



યાદશક્તિ ઓછી હોય તેવી વ્યક્તિઓએ પણ શાક તરીકે ઉપયોગમાં લેવું જોઈએ. ઉન્માદ તથા સ્મૃતિભ્રંશમાં પણ ઉપયોગી છે. ભૂરું કોળું રક્ત (લોહી)નો સંગ્રહ કરનાર છે તેથી લોહીવા, દૂષતા મસા, નાકમાંથી પડતું લોહી, ઝાડામાંથી પડતું લોહી (રક્તાતિસાર)માં કુખ્યાંડ પાક, કુખ્યાંડ અવલેહ તથા કુખ્યાંડ ચૂર્ણ મધ સાથે અપાય છે. આયુર્વેદમાં ભૂરાં કોળાને શુક્રધાતુ વધારનાર, બળ આપનાર અને પુષ્ટિ કરનાર કહેલ છે.

- ભૂરાં કોળાના ફળનો ઉકાળો કરી ૫૦ એમ.એલ.ની માત્રામાં ૧૫ દિવસ સુધી આપવાથી સ્ત્રીયોનિમાંથી સફેદ પાણી પડતું હોય અને તેને લીધે દુર્બળતાનો અનુભવ થતો હોય તો મટે છે.
- મસ્તિષ્ક માટે બળકારક તથા વિચારોને શાંત પાડનાર હોવાથી અન્દ્રાના રોગમાં કાયદાકારક છે. યાદશક્તિ ઓછી હોય તેવી વ્યક્તિઓએ પણ શાક તરીકે ઉપયોગમાં લેવું જોઈએ. ઉન્માદ તથા સ્મૃતિભ્રંશમાં પણ ઉપયોગી છે.
- નાના ગામડાંઓમાં ખાસ કરીને મધ્યપ્રદેશમાં ગાંડપણના વેગ વખતે કોળાના રસમાં મોટા કોલિંજનનું ચૂર્ણ ઉમેરીને પીવડાવવામાં આવે તો વ્યક્તિ થોડી જ વારમાં શાંત થઈ જાય છે.
- ભૂરું કોળું રક્ત (લોહી)નો સંગ્રહ કરનાર છે તેથી લોહીવા, દૂષતા મસા, નાકમાંથી પડતું લોહી, ઝાડામાંથી પડતા લોહી (રક્તાતિસાર)માં કુખ્યાંડ પાક, કુખ્યાંડ અવલેહ તથા કુખ્યાંડ ચૂર્ણ મધ સાથે અપાય છે.
- ભૂરાં કોળાના રસને સાકર, જેઠીમધ, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેસર, જીરુ, પીપર સાથે મરીના સમભાગે કરેલા ચૂર્ણ સાથે ભેળવીને રસ પીવાથી વધુ પડતા

દાડ પીવાથી ચઢેલો મદ ઉતરે છે.

- ભૂરાં કોળાનાં બીયાં કૃમિદન (કૃમિને મારનાર) છે. ૨-૪ તોલા બીજની ચટાણી બનાવી દર્દીને આપવો ત્યારબાદ રેચ આપવાથી કૃમિ મરીને બહાર નીકળી જાય છે. ખાસ કરીને સ્કીતકૃમિ (ટેપવોર્મસ) પર વધારે અસર કરે છે.
- આયુર્વેદમાં ભૂરાં કોળાને શુક્રધાતુ વધારનાર, બળ આપનાર અને પુષ્ટિ કરનાર કહેલ છે.
- નવ્ય સંશોધન અનુસાર ભૂરાં કોળાના બીયાને દૂધમાં ઉકાળીને કે દૂધમાં પાક (હલવો) બનાવીને લેવાથી શુક્રધાતુ વધે છે અને શુક્રાણુના લોકોમોશનમાં વધારો થાય છે.
- બોલ્ન. ડી. એનસાયકલોપેડિયા ઓફ હર્બ્સ એન્ડ ઘેર યુસ. ડોલિંગ કિન્ડર્સ લે. લંડન માં જણાવ્યા અનુસાર ભૂરાં કોળાના ફળમાં એન્ટી-કેન્સર ટરપેન્સ (કેન્સર વિરોધી તત્વ) મળેલા છે.
- ભૂરાં કોળાને ચાર રસ્તે મૂકતાં પહેલાં ફક્ત પૂજાના બોલ તરીકે તેના ઉપયોગોને યાદ કરીને તેનો ઉપયોગ સ્વસ્થ જીવન માટે આપણે કરીએ અને આપણા બાળકોને પણ કરાવીએ તો આપણા ઋષિમુનિઓએ કરેલા સંશોધનોનું આપણે ઋણ ચૂકવી શકીશું. એટલું જ નહીં કોળાથી આપણે આપણા શરીરને પણ તંદુરસ્ત કરી શકીશું. ○