மூலிகை மருத்துவமும் அதனுள்ள பயன்களும்

வாதம், பித்தம், கபம் சம்பந்தமாக ஏற்படும் காய்ச்சலுக்கான பொதுவான மருந்துகள்

‘கொட்டைக்கரந்தை பாவட்டைக் கூறும் பிரேமி கழற்கொழுந்து

ஒட்டிக்கொள்ளா மாடாதோடை யுலரா வீழி யிவையாருங்

கட்டிக்கொள்ளுங் காய்ச்சலுக்குக் நஷாயம் வைத்துக் கொடுப்பீராய்

விட்டுப்போகுஞ் ஜ்வரங்களெல்லாம் வேறு மருந்தும் வேண்டாமே!!!”

இதன் விளக்கம் :

1. **கொட்டைக்கரந்தை**
2. **பாவட்டை**
3. **பிரமி**
4. **ஆடாதோடை**
5. **சுழற்கொழுந்து**
6. **விழிவேர்**

நான் மேலே கூறியுள்ள பொருட்களை எடுத்து சம அளவுகள் எடுத்து இடித்துக் கஷாயம் வைத்துச் சாப்பிட்டால் எவ்விதமான ஜ்வ்ரங்களும் தீரும், இதுவே சித்தர்களின் பாடல்கள் ஆகும்.

நான் மேலே கூறியுள்ள அனைத்து மூலிகை பொருட்களையும் சம அளவு எடுத்து இடித்து தண்ணீர் தேவையான அளவு எடுத்து இந்த மூலிகை பொருட்களையெல்லாம் ஒன்றாக போட்டு நன்கு காய்ச்சி வடிகட்டி காய்ச்சல் ஏற்பட்ட நாளில் இருந்து தினம் தினம் காலை, மதியம், இரவு என மூன்று வேளைகள் பருகி வந்தோம் என்றால் எல்லாவிதமான காய்ச்சல்களும் மூன்றே நாட்களில் சரியாகி விடும். இது நமது முன்னோர்களான சித்தர்களின் வாக்கு.

இயற்கையோடு இணைந்திடுவோம் !

ஆரோக்கியமான வாழ்க்கையை உருவாக்கிடுவோம்!!

SIDDHAS HEALTHY LIFE ADVISORY CENTRE