਂਹ	੨੪ "	ਮੱਖਣ	੧ "
ਛੋਲੇ	੨੧ "	ਦਹੀਂ	੨ "
ਮੂੰਗ	੨੩ "	ਪਨੀਰ	੩੧ "
ਮਸੁਰ	੨੮ "	ਗ਼ਾਜਰ	੨ "
ਸਬਜ਼ੀ ਤਰਕਾਰੀ ਹਰ ਕਿਸਮ	੨ "	ਮਾਸ ਭੇਡ	੨੦ "
ਮਾਸ ਬਕਰੀ	੨੦ "	ਮਾਸ ਕਬੂਤਰ	੨੩ "
ਮਾਸ ਕੁਕੜ	੨੧ "	ਮਾਸ ਮੱਛੀ	੧੯ "
ਕਲੇਜੀ	੨੬ "	ਗੁਰਦਾ	੨੧ "
ਅੰਡਾ ਕੁਕੜ	੧੪ "	ਦੁਧ ਗੋਕਾ	੪ "

ਪਰਸਪਰ (ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ) ਵਿਰੁਧ ਅਹਾਰਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਜੀਵਨ

ਮੱਛੀ ਖਾਕੇ ਦੁਧ ਪੀਣਾ ਮਨਾ ਹੈ। ਸੱਤੂ ਖਾਕੇ ਚੌਲ ਨਾ ਖਾਣੇ। ਦੁਧ ਦੇ ਨਾਲ ਪਨੀਰ, ਸ਼ਰਾਬ ਵਤਾਊਂ, ਕਾਂਜੀ ਅਰ ਖਰਬੂਜਾ ਮਨ੍ਹਾ ਹੈ। ਕਬੂਤਰ ਦੇ ਮਾਸ ਨਾਲ ਸ਼ਹਿਦ ਤੇ ਖਜੂਰ। ਭੁੰਨੇ ਹੋਏ ਮਾਸ (ਕਬਾਬ) ਨਾਲ ਦਹੀਂ। ਪੰਖੀਆਂ ਦੇ ਮਾਸ ਨਾਲ ਖਰਬੂਜਾ। ਪਨੀਰ ਮਾਲ ਮੱਛੀ। ਦੁਧ ਨਾਲ ਖਟਿਆਈ ਖਾਣੀ ਮਨਾ ਹੈ। ਮੂਲੀ ਨਾਲ ਦਹੀਂ। ਮਾਸ ਨਾਲ ਸਿਰਕਾ, ਲਸਣ (ਥੋਮ) ਤੇ ਸਹਿਦ ਨਾ ਖਾਵੇ।

ਦਹੀਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅੰਡੇ, ਯਾਮੂਲੀ, ਬਾਕਲਾ, ਮਾਸ ਪੰਛੀਆਂ ਯਾ ਮੱਛੀ, ਸਿਰਕੇ ਨਾਲ ਚਾਵਲ, ਮਸਰ ਯਾ ਮਾਂਹ, ਬੱਚੇ ਕਬੂਤਰ ਦੇ ਮਾਸ ਨਾਲ ਰਾਈ ਯਾ ਲਸਣ ਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਨਾਲ ਗੰਢਾ ਯਾ ਖਰਬੂਜਾ, ਲੂਣ ਅਤੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਸਿਰਕਾ; ਲਸਣ ਯਾ ਗੰਢਾ ਨਾ ਖਾਵੇ ਇਹ ਸਭੇ ਆਪਸ ਵਿਚ ਵਿਰੁਧ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਖਾਕੇ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ, ਭੋਗ ਕਰਨਾ, ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਇਸਨਾਨ ਕਰਨਾ ਤੇ ਸ਼ਰਬਤ ਪੀਣਾ ਸਭੇ ਮਨਾ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦਾ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਉਹੋ ਹੈ, ਜਦ ਭੁੱਖ ਲਗੇ, ਪਰੰਤੂ ਇਕ ਵਕਤ ਮੁਕਰਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਉਸੀ ਵਕਤ ਖਾਵੇ ਇਹ ਨਿਯਮ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਸ਼੍ਰੇਸਟ ਹੈ। ਵਕਤ ਮੁਕਰਰ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਯਾ ਬਾਰ ਬਾਰ ਖਾਣਾ ਮੇਦੇ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਚੀਜ਼ ਖਾਣ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ੫ ਘੰਟੇ ਬਾਦ ਖਾਵੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲੋਂ ਛੇਤੀ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹਜਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਤਾ ੧੦ ਵਜੇ ਤਕ ਖੁਰਾਕ ਖਾਵੇ। ਅਰ ਖਾਣ ਦੇ ਭਾਂਡੇ

ਸੋਨੇ ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਸਭ ਨਾਲੋਂ ਵਧਕੇ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਇਹਨਾਂ ਭਾਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਬਣਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਪਿਤਲ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਕਲੀ ਕਰਕੇ ਸਾਫ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਵਰਤੋ। ਬਗੈਰ ਕਲੀ ਕੀਤੇ ਦੇ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਬੁਰਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਪਿਤਲ ਤਾਂਬੇ ਵਿਚੋਂ ਖਟਿਆਈ ਨਾਲ ਜੰਗਾਲ ਲਗ ਕੇ ਖਾਣਾ ਜ਼ਹਰੀਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਔਖਧੀਆਂ (ਦਵਾਈਆਂ) ਦਾ ਯੁਕਤਾ ਯੁਕਤ (ਠੀਕ, ਨਾ ਠੀਕ) ਵਿਚਾਰ

ਹੁਣ ਯੁਕਤਾ ਯੁਕਤ ਔਖਧੀਆਂ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਭੀ ਲਿਖਣੀ ਅਵੱਸ਼ਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦ ਤਕ ਵਿਚਾਰ ਸਹਿਤ ਔਖਧੀ ਨ ਲਈ ਜਾਵੇ, ਤਦ ਤਕ ਪੂਰੀ ਗੁਣਦਾਇਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਔਖਧੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਨਵੀਨ ਤਾਜ਼ੀ ਹੀ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ; ਪਰੰਤੂ :—

(੨) ਬਾਵੜਿੰਗ, ਮਘ, ਧਨੀਏ ਦੇ ਦਾਣੇ, ਗੁੜ, ਸ਼ਹਿਦ ਅਰ ਘਿਉ ਇਹ ਛੇ ਪਦਾਰਥ ਸਭ ਪ੍ਰਯੋਗਾਂ ਵਿਚ ਪੁਰਾਣੇ ਨਹੀਂ ਪੈਣੇ ਚਾਹੀਏ।

(੩) ਕੁੜੇ ਦੀ ਛਿੱਲ, ਬਾਂਸਾ, ਸਤਾਵਰ, ਅਸਗੰਧ, ਖਰੈਟੀ ਅਰ ਸੌਂਫ ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਗਿੱਲੇ ਵਰਤਾਵ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣੇ ਸ਼੍ਰੇਸਟ ਹਨ। ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਗਿੱਲੇ ਸਮਝਕੇ ਦੂਣੇ ਨਹੀਂ ਪੈਣੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਏਹੋ ਨਿਯਮ ਹੈ। ਅਰ ਹੋਰ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਅਰ ਸੁੱਕੀਆਂ ਪੈਣੀਆਂ, ਜੇ ਕਦੇ ਗਿੱਲੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸੁੱਕੀ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲੋਂ ਦੂਣੀਆਂ ਪਾਵੇ।

(੩) ਜਿਥੇ ਔਖਧੀ ਖਾਣ ਦਾ ਸਮਾ ਨ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ, ਓਥੇ ਪ੍ਰਾਤਾ ਕਾਲ ਹੀ ਜਾਣੋ।

(੪) ਜਿਸ ਔਖਧੀ ਦਾ ਅੰਗ (ਹਿੱਸਾ) ਪੌਣਾ ਸਪਸ਼ਟ ਨ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ, ਓਥੇ ਜੜ੍ਹ ਦੀ ਛਿੱਲ ਹੀ ਪੌਣੀ ਸਮਝੋ, ਪਰੰਤੂ ਤ੍ਰਿਫਲੇ ਪੌਣ ਵਿਚ ਇਹ ਨਿਯਮ ਨਹੀਂ ਹੈ।

(੫) ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਪਾਤ੍ਰ (ਭਾਂਡੇ) ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਲਿਖਿਆ। ਉਥੇ ਮਿੱਟੀ, ਪੱਥਰ ਚੀਨੀ, ਸ਼ੀਸ਼ਾ, ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ।

(੬) ਜਿਥੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਵਿਚ ਔਖਧੀ ਦੋਬਾਰਾ ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਆਵੇ, ਉਥੇ ਦੂਣੀ ਪੌਣੀ ਚਾਹੀਏ।

(੭) ਜਿਥੇ ਚੰਦਨ ਮਾਤਰ ਹੀ ਨਾਮ ਹੋਵੇ, ਕਿੰਤੂ ਜਾਤੀ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਨ ਹੋਵੇ, ਓਥੇ ਆਸ੍ਵ, ਅਵਲੇਹ (ਚਟਣੀ) ਘ੍ਰਿਤ ਅਰ ਤੇਲ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਚਿੱਟਾ ਚੰਦਨ ਹੀ ਪੌਣਾ ਸਰੇਸ਼ਟ ਹੈ। ਪਰਤੂ ਕਵਾਥ ਅਰ ਲੇਪ ਵਿਚ ਲਾਲ ਚੰਦਨ ਹੀ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਏ।

(੮) ਬੜੇ ਬ੍ਰਿਛ ਜਿਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨਿਮ ਆਦਿ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜੜ ਦੀ ਛਿੱਲ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਕਿਤੇ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਪੱਤਰ ਵੀ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਛੋਟੇ ਬ੍ਰਿਛਾਂ ਦੇ ਜੈਸੇ ਕੰਡਿਆਰੀ, ਭੱਖੜਾ ਆਦਿ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਫਲ ਯਾ ਸਰਬਾਗ ਹੀ ਪੌਣੇ ਚਾਹੀਏ।

(੯) ਬੋਹੜ ਆਦਿ ਬ੍ਰਿਛਾਂ ਦੇ ਦੁਧ ਯਾ ਦਾੜ੍ਹੀ ਅਥਵਾ ਫਲ ਆਦਿ ਹੀ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਖੈਰ ਆਦਿ ਬ੍ਰਿਛਾਂ ਦਾ ਸਾਰ (ਸਤ) ਕਿੱਕਰ ਆਦਿ ਦੀ ਅੰਦਰ ਦੀ ਨਰਮ ਛਿੱਲ ਹੀ ਪੌਣੀ ਯੋਗ ਕਹੀ ਹੈ।

(੯) ਤਾਲੀਸ, ਤੇਜ ਪਤਰ, ਪਾਨ, ਤੁਲਸੀ, ਸਰਨਾ ਤਥਾ

ਭੰਗ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪੱਤਰ ਹੀ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਏ। ਤਥਾ ਤ੍ਰਿਫਲਾ ਸੁਪਾਰੀ ਆਦਿ ਦੇ ਫਲ ਹੀ ਪ੍ਰਯੋਗ ਵਿਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

(੧੦) ਪਲਾਹ (ਪਲਾਸ) ਗੁਲਾਬ, ਸੇਵਤੀ ਆਦਿ ਬ੍ਰਿਛਾਂ ਦੇ ਫੱਲ ਹੀ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

(੧੧) ਕੌਂਚ, ਰੇਠਾ, ਕਮਲ ਡੋਡੇ, ਜਾਇਫਲ, ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਅਰ ਮਘ ਇਤਆਦਿ ਦੇ ਬੀਜ, ਅੱਕ, ਥੋਹਰ ਤੇ ਗੁਲਰ ਆਦਿ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਦੂਧ ਹੀ ਕੰਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅਭਾਵਕ ਦ੍ਰਵ (ਇਕ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜੀ ਦਵਾ ਵਰਤਨਾ)

ਜੇ ਕਦੇ ਕੋਈ ਔਖਧੀ ਨਾ ਮਿਲੇ ਜਾਂ ਓਸਦੇ ਥਾਂ ਓਹੋ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਵਾਲੀ ਦੂਸਰੀ ਪਾ ਲਵੇ ਜਿਸ ਤਰਾਂ: -

(੧੨) ਅਤੀਸ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਮੋਥਾ, ਅਮਲਬੇਦ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਚੋਕ ਯਾਂ ਚਣਾਖਾਰ। ਕਸਤੂਰੀ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਜਾਵਤਰੀ ਯਾ ਕੰਕੋਲੀ, ਰਿੱਧੀ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਨਾਗ ਬਲਾ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

(੧੩) ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਜਾਵਤਰੀ ਦੇ ਥਾਂ ਲੌਂਗ, ਤਗਰ ਦੇ ਪਲਟੇ ਪ੍ਰੁੱਠ, ਮੌਲਸ੍ਰੀ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕਮਲਕੰਦ, ਚਿਤ੍ਰਾ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਦੰਤੀਮੂਲ ਸ਼ਹਿਦ ਦੇ ਅਭਾਵ ਵਿਚ ਪੁਰਾਣਾ ਗੁੜ, ਸ੍ਵਰਣ ਭਸਮ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਲੋਹਸਾਰ, ਕੇਸਰ ਦੇ ਅਭਾਵ ਵਿਚ ਕੁਸੁੰਭਾ; ਮੋਤੀ ਭਸਮ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਸਿੱਪੀ ਦਾ ਚੂਨਾ, ਪ੍ਰਯੋਗ ਵਿਚ ਪਾਕੇ ਕਾਰਣ ਸਿੱਧ ਕਰੇ। ਅਰ ਇਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੋਰ ਔਖਧੀਆਂ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬੁਧੀ ਤਥਾ ਸ਼ਾਸ਼ਤਰ

ਮੱਰਯਾਦਾ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਨ ਮਿਲੇ ਉਸਦੇ ਥਾਂ ਮਿਲਨੇ ਵਾਲੀ ਓਸੇ ਗੁਣ ਜਿਹੀ ਪਾ ਲਵੋ।

ਇਕ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜੀ ਦਵਾ ਵਰਤਨ ਸਮੇਂ ਇਹ ਧਿਆਨ ਅਵੱਸ਼ ਰਹੇ ਕਿ ਜਿਸਦਾ ਰੰਗ ਢੰਗ ਗੁਣ ਇਕ ਬਰਾਬਰ ਹੋਵੇ, ਉਸੇ ਦੀ ਵਰਤਨ ਕੀਤੀ ਜਾਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤੋਂ ਭਿੰਨ ਗੁਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਭੁਲਕੇ ਵੀ ਨਾ ਵਰਤੋ ।

ਪਰੰਤੂ ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਰਹੇ ਕਿ ਦਵਾਈ ਪੁਰਾਣੀ ਹੋ ਕੇ ਗੁਣ ਹੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਵੈਦ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

ਕਾਸਟੀ ਵਸਤਾਂ—ਦਵਾਈਆਂ ੧੨ ਮਹੀਨੇ, ਇਕ ਸਾਲ ਤਕ ਚੰਗੀਆਂ ਗੁਣਵੰਤ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ । ਚੰਦਨ ਅਰ ਗੂੰਦ ਸਭ ਤਰਾਂ ਦੇ ੧੦ ਸਾਲ ਤਕ ਗੁਣਵੰਤ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਪੱਤੇ ਅਰ ਘਾਸ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਅਰ ਘਿਉ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ੧ ਸਾਲ ਤਕ ਗੁਣ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜੜ ਵਿਚ ਗੁਣ ੩ ਸਾਲ ਤਕ ਹੋਇਆ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਫਲ ਸਭ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿੱਚ ਤਾਕਤ ਅਸਰ ਦੋ ਸਾਲ ਤਕ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਫੁੱਲ ਯਾ ਪੀਸੇ ਹੋਏ ਚੂਰਣ ਦੋ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਗੁਣਵੰਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ । ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਘਿਉ ਤੇਲ ਆਦਿ ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਤਕ । ਗੋਲੀਆਂ ਚਟਣੀਆਂ ਅਰਪਾਕ ਆਦਿ ਇਕ ਸਾਲ ਤਕ ਗੁਣਵੰਤ ਰਹਿ ਸ਼ਕਦੇ ਹਨ । ਪਿਛੋਂ ਗੁਣ ਹੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਪਰ ਮ੍ਰਿਤ ਧਾਤੂਆਂ, ਭਸਮਾਂ (ਕੁਸ਼ਤੇ) ਰਸ ਅਤੇ ਆਸਵ ਇਹ ਜਿਤਨੇ ਪੁਰਾਣੇ ਹੋਣ ਗੁਣਵੰਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਔਖਧੀ ਖਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਵੈਦ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਔਖਧੀ ਪ੍ਰਾਤਾਕਾਲ ਹੀ ਖਵਾਵੇ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਰਸ, ਕਲਕ, ਕ੍ਵਾਥ; ਇਹ ਪ੍ਰਾਤਾ-ਕਾਲ ਹੀ ਦੇਣੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਫਿਰ ਭੀ ਔਸ਼ਧੀ ਦੇਣ ਦੇ— ਪੰਜ ਕਾਲ ਹਨ। ੧ ਸੂਰਜ ਉਦੇ ਹੋਵੇ, ੨. ਦਿਨ ਦਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਵਕਤ, ੩. ਸੰਧਿਆ ਦੇ ਭੋਜਨ ਸਮੇਂ, ੪. ਬਾਰੰਬਾਰ, ੫ ਰਾਤ ਸੌਣ ਸਮੇਂ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਪੰਜ ਵਾਰ ਦਵਾਈ ਦਿਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਵੀ—

੧. ਪਿੱਤ ਯਾ ਵਾਤ ਦੇ ਕੋਪ ਹੋਣੇ ਪਰ, ੨. ਪਿੱਤ ਪਰ ਦਸਤ ਦੇਣੇ ਨੂੰ, ੩. ਕਫ ਪਰ ਕੈ ਕਰੌਣੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਤਾ ਨਿਰੇਹਾਰ ਦਵਾਈ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਏ।

ਜੇਕਰ ਗੁਦਾ ਦੀ ਅਪਾਨ ਵਾਯੂ ਕ੍ਰੋਧਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਕੁਛ ਹੀ ਪਹਿਲੇ ਔਖਧੀ ਖੁਲਾਵੇ। ਜੇ ਅਰੁਚੀ ਰੋਗ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਰੁਚੀ ਕਾਰਕ ਅੰਨਾਦਿ ੧. ਭਖਜ (ਪੱਕੇ ਹੋਏ ਲੱਡੂ ਆਦਿਕ), ੨. ਭੋਜ (ਭੁੱਜੇ ਹੋਏ ਦਾਣੇ ਆਦਿਕ), ੩. ਲੇਹਜ (ਲੇਸਦਾਰ ਖੀਰ ਆਦਿਕ), ੪. ਚੋਸ਼ਜ (ਚੂਸਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ) ਆਦਿ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਸਮੇਂ ਹੀ ਦਵਾਈ ਦੇਵੇ।

ਤੀਸਰਾ ਭੇਦ— ਸੁੱਕੀ ਔਖਧੀ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਔਖਧੀ ਨਾਲੋਂ ਅੱਠ ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਪਾਤ੍ਰ ਵਿਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਭਿਉਂ ਦਿਉ, ਦਿਨੇ ਅੱਗ ਤੇ ਚਾੜ੍ਹ ਕੇ ਪਕਾਓ, ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਚੌਥਾ ਹਿੱਸਾ ਸੜ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਏ ਤਾਂ ਬਸਤ੍ਰ ਦਵਾਰਾ ਛਾਣ ਕੇ ਲਵੋ। ਇਹ ਸ੍ਵਰਸ ਦਾ ਤੀਸਰਾ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ—ਪ੍ਰਿਥਮ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਸਵਰਸ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ੨ ਤੋਲੇ ਦੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਦੂਸਰੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੁਰਸ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ੪ ਤੋਲੇ ਦੀ ਤਥਾ ਤੀਸਰੇ ਸੁਰਸ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਵੀ ੪ ਤੋਲੇ ਦੀ ਦੇਣੀ ਸਰੇਸ਼ਟ ਕਹੀ ਹੈ।

ਉਪਰੋਂ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ—

ਸੁਰਸ ਕ੍ਵਾਥ ਆਦਿ ਵਿਚ ਉਪਰੋਂ ਸ਼ਹਿਦ, ਖੰਡ, ਗੁੜ; ਮਘ, ਜੌਂਖਾਰ, ਜ਼ੀਰਾ, ਨਿਮਕ, ਘਿਉ, ਤੇਲ, ਅਰਹਿੰਗ ਆਦਿ ਚੂਰਣ ਜੇਹੜੇ ਉਪਰ ਧੂੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ੬ ਮਾਸੇ ਮਿਲਾਉਣੀ ਕਹੀ ਹੈ।

੨ ਕਲਕ ਵਿਧੀ—ਤਾਜ਼ੀ—ਗਿੱਲੀ ਔਖਧੀ ਲੈ ਕੇ ਚਟਣੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਰੀਕ ਪੀਸੋ, ਸੁੱਕੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਚਟਣੀ ਵਾਂਗ ਪੀਸੋ। ਫਿਰ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਪੁਣਕੇ ਪੀਵੇ। ਏਸ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ੨ ਤੋਲੇ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ :—

ਸ਼ਹਿਦ, ਘਿਉ, ਤੇਲ ਮਿਲਾਉਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਤ੍ਰਾ ਨਾਲੋਂ ਦੂਣਾ ਮਿਲਾਓ, ਖੰਡ ਗੁੜ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਹੈ, ਦੁੱਧ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤ੍ਰਾ ਚੌਗੁਣੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਏ।

੩ ਕ੍ਵਾਥ ਵਿਧੀ—ਕ੍ਵਾਥ—ਕਾੜ੍ਹੇ ਦੀ ਵਿਧੀ ੧ ਪਲ ਔਖਧੀ ਨੂੰ ਕੁਛ ਕੁਛ ਕੁੱਟਕੇ ਅਰਥਾਤ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ ੬ ਗੁਣੇ ਜਲ ਵਿਚ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਮਾਤ੍ਰਾ 'ਚ ਭਿਉਂ ਦਿਓ, ਅਥਵਾ ਨਾ ਹੀ ਭੇਵੋਂ ਪਰੰਤੂ ਅੱਗ ਪਰ ਚਾੜ੍ਹਕੇ ਪਕਾਓ ਪਰ ਯਾਦ ਰਖੋ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਨਾ ਢੱਕੋ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕ੍ਵਾਥ ਕੁਛ ਗੁਣ ਹੀਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੱਕ ਕੇ ਜਦ ਅੱਠਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਪਾਣੀ ਬਾਕੀ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਤਾਰਕੇ ਮਿਟੀ, ਚੀਨੀ, ਪੱਥਰ ਚਾਂਦੀ

ਆਦਿ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪੁਣਕੇ ਪਾ ਲਵੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਕ੍ਵਾਥ, ਕਾੜ੍ਹਾ ਆਖਦੇ ਹਨ; ਮਾਤਰਾ ਇਸ ਦੀ ੪ ਤੋਲੇ ਹੈ ਤੇ ਇਹੋ ਮਾਤ੍ਰਾ ਸਰੇਸ਼ਟ ਹੈ ਤਿੰਨ ਤੋਲੇ ਦੀ ਮੱਧਮ ਅਰ ੨ ਤੋਲੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਕਨਿਸ਼ਟ ਕਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿਚ :—

ਮਿਸਰੀ ਖੰਡ ਪੌਣੀ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਬਾਤ ਰੋਗ ਵਿਖੇ ਕਵਾਥ ਦੇ ਤੋਲ ਨਾਲੋਂ ਚੌਥਾ ਹਿੱਸਾ, ਪਿੱਤ ਰੋਗ ਵਿਖੇ ਅੱਠਵਾਂ ਹਿੱਸਾ, ਕਫਰੋਗ ਵਿਖੇ ਸੋਲਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾਉਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸੇ ਰੀਤੀ ਉਲਟੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਾਓ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੋਟ

ਇਸ ਗ੍ਰੰਥ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਵਲੋਂ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਆਮ ਸੱਜਨਾਂ ਲਈ ਹਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਮਜਮੂਨ ਆ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਵਿਦਿਆ ਇਤਨੀ ਅਥਾਹ ਤੇ ਅਪਾਰ ਹੈ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਸੰਖੇਪ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਇਹ ਵਧਦੀ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਗ੍ਰੰਥ ਦਾ ਦੂਜਾ ਭਾਗ ਵੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਤੇ ਭਸਮਾਂ ਬਨਾਣ ਦੀ ਜਾਚ, ਦਵਾਈਆਂ ਸੋਧਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਭੱਠੀਆਂ, ਯੰਤਰਾਂ ਦੇ ਫੋਟੋ, ਭਸਮਾਂ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਢੰਗ, ਕੱਚੇ ਪੱਕੇ ਕੁਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਆਦਿਕ ਸਭ ਕੁਝ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਗਰੰਥ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਪਾਸੋਂ ਵੀ ਵਧ ਜਾਵੇਗਾ। ਲੋੜ-ਵੰਦ ਸੱਜਣ ਹੁਣੇ ਹੀ ਆਰਡਰ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕਰਾ ਲੈਣ ਤਾਂਕਿ ਪੁਸਤਕ ਛਪਦਿਆਂ ਹੀ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਭੇਜੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਪਤਾ—ਮੈਨੇਜਰ, ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ, ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਕਿਹੜੀ ੨ ਦਵਾ ਕਿਸ ੨ ਕੰਮ ਆਉਂਦੀ ਹੈ

ਹਿਕਮਤ ਦਾ ਨਿਚੋੜ

(ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵੈਦਾਂ ਹਕੀਮਾਂ ਲਈ)

ਮਾਸ ਗਾਲਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ—

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਿਲਦ ਦਾ ਰੱਦੀ ਮਾਸ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰਥਾਤ ਫੋੜੇ ਫਿਨਸੀਆਂ ਆਦਿਕ ਲਈ ਲਾਭ ਦਾਇਕ ਹਨ :—

ਜ਼ੰਗਾਰ, ਸੰਧੂਰ, ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ, ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ, ਸਿਪ ਦਾ ਚੂਨਾ, ਤਾਂਬਾ ਭਸਮ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਨਰਮ ਬਰੋਜ਼ੇ ਵਿਚ ਮਿਲਾਕੇ ਯਾ ਵੈਜ਼ਲੀਨ ਵਿਚ ਰਲਾਕੇ ਮਲਹਮ ਬਣਾ ਕੇ ਵਰਤੋ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਬਹੁਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਰਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਹਿਸੇ ਤੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਛਾਲਾ ਪਾ ਕੇ ਹਟਾਣ ਵਾਲੀਆਂ :—

ਲੱਸਨ, ਜੰਗਲੀ ਪਿਆਜ਼, ਰਾਈ, ਤੇਲਨੀ ਮੱਖੀ, ਗੰਦਾ ਬਰੋਜ਼ਾ, ਪਨਵਾੜ।

ਬਲਗ਼ਮ ਕੱਢਨ ਵਾਲੀਆਂ—ਅਦਰਕ, ਸੁੰਢ, ਪੂਦਨਾ, ਤੁਖਮ ਸੁਦਾਬ, ਕਾਲਾ ਲੂਣ, ਸੌਂਫ, ਜਵਾਇਨ, ਜ਼ੀਰਾ, ਕਲੌਂਜੀ, ਕਲੋਜਨ, ਰੂਮੀ ਮਸਤਗੀ, ਬੱਚ, ਕਾਲੀ ਮਰਚ, ਸਾਂਬਰ ਨਿਮਕ, ਸਮੁੰਦਰ ਲੂਣ, ਸਰਹੋਂ, ਰਾਈ, ਚਿਤਰਕ ਅਰਥਾਤ ਚੀਤਾ, ਸੁਹਾਗਾ, ਨੁਸ਼ਾਦਰ, ਦਾਰਚੀਨੀ,

ਸੰਭਾਲੂ; ਕੁੰਦਰ, ਗਾਰੀਕਿਊਨ, ਮਗਜ਼ ਤੁਖਮ ਬਕਾਇਨ, ਅਰਥਾਤ ਧਰੇਕ, ਊਦ ਅਰਥਾਤ ਅਗਰ ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਹਿਸੇ ਵਿਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਨ ਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿਸੇ ਅਰਥਾਤ ਮੂੰਹ ਵਿਚੋਂ ਲਹੂ ਆਉਣ ਅਤੇ ਖੂਨੀ ਦਸਤਾਂ ਦੇ ਰੋਕਨ ਲਈ :—

ਦਮਉਲਖਵੈਨ, ਮਸਤਗੀ, ਧਨੀਆ ਸੁਕਾ, ਜ਼ਰਿਸ਼ਕ, ਰਸੌਂਤ; ਜ਼ੀਰਾ, ਕਾਫੂਰ, ਪੂਦਨਾ, ਗੇਰੂ, ਜੁਫਤ ਬਲੂਤ, ਸੁਰਮਾ, ਬਾਰਤੰਗ, ਬਾਦ ਆਵੁਰਦ, ਕਾਹਰੁਬਾ, ਨਿਸ਼ਾਸ਼ਤਾ, ਜਵੈਨ ਖੁਰਾਸਾਨੀ, ਕੁਕੜੀ ਦਾ ਆਂਡਾ, ਬਿਲਗਿਰੀ, ਗੁਲ-ਨਾਰ, ਕੁੰਦਰ, ਰੇਵੰਦ ਚੀਨੀ, ਛੋਟੀ ਮਾਂਈ, ਮਾਜੂ, ਜੰਗਲੀ ਤੁਲਸੀ, ਮੂੰਗੇ ਦੀ ਜੜ, ਪੇਠੇ ਦੇ ਬੀ, ਮੋਤੀ ਦਾ ਕੁਸ਼ਤਾ, ਕਥਾ, ਕਾਇਫਲ, ਸਰੂ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਸਿਰਕਾ, ਸਿਰਕੇ ਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬ, ਸਮਾਕ, ਫਟਕੜੀ, ਕੈਲਸੀਅਮ ।

ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ—

ਖੱਟੇ ਅਨਾਰ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਦਾ ਛਿਲੜ, ਮੇਲ ਫਰਨ, ਤਾਰਪੀਨ, ਖੁਰਫ਼ਾ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕਦੂ ਦਾਣੇ, ਅਰਥਾਤ ਕਿਰਮ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਕੇਚੂਏ ਕੱਢਣ ਲਈ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤੋ । ਅਫੰਸਤੀਨ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਅੰਗ-ਰੇਜ਼ੀ ਜੌਹਰ ਸੈਂਟੋਨੀਨ, ਰੋਗਨ ਤਾਰਪੀਨ, ਵਾਵੜਿੰਗ, ਕਲੌਂਜੀ, ਪੂਦਨਾ, ਜ਼ੂਫਾ ਸੁਕਾ, ਆੜੂ ਦੇ ਦਰਖਤ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਮਰਵਾ, ਤਿਰਮਸ, ਅਫਤੇਮੂੰ, ਅੰਬਰ; ਅਸ਼ਕ, ਹਾਲੋਂ, ਕਮੀਲਾ, ਬੂਰਾਂ ਇਰਮਨੀ, ਹਿੰਗ, ਅਸਪੰਦ ਅਰਥਾਤ ਹਰਮਲ, ਜ਼ਰਾ-ਉਂਦ, ਸੁੰਢ, ਸਕਮੂੰਨੀਆਂ ।

ਜਿਸਮ ਦੀ ਵਾਧੂ ਗਰਮੀ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਠੰਢ ਪੁਚਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ–

ਮੁਸ਼ਕਕਾਫੂਰ, ਗੁੜਹਲ ਦੇ ਫੁਲ, ਕਾਹੂ, ਸੰਦਲ, ਨੀਲੋਫਰ, ਅਫੀਮ, ਆਲੂ ਬੁਖਾਰਾ, ਇਮਲੀ, ਖੁਰਫਾ, ਕੱਦੂ, ਪਾਲਕ, ਪੇਠਾ, ਖੀਰਾ, ਕਕੜੀ, ਰਸੌਂਤ, ਖੋਤੀ ਦਾ ਦੁਧ ।

ਮਨੀ ਵਧਾਣ ਅਤੇ ਬੰਧੇਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ–

ਗਊ ਦਾ ਦੁਧ, ਗੌਕਾ ਘਿਉ, ਖੀਰ, ਫੰਦਕ, ਸ਼ਕਾ-ਕਲ, ਬੂਜ਼ੀਦਾਨ, ਹਾਲੋਂ, ਕੌਂਚ ਦੇ ਬੀ, ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ, ਮੂਸਲੀ ਕਾਲੀ, ਦਰਖਤ ਸੁੰਬਲ ਦੋ ਸਾਲ ਵਾਲੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਅਕਰ ਕਰਾ, ਮਸਤਗੀ, ਗੰਦਨੇ ਦੇ ਬੀ, ਖੂਬ ਕਲਾਂ, ਮਘਾਂ, ਛੜੇਲਾ, ਬੇਦ ਮੁਸ਼ਕ, ਅਸਾਰੂੰਨ, ਨਰ ਕਚੂਰ, ਆੜੂ, ਇੰਦ-ਰਜੌਂ, ਖਬਸੁਲ ਹਦੀਦ ਮੁਦੱਬਰ, ਛੋਲੇ, ਅੰਜੀਰ, ਬੋੜ੍ਹ ਦਾ ਦੁੱਧ, ਤੁਖਮ ਕਤਾਨ, ਸੋਰੰਜਾਂ ਮਿਠੀਆਂ, ਕੇਸਰ, ਅੰਗੂਰ, ਮੁਨੱਕਾ, ਜਾਵੱਤਰੀ, ਕਤੀਰਾ ਗੂੰਦ, ਤੁਖਮ ਕਰਤਮ, ਮੈਦਾ ਲੱਕੜੀ; ਸਤਾਵਰ, ਕੰਘੀ ਬੂਟੀ, ਤਰੰਜਬੀਨ, ਗਾਜਰ ਦੇ ਬੀ ਕਾਲੇ ਤਿਲ, ਸ਼ਲਗਮ, ਦਾਰਚੀਨੀ, ਬੂਰਾ ਇਰਮਨੀ, ਰੇਠਾ, ਤੁਖਮ ਮੇਥੀ ਵਡੇਵਾਂ, ਕੱਠਲ, ਮਗਜ਼, ਨਿਉਜਾ–ਕਮਰਕੱਸ ਬੀਜ ਬੰਦ, ਰਤੀਆਂ, ਬਹੁਫਲੀ, ਦੁਧ ਬੋੜ੍ਹ ਦਾ, ਇਮਲੀ ਦੇ ਬੀ, ਵਡੇਵਿਆਂ ਦੀ ਗਿਰੀ, ਊਂਟ ਕਟਾਰੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਬਦਾਰੀ ਕੰਦ, ਸਿੰਘਾੜੇ ਦਾ ਆਟਾ, ਅਖਰੋਟ ਦੀ ਗਿਰੀ, ਪਿਸਤਾ, ਕਲੇਜਨ, ਤਜ, ਗੋਖਰੂ ਅਰਥਾਤ ਭੱਖੜਾ, ਬਾਹਮਨ ਲਾਲ ਤੇ ਚਿੱਟਾ, ਸਾਲਬ ਮਿਸ਼ਰੀ, ਤੋਦਰੀ ਪੀਲੀ, ਤੋਦਰੀ ਚਿਟੀ, ਗਰੀ ਖੋਪਾ, ਗੰਢੇ ਦੇ ਬੀ, ਮੂਲੀ ਦੇ ਬੀ, ਰੇਸ਼ਮ, ਪਨੀਰ

ਮਾਇਆ ਸ਼ੁਤਰ ਐਰਾਬੀ, ਬਾਕਲਾ, ਸੁੰਢ, ਛੁਹਾਰਾ, ਤਿਤਰ, ਬਟੇਰਾ, ਕੁਕੜ ਤੇ ਬਕਰੀ ਦਾ ਮਾਸ, ਕੁਕੜੀ ਦਾ ਆਂਡੀ ਅੰਬਰ, ਕਸਤੂਰੀ ਆਦਿਕ, ਅੰਬ, ਤਾਲਮਖਾਨਾ ।

ਬੱਚਾ ਤੇ ਆਉਲ ਕੱਢਣ ਵਾਲੀਆਂ—

ਅਬਹਨ. ਜਰਾਉਂਦ, ਅਲਸੀ, ਤਜ, ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ, ਬੋਜ਼ੀਦਾਨ, ਪਰਜਿਆਵਸ਼ਾ, ਕੁਟਕੀ, ਜ਼ੀਰਾ ਚਿਟਾ, ਮੈਂਹਦਾ ਦੇ ਪੱਤਰ ਤੇ ਬੀ, ਬਾਂਸ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਅਮਲਤਾਸ ਦੀ ਫਲੀ ਦਾ ਗੁੱਦਾ, ਮੁਰਮਕੀ, ਖੇਰੀ, ਅਰਿੰਡ, ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦਾ ਦੁਧ, ਚੋਖ ।

ਤੀਵੀਆਂ ਦਾ ਹੈਜ਼ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਲਈ—

ਮੁਰਮਕੀ, ਐਲੂਆ, ਹਿੰਗ, ਤੁਖਮ ਕਰਫਸ, ਸੁਹਾਗਾ, ਖੂਨ, ਸਿਆਵਸ਼ਾ, ਤਜ, ਵਾਵੜਿੰਗ, ਕਲੌਂਜੀ. ਸੌਂਫ, ਕਿਸਤ ਮਿਠੀ, ਅਸਗੰਦ, ਜੰਗਲੀ ਤੁਲਸੀ, ਪਖਾਨ ਭੇਦ, ਊਦ, ਮੁੰਡੀ; ਜੂਫਾ ਸੁਕਾ, ਬਾਬੂਨਾ, ਸੁਦਾਬ, ਪਿਆਜ਼, ਅਮਲਤਾਸ ਦੇ ਛਿਲਕੇ, ਨਾਗਰਮੋਥਾ, ਅਜਮੋਦ, ਛੜੇਲਾ, ਅਬਹਲ, ਜਵੈਨ, ਤਰਮਸ, ਊਦਸਲੀਬ, ਫਰਫਿਊਨ, ਅਕਰਕਰਾ ਤੇ ਸੌਂਫ ਅਤੇ ਕਪਾਹ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ।

ਦੁਧ ਵਧਾਣ ਵਾਲੀਆਂ—ਸਤਾਵਰ, ਮੂਸਲੀ ਕਾਲੀ, ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ, ਤੋਦਰੀ ਪੀਲੀ, ਲਾਲ ਤੇ ਚਿਟੀ ਤਿੰਨੇ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ, ਤਿਲ ਚਿਟੇ, ਕਿਕਰ ਦਾ ਗੂੰਦ, ਬਾਬੂਨਾ; ਜ਼ੀਰਾ ਚਿਟਾ, ਸੌਂਫ, ਅਕਰ ਕਰਾ, ਗਲੋ ਦੀ ਜੜ ।

ਖੰਘ ਹਟਾਣ ਵਾਲੀਆਂ—ਅਸਲਉਲ ਸੂਸ (ਮੁਲੱਠੀ), ਰੁਬਸੂਸ ਮਲੱਠੀ ਦਾ ਸਤ, ਕਾਜ਼ਬਾਨ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਮਵੇਜ਼ ਮੁਨੱਕਾ, ਮਿਸ਼ਰੀ, ਸ਼ੱਕਰ ਤੇਗਾਲ, ਬਨਖਸ਼ਾ, ਹੁਬ

ਬਲਸਾਨ, ਈਸਬਗੋਲ, ਤੁਖਮ ਖਸਖਾਸ ਚਿਟੀ, ਤੁਖਮ ਖੁਰਫਾ, ਮੇਥੀ, ਖਤਮੀ ਦੇ ਬੀ, ਖਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਬੀ, ਉਸਤ ਖਦੂਸ, ਖਿਰਨੀ, ਲਾਵਨ, ਨੀਲੋਫਰ, ਮੂਲੀ, ਅਨਾਰ ਮਿਠੇ, ਗੂਲਰ, ਗਾਜਰ, ਬਿਲਛੜ; ਖਾਕਸੀ, ਲਸੂੜੀਆਂ, ਸੁਦਾਬ, ਦਾਰਚੀਨੀ, ਉਨਾਬ, ਕਾਇਫਲ; ਗੰਨਾ, ਬਿਛ, ਖੁਰਫਾ, ਧਨੀਆ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਕਾਹੂ, ਕਲੌਂਜੀ, ਰਿਉਂਦ, ਪਿਆਰੰਗਾ, ਬਾਦਆਵਰ, ਸੌਂਫ, ਬਦਾਮ, ਬਿਸਫਾਇਜ਼, ਤਿਲ, ਚੁਲਾਈ, ਜਵੈਨ ਖੁਰਾਸਾਨੀ, ਨਸੌਂਤ, ਹਾਲੋਂ, ਤੋਦਰੀ, ਜਲੇਬੀ, ਜ਼ੂਫਾ, ਕਾਕੜ ਸਿੰਗੀ, ਸ਼ੀਰ ਖਿਸ਼ਤ, ਬਕਰੀ ਅਤੇ ਭੇਡ ਦਾ ਦੁਧ, ਕਿਕਰ ਦਾ ਗੂੰਦ, ਤੁਖਮ ਸਨੋਬਰ, ਬਤਾਸ਼ਾ (ਪਤਾਸ਼ਾ), ਗੂੰਦ ਕੁੰਦਰ, ਕੁਟਕੀ, ਅਲਸੀ, ਕਤੀਰਾ, ਕਦੂ, ਗੁਗਲ, ਕੇਲਾ, ਬੀਹਦਾਣਾ, ਗਲੋ, ਸਤ ਗਲੋ, ਪਾਨ।

ਕੈ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ—ਪੂਦਨਾ, ਸਮੁੰਦਰ ਝਗ, ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ, ਜਾਇਫਲ, ਚੋਕਾ, ਤਵਾਸ਼ੀਰ, ਲਾਚੀਆਂ ਦੋਵੇਂ, ਧਨੀਏ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਜ਼ੈਹਰ ਮੋਹਰਾ, ਸ਼ਾਹਤਰਾ, ਹਨਾ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਨਿੰਮ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਗੇਰੂ, ਜਰਸ਼ਕ, ਖੱਟਾ ਸੇਓ, ਕਲੌਂਜੀ, ਜਵੈਨ, ਸਤ ਪੂਦਨਾ, ਅੰਗੂਰ, ਲੌਂਗ, ਸੱਜੀ, ਬਿਲਗਿਰੀ।

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪਤਲਿਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ—

ਸਨਾ ਦੇ ਪੱਤਰ ਚਾਹ ਵਾਂਗ ਪੀਣ ਨਾਲ। ਰਾਲ, ਲਾਖ; ਕਾਂਜੀ, ਸਿਰਕਾ।

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮੋਟਾ ਕਰਨ ਲਈ—ਖੀਰ, ਚਾਵਲ ਮਾਂਹ ਦੀ ਖੀਰ, ਭਿਜੇ ਹੋਏ ਛੋਲੇ, ਬਦਾਮ, ਖਸਖਾਸ, ਆਦਿਕ।

ਚੰਗੀਆਂ, ਜੜ੍ਹੀ ਬੂਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਬਨਾਣ ਵੇਲੇ ਉਸ ਵਿਚ ਪੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਚੰਗੀਆਂ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਅਸਲੀ ਪਾਈਆਂ ਜਾਣ, ਤਦ ਹੀ ਦਵਾ ਪੂਰਾ ਅਸਰ ਕਰੇਗੀ ਤੇ ਦੇਰ ਤਕ ਉਸ ਦੀ ਤਾਸੀਰ ਕਾਇਮ ਰਹੇਗੀ, ਅਸੀਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ।

(੧) ਹਰੜਾਂ (ਪੀਲੀਆਂ ਹਰੜਾਂ) ਉਹ ਚੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗੁੱਦਾ ਵਧ ਤੇ ਗਿਟਕ ਛੋਟੀ ਹੋਵੇ।

(੨) ਭੁਲਾਵਾ–ਜੋ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾਇਆਂ ਡੁੱਬ ਜਾਏ ਉਹ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੩) ਸੌਂਚਰ ਨਿਮਕ ਕੱਚ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੪) ਸੋਨਾ ਮੱਖੀ-ਸੋਨੇ ਵਰਗੀ ਚਮਕ ਵਾਲੀ ਠੀਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(੫) ਕਾਫ਼ੂਰ–ਕਸੈਲਾ ਤੇ ਚਿਕਨਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੬) ਲਾਚੀਆਂ ਛੋਟੇ ਦਾਣੇ ਵਾਲੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

(੭) ਚਿਟਾ ਚੰਦਨ—ਭਾਰੀ ਤੇ ਤੇਜ਼ ਖੁਸ਼ਬੂ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਏ।

(੮) ਸਿਲਾਜੀਤ –ਕੈਂਹ ਦੇ ਭਰੇ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪਾਇਆਂ ਸੂਤਰ ਦੇ ਧਾਗੇ ਵਾਂਗ ਲੀਕ ਛੱਡੇ ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਹੈ।

(੯) ਲਾਲ ਚੰਦਨ—ਜਿਤਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾਲ ਹੋਵੇ ਚੰਗਾ ਹੈ।

(੧੦) ਖਰਬੂਜ਼ਾ—ਵਜ਼ਨਦਾਰ, ਚਿਕਨਾ, ਗੋਲ ਤੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਫੈਦ ਲਵੋ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

(੧੧) ਸ਼ਹਿਦ—ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਗੌਕੇ ਘਿਉ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੋ ਆਵੇ ਤਾਂ ਠੀਕ ਹੈ।

(੧੨) ਦਾਰ ਹਲਦੀ—ਜਿਨ੍ਹਾ ਗਾਹੜਾ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਹੋਵੇ ਚੰਗੀ ਹੈ।

(੧੩) ਦੇਵਦਾਰ—ਹਲਕਾ, ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਤੇ ਸੁਕਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

(੧੪) ਅਗਰ—ਭਾਰੀ ਤੇ ਚਿਕਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਹੈ।

(੧੫) ਜਮਾਲ ਗੋਟਾ—ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੧੬) ਮਵੇਜ਼ ਮੁਨੱਕਾ—ਗਊ ਦੇ ਥਨ ਵਰਗਾ ਤੇ ਕਰੌਂਦੇ ਦੇ ਫੁਲ ਵਾਂਗ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਚੰਗਾ ਹੈ।

(੧੭) ਆਮ ਜੜ੍ਹੀ ਬੂਟੀਆਂ—ਕੀੜੇ ਖਾਧੀਆਂ, ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਨਾ ਹੋਣ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸੁਕੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

(੧੮) ਕੇਸਰ—ਚੰਗਾ ਤੇ ਖਾਲਸ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਇਕ ਤੁਰੀ ਜ਼ਬਾਨ ਤੇ ਰਖਣ ਨਾਲ ਤਲਖੀ ਜਹੀ ਜਾਪੇ, ਜੀਭ ਉਪਰ ਘੁਲ ਜਾਵੇ ਤੇ ਜਲਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਹੋਵੇ, ਰੰਗ ਉਮਦਾ ਹੋਵੇ, ਕਾਲਾ ਰੰਗ ਨਾ ਹੋਵੇ।

(੧੯) ਗੁਗਲ (ਅਰਜ਼ਕ) -ਸਾਫ ਹੋਵੇ, ਤਾਜ਼ਾ

ਹੋਵੇ, ਸੋਨੇ ਵਾਂਗ ਹੋਵੇ ਤੇ ਚਮਕਦੀ ਹੋਵੇ, ਜਾਮਨੂੰਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਵਰਗੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਦਾਰ ਹੋਵੇ ਤੇ ਲੇਸ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ।

(੨੦) ਸੁੰਡ—ਰੇਸ਼ੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੁੰਢ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(੨੧) ਮਘਾਂ (ਫਿਲਫਿਲਦਰਾਜ਼)- ਜੋ ਛੋਟੀਆਂ ਹੋਣ ਤੇ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਹੋਣ, ਉਹ ਚੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

(੨੨) ਨਿੰਬੂ—ਜਿਸ ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਛਿਲੜ ਪਤਲਾ ਹੋਵੇ ਅਰਥਾਤ ਕਾਗਜ਼ੀ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦਾ ਰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ।

(੨੩) ਇਮਲੀ (ਤਮਰ ਹਿੰਦੀ)-ਲਾਲ ਰੰਗ, ਗੁਦੇ ਵਾਲੀ ਪੱਕੀ ਹੋਵੇ ਤਦ ਚੰਗੀ ਹੈ।

(੨੪) ਸਿੰਗਰਫ—ਲਾਲ ਰੰਗ, ਕਲਮੀ ਯਾ ਤੁਰੀਦਾਰ ਸ਼ੋਰੇ ਵਰਗਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਚੰਗਾ ਹੈ।

(੨੫) ਕਸਤੂਰੀ—ਦਾਣਾ ਦਾਰ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂਦਾਰ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(੨੬) ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ—ਚਿਟਾ ਰੰਗ, ਤਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਤੋੜਨ ਤੇ ਵੀ ਚਿਟੀ ਹੋਵੇ।

(੨੭) ਮੁਲੱਠੀ-ਰੰਗ ਕਾਲਾ ਤੇ ਗੰਡਦਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਮੋਟੇ ਟੁਕੜੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਏ।

(੨੮) ਪਿਤ ਪਾਪੜਾ—ਲਾਲ ਫੁਲਾਂ ਵਾਲਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਛੋਲਿਆਂ ਵਿਚ ਹੋਵੇ।

(੨੯) ਗਲੋ—ਨਿੰਮ ਵਾਲੀ ਗਲੋ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਬੁਖਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ।

(੩੦) ਸਤਾਵਰ-ਮੋਟੀ, ਤਾਜ਼ਾ ਅਤੇ ਸੁਨੈਹਰੀ ਰੰਗ ਹੋਵੇ।

(੩੧) ਬਨਫਸ਼ਾ—ਨੀਲੇ ਫੁਲਾਂ ਵਾਲੀ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(੩੨) ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ—ਚਮਕਦਾਰ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਹੈ।

(੩੩) ਜਲਾਬਾ–ਵਜ਼ਨੀ ਤੇ ਸਖਤ ਹੋਵੇ, ਛੇਕ ਵਾਲਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

(੩੪) ਮਾਜੂ-ਸਾਵਾ ਰੰਗ, ਵਜ਼ਨੀ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਛੇਕ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

(੩੫) ਨੀਲੋਫਰ–ਚਿਟੇ ਫੁਲ ਵਾਲਾ ਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੩੬) ਮੁੰਡੀ ਬੂਟੀ–ਤਾਜ਼ੀ ਤੇ ਚਿਟੇ ਫੁਲ ਵਾਲੀ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਜੜ੍ਹੀ ਬੂਟੀਆਂ ਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪਰਖ ਕਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਅਕਰ ਕਰਾ; ਕਾਲੀ ਮਰਚਾਂ (ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਪਪੀਹੇ ਦੇ ਬੀ ਰਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ), ਜੌਖਾਰ (ਅੱਜ ਕਲ ਅਸਲ ਦੀ ਥਾਂ ਕਲਮੀ ਸ਼ੋਰੇ ਨਾਲ ਨਕਲੀ ਬਣਦੀ ਹੈ) ਸਤ ਗਲੋ, ਲਾਚੀਆਂ ਦਾ ਤੇਲ, ਸਰਦ ਚੀਨੀ ਦਾ ਤੇਲ, ਆਂਡਿਆਂ ਦਾ ਤੇਲ, ਅੰਬਰ, ਜੁੰਦ ਬੇਦਸਤਰ ਸੁਚੇ ਮੋਤੀ ਆਦਿਕ ਅਨੇਕਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਤਬਰ ਪਸਾਰੀ ਯਾ ਦਵਾਖਾਨੇ ਤੋਂ ਖਰੀਦਨਾ ਚਾਹੀਏ।

ਆਯੁਰਵੇਦਿਕ ਰੋਗ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਢੰਗ

ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਵੱਖੋਂ ਵਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਰ ਤਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰੇਣੀਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

(੧) ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਰਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ।
(੨) ਸਪਰਸ਼ ਪ੍ਰੀਖਿਆ।
(੩) ਆਕ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ।
(੪) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ।
(ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਤਾਸੀਰ ਯਾ ਤਬੀਅਤ ਹੈ)

ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ (ਆਦਤ) ਪ੍ਰੀਖਿਆ

ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੁਆਰਾ ਇਹ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੁਰਖ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ-ਆਦਤ ਯਾ ਤਾਸੀਰ ਵਾਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ, ਯਾ ਪਿੱਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ, ਯਾ ਕਫ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ, ਅਥਵਾ ਰਕਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਨਣ ਦੇ ਸਾਧਨ ਇਹ ਹਨ-ਚੇਹਰਾ ਅਥਵਾ ਡੀਲ ਡੌਲ ਵੇਖਣੀ, ਰੰਗ ਢੰਗ, ਅਚਾਰ ਵਿਉਹਾਰ, ਬਾਤ ਚੀਤ ਕਰਨੀ, ਖਾਣ ਪੀਣ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਪੁਛਣਾ ਆਦਿਕ ਰੋਗ ਨੂੰ ਪਛਾਨਣ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਹਨ।

ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਦੀਂ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਕਿਸ ਦੋਖ ਵਾਲੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਹਰ ਇਕ ਆਦਮੀ ਥੋੜਾ ਬਹੁਤ ਇਹ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ ਤਬੀਅਤ ਗਰਮੀ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਵਾਯੂ ਵਾਲੀ ਹੈ ਆਦਿਕ, ਪਰ ਉਹ ਹਿਕਮਤ ਤੋਂ ਅਨਜਾਣ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦਸ ਸਕਦਾ ਕਿ ਉਸ

ਵਿਚ ਕਿਹੜੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੈ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਵਾਯੂ ਦੀ ਹੈ, ਪਿੱਤ ਦੀ ਹੈ, ਕਫ ਦੀ ਹੈ ਯਾ ਰਕਤ ਦੀ ਹੈ ਅਥਵਾ ਮਿਸ਼੍ਰਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਗੁਣ ਅਰ ਦੋਖਾਂ ਦੀ ਵਾਕਫ਼ੀਅਤ ਹੋਣ ਤੇ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਕੁਝ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਉਠਾ ਸਕਦਾ। ਜੋ ਆਦਮੀ ਇਹਨਾਂ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਪਦਾ-ਰਥਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਔਗੁਣ ਜਾਣਕੇ ਉਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਅਰੋਗਤਾ ਕਾਇਮ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਕਦੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਆਪ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਇਕ ਮਨੁਖ ਵਿਚ ਬਾਤ, ਕਫ ਪਿਤ ਅਤੇ ਲਹੂ ਅਵੱਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਮਨੁਖਾਂ ਵਿਚ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕਿਸੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਾਤ, ਕਿਸੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਪਿਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਬਾਕੀ ਗੌਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਦੋ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਪਰਸ਼ ਪ੍ਰੀਖਿਆ--ਰੋਗੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਹੱਥ ਫੇਰਕੇ ਤੱਤਾ, ਠੰਡਾ, ਗਿਲਾ, ਸੁੱਕਾ, ਨਰਮ, ਖਰਵਾ, ਚਿਕਨਾ, ਮੋਟਾ, ਪਤਲਾ, ਲਿੱਸਾ, ਕਮਜ਼ੋਰ, ਫੋੜੇ, ਫਿਨਸੀਆਂ, ਗਿਲੜ੍ਹ, ਗੁਮੜ, ਲੰਮਾਈ, ਚੌੜਾਈ ਆਦਿਕ ਵੇਖਣ ਨਾਲ ਰੋਗ ਦਾ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੱਥ, ਥਰਮਾ ਮੀਟਰ, ਸਟੈਥਸਕੋਪ, ਨਾੜੀ, ਦਿਲ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਹੱਥ ਨਾਲ ਟੋਹਣਾ ਯਾ ਠੋਕਣਾ ਆਦਿਕ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਆਕ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ--ਇਸ ਵਿਚ ਚੇਹਰੇ ਦਾ ਰੰਗ ਢੰਗ ਲਾਲ, ਪੀਲਾ, ਫਿਕਾ, ਕਾਲਾ ਆਦਿਕ ਯਾ

ਸਰੀਰਕ ਡੀਲ ਡੌਲ ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਮਾਤਰ ਵੇਖਣ ਨਾਲ ਰੋਗ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਦੇ ਸਾਧਨ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ, ਚੇਹਰਾ ਵੇਖਣਾ, ਤੁਚਾ, ਜੀਭ, ਅੱਖਾਂ, ਨਹੂੰ, ਪੇਸ਼ਾਬ, ਪਖਾਨਾ, ਥੁਕ, ਲਹੂ ਆਦਿਕ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ--ਇਸ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਸਾਧਨ ਇਹ ਹਨ—ਬੀਮਾਰ ਪਾਸੋਂ ਰੋਗ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਪਤਾ ਕਰਨੀ, ਗਲ ਬਾਤ ਕਰਨੀ, ਬੁਲਾਣਾ, ਆਵਾਜ਼ ਸੁਨਣਾ, ਆਂਡ ਗੁਆਂਢ ਦੀ ਕਨਸੋ ਲੈਣੀ, ਬੀਮਾਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਹਾਲ ਚਾਲ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਆਦਿਕ।

ਮੂਤਰ ਵਰਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ–ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਪਰਖ

ਨਵੇਂ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਲਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਬਦਬੂਦਾਰ ਪੇਸਾਬ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਿਆਣੇ ਵੈਦ ਨੂੰ ਇਸ ਮਰੀਜ਼ ਤੇ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਪਾਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਚਿਕਨਾਈ ਵਾਲਾ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਾਤ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਸਫਰਾ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੰਧਲੇ ਪਾਣੀ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਬਲਗਮ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਰੋਂ ਦੇ ਤੇਲ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਵਾਤ ਪਿੱਤ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਂਜੀ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਕਫ ਵਾਤ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਂਡੂ ਰੋਗ ਵਿਚ (ਸਫੈਦੀ ਮਾਇਲ ਪੀਲਾ) ਰੋਗ ਕਫ ਪਿਤ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਸੰਨਪਾਤ ਸਮਝੋ। ਜੇਕਰ ਬਕਰੀ ਦੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਜਾਣੋਂ। ਕੇਸਰ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਪੁਰਾਣੇ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਬੁਖਾਰ ਹਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਕੌੜਾ ਤੇਲ ਪਾ ਕੇ ਵੇਖੋ, ਜੇਕਰ

ਬੁਦ ਬੁਦਾ ਉਠੇ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲਵੋ ਕਿ ਉਸਦਾ ਪਿਤ ਸੜ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੁਖ ਪ੍ਰੀਛਾ (ਚੇਹਰੇ ਦੀ ਪੇਹਚਾਨ):–

ਖੁਸ਼ਕ ਅਤੇ ਸਖਤ ਚੇਹਰਾ ਵਾਤ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਗਰਮ, ਲਾਲ ਯਾ ਪੀਲਾ ਸਫਰਾ ਤੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੁੱਨ, ਚਿਕਨਾ ਤੇ ਭਾਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਲਗਮ ਸਮਝੋ। ਜੇਕਰ ਸਭ ਲੱਛਨ ਮਿਲਨ ਤਾਂ ਸੰਨਪਾਤ ਸਮਝੋ। ਕਿਸੇ ਚੇਹਰੇ ਵਿਚ ਦੋ ਦੋ ਲੱਛਨ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦਾ ਫਸਾਦ ਹੈ।

ਨੇਤਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ–ਅੱਖ ਪੀਲੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਫਰਾ ਹੈ। ਚਿੱਟੀ ਅੱਖ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਲਗਮ ਹੈ। ਕਾਲਿਤਨ ਵਾਤ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੰਨਪਾਤ ਵਿਚ ਤਿੰਨਾਂ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਝਲਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਈ ਦਵਾ ਦਾਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਐਨਕ ਲਵਾਣ ਦਾ ਰਵਾਜ ਬਹੁਤ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਆਮ ਆਦਮੀਆਂ ਨੂੰ ਐਨਕਾਂ ਮੁਤਅੱਲਕ ਪੂਰੀ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਅਨਾੜੀ ਡਾਕਟਰ ਪਾਸੋਂ ਐਨਕ ਲਵਾਣ ਨਾਲ ਲਾਭ ਦੀ ਥਾਂ ਸਗੋਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਨਕ ਲਾਣ ਵੇਲੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਹਾਲਤਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਇਹ ਹਨ।

(੧) ਹਾਈ ਪਰਮੇਟਰੋਪੀਆ (ਦੂਰ ਨਜਰੀ) ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਨੇੜੇ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

(੨) ਮਾਈਓਪੀਆ–(ਨਜ਼ਦੀਕ ਨਜ਼ਰੀ) ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਦੂਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

(੩) ਪ੍ਰੇਸ ਬਾਈਓਪੀਆ–ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਬਾਰੀਕ ਪੜ੍ਹਨ ਵੇਲੇ ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਬੜਾ ਦਬਾ ਪੈ ਦਾ ਹੈ।

(੪) ਐਸਟਗੇਮਿਟਿਜ਼ਮ-ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ੨ ਸਿਆਣੇ ਡਾਕਟਰ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਧੋਖਾ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਦੂਰ ਨਜ਼ਰੀ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਨੇੜੇ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਨਹੀਂ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ, ਨਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਲਿਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾਂ ਹੀ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੂਈ ਵਿਚ ਧਾਗਾ ਨਹੀਂ ਪੈ ਸਕਦਾ। ਜਦੋਂ ਕੁਝ ਚਿਰ ਵੀ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਥੱਕ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਅੱਖਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਾਣੀ ਵਗਣ ਲਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਬੀਅਤ ਘਬਰਾਂਦੀ ਹੈ, ਪੜ੍ਹਨ ਵੇਲੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਵਿਚ ਹਰਫ ਰਲ ਜਾਂਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੈ ਆਉਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਨੂੰ ਦਿਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਹਰ ਵੇਲੇ ਲੇਟਨ ਨੂੰ ਦਿਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਹੀ ਲੱਛਨ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ, ਵਖੋ ਵਖ ਆਦਮੀਆਂ ਵਿਚ, ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਘਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਈ ਓਪੀਆ- ਨਜ਼ਦੀਕ ਨਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਅੱਖ ਦੇ ਗੋਲੇ ਦੀ ਗੌਲਾਈ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੁਤਲੀ ਦੀ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਪਿਛੇ ਹਟ ਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਪੁਤਲੀ ਤਕ ਪੁਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਫੋਕਸ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕੁਝ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਦੂਰ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ, ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨੇੜੇ ਰਖ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਲਤ ਉਸ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੜਕੇ ੧੨ ਤੋਂ

੧੯ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਜੇਕਰ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਠੀਕ ਤੌਰ ਤੇ ਐਨਕ ਨਾ ਲਗਾਈ ਜਾਵੇ ਤਦ ਕਈ ਵਾਰੀ ਨਜ਼ਰ ਜਾਂਦੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੈਸ ਬਾਈਓਪੀਆ—ਇਹ ਹਾਲਤ ਤਕਰੀਬਨ ੪੦ ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬਾਰੀਕ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਉਪਰ ਬਹੁਤ ਦਬਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੜਾ ਜ਼ੋਰ ਲਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਛੋਟੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੇਖਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਖਾਹਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਰੌਸ਼ਨੀ ਹੋਰ ਵਧ ਜਾਵੇ। ਲੌਡਾ ਵੇਲਾ ਨੇੜੇ ਆਉਣ ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਮੱਧਮ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਜਦ ਉਮਰ ੪੦ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਤੋਂ ਵਧ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੂਰ ਨਜ਼ਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੈਸ ਬਾਈ ਓਪੀਆ ਦੋਵੇਂ ਇਕ ਸਾਥ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕਈਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਦੂਰ ਨਜ਼ਰੀ ਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਨਜ਼ਰੀ ਇਕੱਠੇ ਨੁਕਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਐਸਟਗੇਮਿਟ ਇਜ਼ਮ—ਐਨਕ ਦੀ ਲੋੜ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਸਟਗੇਮ ਟਿਕ ਅੱਖ ਦੀ ਦੇਖਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਸਭ ਥਾਂ ਇਕੋ ਜਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਜਦੋਂ ਦੂਰ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੋਈਏ ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਮਾਲੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੁਝ ਹਰਫਾਂ ਤੇ ਨਿਗਾਹ ਪਾਈ ਤਾਂ ਪਹਿਲੇ ਹਰਫ ਦਿਸਦੇ ਹਨ ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਦਿਸਣੋਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਜਦ ਪਿਛਲੇ ਹਰਫਾਂ ਵਲ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਪਹਿਲੇ ਦਿਸਣੋਂ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਉਪਰਲੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਐਨਕ

ਲਗਾਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਬਾਕੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜ਼ਰਾ ਕੁ ਜਿੰਨੀ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਹੋਰ ਦੀ ਹੋਰ ਦਵਾ ਪਾ ਦੇਣ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਇਸਦੀ ਵਾਕਫੀਅਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੀਭ ਪ੍ਰੀਖਿਆ (ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਤਸਖੀਸ਼)—

ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਜਿਤਨਾ ਜੀਭ ਰਾਹੀਂ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਤਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਲਗ ਸਕਦਾ; ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੀਭ ਦਾ ਤਅੱਲਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਈ ਵਖੋ ਵੱਖ ਹਿਸਿਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਊਜਲਾਤ—ਸਾਰੀਆਂ ਨਸਾਂ, ਲਹੂ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦੇ ਰੋਗ, ਹਲਕ, ਮੇਅਦਾ ਤੇ ਆਂਦਰਾ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜੀਭ ਨੂੰ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਸਿਆਣਾ ਵੇਦ ਇਸ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਬਾਨ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ—

(੧) ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਸ਼ਕਲ, (੨) ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਪਤਲਾ ਪਨ ਯਾ ਮੋਟਾਈ, (੩) ਰੰਗ, (੪) ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਹਰਕਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ, ਉਪਰ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਏ, ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਨਮੀਂ, ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਮੈਲੇਪਨ ਦਾ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਸੇਹਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜੀਭ ਮੁਲਾਇਮ, ਤਰ ਅਤੇ ਸਾਫ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਉਪਰਲੇ ਛੋਟੇ ੨ ਦਾਣੇ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਵਾਦ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ)

ਕੁਦਰਤੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਥੁਕ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੀਭ ਉਪਰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕਈਆਂ ਆਦਮੀਆਂ ਦਾ ਨੀਂਦਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਜ਼ਬਾਨ ਖੁਸ਼ਕ ਜਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤਾ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਦਾ ਮੂੰਹ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਖੁਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਯਾ ਨਹੀਂ। ਜ਼ਬਾਨ ਛੋਟੀ ਯਾ ਵਡੀ, ਪਤਲੀ ਯਾ ਮੋਟੀ ਕਈ ਕਾਰਣਾਂ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਥੁਕ ਵੀ ਵਧਦਾ ਘਟਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਮੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਆਤਸ਼ਕ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦਾ ਫਰਕ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਚੀਚਕ ਵਿਚ ਜੀਭ ਸ਼ਾਇਦ ਮੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਬੀਅਤ ਸੁਸਤ ਹੋ ਜਾਣ ਯਾ ਬਹੁਤ ਚਿਰ ਤਕ ਮੋਨ ਧਾਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਜੀਭ ਮੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਮਿਆਦੀ ਬੁਖਾਰ ਯਾ ਸਖਤ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਜੀਭ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਔਖੇ ਹੋ ਕੇ ਹੀ ਕੱਢ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕੰਬਨੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਧਰੰਗ ਵਿਚ ਜੀਭ ਇਕ ਪਾਸੇ ਵਲੋਂ ਢਿਲੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਾਤ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੀਭ ਮੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਹਿਸਟੀਰੀਆਂ ਵਿਚ; ਉਪਤੰਤਰ ਰੋਗ ਵਿਚ ਅਤੇ ਵਾਤ ਰੋਗ ਵਿਚ ਜੀਭ ਜਕੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਹਿਸਟੀਰੀਆ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ੨ ਤੀਵੀਂ ਦੀ ਜ਼ਬਾਨ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਲੁਆਬ ਦੇ ਘਟ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ਕ ਤੇ ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਆਦਿਕ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜੀਭ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿਸੇ ਵਿਚ ਮੈਲ ਜਹੀ ਜਮ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੇ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਪਤਾ

ਲਗਦਾ ਹੈ।

ਜੀਭ ਨੂੰ ਜਾਂਚਣ ਵੇਲੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਜੀਭ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਾਸਤੇ ਕੈਹਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਰੋਗੀ ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਜੀਭ ਕੱਢਦਾ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੇਖੋ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਬਾਹਰ ਨਾ ਕੱਢ ਸਕੇ ਤਾਂ ਖਰਾਬੀ ਸਮਝੋ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਰੋਗੀ ਜੀਭ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਵੀ ਲਵੇ ਤਾ ਕੰਬਣੀ ਕਰਕੇ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਬਾਹਰ ਕੁਝ ਦੇਰ ਤਕ ਨਾ ਰਖ ਸਕੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਖਰਾਬੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੀ ਹੈ।

ਸਰਸਾਮ, ਸੰਨਪਾਤ ਤੇ ਚਿਰ ਸਥਾਈ ਬੁਖਾਰ, ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਰੋਗ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਭੈੜੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਜੀਭ ਵਿਚ ਕੰਪਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਰੋਗੀ ਦੇ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ। ਜ਼ਬਾਨ ਵਿਚ ਕੰਪਨ ਹੋਣਾ ਖਤਰੇ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ।

ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਜੋ ਜੀਭ ਇਕ ਪਾਸੇ ਵਿਖਾਂਈ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਅਧਰੰਗ ਦਾ ਖਤਰਾ ਸਮਝੋ। ਪੁਰਾਣੇ ਤਪ ਯਾ ਤਿਲੀ ਵਾਲੇ ਤਪ ਵਿਚ ਜੀਭ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਜੇਕਰ ਜ਼ਬਾਨ ਵਧ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਤੇ ਤੇਜ ਦੀ ਹਾਨੀ ਸਮਝੋ। ਬੁਖਾਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਭੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਜੀਭ ਮੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖੂੰਨ ਦੇ ਘਟ ਜਾਣ ਨਾਲ ਜੀਭ ਛੋਟੀ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਰੋਗੀ ਦਾ ਦਿਲ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਵੇ ਯਾ ਸਰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਛੋਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਕੋਈ ਖਤਰੇ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੁਖਾਰ, ਚੀਚਕ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਛੂਤਦਾਰ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਖੁਸ਼ਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਉਂ ੨ ਬੁਖਾਰ ਵਧਦਾ ਹੈ ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ਕੀ ਤੇ ਸਖਤੀ ਵੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਸੁਕੀ ਤੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਧਾਰੇ ਪਏ ਹੋਣ ਤੇ ਪਾਟੀ ੨ ਜਾਪੇ ਤਾਂ ਉਜ਼ਲਾਤ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੋਗ ਵਿਚ ਜੀਭ ਦੀ ਖੁਸ਼ਕੀ ਹਟਕੇ ਤਰੀ ਆਉਣ ਲਗ ਪਏ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲਵੋ ਕਿ ਹੁਣ ਬੀਮਾਰੀ ਦੂਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਖਰਾਬੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਵੀ ਜ਼ਬਾਨ ਖੁਸ਼ਕ ਰਹੇ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਕਿ ਅਜੇ ਕੁਝ ਬੀਮਾਰੀ ਅੰਦਰ ਬਾਕੀ ਹੈ।

ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਮੈਲਾਪਣ—

ਬਹੁਤ ਆਦਮੀਆਂ ਦੀ ਜੀਭ ਉਪਰ ਮੈਲ ਜੰਮ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਖੂਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਖਰਾਬ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਰਲ ਜਾਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ, ਬੁਖਾਰ, ਜਿਗਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੀਭ ਮੈਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਲੇਗ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਉਪਰ ਚਿਟੇ ਤੇ ਚਾਕ ਵਰਗੇ ਗੋਲ ਹਲਕੇ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਬਜ਼ੀ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਮੈਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਬਾਨ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲਿਉਂ ਮੈਲ ਘੱਟਣ ਲਗੇ ਤਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਹਟਦੀ ਸਮਝਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਮੈਲ ਛੇਤੀ ੨ ਹਟ ਜਾਵੇ ਤੇ ਜ਼ਬਾਨ ਲਾਲ ਅਤੇ ਪਾਟੀ ਹੋਈ ਵਿਖਾਈ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਸਮਝੋ ਕਿ ਆਂਦਰਾਂ ਵਿਚ ਸੜਾਂਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਖਤਰੇ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਤਪ ਵਿਚ ਮੈਲ ਦੀ ਰੰਗਤ ਭੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਬਾਨ ਮੈਲੀ, ਬਹੁਤ ਹੀ ਖੁਸ਼ਕ ਤੇ ਥਾਂ ਥਾਂ ਤੋਂ ਪਾਟੀ ਦਿਸੇ ਤਾਂ ਇਹ ਖਤਰੇ ਦਾ ਲਛਨ ਹੈ। ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਬੁਖਾਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਮੈਲ ਚਿਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਮੋਟੀ, ਤਰ ਤੇ ਜੀਭ

ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਫੈਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਬੁਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਮੈਲ ਦਾ ਰੰਗ ਕਾਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ । ਜੇਕਰ ਮੈਲ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜਿਗਰ ਦਾ ਨੁਕਸ ਸਮਝੋ ।

ਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਮੈਲ ਦਾ ਦਰਮਿਆਨੀ ਹਿਸਾ ਮੋਟਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਬਾਕੀ ਹਿਸਾ ਲਾਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਖਤਰੇ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਲ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਰੰਗ–

ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਅਗਲਾ ਸਿਰਾ ਸਦਾ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਪਰ ਜੇਕਰ ਸਾਰੀ ਜ਼ਬਾਨ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਯਾ ਬਹੁਤਾ ਹਿਸਾ ਸੁਰਖ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਚੀਰਕ ਮੂੰਹ ਪੱਕਣ; ਪੇਟ ਦੀ ਸੋਜ, ਯਾ ਸੰਖੀਏ ਦਾ ਜ਼ੈਹਰੀਲਾ ਅਸਰ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ, ਇਹ ਸਿਆਣਾ ਵੈਦ ਆਪਣੇ ਨਿਤ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਸਫਰਾਵੀ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਬੁਖਾਰ ਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਵੇਲੇ ਮੇਅਦੇ ਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਕਰਕੇ ਜੀਭ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਪੁਰਾਣੇ ਅਥਵਾ ਤਿਲੀ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਰੋਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾਵੇ ਯਾ ਲਹੂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸਬੱਬ ਕਰਕੇ ਫਰਕ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾ ਜ਼ਬਾਨ ਦਾ ਰੰਗ ਨੀਲਾ ਧੂੰਏ ਵਰਗਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਲੋਹਾ ਮਿਲੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਜ਼ਬਾਨ ਕਾਲੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ । ਟੈਨਿਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਅਗੇ ਯਾ ਪਿਛੇ ਲੋਹੇ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਇਹ

ਭੁਲੇਖਾ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਦਮਾਂ, ਖਾਂਸੀ, ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਕਾਲੀ ਤੇ ਅਸਮਾਨੀ ਰੰਗ ਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਹੋਰ ਬੀਮਾ-ਰੀਆਂ ਵਿਚ ਜੇਕਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਤਰੇ ਦਾ ਲਛਨ ਸਮਝੋ। ਯਰਕਾਨ ਅਤੇ ਲਹੂ ਦੇ ਘਟ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਜ਼ਬਾਨ ਸਫੈਦ ਅਤੇ ਫਿੱਕੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ।

ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਨੂੰ ਪਰਖਣ ਦੇ ਚਾਰ ਅੰਗ ਹਨ।

(੧) ਵਾਤ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜ਼ਬਾਨ ਬੇ ਹਿਸ, ਪਾਟੀ ਜਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਰੰਗ ਸਬਜ਼ ਤੇ ਜ਼ਾਇਕਾ ਮਿਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਲ (ਲੁਆਬ) ਵੀ ਡਿਗਦੀ ਹੈ।

(੨) ਸਫਰਾਵੀ (ਪਿਤ) ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੀਭ ਲਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਾਇਕਾ ਕੌੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੁਕੀ ਜਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੀਭ ਤੇ ਕੰਡੇ ਜਹੇ ਜਾਪਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੋਜਸ਼ ਮਲੂਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(੩) ਬਲਗ਼ਮੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੀਭ ਮੋਟੀ, ਭਾਰੀ, ਬਲਗਮ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਤੇ ਕੰਡੇਦਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਸਵਾਦ ਮਿਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(੪) ਖਿਲਤਾਂ ਜੇਕਰ ਮਿਲੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਲੱਛਣ ਵੀ ਮਿਲਵੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟ ਵਖੋ ਵਖ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਜੀਭ ਖੁਰਦਰੀ, ਕੰਡੇਦਾਰ, ਸੁਕੀ ਤੇ ਮੈਲੀ ੨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਥੁਕ ਦੀ ਪੈਹਚਾਣ—ਥੁਕ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਅਸਰ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਖਾਰੀ। ਡਾਇਬਟੀਜ਼

(ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ ਆਉਣੀ)-ਗੰਠੀਆ, ਜ਼ੁਕਾਮ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਫੂਲ ਜਾਣਾ ਹਾਜ਼ਮੇ ਵਿਚ ਵਿਗਾੜ ਪੈ ਜਾਣਾ ਤੇ ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਕੰਠ ਮਾਲਾ (ਹੰਜੀਰਾਂ) ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਥੁਕ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਜਦੋਂ ਮੂੰਹ ਆਜਾਣ ਵਿਚ ਫਿੰਨਸੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਥੁਕ ਖਾਰ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਥੁਕ ਦੰਦਾਂ ਤੇ ਬਹੁਤ ਅਸਰ ਪਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹਾਲਤ ਆਮ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਪਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਹਾਲਤ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੰਦ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਲਿਟਮਸ (ਨੀਲ ਦਾ ਕਾਗਜ਼) ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਥੁਕ ਦਾ ਖਾਰੀਪਨ ਪਤਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨੀਲ ਦਾ ਕਾਗਜ਼ ਜੇਕਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਲਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਖਾਰੀ ਸਮਝੋ।

ਜੇਕਰ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹਾਲਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਸੋਡਾ ਬਾਈ ਕਾਰਬ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਤੇ ਮਲ ਦਿਆ ਕਰੋ ਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਦਿਆ ਕਰੋ।

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਮੈਲ ਆਮ ਕਰਕੇ ਕੈਲਸੀਅਮ ਫਾਸਫੇਟ ਯਾ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਕਾਰਬੋਨੇਟ ਨਾਲ ਰਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਥੁਕ ਦਾ ਅਸਰ ਦੰਦਾਂ ਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਮੈਲ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਚਮੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਥੁਕ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਲ ਬਹੁਤ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਮੈਲ ਦਾ ਰੰਗ ਆਮ ਕਰਕੇ ਖਾਕੀ ਯਾ ਬਦਾਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਗੰਠੀਏ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਯਾ ਤਮਾਕੂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਪੀਲੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਧੂ ਪ੍ਰਮੇਹ (ਡਾਇਬਟੀਜ਼) ਦੇ ਰੋਗੀ ਦੇ ਥੁਕ ਵਿਚ

ਖੰਡ ਅਤੇ ਲੇਕਟਿਕ ਐਸਿਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੰਠੀਏ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਵਿਚ ਯੋਰਕ ਐਸਿਡ (ਇਹ ਐਸਿਡ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ)। ਕਈ ਵਾਰੀ ਥੁਕ ਵਿਚ ਪਾਰਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਫੀਮ ਖਾਧੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸਦੇ ਕਾਰਨ ਥੁਕ ਵਿਚ ਇਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਮੈਕੋਨਿਕ ਐਸਿਡ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਫੈਰਿਕ ਕਲੋਰਾਈਡ (ਲੋਹੇ ਦਾ ਨਿਮਕ) ਨਾਲ ਇਸ ਤੇਜ਼ਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਕਿਰਮਚੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਰੰਗ ਮਰਕਿਉ-ਰਿਕ ਕਲੋਰਾਈਡ (ਪਾਰੇ ਦਾ ਨਿਮਕ) ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਥੁਕ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਹਿਸਾ ਵੀ ਕਿਰਮਚੀ ਰੰਗ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਾਰੇ ਦੇ ਨਿਮਕ ਨਾਲ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਡੀ ਹਰੜ ਦੇ ਗੁਣ

ਸਾਵਣ–ਭਾਦੋਂ—ਨਿਮਕ ਸੰਗ ੧ ਮਾਸ਼ੇ ਨਾਲ ਬਦਨ ਦੀ ਸੁਸਤੀ ਹਟੇਗੀ।

ਅਸੂ–ਕੱਤਕ—ਸਕਰ ਯਾ ਖੰਡ ੧ ਮਾਸ਼ੇ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੂਰ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਮੱਘਰ-ਪੋਹ— ੧ ਮਾਸ਼ਾ ਸੁੰਢ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹਟਣਗੀਆਂ।

ਮਾਘ–ਫੱਗਣ—੧ ਮਾਸ਼ਾ ਮਘਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿਟੇ ਵਾਲ ਕਾਲੇ ਹੋਣ ਲਗ ਪੈਣਗੇ।

ਚੇਤਰ-ਵਸਾਖ—੧ ਮਾਸ਼ਾ ਸ਼ਹਿਦ ਦੇ ਨਾਲ ਤਾਕਤ ਮਨੀ ਦੀ ਵਧੇਗੀ।

ਜੇਠ-ਹਾੜ—ਗੁੜ ਨਾਲਸਭਬੀਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਰੈਣਗੀਆਂ।

ਅਰੋਗ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਕੱਦ ਅਤੇ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਤੋਲ (ਪੌਂਡਾਂ ਵਿਚ)

ਕੱਦ	ਉਮਰ ੧੫-੧੬	੧੭-੧੯	੨੦-੨੪	੨੫-੨੯	੩੦-੩੯	੪੦-੪੯	੫੦ ੫੯	੬੦-੬੯
੫ ਫੁਟ–੦	੯੮	੧੧੩	੧੨੨	੧੨੮	੧੩੧	੧੩੪	੧੩੬	੧੩੩
,, –੧	੧੦੨	੧੧੬	੧੨੫	੧੩੧	੧੩੪	੧੩੭	੧੩੯	੧੩੬
,, –੨	੧੦੭	੧੧੯	੧੨੮	੧੩੪	੧੩੭	੧੪੦	੧੪੨	੧੩੯
,, –੩	੧੧੨	੧੨੩	੧੩੨	੧੩੮	੧੪੧	੧੪੪	੧੪੫	੧੪੨
,, –੪	੧੧੭	੧੨੭	੧੩੬	੧੪੧	੧੪੫	੧੪੮	੧੪੯	੧੪੬
,, –੫	੧੨੨	੧੩੧	੧੩੯	੧੪੪	੧੪੯	੧੫੨	੧੫੩	੧੫੦
,, –੬	੧੨੭	੧੩੫	੧੪੨	੧੪੮	੧੫੩	੧੫੬	੧੫੭	੧੫੪
,, –੭	੧੩੨	੧੩੯	੧੪੫	੧੫੧	੧੫੭	੧੬੧	੧੬੨	੧੫੯
,, –੮	੧੩੭	੧੪੩	੧੪੯	੧੫੫	੧੬੧	੧੬੫	੧੬੬	੧੬੩
,, –੯	੧੪੨	੧੪੭	੧੫੩	੧੫੬	੧੬੫	੧੬੯	੧੭੦	੧੬੮

" −੧੦	੧੪੭	੧੫੧	੧੫੭	੧੬੩	੧੭੦	੧੭੪	੧੭੫	੧੭੩
" −੧੧	੧੫੦	੧੫੫	੧੬੧	੧੬੭	੧੭੪	੧੭੮	੧੮੦	੧੭੮
੬ −੦	੧੫੪	੧੬੦	੧੬੬	੧੭੨	੧੭੯	੧੮੩	੧੮੫	੧੮੩
੬ −੧	੧੫੯	੧੬੪	੧੭੦	੧੭੭	੧੮੩	੧੮੭	੧੮੯	੧੮੮
" −੨	੧੬੪	੧੬੮	੧੭੪	੧੮੨	੧੮੮	੧੯੨	੧੯੪	੧੯੩
" −੩	੧੬੯	੧੭੨	੧੭੮	੧੮੬	੧੯੩	੧੯੭	੧੯੯	੧੯੮
, −੪		੧੭੬	੧੮੧	੧੯੦	੧੯੯	੨੦੩	੨੦੫	੨੦੪

ਤੀਂਵੀਆਂ ਦੇ ਕੱਦ ਅਤੇ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਤੋਲ (ਪੌਂਡਾਂ ਵਿਚ)

ਕੱਦ	ਉਮਰ ੧੫-੧੬	੧੭-੧੯	੨੦-੨੪	੨੫-੨੯	੩੦-੩੯	੪੦-੪੯	੫੦-੫੯	੬੦-੬੯
੪ ਫੁਟ ੧੦ ਇੰਚ	੯੭	੯੯	੧੦੨	੧੦੭	੧੧੫	੧੨੨	੧੨੪	੧੨੭
੪ −੧੧	੧੦੦	੧੦੨	੧੦੫	੧੧੦	੧੧੭	੧੨੪	੧੨੭	੧੨੯

५ – ०	१०३	१०५	१०८	११३	१२०	१२७	१३०	१३१
५ – १	१०७	१०९	११२	११६	१२३	१३०	१३३	१३४
५ – २	१११	११३	११५	११९	१२६	१३३	१३६	१३७
५ – ३	११४	११६	११८	१२२	१२९	१३६	१४०	१४१
५ – ४	११७	१२०	१२१	१२५	१३२	१४०	१४४	१४५
५ – ५	१२१	१२४	१२५	१२६	१३५	१४३	१४८	१४९
५ – ६	१२५	१२७	१२९	१३३	१३९	१४७	१५२	१५३
५ – ७	१२८	१३०	१३२	१३६	१४२	१५१	१५६	१५७
५ – ८	१३२	१३४	१३६	१४०	१४६	१५५	१६०	१६१
५ – ९	१३६	१३८	१४०	१४४	१५०	१५९	१६४	१६५
५ –१०		१४२	१४४	१४८	१५४	१६४	१६९	
५ –११		१४७	१४९	१५३	१५९	१६९	१७४	
६ – ०		१५२	१५४	१५८	१६४	१७४	१८०	

ਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਸੰਕੇਤ

ਕਵਾਥ -ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਵਿਚ ਸੋਲਾਂ ਹਿਸੇ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਜੋਸ਼ ਦੇਣਾ। ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਅੱਠਵਾਂ ਹਿਸਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਵਾ ਨੂੰ ਨੀਮ ਗਰਮ ਵਰਤਨ ਨੂੰ ਕਵਾਥ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕਾੜ੍ਹਾ -ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਵਿਚ ੮ ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਜੋਸ਼ ਦੇਣਾ, ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਚੌਥਾ ਭਾਗ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨੀਮ ਗਰਮ ਦਵਾ ਨੂੰ ਕਾੜ੍ਹਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅਗੋ—ਦਵਾ ਵਿਚ ਸੋਲਾਂ ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਪਾਕੇ ਜੋਸ਼ ਦੇਣਾ ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਅੱਧਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦਵਾ ਨੂੰ ਛਾਨ ਲੈਣਾ।

ਸ਼ਤੇਕ ਖਾਯਾ—ਦਵਾ ਨੂੰ ੬ ਹਿਸੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ੪ ਪੈਹਰ ਭਿਉਂਕਿ ਛਾਣ ਕੇ ਪੀਣ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਮੰਥ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਮਿਟੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਚੌਗਣੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਭਿਉਂਕਿ ਚਾਰ ਪੈਹਰ ਪਿਛੋਂ ਛਾਣ ਕੇ ਪੀਣ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਰੱਸ—ਦਵਾ ਰਾਤ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਸਵੇਰੇ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਪੀਣਾ।

ਸ਼ੋਤਥਰਮ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ੧੪ ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਐਨਾ ਜੋਸ਼ ਦੇਣਾ ਕਿ ਉਹ ਗਾੜ੍ਹਾ ਦੜਬੜ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਸ਼ੁਧ ਮਾਂਦ -ਚਾਵਲ ਨੂੰ ੧੪ ਵਾਰੀ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਕਾਣਾ, ਸਾਫ ਕਰਨਾ ਯਾ ਕੁਚਲਨ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਭਕਤ ਮੰਡ—ਚਾਵਲਾਂ ਨੂੰ ੧੪ ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪਕਾਣਾ ਤੇ ਪਿੱਛ ਕਢਣਾ।

ਗਲਥੀ—ਕਿਸੇ ਅਨਾਜ ਵਿਚ ਚੌਗੁਣਾ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਪਕਾਣਾ

ਪ੍ਰਸ਼ - ਸੁੰਡ ਦੀ ਕਲਕ ਵਿਚ ਅਠਾਰਾਂ ਟਾਂਕ ਦਵਾ ਮਿਲਾ ਕੇ ਡੇੜ੍ਹ ਸੇਰ ਪਾਣੀ ਪਾਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਚਾੜ੍ਹੋ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ੨ ਛਟਾਂਕ ਅਨਾਜ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਮਿਲਾਉ।

ਕਲਕ—ਕਿਸੇ ਸੁਕੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪੀਣਾ ਯਾ ਗਿਲੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਪਾਣੀ ਮਿਲਾਏ ਪੀਣਾ।

ਆਸਵ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਵਿਚ ਮਿਲਾਕੇ ਹਾਂਡੀ ਯਾ ਮਰਤਬਾਨ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ੧ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰਖਣਾ।

ਦਾਬੂ ਯਾ ਦਬਾਉ—ਕਿਸੇ ਧਾਤ ਨੂੰ ਕੜਾਹੀ ਵਿਚ ਰਖਕੇ ਉਪਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾ ਪੀਹ ਕੇ ਪਾਣੀ ਤੇ ਥੱਲੇ ਅੱਗ ਬਾਲਕੇ ਧਾਤ ਨੂੰ ਭਸਮ ਯਾ ਖਿਲ ਕਰਨ ਨੂੰ ਆਖਦੇ ਹਨ।

ਭੜਕਾ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਗੋਹਿਆਂ ਦੀ ਅੱਗ ਦੇਕੇ ਉਸਦੀ ਗਰਮੀ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਯਾ ਉਸਨੂੰ ਪਕਾਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਨਾ।

ਸੈਨਹਾ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਲਗਾਣਾ ਯਾ ਨੱਕ ਨਾਲ ਸੁੰਘਨਾ।

ਬੁਝਾਓ ਯਾ ਤਨਕੀਆ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਯਾ ਧਾਤ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਅਰਕ ਵਿਚ ਇਸ ਲਈ ਗੋਤਾ ਦੇਣਾ ਕਿ ਉਹ ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਏ ਯਾ ਧਾਤ ਭਸਮ ਹੋ ਜਾਏ।

ਖਰਲ ਕਰਨਾ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਸੁਕੀ ਨੂੰ ਖਰਲ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਯਾ ਕਿਸੇ ਅਰਕ ਨਾਲ ਪੀਸਨਾ ਯਾ ਸੁਰਮੇ ਵਾਂਗ ਕਰਨਾ।

ਵਮਨ—ਕੋਈ ਦਵਾ ਪਿਆਕੇ ਕੈ ਕਰਾਣਾ।
ਰੇਚਨ—ਕੋਈ ਦਵਾ ਪਿਆਕੇ ਦਸਤ ਲਿਆਉਣੇ।
ਤਸਕੀਆ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਦਾ ਪਾਣੀ ਯਾ ਕਿਸੇ ਬੂਟੀ ਦਾ ਅਰਕ ਪਿਆਣਾ ਤਾਂ ਕੇ ਉਹ ਸਾਫ ਯਾ ਭਸਮ ਯਾ ਕੋਮ ਹੋ ਜਾਵੇ।
ਗੁਸਲ ਕਿਸੇ ਜ਼ੰਗਾਲ ਲਗੀ ਯਾ ਸ਼ੋਰਾ ਲਗ ਚੁਕੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਨਿਮਕ ਆਦਿਕ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਕੇ ਸਾਫ ਕਰਨਾ।
ਮੁਕੱਤਰ—ਕਿਸੇ ਅਰਕ ਯਾ ਕਿਸੇ ਸੀਰੇ ਨੂੰ ਟੇਪਾ ੨ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਉਤੇ ਪਾਣਾ ਤਾਂ ਕੇ ਉਸਦੀ ਮੈਲ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇ।
ਜੌਹਰ ਉਡਾਣਾ—ਕਿਸੇ ਤਰ ਯਾ ਸੁਕੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਪੱਥਰ ਯਾ ਤਾਂਬੇ ਯਾ ਮਿਟੀ ਦੇ ਪਿਆਲੇ ਵਿਚ ਰਖਕੇ ਦੂਸਰਾ ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਦਾ ਪਿਆਲਾ ਉਪਰੋਂ ਢੱਕ ਕੇ ਸੰਪਟ ਕਰਕੇ ਥੱਲੇ ਹੌਲੀ ੨ ਅੱਗ ਬਾਲਣਾ ਤਾਂ ਕੇ ਥੱਲੇ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਜੌਹਰ ਉਡ ੨ ਕੇ ਉਪਰਲੇ ਪਿਆਲੇ ਨੂੰ ਲਗਦਾ ਜਾਵੇ।
ਪਾੜਣਾ—ਦੀਵੇ ਦੀ ਬੱਤੀ ਨਾਲ ਕਿਸੀ ਦਵਾ ਦੇ ਉਪਰ ਦਾ ਹਲ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ।
ਪੁਠ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਦਾ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉ। ਕਿਸੇ ਧਾਤ ਨੂੰ ਭਸਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਪਤਲੀ ਚੀਜ਼ ਵਿਚ ਪਿਘਲਾ ਕੇ ਪਾਣਾ।
ਨਾਸ ਕਰਮ—ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਸੁੰਘਨਾ।
ਸਵੇਦਨ—ਚਾਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਹਿਲਾ ਦਰਿਬ ਅਰਥਾਤ ਸਾੜ੍ਹੇ ਆਦਿਕ ਨਾਲ ਸੇਕ ਦੇਣਾ। ਦੂਜਾ ਉਪਨਾਹ ਅਰਥਾਤ ਪੋਟਲੀ ਨਾਲ ਸੇਕ ਦੇਣਾ। ਤੀਜਾ

ਉਦਮ ਭਪਾਰਾ ਦੇਣਾ । ਚੌਥਾ ਤਾਬਕ, ਸਿਰਫ ਸੇਕਨਾ ਹੈ ।

ਰੁਦਰ ਭਖਸ਼ ਮਲੀਨ—ਲਹੂ ਘਟ ਕਰਣ ਦਾ ਅਮਲ ਅਰਥਾਤ ਸਿੰਗੀਆ ਲਾਣਾ, ਫਸਦ ਕਰਨਾ, ਜੋਕਾਂ ਲਾਣਾ ।

ਦੀਪਕ ਅਗਨ—ਕਿਸੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਦਵਾ ਪਾਕੇ ਉਸ ਭਾਂਡੇ ਥਲੇ ਦੀਵਾ ਬਾਲਕੇ ਭਾਂਡੇ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਪੁਚਾਣਾ ਤਾਂ ਕੇ ਦਵਾ ਪੱਕ ਜਾਵੇ ਯਾ ਖਿਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ।

ਤਾਲ ਜੰਤਰ-ਦਵਾ ਨੂੰ ਇਕ ਆਤਸ਼ੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਦੂਸਰੀ ਖਾਲੀ ਆਤਸ਼ੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਪਹਿਲੀ ਨਾਲ ਜੋੜਕੇ ਸੰਪਟ ਕਰਨਾ, ਤੇ ਦਵਾ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਨੂੰ ਤਿਰਛਾ ਰਖਕੇ ਉਸ ਥਲੇ ਅੱਗ ਬਾਲਣੀ ਤੇ ਖਾਲੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਨੂੰ ਨੀਵਾ ਰਖਣਾ ਤਾ ਕੇ ਉਪਰਲੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਤੇਲ ਗਰਮ ਹੋ ਕੇ ਥਲੇ ਆਉਂਦਾ ਰਹੇ ਕਈ ਲੋਕ ਦੋ ਮਿਟੀ ਯਾ ਤਾਂਬੇ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਲੈ ਕੇ ਵੀ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਆਤਸ਼ੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਚੰਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

ਪਤਾਲ ਯੰਤਰ - ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਟੋਆ ਪੁਟਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਇਕ ਭਾਂਡਾ ਰਖ ਦਿਓ, ਭਾਂਡੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਉਪਰਲੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਤੈਹ ਤਕ ਆ ਜਾਵੇ । ਉਸਦੇ ਉਤੇ ਦੂਜਾ ਭਾਂਡਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਦਵਾ ਪਈ ਹੋਈ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਪਰਲੇ ਭਾਂਡੇ ਦੇ ਥਲੇ ਵਾਲੇ ਹਿਸੇ ਵਿਚ ਕੁਝ ਛੇਕ ਕਰ ਲਏ ਜਾਣ। ਉਪਰ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਤੇ ਥਲੇ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਜਿਥੇ ਉਹ ਉਪਰਲੇ ਭਾਂਡੇ ਦੇ ਥਲੇ ਵਾਲੇ ਛੇਕਾਂ ਦੇ ਹਿਸੇ ਨਾਲ ਮਿਲਿਆ ਹੋਵੇ ਗਾਚਣੀ ਮਿਟੀ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ (ਸੰਪਟ ਕਰਕੇ) ਸੁਕਾ ਲੈਣਾ

ਚਾਹੀਏ ਫਿਰ ਉਪਰ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਉਪਰ ਹਰ ਪਾਸੇ ਅੱਗ ਬਾਲ ਦਿਓ। ਅੱਗ ਦੇ ਤਾ ਨਾਲ ਉਪਰਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਤੇਲ ਯਾ ਅਰਕ ਥੱਲੇ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਭੰਗ—ਮਿਟੀ ਘਟੇ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਦੂਬ ਦੇ ਪੱਤਰਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਤੇ ਨਾਨ ਖਾਹ ਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਮਲਕੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਫੇਰ ਗੋਕਾ ਘਿਉ ਮਲਕੇ ਕੋਰੇ ਠੀਕਰੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਭੁੰਨੋ, ਪਰ ਸੜ ਨਾ ਜਾਵੇ।

ਚਾਕਸੂ (ਚਾਸਕੂ) – ਇਸ ਨੂੰ ਪੋਟਲੀ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਸੌਂਫ ਯਾ ਮੁੰਗੀ ਦੀ ਦਾਲ ਯਾ ਖੋਤੇ ਦੀ ਲਿਦ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਇਸਦਾ ਛਿਲਕਾ ਲਾਹ ਕੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।

ਕਾਲਾ ਦਾਣਾ -ਕੜਛੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ ਤਾਂ ਕੇ ਰੰਗ ਤੇ ਬੂ ਬਦਲ ਜਾਵੇ।

ਜਮਾਲ ਗੋਟਾ—ਇਕ ਪੋਟਲੀ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਖੋਤੇ ਦੀ ਲਿਦ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਰਲਾ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦਿਉ। ਉਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਦਹੀਂ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦਿਉ ਫਿਰ ਛਿੱਲਕੇ ਦੋ ਟੋਟੇ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਪਿਤਾ ਕਢਕੇ ਸੁਟ ਦਿਉ।

ਰੋਗਨ—ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਰੋਗਨ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਲਾਕੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਵਖ ਕਰ ਲਵੋ।

ਗੰਢਾ ਆਟਾ ਗੁੰਨ੍ਹ ਕੇ ਇਸ ਤੇ ਲਪੇਟ ਕੇ ਗਰਮ ਭੂਬਲ ਵਿਚ ਦਬ ਦਿਉ। ਜਦੋਂ ਆਟਾ ਪੱਕ ਜਾਵੇ ਤੇ ਗਰਮੀ ਅੰਦਰ ਤਕ ਪੁਜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਟਾ ਲਾਹ ਕੇ ਗੰਢਾ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਲਿਆਉ।

ਕੰਵਾਰ ਗੰਦਲ ਦੀ ਕੁੜੱਤਨ ਹਟਾਣੀ—ਕਵਾਰ ਗੰਦਲ ਦੇ

ਟੋਟੇ ਕਰਕੇ ਠੰਢੀ ਭੁਬਲ ਵਿਚ ਦੱਬ ਦਿਉ, ਚਾਰ ਪਹਿਰ ਪਿਛੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਧੋ ਕੇ ਵਰਤੋ। ਕੌੜੱਤਨ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸਦਾ ਅਚਾਰ ਯਾ ਮੁਰੱਬਾ ਬਣਦਾਹੈ।

ਗ਼ਾਰੀਕੂਨ—ਇਸ ਵਿਚ ਮੋਟੇ ਰੇਸ਼ੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਰੇਸ਼ੇ ਵਰਤਨੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਸਨੂੰ ਮਲ ਕੇ ਮੋਟੇ ਕਪੜੇ ਵਿਚੋਂ ਛਾਣ ਲਵੋ ਤਾਂਕਿ ਰੇਸ਼ੇ ਵਖਰੇ ਹੋ ਜਾਣ।

ਕੁਚਲਾ-ਇਸਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਤਰ ਰਖੋ, ਹਰ ਰੋਜ ਪਾਣੀ ਬਦਲ ਦਿਉ। ਉਪਰੰਤ ਗੌਕ ਦੁਧ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦੇ ਕੇ ਛਿਲਕਾ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਚਾਕੂ ਨਾਲ ਛਿਲ ਕੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।

ਰੱਤੀਆਂ—ਚਿਟੀ ਘੁੰਗਚੀ (ਰੱਤੀਆਂ) ੨ ਤੋਲੇ ਤੋਂ ੧ ਛਟਾਂਕ ਤਕ ਇਕ ਸੇਰ ਦੁਧ ਵਿਚ ਮੁਲਾਇਮ ਅੱਗ ਤੇ ਪਕਾਉ ਜਦੋਂ ਉਪਰਲਾ ਛਿਲਕਾ ਪਾਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਲਾਹ ਕੇ ਛਿਲਕਾ ਦੂਰ ਕਰਕ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।

ਲਾਖ—ਲਾਖ ਨੂੰ ਦੀਵੇ ਦੀ ਲੋਅ ਨਾਲ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾਉ ਜੋ ਕੁਝ ਥੱਲੇ ਬੈਠ ਜਾਵੇ ਉਹ ਲੈ ਲਵੋ। ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕਰੋ।

ਕਾਲੀ ਹਰੜਾਂ— ਗੋਕੇ ਘਿਉ ਵਿਚ ਇਨਾਂ ਭੁੰਨੋ ਕਿ ਫੁਲ ਕੇ ਰੰਗ ਸੁਰਖੀ ਮਾਇਲ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਅਬਰੇਸ਼ਮ—ਅਬਰੇਸ਼ਮ ਨੂੰ ਕੀੜੇ ਆਦਿਕ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ ਅੱਗ ਨਰਮ ਦਿਉ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਕੁਟਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਵਾਲ—ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਨ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਇਕ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬੋ

ਆਵੇ ਪਰ ਸੜ ਨਾ ਜਾਣ ਤਾਂ ਲਾਹ ਲਵੋ ।

ਆਂਡੇ ਦਾ ਛਿਲਕਾ—ਦੋ ਦਿਨ ਤਕ ਨਿਮਕ ਮਿਲੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰਲਾ ਛਿਲਕਾ ਲਾਹ ਕੇ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਗਿਲ ਹਿਕਮਤ (ਸੰਪਟ) ਕਰਕੇ ਸਾੜ ਲਵੋ।

ਸਰਤਾਨ (ਕੇਕੜਾ)—ਇਸਦਾ ਆਲਾ ਦੁਆਲਾ ਲੱਤਾਂ ਆਦਿਕ ਲਾਹ ਕੇ ਬਾਕੀ ਹਿਸੇ ਨੂੰ ਗਿਲ ਹਿਕਮਤ ਕਰਕੇ ਤੰਦੂਰ ਯਾ ਭੱਠੀ ਵਿਚ ਇੰਨਾਂ ਚਿਰ ਰਖੋ ਕਿ ਸੁਕ ਕੇ ਸਫੇਦੀ ਮਾਇਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਪੀਹਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਪਰ ਸੜੇ ਨਾ ।

ਮੋਮ—ਅੱਗ ਤੇ ਪੰਘਾਰ ਕੇ ਨਿਮਕ ਮਿਲੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪਕਾਓ ਤੇ ਇਕ ਲਕੜੀ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਤੇ ਮੋਮ ਨੂੰ ਹਿਲਾਂਦੇ ਰਹੋ । ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕਰੋ ਮੋਮ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ।

ਮਾਜੂ—ਗੋਕੇ ਘਿਉ ਵਿਚ ਇੰਨਾਂ ਭੁੰਨੋ ਕਿ ਫਟ ਜਾਵੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੁੰਨਣਾ ਯਾ ਸਾੜਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ।

ਬਾਰਤੰਗ, ਕਾਸਨੀ, ਮਕੋ ਦੇ ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪਾੜਨਾ—ਤਾਜ਼ੇ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੀਹ ਕੇ ਪਾਣੀ ਕਢੋ ਫਿਰ ਅੱਗ ਤੇ ਪਕਾਉ ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਫਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਫ ਕਰ ਲਵੋ।

ਬਿਛੂ ਸਾੜਨਾ—ਜਿਊਂਦੇ ਬਿਛੂ ਨੂੰ ਮਿਟੀ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਕੱਪੜ ਮੱਟ ਕਰੋ ਤੇ ਇਕ ਰਾਤ ਭਰ ਗਰਮ ਤੰਦੂਰ ਵਿਚ ਰਖੋ ਜੇਕਰ ਸਵਾਹ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੇਜ਼ ਅੱਗ ਦਿਉ।

ਰਸੌਂਤ ਸਾਫ ਕਰਨਾ—ਰਸੌਂਤ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੋਲ ਕੇ ਕੱਪੜ ਛਾਨ ਕਰਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।

ਕੱਚ ਨੂੰ ਨਰਮ ਕਰਨਾ—ਇਸਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਗਰਮ ਕਰਕੇ

ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਸੱਜੀ ਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਬੁਝਾਉ ।

ਜ਼ੀਰਾ ਮੁਦੱਬਰ—ਕਾਲੇ ਜ਼ੀਰੇ ਨੂੰ ਸਿਰਕੇ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਕੱਢ ਕ ਸੁਕਾ ਲਵੋ । ਇਸ ਤਰਾਂ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਕਰੋ ।

ਗਿਲ ਹਿਕਮਤ-ਜਿਸ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਦਵਾ ਸਾੜਨੀ ਹੋਵੇ ਉਸਦੇ ਮੂੰਹ ਉਪਰ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਆਟੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਇਕ ਕਪੜਾ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਉਪਰ ਲਪੇਟੋ ਅਤੇ ਕਪੜੇ ਉਪਰ ਮਿਟੀ ਤੂੜੀ ਕੁਟ ਕੇ ਰਲਾ ਕੇ ਲੇਪ ਕਰੋ ਤੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ ।

ਪਟ-ਕਿਸੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਰਕ ਯਾ ਜੋਸ਼ਾਂਦੇ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਨਾ ਤੇ ਖਰਲ ਕਰਨਾ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਸੁਕ ਜਾਵੇ ਯਾ ਸੁਕੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਤਰ ਕਰਕੇ ਸੁਕਾ ਲੈਣਾ ।

ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਖਾਰ ਬਨਾਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ—ਜਿਸ ਬੂਟੀ ਯਾ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖਾਰ ਅਰਥਾਤ ਨਿਮਕ ਬਨਾਣਾ ਹੋਵ ਉਸਨੂੰ ਸਾੜ ਕੇ ਥੋੜੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦੋ ਤਿੰਨ ਪਹਿਰ ਪਿਆ ਰਹਿਣ ਦਿਉ । ਉਪਰੰਤ ਇਕ ਮੋਟਾ ਕਪੜਾ ਲੈ ਕੇ ਉਸਦੀਆਂ ਚਾਰੇ ਨੁਕਰਾਂ ਵਖੋ ਵੱਖ ਕਿੱਲਾਂ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿਉ ਤੇ ਉਸ ਕਪੜੇ ਉਪਰ ਉਹ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਭਿਉਂਈ ਹੋਈ ਸਵਾਹ ਪਾ ਦਿਉ ਤੇ ਉਪਰੋਂ ਹੋਰ ਪਾਣੀ ਪਾਈ ਜਾਵੋ । ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਖਾਲੀ ਭਾਂਡਾ ਕਪੜੇ ਦੇ ਥਲੇ ਰਖ ਲੈਣਾ ਤਾਂਕਿ ਕਪੜੇ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਪਾਣੀ ਡਿਗੇ ਉਹ ਥਲੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਪੈਂਦਾ ਜਾਵੇ । ਜੋ ਪਾਣੀ ਥਲੇ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਆਵੇ ਉਸਨੂੰ ਫੇਰ ਕਪੜੇ ਤੇ ਪਾਉ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਕਰੋ ਸਭ ਖਾਰ ਥੱਲੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਆ ਜਾਵੇਗਾ । ਫਿਰ ਇਸਨੂੰ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ ਜਦੋਂ ਇਕ ਜੋਸ਼ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ

ਲਾਹ ਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰ ਲਵੋ ਉਪਰਲਾ ਪਾਣੀ ਨਿਤਾਰ ਕੇ ਰਖੋ ਤੇ ਥਲੇ ਕੁਝ ਸਵਾਹ ਬੈਠੇਗੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਟ ਦਿਉ ਫੇਰ ਉਸ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਦੋਬਾਰਾ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖ ਕੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਇਹ ਖਾਰ (ਨਿਮਕ) ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕੋਲੇ-ਜਿਸ ਦਵਾ ਦੇ ਕੋਲੇ ਕਰਨੇ ਹੋਣ ਉਸਨੂੰ ਟੋਟੇ ਟੋਟੇ ਕਰਕੇ ਗਿਲ ਹਿਕਮਤ ਕਰਕੇ ਜਲਾਉ ਤਾਂਕਿ ਉਸਦਾ ਧੂੰਆਂ ਤੇ ਅੱਗ ਬਾਹਰ ਨਾ ਨਿਕਲੇ।

ਅਸਾਰਾ-ਸਿਰਫ ਪੱਤਰ, ਫੁਲ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹ ਦਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਚਲ ਕੇ ਪਾਣੀ ਨਿਚੋੜ ਕੇ ਧੁਪੇ ਸੁਕਾਉ।

ਸਤ-ਨਿਰਾ ਲਕੜੀ ਅਤੇ ਜੜ ਦਾ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਤਰ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁਚਲ ਲਵੋ, ਜੇਕਰ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ ਤਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਕੁਚਲ ਕੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਮਲ ਕੇ ਕਪੜੇ ਵਿਚੋਂ ਛਾਣ ਲਵੋ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਭਾਂਡੇ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਜਦੋਂ ਥਲੇ ਬੈਠ ਜਾਵੇ ਤੇ ਪਾਣੀ ਨਿਤਰ ਜਾਵੇ ਤਦ ਥਲੇ ਮਧਮ ਅੱਗ ਬਾਲ ਕੇ ਪਾਣੀ ਸੁਕਾ ਲਵੋ ਤੇ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਧੁਪੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ।

ਰੁਬ-ਜੜ ਯਾ ਤਾਜ਼ੀ ਲੱਕੜੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪੀਹ ਕੇ ਛਾਣ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਪਕਾਉ ਜਦੋਂ ਗਾੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਧੁਪੇ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਜੇਕਰ ਲੱਕੜੀ ਯਾ ਜੜ ਸੁਕੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦਿਉ ਅਤੇ ਮਲ ਕੇ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਫੇਰ ਪਕਾਉ ਜਦੋਂ ਗਾੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਫਲਾਂ ਦਾ ਰੁਬ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਲਾਂ ਦਾ ਰਸ ਕੱਢ ਕੇ ਛਾਣ ਕੇ ਪਕਾ ਕੇ ਸੁਕਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

੭. **ਅੱਕ ਦੇ ਫੁੱਲ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਸੈਹਜ, ਬਦਲ ਕਤੀਰਾ, ੧ ਰੱਤੀ।

੮. **ਰੇਠਾ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਨਾਕਹੀ, ਬਦਲ ਕਤੀਰਾ, ੧ ਮਾਸ਼ਾ।

੯. **ਜ਼ਫਤ ਰੂਮੀ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਫੇਫੜਾ, ਬਦਲ ਬਨਖਸ਼ਾਂ ਦੇ ਫੁੱਲ, ੧ ਰੱਤੀ।

੧੦. **ਪਾਰਾ**—ਦਰਜਾ ਦੂਜਾ ਬਾਰਦ, ਦਿਮਾਗ਼ ਤੇ ਸੰਘ, ਬਦਲ, ਦੁਧ ਖਾਲਸ, ਅੱਧਾ ਚਾਵਲ।

੧੧. **ਕਸਤ ਕੌੜੀ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਤਕ੍ਰੀਬਨ ਜ਼ੈਹਰ, ਬਦਲ ਗੁਲਕੰਦ, ੧ ਰੱਤੀ।

੧੨. **ਸੱਜੀ ਗੁਲਾਬੀ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੈਹਰੀਲੀ, ਬਦਲ ਧਨੀਆਂ ਆਦਿਕ, ੧ ਰੱਤੀ।

੧੩. **ਥੋਹਰ ਦਾ ਦੁੱਧ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਮੈਹਰੂਰੀ, ਬਦਲ ਗਾਂ ਦਾ ਦੁਧ, ਤਕਰੀਬਨ ਜ਼ੈਹਰ।

੧੪. **ਬਛਨਾਕ (ਮਿਠਾ ਤੇਲੀਆ)**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਜੋੜ, ਬਦਲ ਕਸਤੂਰੀ ਖਾਲਸ, ੧ ਚਾਵਲ।

੧੫. **ਭਲਾਂਵਾਂ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਪਾਗਲਪਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਘਿਉ ਤੇ ਜ਼ੈਹਰ ਮੌਹਰਾ, ੧ ਚਾਵਲ।

੧੬. **ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀਂ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਪਾਗਲਪਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਘਿਉ ਤੇ ਕਾਲੀ ਮਰਚ, ਮਾਤ੍ਰਾ ੪ ਚਾਵਲ।

੧੭. **ਸੰਖੀਆ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੈਹਰ ਸਖਤ, ਬਦਲ ਘਿਉ, ਮਾਤ੍ਰਾ ੧/੮ ਚਾਵਲ।

੧੮. **ਸ਼ਿੰਗਰਫ**—ਦਰਜਾ ਦੂਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਦਿਲ ਤੇ ਸ਼ੰਘ ਲਈ ਖਰਾਬ,ਬਦਲ ਦੁਧ ਖਾਲਸ ਮਾਤ੍ਰਾ ੧/੮ ਚਾਵਲ।

੧੯. **ਘੁੰਗਚੀ (ਰੱਤੀਆਂ)**—ਦਰਜਾ ਦੂਜਾ ਹਾਰਯਾਬਸ, ਮਕਰਬ (ਅਕੜਾ ਕਰੇ), ਬਦਲ ਧਨੀਆਂ-ਮੈਂਹ ਦਾ ਦੁਧ, (ਜ਼ੈਹਰ ਹੈ)।

੨੦. **ਹੁਬੂਲਸਲਾਤੀਂ (ਜਮਾਲਗੋਟਾ)**— ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਤਰੀ ਨੂੰ ਸੁਕਾਵੇ, ਬਦਲ ਮਹੀਂ ਦਾ ਦੁਧ, (ਜ਼ੈਹਰ ਹੈ)।

੨੧. **ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਪੱਤਰ**—ਦਰਜ਼ਾ ਚੌਥਾ ਬਾਰਦ ਯਾਬਸ, ਪਾਗਲਪਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਘਿਉ ਤੇ ਕਾਲੀ ਮਰਚ,(ਜ਼ੈਹਰ ਹੈ)।

੨੨. **ਹੁਸਨ ਯੂਸਫ਼**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਕੈ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਬਦਲ ਰੋਗਨ ਬਦਾਮ ਤੇ ਕੱਚਾ ਦੁਧ, (ਜ਼ੈਹਰ ਹੈ।)

੨੩. **ਦਾਰ ਚਿਕਨਾ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਅਕੜਾ ਪੈਦਾ ਕਰੇ,ਬਦਲ ਘਿਉ ਆਦਿਕ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੨੪. **ਰਸ ਕਪੂਰ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ,ਮੇਹਰੂਗੀ ਬਦਲ ਗਊ ਦਾ ਦੁਧ,(ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੨੫. **ਸਫੈਦਾ ਕਾਸ਼ਗਰੀ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਬਾਰਦ ਯਾਬਸ, ਪਾਗਲਪਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ; ਬਦਲ ਸ਼ਹਿਦ ਖਾਲਸ,(ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੨੬. **ਸੰਧੂਰ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਬਾਰਦ ਯਾਬਸ ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ, ਬਦਲ ਘਿਉ ਆਦਿਕ, (ਜ਼ੈਹਰ ਹੈ)।

੨੭. **ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ,ਪੇਸ਼ਾਬ ਬੰਦ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਸਿਰਕਾ ਖਾਲਸ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੨੮. **ਹੜਤਾਲ ਤਬਕੀ**—ਦਰਜਾ ਤੀਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਜੋਸ਼ ਦੇਵੇ, ਬਦਲ ਰੋਗਨ ਬਦਾਮ ਤੇ ਲੁਆਬ ਇਸਬਗੋਲ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੨੯. **ਗਊ ਅਤੇ ਭੇਡ ਦੇ ਪਿਤੇ ਦਾ ਪਾਣੀ**—ਦਰਜਾ ਚੌਥਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਮੁੱਕਰਾਹ, ਬਦਲ ਘਿਉਆਦਿਕ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੦. **ਮੱਕੜੀ ਦਾ ਜਾਲਾ (ਚਿੱਟਾ)**—ਦਰਜਾਦੂਜਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਮੇਦੇ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰੇ ਬਦਲ ਸ਼ਹਿਦ ਤੇ ਲੂਣ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੧. **ਚੂਨਾ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਰਈਆ, ਬਦਲ, ਚਿਟੀ ਖੰਡ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੨. **ਰੋਗਨ ਬਦਾਮ ਕੌੜਾ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਰਈਆ, ਬਦਲ ਸ਼ੱਕਰ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੩. **ਕਾਲਾ ਈਸਬਗੋਲ**--ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਗਸ਼ੀ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚਾਂ, ਕੈ ਕਰਾਣਾ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ।)

੩੪. **ਈਸਬਗੋਲ ਕੁਟਿਆ ਹੋਇਆ**-- ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ; ਦਮਾਂ ਤੇ ਗਸ਼ੀ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਬਦਲ ਦਵਾਉਲ ਮਿਸਕ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੫. **ਬਜ਼ਰੁਲਬੰਜ**--ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੈਹਰੀਲੀ ਦਵਾ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰੇ, ਬਕਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਸ਼ੈਹਦ ਖਾਲਸ ਤੇ ਘਿਉ ਗੌਕਾ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੩੬. **ਕਨੇਰ ਦੀ ਜੜ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ; ਅਕੜਾ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਰੋਗਨ ਬਦਾਮ ਤੇ ਕੈ, ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ।

੩੭. **ਸੱਪ ਦਾ ਪਿੱਤਾ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਬਿਲਕੁਲ ਜ਼ੈਹਰ, ਅਕਲ ਤੇ ਹਵਾਸ ਗੁੰਮ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਤਰਯਾਕ ਫ਼ਾਰੂਕੀ।

੩੮. **ਜੂੰਦ ਬੇਦੱਸਤਰ ਕਾਲਾ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਬਿਲਕੁਲ ਜ਼ੈਹਰ ਅਕਲ ਤੇ ਹਵਾਸ ਗੁੰਮ ਕਰੇ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਚਾਵੇ ਬਦਲ ਲੁਆਬ ਈਸਬਗੋਲ; (ਜ਼ਹਿਰ ਮਾਰੂ)।

੩੯. **ਜਦਵਾਰ ਕੌੜੀ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੈਹਰੀਲੀ ਦਵਾ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਸੁਰਖੀ ਪੈਦਾ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਪਾਣੀ, (ਜ਼ੈਹਰ ਮਾਰੂ)।

੪੦. **ਚਰਸ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਗਸ਼ੀ ਲਿਆਵੇ-ਹਵਾਸ ਗੁੰਮ ਕਰੇ, ਬਦਲ ਗੌਕਾ ਦੁਧ ਤੇ ਮੱਖਨ (ਜ਼ੇਹਰ ਮਾਰੂ)।

੪੧. **ਸੁਰਮਾ ਕਾਲਾ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੇਹਰ-ਸੰਘ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰੇ; ਗਸ਼ੀ ਲਿਆਵੇ, ਬਦਲ ਤਰੰਜ ਦੇਬੀ।

੪੨. **ਸ਼ਿਵਕਰਾਂ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ, ਜ਼ੇਹਰੀਲੀ ਦਵਾ, ਬਦਲ ਜ਼ੁੰਦਬੇਦਸਤ੍ਰ ਤੇ ਰੋਗਨ ਕਸਤ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ।

੪੩. **ਗਾਰੀਕਿਊਨ**—ਦਰਜਾ ਪਹਿਲਾ ਹਾਰ ਯਾਬਸ; ਜ਼ੇਹਰੀਲੀ ਦਵਾ, ਬਦਲ ਦੂਧ ਖਾਲਸ ਤੇ ਕੈ, (ਜ਼ਹਿਰ ਮਾਰੂ)।

ਸੁਕੀਆਂ ਅਤੇ ਤਰਲ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਤੋਲ ਮਾਪ ਦਾ ਵੇਰਵਾ

ਅਤਾਰਾਂ ਅਤੇ ਪਸਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਜ਼ਨ:-

੮ ਖਸ਼ਖਾਸ਼	੧ ਚਾਵਲ
੮ ਚਾਵਲ	੧ ਰੱਤੀ
੮ ਰੱਤੀਆਂ	੧ ਮਾਸ਼ਾ
੧੨ ਮਾਸ਼ੇ	੧ ਤੋਲਾ
੫ ਤੋਲੇ	੧ ਛਟਾਂਕ

੧੬ ਛਟਾਂਕ	੧ ਸੇਰ
੪੦ ਸੇਰ	੧ ਮਨ
੬ ਰੱਤੀਆਂ	੧ ਦਾਂਕ
੧ ਦਰਮ	ਸਾਢੇ ੩ ਮਾਸ਼ੇ
੧ ਮਿਸ਼ਕਾਲ	ਸਾਢੇ ੪ ਮਾਸ਼ੇ
੧ ਦਾਮ	੧੪ ਮਾਸ਼ੇ
੧ ਪਰ	੬੪ ਮਾਸ਼ੇ
੧ ਟੰਕ	[illegible] ਮਾਸ਼ੇ

ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਦੇਸੀ ਵਜ਼ਨਾਂ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ:—

੧ ਔਂਸ	ਤਕਰੀਬਨ	੨॥ ਤੋਲੇ
੮ ਔਂਸ		੪ ਛਟਾਂਕ
੧ ਗਰੇਨ		ਅੱਧੀ ਰੱਤੀ
੧ ਅਸਕਰੋਪੋਲ		੧ ਮਾਸ਼ਾ ਡੇਢ ਰੱਤੀ
੧ ਪੌਂਡ		ਅੱਧ ਸੇਰ
੧ ਡਰਾਮ		੪ ਮਾਸ਼ੇ
੧ ਗਰਾਮ		੧ ਮਾਸ਼ਾ
੧ ਹੰਡਰਵੇਟ		੫੪ ਸੇਰ
੧ ਟਨ		ਸਾਢੇ ੨੭ ਮਨ
੧ ਰਤਲ		੪੦ ਤੋਲੇ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਜ਼ਨ:—

੨੦ ਗਰੇਨ	੧ ਅਸਕਰੇ ਪੱਲ
੬੦ ਗਰੇਨ	੧ ਡਰਾਮ
੮ ਡਰਾਮ	੧ ਔਂਸ

੧੬ ਔਂਸ	੧ ਪੌਂਡ
੨੮ ਪੌਂਡ	੧ ਕਵਾਰਟਰ
੪ ਕਵਾਰਟਰ	੧ ਹੰਡਰਵੇਟ
੨੦ ਹੰਡਰਵੇਟ	੧ ਟਨ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੁਕੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਵਜ਼ਨ:--

੧੦ ਗਰੇਨ	ਅੱਧਾ ਗੂੰਜ
੨੦ ਗਰੇਨ	੧ ਅਸਕਰੇਪੌਲ
੧੩ ਅਸਕਰੇ ਪੌਲ	੧ ਡਰਾਮ
੮ ਡਰਾਮ	੧ ਔਂਸ
੧੬ ਔਂਸ	੧ ਪੌਂਡ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤਰਲ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਵਜ਼ਨ:-

੬੦ ਮਿਨਮ ਯਾ ਬੂੰਦਾਂ	੧ ਫਲੂਇਡ ਡਰਾਮ
੮ ਫਲੂਇਡ ਡਰਾਮ	੧ ਫਲੂਇਡ ਔਂਸ
੨੦ ਫਲੂਇਡ ਔਂਸ	੧ ਪਾਸਿੰਟ
੨ ਪਾਇੰਟ	੧ ਕਵਾਰਤ
੪ ਕਵਾਰਟ	੧ ਗੈਲਨ

ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਪੈਮਾਨੇ (ਮਾਪ):--

੧ ਮਿਲੀ ਮੀਟਰ	੧/੨੫ ਇੰਚ
੧ ਸੈਂਟੀ ਮੀਟਰ	੨/੪ ਇੰਚ
੧ ਇੰਚ	੨੫.੪ ਮਿਲੀ ਮੀਟਰ ਯਾ ਢਾਈ ਸੈਂਟੀ ਮੀਟਰ

ਚੌੜਾਈ ਦੇ ਨਾਪ:—

੧ ਸੀ. ਸੀ.	੭ ਬੂੰਦ
੧ ਲਿਟਰ	੩੫.੨ ਫਲੂਏਡ ਔਂਸ
੧ ਮਿਨਮ (ਬੂੰਦ)	੬ ਸੀ. ਸੀ
੧ ਫਲੂਏਡ ਡਰਾਮ	੩.੫ ਸੀ. ਸੀ
੧ ਫਲੂਏਡ ਔਂਸ	੨੮,੪ ਸੀ. ਸੀ

ਮੈਟਰੀਕਲ ਵਜ਼ਨ (ਤੋਲ):—

੧ ਮਿਲੀ ਗਰਾਮ	੧/੬੫ ਗਰੇਨ
੧ ਸੈਂਟੀਗਰਾਮ	੧/੬ ਗਰੇਨ
੧ ਗਰਾਮ	ਸਾਢੇ ੧੫ ਗਰੇਨ
੧ ਕਿਲੋ ਗਰਾਮ	੨ ਪੌਂਡ ਸਵਾ ਤਿੰਨ ਔਂਸ ਯਾ ੧੦੦੦ ਗਰਾਮ

ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਪੈਸੇਫ਼ਿਕ ਗਰੈਵਿਟੀ:-

ਪਾਰਾ	੧੩.੬੫
ਤੇਜ਼ਾਬ ਗੰਧਕ	੧. ੮੩
ਡਿਸਟਿਲਡ ਵਾਟਰ (ਗਰਮ)	੧.੫੩
ਦੁਧ	੧.੫੩
ਅਲਕੋਹਲ	੫.੮੦
ਈਥਰ	੫.੭੨

ਵਜ਼ਨਾਂ (ਤੋਲਾਂ) ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ (ਇਸ਼ਾਰੇ):-

੪ ਗਲਸ ੧ ਪੈਂਟ	(PT)
੨ ਪਾਇੰਟ ੧ ਕਵਾਟਰ	(QT)
੪ ਕਵਾਰਟਸ ੧ ਗੈਲਨ	(GALL)
੨ ਗੈਲਨ ੧ ਪੀਕ	(PK)
੪ ਪੀਕਸ ੧ ਬੁਸ਼ਲ	(BUS)

੮ ਬੁਸ਼ਲਜ਼ ੧ ਕਵਾਰਟਰ	(QR)
੫ ਕਵਾਰਟਸ ੧ ਲੋਡ	(LD)
੩੬ ਗੈਲਨ ੧ ਬੈਰਲ	(B.A.R.)

ਵੈਦਿਕ ਤੋਲ—

੬ ਬੰਸੀ	੧ ਮਰਚਕਾ
੬ ਮਰਚਕਾ	੧ ਰਾਈ
੩ ਰਾਈ	੧ ਸਰ੍ਹੋਂ
੮ ਸਰ੍ਹੋਂ	੧ ਜੌਂ
੪ ਜੌਂ	੧ ਚਰਮਟੀ
੮ ਚਰਮਟੀ	੧ ਮਾਸ਼ਾ
੪ ਮਾਸ਼ੇ	੧ ਟਾਂਕ
੬ ਮਾਸ਼ੇ	੧ ਗੰਧਾਨ
੨ ਟਾਂਕ	੧ ਸਕਤਕੌਲ
੪ ਟਾਂਕ	੧ ਕਰਖ
[illegible] ਕਰਖ	੧ ਪਲ
[illegible] ਪਲ	੧ ਪਰਸਰਤੀ
੨ ਪਰਸਰਤੀ	੧ ਕੰਡਬ
੪ ਕੰਡਬ	੧ ਸਰਾਬ
੨ ਸਰਾਬ	੧ ਪ੍ਰਸਤ

ਰਜਿਸਟਰਡ ਮੈਡੀਕਲ (ਐਲੋਪੈਥਿਕ) ਡਾਕਟਰਾਂ ਲਈ

(ਵਲੋਂ; ਡਾਕਟਰ ਜ਼ਹੀਰ ਐਹਮਦ ਜੀ ਗੌਰੀ ਸਾਇਰਾ (ਉਦੇ ਪੁਰ) ਰਾਜਿਸਥਾਨ)

ਇਹ ਇਕ ਨਵਾਂ ਤਰੀਕਾ ਇਲਾਜ ਹੈ, ਹਰ ਰੋਗ ਲਈ ਵਖੋ ਵਖ ਦਵਾਈਆਂ ਰਖਣ ਦੀ ਥਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਇਹ ੨੦ ਦਵਾਈਆਂ ਪਾਸ ਰਖੋ; ਥੋੜੇ ਜਹੇ (ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ) ਅਦਲ ਬਦਲ ਨਾਲ ਹਰ ਰੋਗ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰੋ। ਹਰ ਨੁਸਖਾ ਤਜਰਬਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ੯੦ ਤੋਂ ੧੦੦ ਫੀ ਸਦੀ ਲਾਭ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨੰਬ੍ਰ	ਨਾਮ ਦਵਾ	ਤਾਸੀਰ	ਮਾਤਰਾ (ਖੁਰਾਕ)
੧.	Novalgin ਨੋਵਾਲਜਿਨ	ਦਰਦ, ਬੁਖਾਰ, ਨੁਕਰਸ ਨੂੰ ਹਟਾਂਦੀ ਹੈ।	੧ ਤੋਂ ੨ ਟਿਕੀਆਂ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਤੋਂ ੪ ਵਾਰੀ
੨.	Benadryl ਬੇਨਾਡਰਿਲ	ਜ਼ਰਾ ਜਿੰਨੀ ਗਲ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋਣ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦੀ ਹੈ।	" "
੩.	Quinine Tablet ਕੁਨੀਨ ਟਿਕੀ	ਮਲੇਰੀਆ ਹਟਾਂਦੀ; ਮੇਦੇ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।	੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ ਯਾ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ

੪.	Gantrisin ਗਾਂਟਰੀਸਿਨ	ਕਿਸੇ ਰੋਗ ਦੇ ਕੀੜੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀ।	ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ੪ ਗੋਲੀ,ਫਿਰ ਹਰ ੪ ਯਾ ੬ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ੨ ਗੋਲੀਆਂ
੫.	Gardinol ਗਾਰਡੀਨੋਲ	ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇਣ ਤੇ ਨੀਂਦ ਲਿਆ-ਉਣ ਵਾਲੀ।	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀਆਂ ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।
੬.	Dlonindon ਡਾਇਉਨਿਨ ਡੋਨ	ਦਰਦ ਹਟਾਂਦੀ, ਨੀਂਦ ਲਿਆ-ਉਂਦੀ; ਖਾਂਸੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।	੧ ਤੋਂ ੪ ਗੋਲੀ ਲੋੜਨੁਸਾਰ
੭.	Asthmindon ਐਸਥਮਿਨ ਡੋਨ	ਦਮਾਂ ਹਟਾਂਦੀ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਖੁਸਣੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੮.	Corbindon Strong ਕਾਰਬਿੰਡੋਨ ਸਟਰਾਂਗ	ਕਬਜ਼ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਤੇ ਟੱਟੀ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ।	੧ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੯.	Intestopan Fort ਇਨਟੈਸਟੋਪਾਨ ਫੋਰਟ	ਆਦਰਾਂ ਦੇ ਕੀੜੇ ਨਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਦਸਤ,ਪੇਚਸ	ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ੨ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ ਦਿਉ। ਦੂਜੇ

		ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।	ਦਿਨ ਤੋਂ ੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ।
੧੦.	Sodomint ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ	ਮੇਅਦੇ ਦੀ ਤੁਰਸ਼ੀ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਹਵਾ, ਰੀਹ ਖਾਰਜ ਕਰਦੀ ਹੈ।	੧ ਤੋਂ ੪ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੧੧.	Ambrasynth ਐਬਰਾਸਿੰਥ	ਕੀੜੇ ਮਾਰਨ ਲਈ	੧ ਗੋਲੀ ਹਰ ੪ ਤੋਂ ੬ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ
੧੨.	Sequil ਸੀਕਵਿਲ	ਕੈ ਰੋਕਦੀ ਹੈ	੧ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੧੩.	Spasmindon ਅਸਪਾਜ਼ ਮਿੰਡੋਨ	ਦਰਦ ਹਟਾਂਦੀ ਤੇ ਅਕੜਾ (ਤਿਸ਼ੰਜ) ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੧੪.	Ccmbixanthin ਕੰਮਬਿਕਸੈਨਥਿਨ	ਪੇਸ਼ਾਬ ਜਾਰੀ ਕਰਦੀ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦੀ,ਦਿਲ ਨੂੰ ਲਾਭ ਦਿੰਦੀਹੈ	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਲੋੜ ਨੁਸਾਰ
੧੫.	Litrison ਲਿਟਰੀਸੋਨ	ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ
੧੬.	Restinon ਰੈਸਟੀਨੋਨ	ਡਾਇਬਟੀਜ਼ (ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ ਆਉਣੀ)ਦੂਰ ਕਰਦੀਹੈ	੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ

੧੭.	Plastols B—12 ਪਲਾਸਟੋਲਜ਼ ਬੀ-੧੨	ਖੂਨ ਵਧਾਂਦੀ ਤੇ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।	,, ;
੧੮.	Tentex Fort ਟੈਨ ਟੈਕਸ ਫੋਰਟ	ਮਰਦਾਨੀ ਤਾਕਤ ਵਧਾਂਦੀ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੁਸਦ ਰਖਦੀ ਹੈ।	,, ;;
੧੯.	Neutra Donna ਨਿਊਟਰਾ ਡੋਨਾ	ਮੇਦੇ ਦੀ ਤੁਰਸ਼ੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ	੨ ਤੋਂ ੩ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰ
੨੦.	Perandren ਪੀਰੇਂਡਰੇਨ	ਵੀਰਯ ਨੂੰ ਵਧਾਂਦੀ ਹੈ	੨੫ ਮਿਲੀਗਰਾਮ ਰੋਜ ਦਿਉ

ਉਪਰ ਦਿਤੀਆਂ ੨੦ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

ਸਿਰ, ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਰੋਗ -ਸਿਰ ਦਰਦ, ਨੋਵਾਲਜਿਨ ਇਕ ਤੋਂ ਦੋ ਟਿਕੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ।

ਸਖਤ ਸਿਰਦਰਦ—ਨੋਵਾਲਜਿਨ ਤੇ ਡਾਇਉਨਿਨ ਡੋਨ ੧-੧ ਟਿਕੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੁੜੀ ਬਣਾਉ ਤੇ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਦਿਉ।

ਅੱਧੇ ਸਿਰ ਦੀ ਪੀੜ—(ਸ਼ਕੀਕਾ)—ਨੋਵਾਲਜਿਨ ੪ ਟਿਕੀ, ਡਾਇਉਨਿਨ ੩ ਟਿਕੀ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਪੀਹਕੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਬਣਾਉ। ਲੋੜ ਵੇਲੇ ੧ ਖੁਰਾਕ ਦਿਉ, ਫਿਰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ੧ ਖੁਰਾਕ ਹੋਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਿਰ ਦੇ ਚੱਕਰ—ਗਾਰਡੀਨੋਲ ਅੱਧੇ ਗਰੇਨ ਦੀ ੧ਟਿਕੀ.ਸੋਢਾ ਮਿੰਟ ੨ ਟਿਕੀਆਂ; ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ੧ ਖੁਰਾਕ ਬਨਾਉ।

ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਉਣੀ—ਗਾਰਡੀਨੋਲ ੨ ਗਰੇਨ ਦੀ ਇਕ ਟਿਕੀ ਦਿਉ ।

ਸਰੀਰ ਟੁਟਣਾ (ਤਿਸ਼ੰਜ)—ਸੀਕਵਿਲ ੨੫ ਮਿਲੀ ਗਰਾਮ ਦੀ ਇਕ ਗੋਲੀ ਹਰ ਚਾਰ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ।

ਮਿਰਗੀ—ਗਾਰਡੀਨੋਲ, ਅੱਧੀ ਗਰੇਨ ਦੀ ਟਿਕੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਹੌਲੀ ੨,ਤਿੰਨ ਗਰੇਨ ਦੀ ਟਿਕੀ ਤਕ ਪੁਚਾਉ ਫਿਰ ਤਿੰਨ ਗਰੇਨ ਰੋਜ਼ ਹਰ ਛੀ ਘੰਟੇ ਬਾਦ ਦਿਉ।

ਸਰਸਾਮ-ਐਬਰਾਸਿੰਥ, ਇਕ ਕੈਪਸੂਲ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ

ਦਿਉ, ਫਿਰ ਬੀਮਾਰੀ ਘਟਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵਕਤ ਵਧਾਂਦੇ ਜਾਓ, ਅਰਥਾਤ ੬-੬ ਫਿਰ ੮-੮ ਘੰਟੇ ਕਰ ਦਿਉ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤਿਸ਼ੰਜ ਰੋਕਣ ਲਈ ਗਾਰਡੀਨੌਲ ੩ ਗਰੇਨ ਹਰ ਚਾਰ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦੇਂਦੇ ਰਹੋ। ਬੁਖਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਨੋਲਜਿਨਦਿਉ।

ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਸੋਜਸ਼–ਸਰਸਾਮ ਵਾਲਾ ਤਰੀਕਾ ਵਰਤੋ।

ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਰੋਗ

ਆਸ਼ੋਬ ਚਸ਼ਮ (ਅੱਖ ਦੀ ਸੋਜਸ਼)–ਐਂਬਕਾਸਿੰਥ, ੨੫੦ ਮਿਲੀ ਗਰਾਮ ਦਾ ਇਕ ਕੈਪਸੂਲ, ਵੈਜ਼ਲੀਨ ੨੫ ਗਰਾਮ, ਵੈਜ਼ਲੀਨ ਨੂੰ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਉਬਾਲ ਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰੋ, ਫਿਰ ਕੈਪਸੂਲ ਖੋਹਲਕੇ ਪੌਡਰ ਰਲਾ ਦਿਉ ਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ੨੦ ਮਿੰਟ ਤਕ ਉਬਾਲੀ ਹੋਈ ਕੱਚ ਦੀ ਸੀਖ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਹਿਲਾ ਕੇ ਰਲਾ ਲਵੋ। ਕੱਚ ਯਾ ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਸਲਾਈ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਉਬਾਲ ਕੇ ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਮਲ੍ਹਮ ਅੱਖ ਵਿਚ ਲਗਾਉ। ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਨਮਕੀਨ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ ਫਿਰ ਮਲ੍ਹਮ ਲਾਉ।

ਅੱਖ ਦਾ ਜ਼ਖਮ-ਉਪਰ ਵਾਲਾ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤੋ।

ਰੋਹੇ (ਕੁਕਰੇ)–ਉਪਰ ਵਾਲਾ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤੋ।

ਅੱਖ ਵਿਚ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ ਪੈ ਜਾਣਾ–ਅੱਖ ਵਿਚੋਂ ਚੀਜ਼ ਕੱਢ ਕੇ ਉਪਰ ਵਾਲੀ ਮਲਹਮ ਵਰਤੋ।

ਅੱਖ ਅਤੇ ਭਰਵੱਟਿਆਂ ਦੀ ਸਖਤ ਦਰਦ—ਨੋਅਲਜੀਨ ੨ ਟਿਕੀਆਂ, ਡਾਇਉਨਿਨ ਡੋਨ ੧ ਟਿਕੀ। ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਕੇ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਬਣਾਕੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਸਵਾਸ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਰੋਗ

ਜ਼ੁਕਾਮ—ਨੋਲਜਿਨ, ਬਿਨਾ ਡਰਿਲ ਅਤੇ ਡਾਇਉਨਿਨ ਡੋਨ ਦੀ ਇਕ ੨ ਟਿਕੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ ਦਿਉ।

ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਨੋਲਜਿਨ ੧ ਟਿਕੀ, ਕੁਨੀਨ ਟਿਕੀ (੩½ ਗਰੇਨ) ੧ ਟਿਕੀ, ਗੈਂਟਰੀਸਿਨ ੧ ਟਿਕੀ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰਮਿਲਾ ਕੇ ਹਰ ੬ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ।

ਨਮੋਨੀਆ ਅਤੇ ਖਾਂਸੀ—ਗੈਂਟਰੀਸਿਨ, ਨੋਲਜਿਨ ੧-੧ ਟਿਕੀ ਮਿਲਾਕੇ ਹਰ ੪-੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਨਮੋਨੀਏ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ—ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ੧ ਕੈਪਸੂਲ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ, ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਬੁਖਾਰ ਘਟੇ, ਵਕਤ ੬ ਤੋਂ ੮ ਘੰਟੇ ਵਧਾ ਦਿਉ, ਪਸਲੀ ਦੇ ਦਰਦ ਲਈ ਨੋਲਜਿਨ ਦਿਉ।

ਦਮਾਂ—ਐਸਥਮਿਨ ਡੋਨ, ਬਿਨਾ ਡਰਿਲ ੧-੧ ਟਿਕੀ ਦੌਰੇ ਵੇਲੇ ਤੇ ਫਿਰ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਆਰਾਮ ਆਉਣ ਤਕ ਦਿਉ।

ਦੰਦ, ਮਸੂੜੇ, ਮੂੰਹ ਤੇ ਗਲੇ ਦੇ ਰੋਗ

ਐਬਰਾਂ ਸਿੰਥ	੧ ਕੈਪਸੂਲ
ਗਿਲਸਰੀਨ	੩੫ ਗਰਾਮ

ਗਿਲਸਰੀਨ ਨੂੰ ਉਬਾਲਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰੋ, ਫਿਰ ਕੈਪਸੂਲ ਤੋੜਕੇ ਪੌਡਰ ਉਸ ਵਿਚ ਰਲਾ ਦਿਉ। ਮੂੰਹ, ਜ਼ਬਾਨ ਦੇ

ਛਾਲੇ, ਜੀਭ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੀ ਸੋਜ, ਹਲਕ ਵਿਚ ਗਲੇ ਪੈ ਜਾਣੇ, ਘੰਡੀ ਦਾ ਲਟਕ ਜਾਣਾ ਆਦਿਕ ਲਈ ਰੂੰ ਦੀ ਫਰੇਰੀ ਨਾਲ ਦਵਾ ਲਗਾਉ।

ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਸੋਜ—ਉਪਰਲਾਂ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤੋ, ਕੰਨ ਵਿਚ ਪਾਉ।

ਦਰਦ ਮਸੂੜੇ ਤੇ ਦੰਦ—ਅੱਧੇ ਸਿਰ ਦੀ ਦਰਦ ਵਾਲਾ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤੋ।

ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਰੋਗ

ਕਬਜ਼—ਕਾਰਬਿਨਡੋਨ ਸਟਰਾਂਗ ੧ ਟਿਕੀ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਬਜ਼ ਵਿਚ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਫਿਰ ਦਿਉ।

ਪੇਟ ਅਫਾਬਾ—ਕਾਰਬਿਨ ਡੋਨ ੧ ਟਿਕੀ; ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੧੬ ਟਿਕੀਆਂ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਪੀਹਕੇ ਚਾਰ ਹਿਸੇ ਕਰੋ। ਇਕ ਇਕ ਹਿਸਾ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਬਦਹਜ਼ਮੀ—ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੪ ਟਿਕੀ, ਸੀਬੋਲਾ ੨ ਟਿਕੀ ਅਜਿਹੀ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ।

ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਦਸਤ—ਇਨਟੈਸਵੋ ਪਾਨ ੧ ਕੈਪਸੂਲ, ਡਾਇਉਨਿਨ ਡੌਨ ੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੪ ਵਾਰੀ ਆਰਾਮ ਆਉਣ ਤਕ ਦਿਉ।

ਪੇਚਸ (ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੀ)—ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਵਾਲੇ ਨੁਸਖੇ ਨੂੰ ਵਰਤੋ ਯਾ ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ੧ ਕੇਪਸੂਲ, ਇਨਟੈਸਟੋ ਪਾਨ ੧ ਕੇਪਸੂਲ। ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਕੇ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਬਨਾਉ। ਇਕ ੨ ਖੁਰਾਕ ਚਾਰ ਚਾਰ ਘੰਟੇ ਬਾਦ ਦਿਉ।

ਕੈ ਉਲਟੀ—ਸੀਕਵਿਲ ੧ ਟਿਕੀ, ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੨ ਟਿਕੀ ਰਲਾ ਕੇ ਦਿਉ।

ਦਰਦ ਸ਼ਿਕਮ ਅਤੇ ਮਰੋੜ –ਸਪੈਸਮਿਨ ਡੋਨ ੧ ਟਿਕੀ, ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੧ ਟਿਕੀ ਰਲਾਕੇ ਦਿਉ।

ਮੇਦੇ ਦਾ ਜ਼ਖਮ ਤੇ ਸੋਜ—ਸਿਬਿਲਾ ੨ ਗੋਲੀ, ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੪ ਗੋਲੀ। ਰਲਾ ਕੇ ਦਿਉ. ਇਹ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਹੈ।

ਬੁਖਾਰ, ਟਾਈਫਾਈਡ ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ੨ ਕੈਪਸੂਲ, ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦਿਉ, ਫਿਰ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ੧ ਕੈਪਸੂਲ ਦਿਉ। ਬੀਮਾਰੀ ਘਟਨ ਦੇ ਨਾਲ ੨ ਵਕਤ ੬ ਤੋਂ ੮ ਘੰਟੇ ਕਰ ਲਵੋ।

ਮਲੇਰੀਆ –ਕੁਨੀਨ ਪੰਜ ਗਰੇਨ ੧ ਟਿਕੀ, ਨੋਲਜਿਨ ੧ ਟਿਕੀ। ਦਿਨ ਵਿਚ ੨-੩ ਵਾਰੀ ਦਿਉ।

ਗੁਰਦੇ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੇ ਰੋਗ

ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਗੁਰਦਾ—ਉਪਰ ਦਿਤੀ 'ਮੇਦੇ ਦਾ ਜ਼ਖਮ ਤੇ ਸੋਜ' ਵਾਲੀ ਦਵਾ ਦਿਉ।

ਦਰਦ ਗੁਰਦਾ—ਨੋਵਲਜਿਨ ੧ ਗੋਲੀ, ਸਪੈਸਮਿਨ ਡੋਨ ੧ ਗੋਲੀ ਦੋਵੇਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦਿਉ।

ਸੁਜ਼ਾਕ –ਗਾਂਟਰੀਸਿਨ ੨ ਗੋਲੀ, ਸੋਡਾ ਮਿੰਟ ੨ ਗੋਲੀ। ਅਜਿਹੀ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਹਰ ੪ ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ ਅਤੇ ਇਹ ਨੁਸਖਾ ਪਚਕਾਰੀ ਰਾਹੀਂ ਇੰਦਰੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਛੇਕ ਰਾਹੀਂ ਵਰਤੋ। ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ੧ ਕੈਪਸੂਲ, ਅਰੀਟਿਡ ਵਾਟਰ ਪੰਜ ਗਰਾਮ, ਨਸ਼ਾਸ਼ਤਾ ½ ਗਰਾਮ, ਜ਼ੈਤੂਨ ਦਾ ਤੇਲ ੨੦ ਗਰਾਮ, ਨਿਸ਼ਾਸ਼ਤੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਹਲ ਕਰਕੇ ਅੱਗ ਉਪਰ ਲੇਵੀ ਬਨਾਉ। ਫਿਰ

ਥੋੜੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਕੈਪਸੂਲ ਦਾ ਪੌਡਰ ਘੋਲਕੇ ਇਸੇ ਲੇਵੀ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਦਿਉ। ਹੁਣ ਜ਼ੈਤੂਨ ਦੇ ਤੇਲ ਨੂੰ ਉਬਾਲਕੇ ਠੰਡਾ ਕਰਕੇ ਲੇਵੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਲ ਕਰਕੇ ਵਰਤੋ। ਜੇਕਰ ਹਾਲਤ ਬਹੁਤ ਵਿਗੜੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ਕੈਪਸੂਲ ਖਵਾ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਾਇਬਟੀਜ਼

ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ ਆਉਣੀ :—ਰਾਸਟੀਨੋਨ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ੫ ਗੋਲੀ, ਦੂਜੇ ਦਿਨ ੪ ਗੋਲੀ, ਤੀਜੇ ਦਿਨ ੪ ਗੋਲੀ ਫਿਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ੧ ਤੋਂ ੩ ਗੋਲੀ ਤਕ।

ਨੋਟ :—ਪੇਸਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਦਵਾਈ ਵਧ ਘਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਲਹੂ ਦਾ ਘਟ ਜਾਣਾ—ਪਲਾਸਟੋਲਜ਼ ਬੀ-੧੨, ੧ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਤਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਨਾਮਰਦੀ—ਟੈਨਟੈਕਸ ਫੋਰਟ ੧ ਟਿਕੀ, ਪਲਾਸਟੋਲਜ਼ ਬੀ-੧੨, ੧ ਕੈਪਸੂਲ। ਦੋਵੇਂ ਇਕੋ ਵਾਰੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਰੋਟੀ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ ਤੇ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ੧ ਗੋਲੀ ਪੀਰੇਂਡਰਨ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਚੂਸੋ।

ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ

ਦਿਲ ਦਾ ਦਰਦ, ਦਿਲ ਦਾ ਖੂਨ ਦਾ ਦੌਰਾ ਘਟਣਾ, ਕੇ; ਹਾਰਟ ਫੇਲ ਦਾ ਰੋਗ—ਕਲਬੀ ਦਮਾਂ

ਆਦਿਕ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮਬਿਕਸੈਨਥਿਨ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰ ਦਿਉ।

ਦਿਲ ਦੀ ਸੋਜ—ਐਂਬਰਾ ਸਿੰਥ ਯਾ ਗਾਂਟਰੀ ਸਿਨ ੧-੧ ਗੋਲੀ, ਦਿਨ ਵਿਚ ੨ ਵਾਰੀ।

ਤੁਚਾ (ਚਮੜੀ) ਰੋਗ

ਐਗਜ਼ੀਮਾਂ—ਐਂਬਰਾਸਿੰਥ ੧ ਕੈਪਸੂਲ, ਬਿਨਾ ਡਰਿਲ ੧ ਕੈਪਸੂਲ, ਗਿਲਸਰੀਨ ਸਟੈਰਾਈਲ ੨੫ ਗਰਾਮ। ਦੋਹਾਂ ਕੈਪਸੂਲਾਂ ਨੂੰ ਗਲਿਸਰੀਨ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਮਿਲਾਕੇ ਰੂੰ ਦੇ ਫੋਹੇ ਨਾਲ ਲਗਾਉ।

ਸ੍ਰੀਰਕ ਖਾਰਸ਼—ਉਪਰਲੀ ਦਵਾ ਵਰਤੋ ਤੇ ਖਾਣ ਵਾਸਤੇ ਬਿਨਾ ਡਰਿਲ ਖੁਆਉ।

ਜ਼ਖਮ—ਗਾਂਟਰੀਸਿਨ ੧ ਗੋਲੀ, ਵੈਜ਼ਲੀਨ ੨ ਡਰਾਮ; ਮਲਹਮ ਬਣਾਕੇ ਲਗਾਂਉ ਤੇ ਪੱਟੀ ਬੰਨੋ।

ਜਿਗਰ ਦੇ ਰੋਗ ਤੇ ਯਰਕਾਨ

ਲਿਟਰੀ ਸਿਨ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਦਿਉ।

ਕਬਜ਼ ਲਈ ਪਲਾਸਟੋਲਜ਼ ਬੀ—੧੨, ੧-੧ ਗੋਲੀ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਦਿਉ।

ਬਾਇਉ ਕੈਮਿਕ ਇਲਾਜ

ਬਾਇਉ ਕੈਮਿਕ ੧੨ ਦਵਾਈਆਂ

(ਅਸਲ ਵਿਚ ਕੀ ਚੀਜ਼ ਹਨ)

ਬਾਇਉ ਕੈਮਕ	ਐਲੋਪੈਥਿਕ
ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ	ਕਲੋਰਾਈਡ ਆਫ ਲਾਈਮ
,, ਫਾਸ	ਫਾਸ ਫੇਟ ਆਫ ਲਾਈਮ
,, ਸਲਫ	ਸਲਫੇਟ ਆਫ ਲਾਈਮ
ਫੈਰਮ ਫਾਸ	ਫਾਸਫੇਟ ਆਫ ਆਇਰਨ
ਮੈਗਨੇਸ਼ੀਆ	ਫਾਸਫੇਟ ਆਫ ਮੈਗਨੇਸ਼ੀਆ
ਸਿਲੇਸ਼ੀਆ	ਸਿਲਿਕਾ
ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ	ਕਲੋਰਾਈਡ ਆਫ ਪੋਟਾਸੀਅਮ
ਕਾਲੀ ਫਾਸ	ਫਾਸਫੇਟ ਆਫ ਪੋਟਾਸੀਅਮ
ਕਾਲੀ ਸਲਫ	ਸਲਫੇਟ ਆਫ ਪੋਟਾਸੀਅਮ
ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ	ਕਲੋਰਾਈਡ ਆਫ ਸੋਡੀਅਮ
ਨੇਟਰਮ ਫਾਸ	ਫਾਸਫੇਟ ਆਫ ਸੋਡੀਅਮ
ਨੇਟਰਮ ਸਲਫ	ਸਲਫੇਟ ਆਫ ਸੋਡੀਅਮ

(ਨੋਟ – ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾ ਲਗਾਉ। ਕਾਗਜ਼ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਲਵੋ) ਖੁਰਾਕ ਬਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ੧ ਰਤੀ ਜਵਾਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ੨ ਰਤੀਆਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਨ ਵਿਚ ੨-੩ ਵਾਰੀ।

ਪ੍ਰਹੇਜ਼–ਗਰਮ, ਖੱਟੀਆਂ, ਤੇਲ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਚਾਹ; ਮਾਸ; ਸ਼ਰਾਬ ਆਦਿਕ ਖਾਣਾ ਤੇ ਭੋਗ ਮਨਾ ਹੈ। ਗਿੜ੍ਹਾ

ਹਲਕੀ ਖਾਣੀ ਚਾਹੀਏ ।
ਆਤਸ਼ਕ—ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ ਵਰਤੋ ।
ਅਸਹਾਲ (ਦਸਤ):—

ਪਤਲੇ ੨ ਦਸਤ ਹੋਣ ਤਾਂ	ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ
ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੁੰਦੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਸਫਰਾਵੀ ਰੰਗ ਦੇ ਦਸਤਾਂ ਲਈ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ
ਦਸਤਾਂ ਵਿਚ ਲਹੂ ਆਵੇ ਤਾਂ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਅਨਪਚੀ ਦੇ ਦਸਤ ਹੋਣ ਤਾਂ	ਫੇਰਮ ਫਾਸ
ਪੇਚਸ ਦੇ ਦਸਤ ਹੋਣ ਤਾਂ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਹੈਜ਼ੇ ਵਰਗੇ ਪਤਲੇ ੨ ਦਸਤਾਂ ਵਾਸਤੇ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ

ਅੱਖਾਂ ਵਾਸਤੇ—

ਮੁਢਲੀ ਸੋਜ ਵੇਲੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਗੋਹਾਂਜਨੀ ਲਈ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ
ਅੱਖਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਆਵੇ	ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ
ਸਬਜ਼ੀ ਮਾਇਲ ਗਿੱਡ ਆਵੇ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ
ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਸੱਟ ਲਗ ਜਾਵੇ ਤੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਅੱਖਾਂ ਚੁੰਧਿਆਵਨ	ਨੇਟਰਮ ਫਾਸ
ਅੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਮੋਤੀਆ ਬਿੰਦ ਵਾਸਤੇ	ਕੈਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ

ਬੁਖਾਰ—

ਮਾਮੂਲੀ ਹਰਾਰਤ ਹੋਵੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਮਲੇਰੀਆ ਬੁਖਾਰ	ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ
ਤਪ ਮੁਹਰਕਾ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਬੁਖਾਰ ਨਾਲ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੋਵੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ, ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ

ਬਵਾਸੀਰ—	
ਬਾਦੀ ਬਵਾਸੀਰ ਵਾਸਤੇ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ
ਖੂਨੀ ,, ,,	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਸੋਜ਼ਸ਼ ਘਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਦਰਦ ਅਤੇ ਕਬਜ਼ੀ ਵਾਸਤੇ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀਆਂ—	
ਸਲਸਲ ਬੌਲ (ਰੁਕ ੨ ਕੇ ਆਵੇ)	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਮਸਾਨੇ ਈ ਸੋਜਸ਼ ਲਈ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਹਰ ਵੇਲੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਆਉਂਦਾ ਦਿਸੇ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਮਸਾਨੇ ਦੀ ਰੇਤ ਵਾਸਤੇ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ
ਪੱਥਰੀ—	
ਭਾਵੇਂ ਜਿਗਰ ਵਿਚ ਹੋਵੇ ਯਾ ਮਸਾਨੇ ਵਿਚ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ
ਜ਼ਰੀਆਂ ਮਨੀ –	
ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਵਾਸਤੇ	ਨੈਟਰਮ ਫਾਸ
ਆਮ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਤੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਧਾਤ ਦਾ ਵਗਣਾ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਲਹੂ ਵਗਣਾ—	
ਕਿਸੇ ਸਬੱਬ ਨਾਲ ਯਾ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਤੋਂ ਵਗੇ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਲਹੂ ਲਈ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਕਾਲੀ ਰੰਗਤ ,, ,,	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਜਿਗਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀਆ –	
ਸਫਰਾ ਦੇ ਵਾਧੇ ਵਿਚ	ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ
ਦਰਦ ਜਿਗਰ ਲਈ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਸੈਲਫ
ਸਲਾਬਤ ਜਿਗਰ ਲਈ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ

ਖੱਲੜੀ ਰੋਗ—

ਕਿਲ ਬਿੰਮ ਦਾਗ ਲਈ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਛਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਫੋੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਪੀਲਾ ਮਵਾਦ ਨਿਕਲੇ	ਕਾਲੀ ਸੈਲਫ
,, ,, ਗਾੜ੍ਹੀ ਪਾਕ ਨਿਕਲੇ	ਸਲੇਸ਼ੀਆ
ਸਖਤ ਖੱਲ ਹੋ ਜਾਵੇ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ
ਛਪਾਕੀ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ

ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਦਰਦ -

ਜਦੋਂ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਯੂਰਿਕ ਐਸਡ ਵੀ ਹੋਵੇ ਮੁਜ਼ਮਨ ਦਰਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗੀ ਹੈ	ਨੇਟਰਮ ਫਾਸ
ਹਾਰ ਦਰਦਾਂ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਅਜਿਹੇ ਦਰਦ ਜੋ ਚਲਦੇ ਫਿਰਦੇ ਰਹਿਣ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਸਖਤ ਸੋਜਾ ਵਾਲੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਲਈ	ਮੈਗ ਫਾਸ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ

ਸੰਘ ਦੀ ਸੋਜਸ਼—

ਗਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਗਰਮੀ ਤੇ ਸੋਜਸ਼	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਗਲਾ ਸੁਜ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਖੁਨਾਕ ਦੇ ਲਈ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ, ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਘੰਡੀ ਡਿਗ ਪਵੇ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ

ਲਹੂ ਵਿਚ ਜ਼ੈਹਰ—

ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਹੋਵੇ ਮੁਹਰਕਾ ਬੁਖਾਰ ਯਾ ਪੇਸ਼ਾਬ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਲਹੂ ਵਿਚ ਜ਼ੈਹਰ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ

ਹੈਜ਼ (ਮਾਹਵਾਰੀ ਰਿਤੂ)—

ਦਰਦ ਨਾਲ ਘਟ ਆਵੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਚਿਰਕਾ ਆਵੇ ਯਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਦਿਮਾਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਈ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਰੈਹਮ ਦੀ ਸਖਤ ਦਰਦ ਲਈ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਵਧ ਆਵੇ ਤੇ ਕਈ ਦਿਨ ਰਹੇ	ਕੈਲਕੇਰੀਆ ਸੈਲਫ

ਦੰਦ ਦਰਦ—

ਸੋਜਸ਼ੀ ਦਰਦ ਲਈ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਵਰਮ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਅਸਬੀ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਦੰਦ ਡਿਗਦੇ ਜਾਣ	ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਾਸ

ਸ੍ਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹਿਲਣਾ—
ਮੈਗ ਫਾਸ ਦਵਾਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ

ਜ਼ਿਆਬਤੀਸ (ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ੱਕਰ)—
ਨੇਟਰਮ ਸੈਲਫ ਦਿਓ

ਲਹੂ ਦਾ ਦੌਰਾ—

ਜੇ ਸਿਰ ਵਲ ਬਹੁਤਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਚੇਹਰਾ ਸੁਰਖ ਅਤੇ ਭੁਰਭੁਰਾ ਹੋਵੇ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਅਸਬੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਕਰਕੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ

ਦਮਾ—
ਬਹੁਤ ਕਰਕੇ ਕਾਲੀ ਫਾਸ ਫਾਇਦਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ

ਜ਼ੁਕਾਮ -

ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਮੁੱਢ ਵਿਚ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਜਦੋਂ ਪਤਲਾ ਪਤਲਾ ਪਾਣੀ ਵਗੇ	ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ

ਜਦੋਂ ਰੇਸ਼ਾ ਗਾਹੜਾ ਹੋ ਜਾਵੇ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ ਯਾ ਕਲਕੇਰੀਆ ਸਲਫ
ਪੀਲੇ ਮਵਾਦ ਵਿਚ	ਕਾਲੀ ਸਲਫ
ਸਬਜ਼ ਰੰਗੇ ਮਵਾਦ ਵਿਚ	ਨੇਟਰਮ ਸਲਫ
ਪਿਛੋਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਸੁਰਖ ਬਾਦਾ (ਛਪਾਕੀ)—	
ਸੋਜ਼ਸੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ	ਫੈਰਮ ਫਾਸ
ਪਿੰਡੇ ਤੇ ਛਾਲੇ ਫਲੂਹੇ ਹੋ ਜਾਣ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਪਿੰਡਾ ਸੁਰਖ ਹੋਵੇ ਤੇ ਜਲਨ ਹੋਵੇ	ਨੇਟਰਮ ਸਲਫ
ਸੁਜ਼ਾਕ —	
ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਦਵਾ	ਨੇਟਰਮ ਫਾਸ ਹੈ
ਪਾਕ ਲਹੂ ਰੰਗੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਕੁੱਰਾ ਪੈ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ	ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ
ਸੈਲਾਨੁਲ ਰੈਹਮ (ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ)—	
ਚਿੱਟੇ ਪਾਣੀ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ
ਪੀਲੇ ਪਾਣੀ ਵਾਸਤੇ	ਕਾਲੀ ਸਲਫ
ਪਤਲਾ ਪਾਣੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ	ਨੇਟਰਮ ਸਲਫ
ਜਿਥੇ ਲਗੇ ਖਾਰਸ਼ ਤੇ ਜਲਨ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਸ਼ਕੀਕਾ (ਅੱਧੇ ਸਿਰ ਦੀ ਪੀੜ)—	
ਕੋਈ ਵੀ ਅਸਬੀ ਦਰਦ ਹੋਵੇ	ਮੈਗ ਫਾਸ
ਸਫਰਾ (ਗਰਮੀ)—	
ਬੁਖਾਰ, ਸਫਰਾਵੀ ਕੈ ਵਾਸਤੇ	ਨੇਟਰਮ ਸਲਫ
ਅਰਕੁਲ ਨਸਾ (ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਦਰਦ)—	
ਕਾਲੀ ਫਾਸ, ਮੈਗ ਫਾਸ ਵਾਰੋ ਵਾਰੀ ਦਿਉ	

ਗਦੂਦ—

ਗਦੂਦਾਂ ਵਿਚ ਵਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ — ਕਾਲੀ ਮਿਊਰ

ਸਖਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਗਿਲਟੀਆਂ ਬਣ ਜ਼ਾਣ ਕਲਕੇਰੀਆ ਫਲੋਰ

ਪਤਾਲੂ—

ਵਰਮ ਅਤੇ ਸੋਜ਼ ਲਈ — ਫੈਰਮ ਫਾਸ

ਪਾਣੀ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ — ਕੈਲਕੇਰੀਆ ਫਾਸ

ਲਹੂ ਘਟ ਜਾਣਾ—

ਜਦੋਂ ਬਹੁਤੇ ਦਮਤ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਹੋਵੇ
ਯਾ ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ ਕਰਕੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ — ਕਲਕੇਰੀਆਂ ਫਾਸ

ਜਦੋਂ ਲਹੂ ਬਹੁਤ ਪਤਲਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨੇਟਰਮ ਮਿਊਰ

ਹੋਮਿਉਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ

ਖਾਰਸ਼—

ਇਸ ਲਈ ਖਾਣ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਲਾਣ ਲਈ
ਚੰਗੀ ਦਵਾਈ — ਥੋਜਾ ਹੈ

ਖਾਂਸੀ —

ਸ਼ੁਰੂ ੨ ਵਿਚ ਐਕੋਨਾਈਟ

ਸੁਕੀ ਤਕਲੀਫ ਵਾਲੀ ਖੰਘ ਹੋਵੇ ਤੇ
ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ ਹੋਵੇ — ਬੈਲਾ ਡੋਨਾ

ਜਦੋਂ ਖੰਘ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਸ੍ਰੀਰ ਨੂੰ ਤਕਲੀਫ
ਤੇ ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੋਵੇ — ਬਰਾਈਓਨਾ

ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ ਹੋਵੇ — ਮਰ ਕਿਊਰੇਸ

ਪੁਰਾਣੀ ਖੰਘ ਵਿਚ — ਸਲਫਰ

ਗਲਾ ਬੈਠ ਜਾਵੇ ਛਾਤੀ ਵਿਚ ਦਰਦ — ਫਾਸ ਫੋਰਸ

ਖੁਰਾਕ ਘੰਟੇ ੨ ਪਿਛੋਂ ਆਰਾਮ ਆਉਣ ਤਕ

ਜ਼ੁਕਾਮ (ਰੇਜ਼ਸ਼)—

ਸ਼ੁਰੂ ੨ ਵਿਚ ਐਕੋਨਾਈਟ
ਅੱਖ ਨੱਕ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤਾ ਪਾਣੀ ਵਗੇ ਤੇ
ਖਾਰਸ਼ ਜਲਨ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਆਰਸਨੇਕ
ਜੇਕਰ ਇਸ ਨਾਲ ਫਾਇਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਰਕਰੀ ਕਿਉ
ਜੇਕਰ ਦਿਨੇ ਨੱਕ ਬਹੁਤ ਵਗੇ ਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ
ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨੈਕ ਸਵਾਮੀਕਾ
ਦੁਵਾ ਘੰਟੇ ੨ ਬਾਦ ਜਦ ਤਕ ਆਰਾਮ ਨਾ ਆਵੇ।

ਬਵਾਸੀਰ—

ਜੇਹੜੇ ਲੋਕ ਬਹੁਤ ਬੈਠੇ ਰਹਿਣ, ਕਬਜ਼ ਹੋਵੇ, ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੜਬੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਵੇਰੇ ਸਲਫਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਨੈਕ ਸ੍ਰਾਮੀਕਾ ਵਰਤਨ।

ਕੰਨ ਦੀ ਪਾਕ ਵਾਸਤੇ—

ਮਿਊਲੀਨ ਆਇਲ ਵਰਤੋ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਬੋਲੇ ਕੰਨ ਲਈ ਅਕਸੀਰ ਹੈ।

ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ—

ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਗਾੜ੍ਹਾ ਤੇ ਮਲਾਈ ਰੰਗਾ ਹੋਵੇ ਪਲਸਟੀਲਾ
ਜਦੋਂ ਨਾਲ ਹੀ ਜਲਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਤਲੀ ਦਵਾ
ਕਲਕੇਰੀਆ ਕਾਰਬ ਨਾਲ ਵਾਰੀ ੨ ਦਿਉ
ਜਦੋਂ ਰਤੂਬਤ ਤਲਖੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ ਰੰਗ
ਵਿਚ ਪੀਲੀ ਤੇ ਪਤਲੀ ਹੋਵੇ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਸੀਪਿਆ
ਜਦੋਂ ਰਤੂਬਤ ਗਾੜ੍ਹੀ ਸਬਜ਼ਾਈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ
ਤੇਜ਼ ਹੋਵੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤੀ ਹੋਵੇ ਮਰਕਿਊਰੇਸ
ਜਦੋਂ ਰਤੂਬਤ ਬਹੁਤੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਚਾਈਨਾ

ਜਦੋਂ ਬੂ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਖਾਰਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ	ਕਰੀਓਜ਼ ਵਿਟਮ
ਖੁਰਾਕ—ਦਿਨ ਵਿਚ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਜਦ ਤਕ ਆਰਾਮ ਨਾ ਆਵੇ	
ਮਾਹਵਾਰੀ ਰਿਤੂ—	
ਜਦੋਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਸਖਤ ਗਰਮ ਆਵੇ ਤੇ ਥਲੇ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਦਬਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਲਹੂ ਲਾਲ ਹੋਵੇ	ਬੈਲਾ ਡੋਨਾ
ਜਦੋਂ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆ ਜਾਵੇ ਤੇ ਲਹੂ ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਹੋਵੇ ਯਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੀਵੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋ ਛੇਤੀ ਜਵਾਨ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਭੋਗ ਦੀ ਖਾਹਸ਼ ਬਹੁਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹੋਣ।	ਪਲੇਟੀਨਾ
ਜਦੋਂ ਰਿਤੂ ਬਹੁਤਾ ਆਵੇ ਤੇ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੋਵੇ	ਚਾਈਨਾ
ਜਦੋਂ ਜੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰੇ ਅੰਗੜਾਈਆਂ ਆਉਣ ਤੇ ਬਾਜ਼ ਦਫਾ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਹੋ ਜਾਵੇ	ਅਗਨੇਸ਼ੀਆ
ਜਦੋਂ ਬੀਮਾਰ ਨੂੰ ਸਰਦੀ ਛੇਤੀ ਪੋਹੇ, ਸਰੀਰ ਮੋਟਾ ਹੋਵੇ ਪੈਰ ਠੰਡੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਖਲ ਚਿਪ ਚਿਪੀ ਹੋਵੇ।	ਕਲਕੇਰੀਆ ਕਾਰਬ
ਖੁਰਾਕ—ਦਿਨ ਵਿਚ ੪ ਵਾਰੀ ਜਦ ਤਕ ਆਰਾਮ ਨਾ ਆਵੇ।	
ਦਿਮਾਗ—	
ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਡਰ, ਫਿਕਰ ਤੇ ਘਬਰਾਹਟ ਹੋਵੇ	ਐਕੋਨਾਈਟ
ਜਦੋਂ ਯਾਦ ਦਾਸ਼ਤ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਵੇ	ਕਾਲੀ ਫਾਸ
ਜਦੋਂ ਗਮ ਫਿਕਰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਹੋਵੇ	ਅਗਨੇਸ਼ੀਆ
ਆਤਮਘਾਤ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਵੇ	ਆਰਮ ਦਿਉ
ਕੰਨ ਪੇੜੇ –	
ਜੇਕਰ ਸੋਜ਼ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ	ਮਰਕਿਊਰੇਸ
ਜੇਕਰ ਦਰਦ ਬਹੁਤ ਹੋਵੇ ਤੇ ਸੁਰਖੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ	ਬੈਲਾ ਡੋਨਾ

ਹਿਸਟੀਰੀਆ—
ਜਦੋਂ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦਾ ਦੌਰਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਮਰੀਜ਼
ਬਹੁਤ ਤੜਪੇ ਤਾਂ ਸਮੀ ਸੀਫਿਊਗਾ ਦਿਉ

ਤਾਕਤ ਵਾਸਤੇ -

ਜੋ ਆਦਮੀ ਬੁਢਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਨਵਾਂ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਝਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਕਤ ਮਰਦਾਨਗੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 'ਲਾਇਕੋ ਪੋਡੋਮ' ਇਕ ਹਜ਼ਾਰ ਦੇ ਦੋ ਕਤਰੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਪਿਲਾਉ। ਮੀਆਂ ਬੀਵੀ ਦੋਵੇਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

ਆਮ ਤਾਕਤ ਲਈ—ਐਸਡਫਾਸ ਦਿਨ ਵਿਚ ਛੇ ਵਾਰੀ ਦਿਉ।

ਬਦਮਿਜ਼ਾਜ਼ੀ -

ਉਹ ਆਦਮੀ ਜੋ ਬੜੇ ਛੇਤੀ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋਣ। ਤਬੀਅਤ ਗੁਸੇ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਬਦ ਕਲਾਮੀ ਬਹੁਤੀ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਮਾਂ ਪਿਉ ਨੂੰ ਵੀ ਗੁਸੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਗਾਲਾਂ ਕਢ ਦਿੰਦੇ ਹੋਣ। ਥੋੜੀ ੨ ਗਲ ਤੇ ਆਕੜ ਬਹਿਣ। ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੇ ਭਾ ਦੇ ਮਾਰਸ਼ਲ ਲਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀਮੋਸਿਲਾ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦਿਉ। ਫੇਰ ਉਹ ਆਦਮੀ ਬਣ ਜਾਣਗੇ।

ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਹਡੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਲਈ —
ਜਦੋਂ ਬਹੁਤੇ ਦਸਤ ਆਉਣ ਨਾਲ ਯਾ ਬਹੁਤਾ
ਭੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ—

ਆਰਮ ਫਿਊਰੇਈ ਕਮ	੩X
ਫਾਸ ਫੋਰਕ ਐਸਡ	੩X
ਚਾਈਨਾ	੧X

ਬਰਾਬਰ ਵਜ਼ਨ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਕੇ ਰਲਾ ਕੇ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਪੰਜ ੨ ਗਰੇਨ ਦੀਆਂ ਟਿਕੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ ਦਿਨ ਵਿਚ

ਚਾਰ ਵਾਰੀ ੨-੨ ਟਿਕੀਆਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਾਉ ਇਹ ਦਵਾਈ ਅਕਸੀਰ ਹੈ।

ਨਮੋਨੀਆ ਬੁਖਾਰ ਜਿਸ ਵਿਚ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਦਰਦ ਹੋਵੇ –
ਬੀਮਾਰ ਲੁਛਦਾ ਹੋਵੇ। ਬਾਹਰੋਂ ਪਿੰਡਾ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਨਾ ਜਾਪੇ ਪਰ ਅੰਦਰ ਅੱਗ ਲਗੀ ਹੋਵੇ। ਝਟ ਪਟ ਸਰਦੀ ਲਗ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਪਰਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਹੋ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 'ਐਕੋਨਾਈਟ ਨੈਪ' ਦਿਉ ਘੰਟੇ ੨ ਪਿਛੋਂ ੨ ਬੂੰਦਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਓ।

ਕੰਨ ਦੀ ਪਾਕ ਵਾਸਤੇ—
ਪਲਸਟੀਲਾ ੩੦X ਦਿਨ ਵਿਚ ਛੀ ਵਾਰ ਹਰ ਦੂਜੇ ਘੰਟੇ ਇਸਤਮਾਲ ਕਰਾਉ।

ਖਾਸ ਇੰਦਰੀ ਲੇਪ:—

ਆਰਨੀਕਾ ਟਿੰਕਚਰ	੩੦ ਬੂੰਦ
ਕੈਂਥਰਸ ਟਿੰਕਚਰ	੩੦ ਬੂੰਦ
ਕੈਲੰਡੋਵਰ ਟਿੰਕਚਰ	੩੦ ਬੂੰਦ
ਜੈਤੂਨ ਦਾ ਤੇਲ	੧ ਔਂਸ

ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਰਲਾਕੇ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਉਂਗਲੀ ਯਾ ਕਪੜੇ ਦੀ ਟਾਕੀ ਨਾਲ ੫-੭ ਬੂੰਦਾਂ ਇੰਦਰੀ ਤੇ ਹੌਲੀ ੨ ਧਸਾ ਦਿਉ। ਇਸ ਨਾਲ ਛਾਲੇ ਯਾ ਜ਼ਖਮ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੇ। ਸਵੇਰੇ ਉਠਕੇ ਧੋ ਦਿਉ।

ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਠੇਕਾ

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਵੇਰੇ ਸੂਰਜ ਨਿਕਲਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਚਿਰਪਹਿਲਾਂ ਜੰਗਲ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਵਿਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ, ਨਿਤਨੇਮ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਨ ਬੈਠ ਜਾਉ, ਇਸ ਤੋਂ ਵੇਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਚੌਂਕੜੀ ਇਸ ਤਰਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਬੈਠੋ ਕਿ ਸੱਜੇ ਪੈਰ ਦਾ ਗਿੱਟਾ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਅਤੇ ਪਤਾਲੂਆ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਟਿਕ ਜਾਵੇ, ਤੇ ਖੱਬਾ ਪੈਰ ਇਸ ਤਰਾਂ ਰਖੋ ਕਿ ਦੋਹਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਗਿਟਿਆਂ, ਵਿਚਕਾਰ ਇੰਦ੍ਰੀ (ਦਬ) ਆ ਜਾਵੇ । ਇਸਤਰਾਂ ਬੈਠਣ ਨਾਲ ਚਿਤੜ ਜ਼ਮੀਨ ਤੋਂ ਉਚੇ ਰਹਿਣਗੇ ਤੇ ਕੁਝ ਔਖ ਭੀ ਭਾਸੇਗਾ, ਪਰ ਦੋ ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਇਹ ਆਦਤ ਬਣ ਜਾਵੇਗੀ। ਪਿਠ ਪਿਛੇ ਤਕੀਏ ਦਾ ਢਾਸਣਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਬੈਠ ਕੇ ਦੋਹਾਂ ਹਥਾਂ ਨੂੰ ਗੋਦ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਅਗੇ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਕਰੋ ।

ਪਹਿਲਾਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢਿਲਾ ਛੱਡ ਕੇ ਕੁਝ ਝੁਕਾਂਦੇ ਹੋਏ ਅੰਦਰ ਦੀ ਹਵਾ ਸ੍ਵਾਸ ਰਾਹੀਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਬਾਹਰ ਕਢੋ, ਫਿਰ ਕਮਰ ਦੀ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਸਿਧਾ ਕਰ ਲਵੋ। (ਇਸਤਰਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਂਦਰਾਂ ਉਪਰ ਨੂੰ ਖਿਚ ਖਾਣਗੀਆਂ), ਨਾਲ ਹੀ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਉਪਰ ਵਲ ਇਸਤਰਾਂ ਖਿਚੋ, ਜਿਸਤਰਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੇ ਰਸਤੇ ਉਪਰ ਨੂੰ ਖਿਚ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਯਾ ਜਿਸਤਰਾਂ ਟੱਟੀ ਦੀ ਹਾਜਤ ਵੇਲੇ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਰੁਝੇ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕੇੜਦੇ ਹੋ, ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਕਰੋ ਤੇ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤੁਸੀਂ ਸੁਕੇੜ ਸਕੋ ਸੁਕੇੜੋ । ਜਦੋਂ ਦਮ ਘੁਟਣ ਲਗੇ ਹੌਲੀ ੨ ਸ੍ਵਾਸ (ਹਵਾ) ਅੰਦਰ ਨੂੰ ਖਿਚੋ, ਪਰ

ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀ ਖਿਚ ਢਿਲੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜਦੋਂ ਹਵਾ ਅੰਦਰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਭਰ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਿਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਸਕੇ, ਹਵਾ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਰੋਕੀ ਰਖੋ, ਜਦੋਂ ਨਾ ਰਿਹਾ ਜਾਏ ਤਾਂ ਹੌਲੀ ੨ ਮੂੰਹ ਰਸਤੇ ਸ੍ਵਾਸ (ਹਵਾ) ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕਢੋ, ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਢਿਡ ਹਵਾ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਇਹ ਇਕ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਹੈ, ਇਸ ਤੇ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ਸ੍ਵਾਸ ਅੰਦਰ ਖਿਚਣ, ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਸ੍ਵਾਸ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਿਚ ੧॥ ਮਿੰਟ ਲਗਣਾ ਚਾਹੀਏ, ਇਸਤਰਾਂ ਦੋ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ਦੋ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਰੋਜ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਮਸ਼ਕ ਦੇ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ ਦਾ ਨਾਮ 'ਸਤਿਨਾਮ' ਯਾ 'ਓਮ' ਆਦਿਕ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਰਹੋ ਤਦ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਖਿਚਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਾਇਮ ਰਖੋ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਸੰਧਿਆ ਵੇਲੇ ਵੀ ਵੇਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਇਹੋ ਅਮਲ ਕਰੋ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਤਰੀਕਾ ਬਿਨਾ ਤਕਲੀਫ ਹੋਣ ਲਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਨਾਂਯਾਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾਂਦੇ ਜਾਉ, ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕੇੜਨਾ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਖਿਚਾਉ ਨਾ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਹੀ ਮਨੀ ਦੇ ਨੁਕਸ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਭੋਗ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਪਖਾਨੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕੇੜੀ ਰਖੋ ਤਦ ਵੀਰਯ ਖਾਰਜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਵਿਧੀ ਕਰਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਭੋਗ ਨਾ ਕਰੋ।

ਰਾਗ (ਸੰਗੀਤ) ਦੁਆਰਾ ਇਲਾਜ

ਰਾਗ ਵਿਦਿਆ ਇਕ ਬਹੁਤ ਸਰੇਸ਼ਟ ਵਿਦਿਆ ਹੈ। ਰਾਗ ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾ ਮਨੁਖੀ ਸੁਭਾਵਾਂ ਤੇ ਪੂਰਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਕਿਡਾ ਹੀ ਦੁਖੀ ਮਨੁਖ ਹੋਵੇ, ਦਿਲ ਬੁਝਿਆ ਹੋਵੇ ਯਾ ਘਬਰਾਹਟ ਹੋਵੇ, ਜਦੋਂ ਹੀ ਕੋਈ ਪਿਆਰਾ ਗੀਤ ਮਿਠੀ ਲੈ ਵਿਚ ਸੁਣੇਗਾ, ਝਟ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਰਾਗ ਸੁਣਨ ਨਾਲ ਤਬੀਅਤ ਅਜੇਹੀ ਠਿਕਾਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਾਨਵਰ ਤਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੰਗਲੀ ਦਰਿੰਦੇ ਸ਼ੇਰ ਆਦਿਕ ਤੇ ਸੱਪ ਰਾਗ ਦੀ ਤਾਸ਼ੀਰ ਨਾਲ ਮਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਬੀਨ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨਾਲ ਹਰਨ ਮਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਰਾਗ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਉਚ ਕੋਟੀ ਦੇ ਰਾਗ ਜਾਨਣ ਵਾਲੇ ਅੱਗ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਮੀਂਹ ਵਸਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੰਗਾਂ ਜੁਧਾਂ ਵਿਚ ਜੰਗੀ ਵਾਜਾ ਵਜਦਿਆਂ ਹੀ ਤਬੀਅਤਾਂ ਵਿਚ ਅਜਿਹਾ ਜਸ਼ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰੇ, ਸਹਿਮੇ ਹੋਏ ਦਿਲ ਵੀ ਦੁਸ਼ਮਨ ਨਾਲ ਲੋਹਾ ਲੈਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਿਰਫ ਸ਼ਰਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਗਾਉਣ ਵਾਲਾ ਰਾਗ ਤਾਲ ਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇ ਤੇ ਆਵਾਜ ਮਿਠੀ ਸੁਰੀਲੀ ਹੋਵੇ।

ਰਾਗ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦਾ ਬੁਝਿਆ ਕੰਵਲ ਖਿੜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਰਾਗ ਦੀਆਂ ਬਰੀਕੀਆਂ ਅਤ ਨੁਕਤੇ ਦਿਲ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਉਪਰ ਅਜੀਬ ਜਿਹਾ ਦਿਲ ਖੁਸ਼ ਅਸਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਰਾਗ ਸੁਣਨ ਨਾਲ ਖਿੰਡੇ ਹੋਏ ਖਿਆਲ ਇਕੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਸਰੂਰ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰਾਗ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪਾਗ਼ਲ ਆਦਮੀਆਂ ਨੂੰ

ਬਹੁਤ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲੀਆਂ ਗਲਾਂ ਯਾਦ ਆ ਕੇ ਆਪਣਾ ਪਿਛਾ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਚੇਤੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਇਸ ਤਰਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਬੀਮਾਰ ਦੀ ਤਬੀਅਤ ਰੌਲੇ ਗੌਲੇ, ਵਾਧੂ ਹਾ ਹੂ ਤੇ ਮੋਟੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉਸ ਰਾਗੀ ਯਾ ਰਾਗ ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ ਚਾਹੀਏ, ਜਿਸ ਦਾ ਚੰਗਾ ਅਸਰ ਬੀਮਾਰ ਤੇ ਪਵੇ।

ਕੁਝ ਰਾਗਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਅਗੇ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹਿਕਮਤ ਨਾਲ ਤਅੱਲਕ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਮਾਮੂਲੀ ਸਮਝ ਵਾਲੇ ਵੀ ਚੰਗਾ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਸਾ–ਇਹ ਰਾਗ ਤਕਰੀਬਨ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਗਾਵਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸਦੇ ਅਲਾਪ ਦਾ ਵੇਲਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ੪ ਵਜੇ ਤੋਂ ੭ ਵਜੇ ਤਕ ਹੈ। ਗਰਮ ਖੁਸ਼ਕ ਬੀਮਾ–ਰੀਆਂ ਦੇ ਬੀਮਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਕੰਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਤਸ਼ਕ ਅਤੇ ਯਰਕਾਨ (ਪਾਡੂ ਰੋਗ) ਆਦਿਕ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਉਪਰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਤਜਰਬਾ ਕਰਕੇ ਇਸਦਾ ਅਸਰ ਵੇਖੋ, ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭੈਰਵੀ–ਤਕਰੀਬਨ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਗਾਇਆ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਦੋ ਵਜੇ ਰਾਤ ਤੋਂ ੬ ਵਜੇ ਸਵੇਰ ਤਕ ਇਸਦੇ ਅਲਾਪਨ ਦਾ ਵਕਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਮੂਲੀ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਪਦਿਕ ਅਤੇ ਸਿਲ ਦੇ ਰੋਗੀ ਇਸ ਨਾਲ ਅਰੋਗ ਹੁੰਦੇ ਵੇਖੇ ਗਏ ਹਨ।

ਬਸੰਤ—ਇਹ ਰਾਗ ਬਸੰਤ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹਰ ਵੇਲੇ ਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਹੂ ਦੇ ਰੋਗ, ਫਾਲਜ (ਅਧਰੰਗ), ਲਕਵਾ (ਮੂੰਹ ਦਾ ਡਿੰਗਾ ਹੋ ਜਾਣਾ),

ਆਦਿਕ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵਡਹੰਸ—ਇਹ ਵੀ ਆਸਾ ਰਾਗ ਵਾਂਗ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ੪ ਤੋਂ ੮ ਤਕ ਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਸਾ ਰਾਗ ਵਾਂਗ ਹੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ।

ਬਿਲਾਵਲ—ਸਵੇਰੇ ੩ ਵਜੇ ਤੋਂ ੮ ਵਜੇ ਤਕ ਇਸਦਾ ਵਕਤ ਹੈ। ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੇ ਫਿਕਰ ਦੀ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਤੇ ਤਕਰੀਬਨ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਇਸਨੂੰ ਸੁਣਿਆ ਯਾ ਗਾਵਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭਾਤੀ—ਹਰ ਇਕ ਗੁਣ ਤੇ ਵਕਤ ਵਿਚ ਬਿਲਾਵਲ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ।

ਤਿਲੰਗ—ਇਹ ਵੀ ਬਿਲਾਵਲ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ।

ਦੀਪਕ—ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਖਤ ਪਾਲੇ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਸਰਸਾਮ, ਵੱਖੀ, ਪਸਲੀ ਦਰਦ ਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਗਾਵਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧਨਾਸਰੀ—ਇਸ ਦਾ ਉਚਾਰਣ ਤੇ ਲਾਭ ਬਸੰਤ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਬਸੰਤ ਰਾਗ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਹੈ।

ਰਾਮਕਲੀ—ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਰਾਤ ਦੇ ਦੋ ਵਜੇ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਤਕ ਸਿਲ, ਤਪਦਿਕ, ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ।

ਸਾਰੰਗ—ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਤੜਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਯਾ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ੪ ਵਜੇ ਇਸ ਦਾ ਗਾਉਣਾ ਯਾ ਸੁਣਨਾ ਦਿਮਾਗੀ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਸਰਸਾਮ, ਪਾਗਲਪਨ, ਵਹਿਮ

ਆਦਿਕ ਲਈ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ।

ਕਲਿਆਨ—ਉਦਾਸੀ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਫਿਕਰ ਤੇ ਗ਼ਮ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਤੜਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਗਾਵਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਲਹਾਰ—ਬਰਸਾਤ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਹਰ ਵੇਲੇ ਗਾਵਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਘਬਰਾਹਟ,ਦਿਲ ਦਾ ਡੁਬਣਾ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਤਜਰਬਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਰੂ—ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਸਵੇਰੇ, ਸ਼ਾਮ ਦੋਵੇਂ ਵੇਲੇ ਇਸਦਾ ਗਾਉਣਾ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ।

ਮਾਲਕੌਂਸ—ਇਸਦਾ ਉਚਾਰਣ ਸਾਰੰਗ ਵਾਂਗ ਹੈ, ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਗਾਵਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਸ੍ਰੀ ਰਾਗ—ਕਰੀਬਨ ਹਰ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਸਵੇਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ੪ ਤੋਂ ੮ ਵਜੇ ਤਕ ਇਸਦਾ ਵਕਤ ਹੈ। ਆਸਾ ਰਾਗ ਵਾਂਗ ਇਸਦੇ ਗੁਣ ਅਤੇ ਲਾਭ ਹਨ।

ਗੰਧਾਰੀ-ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਸਵੇਰੇ, ਸ਼ਾਮ ਗਾਵਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਦਰਦ ਆਦਿਕ ਵਿਚ ਬਹੁਤਚੰਗਾਹੈ।

ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ (ਧੁਪ) ਨਾਲ ਇਲਾਜ

ਸਵੇਰੇ ਤੜਕਸਾਰ ਹੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਪਾਣੀ, ਪੂਜਾ ਪਾਠ ਤੋਂ ਵੇਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਨਿਕਲਦੇ ਸੂਰਜ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਖੜੇ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਸਿਧੇ, ਗੋਡਿਆਂ ਉਪਰ ਲਮਕਦੇ ਰਹਿਣ। ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਕਪੜੇ ਮੌਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣ, ਪਰ ਇਤਨੇ ਥੋਹੜੇ ਹੋਣ ਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਧੁਪ ਦਾ ਅਸਰ ਪੁਜਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਨਾ ਪਵੇ। ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਕਛੈਹਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨੰਗੇ ਪਿੰਡੇ ਯਾ ਮਲਮਲ ਦਾ ਬਾਰੀਕ ਕੁੜਤਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ਕਪੜਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਧੁਪੇ ਖਲੋ ਕੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹ ਖਿਆਲ ਧਾਰਨ ਕਰੋ ਕਿ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰੂਪੀ ਕਿਰਣਾਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਕੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਵੱਛ ਅਤੇ ਅਰੋਗ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕੁਝ ਚਿਰ ਸਿਧੇ ਖੜੇ ਰਹੋ ਤੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਘੁਮੋ ਤਾਂਕਿ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ ਬਾਕੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵੀ ਲਗ ਸਕਣ। ਧੁਪ ਤੋਂ ਡਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਗੋਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਤੇਜ਼ ਧੁਪ ਵਿਚ ਵੀ ਫਿਰਨ ਦੀ ਵਾਦੀ ਪਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੇ ਇਸ ਗਲ ਤੋਂ ਡਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਤੇਜ਼ ਧੁਪ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਵੇਗੀ। ਜੋ ਆਦਮੀ ਧੁਪ ਵਿਚ ਡਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨਾਜ਼ਕ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਅਧੇ ਤੋਂ ੧ ਘੰਟੇ ਤਕ ਧੁਪ ਸੇਕੋ ਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ੨-੩ ਘੰਟੇ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕਰੋ। ਧੁਪ ਵਿਚ ਬੈਠਣ ਸਮੇਂ ਸੂਰਜ ਵਲ ਪਿੱਠ ਕਰਕੇ ਬੈਠੋ ਯਾ ਖੜੇ ਹੋਵੋ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਦਿਨ ਬਦਿਨ ਤਾਕਤ

ਹਾਸਲ ਕਰੇਗਾ ਤੇ ਮਾਮੂਲੀ ਰੋਗ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਨੇਜ਼ਲਾ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਪੱਠਿਆਂ ਦੀ ਦਰਦ, ਮਲੇਰੀਆਂ ਬੁਖਾਰ ਆਦਿਕ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਵਡੇ ਰੋਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਨੀਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਬੋਤਲ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਪੂਰਾ ਵੇਰਵਾ ਅਗੇ ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ ਦਾ ਪਾਣੀ' ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ ਵੇਖੋ।

ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ (ਪਾਣੀ) ਨਾਲ ਇਲਾਜ

ਧਪ ਦੀ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਜੜੀ ਬੂਟੀਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਧੁਪ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਹਟਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸਵੱਛ ਖੂਹ ਦਾ ਪਾਣੀ ਭਰ ਕੇ ਕਾਰਕ ਲਗਾ ਕੇ ਦੋ ਘੰਟੇ ਧੁਪੇ ਰਖੋ ਤਦ ਇਹ ਪਾਣੀ ਇਕ ਦਵਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ । ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਪਿਛੋਂ ਧੁਪਿਓਂ ਬੋਤਲ ਚੁਕ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਰਖ ਲਵੋ। ਕਾਰਕ ਧੁਪੇ ਤੇ ਛਾਵੇਂ ਦੋਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਕਈ ਆਦਮੀ ਲਾਲ ਅਤੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਪਾਣੀ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਰੋਗਾਂ ਤੇ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਾਡੇ ਤਜਰਬੇ ਵਿਚ ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਗੁਣਕਾਰੀ ਤੇ ਛੇਤੀ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਿਧ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਕ ਬੋਤਲ ਦੀਆਂ ਵਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਰੋਗੀ ਲਈ ੩੨ ਖੁਰਾਕਾਂ ਤੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਲਈ ੬੪ ਖੁਰਾਕਾਂ ਸਮਝਣੀਆਂ ਚਾਹੀਏ। ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਵਧ ਘਟ ਹੋਣ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸਦੀ ੧-੧ ਖੁਰਾਕ ਦਿਨ ਵਿਚ ੪-੫ ਵਾਰੀ ਤੋਂ ੭-੮ ਵਾਰੀ ਤਕ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਵੀ ਮਲਿਆ ਜਾ ਲਾਇਆ

ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਤਕਰੀਬਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੋਗ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਰਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ, ਚਾਹ, ਅਚਾਰ ਹਰਤਰਾਂ ਦੇ ਬਾਕੀ ਨਸ਼ੇ, ਮੱਛੀ, ਅੰਡੇ, ਮਾਸ, ਗੁੜ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਮਸਾਲੇ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਲ ਮਿਰਚਾਂ ਆਦਿਕ ਵਰਤਨੀਆਂ ਮਨ੍ਹਾ ਹਨ। ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਮੈਥਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ. ਜਿਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਸਕੇ ਗਿਜ਼ਾ ਹਲਕੀ ਤੇ ਛੇਤੀ ਹਜਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਖਾਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਤਲੀਆਂ ਹੋਈਆ ਚੀਜਾ ਯਾ ਮਠਿਆਈ ਵਲੋਂ ਵੀ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਤੁਸੀਂ ਵੇਖੋਗੇ ਕਿ ਇਸ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਆਮ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸਰੀਰਕ ਦਰਦਾਂ, ਪੁਰਾਣਾ ਨਜ਼ਲਾ ਜ਼ੁਕਾਮ, ਦਮਾ, ਖਾਸੀ, ਕਬਜ, ਦਸਤ, ਬਵਾਸੀਰ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਥਕਾਵਟ, ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਉਣੀ ਯਾ ਸਰੀਰਕ ਸੁਸਤੀ ਕਰਕੇ ਜਿਆਦਾ ਨੀਂਦਔਣੀ ਦਿਲ ਦੇਰੋਗਆਦਿਕ ਕਿਸਤਰਾਂ ਹੈਰਾਨੀ ਭਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੁਝ ਦਿਨਾ ਵਿਚ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਰਮ ਚਕਿਤਸਾ (ਨਾੜਾਂ ਦਬਾਣੀਆਂ) ਨਾਲ ਇਲਾਜ

ਵਖੋ ਵਖ ਰੋਗਾ ਵਿਚ ਨਾੜਾ ਦਬਾ ਕੇ ਹੀ ਬਿਨਾ ਦਵਾ ਦਾਰੂ ਦੇ ਰੋਗ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਢਗ ਅਜ ਤੋਂ ੪੦-੫੦ ਵਰ੍ਹੇ ਪਹਿਲਾਂ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਸੀ, ਹੁਣ ਵੀ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕਈ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਦਮੀ ਇਸ ਢੰਗ ਨੂੰ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਨਾਲ ਵੀ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਰ ਇਹ ਲੇਖ ਬਹੁਤ ਲੰਮਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਦੇਣੋ ਅਸੀਂ ਅਸਮਰੱਥ ਹਾਂ। ਇਸ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤਕ ਇਸ ਚਕਿਤਸਾ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਛਾਪ ਕੇ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਭੇਟਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਦ ਤਕ ਪੁਸਤਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਹ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਛਪਦਾ, ਤਦ ਤਕ ਅਸੀਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਮਾਹਵਾਰੀ ਰਸਾਲਾ 'ਸੁਖਦਾਤਾ' ਵਿਚ ਜੋ ਹਿਕਮਤ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦਾ ਮਸ਼ਹੂਰ ਪੰਜਾਬੀ ਰਸਾਲਾ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਪੰਜ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਅਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਚੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸਦੇ ਅਕਤੂਬਰ ੧੯੬੮ ਦੇ ਅੰਕ ਤੋਂ ਇਹ ਮਜ਼ਮੂਨ ਛਾਪਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਕਿ ਪਾਠਕ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹਿਕਮਤ ਦੇ ਹੋਰ ਕਈ ਲੇਖ ਸੁਖਦਾਤੇ ਵਿਚ ਛਪਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਇਸ ਰਸਾਲੇ ਨੂੰ ਮੰਗਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰ ਲਵੋ।

ਪੇਸ਼ਿਆਂ (ਕੰਮ ਕਾਰ) ਰਾਹੀਂ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਡਾਕਟਰ, ਹਕੀਮ ਯਾ ਵੈਦ ਸਦਾ ਆਪੋ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ, ਤਜਰਬੇ ਨਾਲ ਰੋਗੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਤਰੀਕਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਾ ਯਾ ਸੌਖਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਨੂੰ ਉਹ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਕਈ, ਸਿਰਫ਼ ਜੜੀ ਬੂਟੀਆਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਕੁਸ਼ਤਿਆਂ (ਭਸਮਾਂ) ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਹੋਮਿਉਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਮਾਹਰ ਹਨ, ਕਈ ਐਲੋਪੈਥਿਕ, ਯੂਨਾਨੀ ਯਾ ਆਯੁਰ ਵੈਦਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਝਾੜ ਫੂਕ, ਦਮ ਤੇ ਤਾਵੀਜ਼ ਆਦਿਕ ਜੰਤਰ ਮੰਤਰ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਹੈ। ਕਈ ਮਿਸਮ੍ਰੇਜ਼ਮ

(ਹਿਪਨਾਟਿਜ਼ਮ) ਦੁਆਰਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਕੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਥੇ ਇਕ ਨਵਾਂ ਇਲਾਜ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਲੋੜਵੰਦ ਸੱਜਣ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਤੇ ਲਾਭ ਉਠਾਣ ਉਹ ਕਦੇ ਨਿਰਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ।

ਤਪਦਿਕ ਲਈ—ਤਪਦਿਕ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਹ ਚਮੜੇ ਦੇ ਕਾਰਖਾਨੇ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ, ਚਮੜੇ ਦੀ ਬੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨੱਕ ਵਿਚ ਹਰ ਵੇਲੇ ਜਾਂਦੀ ਰਹੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੋਗ ਜਾਂਦਾ ਰਹੇਗਾ ਯਾ ਬਹੁਤ ਹਦ ਤਕ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਛਾਪੇ ਖਾਨੈ ਦੀਆਂ ਸਿਆਹੀਆਂ ਬਣਾਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਖਾਨੇ ਵਿਚ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਇਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੰਜਨ ਚਲਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ। ਫੇਫੜੇ ਇੰਜਨ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਨਾਲ ਸਾਫ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਤਪਦਿਕ ਦੇ ਜਿਰਮ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਵਬਾਈ ਰੋਗ—ਮਲੇਰੀਆ ਬੁਖਾਰ, ਨਜ਼ਲਾ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਇਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਆਦਿਕ ਰੋਗ ਲੂਣ ਦੀਆਂ ਖਾਨਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਦਮੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਢੁਕਦੇ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਥੋੜਾ ਨਿਮਕ ਘੋਲ ਕੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੀ ਵਾਰੀ ਘੁਟ ਘੁਟ ਕਰਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹ ਰੋਗ ਜਾਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਿਰ ਦਰਦ—ਸਿਰ ਦਰਦ ਦੇ ਰੋਗੀ ਲਵਿੰਡਰ

ਬਨਾਣ ਦੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਅਰੋਗ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲਵਿੰਡਰ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੋ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਜਿਹਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਭੁਖ ਨਾ ਲਗਣ ਦਾ ਰੋਗ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਲੀ ਖੰਘ—ਜੋ ਬੱਚੇ ਯਾ ਰੋਗੀ ਗੈਸ ਦੇ ਕਾਰ-ਖਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤਾਰ ਕੋਲ (ਲੁਕ) ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਤੇ ਬੋ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹੋ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ। ਭੇਡਾਂ ਦੇ ਵਾੜੇ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਬਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।

ਹੈਜ਼ੇ ਲਈ—ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਭੁਲ ਭੁਲੇਖੇ ਹੀ ਕੋਈ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਛੇਤੀ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਨਿਮਕਾਂ (ਲੂਣ) ਦੇ ਗੁਣ

ਨਿਮਕ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੰਜ ਤਰਾਂ ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹਨ। ਨਿਮਕ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਆਦਮੀ ਥੋੜਾ ਨਿਮਕ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਸਭ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਿਮਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਦਾਲ ਭਾਜੀ, ਆਦਿਕ ਸਵਾਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ ਤੇ ਹਜ਼ਮ ਵੀ ਚਿਰਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਮਾ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਨਿਮਕ ਦਾ ਵਰਤਣਾ ਬੰਦ ਵੀ

ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਸੇਂਧਾ ਨਿਮਕ ਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਨਿਮਕ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਕਤਈ ਸਾਫ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਸੇਂਧੇ ਨਿਮਕ ਨੂੰ ਲਾਹੌਰੀ (ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ) ਨਿਮਕ ਵੀ ਆਖਦੇ ਹਨ। ਸਮੁੰਦਰੀ ਨਿਮਕ ਵਿਚ ਡਾਕਟਰੀ ਤੇ ਆਯੁਰ ਵੈਦਿਕ ਛਾਨ ਬੀਨ ਨਾਲ ਆਇਉਡੀਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਥਾਇਰਾਈਡ ਗਲੈਂਡ (ਜੋ ਸਰੀਰਕ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਇਕ ਖਾਸ ਦਰਜਾ ਰਖਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਸਮੁੰਦਰੀ ਨਿਮਕ ਵਰਤਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗਿਲ੍ਹੜ ਰੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਨਿਮਕ ਅੱਠ ਤਰਾਂ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:—

ਸੇਂਧਾ ਨਿਮਕ—ਇਹ ਨਿਮਕ ਸਿੰਧ ਦੇਸ ਵਿਚੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਭੁਖ ਲਾਂਦਾ ਹੈ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦਾ ਤੇ ਵੀਰਯ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤਿੰਨਾਂ ਖਿਲਤਾਂ ਵਿਚ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਖੱਟੇ ਡਕਾਰ ਅਤੇ ਰੀਹ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਲਾਹੌਰੀ ਨਿਮਕ—ਇਹ ਖੀਊੜੇ ਦੀ ਕਾਨ (ਪਛਮੀ ਪਾਕਿਸਤਾਨ) ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਉਪਰਲੇ ਗੁਣ ਰਖਦਾ ਹੈ, ਅਕਲ ਤੇਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਮੁੰਦਰੀ ਨਿਮਕ—ਇਹ ਮੋਤਦਿਲ ਹੈ; ਥੋੜਾ ਗਰਮੀ ਵਲ ਝੁਕਾ ਰਖਦਾ ਹੈ, ਪੇਟ ਦਰਦ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਬਜ਼ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਖਾਰਾ ਪਨ ਤੇ ਕੁਝ ਕੁ ਕੜਵਾਹਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਪੇਟ ਦੀ ਬਾਦੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੈ । ਸੇਂਧਾ ਨਿਮਕ

ਪਾਸੋਂ ਕੁਝ ਭਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਸ ਲਈ ਬਲਗਮ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਰੀਹ ਨਿਮਕ—ਖਾਰੀ, ਭਾਰੀ, ਸਰਦ ਤਰ ਅਤੇ ਵਾਤ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਜਿਹੇ ਕੱਲਰ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਨਿਮਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਨਿਮਕਾਂ ਪਾਸੋਂ ਇਹ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਖਾਰੀ ਨਿਮਕ—ਇਹ ਉਹ ਨਿਮਕ ਹੈ ਜੋ ਨਿਮਕੀਨ ਮਿਟੀ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਗਰਮ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਫ਼, ਬਲਗ਼ਮ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਬਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਘਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਹੂ ਨੂੰ ਵਧਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੌਂਚਰ ਨਿਮਕ—ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਲਾ ਨਿਮਕ (ਨਿਮਕ ਸਿਆਹ) ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਸੱਜੀ ਦੀ ਮਿਲਾਵਟ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ ਗੋਲਾ, ਅਫਾਰਾ, ਅਰੁਚੀ, ਪੇਟ-ਦਰਦ ਅਤੇ ਵਾਤ ਰੋਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਕਬਜ਼ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਾਂਚ ਨਿਮਕ (ਕੱਚ ਨਿਮਕ)—ਇਸਨੂੰ ਬਾਂਗੜ ਖਾਰ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਪੇਟ ਗੋਲਾ, ਸੂਲ (ਪੇਟ ਦਰਦ) ਲਈ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ।

ਸਾਂਬਰ ਨਿਮਕ—ਇਹ ਸਾਂਭਰ ਝੀਲ ਦੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਬਲਗਮ, ਬਾਦੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਬਜ਼ ਕੁਸ਼ਾ ਹੈ। ਹਾਜ਼ਮਾ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਤੇ ਪਿਆਸ ਲਗਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਪੇਟੀ

ਇਹ ਪੇਟੀਆਂ, ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ, ਬੇਕਰਾਰੀ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਉਲਝਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਵਲਾਇਤ ਵਿਚੋਂ ਆ ਕੇ ਕਾਫੀ ਮਹਿੰਗੇ ਮੁਲ ਤੋਂ ਵਿਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਲਾਭ ਵੀ ਬਹੁਤ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਅਮੀਰ ਆਦਮੀਆਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਰੀਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਇਹ ਪੇਟੀ ਬਨਾਉ, ਇਸ ਨਾਲ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਹਾਸਲ ਹੋਣਗੇ ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪੁਜੇਗਾ।

ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ:—ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਸਤੀ ਚਾਦਰ ਜੋ ਜ਼ਰਾ ਮੋਟੀ ਹੋਵੇ, ਲੈ ਕੇ ਉਸਦੀਆਂ ਡੇਢ ਇੰਚ ਲੰਮੀਆਂ ਤੇ ਪੌਣਾ ਇੰਚ ਚੌੜੀਆਂ ਕਾਤਰਾਂ ਬਣਾ ਲਵੋ, ਥੋੜੀ ਤਾਰ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ੧੬ ਯਾ ੧੮ ਨੰਬਰ ਦੀ ਲਵੋ। ਥੋੜਾ ਅਸਲੀ ਫਲਾ ਲੈਨ ਦਾ ਕਪੜਾ ਤੇ ਕੁਝ ਮੋਮ ਜਾਮੇ ਦਾ ਟੋਟਾ ਲਵੋ। ਫਲਾਲੈਨ ਦੇ ਟੋਟੇ ੩ ਇੰਚ ਲੰਮੇ ਤੇ ੪ ਇੰਚ ਚੌੜੇ ਕੱਟ ਲਵੋ। ਫਲਾਲੈਨ ਦੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਸਤੀ ਟੁਕੜਿਆ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟ ਦਿਉ। ਫਿਰ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਤਾਰ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਲਪੇਟੇ ਹੋਏ ਜਿਸਤ ਦੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਉਤੇ ੪-੪ ਚੱਕਰ ਦੇ ਕੇ ਲਪੇਟ ਦਿਉ, ਇਹ ਧਿਆਨ ਰਹੇ ਕਿ ਇਹ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਤਾਰ ਜਿਸਤ ਦੇ ਟੋਟੇ ਨੂੰ ਨਾ ਛੋਹੇ। ਪੇਟੀ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਜਿੰਨੇ ਇਹ ਤਿਆਰ ਟੋਟੇ ਰਖਣੇ ਹੋਣ ਰਖ ਦਿਉ। ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਮੇਲਣ ਲਈ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਇਕੋ ਤਾਰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਟੁਕੜੇ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਵਿਥ ਤੇ ਰਖਣੇ ਚਾਹੀਏ।

ਫਰਜ਼ ਕਰੋ, ਤੁਸਾ ਪੇਟੀ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਟੁਕੜੇ ਰਖੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਕੋ ਹੀ ਤਾਰ ਨਾਲ ਟੋਟਿਆਂ ਦੇ ਇਰਦ ਗਿਰਦ ੪-੪ ਚੱਕਰ ਦੇ ਕੇ ਫਿਰ ਜਿੰਨੇ ਦੂਰ ਟੁਕੜੇ ਰਖਣੇ ਹੋਣ, ਉਤਨੀ ਤਾਰ ਛੱਡ ਕੇ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਟੁਕੜੇ ਨੂੰ ਲਪੇਟਣਾ ਚਾਹੀਏ. ਪਹਿਲੇ ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਟੁਕੜੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਕੁਝ ਤਾਰ ਛੱਡਣੀ ਚਾਹੀਏ, ਇਹ ਪੇਟੀ ਤਿੰਨ ਬੈਟਰੀ ਪੇਟੀ ਕਹਾਏਗੀ, ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਜੇਕਰ ਵਡੀ ਪੇਟੀ ਬਨਾਣੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਟੁਕੜੇ ਵੀ ਰਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਮੋਮ ਜਾਮੇ ਦਾ ਟੋਟਾ ਇਤਨਾ ਲੰਮਾ ਲਵੋ, ਜਿਤਨੀ ਲੰਮੀ ਤੁਸਾਂ ਪੇਟੀ ਬਣਾਈ ਹੈ ਤੇ ਇਹ ਟੋਟਾ ਇਤਨਾ ਚੌੜਾ ਹੋਵੇ ਜੋ ਦੂਹਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਹੁਣ ਇਸ ਮੋਮ ਜਾਮੇ ਵਿਚ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਦਿਉ ਤੇ ਤਾਰ ਦੇ ਦੋਹਾਂ ਸਿਰਿਆਂ ਤੇ ਇਕ ਇਕ ਬਟਨ ਲਗਾ ਦਿਉ ਇਸ ਮੋਮ ਜਾਮੇ ਦੇ ਅੱਧ ਵਿਚਕਾਰ ਛੇਕ ਕਰਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਪਿਤਲ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਹੀ ਨਾਲੀ ਲਾ ਕੇ, ਇਰਦ ਗਿਰਦ ਦੇ ਮੋਮ ਜਾਮੇ ਨੂੰ ਦੂਹਰਾ ਕਰਕੇ ਸੀਊਂ ਦਿਓ। ਬੱਸ ਇਹ ਪੇਟੀ ਤਿਆਰ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਵਰਤਨਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਇਹ ਮੇਹਲੂਲ (ਹਲ ਕੀਤੀ ਦਵਾ) ਬਣਾ ਲਵੋ।

CITRIC ACID ਸਿਟਰਿਕ ਐਸਿਡ ੧ ਔਂਸ

DISTILD WATER ਪਾਣੀ ਦਾ ਅਰਕ ੧ ਕਵਾਰਟ

ਇਸ ਦਵਾ ਨੂੰ ਪੇਟੀ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਛੇਕ ਰਾਹੀਂ ਇਤਨਾ ਪਾਉ ਕਿ ਅੰਦਰਲੇ ਫਲਾਲੈਨ ਦੇ ਟੋਟੇ ਤਰ ਹੋ ਜਾਣ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਪਾਣੀ ਵਧ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਦ ਛੇਕ ਰਾਹੀਂ ਵਾਧੂ, ਬਾਹਰ ਕਢ ਦਿਉ। ਹੁਣ ਇਹ ਮੁਕੰਮਲ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਇਸ

ਪੇਟੀ ਨੂੰ ਜਿਸਮ ਤੇ ਇਸਤਰਾਂ ਬੰਨੋ ਕਿ ਇਹ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਛੂੰਹਦੀ ਰਹੇ। ਪੇਟੀ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਬਟਨ ਅੰਦਰਲੀ ਤਰਫ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਵੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਛੋਂਹਦੇ ਰਹਿਣ। ਜੇਕਰ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਤੇਜ਼ ਹੋਵੇ ਤਾ ਸਿਟਰਿਕ ਐਸਿਡ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਹੋਰ ਮਿਲਾ ਲਵੋ । ਇਸਤਰਾਂ ਇਕ ਵਾਰੀ ਦਾ ਪਾਇਆ ਪਾਣੀ ਕਈ ਦਿਨ ਕੰਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਤਾਕਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਦ ਫਿਰ ਉਪਰਲਾ ਤਿਆਰ ਪਾਣੀ ਹੋਰ ਪਾ ਲਵੋ। ਇਹ ਇਕ ਉਮਦਾ ਪੇਟੀ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਸੋਹਣੇ ਢੰਗ ਨਾਲ, ਸੋਹਣੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਮਾਰਕੀਟ ਵਿਚ ਲਿਆਉ, ਆਪ ਵਰਤੋ ਤੇ ਹੋਰਨਾ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰੋ ।

ਜੜ੍ਹੀ ਬੂਟੀਆਂ ਤੇ ਦਰਖਤਾਂ ਦੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਇਲਾਜ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜੜ੍ਹੀ ਬੂਟੀਆਂ ਯਾ ਦਰਖਤਾਂ ਦਾ ਦੁਧ ਰੋਗ ਹਟਾਣ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹੈਣ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਆਮ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹਨਾ ਦੇ ਨਾਮ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ— ਅੱਕ, ਬੋਹੜ, ਥੋਹਰੇ, ਗੁਲਰ, ਅੰਜੀਰ, ਪਿਪਲ, ਮੋਂਢਾ ਸਿੰਗੀ, ਕੱਠਲ, ਪਾਖਰ, ਨਸਤਰਨ ਸਤਿਆਨਾਸੀ, ਗੁਲ ਲਾਲਾ, ਭਾਰੰਗੀ, ਰਵਾਸਨ, ਨਾਰੀਅਲ, ਹਜ਼ਾਰ ਦਾਨੀ, ਦੋਧਕ ਆਦਿਕ ।

ਅੱਕ ਤੇ ਥੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੁਸ਼ਤੇ (ਭਸਮਾਂ) ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪੂਰਾ

ਵੇਰਵਾ ਤਾਂ ਇਥੇ ਦੇਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ, ਪਰ ਲੋੜਨੁਸਾਰ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੁਧਾਂ ਦਾ ਹਾਲ ਤੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਢੰਗ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ—

ਅੱਕ ਦਾ ਦੁਧ—ਇਹ ਚੌਥੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚ ਗਰਮ ਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ, ਜ਼ਹਿਰ ਦਾ ਅਸਰ ਰਖਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਜੁਲਾਬ ਲਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇ ਤਦ ਆਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਛਿਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦਸਤਾਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਉਣ ਨਾਲ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੀ ੧੦ ਮਾਸ਼ੇ ਖੁਰਾਕ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਬਦਲ ਦੁਧ ਅਤੇ ਘਿਉ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਦੁਧ ਅੱਖ ਵਿਚ ਲਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫੋਲਾ, ਖਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਜ਼ਖਮ ਆਦਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫੋਲੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰੋ। ਖਾਰਸ਼ ਵਾਸਤੇ ਮਹੀਂ ਦੇ ਘਿਉ ਅਤੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਰੂੰ ਤਰ ਕਰਕੇ ਬੰਨੋ।

ਇਸ ਦੁਧ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕੁਝ ਚਿਰ ਲਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਖਾਰਸ਼, ਗੰਜ; ਧੱਦਰੀ, ਚੰਬਲ, ਬਵਾਸੀਰ ਦੇ ਮੱਸੇ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤਕਲੀਫ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਜ਼ਖਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਪਰ ਰੋਗ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਕੱਢ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਦ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ।

ਦੰਦ ਦਰਦ ਵਾਸਤੇ ਰੂੰ ਦਾ ਨਿਕਾ ਜਿਹਾ ਫੋਹਾ ਇਸ ਦੁਧ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਦੰਦ ਨੂੰ ਲਗਾਉ, ਦਰਦ ਝੱਟ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਪਰ ਇਹ ਦੁਧ ਮਸੂੜਿਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਕੱਤਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਮੁਢ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਪੋਹ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ੨੧

ਤਾਰੀਖ ਤਕ ਇਹ ਦੁਧ ਵਰਤਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਭ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਬਰਸਾਤਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਦੁਧ ਨਾ ਵਰਤੋ। ਦੁਧ ਉਸ ਬੂਟੇ ਦਾ ਲਵੋ ਜੋ ਕੁਝ ਵਡਾ ਤੇ ਉਚਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਖਤ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿਚ ਉਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਤੇ ਇਸਦੀ ਜੜ੍ਹ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਨੇ ਛੇਕ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।

ਅੱਕ ਦਾ ਦੁਧ, ਉਸਦੇ ਫੁਲ ਯਾ ਪੱਤਰ ਤੋੜ ਕੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਟਾਹਣੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਤੋੜਨਾ ਚਾਹੀਏ। ਜਦੋਂ ਅੱਕਦਾ ਦੁਧ ਵਰਤਨਾ ਹੋਵੇ ਯਾ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿਸੇ ਤੇ ਲਗਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਠੰਢੀ ਹਵਾ ਯਾ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਨਹਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ ਤੇ ਟੱਟੀ ਵੇਲੇ ਹੱਥ ਪਾਣੀ ਵੀ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕਰੋ, ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ਰਬਤ ਯਾ ਗੌਕਾ ਦੁਧ ਪੀਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ। ਢਿਡ ਭਰ ਕੇ ਰੋਟੀ ਨਾ ਖਾਉ। ਕਣਕ ਦੀ ਰੋਟੀ ਚੋਪੜੇ ਬਿਨਾ ਗੁੜ ਨਾਲ ਦਿਉ, ਨਿਮਕ ਨਾ ਵਰਤੋ। ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਅਜ ਹੀ ਜਗਾ ਰਖੋ, ਜਿਥੋਂ ਦਾ ਹਵਾ ਪਾਣੀ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਸੁਖਾਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਤਦ ਰਖਣਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਦਰਦ ਯਾ ਗੀਹ ਦੇ ਨੁਕਸ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਦੁਧ ਬਾਹਰ ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਮਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਦੁਧ ਵਰਤਨਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੀ ਦਵਾ ਨਾ ਵਰਤੋ।

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੋਟ—ਅੱਕ ਦਾ ਦੁਧ ਵਰਤਣ ਵੇਲੇ ਕਿਸੇ ਸਿਆਣੇ ਹਕੀਮ ਦੀ ਰਾਏ ਲੈ ਕੇ ਵਰਤਨਾ ਚਾਹੀਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਾਵਾਕਫ ਆਦਮੀ ਨਫੇ ਦੀ ਥਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਥੋਹਰ ਦਾ ਦੁਧ—ਥੋਹਰ ਨੂੰ ਅਰਬੀ ਵਿਚ ਜ਼ਕੂਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਾ ਕਿ

ਡੰਡਾ ਥੋਹਰ, ਤਿਧਾਰਾ ਥੋਹਰ, ਚੌਧਾਰਾ ਥੋਹਰ ਆਦਿਕ। ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਚੌਥੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚ ਗਰਮ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਦਾ ਅਸਰ ਰਖਦਾ ਹੈ। ਖਰਾਬ ਹੋਈਆਂ ਗਾੜ੍ਹੀਆਂ ਖਿਲਤਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਦਸਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ। ਆਤਸ਼ਕ, ਕੋਹੜ, ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਵਿਚ ਇਸ ਦਾ ਜੁਲਾਬ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਧੱਦਰੀ, ਫੁਲਬੈਹਰੀ, ਤਰ ਖਾਰਸ਼, ਲਕਵਾ, ਫਾਲਜ (ਅਧਰੰਗ) ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਗੁਣਕਾਰੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਸੁੰਢ ਅਤੇ ਹਰੜਾਂ ਭਿਉਂ ਕੇ ਰਖੋ, ੨੪ ਘੰਟੇ ਭਿਜੀ ਰਹਿਣ ਪਿਛੋਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰ ਲਵੋਂ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਾਉ, ਦਸਤ ਆ ਕੇ ਖਰਾਬ ਮਾਦਾ ਖਾਰਜ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਭੁਜੇ ਛੋਲਿਆਂ ਨੂੰ ਛਿਲ ਕੇ ਬਰੀਕ ਆਟਾ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਤਿਧਾਰਾ ਥੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਗੁੰਨ੍ਹ ਕੇ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ, ਇਹ ਆਤਸ਼ਕ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਹਨ, ਦਸਤ ਬਹੁਤ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਥੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਕਣਕ ਦਾ ਆਟਾ ਖਮੀਰ ਕਰਕੇ ਟਿਕੀ ਬਣਾ ਕੇ ਤਵੇ ਤੇ ਗਰਮ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਦ ਇਸਨੂੰ ਠੰਢਾ ਕਰਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰੋ। ਇਸਦੀਆਂ ਦੋ ਰੱਤੀਆਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ੧ ਤੋਲਾ ਗੁਲਕੰਦ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਖੁਆਣ ਨਾਲ ਸੌਦਾ ਤੇ ਬਲਗਮ ਦੇ ਦਸਤ ਆਉਣਗੇ।

ਥੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਮਲਣ ਨਾਲ ਤਿਲੀ, ਗੋਡੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਟਖਨੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਅੱਡੀ ਦਾ ਦਰਦ, ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਮਲਣ ਨਾਲ ਜ਼ਖਮ ਹੋ ਕੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਾਦਾ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਜਲੋਧਰ ਅਤੇ ਸੁਆਸ ਦੀ

ਤੰਗੀ ਵਿਚ ਖਾਣ ਲਈ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਹਕੀਮ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਵਰਤਨਾ ਚਾਹੀਏ ।

ਬੋਹਰ ਦੇ ੪ ਤੋਲੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ੧ ਪਾ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਹਲ ਕਰਕੇ ਕਪੜੇ ਵਿਚੋਂ ਪੁਣ ਕੇ ਅੱਗ ਉਪਰ ਪਕਾਉ, ਜਦੋਂ ਗਾੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗੋਲੀਆਂ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਬਣਾ ਲਵੋ । ੧ ਗੋਲੀ ਤੋਂ ੨ ਗੋਲੀ ਤਕ ਹਸਬ ਤਾਕਤ ਖਾਉ । ਇਸ ਨਾਲ ਜਲੋਧਰ, ਸ੍ਵਾਸ ਦੀ ਤੰਗੀ ਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਹਟਦੇ ਹਨ ।

ਛੋਲਿਆਂ ਦੀ ਦਾਲ ਅੱਠ ਦਿਨ ਤਕ ਬੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਖਰਲ ਕਰੋ । ਫਿਰ ਮਾਂਹ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ । ਇਕ ਗੋਲੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖੁਆਉ । ਸਵੇਰੇ ਦਸਤ ਆ ਕੇ ਰੀਹੀ ਤੇ ਬਲਗਮੀ ਮਾਦਾ ਖਾਰਜ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਪਿੰਡਲੀ ਦਾ ਦਰਦ, ਰੀਂਘਨਵਾ, ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ, ਤੇ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਫੋੜੇ ਫਿਨਸੀਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਆਵੇਗਾ ।

ਬੋਹੜ ਦਾ ਦੁਧ—ਬੋਹੜ ਦਾ ਦੁਧ ਤੀਜੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚ ਸਰਦ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ । ਬਾਦੀ, ਬਲਗਮ ਤੇ ਸਫਰਾ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਫੋੜੇ ਫਿਨਸੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਬੁਖਾਰ, ਗਰਮੀ, ਪਿਆਸ, ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਆਦਿਕ ਹਟਾਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਬਵਾਸੀਰ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ । ਕੁਵਤ ਬਾਹ (ਮਰਦਮੀ ਤਾਕਤ) ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ । ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਇਸਦਾ ਤਾਜ਼ਾ ਦੁਧ ੩ ਮਾਸੇ ਲੈ ਕੇ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਖੰਡ ਮਿਲਾ ਕੇ ੨੧ ਦਿਨ ਤਕ ਬਿਲਾਨਾਗਾ ਖਾਉ । ੩ ਮਾਸ਼ੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ

੬ ਮਾਸ਼ੇ ਦੁਧ ਤਕ ਵਧਾਉ, ਫਿਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਘਟ ਕਰਦੇ ਜਾਉ। ਇਸ ਨਾਲ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੀ ਬਵਾਸੀਰ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਲੇਸ ਜਾਣੀ, ਮਨੀ ਦਾ ਭੋਗ ਸਮੇਂ ਜਲਦੀ ਖਾਰਜ ਹੋਣਾ, ਬਿੰਦ ਕੁਸ਼ਾਦ, ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਆਦਿਕ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਵੀ ਕਾਫੀ ਵਧਦੀ ਹੈ।

ਕੰਨ ਦੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਸਦਾ ਦੁਧ ੨-੩ ਬੂੰਦਾਂ ਅੰਦਰ ਪਾਣਾ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ। ਅੱਖ ਵਿਚ ਪਾਣ ਨਾਲ, ਅੱਖ ਦਾ ਫੋਲਾ ਜੋ ਸੱਟ ਲਗਣ ਕਰਕੇ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਿਲਦੇ ਹੋਏ ਦੰਦ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਹ ਦੁਧ ਲਗਾਉ ਕਿ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਦੰਦ ਨੂੰ ਨਾ ਲਗੇ ਤਾਂ ਹਿਲਦਾ ਦੰਦ ਛੇਤੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਖੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੰਬਲ, ਵੱਧਾਂ, ਫੋੜਿਆਂ ਤੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਆਈਆਂ ਵਿਚ ਇਹ ਦੁਧ ਭਰਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧੁੰਨੀ ਵਿਚ ਇਹ ਦੁਧ ਭਰਨ ਨਾਲ ਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਦਸਤ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਸਵੇਰੇ ਪਤਾਸੇ ਵਿਚ੧-੨ ਬੂੰਦਾਂ ਇਸਦੇ ਤਾਜ਼ੇ ਦੁਧ ਦੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਜਲਨ ਤੇ ਜਰੀਆਂ ਮਨੀ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ। ਕਮਰ ਦੀ ਦਰਦ ਤੇ ਇਸਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੱਪ ਦੀ ਕੇਂਚਲੀ ਸਾੜ ਕੇ ਉਸਦੀ ਸੁਆਹ ਵਿਚ ਬੋਹੜ ਦਾ ਦੁਧ ਰਲਾ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਰੂੰ ਤਰ ਕਰਕੇ ਨਾਸੂਰ, ਭਗੰਦਰ ਵਿਚ ਰਖੋ, ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਿਪਲ ਦਾ ਦੁਧ–ਪਿਪਲ ਦਾ ਦੁਧ ਗਰਮ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ। ਕਈ ਸਿਆਣੇ ਇਸਨੂੰ ਸਰਦ ਖੁਸ਼ਕ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ

ਹਨ। ਇਸਦੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਬਿਆਈ ਭਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਗਸ਼ੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਹਿਸਟੀਰੀਆ, ਮਿਰਗੀ, ਕਿਸੇ ਜ਼ਹਿਰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਿਪਲ ਦਾ ਦੁਧ ਕੁਝ ਬੂੰਦਾਂ ਨੱਕ ਵਿਚ ਪਾਉ ਅਤੇ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਸਮ ਵਜ਼ਨ ਅਸਲੀ ਸ਼ਹਿਦ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਮਥੇ ਤੇ ਲੇਪ ਕਰ ਦਿਉ, ਝੱਟ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜਿਸ ਤੀਵੀਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਠਰਾਹ ਦੇ ਰੋਗ ਕਰਕੇ ਮਰਦੇ ਹੋਣ, ਸੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋਣ ਤਦ ਉਹ ਤੀਵੀਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਦੀਆਂ ੧੦ ਬੂੰਦਾਂ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪੀ ਲਿਆ ਕਰੇ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੇਗਾ। ਦੁਧ ਬਕਰੀ ਦਾ ਵੀ ਕੰਮ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਭੈਂਸ ਦਾ ਦੁਧ ਨਹੀਂ ਵਰਤਨਾ ਚਾਹੀਏ।

ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਦਰਦ ਦਾ ਰੋਗੀ ਭਾਵੇਂ ਕਿਡਾ ਹੀ ਲਾਚਾਰ ਹੋਵੇ, ਉਸਦੇ ਵਾਸਤੇ ਸੁਕੇ ਪੂਦਨੇ ਦੇ ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ੧੦ ਮਾਸ਼ੇ ਪੌਡਰ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ੧੦-੧੨ ਬੂੰਦਾਂ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਦੀਆਂ ਰਲਾ ਕੇ ਕਾਗਜ਼ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਉਸਦੀ ਸਿਗਰਟ ਵਾਂਗ ਬੱਤੀ ਬਣਾ ਕੇ ਸਿਗਰਟ ਵਾਂਗ ਪੀਣ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸੁਕੇ ਪੂਦਨੇ ਦੀ ਥਾਂ ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਸੁਕੇ ਪੱਤਰ ਵੀ ੧੦ ਮਾਸ਼ੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਜੇਕਰ ਤੀਵੀਂ ਬਹੁਤ ਤੜਫ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤਦ ਭੈਂਸ ਦੇ ਤਾਜ਼ੇ ਗੋਹੇ ੧ ਤੋਲਾ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਅੱਧ ਸੇਰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਕਾਉ, ਜਦੋਂ ਉਬਾਲੇ ਆ ਜਾਣ ਤਾਂ ਛਾਣ ਕੇ ਇਸ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ੪ ਤੋਲੇ ਸ਼ਹਿਦ ਤੇ ੧੧ ਬੂੰਦਾਂ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਦੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਪਿਆ ਦਿਉ, ਫੌਰਨ ਬੱਚਾ ਜਨਮ ਲੈ ਲਵੇਗਾ।

ਸੰਖੀਏ ਨੂੰ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਚਾਰ ਹਫਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਖਰਲ ਕਰੋ, ਫਿਰ ਮਾਂਹ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ੧ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ੧॥ ਪਾ ਦੁਧ ਗੋਕੇ ਯਾ ਮਾਝੇ ਨਾਲ ਦੇਸੀ ਖੰਡ ਪਾ ਕੇ ੨੧ ਦਿਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀਰਯ ਦੇ ਰੋਗ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ, ਨਸ਼ੇ ਤੇ ਅਚਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਹੇਜ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ੧ ਪਤਾਸੇ ਵਿਚ ੬ ਤੋਂ ੧੦ ਬੂੰਦਾਂ ਪਿਪਲ ਦੇ ਦੁਧ ਦੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤੀਵੀਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ (ਪਾਣੀ ਪੈਣਾ) ਤੇ ਮਰਦਾਂ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਮਨੀ ਜਾਣ ਦਾ ਰੋਗ ਹਟ ਜਾਦਾ ਹੈ। ਪਤਾਸਾ ਖਾ ਕੇ ਉਪਰੋਂ ਗੋਕਾ ਯਾ ਭੈਂਸ ਦਾ ਦੁਧ ਪੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ੧੦-੧੫ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਉਪਰਲਾ ਹੀ ਹੈ।

ਗੁਲਰ ਦਾ ਦੁਧ—ਗੁਲਰ (ਫਗਵਾੜੇ ਦਾ ਫਲ) ਦਾ ਦੁਧ ਗਰਮ ਖੁਸ਼ਕ ਹੈ ਪਰ ਇਸਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਅੰਜੀਰ ਦੇ ਦੁਧ ਤੋਂ ਘਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖਰਾਬ ਖਿਲਤਾਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਕਢਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਮੇਲਦਾ ਹੈ। ਤਿਲੀ ਦੇ ਨੁਕਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਲਾਣ ਨਾਲ ਫੋੜੇ ਫਿਨਸੀਆਂ ਦਬ ਜਾਂਦ ਹਨ। ਮਸੂੜਿਆਂ ਉਪਰ ਇਸ ਦੁਧ ਦਾ ਮਲਣਾ ਲਾਭਵੰਦ ਹੈ, ਗੁਲਰ ਦਾ ਦੁਧ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪਿਆਣ ਨਾਲ ਖੂਨੀ ਬਵਾਸੀਰ ਤੇ ਖੂਨੀ ਦਸਤ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਬਾਵਚੀ ਭਿਉਂ ਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਭ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਫਿਨਸੀਆਂ ਤੇ ਨਾਸੂਰ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅੰਜੀਰ ਦਾ ਦੁਧ—ਇਸ ਦਾ ਦੁਧ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਤੇ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਜ਼ਖਮ ਪਾਂਦਾ ਤੇ ਦਸਤ ਲਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਦੇ ਲਾਣ ਨਾਲ ਮੱਸੇ ਅਤੇ ਤਿਲ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾਇਆਂ ਦੁਧ ਨੂੰ ਜਮਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ।

ਅੰਜੀਰ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਜਵਾਂ ਦੇ ਆਟੇ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਧੱਦਰੀ, ਚਿਟੇ ਦਾਗ, ਤਰ ਖਾਰਸ਼ ਦੇ ਰੋਗ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅੰਜੀਰ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਦ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਅੱਖ ਵਿਚ ਲਾਣ ਨਾਲ ਜਾਲਾ, ਫੋਲਾ, ਚਿਟਾ, ਪਾਣੀ ਵਗਣਾ ਆਦਿਕ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਇਸਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਰੂੰ ਦਾ ਫਹਿਆ ਭਿਓਂ ਕੇ ਦਰਦ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰਖਣ ਨਾਲ ਦਰਦ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੁਧ ਨੂੰ ਮੇਥੀ ਵਿਚ ਰਲਾਕੇ ਪੀਹਕੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਹਟਦੀਆਂ ਹਨ। ਧਮੂੜੀ, ਭੂੰਡ, ਬਿਛੂ ਦੇ ਕੱਟੇ ਤੇ ਇਹ ਦੁਧ ਲ ਉ, ਅਰਾਮ ਹੋਵੇਗਾ ।

ਨਾਰੀਅਲ (ਨਾਰੇਲ ਦਾ ਦੁਧ)—

ਜਦੋਂ ਨਾਰੀਅਲ ਨੂੰ ਤੋੜੀਏ ਤਾ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਪਾਣੀ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਉਹ ਹੀ ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਦੁਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਗਰਮ ਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਤਾਜ਼ਾ ਵੀ ਪੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਯਾ ਇਸ ਵਿਚ ਖੀਰ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਧੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤੋਂ ਸਿਰਕਾ ਵੀ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਪਾਣੀ (ਦੁਧ) ਨੂੰ ਕੱਢ ਕੇ ਕਿਸੇ ਭਾਡੇ ਵਿਚ ਕੁਝ ਦਿਨ ਰਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਨਸ਼ਾ ਜਿਹਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ

ਮਗਜ਼ ਸੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਦ ਇਹ ਪਾਣੀ ਵੀ ਸੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪਾਣੀ ਦਿਲ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਵੀਰਯ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪੀਣ ਵਿਚ ਸਵਾਦੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਇਸਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪਿਆਸ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਸੋਜ਼ਸ਼ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਖੂਨ ਸਾਫ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਇਹ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤਾ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪਤਾਲੂ ਵਡੇ ਹੋ ਕੇ ਸੋਜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਇਸ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਇਸਦੇ ਬਹੁਤਾ ਪੀਣ ਨਾਲ ਦਸਤ ਵੀ ਲਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦੁਧ ਨੂੰ ਤਿਲਾਂ ਦੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਸਾੜ ਕੇ, ਤੇਲ ਨੂੰ ਪੁਣ ਕੇ ਰਖੋ, ਇਸ ਦੇ ਲਗਾਣ ਨਾਲ ਗੰਜ ਹਟਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੜੀ ਹੋਈ ਥਾਂ ਤ ਲਾਣ ਨਾਲ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਦਰਖਤ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਇਕ ਤਰਾਂ ਦਾ ਰਸ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਿਠਾ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਰਸ ਹਫਤੇ ਵਿਚ ੨-੩ ਵਾਰੀ ਗਰੱਭਵਤੀ ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ੯ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਦ ਬੱਚੇ ਦਾ ਰੰਗ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰਥਾਤ ਕਾਲੇ ਮਾਂ ਪਿਉ ਦੇ ਘਰ ਕਣਕ ਭਿੰਨੇ ਰੰਗ ਦਾ ਬਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਂਢਾ ਸਿੰਗੀ ਦਾ ਦੁਧ—

ਇਸ ਬੂਟੀ ਨੂੰ ਮੇਂਢਾ ਦੋਧੀ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਬਹੁਤ ਮਸ਼ਹੂਰ ਬੂਟੀ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਵੇਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਦਰਖਤਾਂ ਅਤੇ ਕੰਧਾਂ ਤੇ ਖਿਲਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਖਾਂ ਬਹੁਤ ਤੇ ਪੱਤਰ ਗਲੋ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਸਖਤ ਤੇ ਹਰੇ

ਸਿਆਹੀ ਮਾਇਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫੁਲ ਪੀਲੇ ਤੇ ਫਲ ਵਿਚ ਰੂੰ ਜਹੀ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦੇ ਬੀ ਵੀ ਅੱਕ ਦੇ ਬੀਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਜਾਪਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਫਲ ਪੱਕ ਕੇ ਪਾਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸਦੀ ਰੂੰ ਹਵਾ ਵਿਚ ਉਡਦੀ ਫਿਰਦੀ ਹੈ । ਇਸਦੇ ਹਰ ਹਿਸੇ ਵਿਚੋਂ ਦੁਧ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਦਾ ਦੁਧ ਸਰੀਰ ਤੇ ਲਗਣ ਨਾਲ ਛਾਲਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੂਲ੍ਹੇ ਦਾ ਦਰਦ, ਰੀਂਘਨ ਵਾ, ਲਈ ਇਸਦਾ ਮਲਨਾ ਬਹੁਤ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ।

ਕੀਮੀਆ ਬਨਾਣ ਵਾਲੇ ਇਸਦੇ ਦੁਧਵਿਚ ਪਾਰੇਨੂੰ ਕਾਇਮ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਧੱਦਰੀ ਤੇ ਇਹ ਦੁਧ ਲਾਣ ਨਾਲ ਛੇਤੀ ਆਰਾਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਬਵਾਸੀਰ ਦੇ ਮੱਸਿਆ ਤੇ ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਲਾਣ ਨਾਲ ਮੱਸੇ ਮੁਰਝਾ ਕੇ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਇਸਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਮੂੰਗੇ (ਮਰਜਾਨ) ਦਾ ਕੁਸ਼ਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਖਾਂਸੀ, ਦਮੇਂ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ:-

ਮਰਜਾਨ ੨ ਤੋਲੇ ਨੂੰ ਮੇਂਢਾ ਸਿੰਗੀ ਦੇ ਪੰਜ ਤੋਲੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਇਕ ਕੁਜੇ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਢੱਕਣ ਦੇ ਕੇ ਮੂੰਹ ਬੰਦ ਕਰ ਲਵੋ ਤੇ ੨੦ ਸੇਰ ਗੋਹਿਆਂ ਦੀ ਅੱਗ ਦਿਉ, ਇਹ ਕੁਸ਼ਤਾ ਚਿਟਾ ਹੋਵੇਗਾ । ਇਸਦੀ ੧ ਰਤੀ ਖੁਰਾਕ, ਮਲਾਈ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਦਿਆ ਕਰੋ ।

ਬਿਛੂ, ਭੂੰਡ, ਸੱਪ ਦੇ ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਥਾਂ ਤੇ ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਲਾਣ ਨਾਲ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੱਠਲ ਦਾ ਦੁਧ—ਇਹ ਇਕ ਮਸ਼ਹੂਰ ਫਲ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਤੇਲ ਵੀ ਇਸੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਤੇਲ ੧ ਸੇਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ੧ ਮਣ ਤਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਦਰਖਤ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਤਰਾਂ ਦਾ ਗਾਹੜਾ ਰਸ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜੋ ਲੇਸਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸਨੂੰ ਲਾਸਾ ਕੱਠਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਲੋਗ ਇਸ ਨਾਲ ਚਿੜੀਆਂ ਫੜਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿਸੇ ਤੇ ਵੀ ਲਗ ਜਾਵੇ, ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ ਲਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਲੁਕਾ ਕੇ ਇਸਦਾ ਮੰਜਨ ਬਣਾ ਕੇ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਦੰਦ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਤਿਆਨਾਸੀ ਦਾ ਦੁਧ—

ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਜੋ ਇਸਦੇ ਪੱਤਰ ਯਾ ਟਾਹਣੀ ਤੋੜਨ ਤੇ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੁਧ ਗਰਮ ਖੁਸ਼ਕ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਗੋਕੇ ਘਿਉ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਅੱਖ ਵਿਚ ਪਾਣ ਨਾਲ ਬਲਗਮੀ ਦਰਦ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਾਲਾ, ਫੋਲਾ ਅਤੇ ਧੁੰਦ ਨੂੰ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੇ ਨਾਸੂਰ ਵਿਚ ਇਹ ਦੁਧ ਰੋਜ਼ ਭਰਨ ਨਾਲ ਛੇਤੀ ਚੰਗਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਤਿਆਨਾਸੀ ਦਾ ਦੁਧ ਆਪਣੀ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਅਨੁਸਾਰ ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸੌਦਾਵੀ ਮੁਆਦ ਦਸਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਖਾਰਜ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਤਸ਼ਕ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਤਿਆਨਾਸੀ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਜ਼ਬਾਨ ਤੇ ਮਲਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਥਥਲਾਪਨ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਪੀਲੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਤਿਲਾਂ ਦੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਮਲਣ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਨਸਤਰਨ ਦਾ ਦੁਧ—

ਨਸਤਰਨ ਨੂੰ ਨਸਰੀਂ ਭੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਮਥੇ ਤੇ ਲੇਪ ਕਰਦਿਆਂ ਹੀ ਹਰਤਰਾਂ ਦਾ ਸਿਰਦਰਦ ਹਟ ਜਾਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਪਾਣੀ ਯਾ ਸ਼ਰਬਤ ਵਿਚ ਕੁਝ ਬੂੰਦਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਉਥੱਤ, ਕੈ, ਹਿਚਕੀ ਰੋਗ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਚੇਹਰੇ ਦੀਆਂ ਛਾਹੀਆਂ ਉਪਰ ਇਸ ਦੁਧ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਨਾਲ ਕਤਈ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਨਸਤਰਨ ਦਾ ਦੁਧ ਸੁਕਾ ਕੇ ਪੌਡਰ ਬਣਾ ਕੇ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ੨ ਮਾਸ਼ੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ੪੦ ਦਿਨ ਤਕ ਭਾਸ ਦੇ ਅੱਧ ਸੇਰ ਦੁਧ ਨਾਲ ਪੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਦ ਅਖੀਰ ਤਕ ਜਵਾਨੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕੇਸ ਚਿਟੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਭੈਂਸ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ।

ਜਲ ਧਨੀਆ ਦਾ ਦੁਧ—

ਇਸ ਦਾ ਦੁਧ ਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਲੇਗ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵਧ ਕੋਈ ਦਵਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦਵਾਰ ਉਮਦਾ ਜਹੀ ਲੈ ਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਜਲ ਧਨੀਏਂ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਅੱਠ ਦਿਨ ਤਕ ਭਿਉਂ ਰਖੋ, ਉਪਰੰਤ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰਖੋ। ਪਲੇਗ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ੧-੧ ਮਾਸ਼ਾ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਪਲੇਗ ਦੀ ਗਿਲਟੀ ਉਪਰ ਭੀ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਲੇਪ ਕਰੋ, ਗਿਲਟੀ ਪੱਕ ਕੇ ਫੁਟ ਜਾਵੇਗੀ।

ਲਾਲਾ ਦਾ ਦੁਧ—

ਇਸਦਾ ਪੌਦਾ, ਖਸਬਾਸ ਦੇ ਪੌਦੇ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਫੁਲ, ਗੁਲ ਲਾਲਾ ਕਰਕੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੈ। ਫੁਲ ਬਹੁਤ ਲਾਲ, ਖਸਖਾਸ ਦੇ ਫੁਲ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਕਾਲੇ ਚੇਹਰੇ ਤੇ ਜੇਕਰ ੧੫-੨੦ ਦਿਨ ਮਲਿਆ ਜਾਵੇ ਤਦ ਚੇਹਰਾ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਗਰਭ ਨਾ ਠਹਿਰਦਾ ਹੋਵੇ, ਉਸਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਇਸ ਦੇ ਦੁਧ ਦੇ ੬-੭ ਕਤਰੇ, ਗੌਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਪਿਆਉ, ਕੁਝ ਦਿਨ ਵਰਤਨ ਨਾਲ ਹੀ ਗਰਭ ਠਹਿਰ ਜਾਵੇਗਾ।

ਭਾਰੰਗੀ ਦਾ ਦੁਧ—

ਇਹ ਬੂਟੀ ਅਕਾਸ਼ ਵੇਲ ਵਾਂਗ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਵਿਛੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ. ਸ਼ਕਲ ਦੋਹਾਂ ਬੂਟੀਆਂ ਦੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਫਰਕ ਸਿਰਫ ਇਤਨਾ ਹੈ ਕਿ ਅਕਾਸ਼ ਵੇਲ ਦਰਖਤਾਂ ਤੇ ਫੈਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਬੂਟੀ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਖਿਲਰਦੀ ਹੈ।

ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੁੰਬਲਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਵਾਸੀਰ ਯਾ ਨਵਾਸੀਰ ਉਪਰ ਲਗਾਂਦਿਆਂ ਹੀ ਦਰਦ ਨੂੰ ਹਟਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰਵਾਸਨ ਦਾ ਦੁਧ—ਰਵਾਸਨ ਬੂਟੀ ਝੀਲਾਂ ਅਤੇ ਜੋਹੜਾਂ (ਕੱਚੇ ਤਾਲਾਬ) ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੀਆਂ ਪਤੀਆਂ ਬਹੁਤ ਬਾਰੀਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਵੇਲ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਵਿਛੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਟਾਹਣੀਆਂ ਤੇ ਛੋਟੇ ੨ ਕੰਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਫੂਲ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਤੇ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਅਲਸੀ ਦੇ ਫੂਲ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦਾ ਦੁਧ ਧੱਦਰੀ ਤੇ ੪-੫ ਦਿਨ ਲਾਣ ਨਾਲ ਧੱਦਰੀ ਹਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਿਰ ਵਿਚ ਜੂੰਆਂ ਪੈ ਜਾਣ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਦੁਧ ਦਾ ਲੇਪ ਸਿਰ ਵਿਚ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੂੰਆਂ ਮਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਾਬਨ ਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਨੋਟ:—ਅੱਕ ਦੇ ਦੁਧ ਅਤੇ ਥੋਹਰ ਦੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਕੁਸ਼ਤੇ (ਭਸਮਾਂ) ਬਣਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੂਰਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ੬੦ ਸਫੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਰਸਾਲਾ ਅੱਕ,ਥੋਹਰ ਅਰਥਾਤਅੱਕ,ਥੋਹਰ ਦੇ ਗੁਣ ਨਾਮੀ ਪੁਸਤਕ ਵਖਰੀ ਛਾਪਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਗੋਕਾ ਦੁਧ--

ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਬਦਾਮ ਪਾ ਕੇ ਬਣਾਈ ਖੀਰ ਨਾਲ ਅੱਧੇ ਸਿਰ ਦੀ ਦਰਦ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਦੇ ਖੋਏ ਵਿਚ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹੋ ਗੁਣ ਹੈ। ਇਕ ਪਾ ਯਾ ਅੱਧ ਸੇਰ ਦੁਧ ਵਿਚ ਮਿਸ਼ਰੀ ਪਾ ਕੇ ਪਿਲਾਣ ਨਾਲ ਧਤੂਰਾ, ਕਨੇਰ ਅਤੇ ਭੰਗ ਦਾ ਨਸ਼ਾ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ, ਬਛਨਾਕ, ਸੰਖੀਆ, ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ, ਸੁਲਫਾ ਆਦਿਕ ਦੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਜੋ ਜ਼ਹਿਰ ਚੜ੍ਹੇ, ਤਦ ਗੋਕਾ ਦੁਧ ਮਿਸਰੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਤਨਾ ਪਿਆਉ ਕਿ ਕੈ ਹੋਣ ਲਗ ਪਵੇ।

ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਸ਼ਹਿਦ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਬਲਗਮ ਬੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਬਲ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਮਨਸਲ ਖਾਣ ਨਾਲ ਚੜ੍ਹੇ ਜ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਅਨਾਜ ਦੇ ਵਿਚ ਪੀਸਿਆ ਹੋਇਆ ਕੱਚ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਖਾਧਾ ਜਾਵੇ ਤਦ ਨਿਰਾ ਦੁਧ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ।

ਸ਼ੁਧ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗੰਧਕ ਖਾਣ ਨਾਲ ਜੋ ਖਰਾਬੀ ਤੇ ਗਰਮੀ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਉਸ ਵਿਚ ਦੋ ਚਾਰ ਦਿਨ ਦੁਧ ਹੀ ਦਿਉ।

ਇਕ ਦੋ ਉਬਾਲੇ ਵਾਲੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਮਿਸਰੀ, ਘਿਉ ਗੋਕਾ ਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਰਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਬਲ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਅਕਲ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਕੁਝ ਗੁੜ ਯਾ ਖੰਡ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ਾਬ ਸਾਫ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੇਤ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਪੜੇ ਦੀਆਂ ਕਈ ਤੈਹਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਉਸ ਉਤੇ ਬਰੀਕ ਫਟਕੜੀ ਛਿੜਕ ਕੇ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰਕੇ ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਲਾਲੀ ਤੇ ਜਲਨ ਹਟਦੀ ਹੈ।

ਗੋਕੇ ਕਚੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਥੋੜਾ ਘਿਉ ਤੇ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦੇਣ ਨਾਲ ਬਚਿਆਂ ਦੀ ਚੀਚਕ ਹਟਣ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਹੋਈ ਗਰਮੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਮਿਸ਼ਰੀ ਤੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਿਰਾ ਦੁਧ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਰ ਵਿਚੋਂ ਸੇਕ ਨਿਕਲਦਾ ਹੋਵੇ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰੋਟੀ ਦਾ ਮੋਟਾ ਟੋਟਾ ਦੁਧ ਵਿਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਸਿਰ ਤੇ ਰਖੋ।

ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਗਰਮ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਸਿਰਫ ਦੁਧ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਦ ਮਿਸਰੀ ਪਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਰਕਤ ਪਿਤ ਅਤੇ ਦਸਤ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮੀ ਕਰਕੇ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਲਾਲੀ ਤੇ ਜਲਨ ਹੋਵੇ ਤਦ ਗੋਕੇ ਕੱਚੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਕੋਰੀ ਖੰਡ ਮਿਲਾ ਕੇ ਦੇਣ ਨਾਲ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਗੋਕੇ ਤਾਜ਼ੇ ਦੁਧ ਵਿਚ (ਇਕ ਪਾ ਤੋਂ ਘਟ ਨਾ ਹੋਵੇ) ਇਕ ਯਾ ਅੱਧਾ ਨਿੰਬੂ ਨਿਚੋੜ ਕੇ ਫੌਰਨ ਪੀਣ ਨਾਲ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਬਵਾਸੀਰ ਦੇ ਲਹੂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੋਕੇ ਗਰਮ ਦੁਧ ਵਿਚ ੩ ਰੱਤੀਆਂ ਸੁੰਢ ਦਾ ਪੌਡਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹਿਚਕੀ ਰੋਗ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਦੇਸੀ ਨਾਮ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਾਮ	ਦੇਸੀ ਨਾਮ
ਐਮਾਈਲਮ	ਨਿਸ਼ਾਸ਼ਤਾ
ਐਸੇਟਿਕ ਐਸਿਡ	ਸਿਰਕੇ ਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬ
ਅਲਕੰਟ ਰੂਟ	ਰਤਨ ਜੋਤਦ੍ਰਖਤਦਾ ਛਿਲਕਾ
ਐਕਵਾ ਫੋਰਟਸ (ਨਾਈਟਰਿਕ ਐਸਿਡ)	ਤੇਜ਼ਾਬ ਸ਼ੋਰਾ
ਐਲੋਜ਼	ਮੁਸੱਬਰ-ਏਲੂਆ
ਆਰਸਨਿਕ	ਸੰਖੀਆ

ਐਨੀ ਸੀਡ (ਐਨਾਈਸ)	ਸੌਂਫ
ਐਸਪਰਾਗੋਸ	ਨਾਗਦੌਨ ਬੂਟੀ
ਐਲਮ	ਫਟਕੜੀ
ਐਲਸ ਪਾਈਸ	ਕਬਾਬ ਯਾ ਸਰਦਚੀਨੀ
ਐਰਿਕਾ ਨਟ	ਸਪਾਰੀ-ਛਾਲੀਆ
ਐਕਸ਼ੀਆ ਕੇਚੂ	ਕੱਥਾ
ਐਸਿਡ ਮਿਊਰੀ ਐਟਿਕ	ਤੇਜ਼ਾਬ ਨਿਮਕ
ਐਲਮ ਡਮ	ਭੁਜੀ ਫਟਕੜੀ
ਐਮੋਨੀਆ	ਨੁਸ਼ਾਦਰ
ਐਪੀਅਮ ਇਨਵੇਲੋਕਰੇਟ	ਅਜਮੋਦ
ਐਮੋਨੀਏਕਮ (ਰਾਮ)	ਅਸ਼ਕ ਗੂੰਦ
(ਈਗਲ ਵੁਡ)	ਅਗਰ
ਬਟਰ ਆਮੰਡ	ਕੌੜੇ ਬਦਾਮ
ਐਕਾਸ਼ੀਕਾ ਅਰਬੀਕਾ	ਗੂੰਦ ਕਿਕਰ
ਐਕਾਨੀਟਮ ਰੈਡੈਕਸ	ਮਿਠਾ ਤੇਲੀਆ
ਆਰਸਨਿਕ ਰੈਡ	ਮਨਸਲ
ਅਕੈਸੀ ਬਾਰਕ	ਕਿਕਰ ਦਾ ਛਿਲਕਾ
ਐਸੀਟੇਟ ਆਫ ਕਾਪੂਰ	ਜ਼ੰਗਾਰ
ਐਂਬਲਾ	ਆਉਲਾ
ਅਲਕਾਨਾ	ਮੈਂਹਦੀ
ਐਲਕਲਾਈਨ ਸਾਲਟ	ਲੋਟਾ ਸੱਜੀ
ਆਰਸਨਿਕ ਯੇਲੋ	ਹੜਤਾਲ
ਆਰਮੇਨੀਅਨ ਬੋਲ	ਗਿਲ ਅਰਮਨੀ
ਐਂਟੀਮੋਨੀ	ਸੁਰਮਾ
ਐਨੀਥਮ ਸੋਆ	ਸੋਏ ਦੇ ਬੀ

ਐਲੋਚ ਵੁਡ	ਕੌੜੀਆ ਲੂਬਾਨ
ਐਂਬਰ	ਕਾਹਰੁਬਾ
ਬੈਨਜ਼ੋਇਕ ਐਸਿਡ	ਸਤ ਲੂਬਾਨ
ਸਿਟਰਿਕ ਐਸਿਡ	ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਸਤ
ਗੈਲਿਕ ਐਸਿਡ	ਮਾਜੂ ਦਾ ਸਤ
ਬੋਰਿਕ ਐਸਿਡ	ਸੁਹਾਗੇ ਦਾ ਸਤ
ਸਲਫਿਊਰਿਕ ਐਸਡ	ਤੇਜ਼ਾਬ ਗੰਧਕ
ਟਾਰਟਰਿਕ ਐਸਿਡ	ਟਾਟਰੀ
ਐਲਾਜ਼ੁਰਾਈਨ	ਪਤੰਗ ਦੀ ਲੱਕੜੀ
ਐਕਨਥੋਡੀਅਮਬਰਟਨ	ਉਟੰਗਣ
ਐਰਿਸ ਟੋਲੀਚੀਆ	ਜਰਾਊਦ
ਅਰੈਟਮੀਸੀਆ	ਅਫਸਨਤੀਨ, ਬਰੰਜਸਫ
ਐਕਾਰਸ ਐਨੀਅਸ ਸਵੀਟ ਫਲੈਗ	ਵੱਚ-ਬੱਚ
ਐਸਪਰਾਗਸ ਰੇਸੀ	ਸਤਾਵਰ, ਸ਼ਕਾਕਲ ਮਿਸਰੀ
ਐਸ ਫਾਲਟਮ	ਸਿਲਾਜੀਤ
ਐਵਰਲੀ ਕੋਲਾਟਾ	ਕਸਤ-ਕੁਠ
ਐਸ ਪਰਾਗਸ ਸਰਮੇਨਟਸ	ਚਿਟੀ ਮੂਸਲੀ
ਐਮੋਨੀਆ ਕਾਰਬੋਨਾਸ	ਨੁਸ਼ਾਦਰ ਕਲਮੀ
ਆਮੰਡ ਆਇਲ	ਬਦਾਮ ਰੋਗਨ
ਐਬਰਸ	ਰੱਤੀਆਂ
ਐਕਾਈ ਰੈਂਥਸ ਐਸਪਰਾ	ਪੁਠਕੰਡਾ-ਚਰਚਾਟਾ
ਅੱਧਾ ਟੋਡਾ	ਬਾਂਸਾ
ਐਨਕਾਰਟੀਅਮ	ਭੁਲਾਵਾ
ਅਰਗੀਮੋਨ	ਸਤਿਆਨਾਸੀ

ਆਰਜੀਰੇਰੀਆ	ਬਧਾਰਾ
ਐਸਪੈਰੇਗਸ	ਸਤਾਵਰ
ਬਾਸਿਲ	ਤੁਲਸੀ
ਬਨੌਸਟਾ	ਅਨਾਰਦਾਣਾ
ਬੇਲ	ਬਿਲ
ਬਾਲਾ	ਖਰੇਟੀ
ਬਾਰਬਾਡੋਜ਼ਅਲੋਜ਼	ਮੁਸੱਬਰ
ਬਾਯੂਹੀਨੀਆ	ਕਚਨਾਰ
ਬੈਪਟਿਸੀਆ	ਜੰਗਲੀ ਨੀਲ ਦੀ ਜੜ੍ਹ
ਬਾਲਸਮੋ ਡੈਂਡਰਾਨ	ਗੁਗਲ
ਬਰਬਰੀਜ਼	ਦਾਰ ਹਲਦੀ
ਬੇਨਜ਼ੁਇਨ	ਲੁਬਾਨ
ਬਿਟੋਮੈਨ	ਸਿਲਾਜੀਤ
ਬੀਲੈਰੀਕਾ	ਬਹੇੜਾ
ਬਲੇਫਾਰਿਸ	ਉਟੰਗਣ
ਬਲੈਕ ਸਾਲਟ	ਕਾਲਾ ਨਿਮਕ
ਬੋਰੈਕਸ	ਸੁਹਾਗਾ
ਬੋਰਨੀਓਲ	ਭੀਮ ਸੈਨੀ ਕਾਫੂਰ
ਬਰੂਨੈਲਾ	ਉਸਤਖਦੂਸ
ਬੋਇਰ ਹਾਵੀਆ ਡਿਫੇਜ਼ਾ	ਬਿਸਖਪਰਾ
ਬਰਾਇਉ ਫਾਈਲਮ	ਜ਼ਖਮ ਹਿਆਤ
ਬਰਾਈਓਨੀਆ	ਸ਼ੰਖਨੀ
ਬਿਊਟਾ ਸੈਮੀਨੀ	ਤੁਖਮ ਪਲਾਸ
ਬਿਊਟਾਗਿਮੀ	ਗੂੰਦ ਪਲਾਸ
ਬੰਬੂਪਿਥ	ਤਵਾਸ਼ੀਰ

ਬੇਲੀਫ	ਤੇਜਪਾਤ
ਕੈਲੋਮਲ	ਰਸਕਪੂਰ
ਕੈਨਾਬਿਸ	ਗਾਂਜਾ
ਕਾਰਾਵਾਈ	ਕਾਲਾ ਜੀਰਾ
ਕਾਰਮ ਕਾਪਟੀ ਕਮ	ਅਜਵੈਨ
ਕੈਟੀ ਕੂ	ਕੱਥਾ
ਕਾਸੀਆ ਫਿਸਟੋਲਾ	ਅਮਲਤਾਸ
ਕੈਟਮਿੰਟ	ਕਾਜਬਾਨ
ਚਿਰੈਟਾ	ਚਰਾਇਤਾ
ਕਰਾਮਿਕ ਐਸਿਡ	ਲਾਲ ਕਾਹੀ ਦਾ ਤੇਜ਼ਾਬ
ਸੈਲੇਰੀ	ਅਜਮੋਦ. ਕਰਫਸ
ਚਾਈਨਾਰੂਟ	ਚੋਬ ਚੀਨੀ
ਸੈਂਟੀ ਪੇਡਾ	ਨਾਗ ਦਾਣਾ
ਚੈਰੀ ਪਲਮ	ਆਲੂ ਬੁਖਾਰਾ
ਕਾਲਚੀਕਮ ਕਾਰਨ	ਸੁਰੰਜਾ ਤਲਖ
ਕਲੋਮ ਵਿਸਕੋਸਾ	ਛਾੜ ਛੜੇਲਾ
ਕਰੋਕਸ (ਸੈਫਰੋਨ)	ਕੇਸਰ
ਕੋਚੀਨੀਲ	ਬੀਰ ਬਹੁਟੀ
ਚੀਜ਼	ਪਨੀਰ
ਡੇਟਫਰੂਟ	ਛੁਹਾਰਾ
ਡਰਾਈਜਿੰਜਰ	ਸੁੰਢ
ਡੇਸੋਡੀਅਮ	ਸਾਲਪਰਨੀ
ਡੋਲੀਕਾਸ	ਕੁਲਥੀ
ਮਸਕ	ਕਸਤੂਰੀ
ਐਂਬਰ	ਅੰਬਰ

ਲਾਗਵੁਡ	ਪਤੰਗ ਦੀ ਲੱਕੜ
ਯੁਕਲਿਪਟਿਸ ਆਇਲ	ਤੇਲ ਸਫੈਦਾ
ਈਗਲਵੁਡ	ਅਗਰ, ਊਦਗਰਕੀ
ਲਿਕੋਰਸ	ਮੁਲੱਠੀ
ਅਮੇਟਿਕਨੱਟ	ਮਾਂਈ, ਮੀਨਫਲ
ਯੂਫੋਰਬੀਆ	ਦੋਧੀ ਬੂਟੀ
ਐਮਬੀਲੀਆ	ਵਾਵੜਿੰਗ
ਐਕਸੀਡ ਬਰਬਰੀਸ	ਰਸੌਂਤ
ਫੈਗੋਮਾ ਅਰੇਬੀਕਾ	ਧਮਾਂਸਾ
ਫੇਰਿਸ ਸਲਫੇਟ	ਹੀਰਾ ਕਸੀਸ
ਫੈਨਲ ਵਾਟਰ	ਅਰਕ ਸੌਂਫ
ਫਿਗਜ਼	ਅੰਜੀਰ
ਗਮਕੋਪਲ	ਸੁੰਦਰਸ
ਗਾਲ ਸਟੋਨ	ਗਊ ਲੋਚਨ
ਜਿਪਸਮ	ਗੋਦੰਤੀ
ਗਮਮਾਸਟਿਕ	ਰੂਮੀ ਮਸਤਗੀ
ਨਟਮੇਗ	ਜਾਇਫਲ
ਗੱਟੀਫੇਗ	ਨਾਗ ਕੇਸਰ
ਗੁਲੰਚਾ	ਗਲੋ
ਗੁਲਬਨਾਸ	ਬਨਫਸ਼ਾ ਦੇ ਫੁਲ
ਗੇਮੀਲੀਨਾ	ਬਿਧਾਰਾ
ਗੰਬੋਜ ਥਿਸਲ	ਬ੍ਰਹਮ ਡੰਡੀ
ਗਲੰਗਾ	ਖੁਲੰਜਾਂ
ਹਾਈਡਰਾਰ ਜੇਰਮ	ਪਾਰਾ
ਹਾਈਡਰਾਪਰ ਕਲੋਰ	ਦਾਰ ਚਿਕਨਾ

ਹਾਈਡਰਾ ਸਬਕਲੋਰ	ਰਸ ਕਪੂਰ
ਹਾਈਡ ਔਕਸਾਈਡ ਰੈਡ	ਸ਼ਿੰਗਰਫ
ਹਾਇਓਸਿਮ	ਜਵੈਨ ਖੁਰਾਸਾਨੀ
ਹਾਈਡਨੋ ਕਾਰਪਸ	ਚਾਲਮੋਗਰਾ
ਹੈਮੀਡੈਸ ਮਸ	ਅਨੰਤ ਮੂਲ
ਹੈਮਪ	ਭੰਗ
ਹੈਲਿਉਟਰੌਫੀਅਮ	ਹਾਥੀ ਸੁੰਢੀ
ਹਾਰਸ ਰੈਡਿਸ਼ਟਰੀ	ਸੁਹਾਂਜਣਾ
ਇੰਡੀਆ ਪੈਨੀਰੂਟ	ਬ੍ਰਹਮੀ ਬੂਟੀ
ਆਇਰਨ ਰਸਟ	ਮੰਡੂਰ
ਇਰਿਸ	ਸੌਸਨ
ਇੰਡੀਗੋ	ਨੀਲ
ਇਪੋਮੋਈਆ	ਕਾਲਾ ਦਾਣਾ
ਇਸਪਾਘੁਲਾ	ਈਸਬਗੋਲ
ਜਸਮੀਨ	ਚੰਬੇਲੀ
ਜੌਨੀਪਰਬੈਰਿਸ	ਹਊਬੇਰ
ਜਾਗੀਰੀ	ਗੁੜ-ਕੰਦ ਸਿਆਹ
ਜੋਮੀਕਾ ਪੀਪਰ	ਸਰਦ ਚੀਨੀ
ਜੈਲਪ	ਜੁਲਾਬਾ
ਕਾਲਾ ਦਾਨਾ	ਇਸ਼ਕ ਪੇਚੇ ਦੇ ਬੀ
ਮਾਰਕਿੰਗ ਨਟ	ਭੁਲਾਵਾਂ
ਲਾਰਡ	ਸੂਰ ਦੀ ਚਰਬੀ
ਲਿਥਾਰਿਜ	ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ
ਲਾਂਗ ਪੀਪਰ	ਮਘਾਂ, ਪੀਪਲ
ਲਾਂਗ ਜੈਡੋਰੀ	ਜ਼ਰਨਬਾਦ, ਕਚੂਰ

ਲੈਡ ਐਕਸਾਈਡਰੇਡ	ਸੰਧੂਤ
ਲਈਥਿਨ	ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਪੀਲੱਤਨ ਦਾ ਸਤ
ਲੂਫਾ (ਸੋਪ ਨਟ)	ਰੇਠਾ
ਲਾਧ	ਲੋਧ ਪਠਾਣੀ
ਲੋਟਸਸੀਡ	ਕੰਵਲ ਗੱਟਾ
ਲਾਈਕਵਾ ਰਾਈਸ	ਮੁਲੱਠੀ
ਲਾਈਮ ਵਾਟਰ	ਚੂਨੇ ਦਾ ਪਾਣੀ
ਲਿਨਸੀਡ ਆਇਲ	ਤੇਲ ਅਲਸੀ
ਮਿੰਟ	ਪੂਦਨਾ
ਮੇਸ	ਜਾਵੱਤਰੀ, ਬਸਬਾਸਾ ਜੋਜ਼ਬੋਇਆ
ਮਸਟਰ	ਰਾਈ
ਮਾਰਸ਼ ਮੈਲੋ	ਖ਼ਤਮੀ
ਮੈਲੋ	ਖਰੇਟੀ ਕੰਘੀ ਬੂਟੀ
ਮਰਡਾਨੀਆ ਕਿਊਰਕਲੇਗੋ	ਕਾਲੀ ਮੂਸਲੀ
ਮਾਰਗੋਸਾ ਟਰੀ	ਨਿੰਮ
ਮੇਡਨ ਹੇਅਰ ਫਰਨ	ਹੰਸ ਰਾਜ, ਪਰਸਿਆਂਵਸ਼ਾਂ
ਮਾਰਫਿਨ	ਅਫੀਮ ਦਾ ਸਤ
ਮੇਡਰ	ਮਜੀਠ
ਮੀਕਾ	ਅਬਰਕ
ਮੈਂਥੋਲ	ਸਤ ਪੂਦਨਾ
ਮਿਰੋਬੋਲਾਨਾ	ਤ੍ਰਿਫਲਾ
ਮਕੁਨਾ	ਕੌਂਚ
ਮਾਈਲਾਬਰਿਸ	ਤੇਲਨੀ ਮੱਖੀ
ਮਿਰੁ	ਮਰਮਕੀ

ਮਨਾ	ਸ਼ੀਰ ਖਿਸ਼ਤ
ਨੈਕਸੋਮੀਕਾ	ਕੁਚਲਾ
ਨਾਈਟਰ	ਸ਼ੋਰਾ ਕਲਮੀ
ਨੈਪਥੇਲਿਨ	ਗੋਲੀ ਫੀਨਾਇਲ
ਨੀਲੰਬੀਕਮ	ਨੀਲੋਫਰ
ਨਾਇਕ ਟੈਨਥ	ਹਾਰ ਸਿੰਗਾਰ ਦੇ ਫੂਲ
ਆਇਸਟਰ ਸ਼ੈਲ	ਸਿਪ
ਓਰੀਅੰਟਲ ਸਲੇਪ	ਸਾਲਬ ਮਿਸਰੀ
ਓਲੇਬੰਪ ਡਰੋਮਾ	ਕੁੰਦਰ
ਆਲਿਵ ਆਇਲ	ਤੇਲ ਜੈਤੂਨ
ਓਕ	ਬਲੂਤ, ਸਮੁੰਦਰ ਫਲ
ਓਪੀਅਮ	ਅਫੀਮ
ਓਸੀਮਮ	ਤੁਲਸੀ
ਪੋਪੀ	ਪੋਸਤ ਡੋਡਾ
ਪੋਪੀ ਸੀਡ	ਖਸਖਾਸ਼
ਪੁਨੇਰੀਆ ਕੋਗੋਲਿਨ	ਕਾਕੰਜ
ਲਾਂਗ ਪੀਪਰ ਰੂਟ	ਦਾਰ ਫਿਲਫਿਲ, ਪਿਪਲਾਮੂਲ
ਪਿਪਰ ਮਿੰਟ	ਪੂਦਨੇ ਦਾ ਸਤ
ਪੇਗੇਨਮ	ਅਸਪੰਦ, ਹਰਮਲ
ਪਿਚ	ਰਾਲ
ਪੇਰਿਲ ਐਸ਼ਿਜ਼	ਜਵਾਖਾਰ
ਪਾਪੇਨ	ਪਪੀਤੇ ਦਾ ਸਤ
ਪਿਕਰੋਰ ਰਾਇਜ਼	ਕਟਕੀ
ਪਲੰਬਾਗੋ	ਚਿਤਰਕ
ਪ੍ਰੇਮਨਾ	ਅਰਨੀ

ਪਸੋ ਗਲੀਆ	ਬਾਵਚੀ
ਪੀਟਰੋ ਕਾਰਪਸ	ਲਾਲ ਚੰਦਨ
ਪੁੰਨਰਨਵਾ	ਬਿਸਖਪਰਾ
ਰਿਊਬਰਸ	ਰੇਵੰਦ ਚੀਨੀ
ਰਾਕ ਸਾਲਟ	ਲਾਹੌਰੀ ਨਿਮਕ
ਰਸ ਸੂਕੋ ਡਾਇਨਾ	ਕਾਕੜਾ ਸਿੰਗੀ
ਰਸ਼	ਨਾਗਰ ਮੋਥਾ
ਸਪਾਈਕ ਨਾਰਡ	ਸੁੰਬਲਤੀਬ. ਜਟਾ ਬਾਂਸੀ
ਸੈਨਸੇਟਿਵ ਪਲਾਂਟ	ਲਾਜਵੰਤੀ, ਛੂਈ ਮੂਈ
ਸਾਲਿਵ ਪਲਬੀਆ	ਸਮੁੰਦਰ ਸੋਖ
ਸਲਫਰ	ਗੰਧਕ
ਸਕਮੂਨੀ	ਸਕਮੂਨੀਆ
ਸੰਡਲਵੁਡ	ਚੰਦਨ ਦੀ ਲਕੜੀ
ਸਲਫੇਟ ਆਫ ਕਾਪਰ	ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ
ਸਾਸੂਰੀਯਾ	ਕੂਠ
ਸੋਲਾਨਮ	ਮਕੋ
ਟਰਾਈਬੋਲਸ	ਗੋਖਰੂ, ਭੱਖੜਾ
ਟਰਪੇਥਮ	ਤਿਰਵੀ, ਨਸੋਂਤ
ਥਾਈਮੋਲ	ਸਤ ਜਵੈਨ
ਵੈਲੇਰੀਅਨ	ਜਟਾ ਬਾਂਸੀ, ਸੁੰਬ ਲਤੀਬ, ਬਾਲਛੜ, ਮੁਸ਼ਕਬਾਲਾ
ਵਾਇਲੇਟ	ਬਨਫਸ਼ਾ
ਵਾਈਟੈਕਸ	ਸੰਭਾਲੂ
ਵਿਨੇਗਰ	ਸਿਰਕਾ
ਵਸਾਕਾ	ਬਾਂਸਾ

ਇਨਜੈਕਸ਼ਨ (ਟੀਕਾ) ਲਾਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸੂਈਦਾਰ ਪਚਕਾਰੀ ਨਾਲ ਜਿਸਮ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਦ ਉਸਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਣਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਬਹੁਤ ਕਰਕੇ ਦਵਾਈਆਂ ਮੂੰਹ ਰਸਤੇ ਹੀ ਖੁਆਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਕਈ ਵਾਰੀ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਵਧੀ ਹੋਈ ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਰੋਕਣ ਲਈ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਦਵਾਈ ਬਦਨ ਵਿਚ ਪੁਚਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਗਈ ਦਵਾਈ ਸਿਧਾ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਝਟ ਪੁਜ ਕੇ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਖਾਧੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਪੁਜ ਕੇ ਉਥੇ ਹਜ਼ਮ ਹੋ ਕੇ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਬੀਮਾਰੀ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਟੀਕਾ ਲਾਣ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰੀ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਦਬ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਨੁਕਸਾਨ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਟੀਕਾ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗਲਤ ਲਗ ਜਾਣ ਨਾਲ ਜਾਨ ਤੇ ਆ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸਦਾ ਰਿਵਾਜ ਬਹੁਤ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਵੈਦਾਂ, ਹਕੀਮਾਂ ਦੇ ਲਾਭ ਲਈ ਅਸੀਂ ਇਥੇ ਟੀਕਾ ਲਾਣ ਦਾ ਢੰਗ ਤੇ ਉਸਦੇ ਸਾਮਾਨ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਉਮੀਦ ਹੈ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਉਠਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਟੀਕਾ ਲਾਣ ਦਾ ਸਮਾਨ ਪਚਕਾਰੀ:—

ਟੀਕਾ ਲਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪਚਕਾਰੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਤੇ ਕਈ ਮਾਪਾਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ੇਰ ਜਿਲਦ ਪਚਕਾਰੀ (ਹਾਇਪੋ ਡਰੱਮਕ ਸਿਰੰਜ) ੧ ਸੀ. ਸੀ. ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ੨ ਸੀ. ਸੀ. ਤਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਸੀ. ਸੀ. ਅੰਦਾਜ਼ਨ

੧੭ ਬੂੰਦ ਦੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਸੀ. ਸੀ. ਦਾ ਮਤਲਬ ਕਿਊਬਕ ਸੈਂਟੀ ਮੀਟਰ ਹੈ, ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਮਾਪਨ ਦਾ ਇਕ ਸਾਇੰਸ ਦਾ ਨਵਾਂ ਆਲਾ ਹੈ।

ਵਰੀਦੀ ਅਤੇ ਉਜ਼ਲਾਤੀ ਟੀਕਿਆਂ ਵਿਚ ਦਵਾ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਬਹੁਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪਕਕਾਰੀ ਭੀ ਦਵਾ ਦੇ ਮਾਪ ਅਨੁਸਾਰ ਵਡੀ ਵਰਤਨੀ ਚਾਹੀਏ । ਇਸ ਕੰਮ ਵਾਸਤੇ ਪੰਜ ਤੋਂ ਵੀਹ ਸੀ. ਸੀ. ਤਕ ਦੀਆਂ ਪਚਕਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਚੰਗੀਆਂ ਪਚਕਾਰੀਆਂ ਸਭ ਬਲੌਰ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਿਰੀ ਧਾਤ ਦੀਆਂ ਪਚਕਾਰੀਆਂ ਯਾ ਧਾਤ ਅਤੇ ਬਲੌਰ ਦੀ ਰਲੀ ਮਿਲੀ ਪਚਕਾਰੀਆਂ ਪਾਸੋਂ ਨਿਰੇ ਬਲੌਰ ਦੀ ਚੰਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਪਚਕਾਰੀ ਉਪਰ ਲਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਵੀ ਦੋ ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਕ ਲੋਹੇ ਦੀ ਨਿਕਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ, ਦੂਜੀ ਪਲਾਟੀਨਮ ਦੀ । ਪਲਾਟੀਨਮ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੂਈ ਵਰਤਨ ਵੇਲੇ ਇਹ ਵੇਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੂਈ ਡਿੰਗੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਉਸਨੂੰ ਜ਼ੰਗ ਲਗਾ ਹੋਵੇ। ਸੂਈ ਦਾ ਛੇਕ ਸਾਫ ਹੋਵੇ ਸੂਈ ਦਾ ਸਿਰਾ ਤੇਜ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਜ਼ੇਰ ਜਿਲਦ ਟੀਕੇ ਵਿਚ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਗਹਿਰੇ ਉਜ਼ਲਾਤੀ ਟੀਕੇ ਵਿਚ ਲੰਮੀ ਸੂਈ ਵਰਤਨੀ ਚਾਹੀਏ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਦਵਾ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਜੇਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੂਈ ਬਰੀਕ ਛੇਕ ਵਾਲੀ ਤੇ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਦ ਵਡੇ ਛੇਕ ਵਾਲੀ ਵਰਤਨੀ ਚਾਹੀਏ।

ਛੋਟੀ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਸੂਈ ੨੭ ਗਾਜ, ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਤੋਂ ਮੋਟੀ ਸੂਈ ੧੩ ਗਾਜ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸੂਈ ਦੇ ਨਾਲ ਇਕ ਬਰੀਕ

ਤਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਸੂਈ ਦੇ ਛੇਕ ਵਿਚ ਪਾਉ ਜੇਕਰ ਸਾਫ ਲੰਘ ਜਾਵੇ ਤਦ ਠੀਕ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜੰਗ ਲਗੇ ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਟੀਕਾ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ੧ ਦੀ ਥਾਂ ੨ ਸੂਈਆਂ ਉਬਾਲ-ਨੀਆਂ ਚਾਹੀਏ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਈ ਵਾਰੀ ਸੂਈ ਹਥੋਂ ਡਿਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਇਸਤਰਾਂ ਦੂਜੀ ਸੂਈ ਝਟ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਚਕਾਰੀ ਦੇ ਤਿੰਨਾਂ ਹਿਸਿਆਂ ਨੂੰ (ਬੈਰਲ, ਪਿਸਟਨ ਤੇ ਸੂਈ) ਵਖੋ ਵਖ ਕਰਕੇ ਬਲੌਰੀ ਹਿਸੇ ਨੂੰ ਰੂੰ ਯਾ ਮਲਮਲ ਵਿਚ ਲਪੇਟ ਕੇ ਦੇਗਚੀ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਬਾਕੀ ਹਿਸੇ ਵਿਚ ਐਵੇਂ ਪਾ ਕੇ ਇਤਨਾ ਪਾਨੀ ਪਾਓ ਕਿ ਉਹ ਡੁਬ ਜਾਣ। ਹੁਣ ਦੇਗਚੀ ਨੂੰ ਕੱਜ ਕੇ ਅੱਗ ਉਪਰ ਰਖੋ, ਤੇ ਦਸ ਮਿੰਟ ਤਕ ਉਬਲਣ ਦਿਉ ਫਿਰ ਦੇਗਚੀ ਨੂੰ ਅੱਗ ਤੋਂ ਲਾਹ ਕੇ ਠੰਢਾ ਹੋਣ ਦਿਉ, ਹੁਣ ਇਹ ਪਚਕਾਰੀ ਵਰਤਨ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰ ਹੈ।

ਨੋਟ—ਪਚਕਾਰੀ ਦੇ ਹਰ ਹਿਸੇ ਨੂੰ ਵਖੋ ਵਖ ਉਬਾਲਣਾ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰਾਂ ਟੁਟਣ ਦਾ ਡਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਜਦੋਂ ਪਚਕਾਰੀ ਨੂੰ ਵਰਤਨਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਆਪਣੇ ਹਥ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਫ ਕਰ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਏ, ਐਵੇਂ ਪਚਕਾਰੀ ਨੂੰ ਕਦੇ ਹੱਥ ਨਾ ਲਾਉ। ਪਚਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਬਲਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਾਣਾ ਚਾਹੀਏ ਸਗੋਂ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਉਬਾਲਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਪਚਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੂਈ ਲਾਣ ਵੇਲੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾ ਲਗਾਉ ਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਗਰਮ ਗਰਮ ਸੂਈ ਠੰਢੀ ਪਚਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਾਉ।

ਟੀਕੇ ਵਾਲੀਆਂ ਸਭ ਦਵਾਈਆਂ ਤਰਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਨਲਕੀਆਂ ਵਿਚ ਬੰਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਚੰਗੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀਆਂ ਵਰਤਨੀਆਂ

ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਟੀਕੇ ਵਾਲੀਆਂ ਜੋ ਦਵਾਈਆਂ ਟਿਕੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਰਲ ਬਨਾਣ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਚਮਚੇ ਵਿਚ ਸਪਿਰਿਟ ਪਾ ਕੇ ਸਪਿਰਿਟ ਲੈਂਪ ਤੇ ਅੱਗ ਦੀ ਲਾਟ ਉਪਰ ਰਖੋ, ਸਪਿਰਿਟ ਸੜ ਜਾਵੇਗੀ ਤੇ ਚਮਚਾ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਏਗਾ (ਇਹ ਅਮਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹਥ ਸਾਫ ਕਰ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਏ ।) ਫਿਰ ਇਸ ਚਮਚੇ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਪਾ ਕੇ ਉਬਾਲਾ ਦਿਉ, ਜਦੋਂ ਉਬਾਲਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਟਿਕੀ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਉ, ਇਹ ਹਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਤਦ ਪਦਕਾਰੀ ਵਿਚ ਭਰ ਲਵੋ ।

ਕਈ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਟਿਕੀਆਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਕਰੀਦੀਆਂ-ਜਿਹਾ ਕਿ ਇਨਸੌਲੀਨ, ਪੀਚੋਟਰੇਨ ਆਦਿਕ। ਇਹੋ ਜਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇਸਤਰਾਂ ਹਲ ਕਰੋ ਕਿ ਪਾਣੀ ਦੇ ਅਰਕ (ਡਿਸਟਿਲਡਵਾਟਰ) ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਸਾਫ ਕੀਤੀ ਟਿਊਬ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ, ਟਿਊਬ ਦੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਰੂੰ ਨਾਲ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰ ਲਵੋ । ਫਿਰ ਇਸ ਵਿਚ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦਵਾ ਪਾਕੇ ਹਲ ਕਰਲਵੋ।

ਟੀਕਾ ਲਗਾਣ ਵਾਲਾ-

ਟੀਕਾ ਲਗਾਣ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ, ਵੈਦ ਯਾ ਹਕੀਮ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਫ ਸੁਥਰਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਏ, ਉਸਦਾ ਸਰੀਰ ਸਾਫ ਹੋਵੇ, ਕਪੜੇ ਉਜਲੇ ਹੋਣ, ਹਥ ਸਾਬਣ ਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਏ ਤੇ ਸਾਫ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਪੂੰਝ ਕੇ ਫਿਰ ਸਪਿਰਿਟ ਮਲ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਏ । ਰੋਗੀ ਦੇ ਜਿਸ ਥਾਂ ਤੇ ਟੀਕਾ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਉਸ ਥਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਤੇ ਸਾਬਨ

ਨਾਲ ਧੋ ਕੇ ਯਾ ਸਪਿਰਿਟ ਲਾ ਕੇ ਸਾਫ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ, ਫਿਰ ਇਸ ਉਪਰ ਟਿੰਕਚਰ ਆਇਓਡੀਨ ਲਗਾਉ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਟਿੰਕਚਰ ਸੁਕ ਜਾਵੇ, ਤਦ ਸੂਈ ਨਾਲ ਟੀਕਾ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਦਵਾ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਦ ਸੂਈ ਕੱਢ ਕੇ ਇਸ ਥਾਂ ਤੇ ਫਿਰ ਟਿੰਕਚਰ ਆਇਓਡੀਨ ਲਗਾ ਦਿਉ। ਟਿੰਕਚਰ ਦੀ ਥਾਂ ਈਥਰ ਯਾ ਕਲੋਰਾ ਫਾਰਮ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਚਕਾਰੀ ਵਿਚ ਦਵ ਭਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਦਰਲੀ ਸਾਰੀ ਹਵਾ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦਿਓ। ਟੀਕਾ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੇ ਹੌਲੇ ਮਲ ਦਿਓ ਤਾਂ ਕਿ ਦਵਾ ਅੰਦਰ ਖਿਲਰ ਜਾਵ । ਜੇਕਰ ਹਵਾ ਅੰਦਰੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਨਾ ਨਿਕਲੇਗੀ ਤਾਂ ਦਵਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹਵਾ ਅੰਦਰ ਜਾ ਕੇ ਦਿਲ ਦੀ ਹਰਕਤ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਸੀਰਮ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੇਸਦਾਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਪਚਕਾਰੀ ਵਿਚ ਦਵਾ ਭਰਨ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਪਿਰਿਟ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਟੀਕਾ ਕਰੋ।

ਟੀਕਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਪਚਕਾਰੀ ਤੇ ਸੂਈ ਨੂੰ ਉਪਰ ਵਾਂਗ ਹੀ ਫਿਰ ਉਬਾਲ ਕੇ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਰੂੰ ਵਿਚ ਲਪਟ ਕੇ ਡੱਬੀ ਵਿਚ ਰਖੋ ਤੇ ਸੂਈ ਵਿਚ ਤਾਰ ਪਾ ਦਿਓ, ਤਾਂ ਕਿ ਛੇਕ ਬੰਦ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਨੋਟ:-ਟੀਕੇ ਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਓਹਨਾਂ ਦੇ ਦੇ ਨਾਮ, ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਚੁਣਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਤੇ ਵਖੋ ਵਖ ਰੋਗਾਂ ਤੇ ਵਰਤਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦੂਜੇ ਭਾਗ ਵਿਚ ਵੇਖੋ।

ਮਰਦ ਚਕਿਤਸਾ

ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਖਿਆਲ ਸੀ ਕਿ ਸਿਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਕ੍ਰਮ ਵਾਰ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਤਸ਼ਰੀਹ ਤੇ ਇਲਾਜ ਲਿਖੇ ਜਾਣ, ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਖਿਆਲ ਸੀ ਇਸ ਗ੍ਰੰਥ ਦੇ ਪੰਨੇ ੨੦੦ ਤੋਂ ਵਧ ਨਾ ਜਾਣ, ਪਰ ਲਿਖਣ ਲਗਿਆਂ ਇਕ ਤੋਂ ਇਕ ਚੰਗਾ ਮਜ਼ਮੂਨ ਯਾਦ ਆਉਂਦਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਲਈ ਪਹਿਲ ਉਹਨਾਂ ਮਜ਼ਮੂਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮਜ਼ਮੂਨ ਵੈਦਾਂ, ਹਕੀਮਾਂ ਤੇ ਆਮ ਜਨਤਾ, ਸਭ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਨ।

ਮੈਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਵਰਿਹਾਂ ਤੋਂ ਖਾਸ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਬਹੁਤੀ ਲੋੜ ਵੀ ਇਸੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਜ ਕਲ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੇ ਤੇ ਲੜਕੀਆਂ, ਕੁਝ ਆਪਣੀ ਗਲਤ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਾਲ, ਕੁਝ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਅਨਗਹਿਲੀ ਕਰਕੇ ਬਹੁ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਭੈੜੀਆਂ ਸੁਹਬਤਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਸਤਿਆਨਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਤੇ ਅਗੋਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਦ ਤਕ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਚਲਦਾ ਰਹੇ। ਗੁਪਤ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਨੌਜਵਾਨ; ਮਰਦ, ਇਸਤਰੀਆਂ ਸ਼ਰਮ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦਸਦੇ ਨਹੀਂ, ਪੂਰਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰੋ ਅੰਦਰ ਘੁਣ ਵਾਂਗ ਖਾਧੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੇਰੀ ਪਹਿਲੀ ਪੁਸਤਕ ਜੋਬਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਰਥਾਤ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਰਾਤ ਬਾਰਾਂ ਵਾਰੀ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਛਪ ਕੇ ਵਿਕ ਚੁਕੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਹੀ ਤਸਰੀਹ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਉਸ ਪੁਸਤਕ

ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹੇ ਹੋਏ ਹਰ ਤਬਕੇ ਨੇ ਸਲਾਹਿਆ ਹੈ ਤੇ ਕਈਆਂ ਨੇ ਇਥੋਂ ਤਕ ਸਾਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ "ਕਾਸ਼ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲੋਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤਬਾਹ ਨਾ ਹੁੰਦੇ" ਇਤਿਆਦਿਕ। ਸੋ ਇਸ ਬੁਰਾਈ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਅਗਲੇ ਸਫਿਆਂ ਵਿਚ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਤਸ਼ਰੀਹ ਕਰਕੇ ਚੰਗੇ ਚੰਗੇ ਨੁਸਖੇ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸੈਂਕੜੇ ਵਾਰੀ ਅਜ਼ਮਾਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਦਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਇਕੋ ਦਵਾਈ ਹਰ ਇਕ ਤਬੀਅਤ ਨੂੰ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਪੁਚਾਦੀ, ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਨੁਸਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਜੇਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੰਦ ਆਵੇ ਯਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਮੁਆਫਕ ਹੋਵੇ ਵਰਤ ਕੇ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵੈਦ ਤੇ ਹਕੀਮ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈ ਕੇ ਲੋੜ ਵਾਲਾ ਨੁਸਖਾ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਕਰ ਆਮ ਰੋਗੀ ਇਹਨਾਂ ਨੁਸਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਬਨਾਣ ਦੀ ਵੇਹਲ ਨਾਂ ਰਖਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੂਰਾ ਹਾਲ ਲਿਖ ਕੇ ਮਸ਼ਵਰਾ ਮੁਫਤ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵਾਸਤੇ ਦਵਾਈ ਤਜਵੀਜ਼ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿਚ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਨਾਮ ਦਿਤੇ ਹਨ, ਲੋੜਵੰਦ ਸਜਣ ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਮੰਗਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਰੋਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਕ੍ਰਮ ਵਾਰ ਗੁਪਤ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਕੁਝਕੁ ਹਾਲ ਤੇ ਇਲਾਜ ਲਿਖ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗ—

ਅਨਵਿਆਹੇ ਨੌਜਵਾਨ, ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਕੀ ਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕੀ, ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਭੈੜੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੀ

ਸੁਹਬਤ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਹਥ ਰਸੀ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਮੁੰਡੇ ਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਯਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਸਤਿਆਨਾਸ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ. ਇਸ ਤਰਾਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੁਤਿਆਂ ਪਿਆਂ ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਸੁਪਨਦੋਸ਼ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਵੀਰਯ ਖਾਰਜ ਹੋਣ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜੋਤ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਦਿਮਾਗ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਕੇ ਵਹਿਮ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਇਤਨਾ ਦੁਰਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਥ ਰਸੀ ਦੀ ਆਦਤ ਛਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜ਼ਰਾ ਜਿੰਨੀ ਪ੍ਰੇਮ ਭਰੀ ਗਲ ਬਾਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮਰਦ ਲਿੰਗ ਵਿਚ ਵਾਧੂ ਹੁਸ਼ਿਆਰੀ ਆ ਕੇ ਲੇਸ ਨਿਕਲਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤਰਾਂ ਮਨੀ ਦੇ ਪਤਲਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਪੇਟ ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਖਾਧਾ ਪੀਤਾ ਲਗਦਾ ਨਹੀਂ, ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੈਸ ਭਰਨ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਧਰਨ ਦਾ ਨੁਕਸ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੇਟ ਵਿਚ ਦਰਦ ਆਦਿਕ ਠਹਿਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੰਦਰੀ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਪਤਲੀ ਹੋ ਕੇ ਭੋਗ ਸ਼ਕਤੀ ਮਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਨੀ ਦੇ ਵਿਚਲੇ ਕੀੜੇ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਕੇ ਆਦਮੀ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਨਵੇਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਪੁਰਸ਼ ਤੇ ਤੀਵੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹੀ ਭੋਗ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਸਗੋਂ ਇਕ ਰਾਤ ਵਿਚ ਦੋ ਦੋ ਤਿੰਨ ਤਿੰਨ ਵਾਰੀ ਭੋਗ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਗ੍ਰਰਮੀ ਰੋਗ, ਸੁਜ਼ਾਕ ਆਦਿਕ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੀਵੀਆਂ ਦੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਰਿਤੂ ਵਿਚ ਫਰਕ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਦੇ ਘਟ, ਕਦੇ ਵਧ ਕਦੇ ਦਰਦ ਹੋ ਕੇ ਰਿਤੂ ਆਉਣ ਕਰਕੇ ਤੀਵੀਂ ਦਿਨ ਬਦਿਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ; ਹਰ ਵੇਲੇ ਸੁਸਤ ਰਹਿੰਦੀ ਤੇ ਘਰ ਨੂੰ ਨਰਕ ਰੂਪ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ

ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਇਹ ਪ੍ਰਣ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਆਦਤ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਉ । ਵਿਸ਼ਾ ਭੋਗ ਆਦਿਕ ਸੰਜਮ ਨਾਲ ਕਰੋ, ਆਪਣੇ ਰੋਗ ਦਾ ਪੂਰਾ ਤੇ ਪੱਕਾ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੀ ਅਰੋਗ ਬਣਾਉ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਵੀ ਭਲਾ ਕਰੋ, ਨੌਜਵਾਨ ਹੀ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਾਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਹੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਏ ਤਾਂ ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਕੌਮ ਦਾ ਰੱਬ ਹੀ ਰਾਖਾ ਹੈ ।

ਮਨੀ (ਵੀਰਯ) ਨੂੰ ਗਾਹੜਾ ਕਰਨ ਲਈ—

ਚਿਟੀ ਮੂਸਲੀ ਦਾ ਆਟਾ	੧ ਪਾ
ਕਤੀਰਾ ਗੂੰਦ	੧ ਛਟਾਂਕ
ਸਤ ਈਸਬਗੋਲ	੧ ਛਟਾਂਕ
ਖੰਡ ਦੇਸੀ ਯਾ ਮਿਸ਼ਰੀ	੧॥ ਪਾ

ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾ ਕੇ ਰਖੋ । ੧ ਤੋਲਾ ਦਵਾ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਲੈ ਕੇ ੧ ਪਾ ਗਰਮ ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਉ, ਪੰਜ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਖੀਰ ਬਣ ਜਾਏਗੀ, ਕੋਸੀ ੨ ਇਹ ਖੀਰ ਚਮਚੇ ਨਾਲ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ੧੫-੨੦ ਦਿਨ ਖਾਉ ।

ਧਾਤੂ ਪੁਸ਼ਟ ਨੰ: ੨

ਇਹ ਨੁਸਖਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਹੋਣਾ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਨਾਲ ਮਨੀ ਜਾਣੀ, ਭੋਗ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸਭ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ:—

ਚਿਟਾ ਜ਼ੀਰਾ, ਮੋਚਰਸ, ਕਮਰ ਕੱਸ, ਹਦਵਾਣੇ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ, ਖੀਰੇ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ, ਪੋਸਤ ਡੋਡਾ, ਕਤੀਰਾ

ਗੂੰਦ, ਸ਼ਕਾਕਲ, ਤੋਦਰੀ ਚਿਟੀ, ਤੋਦਰੀ ਲਾਲ, ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ, ਮੂਸਲੀ ਕਾਲੀ, ਤਾਲਮਖਾਣਾ ਸਭ ੯-੯ ਮਾਸੇ, ਇਮਲੀ ਦੀਆਂ ਭੁਜੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ, ਸੰਗ ਜਰਾਹ, ਸਤਾਵਰ, ਸਤ ਈਸਬਗੋਲ ੫-੫ ਤੋਲੇ, ਕੁਸ਼ਤਾ ਕਲੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਿਸ਼ਰੀ ੨੦ ਤੋਲੇ, ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ। ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੬-੬ ਮਾਸੇ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਲਵੋ।

ਐਲੋਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ —

ਟਿੰਕਚਰ ਸਟੀਲ	੨ ਔਂਸ
ਟਿੰਕਚਰ ਕਵਾਸ਼ੀਆ	੨ ਔਂਸ
ਟਿੰਕਚਰ ਡਾਮਿਆਨਾ	੨ ਔਂਸ
ਟਿੰਕਚਰ ਕੰਨਥਰੇਡਿਸ	੨ ਔਂਸ
ਟਿੰਕਚਰ ਨੈਕਸੁਾਮੀਕਾ	੨ ਔਂਸ
ਟਿੰਕਚਰ ਕੈਨੇਬਿਸ ਐਂਡੀਕਾ	ਅੱਧਾ ਔਂਸ
ਗਲੈਸਰੀਨ	੨ ਔਂਸ

ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਲਵੋ। ਇਹ ਤਾਕਤ ਦੀ ਅਜੀਬ ਦਵਾ ਹੈ, ਦਿਲ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਲਾਭ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ ੧੦ ਤੋਂ ੧੫ ਬੂੰਦ ਤਕ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਆਯੁਰਵੇਦਿਕ ਤੇ ਐਲੋਪੈਥੀ ਸਾਂਝਾ ਇਲਾਜ—

(ਲੱਖ ਰੁਪੈ ਦਾ ਨੁਸਖਾ)

ਅਰਗੋਟਾਈਨ	੧ ਪਾ
ਬਹੁ ਫਲੀ ਬੂਟੀ	੧ ਪਾ
ਕੁਨੀਨ ਸਲਫਾਸ	੨॥ ਤੋਲੇ
ਤਾਲਮਖਾਣਾ	੧ ਸੇਰ ਪੰਜ ਤੋਲੇ

ਕਲੀ (ਬੰਗ) ਭਸਮ ੩॥ ਤੋਲੇ (ਕਿਕਰ ਯਾ ਭੰਗ ਦੇ ਪੱਤਰਾਂ ਵਿਚ ਭਸਮ ਕੀਤੀ ਹੋਈ)
ਚਾਂਦੀ ਭਸਮ ੧ ਤੋਲਾ

ਉਪਰਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਭ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਮਿਲਾ ਕੇ ਤਿਆਰ ਰਖੋ ਫਿਰ ਕਿਕਰ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਫਲੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਅਜੇ ਬੀ ਨਾ ਪਿਆ ਹੋਵੇ, ਪੰਜ ਸੇਰ ਲੈ ਕੇ ਕਿਸੇ ਸਾਫ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਕੁਤਰ ਲਵੋ, ਫਿਰ ਉਖਲੀ ਵਿਚ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ ਇਕ ਲੋਹੇ ਦੇ ਸਾਫ ਵਡੇ ਕੜਾਹੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਇਤਨਾ ਪਾਣੀ ਪਾਉ ਕਿ ਪਾਣੀ ਫਲੀਆਂ ਤੋਂ ੧ ਫੁਟ ਉਚਾਈ ਤਕ ਆ ਜਾਵੇ। ਥਲੇ ਮਧਮ ਅੱਗ ਬਾਲੋ, ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਸੁਕਦਾ ੨ ਫਲੀਆਂ ਤਕ ਆ ਜਾਵੇ ਤਦ ਕੜਾਹੇ ਨੂੰ ਅੱਗ ਤੋਂ ਲਾਹ ਕੇ ਪ੍ਰਾਤਾਂ ਵਿਚ ਪਲਟਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰ ਲਵੋ। ਪਾਣੀ ਅਜੇ ਮਾਮੂਲੀ ਕੋਸਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਫਲੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਮਲ ਕੇ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਕਪੜੇ ਰਾਹੀਂ ਪੁਣ ਕੇ ਦੂਜੇ ਕੜਾਹੇ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਉ, ਫੋਗ ਸੁਟ ਦਿਉ। ਇਸ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਚਿਰ ਪਿਆ ਰਹਿਣ ਦਿਉ, ਤਾਂਕਿ ਮਿਟੀ ਆਦਿਕ ਗਾਦ ਥਲੇ ਬੈਠ ਜਾਵੇ, ਫਿਰ ਇਹ ਪਾਣੀ ਨਿਤਾਰ ਕੇ ਪਹਿਲੇ ਕੜਾਹੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਮਧਮ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ, ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਸੁਕਦਾ ੨ ਅਫੀਮ ਦੇ ਮਾਵੇ ਵਾਂਗ ਗਾੜ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੜਾਹਾ ਥਲੇ ਲਾਹ ਲਵੋ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਮਾਵਾ ਅੱਧ ਸੇਰ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿਛੇ ਦਿਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਉਸੇ ਵਜ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਮਾਵੇ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਹਲ ਕਰੋ ਤਾਂਕਿ ਸਭ ਦਵਾਈਆਂ ਰਲ ਮਿਲ ਜਾਣ। ਇਸਨੂੰ ਛਾਵੇਂ ਇਸ ਹਦ ਤਕ ਸੁਕਾਉ ਕਿ ਗੋਲੀ ਬਣਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਗੋਲੀਆਂ ੨-੨ ਰੱਤੀ ਦੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਖੁਰਾਕ ੧—੧ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਗੋਕੇ ਕੋਸੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਇਸ ਨਾਲ ਮਨੀ ਦੇ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਅਤੇ ਨਾਮਰਦੀ ਹਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਾਕਾਰਾ ਆਦਮੀ ਵੀ ਔਲਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਸਤੂਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਅਸਲ ਗੋਲੀਆਂ—

ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਵਰਤਨ ਨਾਲ ਨਾਮਰਦ ਤੋਂ ਨਾ ਮਰਦ ਆਦਮੀ ਵੀ ਫਿਰ ਜਵਾਨੀ ਦਾ ਰੰਗ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਨੁਸਖਾ ਬਹੁਤ ਮੇਹਨਤ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਸੈਂਕੜੇ ਰੁਪੈ ਭੇਟਾ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਲਿਆ ਸੀ, ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਵਰਤ ਚੁਕਾ ਹਾਂ। ਇਹ ਦਵਾ ਆਪਣਾ ਅਸਰ ਦਸੇ ਬਿਨਾ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਰਹੀ।

ਮਨੀ ਦੇ ਸਭ ਰੋਗ, ਨਾਮਰਦੀ, ਲਕਵਾ ਅਧਰੰਗ, ਸਰੀਰਕ ਦਰਦਾਂ, ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ; ਵਾਯੂ ਰੋਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਰਾਮ ਬਾਣ ਹੈ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਚੇਹਰੇ ਨੂੰ ਲਾਲ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਝੁਰੜੀਆਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਲਹੂ ਸ਼ੁਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੇਹਦੇ, ਜਿਗਰ, ਗੁਰਦੇ, ਦਿਲ, ਦਿਮਾਗ ਸਭ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਘਿਉ, ਮੱਖਨ, ਦੁਧ, ਫਲ ਆਦਿਕ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਖਾਉਗੇ, ਸਭ ਹਜਮ ਹੋਵੇਗਾ।

ਨੁਸਖਾ ਮੁਬਾਰਕ ਇਹ ਹੈ:—

ਸ਼ਿੰਗਰਫ ਰੂਮੀ ਸ਼ੁਧ, ਅਫੀਮ ਅਸਲੀ ਸ਼ੁਧ, ਲੌਂਗ, ਬਜ਼ਰੁਲਬੰਜ, ਅਕਰਕਰਾ ਅਸਲੀ, ਜਾਇਫਲ, ਦਾਰਚੀਨੀ ਅਸਲੀ, ਜਵੱਤ੍ਰੀ, ਕੌਂਚ ਦੇ ਬੀ, ਉਟੰਗਣ ਦੇ ਬੀ, ਫੌਲਾਦ

ਭਸਮ ਆਬੀ, ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਟ ਡਾਮਿਆਨਾ, ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਟ ਨੈਕਸੂਮੀਕਾ, ਸਬ ੧-੧ ਤੋਲਾ, ਅੰਬਰ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਕਸਤੂਰੀ ਅਸਲੀ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਕੇਸਰ ਅਸਲੀ ੬ ਮਾਸੇ, ਸੰਖੀਆ ਚਿਟਾ ਸ਼ੁਧ ੨ ਰੱਤੀ, ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀਆਂ ਦਾ ਤੇਲ ਪੰਜ ਤੋਲੇ, ਜੁੰਦ ਬੇਦਸਤਰ ਅਸਲੀ ੬ ਮਾਸ਼ੇ, ਸ਼ਰਾਬ ਬਰਾਂਡੀ ਵਧੀਆ ੧ ਬੋਤਲ।

ਨੋਟ–ਜੁੰਦ ਬੇਦਸਤਰ, ਅੰਬਰ, ਕਸਤੂਰੀ, ਕੇਸਰ ਤੇ ਸੰਖੀਏ ਨੂੰ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਸ਼ਰਾਬ ਵਿਚ ਵਖੋ ਵਖ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਰਲਾ ਲਵੋ। ਸ਼ਿੰਗਰਫ ਰੂਮੀ, ਦੋਵੇਂ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਟ, ਤੇ ਅਫੀਮ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਵਖੋ ਵਖ ਖਰਲ ਕਰਕੇ, ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾ ਕੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆ ਬਰੀਕ ਪੀਹ ਕੇ ਕਪੜ ਛਾਣ ਕਰਕੇ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾ ਦਿਉ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀਆਂ ਦਾ ਤੇਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਰਲਾ ਲਵੋ। ਫਿਰ ਖਰਲ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਸ਼ਰਾਬ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਪਾ ਕੇ ਖਰਲ ਕਰਦੇ ਜਾਉ, ਜਦੋਂ ੨-੩ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਦਵਾ ਗੋਲੀ ਬਣਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਰਖੋ।

ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਗੌਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਲਵੋ ਯਾ ਮਲਾਈ ਵਿਚ, ਯਾ ਮੱਖਣ ਵਿਚ ਰਖ ਕੇ ਨਿਗਲ ਲਵੋ।

ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਖਟਿਆਈ, ਅਚਾਰ ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ।

ਵਾਧੂ ਹਿਰਸ (ਹੁਸ਼ਿਆਰੀ) ਹਟਾਣ ਲਈ–

ਜਦੋਂ ਹਥ ਰਸੀ ਦੀ ਆਦਤ ਛੱਡੀ ਨਾ ਜਾਂਦੀ ਹੋਵੇ ਯਾ ਬਿਨਾ ਖਾਹਸ਼ ਦੇ ਹੀ, ਮਸਾਨੇ ਵਿਚ, ਗਰਮੀ ਹੋਣ ਨਾਲ

ਮਨੀ ਪਤਲੀ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਣ, ਹੁਸ਼ਿਆਰੀ ਆ ਕੇ ਲੇਸ ਆਦਿਕ ਜਾਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨ ਵਰਤੋ:—

ਪੋਟਾਸੀਅਮ ਬਰੋਮਾਈਡ	੧ ਤੋਲਾ
ਧਤੂਰੇ ਕਾਲੇ ਦੇ ਬੀ	੧ ਤੋਲਾ
ਕਾਲੀ ਮਿਰਚਾਂ	੧ ਤੋਲਾ
ਕਿਕਰ ਗੂੰਦ	ਅੱਧਾ ਤੋਲਾ
ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ	ਅੱਧਾ ਤੋਲਾ

ਪਹਿਲੀਆਂ ਚਾਰ ਚ ਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਕਾਫੂਰ ਬਰੀਕ ਪੀਹ ਕੇ ਰਲਾ ਦਿਉ ਤੇ ਪਾਣੀ ਯਾ ਸ਼ਹਿਦ ਅਸਲੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਰੋਜ਼ ਰਾਤ ਨੂੰ ੧ ਗੋਲੀ ੮-੧੦ ਦਿਨ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਵੋ। ਪ੍ਰਹੇਜ਼—ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਮਾਸ, ਆਂਡੇ, ਸ਼ਰਾਬ, ਆਚਾਰ।

ਬੰਧੇਜ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਗੋਲੀਆਂ—

ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਸੋਨੇ ਨਾਲ ਤੋਲਣ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹਨ" ਇਹ ਦੁਧ, ਘਿਉ, ਮੱਖਣ ਜਿਨਾਂ ਵੀ ਖਾਉ, ਸਭ ਹਜ਼ਮ ਕਰਕੇ ਬੁਢਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਵਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਭੋਗ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਦੀ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਬੰਧੇਜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੁਸਖਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਮੇਹਨਤ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਮੈਂ ਆਪ ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰੀ ਬਣਾਕੇ ਵਰਤ ਚੁਕਾ ਹਾਂ।

ਨੁਸਖਾ :—

ਸੰਖੀਆ ਭਸਮ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਚਿਟੀਆਂ ਲਾਚੀਆ ੧॥ ਤੋਲਾ, ਨਾਗ ਕੇਸਰ ਫੁਲ ਵਧੀਆ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਸਵੱਤਰੀ ੩ ਮਾਸ਼ੇ, ਸਤਾਵਰ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਅਸਗੰਧ ਨਾਗੋਰੀ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਚਿਟਾ ਚੰਦਨ ਬੂਰਾ ੩ ਮਾਸ਼ੇ, ਕਿਕਰ ਗੂੰਦ ੧॥ ਤੋਲਾ, ਲੌਂਗ ੨॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਭੰਗ ਦੇ ਬੀ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਪੋਸਤ ਡੋਡਾ ੩॥ ਮਾਸੇ, ਦਾਰਚੀਨੀ-ਸਿਲਾਜੀਤ ਅਸਲੀ ੩॥-੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਜਾਇਫਲ ੨॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਕਾਲਪੀ ਮਿਸ਼ਰੀ ੩॥ ਮਾਸ਼ੇ, ਇਮਲੀ ਦੇ ਬੀ ਭੁਜੇ ਹੋਏ ਦਾ ਆਟਾ ੭॥ ਮਾਸ਼ੇ।

ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰੀਕ ਕਰਕੇ ੨-੨ ਰੱਤੀ ਦੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ। ਖੁਰਾਕ ੧ ਗੋਲੀ ਰੋਜ਼ ਗੋਕੇ ਦੂਧ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਜਦੋਂ ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ ਹੋਵੇ

ਗੋਦੰਤੀ ਹੜਤਾਲ ਅੱਧ ਪਾ ਸਾਫ ਉਮਦਾ ਲੈ ਕੇ ਇਸਦੇ ਇਤਨੇ ੨ ਟੋਟੇ ਕਰ ਲਵੋ, ਜੋ ਕਵਾਰ ਗੰਦਲ ਦੇ ਟੋਟਿਆਂ ਵਿਚ ਆ ਜਾਣ। ਕੰਵਾਰ ਗੰਦਲ ਦੇ ਮੋਟੇ ਸਾਫ ਡੰਡਲ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚੌੜਾਈ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਲੰਬਾਈ ਵਿਚ ਟੋਟੇ ਕਰ ਲਵੋ, ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਟੋਟਿਆਂ ਵਿਚ ਹੜਤਾਲ ਦੇ ਦੇ ਟੋਟਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦਾਖਲ ਕਰੋ ਕਿ ਟੋਟੇ ਪਾਟ ਨਾ ਜਾਣ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਟੋਟਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਕੜ ਦੇ ਕੋਲਿਆਂ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ ਰਖ ਦਿਓ। ਜਦੋਂ ਅੱਗ ਬੁਝਕੇ ਠੰਡੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਆਹਿਸਤਾ ੨ ਚਮਟੇ ਨਾਲ ਇਹ ਟੋਟੇ ਚੁਕਕੇ ਵਿਚੋਂ ਹੜਤਾਲ ਦੇ ਟੋਟੇ ਕਢ ਲਵੋ; ਇਹ ਭਸਮ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਇਹਨਾਂ

ਨੂੰ ਬਾਰੀਕ ਕਰਕੇ ਕਪੜ ਛਾਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵਿਚ ਸਵਾ ਤੋਲਾ ਮੂੰਗਾ ਭਸਮ, ੬ ਮਾਸ਼ੇ ਹੌਲ ਦਿਲੀ ਭਸਮ, ੬ ਮਾਸ਼ੇ ਅਕੀਕ ਭਸਮ ਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਲਾਚੀਆਂ ਮਿਲਾਕੇ ਰਖੋ।

ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੨-੨ ਰੱਤੀ ਦਵਾ ਸ਼ਰਬਤ ਸੰਦਲ ਤੇ ਅਰਕ ਬੇਦ ਮੁਸ਼ਕ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਲਈ ਵਧੀਆ ਨੁਸਖਾ:-

(੧) ਇਕ ਨੁਸਖਾ ਅਸਾਂ ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਰਾਤ ਵਿਚ ਮਰਦਾਵਾਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਬ੍ਰਹਮ ਡੰਡੀ ਅ ਦਿਕ ੧੪ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਦਿਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਵਰਤੋ।

ਅਗੇ ਹੋਰ ਨੁਸਖੇ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਬੀਮਾਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਅਤੇ ਮੁਨਾਸਬ ਅਨੂਪਾਨ ਨਾਲ ਜੋ ਵੀ ਨੁਸਖਾ ਲਾਭ ਦੇਵੇ; ਉਹ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ੧ ਮਹੀਨਾ ਭਰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੋਵੇਂ ਵੇਲੇ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਦਿਉ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਦੁਧ ਨਹੀਂ ਪੀਣਾ, ਆਰਾਮ ਆਉਣ ਤਕ ਭੋਗ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ। ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਚਿਰਕੀਆਂ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਹੀਂ ਖਾਣੀਆਂ, ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ।

(੨) ਮਾਜੂ ਸਬਜ਼ ਬਿਨਾ ਛੇਕ, ਬ੍ਰਹਮੀ ਬੂਟੀ, ਢਾਕ ਦਾ ਗੂੰਦ, ਤਾਲ ਮਖਾਣਾ, ਬੀਜਬੰਦ ਗੁਜਰਾਤੀ, ਸਮੁੰਦਰ ਸੋਖ, ਚਿਟੀ ਮੁਸਲੀ, ਗੋਖਰੂ ਵਡੇ, ਸੰਘਾੜੇ, ਮੋਚਰਸ, ਕਿਕਰ ਦੀ ਗੂੰਦ, ਕਿਕਰ ਦੀ ਫਲੀ, ਭੰਗ ਦੇ ਬੀ, ਇੰਦਰ ਜੌਂ ਮਿਠੇ, ਗਿਲ ਅਰਮਨੀ ਸਭ ਬਰਾਬਰ ਤੋਲ। ਇਹਨਾ ਨੂੰ ਕੁਟ ਛਾਣ ਕੇ, ਸਾਰੀ ਦਵਾ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਮਿਸ਼ਰੀ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਲਾ ਲਵੋ, ਦਵਾ ਤਿਆਰ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੬-੬ ਮਾਸ਼ੇ ਦਵਾ ਕੋਸੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਲਵੋ ।

ਧਾਤੂ ਪੁਸ਼ਟ—

ਇੰਬਲੀ ਦੇ ਬੀ; ਤਾਲਮਖਾਣਾ, ਕਮਰਕੱਸ, ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ, ਸ਼ਰੀਂਹ ਦੇ ਬੀ, ਬਹੁ ਫਲੀ, ਸਾਲਬ ਮਿਸਰੀ, ਸਤ ਗਲੋ, ਕਿੱਕਰ ਦੀ ਗੂੰਦ, ਤਵਾਸ਼ੀਰ, ਅਕਰਕਰਾ ਇਹ ਯਾਰਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਇਕ ੨ ਤੋਲਾ ਲੈਕੇ ਕੁੱਟ ਛਾਣਕੇ ਅੱਧੇ ੨ ਤੋਲੇ ਦੀਆਂ ੨੨ ਪੁੜੀਆਂ ਬਨਾਓ । ਸਵੇਰੇ ਤੇ ਲੌਂਦੇ ਵੇਲੇ ਇਕ ੨ ਪੁੜੀ ਵਿਚ ਇਕ ੨ ਰੱਤੀ ਕੁਸ਼ਤਾ ਕਲੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਕਰਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਯ ਰਾਂ ਦਿਨ ਖਾਓ ਇਸ ਨਾਲ ਉਪਰਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹਟ ਜਾਣਗੀਆਂ । ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਹੋਰ ਤਾਕਤ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ ।

ਤਾਕਤ ਦੀ ਦਵਾ—

ਕੌਂਚ ਦੇ ਬੀ, ਮੁਖਾਰੇ ਦੇ ਬੀ, ਗੋਖਰੂ ਹਰ ਇਕ ਅੱਧ ਅੱਧ ਸੇਰ, ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਪੰਜ ਸੇਰ ਦੁਧ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖ ਕੇ ਪਕਾਉ ਜਦ ਕੁਲ ਦੁਧ ਇਸੇ ਵਿਚ ਰਚ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਬਰੀਕ ਪੀਹ ਕੇ ਰਖੋ । ਰੋਜ ਸਵੇਰੇ ਸਾਢੇ ਦਸ ਮਾਸੇ ਦੇ ਲਗ ਪਗ ਤਾਜ਼ੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਇਕ ਹਫਤਾ ਖਾਓ ।

ਤਾਕਤ ਲਈ ਦਵਾ—

ਕਸਤੂਰੀ ਖਾਲਸ ੩ ਰਤੀਆਂ; ਇਲਾਇਚੀ ਛੋਟੀ ਦਾ ਦਾਣਾ ੩ ਮਾਸ਼ੇ, ਸਿਲਾਜੀਤ ੬ ਮਾਸ਼ੇ, ਕੱਥ ੬ ਮਾਸ਼ੇ, ਸੰਖੀਆ ਭਸਮ ੬ ਰਤੀ ਸਭ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਕ ਸੌ ਗੋਲੀਆਂ ਬਨਾਉ, ਇਕ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ, ਇਕ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ

ਪਿਛੋਂ ਦੁਧ ਨਾਲ ਖਾਓ ।

ਨਾਮਰਦੀ ਦੀ ਦਵਾ—

ਤਾਂਬਾ ਭਸਮ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਮਘਾਂ ਕੁਟੀਆਂ ਬਰੀਕ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ੧ ਤੋਲਾ, ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਗੂੰਦ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਮੂੰਗੀ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਨਾਉ । ਇਕ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਇਕ ਸ਼ਾਮ ਦੁਧ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿਉ, ਨਾਮਰਦੀ ਹਟ ਜਾਵੇਗੀ ।

ਨਾਮਰਦ ਹੋ ਚੁਕੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ—

ਅੰਬਰ ਇਕ ਮਾਸ਼ਾ, ਮੁਸੱਬਰ ੩ ਮਾਸੇ, ਲੋਬਾਨ ਕੌਡੀਆ ਉਮਦਾ ੬ ਮਾਸੇ, ਕਸਤੂਰੀ ਖਾਲਸ ੪ ਰੱਤੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਪੱਕੇ ਖਰਲ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਇਕ ਜਾਨ ਕਰ ਲਵੋ ਫੇਰ ਅਲਕੋਹਲ (ਜੌਹਰ ਸ਼ਰਾਬ) ਜੋ ਆਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾ ਫਰੋਸ਼ਾਂ ਕੋਲੋਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ੧॥ ਤੋਲਾ ਲੈਕੇ ਰਲਾ ਲਵੋ । ਇਹ ਇਕ ਪਤਲਾ ਜਿਹਾ ਸਰਬਤ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ । ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਕੱਚ ਦੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ (ਜਿਸਦਾ ਢੱਕਣ ਵੀ ਕੱਚ ਦਾ ਹੋਵੇ) ਪਾ ਕੇ ਗਰਮ ਰੇਤ ਯਾਂ ਗਰਮ ਭੁੱਬਲ ਵਿਚ ਦਸ ਪੰਦਰਾਂ ਮਿੰਟ ਰਖੋ, ਸਭ ਦਵਾ ਹੱਲ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਇਸ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਫਲਾਲੈਨ ਦਾ ਟਟਾ ਰਖ ਕ ਦਵਾ ਨੂੰ ਦੂਸਰੀ ਸ਼ੀਸੀ ਵਿਚ ਪੁਣ ਲਵੋ । ਇਹ ਦਵਾ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਇਸਦੇ ਵਰਤਨ ਦੀ ਵਿਧੀ:—

੨ ਤੋਂ ੪ ਬੂੰਦਾਂ ਤਕ ਸਵੇਰੇ ਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਦੀ ਮਲਾਈ ਯਾ ਮੱਖਣ ਨਾਲ ਖਾਓ । ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਬਜ਼ਕੁਸ਼ਾ ਹੈ ਤਾਕਤ ਵਧਾਂਦੀ ਹੈ ਬੰਧੇਜ ਕੁਦਰਤੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਬਲਗਮੀ,

ਬਾਂਦੀ ਰੋਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਦਵਾਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੈ।

ਪਰਹੇਜ਼—ਖੱਟੀਆਂ, ਗਰਮ, ਤੇਲ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣੀਆਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹਨ ਤੇ ਭੋਗ ਦਾ ਵੀ ਬਹੁਤਾ ਪਰਹੇਜ਼ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ।

ਦਿਮਾਗ਼ ਅਤੇ ਧਾਤ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਵਧੀਆ ਨੁਸਖਾ

ਫਾਸਫੇਟ ਆਫ਼ ਆਇਰਨ ੩੦ ਗਰੇਨ, ਨਕਸ੍ਵਾਮੀਕਾ ੧੫ ਗਰੇਨ, ਕੁਨੀਨ ਸਲਫਾਸ ੩੦ ਗਰੇਨ, ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਟ ਜੈਂਕਸ਼ਨ ੩੦ ਗਰੇਨ। ਇਸ ਸਾਰੀ ਦਵਾ ਦੀਆਂ ਇਕ ਵਜ਼ਨ ਦੀਆਂ ੧੫ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਓ ਇਕ ਗੋਲੀ ਰੋਜ਼ ਦੁੱਧ ਨਾਲ ਖਾਓ।

ਜਰੀਆਂ (ਧਾਤ ਵਗਣ) ਦਾ ਨੁਸਖਾ

ਮੋਚਰਸ, ਸ਼ੱਕਰ ਸਫੈਦ ਚਾਰ ਚਾਰ ਤੋਲੇ ਕੁਟ ਲਵੋ ਖੁਰਾਕ ਇਕ ਤੋਲਾ, ਦੁਧ ਨਾਲ ਰੋਜ ਸਵੇਰੇ ਖਾਉ, ਅੱਠ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਨੰਦ ਗੋਲੀ—

ਜਾਵੱਤਰੀ, ਲੌਂਗ ਮੋਟੀ ਗੁਲਦਾਰ; ਸਤ ਸਿਲਾਜੀਤ; ਕੇਸਰ ਵਧੀਆ; ਮਾਇਆ ਸ਼ੁਤਰ ਐਰਾਬੀ ੧—੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਕਸਤੂਰੀ ਅਸਲੀ ੪ ਰੱਤੀ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ, ਕੁਝ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਮੂੰਗੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ।

ਰਾਤ ਸੌਣ ਵੇਲੇ, ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਰੋਜ਼, ਜੇਕਰ ਪਚ ਸਕਣ ਤਾਂ ਤੀਜੇ ਹਫਤੇ ੨-੨ ਗੋਲੀ ਰੋਜ਼ ਖਾਉ।

ਨਵੀਆਂ ਉਮੰਗਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਇੰਦਰੀ ਲੇਪ ਨੰਬਰ (੧)

ਜਮਾਲਗੋਟੇ ਦਾ ਤੇਲ ੧੦ ਬੂੰਦਾਂ, ਜ਼ੈਤੂਨ ਦਾ ਤੇਲ ੧ ਡਰਾਮ (ਤਕਰੀਬਨ ੪ ਮਾਸ਼ੇ) ਰੋਗਨ ਦਾਰਚੀਨੀ (ਤੇਲ) ੧ ਡਰਾਮ ਲੌਂਗਾਂ ਦਾ ਤੇਲ ੧੦ ਬੂੰਦਾਂ, ਕਾਰਬਾਲਕ ਤੇਲ ੧੦ ਬੂੰਦਾਂ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਹਲ ਕਰ ਲਵੋ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੀ ਵਾਰੀ ਇੰਦਰੀ ਦੇ ਸਿਰਫ ਉਤਲੇ ਪਾਸੇ ਹੀ ਪੰਜ ਚਾਰ ਬੂੰਦਾਂ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰੋ ਪਰ ਇਹ ਧਿਆਨ ਰਹੇ ਕਿ ਥੱਲੇ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਸੀਊਨ ਉਪਰ ਯਾ ਹਸ਼ਫੇ ਉਤੇ ਅਤੇ ਪਤਾਲੂਆਂ ਨੂੰ ਯਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ ਮਾਸ ਉਤੇ ਇਹ ਦਵਾ ਨਹੀਂ ਲਗਣੀ ਚਾਹੀਏ। ਦਵਾਈ ਮਲਕੇ ਉਪਰ ਪਾਨ ਦਾ ਤਾਜ਼ਾ ਪੱਤਾ ਬੰਨ ਦਿਉ, ਸਵੇਰੇ ਉਠ ਕੇ ਖੋਲ੍ਹ ਲਵੋ ਪਰ ਚਾਰ ਪੰਜ ਦਿਨ ਅਸ਼ਨਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚ ਹੀਏ। ਵਰਤਨ ਵੇਲੇ ਦਵਾ ਨੂੰ ਜ਼ਰਾ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਹਿਲਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਇਸ ਦਵ ਈ ਦੀ ਚਾਰ ਪੰਜ ਦਿਨ ਯਾ ਘੱਟ ਵਧ ਦਿਨਾਂ ਤਕ (ਜਦੋਂ ਤਕ ਕਿ ਇੰਦਰੀ ਤੇ ਫਿਨਸੀਆਂ ਯਾ ਛਾਲੇ ਨਾ ਪੈ ਜ ਣ) ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਏ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਛਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਫੇਹ ਕੇ ਦਵਾ ਦ ਮਾਲਸ਼ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਯਾ ਤਾਂ ਚੰਬੇਲੀ ਦੇ ਤੇਲ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਏ ਯਾ ਬੋਰਕ ਐਸਡ ਘਿਓ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਦੋ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਵੇਗਾ।

(ਲੇਪ ਨੰਬਰ ੨)

੨ ਤੋਲੇ ਸੰਖੀਏ ਚਿਟੇ ਦੀ ਇਕ ਡਲੀ ਲੈ ਕੇ ਸਤ ਦਿਨ ਤਕ ਅੱਕ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਤਰ ਕਰੋ। ਫੇਰ ਕੱਢ ਕੇ

ਪੰਜ ਤੋਲੇ ਗੌਕੇ ਮਖਨ ਵਿਚ ਖਰਲ ਕਰੋ । ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਇਸਨੂੰ ਚੀਨੀ ਦੀ ਪਿਆਲੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਇਤਨਾ ਟੇਡਾ ਰਖੋ ਕਿ ਤੇਲ ਨਿਕਲ ਕੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਆ ਜਾਵੇ ਪਰ ਸੰਖੀਏ ਦਾ ਚੂਰਾ ਮਾਸਾ ਕਿਨਕਾ ਵੀ ਨਾਲ ਨਾ ਆ ਸਕੇ। ਜਿੰਨਾ ਕੁ ਤੇਲ ਨਿਕਲੇ ਉਸਦੇ ਵਿਚ ਫੀ ਤੋਲੇ ਤੇਲ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਕੇਸਰ ੨ ਰਤੀਆਂ, ਕਸਤੂਰੀ ੨ ਰਤੀਆਂ, ਜਵੱਤਰੀ, ਲੌਂਗ, ਅਕਰਕਰਾ, ਜਾਇਫਲ, ਬੀਰ ਬਹੁਟੀ ਇਕ, ਇਕ ਮਾਸ਼ਾ ਮਿਲਾਕੇ ਇਕ ਰੋਜ਼ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਖਰਲ ਕਰੋ, ਇਹ ਤੇਲ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸਦੀ ਵਰਤਣ ਪਹਿਲੇ ਨੰਬਰ ਦੇ ਲੇਪ ਵਾਂਗ ਕਰੋ।

ਲੇਪ ਨੰਬਰ (੩)

ਇੰਦਰੀ ਨੂੰ ਮੋਟਾ ਤੇ ਲੰਬਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ

ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੀ ਵਾਰੀ ਚੰਗੇ ਸੇਂਹਦੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇੰਦਰੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਕੇ ਉਪਰ ਬਲਸਾਨ ਦਾ ਤੇਲ ਦੋ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਲਗਾਉ। (Oil of Balsum)

ਲੇਪ ਨੰਬਰ (੪)

ਇੰਦਰੀ ਨੂੰ ਮੋਟਾ ਤੇ ਲੰਬਾ ਕਰਨ ਵਾਸ਼ਤੇ

ਸੁੱਕੇ ਹੋਏ ਕੇਂਚੂਏ, ਚੰਬੇਲੀ ਦੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਜੋਸ਼ ਦੇਕੇ ਪੁਣ ਛਾਣਕੇ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਪਾਕੇ ਰਖੋ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਇੰਦਰੀ ਨੂੰ ਧੋਕੇ ਤਿੰਨ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਮਲੋ।

ਹੋਰ ਲੇਪ ਦੀ ਦਵਾਈ—

ਅਕਰਕਰਾ, ਲੌਂਗ, ਦਾਰਚੀਨੀ, ਜਾਇਫਲ, ਜਵੱਤ੍ਰੀ,

ਰਾਈ, ਗੰਡੋਏ, ਹਿੰਗ, ਲਸਨ, ਲਾਲ ਮਿਰਚਾਂ, ਜਮਾਲਗੋਟਾ, ਮਾਲ ਕੰਗਣੀ, ਹਰਮਲ, ਬੀਰ ਬਹੂਟੀ ੧-੧ ਤੋਲਾ, ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ ਅੱਧਾ ਤੋਲਾ, ਦੋ ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰਦੀ, ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤੇਲ ੧੦ ਛਟਾਂਕ।

ਸਭਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ; ਤੇਲ ਨੂੰ ਕੜਾਹੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ, ਜਦੋਂ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਪਾ ਕੇ ਸਾੜ ਲਵੋ, ਕੋਸਾ ਕੋਸਾ ਕਪੜੇ ਵਿਚੋਂ ਪੁਣ ਲਵੋ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਹਸ਼ਫਾ ਅਤੇ ਸੀਊਨ ਛੱਡ ਕੇ ਇੰਦਰੀ ਤੇ ੧੫-੨੦ ਮਿੰਟ ਰੋਜ਼ ਮਾਲਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸਤਰਾਂ ੧੫-੨੦ ਦਿਨ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਕੇ ਆਰਾਮ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਰਖੋ ਤੇ ਭੋਗ ਨਾ ਕਰੋ।

ਟਕੋਰ ਪੋਟਲੀਆਂ ਦੀ ਦਵਾ—

ਇੰਦ੍ਰੀ ਦੇ ਨੁਕਸ ਹਟਾਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਲੇਪ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਤੋਂ ਪੈਹਲੇ ਜੇਕਰ ਦਸ ਬਾਰਾਂ ਦਿਨ ਇਸ ਦਵਾ ਦੀ ਟਕੋਰ ਕਰ ਲਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਤੇ ਛੇਤੀ ਲਾਭ ਪੁਜਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਵਾ ਵਿਚੋਂ ੧-੧ ਤੋਲਾ ਦਵਾ ਲੈਕੇ ਰੋਜ਼ ਰਾਤ ਨੂੰ ਮਲਮਲ ਦੀਆਂ ਟਾਕੀਆਂ ਵਿਚ ਦੋ ਥਾਈਂ ਪੋਟਲੀ ਬਣਾਕੇ ਤਿਲਾਂ ਦੇ ਗਰਮ ਕੀਤੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਡੋਬ ਡੋਬ ਕੇ ਰੋਜ਼ ਅਧਾ ਘੰਟਾ ਇੰਦਰੀ ਉਪਰ, ਇਰਦ ਗਿਰਦ ਚੱਡਿਆਂ ਅਤੇ ਪੱਟਾਂ ਤੇ ਟਕੋਰ ਕਰੋ। ਸਵੇਰੇ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਨਹਾਉਣਾ ਚਾਹੀਏ। ਇਹਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਭੋਗ ਕਰਨਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ।

ਨੁਸਖਾ—ਪੁਰਾਣੀ ਗਰੀ, ਹਾਥੀ ਦੰਦ ਦਾ ਬੁਰਾਦਾ, ਕਨੇਰ ਦੀ ਜੜ੍ਹ, ਮਾਲ ਕੰਗਨੀ, ਕਾਲੇ ਤਿਲ, ਆਂਬਾਂ ਹਲਦੀ

ਬਰਾਬਰ ਵਜ਼ਨ ਲੈਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰ ਲਵੋ।

ਆਤਸ਼ਕ ਨਾਸ਼ਕ ਗੋਲੀਆਂ—

ਕਮੀਲਾ ਸੁਧ ੨ ਤੋਲੇ, ਕਥਾ ਗੁਲਾਬੀ ੨ ਤੋਲੇ, ਰਸੌਂਤ ਸੁਧ ੧੦ ਤੋਲੇ, ਰਸ ਕਪੂਰ ਸੁਧ ੧ ਤੋਲਾ, ਦਾਰ ਚਿਕਨਾ ਸੁਧ ੧ ਤੋਲਾ, ਜ਼ਹਿਰ ਮੋਹਰਾ ਖਤਾਈ ਅਸਲੀ ਉਮਦਾ ੨ ਤੋਲੇ। ਰਸੌਂਤ ਨੂੰ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ ੧ ਪਾ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਭਿਉਂ ਦਿਉ। ਸਵੇਰੇ ਉਠ ਕੇ ਹਥ ਨਾਲ ਮਲ ਕੇ ਕੁਝ ਚਿਰ ਪਿਆ ਰਹਿਣ ਦਿਉ, ਫਿਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਉਪਰਲਾ ਪਾਣੀ ਨਿਤਾਰ ਕੇ ਰਖ ਲਵੋ ਤੇ ਫੋਗ ਸੁਟ ਦਿਉ।

ਉਪਰਲੀਆਂ ਸਭ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਫਿਰ ਰਸੌਂਤ ਦਾ ਪਾਣੀ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਪਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਖਰਲ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਗਲੀ ਬਣਨ ਦੇ ਲਾਇਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ।

ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ੧ ਗੋਲੀ; ਡੇਢ ਪਾ ਮਿਠੀ ਤਾਜ਼ੀ ਦਹੀਂ ਨਾਲ ਨਿਗਲ ਲਿਆ ਕਰੋ। ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ੧੫–੨੦ ਦਿਨ ਵਰਤੋ ਤੇ ਵਰਤਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਲਕਾ ਜੁਲਾਬ ਲੈ ਲਵੋ।

ਆਤਸ਼ਕ ਦੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਲਈ ਮਲਹਮ—

ਕਾਫੂਰ ੩ ਮਾਸੇ, ਕੱਥਾ ਉਮਦਾ ੩ ਮਾਸ਼ੇ, ਅਫੀਮ ਡੇਢ ਮਾਸ਼ਾ, ਰਸੌਂਤ ੩ ਮਾਸੇ; ਹਰੜਾਂ ਪੀਲੀਆਂ ਦਾ ਛਿੱਲੜ ਡੇਢ ਮਾਸਾ, ਜ਼ਿੰਕ ਔਕਸਾਈਡ (ਜਿਸਤ ਭਸਮ) ਡੇਢ ਮਾਸਾ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਗੋਲੀ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘਸਾਕ

ਜ਼ਖਮਾਂ ਉਪਰ ਲੇਪ ਕਰ ਦਿਉ। ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਦੋਵੇਂ ਵੇਲੇ ਲਗਾਓ। ਇਸ ਨਾਲ ਠੰਢ ਪੈ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸੁਜ਼ਾਕ—

ਇੰਦਰੀ ਜੁਲਾਬ—ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਜੇਕਰ ਇਹ ਦਵਾ ਵਰਤ ਲਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਦਰਦ, ਜਲਨ ਹਟਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪੀਪ ਆਉਣੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੌਂਖਾਰ ਅਸਲੀ—ਕਲਮੀ ਸ਼ੋਰਾ, ਚਿੱਟਾ ਜ਼ੀਰਾ, ਰੇਵੰਦ ਚੀਨੀ, ਤੁਖਮ ਕਾਸਨੀ, ਸਰਦ ਚੀਨੀ, ਸੰਗ ਜਰਾਹ ੨-੨ ਤੋਲੇ ਲੈਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰੋ ਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਤਵੀ ਦੀ ਮਿਸਰੀ ੧੨ ਤੋਲੇ ਰਲਾ ਲਭੋ। ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੯-੯ ਮਾਸ਼ੇ ਇਹ ਦਵਾਈ ਦੁਧ ਦੀ ਕੱਚੀ ਲੱਸੀ ਨਾਲ ਦਿਉ। ੫-੭ ਦਿਨ ਇਹ ਦਵਾ ਵਰਤ ਕੇ ਫਿਰ ਅਗੇ ਦਸੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਵਰਤੋ, ਸੁਜ਼ਾਕ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸੁਜ਼ਾਕ ਨਾਸ਼ਕ ਗੋਲੀਆਂ– ਸਤ ਗਲੋ ਅਸਲੀ, ਸਤ ਸਿਲਾਜੀਤ ਅਸਲੀ, ਸਤ ਬਰੋਜਾ ਵਧੀਆ, ਤਵਾਸ਼ੀਰ ਅਸਲੀ, ਪਖਾਨ ਭੇਦ ਛੋਟੀਆਂ ਲਾਚੀਆਂ ਦਾ ਦਾਣਾ, ਇੰਦ੍ਰ ਜੌਂ ਮਿਠੇ, ਖੀਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ, ਕਾਕੰਜ, ਖੁਰਫ਼ੇ ਦੇ ਬੀ, ਸੰਖਾ ਹੋਲੀ, ਸੰਦਲ ਦਾ ਅਸਲੀ ਮੈਸੂਰੀ ਤੇਲ, ਕਬਾਬੇ ਦਾ ਤੇਲ, ੬-੬ ਮਾਸੇ, ਕੋਕੀਨ ਸਲਫਾਸ ਸਾਢੇ ਸੱਤ ਰਤੀਆਂ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਕੂਟ ਛਾਣਕੇ ਦੋਵੇਂ ਤੇਲ ਰਲਾਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ ਦਿਨ ਵਿਚ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੨-੨ ਗੋਲੀਆਂ ਦੁਧ ਦੀ ਕੱਚੀ ਲੱਸੀ ਨਾਲ ਯਾ ਸ਼ਰਬਤ ਬਜ਼ੂਰੀ ਨਾਲ ਲਵੋ। ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ੧੫ ਦਿਨ ਖਾਓ।

ਨੋਟ -ਜਦੋਂ ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗ ਵਿਚ ਪੇਟ ਵਿਚ ਕੀੜੇ ਮਲਹੱਪ ਆਦਿਕ ਹੋਣ ਯਾ ਕਬਜ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਹਵਾ ਭਰਦੀ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਵੀ ਵੀਰਜ ਰੋਗ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਪੁਜਦਾ ਤੇ ਖਾਧਾ ਪੀਤਾ ਵੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਇਹ ਨੁਕਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ੮-੧੦ ਦਿਨ ਇਹ ਦਵਾ ਖਾਓ ਇਸ ਨਾਲ ਪੇਟ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ -ਮਲੱਪ, ਕੱਦੂ ਦਾਣੇ ਅਥਵਾ ਚਮੂੰਣੇ ਇਹਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਲਈ ਇਹ ਗੋਲੀਆ ਗੁਣਕਾਰੀ ਹਨ। ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਉਮਰ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ੧ ਤੋਂ ੨ ਬਚਿਆਂ ਲਈ ਤੇ ੪ ਗੋਲੀ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਲੈਣੀਆ ਚਾਹੀਏ। ਖੁਰਾਕ ਬਲਕੀ ਖਾਉ।

ਨੁਸਖਾ—ਰਸੌਂਤ ਸੁਧ ੧ ਤੋਲਾ, ਚਾਕਸੂ ਮੁਦੱਬਰ ੧ ਤੋਲਾ, ਹਿੰਗ ਭੁਜੀ ਹੋਈ ੧ ਤੋਲਾ, ਏਲੂਆ ੬ ਮਾਸ਼ੇ ਕਾਲੀ ਮਰਚਾਂ ੩ ਮਾਸੇ ਨਿੰਮ ਦੇ ਪੱਤਰ ੩੦ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਮੂੰਗੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੇ।

ਪੇਟ ਦਰਦ ਵਾਸਤੇ—

ਮਘਾਂ, ਕਾਲੀਆਂ ਮਰਚਾਂ, ਨੁਸ਼ਾਦਰ ਦੇਸੀ, ਸੌਂਚਰ ਨਿਮਕ, ਤੇਜ ਪੱਤਰ, ਅਜਵੈਣ ਦੇਸੀ, ਵਡੀਆਂ ਲਾਚੀਆਂ, ਦਾਰਚੀਨੀ ੧-੧ ਛਟਾਂਕ, ਲੌਂਗ, ਗੇਰੂ ਅਧੀ ੨ ਛਟਾਂਕ, ਗੰਧਕ ਆਂਵਲਾ ਸਾਰ ਸੁਧ ਸਵਾ ਤੋਲਾ, ਪਿਪਰ ਮਿੰਟ ੮ ਮਾਸੇ, ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ, ਦਿਨ ਵਿਚ ੨-੩ ਵਾਰੀ ੧-੧ ਮਾਸਾ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਵੇ।

ਪੇਟ ਦੀ ਗੈਸ ਵਾਸਤੇ—

ਸੌਂਫ, ਸੁੰਢ, ਦਾਣਾ ਵਡੀਆਂ ਲਾਚੀਆਂ, ਮੁਲੱਠੀ ਛਿਲੀ ਹੋਈ, ਕਾਲੀ ਮਰਚਾਂ ੧-੧ ਤੋਲਾ, ਨਿਮਕ ਲਾਹੌਰੀ, ਨਿਮਕ ਕਾਲਾ ਨੁਸ਼ਾਦਰ ਦੇਸੀ, ਪੂਦਨਾ ਸੁਕਾ, ਦਾਰਚੀਨੀ, ਧਨੀਆਂ ਸੁਕਾ, ਅਜਵਾਇਣ, ਲੌਂਗ ਕਾਲਾ ਜ਼ੀਰਾ ੬-੬ ਮਾਸੇ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ। ਦੁਪਹਿਰ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦੀ ਰੋਟੀ ਪਿਛੋਂ ੩-੩ ਮਾਸ਼ੇ ਮੌਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਗਰਮ ਯਾ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਵੋ। ਖੁਰਾਕ ਹਲਕੀ ਖਾਉ।

ਪਤਾਲੂਆਂ (ਅੰਡਕੋਸ਼) ਦੇ ਰੋਗ—

ਸੱਟ ਲਗਣ ਨਾਲ, ਹਥਰਸੀ ਨਾਲ ਖਿਚ ਪੈਣ ਕਰਕੇ, ਪਾਣੀ ਭਰ ਜਾਣ ਨਾਲ ਯਾ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਨਾਰੀਅਲ, ਡਾਬ੍ਹ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤਾ ਪੀਣ ਕਰਕੇ) ਜੇਕਰ ਪਤਾਲੂ ਛੋਟੇ ਹੋ ਜਾਣ, ਵਧ ਘਟ ਜਾਣ ਜਾਂ ਵਡੇ ਹੋ ਜਾਣ, ਉਹਨਾ ਦਾ ਇਲਾਜ।

੧. ਪਤਾਲੂ ਜੇਕਰ ਛੋਟੇ ਵਡੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕੈਲਸੀਅਮ ਸਲਫਾਈਡ ਰੱਤੀ ਦਾ ਅਠਵਾਂ ਹਿਸਾ, ਰੋਜ ਮਲਾਈ ਯਾ ਮੱਖਨ ਅੱਧੀ ਛਟਾਂਕ ਯਾ ਸਹਿਦ ਅਸਲੀ ੧ ਤੋਲੇ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ੮-੧੦ ਦਿਨ ਦਿਉ, ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

(੨) ਸੁੰਢ, ਕਾਲੇ ਤਿਲ, ਵਡੇਵੇਂ ੬-੬ ਮਾਸ਼ੇ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਕਾ ਕੇ ਨੀਮ ਗਰਮ ਗਾੜ੍ਹਾ ਲੇਪ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੮-੧੦ ਦਿਨ ਕਰੋ, ਆਰਾਮ ਆਵੇਗਾ।

(੩) ਪਤਾਲੂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇ ਤਦ ਏਲੂਆ ਬਰੀਕ ਪੀਹ ਕੇ ਆਡੇ ਦੀ ਸਫੈਦੀ ਵਿਚ ਰਲਾ ਕੇ ਗਾਹੜਾ ਲੇਪ ਸਵੇਰ ਸ਼ਾਮ ੩-੪ ਦਿਨ ਕਰੋ। ਯਾ ਬੈਲਾ ਡੋਨਾ ਪਲਾਸਟਰ ਲਗਾਓ।

(੪) ਪਤਾਲੂਆਂ ਦੀ ਖਾਰਸ਼—

ਕਮੀਲਾ, ਗੰਧਕ ਆਵਲਾਸਾਰ, ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ ੬-੬ ਮਾਸ਼ੇ ਬਹੁਤ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪੰਜ ਤੋਲ ਸਰਹੋਂ ਦੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਤੇਲ ਪਤਾਲੂਆਂ ਤੇ ਮਾਲਸ਼ ਕਰੋ।

ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਕਿੱਲ, ਦਾਗ਼, ਛਾਹੀਆਂ, ਥਿੰਮ—

ਮਨੀ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਕਰਕੇ ਯਾ ਜਵਾਨੀ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਤੇ ਕਿਲ ਨਿਕਲ ਕੇ ਚੇਹਰਾ ਕਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਟਾ ਪਾਣੀ ਆਦਿਕ ਪੈਣ ਕਰਕੇ ਯਾ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿਚ ਨੁਕਸ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਤਕਲੀਫ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਨੁਸਖਾ ਵਰਤੋ—

(੧) ਬੋਰਿਕ ਐਸਿਡ ੪੦ ਗਰੇਨ, ਹਾਈਡਰੋਜਨ ਪਰ ਔਕਸਾਈਡ ੧ ਔਂਸ, ਵੈਜ਼ਲੀਨ ੧ ਔਂਸ, ਐਨ ਹਾਈਡਰਸ ਲੈਨੋਲਿਨ (ਸੂਰ ਦੀ ਚਰਬੀ) ੨ ਔਂਸ, ਯੂਕਲਿਪਟਿਸ ਆਇਲ (ਸਫੈਦੇ ਦਾ ਤੇਲ) ੧ ਡਰਾਮ।

ਵੈਜ਼ਲੀਨ ਤੇ ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਵਾਟਰ ਬਾਥ ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਕੇ, ਥਲੇ ਲਾਹ ਕੇ ਉਸ ਵਿਚ ਬਾਕੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਹਲ ਕਰ ਲਵੋ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਮਲ ਕੇ ਸਵੇਰੇ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਸਾਬਨ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਧੋ ਲਿਆ ਕਰੋ।

(੨) ਸਮੁੰਦਰ ਝੱਗ ਬਿਨਾਂ ਹੌਡੀ, ਕੌੜੇ ਬਦਾਮਾਂ ਦੀ ਗਿਰੀ ਛਿਲੀ ਹੋਈ, ਜ਼ਿੰਕ ਔਕਸਾਈਡ ੬-੬ ਮਾਸ਼ੇ ਲੈ ਕੇ ਵਧੀਆ ਗੁਲਾਬ ਦਾ ਅਰਕ ੩ ਤੋਲੇ ਵਿਚ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਫਿਰ ਇਸ ਵਿਚ ੧ ਤੋਲਾ ਗਿਲਸਰੀਨ ਮਿਲਾ ਕੇ ਰਖੋ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਉਪਰ ਵਾਂਗ ਵਰਤੋ।

ਪ੍ਰਹੇਜ਼–ਖਟਿਆਈ, ਅਚਾਰ, ਤੇਲ, ਸ਼ਰਾਬ, ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਤਲੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣੀਆਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹਨ। ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗ ਦਾ ਯਾ ਪਾਣੀ ਪੈਣ ਦਾ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕਰੋ।

ਇਸਤਰੀ ਰੋਗ ਚਕਿਤਸਾ–

ਤੀਵੀਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਨੁਕਸ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਘਟ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨਾਲ ਆਉਣਾ, ਵਧ ਆਉਣਾ ਤੇ ਕਈ ਦਿਨ ਆਉਣਾ, ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਣਾ, ਦਿਨ ਅਗੇ ਪਿਛੇ ਹੋ ਜਾਣੇ ਆਦਿਕ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜੇਕਰ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਚਿਟਾ ਯਾ ਪੀਲਾ ਪਾਣੀ ਵੀ ਪੈਂਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਧਰਨ ਦਾ ਨੁਕਸ ਵੀ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੇਟ ਵਿਚ ਦਰਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਵਾਉ ਗੋਲਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਰਨ ਦੇ ਟਿਕਾਣੇ ਨਾ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰ ਸੋਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗਰਮੀ ਕਰਕੇ ਰੈਹਮ ਦੇ ਪਾਸ ਜ਼ਖਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਜੇਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਸਿਆਣੀ ਦਾਈ ਨੂੰ ਵਖਾ ਕੇ ਧਰਨ ਜੇਕਰ ਠਿਕਾਣੇ ਸਿਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਉਸਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰੋ, ਫਿਰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਸ ਰੋਗ ਵਾਸਤੇ ਦਵਾਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ, ਅਗੇ ਦਿਤੇ ਹੋਏ ਨੁਸਖਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਵਰਤੋ–

ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਘਟ ਤੇ ਦਰਦ ਨਾਲ ਆਉਣਾ

ਇਸਦੇ ਕਈ ਕਾਰਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਹਾਣਾ, ਦੁਧ ਦਹੀਂ ਦਾ ਵਰਤਣਾ, ਠੰਢੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਖਾਣਾ ਆਦਿਕ।

ਨੁਸਖਾ—

ਏਲੂਆ ਸਾਫ ੧ ਤੋਲਾ, ਮੁਰ ੬ ਮਾਸ਼ੇ, ਹੀਰਾ ਕਸੀਸ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਸੁਹਾਗਾ ਚਿਟਾ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਹਿੰਗ ਵਧੀਆ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਰੇਵੰਦ ਖਤਾਈ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਕੇਸਰ ਅਸਲੀ ੧ ਮਾਸ਼ਾ।

ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਕਪੜ ਛਾਣ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਯਾ ਸ਼ਹਿਦ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ੧-੧ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਅਰਕ ਸੌਂਫ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਕਮ-ਅਜ਼-ਕਮ ਇਕ ਯਾ ਦੋ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣ ਤਕ ਵਰਤੋ।

ਮਾਹਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਕਾਰਣ ਵੀ ਬੰਦ ਹੋਵੇ—

ਸੱਜੀ, ਮੁਸੱਬਰ, ਘੱਘਰਵੇਲ, ਇਟ ਸਿਟ ਦੀ ਜੜ, ਰੇਠੇ ਦਾ ਛਿਲੜ, ਅਜ਼ਖ਼ਰ ਸਭ ੧-੧ ਤੋਲਾ ਲੈ ਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਛੁਹਾਰੇ ਦੀ ਗਿਟਕ ਜਿਡੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ ਬੱਤੀਆਂ ਬਣਾ ਲਵੋ। ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਇਹ ੧ ਗੋਲੀ ਕੈਸਟਰ ਆਇਲ ਵਿਚ ਭਿਉਂ ਕੇ ਧਰਨ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ ੫-੬ ਦਿਨ ਕਰੋ।

ਮਾਹਵਾਰੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਯਾਂ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰੀ ਆਵੇ—

ਇਸ਼ ਦਵਾ ਨਾਲ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦਾ ਜਾਂਦਾ ਲਹੂ ਵੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਾ ਕਿ ਨਕਸੀਰ, ਬਵਾਸੀਰ ਦਾ ਲਹੂ, ਜ਼ਖਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਲਹੂ ਵਗਦਾ ਹੋਵੇ, ਛਾਤੀ ਦਾ ਲਹੂ।

ਨੁਸਖਾ: –

ਗੇਰੂ, ਗਿਲ ਅਰਮਨੀ, ਭੋਜ ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਸੁਆਹ, ਨਸ਼ਾਸ਼ਤਾ, ਮੂੰਗਾ ਭਸਮ ੬-੬ ਮਾਸ਼ੇ । ਫਟਕੜੀ ਚਿਟੀ; ਸੁਰਮਾ ਕਾਲਾ, ਕੱਥਾ ਚਿਟਾ, ਸੰਗ ਜਰਾਹ, ੩। –੩। ਮਾਸ਼ੇ, ਦਮ ਉਲਖਵਾਇਨ, ਗੂੰਦ ਕਿਕਰ, ਕਤੀਰਾ ਗੂੰਦ ੭।।–੭।। ਮਾਸ਼ੇ, ਕਾਹਰੁਬਾ ਸ਼ਮਈ, ਸੁਚੇ ਮੋਤੀਆਂ ਵਾਲਾ ਸਿਪ, ਅਕਾਕੀਆ ੧੦।।–੧੦।। ਮਾਸ਼ੇ ।

ਸਭ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਵਖੋ ਵਖ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਵਜ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਰਲਾ ਲਵੋ । ਖੁਰਾਕ ੨–੨ ਮਾਸ਼ੇ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ । ਪ੍ਰਹੇਜ਼ ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਖਟਿਆਈ; ਅਚਾਰ ਵਰਤਨਾ ਤੇ ਭੋਗ ਕਰਨਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ।

ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ (ਚਿਟਾ ਯਾ ਪੀਲਾ ਪਾਣੀ ਪੈਣਾ)

ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਔਰਤ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਲੱਕ ਦਰਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ । ਔਲਾਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜੇਕਰ ਹੋ ਵੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਰੀਅਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਲਹੂ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਪਦਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਖਾਣ ਵਾਸਤੇ ਦਵਾਈ:–

ਸੁਪਾਰੀ ਦੱਖਣੀ ੨ ਤੋਲੇ, ਪਿਸਤੇ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਛਿਲਕਾ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਿਸ਼ਰੀ ਕੂਜਾ ੫ ਤੋਲੇ, ਦਾਣਾ ਵਡੀ ਅਲਾਇਚੀ ੮ ਮਾਸ਼ੇ, ਤਵਾਸ਼ੀਰ ੯ ਮਾਸ਼ੇ; ਸਿੰਘਾੜੇ ਦਾ ਆਟਾ ੧ ਤੋਲਾ, ਮੂਸਲੀ ਚਿਟੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਕਮਰਕੱਸ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਾਛੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਾਜੂ ਬਿਨਾ ਛੇਕ ੧ ਤੋਲਾ, ਅਨਾਰਾਂ ਦੇ ਫੁਲ ੧ ਤੋਲਾ । ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ । ੩ ਤੋਂ ੬ ਮਾਸ਼ੇ ਤਕ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਜਾ ਚਾਵਲਾਂ ਦੇ ਧੋਣ

ਨਾਲ ਦਿਉ । ਇਸ ਦਵਾ ਦੇ ਵਰਤਨ ਨਾਲ ਹੀ ਯੋਨੀ ਅੰਦਰ ਧਰਨ ਪੋਟਲੀਆਂ ਦੀ ਦਵਾ ਰਾਤ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਰਖਿਆ ਕਰੋ ।

ਧਰਨ ਪੋਟਲੀ ਦੀ ਦਵਾ:—

ਫਟਕੜੀ ਚਿਟੀ, ਕਿਕਰ ਦੇ ਸੱਕ, ਕਿਕਰ ਦੀ ਫਲੀ, ਮਾਜੂ ਮਾਂਈ, ਕੱਥਾ, ਜੁਫ਼ਤ ਬਲੂਤ, ਅਨਾਰਾਂ ਦੇ ਛਿਲੜ, ਲੋਧ ਪਠਾਣੀ, ਧਾਵੇ ਦੇ ਫੁਲ ੨॥-੨॥ ਤੋਲੇ ਲੈਕੇ ਚੰਗੀਤਰਾਂ ਬਰੀਕ ਕਪੜ ਛਾਣ ਕਰ ਲਵੋ । ਰਾਤ ਨੂੰ ਮਲਮਲ ਦੀ ਟਾਕੀ ਵਿਚ ਇਹ ਦਵਾਈ ੬ ਮਾਸ਼ੇ ਪਾ ਕੇ ਪੋਟਲੀ ਬਣਾ ਕੇ ਅੰਦਰ ਰਖੋ, ਸਵੇਰੇ ਪੋਟਲੀ ਕੱਢ ਕੇ, ਫਟਕੜੀ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਯੋਨੀ ਸਾਫ ਕਰਵਾ ਦਿਆ ਕਰੋ ।

ਅੰਦਰ ਸੋਜ ਹੋਵੇ—

ਖਾਲਸ ਹਲਦੀ ਬਾਰੀਕ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਕਪੜ ਛਾਣ ੧ ਤੋਲਾ, ਮੱਖਨ ਉਮਦਾ ੨ ਤੋਲੇ ਚੰਗੀਤ੍ਰਰਾ ਰਲਾ ਲਵੋ । ਇਸ ਵਿਚ ਮਲਮਲ ਦਾ ਛੋਟਾ ਟੋਟਾ ਲਬੇੜ ਕੇ ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੋਜ਼ ਰਾਤ ਨੂੰ ਰਖੋ ।

ਗਰਭ ਗਿਰਨੋ ਰੋਕਣਾ—

ਜੇਕਰ ਸੱਕ ਹੋਵੇ ਕਿ ਗਰਭ ਗਿਰ ਨਾ ਜਾਏ ਤੇ ਦਾਗ਼ ਲਗ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਦ ਪਿਛੇ ਦਿਤੀ ਦਵਾ ਜੋ ਵੱਧ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਦਿਤੀ ਹੈ, ਦਿਨ ਵਿਚ ੨-੩ ਵਾਰੀ ਸ਼ਰਬਤ ਅਨਾਰ ਯਾ ਸ਼ਰਬਤ ਅੰਜਬਾਰ ਨਾਲ ਦਿਉ ।

ਗਰਭ ਬਾਰ ਬਾਰ ਗਿਰਦਾ ਹੋਵੇ—

ਗੁਲਰ ਦੇ ਫੁਲ ਤਾਜ਼ੇ ਲੈ ਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਬਰੀਕ ਕਰੋ । ਇਹ ਪੌਡਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ੧੫ ਦਿਨ

੪-੬ ਮਾਸ਼ੇ ਦਿਉ । ਭੋਗ ਮਨ੍ਹਾ ਹੈ । ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣੀਆਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹਨ ।

ਗਰਭ ਗਿਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਉਸਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨਾ

ਮੁਸ਼ਕ ਤਰਾਮਸ਼ੀਅ ੭ ਮਾਸ਼ੇ, ਅਮਲਤਾਸ ਦਾ ਛਿਲਕਾ ੯ ਮਾਸ਼ੇ, ਖਰਬੂਜ਼ੇ ਦੇ ਛਿਲੜ ੧ ਤੋਲਾ, ਸੌਂਫ ੭ ਮਾਸ਼ੇ, ਪਰਸਿਆਵਸਾਂ ੭ ਮਾਸ਼ੇ । ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰੜਾ ਕਰਕੇ ਤਿੰਨ ਪਾ ਪੱਕੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ, ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਤੀਜਾ ਹਿਸਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਲ ਛਾਣ ਕੇ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ ਬਹਾਰ ਵਿਚ ੪ ਤੋਲੇ ਪੁਰਾਣਾ ਗੁੜ ਪਾ ਕੇ ਕੋਸਾ ੨ ਪਿਆ ਦਿਉ । ਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਬਹਾਰ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਠੰਢਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵਿਚ ੪ ਤੋਲੇ ਸ਼ਰਬਤ ਬਜ਼ੂਰੀ ਰਲਾ ਕੇ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ੩-੪ ਵਾਰੀ ਦਿਉ, ਰਹਿਮ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ।

ਬਾਂਝ ਦਾ ਇਲਾਜ—

ਜੇਕਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸ ਹੋਵੇ ਯਾਂ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨੁਕਸ ਹੋਵੇ ਤਦ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਕੇ ਫਿਰ ਇਹ ਦਵਾ ਵਰਤੋ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਗੋਦ ਹਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ।

ਕਸਤੂਰੀ ੨ ਰੱਤੀ, ਅਫੀਮ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਕੇਸਰ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਜਾਇਫਲ ੧ ਮਾਸ਼ਾ, ਰੋਗਨ ਭੰਗ ਦੇ ਬੀਆਂ ਦਾ ਦੋ ਮਾਸ਼ੇ, ਸਪਾਰੀ ਚਿਕਨੀ ੩ ਦਾਣੇ, ਲੌਂਗ ੪ ਦਾਣੇ, ਕੁਟ ਛਾਣ ਕੇ ਗੁੜ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜੰਗਲੀ ਬੇਰ ਦੀ ਗਿਟਕ ਜਿਡੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ । ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਰੋਜ਼ ੧ ਗੋਲੀ ੮-੧੦ ਦਿਨ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਾ ਕੇ, ਤੀਵੀਂ ਫਿਰ ਮਰਦ ਪਾਸ ਜਾਵੇ ।

ਬਾਂਝ ਦਾ ਹੋਰ ਇਲਾਜ—

ਨਿਪਾਲੀ ਕਸਤੂਰੀ, ਕੇਸਰ, ਜਾਇਫਲ, ਦੱਖਣੀ ਸਪਾਰੀ, ਸਾਢੇ ਦੱਸ ੨ ਮਾਸ਼ੇ, ਲੌਂਗ ੪ ਦਾਣੇ, ਸਤਿਆ ਨਾਸ਼ੀ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਸਵਾ ਤੋਲਾ, ਦਸ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦਾ ਪੁਰਾਣਾ ਗੁੜ ੧੩ ਮਾਸ਼ੇ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ੨੪ ਘੰਟੇ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਗੋਲੀ ਜੰਗਲੀ ਬ਼ੇਰ ਦੀ ਗਿਟਕ ਜਿਡੀ ਬਨਾਉ।

ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ੭-੮ ਦਿਨ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਫਿਰ ਭੋਗ ਕਰੋ।

ਸੰਤਾਨ ਸੰਜਮ—

ਅਗੋਂ ਲਈ ਔਲਾਦ ਹੋਣੀ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਾਲੀਜ਼ੀਰੀ, ਪੀਲੀ ਹਰੜ ਦਾ ਛਿਲਕਾ, ਨਾਗ ਕੇਸਰ ਦੇ ਫੁਲ ਉਮਦਾ, ਨਰ ਕਚੂਰ, ਰੱਤੀਆਂ ਚਿਟੀਆਂ, ਕਲੌਂਜੀ, ਜਾਇਫਲ ਬਰਾਬਰ ਤੋਲ ਲਵੋ।

ਰੱਤੀਆਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦੁਧ ਵਿਚ ਭਿਉਂ ਦਿਉ। ਸਵੇਰੇ ਛਿਲੜ ਲਾਹਕੇ ਸੁਕਾਕੇ ਫਿਰ ਵਰਤੋ, ਦੁਧ ਨੂੰ ਸੁਟ ਦਿਉ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ੭ ਦਿਨ ਤਕ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਮਰਦ ਤੀਵੀਂ ਪਾਸ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਤਿਆਤ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮਰਦ ਨੂੰ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਭੋਗ ਵੇਲੇ ਨਿੰਮ ਦੇ ਤੇਲ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਮਰਦ ਲਿੰਗ ਤੇ ਕਰ ਲਵੇ।

ਸੰਤਾਨ ਸੰਜਮ ਦਾ ਹੋਰ ਨੁਸਖਾ—

ਲਾਜਵੰਤੀ ੯ ਮਾਸੇ, ਬੀ ਸਤਿਆਨਾਸੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਨੀਲ ਦੇ ਬੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਅਨਵਿਧ ਮੋਤੀ ਸੁਚੇ ੧ ਮਾਸਾ ਚੌਹਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ੨੪ ਪੁੜੀਆਂ ਬਣਾਉ। ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ੧ ਪੁੜ। ਰੋਜ਼ ਬਾਰਾਂ ਦਿਨ ਤਕ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਬਾਕੀ ਪੁੜੀਆਂ ਦੂਜੇ ਮਹੀਨੇ ਫਿਰ ਦਿਉ।

ਹਿਸਟੀਰੀਆ—

(ਵਾਉਗੋਲਾ, ਇਖਤਨਾਕੁਲ ਰੈਹਮ)

ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਗਸੀ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਬੇਹੋਸੀ ਵਿਚ ਕਦੇ ਹੱਸਦੀ ਹੈ, ਕਦੇ ਰੋਂਦੀ ਹੈ, ਸਰੀਰ ਟੁਟਦਾ ਹੈ, ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਉਸਨੂੰ ਹੋਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਹੋਰਨਾ ਦੀਆਂ ਗਲਾਂ ਸੁਣ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਗ ਇਸਨੂੰ ਜਿੰਨ ਚੰਮੜਨਾ, ਛਾਇਆ ਆਦਿਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਰੋਗ ਗ਼ਮ, ਚਿੰਤਾ, ਘਰੇਲੂ ਝਗੜੇ, ਪਤੀ ਨਾਲ ਨਰਾਜ਼ਗੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਦੋਂ ਜਦੋਂ ਮਰਦ ਤੀਵਾਂ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਰੋਗ ਉਤਪਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਸਦਾ ਪੱਕਾ ਇਲਾਜ ਇਹਨਾਂ ਨੁਸਖਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰੋ, ਜੇਕਰ ਪਤੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਤਦ ਉਹ ਆਪਣਾ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰੇ, ਤੀਵੀਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਫਿਕਰ ਦੀ ਗਲ ਨਾ ਸੁਣਾਉ।

ਕਾਫੂਰ, ਹਿੰਗ ਭੁਜੀ ਹੋਈ ਵਧੀਆ, ਜ਼ਦਵਾਰ ਖਤਾਈ, ਸੁਚਾ ਸਿਪ ਮੋਤੀਆਂ ਵਾਲਾ, ਜੁੰਦ ਬੇਦ ਸਤਰ ਅਸਲੀ ੬-੬ ਮਾਸੇ ਕਸਤੂਰੀ ਨਿਪਾਲੀ ਡੇਢ ਮਾਸਾ, ਕੇਸਰ ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਡੇਢ ਮਾਸਾ, ਕਲੌਂਜੀ ੩ ਮਾਸੇ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ

ਵਖੋ ਵਖ ਪੀਹਕੇ ਫਿਰ ਪੂਰੇ ਵੇਜ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਮਿਲਾ ਲਵੋ ਫਿਰ ਇਸ ਵਿਚ ਪੋਟਾਸੀਅਮ ਬਰੋਮਾਈਡ ੩॥ ਮਾਸੇ; ਬਾਲਛੜ ਪੌਡਰ ੩॥ ਮਾਸੇ, ਮਿਲਾਕੇ ਕਿਕਰ ਦੀ ਗੂੰਦ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਗੋਲੀਆਂ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਬਣਾਕੇ ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ। ਸਵੇਰੇ ਨਾਸ਼ਤੇ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੀ ਵਾਰੀ ੨-੨ ਗੋਲੀਆਂ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ੧ ਮਹੀਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਵਰਤੋ। ਭੋਗ ਕਰਨਾ ਮਨ੍ਹਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰ ਰਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੋਟਲੀਆਂ—

ਉਪਰਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਵਰਤਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ, ਇਹ ਪੋਟਲੀਆਂ ਦੀ ਦਵਾ ਘਟ ਤੋਂ ਘਟ ੧੫ ਦਿਨ ਜ਼ਰੂਰ ਪੋਟਲੀ ਬਣਾਕੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਯੋਨੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਖਵਾ ਦਿਆ ਕਰੋ।

ਛੜੇਲਾ, ਬਾਲਛੜ, ਜਵੈਣ ਦੇਸੀ, ਸਮੁੰਦਰ ਸੋਖ, ਵਾਵੜਿੰਗ, ਨਰ ਕਚੂਰ, ਹਾਥੀ ਦੰਦ ਦਾ ਬੁਰਾਦਾ, ਬਾਉਖੰਬਾ, ਮਸਤਗੀਰੂਮੀ ਅਸਲੀ; ਨਾਗ ਕੇਸਰ ਦੇ ਫੂਲ, ਜ਼ਾਵੱਤਰੀ, ਜ਼ਾਇਫਲ, ਜੁੰਦ ਬੇਦੇਸਤਰ ੬-੬ ਮਾਸੇ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ। ਰੋਜ਼ ਰਾਤ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾ ੩ ਮਾਸੇ ਲੈਕੇ ਮਲਮਲ ਦੇ ਟੋਟੇ ਵਿਚ ਪੋਟਲੀ ਬਣਾਕੇ ਯੋਨੀ ਅੰਦਰ ਰਖਾਉ। ਪੋਟਲੀ ਰਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਪੋਟਲੀ ਨੂੰ ਗੁਲਰੋਗਨ ਵਿਚ ਡੋਬਾ ਦੇ ਲਿਆ ਕਰੋ।

ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ—

੬ ਮਾਸ਼ੇ ਗੁਲਕੰਦ, ੧ ਰੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾਕੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ੩ ਵਾਰੀ ਦਿਉ।

ਹੋਰ ਨੁਸਖਾ— ਵਡੀਆਂ ਲਾਚੀਆਂ ਦੇ ਛਿਲੜ

੭ ਮਾਸੇ, ੧੫ ਤੋਲੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਭਿਉਂ ਦਿਉ। ਸਵੇਰੇ ਛਾਣਕੇ ੩ ਤੋਲੇ ਮਿਸ਼ਰੀ, ੨ ਤੋਲੇ ਅਰਕ ਕਿਉੜਾ ਮਿਲਾਕੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਵਰਤੋ, ਧੜਕੇ ਦਾ ਰੋਗ ਹਟ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹੋਰ ਨੁਸਖਾ— ਕੁਸ਼ਤਾ ਮੁੰਗਾ (ਮਰਜਾਨ), ਕੁਸ਼ਤਾ ਸੰਗ ਯਸ਼ਬ ਹਰੇ ਰੰਗ ਦਾ ੨-੨ ਰੱਤੀ ਲੈਕੇ ੧ ਵਰਕ ਚਾਂਦੀ ਵਿਚ ਪੀਹਕੇ ਇਕ ਵਡੇ ਬਨਾਰਸੀ ਅਉਲੇ ਦੇ ਮੁਰੱਬੇ ਵਿਚ ਵਿਚ ਮਿਲਾਕੇ ਖੁਆਕੇ ਅਰਕ ਕਿਓੜਾ ਤੇ ਬੇਦਮੁਸ਼ਕ ੫-੫ ਤੋਲੇ ਪਿਆ ਦਿਉ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ੫-੭ ਕਰੋ। ਬੀਮਾਰੀ ਦਿਨ ਹਟ ਜਾਵੇਗੀ।

ਅਠਰਾਹ ਰੋਗ ਲਈ—

ਗਰਭ ਦਾ ਬਾਰ ਬਾਰ ਡਿਗਣਾ, ਖ਼ੂਨੀ ਬਵਾਸੀਰ ਤੇ ਰੈਹਮ ਦੇ ਨੁਕਸਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾ ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗਰਭ ਪੱਕਾ ਹੋਕੇ ਬੱਚਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੰਗਲੀ ਗੋਹੇ ਜਿਸਨੂੰ ਏਰਨੇ ਗੋਹੇ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਲੈਕੇ ਸਾੜ ਲਵੋ। ਸਵਾਹ ਨੂੰ ਖਰਲ ਵਿਚ ਪਾਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੀਹਕੇ ਕਪੜਛਾਣ ਕਰਕੇ ਬੋਤਲ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਜਦੋਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਗਰਭਪਾਤ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਰੈਹਮ (ਬੱਚਾਦਾਨੀ) ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਤਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ੧-੧ ਪੁੜੀ ੨-੨ ਮਾਸੇ ਦੀ ਬਣਾਕੇ ਧਰੇਕ ਦੇ ਤਾਜ਼ੇ ਪੱਤਰਾਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖੁਆ ਦਿਆ ਕਰੋ। ਜਦ ਤਕ ਗਰਭ ਦੇ ੯ ਮਹੀਨੇ ਪੂਰੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤਦ ਤਕ ਇਹ ਦਵਾ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਸਭ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬਵਾਸੀਰ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿਚ ਚਾਰ ਵਾਰੀ ਤਿੰਨ ੨

ਘੰਟੇ ਪਿਛੋਂ ੧-੧ ਰੱਤੀ ਦੀ ਪੁੜੀ ਅਰਕ ਸੌਂਫ ਨਾਲ ਦਿਉ। ਕੁਝ ਦਿਨ ਵਰਤਨ ਨਾਲ ਬਵਾਸੀਰ ਵੀ ਹਟ ਜਾਵੇਗੀ ਤੇ ਮੱਸੇ ਵੀ ਝੜ ਜਾਣਗੇ।

ਪ੍ਰਹੇਜ਼ - ਤੇਲ, ਖਟਿਆਈ, ਲਾਲ ਮਿਰਚ, ਅਚਾਰ, ਸ਼ਰਾਬ, ਗਰਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਮਸਾਲੇ ਆਦਿਕ।

ਦੇਸੀ ਮਲ੍ਹਮਾਂ ਦੇ ਨੁਸਖੇ—

ਕਾਲੀ ਮਲ੍ਹਮ:—

ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ (ਬਾਰੀਕ	੨ ਮਾਸ਼ੇ
ਸੰਧੂਰ ਅਸਲੀ	੫ ਤੋਲੇ
ਰਸ ਕਪੂਰ (ਬਾਰੀਕ)	੩ ਮਾਸ਼ੇ
ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤੇਲ	੧੦ ਤੋਲੇ
ਚਿਟਾ ਗੰਢਾ (ਪਿਆਜ਼)੧ ਦਰਮਿਆਨਾ ਮਲ	
ਬਰੋਜ਼ਾ	੨ ਤੋਲੇ

ਤੇਲ ਨੂੰ ਕੜਾਹੀ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਅੱਗ ਉਪਰ ਰਖੋ, ਗੰਢੇ ਨੂੰ ਕੁਟ ਕੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਉ। ਜਦੋਂ ਗੰਢਾ ਸੜ ਕੇ ਕਾਲਾ ਹੋ ਜਾਵ ਤਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਨਿਚੋੜ ਦਿਉ ਤੇ ਗੰਢਾ ਸੁਟ ਦਿਉ। ਫਿਰ ਬਰੋਜ਼ਾ ਤੇਲ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਉ, ਜਦੋਂ ਬਰੋਜ਼ਾ ਪੰਘਰ ਕੇ ਤੇਲ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ, ਰਸ ਕਪੂਰ ਅਤੇ ਸੰਧੂਰ (ਬਾਰੀਕ) ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਤੇਲ ਵਿਚ ਪਾਂਦੇ ਜਾਉ ਤੇ ਲੋਹੇ ਦੇ ਡੰਡੇ ਨਾਲ ਹਿਲਾਂਦੇ ਜਾਉ, ਮਲਹਮ ਤਿਆਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੰਧੂਰ ਰਲਾਣ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਵੀ ਮਲਹਮ ਦਾ ਰੰਗ ਕਾਲਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅੱਗ ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਹਿਲਾਉ। ਕਾਲੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਨੋਟ:-ਜੇਕਰ ਸੰਧੂਰ ਨਕਲੀ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਮਲ੍ਹਮ ਕਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਮਲ੍ਹਮ ਠੀਕ ਬਣੇਗੀ।

ਵਧੀਆ ਕਾਲੀ ਮਲਹਮ—

ਤੇਲ ਤਿਲਾਂ ਦਾ	੧ ਪਾ
ਰਾਲ ਚਿਟੀ (ਬਾਰੀਕ)	੧ ਤੋਲਾ
ਮੋਮ ਚਿਟੀ	੯ ਮਾਸ਼ੇ
ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ (ਬਾਰੀਕ)	੧ ਮਾਸ਼ਾ
ਸੰਧੂਰ ਅਸਲੀ	੧੦ ਤੋਲੇ
ਗੰਦਾ ਬਰੋਜਾ	੧ ਤੋਲਾ
ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ (ਬਾਰੀਕ)	ਡੇਢ ਤੋਲਾ
ਦਾਰਚਿਕਨਾ	੧ ਰੱਤੀ

ਤੇਲ ਅਤੇ ਸੰਧੂਰ ਰਲਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੇ ਰਖੋ, ਲੋਹੇ ਦੇ ਡੰਡੇ ਨਾਲ ਹਿਲਾਂਦੇ ਜਾਉ। ਜਦੋਂ ਸੰਧੂਰ ਦਾ ਰੰਗ ਕਲਿਤਨ ਤੇ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਦਵਾਈਆਂ ਬਰੀਕ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਅਤੇ ਮੋਮ ਇਸ ਤੇਲ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਡੰਡੇ ਨਾਲ ਹਿਲਾਂਦੇ ਜਾਉ, ਜਦੋਂ ਮਲਹਮ ਕਾਲੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੱਗ ਤੋਂ ਲਾਹ ਕੇ ਡੱਬੇ ਯਾ ਡੱਬੀਆਂ ਵਿਚ ਭਰ ਲਵੋ। ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੇ ਫੋੜੇ, ਫਿਨਸੀ, ਦੁੰਬਲ, ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫੋੜਾ ਪਕਾਣਾ, ਪਾੜਨਾ, ਜ਼ਖਮ ਭਰਨਾ, ਇਹ ਸਭ ਇਸੇ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦੇਸੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਮਲਹਮ—

ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤੇਲ	੧ ਪਾ
ਸੰਧੂਰ ਅਸਲੀ	੧੦ ਤੋਲੇ
ਨੀਲਾ ਥੋਥਾ (ਬਾਰੀਕ)	੨ ਮਾਸ਼ੇ
ਬਰੋਜ਼ਾ (ਤਰ)	੧ ਤੋਲਾ
ਮੋਮ ਦੇਸੀ	੧ ਤੋਲਾ
ਮੁਰਦਾ ਸੰਗ	੬ ਮਾਸ਼ੇ

ਕਾਫੂਰ ੬ ਮਾਸ਼ੇ

ਉਪਰਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਲਹਮ ਬਣਾ ਕੇ ਅੱਗ ਤੋਂ ਲਾਹ ਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ ਰਲਾਉ।

ਐਗਜ਼ੀਮਾ ਲਈ ਮਲਹਮ—

ਜ਼ਿੰਕ ਆਂਇਟਮੈਂਟ (ਜਿਸਤ ਦੀ ਮਲਹਮ)
ਸਲਫਰ ,, (ਗੰਧਕ ,, ,,)
ਬੋਰਕ ,, (ਸੁਹਾਗੇ ,, ,,)
ਤਿੰਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੋ ਜਹੇ ਵਜ਼ਨ ਵਿਚ ਰਲਾ ਲਵੋ।

ਕੁਝ ਹੋਰ ਅਜ਼ਮਾਏ ਹੋਏ ਨੁਸਖੇ

ਦਮੇਂ ਲਈ ਮੁਜੱਰਬ—

ਅੱਕ ਦੇ ਫੁਲ ੨ ਤੋਲੇ, ਕਾਲੇ ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀ ਸੁਧ ਦੋ ਤੋਲੇ, ਨਿਮਕ ਲਾਹੌਰੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਿਰਚ ਕਾਲੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਮਘਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ੧ ਤਲਾ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਅਧਰਕ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਖਰਲ ਕਰਕੇ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ। ੧ ਗੋਲੀ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ, ਇਹ ਬਲਗਮੀ ਦਮੇਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਗੁਣਕਾਰੀ ਹਨ।

ਦਮਾਂ ਖੁਸ਼ਕ--

ਬਨਫਸ਼ਾਂ ਦੇ ਫੁਲ ਕਾਜ਼ਬਾਨ, ਉਸਤਖਦੂਸ, ਰੁਬ ਸੂਸ, ਬਦਾਮ ਗਿਰੀ, ਮਗਜ਼ ਕੱਦੂ, ਖਸ਼ਖਾਸ਼ ੧-੧ ਤੋਲਾ, ਮਿਸ਼ਰੀ ੪ ਤੋਲੇ। ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰੀਕ ਕਰਕੇ ੨੧ ਹਿਸੇ ਕਰ ਲਵੋ। ਰੋਜ਼ ੧ ਹਿਸਾ ਸਵੇਰੇ ਕਾਜ਼ਬਾਨ ਦੇ ਅਰਕ ਨਾਲ

ਦਿਉ। ਇਸ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਤੇ ਜੰਮੀ ਬਲਗਮ ਨਰਮ ਹੋ ਕ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਖਾਂਸੀ ਦਮਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੁਖਾਰ, ਨਜ਼ਲਾ, ਜ਼ੁਕਾਮ ਨਾਸ਼ਕ--

ਮਗਜ਼ ਕਰੰਜੂਆ (ਮੀਚਕਾ), ਕਾਲੀ ਮਿਰਚਾਂ ੫-੫ ਤੋਲੇ, ਅਤੀਸ ਵਧੀਅ ੨॥ ਤੋਲੇ, ਧਤੂਰੇ ਦੇ ਬੀ ੧ ਤੋਲਾ, ਗੇਰੂ, ਨੁਸ਼ਾਦਰ ਠੀਕਰੀ, ਫਟਕੜੀ ਖਿਲ ੨॥-੨॥ ਤੋਲੇ। ਬਾਰੀਕ ਕਰਕੇ ਰਖੋ। ਸਰਦੀ ਦੇ ਬੁਖਾਰ, ਮਲੇਰੀਆ ਵਿਚ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤੇ ਗਰਮੀ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਵਿਚ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ੩-੩ ਘੰਟੇ ਬਾਦ ੪-੪ ਰੱਤੀ ਦਿਉ।

ਖੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਦੀ ਬਵਾਸੀਰ ਲਈ:--

ਗੁਗਲ ਸੁਧ, ਕੱਥਾ, ਪੀਲੀ ਹਰੜ ਦਾ ਛਿਲੜ, ਕਾਲੀ ਮਿਰਚਾਂ, ਰਸੌਂਤ ਸੁਧ, ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਰਾਬਰ ਤੋਲ ਲੈ ਕੇ ਬਾਰੀਕ ਪੀਹ ਕੇ ਚਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਗੋਲੀਆਂ ਬਣਾਉ, ਛਾਵੇਂ ਸੁਕਾ ਲਵੋ ੧-੧ ਗੋਲੀ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਦਿਉ।

ਬਵਾਸੀਰੀ ਮੱਸਿਆਂ ਲਈ ਮਲਹਮ--

ਰਸੌਂਤ, ਕੱਥਾ, ਨਿੰਮ ਦੀਆਂ ਨਮੋਲੀਆਂ ਦੀ ਗਿਰੀ, ਬਰਾਬਰ ਵਜ਼ਨ ਲੈ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਕੁਟ ਕੇ ਮੋਮ ਵਾਂਗ ਨਰਮ ਕਰ ਲਵੋ। ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਥੋੜੀ ਦਵਾ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਹਲ ਕਰਕੇ ਗਾਹੜਾ ੨ ਲੇਪ ਲਾਉ। -ਇਤਿ-

ਨੋਟ--ਨੁਸਖਾ ਮੁਜ਼ੱਰਬਾਤ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿਸੇ ਵਿਚ, ਕੁਸ਼ਤਾ ਜਾਤ, ਬੂਟੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼, ਮਰਮ ਚਕਿਤਸਾ, ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ, ਅਰਕ ਸ਼ਰਬਤ ਬਨਾਣ ਦੇ ਢੰਗ ਤੇ ਰੋਜ਼-ਗਾਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਜ਼ਮਾਏ ਹੋਏ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦਿਤੇ ਜਾਣਗੇ।

੬੦ ਸਾਲ ਤੋਂ ਚਲ ਰਿਹਾ ਮਸ਼ਹੂਰ ਤੇ ਪੁਰਾਤਨ

ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ

ਜੋ ਸੁਖਦਾਤਾ ਮਾਸਕ ਪੱਤ੍ਰ ਦੇ ਐਡੀਟਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਬਾਬਾ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਰੂਲਾ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਸੱਠਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਖਾਲਸ ਤੇ ਵਧੀਆ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਦਵਾਈਆਂ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮੇਹਰ ਕਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਬੀਮਾਰ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ ਯਾ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰ ਮੌਕਾ ਦਿਓ। ਆਪਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਮੁਕੰਮਲ ਹਾਲ ਲਿਖੋ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਤਰ ਲੈਣ ਲਈ ਜੁਆਬੀ ਖਤ ਭੇਜ ਦਿਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਗ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਾਲ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਮਸ਼ਵਰਾ ਮੁਫ਼ਤ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਮੁਨਾਸਬ ਦਵਾਈ ਤਜਵੀਜ਼ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਤਲਾਹ ਦਿਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਇਸ ਤਰਾਂ ਤੁਸੀ ਛੇਤੀ ਹੀ ਗੁਪਤ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾ ਕੇ, ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕੋਗੇ ਤੇ ਸਦਾ ਸੁਖੀ ਅਤੇ ਪਰਸੰਨ ਰਹੋਗੇ। ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿਠੀਆਂ ਗੁਪਤ ਰਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਚਿਠੀ ਲਿਖਣ ਵੇਲੇ ਕਿਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਝਿਜਕ ਯਾ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੋ।

ਵੀਰਜ ਸਬੰਧੀ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਗੁਪਤ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਠੀਕ ਅਤੇ ਮੁਕੰਮਲ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਖਾਨੇ ਦੀਆਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਾਰੀ ਪ੍ਰੀਖਯਕ ਅਤੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸਿਲਸਲੇ ਵਾਰ ਕੋਰਸਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਗਲੇ ਸਫਿਆਂ ਵਿਚ ਪੂਰਾ ਵੇਰਵਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ ਦੇ ਨਿਯਮ

੧ ਖੱਤ ਪਾਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਪੂਰਾ ਪਤਾ ਜੋ ਥਲੇ ਦਿਤਾ ਹੈ, ਲਿਖੋ। ਉਤਰ ਲਈ ਜੁਆਬੀ ਖਤ ਭੇਜੋ, ਖਤ ਬੇਰੰਗ ਨ ਭੇਜੋ।

੨. ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵਸਨੀਕ ਅਤੇ ੫੬ ਜਾਂ ੯੯ A. P. O. ਦੀ ਮਾਰਫਤ ਵਾਲੇ ਫ਼ੌਜੀ ਸੱਜਣ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਅਤੇ ਡਾਕ ਖਰਚ ਦੇ ਪੈਸੇ ਮਨੀਆਰਡਰ ਜਾਂ ਪੋਸਟਲ ਆਰਡਰ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਣ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਕਰਨ।

੩. ਦਸ ਰੁਪੈ ਤੋਂ ਉਪਰ ਤੀਹ ਰੁਪੈ ਤਕ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਜਾਂ ਮੰਗਵਾਣ ਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ 'ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਰਾਤ' ਪੁਸਤਕ ਢਾਈ ਰੁਪੈ ਦੀ ਮੁਫ਼ਤ ਦਿਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੀਹ ਰੁਪੈ ਤੋਂ ਉਪਰ ਪੰਜਾਹ ਰੁਪੈ ਦੇ ਆਰਡਰ ਨਾਲ ਗਰੰਥ ਨਰੂਲਾ ਮੁਜੱਰਬਾਤ ਫਰੀ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਡਾਕ ਖਰਚ ਵਖਰਾ ਹੋਵੇਗਾ।

੪. ਰੋਗੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਚਿਠੀਆਂ ਗੁਪਤ ਰਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਗੇ ਦਿਤੀ ਲਿਸਟ ਵਿਚੋਂ ਆਪਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਦਵਾ ਆਪ ਨਾ ਲਭ ਸਕੋ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪੂਰਾ ਹਾਲ ਲਿਖੋ ਤਾਂਕਿ ਅਸੀਂ ਦਵਾ ਤਜਵੀਜ਼ ਕਰਕੇ ਭੇਜ ਦੇਈਏ। ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਲਿਖੋ ਕਿ ਵੀ.ਪੀ. ਕਿੰਨੀ ਕੀਮਤ ਤਕ ਹੋਵੇ। ਪੰਜ ਰੁਪੈ ਤੋਂ ਘਟ ਦਵਾ ਦਾ ਵੀ.ਪੀ. ਨਹੀਂ ਕਰੀਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਰਕਮ ਪੇਸ਼ਗੀ ਆਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਪਤਾ—ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ, ਬਾਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਪਹਿਲਾ ਕੋਰਸ -

੧. ਸੁਪਨ ਅਤੀ—ਵਿਟੇਮਨਅਤੇਪਰੋਟੀਨਦਾਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਭੰਡਾਰ; ਵੀਰਯ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਦੇ ਰੋਗ ਲਈ ਵੀਰਯ ਨੂੰ ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਢਲੀ ਦਵਾ ਕੀਮਤ ੧ ਡੱਬਾ ੧੬ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ੪) ਰੁਪੈ,

੨.ਸਾਧੂ ਚੁਟਕੀ—ਜਦੋਂਵੀਰਯਰੋਗਵਿਚਪੇਸ਼ਾਬਦਾ ਨੁਕਸ ਹੋਵੇ, ਪੇਸ਼ਾਬ ਦੀ ਜਲਨ ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ ਸਿਰ ਦੇ ਚੱਕਰ, ਮਸਾਨੇ ਦੀ ਗਰਮੀ ਆਦਿਕ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕੀਮਤ ੨) ਰੁਪੈ

੩.ਗੋਲੀਆਂ ਧਾਤੂ ਸਰਾਵ(ਜਰੀਆਂ ਮਨੀ)

ਉਪਰਲੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਂਦੀ ਵਾਰੀ ਲਵੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਝੂਠੀ ਵਾਧੂ ਖਾਹਸ਼ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸੁਪਨ ਦੋਸ਼ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕੀਮਤ ੨)

ਲਾਲ ਪੌਡਰ—ਜਦੋਂ ਵੀਰਯ ਰੋਗ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਪੇਟ ਵਿਚ ਨੁਕਸ ਪਿਆ ਹੋਵੇ ਜਿਗਰ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਭੁਖ ਮਾਰੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਕਬਜ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ, ਹੱਥਾਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ ਸੜਦੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਰੋਟੀ ਤੋਂ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਬਾਦਦੋਵੇਂ ਵੇਲੇ ਲਵੋ ਕੀਮਤ ੨॥)ਰੁਪੈ,

ਇਹਨਾਂ ਚੌਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਡਾਕ ਖਰਚ ੨॥) ਹੈ। ਇਹ ਉਪਰਲੀਆਂ ਚਾਰੇ ਦਵਾਈਆਂ ੧੬ ਦਿਨਾਂ ਦਾਕੋਰਸ ਹੈ।

ਦੂਜਾ ਕੋਰਸ—

੫. ਆਨੰਦ ਸੁਧਾ—ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਉਪਰਲੀਆਂ

ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਵੀਰਯ ਦਾ ਨੁਕਸ ਹਟ ਤਾਂ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਸ਼ੱਕ ਪੈਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਤਦ ਇਹ ਅਕਸੀਰ ਹੈ। ਮੁਲ ੧ ਡੱਬਾ ੭॥)

੬. ਬੰਗ ਆਦਿ ਵਟੀ—ਇਸਦੀਆਂ ਦੋ ਗੋਲੀਆਂ ਰੋਜ਼ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ੩-੪ ਵਜੇ ਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਨੰ: (੭) ਰਤਨ ਸੁਧਾ ਗੋਲੀਆਂ ਤਾਜ਼ੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਲਵੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵੀਰਯ ਰੋਗ ਕਤਈ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

੭. ਰਤਨ ਸੁਧਾ ਗੋਲੀਆਂ—ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਜੜੀ ਬੂਟੀਆਂ ਦੇ ਰਸਾਂ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨੰ: (੫) ਅਤੇ (੬) ਦੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵਰਤੋ। ਮੁਲ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ੪) ੪) ਹੈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦਾ ਡਾਕ ਖਰਚ ੨) ਹੈ।

ਤੀਜਾ ਕੋਰਸ:—

੮. ਸੁੰਦਰ ਰਸ—ਜਦੋਂ ਸ੍ਰੀਰਕ ਤੱਤ ਵੀਰਯ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਕਰਕੇ ਦਿਮਾਗ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਯਾਦਸ਼ਕਤੀ ਘਟ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਸਿਥਲਤਾ ਆ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਲੱਤਾਂ ਫੁਲਦੀਆਂ ਤੇ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਵਾ ਦੀਆਂ ੧੦ ਤੋਂ ੧੫ ਬੂੰਦਾਂ ਤਕ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਲਵੋ। ਕੁਝ ਦਿਨ ਵਰਤਨ ਨਾਲ ਲਹੂ ਵਧ ਕੇ ਵਜ਼ਨ ਵੀ ਵਧੇਗਾ ਤੇ ਚਹਰੇ ਉਪਰ ਰੌਣਕ ਆਵੇਗੀ। ਮੁਲ ੨।)

ਸੁੰਦਰ ਰਸ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੀ ਨੰਬਰ ੯ ਦੀ ਦਵਾ ਨਰੂਲਾ ਟਾਨਿਕ ਪਿਲਜ਼ ਅਰਥਾਤ ਤੁਰਤ ਫੁਰਤ ਗੋਲੀਆਂ ਰੋਜ਼ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ੧ ਗੋਲੀ ਖਾਓ, ਇਹ

ਗੋਲੀਆਂ ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਵਿਚ ਬੇਮਿਸਾਲ ਹਨ ਝਟ ਪਟ ਲਾਭ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ।

(੯) ਨਰੂਲਾ ਟਾਨਿਕ ਪਿਲਜ਼—ਇਸਦੀ ਤਾਰੀਫ ਤੇ ਵਿਆਖਿਆ ਉਪਰ ਆ ਚੁਕੀ ਹੈ । ਕੀਮਤ ੧੦੦ ਗੋਲੀ ੧੦) ਹੈ, ੨੫ ਗੋਲੀਆਂ ੩) ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਡਾਕ ਖਰਚ ੨) ਹੈ ।

ਚੌਥਾ ਕੋਰਸ:—

(੧੦) ਇਹ ਕੋਰਸ ਦਰ ਅਸਲ ਚੌਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੀਜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਜਵਾਨੀ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੇ ਭੈੜੀਆਂ ਸੋਹਬਤਾਂ ਕਰਕੇ ਮਰਦ ਲਿੰਗ ਵਿਚ ਖਰਾਬੀ ਪੈ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿਚ ਦੋ ਦਵਾਈਆਂ ਦਰਜੇ ਵਾਰ ਕੰਮ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ । ਤੀਜੇ ਕੋਰਸ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਨਾਲ ਹੀ ਪਹਿਲਾਂ ਅੱਠ ਦਿਨ ਰਗਾਂ ਨੂੰ ਸੇਕ ਕਰਕੇ ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਲਈ ਟਕੋਰ ਪੋਟਲੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀਹੈ੨॥)

(੧੧) ਸੁੰਦਰ ਲੇਪ ਖਾਸ—ਅੱਠ ਦਿਨ ਸੇਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਫਿਰ ਇਸ ਲੇਪ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਨੁਕਸ ਹਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕੀਮਤ ੫) ਇਹੋ ਦਵਾਈ ਸ਼ੇਰ ਆਦਿ ਸਪੈਸ਼ਲ ਲੇਪ ਦੀ ਕੀਮਤ ੧੫) ਡਾਕ ਖਰਚ ੨)

(੧੨) ਮਦਨ ਮਸਤ ਗੋਲੀਆਂ—ਇਹ ਗੋਲੀਆਂ ਇਕ ਸ਼ਪੈਸ਼ਲ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਹਰ ਤਰਾਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਹਟਾ ਕੇ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਪੂਰੇ ਭਰੋਸੇ ਯੋਗ ਹਨ ਕੀਮਤ ਇਕ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦਸ ਗੋਲੀਆਂ ੫), ਅਮੀਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ੨੫ ਸਪੈਸ਼ਲ ਗੋਲੀਆਂ ੧੫), ਡਾਕ ਖਰਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ੨)

ਕੇਸਰੀ ਧਾਤੂ ਰਸਾਇਨ

†ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਵਾਨੀ ਵਿਚ ਵੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ?
†ਇਸ ਉਮਰ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਬੁਢੇ ਕਿਉਂ ਵਿਖਾਈਦਿੰਦੇਹੋ?
†ਕੀ ਚੰਗੀ ਚੋਖੀ ਖੁਰਾਕਖਾਕੇਵੀ ਸ੍ਰੀਰਵਧਦਾਫੁਲਦਾਨਹੀ
†ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵੀਰਯ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਹੋ?
†ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੀਉਮਰ ਵਿਚ ਹੀ ਭੈੜੀਆਂਸੁਹਬਤਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਆਪ ਤਬਾਹ ਕਰ ਚੁਕੇ ਹੋ ?
†ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਸੁਸਤ ਅਤੇ ਥਕੇ ਟੁਟੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ? ਕੰਮ ਕਰਨ ਨੂੰ ਦਿਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਦਿਲ ਦਾ ਧੜਕਾ,ਦਿਮਾਗੀ ਕਮਜੋਰੀ ਲੱਤਾਂ ਫੁਲਣੀਆਂ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ ਚੇਹਰੇ ਦੀ ਰੰਗਤ ਫਿਕੀ ਪੈ ਜਾਣੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਵਧ ਜਾਣੀ ਭੁਖ ਨਾ ਲਗਣੀ, ਕਬਜ਼ ਰਹਿਣੀ ਆਦਿਕ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਹੋ ?

ਤਦ 'ਕੇਸਰੀ ਧਾਤੂ ਰਸਾਇਨ' ਹੀ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਟਾਨਿਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਵਜ਼ਨ ਵਧਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੋੜਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਦਾਂ, ਸਰੀਰਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤਛੇਤੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਚੋੜਿਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਰੂਪ ਬਖਸ਼ ਕੇ ਰੰਗ ਰੂਪ ਨਿਖਾਰਦੀ ਹੈ।

੧੦੦ ਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਵਡੀ ਬੰਦ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਜੋ ੨੦ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਕਾਫੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕੀਮਤ ਦਸ ਰੁਪੇ ਤੇ ਡਾਕ ਖਰਚ ਦੋਰੁਪੇ ਹੈ, ਪਤਾ ਯਾਦ ਰਖੋ।

ਪਤਾ-ਨਰੂਲਾ ਦਵਾਖਾਨਾ, ਬਜ਼ਾਰ ਮਾਈ ਸੇਵਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਤਤਕਰਾ

ਨਾਮ ਮਜ਼ਮੂਨ	ਪੰਨਾ	ਨਾਮ ਮਜ਼ਮੂਨ	ਪੰਨਾ
ਜਾਣ ਪਛਾਣ	੪	ਵਾਲੀਆਂ	੪੪
ਮੁਢਲੀ ਬਿਨੰ	੯	ਠੰਡ ਪਾਣ ਵਾਲੀਆਂ	੪੫
ਹਕੀਮਾਂ ਵੈਦਾਂ ਦੇ ਫ਼ਰਜ	੧੨	ਮਨੀ ਵਧਾਣ ਅਤੇ ਬੰਧੇਜ	
ਬੀਮਾਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ	੧੩	ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ	੪੫
ਪੱਥਯਾ ਪੱਥ ਵਿਵਰਣ	੨੫	ਬੱਚਾ ਤੇ ਆਉਲ ਕੱਢਣ	
ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਪਚਣ ਦਾ		ਵਾਲੀਆਂ	੪੬
ਸਮਾਂ (ਨਕਸ਼ਾ)	੩੩	ਤੀਵੀਆਂ ਦਾ ਹੈਜ਼ ਜਾਰੀ	
ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਮਾਸ ਵਧਾਣ		ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ	੪੬
ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ	੩੪	ਦੁਧ ਵਧਾਣ ਵਾਲੀਆਂ	੪੬
ਪ੍ਰਸਪਰ ਵਿਰੁਧ ਅਹਾਰ	੩੫	ਖੰਘ ਹਟਾਣ ਵਾਲੀਆਂ	੪੬
ਔਖਧੀਆਂ ਦਾ ਵਿਚਾਰ	੩੬	ਕੈ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀਆਂ	੪੭
ਅਭਾਵਕ ਦ੍ਰਵ, ਇਕ ਦੀ ਥਾਂ		ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪਤਲਿਆਂ	
ਦੂਜੀ ਦਵਾ ਵਰਤਨਾ	੩੮	ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ	੪੭
ਔਖਧੀ ਖਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ	੪੦	ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮੋਟਾ	
ਮਾਤ੍ਰਾ ਪ੍ਰਮਾਣ	੪੧	ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ	੪੭
ਉਪਰੋਂ ਪਾਣ ਵਾਲੇ		ਜੜੀ ਬੂਟੀਆਂ ਤੇ ਦਵਾਈਆਂ	
ਪਦਾਰਥ	੪੧	ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ	੪੮
ਕਲਕ ਵਿਧੀ	੪੧	ਆਯੁਰ ਵੈਦਿਕ ਰੋਗ	
ਕਵਾਥ ਵਿਧੀ	੪੧	ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਢੰਗ	੫੨
ਬਲਗਮ ਕੱਢਣ ਵਾਲੀਆਂ		ਵਡੀ ਹਰੜ ਦੇ ਗੁਣ	੬੫
ਦਵਾਈਆਂ	੪੩	ਅਰੋਗ ਮਰਦਾਂ ਦੇ ਉਮਰ	
ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਮਾਰਨ		ਅਨੁਸਾਰ ਤੋਲ	੬੬

ਅਰੋਗ ਤੀਵੀਆਂ ਦੇ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਤੋਲ ੬੭
ਵੈਦਿਕ ਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਸੰਕੇਤ ੬੮
ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਤਿਬੀ ਸੰਕੇਤ ੭੮
ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ੭੯
ਤੋਲ ਮਾਪਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ੮੪
ਐਲੋਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ੨੦ ਦਵਾਈਆਂ ੮੯
੨੦ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਵਰਤਨ ਦਾ ਢੰਗ ੯੩
ਬਾਇਓਕੈਮਿਕ ਇਲਾਜ ੧੦੦
ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ੧੦੬
ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਠਕਾ; ਬਿਨਾ ਦਵਾਈ ਮਨੀ ਰੋਗ ਦਾ ਇਲਾਜ ੧੧੧
ਰਾਗ (ਸੰਗੀਤ) ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੧੩
ਸੂਰਜ ਦੀ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੧੭
ਨੀਲੀ ਬੋਤਲ (ਪਾਣੀ) ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੧੮
ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਇਲਾਜ ੧੨੦
ਸਾਰੇ ਨਿਮਕਾਂ (ਲੂਣ) ਦੇ ਗੁਣ ੧੨੨
ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੨੩
ਜੜੀ ਬੂਟੀਆਂ ਦੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੨੭
ਗੋਕੇ ਦੁਧ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ੧੪੧
ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਦੇਸੀ ਨਾਮ ੧੪੩
ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ ਲਾਣ ਦੇ ਢੰਗ ੧੫੩
ਮਰਦ ਚਕਿਤਸਾ ੧੫੮
ਮਨੀ ਦੇ ਰੋਗ ੧੫੯
ਵਾਧੂ ਹਿਰਸ ਹਟਾਣ ਲਈ ੧੬੫
ਸੁਪਨਦੋਸ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ੧੬੮
ਤਾਕਤ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ੧੬੯
ਨਾਮਰਦੀ ੧੭੦
ਇੰਦਰੀ ਲੇਪ ੧੭੨
ਆਤਸ਼ਕ ੧੭੫
ਸੁਜ਼ਾਕ ੧੭੬
ਪੇਟ ਦਰਦ, ਗੈਸ ਦੀ ਦਵਾ ੧੭੮
ਪਤਾਲੂ ਰੋਗ ੧੭੮
ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਕਿਲ ਦਾਗ, ਇਸਤਰੀ ਰੋਗ ੧੮੦
ਮਾਹਵਾਰੀ ਨੁਕਸ ੧੮੧
ਪ੍ਰਦਰ ਰੋਗ ੧੮੨
ਗਰਭ ਰੋਗ ੧੮੩
ਬਾਂਝ ਦਾ ਇਲਾਜ ੧੮੪
ਹੋਰ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ੧੮੫