

(3-ம் பக்கம் 7-ம் பக்கிற் தொடர்.)

சுகாதாரம்.

காற்றம்.

(முற்பகுப்பு)

காற்றிற் கோமைய உண்டிபண்ணக்கூடிய ஹினுக்கள் இருப்பதாக முன் சொன்னேன். இவைகள் சூரியனின் வெளிச்சத்தாலும் சூட்டிலும் கொல்லப்பட்டுப்போகின்றன. சூரியனின் வெளிச்சமில்லாத இடங்களில்தான் இவைகள் புகுங்கொடுப்பன. ஆகையால் வீட்டினுள்ளும், வீட்டின்மறைவான மூலை மூட்டுக்குள்ளும் சூரியனின் வெளிச்சம் வந்து சுத்தி செய்தியொருபாடுபிட்டுத் தவறு தண்ணீரைத் தெய்துவதில் வேண்டும். காற்றும் வெளிச்சமும் வரக்கூடாத மாதிரியாய் அமைக்கப்பட்ட இடங்களான வீடுகளில் வெளவாலும், வண்டிகளும், சிலந்திப்பூச்சிகளும், கட்டுவெக்காலினதும், கொடுக்கன்களும், கறைபாண்களும், கெட்ட நாற்றமும் இருப்பதை கவனித்து திருப்புகின்றனரும்புகிறோம். இவைபெயல்சும் வீட்டினுள் போதிய சூரியனின் வெளிச்சம் தரிசிய செய்தியாமையினால் உண்டானவை. சூரியனின் வெளிச்சம் மனிதனின் வளர்ச்சிக்கும் இந்தியமையாதது. உதாரணமாக ஓர் பூஞ்செடியை வெளிச்சமில்லாத ஓர் அறையில் சில தினங்களுக்கு வைத்துப்பாரும். இவ்வாறே ஒரு நாட்களில் கரைத்துச் சிலராகடனாய் பட்டிப்போகின்றது. வீட்டுவிலிருக்கையில் வெளிச்சம் படக்கூடிய மாதிரியாய் வைத்தால் நல்ல செய்திப்பாய் வளர்ந்து, நல்ல வளப்பான பூக்களைக் கொடுக்கின்றது. சூரியனின் வெளிச்சம் கோமையையும் கண்டிக்கும்கூடிய குணமுடையது. வெளிச்சத்தாலேயே சில இரண்டுகளையும், காடப்பட்ட பூண்களையும் மாற்றுகிறார்கள். சுவாமி ராமசாஹார் தமது ஹாதியோகமென்னும் நூலிலும் "சுப்பிப்பட்டவர்களுக்கும் அதிகாஸியில் அசாயில் ஒரு சிறும் தண்டோடு சூரியனின் வெளிச்சம் தேகத்திலும்படும்படி சொற்படுகேரம் பிறந்தல் அதிசய உத்தமம்" மென்கிறார்.

ஆகையால் ஒவ்வொருவரும் தாங்களின் வீட்டில் இருக்கும்பொழுதும், சயன்கும்பொழுதும் கதவு, யன்னல்களைத் திறந்துவீட்டவேண்டும். இரவில் சயனிக்கும்பொழுது வீட்டினுள் சயனிப்பதிலும்பார்க்க வீட்டுவிலிருக்கையில் சயனித்தல் அதிக உத்தமம். கீழ்க்குறியிருந்தாலொழிய மற்றுபடி குளிப்பெற்றிப்பயப்பட்டத் தேவையில்லை. பரிசுத்துப் பழகிவிட்டால் குளிப்பிடுபுப தருகும். அரி சுவாசிக்கும்பொழுது சுவாசிப்பைக்குள் போகாவண்ணம் மூக்கின் முன்துவாரங்களில் இயற்கையால் அடர்ந்தமயிர்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. நாம் காற்றைச் சுவாசிக்கும்பொழுது இம்மயிர்களானவை அரிசனை மூக்கிலே சுத்தமான காற்றாய் உள்ளூக்குப் போக விடுகின்றன. இச்சுத்தமான காற்று உள்ளிருந்து பின் அசுத்தமாய் வருகும்பொழுது முன் மூக்குமயிர்களால் வடிக்கப்பட்டதுகளைக் காற்றிலே தள்ளிவிடுகின்றது. இப்படித் தள்ளிவிடப்படுவதால் மூக்குத் துவாரங்களும், ரோமங்களுக்கும் வடிக்கப்பட்டபுழை அரிசன்களும் அழுக்காக்கப்பட்டமேன்மேயும் சுவாசிக்கும் காற்றை வடிக்கப்பட்டபுழை சிலையில் வைக்கப்படுகின்றன. இத்

நூல்தான் எங்கள் கண்ணம்க்காய் அமைக்கப்பட்ட மூக்கு ரோமத்தைச் சொள்ளுச் செய்தயக்கூடாதென்பது. மூக்குத்தவாரங்கள் அரிசனை வடிக்கவேறு மாத்திரமல்ல, சுவாசிக்கும் காற்றைச் சுவாசிப்பைக் குவப்பாய்ச் சூடாக்கிக் கொடுக்கின்றன. காற்றோடுபோகும் ஹினுக்களையும் ஒருவருகொள்ளுகின்றன. ஆகையால் எம்பொழுதும் காற்றை நவசியாலேயே சுவாசித்தல்வேண்டும். அப்படியில்லாதவாயல், சுவாசித்தல் சுகாதாரத்திற்கு நேர்விரோதமான செய்க்கை கரும்போன்ற கோய்கள் இப்படிச் சுவாசிப்பதால் வருவது வழக்கம்.

சாதாரணமாய் நாம் சுவாசிக்கும்பொழுது காற்றை வெகு தெவியாய் இருக்கும் கெதியாய் விடுகின்றோம். இப்படிச் சுவாசித்தால் சுவாசிப்பையின் எல்லாப் பாகங்களும், முக்கியமாய் மறைவான பாகங்கள் சுவாசிக்கப்பட்ட காற்றோடு சம்பந்தப்படுகின்றனவல்ல. இதுகூடும் நாம் பொருக்கைய பிராண வாயுவையும் "பிராணீயும்" பெறுகின்றோம். சுவாசிப்பைக்குள் இருக்க காற்றை நிறுத்தாத சுகதியாய் விடுவதால், சுவாசிப்பைக்குச் சத்திகாச்சுப்பரிம் கோக்கமாய் வருகின்றதானது, போதிய பிராணவாயுவையும், "பிராணீயும்" எடுத்துக்கொண்டு, அசுத்தமான கரிசிலவாயுவை கொடுத்துச் செல்ல வேண்டும் போதாமையினால், பூரண சுத்தமாய்த் திருப்பி இருந்தாசுத்திற்குச் செல்வதில்லை. ஆகையால் சுவாசிக்கும் பொழுது காற்றை காசியால் நல்லாய் இருத்துச் சொற்படுகேர மட்டிப்பிண்டிவேண்டும். இப்படிப் பிராணாமும் ஒருநாளுக்கு ஹினு மூறைக்குக் குறைவாமலாகுதல் சிறுவர் சிறமிகளும், ஆடவர் ஸ்திரீகளும் செய்தவருதல் உத்தமம். கோயாளிகள் பிராணாமம் செய்வதால் கோமைய மாற்றுகிறார்கள். தேகசொளக்கிய முன்னவர்கள் வராததற்குகிறார்கள்.

S. M.
பகனர்.

ஓர் பாதிரியின் ஆதிசயச் செயல்.

கிருஸ்தவப் பாதிரியார் நம் நாட்டில் பாடசாலைகள் வைப்பதும், தரும்செயல்கள்போல் அவர்கள் செய்யும் வேறு காரியங்களும், நம் மவர்களைக் கிருஸ்து மார்த்தத்தில் சேர்க்கவேண்டியதற்காகச் செய்யும் தந்திரங்களையாரும். ஆகையால் அவர்கள் பாடசாலைகளுக்கு நமது மக்களை அனுப்பலாகாதெனது அடிக்கடி பலபத்திரிகைகளிலும் எச்சரிக்கை செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. அப்படியிருக்கும், பட்டியின்பே புத்திரமும் சுவாமிருடைய நம்மவரின் பெரும்காலர் இன்னும் அசுத்த கவனிப்பாமலேயிருக்கிறார்கள்.

இப்போது தூம்பூரில் சிதம்பர ஒரு சம்பவத்தைப்பற்றி நான் சில கூறுகின்றேன். இசுரூலேஷும் நம்மவர் உண்மையில் இருக்கின்றோம் எச்சரிக்கையாய் நடந்துகொள்வார்களென்று நம்புகிறேன் இந்த விஷயத்தைப்பற்றி 14-3-24 இல் வெளியான "ஹிந்து" பத்திரிகையில் மா-மா-ஸ் 8 மூர்த்தி என்பவரால் வரையப்பட்ட சங்கீதமையக் கருக்கமாக நான் விவரிக்கிறேன்.

"கடந்த 10 அல்லது 12 வருடங்களுக்கு இவாருசெவில்க ஓரதான் மிகுந்த பாதிரியார்கள் இப்பிரதேசங்களில் அன்னிய மதத்தைரைக்

கிருஸ்தவார்க்கும் வேலையைச் செய்து வருகிறார்கள். அதனால் இப்போது தூம்பூரிலும் அசுத்தச் சுற்றியுள்ள இடங்களிலும் சுமார் 300 பேர் கிருஸ்துமார்த்தத்தில் சேர்ந்திருக்கிறார்கள். அவர்களில் பெரும்பாலார் தந்திர வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்கள் என்று கருப்படுகிறோரே யாவர். கடந்த நவம்பர் மீ ரெவரெண்ட் போரியாக் என்றப்பாதிரியார் மேற்கண்ட வேலையின் ஸ்தானத்திற்கு வந்தார். அவர் அங்குள்ள மிகுந்த உயர்நாப்பாடசாலைக்கு (ஷூல்கூல்) மனோஜாசுவம் அமைக்கப்பட்டார். அவர் வேலையை செய்துக்கொண்டவுடனே முதலில் செய்த காரியம் என்னவென்றால், ஸ்டாடசாலைவிலிருந்து ஹிந்து உபாத்தியாயர்களை யெல்லாம் வேலையிலிருக்கும் நீக்கிவிட்டார். பிறகு தமது பாடசாலையில் வாசிக்கும் பிள்ளைகளைக் கிருஸ்துமார்த்தத்தில் சேரும்படி பலவந்தப்படுத்தி, அப்படிச்சேராமாறுதவர்களுக்கு அவர்கள் எக்கையையற்றி நற்சாட்சிப்பத்திர மளித்தகார்ட்டெனென்று படிமுத்திரை. இதுவெப்பமாக இல்லாக கல்வி மிலாக அதுகாரி செய்த விசாரணையைப்பற்றி இப்பத்திரிகையில் வெளிவிட்டிருக்கின்றோம். பாதிரியார் பிள்ளைகளைக் கிறிஸ்தவ மதத்தில் சேரும்படி வற்புறுத்திய விஷயத்தைப்பற்றி இல்லாக கல்வியானாசு அதுகாரிசேட்டபோது, அப்பாதிரியார் "குத்தியக் சிறுவர்களின் கல்வியைப்பற்றி நமக்கு அக்கறையில்லை. இவர்களைக் கிறிஸ்தவர்களாகத்தவர்க்கே நாம் கிந்து வந்திருக்கிறோம்" என்று கூறினார்.

தேயர்களை! இப்பாதிரியார் உண்மையைக் கூறியதைப்பற்றி நாம் சந்தோஷமடைகின்றோம். பாதிரியர்கள் சம்பளத்திற்கு இந்துவந்து வேலைசெய்வதும் நாட்டார் கல்வித்தற்கு வேண்டியென்பதற்கல்ல நம்மவரை எத்தத்திரந்தாலேஷும் கிறிஸ்தவத்திற்கு சிறுபுத்தே அவர்கள் நோக்கம்.

இந்த உண்மையை ஒரு பாதிரியாரே கூறக்கேட்ட பின்னேஷும் நாமவர்கள் கல்வி நற்பதற்காகத் தம்மக்களை தவர்களுக்கு எண்பாமலும், வீட்டினுள்ள பெண்களுக்குக் குக்கல்வி நற்பதற்காகப் கல்வி உலுமன் (பென்)சுனை வீட்டுந் சேர்க்காமலும் எச்சரிக்கையா பிறுக்கவேண்டியுத நம் கண்ணமாரும். ஆனந்தபோதினி.

மேனூடுகளின் வழி கூடாது.

அரசியல் விஷயங்களில் பல கட்டுப்பேத்தக்குடும் கூடிய பார்விமென்றி ஆட்சி முறை தேச முன்னேற்றத்தை உண்டாக்காத என்பது நம்காந்தாமலின் அபியோசனம். "இப்போது ஏப்ரல் 28வ சீஜாவில் கலாசாஸ்தியோன்றில் லார்டிரொலுண்டிலே பின்வருமாறு பேசியிருப்பது கவனித்தத்தகது.

"மேனூட்டி அரசியல் முறைவை முக்கிய ஆசாரமாகக்கொண்டு இத்திய வழியை ஆங்களுக்கு கிறிது சேர்ந்ததும் நாம் இந்தியாவில் ஒரு ஆட்சிமுறை (நாடாட்சி) வேண்டிமென்று முயற்சிசெய்த பலமுறை கைய செய்துவிட்டோம். நாம் இத்தேசத்தில் வளர்ந்ததுகொண்டு இந்தியாவிலும் ஏற்பாடு செய்தியமுன்றலும் திட்டம் இத்தியவாவுக்கு மிக்க சிறந்த முறையென்று நான் நிச்சயம் சொல்ல முடியாதது. மேனூட்டித் திட்டக்கவனிப்பி இந்த

இந்துசர்தின அனுபந்தம்.

திய திட்டங்களின் ஆதாரத்தைக் கொண்டு அமைக்கவேண்டுமானால் மைசூர் அரசியல் திட்டத்தைக் கவனிக்குவோம். தற்போது இந்தியா இனி பலமாக நிற்கவேண்டுமானால் மேலூட்டி அரசியல் நிர்மாண சிற்றினைக் கீழ் காட்டுச் சிற்றியகருடன் கலந்து மிக அழகிய சித்தத்தேச அரசியல் அமைப்பை நிர்மாணம் செய்ய வேண்டும்.

லார்டி ரொனால்ட்ஷே எந்த எண்ணம் கொண்டு இவ்விதம் பேசுகிறாரோ யாமதியோம் இவரது மொழிகளைக் கவனித்தால் இவர் அரசியல் விஷயங்களில் உண்மையைக் காண அவர்க்கொன்றின்னரொன்பது விளக்குகின்றது. மேலூட்டி முறையில் பல தீமைகள் இருக்கின்றன வென்பதைப் பல அறிஞரும் ஒப்புக்கொள்ளுகின்றனர். அக்குறைகளை நீக்க வழியின்றென்று ஆராய்ந்தபின் தியாகசக்தி வெளிப்படக்கூடிய அரசாங்க அமைப்பு இந்தியாவில் காட்டப்படவேண்டும். பிறகு அவ்வித அமைப்பு உண்மையானவென்று கருதி மேலூட்டிவரும்தம் தேசங்களின் அரசாங்கத்தை மாற்ற முயலுவர். இந்த வேலையில் இந்திய சமூகத்தின் மனதை முதன் முதல் திருப்பியென்ற மகாச் மாளத்தியே என்பவருக்கு கருதி மேலூட்டிவருவவேண்டும். இந்தியாவிற்கு மாத்திரமேயன்றி எத்தேசத்திற்கும் தியாக பலத்தடை கூடிய அரசாங்கமே சிறப்புடையது ஆதலால் மாத்தமயின் திட்டங்களுக்கு வெற் கிடைப்பதே உண்மையில் லார்டி ரொனால்ட்ஷேயின் விருப்பத்தைப் பூர்த்திசெய்யவாகும். கிராம சபைகளும் தொழில் செய்வோரின் கூட்டுறவுகளும் இந்தியாவுக்கு இயற்கையில் ஏற்பட்ட அங்கங்களென்றும் இவற்றினிடம் அரசாங்க சாரியங்கள் விடப்பட மந்திய அரசாங்கத்தாரியோசனை கூறுவது மாத்திரமேதாம் கடமைபாகக் கொள்ள வேண்டுமென்றும் லார்டி ரொனால்ட்ஷே கூறிய மொழிகளில் மிக அறிவுடைமைகளைக் காட்டுகின்றன. இவ்வழியில் ஆராய்ச்சி செய்யும் ராஜகத்திரிகள் இருக்கிறார்களா?

மாமிலை பகஷணத்தால் தேரும் கேடுகள்.

ஹோப்பிய நிபுணரது அபிப்பிராயம், (முற்கொடர்) பலத்தீங்காக மாமிலை பகஷணம் செய்ய வேண்டியதில்லை.

தேச பலத்தீங்காக மாமிலை உட்கொள்ளவேண்டிய தவசியமில்லை என்று நான் நற்பொழுது எடுத்துக்காட்டி விருமபுகளின் நான் எனினில் வேய்—ஹவேய் என்னுமிடத்தில் தங்கியிருந்தேன், அப்பொழுது அங்கு பிரிட்டிஷ் சப்பற்படையால் தங்கியிருந்தது 7000 மாலுமிகள் இருந்தனர். தவரயிலோ வெளில் 700 சீனசப்பாய்கள் இருந்தனர். அவர் சனியன்படையைச் சேர்த்தார்கள் பிரிட்டிஷ் மாலுமிகளுடையபலத்தைச் சீனர்களுக்கு எடுத்துக்காட்டுவதற்காக பலவாண பொருள் களைத் தூக்கும் போட்டிஷ் என்று நடத்தவற்பாடு செய்யப்பட்டது. இதில் கலந்துகொள்ள வருகும் புகழின்கள் அழகுப்பிட்டனர். அவர்கள் ஒவ்வொரு உம்சத்திலும் பிரிட்டிஷ் மாலுமிகளைத் தோற்கடித்த விடப்பட்டனர். இச்சீன சிப்பாய்கள் ராஜ்யத்தில் சீனரு முற்படி மாமிலைத்தையே உட்கொள்ளாமலிருந்து வந்தார்கள். ராஜ்யத்

தில் அவர்களுக்குத்தினம் ஒரு பவுண்டு மாவும் 1 இராத்தல் அரிசியும் (திட்டப்படாதது) கொடுக்கப்பட்டே வந்தது. நூயிற்றுத்திழமையன்று அவர்களுக்கு 1 இரத்தல் மாயிசும் கொடுப்பதுண்டாம்.

பிரிட்டிஷ்லார் அமெரிக்கர்களைப் போன்று அவ்வளவாக மாயிசும் சாப்பிடுவதில்லை பிரிட்டிஷ் ராஜ்யமானது 4 வருஷம் போரடடவேண்டியிருந்தது. அமெரிக்கப்படைகள் 2 வருஷம் கூட யுத்தஞ் செய்யவில்லை. அமெரிக்கர் தங்கள் தேசத்தின் சீதோஷண ஸ்திதியைப் போன்ற சீதோஷண ஸ்திதியையுடைய தேசங்களில் இருந்து வந்தனர். பிரிட்டிஷ் ராஜ்யமோ உஷ்ணப்படுதேசக் களுக்கும் சென்று போராடியிருக்கின்றது பிரிட்டிஷ் ராஜ்யத்தில் சண்டையில் கொல்லப்பட்டும் சுயப்பட்டுமே போனவர்களது தொகை 739652 வியாதியால் இறந்தவர்களது தொகை 83975 அதாவது ஒருவன் வியாதியால் இறந்தால் 9 பேர் போரிட கொல்லப்பட்டோர் அன்றிக்கையப்பட்டோருமே இறந்திருக்கின்றனர். அமெரிக்கரிலோவெனில் ஒருவர் வியாதியால் இறந்தால் இருவர் போரிட கொல்லப்பட்டோர் காயப்பட்டோர் இறந்திருக்கின்றனர். இதிலிருந்தநாம் காரணத்தை எளிதில் உணர்ந்து கொள்ளலாம். ஒரே உணவுத்தான் தம்பதிகள் உட்கொண்ட போதிலும் ஒருவர் பருமனாகவும் ஒருவர் மெலித்தவராகவும் இருப்பதை நாம் காண்கின்றோம். இதற்குத் தவறான உணவு காரணமாகுமென்றும் நாம் சொல்லுகிறபடி சாப்பிட்டால் அவர்கள் சாதாரண சிறையுள்ளவர்களாக விவாடன்றும் புரொபஸர் லாகமன் கூறுகின்றார், டாக்டர் ராபர்ட் பெல் என்பவர் பாடாட்சி பிளவை ஆராய்ச்சி செய்த சூபரிண்டெண்டெண்ட் கூறுவதாவது—பிளவை நோயானது (Cancer) ரத்த சம்பந்தமான வியாதி அதனை ரத்தத்தைக் கூறிசெய்ததானப்பரிசுக்கி வேண்டும். வாதரோக முடையவர்களுடைய ரத்தத்தையும் பிளவை உடைவர்களுடைய ரத்தத்தையும் பரிவித்துப் பார்த்தால் இரண்டும் ஏறக்குறைய ஒன்றுதான் தானிருக்கிறது. வாத ரோக முடையவர்களுக்குத்தான் (Rheumatic patients) பிளவை சேய்க்காண்கின்ற தாக எனது அனுபவத்திலிருந்து தெரியவருகிறது பிளவை நாகரிக்கத்தின் காரணமாக உண்டாகும் கோய்—ளுள் ஒன்று. காட்டு முரண்டுகளுக்கும் எளிய வாழ்க்கையை நடத்துகின்ற வர்களுக்கும் இரகவேய் தோன்றாவதில்லை. இத்தனைப் பிரயாணிகள் உணர்ந்திருக்கின்றனர் இக்குல இற்கோையைத் தடுக்கக் கூடுமென்பதில் ஐயமில்லை. இது தனிமுறை தலைமுறையால் வரக்கூடிய சேய்மலம், இது தோத்த வியாதியுமல்ல. ரத்தம் கொடாமல் இருந்தால் இற்கோய்வரது ரத்தம் கொடாமலிருப்பதற்கு உணவு வித்யமாகவும் சுகாதார விஷயமாகவும் ஐக்கிரதையாகவும் உட்கொள்ளவேண்டும் 1860ம் வருஷத்தில் இருந்ததை விட தற்சமயம் பிளவை சேய்யால் இறக்கின்றவர்களது தொகை 1-க்கு முன்னாக அதிகப்பட்ட விட்டது. ரணச்சிவச்சை முறையால் பிளவை நோயை குணப்படுத்தியவர்களை நான் கண்ட இயல்லை. ஆனால் இற்கோயின் ஆரம்பத்தில் இயற்கையான உணவை உட்கொண்டே இற்கோயைக் குணப்படுத்தி விட்டோம். 100-க்கு 75 பேரையாவது குணப்படுத்தி விட்டோம். ஒரு ஸ்திரீ என்னிடம் வந்து தனக்குப் பிளவைகோய் கண்டிருப்பதாகவும் ஒரு வாரத்திற்குள் ரணச்சிவச்சை செய்யாவிட்டால் தாம் சில நாட்களில் மரணமடைய சேரிடுமென்றும் 3 பிளூனர்கள் அபிப்பிராயம் கூறிவிட்டதாகவும் தமது கணவனது விருப்பப்படி வந்து அபிப்பிராயத்தை அறிந்து செல்ல விரும்பு வதாகவும் கூறினார். நான் அவளைப் பரிசுதித்துப்பார்த்ததில் அவளது ஸ்தனப்பயரங்களில் பிளவைகள் புறப்பட்டிருப்பதைக் காணேன். நான் கொண்படி உணவு உட்கொண்டால் மோதத்திற்குள் நோயைக் குணப்படுத்தி விடுவதாகக் கூறினேன் அந்த ஸ்திரீ அழுது கொண்டே தனது உயிரைக்கூட ஒப்படைக்கத்தயாராக இருப்பதாகக் கூறினார். அந்த ஸ்திரீ மோதத்திற்குள் குணப்படுத்தப்பட்டார். அவளுக்குக் குழந்தையும் பிறந்து அது சாய்ப்புக்குழுத்து வளர்ந்து வருகின்றது. அவளுக்கு மாமிலமே கொடுக்கவில்லை. பழங்கன்றோட்டிப்பாக முட்டை பால்காட்டக்கட்டி திராசுஷ்ரஸத்தில் பேட்டப்பட்ட ஊடறாய் இவையே உணவாகத் கொடுக்கப் பட்டன பல பிரபல வைத்தியர்கள் டாக்டர் பெலின் முறையைத் தற்பொழுது அனுஷ்டித்து வந்தபோதிலும் பெரும்பாலோர் இதுகு விநோதமாக இருக்கின்றார்கள். டாக்டர் பெல் கண்டு பிடித்திருக்கும் உண்மை என்றும் அழியாத. சுகாதார சம்பந்தமான விஷயத்தைப் பற்றிப் படிக்க வேண்டுமானால் அடெல்ஸாந்தா கிளிமெண்டின் புத்தகத்தைப் படிப்பே உசிதமானது மாமிலைத்த உட்கொள்ளுவதால் தேசத்திற்கு ஆரோக்கியமும் பலமும் ஏற்படுவதாகக் கூறுவது என்றும் இரு சிந்தாயத்தாய் இருக்கின்றது. ஹமிஸுமூட்டகொள்ளுவது முற்றிலும் அகாலசியமென்றும் மாமிலருக்கு அலை கடுகி வினை விட்கின்றனவென்றும் பல வைத்தியர்களும் கூறுவார்கள். பெரிய மனிதக் குழந்தைகளுடைய பற்களும் மாமிலருகைய பற்களும் ஒரே மாதிரியாகத்தான் இருக்கின்றன. மனிதக்குழங்குகள் மாமிலத்தைச் சாப்பிடுவதில்லை. மாமிலத்தைச் சாப்பிடுத யிருக்கவேண்டுக்கெல்லாம் தோலின்வழியாக வியர்வை வெளியாகுகின்றது மாமில பகஷணங்களாக இருக்கும் மிருகங்கள் தன் நாக்கின் வழியாகவும் பாதத்தின் அடிப்பாகத்தின் வழியாகவும் வியர்வையை வெளியிடுகின்றன.

சுக் பகஷணிகளைக் இற்கும் மிருகங்கள் நாம் அருக்தம் நீகரவே. பரிசுதிக்குடிக்கின்றன, மாமிலை பகஷணிகளோ வளில் நக்கால் ஐஸத்தை கக்கிக்குடிக்கின்றன. இங்கு காணப்பட்ட முறைப்படி வளர்க்கப்படும் குழந்தைகள் 9 வயதில் 5 அடி உயரமும் 84 இராத்தல் எடையும் இருப்பதாகப் பிரசுதி பகஷமாக ஆராய்ந்ததில் திருக்கின்றோம். சாதாரண முறையில் சாப்பிடுகின்ற குழந்தைகளின் கிடை 57 இராத்தல்கூட இருப்பதில்லை. நமது தேசம் சம்பந்தப்பட்ட மட்டில் நாம் மிருகங்கள் தான். சேய்ச்சையாகக் காடுகளில் வளரும் மிருகங்கள் பிரௌடை யாவதற்கு உள்ள காலத்தைப் போன்று 8 வருஷ அகிரமான காலம் பிரௌடையான பிளூயித்திருக்கின்றன. எ-பது எல்லோரும் அறிந்த விஷயமேயாகும் ஆனால் காடுவெளில் பெரிய மனிதராவதற்கு எவ்வளவு காலம் பிடிக்கின்றதோ அதுப்போன்று 4 மடக்கு அதிகமான காலம் தான் அதற்குப் பின்புட்கிண்கின்றோம். இதில் நுத்தே நமது வாழ்க்கை முறை சரியாக இருக்கவில்லை என்று ஏற்படுகின்றது.

“சுதேசமித்திரன்”

