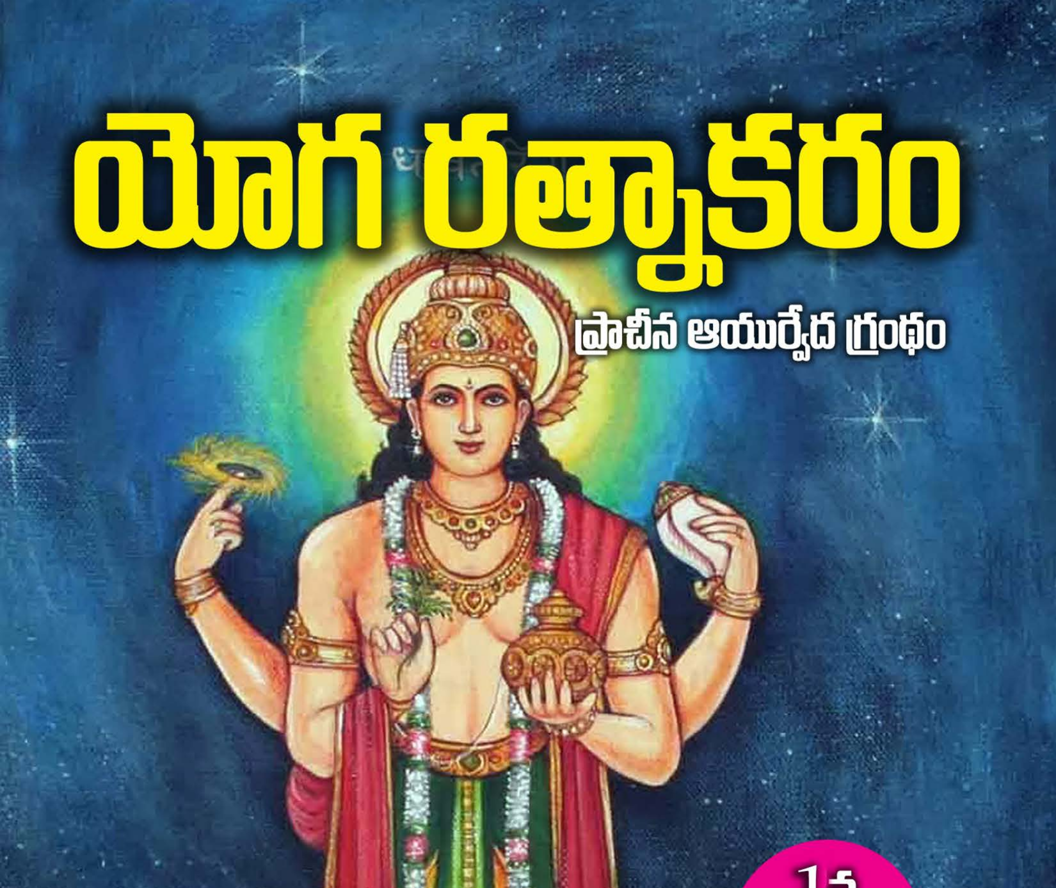
యోగ రత్నాకరం

ప్రాచీన ఆయుర్వేద గ్రంథం



1వ భాగం

MOHAN PUBLICATIONS
Devullu
Devullu.com

మోహన్‌పబ్లికేషన్స్ వారి గ్రంధాలు ఇప్పుడు ఆన్‌లైన్‌లో
Devullu.com

యోగ రత్నాకరము 1వ భాగము

ప్రాచీన ఆయుర్వేద వైద్య గ్రంథము

వ్యాఖ్యానకర్త :

శ్రీమాన్ ఆయుర్వేద భూషణ

యేటూరు శ్రీనివాసాచార్యులు

నెల్లూరు

సంపాదకులు :

చక్రవర్తుల పద్మనాభశాస్త్రి

డోర్‌నెం. 13-2-22

ఫోన్ : (0883) 2434373

కోటిలింగాలపేట, రాజమండ్రి-4.

ప్రకాశకులు :

మోహన్ పబ్లికేషన్స్

కోటగుమ్మం, రాజమహేంద్రవరం - **533 101.**

online book store : www.Devullu.com

శ్రీరస్తు

శ్రీమద్ధన్వన్తరయేనమః

యోగరత్నాకరము

సకలవిఘ్నములు శమించి శుభసంపదలు గలుగుటకై శివుని, విష్ణువును, బ్రహ్మను వారి పత్నులను, వారిపుత్రులను, అస్మదాచార్యులను నమస్కారపూర్వకముగా సేవించి యోగరత్నాకరమను గ్రంథమును ప్రారంభించుచున్నాడను. ఓధర్మజా, ఆకలిగొన్నవాని కన్నమిడిన వాడును, దప్పిగొనిన వానికి జలము నొసంగినవాడును, వ్యాధిగ్రస్తునికి చికిత్స నొనర్చిన వాడును అను నీ ముప్వురు యజ్ఞము చేయకనే స్వర్గఫలము ననుభవించుచున్నారు. రోగమనెడి బురదలో దిగబడి యుండువానికి చికిత్సయనెడి ఊత నొసంగిగట్టుకు చేర్చిన వాడు చేయని ధర్మమేది? అతడు యేపూజ కర్త్తుడు కాడు? అనగా, అన్ని ధర్మములనుచేసిన వాడనియు సమస్త పూజల కర్తృ డనియు తాత్పర్యము. శ్రేయఃకాలము ప్రాతఃకాలముననే వైద్యుడు పురోహితుడు మాంత్రి కుడు జ్యోతిష్కుడు నను నీవలువురను జూచుచుండవలెను. ఓ ధర్మరాజా, ఐశ్వర్యము తొలగినవాడు జ్యోతిశ్శాస్త్రజ్ఞుని ఆయువుదీరినవాడు వైద్యుని, ఆయురైశ్వర్య ములు రెండును తొలగినవాడు బ్రాహ్మణులను ద్వేషించును.

వైద్యాభాషనిన్దా

జ్యోతిషము, వ్యవహారము, ప్రాయశ్చితము, చికిత్సయను వీనిని శాస్త్రజ్ఞానము లేకనే చెప్పువానిని బ్రహ్మఘాతకుడందురు.

చికిత్సాసాఫల్యమ్

చికిత్సవలన కొన్నియెడల ధర్మము, మరికొన్నియెడల మైత్రి, కొన్నిచోటుల ద్రవ్యలాభము, కొన్నిచోటుల కీర్తియు, కొన్నియెడల కర్మపథాభ్యాసమును గలుగును గాని, చికిత్సయెప్పుడును నిష్ఫలముగాదు. పూర్వ జన్మార్జిత పాపము యీజన్మమున

వ్యాధిరూపముతో ప్రాణులను బాధించుచున్నది. అయ్యది ఔషధములచేతను, దానములచేతను, జపముచేతను, హోమముచేతను దైవప్రార్థనచేతను శాంతినొం దురు. వ్యాధిని నిర్ణయించుట, బాధను నివృత్తిచేయుట అను నీరెండే వైద్యుని కృత్య ములు. అంతియే కాని వైద్యుడు ఆయుష్షుకు ప్రభువు కానేరడు. వ్యాధిని నిర్ణయించుట బాధను పోగొట్టుట, అను రెండుకృత్యములు మాత్రమే వైద్యుని ధర్మముకాదనియు వైద్యుడు ఆయుష్షుకు కూడ ప్రభువేననియు కొందఱు వచించెదరు. మనుష్యులకు బలము జఠరాగ్నిచేకలుగును; ప్రాణధారణశక్తి రేతస్సువల్ల కలుగును కాబట్టి సమస్త ప్రయత్నములచేతను జఠరాగ్నిని శుక్రమును రక్షించుకొనవలెను. వ్యాధి స్వల్పముగా నున్నదని ఉపేక్ష చేయక వ్యాధికలిగిన వెంటనే చికిత్స జేయవలెను. అట్లుచేయక ఉపేక్షించినచో అగ్ని-శస్త్రము-విషము వీనివలె హానిని గలిగించును. వ్యాధిని వృత్తించినను దోష శేషముండినచో నయ్యది సూక్ష్మావశిష్టమైన అగ్ని స్వల్ప హేతువు వలననే రగుల్కొని తృణాదులను దహించునటుల శరీరమునందు దోషప్రకోపమున కవకాశమును కలిగించి మరల వ్యాధినికలిగించును. ప్రాణము కంఠగతమైనను చికిత్సను మాత్రము జేయుచునే యుండవలయును; ఏలనన, మరణలక్షణములు గనుపట్టినను దైవవశమున నొకవేళ రోగిబ్రతికినను బ్రతుక వచ్చును.

వ్యాధిత్రైవిధ్యమ్

శాస్త్రప్రకారము వ్యాధిని నిర్ణయించి రోగానుగుణమైన చికిత్సజేసినను ఉపశ మించని వ్యాధిని కర్మజమని బుధలు వచించెదరు. దాన జపాది పుణ్యకర్మల చేతను ఔషధములచేను శమించువ్యాధులు కర్మదోషజము లనబడును. ఏకదోషములును ద్విదోషజములును త్రిదోషజములును అగు యితర వ్యాధులన్నియు కేవలదోషజము లనబడును.

ఔషధస్యాయుష్మతి సాఫల్యమ్

ఔషధము, శాంతికర్మ, మంత్రానుష్ఠానము మొదలగు నానావిధోపాయములు ఆయుస్సుగలవాని విషయముమాత్రము సఫలమగునేగాని, ఆయుష్షులేనివానికి ఫలించవు

భిషజోనియమాః

వ్యాధి పేరు తెలియనంత మాత్రముననే వైద్యుడు సిగ్గుపడరాదు. ఏలనన అన్ని రోగములకు శాస్త్రమున పేరులు నిర్ణయింపబడలేదు. దోషప్రకోపములేక నేరోగము జనించదుగనుక బుద్ధిమంతుడగు వైద్యుడధి రోగము యొక్కపేరును శాస్త్రమున నుడువక పోయినను దోషలక్షణములను బట్టి వ్యాధిని నిర్ణయించి చికిత్స చేయవలెను.

వైద్యుడు మొదట రోగమును చక్కగ పరీక్షించి పిమ్మట ఔషధ నిర్ణయమును చికిత్సాక్రమమును చేయవలెను.

అభ్యఙ్గాది విధిః

ప్రతిదినము అభ్యంగము నాచరించవలయును అయ్యది సర్వాంగములకు పుష్టినోసంగును, శిరస్సు, కర్ణములు, పాదములు, వీనియందు విశేషముగ తైలముచే అభ్యంగము చేసికొనవలయును. ఆవనూనె, గంథపుచెక్క, మొదలగు సుగంధ ద్రవ్యములనుండి తీయబడిన తైలములు, పుష్పవాసితములగు తైలములు, ఇతర ద్రవ్యములచే, సిద్ధముచేయబడిన తైలములు అనునివి అభ్యంజనమున కెప్పుడును హితరకములుగ నుండును. అభ్యంగము వాతదోషములు, కఫదోషమును హరించి బడలిక పోగొట్టి బలము, నిద్ర, సుఖము, దేహకాంతి, శరీరమునకు మార్ధవము, ఆయుష్షు, దృష్టిప్రసాదము, పుష్టి వీనిని కలుగజేయును. శిరస్సుయందు విశేషముగ నభ్యంగము చేసికొనుటచే సర్వేంద్రియములకు తృప్తియు నేత్రపాటవమును కలుగును. శిరోరోగములు హరించును. మరియు వెంట్రుకలు దట్టముగ మొలచి దృఢముగను మృదువుగను పొడవుగను నల్లగను నగును. శిరస్సుకు పుష్టియు కలుగను. ప్రతి దినము కర్ణములందు తైలాదులును బోసికొనుటచే కర్ణరోగములు, కర్ణమలము (గుబిలి), మన్యాగ్రహము, హనుగ్రహము, చిన్నధ్వని పెద్దదితవినబడుట, చెవుడు, అను నీవ్యాధులు కలుగకుండును. స్వరసాదులచే కర్ణపూరణము చేయ వలయునేని భోజనము ముందుచేయుట యుక్తము తైలాదులచే కర్ణపూరణము చేయ వలయునేని సూర్యుడస్తమించిన పిమ్మట చేయుట యుక్తము. పాదాభ్యంగము పాదములకు బలమును, నిద్రను, కన్నులకు నైర్మల్యమును కలుగ జేయును పాదములతిజమ్మిరి బడలిక,మొద్దుతనము ముడుచుకొనిపోవుట, పగుళ్ళు వీనిని బోగొట్టును. శిరోభ్యగముచే కర్ణములకు చల్లదనమును కర్ణాభ్యంగముచే పాదములకు చల్లదనమును కలుగును, పాదాభ్యంగముచే నేత్రరోగములును నేత్రాభ్యంగముచే దంతరోగములును నశించును. యథాశాస్త్రముగ అభ్యంగమునం దుపయోగింప బడిన తైలము రోమకూపములు నరములు రక్తనాళములు వీనివలన దేహమునందు ప్రవేశించి తృప్తిని బలమును కలుగజేయును. వృక్షమూలమునందు జలమును పోయుటవలన కొమ్మలు చిగుళ్ళు మొదలగునవి అభివృద్ధినొందునటుల తైలముచే తడుపబడిన మానవులయొక్క ధాతువులు వృద్ధియగుచుండును. తరుణజ్వరము కలవాడును అజీర్ణముగలవాడును, విరేచనౌషధమును పుచ్చుకొనిన వాడును, వమ నౌషధము పుచ్చుకొనినవాడును, నిరూహవస్తిని చేసికొనివవాడును అభ్యంగమున కనర్హులు అందు మొదటియిరువురు అనగా తరుణజ్వరముగలవాడును అజీర్ణము గలవాడును అభ్యంగము చేసికొనిన యెడల వారిరోగములు కష్టసాధ్యములుగాని అసాధ్యములు గాని అగును తక్కినవారికి అనగా వమన విరేచన నిరూహ వస్తికర్మలు చేసికొనిన వారికి అగ్నిమాంద్యాద్యనేక వ్యాధులు జనించును.

ఉద్వర్తనమ్

ఉద్వర్తనము (నలుగుపెట్టుకొనుట) కఫమును మేదస్సును పోగొట్టును శుక్రము, బలము,రక్తము, కాంతి, నైర్మల్యము, మృదుత్వము, వీనిని వృద్ధినొందించును

ముఖమునందు ఉద్వర్తనము చేసికొనుటచే నేత్రములకు దార్ఢ్యమును చెక్కిళ్లుకు బలుపును కలుగును. మరియు ముఖము మంగు పిటికలులేక తామరపుష్పమువలె మనోహరముగ నుండును. స్నానము అగ్నిదీప్తికరముగను వృష్యముగను ఆయుర్వృద్ధికరముగను ఉత్సాహము బలము వీనిని కలిగించునదిగను దురద మాలిన్యము, అలసట, చెమట, కునికిపాటు, దప్పి, తాపము, పాపము వీనిని బోగొట్టునదిగను నుండును. శరీరమును శీతోదకముచేతడుపుటవలన చర్మగతమైన వేడి వెలుపల బోకుండ నిరోధింపబడి శరీరములోపలికి ప్రవేశించును కావుననే స్నానముచేసిన మనుజునికి వెంటనే అగ్నిదీప్తి కలుగుచుండును. ప్రాతస్నానము చేయునరునకు పాపము, దుస్స్వప్నము నశించును. శుచిత్వము గలుగును. మలములు హరించును. తేజస్సు కలుగును సౌందర్యము, సుఖము,కామేచ్ఛము కలుగును. స్త్రీలకును కామోద్రేకమును కలుగజేయును శ్రమను బోగొట్టును యీవిధముగ ప్రాతస్స్నాన మునందు పదిగుణములు గలవు. శీతోదకస్నానము రక్తపిత్తమును శమింపజేయును ఉష్ణోదక స్నానము బలమును వృద్ధిచేయును కఫవాతములను పోగొట్టును. ఉష్ణోదకముచే కంఠస్నానము చేయుట బలకరము అట్టియుష్ణోదకముచేతనే శీతస్నాముచేసిన యెడల వెంట్రుకలకును నేత్రములుకును చెరుపుగలుగును. ఎల్లప్పుడును మిక్కిలి వేడియగు నీటిచే శిరస్నానము చేయుచున్నయెడల నేత్రములకు చెఱువుకలుగును వాతశ్లేష్మ ప్రకోపమునందు మాత్రము ఉష్ణోదకస్నానము హితకర ముగ నుండును. యెల్లపుడును అమలకచూర్ణమును లేపనముచేసికొని స్నానము చేయు పురుషుడు శరీరము ముడుతలు పడుట వెంట్రుకలు నెరయుట మొదలగు ముదుసలిలక్షణములు లేనివాడై నిస్సంశయముగ నూరుసంవత్సరములు జీవించును. ఓమనుజులారా? ఉష్ణోదక స్నానము, క్షీరపానము, తనకంటె తక్కువ వయస్సుగల యువతితో సంభోగించుట, స్నిగ్ధముగను ఉష్ణముగనునుండు ఆహారమును భుజించుట, అనునివి మీకు హితకర ములుగ నుండును అని అశ్వినీ దేవతలు భోజరాజుతో వచించినటుల నైతిహ్యము గలదు. జ్వరము అతిసారము నేత్రరోగము కర్ణరోగము వాతవ్యాధి కడుపుబ్బరము గలవారులను అప్పుడు భుజించినవారును స్నానము చేయరాదు. స్నానముచేసిన వెంటనే శరీరమును పరిశుభ్రమైన వస్త్రముతో తుడుచుకొనినయెడల శరీరమునకు కాంతిగలుగును మరియు దురద చర్మదోషము ఇవి నశించును.

వస్త్రధారణవిధిః

పట్టువస్త్రము, చిత్ర (నానావర్ణముగల) వస్త్రము, ఎఱ్ఱనివస్త్రము, ఇయ్యవివాత శ్లేష్మమును హరించును గనుక వీనిని శీతకాలమునందు ధరించవలయును. కాషాయవస్త్రము మేధాజనకముగను శైత్యగుణముగదిదిగను పిత్తహరముగను నుండును. కాబట్టి ఉష్ణకాలమునందు సన్ననికాషాయవస్త్రములను ధరించుట శ్రేష్ఠము, తెల్లనివస్త్రము శుభప్రదముగను చలిని యెండను నివారించునదిగను సమశీతోష్ణము గను నుండును గనుక దానిని వర్షాకాలమునందు ధరించవలయును. నిర్మలమైన

హేమన్తేహితాఽ హితమాహ

ప్రాతః కాలముననే భోజనముచేయుట, మధురామ్లలవణ రసములుగల పదార్ధములను భుజించుట, అభ్యంగము, మితముగ నెండలో సంచరించుట, వ్యాయామము చేయుట, గోధుమలు, చెఱకు, బెల్లము, శాలిధాన్యము, మినుములు, మాంసము, పిండిపదార్ధములు, అప్పుడువండినఅన్నము, నువ్వులు వీనినితినుట, కస్తూరి, కుంకుమపువ్వు, అగరు వీనిని గలిపి శరీరమునకు అలదుకొనుట, శౌచకార్యములందు ఉష్ణోదకము నుపయోగించుట, నిప్పుసెగను చలికాచుకొనుట, స్నిగ్ధపదార్ధసేవనము, స్త్రీసంభోగము, లావుగను, వెచ్చగను నుండు దుస్తులను ధరించుట అనునివి హేమన్తఋతువునందు హితకరములు ఈ ఋతుచర్యల ననుసరించి వర్తించువాడు ఆయా ఋతుదోషమువలన జనించు రోగములను పొందడు.

మాన పరిభాషా

మాన పరిభాషను తెలియనియెడల ఔషధనిర్మాణమునుగాని ఔషధసేవనమును గాని చేయుటకు వీలుపడదు. గనుక ప్రయోగసౌకర్యముకొరకు మానవపరిభాషను మొదట చెప్పెదను. కాళింగమానమనియు, మాగధమానమనియు మానము (కొలతలు తూనికలు) రెండు విధములు, కాళింగమానమునకంటె మాగధమానము శ్రేష్ఠమైనది అని మానపరిభాషావేత్తలు వచించెదరు.

మాగంధ మానమ్

ముప్పది పరమాణవులు ఒక త్రసరేణువు అనబడును. ఆ త్రసరేణువునకు వంశియని పర్యాయపదములుగలదు. కిటికీసందులనుండి వ్యాపించిన సూర్యకిరణము లలో గన్పడు అణువునకు వంశియనిపేరు. ఆరువంశీలు ఒక మరీచి, ఆరుమరీచులు ఒక రాజిక, మూడురాజికలు, ఒక సర్షపము, ఎనిమిది సర్షపములు ఒక యవము, నాలుగు యవలు ఒకగుంజ, ఆరుగుంజలు ఒక మాషము, దీనకే హేమమనియు ధ్యానకమనియు పేర్లుకలవు. నాలుగు మాషములు, ఒకశాణము, అనబడును. దీనికిధరణము, టంకము, అనిపర్యాయపదములు, కలవు, రెండుశాణములు ఒకకోలము, దీనికి క్షుద్రము, వటకము, ద్రంక్షణము, అని పర్యాయపదములు కలవు, రెండు కోలములు ఒకకర్షము, దీనికి పాణిమానిక, అక్షము, పిచువు, పాణి, కవలగ్రహము, ఉదుంబరము, అనునవి పర్యాయపదములు, రెండు కర్షములు అర్ధపలము, దీనికి శుక్తియనియు, అష్టమికయనియు పర్యాయపదములు గలవు.

రెండుశక్తులు ఒకపలము, దీనికిముష్టి, ఆమ్రము, చతుర్థిక, ప్రకుంచము, షోడశి, బిల్వము అని పర్యాయపదములుగలవు. రెండు పలములు ఒక ప్రకృతియ నియు, ప్రసృతమనియు, చెప్పబడును. రెండుప్రసృతులు ఒక అంజలి. దీనిని కుడవము అర్ధశరావకము, అష్టమానము అనునివి పర్యాయపదములు, రెండు కుడవము లొకమానిక. దీనికి శరావము,అష్టపలము, అనునివి పర్యాయపదములు, రెండుశరావములొక ।పసము. నాలుగు।పసము. లొక అడకము. దీనికి బాజనము.

కంసము, పాత్రము, చతుష్షష్టిఫలముఅనునివి పర్యాయపదములు. నాలుగు అఢకములు ఒకద్రోణము, దీనికి కలశము, నల్వణము, ఆర్మణము, ఉన్మానము, ఘటము, రాసి, యనునివి పర్యాయపదములు.

రెండుద్రోణములు ఒక శూర్పము, దీనికి కుంభము, చతుష్షష్టిశరావకము అనునివి పర్యాయపదములు, రెండు శూర్పములు ఒకద్రోణి, దీనికి వాహము, గోణి యనుపర్యాయపదములుకలవు. నాలుగు ద్రోణులు (పదునారు ద్రోణములు) ఇక ఖారి, ఇయ్యది నాలుగువేలతొంబది యారుపలముల పరిమాణము గలది, రెండువేలపలములు ఒకభారమనియు నూరుఫలములు ఒకతులమనియు తెలిసికొన వలయును. మాషము, టంకము, అక్షము, బిల్వము, కుడవము, ప్రస్థము, అఢకము, రాశి, గోణి, ఖారి, ఇయ్యది మాషము మొదలుకొని ఒకదానికంటె నొకటి నాలుగురెట్లు అధికము అని తెలియవలయను. గుంజాపరిమాణము మొదలు కుడవపరిమాణము వరకు ద్రవద్రవ్య ములు, పచ్చివస్తువులు, ఎండువస్తువులు, వీనిని సమానముగనే గ్రహించవలయును. ప్రస్థముమొదలు ద్రవద్రవ్యములను పచ్చి వస్తువులను ద్విగుణ ముగ చేర్చుకొనవల యును. తులయను పరిమాణము చెప్పిన చోట మాత్రము నూరు పలములనే గ్రహించవలయును. కాని రెండింతలు గ్రహించ రాదు. మట్టి, కొయ్య, వెదురు, ఇనుము, మొదలగువానిచే చేయబడి నాలుగుఅంగుళ ముల విస్తీర్ణమును అంతియయెత్తును గలిగియుండు పాత్రలు కడువ మనబడును.

కాలిజ్ఞమానం

మోతాదుకు ఒక నిర్ణయములేదు గనుక కాలము, జఠరాగ్ని, వయస్సు, బలము, ప్రకృతి, దోషము, దేశము, వీనిననుసరించి వైద్యుడు మాత్రానిర్ణయమును చేయవల యును.కలియుగమునందలి మనుష్యులు అగ్నిదీప్తిలేనివారుగను, కురుచవారుగను, సత్వహీనలుగ నున్నందున వారికి తగినదియు విద్వత్సమ్మతమైన దియు నగు ఔషధపరిమాణమును (మోతాదును) చెప్పెను. పండ్రెండు గౌరసర్ష పములు ఒకయవము, రెండుయవలు ఒకగుంజ, మూడుగుంజలు, ఒకపల్లము. ఎనిమిది గుంజలుగాని యేడుగింజలుగాని ఒకమాషము, నాలుగుమాషములు ఒకశాణము, దీనికి నిష్కము, టంకముఅనిపర్యాయ పదములుగలవు. ఆరుమాష ములు ఒక గద్యాణము, పదిమాషములు ఒక కర్షము, నాలుగుకర్షము లొకఫలము, ఇది పదిశాణములపరిమితిగలది, నాలుగువలములు ఒకకుడవము, ప్రస్థాదుల పరి మితినిమాగధ మానమునందు వలెనే యెరుంగవలయును. ఏదేని ఒక ఔషధయోగ మునందు ఔషధప్రభావమును బట్టియు కొన్ని చోటుల ఓషదులసంఖ్యను బట్టియు కొన్నిటికి ఔషధమును కనిపట్టినవారి పేరునుబట్టియు కూడ ఔషధముల పేరులు నిర్ణయింపబడియున్నవి.

ధాన్యఫలకన్దశాకాదిగుణాః

తెల్లవడ్లు, ఎఱ్ఱవడ్లు, సన్నవడ్లు, మొదలగు భేదములచే వ్యవహరింపబడు ధాన్యములన్నియు మధురరసము మధురవిపాకము గలవిగను స్నిగ్ధములుగను,

అశ్వమ్

గుఱ్ఱముపాలు ఉష్ణవీర్యము గలవిగను, రూక్షగుణముగలవిగను, బలకరముగను, శ్వాసరోగము, వాతరోగము, వీనిని హరించునవిగను, మధురామ్ల లవణరసములు గలవిగను, లఘుగుణముగలవిగను ఉండును. ఒకగిట్టగల జంతువులయొక్క పాలన్నియు ప్రాయికముగ ఈగుణములనే కలిగి యుండును.

గార్దభమ్

గాడిదపాలు శ్వాస, వాతము, వీనినిహరించునవిగను, లవణామ్లరసములు గలవిగను, రుచికరముగను, అగ్నిదీప్తికరముగను, కఫకాస, బాలరోగము వీనిని హరించునవిగను ఉండును.

ధారోష్ణగుణాః

ఆవుపాలు ధారోష్ణముగ నున్నపుడు శ్రేష్ఠము, బఱ్ఱెపాలుపిండినపిమ్మట నురుగుచల్లారియుండునపుడు శ్రేష్ఠము. కాగి వెచ్చగ నున్నపుడు గొఱ్ఱెపాలు శ్రేష్ఠము, మేకపాలు కాగిచల్లారిన పిమ్మట శ్రేష్ఠము, అని యెరుంగ వలయును. బఱ్ఱెపాలు పిత్తహరముగను, గొఱ్ఱెపాలు వాతహరముగను ఆవుపాలు వాతపిత్తహరములను, మేకపాలు త్రిదోషహరముగను ఉండును

ఆవుపాలను ధారోష్ణముగ (పిండినవెంటనే వెచ్చగానున్నప్పుడు) ఉపయోగించిన వాతప్రకోపమును తగ్గించునవిగను పుష్టికరముగను, పాండువు, కామల వీనిని పోగొట్టునవిగను, కృశించినవారికి వెంటనే ప్రాణశక్తి నొసంగునవిగను, సంపత్కరముగను, శరీరతాపము, కరపాదదాహము, నేత్రదాహము, పిత్తప్రకోపము, రక్తదోషము, కార్శ్యము, అగ్నివైపరీత్యమువలన గలిగిన కష్టసాధ్యవ్యాధులు వీనిని పోగొట్టునవిగను ఉండును.

అపక్వదుగ్ధగుణాః

ఆవుపాలు, బఱ్ఱెపాలు తప్ప తక్కిన జంతువుల పచ్చిపాలు కఫవర్ధకముగను, గురుత్వముగను, అనుదోషమును, వృద్ధిజేయునవిగను, అపథ్యకరముగను ఉండును. ఆవుపాలను ధారోష్ణముగను బఱ్ఱెపాలను ధారాశీతమునగు నుపయోగించ వచ్చును.

క్వథితదుగ్ధగుణాః

కాగి వెచ్చగ నుండు పాలు కఫవాతములను, కాగి చల్లారినపాలు పిత్తమును హరించును. పాలును నీళ్ళును, సమానముగ కలిపి పాలుమాత్రము మిగులునటుల కాచబడిన పాలు పచ్చిపాలకంటె లఘుగుణము కలిగి యుండును.

పచ్చిపాలు పిదికినది మొదలుకొని పదిఘడియల వరకును, కాచినపాలు ఇరువది ఘడియలవరకును పథ్య కరముగ నుండును. ప్రాతఃకాలమున పిండిన పాలు రుచి యెంతవరకు చెడక ఉండును. జీర్ణముగలవానికిని, క్షీణఘము, గలవానికిని క్షీరపానము అమృతతుల్యమైనది క్షీరపానము తరుణజ్వరమునందు హాలాహలమువలె ప్రాణములను హరించును.

పాలకు నాల్గవవంతు నీటిని చేర్చి క్షీరము మాత్రము మిగులనటుల కాచి మరల నాల్గవవంతు జలమును చేర్చి మరుల కాచవలెను. ఈవిధముగ నావర్తితమైన క్షీరము శ్రేష్ఠమైనది. అట్టిపాలు సర్వరోగములను హరించునవిగను, బలము, పుష్టి, ఓజస్సు వీనినొసంగునవిగను మిక్కిలి హితకరమైనవిగను ఉండును.

పూర్వాహ్ణమునందు క్షీరపానము చేసిన బలము, పుష్టి, అగ్నిదీప్తి, ఇవి కలుగును. మధ్యాహ్నమునందు క్షీరపానము చేసిన బలమును రుచిని గలిగించును. మరియు మూత్రకృచ్ఛ్రమును, అశ్మరిని పోగొట్టును, రాత్రులయందు క్షీరపానము శిశువులకు అగ్నిదీప్తిని, క్షయరోగులకు బలమును, వృద్ధులకు శుక్రవృద్ధిని కలిగించును. మఱియు ననేకదోషములను హరించును. కావున సర్వదా క్షీరమును సేవించుచుండవలయును. తరుణజ్వరము, అగ్నిమాంద్యము, ఆమదోషము, కుష్ఠము, శూల, కఫదోషము, దగ్గు, అతిసారము, క్రిమిదోషము, ఈవ్యాధులు కలవారుమాత్రము పాలుత్రాగకూడదు.

చక్కెర చేర్చినపాలు కఫమును వృద్ధిచేయును. వాతమును హరించును. చక్కెరను గాని కలకండనుగాని చేర్చినపాలు శుక్రమును వృద్ధిచేయును; దోషములను హరించును. బెల్లమును కలిపినపాలు మూత్రకృచ్ఛ్రమునుపోగొట్టును, పిత్తశ్లేష్మములను వృద్ధిచేయును.

పచ్చిపాలనెప్పుడును త్రాగరాదు. కాగిన పాలతోనైనను ఉప్పునుచేర్చి త్రాగరాదు, మఱియు పిండి, సంధాను, (అసవారిష్టములు)వగరుగ నుండు ద్రవ్యములు, పెసలు, బీరకాయ, గడ్డలు, పండ్లు మొదలగువానితో చేర్చి పాలును త్రాగరాదు.

క్షీరమిత్రాణి

మధురాది వర్గములలో తియ్యమామిడిపండు పెద్దద్రాక్ష, తేనె, నేయి, వెన్న, అల్లము, పిప్పళ్ళు, మిరియాలు, చక్కెర, అటుకులు, సైంధవలవణము, పొట్లకాయ, శొంఠి, కరక్కాయ ఇవి క్షీరమునకు మిత్రములు (క్షీరముతోడ భుజింపతగినవి)

మఱియు ఆమ్లవర్గములో ఉసిరికాయ, మధురవర్గములో చక్కెర, శాకవర్గమునందు పొట్లకాయ, కటుపదార్ధములలో అల్లము, వగరుకల వస్తువులతో యవలు, ఉప్పులలో సైంధవలవణము ఇవి యనుక్షీరమిత్రులు.

క్షీరామిత్రాణి

మత్స్యములు, మాంసము, బెల్లము, పెసలు, ముల్లంగి, వీనితోకూడ పాలను త్రాగిన యెడల కుష్టురోగము జనించును. శాకములు, నేరేడిపండ్లు, కల్లు, వీనిని జ్ఞానహీనుడెవడేని పాలతో భుజించినయెడల వానిని ఆపాలు సర్పవిషమువలె శీఘ్రముగ జంపును.

పాలతోడ ఉష్ణవీర్యములైన ద్రవపదార్ధములును గాని, ఘనపదార్ధములనుగాని, భుజించరాదు. ముల్లంగి మొదలగు కూరలు, నూనె, గానుగపిండిన

మూత్రాష్టకమ్

బఱ్ఱె, గొఱ్ఱె, మేక, ఆవు, గుఱ్ఱము, గాడిద, ఒంటె, యేనుగుఅను నీయెనిమిది జంతువులయొక్క మూత్రములను మూత్రాష్టక మందురు.

గోమూత్రము కటు తిక్తరసములు గలదిగను, ఉష్ణవీర్యముగను, క్షారముగను లేఖనకారిగను, సరగుణము, లఘుగుణము కలదిగను, అగ్నిదీప్తికరముగను మేధాశక్తిని కలిగించునదిగను, పిత్తమును ప్రకోపింపజేయునదిగను, కఫవాతములను హరించునదిగను ఉండును. మూత్ర ప్రయోగముచే చికిత్సించదగిన శూల, గుల్మము, ఉదరము, కడుపుబ్బరము, అస్థాపనవస్తి, వీనియందు గోమూత్రమునే ఉపయోగించ వలయును. మేకమూత్రము కాస, శ్వాస, శోఫ, కామల, పాండు, వీనిని పోగొట్టునదిగను, రూక్షముగను, ఉష్ణవీర్యముగను, కటురసము గలదిగను, కొంచెము వాతమును ప్రకోపింపజేయునదిగను ఉండును.

గొఱ్ఱెమూత్రము, ప్లీహము, ఉదరము, శ్వాస, శోఫ, మలబంధము, ఈరోగములయందు హితకరముగను,క్షారముగను, కటురసము, తిక్తరసము, అనునివి కలవిగను ఉష్ణవీర్యము గలదిగను, వాతమును హరించునదిగను ఉండును.

బఱ్ఱెమూత్రము అర్శస్సు, ఉదరము, శూల, కుష్ఠము, మేహము, విషూచి, అనాహము, వాపు, గుల్మము, పాండురోగము, ఈవ్యాధులయందు హితకరముగ ఉండును. ఏనుగ మూత్రము తిక్తవలణరసములు గలదిగను,మలమును ఛేదించు నదిగను వాత వారముగను విత్తమును ప్రకోపింపజేయునదిగను, తీక్ష్ణగుణముగల దిగను క్షారయుక్తముగను, ఉండున. ఇయ్యది కిలాసకుష్ఠమునందును ప్రయోగించదగి యుండును.

అశ్వమూత్రము దీపనకారిగను, కటురసము, తీక్ష్ణగుణము, ఉష్ణవీర్యము ఇవిగలదిగను, వాతరోగమును, పోగొట్టునదిగను,కఫహరముగను, రూక్షగుణముగల దిగను, క్రిమిరోగమును, దద్రుకుష్ఠమును పోగొట్టునదిగను ఉండును. ఒంటె మూత్రము కుష్ఠము, ఉదరము, ఉన్మాదము, శోఫ, అర్శస్సు, క్రిములు, వాతము, పెట్టుమందులవలన గలిగినరోగములు, మనోరోగములు వీనిని హరించునదిగను తీక్ష్ణగుణము గలదిగను జఠరాగ్ని వికృతివలన గలిగిన రోగములను హరించునదిగను ఉండును.

గాడిదమూత్రము అగ్నిదీప్తికరముగను, క్రిములు, వాతము, కఫము, వీనిని హరించు నదిగను, కషాయతిక్తరసము గలదిగను, హిక్క, శ్వాస, వీనిని హరించు నదిగను ఉండును. మనుష్యమూత్రము రక్తపిత్తము, క్రిములను హరించునదిగను, రేచనగారిగను, కఫవాతములను హరించునదిగను, తిక్తరసము గలదిగను, మోహము, విషదోషము, వీనిని హరించునదిగను ఉండును.

త్రిఫలా

కరకకాయలు ఒకభాగము, తానికాయలు, రెండుభాగములు, ఉసిరికాయలు నాలుగుభాగములు ఈమూడునుచేరి త్రిఫలములనబడును. త్రిఫలములు వాపు, మేహము, విషమజ్వరము, కఫపిత్తము, కుష్ఠము, వీనిని పొగొట్టునగను, దీపన కారిగను, రసాయనగుణముగలవిగను ఉండును. త్రిఫలచూర్ణమును నెయ్యి, తేనె వీనితో కలిపి సేవించనయెడల నేత్రరోగులు హరించును.

త్రికటు

పిప్పళ్ళ, మిరియాలు, శొంఠి, ఈ మూడునుచేరి త్రికటుకములనియు, త్ర్యూషణము లనియును, వ్యోషమనియు, కటుత్రికమనియు చెప్పబడును. త్రికటుకములు అగ్నిదీప్తికరముగను, రుచికరముగను, వాతశ్లేష్మములు, అగ్నిమాంద్యము, శూల వీనిని హరించునవిగను ఉండును.

వఞ్చకోలమ్

పిప్పళ్ళు, మోడి, చవ్యము, చిత్రమూలము, శొంఠి, ఈయైదింటి సముదాయమునకు పంచకోలములని పేరు. పంచకోలములు త్రిదోష హరములుగను, రచిని కలిగించునవిగను దీపన పాచనములను కలిగించునవిగను, స్వరభంగమును, మేదోదోషమును హరించునవిగను,శూల,గుల్మము, వీనిని పోగొట్టునవిగను ఉండును.

షడూషణమ్

పూర్వోక్త పంచకోలమును మిరియములును చేరిషడూషణములనబడును. షడూషణములు పంచకోలముల గుణములను కలిగియుండును, విశేషముగ అగ్నిదీప్తిని కలిగించును.

చతురూషణమ్

త్రికటుకములును మోడియుచేరి చతురూషణములనబడును. చతురూషణములు త్రికటుకముల గుణములను కలిగియుండుటయేగాక కఫము, అగ్నిమాంద్యము, మలబంధము, అరోచకము, పీనస, కాస, ఈరోగములను పోగొట్టును.

త్రిజాత చతుర్జాతే

లవంగపట్ట, ఏలకులు, ఆకుపత్రి, ఈమూడును సమాంశములుగ జేరిన త్రిసుగంధమనియు, త్రిజాతకమనియు జెప్పబడును. వీనితో నాగకేసరములు చేర్చినయెడల చాతుర్జాతక మనబడును. చాతుర్జాతకములు, స్వరభేదము, శ్వాస, కాస, ముఖరోగము వీనిని హరించునవిగను, పృష్యముగను, బల్యముగను, ఔషధయోగములందు జేర్పదగినవిగను, రసాయన గుణముగలవిగను ఉండును. త్రిజాతకములును చాతుర్జాతకములగుణములనే కలిగియుండును.

దశమూలమ్

మారేడు అగ్నిమంథము (తక్కిలి) దుందిలము, పెగ్గుమ్మడు, కలిగొట్టు, నక్కతొకపొన్న, ముయ్యాకుపొన్న, వాకుడు, ములక, పల్లేరు, ఈపదియునుజేరి దశమూలములబడును. ఇవిశ్వాసను, సన్నిపాత జ్వరమును హరించును.

భూనాగసత్త్వ మయూరవక్షసత్త్వ గుణాః

తామ్రము జనించు నేలయందుపుట్టిన యెర్రలను ముప్పదింటిని గ్రహించి వీనికి సమముగ గుగ్గిలము, లక్క, సాలెపురుగు, చేపలు, నువ్వులపిండి, వెలిగారము వీనిని చేర్చి, ఏదని ద్రవపదార్థముతో మర్దించి కొలిమిలోనుంచి ఊదినయెడల రాగి వంటి సత్త్వమును విడచును. ఇదేవిధముగ నెమలియాకలనుండియు సత్త్వమును తీయవచ్చును. భూనాగసత్త్వము శీతవీర్యముగను, సమస్తకుష్ఠములు, వ్రణములు వీనిని పోగొట్టునదిగను ఉండును. మరియు నీసత్త్వముచే చేయబడిన పాత్రమునందలి జలము స్థానర జంగమ విషములను హరించును. ఆ పాత్రమునందు పాదరసమును బోసి అగ్నిపై నుంచినయెడల పాదరసము బంధింపబడి అగ్నిసహముగ నుండును. మయూరపక్షము (నెమలిఈక) ల నుండి జనించిన సత్త్వమునందు సయిత మీగుణ ములే ఉండును.

వజ్రశోధనమ్

వజ్రము, గరుడపచ్చ, పుష్పరాగము, మాణిక్యము, ఇంద్రనీలము, గోమేధము, వైడూర్యము, ముత్యములు, పగడములు అను తొమ్మిదియు నవరత్నములనబడును. దోషరహితములైన జాతిరత్నములు దానమునందును, రసాయనోపయోగము నందును, ధరించుటయందును, దేవతారాధనము నందును సిద్ధిప్రదముగ నుండును. వజ్రమును వాకుడువేళ్ళకల్క మధ్యముననుంచి కోద్రవ (ఆళ్లు) కషాయముతో నేడు దినములు డోలాయంత్రమున పక్వము చేసినచో శుద్ధమగును.

వజ్రమారణమ్

మూడేండ్లవయస్సుగల పత్తిచెట్టువేరునుగాని, తమలపాకు వేరునుగాని ఆ చెట్టు యాకుల రసముతోనే నూరి ముద్దజేసి ఆముద్దనడుమ వజ్రమునుబెట్టి ఆముద్దను శరావసంపుటము నందుంచి సంధిబంధమునుచేసి గజపుటము వేయవలయును ఇట్లు యేడుపుటములిడినచో వజ్రము భస్మమగును. వజ్రమును కాల్చుచు గాడిద మూత్రమున నిరువదియొక్క మారు ముంచిన యెడల శుద్ధమగును. పిమ్మట నల్లినెత్తు రుతో తాళకమును నూరి ముద్దజేసి దానియందు వజ్రమునుంచి మరల కొలిమిలో నూదుచు అశ్వమూత్రమున నిరువదియొక్కమారు ముంచుచుండి నచో వజ్రము తెల్లని భస్మమగును. వజ్రమును కాల్చుచు ఇంగువ సైంధవలవణము వీనిని కలపిన ఉలవకషాయములో చల్లార్చుచుండవలయును. ఇటుల ఇరువదియొకమారు చేసినచో వజ్రము భస్మగమును. కప్పనొకదానిని తెచ్చి కంచుపాత్రమున బంధించి యుంచినచో నాకప్ప భయపడి మూత్రమును విడచును. పిమ్మట వజ్రమును కాల్చుచు పై మూత్రము నందు చల్లార్చుచుండవలయును ఇటులనేక పర్యాయములు చేసిన యెడల వజ్రము భస్మమగును. వజ్రభస్మము వాతరోగములను పిత్తరోగములను కఫరోగము లను హరించునదిగను, శరీరమును వజ్రతుల్యముగను మంచికాంతిగలదిగను జేయునదిగను, శోష క్షయ భ్రమ భగందరము మేహము మేదస్సు పాండురోగము ఉదరరోగము వాపు నపుంసకత్వము వీనిని పోగొట్టునదిగను ఉండును.

శేషరత్న శోధనమారణాని

మాణిక్యమును ఆమ్లరసమునందును, ముత్యములను కూరనెల్లి (తక్కిలి యాకు) రసమునందును. పగడమును క్షారమిశ్రితమైన జలమునందును, గరుడ పచ్చను ఆవుపాలయందును, పుష్యరాగమును ఉలవలకషాయమునందును, గోమేద మును గోరోచనమును కలిపిన జలమునందును, వైడూర్యమును త్రిఫలా కషాయము నందును, వజ్రమును చిట్టియాకు రసమునందును, నీలమును నీలియాకు రసమునం దును డోలాయంత్రమునందు శుద్ధిచేయవలయును. మణులు, ముత్యములు, ప్రవాళ ములు వీనిని తక్కిలియాకురసముతో డోలాయంత్రమున నొకజాము స్వేదనము చేసినచో శుద్ధములగును.

మారణమ్

వజ్రముతప్ప తక్కినరత్నములన్నింటిని మనశ్శిల, గంధకము, తాళకము, అను వీనిని నిమ్మకాయరసముతోనూరి ఆపిష్టముచే లేపనముజేసి యెండించి యెనిమిదిపుటములిడిన భస్మములగును. ముత్యములను, పగడములను రత్నములన్నింటినిఒక ప్రమిదెయందుంచి కొలిమిలోపెట్టి కాల్చుచు కలబందరసము, చిట్టియాకురసము, చనుబాలు వీనితో నేరేడిమారులు సేచనము చేయుచున్నయెడల నిస్సంశయముగ భస్మమగును.స్వర్ణమాక్షికమును భస్మముచేసినట్లే ముత్యములను పగడములను కూడ భస్మము చేయవలయును. సమస్తరత్నములయొక్క శోధనమారణమునలు వజ్రముయొక్క శోధనమారణములవలెనే చేయదగును.

గుణాః

రత్నములును ఉపరత్నములును నేత్రములకు హితకరములుగను, శరీరమున శీఘ్రముగ వ్యాపించు స్వభావము గలవిగను, శీతవీర్యములుగను, కషాయమధుర ములు గలవిగను, సంభోగ శక్తిని వృద్ధిచేయునవిగను, మంగళకరములుగను, ఆయువు, పుష్టి, సంతోషము, వీనిని వృద్ధిచేయునవిగను, గ్రహబాధ, దారిద్ర్యము, విషదోషము, ధాతుక్షైణ్యము, పాపము, క్షయ, పాండువు, ప్రమేహము అర్శస్సు, కాస, శ్వాస, భగందరము, జ్వరము, విసర్పము, కుష్ఠము, శూల, మూత్రకృచ్ఛ్రము, వ్రణములు, వీనిని పోగొట్టునవిగను, దేహపుష్టి, కీర్తి, కాంతి, పుణ్యము, వీనిని కలిగించునవిగను ఉండును.

వైక్రాన్తమ్

నీలవర్ణముగల వైక్రాంతమునుగాని ఎఱ్ఱని వైక్రాంతమునుగాని వజ్రమును శుద్ధిచేసినటులనే శుద్ధిచేయవలెను. మఱియు కైక్రాంతమును మాటిమాటికి కాల్చును, అశ్వమూత్రమునందు చల్లార్చుచుండవలయును. ఇటుల పదునాలుగుమారులు చేసినను వైక్రాంతము శుద్ధమగును.

దుష్టపుతీగ యొక్క పంచాగములను నూరిముద్దచేసి శుద్ధక్రాంతమును అందుచి మూసలోపెట్టి సంధిబంధముగావించి పుటము వేయవలయును. ఇటుల

End of Preview.

Rest of the book can be read @

http://kinige.com/book/Yoga+Ratnakaram+Okatava+Bhagam

* * *