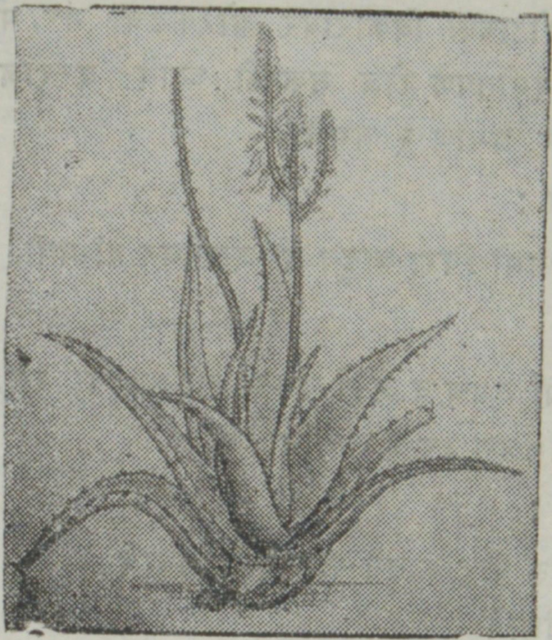
— कोरफड —



कोरफड व तुळशीचे रोपे प्रत्येक घरी असलेच पाहिजे. ही रोपे कुंडीत वाढवता येतात. कुंडचा घराच्या बाजूला टांगवता येतील.

१) सुजेवर :

मार लागून सुज आली असेल त्या ठिकाणी तयार केलेला काला बोळचा लेप लावावा.

(काळा बोळ तयार करण्याची पद्धत :– कोरफडचा रस काढून एका कढईत टाकून चुलीवर आटविणे, ते घट्ट झाले की काळा बोळ तयार होतो.)

२) मासीक पाळीवर :

ज्यावेळी स्त्रीची मासीक पाळी बरोबर येत नाही, त्यावेळेला मासीक पाळी येण्या अगोदर काळा बोळ सात दिवस द्यावे. चाटन करावे.

प्रमाण– एक एक चमच त्याबरोबर साखर, किंवा मध द्यावे. सकाळ–संध्याकाळ

३) अंग भाजल्यावर :

कोरफडचा उभा चिरा, भाजलेल्या ठिकाणी बांधावे, दाह, वेदना थांबतात.

४) खोकल्यावर :

दोन चमच गीर काढून १/२ चमच तूपा मध्ये तव्यात भाजावे.
थंड झाल्यावर साखरे बरोबर खाणें, सकाळ–संध्याकाळ

५) पोटाचे विकार :

स्त्री व पुरुषाच्या पोटाच्या विकारावर कोरफडचा गर, मीठ व हळद घालून एक महिनाभर नियमीतपणे रोज सकाळी घ्यावे. दररोज घेतल्यानें जुनाट पोटदुखी बरी होईल. प्रमाण २ चमचे

६) जखम झाल्यावर :

कोरफडचे पानाला उभी चिरा पाडून ती जखमेवर बांधावी.

७) दमावर :

कोरफडचा रस अर्धा चमच व अर्धा चमच अडूळशाचा रस, एक चमच मध हे एकत्र करुन त्याचे मिश्रण दर २ तासांनी घ्यावे.

८) डोळे आल्यावर :

कोरफडचा पानातील गीर काढून पापनीवर बांधावे.
रात्री झोपतांना बांधावे.

९) भुक लागत नसल्यास / भुक वाढते :

गिर पिण्यास द्यावे २ चमचे सकाळी

१०) ताप येत असल्यास :

कोरफडचा रस अर्धा चमचा, अर्धा चमच काळ्या मिरीचे पावडर एक चमच मध किंवा साखर एकत्र करुन द्यावे, दिवसातून ३ वेळा

११) यकृत (काळीज) वाढते असल्यास :

कोरफडचा रस एक चमचा, पाव चमचा नवसागर टाकून याचे मिश्रण देणे

१२) शरीराला गाठ झाल्यास :

कोरफडचा रस काढून देणे. प्रमाण २ चमच सकाळ-संध्याकाळ

१३) अतिसार :

कोरफडचा गर मधा बरोबर देणे. २, २ चमच दिवसांतून ३ वेळा

१४) केसांच्या आरोग्यासाठी :

पानाचा रस तेवढेच खोपरेल तेल उकळून ते केसांना लावावे. केस गळणे कमी होईल.

१५) फोड :

कोरफडचा उभा छेद पाडून गरम करावे नंतर त्यांत थोडी हळद टाकून ते फोडावर बांधावे.

— तुळशी —

१) उचकी असल्यास :

तुळशीच्या पानांचा रस १ चमचा, अर्धा चमचा मध घालून घ्यावा.

२) पोट दुखी :

तुळशीच्या पानांचा रस अर्धा चमचा लिंबुचा रस टाकून द्यावे.

३) (अ) अंगावर गजकर्ण उठल्यास :

तुळशीच्या पाल्याचा रस गजकर्णावर चोळावा

(ब) गजकर्णावर :

तुळशीचा रस १ चमचा, खाण्याचा चुना व १ चमचा काळी मीरीचे चुर्ण काशाच्या (ताटात) वाटीत वाटुन मलम करावे. व गजकर्णावर लावावे. (बरे होतो).

४) गांधील माशी किंवा किडा चावल्यास :

चावलेल्या जागेवर तुळशीचा मुळाजवळची माती चोळावी.

५) सर्दी–पडसे :

तुळशीची पानें वाळवुन बारीक चुर्ण करुन तपकीरी प्रमाणे ओढावे.

६) दलदलीच्या जागी :

तुळशीची झाड लावले तर त्या जागी डास उत्पन्न होत नाहीत. मलेरियाच्या साथीत तुळस आपल्या घराजवळ अवश्य लावावी.

७) धर्नुवातावर :

काळी तुळशीचे पान, आले, लसुण व कांदा हे सारखे भाग घेऊन त्याचा रस एकत्र काढुन तो रस १ चमचा पोटात घ्यावे, व थोडा रस अंगासही चोळावे.

८) कान दुखीवर :

तुळशीच्या पानाचा रस दोन थेंब कानात टाकणें

९) डोक्कातील कृमीवर :

तुळशीची पानें वाळवून बारीक चुर्ण करुन तपकिरी प्रमाणे ओढावे

१०) कृमी व पोट दुखीवर :

बी बुळबुळीत खीर करुन देणे.

११) लगवीचा सर्व रोगावर :

बी बुळबुळीत खीर करुन देणे.

१२) पोटात वायु झाल्यावर :

पानाचा काढा करुन देणे.

१३) कफ पातळ करुन छाती मोकळी करणे. (दमा)

अ) पानाची चटणी, मध, व कांदाचा रस एकत्र करुन देणे.

ब) खुप खोकला येऊन श्वास घेणे कठीण असेलयास, तुळशी पानांचा रस व मध एकत्र करुन वारंवार चाटण द्यावे. छाती मोकळी होऊन श्वास घेणे सोपे होते.

१४) संधीवात व लखवा :

फान्ट देणे. कसे तयार करणे. तुळशी पाने कुटून १६, पट उकळता पाण्यात टाकुन ताबरतोब गाळुन ते फान्ट पिण्यासाठी देणें.

१५) अजीर्णावर :

पानाचा काढा करुन प्यावे. कसे तयार करणे १ कप पानें व चार कप पाणी उकळुण घेणे १ कप पाणी राहिले की गाळूण पिण्यास देणे.

१६) खोकला :

खुप चिकट गुळगुळीत पांढरट कफ पडत असेल तर तुळशीचा पानें व रोशा गवताचा पाला हे एकत्र करुन तयार करुन देणे.

१७) रातआंधळेपणावर :

तुळशीचा रस २–२ थेंब डोळयात टाकावा.
'रात्री झोपतांना हा उपचार करावा' १४ ते ४२ दिवसापर्यन्त द्यावें.

१८) जखम होऊन वाहणारे रक्त थांबत नसल्यास :

तुळशीची पानें वाटुन केलेली चटणी जखमेवर बांधावी.

१९) तापावर :

तुळशीचा रस १ चमचा, कडु लिंबाचा रस अर्धा चमचा हे एकत्र करुन पिण्यास द्यावे.

जनसेवा मंडळ, नन्दुरबार