மலர் - 2 தை - பங்குனி - 1998 இதழ் - 6

DR. Shanmugampillai
Dha Medical Centre
Canadian Rd
Periyakallar
KALLAR 2
067/2221547

சித்த மருத்துவன்

கிழக்குமாகாணசித்தவைத்தியசங்கவெளியீடு
மட்டக்களப்பு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சித்த மருத்துவன்

மருத்துவ காலாண்டு சஞ்சிகை

மலர் - 2 தை – பங்குனி இதழ் - 6

DR Shanmugam
Shan Medical
Kulluwadi
5th CROSS Rd
BATTICALOA
7-12-2021

கௌரவ ஆசிரியர்:

வைத்தியகலாநிதி: கா. கு. சிவசுப்பிரமணியகுரு

(R. M. P, M. I. H, S. M. P, D/AC)

''எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே அல்லாமல்
வேறொன்று அறியேன் பராபரமே''

கௌரவ

ஆலோசனைக் குழு:

1) வைத்திய சிரோன்மணி
ந. வேல்முருகு

2) வைத்திய திலகம்
க. விநாயகமூர்த்தி

3) வைத்திய திலகம்
க. நடராசா J. P

4) வைத்தியர்
N. M. ஹனீபா

கட்டுரைகள் ஆசிரியரிடம் நேரிலோ அல்லது தபால் மூலமோ அனுப்பிவைக்கப்பட வேண்டும்.

ஆசிரியர்:
சித்த மருத்துவன்,
490, திருமலை வீதி,
பெரிய ஊறணி,
மட்டக்களப்பு.

முத்திங்கள் வெளியீடு:

பதிப்பகம்

சென். செபஸ்தியார் அச்சகம்,
மட்டக்களப்பு.

சித்த மருத்துவன் சஞ்சிகைக்கு சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவத்துறையில் பட்டம் பெற்றவர்கள், அரசு பதிவு பெற்ற அனுபவமுள்ள வைத்தியர்கள் யாவரும் கட்டுரைகள் எழுதி அனுப்பிவைக்கலாம். கட்டுரைகள் தெளிவாகவும் பிழைகள் இன்றியும், எழுத்து அழகாகவும் இருக்க வேண்டும்.

புல்ஸ்காப் தாளில் ஒரு பக்கத்தில் மாத்திரம் எழுதப்பட வேண்டும். மற்றைத்தாள்களில் எழுதிவரும் கட்டுரைகளும், இருபக்கங்களிலும் எழுதிவரும் கட்டுரைகளும் கண்டிப்பாக பிரசுரிக்கப் படமாட்டாது. ஆதாரமான நூல்களை குறிப்பிடுவது நல்லது. கட்டுரைகளை திருத்தவோ, தகுதி இல்லாதவைகளை நிராகரிக்கவோ ஆலோசனைக் குழுவுக்கு பூரண உரிமை உண்டு.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சித்த மருத்துவன் பொருளடக்கம்

பொருள்	பக்கம்
1) செய்தி மடல் - க. நடராஜா	1
2) சர்க்கரை வியாதி (நீரழிவு) ஏன் ஏற்படுகின்றது - கா. கு. சிவசுப்பிரமணியகுரு	3
3) அங்காதி பாதம் - வை, க. வினாயகமூர்த்தி	5
4) செவ்வரத்தம் பூ - க. நடராஜா J. P.	9
5) தெய்வீக சக்தி கொண்ட மூலிகைகள்	11
6) சரும வியாதிக்குரிய சிகிச்சையும் சிகிட்சைக் கிரமமும் - ம. தவத்துரை	13
7) மாந்தம் - ந. வேல்முருகு	16
8) தூதுவளை – Dr. புஷ்பலீலா இராஜேந்திரன்	19
9) பெண்கள் பகுதி - ஆசிரியர்	22
10) சிறுவர் பகுதி - ஆசிரியர்	23
11) பால்வினை நோய்கள் (எயிட்ஸ்) - கா. கு. சிவசுப்பிரமணியகுரு	25

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மட்டக்களப்பு கி. மா. சி. வை. சங்கச் செயலாளர்

க. நடராஜா அவர்களின்

செய்தி மடல்

கிழக்கு மாகாண சித்த வைத்திய சங்கத்தின் 47வது ஆண்டு ஆரம்ப பொதுச் சபைக் கூட்டம் மகாஜன கல்லூரி மண்டபத்தில் வைத்தியக் கலாநிதி ந. வேல்முருகு அவர்களின் தலைமையில் 15-02-97 அன்று மு. ப. 10.30 மணியளவில் சங்க கீதத்துடன் ஆரம்பமாகியது. சென்ற கூட்டறிக்கை செயலாளர் க. நடராஜா அவர்களால் வாசிக்கப்பட்டு அறிக்கை அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

இதைத் தொடர்ந்து தலைவர் தமது உரையில் சங்கம் தொடங்கி 46 வது ஆண்டை பூர்த்தி செய்து 47 வது ஆண்டில் காலடி எடுத்திருக்கும் இந்த வேளையில் அனேகமான அங்கத்தவர்கள் வருகை தந்து சிறப்பித்து இருப்பதற்கு நன்றி தெரிவித்துக் கொண்டதுடன் கடந்த காலங்களில் சங்கம் சிறந்த சேவையாற்றியிருந்தும் இடைப்பட்ட சில காலங்களில் தவிர்க்க முடியாத காரணத்தினால் மந்த நிலை ஏற்பட்டு இருப்பினும் அண்மைக் காலங்களில் வியக்கத்தகு வளர்ச்சியை கண்டிருப்பதாகவும், குறிப்பிட்டு கூறுவதானால் 1995 - 1997 ஆகிய ஆண்டுகளில் இரு பெரும் மூலிகைக் கண் காட்சியினையும் 1996 ஆம் ஆண்டிலிருந்து சித்த மருத்துவன் சஞ்சிகையும் வெளியிட்டுக் கொண்டு வருவதுடன் வைத்தியர்களின் நன்மை கருதி சுயதொழில் கடன் வழங்கு திட்டம் அந்திமகால நிதி கொடுப்பனவுத் திட்டம் ஆரம்பிக்கப்பட்டிருப்பதையும், எமது சங்கத்தின் வேண்டுகோளின் பெயரில் மட் / புதுக்குடியிருப்பில் தற்போதுள்ள ஆயுர் வேத மத்திய மருந்தகத்துடன் இணைந்தாற் போல் உடைவு முறிவு, மனநோய், விஷக்கடி பிரிவுகளை உள்ளடக்கிய இருபது படுக்கைகளைக் கொண்ட தங்கு விடுதி அமைப்பதற்காக அஞ்சல் தொலை தொடர்பு பிரதியமைச்சர் கௌரவ A. L. M. ஹிஸ்புல்லா அவர்களின் முயற்சி ஊடாக விரைவில் அமையவிருப்பதையும் குறிப்பிடலாம் எனவும்.

வைத்திய பாதுகாப்புச் சபையும் கி. மா. சி. வை. சங்கமும் இணைந்து செயல்பட வேண்டும் எனவும் இச்சங்கத்தின் பணிகளை முன்னெடுத்துச் செல்ல அனைவரும் பூரண பங்களிப்பு வழங்க வேண்டும் எனவும், இக்கால கட்டத்தில் செயலாளர் அவர்கள் ஆற்றிய பெரும் பங்களிப்பை நினைவு கூறுவதாகவும் குறிப்பிட்டார்.

இதையடுத்து பொருளாளரின் கணக்கு அறிக்கை வாசிக்கப்பட்டு சரியென ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது. செயலாளர் தனது கருத்தை தெரிவிக்கையில் அங்கத்தவர்களின் நிறைவான வரவிற்கு நன்றி தெரிவித்துக் கொண்டதுடன் கி. மா. சி வை. சங்கமும், வை. பா. சபையும் ஒரே அணியின் கீழ் ஒற்றுமையாக செயல்பட வேண்டும் எனவும் வைத்திய பாதுகாப்புச் சபைக்கு சில அரச கட்டுப்பாடு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உண்டெனவும் ஆனால் சங்கத்திற்கு அப்படியான கட்டுப்பாடுகள் இல்லையாதலால் சுதந்திரமாக இயங்க முடியுமெனவும் எனவே இச் சங்கத்தை வளர்ப்பதற்கு அன்பு பண்பு, அடக்கம் சேவை மனப்பான்மை ஆகியவற்றைப் பேணுவதுடன் இந்து இஸ்லாமிய, கிறிஸ்தவ ஆண், பெண் அனைவரும் இணைந்து செயல்பட வேண்டு வதுடன்,

எந்தப் பதவியையும் அலங்கரிப்பவர்களாக இருக்காது அதற்கு அடிமையாகி செயலாற்றுவது சிறப்பென கூறியதுடன் கடந்த காலங்களில் தனக்கு பூரண ஒத்துழைப்பு வழங்கிய அனைவருக்கும் நன்றி தெரிவித்துக் கொண்டார்.

இதன் பின் புதிய ஆட்சிக் குழு 1998 - 1999 ஆண்டுகளுக்கான பின்வருவோர ஏக மனதாக தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர்.

தலைவர்	சித்த மருத்துவதிலகம்	வை. க. விநாயகமூர்த்தி
உபதலைவர்	சித்த மருத்துவ பூபதி	கா. கு. சிவசுப்பிரமணியகுரு
உபதலைவர்	சித்த மருத்துவ திலகம்	இ. லெ. கலந்தர் லெவ்வை
பொதுச் செயலாளர்	வைத்தியர்	க. நடராஜா
உபசெயலாளர்	வைத்தியர்	க. சக்திதாஸ்
பொருளாளர்	வைத்தியர்	த. முருகுப்பிள்ளை
போஷகர்	வைத்திய சிரோன்மணியும் முன்னாள் தலைவருமான	ந. வேல்முருகு

நிர்வாகசபை உறுப்பினர்கள்:-

வைத்தியர்கள்:. ச. சுதர்சன், M. T. M. அப்துல் சலாம், சீ. பத்மநாதன், ச. பத்தினிச்சாமி N. M. ஹனீபா, வே. அருணோதயம், க. தங்கையா, மு. கோபால் M. C. M. இலியாஸ், திருமதிகள் T. மகாலட்சுமி, த. ஜெயமலர், M. சுசிலாதேவி

கணக்காய்வாளராக:-

வைத்தியர் M. M. முஹைறதீன் அவர்களும்,

சங்கத்தின் இணைப்பாளர்களாக:-

மாவட்ட அரசாங்க அதிபர் A. K. பத்மநாதன், வணபிதா பயஸ்பத்மராஜா அடிகள் அவர்களும் இணைக்கப்பட்டு புதிய ஆட்சிக்குழு அமைப்பு முற்றுப்பெற்றது.

அண்மையில் ஆயுள்வேத வைத்திய சபையில் புதிதாக பதிவு செய்யப்பட்ட வைத்தியர்களால் மதியபோசன விருந்து அளிக்கப்பட்டதுடன் கூட்டம் இனிதே முடிவுற்றது.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சர்க்கரை வியாதி (நீரழிவு)
ஏன் ? ஏற்படுகின்றது ?

%%

வைத்திய கலாநிதி கா. கு. சிவசுப்பிரமணியகுரு

உலகிலே இன்று எங்கு பார்த்தாலும் சர்க்கரை நோயாளர்களே மிகுதியாக காணப்படுகின்றார்கள். அதிலும் ஆசிய நாடுகளில் மிகவும் அதிகமான சர்க்கரை நோயாளரைக் காணக்கூடியதாக இருக்கிறது. இதற்கு முதற்காரணம் உடலுழைப்புக்குறைந்தவர்கள் மூன்று வேளையும் அரிசி உணவாகிய சோற்றை உண்பதுவேயாகும். இந்த சர்க்கரை நோய் உடலுளைப்பு அதிகம் உள்ளவர்களை நாடுவது குறைவு. குடும்பத்தில் தாய் தந்தையர் இருவருக்கும் இந்த நோய் இருந்தால் அவர்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கு நூறுவீதம் இந்த நோய் ஏற்பட வாய்ப்புகள் உண்டெனவும், இருவரில் ஒருவருக்கு இருந்தால் ஐம்பது வீதம் பிள்ளைகளுக்கு இந்தநோய் ஏற்பட வாய்ப்பு இருப்பதாகவும் பல ஆராச்சியாளர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளார்கள். மேலும் இந்த நோய் ஆரம்பமாவதற்கு பல காரணங்கள் உள்ளன.

1) உண்ணும் உணவுக்கேற்ப உடல் உழைப்பு இல்லாமை
2) இன்சுலின் குறைவாக சுரத்தல்.
3) அதிக இனிப்பான உணவுகள், மாப்பொருள் கூடிய உணவுகள் இவைகளை அதிகமாக விரும்பி உண்ணுதல்.
4) இனிப்பான பானவகைகளை அதிகம் பருகுதல்.
5) அதிகமான மனக்கவலைகள்.
6) மிதமிஞ்சிய தாம்பத்திய இன்பம் அனுபவித்தல்.

இப்படியான பல காரணங்களால் இந்த சர்க்கரைநோய் ஏற்படுவதாக சித்த ஆயுர்வேத நூல்கள் கூறுகின்றன. மேலைத்தேய வைத்திய நிபுணர்களும் இவைகளை அனுசரித்தே கருத்துக் கூறுகின்றார்கள்.

ஒருவருக்கு சர்க்கரைநோய் ஏற்படும் போது பல குறிகளின் மூலம் நிட்சயப்படுத்திக் கொள்ளமுடிகிறது. மேலும் நோய் கூடுதலாக பீடிக்கும்போது நோயாளருக்கு பல பாதிப்புகளும் ஏற்படுகின்றன. முதலில் இந்த நோயின் குறிகளைக் கவனிப்போம் - குறிகள் தெரிந்திருந்தால் ஆரம்பத்திலேயே இந்த நோயைக் கண்டறிந்து அதற்கேற்ற சிகிச்சைகளை மேற்கொள்ள முடியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

1) இந்த நோய் ஏற்படும் போது மிகவும் கடுமையான பசி இருக்கும்.

2) அதிக அளவில் தண்ணீர் விடாய் இருக்கும்.

3) அடிக்கடி சிறுநீர்பிரிதல், அதிக அளவில் சிறுநீர் வெளியேறுதல்.

4) உடல் எடைகுறைதல், உடல் சோர்வு.

5) காலில் உளைவு, வலிகள் ஏற்படுதல்.

6) ஆண்மை குறைதல், மயக்கம் ஏற்படுதல்.

7) கண்பார்வை குறைதல், அதிகமான நாவறட்சி.

8) சிறுபுண் ஏற்பட்டாலும் சீக்கிரத்தில் ஆறாமல் இருத்தல்.

இப்படியான குறிகள் காணப்பட்டால் உடனடியாக வைத்தியரை அணுகி சிறுநீர்பரிசோதனை, இரத்தப்பரிசோதனை செய்து இதுதான் நோய் என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும். அதன்மேல் குடும்ப வைத்தியரின் ஆலோசனையைப் பெற்று முதலில் உணவில் கட்டுப்பாடுகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். உணவை வயிறார சாப்பிடும் எண்ணத்தை கைவிட்டு $\frac{3}{4}$ வயிறு உணவு உண்பது சாலச் சிறந்தது. உணவில் கோதுமை, குரக்கன், வரகு போன்றதானியங்களை கூழ், கஞ்சி, களி, போன்ற உணவுகளாக தயாரித்து உண்பது மிகவும் நல்லது. இந்த நோயை வெற்றிகொள்வதற்கு நோய் வந்தது முதல் சர்க்கரையின் அளவை இயல்பு அளவைக்கு கூடாமல் கட்டுப்பாடாக வைத்துக் கொள்வது முக்கியம். இதை கவனியாது நடக்கும்பலர் நோயின் தீவிர நிலைகளுக்கு ஆளாகி மிகவும் கஷ்டப்படுவதை நாம் கண்ணாரக்காண்கின்றோம். பொதுவாக சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் 2 அல்லது 3 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை இரத்தப்பரிசோதனை அவசியம் செய்துகொள்ள வேண்டும். இப்படி செய்து வந்தால் இரத்தத்தில் ஏற்படும் சர்க்கரையின் அளவைக்கவனித்து அதற்கேற்றபடி உணவு வகைகளை உண்டு கட்டுப்பாடாக வைத்துக் கொள்ளலாம்.

இந்த நோயை பூரணமாக குணப்படுத்துவது சிரமம். எனினும் நோயாளர் ஒவ்வாத உணவுகளை நீக்கி வைத்தியர் சொல்லை அனுசரித்து பத்தியமாக இருந்து மருந்து சாப்பிட்டால் நூற்றுக்கு 50 வீதமானோரை குணப்படுத்த முடியும். மற்றவையை கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்துக் கொள்ள முடியும். கூடியவரை சித்த ஆயுர் வேத மருத்துவர்களை நாடுவதே உசிதமானது.

(அடுத்த இதழில் தொடரும்)

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உ

அங்காதி பாதம்

(தொடர்ச்சி)

பண்டிதர். வை. க. விநாயகமூர்த்தி
பிரசித்த நொத்தாரிசும் சித்த வைத்தியரும்
பதிவிலக்கம்: 3457

55. சூட்சமாஞ் சுழினைகுய்யவடி மூலத்தில்
தோன்றியே கம்பமதாய் எழுந்து மேல்போய்
ஆட்சியா மாதரமா றுஞ்சென்றே
அசைவற்றுச் சிரசளவாய மந்து நிற்பன்
மாட்சியா மிடகலை பின்கலை, யிரண்டும்
மன்னியே கத்தரிக்கோல் மாறலாகி
நீட்சியாஞ் சுழிமுனையைச் சுற்றியேறி
நெட்டிட்டே சிரசளவாய் நேருந்தானே.

(இ - ள்) சூக்குமமாகிய சுழிமுனை என்னும் நாடியானது குறிகளின் கீழ் உள்ள தாகிய ஆறாதாரத்தில் ஒன்றாகிய மூலாதாரத்தில் தொடங்கி அடுத்துள்ள ஆதாரங் கள் ஊடாகச்சிரசு மட்டும் சென்று நிற்கும் மகிமை பொருந்திய இடகலை பின்கலை ஆகிய இரண்டு நாடிகளும் அவ்வாறே மூலாதாரத்தில் தொடங்கிச் சுழிமுனையாகிய நாடியைக்கத்தரிக்கோல்போல் மாறிச்சுற்றி ஏறிப்போய் நிமிர்ந்து சிரசைத்தொட்டு நிற்பதாகும்.

56. நேரான மூக்கு நடுப்புருவம் நெற்றி
நின்றுமே நாசியிருமூலம்புக்குப்
பேரான காந்தாரி நாபியுற்றுப்
பெருநரம்பு வளியெங்கு முலாவியேறி
சீரானசிரசளவாய்க் கண்டம் சேர்ந்து
செப்பிய வேழிசைக் குருவாய் நாவில் நின்று
நீரானதைப் பொசிந்து கசியப்பண்ணும்
நிலையான அத்திதனை நிகழ்த்துவேனே.

(இ - ள்) பெரிய காந்தாரி நாடியானது முன்னைய நாடிகளைப்போல் மூலாதா ரத்திலிருந்து பெரிய நரம்புகளாகிய சுழிமுனை இடகலை பின்கலைகளுக்கூடாக சிரசளவாய்ச் சென்று திரும்பி ஒருபகுதி நெற்றியெங்கும் பரவி நின்று நாசியில் அடியைச்சேர ஒருபகுதி தொண்டையைச் சேர்ந்து ஏழிசைகளுக்கும் குருவான சுருதியைப்போல் நாவில் நின்று ஓசையை உண்டாக்குவதுடன் நாவிலே சலத்தை யும் ஊறச்செய்வதாகும். இனி நிலைத்து நிற்கின்ற அத்தியென்னும் நாடியைச் சொல்வேனாக:

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

57. நிகழ்த்துவேன் சிங்கு அத்தி மூலந்தன்னில்
நின்று நரம்பெவற்றினிலும் கலந்துலாவி
மகத்தான செவிகளிரண்டிலும் தொட்டு
வலமிடமாய்க் கண்களிலே மருவிச்சேர்ந்தே
அகத்தாகிவருமவத்தை நான்கினுக்குள்
அளவாகி நின்றிடுவ னறிந்து கொள்ளு
சுகத்தானவலனுடனே புருடன்றானும்
சுழித்திடு முந்திக் கீழாய்த் தோன்றும்தானே.

(இ - ள்) சொல்லுகிறேன் சிங்கு அத்தி ஆகிய இரண்டு நாடிகளும் மூலாதாரத்தில் நின்று எழும்பிய எல்லா நரம்புகளோடுச் சேர்ந்து செவிகளிரண்டினிலும் தொட்டுக்கொண்டு வலப்பக்கம் சிங்குவும் இடப்பக்கம் அத்தியுமாகக்கண்களிலே கலந்துசேர்ந்து உயிரவத்தைகளாகிய சாக்கிரம் முதலிய நான்கினுக்குள்ளும் கணக்காக நிற்பதை அறிந்து கொள்வதுடன் அலனும் புருடனும் சுழியோடு கூடிய வயிற்றின் கீழுள்ள மூலாதாரத்தில் தோன்றுவதாகும்.

58. தோன்றியே நரம்புவளி விலாவூடோடி
தோளோடுகைக்குழிபுக்கு நயனத்துற்றே
ஆன்ற செவிதனிலிடம் வலமாய் நின்றங்
அறிவை வசமாக்கியே யமர்வன் கண்டாய்
ஏன்றகுரு நாபிதானத்தில் நின்று
மீரல் பற்றியே குடலைக் குமட்டிவித்தங்
கூன்றிய வாயாற்றண்ணீர் குளகுளென்றே
ஓடுவிப்பன் சங்கிலியினுண்மைகேளேன்.

(இ - ள்) அவ்வாறு தோன்றிய அலன், புருடன் ஆகிய இருநாடிகளும் பெருநரம்புகள் வழியாக விலாப்பக்கங்கள் சென்று தோள் கைக்குழிவழியாக கண்களிலே சேர்ந்து பொருந்திய செவிகளிலே அலன் இடப்புறமாகவும் புருடன் வலப்புறமாகவும் நின்று உணர்வுகளை வசப்படுத்தி நிற்பதாகும். இனிக்குருவென்னும் நாடியானது, மூலாதாரத்தில் நின்றெழும்பி ஈரலைப்பற்றி நின்று குடலைக்குமட்டிவித்து வாயால் தண்ணீர் ஓடச்செய்வதாகும். அடுத்து சங்கினி என்னும் நாடியின் உண்மையைக் கேட்பாயாக.

59. உண்மைகேள் சங்கினியாம் நாடிகுய்யத்
துறுதியாய் நின்றுடலில் தத்துவங்கள்
வண்மையாம் கருவிகளை, மிஞ்சொட்டாமல்
வசப்படுத்திக்கொண்டிருப்பன் வரிசையாக
வெண்மையாம் கலை நிறைந்த மதியம்போலே
விளங்குமெழில் முகம்படைத்த மின்னனாளே
திண்மையாம் நாடியிவை பத்தின்பேரும்
செய்கை குறிகுணங்களையும் தேர்ந்துபாரேன்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

(இ-ள்) உண்மையாக சொல்லுகின்றேன் கேட்பாயாக சங்கினியென்னும் நாடியானது மூலாதாரத்தில் உறுதியாக நின்று உடலிலே தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களையும் கருவிகளையும் ஒன்றையொன்று கூடிப் போகாமல் வசப்படுத்தி வரிசைப்படுத்தி வைத்திருப்பதாகும். வெண்மையான பூரணைச் சந்திரன் போன்ற முகத்தையுடைய மின்னலை ஒத்த பெண்ணே. வலிமை பொருந்திய இந்த நாடிகள் பத்தினது பெயர்களையும் அவற்றின் செயல்களையும் குணங்களையும் ஆராய்ந்து பார்ப்பாயாக.

ஆறாதாரம்

60. பாருனீயாறா தாரப் பரிசது பகரக் கேளாய்
சீருறு மூலாதாரம் சிறந்திடு சுவாதிட்டானம்
ஏர்மணிபூரகந்தான் அனாகதம் விசித்திமே லாய்ச்
சேருமாக்கினை யாறென்னத் தெரிந்தவர் செப்பினாரே.

(இ-ள்) இனி ஆறாதாரங்களின் வகையைக் கேட்பாயாக; சிறப்புப் பொருந்திய மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிபூரகம், அனாகதம், விசித்தி, இவைகளின் மேலாகச் சேருகின்ற ஆக்கினை எனத்தெரிந்தவர்கள் சொன்னார்கள்.

61. செப்பிய மூலாதாரம் தெரிவருஞ் சூட்சமாகும்
ஒப்பறு முனிவர்க்கெட்டா வட்டம் நாளிதழினோங்கும்
தப்பிலா நடுவோங்காரந் தன்னிலோர் கம்பந்தோன்றி
அப்படிச்சிர மட்டாக வழுத்திடுமேருவாமே.

(இ-ள்) சொல்லப்படுகின்ற மூலாதாரமானது தெரிந்து கொள்வதற்கு அரியதாகிய அற்புதமானதாகும். ஒப்பற்ற முனிவர்களுக்கும் எட்டாததாகும். அது வட்டத்துக்குள்ளே நாலு இதழ்களைக் கொண்டதாயிருக்கும். இதன் நடுவிலே ஓங்கீரமிருக்கும் அவ்வோங்கீரத்திலே ஒருகம்பம் உண்டாகிச் சிரமட்டாகச் செல்லுகின்ற ஆசன பீடமாகும்.

62. மேருவதான வீட்டில் விளங்கிய கணேசன்தன்னைச்
சேருவல்லவையினோடு சிறந்து வீற்றரசு செய்வன்
ஆருமிங்கறியொண்ணா வீடருங்கதியளிக்கும் வீடு
நேரில்லா மூலவீடு நித்தியமானவீடே.

(இ-ள்) ஆசனபீடமாகவுள்ள அம்மூலவீட்டிலே திகழுகின்ற கணேசனென்னு வினாயகப் பெருமான் தன்னைச் சேர்ந்த ஆசை நாயகியோடு இருந்து சிறப்பாக ஆட்சி செய்வான். நேரெதுவுமில்லாத மூலாதார வீடானது ஆரும் எழிதில் அறிந்து கொள்ளமுடியாதது; மோட்ச கதியளிக்கக் கூடியது; என்றும் நிலையானது.

63. வீடிது தனக்குமேலாய் விளங்கிய சுவாதிட்டானம்
கூடிதழாறு கோணம் நான்கு நவ்வெழுத்தாய் கொள்ளு
பீடுறுதுரியா தீதப் பெரும்பதி பிரமற்போற்றி
நாடிய வாணிதானும் நயப்புடனுறைவள்தானே.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

(இ-ள்) இந்த மூலாதார வீட்டுக்கு மேலாக விளங்குகின்ற சுவாதிட்டானம் உண்டு இது நான்கு கோணங்களையும் ஆறு இதழ்களையும் நவ்வென்னும் அட்சரத்தையும் கொண்டதாகும்; வலிமை பொருந்திய துரியா தீதமென்னும் ஐந்தவத்தைகளில் ஒன்றாகிய அவத்தையோடு கூடிய தனது கணவனாகிய பிரமனை வணங்கி வாணியென்னு கலைமகள் நயமுடன் வாழ்ந்து வருவாள்.

64. உறைந்தவப்பதிக்கு மேலா யுறுமணிபூரகம் தான்
பிறிந்திடு மிதழீரைந்து பிறைவடிவாகும் கோணம்
அறிந்தவர் போற்று மவ்வாமட் சரமரியினோடு
செறிந்திடு கமலமங்கை சிறந்து வாழ்துரித வீடே.

(இ-ள்) இந்த மணிபூரகமானது முன்சொன்ன சுவாதிட்டானத்துக்கு மேலாக வுள்ளது. இவ்வீடானது பிறைவடிவான கோணத்தையும், பத்து இதழ்களையும் அறிவாளிகளால் போற்றப்படும் அவ்வென்னும் அட்சரத்தையும் கொண்டதாகும். விஷ்ணுவுடனே விளங்குகின்ற செந்தாமரை மலர் மங்கையாகிய லெட்சுமிதேவி வாழுகின்ற வீடாகும்.

65. துரியமாம் பதிக்கு மேலாய்ச் சுழித்த வீடனாக தந்தான்
உரிய முக்கோணந்தன்னில் ஓங்கிடு மிதழீராறு
தெரியுமட்சரம் சிவவாகுந் தேவிருத்திரி தன்னோடு
பொருவுருத்திரனும் கூடிப் பொலிந்திடு பதியிதாமே.

(இ-ள்) சிறந்த மணிபூரகத்துக்கு மேலாக விருப்பது அனாகதமாகும். இவ்வீடானது முக்கோணத்தையும் பன்னிரெண்டு இதழ்களையும் சிவவென்னும் அட்சரத்தையும் கொண்டதாகும். உரித்திராதேவியுடன் உருத்திரன் இருந்து வாழுகின்ற வீடாகும்.

சித்தர்கள் பற்றிய சிறு குறிப்பு

''சிந்தையிலே களங்கமற்றான் சித்தனாவான்
சிந்தையிலே தெளிந்தோன் சித்தருள்வான்
செகமெல்லாம் சிவனென்றே அறிந்தவன் சித்தன்
சிந்தையேது, மனம், புத்தி, சித்தம் மூன்றும்
சிறந்ததிக அகங்காரம் நாலும் போச்சே''

இவ்வரிகள் தனித்தனி சித்தத்திற்கும் சித்திக்குமுள்ள தொடர்பினை விளக்கும்

''சித்தமல மறுவித்து சிவமாக்கி எனையாண்ட
அத்தனெனக் கருளியவா றார்அறிவார் அச்சோவே''

இவ்வாறு மணியான மாணிக்கவாசக சுவாமிகள் சித்தர்களின் வாழ்க்கைக்கு மகுடம் வைத்தார் சித்தர்கள் கண்ட வாழ்க்கை தத்துவமே சித்தாந்தமாகும். இச் சொற் பிரிவுக்கு பலரும் பலபல கூறினும் சித் + அத்தம் என அறிவின் முடிவு என்பது பொருந்தும் தொன்மைக் காலத்தில் சித்தர்களை அறிவர் எனக் குறிக்கும் மரபு இருந்ததாக தொல்காப்பியம் கூறும். அறிவு அறிவரின் பண்புகளில் ஒன்று அறிவர் என்போர் இறப்பு, நிகழ்வு, எதிர்வு என்று முக்காலங்களையும் உணர்ந்தவர்கள் இவர்களை ஞானிகள் என அழைக்கலாம். மாமூலர் திருவள்ளுவர் இவர்கள் முக்காலமுணர்ந்தோர் வரிசையில் சேர்வர். நச்சினாக்கினியரும் இவ்வாறே விளங்குகிறார்,

''கற்றோரறியா அறிவினர் கற்றோர்க்கு
தவம் வரம்பாகிய தலைமையர்''

எனவே சித்தான சிவன் கண்ட முடிவு அல்லது சிவனை முதலாக கொண்ட சித்தர்கள் (அறிவர்) கண்ட முடிவு இதுவே சைவசித்தாந்தமாகும். திருமூலர் விளக்கியுள்ள விளக்கங்கள் ஒருவாறு பொருந்தும் இவரும் ஓர் சித்தராவர்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

செவ்வரத்தம் பூ

சித்த வைத்தியர் - க. நடராஜா ஜே. பி
கூழாவடி மட்டக்களப்பு

நமது தேசத்தில் சாதாரணமாக எல்லாரும் எளிதில் பெறக்கூடிய செவ்வரத்தம்பூ உடம்பிற்கு நல்ல பலனையளிக்கும். இந்தச் செடி நந்தியாவட்டைச் செடியைப்போல் இருக்கும். இதன் இலையைமென்று தின்றால் சூழுகுழுப்பாகவிருக்கும். இதன் பூ நல்ல இரத்தச் சிவப்பாகவும் அழகாகவும் இருக்கும். இதில் இரண்டு வகையுண்டு. ஒன்று ஒற்றைப் பூ மற்றது இரட்டைப்பூ அல்லது அடுக்குச் செவ்வரத்தைப் பூவென்பது மற்றொன்று, தமிழில் செவ்வரத்தம் பூவென்றும், சிங்களத்தில் சப்பரத்திமல் என்றும், ஆங்கிலத்தில் சைனா றோஸ் என்றும், தெலுங்கில் தாசாணிப்பூ வென்றும், சமஸ்கிருதத்தில் ஜபபுஷ்பம் என்றும் இதற்குப் பெயர். இப்பூ சாதாரணமாக எங்கும் கிடைக்கிறபடியால் மக்கள் இதன் மகத்துவத்தை அறிந்து கொள்வதில்லை. இந்தப் பூவை இந்துக்கள் பூசைக்கு உபயோகிக்கின்றார்கள்.

செவ்வரத்தம்பூவில் நிறைய தங்கச்சத்து இருக்கிறதென்றுநான் கூறும் போது நேயர்கள் ஆச்சரியமடையக் கூடும் ஒரு கிறையின் தங்கம் சாப்பிட வேண்டிய ஒரு நோய்க்கு 40 கிறெயின் புஷ்பம் சாப்பிட்டு அப்பலனை அடையலாம். ஆகையால் செவ்வரத்தம் பூவைச் சாப்பிடும் ஒவ்வொருவரும் தங்கத் துளிகளையும் சேர்த்துச் சாப்பிடுகிறோம் என்று நினைத்துக் கொள்ளலாம். இப்பூ சாதாரணமாய் நமக்கு கிடைப்பதால் மக்கள் இதிலுள்ள மகத்துவத்தை அறியாமல் அலட்சியமாக விட்டுவிடுகிறார்கள் போலும். ஆகையால் உங்கள் வளவுகளிலே ஒவ்வொரு நாளும் கிடைக்கும் ஒவ்வொரு பூவையும் வீண் போகவிடாது அதை என்ன ரூபத்திலாவது சாப்பிட்டு வருவீர்களாயின் நீங்கள் சிறு சிறு அணுக்களாகத் தங்கஞ்சாப்பிட்டவர்களாவீர்கள்.இயற்கை அன்னை செவ்வரத்தம் பூவின் ரூபமாகத் தந்திருக்கும் தங்கத் துளிகளை இனிமேலாவது வீண் போக விடாது அனுபவித்துக் கொள்வது நமது கடமையென்பது இப்பொழுது புலப்படுகிறதல்லவா?

இப் புஷ்பத்தைச் சர்பத்தாகவும், கிருதமாகவும், குல்கந்தாகவும் பச்சடியாகவும் இன்னும் அனேக விதமாகவும் சாப்பிட்டுக் கொள்ளலாம். இதனால் தீரும் நோய்கள் அனந்தம், கணைச்சூடு, எலும்புருக்கி, இருதயத்துடிப்பு, மேக உஷ்ணம், இருமல்கள், தலையிடி, தலைச்சொடுகு, வெள்ளை வெட்டை, மேகம், இரத்தப் பிரமியம், நீர்க்கடுப்பு, நீர் எரிச்சல், கல்லீரல் வீக்கம் முதலிய பல நோய்கள் செவ்வரத்தம். பூவையுண்பதால் குணமாகின்றன. செவ்வரத்தம் பூவானது பொதுவிலே ஒரு உஷ்ண சங்ஹாரி கல்லீரலினும் நீர்ப்பையிலும் விசேஷமாக இருத

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

யத்திலும் வேலை செய்யக்கூடியது. நல்லெண்ணெயில் இப்புஷ்பத்தை ஊற வைத்து நாள்தோறும் தலைக்கு தடவிவர உஷ்ணத்தின் பேரால் சிரசில் ஏற்படும் சுண்டு சொடுகு கரப்பன் முதலியவை திரும். இந்தியப் பெண்கள் நல்லெண்ணையில் புஷ்பமும் வெந்தயமும் சேர்த்து சூரியபுடம் வைத்து தலைக்குத் தடவிச் சீவிக் கொள்கிறார்கள். தலையிடி உள்ள வர்கள் இப் புஷ்பத்தை அரைத்து தலையில் தப்பி சில நேரங் கழித்து வழமைபோல் முழுகினால் அது தீரும். மேக சுரம் காயும் நோயாளிக ளுக்கு 10 செவ்வரத்தம் பூவை ½படி நீரில் விட்டுக்காய்ச்சி தொடர்ந்து அருந்தி வந்தால் சுரம் நீங்கி விடும். இன்னும் இலேசான உஷ்ண சுரங் களுக்கும் இக் கஷாயம் உபயோகமானது. நீர்க்கடுப்பு, நீர் எரிவால் கஷ்டப்படுகிறவர்கள் மேலே சொன்னபடி கிடைக்கக் கூடிய பூக்களைச் சேர்த்து கஷாயம் எடுத்து அருந்திவர குணமாகும். மேலும் பிரயாணத் தாலோ தண்ணீர் மாற்றங்களாலோ திடீரென ஏற்படும் எதிர்பாராத நீர்க்கடுப்புக்கும் மேற்படி கஷாயம் நலம் செய்து கொள்ள வசதியில் லாத போது வழியில் அகப்படும் செவ்வரத்தம் பூவை பிடுங்கி வாய் நிறைய மென்று சாப்பிட நீர்க்கடுப்பு குணமாகிவிடும். எதிர்பாராமல் ஏற்படும் வெள்ளையென்னும் கொடிய நோய்க்கு இப்புஷ்பத்தை வெறும் வாயில் மென்று தொடர்ந்து தின்றுவரக் குணமாகும்.

செவ்வரத்தம்பூவை க்ஷயரோகத்திற்கு உபயோகப்படுத்தலாம். வெட்டை என்னும் கொடிய வெள்ளை வியாதியால் நீர் இறங்கும் பொழுது எரிச்சலால் துன்பப்படும் நோயாளிகள் ஒரு பெரிய எலுமிச் சம்பழம் அளவு செவ்வரத்தம்பூவை அரைத்துப் பாலில் கலக்கி காலை மாலை சாப்பிட்டு வர மூன்று நாட்களில் நீர் எரிச்சல் நீங்கி வெண்மை நிறத்தோடு தாராளமாக நீர் இறங்கும். கணைச்சூடு உள்ள குழந்தை கள் அதாவது இருதயத் துடிப்புள்ள பலவீனமான குழந்தைகளுக்குச் செவ்வரத்தம்பூ கஷாயம் அல்லது சர்பத்து செய்து காலை மாலை கொடுத்துவர இதயத்துடிப்பு நீங்கிக் கணைச்சூடு குறைந்து விடுகின்றது கல்லீரல் வீங்கி இருக்கும் சமயத்தில் சுரம் அடிப்பதுண்டு. அத்தகைய சுரங்களுக்கு எந்த ஔடதமும் பயன்படுவதில்லை. ஆனால் செவ்வரத் தம்பூ மேற்சொன்ன வியாதியை குணப்படுத்துகின்றது. பெண்களுக்கு உண்டாகும் பெரும்பாடு என்னும் உதிரப் பெருக்கை நிறுத்துவதற்கு செவ்வரத்தம்பூ பெரிதும் உபயோகப்படக் கூடியது எலும்புருக்கி என்னும் நோயை செவ்வரத்தம்பூ கஷாயம் சுகப்படுத்துகின்றது சிறு குழந்தை களுக்கு இருதய வியாதி ஏற்பட்டு இளைத்து வரும் சமயத்தில் எம் மருந்தைக் கொடுப்பினும் பயன் தருவதில்லை. மேற்கொண்டு உஷ்ணம் அதிகரித்து வயிற்று வலி, வயிறுப்பல் முதலான தொந்தரவுகள் ஏற்படு கின்றன. அத்தகைய குழந்தைகளுக்கு நாள் ஒன்றுக்குப் பத்துப் புஷ்பத் தில் ஒரு படி நீர் விட்டு அரைப்படியாகக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு பாலிலோ அல்லது வேறெந்த ஆகாரத்திலோ உபயோகித்து வரக் குழந் தைகள் பலமாகவும் உஷ்ணமில்லாமலும் நீர் மலம் தாராளமாய்க் கழித்தும் சுகமாய் வளரும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

இயற்கையுடன் இணைந்த சித்த மருத்துவம்

தெய்வீக சக்திகொண்ட மூலிகைகள்

மனிதன் என்று தோன்றினானோ அன்று முதல் உணவுக்காக காடுகளிலும், மலைகளிலும் அலைந்து திரிந்தான். இருளைக்கண்டு பயந்தான். குளிரால் நடுங்கினான் இடியோசையைக் கேட்டு மரப்பொந் துகளில் பதுங்கிக் கொண்டான். கொடிய மிருகங்களின் உறுமலைக் கேட்டு உயர்ந்த மரங்களில் ஏறி ஒளித்துக் கொண்டான். இந்த நிலை யில் மிருகங்களினாலும், விஷப்பாம்புகளினாலும் தாக்கப்பட்டான். காயப்பட்ட மனிதன் தன் காயத்தை ஆற்றிக் கொள்ள வேதனையில் இருந்து விடுபட விரும்பினான். மிருகங்களுடன் மிருகமாக வாழ்ந்த மனிதன் மிருகங்களையே உற்று நோக்கினான். காட்டில் வாழ்ந்த பன்றி கள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதிக் கொண்டன. அதனால் பன்றிகள் காயப் பட்டன. காயப்பட்ட பன்றி அடர்ந்த காட்டிற்குள் ஓடிச் சென்று, மூக் கால் முகர்ந்து மரத்தின் வாசனையை கொண்டு மூலிகைமரத்தை இனம் கண்டு அம்மரத்தின் வேரைச் சப்பி நிலத்தில் கக்கி காயப்பட்ட பகுதியை அதன் மேல் படும்படி வைத்துக்கொண்டு பல நாட்கள் படுத்துக்காயத்தை ஆற்றிக்கொண்டது. இதனை கவனித்த மனிதன், அம் மரத்தின் வேரை தனக்கு மருந்தாக பயன்படுத்தி, தனது காயத்தை ஆற்றிக் கொண்டான் இம் மூலிகை ''பன்னல்'' என்று அறியப்படுகின்றது. மரத்துக்கு மரம் தாவி, கூட்டம் கூட்டமாக வாழ்ந்த குரங்குகளைக் கவனித்தான். கர்ப்பம் தரித்து குட்டி ஒன்றை ஈனுவதற்கு அவதியுற்ற பெண் குரங்கின் வேதனையைச் சகிக்க முடியாத ஆண் குரங்கு, மரத்துக்கு மரம் தாவிப் பாய்ந்து அடர்ந்த கொடிகள் படர்ந்திருக்கும் மரத்தை அடைந்து தன் வாயால் கொடிகளை சப்பி இனம் கண்டு அக்கொடியைப் பறித்து வந்து குட்டி ஈனுவதற்கு அவதியுற்ற பெண் குரங்கின் இடையை சுற்றி விடு கின்றது.

அப்பொழுது வேதனை தணிந்து குட்டியொன்றை சுகமே ஈன்று தன்னுடன் இணைத்துக் கொள்கின்றது. ஆதி மனிதனும் தன் மனைவி கர்ப்பமுற்று பிள்ளை ஒன்றை பெறுவதற்கு வேதனைப்படும்போது குரங்கு பறித்து வந்த அதே கொடியைப் பறித்து, தனது மனைவியின் இடையைச் சுற்றி விடுகின்றான். அவள் சுகமே குழந்தையொன்றைப் பெற்று எடுக்கின்றாள். இம் மூலிகை ''பெருமருந்துக் கொடி'' என்று அறியப்படுகின்றது. இரவில் புற்றுக்குள், பதுங்கியிருந்த நாக பாம்பு விடிந்ததும் உணவு தேடிப் புல்மேட்டில் ஊர்ந்து சென்றது. நாகத்தைக் கண்டதும் கீரி அதன் மீது திடீர் என்று பாய்ந்து தாக்குகின்றது. நாக பாம்பும் சீறிப் படமெடுத்து கீரியைத் தாக்குகின்றது. ஒன்றை ஒன்று மூர்க்கமாகத் தாக்கிக் காயமடைந்த கீரி பாம்பின் விஷத்தில் இருந்து விடுபட புல் மேட்டில் அங்கொன்றும் இங்கொன்றுமாக பல மூலிகை களை வாயால் மெல்லியும் அதன் மீது புரண்டும் விஷத்தின் வேகத்தைத் தணித்துப் போக்கிக் கொள்கின்றது. இதனை அவதானித்த

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆதி மனிதனும் விஷப்பாம்பால் கடியுண்டபோது அம் மூலிகையைப் பயன்படுத்தி விஷத்தினின்றும் வீடுபடுகின்றான். இம் மூலிகை ''சிறியாள் தங்கை'' என்று அறியப்படுகின்றது. பூனை ஒத்துக்கொள்ளாத மாமிசத்தை உணவாக உட்கொண்டால் அஜீரண நோயால் அவதிப்படுகின்றது. தன் நோயைப் போக்கிக் கொள்ள பல மூலிகைகளை முகர்ந்து தக்க மூலிகையை இனம் கண்டு அதன் மேல் உடலை உராய்ந்தும், நாக்கால் நக்கியும் நோயைக் குணப்படுத்திக் கொள்கின்றது. இம் மூலிகை ''பூனை வணங்கி'' (குப்பைமேனி) என்று அறியப்படுகின்றது. கூட்டமாக காட்டில் மேய்ந்த மான்கள் கஞ்சாச் செடியை உண்டதினால் காலையில் மயங்கிக் கிடந்தன. இலகுவில் அவற்றை வேட்டையாடி அதன் மாமிசத்தை உணவாக உண்ட மனிதனும் மானைப்போல் மயக்கமுற்றான். ''சால மயக்கும் பசியும் சாருங்காண்கோத்து கஞ்சாச் சடைக்கே'' இதனால் கஞ்சா மூலிகையின் குணத்தையும் அறிந்து கொண்டான். அன்று பச்சிலை மூலிகைகளின் மருத்துவப் பயனை அறிந்து கொண்ட காட்டு மனிதனின் வாழ்க்கையில் படிப்படியாக முன்னேற்றங்கள் ஏற்பட்டன.

தாவரங்களில் மரம், செடி, கொடி, புல் ஆகியவற்றால் அடங்கிய வேர், பட்டை, கட்டை, சாறு இலை, பூ, பருப்பு முதலியவற்றை அறிந்து பயன்படுத்த கற்றுக்கொண்டான், மேலும் அவன் அறிவுக்கெட்டிய விலங்குகள், பறவைகள் ஊர்வன, நீர்வாழ்வன முதலிய ஜீவராசிகளினதும், உலோகம் நவரெத்தினம், பாசாணம், காரசாராவணம், உபரசம் முதலியவற்றிலிருந்து மருத்துவப் பயனை அறிந்து கொண்டான் இதன் பயனாக ஒரு நோயைக் குணப்படுத்தத்தக்க பல மூலிகைகளையும் ஜீவராசிகளிலிருந்து பெறப்படும் உபபொருட்களையும், உலோகம் போன்றவற்றையும் சேர்த்து மனிதனுக்கு ஏற்படக் கூடிய எல்லாவித நோய்களையும் கட்டுப்படுத்த அல்லது முற்றாக நீக்கும் மருந்துகளை தயாரித்துக் கொண்டான். பல்லாயிரம் ஆண்டுகட்கு முன் ஆதி மனிதன் தெரிந்து கொண்ட மூலிகைகளின் மருத்துவப்பயனே, இன்று பூச்சு, ஒத்தணம், கசாயம், தைலம், குளிசை, சூரணம், பஸ்பம் போன்ற சித்த மருத்துவ மருந்துகளாகவும், ஆயுர்வேத மருந்துகளாகவும் திகழ்கின்றன. சித்த மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படும் மூலிகைகளான வள்ளிக்குடும்ப தாவரங்களில் இருந்து புற்றுநோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளும் பட்டிப் பூச் செடியின் வேரில் இருந்து இருதய நோய்களுக்கும் அதன் தண்டும், இலைகளில் இருந்து சிறுவர்கட்கான இரத்தப் புற்று நோய்க்கும் விஞ்ஞான முறையில் பிரித்தெடுக்கப்பட்ட இரசாயனப் பொருட்களைக் கொண்டு மருந்து தயாரிக்கின்றார்கள்.

மூலிகைகளை மருந்தாகப் பயன்படுத்த ஆரம்பித்த ஆதி மனிதன் இன்றைய விஞ்ஞான மருத்துவக் கலைக்கு வித்திட்டவன் என்பதை மறந்து விட முடியாது.

– நன்றி –
வீரகேசரி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

சரும வியாதிக்குரிய சிகிச்சையும் சிகிட்சைக் கிரமமும்

★★ ★★ ★★ ★★

டாக்டர் திருமதி. ம. தவத்துரை
D. A. M. S. (Cey)
வைத்திய பொறுப்பதிகாரி, ஆயுர்வேத மத்திய மருந்தகம்
கல்லடி, மட்டக்களப்பு.

''நோயற்ற 'வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்'' இதற்கேற்ப மனிதனானவன் தனது உடலில் நோய் ஏற்படாவண்ணம் பாதுகாப்பது தலையாய கடமையாகும்.

இதில் முக்கிய பங்கெடுப்பு சுத்தமாகும். இச்சுத்தமானது உடற்சுத்தம், உடைச் சுத்தம், உணவுச் சுத்தம், சூழல் சுத்தம் என்பவையாகும். ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு இந்த நான்கும் முக்கியமானதாகும். மேற்கூறப்பட்ட நான்கு வழிகளையும் நாம் கடைப்பிடிக்கத் தவறினால் சர்ம வியாதிக்கு ஆளாவோம் என்பது உண்மை. இந்த நான்கு வழிகளாலும் ஏற்படும் சரும ரோகத்தைப்பற்றி நாம் பிரித்து ஆராய்வோம்.

ஒன்று முதற் கூறப்பட்ட உடற்சுத்தம், நாம் நாள்தோறும் நீராடி அழுக் கேறும் நகம், தலைமயிர் காதினுள் ஏறும் அழுக்கு ஆகியவற்றை துப்பரவு பார்த் தல் வேண்டும், சர்மத்தில் ஏற்படும் வியர்வை நீங்க உடலைக் கழுவுதல் வேண்டும் வியர்வைக்கண் அடைபடுவதால் தோலில் கட்டுகள், புண்கள் போன்ற வியாதிகள் ஏற்படும்.

இரண்டாவதாக நாம் அணியும் உடையாகும். பொதுவாக நம்நாட்டு சுவாத் திய நிலைக்கேற்ப உடை அணியப் பழகல் வேண்டும்.இதனாலும் முக்கியமாக தோல் வியாதி மட்டும் அல்லாது அஸ்மா (Asthma) போன்ற ஏனைய வியாதிகளும் ஏற்பட அனுகூலமாக இருக்கும். அடுத்ததாக, 'கந்தையானாலும் கசக்கிக் கட்டு' என்ற முதுமொழிக்கிணங்க நாம் அணியும் உடைகளை நாளாந்தம் தோய்த்து நன்றாக வெயிலில் உலர வைத்து உடுத்தல் வேண்டும்.

மூன்றாவதாக மனித வாழ்வில் முக்கியமானது உணவாகும். உணவு என்று கூறும்போது நீரும் பானவகைகளும் இதனுள் அடங்கும்; நீரைக் கொதிக்க வைத்து வடித்து அருந்தப் பழகிக்கொள்ளல் வேண்டும். உணவுகளை ஈ, கொசு முதலியன மொய்க்காமலும் அவற்றை பாவிக்கும் பாத்திரங்கள் துப்பரவாகவும் இருத்தல் வேண்டும். இத்துடன் அல்லாது எமது சுவாத்தியத்துக்கும் உடலுக்கும் ஒவ்வாத உணவுகளையும் ஓரளவு குறைவாக அல்லது எடுக்காமலோ விடுவதும் நல்லது. 'அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் நஞ்சு, என்பதற்கேற்ப அளவுக்கு அதிகமாக உட்கொள்ளும் பழக்கத்தை நாம் கட்டுப்படுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும். உணவி லும் குழந்தைகள், வளரும் பிள்ளைகள், தாய்மார்கள், கர்ப்பிணித்தாய்மார்கள்,

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முதியோர்கள் நோயாளிகள் என்று தரம்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும். இவற்றை வைத்தியரிடமோ அல்லது நூல் வாயிலாகவோ தெரிந்து அறிந்து அதற்கேற்ப உணவை உட்கொள்ளுதல் வேண்டும்,

உதாரணமாக போஷாக்கு குறைந்த உணவால் சிறுவயதில் கால்களில் பொருக்கு மாந்தம், கணைநோய், மாலைக்கண் போன்ற வியாதிகள் ஏற்படும். கர்ப்பிணித் தாய்மார்கள் ஊட்ட உணவு அருந்தாவிடில் தாயும் சேயுமே நோய்க்குள்ளாக நேரிடும். வயதிற்கேற்ப அல்லாது அதிக உணவை அருந்தி வந்தால் அதி இரத்த அமுக்கம் (High Blood Pressure) மது மேகம் (Piabatis) போன்ற நோய்கள் ஏற்படும். சுவாத்திய நிலைக்கும் உடல் நிலைக்கும் ஏற்ப உணவு அருந்தா விடில் சரும வியாதி அஸ்மா போன்ற ரோகங்கள் ஏற்படும்.

கடைசியாக சூழல் அதாவது சுற்றாடலாகும். இதில் வீடு, வளவு, வீதி, ஊர் என்பன அடங்கும். வீடு காற்றோட்டம் உள்ளதாய் தூசிகள் அழுக்குகள் சேரா மல் வீட்டை எப்போதும் சுத்தமாக வைத்திருத்தல் வேண்டும். திறந்த வெளிகளில் கழிவுப் பொருள் குவிப்பது மலசலம் கழித்தல் என்பன சுகாதாரத்தைப் பாதிக்கும்.

எமது சித்தவைத்திய முறைப்படி உடம்பை வாத, பித்த, கபம் என்ற ரீதியில் பிரிக்கலாம். இதனையே நாம் ஊட்டப் பொருட்கள் என்று அழைப்போம். தாதுக் கள் ஏழு வகைப்படும். இவற்றோடு கழிபடு பொருள் வியர்வை, சிறுநீர், மலம் என்பவையும் அடங்கும்.

மேலே கூறப்பட்ட ஊட்டப் பொருட்களில் ஒன்றோ இரண்டோ அல்லது ஒன்று மட்டும் தனித்தோ பிரகோபம் அடைந்து தோஷம் அடைந்தால் கீழே குறிப்பிட்ட தாதுக்கள் தூஷிப்பிக்கப்படுகின்றன. எனவேதான் தோஷ தூஷிய சம்மூர்ச்சனம் ஏற்பட்டு வியாதி எனும் அவஸ்தை உண்டாகிறது. இச்சமயத்தில் மலங்கள் அதா வது வியர்வை, சிறுநீர், மலம் இவற்றின் தொழில்களிலும் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டு நோயால் அவஸ்தை நிலை அடைவான். இதே போன்று இச்சரும வியாதியிலும் உணவு காரணமாகவோ, சுத்தம் காரணமாகவோ, சுவாத்தியநிலை காரணமா கவோ மனிதனின் சுரோதஸ் ஆனது அடைபட்டு சுரோதஸ்சில் தோஷ தூஷிய சம்மூர்ச்சனம் ஏற்பட்டு சர்மத்தில் மாற்றம் ஏற்படுகிறது. தூசிக்கப்பட்ட தாதுக் களுக்கேற்ப தோலில் புண்ணோ, வீக்கமோ, கட்டியோ இப்படி ஏதோ ஒரு அறி குறி சர்மவியாதியில் காணப்படும்.

சிகிச்சையும் சிகிட்சைக்கிரமமும்:

1. சிறுகுழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் அவியல் புண்ணிற்கு:

தாய்ப்பால் குடிக்கும் குழந்தையானால் தாயை ஒவ்வாத உணவை தவிர்க்கும் படி அறிவுரை கூறல் வேண்டும். குழந்தையின் தலையிலோ மேலிலோ இருக்கும் அவியலுக்கு முள்முருங்கிலைச் சாற்றால் வாரம் ஒருமுறை முழுக்கு செய்விப்பதுடன் மேலே வேப்பிலை பச்சை மஞ்சள் அரைத்து குளிப்பாட்டும்படி கூறி வடிகிரந்தி எண்ணெய் அல்லது முலைப்பால் எண்ணெய் தலைக்கும் மேலுக்கும் பூசிவருவது டன் உட்பிரயோகமாக கிரந்திக்கோரோசனை மாத்திரை, முக்கூட்டு மாத்திரை, முலைப்பாற் குளிகை ஆகியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றை தகுந்த அனுபானத்தில் காலை மாலை கொடுத்துவர வெயிலைக்கண்ட பனிபோல் நோய் தணியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

2. வளர்ந்தோருக்கு ஏற்படும் சொறி, சிரங்கு, கடி, புண், எக்சிமா கரப்பான் போன்றவற்றிற்கு:

எந்தக் காரணத்தால் மேற்கூறப்பட்ட நோய் ஏற்பட்டது என்று வைத்தியரின் பரிசோதனை மூலமும் நோயாளியின் வாய் மூலமும் நோயைத் தீர்க்கமாக அறிந்த பின்னர் சிகிச்சையை ஆரம்பிக்கலாம். சிகிச்சையை ஆரம்பிக்க முன் நோயாளிக்கு பத்தியா பத்தியங்களைப்பற்றி விளக்க வேண்டும். உதாரணமாக வட்டக்கிரந்தி (Psoricsis) நோயாளியாக இருந்தால் பெரும்பாலும் அவரது மனநிலை பாதிப் படைந்திருக்கும்; எனவே மனப்பாதிப்பாலோ, பரம்பரையாலோ, பழக்கவழக்கத்தாலோ, துப்பரவின்மையாலோ, சுற்றாடலாலோ, உணவாலோ, சுவாத்தியநிலையாலோ இன் நோய் ஓருவருக்கு ஏற்படலாம்.

எனவே காரணத்தை அறிந்து அறிவுரை வழங்கி சிகிச்சையை ஆரம்பிக்க வேண்டும். சோதன சிகிச்சை அதாவது விரேசனத்துடன் சருமவியாதி நோயாளருக்கு சிகிச்சையை ஆரம்பிக்க வேண்டும். விரேசனமாக சிவன் குளிகை மேகநாதி குளிகை, வெள்ளை எண்ணெய் என்பவற்றைக் கொடுக்கலாம். இதன் பின்னர் உட்பிரயோகமாக கைசோர குக்குலு, கோக்சுராதி குக்குலு, இரசகெந்தி மெழுகு, கெந்தக இரசாயனம் போன்ற அவுடதங்களை நோயாளியின் வயதிற்கும் நோயின் தன்மைக்கும் ஏற்றவாறு மருந்தின் அளவை தீர்மானித்து கொடுக்கவேண்டும்.

வெளிப்பிரயோகமாக கரப்பான் தைலம், பச்சை எண்ணெய், பிண்ட தைலம் போன்றவற்றைப் பூசக் கொடுக்கலாம்.

வெண்குஸ்ட நோயாளிக்கு ஏழு நாட்களுக்கு வெள்ளை எண்ணெய் கொடுத்து விரேசனம் செய்து ஒருநாள் ஆறவிட்டு ஒன்பதாவது நாளில் இருந்து ஒரு மண்டலத்திற்கு இரசகெந்தி மெழுகு தினம் இருவேளை கொடுத்து (இரசகெந்தி மெழுகை கொடுக்கும் போது இருபது நாட்களின் பின் நோயாளியை ஆறவிட்டு புற பத்தியத்துடன் இருக்கவிட்டு பின் மிகுதிநாட்களைத் தொடரலாம்)

சிவகரந்தச் சூரணம் வெருகடிப் பிரமானம் தேனுடன் கலந்து காலை மாலை மூன்று மாதங்களுக்கு கொடுத்துவர நோயின் குணங்கள் நோயாளியிடம் இருந்து படிப்படியாக குறைந்து போவதை நாம் கண்கூடாகப் பார்க்கலாம். இதற்கு வெளிப்பிரயோகமாக நாளாந்தம் நோயாளியை வேப்பிலை, பச்சை மஞ்சல் அரைத்து பூசிக் குளிக்கும்படியும் பிண்டதைலத்தை வெளிப் பிரயோகமாக பூசி வருவதையும் கூறல் வேண்டும்.

பத்தியா பத்தியம்.

சரும நோயாளிக்கு ஒவ்வாத உணவாக கீழ்க்காணும் உணவுகளை தவிர்த்துக் கொள்ளல் வேண்டும். மதுபானம், புகையிலை, பயற்றங்காய், தக்காளி, கத்தரிக்காய், மாமிசவகை போன்ற உணவுகளை தவிர்க்கும்படி கூறி, வழங்கப்படும் மருந்திற்கேற்ப பத்தியத்தையும் சொல்லப்படல் வேண்டும். பாஷணவகை மருந்துகளை பாவிக்கும் போது புளி, உப்பு தவிர்த்து அம்மருந்து பாவிக்கும் காலம் வரை நோயாளியை பாலும் சோறும் மோரும் சோறும் பாவிக்கும்படி கூறல் வேண்டும்.

நோயாளி நித்திரை இல்லாமல் அவஸ்தைப்படுவானாகில் கொடுக்கும் குடிநீருள் ஜடாமாஞ்சில், குறோசாணி ஓமம் அமுக்கிராய் ஆகிய மூலிகைகளை அதனுள் போட்டு ⅛ ஒன்றாக காச்சி பருகச்சொன்னால் தூக்க வேதனை ஓரளவு தணியும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

மாந்தம்

சித்த வைத்திய சிரோன்மணி ந. வேல்முருகு

வாசக அன்பர்கட்கு ஓர் வேண்டுகோள் எமது சித்தமருத்துவன் ஐந்தாவது வெளியீட்டில் பாலர்கட்குவரும்மாந்தநோய்பற்றிஎழுதினோம் சஞ்சிகையில் இடம் போதாமையால் முழுப்பகுதியும் இடம்பெறவில்லை என்பதை தெரிவித்துக் கொண்டு மேற்கொண்டு தொடர்கிறோம்.

(6) ஆறாவது கல்மாந்தம்:

குழந்தை தன் கைகளினால் முகத்தை தடவும், சுரமடிக்கும் உடம்பு வெளுத்து நாக்குலரும். கால்களிரண்டும் குளிர்ச்சியாக இருக்கும், பல வர்ணமாய் மலம் கழியும். தலை வியர்வையாயிருக்கும்.

சிகிச்சை: மாந்தநாச மாத்திரை சசியாதி மாத்திரை கொடுத்தால் குண மடையும். ஆனால் சித்தவைத்தியரின் ஆலோசனையுடன் கொடுப்பது நன்று.

(7) ஏழாவது வலி மாந்தம்:

பலவிதமாக வயிறு கழியும் மார்பில் வலிக்கும் பயறு கடிப்பதுபோல் பற்கடிக்கும், பல் கிட்டிக் கொள்ளும் தொண்டை கட்டிதண்ணீர் இறங் காது கை கால்களை முறுக்கி இழுக்கும் சன்னி காணும், தாகமுண்டாகும் அசாத்தியம்.

சிகிச்சை: மாந்தசன்னி மாத்திரை சசியாதி மாத்திரை, உள்ளி மாத்திரை பாவிக்கலாம். அனுபவமுள்ள சித்தவைத்தியர்களைக் கொண்டு சிகிச்சை அளித்தல் சாலச்சிறந்தது.

(8) எட்டாவது கட்டு மாந்தம்:

கொட்டாவி அடிக்கடி வரும், சுரமடிக்கும் வயிறு, மார்பு, முகம் வீங்கும் வியர்வைகாணும். ஒன்றை விட்டு ஒருநாள் மலம் கழியும். தூக்க முண்டாகும். வயிற்றில் வலி இருக்கும், இரைச்சலுண்டாகும்.

சிகிச்சை: கட்டுவாதி மாத்திரை, மாந்தநாச மாத்திரை பாவித்தால் குணமடையும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

(9) ஒன்பதாவது பால் மாந்தம்:

குழந்தைமுகம் பற்பல நிறமாகக்காணும், கால்கள் சோர்வடையும், பால்போல் மலம் கழியும், பால் பாலாய் வாந்தி எடுக்கும், கண்கள் குழிவிழும், தலை தூக்க முடியாத நிலையில் இருக்கும்.

சிகிச்சை: மாந்தசன்னி மாத்திரை, சித்தமட்டி மாத்திரை, ஆமையோட்டு குளிசை கொடுத்தால் குணமடையும்.

(10) பத்தாவது ஊது மாந்தம்:

உடம்பு ஊதிக்காணும், அதிகமான வாந்தி, கழிச்சல் உண்டாகும். வயிறு பொருமும், வயிறு இரைச்சல் காணும். சுரமடிக்கும் இக்குணங் களுண்டாகும்.

சிகிச்சை: மாந்தநாச மாத்திரை, சித்தமட்டி மாத்திரை, உள்ளி மாத்திரை கொடுத்தால் குணமடையும்.

(11) பதினோராவது போர் மாந்தம்:

பொருமிப் பொருமி வயிறு கழியும் சத்தி எடுக்கும், நெற்றி நரம்பு புடைத்துக் காட்டும், வயிற்றில் வலியுண்டாகும், வாயால் நுரை தள்ளும், கண்கள் குழிவிழும், நெஞ்சில் புண் உண்டாகும்.

சிகிச்சை: கட்டுவாதி மாத்திரை, சசியாதி மாத்திரைகள், சித்தமட்டி மாத்திரை பாவித்தால் குணமாகும்.

(12) பன்னிரெண்டாவது சத்தி மாந்தம்:

அறிவு மயங்குதல், நிலை தடுமாறுதல், தலை புரட்டுதல், கை கால் குளிர்தல், நாக்கில் முட்கள் உண்டாகுதல், வாந்தி, ஏப்பம், வலிப்பு ஆகிய குணங்களுண்டாகும்.

சிகிச்சை: தேர்ச்சியுள்ள சித்தவைத்தியகை கொண்டு சிகிச்சை அளிக்கவும்.

(13) பதின்மூன்றாவது பேய்மாந்தம்:

மயக்கம், வாய்பிதற்றல், வாயால் நுரைதள்ளல், நரம்புகள் கீழ் நோக்கி இழுக்கும், இடுப்பு, கை, கால், தொடை, முகம், பிடரி முதலிய இடங்களில் வலி உண்டாகும்.

சிகிச்சை: சசியாதிமாத்திரை, வாதாரி மாத்திரை உள்ளுக்கு கொடுத்து மாந்தசன்னி எண்ணெய் தலைக்குவைத்து தானங்களுக்கும் பொருத்தவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

(14) பதினான்காவது துலைமாந்தம்:

குழந்தை பிறருடைய முகத்தைப் பார்த்தால் அழும். அடிக்கடி கொட்டாவி விடும், தேகம் முழுவதும் வலிக்கும், சுரம், தாகம், வியர்வை முதலிய குணங்களுண்டாகும்.

சிகிச்சை: சந்திராதி மாத்திரை, தேற்றாவிரை மாத்திரை, பூரணச்சந்திராதி மாத்திரை கொடுத்தால் குணமாகும்.

(15) பதினைந்தாவது சுரமாந்தம்:

குழந்தை தாய்ப்பால் குடியாது முகம் தேகம் மினுமினுப்புகாணும், சுரமடிக்கும், கண்ணில்நீர் வடியும், கண்கள் சிவந்திருக்கும், மயக்கமுண்டாகும், தேகம் முழுவதும் வலி கால்கள் சில்லிட்டிருக்கும்,

சிகிச்சை: சந்திராதி மாத்திரை, சுர மாத்திரை கொடுக்க குணமாகும்.

(16) பதினாறாவது உப்பு மாந்தம்:

இரைச்சலுடன் பேதியாகும் நாவரளும் சுரம் காயும் வாய்பிசத்தும் வயிறு பொருமும் வாந்தி எடுக்கும் தாய்ப்பால் குடியாது மயக்கம் காணும்

சிகிச்சை: முலைப்பால் குளிகை, மாந்தசன்னி மாத்திரை, கொடுக்கவும் குணமடையும்.

(17) பதினேழாவது கணமாந்தம்:

சுரமடிக்கும், மூக்கால் நீர்வடியும், வயிறுபொருமும், உடம்பு இளைக்கும், வயிற்றில் வலி, தலைவலிகாணும் வயிறு இரைந்து பலவிதமாய் கழியும் கண்மயக்க முண்டாகும்.

சிகிச்சை: இஞ்சி மிறித்தியாதி உள்ளி குளிகை, கட்டுவாதி மாத்திரை பாவிக்கவும்.

(18) பதினெட்டாவது அமர்சன்னி:

குழந்தை முலையுண்ணாது தாய்முகத்தை கூர்ந்து பார்க்கும், முகம் வேர்க்கும், குரல் கம்மும், வலிப்பு காணும், மலம்கட்டும், தாகமுண்டாகும் வயிற்றில் நோ, சுரமடிக்கும், இதற்கு அவதானமாக வைத்தியம் செய்ய வேண்டும்.

அன்பான தந்தை தாய்மார்களே எமக்குக்கிடைத்த ஏட்டுப்பிரதிகளின் பிரகாரம் மாந்தவகுப்பைப்பற்றிய செயல்பாடுகளும் அவற்றுக்குரிய சிகிச்சை முறைகளையும் சுருக்கமாக எழுதியுள்ளேன். ஏதும் குறைகுற்றங்களிருந்தால் அவற்றை நீக்கி நிறைகளை ஏற்றுகொள்ளவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தூதுவளை

Dr. புஷ்பலீலா இராஜேந்திரன் - மருத்துவ அதிகாரி
B. A. M. S (Hons) Dip - in - A. C. C SRILANKA.
ஆயுர்வேத மத்தியமருந்தகம், ஒட்டமாவடி.

பொதுவாக சித்தஆயுர்வேத மருத்துவ முறைப்படி மனித உடலில் சமநிலையில் இருக்க வேண்டிய வாதம், பித்தம், கபம் எனும் திரிதோஷங்களில் ஒன்றோ அல்லது இரண்டோ அல்லது மூன்றுமோ 'கோப' அடையும் போது (அ - து சமநிலையிலிருந்து கூடுவதாலோ அல்லது குறைவதாலோ) நோய்கள் ஏற்படுகின்றது என்று கூறப்படுகிறது. 'கோப' அடைந்த திரிதோஷங்களை மீண்டும் சமநிலைக்குக் கொண்டுவருவதன் மூலம் நோயிலிருந்து நிவாரணம் பெறலாம்.

இங்கு திரிதோஷங்களின் சமநிலை பிறள்வுக்கான காரணம் கண்டு பிடிக்கப்பட்டு, அதற்கு நிவாரணம் செய்யப்படுவதுடன், பிறள்வடைந்த திரிதோஷம் சமநிலைப்படுத்தப்படுவதன் மூலம் அந்த நோய்க்கு நிவர்ரணம் ஏற்படுத்தப்படுகிறது

பொதுவாக மருத்துவ குணம் உடைய தாவரங்களில் திரிதோஷ சமனிகள் பல காணப்படுகின்றன. அவற்றுள் தூதுவளையும் ஒன்று. இதன் தாவரவியல் பெயர் Solanam Trilobatum linn என்பதாகும்.

தூதுவளை பொதுவாக வெப்பப் பிரதேசத்தில் காணப்படும் ஒரு கொடியாகும். இதன் இலை கோவை இலை போன்ற வடிவம் உள்ளது. இலையின் நடுநரம்பிலும், தண்டுகளிலும் முட்கள் காணப்படும். பழம் சிவப்பு நிறத்திலும் ஏறத்தாழ 1 சென்றி மீற்றர் விட்டமுடையதாகவும் இருக்கும். பூ மென்நீல நிறம் உடையது.

தூதுவளையினதும் சமூலம் (கொடி, இலை, காய், பழம், வேர்) அனைத்தும் மருத்துவ பயன்மிக்கது. இதனை தேரையர் எனும் சித்தர் பின்வருமாறு கூறுகின்றார்.

தூது பத்தரி யூண்சுவை யாக்கும் பூ
தாதுவைத் தழைப் பித்திடுங் காயது
வாத பித்த கபத்தையும் மாற்றும்மே
நேதும் வல்லியன் நோயும் ஒழிக்குமே!

- தேரையர் குணபாடம்

தூதுவளை இலை பசியைத் தூண்டும். அத்துடன் பித்தத்தினால் உண்டாகும் நோய்களான நெஞ்சு, கரிப்பு, கண் எரிச்சல் வயிற்றெரிச்சல் உள்ளங்கை, கால் எரிவு என்பவற்றை நீக்கும். அத்துடன் மண்ணீரல், கல்லீரல் என்பவற்றை நன்கு செயல்பட வைத்து அதனால் ஏற்படும் நோய்களைக் குணப்படுத்தும்.

தூதுவளைப் பூ தாதுவை விருத்தி செய்யும் அதனால் சுக்கில குற்றம், சுக்கில நீர்த்தல், இரவில் சுக்கிலம் வெளியாதல், சிறுநீரில் வெளியாதல், இல்வாழ்க்கையில் துரிதமாதல், கசிவு போன்ற ஜனன இந்திரிய குறைபாடுகளை அகற்றும். வயோதிபரையும் வாலிபனாக்கும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காய் வாத, பித்த கபத்தை மாற்றும். அல்லது சமநிலைப்படுத்தும் என தேரையார் எனும் சித்தர் கூறுகிறார்.

இதனுடைய சமூலத்தை (கொடி, இலை, காய், பழம், வேர்) இவைகளை அப்படியே நிழலில் உலர்த்தி, உலர்ந்த பின் ஒரு நாள் வெயிலில் வைத்து அன்றே உரலிலிட்டு இடித்து சூரணம் செய்து துணியில் சலித்து பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு பெரியவர் ½ தே. கரண்டி
சிறுவர் ¼ தே. கரண்டி
குழந்தைகள் 2 சிட்டிகை

வீதம் காலை, மாலை தேனில் குழைத்து உண்டு வெந்நீர் பருக கூட்டிருமல் விடா இருமல்: கபம், தொண்டையில் சளி சயம், சுவாசகாசம், மந்தாரகாசம் என்பனவும் குறிப்பாக நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களும் நீங்கும்

தூதுவளை இருமல் சிரப்

தூதுவளை இலை 50 கிராம்
முசுமுசுக்கை இலை 50 ,,
துளசி இலை 50 கிராம்
கண்டங்கத்தரி இலை 50 கிராம்
ஆடாதோடை இலை 25 கிராம்
முருங்கை இலை 50 கிராம்
கஞ்சங்கோரை இலை 50 கிராம்

இவைகளை 2000மி.லீ தண்ணீரில் போட்டு 500மி.லீ ஆக சுண்டக்காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு

அரிசி திப்பலி — 25 கிராம்
ஏலக்காய் — 2 கிராம்
தேன் — 200 மில்லி லீற்றர்

எடுத்து அரிசித் திப்பிலியை இடித்து 500 மி.லீ தண்ணீரில் போட்டு 125மி.லீ ஆக சுண்டக்காய்ச்சி இரு குடி நீரையும் தனித்தனியாக வடித்து ஒன்று சேர்த்து வைக்கவும்.

500 மி லீ தண்ணீரில் 1 கிலோ சர்க்கரை சேர்த்து அடுப்பிலேற்றி சர்க்கரை கரைத்து கொதிவந்ததும் மேற்கூறிய இருகுடி நீரையும் சேர்த்து (625 மி.லீ) சிறு தீயில் எரித்து நீர் வற்றியதும் தேன் சேர்த்து கப்பிப்பதம் வந்ததும் 1 கிலோ மென்தோல் தூள் போட்டு உண்ணக்கூடிய கலர்பவுடர் சிகப்பு 3 சிட்டிகை போட்டு ஏலக்காய்த் தூள் போட்டு இறக்கி ஆறியபின் போத்தலில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இருமல், சளி, கபரோகம் இவைகளுக்கு நன்கு பலன் தரும்.

இருமல், கபம், சீதளம், ஆஸ்துமா, சுரம் என்பவற்றுக்கும் கொடுக்கலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பெரியவர்களுக்கு 1 மேசைக்கரண்டி 3 முறை சாப்பாட்டுக்கு முன்
சிறுவர்களுக்கு 1 தேக்கரண்டி 3 முறை சாப்பாட்டுக்கு முன்
குழந்தைகளுக்கு ½ தேக்கரண்டி 3 முறை சாப்பாட்டுக்கு முன்
3 – 6 மாத சிசுக்களுக்கு 5 - 10 சொட்டு இருமுறை பாலில் அல்லது வெந்நீரில் கொடுக்கலாம்.

இந்த சிரப் காதுக்குத்து, காதுமந்தம், பசியின்மை, நரம்புவலி, உடல் எரிச்சல் கண் நெஞ்சு எரிச்சல், மலச்சிக்கல் தொடர்சுரம் குளிர்சுரம், வாந்தி, குமட்டல் ருசியின்மை ஆகியவற்றைக் குணமாக்கும்.

தூதுவளைப்பூ நரை, திரை ஏற்படுவதை (முதுமையை) தடுக்கும். பூவை புட்டவியல் செய்து காலை மாலை தேனில் உட்கொள்ளலாம்.

தூதுவளைப் பூக்கள் அதிகம் கிடைக்குமாயின் தூதுவளைப்பூவையும் முருங்கைப் பூவையும் நெய்யில் வதக்கி, தேங்காய் சேர்த்து, புட்டவியல் செய்து தேன் கற்கண்டு சேர்த்து காலை 1 மண்டலம் (40 நாட்கள்) உண்டுவர உடல் வலுத்து தாதுகெட்டிபட்டு, வினைகள் அகன்று உடல் உறுதி, மேனியழகு பெறலாம் என தேரையர் குணபாடத்தில் இன்னுமொரு பாடல் கூறுகிறது.

தூதுவளைக் கீரையை முள்நீக்கி கழுவி பச்சையாக துவையல் செய்தும் பருப்புச் சேர்த்து துவையல் செய்தும் அன்றாட உணவில் உண்டுவர் உடலிற்கு சிறந்ததாகும்.

தூதுவளைக்காயை நெய்யில் வதக்கி உப்பு,புளி, மிளகாய், உளுத்தம் பருப்பு கறிவேப்பிலை சேர்த்து அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் உணவுக்குமுன் சாப்பிட்டுவர கபரோகம் சித்தப்பிரமை எனும் ஆரம்ப பைத்தியம் மலச்சிக்கல் என்பன எளிதில் படிப்படியாக குறையும்.

தூதுவளை வேர்
சீந்தில் வேர்
சுக்கு — சம எடை
அதிமதுரம்
அக்ரகாரம்

இவைகளை காய வைத்து வறுத்து சூரணம் செய்து சம பங்கு சர்க்கரை சேர்த்து காலை மாலை வாயிலிட்டு வெந்நீர் அருந்த குட்டிருமல், வரட்டிருமல் கபரோகங்கள் அகலும்.

இத்தகைய மருத்துவ குணம் மிகுந்த சித்தர்களால் போற்றப்பட்ட தூதுவளையை நாமும் நமது தோட்டத்தில் வளர்த்து வளம் பெறுவோமாக.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பெண்கள் பகுதி

உடற்பருமன் (அதிஸ்தௌல்யம்) தேகம் பருமன் குறைய

உடற்பருமனைக் குறைக்க என்ன செய்யலாம்? இது பலரால் எழுப்பப்படும் வினாவாகும். இளம் வயதில் கூடுதலாக தேகாப்பியாசம், ஆசனங்கள் செய்து வந்தவர்கள் பின்னாளில் எதுவித பயிற்சிகளும் செய்யாமல் இருந்தால் சரீரம் பருக்கக் கூடும். பிறக்கும் போதே பருமனாக உள்ளவர்கள் உடல் உளைப்பு இல்லாமல் இருந்த இடத்தில் இருந்தே தொழில் செய்வதால் உடல் பருமன் மிகவும் கூடும். இவர்கள் உணவுக் கட்டுப்பாட்டால் ஓரளவு பருமனைக் குறைக்க முடியும். கடுமையான நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவர் நோய் சுகமானவுடன் நன்றாக சாப்பிடவே விரும்புவார். இதனாலும் சரீரம் பருமனாக இடமுண்டு.

பெண்களுக்கு சில தனிப்பட்ட காரணங்களாலும் உடல் பருக்கும் வீட்டுவிலக்குக் கோளாறுகளாலும் உடற்பருமன் ஏற்படலாம், தவிர அதிகமாக சாப்பிடுதல், இனிப்பும் குளுமையும் உள்ள உணவுகளை உண்ணுதல் பகல் உறக்கம் உடல் உளைப்புக் குறைவு மனக்கவலை இல்லம் இன்ப வாழ்க்கை இவையாவும் பெண்களைப் பருமன் அடையச் செய்யும்

பொதுவாகப் பருமனைக் குறைக்க செரிப்பதற்கு கடினமானதும் சரீரத்தை மெலியச் செய்யும் ஆகாரங்களும், மருந்துகளுமே நல்லது. ஆனால் சரீர பலத்தைக் குறைக்காதவையாக இருக்கவேண்டும்.கோதுமை பார்லி, பழைய சம்பா அரிசி, குரக்கன்,தேன்,போன்றவை நல்லது வரட்சி மிக்க திரவியங்களால் தேகத்தை பூசி அழுத்தி விடுவது நல்லது.

சிகிச்சை முறைகள்:-

1) வெண்ணைகோஷ்டம் அகில், தேவதாரு, காட்டு மிளகு, கோரைக் கிழங்கு, ஆல், அரசு, அத்தி, இத்தி, கல்ஆல், இவற்றின் கொழுந்துகள், மட்டிப்பால், இலவங்கம் இவைகளை நன்கு அரைத்து கல்க்கமாக்கிக் கொண்டு சிறிதளவு ஊமத்தை இலைச்சாறும் சேர்த்து குழம்பு பதமாக எடுத்து தேகம் முழுவதும் நன்கு பூசித் தேய்த்து விடுக. பூச்சு உதிரும் வரை உடம்பை பிடித்து விடுவது நல்லது குடிக்கும் தண்ணீரில் தேன் கலந்து குடிக்கவும்.

2) செவ்வியம், நற்சீரகம், சுக்கு, மிளகு, திற்பலி, பெருங்காயம், துவர் சீலையுப்பு, சித்திர மூலம் இவற்றுடன் தயிர் நீரில் கரைத்த பொரிமாவையும் சேர்த்துக் கலக்கி குடித்துவர தேகம் மெலியும். நல்ல பசியும் ஏற்படும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

3) கடுக்காய்த்தோல், தான்றிக்காய்தோல், நெல்லி வற்றல், சுக்கு, திற்பலி இந்துப்பு இவைகளை தனித்தனி வறுத்து பொடி செய்து எல்லா வற்றையும் சம அளவாகக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு ஒன்று அல்லது இரண்டு சிட்டிகை வீதம் எடுத்து நல்லெண்ணையில் குழைத்து ஒரு நாளைக்கு 2 வேளை நக்கி சாப்பிடவும். 6 மாசத்தில் பருமன் குறையும்.

4) இரண்டு ஸ்பூன் தேனை 1கிளாஸ் தண்ணீரில் கரைத்து உணவுக்கு பின் தினம் 2 வேளை குடித்து வரவும்.

5) கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லி வற்றல், தூள் செய்து சமமாக கலந்து தேனில் அரைத் தேக்கறண்டி தூளைக்கலந்து தினம் 2 வேளை நக்கி சாப்பிடவும் 4ல் சொன்ன படி நீர் குடிக்கவும்.

6) தக்ராரிஷ்டம், மத்வாரிஷ்டம் இவைகளை குடித்து வருவதும் நல்லது

7) பார்லி, நெல்லிவற்றல், இவற்றின் சூரணத்தை தேனில் குழைத்து சாப்பிட்டு வரவும்.

8) பச்சைப் பயறு, கொள்ளு, நரிப்பயறு, துவரை, இவைகளை நெல்லி, வற்றல் அல்லது பேய்ப்புடோல் கலந்து கறி வைத்து நல்லெண்ணை விட்ட சாதத்தில் கலந்து சாப்பிடவும்.

9) ஆமணக்கின் வேரை நைய இடித்து தேன் கூட்டி பிசைந்து கொஞ்சம் ஜலம் விட்டு இரவு முழுவதும் ஊறவிட்டு மறுநாள் காலை கசக்கி பிளிந்து வடிகட்டி குடிக்கவும். வயிறு, இடுப்பு பிரதேசங்கள் பருத்த வர்களுக்கு இது மிகவும் நலம்.

- ஆசிரியர்

சிறுவர் பகுதி (ஆயுர்வேதம்)

1. க்ஷீராசி (தாய்ப்பால் குடிக்கும் பருவம்)

தாய்ப்பாலையே குடித்துவளரும் பாலகர்களுக்கு யாதொரு நோயும் வராத முறையில் தாயார் பத்தியமாக உணவு உண்டு வருவதே மிகவும் நல்லது. சில சமயம் பிள்ளைக்கு ஏதும் நோய் ஏற்படின் தாயாரே மருந்து சாப்பிட்டு, பால் மூலமாக பிள்ளைக்கு மருந்து உடம்பில் சேர்ந்து பிள்ளை குணமாவதுண்டு. முருங் கைக்கீரை, பச்சைப்பயறு இவைகளை தாயார் உணவுடன் சேர்த்து அடிக்கடி உண்டுவந்தால் பிள்ளைக்கு பால் குறைவில்லாமல் கிடைக்கும். பால் காச்சும்போது வெள்ளைப்பூண்டு பல் ஒன்று போட்டு பால் காய்ந்த பின் பூண்டுப்பல்லை எடுத் தெறிந்து விட்டு தாயார் அந்தப் பாலைக் குடித்தால் பிள்ளைக்கு குடிக் கும்பால் சீக்கிரத்தில் ஜீரணமாகும்தவிர பாலில் உள்ள கொழுப்பு அம்சமும் குறை யும். பிள்ளையின் வயிற்றில் புளிப்பு ஏற்படாது. வயிற்றுப்பிசம் ஏற்படாது. தயிர் போல குழந்தை வாந்தி எடுக்காது தினமும் குழந்தைக்கு எண்ணைக்குளியல் செய்து வந்தால் புஷ்டியாக வளரும். தாயாரும் வாரம் மூன்று முறை எண்ணைக்குளியல் செய்து வந்தால் புஷ்டியும் வனப்பும் ஏற்படும். பிள்ளைக்கு எண்ணைக்குளியல்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முடிந்ததும் சுட்டவசம்பில் சிறிது உரைத்து பிள்ளையின் நாவில் பூசிவிட (தேன் கலந்து) பிள்ளை ஆரோக்கியமாக இருக்கும்; இதனால்தான் வசம்புக்கு பிள்ளை வளர்ப்பான் என பெயர் ஏற்பட்டது. வசம்பின் மேற்தோலை சீவி சட்டியிலிட்டு சுட்டுக்கரியாக்கி அதனை பொடி செய்து ஒரு மூடியுள்ள போத்தலில் போட்டு வைத்துக்கொண்டால் தேவையான சமயங்களில் எடுத்துப் பாவித்துக்கொள்ளலாம். சிறுபிள்ளைகளுக்கு மாந்தம் ஏற்படாமல் இருக்க இந்த வசம்புப்பொடி மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும்.

2. க்ஷீரான்னாசி:

குழந்தை 6 - 7 மாதங்களாகும்போது கஞ்சியோ, கூழோ, தாயார் கொடுக்கத் தொடங்குவார். குழந்தை தாயார் ஊட்டும் உணவினோடு தாய்ப்பாலையும் குடித்து இருக்கும் இப்பருவத்தை க்ஷீரான்னாசி என்பர்.

சுத்தமான அரிசியை சோறு சமைப்பது போல சமைத்து சிறிது வெந்ததும் எடுத்து வெய்யிலில் உலர்த்தவும். பின்னர் சிறிது சீரகம், சிறிது ஓமம், 2 மிளகு இவைகளையும் சேர்த்து றவைபோல் அரைத்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தேவைப்படும் போது கஞ்சியாகவோ, கூழாகவோ செய்து குழந்தைக்கு ஊட்டினால் ஜீரணமாகும். வயிற்றில் எந்தப் பிரச்சனைகளும் ஏற்படாது. இதற்காக காரம் இல்லாத ஒரு நல்ல பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்வது நல்லது. எட்டு, ஒன்பதுமாதம் என்னும் போது முன்குறிப்பிட்ட உணவுகளுடன், பசுப்பால் அல்லது ஆட்டுப்பால் தண்ணீர் சேர்த்துக்காச்சி குடிக்கக் கொடுக்கலாம். இந்த சமயத்தில் பிள்ளையைத் தூக்கும்போது அதிக பாரம் இல்லாமலும், வாயில் புளிப்புவாசனை வராமலும் தாயார் கவனித்துக் கொள்வது நல்லது. பிள்ளைக்கு $1\frac{1}{2}$ வயதுவரை தாயார் மறுகர்ப்பம் ஏற்படாமல் இருப்பது மிகவும் நல்லதென ஆயுர்வேத நூல்கள் கூறுகின்றன, இதனால் தாயார் உடல்நலம் வலிமை கெடாது. பிள்ளைக்கும் உளரீதியான வளர்ச்சி நன்றாக இருக்கும். இதை இக்காலப் பெற்றோர்கள் மனதில் பதித்துக் கொள்வது மிகவும் நல்லது.

உணவு உட்கொள்ளும் பிள்ளைகளுக்கு சிறந்த ஆகாரமுறை ஆயுர்வேதத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இந்த உணவு முறைக்கு 'முஸ்தாதக்கரம்' என்பது பெயர் முஸ்தா என்றால் கோரைக்கிழங்கு (முத்தாக்காரசு) தக்கரம் என்றால் மோர், கோரைக்கிழங்கு மோரே முஸ்தாதக்ரம்.

செய்முறை:

கோரைக்கிழங்கில் ஒரு கைப்பிடி அல்லது 15, 20, கிழங்கை எடுத்து நன்றாக அலம்பி சுத்தம் செய்து மேற்தோலை கல்லில் தேய்த்து மீண்டும் கழுவி எடுத்து நன்றாக நசுக்கி நீர் கலந்து சிறுநெருப்பில் காச்சி கசாயமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ($\frac{1}{2}$ படி நீர் விட்டு $\frac{1}{4}$ படியாக காச்ச வேண்டும்.

முதனாள் இரவு பசுப்பாலைக் காச்சி உறைபோட வேண்டும். காலையில் தயிரின்மேல் உள்ள ஆடையை ஒரு கரண்டியால் எடுத்துவிட வேண்டும். ஆடையில்லாத தயிரை முன் சொன்ன கஷாயத்தை விட்டு மோராக கரைத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நன்றாக வெந்தசாதத்தில் இந்த மோரைக் கலந்து உணவாக கொடுக்க வேண்டும். வேறு உணவுகள் கொடுக்கக் கூடாது. இப்படி கொடுத்து வந்தால் ஜீரணசக்தி ஏற்பட்டு பிள்ளை ஆரோக்கியமாக வளரும், பானைபோல வயிறு உப்பாது. இத்துடன் உணவு ஜீரணமான பின் ஆட்டுப்பாலில் சிறிது தும்பைப் பூக்கள் போட்டு காச்சி பூக்களை நீக்கி விட்டு பாலைக் குடிக்கக் கொடுக்கவும். எந்த நோயும் இன்றி பிள்ளை சுகமே வளரும்.

—ஆசிரியர்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தவறான பாலின்பத்தால் வரும்
பால்வினை நோய்கள் (எய்ட்ஸ்)

சித்தமருத்துவ பூபதி, கலாநிதி கா. கு. சிவசுப்பிரமணிய குரு R. M. P

இன்றைய உலகில் மக்கள் எல்லோரும் அஞ்சிநடுங்கும் பால்வினை நோய் ''எய்ட்ஸ்'' ஆகும். இற்றைக்கு ஒரு இருபத்தைந்து ஆண்டுகளுக்கு முன் இந்தப் பெயர் மருத்துவ உலகில் இவ்வளவு பிரபலமில்லை. தற்போது அடிக்கடி புதிய, புதிய நோய்கள் தோன்றிக் கொண்டே இருக்கின்றன. இதற்கு என்ன காரணம்? மனிதனிடத்திலே ஒழுக்கக் கேடு எப்போ ஆரம்பமாயிற்றோ அன்றுமுதல் புதிய நோய்களும் தோன்ற ஆரம்பித்துவிட்டன. வெட்டை நோய் (கொனோறியா) மேகக் கிரந்தி (சிபிலிஸ்) அரையாப்பு, கண்டமாலை இவைகளெல்லாம் தகாத, ஒழுக்கமற்ற உறவுகளால் வரும் விளைவுகளே.

மேகக்கிரந்தியினுடைய உச்சநிலையே எய்ட்ஸ் என தற்போது பல சித்தமருத்துவர்களும், ஆயுர்வேத, யூனானி மருத்துவர்களும் சில ஆராச்சியாளர்களும் உறுதியாகக் கூறி உள்ளார்கள். இந்த விதமான நோய்கள் எல்லாம் 90 வீதம் விலை மாதர்களுடன் உறவு கொள்வதாலும் குடும்பப் பெண்கள் என்ற போர்வையில் இரகசியமாக பல ஆடவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் பெண்கள் மூலமாகவும் ஏற்படுகின்றன. ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என்ற முறையில் வாழ்பவர்களை இந்த நோய்கள் எட்டியும் பார்க்கமாட்டா.

1. கொனோறியா:-

நோயுள்ள ஒரு பெண்ணிடம் ஒருவன் உறவு கொண்டால் சில மணி நேரங்களில் இருந்து 9, 10 நாட்களுக்குள் கிருமிகள் சிறுநீர்க்குழாய் சிறுநீர்ப்பை முதலியவைகளை தாக்கி பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன. இதனால் சிறுநீர் கழிக்கும் போது தாங்க முடியாத எரிவு ஏற்படும். சிறுநீர் பாதையால் வெண்மையான திரவம் வடிந்து கொண்டே இருக்கும். வியாதி கூடுதலானால் மூட்டுவலி, சுரம், இதயவலி, மலட்டுத் தன்மை, விரை வீக்கம், சிறுநீர் பாதை அடைப்பு முதலான பல உபாதைகள் தோன்றும். இதனை அறவே நீக்கக் கூடிய மருத்துவர்களிடம் சென்று உடனடியாக சிகிச்சைகளை ஆரம்பிப்பதே நல்லது.

2. சிபிலிஸ்.-

சிபிலிஸ் நோய் பல மோசமான பாதிப்புகளைத் தரக்கூடியது. தவறான பெண்களின் உறவுக்கு பின் 10 முதல் 90 நாட்களுக்குள் பிறப்பு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

உறுப்பில் புண்கள் ஏற்படும். மிருதுவான இடங்களில் நெறிக்கட்டிகள் தோன்றும். இதை உடனடியாக கவனிக்கா விட்டால் சில மாதங்களில் உடலில் தட்டையான கொப்புளங்கள் தோன்றும். ஆனால் கடிஇருக்காது. ஒன்று முதல் இரண்டாண்டுகளுக்குள் நோய் முற்றி இரத்தக் குழாய் களைப் பாதித்து வெடிப்புகளையும் உண்டாக்கும். நரம்பு மண்டலங் கள் பாதிக்கப்படும். மூளைக்காய்ச்சல், பக்க வாதங்கள்கூட ஏற்படலாம். இவர்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கும் அங்கக்குறைவு, சப்பைமூக்கு, கண்பார்வை குறைவு, உடைந்த பற்கள் முதலான குறைகள் இருக்கும். சில குழந்தைகள் பிறந்து இறக்கும். இந்த நோய்க்கும் ஆரம்பம் முதலே சிகிச்சையை மேற்கொண்டால் குணப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

3. எய்ட்ஸ் (AIDS):-

முந்திய நோய்க்கிருமிகளுடன் எய்ட்ஸ் கிருமிகளும் உடலில் புகுந்து கொள்ளுகின்றன. இவை நல்ல இரத்தத்தை கெடுத்து விடுகின்றன. பிறப்பு உறுப்புகளில் உள்ள கிருமிகள் (நுண்கிருமிகள்) மூலம் இந்த நோய் தீவிரமாகப் பரவுகின்றது .தற்போது உலகில் இரண்டு கோடிக் கும் மேற்பட்ட மக்கள் இந்த நோயினால் மரணத்தை எதிர்பார்த்துக் கொண்டு வாழுகின்றார்கள். ஒவ்வொரு நிமிடமும் ஐந்து எய்ட்ஸ் நோயா ளிகள் புதிதாகத் தோன்றிக் கொண்டிருப்பதாக புள்ளி விபரங்கள் தெரி விக்கின்றன. ஆங்கில மருத்துவத்தில் இந்த நோய்க்கு இன்னும் சரியான மருந்துகள் கண்டு பிடிக்கப்படவில்லை ஆனால் இந்தியாவில் சிலசித்த மருத்துவர்கள் சித்தமருந்துகள் மூலம் நோயை குணப்படுத்தியிருப் தாக பத்திரிகைச் செய்திகள் தெரிவிக்கின்றன.

''அவளைத் தொடுவானேன்? கவலைப்படுவானேன்? என ஒரு பழ மொழி உண்டு. அது இந்த நோய்களுக்கு நன்கு பொருந்தும் சித்த மருந்துகளில் இந்த நோய்களுக்கு நல்ல மருந்துகளைச் சித்தர்கள் கூறி யுள்ளார்கள். இரசகெந்தி மெழுகு, இடிவல்லாதி, சேங்கொட்டை நெய் அஸ்வகெந்திசூரணம் போன்ற பல மருந்துகளையும், பலபாஷாண மருந் துகளையும் சித்தர்கள் அருளியுள்ளார்கள். எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக மனிதர்கள் பகுத்தறிவுடன் நல்லொழுக்கத்தை பேணிநடந்தால் உடல் நலம் பெறுவதுடன் ஆயுளும் கெட்டியாக இருக்கும். இளம் வயதில் முதியவராக வேண்டிய அவசியமும் இருக்காது. மாற்று மருத்துவ முறை ஒன்றில் ''கெட்ட எண்ணங்களும், கெட்ட செயல்களுமே மனிதனுக்கு நோயை உண்டாக்குகிறது'' என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. இது எவ்வளவு பெரிய உண்மை. சமயங்களும் ''பாவமான நியாயமற்ற எண்ணங் களும், செயல்களுமே மனிதனுக்கு கஷ்டங்களை உண்டாக்குகிறது என கூறுகின்றன. மனிதன் இன்பம் என்று நினைப்பவையாவும் முடிவில் துன்பங்களையே தருகின்றன. இதை உணர்ந்து நடந்தால் நன்கு வாழலாம்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org