

डाक्टर बेल

८ :० :४

लेखक

डॉ गंगाप्रसाद गौड़ 'नाहर', एन० डी०
प्रधानाचार्य एवं प्रधान चिकित्सक
भारतीय प्राकृतिक विद्यापीठ एवं चिकित्सालय
पो० विष्णुपुर, २४ परगना
वेस्ट बंगाल

प्रकाशक

तेजकुमार बुकडिपो (प्रा०) लिमिटेड
उत्तराधिकारी:—नवल किशोर बुकडिपो, लखनऊ
१, त्रिलोकनाथ रोड, लखनऊ—१
[सर्वाधिकार सुरक्षित]

८ :० :४

श्रीमती स्मिता पटवर्धन द्वारा
राजा राम कुमार प्रेस, लखनऊ में मुद्रित
द्वितीय बार २००० सन् २००१ मूल्य रु० ६/-

विषय—सूची

दिव्य वृक्ष-बेल	१
बेल के अनेक नाम	२
रासायनिक विश्लेषण	३
बेल के गुण-दोष	५
बेल अनेक रोगों की रामबाण औषधि	१२
रोगों की बेल-चिकित्सा	१४
बेल से बनने वाले खाद्यपदार्थ	३५
बेल का मुरब्बा	३५
बेल का प्राकृतिक हलवा	३६
बेल का शर्वत नं० १	३८
बेल का शर्वत नं० २	३८
बेल का शर्वत नं० ३	३८
बेल का पना	३९

दिव्य वृक्ष-बेल

बेल एक भारतीय वृक्ष है। शास्त्र तथा पुराण आदि आर्य एवं वैदिक साहित्य में इसकी बहुत महिमा गायी गयी है। यह दिव्य वृक्ष अन्यान्य दिव्य वनस्पतियों के समान पृथ्वी में गहरी धँसी हुई अपनी जड़ों से साधारण आहार के अतिरिक्त पारद जैसी धातुओं के अंश को ग्रहण करता रहता है। इसलिये इसमें भिन्न-भिन्न दिव्य गुणों के अतिरिक्त वाह्य रूप में स्पष्ट प्रतीत होने वाला दिव्य गुण यह है कि इसके वृक्ष में लगे हुये पुराने फल वर्षाकाल के बाद पुनः हरे हो जाते हैं, तथा तोड़कर सुरक्षित रखे हुये इसके पत्ते ६ मास तक ज्यों के त्यों बने रहते हैं, यानी अपना गुण नहीं खोते।

बेल का उल्लेख भारतीय शास्त्रों में गुदूच्यादि वर्ग में किया गया है। पर आधुनिक वनस्पति-शास्त्र के अनुसार यह जम्बीर कुल का वृक्ष है।

बेल का वृक्ष संयुक्त त्रिपत्रक होता है। यदि संयोग से किसी वृक्ष में ३ से अधिक पत्र संयुक्त प्राप्त हो जाते हैं तो भारतीय कर्मकाण्डी उसे बहुत ही महत्व देते हैं।

[२]

उक्त दिव्य गुणों के कारण यह वृक्ष बहुत पवित्र एवं अद्भुत माना गया है। हिन्दू जनता इस वृक्ष को बड़े आदर की दृष्टि से देखती है, क्योंकि इसके त्रिशूल सरीखे तीन पत्तों वाले गुच्छे भगवान् शंकर को विशेष रूप से प्रिय हैं और जिनको उन पर चढ़ाने से वह अतीव प्रसन्न होते हैं।

बेल के अनेक नाम

बेल को भाषा और स्थान के अनुसार अनेक नामों से सम्बोधित किया जाता है।

संस्कृत में, रोगों को नष्ट करने वाला होने के कारण बिल्व, पीड़ा निवारक होने के कारण शाण्डिल्य, सुन्दर फल वाला होने के कारण शैलूष, इसका फल लक्ष्मी को प्रिय होने के कारण श्रीफल, शरीर की शोभा बढ़ाने वाला होने के कारण मालूर, गंधयुक्त होने के कारण गंधगर्भ, कण्टकी, सदाफल, महाकपित्थ, ग्रन्थिल, पीतफल तथा महाफल आदि नामों से इसे पुकारते हैं।

वनस्पति विज्ञान में इसे एगले मार्मेलॉस (*Aegle Marmelos*) कहते हैं।

हिन्दी में इसे बेल, बँगला में बेल व बिल्व, मराठी

[३]

में बेल, गुजराती में बीली, कन्नड में बेललु, तेलंगू में मारेडी-पंदु-बिल्व, तमिल में बिल्वपट्टम तथा अङ्ग्रेजी में बील (bael), बँगाल किवन्स (Bengal quince), पाषाण सेब (स्टोन ऐपिल), सुनहरा सेब (golden apple), या पवित्रफल (holy fruit) कहते हैं।

रासायनिक विश्लेषण

बेल में प्रति १०० ग्राम में पाये जाने वाले जीवनोपयोगी तत्व :—

भोजन योग्य अंश	६४ ग्राम
जल	६९ .५ ..
प्रोटीन	१ .८ ..
चिकनाई	० .३ ..
खनिज लवण	१ .७ ..
रेशा	२ .६ ..
कार्बोहाइड्रेट	३१ .८ ..
कैलोरी	१३७
कैल्सियम	८५ मि०ग्राम
फॉस्फोरस	५० ..
लोहा	०.६ ..

[४]

कैरोटीन ५५	मिंग्राम
विटामिन बी१	० .६२	„
विटामिन बी२	१ .९६	„
नाइसिन	१ .१	„
विटामिन सी	८	„

बेल के फल में गोंद एवं पेकिटन के अतिरिक्त रिड्युसिंग शर्करा ३.७%, सम्पूर्ण शर्करा ४.६% तेल जिसमें मार्मलोसिन नामक एक महत्वपूर्ण रवादार पदार्थ रहता है तथा उड़नशील तेल रहता है। रासायनिक दृष्टि से बेल के फल के गूदे में म्युसिलेज (एक पिच्छिल द्रव्य), पेकिटन, शर्करा, उड़नशील तेल, तिक्त सत्त्व निर्यास, टैनिन तथा भस्म २% होता है। फल का अत्यन्त महत्वपूर्ण खाद्य-घटक कार्बोहाइड्रेट है जो पके फल में १६.२% पाया जाता है। इसके अतिरिक्त इसमें प्रोटीन ६.७%, वसा ०.७% तथा विटामिन सी ७.६% मिंग्राम होता है। इसके फल में टैनिन का जो तत्व होता है उसके कारण यह विशेष रूप से गुणकारी हो जाता है। इसके गूदे में ६% तथा छिल्के में २०% टैनिन होता है।

इसके काण्ड की भस्म में सोडियम तथा पोटैशियम के लवण, कैल्सियम तथा लौह के फास्फेट, कैल्सियम

[५]

कार्बोनेट, मैग्नीसियम कार्बोनेट तथा सिलिका आदि पाये जाते हैं।

बेल के ताजे पत्ते से एक विशिष्ट गंधयुक्त हरिताभ पीत रंग का तेल निकाला जाता है।

इसकी जड़, पत्र और छाल में टैनिन की विशेषता होती है, जो मधुमेह में उपयोगी होता है।

इसके बीजों से एक हल्के पीले रंग का तेल प्राप्त होता है जो रेचक गुणधर्म विशिष्ट होता है। इसको १½ ग्राम की मात्रा में लेने पर बहुत ही उत्तम विरेचक असर होता है।

बेल के गुण-दोष

आधुनिक वैज्ञानिकों ने सिद्ध किया है कि बेलफल के गूदे, पत्र एवं मूल में जो रासायनिक तत्व पाये जाते हैं, उनका विशेष प्रभाव आन्त्र एवं रक्तवह संरक्षण पर पड़ता है। फल का उतना प्रभाव नूतन अतिसार में नहीं होता जितना कि जीर्ण आमातिसार या रक्तातिसार में होता है। बेल में जो लसदार पदार्थ होता है उसके प्रयोग से ही आन्त्र में स्निग्धता आती है तथा उसकी गति नियमित होकर मलावरोध के द्वारा रस का शोषण रक्त में होता है एवं बँधा हुआ मल आने लगता है।

डाक्टर डीमक का कथन है कि बेल का फल बलकारक तथा रक्तशोधक है। यह मृदुविरेचक एवं उदरशोधक है।

डाक्टर ग्रीन के मत से बेल के फल के घोल के व्यवहार से उदरामय और अजीर्ण रोग शीघ्र शान्त हो जाते हैं।

डाक्टर घोष ने कहा है कि इसके पके फल का गूदा मृदुरेचक है, अतः यह स्तब्धता-प्रधान एवं जीर्ण मलावष्टम्भ में उपकारी है। उपयोग में गूदा वैसे ही लाया जा सकता है अथवा शर्वत के रूप में लिया जा सकता है।

डाक्टर राम सुशील सिंह ने 'द्रव्यगुण-विज्ञान' में लिखा है कि स्नेहन एवं मृदुसारक प्रभाव के लिये फल के गूदे का सेवन प्रवाहिका के रोगोत्तर काल में बहुत उपयोगी होता है। ऐसे अग्निमान्द्य के रोगियों में जिनमें कभी तो कब्ज रहता है और कभी अतिसार होने लगता है तथा यही क्रम बराबर बना रहता है, बेल का सेवन बहुत ही उपयोगी होता है।

डाक्टर मुनुउद्दीन शरीफ के मत से बेलगिरी का चूर्ण पौष्टिक, अग्निदीपक, तथा ज्वरनाशक है। यह अतिसार के सभी रूपों में उतना उपयोगी एवं लाभकारी

नहीं हैं जितना कि तीव्र मरोड़युक्त अतिसार में। यह दस्त के साथ गिरने वाले रक्त को बंद करता है, आँव को निकाल देता है तथा दस्त होने के समय में बहुत अन्तर कर देता है।

आयुर्वेद मतानुसार चरक (सूत्रस्थान, अ० ४) ने बेल का उल्लेख अर्शोध्न (श्लोक १२), आस्थापनोपग (श्लोक २५), अनुवासनोपग (श्लोक २६) और शोथहर (श्लोक ३८) दवा के रूप में किया है। आगे (अध्याय २५, श्लोक ३८) जहाँ प्रमुख वस्तुओं का उल्लेख है, वहाँ कहा है :—

"बिल्वं संग्राहकदीपनीयवातकफप्रशमनानाम् ..."

अर्थात्, संग्राहक, दीपन तथा वात, कफ को शान्त करने वाली औषधियों में बिल्व (बेल)।

चरक के सूत्र-स्थान (अध्याय २७, श्लोक १३५ में) फल वर्ग में बेल का जिक्र इस रूप में आया है :—

" बिल्वं तु दुर्जरं सिद्धं दोषलं पूतिमारुतम् ।

स्निधोष्टीक्षणं तद्बालं दीपनं कफवातजित् ॥ "

अर्थात्, पका हुआ बेल कठिनता से पचने वाला, दोषवर्द्धक तथा दुर्गन्धयुक्त मलवात को उत्पन्न करता है। वही छोटा (कच्चा) स्निध, गरम तथा तीक्ष्ण

[८]

होता है, अग्नि को दीप्त करता है और कफ-वात को जीतता है।

सुश्रुत (सूत्रथान्, अध्याय ३८, श्लोक ४६-४७) ने इसकी गणना अम्बष्टादिगण में की है और कहा है:—

"... बिल्व पेशिका ... ॥ ४६ ॥

गणौ प्रियङ्गवम्बष्टादी पक्वातीसारनाशनौ ।

सन्धानीयौ हितौ पित्ते व्रणानां चापि रोपणौ । ॥४७॥"

अर्थात्, ये दोनों प्रियंगवादि एवं अम्बष्टादिगण पक्व अतिसार का नाश करने वाले हैं। दोनों गण टूटी हड्डियों को जोड़ने वाले हैं, पित्त में हितकारी हैं, तथा व्रणों का संरोहण करने वाले हैं।

उसी स्थान पर सुश्रुत में (श्लोक ६८-६९) पंच महामूल में इसका उल्लेख है—

".....बिल्व..... ॥ ६८ ॥

सतिकतं कफवातध्नं पाके लध्वग्निदीपनम् ।

मधुरानुरसं चैव पंचमूलं महत् स्मृतम् ॥ ६९ ॥"

अर्थात्, महापंचमूल तिक्तरस, कफ-वात नाशक, पाक में लधु, अनिवर्द्धक, मधुर अनुरस है।

सुश्रुत ने इसे वरुणादिगण में भी गिनाया है, और कहा है :—

[९]

".....बिल्व..... ॥ १० ॥

वरुणादिगणो ह्यष, कफमेदोनिवारणः ।

विनिहन्ति शिरःशूलं गुल्माभ्यन्तर विद्रधीन् ॥११॥"

अर्थात् यह वरुणादिगण कफ-मेद नाशक, शिरः-शूल, गुल्म एवं अंतर्विद्रधि को नष्ट करता है।

"कफानिलहरं तीक्ष्णं स्निग्धं संग्राहि दीपनम् ।

कटुतिक्तकषायोष्णं बालं बिल्वमुदाहृतम् ॥ १७४ ॥

विद्यात्तदेव संपक्वं मधुरानुरसं गुरु ।

विदाहि विष्टभकरं दोषकृत् पूतिमारुतम् ॥१७५॥"

—चरकसंहिता, सूत्रस्थान, अ० २७

अर्थात्, कच्चा बेल कफ-वायुनाशक, तीक्ष्ण, स्निग्ध अग्निदीपक, कटु, तिक्त, कषायरस, और उष्ण होता है।

यही बेल पकने पर मधुर, अनुरस, गुरु, विदाही, उत्पन्न करता है।

"गुर्वग्निसादकृद् बिल्वं दोषलं पूतिमारुतम् ।

पक्वं बालं पुनर्स्तीक्ष्णपित्तलं लघुदीपनम् ॥१६२ ॥

वातश्लेष्मध्नमुष्णं च स्निग्धं ग्राह्य भयं परम् ।"

—सुश्रुतसंहिता, सूत्रथान, अ० ४६

अर्थात् बेल का पका फल गुरु, अग्नि को मंद

करने वाला, दोषकारक, एवं अपान वायु को दुर्गम्भित करने वाला होता है। बेल का कच्चा फल, तीक्ष्ण, पित्तकारक, लघु, दीपन, वात-कफ नाशक, उष्णवीर्य एवं स्निग्ध होता है। दोनों प्रकार के बेल सामान्यतः ग्राही होते हैं।

“बालं बिल्वफलं ग्राहि दीपनं पाचनं कटु ।
कषायोष्णं लघु र्स्निग्धं तिक्तं वातकफापहम् ॥ ५७ ॥”
—अष्टांगहृदय, सूत्रस्थान, अ० ७

अर्थात्, कच्चा बेल ग्राही, अग्निदीपक, पाचक, कटु-तिक्त, तथा कषायरसयुक्त, उष्ण, लघु, स्निग्ध, एवं वात तथा कफ को दूर करने वाला होता है।

बेल में एक विचित्र बात यह है कि प्रायः सभी प्रकार के अन्यान्य फल पक जाने पर ही अधिक गुणशाली होते हैं, किन्तु बेल का कच्चा फल ही अधिक गुणकारी होता है, और इसीलिये वह औषधि के काम के लिये अधिक उपयुक्त होता है। यद्यपि बेल-वृक्ष की जड़ में जितनी त्रिदोषनाशक शक्ति है उतनी बेल-फल में नहीं होती, तथापि जितनी भी शक्ति उसमें होती है उसके द्वारा ही वह अतिसार एवं संग्रहणी आदि विकारों की सन्निपातिक अवस्था में लाभ पहुँचाता है। कच्चे बेल के जो गुण ऊपर बताये गये हैं, उन्हीं गुणों से इसका उपयोग ग्राही

कार्यार्थ या मल विसर्जन में गाढ़ापन लाने के लिये होता है। यह इसका मलाविरोधक गुण अन्यान्य ग्राही द्रव्यों जैसा केवल अवरोधक ही न होकर पाचकगुण युक्त होता है। इसके गूदे या गिरी के छोटे-छोटे टुकड़े कर धूप में सुखा लिया जाता है। यह बिल्वपेशिका, बिल्वकचरी, या बेलगिरी विशेष लाभकारी होती है। अतिसार में यह मल को गाढ़ा करती है, तथा आँतों के शैथिल्य को दूरकर उसकी संकोच-शक्ति को बढ़ाती है। आमतिसार में यह आम का पाचन कर आन्त्र-शक्ति को बढ़ाती है। रक्तातिसार में यह दूषित रक्त को शुद्ध कर एवं आन्त्र के क्षोभ को कम कर उसकी संकोच-शक्ति को बढ़ाती है। बड़ी आँत पर इसका उत्तम प्रभाव होने से यह संग्रहणी विकार में परम लाभकारी सिद्ध होती है। इस विकार में यह ग्रहणी-यन्त्र के शैथिल्य को दूरकर उसकी संकोच-शक्ति को बढ़ाती है, तथा यथायोग्य आहार की पाचन-क्रिया में सहायता पहुँचाती है। याद रहे, ये सब गुण कोमल और कच्चे बेल की गिरी में ही विशेषरूप से होते हैं। परन्तु पके बेल में कसैलापन, चीकटपन कम हो जाने से उसका उपयोग विशेष लाभदायक नहीं होता और न उसमें उतने गुण ही

होते हैं, प्रत्युत वह पचने में दुर्जर होता है। अधपके फल में थोड़े बहुत गुण होते हैं, फिर भी उसमें कच्चे फल से कम ही गुण होते हैं। यद्यपि पका बेल भी ग्राही या मलावरोधक अवश्य है तथा अपचन को बढ़ाने वाला होने से लाभकारी नहीं होता।

श्री गंगा सहाय पाण्डेय ने भी अपने भावप्रकाश निघण्टु में लिखा है कि भूना हुआ कच्चा बेल या कच्चे बेल की सुखाई हुई बेल-गिरी ग्राही एवं दीपन होने के कारण अतिसार, रक्तातिसार एवं प्रवाहिका में दी जाती है। जब ज्वर न हो, रोगी दुर्बल हो, तथा उसका पाचन खराब हो तब इसके प्रयोग से विशेष लाभ होता है। इसके सेवन से धीरे-धीरे रक्तातिसार में रक्त कम होकर मल बँधा हुआ होने लगता है। अधिक दिन लेते रहने से आम भी कम हो जाती है, तथा बाद में बिल्कुल नहीं रहती।

बेल अनेक रोगों की रामबाण—औषधि

बेल मात्र एक सुस्वादु खाद्य-फल ही नहीं है, अपितु वह अनेकानेक रोगों की रामबाण औषधि भी है।

हमारे देश के देहातों में जितने प्रकार के भी फल पाये जाते हैं वे गुण एवं लाभ दोनों दृष्टियों से

उपयोगी होते हैं। वस्तुतः ग्रामीणों को गाँवों में पाये जाने वाले फलों से जितना लाभ होता है उतना लाभ अन्यत्र पाये जाने वाले फलों से नहीं होता। गाँवों में सुगमतापूर्वक जो फल अपने मौसम में बहुतायत से प्राप्त होते हैं वे खाद्य के खाद्य होते हैं और औषधि के औषधि। ऐसे फलों में बेल सबसे उपयोगी माना जाता है। इसीलिये कुछ लोग बेल को घर का अस्पताल और गाँव का दवाखाना कहकर पुकारते हैं।

गाँवों में दवाखाने, डाक्टर, व वैद्य तो बहुत कम ही होते हैं, वहाँ बेल-जैसे उपयोगी फल ही डाक्टर व वैद्य का काम करते हैं। बेल की पत्तियाँ, फूल, फल और मूलादि तभी औषधि के काम आते हैं। इसीलिये ग्रामीण जनता बेल के वृक्ष को परम पवित्र मानती है और उसे यत्नपूर्वक रक्षित और पोषित करती है।

भारत में जितना बेल दीर्घकाल से औषधि और भोजन-दोनों रूप में व्यवहृत होता आ रहा है उतना अन्य कोई फल नहीं।

बेल अथवा बिल्व का अर्थ ही है 'रोगान् बिलति भिनत्ति' अर्थात् जो रोगों को नष्ट करे उसका नाम बेल या बिल्व है।

नीचे कुछ रोगों की बेल-चिकित्सा लिखी जाती है।

रोगों की बेल-चिकित्सा

समान रूप से बना रहने वाला ज्वर—इस प्रकार के ज्वर में जब ज्वर का तापमान बहुत बढ़ा हुआ होता है तब बेलगिरी का चूर्ण ५ से ८ रत्ती की मात्रा में २४ घंटे में ४ से ६ बार देना चाहिए।

दस्त—इसमें बेलगिरी का चूर्ण १० से ३० रत्ती की मात्रा में चौथाई ग्रेन अफीम के साथ मिलाकर २४ घंटे में ४ से ६ बार देना चाहिए।

संग्रहणी— कच्चे या अधपके बेल की गिरी को जल के साथ उबाल कर और छान कर उसमें मधु मिलाकर सेवन करने से संग्रहणी में लाभ होता है। इस योग से वमन एवं दस्त में भी लाभ होता है।

हर प्रकार की दस्त की बीमारी—कच्चे बेल को आग में भून लीजिए, फिर उसके गूदे में मिश्री या गुलाब का अर्क मिलाइए और प्रातःकाल २ तोला की मात्रा से सेवन कीजिए, तो सब प्रकार के दस्त में लाभ हो। भूने कच्चे बेल का गूदा बिना मिश्री और गुलाब जल मिलाये भी वही लाभ करता है।

सूखी बेलगिरी ५ तोला व सफेद कत्था २ तोले के महीन चूर्ण में १० तोला मिश्री मिलाकर १० रत्ती की मात्रा में दिन में ५-६ बार सेवन करने से भी सब

प्रकार के दस्तों में अच्छा लाभ होता है।

१० सेर जल में २० तोला बेलगिरी डालकर पकावें। जब १ सेर जल शेष रहे तो छान लें। तत्पश्चात् उसमें आध सेर के लगभग मिश्री मिला बोतल में भर रखें। मात्रा १ से २ तोला। प्रत्येक मात्रा में ४ रत्ती भुनी हुई सोठ का चूर्ण और मूँग के दाने बराबर अफीम मिलाकर हर प्रकार के दस्त वाले रोगी को सेवन करावें, बहुत जल्द लाभ होगा।

स्वानुभूत।

—पं० कृष्ण प्रसाद त्रिवेदी

आमातिसार—बेलगिरी और आम की गुठली की गिरी, दोनों को समझाग लेकर पीसकर रख लें। इसे २ से ४ माशा की मात्रा से भात के माँड़ या ठंडे जल के साथ रोज प्रातः काल आमातिसार के रोगी को खिलावें तो आमातिसार रोग दूर हो।

एक अधपके कच्चे बेल को जमीन पर पटक कर चिटका दें। फिर उसे भाड़ में भूनकर उसमें से ५ तोला गूदा निकाल लें और उसके साथ १ तोला सोठ का चूर्ण तथा २ तोला गुड़ पीसें। फिर सबको ३ मात्रा में विभाजित कर सुबह, शाम, दोपहर १-१ मात्रा आमातिसार

के रोगी को खिलावें और ऊपर से १० तोले मट्ठे में नमक व भूनी हुई हींग अन्दाज से मिलाकर पिलावें। पथ्य दही और खिचड़ी। इस योग से भी आमातिसार में लाभ होता है।

अथवा बेलगिरी और सोंठ प्रत्येक $2\frac{1}{2}$ तोला, भूनी हुई अलसी का चूर्ण ५ तोला, और देशी शक्कर १० तोला लेकर सबको कूट-छान लें। छः माशा की मात्रा तक यह चूर्ण आमातिसार के रोगी को ४-४ घंटे के अन्तर से दिन में ४ बार सेवन कराकर ऊपर से १० तोले गाय के दूध के मट्ठे में १ तोला नमक मिलाकर पिलावें और पथ्य में दही-खिचड़ी दें।

भा. गृ. चि.

हैजा—बेलगिरी और गिलोय ४-४ माशे लेकर और जौकुट कर १० तोला जल में काढ़ा बनावें। जब चौथाई जल शेष बच रहे तो रोगी को उसे थोड़ी थोड़ी मात्रा में पिलावें, लाभ होगा।

यदि रोग प्रबल हो और दस्त एवं कै अधिक होते हों तो उपर्युक्त काढ़े को बनाने के पहले उसमें थोड़े थोड़े परिणाम में जायफल, कपूर और छुहारा भी मिला दें तथा इस काढ़े को रोगी को बार-बार पिलावें।

भूख न लगना—बेलगिरी, छोटी पीपल, बंस- लोचन,

तथा मिश्री २-२ माशा लेकर प्रत्येक का चूर्ण कर लें और एक में मिला लें। फिर उसमें १ तोला अदरक का रस मिलाकर थोड़े जल में आग पर पकावें। जब गाढ़ा हो जाय तो उतार लें और दिन में उसे ४ बार चटावें तो भूख खुले और पाचन-शक्ति बलवती हो।

बेलगिरी के चूर्ण और अदरक को साथ-साथ पीसकर उसमें देशी खाँड़ और इलायची का थोड़ा चूर्ण मिलाकर पका लें। जब गाढ़ा हो जाय तो उतार लें। इस अवलेह को भी बार-बार चटाने से रोगी को भूख लगने लगती है।

गर्भवती का कै-दस्त— दो तोले बेलगिरी को चावल के धोवन या माँड़ के साथ पीसकर और उसमें अन्दाज से मिश्री मिलाकर रोगिणी को दिन में २-३ बार देने से लाभ होता है। साथ में चलने वाले ज्वर आदि उपद्रव भी इससे शान्त हो जाते हैं।

बच्चों का दस्त—बेलगिरी को सौंफ के अर्क में मिलाकर देने से बच्चों के हरे, पीले, लाल दस्तों की शिकायत दूर हो जाती है।

दाँत निकलते समय बच्चों के दस्त—बेलगिरी के एक तोले चूर्ण को १५ तोले जल में पका कर दो तोला शेष रहने पर उसमें ६ माशा मधु मिला पिलावें।

[१८]

खून के दस्त- (१) १ तोला बेलगिरी को १० तोले बकरी के दूध और २० तोले जल में मिलाकर पकावें। जब केवल दूध बच रहे तो छान कर और उसमें अन्दाज से थोड़ी मिश्री मिलाकर रक्तातिसार के रोगी को सेवन करावें, लाभ होगा।

(२) बेलगिरी १ भाग, सूखी धनिया १ भाग, तथा मिश्री २ भाग। सबको चूर्ण कर एक में मिला लें और २ से ६ माशे तक की मात्रा से रक्तातिसार के रोगी को ताजे जल से प्रातः-सायं सेवन करावें तो भी लाभ होगा।

(३) कच्चे बेल को कण्डे की आग पर रख कर भूनें। जब ऊपर का छिल्का बिल्कुल काला हो जाय तो, अलग करके रख लें। इस भुने बेल के गूदे की १ से २ तोले की मात्रा सुबह, शाम व दोपहर मिश्री मिला कर सेवन करने से भी रक्तातिसार ठीक हो जाता है।

—‘धन्वन्तरि’ वनौषधि विं

रक्त के साथ पतला पानी-जैसा मल- बेलगिरी के २-३ माशा चूर्ण को राब, शहद और तेल के साथ भोजन के पूर्व चाटने से इस प्रकार के रक्तातिसार में शीघ्र लाभ होता है।

—सु० उ० अ० ४२

[१६]

पुरानी संग्रहणी—बेल के बड़े बड़े पके फलों को भाड़ में भूनकर उसके गूदे में थोड़ी खाँड़ मिलाकर दिन-रात में जब जब भूख लगे उसे ही खाया करें तथा प्यास लगने पर गाय का धारोष्ण दूध पिया करें। इनके अलावा कोई चीज खायें-पीयें नहीं। शीघ्र लाभ होगा।

—‘फलांक’ से

प्यास की अधिकता व कै— पके बेल के गूदे को ठंडे जल में मसल कर और छानकर उसमें छोटी इलायची, मिश्री और जरा सा कपूर मिला कर पीने से दाह के कारण अधिक प्यास लगने तथा वमन में लाभ होता है। कब्ज के रोगी इस योग को भोजन के बाद लेवें। मन्दाग्नि भी इससे प्रदीप्त होती है।

कब्ज— पके बेल के गूदे को इमली के पानक के साथ या दही के साथ थोड़ी खाँड़ मिलाकर पीने से खुलासा दस्त होकर कब्ज दूर हो जाता है।

रक्ताल्पता— बेलगिरी के चूर्ण को मिश्री मिले दूध के साथ सेवन करने से रक्ताल्पता, रोगोपरान्त की दुर्बलता, तथा वीर्य की क्षीणता मिटती है।

दुर्बलता— पके बेल के गूदे को सुखा कर और गहन चूर्ण बनाकर रख लें और प्रतिदिन इस चूर्ण को

[२०]

थोड़ी मात्रा में सेवन करें तो शरीर पुष्ट हो व दुर्बलता मिटे ।

रक्त-विकार—बेल का ताजा गूदा या सूखे गूदे का चूर्ण ३ या ४ तोले लेकर उसमें समभाग देशी शक्कर मिला कर रोज खाने से अशुद्ध रक्त शुद्ध हो जाता है ।

बहुमूत्र—बेलगिरी १ तोला और सौंठ ६ माशा लेकर उन्हें जौकुट कर लें, फिर ४० तोले जल में डालकर उसका काढ़ा बनावें । जब सब का आठवाँ अंश बच रहे तो बहुमूत्र के रोगी को पिलावें । आशा है ७ दिनों में ही रोग पूर्णरूप से दूर हो जायगा ।

पुराना ज्वर—बेलगिरी और रेंडी की जड़ जौकुट कर १-१ तोला, गाय का दूध ४० तोला और जल दो सेर । सबको एक साथ मिलाकर पकावें । जब केवल दूध शेष बच रहे तो उसे छान कर ज्वर के रोगी को सेवन करावें । इससे पुराने ज्वर में लाभ होता है ।

शीतज्वर—केवल बेलगिरी के चूर्ण को जल के साथ सेवन करने से शीतज्वर शान्त होता है ।

खूनी बवासीर—बेलगिरी के चूर्ण में बराबर की मिश्री मिलाकर ४ माशे की मात्रा तक उँडे जल के साथ

[२१]

सेवन करने से खूनी बवासीर अच्छी हो जाती है ।

बेलगिरी, सौंफ और सौंठ का काढ़ा बनाकर सेवन करने से भी खूनी बवासीर मिटती है ।

प्रदर—बेलगिरी, नागकेसर और रसौत तीनों को बराबर—बराबर लेकर चूर्ण कर लें और ४ माशे की मात्रा तक प्रदर की रोगिणी को चावल के धोवन के साथ सेवन करावें तो रक्त प्रदर और श्वेत प्रदर दोनों ठीक हों ।

सूजाक—ताजे बेल के गूदे को दूध के साथ पीस-छानकर और उसमें कबाव चीनी का थोड़ा चूरा मिलाकर सूजाक के रोगी को ३-३ घंटे के अन्तर से पिलावें । पेशाब के परिमाण में वृद्धि होकर सूजाक में लाभ होगा ।

कान के रोग—५ तोले बेलगिरी को लेकर १५ तोले गोमूत्र में पीस लें । फिर उसमें आधा सेर तिल का तेल, २ सेर बकरी का दूध तथा २ सेर जल मिला कर मंद आँच पर पकावें । जब तेल मात्र शेष रहे तो छानकर बोतल में भर कर रख लें । इसे थोड़ा गुनगुना करके रोज सुबह-शाम ४-५ बँद कान में डालते रहें ।

इससे कान के लगभग सभी रोग, जैसे बहरापन कान का दर्द, कान का बहना आदि मिट जाते हैं।

खाँसी—बेलगिरी का चूर्ण ५ तोला, मिश्री का चूर्ण ५ तोला तथा बंसलोचन का चूर्ण १ तोला, सबको एक में मिलाकर रख लें और सुबह-दोपहर-शाम दिन में तीन बार इस मिश्रण को ३ माशे की मात्रा में शहद के साथ सेवन करें तो खाँसी में लाभ हो। इस योग से साँस फूलने की शिकायत भी मिटती है।

संखिया का विष—यदि कोई व्यक्ति संखिया-विष खा ले तो उसे तुरन्त भरपेट पके बेल का गूदा खिला दीजिये, संखिया का विष बेअसर हो जायगा।

काँखों की दुर्गन्ध—बहुत से लोगों को उनकी काँखों में पसीना मरने के कारण दुर्गन्ध आया करती है। ऐसे लोग यदि बेलगिरी और हरड़ सम भाग लेकर जल के साथ पीस काँखों में लेप चढ़ायें तो यह दोष दूर हो।

—भा० भै० २०

आग से जलना—बेल के गूदे को पीसकर और तिल के तेल में मिलाकर १० दिन रख छोड़े। उसके बाद जब शरीर का कोई भाग आग से जल जाय तब उसे जले स्थान पर लगावें, तुरन्त शान्ति मिलेगी।

सिर में जूँ पड़ना—बेल के पके फल के खोपड़े को साफ कर कटोरी जैसा बना लें। उसके बाद उस कटोरी में थोड़ा कपूर मिश्रित तिल का तेल भर कर ऊपर उसी कटोरी के दूसरे भाग को रख दें। तत्पश्चात् उस तेल को सिर पर लगावें। ऐसा करने से सिर के सब जूँ नष्ट हो जायेंगे और बाल की जड़ें निर्मल हो जायेंगी।

मच्छर-मक्खी भागें—जिस जगह पर मच्छर-मक्खी आदि अधिक हों वहाँ बेल के छिल्कों को जलाकर उनकी धूनी दें, वे भाग जायेंगे।

शरीर में काँटा चुभना—शरीर में यदि कहीं काँटा चुभ जाय और उसे बाहर न निकाला जा सके तो उस स्थान पर बेलपत्र की पुलिस बाँधिए, काँटा भीतर ही सड़-गल कर नष्ट हो जायगा, और कोई विकार भी नहीं होने पावेगा।

हैजा-रोग से बचाव—यदि आसपास हैजे की बीमारी फैली हो तो उससे बचने के लिये उन दिनों रोज १० तोले बेल की पत्तियों का रस निकालकर उसमें थोड़ा नीबू का रस और देशी खाँड़ मिला पी लिया करें, हैजा आपको न होगा।

मधुमेह—बेल के ताजे हरे पत्तों को पीसकर ५

तोला लुगदी बनावें। फिर उसमें ढाई तोला विशुद्ध मधु मिलाकर और कपड़े में रखकर उसका रस निचोड़ लें और मधुमेह के रोगी को पिला दें। ऐसा रोज २-३ बार करें, कुछ ही दिनों में रोग निर्मूल हो जायेगा और उसके कारण हुई फुन्सियाँ आदि भी सूख जायेंगी। केवल १ तोला बेलपत्र-रस बिना मधु मिलाये सेवन करने से भी मधुमेह में लाभकारी सिद्ध होता है।

दाह-एक या दो तोला बेल की ताजी हरी पत्तियों को लेकर उन्हें २० तोले जल में ३ घंटे तक डुबो रखें। उसके बाद उस जल को २-२ घंटे के अन्तर से २-२ तोला दाह के रोगी को पिलावें, शरीर की आन्तरिक गर्मी शान्त हो जायेगी।

मस्तिष्क की गर्मी-इस रोग में बेल की पत्तियों को पानी के साथ मोटा पीसकर माथे पर लेप करे, मस्तिष्क की गर्मी शान्त होगी और नींद भी अच्छी आयेगी।

अजीर्ण-बेल की पत्तियों के १ तोला रस में १ माशा कालीमिर्च व १ माशा सेंधा नमक का चूर्ण मिलाकर रोज सुबह, शाम व दोपहर सेवन करने से अजीर्ण में लाभ होता है।

सिरदर्द-बेल की पत्तियों के रस में कपड़े की पट्टी

को तर करके सिर पर बार बार रखने से सिर-दर्द आराम हो जाता है।

रक्तार्श- शनिवार के दिन बेल-वृक्ष की २-४ टहनियों को तोड़ कर उस समय कमर में बाँधे जब अर्श से खून गिर रहा हो, तत्काल खून गिरना बंद हो जायगा और भविष्य में खून कभी नहीं गिरेगा और रोग निर्मूल हो जायगा।

—गुप्तरोग रत्नावली से

यकृत-पीड़ा- बेलपत्र के १ तोला रस में १ माशा सेंधा नमक मिलाकर दिन में ३ बार सुबह, दोपहर, शाम पिलाने से यकृत-पीड़ा शान्त होती है।

पेट-पीड़ा- बेलपत्र १ तोला और ७ नग काली मिर्च एक साथ पीसकर १ तोले मिश्री के साथ शर्बत बनावें और उसे दिन में ३ बार सुबह, दोपहर, शाम पीवें तो पेट-पीड़ा मिटै।

हृदय-पीड़ा- बेलपत्र के १ तोला रस में आधा तोला गोघृत मिलाकर सेवन करने से हृदय-पीड़ा में लाभ होता है।

पीलिया-रोग-बेल के कोमल ताजे पत्तों के ढाई से ५ तोले रस में कालीमिर्च का १ माशा तक चूर्ण मिलायें और पीलिया-रोग के रोगी को सुबह-शाम पिलायें

तो रोग मिटै। यदि रोगी को साथ साथ सूजन भी हो तो बेलपत्र के रस को गरम करके मलने से सूजन भी मिट जायगी।

जलोदर- बेल के ताजे पत्तों के ढाई से ५ तोले रस में छोटी पीपली का १ या $1\frac{1}{2}$ माशा चूर्ण मिला कर रोगी को सुबह-शाम पिलावें, अवश्य लाभ होगा।

धातुक्षीणता- बेलपत्र के ३ माशे चूर्ण में थोड़ा शहद मिलाकर रोज प्रातः-सायं चाटने से धातु पुष्ट होती है।

नपुंसकता- बेल की १५ पत्तियों के साथ दो बादाम की मींगियाँ पीसकर छान लें। फिर उसमें दूध और मिश्री मिलाकर शर्बत बना लें और रोज सुबह-शाम पीवें। कुछ ही दिनों में नपुंसकता से फुर्सत मिल जायगी और उसके स्थान पर मर्दानगी आ जायगी।

स्वप्नदोष- बेलपत्र, धनियाँ और सौंफ को बराबर बराबर वजन में लेकर कूट लें। १ या २ तोला यह चूर्ण शाम को १० तोले पानी में भिगो दें। सुबह उठकर उसे मल-छान कर पी जावें। फिर उतना ही चूर्ण सुबह को भी १० तोले पानी में भिगो दें और उसी प्रकार मल-छान

कर शाम को भी पीवें तो स्वप्नदोष दो-चार दिन में ही ठीक हो जाय।

इस योग से प्रमेह एवं स्त्रियों के प्रदर में भी लाभ होता है।

कुकुरखाँसी- धीमी आँच पर तवा रख उस पर बेल की पत्तियों को डाल भूनते भूनते जला डालें, फिर उन जली पत्तियों को पीस-छान कर बोतल में रख लें और दिन में ३ बार सुबह, शाम और दोपहर १ या २ माशा की मात्रा में शहद के साथ रोगी को चटावें। कुछ ही दिनों के सेवन से कुकुरखाँसी आराम हो जायगी। इस योग से न केवल कुकुरखाँसी ठीक हो जाती है, बल्कि हर प्रकार की खाँसी व कास में लाभ होता है।

पेशाब का न होना- बेल के नरम-नरम ताजे पत्ते ६ माशा, सफेद जीरा ३ माशा और मिश्री ६ माशा। सबको एक साथ पीसकर कल्क बना लें और खावें। ऊपर से जल पी लें। ऐसा ६-७ दिन करें। पेशाब न होने की तकलीफ, पेशाब में जलन होने की तकलीफ, पेशाब बूँद-बूँद होने की तकलीफ, तथा पेशाब के साथ वीर्य जाने की तकलीफ सब ठीक हो जायगी। रोगी को

अवस्थानुसार मात्रा में कमी-बेसी कर लेनी चाहिए।

विषमज्वर- बेल की पत्तियों का काढ़ा बनावें।

जब काढ़ का आठवाँ भाग बच रहे तो उसमें मधु डालकर विषमज्वर के रोगी को पिलावें, लाभ होगा। इस काढ़ से सततज्वर तथा टाइफायड में भी लाभ होता है।

जब ज्वर $90\text{--}5^{\circ}$ से ऊपर चला जाय और रोगी अंडबंड बकने लगे तो बेल के ताजे हरे पत्तों की पुल्टिस बनाकर मस्तक पर रखना चाहिए। इससे मस्तक की गर्मी शान्त होकर रोगी का प्रलाप बंद हो जायगा।

प्लेग- उपर्युक्त विषमज्वर वाला काढ़ा पिलावें और प्लेग की गिल्टी पर बेलपत्रों को कुचलकर और उसको पुल्टिस बनाकर दिन में २-३ बार बाँधें, प्लेग ठीक हो जायगा और उसका विष दूर हो जायगा।

छाती में कफ प्रकोप- उपर्युक्त काढ़े के सेवन के साथ-साथ छाती पर बेल की पत्तियों की लुगदी गरम करके बाँधने से कफ से भरी छाती का कफ दूर करने में सहायता मिलती है।

छोटे बच्चों का कफयुक्त ज्वर- बच्चों की छाती

में कफ जमा हो जिसकी वजह से उन्हें ज्वर भी रहता हो, साथ ही कब्ज की भी शिकायत हो तो बेल की नर्म-नर्म पत्तियों का रस निकालकर और उसमें शुद्ध मधु मिलाकर बार-बार चटावें, कफ छँटकर ज्वर आराम हो जावेगा।

ज्वरोन्माद- कभी-कभी ज्वर के रोगी का ज्वर बहुत अधिक तेज होकर उसकी गर्मी से उसका मस्तिष्क विकृत हो जाता है और वह पागलों की सी बातें करने लगता है। ऐसी हालत जब हो तो फौरन रोगी के पूरे शरीर को बेल के ताजे, हरे और ठंडे पत्तों से ढँक देना चाहिए। कई बार ऐसा करने से ज्वरोन्माद धीरे-धीरे शान्त

फोड़ा- बेल की ताजी हरी पत्तियों को लाकर उन्हें पीस लें। पीसते वक्त उनमें पानी न मिलावें। पीसने के बाद उस लुगदी की टिकिया बनाकर फोड़े पर बाँध दें, गहरे से गहरा फोड़ा भी बिना पके-फटे ठीक हो जायगा। फोड़े पर टिकिया बाँधने से पहले उसे थोड़ा गरम कर लेना अच्छा रहता है। फोड़ा जब फूट जाय तो उसे बेलपत्रों को पानी में डालकर और पकाकर उसके गरम-गरम पानी से धोना चाहिए। तत्पश्चात् बेलपत्रों की उपर्युक्त

[३०]

टिकिया बाँधनी चाहिए, घाव जल्दी भरेगा। यदि इन प्रयोगों के साथ-साथ रोज दिन में ३ बार सुबह, शाम व दोपहर $2\frac{1}{2}$ तोला की मात्रा में बेलपत्रों का स्वरस रोगी को पिलाया भी जाय तो भयंकर से भयंकर जहरीले फोड़े एवं घाव, जैसे मांसार्बुद, कारबंकल तथा कैंसर आदि भी ठीक हों।

कण्ठमाला— इस रोग में बेल की कोमल ताजी पत्तियों को पीसकर तथा उसमें थोड़ा शुद्ध धी मिलाकर और गरम कर टिकिया बनायें और उसे कण्ठमाला की गिलिट्यों पर बराबर बाँधते रहें दिन में दो बार, अवश्य लाभ होगा।

चोट— यदि चोट लग जाय या कही मोच आ जाय तो बेल की पत्तियों को कुचल कर उसका रस निकालें और उसमें थोड़ा गुड़ मिलाकर गरम करें। जब वह पककर गाढ़ा हो जाय तो उसका गरम-गरम लेप चोट या मोच के स्थान पर चढ़ावे, चोट या मोच ठीक हो जायगा।

यदि चोट की जगह घाव हो गया हो तो बेलपत्र के रस में रुई का फाया तर करके उस घाव पर रोज २-३ बार रखें, घाव भर जायगा। फाया रखने के साथ-साथ थोड़ा पत्र-रस भी यदि रोगी को पिलाया जाय तो लाभ

[३१]

बहुत जल्द होता है। रस में मधु मिलाया जा सकता है।

जहरीले कीड़े का दशन— किसी जहरीले कीड़े के काटने से यदि जलन हो और वह स्थान सूज जाय तो दंश-स्थान पर बेलपत्रों के रस को बार-बार लगाने से शान्ति मिल जाती है और सूजन भी मिट जाती है।

चेचक की दाह व बेचैनी— चेचक के रोगी को जब चेचक की वजह से शरीर में अधिक दाह हो तो बेलपत्रों के रस में मिश्री मिलाकर पिलाने से तथा बेलपत्रों का पंखा बनाकर उससे झलने में शान्ति मिलती है।

—नारू की बीमारी— इस बीमारी में बेलपत्र को जल के योग से पीसकर तीन तोले के लगभग लुगादी बना लें। फिर उसमें ६ माशा कपूर मिलाकर अच्छी तरह घोटें। तत्पश्चात् उसकी टिकिया बनाकर और नारू पर रखकर कपड़े की पट्टी बाँध दें। रोज ताजी टिकिया बनाकर बाँधें। ऐसा करने से ३-४ दिन में ही नारू की बीमारी ठीक हो जायगी।

नेत्र-रोग— बेल की ताजी हरी पत्तियों को पीसकर और थोड़ा गरम कर उसकी पुलिट्स आँखों पर बाँधने से नेत्र की पीड़ा, सूजन, कीचड़ अधिक निकलना तथा

लाली आदि सब दूर हो जाती हैं। बेल-पत्र के रस की १-२ बूँदें भी आँखों में डालते रहना चाहिए।

रत्तौंधी में १ तोला ताजे बेलपत्र को ७ दाने कालीमिर्च के साथ महीन पीस कर और १० तोला जल में मिलाकर छान लें। फिर उसमें $2\frac{1}{2}$ तोला खाँड़ या मिश्री मिलावें और प्रातः व सायं पीवें। साथ ही बेलपत्रों को कुचल कर रात भर पानी में भिगो रखें। सुबह उस पानी से नेत्रों को धोएँ भी। ऐसा करने से रत्तौंधी तो दूर हो ही जायगी, नेत्रों की ज्योति भी बढ़ेगी।

क्षय-रोग— बेल-वृक्ष की जड़ ढाई तोला, अडूसा पत्र डेढ़ तोला, नागफनी तथा थूहड़ के पके फल २ तोला, सोठ, कालीमिर्च व पिप्पली २-२ माशा। सबको कूटकर और आध सेर जल में डालकर काढ़ा पकावें। जब आठवाँ भाग बच रहे तो उसे सुबह शाम शुद्ध मधु मिलाकर सेवन करें, क्षय-रोग में शीघ्र लाभ होगा। इस योग से दमा-रोग भी जाता है।

पसली चलना— बालकों में यह रोग व्यापक रूप से पाया जाता है। इस रोग में बेल-वृक्ष की जड़ की छाल, नागरमोथा, पाठा, त्रिफला तथा छोटी व बड़ी कट्टेरी के काढ़े में पुराना गुण मिलाकर पिलावें। पेट को सेकना भी चाहिए।

बहरापन— एक या दो अंगुल लम्बी तथा साधारण मोटी बेल की लकड़ी लेकर उस पर तिल के तेल से तर किया हुआ रेशमी वस्त्र लपेटें। तत्पश्चात् उसके नीचे का सिरा जला दें। उससे जो तेल टपके उसे चीनी मिट्टी के बर्तन में एकत्र करें, फिर शीशी में भरकर सुरक्षित रख लें और रोज २-३ बूँद यह तेल कान में टपकायें, तो कुछ ही दिनों में बहरापन रोग दूर हो जाय। इस योग से कान के दर्द में भी लाभ होता है।

पुराना सिरदर्द— बेल की १६ ताजी और हरी पत्तियों को लाकर उन्हें जल के योग से सिल पर खूब महीन पीस लें और पानी मिलाकर १ गिलास घोल बना लें। फिर उसमें बिना कुछ मिलाये सुबह खाली पेट पी जायें तो कुछ ही दिनों में पुराने सिरदर्द से छुटकारा मिल जाय।

मुँह के छाले— बेल के गूदे को पानी में उबालकर उस पानी से कुल्ला करने से मुँह के छाले नष्ट हो जाते हैं।

प्रमेह— इस रोग में बेल के बीजों का तेल बहुत लाभ पहुँचाता है। बीजों का तेल निकालने के लिये अधपके बेल-फल को लेकर पानी में डालकर उबालना चाहिए। जब उसके बीज बिल्कुल अलग हो जायें, तब

उन बीजों को उसमें से निकालकर उनका चूर्ण कर लेना चाहिए। फिर उस चूर्ण को त्रिफला के काढ़े की सात भावना देनी चाहिए। तत्पश्चात् उस चूर्ण को तेली के यहाँ घानी में पिलवाकर उसका तेल निकलवा लेना चाहिए। प्रमेह-रोग निवारणार्थ पहले दिन इस तेल को ८ रत्ती की मात्रा में दूध मिलाकर पीना चाहिए। उसके बाद रोज ८-८ रत्ती तेल की मात्रा बढ़ाते हुये दसवें दिन दस माशे की मात्रा में उस तेल को दूध में मिलाकर पीना चाहिए। जब तक यह औषधि चालू रहे तब तक पथ्य सिर्फ दूध और साठी चावल का भात ही रहे। इस प्रयोग से प्रमेह और सूजाक बहुत जल्दी अच्छे हो जाते हैं। शरीर में शक्ति और नेत्रों की ज्योति बढ़ती है। कान का बहरापन और अन्य वायु सम्बन्धी रोग आशर्चर्यजनक रूप से ठीक हो जाते हैं।

गर्भवती की कै— चावलों के धोवन के साथ बेल के कच्चे फल के ३ माशे गूदे को दिन में २-३ बार खिलाने से स्त्री की वह कै जो गर्भावस्था के पहले या दूसरे महीने में होती है, जाती रहती है।

गुल्मवात— कोमल बेल का गूदा गुड़ मिलाकर नित्य खाने से गुल्मवात नष्ट हो जाता है।

सर्प-दंश— बेलकी जड़ और चौलाई की जड़ का

रस निकालकर बराबर मिलाकर पिलाना चाहिए।

लू— १०-१५ बेल की हरी व ताजी पत्तियों को जल के साथ पीसकर पीने से लू लगने में लाभकारी होता है।

रक्त-विकार— बेल-वृक्ष की जड़ ढाई तोला और गोखुरु १ तोला, दोनों को कूटकर १० तोले उबलते हुये गर्म जल में भिगो देवें। ठंडा हो जाने पर उसमें थोड़ी मिश्री मिलाकर प्रातः व सायं पिलावें। ऐसा करने से अशुद्ध रक्त शुद्ध हो जाता है जिससे अशुद्ध रक्त के कारण जो रोग उत्पन्न होते हैं उन सभी रोगों में लाभ होता है।

रक्त— विकृत के कारण यदि फोड़े-फुन्सी होते हों तो बेल के वृक्ष की जड़ को पीसकर या उसकी सूखी लकड़ी को जल में धिसकर लेप करने से जलन, सूजन और लाली दूर हो जाती है।

बेल से बनने वाले खाद्य पदार्थ

बेल का मुरब्बा

एक सेर कच्चे बेल को अच्छी तरह छीलकर धो लें। फिर आधा इंच मोटाई के गोल-गोल टुकड़े काट लें। बीज और बीज का कड़ा भाग निकाल दें। किसी

[३६]

नुकीली साफ तीली से इन टुकड़ों को अच्छी तरह गोद लें। फिर पाँच सेर पानी में आध पाव खाने वाला चूना अच्छी तरह मिला दें और पानी को कुछ समय तक के लिये रख दें। जब चूना नीचे बैठ जाय तब साफ पानी को अलग निथार लें और उसमें गुदे हुये टुकड़े दो घंटे तक डाल रखें। उसके बाद एक या दो बार सादे पानी से उन्हें धोलें, फिर उन्हें सादे पानी में इतनी देर उबालें कि वे नरम हो जायें। नरम हो जाने पर टुकड़े उतार कर कपड़े पर फैला दें। अब एक सेर चीनी और एक सेर पानी को आग पर चढ़ाकर धुलावें। तत्पश्चात् छानकर फिर आग पर चढ़ा दें और उसे नींबू के सत, टाटरी या दूध से साफ कर लें। फिर टुकड़ों को उसमें डालकर धीमी आँच पर आधे घंटे पकावें और उसके बाद उतार कर एक दिन रखा रहने दें। दूसरे दिन फिर उसे आग पर रख दें और पकावें। बाद को अमृतवान में भर कर रख दें। बेल का मुरब्बा तैयार है।

बेल का प्राकृतिक हलवा

अच्छे पके और खुशबूदार बेल को लेकर उसे फोड़ डालिए। उसके बाद उसमें से बीज और लासे को सावधानी से निकाल दीजिए। तत्पश्चात् किसी चम्च या

[३७]

चाक से उसका मीठा-मीठा गूदा निकाल निकाल कर एक बर्तन में एकत्र कीजिए और क्रीम मिलाकर बेल के प्राकृतिक हलवे का मजा लीजिए।

इस हलवे के बनाने में प्रकृति मुख्यतया निम्नलिखित सामग्री काम में लाती है :—

प्रोटीन ०.१८, कार्बोज ४.५, वसा ०.२ प्रति आउंस, विटामिन ए तथा सी।

इस हलवे के सेवन से दिमाग गर्मियों में तर रहता है, कब्ज से फुर्सत मिली रहती है, पेट हमेशा साफ रहता है, धातुएं पुष्ट होती है, हृदय, यकृत और आमाशय को शक्ति मिलती है, तथा दस्त आदि की बीमारियाँ नहीं होने पातीं।

इस हलवे को दोपहर के भोजन के पूर्व खाना ठीक रहता है। इसमें चीनी हरगिज नहीं मिलानी चाहिए।

बेल के मौसम में इस हलवे का सेवन करने वाला कितने ही रोगों से आजन्म बचा रहता है। उनमें से कुछ रोग निम्नलिखित है :—

दस्त आदि सभी प्रकार के उदर रोग, बड़ी आँत की सूजन, पेचिश, वमन, लू तथा पित्तविकार आदि।

[३८]

बेल का शर्बत नं० १

अच्छे पके बेल का गूदा ५० ग्राम, गुड़ अथवा देशी खाँड़ ५० ग्राम, छोटी इलायची १, तथा गुलाब का फूल १ एकत्र कर, पहले बेल के गूदे को ५०० ग्राम जल में एक घंटा भिगोकर और भली प्रकार घोल कर छान लें। तत्पश्चात् मीठा (गुण या खाँड़), गुलाब का फूल तथा इलायची को महीन-महीन पीस कर उसमें मिला दें। दो गिलास स्वादिष्ट ताजा बेल का शर्बत तय्यार हो जायगा। इसे छोटे-छोटे धूँट भर कर पीजिए और हृदय को शक्ति तथा मस्तिष्क को ताजगी देने वाले उत्तम पेय का आनन्द लीजिए।

बेल का शर्बत नं० २

४ तोले सूखी बेलगिरी को लेकर २० तोले ताजे जल में पीस छान लें। फिर उसमें ४ तोला मिश्री मिलाकर पीवें। इससे यदि कब्ज के कारण पेट में विशेष गर्भी रहती होगी तो वह शान्त हो जायगी, क्योंकि इस शर्बत के पीते ही एक दस्त होकर पेट साफ हो जायगा और गर्भी दूर हो जायगी।

बेल का शर्बत नं० ३

२० तोले सूखी बेलगिरी को १ सेर जल में पकावें।

६० तोले तक जल शेष रहने पर छानकर उसमें २ सेर मिश्री मिला एकतार की चाशनी तय्यार कर लें। इसमें अन्दाज से केसर और जावित्री, मिलाकर किसी पात्र में रख छोड़ें। यह शर्बत पिक्कातिसार यानी गर्भी से होने वाले दस्तों को दूर करता है। हैजे में भी इसे दे सकते हैं। क्षय-रोग में जब कफ गाढ़ा निकलता हो और ज्वर एकसमान १००° तक बना रहता हो, तथा बच्चों की कुकुरखाँसी एवं संग्रहणी रोग में भी यह परम उपकारी है। गर्भी के दिनों में इसे अवश्य सेवन करना चाहिए।

मसूदों के विकार में ५ तोले शर्बत में दूध मिलाकर चूस चूसकर धूँट धूँट पीने से मसूदों के असाध्य रोग भी दूर हो जाते हैं।

बेल का पना

बढ़िया किस्म के मधुर व पके बेल के गूदे को प्रातः-काल मिट्टी के बर्तन में रखकर उसमें जल डाल देवें। गर्भियों में दिन के समय जब शीतल पेय के पीने की इच्छा हो तब उस गूदे को बर्तन से निकाल कर केवल जल को गिलास में ढाल लें और उसमें अन्दाज से खाँड़ मिलाकर रसास्वादन करें। यही बेल का पना है।

यह एक शीतल, मधुर, सुगम्भित, तथा अत्यन्त तृप्तिकारक पेय है जो शीघ्र पच जाता है और भूख बढ़ाता है।

ग्रीष्म ऋतु में जिस वक्त लू चलती हो और गर्मी के कारण चैन न मिलता हो, बेल के इस पानक से परम शान्ति प्राप्त होती है।

४०:४१

स्वास्थ्य सम्बंधी पुस्तकें

अमृत सागर नागरी सजिल्द	१२०)
इलाजुलगुबा नागरी	५।)
मन्थर ज्वर चिकित्सा	००)
शार्गंधर संहिता सटीक	६०)
चाय के गुण और दोष	७)
डाक्टर तुलसी	७)
डाक्टर दूध	७)
डाक्टर शहद	७)
डाक्टर आम	५)
डाक्टर गन्ना	५)
डाक्टर जल	५)
डाक्टर त्रिफला	७)
डाक्टर गेहूँ और डाक्टर चना	७)
दूध और दूध से बनी चीजें	५)
नमके के गुण और दोष	७)
नींबू और उसके सौ उपयोग	५)
नीम और उसके सौ उपयोग	६)
भिट्ठी चिकित्सा	५)
लहसुन के उपयोग	६)
सूखे मेवे	५)
प्याज के उपयोग	५)
सोया बीन	७)
हंसराज निदान सटीक	१५)

मैनेजर— तेजकुमार बुकडिपो (प्रा०) लिमिटेड,
पोस्ट बॉक्स ८५, १—त्रिलोकनाथ रोड, लखनऊ—१