11145

இலக்கியத்தில் மருத்துவக் கருத்துக்கள்

கொழும்புத் தமிழ்ச் சங்கம்
வரை நிலைச் சபை,
பதிவு இல. 73 10. 5. 1950
அறக்கட்டளை நிலையம்.
கசெட் இல. 14805 7. 6. 1968

கலாநிதி இ. பாலசுந்தரம்

நாட்டார் வழக்கியல் கழகம் - யாழ்ப்பாணம்

இலக்கியத்தில்
மருத்துவக் கருத்துக்கள்

கலாநிதி இ. பாலசுந்தரம்
தமிழ்த்துறைத் தலைவர்
யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம்
திருநெல்வேலி

நாட்டார் வழக்கியல் கழகம்
யாழ்ப்பாணம்
1990

BIBLIOGRAPHICAL DATA

Title of the book	:	Medical Thoughts in Tamil Texts. (Tamil Ilakkiyattil Maruttuvak Karut-tukkal.)
Author	:	Dr. E. Balasundaram, Head Department of Tamil, University of Jaffna, Thirunelvely.
Publisher	:	Folklore Society, Jaffna.
Printers	:	Mercury, Jaffna.
Copyright	:	Author
Edition	:	First, 25 - 08 - 1990
Price	:	Rs. 50/-

பொருளடக்கம்

	பக்கம்
அணிந்துரை	I
முன்னுரை	III
1. சங்க இலக்கியத்தில் மருத்துவக் கருத்துக்கள் — I ...	1
2. சங்க இலக்கியத்தில் மருத்துவக் கருத்துக்கள் — II ...	09
3. திருக்குறளில் மருத்துவக் கருத்துக்கள் ...	29
4. ஆசாரக் கோவையில் ஆரோக்கிய வாழ்வுப் போதனைகள் ...	37
5. இலக்கியத்தில் மருத்துவம்; ஏலாதி, திரிகடுகம், சிறுபஞ்சமூலம் ...	45
6. திருமந்திரத்திற் கரு உற்பத்திபற்றிய கருத்துக்கள் ...	53
7. திருமந்திரம் கூறும் யோகநெறியும் ஆரோக்கிய வாழ்வும் ...	59
8. திருமந்திரத்தில் உடல்பற்றிய கருத்துக்கள்	65
9. சித்தர் பாடல்களில் மருத்துவக் கருத்துக்கள்	69
10. சோழர் சாசனத்தில் மருத்துவச் செய்திகள்	79
ஆய்வுத் துணை நூல்கள்	84

அணிந்துரை

பேராசிரியர் க. பாலசுப்பிரமணியம்,
B. Sc. (Cey.) Ph. D. (Indiana)
F. N. A. S. (S.L.). F. I. Chem. (Cey.)
C. Chemist, F. I. Biol (S L.)

மருத்துவ பீடாதிபதி, யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகம்.

கலாநிதி இ. பாலசுந்தரம் அவர்கள் தமிழ் இலக்கியத்திலுள்ள மருத்துவக் கருத்துக்கள் பற்றி நடாத்திய ஆய்வுகளின் விளைவே இந்நூலாகும். விஞ்ஞானமும் மருத்துவ அறிவும் தமிழ் இலக்கியத்தைப் போன்று மிகவும் தொன்மைவாய்ந்தவை என்பதை இந்நூல் சான்றுகளுடன் சிறப்பாக விளக்கியுள்ளது. சங்க இலக்கியம் எவ்வாறு பழைமைச் சிறப்புடையதோ அவ்வாறே மருத்துவச் சிந்தனைகளும் தொன்மை மிக்கவை என்பதை நூலாசிரியர் நன்கு நிறுவியுள்ளார்.

தமிழ் மக்களிடம் நிலவிய மருத்துவ அறிவை மூதன்முதலாகத் தொகுஇப் படுத்தியமையையும், முனிவர்களும், ஞானிகளும் கண்டறிந்த மருத்துவ உண்மைகளைத் தமிழ் இலக்கியங்களினூடாக ஆராய்ந்தறிந்து அவற்றை எமக்கு எடுத்துக் காட்டியுள்ளமையையும், இந்நூலின் பத்து இயல்களிலும் காணக்கூடியதாகவுள்ளது. ஞானிகளும் முனிவர்களும் தமது சீடர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் முறைகளும், சீடர்கள் குருபத்தியுடன் பணிசெய்து அறிவைப்பெற்றுத் தாம்பெற்ற கல்வியைச் சமூகத்திற்கு அளித்தவாறும் குருகுல பாரம்பரியத்தில் பேசப்படுவனவாகும். குருகுல பாரம்பரியத்திலே தமிழ் இலக்கியத்தையும் தமிழ் மருத்துவத்தையும் கற்ற சான்றோர்கள், தம் குருவானவர் வகுத்த முறைப்படி கட்டுப்பாட்டுடனும் பயபத்தியுடனும் தமது பணியை மேற்கொண்டு வந்திருக்கின்றனர். மருத்துவர் கைக்கொண்டு ஒழுகவேண்டிய ஒழுக்கநெறிகளும் தமிழ் மருத்துவத்தில் தோன்றின என்பதையும் நூலாசிரியர் எடுத்துக் காட்டியுள்ளார். உரோமானிய மருத்துவரின் "கிப்போகிரற்றிக் ஒத்" (Hippocratic Oath, 460 - 75 B. C.) இதனை ஒத்துள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கது,

தொன்மைக்காலம் முதலாக மிகச்சில அறிவுசான்ற உயர்குலத்தினரே மருத்துவத்துறையி லீடுபட்டுவந்திருக்கின்றனர். இதனை இந்திய உபகண்டத்திலும் ஐரோப்பாக் கண்டத்திலும் அவதானிக்கக்கூடியதாக இருக்கின்றது. மனிதனின் சடலத்தைத் தொடுவதோ, அல்லது அதனை வெட்டி உடற்கூற்றியலாய்வை மேற்கொள்வதோ இழிவு எனக் கருதப்பட்டது. மனித உடலில் சிறுசிறு அறுவைவேலை செய்து மருத்துவம் செய்வதை அக்காலத்தில் சவரத்தொழிலாளர் மேற்கொண்டனர். இதன்தொடர்பாகவே சவரம்செய்பவர்கள் எமது பிரதேசத்தில் பரியாரி எனவும், மேலைத்தேசத்தில் பரியாரி – அறுவையாளர் (Baber - Surgeons) எனவும் அழைக்கப்

பட்டனர். இத்தகைய சாதி முரண்பாட்டுக் கோட்பாட்டின் அடிப்படையிலேயே, பாரிஸ் மருத்துவக் கல்லூரியில் 13-ஆம் நூற்றுண்டிற் பட்டம்பெற்ற மருத்துவர்கள் 'தாங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை செய்யமாட்டோம்' என்னும் சத்தியப்பிரமாணம் செய்யக் கட்டாயப்படுத்தப்பட்டனர். ஆனல் அறிவு வளர்ச்சியின் பயனுக் இந் நிலைப்பாடு மாற்றம்பெற்று, இன்றைய காலகட்டத்தில் அறுவை சிகிச்சைமுறை முதன்மைபெற்று விளங்குகின்றது என்றல் மிகையாகாது. சித்தமருத்துவத்திலும்சரி - ஆயுள்வேத மருத்துவத்திலும்சரி உடற்கூற்றியல் சார்ந்த அறிவு பேசப்பட்டபோதி லும் அறுவைச் சிகிச்சைக்குரிய முக்கியத்துவம் இன்னும் அளிக்கப்படவில்லை.

தமிழ்நாட்டிலே மருத்துவக்கலை எவ்வாறு வளர்ந்துவந்திருக்கிறது; சித் தர்கள் சமூக மருத்துவத்துறையில் எத்தகைய பணியாற்றினர்கள்; சோழர்காலத்திலே மருத்துவம் எவ்வாறு வளர்ந்திருந்தது என்ற விடயங்கள் இந்நூலிலே விரிவாக ஆராயப்பட்டுள்ளன. திருமந்திரத்திற் கூறப்பட்டுள்ள மருத்துவக் கருத்துக்களை மேலைத்தேய மருத்துவத்துடன் ஒப்பிட்டு ஆராய்ந்திருப்பதும் குறிப்பிடத்தக்க முயற்சி யாகும்.

இன்னல்கள் பல நிறைந்துள்ள இக்காலகட்டத்திலும் இந்நூலை வெளியிட் டுள்ளமை பாராட்டப்பட வேண்டிய விடயமாகும். இந்நூல் மருந்துவத்துறை மாண வர்களுக்கு மட்டுமன்றி ஏனையோர்க்கும் பயன்படத்தக்க சிறப்பு வாய்ந்ததாகும். நாட்டார் வழக்கியல் ஆய்விற் சிறந்து விளங்கும் இந்நூலாசிரியர், நாட்டு மருத்துவத் துறையில் மேலும் சிறந்த நூல்களை ஈழத்தமிழகத்திற்கு வழங்குவார் என எதிர்பார்க் கின்றேம்.

முன்னுரை

நாட்டார் கலைகளிலுள்ள ஈடுபாடு நாட்டு மருத்துவத்துறை (Folk Medicine) பற்றி அறிவதிலும் என்னை ஆர்வம் கொள்ளச் செய்தது. எனது இளமைக்கால அனுபவங்களும் இதற்குப் பக்க காரணிகளாயின. நாட்டார் கலைஞர்களைப் பற்றிக் கள ஆய்வு மேற்கொண்ட இடங்களிலெல்லாம் சுதேசிய மருத்துவர்கள் பற்றிய தகவல்களையும் சேகரித்து வரலானேன். கொழும்புப் பல்கலைக்கழகத்திலே நான் கடமையாற்றும்போது, 1979 இல் அமெரிக்காவிலுள்ள பவ்வலோ இயற்கை விஞ்ஞானக் கழகத்தில் (Baffalo Society of Natural Science) இருந்து பிஎச். டி. ஆராய்ச்சி மாணவர் லெஸ்லிறசன்தோல் என்பவர் இலங்கையிற் சுதேசிய மருத்துவத்துறையில் விசக்கடி வைத்தியம் பற்றி ஆராய வந்திருந்தார். அவரது மேற்பார்வையாளரான பேராசிரியர் கணநாத் ஒபயசேகரா எனது மேற்பார்வையில் அவருக்குத் துணைபுரியுமாறு பணித்தார். அந்த ஆராய்ச்சி மாணவருடன் வடக்குக் கிழக்கு மாகாணங்களில் அப்போதிருந்த பாம்புக்கடி மருத்துவர்களைச் சந்தித்துப் பேட்டி காணக்கூடிய அரியதொரு வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது. அவ்வேளையில் இது சம்பந்தமான சில ஏட்டுப் பிரதிகளையும் சேகரித்துக் கொண்டேன்.

1984இல் யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகத்திற்கு மாற்றம்பெற்று நான் வந்தபோது, இங்கு சித்தமருத்துவத்துறை புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டிருந்தது. சித்தமருத்துவ நூல்கள் பெரும்பாலும் தமிழ்மொழியில் எழுதப்பட்டுள்ளமையால் தமிழும் சித்த மருத்துவ மாணவர்களுக்கு ஒரு பாடமாயிற்று. நாட்டுமருத்துவத் துறையில் எனக்குள்ள ஈடுபாட்டையுணர்ந்த தமிழ்த்துறைத் தலைவர் பேராசிரியர் ஆ. வேலுப்பிள்ளை சித்த மருத்துவ மாணவர்களுக்குத் தமிழ் கற்பிக்கும் பொறுப்பை என்னிடம் ஒப்படைத்தார்கள். 1985ஆம் ஆண்டிலிருந்து இம் மாணவர்களுக்குத் தமிழ் இலக்கியம், இலக்கிய வரலாறு என்பவற்றோடு, சிறப்பாகத் திருமந்திரம், சித்தர் பாடல்கள், பரராசசேகரம் ஆகிய நூல்களைக் கற்பிக்கும் வாய்ப்பும் அனுபவமுங் கிடைத்தன. இம் மாணவர்களுக்குத் தமிழ் கற்பிக்கும்போது சித்தமருத்துவக் கோட்பாடுகள், அதன் அடிப்படைகள், சிகிச்சை முறைகள் முதலாம் விடயங்களையும் கற்றல், கேட்டல்மூலம் நானும் அறிந்து அவற்றுக்கு ஏற்றவகையிற் பாடநூல்களைக் கற்பித்தலில் ஆர்வம் கொண்டேன். இம் மாணவர்களும் சித்தமருத்துவத்துறைத் தலைவர் டாக்டர் எஸ். பவானி அவர்களும் அத்துறை விரிவுரையாளர் டாக்டர் எஸ். திருநாவுக்கரசு அவர்களும் சித்தமருத்துவரீதியான கோட்பாடுகள், அடிப்படை விடயங்கள் ஆகியவற்றை நான் விளங்கிக் கொள்வதற்குப் பேருதவியாக அமைந்தனர்.

சித்தமருத்துவ மாணவர்கள் ஆண்டுதோறும் நடாத்திய விழாக்களிலே தமிழ் இலக்கியமும் மருத்துவமும் பற்றிய கட்டுரைகள் படித்திருக்கின்றேன்; அவர்கள் வெளியிட்ட ஆண்டுமலர்களில் ''சித்தமருத்துவம்'' சார்ந்த கட்டுரைகளை

எழுதினேன். யாழ்ப்பாணத்தில் வெளிவந்து கொண்டிருந்த 'ஊற்று' இதழிலும் இத்துறைசார்ந்த தொடர்கட்டுரைகளை எழுதுமாறு அதன் ஆசிரியர் டாக்டர் க. சுகுமாரன் உற்சாகப்படுத்தினார். "இலக்கியத்தில் மருத்துவம்" - என்ற நூலை எழுத வேண்டும் என்ற எனது முயற்சிக்கு இசைவாகப் பேராசிரியர் ஆ. வேலுப்பிள்ளை அவர்கள் பல ஆக்கபூர்வமான கருத்துக்களை வழங்கி என்னை ஊக்குவித்தார்கள்.

ஏற்கனவே எழுதப்பட்ட இந்நூலின் சில கட்டுரைகள் வாய்ப்பு ஏற்படும் போது சஞ்சிகைகளில் வெளியிடப்பட்டன. இந்நூலிலே பத்துக் கட்டுரைகள் இடம்பெறுகின்றன. இவற்றில் முதல் நான்கு கட்டுரைகளும் ஏற்கனவே சஞ்சிகைகளில் வெளிவந்தவையாகும். முதலிரு கட்டுரைகளும் 'ஊற்று' (1988) இதழிலும், மூன்றும் கட்டுரை 'சித்தமருத்துவம்' (1986) என்ற பல்கலைக்கழக சஞ்சிகையிலும், நான்காம் கட்டுரை 'தமிழோசை' (1988) என்ற பல்கலைக்கழக சஞ்சிகையிலும் வெளிவந்தவையாகும். இந்நூலில் மேற்கொள்ள வேண்டிய திருத்தங்களையும் மேலும் சேர்க்கவேண்டிய கருத்துக்களையும் அறிஞர் சுட்டிக்காட்டுவார்களாயின் அடுத்த பதிப்பில் அவற்றைச் சேர்த்துக்கொள்ள வாய்ப்பாக இருக்கும்.

இந்நூலை வெளியிட முன்வந்த யாழ்ப்பாணம் நாட்டார் வழக்கியல் கழக உறுப்பினருக்கும்,

இந்நூலுக்கு அணிந்துரை வழங்கிச் சிறப்பித்த யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழக மருத்துவ பீடாதிபதி பேராசிரியர் க. பாலசுப்பிரமணியம் அவர்களுக்கும்,

பிரச்சினையான இக்கால கட்டத்திலும் இந்நூலை செம்மையாக அச்சிட்டு உதவிய 'மேக்சுரி' அச்சகத்தாருக்கும் எமது நன்றி உரித்தாகுக.

25 - 08 - 1990

இ. பாலசுந்தரம்

சங்க இலக்கியத்தில் மருத்துவக் கருத்துக்கள் – I

தமிழர் பண்பாட்டில் மருத்துவம் :

தமிழ்நாட்டின் இயற்கைச் சூழலிலே தமிழர் பண்பாட்டில், வளர்ந்த மருத்துவக் கலையே 'சித்த மருத்துவம்'. அதனாலேயே இதற்குத் 'தமிழ்மருத்துவம்' என்ற பெயரும் வழங்குவதாயிற்று. வாதம், பித்தம், கபம் என்ற மூக் குற்றங்களின் அடிப்படையிலே தோன்றும் நோய்களுக்குப் பரிகாரம் செய்யும் முறையே கீழைத்தேய மருத்துவமாகும். இம்மூன்றும் மனித உடலில் முறையே ஒன்று - அரை - கால் என்ற அடிப்படையில் அமைந்துள்ளன. இவை மிகினும் குறையினும் உடலில் நோய் ஏற்படுகின்றது. நாடிப்பரிசோதனை மூலம் நோய்களை அறிந்து மருத்துவம் செய்தல் சித்தவைத்திய முறையின் சிறப்பு எனக்கருதப்படுகிறது. சித்த மருத்துவத்திலே கர்மநோய்கள் தவிர்ந்த் தீர்க்கமுடியாத நோய் என்று ஒன்றில்லை என்பதும், காயகற்பகமாகிய சிரஞ்சீவி மருந்தும் சித்த மருத்துவத்தில் உண்டு என்பதும். இதன் தனிச்சிறப்புகள். சித்தர்கள் அட்டமாசித்திகள் கைவரப் பெற்றுப் பல நூற்றுண்டுக் காலம் வாழ்ந்து, இந்த மருத்துவக் கலையை வளர்த்து வந்தனர் என்பதால். இதன் பழைமையும் உணரப்படுகின்றது, உலக மொழிகளில் பழைமை வாய்ந்தனவும் தனி சிறந்தனவுமாகிய இலக்கியங்களில் தமிழ் இலக்கியமும் ஒன்றாகத் திகழ்கிறது. எனவே தமிழ் இலக்கியம் எத்தகு பழைமை வாய்ந்ததுவோ அதனிலும் பன்மடங்கு பழைமைவாய்ந்த ஒரு கலையாகச் சித்த மருத்துவக்கலை தமிழ்நாட்டில் வளர்ந்து வந்திருக்கிறது.

இயற்கையும் சித்த மருத்துவமும் :

மனிதனின் மொழிப்புலமையின் விளைவே இலக்கியம். அதுபோன்று மனித இனத்தின் பகுத்தறிவிற்கு இயற்கை அளித்த பரிசே மருத்துவம். விலங்குகளும் தம்பிணி போக்க இயற்கை மூலிகைகளை நாடுதல் இயல்பு. இயற்கைச் சூழலில் வாழ்ந்த மனிதன் தன் பகுத்தறிவின் விளைவால் இயற்கையைப் பயன்படுத்தி மருந்துகளையும் அறியலானான். இந்திய மருந்துவக் கலைகள் இறைவனிடம் இருந்து பெறப்பட்டன என்பதையே ஆயுள்வேதமும் சித்தமருத்துவமும் கூறுகின்றன. இயற்கையே இறைவன் என்பதைச் சமயதத்துவங்கள் ஏற்க மறுப்பதில்லை. பண்டைத் தமிழ் இலக்கியங்கள் இயற்கையைப் பெரிதும் பாடின. அதனால் அவற்றை 'இயற்கை இலக்கியம்' என்றும் வழங்குவர். எனவே தமிழ் மக்களுக்கு இயற்கை அளித்த அருஞ்செல்வங்களுள் இலக்கியமும் சித்த மருத்துவமும் மிகப் பழைமை வாய்ந்தனவாகும்.

பூர்வீகக் குடிகளும் இயற்கை மருத்துவமும் :

பூர்வீக மக்கள் (Primitive People) இயற்கையோடிணைந்து வாழ்ந்த காலத்தில் அவர்களுக்கு நோய் ஏற்பட்டபோதெல்லாம் இயற்கையை மீறிய சக்திகள் (Super - Natual power) அல்லது தீய ஆவிகளே (Evil Spirts) அந் நோய்களுக்குக் காரணி என நம்பினர். அந்நோய்களைப் போக்க அவர்களிடையே மந்திரவாதிகளும் மருத்துவர்களும் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள் என்பதை மானிடவியல் ஆய்வாளர்கள் நிறுவியிருக்

கிருர்கள். (1) உதாரணமாக இலங்கையின் பூர்வீகக் குடிகளான வேடர்கள் மத்தியில் இத்தகு மருத்துவக்கலை நிலைபெற்றிருந்தமையை ஈண்டுக் குறிப்பிடலாம். (2) மேலும் பழந்தமிழர் சமூக வாழ்க்கையை இலக்கியச் செய்திகளினூடாக நோக்கும்போது தீய ஆவிகளாலே நோய் ஏற்பட்டது என்ற நம்பிக்கையும், அந்நோய்களை மந்திரவாதிகள் போக்கும் ஆற்றல் பெற்றிருந்தனர் என்ற செய்தியும பெறப்படுகின்றன. (3) இவர்கள் இயற்கை தந்த மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தியமையையும் அறியக்கூடியதாகவுள்ளது.

பூர்வீக காலந்தொட்டு மனிதருக்குப் பலவகை நோய்கள் ஏற்பட்டு வந்திருத்தல் இயல்பே. மனித குலத்திற்கும் இயற்கைச் சக்திகளுக்குமிடையே நடைபெற்று வந்த நோய்தீர்க்கும் போராட்டத்திலே தொடக்க காலத்தில் நோய்தான் வெற்றி பெற்றிருக்க வேண்டும். நோய்க்குப் பரிகாரம் தேடும் முயற்சியில் மனிதன் மேற்கொண்ட அவதானிப்பு, அனுபவம், சேகரிப்பு என்ற அடிப்படையிலான முயற்சிகளில் மூலிகைகளும், மருத்துவ முறைகளும் கண்டுபிடிக்கப்படலாயின. இத்தகு மருத்துவமுறைகளே ஒவ்வொரு நாட்டினதும் சுதேசிய மருத்துவமாக (Indeginious Medicine) வளர்ச்சி பெறுவதாயின. அவதானிப்பு அனுபவம் என்பவற்றாற் பெறப்பட்ட உண்மை மருத்துவமே சுதேசிய மருத்துவம் என்பது அதன் சிறப்பாகும்.

சங்க காலத்திற்குமுற்பட்ட மருத்துவம் :

கடல் கோள்களால் அழியுண்ட முதல் இடைச்சங்க காலங்களில் வாழ்ந்த புலவர்களில் இறையனுர், அகத்தியர், கௌதமர் முதலானோரின் பெயர்கள் மருத்துவர் வரிசையிலும் காணப்படுகின்றன. இவர்களது மருத்துவ நூல்கள் கடல்கோள்களால் அழிந்திருக்கலாம். மேலும் பண்டைநாளில் இலக்கண நூல்களை இயற்றிய ஆசிரியர்களே மருத்துவ நூல்களையும் இயற்றினர் என்னும் கருத்தும் நிலவுகின்றது. வடமொழியிற் பதஞ்சலி என்பவர் 'மகாபாஷியம்' என்ற வடமொழி இலக்கண நூலை இயற்றியதோடு பல மருத்துவ நூல்களையும் தொகுத்தளித்துள்ளார். அது போன்றே தமிழில் அகத்தியர் 'அகத்தியம்' என்ற முத்தமிழ் இலக்கண நூலையும், அகத்தியர் வாடகம் முதலாம் சித்த மருத்துவ நூல்களையும் ஆக்கினுர் என நம்பப்படுகின்றது தொல்காப்பியர் காலத்திற்கு முன்பும் மருத்துவ நூல்கள் இருந்திருக்க வேண்டும் என்பது அவரது சூத்திரங்களால் அறியப்படுகின்றது.

இசை நுணுக்கம் தரும் செய்தி :

இடைச்சங்க காலத்தில் வழக்கிலிருந்த இசைத்தமிழ் நூல்களில் இசை நுணுக்கம் என்ற நூலும் ஒன்றாகும் என்பது அடியார்க்கு நல்லார் கருத்தாகும். அந்நூல் இன்றில்லையாயினும், அடியார்க்கு நல்லார் சிலப்பதி

---

1. (a) Levi - Strauss, Claude - The sorcerer and his magic. In Structural. Anthropology, New York, 1963.
   (b) Obeysekera, Gananath - The impact of Ayurvedic ideas on the culture and the individual in Sri Lanka. In Asian Medical System; A comparative study. ed: Charles Leslie, Berkelly, University of California press, 1976.
2. Seligmann, C. G and Seligmann, Brendaz - The Veddhas, Cambridge University press, 1911,
3. " Thus the magic and supersition were inevitable and also associated with herbes and home remedies during the primitive period of Tamil Nadu " Sampath, G. K. - "Evoluation and Development of Siddha Heritage of the Tamils ", Siddha - Medicine, Madras, 1983 : p. 2

கார உரையில் இசை நுணுக்கம் பற்றி எழுதிய குறிப்புக்கள் சித்த மருத்துவச் சிந்தனைகளைத் தருவதாக அமைகின்றன.(4) இசை நுணுக்கத்திலிருந்து பின்வரும் மூன்று பாடல்களும் அவ்வுரையிலே மேற்கோளாகக் காட்டப்பட்டுள்ளன :

1. ''இடைபிங் கலையிரண்டு மேறும் பிராணன்
புடைநின் றபாணன் மலம்போக்கும் — தடையின்றி
யுண்டனகீ ழாக்கு முதானன் சமான னெங்குங்
கொண்டறியு மாறிரதக் கூறு''.

2. ''கூர்மனி மைப்புவிழி கோணுகன் விக்கலாம்
பேர்வில் வியானன் பெரிதியக்கும் — போர் மலியுங்
கோபங் கிரு கரனுங் கோப்பினுடம் பெரிப்புத்
தேவதத்த னுகுமென்று தேர்.''

3. ''ஒழிந்த தனஞ்சயன் பேரோதி லுயிர் போய்க்
கழிந்தாலும் பின்னுடலைக் கட்டி — யழிந்தழிய
முந்நா ளுதிப்பித்து முன்னியவான் மாவின்றிப்
பின்னு வெடித்து விடும் பேர்ந்து''.

மனித உடலானது நிலம், நீர், தீ, காற்று, ஆகாயம் ஆகிய பஞ்ச பூதங்களால் ஆக்கப்பெற்றதாகும். அவற்றுள் வாயு பத்து வகையாக உடலிற் செயற்படுகின்றது. சித்த மருத்துவர் அவற்றைத் 'தசவாயுக்கள்' என்பர். தசவாயுக்கள் பற்றிய மருத்துவச் செய்திகள் சித்த மருத்துவத்தில் மட்டுமே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. அவை முறையே பிராணன், அபானன், உதானன், சமானன், வியானன், நாகன், கூர்மன், கிரிகரன், தேவதத்தன், தனஞ்செயன் என்பனவாம். இப்பத்து வகை வாயுக்களின் இயக்கங்கள், செயற்பாடுகள் என்பன பற்றிய விபரங்களைச் சித்த மருத்துவத்திற் காணலாம். இவ்விடயங்களைச் சுருக்கிக் கூறுவதாக மேற்காட்டிய இசை நுணுக்கப் பாடல்கள் அமைந்துள்ளன. எனவே கடைச்சங்க காலத்திற்கு முன்பே சித்த மருத்துவ அறிவியல் தமிழ் மக்கள் மத்தியில் பரவியிருந்தது என்பதே இசைநுணுக்கம் தருஞ் செய்தியாகும்.

முச்சங்கங்களும் அகத்தியரும் :

சித்த வைத்தியத்தின் தந்தை அகத்திய மாமுனி எனச் சித்தவைத்திய பாரம்பரியம் கூறுகின்றது. அது போன்றே சித்தர் கணத்தின் தலைவராகவும் அகத்தியர் விளங்குகிறார். தமிழ் மொழியைச் செம்மைப்படுத்தியவர் அகத்திய மாமுனி என்பது தமிழ் இலக்கிய மரபு. (5)

ஆயினும் அகத்தியரைப் பற்றிய மிகப் பழைய செய்திகளை இலக்கிய வழியாக இருக்கு வேதத்திலும், அதன் பின்னர் வால்மீகி இராமாயணத்திலும், மகாபாரதத்திலும் காணக்கூடியதாக இருக்கின்றது. முச்சங்கங்களிலும் அங்கம் வகித்தார் எனக் கூறப்படும் அகத்தியரைப் பற்றிச் சங்க இலக்கியங்களிற் குறிப்பிடப்படாமை புதுமையாகவே இருக்கின்றது. (6)

---

(4) சிலப்பதிகாரம் - அடியார்க்கு நல்லார் உரை, உ. வே. சாமிநாதஐயர் பதிப்பு - சென்னை : 1982

(5) அகத்தியர் தமிழரா அல்லது வடநாட்டவரா, அகத்தியர் என்ற பெயரில் எத்தனை பேர், எவ்வெக் காலங்களில் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள்; அவர்கள் இயற்றிய நூல்கள்: அவர்களோடு தொடர்புடைய புராண, இதிகாசக் கதைகள் பற்றிய ஆய்வுகள் வெளிவந்துள்ளன. சிவலிங்கனார் எழுதிய அகத்தியர்கள் என்ற நூல் பார்க்க.

(6) மதுரைக் காஞ்சியின் ''துடனருந் துப்பிற் றென்னவற் பெயரிய தொன்முது கடவுள்'' (40-41) என்ற வரிகளுக்கு நச்சினார்க்கினியர் உரை எழுதும்போது அகத்தியர் பற்றிக் குறிப்பிடுதல் நோக்கற்பாலது. மேலும் ''பொதியின் முனிவர் புரைவரை'' (பரி÷ 11 : 11) என்ற வரியும் அதன் உரையும் காண்க.

சித்தர் பற்றிய கருத்துக்கள் சங்க இலக்கியங்களில் இடம் பெற்றபோதிலும் சித்தர் கணத் தலைவராம் அகத்தியரைப் பற்றிய குறிப்புக்கள் இடம்பெருமை பற்றி மேலாய்வுகள் அவசியமாகின்றன. தமிழில் அகத்தியரைப் பற்றி முதன் முதலாக மணிமேகலையே கூறுகின்றது. அடுத்து எட்டாம் நூற்ருண்டினதாக கருதப்படும் இறையனுர் அகப்பொருளுரையில் நச்சினுர்க்கினியர் குறிப்பிடுகின்ருர். இந்த அகத்தியரும் சித்த அகத்தியரும் முற்றிலும் வேறுபட்டவர்கள் என்று கூறும் கமில்சுவெலபில் அவர்களின் கருத்தும் மீளாய்வுக்குரியதாகும். (7)

பழந்தமிழ் இலக்கியங்களில் முச்சங்கங்கள் பற்றிய செய்திகள் பேசப்படுகின்றன. முச்சங்கங்கள் முறையே தென்மதுரை, கபாடபுரம், மதுரை ஆகிய இடங்களிலே இருந்து சுமார் 10290 ஆண்டுகள் தமிழ் வளர்த்த செய்திகள் இறையனுர் அகப்பொருளுரையால் அறியப்படுகின்றன. இம் மூன்று சங்கங்களிலும் அகத்தியர் அங்கம் வகித்துத் தமிழ் வளர்த்தார் என்பது மரபு வழியாகக் கூறப்பட்டுவருஞ் செய்தியாகும். இச் செய்திகளிலிருந்து அகத்தியர் பண்டைநாளில் நீண்ட காலம் வாழ்ந்த பெரும் ஞானி என்பது பெறப்படுகின்றது. கடைச்சங்க காலத்தில் அகத்தியருடன் தமிழ்ச் சங்கமிருந்த புலவர்களில் மருத்துவன் தாமோதரனுர் என்பவரும் ஒருவராவர். எனவே தமிழ்ப் புலவர்கள் மருத்துவத் துறையிலும் வல்லோர்களாக இருந்திருக்கிருர்கள் என்ற செய்தி இப் புலவர் பெயரால் அறியப்படுகின்றது. அவ்வகையில், முத்தமிழ் முனிவர் அகத்தியர் மருத்துவராகவும் செயற்பட்டார் என்பதில் ஐயமில்லை.

அகத்தியருக்குத் தமிழிலக்கிய இலக்கண மாணுக்கர் பன்னிருவர் இருந்தனர் எனவும் அவர்களோடு சித்தவைத்திய மாணுக்கரும் இசைத்தமிழ் மாணுக்கரும் இருந்தனர் எனவும் கூறப்படுதல் தமிழிலக்கிய உரைகாரர் மரபாகும். புராணங்கள், இதிகாசங்கள், பிற்கால இலக்கியங்கள் முதலியவற்றினை நோக்கும்போது, அகத்தியர் இமயம், பொதியம், மகேந்திரம், தென்மதுரை, கபாடபுரம், தண்டகாரண்யம், விந்தியம், ஏமகூடம், காசி, காயா முதலாமிடங்களில் வாழ்ந்த செய்திகளும் அவற்றிடையே மருத்துவராகத் திகழ்ந்த செய்திகளும் பெறப்படுகின்றன. கம்பராமாயணத்திலே அகத்தியருக்கு உயர் நிலை கொடுக்கப்படுகின்றது. மருத்துவக் கலையும், மருத்துவர்களும் அரசர்களாற் பெரிதும் பேணப்பட்ட காலம் சோழர் காலம் என்பதைத் திருமுக்கூடற் சாசனம் எடுத்தியம்புகிறது. அதன் பிரதிபலிப்பால் சித்தர்கணத் தலைவராகிய அகத்தியருக்குக் கம்பன் தன் காவியத்தில் உயர் இடம் அளிக்கலானுன். அங்கு அகத்தியர், இராமனுக்கு சுவேதன் என்ற அரசன் ஒருவனின் கதையைக் கூறுகிருர். அக்கதையில் சுவேதன் ''கொடும்பசி''(பசிப்பிணி என்ற உபதலைப்பை நோக்குக.) என்னும் நோயால் அல்லலுற்று இறுதியில் அகத்தியரால் நோய்தீர்க்கப்படுகின்ருன். (8) இச்செய்தி அகத்தியர் பெரும் மருத்துவர் என்பதைக் காட்டுகின்றது.

இவ்வாருகப் போற்றப்படும் அகத்திய முனிவர் பெயரால் வழங்கும் பல சித்த மருத்துவ நூல்களின் பெயர்கள் காணப்படுகின்றன. (9) அவற்றுள் அகத்தியர் ஞானம், வைத்தியசிந்தாமணி, செந்தூரம் 300, மணி 4000, வைத்தியம் 1500, வைத்தியம் 1600, நாடிசாஸ்திரம், (10) குணவாகடம், வைத்தியக் கும்மி என்பன சிலவாம்.

எனவே அகத்தியர் என்பவர் சித்தர் கணத்தின் தலைவராகவும், சித்தவைத்தியத்தைச் சிவன் வழிபெற்றுத் தமிழ் மொழிக்கு வழங்

(7) Zvelebil, Kamil - The smile of murugan on Tamil literature of South India, Leiden, E. J. Brill, 1973, P. 222

(8) ''துங்கவரைத் தோள்பெற்பன்ன...'' என்ற தொடக்கத்தனவாகிய கம்பராமாயணப் பாடல்களை நோக்குக.

(9) இரா. மாணிக்கவாசகம் - 'சித்தர்கள்' பெருந்தமிழ், சென்னைப் பல்கலைக் கழகம், 1971:160.

(10) சரகர் சம்ஹிதை, சுஸ்ருத சம்ஹிதை ஆகியன ஆயுர் வேத மூல நூல்களாகும் ஆயினும் இவற்றில் நாடி சாஸ்திரம் பற்றிக் குறிப்பிடாமையைக் கருத்திற் கொண்டு நாடி சாஸ்திரம் சித்தவைத்திய முறையிலே தோற்றம் பெற்று வளர்ச்சியடைந்து பின்னர் ஆயுள் வேதத்தில் சேர்க்கப்பட்டதாகவும் கூறப்படுதல் நோக்கற்பாலது.

யவராகவும் தமிழ் இலக்கியங்களால் அறியப் படுகிறார். புலவர் புராணத்தில்

''ஞான வான்கள் மெய்ப் பரந்தருள் சகளமா நவில்வர்
ஈன மின்றியே யோகியர் தமதிறை என்பர்
வான மேற்படர் சித்தர்தம் இனத்தனு வகுப்பர்
ஆன தாலனைத்தினும் வலான் அவனெனத் தகுமே.''

எனவரும் ஒரு பழம் பாடல் அகத்தியரையும் சித்த வைத்தியத்தையும் தொடர்பு படுத்திக் காட்டல் காண்க.

தொல்காப்பியமும் சித்தவைத்தியமும் :

அகத்தியரின் மாணவர் தொல்காப்பியர். எனவே, தொல்காப்பியர் சித்த வைத்தியச் சேதிகள் அறிந்தவர் என்பதில் ஐயமில்லை. இதனை,

''நிறை மொழி மாந்தர் ஆணையிற் கிளக்கும்
மறைமொழி தானே மந்திரம் என்ப.''
(தொல். செய். 178)

என்னும் தொல்காப்பியச் சூத்திரமே சான்றுபடுத்துகின்றது. சித்த வைத்திய முறைகளில் மணி, மந்திர, ஔடதம் ஆகிய மூன்று வகைபற்றிக் கூறப்படுகிறது. (11) மணி என்பது இரசத்தைக் கட்டி மணி போலாக்கிய இரசமணியைக் குறிக்கும். இதனை இரசகுளிகை, சூதக்குளிகை, ககனக் குளிகை என்பர். மருந்து வகைகளில் இரசம் சிறந்ததென்ற காரணத்தினாலேயே சித்தர்கள் இரசத்தினாலாகும் மணியை முதலிற் கூறினர். அடுத்தது மந்திரம். மனிதன் ஐம்பொறிகளையும் அடக்கி, ஒவ்வொரு நிலையினையும் தன் வழியால் செய்யும் முறையே மந்திரமாகும். ''இடையறு நினைப்பினால் புந்தியில் நிகழும் ஆழ்ந்த உண்மைத் தோற்றங்களே மந்திரம் எனவும் கூறப்படுகிறது. (12) ஈண்டுத் திருமூலர் மொழிந்த 3000 மந்திரங்களும் நினைவு கொள்ளத் தக்கன. உண்மையை அறிந்த நிறைமொழி மாந்தரே சித்தர்கள். அவர்களது ஞானத்தில் பிறந்த ஆழ்ந்த தியானத்திற் பிறந்த உண்மைகளே மந்திரங்கள். அம் மந்திரங்கள் புல்லறிவாளருக்குப் புரியாதவாறே கூறப் பட்டுள்ளன. அவற்றைக் குரு சீட முறைப்படியே அறிந்துகொள்ள வேண்டும். அதனையே சித்தவைத்தியக் கல்விப் பாரம்பரியமும் எடுத்தியம்புகிறது. அதில் உண்மையான அர்த்தமும் புதைந்து கிடக்கின்றது. ஆனதன்மையினாலேயே மந்திரங்கள் மறைமொழியாகப் புகலப்பட்டன என்பதைத் தொல்காப்பியரும் உணர்ந்திருந்தார். பண்டைத் தமிழர் மத்தியில் வழக்கிலிருந்த மணி - மந்திர - ஔடத விடயங்களைக் கருத்திற் கொண்டு, இலக்கியபாணியிலமைந்த மந்திரங்களுக்கு விளக்கம் கூறும் பான்மையில், தொல்காப்பியர் சித்த வைத்தியக் கோட்பாட்டிலிடம் பெறும் மந்திரம் பற்றிக் குறிப்பிடலானார்.

சித்த வைத்தியர்கள் ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு படைத்த உயிர் வர்க்கம் அனைத்தையும் அறிந்து வைத்திருந்தார்கள். இவ்வுண்மையைத் தொல்காப்பியரும் தம் குருவாகிய அகத்தியர் வழி அறிந்திருக்கலாம். தொல்காப்பியம் 572 முதல் 577 வரையுள்ள சூத்திரங்களில் ஓரறிவு முதல் ஆறறிவு படைத்த உயிர் வர்க்கங்கள் பற்றிக் குறிப்பிட்டிருத்தல் ஈண்டு கவனிக்கத் தக்கதாகும். 571-ம் சூத்திரத்தில் ஆறு அறிவும் எவை என்பதை வருமாறு கூறுகின்றார்:

''ஒன்றறி வதுவே உற்றறி வதுவே
இரண்டறி வதுவே அதனொடு நாவே
மூன்றறிவதுவே அவற்றொடு மூக்கே
நான்கறி வதுவே அவற்றொடு கண்ணே

(11) ஆனால் ஆயுள்வேத சிகிச்சை முறையில் ஹேது, லிங்க, ஔஷதம் என்ற விடயங்கள் முக்கியத்துவம் பெறுதல் காண்க.
(12) வே. விசுவநாதபிள்ளை பதிப்பு, திருமந்திரம் சென்னை, 1912, நான்முகம் பக். 4.

ஐந்தறி வதுவே அவற்றெடு செவியே
ஆறறி வதுவே அவற்றெடு மனனே
நேரிதின் உணர்ந்தோர் நெறிப்
படுத்தினரே''.

மேலும் தாவரங்களின் இயல்புகள் பற்றி யும் இந்நூலிலே காணலாம். பஞ்சபூத இயல்புகளுக்கமைய மூலிகைகளின் இயற் குணங்கள், அவற்றின் செயற்பாடுகள் என்ப வற்றைச் சித்த மருத்துவம் குணபாடம் என்ற நூலிலே விரிவாகக் கூறுவதையும் ஈண்டு ஒப்பு நோக்குதல் தகும்.

தொல்காப்பியம் மரபியலிலே மிருகம், செடிகள் ஆகியவற்றின் இளமைப் பருவப் பெயர்கள், விபரமாகக் கூறப்படுகின்ற மையை நோக்கும்போது (13) அக்காலத்தில் மிருகங்கள், தாவரங்கள் பற்றிய நுண்ணறி வும் அதனேடொட்டிய மொழி வளர்ச்சி யும் நன்கு சிறந்திருந்தமை புலனுகின்றது. மேலும் மிருகவியல் தாவரவியல் பற்றிய சிந்தனைகளை மரபியலிலுள்ள 583—588வரை யுள்ள சூத்திரங்கள் வெளிப்படுத்துகின்றன. மருத்துவர்கள், மிருகங்களின்இறைச்சி, இரத் தம், பால், பித்தம், கொம்பு முதலான பொருட்களைச் சிகிச்சைக்காகப் பயன்படுத் தும் போது குறிப்பிட்டமிருகங்களின் இயல்பு கள், அவற்றின் பயன்கள் என்பன பற்றிய நுட்பமான அறிவினைப் பெற்றிருந்தார்கள். மருத்துவர்கள் மிருகங்களின் இயல்புகளை ஆராய்ந்தறிந்திருந்தது போன்றே தொல் காப்பியரும் விலங்கியல் பற்றிய மொழியியல் அறிவிலே தேர்ச்சி பெற்றிருந்தமை மேற் குறிப்பிட்ட சூத்திரங்களால் அறியப்படு கின்றது.

உள்ளமும் உடலும் ; மெய்க்குறி-நோய்க்குறி;-

மனிதனுடைய உள்ளம் தாக்கப்படும் போது உடல் பாதிப்படைகிறது; அவ் வாறே உடல் பாதிக்கப்படும்போது உள்ள மும் பாதிக்கப்படுகிறது. இரண்டும் ஒன்றை யொன்று சார்ந்து செயற்படுகின்றன. உள் ளத்தின் செயற்பாட்டினுல் உடலிலே தோன் றும் குறிகளைத்தொல்காப்பியர் 'மெய்ப்பாடு' என்றுர். மருத்துவர் இதனை 'மெய்க் குறி' என்பர். உடலில் நோய் தோன்றும்போது காணப்படும் குறிகளை-நோயாளி தானே உண ரும்குறிகள் (Subjective Symptoms) வைத்தி யர் நோயாளியிடம் தான் காணும் குறிகள் (Objective Symptoms) என இருவகையாகப் பகுத்துக் கூறுவர். உடலிலே நோயின் அறி குறியாக முதலிலே தோன்றும் குறிகளைப் ''பூர்வ ரூபம்'' (முதல் நிலைக் குறிகள்) என் றும், நோய் வந்தபின் காணப்படும் குறிகள் ''ரூபம்'' என்றும் பெயர் பெறும். வைத் திய நூல்களிலே நோய்களுக்குரிய மெய்க்குறி கள் பற்றிய விபரங்கள் பெரிதும் கூறப் பட்டுள்ளன. உதாரணமாகப் பரராச சேகரம் என்ற நூலிலே சன்னிரோக நிதா னம் என்ற பகுதியிலே, பிரலாப சன்னி நோயின் மெய்க்குறிகள் பின்வரும் பாட லிலே தரப்பட்டுள்ளமை காண்க:-

''சோர்பிர லாபதோஷ மானது
சேர்குறி மேலு மோதலாவது
வேர்சுர மேயதாகம் வேதினை வாயுநாவும்
நீரற வேயுவாதி சேருதலாக மீது
சாருற வாத மேவிக் கால்கள் சோர்வுறல்
ஈழை போன் மூசுதல் வாழுநாள்
வெறுப்புறல்
அழுதல் நகைத்தல் எழுதலிருத்தல்
மதிமயக்க மொடுபுலம்பல் அதிக விக்கல்
மொழி பிதற்றல்
சதிசெய் சத்தி இருமல்பற்றி உடல் நடுங்கி
விதிபோலப்
பத்தொரு நாளி லுற்றது தீரும் அத்தனை
நீயுமுற்றறி.''

(பரராச சேகரம்-சன்னிரோக
நிதானம் : பக். 12 : பாடல் 6)

(13) தொல்காப்பியம், மரபியல் : சூத்திரம் : 556-581.

இவ்வாறாக உடல்வழித்தோன்றும் அனைத்து நோய்களுக்கும் உரிய மெய்க்குறி, நோய்க் குறிபற்றிய விபரங்களை மருத்துவ நூல்கள் விபரிக்கின்றன.

தொல்காப்பியரும் நோய்கள் பற்றியும் நோய்கள்தரு மெய்க்குறிகள் பற்றியும் அறிந்தவர் போற் காணப்படுகின்றார். அவர் குறிப்பிடும் மெய்ப்பாடுகள் பற்றி நுணுகி நோக்கும்போது இவ்வுண்மைகள் புலப்பட லாம். தொல்காப்பியம் மெய்பாட்டியல் என்ற பகுதி உளநோய் மருத்துவர் ஆராயத் தகுந்த தக்கதோர் அரிய இலக்கியச் செல்வ மாகும். மெய்க்குறி பற்றிய செய்திகள், உள்ளத்தின் வெளிப்பாடு பற்றிய விடயங்கள் ஆகியன,

''நகையே யழுகை யிளிவரல் மருட்கை
யச்சம் பெருமிதம் வெகுளி யுவகையென்
றப்பா லெட்டே மெய்ப்பா டென்ப'',

(தொல்-மெய் : 251)

என்ற சூத்திரத்தின் மூலமாகத் தொல் காப்பியத்திலும் கூறப்படுகின்றன. இச் சூத் திரத்தில் உணர்ச்சிகளின் வெளிப்பாட்டால் உடலிற் றோன்றும் எட்டுவகை மெய்ப்பாடு கள் கூறப்பட்டிருத்தல் நோக்கற்பாலது. மேலும் உளவியல் அடிப்படையில் மனித மனத்தில் ஏற்படும் இளிவரல் முதலாம் குணங்களுக்கு அடிப்படையாக அமைவன வாக ஒவ்வொருவரதும் மூப்பு, பிணி, பல வீனம் என்ற மூன்று காரணங்களைத் தொல் காப்பியர் கூறுகின்றார். இதற்கு இலக்கிய மாகப் புறநானூற்றிலே,

''தொடித்தலை விழுத்தண் டூன்றி நடுக்குற்
றிருமிடை மிடைந்த சிலசொற்
பெருமூ தாளரே மாகிய வெமக்கோ''.

(புறம் - 243)

என்ற பாடலடிகளைக் காட்டலாம்.(14)

மெய்க்குறி, நோய்க்குறி முதலியன பற்றி மருத்துவம் கூறுகின்றது. மெய்க்குறி என்பது உடலிற் காணப்படும் விகற்பமாகும். சிறந்த சித்தவைத்தியன் மெய்க்குறி கண்டே நோய் நாடி, அதற்குரிய மருத்துவம் கூறுவான். உளவியல் அடிப்படையில் தொல்காப்பியர் காதல் நோய்வாய்ப்பட்ட பெண்ணின் மெய்க்குறி பற்றி வருமாறு காட்டுதல் சிந்திக்கத் தக்கதாகும்:

''புகுமுகம் புரிதல் பொறிநுதல் வியர்த்த
னகுநய மறைத்தல் சிதைவு பிறர்க்
கின்மையொடு
தகுமுறை நான்கேயொன்றெ னமொழிப.''

(மெய் - 261)

''கூழை விரித்தல் காதொன்று களைத
லூழணி தைவர லுடைபெயர்த்
துடுத்தலோடு
டூழி நான்கே யிரண்டெ. மொழிப''.

(மெய் - 262)

''அல்கு றைவர லணிந்தவை திருத்த
லில்வலி யுறுத்த லிருகையு மெடுத்தலொடு
சொல்லிய நான்கே மூன்றெ ன மொழிப''

(மெய் - 263)

இளம் பெண் ஒருத்தி காம நோயினால் பீடிக்கப்பட்டிருக்கின்றாள், அவளது மேனி யெல்லாம் பசலை படர்ந்து காணப்படுகிறது: தன் மகளின் மெய்க்குறி கண்ட தாய், (15) நோய் தீர்க்கும் வழிமுறைகளை நாடுவதாகப் பின்வரும் நற்றிணைப் பாடற் பகுதி அமைகின்றது:

''நன்னுதல் பரந்த பசலைகண்டு அன்னை
செம்முது பெண்டிரொடு நெல்முன் நிறீஇக்
கட்டிற் கேட்கும் ஆயின் வெற்பில்...''

(நற். - 28:5-7)

---

(14) புறநானூறு — உ. வே. சாமிநாதையர் பதிப்பு - சென்னை, 1950 : பக். 419-420 பார்க்க,

(15) தாய் அனுபவ ரீதியாக அந்நோயின் பூர்வ ரூபத்தைக் கண்டு கொண்டாள் என்க.

சிவன் — சீவன் — உடல் ;

சித்த மருத்துவத்தில் சிவன் - சீவன்-உடல் என்பன பற்றிய கோட்பாடுகள் ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்புடையனவாகக் காணப் படுகின்றன. தொல்காப்பியர் உயிரும் உடம் பும் பற்றிய மருத்துவ ரீதியான கொள் கைகளையும் அறிந்திருந்தார்போல் தோன்று கின்றது. (16)அவர் எழுத்துக்களின் பிறப்பு, அவற்றின் ஓசையமைதி என்பனபற்றி கூறும்போது ''மெய்யின் வழிய துயிர் தோன்று நிலையே'' (தொல். எழுத்து-10) என்று சூத்திரம் செய்தமையும் ஈண்டு நோக்கத்தக்கது. நச்சினார்க்கினியர் இதனை விளக்கும்போது, நீர் உப்பின் குணமேயாய் வாறு போல உயிரும் மெய்யின் குணமே யாய் வன்மை மென்மை இடைமை எய்தி நிற்கும்' என்றார் உடல் செயற்படும்போது உயிரும் அதன் வழிப்படுகின்றது என்பது இதன் பொருளாம். ஆதலினாலேயே சித்தர் கள் யோகம், தியானம், காயகற்பம், குண் டலினி சக்தி என்பனவற்றால் தமது உடலை யும் அதனோடொட்டிய உயிரையும் நன்கு பேணலாயினர்.

உயிர், உடல் ஆகிய இரண்டு விடயங் களையும் இறைவனோடு தொடர்பு படுத்திய மருத்துவ சிந்தனைகளையும் சித்த மருத்துவம் பெரிதும் பேசுகின்றது. இதனையே திரு மூலர் ''உடல் வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த் தேன்'' (திருமந்திரம் 704) என்று குறிப் பிடுகின்றார். எனவே மருத்துவத்தில் இவை இரண்டும் மிக முக்கியமானவை. தொல் காப்பியர் எழுத்திலக்கணம் வகுக்கும்போது முதலில் அதிலுள்ள இருவகை எழுத்துக்களை உயிர் எழுத்தென்றும் மெய் (உடல்) எழுத்தென்றும் வகைப்படுத்திப் பெயரிட லானார். மேலும் உயிரும், உடம்பும் தனித் தனியானவை. ஆயினும் அவை இணைந்தே செயற்படுவன. அதுபோன்றே இவ்விரு எழுத்துக்களும் தனித்தனியானவை என் பதை ''உடம்பொடு நின்ற உயிரும் இல்லை'' (தொல், சொல்- கிளவி–1) எனக் கூறி யிருப்பதும் ஈண்டு ஒப்பிட்டு நோக்கத் தக்கதே.

சோதிடம் :-

இரக நிலைகளின் இயல்புகளையும் நோயாளி யின் தன்மையையும் ஒப்பு நோக்கி மருத்து வம் செய்யும் முறையும் மருத்துவத்தின் சிறப்பியல்புகளில் ஒன்றாகும். மருத்துவ வருக்குச் சோதிட அறிவும் இன்றியமை யாதது என எதிர்பார்க்கப்பட்டு வந்துள் ளது. தொல்காப்பியத்திலும் சோதிடக் குறிப்புக்கள் பல இடங்களிற் காணப்படு கின்றன. சிறப்பாகப் பொருளதிகாரத்திலே ஒரு வருடத்தைக் கார், கூதிர், முன்பனி, பின்பனி, இளவேனில், முதுவேனில் என ஆறு பருவங்களாகவும், ஒரு தினத்தைச் சாமம், வைகறை, விடியல், நண்பகல். எற்பாடு, மாலை என ஆறு பிரிவுகளாகவும் பகுத்துக் கூறியிருத்தலும், பெரும் பொழுது, சிறுபொழுதாகிய காலங்களின் இயல்புகளை விதந்து கூறியிருத்தலும் அவரது காலக் கணிப்பு அறிவினைக் காட்டு கின்றன. எனவே தொல்காப்பியச் சூத்தி ரங்களையும், அவற்றுக்கு எழுதப்பட்ட பல் வகை உரைகளையும் நோக்கும்போது மருத் துவக் கருத்துக்கள் தொல்காப்பியத்திலே காணப்படுவதும், அக்கருத்துக்கள் அக்காலத் திலே மக்கள் மத்தியில் நன்கு அறியப்பட் டிருந்தன என்பதும் பெறப்படுகின்றன.

(தொடரும்)

---

(16) ''ஆனாப் பெருமை யகத்திய னென்று
மருத்துவ முனிவ னாக்கிய முதநூல்
பொருந்தக் கற்றும் புரைதப வுணர்ந்தோர்
நல்லிசை நிறுத்த தொல்காப்பியனும்'', (தொல். எழுத்து நச். உரை. பக். 10)

என்ற பாடலடிகள் ஈண்டு நோக்கத்தக்கன.

2 - சங்க இலக்கியங்களில் சித்த மருத்துவக் கருத்துக்கள்

சங்க காலத்தை இயற்கை நெறிக்காலம் எனக் கூறுவது மரபு. அச்கால மக்கள் தம் அக வாழ்வையும் புற வாழ்வையும் இயற்கையோடு இணைவாகவே அமைத்துக் கொண்டனர் என்பதே சங்க இலக்கியச் செய்தி. இயற்கை நெறிப்பட்ட வைத்தியக் கோட்பாடுகள், மருத்துவ முறைகள், அவற்றின் மீதான நம்பிக்கைகள், மருத்துவ அறிவு என்ற பல்வேறு விடயங்கள் சங்க இலக்கியங்களினூடாகப் பெறப்படுகின்றன.

ஐம்பூதக் கோட்பாடு:

மருத்துவர்கள் மட்டுமன்றி புலவர்களும் நிலம், தீ, காற்று, நீர், ஆகாயம் ஆகிய ஐம்பூதங்களின் இயல்புகளையும் நன்கு அறிந்து செயற்பட்டிருக்கிறார்கள். (1) இவ்வுடம்பு ஐம்பூதங்களால் ஆக்கப்பட்ட பிண்டம் என்பது அவர்கள் கோட்பாடாகும். ஐம்பூதங்களின் இயல்புகள் அவற்றின் அமைப்புக்கள் என்பன பற்றிச் சங்ககாலப் புலவர்கள் அறிந்திருந்தார்கள். இதனை

''மண்டிணிந்த நிலனும் நிலனேந்திய விசும்பும்
விசும்பு தைவரு வளியும் வளிதலை இய தீயும்
தீமுரணிய நீரும் என்றாங்கு ஐம்பெரும்
பூதத் தியற்கை போல''. (புறம்-2:1-6)

என்ற புறநானூற்றுப் பாடல் வரிகள் விளக்குகின்றன. திருமுருகாற்றுப் படையிற் கூறப்படும் சுப்பிரமணியனின் பிறப்பும் ஐம்பூதச் சேர்க்கையால் நிகழ்வதை அவதானிக்கலாம்.

இரண சிகிச்சை முறை :-

சங்க இலக்கியங்களில் போரும் வீரமும் பற்றிய செய்திகள் பேசப்படும் அதேவேளையில், போர்க்களத்திற் படுகாயமுற்றோர் பற்றிய வர்ணனைகளும் இடம்பெறவே செய்கின்றன. எனவே காயப்பட்டோருக்குரிய இரண சிகிச்சைமுறைகளும் அக்காலத்தில் இருந்திருக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. ''ஊனுக்கு ஊனிடல்'' என்ற பழமொழியும் ஈண்டு நினைவு கொள்ளத்தக்கதாகும். இரண சிகிச்சை முறை பற்றிய விபரங்கள் சோழர் காலத்திலேயே திருமுக்கூடற் கல்வெட்டிற் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளன. அக்காலத்துக் கண்ணப்பநாயனார் வரலாறும் இதனைக் கோடிட்டுக் காட்டுகின்றது.

பண்டையநாளில் இரண சிகிச்சை முறைகளில் மருந்து மரங்களின் பட்டை, பால், இலைச்சாறு முதலியவற்றினின்று பெறப்படும் மருந்துகளும் பயன்படுத்தப்பட்டன. அறுவை, வெட்டுக்குத்துக் காயங்களுக்கு இந்த மருந்துகளின் செயற்பாடு பற்றி இந்திய வைத்தியமும், நாட்டு வைத்தியமும் செப்புகின்றன. புறநானூற்றின் 180 ஆம் பாடலில் இதுபற்றியதொரு குறிப்பு வருமாறு அமைந்துள்ளது:

''இரும்புச்சுவை கொண்ட விழுப்புண் நோய் தீர்த்து
மருந்துகொள் மரத்தின் வாள்வடு மயங்கி
வடுவின்றி மயங்கிய யாக்கையன்''.
(புறம்-180:4-6)

பட்டை, பால் என்பன எடுப்பதற்காக வெட்டப்பட்ட மருந்து மரத்தின் தோற்றத்திற்குப் பகை மறவரின் இரும்பாயுதங்களாற் பதம்பார்க்கப்பட்ட உடம்பினை ஒப்பிடுகிறார் இப் புலவர். வெட்டுக் காயங்களுக்குப் பஞ்சு வைத்துக்கட்டும் வழக்கைக்

(1) ''நிலம் நீர் வளி விசும்பொடு ஐந்தும்
கலந்த மயக்கம் உலகம்''. (தொல்-பொருள 664 : 1-2)

காரிக்கண்ணனார் என்ற புலவர் ''பஞ்சியும் களையாப் புண்ணர்'' (புறம் : 353-16) என்ற புறநானூற்றுப் பாடல் வரியாற் சுட்டினார்.

போரிலே புண்பட்டு பிளந்த காயங்களை மருத்துவர் ஊசியும் நூலும் கொண்டு தைத்துக் குணப்படுத்தியிருக்கிறார்கள். இதனைப் பதிற்றுப்பத்தில் வரும் பின்வரும் வரிகள் சான்று பகருகின்றன;

''மீன்றேர் கொட்பிற் பனிக்கய மூழ்கிச்
சிரல் பெயர்ந் தன்ன நெடுவெள்ளூசி
நெடுவசி பரந்த வடு''.

(பதிற்றுப் பத்து 5 : 2)

இந்திய வைத்திய முறைகளில் இறந்தோரின் ஆவிகளின் இயல்பு, அவற்றின் பார்வையால் நோய் ஏற்படுதல், அவற்றை விரட்டுதல், அவற்றிற்குரிய மந்திரப் பிரயோகம் சடங்குகள் முதலாம் விடயங்களும் பண்டைநாளில் பின்பற்றப்பட்டு வந்தன என்பது உண்மையே.(2) இவ் விடயங்களைச் சங்க இலக்கியங்கள் அக்கால மக்களின் அகவாழ்விலும் - புறவாழ்விலும் இணைத்துக்காட்டுகின்றன. காதல் நோய் கொண்ட பெண்ணுக்கு வேலன் என்ற உள நோய் வைத்தியன் மந்திர உருப்பெற்றுப் பரிகாரம் செய்தலை ஈண்டுக் குறிப்பிடலாம். அது போன்றே போர்க்களத்திற் புண்பட்டவர்களிடம் கெட்ட ஆவிகள் அணுகாவண்ணம் வீட்டிலே வேப்பிலை தூக்குதல், அகிற்புகை பிடித்தல், இசைபாடுதல் என்பன நடைபெற்றுள்ளன.(3) இவற்றுக்கு விஞ்ஞான ரீதியான விளக்கம் கொடுக்கப்படினும் அன்றைய நிலையில் சமய ரீதியான நம்பிக்கையே பெரிதும் போற்றப்பட்டமையைப் பின்வரும் பாடல் சான்று படுத்துகின்றது:-

'தீங்கனி இரவமொடு வேம்புமனைச் செரீஇ
வாங்குமருப்பு யாழொடு பல்லியம் கறங்கக்
கைபயப் பெயர்த்து மைஇழுது இழுகி
ஐயவி சிதறி ஆம்பல் ஊதி
இசைமணி எறிந்த காஞ்சி பாடி
நெடுநகர் வரைப்பின் கடிநறை புகைஇக்
காக்கம் வம்மோ காதலந் தோழி
வேந்துறு விழுமம் தாங்கிய
பூம்பொறிக் கழற்கால் நெடுந்தகை
புண்ணே'' (புறம் 281)

'இரவ இலையினையும் வேப்பிலையினையும் மனையின் இறப்பிலே செருகுவோம். பல்வகை இசைகளையும் யாழோடு சேர்த்து வாசிப்போம். கண்ணுக்கு மையிடுவோம். ஆம்பற் குழலினை ஊதி, வெண்கடுகு சிதறி, மணிகள் இசை முழங்க, காஞ்சிப் பண் பாடியாடுவோம். வீடுகளெல்லாம் அகிற் புகையூட்டுவோம். இவ்வாறு செய்து போரிலே பெரும் புண்பட்ட எம் வேந்தனைக் காப்போமாக! என இப்பாடற் பொருள் அமைகின்றது. இங்கு தெய்வஞ் சுட்டிய காவல் நடவடிக்கைகள் முதன்மை பெற்றிருத்தல் நோக்கற்பாலது.

இருக்கு வேத காலத்திலும் அறுவை சிகிச்சை இருந்தமை பற்றி இருக்கு வேதம் கூறுகின்றது. விச்பலா என்ற தேவமாது ஒருத்தி விபத்திற் கால் ஒன்றை இழந்துவிட தேவலோக மருத்துவர்களான அச்வினி தேவர்கள் அப்பெண்ணுக்கு இரும்புக்காலைப் பொருத்தி ஊனத்தைப் போக்கினார்கள் என்பது இருக்குவேதச் செய்தியாகும்.(4)

---

(2) மணி, மந்திரம், ஔசதம் என்ற மூவகைப்பட்ட சிகிச்சை முறைகளில் மந்திர முறையின்பாற்பட்டதாக காப்புக் கட்டுதல், சாந்தி செய்தல் எனபன இன்றும் நடைமுறையிலுள்ளமை நோக்கற்பாலது.

(3) ஆயுள்வேதம் கூறும் அட்டாங்க சிகிச்சை முறைகளில் ஒற்று ''பூதவித்யா'' என்பது. இது கெட்ட ஆவிகளைப் போக்கும் மருத்துவ முறையாகும். கெட்ட ஆவிகளாலே நோய் ஏற்படுதல் என்பது பூர்வீகப் பழங்குடிகளின் நம்பிக்கையாக இருந்தது.

(4) கே. வி. சேஷாத்திரிநாதன், ''இரும்பை அறிந்த இதயங்கள்'', கலைமகள், ஏப்ரல் 1984, பக் : 294.

சித்த வைத்திய பாரம்பரியத்தில் பண்டை நாள் முதலாக அறுவை சிகிச்சைமுறை ஒரு பெரும் கலையாக வளர்ந்து வந்துள்ளமையை அகத்தியர் ரண வைத்தியம், அகத்தியர் ரண பெருநூல், சித்தர் அறுவை வைத்தியம் முதலான மருத்துவ நூல்களால் அறியக்கிடக்கின்றது. சித்த மருத்துவமுறைகளை முறையே தேவமருத்துவம்(5 மானுட மருத்துவம்(6), இராட்சத மருத்துவம் என மூன்றாக வகைப்படுத்தியுள்ளனர். இவற்றில் இராட்சத மருத்துவம் என்பது அறுவை சிகிச்சை முறை பற்றியதாகும்.

நோய்

சங்க அகத்திணைப் பாடல்களிலே 'நோய்' என்ற சொல் பெரிதும் பயின்றுவந்துள்ளது. காதல் வயப்பட்ட தலைவியின் காம நோயினை வருணிப்பதாகவும், அந்நோய் தீர்க்கும் மருந்தாக (கலி 28:28:10) அல்லது மருத்துவனாகக் காதற்றலைமகன் சித்தரிக்கப்படுவதையும் அக்கால இலக்கிய மரபிற் காணலாம்.

திருமுருகாற்றுப்படையில் "நோயின்றி இயன்ற யாக்கையர்" (183) பற்றிய செய்தி கூறப்படுகிறது. "நால்வேறு இயற்கை பதினொரு மூவரொடு" (167) என்ற திருமுருகாற்றுப்படைப் பாடல் வரிக்கு நச்சினார்க்கினியர் உரை எழுதும் போது, அதில் மருத்துவர் இருவர் பற்றிக் குறிப்பிட்டுள்ளமையும்(7) நோக்கற்பாலது. சித்த மருத்துவத்தின் முன்னோடியாகத் திகழும் சித்தர்வரிசையில் 'பதினெண்மர்' என்ற மரபு வழங்கிவருகின்றது. திருமுருகாற்றுப் படையில் "ஒன்பதிற்று இரட்டி உயர்நிலை பெறீஇயர்" (திருமுருகு 168) என்பதற்குப் 'பதினெண்வகையாகிய உயர்ந்த நிலைபெற்றவர் வரிசையில் சித்தர் பெயரும் குறிப்பிடப்படுதல் நோக்கற்பாலது. (8) இதே கருத்து புறநானூறு கடவுள் வாழ்த்து அடியார்க்கு நல்லார் உரையிலும், பிங்கலந்தை நிகண்டிலும் கூறப்படுகின்றது.

சிறுபாணாற்றுப் படையின் இறுதியிலுள்ள தனிவெண்பா ஒன்றில் "நோய் தணி மருந்து" பற்றிய குறிப்புங் காணப்படுகிறது. கலித்தொகை 60ஆம் பாடலில் "நோய் தீருமருந்து" என்ற தொடர் வரக்காணலாம்.

பிணி, வருத்தம் என்ற சொற்களும் சங்க இலக்கியத்திலே பயின்று வந்துள்ளன. பொதுவாக நோய் என்பது மனம் சார்ந்த காமநோய் குறித்துவர (Psychological Factor), பிணி என்பது உடல் சார்ந்த நோயினைச் சுட்டிற்று (Physiological Factor) "உயங்குபிணிவருத்தமொடு இயங்கல்செல்லாது..." (நற்.46), "பெண்டிரும் பிணியுடையீரும்" (புறம்.9), "நடுங்குபிணி..." (நற். 262) என்ற தொடக்கத்தனவாகப் பல உதாரணங்களை இவ்வரிசையிற் காட்டலாம்.

சுரநோய் பற்றி இந்திய மருத்துவ நூல்கள் விரிவாகக் கூறுகின்றன. உடல் வெப்ப அதிகரிப்பால் உண்டாகும் நோய் சுரமாகும். உடலில் வெப்பம் அதிகரித்துக் காணப்படும்போது அதனைச் சுரநோய் என மருத்துவம் குறிப்பிடுகிறது. ஆனால் அதிக வெப்பம் காணப்படும் பாலைநிலத்தைச் சுரம் என்கிறது சங்க இலக்கியம். சுரநோயும் பல்

(5) தேவ மருந்துவம் பஸ்பசெந்தூரங்களைப் பயன்படுத்தும் முறை.

(6) பச்சிலைகளையும் குடி நீர்களையும் பயன்படுத்தும் முறை.

(7) பத்துப்பாட்டு - உ. வே. சாமிநாத ஐயர் பதிப்பு, சென்னை, 1950 பக். 58.

(8) மேலது - பக். 58 - 59.

வகை அடைகளைப் பெறுதல் போன்றே பாலைநிலமும் அருஞ்சுரம், வெஞ்சுரம் என்ற அடைகளைப் பெற்றுள்ளமை ஒப்புநோக்கற் பாலது.

நோய் வரமுன் காத்தல், வந்தபின் போக்குதல் என மருத்துவ சிகிச்சை முறை இரு வகைப்படும். நோய்க்குறி கண்டவுடனே அல்லது நோய் முற்ற முதலோ பரிகாரம் தேடவேண்டும். அப்போது நோயை அகற்றுதல் எளிது. நோய் முற்றிய பின்பு செய்யும் மருத்துவம் முற்றிலும் பயனளிப்பதில்லை. இதனைக் கலித்தொகைப் பாடல் ஒன்று வருமாறு குறிப்பிடுகின்றது :

''அழிந்து அயல் அறிந்த எவ்வம் மேற்படப்
பெரும்பேதுறுதல் களைமதி பெரும!
வருந்தியசெல்லல் தீர்த்த திறன் அறிஒருவன்
மருந்து அறை கோடலின் கொடிதே
யாழநின்
அருந்தியோர் நெஞ்சம் அறிந்து உகவிடினே''.
(கலித்தொகை)

மகப்பேற்று மருத்துவம்

மகப்பேற்று வைத்தியம் சார்ந்ததாகவும் சில சேதிகளைச் சங்க இலக்கியம் செப்புகின்றது.(9) கருப்பம் அடைந்த பெண்ணுக்குச் செய்யும் சடங்குகள், புதல்வரைப் பெற்ற ஈன்றணுமை கொண்ட காலத்தே நடைபெறும் மருத்துவம், (10) மற்றும் அது தொடர்பான கிரியைகள் ஆகியன பற்றித் தொல்காப்பியம் (கற்பியல்-5;26-29) குறிப்பிடுகின்றது.

ஈன்றணிமையுடையதாய் சிறுவெண்கடுகு பூசிப் படுத்திருக்கும் செய்தி நற்றிணைப் பாடலிலே வருமாறு விளக்கப்படுகிறது:

''வாராய் பாண நடுக்கம் நேரிழை
கடும்புடைக் கடுஞ்சூல் நங்குடிக்கு உதவி
நெய்யோடு இமைக்கும் ஐயவித் திரள்காழ்
விளங்குநகர் விளங்கக் கிடந்தோட் குறுகிர்
புதல்வன் ஈன்றெனப்...'' (நற்: 1-5)

சங்க காலத்து இலக்கியங்களிற் ''சூல்'' என்ற சொல் பயின்று வருகின்றது. அது கருவுற்ற நிலையையே சுட்டிற்று. பின்வரும் பாடலடிகளில் இச் சொல்லாட்சி பயின்று வருதலைக் குறிப்பிடுதல் சாலும் :-

''பசும்புளி வேட்கை
கடுஞ் சூல் மகளிர் போல நீர் கொண்டு...''
(குறுந். - 287)

''கடுஞ் சூல் வயவொடு கானல் எய்தாது...''
(நற். - 263)

''எய்யா இளஞ்சூல் செய்யோன் அவ்வயிற்று
கடுஞ்சூல் மகளிர் போல நீர் கொண்டு
சூல் முதர் மடப்பிடி நாள்மேயல் ஆகும்.''
(நற். - 116)

மேலும் கருவுற்ற பெண்கள் பற்றிய பலவகைச் சிந்தனைகள் புறநானூற்றிற் காணப்படுகின்றன. ''மாண் இழை மகளிர் கருச்சிதைத்தோர்'' (புறம். 34. 2) குற்றக் கூண்டில் வைத்து எண்ணப்படும் சேதியைப் புறநானூறு கூறுகிறது. கருச் சிதைவு தண்டனைக்குரிய குற்றமாகப் பண்டைநாள் முதலாக இருந்துவந்தமை புலனுகின்றது. கருவுற்ற பெண்கள் ''மசக்கைநோய்'' உடையோராகப் புளிப்புப் பண்டங்கள், களிமண் உருண்டை முதலாம் பொருட்களைப் பிறர் அறியாவண்ணம் விரும்பியுண்ணுவதுண்டு. அச்செய்தி புறநானூற்றிலும் கூறப்படுகின்றது-

''பிறர்மண் ணுண்ணும் செம்மல் நின்நாட்டு
வயவுறு மகளிர் வேட்டுணி னல்லது
பகைவ ருண்ணு அருமண் ணினையோ''.
(புறம்.25:13-15)

என்பது அப்பாடலின் வரிகள். மேலும் முதன் முதலாகக் கருவுற்ற பெண்கள் பசிய புளிச் சுவையில் விருப்பங்கொள்ளுதலைக் குறுந்தொகைப்பாடல் (287) குறிப்பிடுகின்றது.

---

(9) நற் : 116 : 3 - 5 ; புறம் : 14 - 20 ; குறுந்தொகை : 287

(10) பதிற்று 16 : 3 - 4.

நரையும் உளவியலும்

ஊட்டச் சத்துக் குறைபாடு, பரம்பரை இயல்பு, உளநோய் முதலிய பல காரணங்களால் நரை ஏற்படுதல் இயல்பென்பது மருத்துவ உண்மை. மனித உடலுக்கேற்படும் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, சாக்காடு என்பனவற்றுள் நரை ஏற்படுதல் பற்றிய கருத்தொன்று புறநானூற்றிலே கூறப்பட்டுள்ளது. உளவியற் காரணிகள் ஒருவரைத் தாக்குதலுக்கு உள்ளாக்காத போது அவருக்கு நரை ஏற்படுவதில்லை என்ற கருத்தைப் புறநானூற்றிலே பிசிராந்தையார் என் புலவர் வருமாறு விளக்கியுள்ளார்:

''எனக்கோ வயதில் பல்லாண்டுகள் கழிந்து விட்டன. அப்படியிருந்தும் நரை ஒன்றுமே காணப்படவில்லையே என்று வினவுகின்றீர்கள். மாட்சிமையுடையவள் என் மனைவி; மக்கள் அறிவு நிரம்பியவர்கள்; என் ஏவலரோ யான் காண்பதுபோன்று எதனையுங் காணும் கலந்த இயல்பினர்; அரசனும் அறமல்லவை செய்யாது முறைதவறாது காத்துவருகின்றான்; இவற்றிற்கும் மேலாகக் கல்வியால் நிறைந்து அதற்கேற்பப் புலனுணர்வுகள் அடங்கி, உயர்ந்த குறிக்கோளினராகச் சான்றோர் பலர் யான் வாழும் ஊரின்கண் வாழ்கின்றனர். இக்காரணிகளினாலேதான் யான் நரையற்று வாழ்கின்றேன்''. இப்பொருள் சுட்டிய அப்பாடல் வருமாறு:

''யாண்டுபல வாக நரையில வாகுதல்
யாண்டு ஆகியர்என வினவுதிர் ஆயின்
மாண்டஎன் மனைவியொடு மக்களும் நிரம்பினர்
யான் கண்டனையர்என் இளையரும் வேந்தனும்
அல்லவை செய்யான் காக்கும் அதன்தலை
ஆன்று அவிந்து அடங்கிய கொள்கைச்
சான்றோர்பலர் யான் வாழும் ஊரே'. (புறம்:191)

நீண்டகால வாழ்க்கை

நீண்டகாலம் வாழ்தல்பற்றிய செய்திகள் சித்தர் கதைப்பாரம்பரியம் மூலமாகப் பெறப்படுகின்றன. அதியமான் என்னும் சங்ககால அரசன் ஔவையார் நீண்டகாலம் வாழவேண்டும் என்ற விருப்புடையவனாக இருந்தமையால் நீண்டநாள் வாழும் சக்தியை அளிக்கவல்ல நெல்லிக் கனியை ஔவையாருக்கு ஈந்தான் என்ற செய்தி சங்க இலக்கியத்தால் அறியப்படுகின்றது. (1) நல்லொழுக்கம் மேற்கொள்பவர் நீண்டகாலம் வாழ்வர் என்பது பொது நியதி. இதுபற்றி ஆசாரக்கோவை இரண்டாவது பாடலில் ஒழுக்கத்தின் எட்டுவகைப் பயன்பாடுகளில் ஒன்றாக நீண்ட காலம் வாழ்தல் பற்றியும் கூறப்படுகின்றது.

'சிரஞ்சீவியாக வாழ்வாயாக' என வாழ்த்துவது மரபு. 'சிரஞ்சீவி' என்பது நீண்டநாட்கள் வாழ்வதையே சுட்டுமன்றி, இறவாமையைக் குறித்தது அன்றெனக. ஆத்மஞானம் பெற்றவர்க்கே அது கைகூடுவதாகும். ஆன்மா அழியாதது; உடல்அழியுந்தன்மையது, என்ற இயற்கை நியதிக்கமைய சிரஞ்சீவி என்பதன் பொருளை உணர்தல் பொருத்தமானதாம். ''காயகற்பம்'' என்னும் மருந்தை உண்பதன் மூலம் இறவாதிருக்கலாம் எனச் சிலர் கருதுவர். அப்படியாயின் காயகற்பமுண்ட சித்தர்கள் இப்போதெங்கே வாழ்கிறார்கள் என்ற வினா தோன்றுகின்றது. எனவே ஒருவரது இயற்கை மரணகாலத்திலும்விட, காயகற்பம் உண்டவர் நீண்டநாள் வாழக் கூடிய வாய்ப்பு ஏற்படுகின்றது எனக் கொள்வதே அறிவுடைமையாகும்.

ஆண்மை

ஆண்மையின் பெருமையை விதந்து கூறுவது சித்தவைத்தியம். உடலில் உள்ளனவற்றுள் மகத்தான சக்திபெற்றது விந்து.

---

1. ''மெருமலை விடரகத்து அருமிசைக்கொண்ட...
சிறியிலை நெல்லித் தீங்கனி குறியாது
ஆதல் நின்னகத்து அடக்கிச்
சாதல் நீங்க எமக்கீந்தனையோ'' (புறநானூறு 91 : 9—11)

''விந்து விட்டவன் நொந்து கெட்டான்'' என்பது பழமொழி. உடலிலுள்ள விந்து சிதறாமல் கட்டும் முறையினைச் சித்தமருத்துவம் போதிக்கிறது. சித்தர் பாடல்களும் இவ்வழியினையே காட்டுகின்றன.

பெண் வெறுப்பு—காமமோக வெறுப்பு சித்தர் பாடல்களில் மேலோங்கிநிற்க இந்த அடிப்படைத் தத்துவமே காரணமாக இருக்கலாம். இதனாற்போலும், வீரத்தைப் போற்றிய சங்ககாலப்புலவர்கள் ஆண்மையைப் பெரிதும் வற்புறுத்தியிருக்கிறார்கள். (1) சாதனை பலபுரிந்து, ஆண்மையை நிலைநாட்டி வீரமரணமெய்தியோருக்கு நடுகல் நாட்டி வழிபாடும் நடைபெற்றிருக்கிறது.

உடல் உற்பத்தி

நாதம், விந்து என்பனவே உடற்றோற்றத்திற்கு ஆதாரமாகின்றவை என்பது சித்த மருத்துவக் கோட்பாடு. புலனடக்கம், விந்தடக்கம் என்பனவற்றைச் சித்தவைத்தியர் வற்புறுத்துகின்றனர். உடலுறவைக் கட்டுப்படுத்துபவன் நீண்டகாலம் வாழ்வான் என்கின்றனர் சித்தர்கள். இதனாலேயே பெண்களுக்குக் கற்பையும், ஆண்களுக்கு ஏக பத்தினி விரதத்தையும் தமிழர் பண்பாடு விதிப்பதாயிற்று. புறநானூற்றிலே வரும்,

'' வடமீன் புரையும் கற்பின் மடமொழி
அரிவை தோள்அள வல்லதை
நின தென இலை நீ... ..''
(புறம் — 122 : 8—10)

என்ற பாடல் வரிகள் இவற்றைச் சான்றுபடுத்துகின்றன. பழையஇலக்கியங்கள் தனக்குரியாளாம் மனைவியிடம் கணவன் இன்ன காலங்களில் உடலுறவு வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என வற்புறுத்தியிருத்தல், மருத்துவ தத்துவத்தின் அடிப்படையிற் புணர்ச்சிக்குரிய காலத்தையும், கருவுற்பத்திக்குரிய காலத்தையும் குறிப்பதற்காகவே யாகும் (2)

மருத்துவமும் நோன்பும்

யாவற்றிலும் மனக்கட்டுப் பாட்டை மேற்கொள்ளும்போது சீரான நலமிக்க வாழ்வு வாய்த்தல் எளிதாகின்றது. யோகம், தியானம், நோன்பு என்பனவற்றை இந்திய மருத்துவம் முக்கியமாக வற்புறுத்துகின்றது. காலத்தின் போக்கினால் இவை சமயக் கலப்புப் பெறலாயின. பண்டைநாளிற் பல்வகை நோன்புகள் தமிழ்நாட்டில் இருந்திருக்கின்றன. காமன் நோன்பு, பாவை நோன்பு வடக்கிருத்தல் நோன்பு, (3) சிலம்புகழி நோன்பு முதலியனவற்றை இவ்வகையிற் குறிப்பிடலாம். நோன்பு பிடித்தல் பற்றிக் கலித்தொகையும் (129 : 17), வடக்கிருத்தல் நோன்பு பற்றி புறநானூறும் (219) கூறுகின்றன. காமநோய் தெய்வத்தால் வருவதென்பதும், அதற்கு மருந்து நோன்பே என்பதும் கலித்தொகை (28, 60) பரிபாடற் செய்திகளால் அறியப்படுகின்றன.

---

(1) புறநானூறு : புறம் : 55, 92, 154, 292, 294, 297, 287, 242: பதிற்றுப்பத்து : 14, 73, அகநானூறு 97 ஆகியபாடற் பகுதிகளை நோக்குக-

(2) ''பரத்தையின் பிரிந்த கிழவோன் மனைவி
பூப்பின் புறப்பா டீராறு நாளும்
நீத்தகன் றுறைதல் அறத்தா றன்றே''
— என்ற இறையனார் அகப்பொருள் சூத்திரமும், அதன் உரையின்கண் மேற்கோளாக வரும் :

'' பூப்பு முதல் மூந்நாள் புணரார், புணரின்
யாப்புறு மரபின் ஐயரும் அமரரும்
யாத்த கரணம் அழியும் என்ப''.
என்ற மேற்கோட் பாடலும் ஈண்டு நோக்கத்தக்கன.

(3) ''வடக்கிருத்தலைச் சமணர் ஸல்லேகனை'' என்பர். இடையூறு, ஒழிவில்லா நோய், மூப்பு இவை வந்தால் வடக்கிருத்தல் இயல்பு என்று 'அருங்கலச்செப்பு எனும் சமணநூல் கூறுகிறது.' வேங்கடசாமி, மயிலைசீனி, சமணமுந்தமிழும், 1970, பக்- 180.

பட்டினி இருத்தல்

'பட்டினி இருத்தல் சிறந்த மருந்து' என்பது ஆன்றோர் வாக்கு. இதனைச் சமஸ்கிருத மொழியில் ''லங்கநம் பரமௌஷதம்'' என்ப. உண்ணாநோன்பு பண்டைக்காலத்தில் மெக்ஸிக்கோ, பெரு, பபிலோனியா, ஆஸ்திரியா, எகிப்து முதலிய பலநாட்டு மக்களாலும் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வந்துள்ளது. கீழ்த்திசை நாடுகளில் இந்துக்களும் சமணர்களும் துறவிகளுக்குரிய சிறந்த அறமாக உண்ணா நோன்பைக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். யூதர், முகமதியர், ரோமன் கத்தோலிக்கர் முதலானோரும் உண்ணா நோன்பைப் போற்றி வந்துள்ளனர். சங்க இலக்கியங்களிற் குறிப்பிடப்படும் ''வடக்கிருத்தல்'' என்ற நோன்பும் இதன் பாற்பட்டதே.(1) வானுலகம் புக விரும்பியோர் இவ்வுலக நுகர்ச்சியைத் துறந்து, பட்டினியால் உடலினை மெலிவுறச் செய்வதன்மூலம், யோகமுறையில் உடலை நீத்தற்குத் தாம் வாழ்ந்துவந்த இடத்தை விட்டு, வடதிசை சென்று தங்குதலும், மீளாமல் வடக்குநோக்கிச் செல்லுதலும் மரபு. இதுவே வடக்கிருத்தல் எனப்பட்டது.

வாழ்க்கையில் நாணத்தகு நிலை நேர்ந்ததனால் சிலர் வடக்கிருந்தனர் என்று அறியப்படுகின்றது. சேரமான் பெருஞ்சேரலாதன் என்பவன் சோழன்கரிகாற்பெருவளத்தான் என்ற சோழ அரசனுடன் பொருது பட்ட புண்ணை நாணி வடக்கிருந்தான் (புறம் : 65) என்றும், கரிகால்வளவனோடு வெண்ணிப்பறந்தலையிற் பொருது புறப்புண் நாணிய சேரலாதன் வடக்கிருந்தான் (அகம். 55) என்ற செய்தியும் அறியப்படுகின்றன. கோப்பெருஞ்சோழன் தன் மக்களுடைய இழிசெயலுக்கு நாணி வடக்கிருந்த செய்தி புறநானூற்றிற் (214, 216,—218) கூறப்படுகின்றது.

குறிப்பிட்ட ஓர் ஒழுங்கு முறையிற் பட்டினி இருத்தல் உடல் நலத்திற்கு உகந்ததாகின்றது. சுரநோயாளிக்குச்சோறு கொடுக்காதிருத்தல் நன்றென்பர். இதுபற்றித் தமிழ் மருத்துவம் வருமாறு பாடுகிறது :

> '' உற்ற சுரத்துக்கும் உறுதியாம் வாய்வுக்கும்
> அற்றே வருமட்டும் அன்னத்தைக் காட்டாதே,''

இயற்கைநெறி மருத்துவர்கள் பட்டினி கிடத்தலைப் பெரிதும் விரும்புகின்றனர். ஆனால் ஆங்கில வைத்தியத்தில் இந்நிலை முரண்பட்டதாகும்.

நீரும் உடம்பும்

உடலுக்கு நீர் மிக மிக இன்றியமையாதது என்ற மருத்துவ உண்மையைப் புலவர்களும் நன்கு அறிந்திருந்தார்கள். ''எல்லா உயிர்க்கும் ஏமமாகியது நீர்'' (புறம் : 1 : 11—12) என்ற கருத்தைப் பாரதம் பாடிய பெருந்தேவனார் குறிப்பிட்டுள்ளார். மேலும், புறநானூற்றில்வரும்,

> '' நீர்இன்று அமையா யாக்கைக்கு எல்லாம்
> உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே
> உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்
> உணவெனப் படுவது நிலத்தொடு நீரே
> நீரும் நிலமும் புணரியோர் ஈண்டு
> உடம்பும் உயிரும் படைத்திசினோரே.''
>
> (புறம். 18 : 18—24)

ஆகிய பாடல் வரிகளும் இவ்வுண்மையை உணர்த்துகின்றன. எனவே உடலைப் பேண நீர் அவசியம் என்பது சங்க இலக்கியத்தில் வற்புறுத்தப்படுவதாயிற்று.

பசிப்பிணி

பல்வகை நோய்களிலே பசிப்பிணியும் ஒன்றாகும். எத்தகு உணவுப்பொருட்களை வயிறார உண்டாலும் பசி நீங்காதிருக்கும் ஒருவகை நோயே பசிப்பிணி என இலக்கியங்கள் கூறுகின்றன. இந் நோய் பண்டைநாளில் மக்களிடையே இருந்திருக்கவேண்டும் என்பதற்கு இதிகாசங்களினூடாகச் சான்று கிடைக்கின்றது. சுவேதன் என்ற

---

(1) மேலும் சிறுபஞ்சமூலம் (செய். 73), வில்லிபாரதம் (இந்திரம் 25) தஞ்சைவாணன் கோவை: செய். 374) ஆகிய நூல்களும் வடக்கிருத்தல் பற்றிக் குறிப்பிடுகின்றன.

அரசனைப் பீடித்திருந்த பசிப்பிணியை அகத்தியர் போக்கியதாக இராமாயணம் கூறுகின்றது. இதனால் அகத்தியர் பற்றிய புனைகதைகளில் ஒன்று அவரைப் ''பசிப்பிணி மருத்துவர்'' ஆகக்காட்டுகின்றது. மணிமேகலை பசிப்பிணி தீர்க்கும் ஆற்றல் பெற்றவளாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றாள். (1) இச்செய்திகளின் மூலம் பசிப்பிணி என்ற நோயினை மக்கள் நன்கு அறிந்திருந்தனர் என அறியப்படுகின்றது. (2) 'பசிப்பிணி' என்ற சொற்றொடரும் மக்கள் மத்தியில் வழங்கியிருக்கவேண்டும். இன்று எம்மவர் மத்தியில் 'தலையிடி'' என்ற வழக்கு எவ்வாறு ஒருவருக்கு ஏற்பட்ட பிணியினையும், பிரச்சனையையும் சுட்ட வழங்கப்படுகின்றதோ, அது போன்றே பண்டைநாளிற் 'பசிப்பிணி' (3) என்பது நோயினையும் பட்டினியையும் சுட்ட வழங்கியிருக்கலாமாளனவும் சிந்திக்கவேண்டியுள்ளது. எனவே பசிப்பிணி என்ற வழக்கு நோய் சுட்டியதா அல்லது பசி குறித்ததா என்பதும் ஆய்வுக்குரிபதாகிறது. இப்பின்னணியிற் புறநானூற்றிலே வரும்,

> '' பசிப்பிணி மருத்துவ னில்லம் அணித்தோ
> சேய்த்தோ கூறுமின் னமக்கே''
>
> (புறம். 173 : 11—12)

என்னும் வரிகளும் ஆய்வுக்குரியனவாகின்றன.

மூலிகைகள்

தன்வந்திரி, போகர்என்போர் பெயர்களில்வழங்கும் மருத்துவநூல்கள், பதார்த்த குணம், வைத்திய சதகம் முதலியமருத்துவ நூல்களிலே மூலிகைப்பெயர்களும் அவற்றின் பயன்பாடுகளும் விரித்துக் கூறப்பட்டுள்ளன. இம்மூலிகைகளில் அனேகமானவை இன்றுள்ளோரால் இனங்காணப்படாதிருக்கின்றன. இவை பற்றிய விரிவான ஆய்வுகள் அவசியமாகின்றன. சித்தமருத்துவத்திலே மூலிகைகள் உயிர்நாடியாக அமைகின்றன. இவற்றின் சாறு, விதை, வேர் முதலியன மருந்துகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தாவரவியலில் தேர்ச்சியும் அதில் நுண்ணறிவும் பெற்றவர்கள் தமிழ்நாட்டில் வாழ்ந்திருக்கிறார்கள். இன்றைய தாவரவியல் ஆராய்ச்சியில் இனங்காண முடியாத மூலிகைப் பெயர்களும் சித்த வைத்திய நூல்களிற் குறிப்படப்படுகின்றன.

இயற்கையை இனங்கண்டறிந்து, அவற்றைப் பயன்படுத்திய நுண்ணறிவே இயற்கை மருத்துவம். மரம், செடி, கொடி, புல் பூண்டு முதலியவற்றை அக்கால மக்கள் இனங் கண்டனர். அவற்றின் பல்வேறுபட்ட பயன்பாடுகளையும் தமிழ் மருத்துவர்கள் நன்கு அறிந்திருந்தார்கள். ஒவ்வொரு செடியினையும் இனங்கண்டு அவற்றுக்குப் பெயரிட்டு வைத்திருந்தனர். தாவரவியல் அறிவினைச் சித்த மருத்துவர்கள் மட்டுமன்றித் தமிழ்ப் புலவர்களும் பெற்றிருந்தார்கள் என்றும் கூறக்கூடியதாகவுள்ளது. (4)

---

1) மணிமேகலை — உ. வே. சாமிநாதஐயர் பதிப்பு. சென்னை 1931, பக். 127, 142, 143, 152, 178, 220, 333.

2) '' ஒருநா ளுணவை ஒழியென்றா லொழியாய்
இருநா ளேக்கே லென்றாலேலாய் — ஒருநாளும்
என்னோ அறியா இடும்பைகூர் என்வயிறே
உன்னோ டுவாழ்வு அரிது''.

என்ற ஔவையார்பாடலும் ஈண்டு நோக்கற்பாலது.

(3) இந்நோய் இன்றுள்ளதா, அல்லது இந்நோய் பண்டைநாளில் இருந்திருக்கக்கூடிய வாய்ப்பு உண்டா எனவும் மேலாய்வு செய்தல் பயனுடையதாகும். யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக் கழக மருத்துவபீடத்திற் புதிய மாணவர்களுக்கு 16-10-86 இல் ''தமிழ் இலக்கியத்தில் மருத்துவம்'' என்ற தலைப்பில் இந்நூலாசிரியரால் நிகழ்த்தப்பட்ட விசேடசொற்பொழிவின் பின்பு, பேராசிரியர் செ. சிவஞானசுந்தரம் அவர்களுடன் நடத்திய கலந்துரையாடலில், ''பசிப்பிணி' என்பது புலவர்களின் கற்பனை சார்ந்த நோய் என்பதே பேராசிரியர் கருத்தாயிற்று. ஆயினும் இவ்விடயம் மேலும் ஆய்வுக்குரியதே.

(4) பி. எல். சாமி என்பவர் சங்க இலக்கியங்களிற் பயின்று வந்த சுமார் 25 தாவரங்கள் பற்றி ஆராய்ந்து எழுதிய ''சங்க இலக்கியத்திற் செடி கொடி விளக்கம்'' (திருநெல்வேலி தென்னிந்திய ஸைவ சித்தாந்த நூற் பதிப்புக் கழகம் 1977) என்ற நூல் ஈண்டுக் குறிப்பிடத்தக்கதாகும்.

சங்க காலத்திலே இத்தகு புலமை செழித்திருந்ததுஎன்பதைக் குறிஞ்சிப்பாட்டு என்ற (261 வரிகளைக் கொண்ட) நெடும்பாடல் ஒன்று எடுத்தியம்புகின்றது. (1) இந்நூலில் 98 வகையான பூக்களின் பெயர்கள் கூறப்படுகின்றமையை நோக்கின் ஆயற்கைபற்றிய அறிவு பண்டைத் தமிழரிடையே எவ்வாறு செறிந்திருந்தது என்பது புலனாறது. இங்கே குறிப்பிடப்படும் மரம், செடி, கொடிகள் ஆகியவற்றின் பெயர்கள் சித்த மருத்துவ மூலிகைப் பெயர்களாகவும் அமைதல் நோக்கற்பாலதாகும். பண்டைத் தமிழர் தம் தாவரவியல் அறிவை எடுத்துக் காட்டுவனவாக அமையும் அப்பெயர்களை, ஈண்டு அகர வரிசைப்படுத்தி அவற்றிற்குரிய (சித்த. மருத்துவ மூலிகைப் பெயர்களும் தாவரவியல் இலத்தின் மொழிப்பதங்களும் தரப்படுகின்றன :

குறிஞ்சிப் பாட்டில் இடம்பெறும் தாவரப் பெயர்கள்

இலக்கியப் பெயர்	மருத்துவப்பெயர்	இலத்தின் மொழிப்பெயர்
1. அடும்பு	— அடம்பு	— Ipomaea bilaba
2. அதிரல்	— புனலி	— Dalbergia Volubilis
3. அவரை	— அவரை	— Dolichos lablab
4. அனிச்சம்	— நாகமல்லி	— Phina Cauthus Communis
5. ஆத்தி	— திருவாத்தி	— Bauhima tomentosa
6. ஆம்பல்	— அல்லி, குமுதம்	— Nymphaea lotus
7. ஆரம்	— சந்தனம்	— Santalum album
8. ஆவிரம்	— ஆவரசு	— JusminumGrandiflorum
9. இலவம்	— இலவம்	— Bambax malabaricum
10. ஈங்கை	— திப்பிலி	— Piper longum
11. உந்தூழ்	— (பெரு) மூங்கில்	— Bambusa arundinacea
12. எருவை	— கஞ்சாக்கோரை	— Ocimum gratissimum
13. எறுழம்	— — —	— — —
14. கண்ணி	— மூங்கில்	— Bambusa arundinuceae
,,	— குன்றி	— Abrus precatorius
15. கரந்தை	— சிவகரந்தை	— Sphaeranthus amaranthoides
16. கருங்குவளை	— — —	— — —
17. கருவிளம்	— காக்கணம்	— Clitorea ternatea
18. காஞ்சி	— காஞ்சி	— Strychnos nux — vomica
19. காயா	— காயா	— Mencylon edule
20. காழ்வம்	— அகில்	— Aquilaria agallocha
21. குடசம்	— குடசப்பாலை	— Holarrhena antidysenteica
22. குரவம்	— குராமரம்	— Aplotaxis auriculato
23. குரிஇப்பூளை	— சிறுபூழை	— Aerua Lantana
24. குருக்கத்தி	— குருக்கத்தி	— Hiptage madablota
25. குருகு	— முருக்கு	— Erythrina indica
26. குருந்து	— காட்டெலுமிச்சை	— Limonia allata
27. குல்லை	— கஞ்சா	— Cannabis sativa

1. பத்துப்பாட்டு: குறிஞ்சிப்பாட்டு: வரிகள்: 61—97 பார்க்க.

28.	குவளை	—	செங்கழுநீர்	—	Nymphaea stellata
29.	குளவி	—	மலைப்பச்சை	—	— —
30.	குறிஞ்சி	—	செம்முள்ளி	—	Barleria prionitis
31.	குறுநறுங்கண்ணி	—	குன்றி	—	— —
32.	கூவிரம்	—	— —	—	— —
33,	கூவிளம்	—	வில்வம்	—	Aegle marmelos
34.	கைதை	—	தாழை	—	Pondanus tectorius
35.	கொகுடி	—	— —	—	— —
36.	கொன்றை	—	திருக்கொன்றை	—	Cassia Fistula
37.	கோங்கம்	—	நெல்லி	—	Pterospermum acerijolium
38.	சண்பகம்	—	நொச்சி	—	Vitex negundo
39.	சந்தனம்	—	சந்தனம்	—	Santabum album
40.	சிந்துவாரம்	—	கரு நொச்சி	—	Justicia gendarussa
41.	சிறு செங்குளவி	—	கருந்தாமக்கொடி	—	— —
42.	சிறுமாரோடம்	—	செங்கருங்காலி	—	— —
43.	சுள்ளி	—	மாமரம்	—	— —
44.	சூரை	—	சூரை	—	Zizyphus Oenopila
45.	செங்காந்தள்	—	ஓர் பூண்டு	—	— —
46.	செங்கொடிவேரி	—	ஓர் பூண்டு	—	Plumbago rosea
47.	செம்மல்	—	சாதிப்பூ	—	Chrysanthemus sp
48.	செருந்தி	—	மணத்தக்காளி	—	Solanum nigrum
49.	செருவிளை	—	வெண்காக்கணம்	—	Clitoria Ternatea
50.	சேடல்	—	பவளக்கால்மல்லிகை	—	Nyctanthes arbotristis
51.	ஞாழல்	—	குங்குமப்பூ	—	Crocus sativus
	,,	—	பொன்னாவரை	—	Cassia auriculata
		—	மயிற்கொன்றை	—	Caesalpinia pulcherima
52.	தணக்கம்	—	நுணா	—	Morinda citrijolia
53.	தளவம்	—	வெண்மிளகு	—	Pirenta
54.	தாமரை	—	தாமரை	—	Nelumbium nucijerum
55.	தாழை	—	தெங்கு	—	Pandanus tectorius
56.	திலகம்	—	மஞ்சாடி மரம்	—	Adenanthera pavonia
57.	தில்லை	—	தில்லை	—	Excoecaria agallocha
58.	தும்பை	—	முடித்தும்பை	—	Leucas aspera
	,,	—	காசித்தும்பை	—	Impatrens balsamina
59.	துளாய்	—	திருத்துளாய்	—	Ocimum Sanctum
60.	தேமா	—	தேமா	—	— —
61,	தோன்றி	—	காந்தள்	—	Gloriosa superba
62.	நந்தி	—	நந்தியாவட்டம்	—	Evatamia coronaria
63.	நள்ளிருள் நாறி	—	இருவாட்சி	—	Flore Multiplicata
64.	நறவம்	—	அனிச்சம்	—	Rhinacanthus Communis
65.	நறுவழை	—	சுரபுன்னை	—	Callophyllum Apetalum
66	நாகம்	—	நாகம்	—	Mesua jerrea
67.	நாரத்தம்	—	தேன் தோடை	—	Citrus limonium

68.	நெய்தல்→ஆம்பல்	—	அல்லி	—	Nymphaea alba
69.	பகன்றை	—	இலுகிலுப்பை	—	— —
70.	பசும்பிடி	—	அறுகு	—	Cynodon dactylon
71.	பருத்தி	—	பருத்தி	—	Gossypium herbaceum
72.	பலாசம்	—	புன முருங்கை	—	Butea Frondosa
73.	பாங்கர்	—	கருஞ்சீரகம்	—	Nigella sativa
74.	பாதிரி	—	பாதிரி	—	Bignonia chelonoides
75.	பாரம்	—	பருத்தி	—	Gossypium herbaceum
76.	பாலை	—	கொடிப் பாலை	—	Dregea volubilis
77.	பிடவம்	—	பிடவம்	—	Trichosanteo anguina
78.	பிண்டி	—	அசோகு	—	Saraca indica
79.	பித்திகம்	—	சிறுசண்பகம்	—	Michelia champaca
80.	பீரம்	—	பீர்க்கு	—	Lujja acutangula
81.	புன்னாகம்	—	கோழிக்கீரை	—	Colophyllum Inophyllum
82.	புன்னை	—	புன்னை	—	Calophyllum innophyllum
83.	போங்கம்	—	மஞ்சாடி மரம்	—	Adanenthera pavonina
84.	மணிச்சிகை	—	செம்மணி	—	— —
85.	மராஅம்	—	மரவம் மராடம்	—	Randia Dum eluram
86.	மருது	—	மருதம்	—	Terminalia arjuna
87.	மா	—	மாமரம்	—	Mangijera indica
88.	முல்லை	—	முல்லை	—	Jasminum Auriculatum
89.	மௌவல்	—	(வன) மல்லிகை	—	Jasminum sambus
90.	வகுளம்	—	மகிழ்மரம்	—	Mimisops elengi
91.	வஞ்சி	—	சீந்தில்	—	Tinospora cordijolia
92.	வள்ளி	—	வள்ளி	—	Dioscorea
93.	வாகை	—	வாகை	—	Albizzia lebbeck
94.	வாழை	—	பழவாழை	—	Musa sapientum
95.	வெட்சி	—	வெட்சி	—	Ixora coccinea
96.	வெட்பாலை	—	வெட்பாலை	—	Wrightia tinctoria
97.	வேங்கை	—	வேங்கை	—	Pterocarpus marsupium
98.	வேரல்	—	சிறுமூங்கில்	—	Bambusa Arundinaceae (1)

'குறிஞ்சிப்பாட்டு' என்னும் இந்நூல் ஆரிய அரசன் பிரகத்தனுக்குத் தமிழ் போதிக்கும் நோக்குடன் கபிலராற் பாடப்பட்டது என்பது இலக்கியச் செய்தி. ஆசிரியன் ஒருவன் தான் கற்பிக்கும்போது, தனக்கு ஈடுபாடுள்ளதும், தான் சிறப்புத் தேர்ச்சி பெற்றுள்ளதுமான விடயத்திற்கே (Specialized subject) முன்னுரிமை அளிப்பான் என்பதில் ஐயமில்லை. அவ்விதியின் அடிப்படையில் நோக்கும்போது, இப்புலவர் பல்வேறு செடி, கொடி, புல், பூண்டுப் பெயர்களுக்கு முன்னுரிமை அளித்துள்ளார் எனின் அவர் தாவரவியல் சார்ந்த அறிவியல்துறையில் ஈடுபாடுடையவர் என்பது புலனாகின்றது.

1. இம் மூலிகைப் பெயர்களை இனங்கண்டு கொள்வதில் எனக்கு உதவிய யாழ் பல்கலைக்கழகத் தாவரவியல் துறை விரிவுரையாளர் செல்வி ஏ. பி. அருளானந்தம், சித்தமருத்துவத்துறை விரிவுரையாளர் திருமதி சி. சிவபாலன் ஆகியோருக்கு நன்றிகள்,

மருத்துவத்துறைக்குத் தாவரவியல் அறிவும் இன்றியமையாததே. இங்கு காட்டப்பட்ட 98 வகையான தாவரப்பெயர்களும் மூலிகைப் பெயர்களுடன் தொடர்புடையனவாக அமைவதால் இப்புலவர் மருத்துவராக இருந்திருப்பாரோ என்ற ஐயம் தோன்றுதல் இயல்பே.

மேலும், கிராமப்புறத்து வைத்தியர்களை அணுகி அவர்களுடன் உரையாடும் போது, அவர்கள் தமிழிலக்கியப் புலமையிற் சிறந்து காணப்படுவதை அவதானிக்கலாம். பண்டைநாளில் ''அகத்தியர்'' என்ற பெயரினர் தமிழிலும் மருத்துவத்திலும் தொடர்புடையவராகக் காணப்படுகின்றனர். மருத்துவன் தாமோதரனார் சங்கப் புலவராகவும், அதே வேளையில் ''மருத்துவர்'' என்ற சிறப்புப்பெயரும் பெற்றிருக்கின்றார். எனவே குறிஞ்சிப் பாட்டுப் புலவனும் மருத்துவரே எனத் துணிவதற்குரிய ஆதாரங்கள் ஊகமாக அமைகின்றன. இந்நூலிற் குறிப்பிடப்படும் மூலிகைப் பெயர்களைச் சித்தமருந்துவர்கள் ஆராயும்போது எமது கருத்துப்பற்றிய முடிபுகள் மேலும் விளக்கம் பெறலாம்.

பழந்தமிழர் வாழ்வில் சந்தனம்

சந்தனம் சித்தமருத்துவ மூலிகைப் பொருட்களில் ஒன்றாகும். சந்தனத்தின் பல்வகைப்பட்ட பயன்பாடுபற்றிப் பண்டைத் தமிழ் மக்கள் நன்கு அறிந்திருந்தனர் என்பதைச் சங்க இலக்கியம் விரிவாகக் கூறுகின்றது. (1) நீரைத் தூய்மைப்படுத்துதல் (பரிபாடல் 11 : 26—28); நீரைக்குளிர்மைப்படுத்துதல் (பதிற்றுப்பத்து: 86—12); உடலின் வெப்பத்தைத் தணிக்கப் பெண்கள் சந்தனக்குழம்பைப் பூசுதல் (நற்—168); சந்தனக் குழம்பைத் தண்ணீரில் ஊறவைத்துத் தம் கூந்தலிற் பூசுதல் (கலி—98) முதலான மருத்துவத்துடனான பல வழக்காறுகள் சங்க காலத்திலிருந்தமை பற்றி அறியப்படுகின்றன. சூட்டினால் உண்டாகும் நோய்களைத் தடுக்கும் மருந்தாகச் சந்தனம் பயன்பட்டமையைச் சங்கஇலக்கியம் விபரிக்கின்றது.

மருந்துத் தன்மையுள்ள நறுமணப் பொடிகளைத் தயாரிக்கும்போதும் சந்தனத்தையும் சேர்த்துக் கொண்டமையை மதுரைக் காஞ்சி (399) கூறுகின்றது. மருத்துவர்கள் மூலிகைகளை மட்டுமன்றி அவை வளருமிடங்களையும் அறிந்திருத்தல் அவசியமாகின்றது. அவ்வகையில் சந்தனம் எங்கெங்கே வளரும் என்பது பற்றிய செய்திகளும் குறுந்தொகை (376), பட்டினப்பாலை (188), புறநானூறு (380) முதலிய நூல்களினூடாக வெளிப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

பண்டைத்தமிழர் வாழ்வில் மிளகு

மருத்துவ மூலிகைப் பொருட்களில் மிளகு முக்கிய இடத்தைப் பெறுகின்றது. சங்க காலத்திலே தமிழ்நாட்டில் மிளகு பெருமளவு உற்பத்தி செய்யப்பட்டு, மேற்கு நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதியாயிற்று என்ற செய்தியைப் பட்டினப்பாலை, மதுரைக்காஞ்சி முதலாம் இலக்கியங்கள் கூறுகின்றன. கிரேக்க வணிகர்கள் பொன்னைக்கொடுத்து மிளகைப் பண்டமாற்றாகப் பெற்றனர் என அகநானூறு (149 : 9—10) செப்புகின்றது. இறைச்சி முதலிய பொருட்களைப் பழுதுபடாது பேணுவதற்கு உரோமர் மிளகைப் பயன்படுத்தினர். மருந்து தயாரிப்பதற்கும் மிளகு உதவியது. கிப்போகிரிட்டசு (Hippocrates), கலென் (Galen), பிளினி (Pliny) முதலிய வைத்திய ஆசிரியர்கள் மிளகை மருந்துக்குப் பயன்படுத்தினர். கிப்போக்கிரிட்டஸ் இந்தியமிளகை மருந்தெனக்கூறுவர். பசியை அதிகரிப்பதற்கு மிளகை உண்பவரைக் கண்டித்து, மிளகை உணவாகக் கொள்ளும் பழக்கத்தைத் தொடக்கி வைத்தவர் யாராக இருக்கலாம் என்று நினைத்துப் பார்க்கிறார்

---

1. Bhagavathi, K – "The place of sandalwood in the life of the early Tamils", Papers on Tamil Studies, Ed : S. V. Subramaiam & V. Murugan, I. I. T. S. 1980: 152—157.

பிளினி. (1) மிளகுப்பழக்கம் தமிழகத்தில் இருந்துள்ளது என்பதன்மூலம், மிளகுடன் தொடர்புடைய மருத்துவ சிந்தனை மக்கள் மத்தியில் இருந்திருக்கும் என்பதும் இயல்பு நெறிக்குட்பட்ட எதிர்பார்ப்பேயாகும்.

மருத்துவர் பற்றிய சிந்தனை

மருத்துவருக்குச் சமூகத்தில் எல்லாக் காலங்களிலும் பெருமதிப்பு இருந்தே வந்துள்ளது. இறைவனுக்கு அடுத்தபடியாகக் குரு முதன்மை வாய்ந்தவர் என இலக்கியங்கள் செப்பிடினும், சமூக நோக்கில் அவ்விடத்தை மருத்துவர்களே பெற்றிருக்கிறார்கள். சாகப்போகும் உயிரை மீட்டுத்தருவோராக மருத்துவர் கருதப்பட்டதை "இன்னுயிர் போத்தரு மருத்துவர்" (கலி. நெய். 24 : 2) எனக் கலித்தொகை குறிப்பிடுகிறது. மேலும் மருத்துவர் பற்றிக் கலித்தொகை குறிப்பிடும்போது,

> "திருந்திய யாக்கையுள் மருத்துவ னூட்டிய
> மருந்து போல .."
>
> (கலி. பாலை : 18 : 2-3)

என மருத்துவர் தரும் மருந்தின் மேன்மை பேசப்படுகிறது. அதேவேளையில் மருத்துவர் நேர்மை — கண்ணியம் என்பன தவறுமிடத்து அவர்களைக் கண்டிக்கும் போக்கும் ஆங்கு காணப்படுகின்றது. ஒரு நோயாளியின் நோயையும் அதற்குரிய மருந்தையும் மருத்துவன் ஒருவன் அறிந்திருந்தும் அந்நோயாளியை அந்தமருத்துவன் புறக்கணிப்பானேயானால் அது பெருங் கொடுஞ்செயல் எனக் கண்டிக்கிறது கலித்தொகை (கலி. நெய் : 21). நோயாளர் விரும்பியவாறல்லாமல், மருத்துவர் தாம் தக்கதெனக் கண்ட மருந்தையே கொடுக்கும் பெற்றியராக இருந்தனர் என்ற செய்தி நற்றிணையிற் கூறப்படுகிறது. (2)

மருத்துவ மனை

அசோகச் சக்கரவர்த்தி காலத்திலே (கி. மு. 272 - 232) தென்னிந்தியாவிற் சேர, சோழ, பாண்டிய நாடுகளில் மருத்துவ மனைகள் இருந்தமைபற்றியும், ஆங்கே பௌத்தத் துறவிகள் மருத்துவப் பணியிலும் ஈடுபட்டமை பற்றியும் பிராமிச் சாசனங்களால் அறியப்படுகின்றது. (3) அக்காலப் பகுதியினையே கடைச்சங்க மிருந்த காலம் என்பர். எனவே சங்ககாலத்திலே தமிழ்நாட்டில் மருத்துவமனைகள் இருந்தன என்ற செய்தி இத்தால் அறியப்படுகிறது. அக்காலத்திலே தமிழ் நாட்டில் ஆயுள்வேத மருத்துவமா அல்லது சித்த மருத்துவமா பின்பற்றப்பட்டது என்பது ஆய்வுக்குரியதாகும். ஆரியகலாசாரம் ஆதிக்கம் பெற்றிருக்காத சங்ககாலத்தில் தமிழ் மருத்துவமே தமிழ் நாட்டில் நிலவியிருக்க வேண்டும் எனக்கொள்வதிலும் தவறில்லை.

நல்மருந்து

"கைகண்ட மருந்து" என்பது நாட்டார் வழங்குத் தொடராகும். நோய்தீர்க்கும் நல் மருந்தையே இத்தொடர் சுட்டுகின்றது. அப்பொருள் சுட்டியதாகச் சங்க இலக்கியங்களில் வரும் "மருந்து" என்ற வழக்குப் பரவலாகக் காணப்படுகிறது. (4) மருந்து மரங்கள் பற்றிய செய்தியும் ஆங்கே இடம்பெற்றுள்ளது. மருந்து மரங்களிலிருந்து பட்டை எடுப்போர், பின்னும் பயனைவேண்டி அம்மரத்தைப் பாதுகாத்தனர் என்பதை,

---

(1) வித்தியானந்தன் சு, தமிழர் சால்பு. கண்டி, பக். 220.

(2) "அரும்பிணி உறுநர்க்கு வேட்டது கொடாஅது
மருந்தாய்ந்து கொடுத்த அறவோன்... " (நற்-136)

(3) வேங்கடசாமி, சீனிமயிலை: பௌத்தமுந்தமிழும், சென்னை, 1972, பக். 20-29.

(4) (அ) "இன்னுயிர் செய்யுமருந்து ..." (கலி: பாலை - 32 : 25)
(ஆ) "அருந்துய ராரஞர் தீர்க்கு மருந்து......" (கலி. குறி. : 44 : 20)
(இ) "உயிர் வாங்கு மற்று இந்நோய் தீரும் மருந்து......" (கலி. குறி. 60 : 17-18)
(ஈ) புறநானூறு : 3-12, 42-22, 70-9, 180-5 என்ற பாடல்வரிகள் நோக்கற்பாலன.

" மரஞ்சாம் மருந்துங் கொள்ளார்
மாந்தர் "

(நற் : 226 : 1) என்ற நற்றிணைப் பாடலடி விளக்குகிறது.

நல்லுணவு

ஊட்டச்சத்தும், நிறையுணவும் நோயற்ற இன்பவாழ்வுக்குக் காரணிகளாகின்றன. நாட்டில் பஞ்சம் நீங்கின் பிணி அணுகா என்ப (1). சங்ககால மக்கள் இயற்கை தந்த நல்லுணவுகளை ஆர உண்டு வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள் என்பதைப் பின்வரும் பாடற்பகுதி விளக்குகின்றது:

" தண்டலை உழவர் தனிமனைச் சேப்பின்
தாழ் கோட் பலவின் சூழ்சுளைப் பெரும் பழம்
வீழ்இல் தாழைக் குழவித் தீம் நீர்
கவை முலை இரும்பிடிக் கவுள் மருப்பு ஏய்க்கும்
குலை முதிர் வாழைக் கூனி வெண்பழம்
திரள் அரைப்பெண்ணை நுங்கொடு பிறவும்
தீம்பல் தாரம் முனையின் சேம்பின்
முளைப்புற முதிர் கிழங்கு ஆர்குவிர்" (2)

' உழவர்தம் இல்லங்களுக்கு வரும் விருந்தினர்களுக்குப் பெரிய பலாக்கனிகள், இளநீர், முற்றிய வாழைக்கனி, பனைநுங்கு, இனிப்புப்பண்டங்கள், வள்ளி முதலிய கிழங்கு வகைகள் முதலியவற்றை விருந்தாகக் கொடுத்து உபசரித்தனர் ' என்பது இப்பாடலடிகளால் அறியப்படுகின்றது.

நெய் கடைந்தெடுக்கப்பட்ட பாலிற் பயனில்லை என்பதை " நெய்கடை பாலிற் பயன் யாதுமின்று " (கலி. முல்லை : 110 : 7) என்ற பாடலடி விளக்குகின்றது. இச்செய்தியிலிருந்து பண்டைநாளிலே தமிழ் மக்கள் நெய்கடைந்து எடுக்கப்படாத பாலையே நிறையுணவாகக் கருதி அருந்தினர் என்பது தெளிவாகின்றது.

கண்ணூறு படுதல்

உலகமக்கள் அனைவரிடமும் நம்பிக்கை அடிப்படையிற் காணப்பட்ட ஒரு நோய் கண்ணூறுபடுதலாகும். (3) இதனை ஆங்கிலத்தில் Evileye என்பர். வீட்டில் வாழ்வோருக்குப் பிறரது பார்வையால் அல்லது அணங்குகளால் நோய் பீடிக்காதிருப்பதற்காகப் பண்டைநாளில் கதவு நிலைகளில் நெய்யும் வெண்கடுகும் பூசப்பட்டிருந்தன (4) பெண்கள் அணங்குகளாற் பீடிக்கப்படாதிருப்பதற்காக வெண்கடுகை அப்பி எண்ணெய் தேய்த்து நீராடினர் (நற். 40 : 7). இச்செய்திகளின் மூலம் நோய்க்காரணமும், நோய் தடுப்புமுறைகளும் மக்களால் அறியப்பட்டிருந்தன என்பது புலனாகின்றது. குழந்தைகளுக்கு ஐம்படைத்தாலி அணிந்திருக்கிறார்கள். (5) இவையாவும் கண்ணூறு படுதல் என்ற நிலையிலிருந்து பாதுகாப்புப் பெறுவதற்காகவே மேற்கொள்ளப் பட்டுள்ளன.

குறி பார்த்தல்

நோய்க்குறி, காலக்குறி, கிரகக்குறி முதலியவற்றை ஆராய்ந்து மருத்துவர் சிகிச்சையளிப்பதுண்டு. திருவள்ளுவரும் இதனை,

" உற்றான் அளவும் பிணியளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல் " (949)

என்ற குறளிற் குறிப்பிட்டுள்ளார். குறி பார்க்கும் வழக்கம் சங்ககாலத்தில் மிகவும் பரவியிருந்தது. (6) நோய்பிடித்த பெண்களின் நோயைக் குறிபார்த்துச் சொல்லும் ' கட்டுவிச்சிப் பெண்கள் ' நோய் பற்றிய செய்திகளைக் குறியிற்கண்டு கூறினர் என்ற செய்தியும் சங்கப்பாடல்களால் அறியப்படுகின்றன. (7)

(1) புறநானூறு, பாடல் 12.
(2) பெரும்பாணாற்றுப்படை ; வரி : 354—361.
(3) Jaggi, O. P. Folk Medicine, Delhi, Atma Ram, 1982, P. 64.
(4) நெடுநல்வாடை ; 86, திருமுருகாற்றுப்படை ; 228; மதுரைக்காஞ்சி : 354, நற்றிணை : 370.
(5) அகநானூறு : 7 : 18, 54 : 18; புறநானூறு ; 77 : 7, 374 : 9.
(6) வித்தியானந்தன், சு. தமிழர் சால்பு, கண்டி, 1954 : பக். 177—178.
(7) நற்றிணை : 98 : 1-7, 288 5 - 7; குறுந்தொகை : 23 : 1 - 3, அகநானூறு : 98 : 7 - 10.

மருத்துவத்தில் சமயச் சடங்கு

பூர்வீக கால மருத்துவ முறைகளிலே (Primitive Medical Treatment) சமய ரீதியான மருத்துவச் சடங்குகள் (Healing Rituals) மிகமுக்கிய இடத்தைப் பெற்றிருந்தன என்பது மானிடவியலாளர் கண்ட உண்மை. இதுபோன்றே சங்ககால மக்களது மருத்துவமுறைகளிலும் வேலன் வெறியாட்டு, துணங்கைக்கூத்து முதலாம் சடங்குகள் நோய் தீர்க்கும் மருத்துவச் சடங்குகளாகவே காணப்பட்டன.

பண்டைத்தமிழரது சமய நெறியில் 'வெறியாட்டு' என்னும் சடங்கு இடம் பெற்றிருக்கின்றது. இச்சடங்கு பொதுவாக (காம) நோய் வாய்ப்பட்ட பெண்களின் அல்லல் போக்கும் நோக்குடன் மேற்கொள்ளப் பட்ட நோய்கழிப்புச் சடங்காகவே அமைந்தது. இச்சடங்கிலே தெய்வ உரு ஏறப் பெற்ற 'வேலன்' என்பவன் வேல்பிடித்து ஆடினான்; இன்னிசை வாத்தியங்கள் ஒலித்தன; பெண்கள் சேர்ந்து குரவைக் கூத்தாடினர். (1) இச்சடங்கின் அமைப்பினையும் காட்சியினையும் நோக்கும்போது சிங்கள மக்களிடையே இன்றும் நிலவும் தொவில் நடனம், யக்நடனம், பலிநடனம் (2) ஆதியாம் நோய் தீர்க்கும் நடனங்களை ஒத்ததாகவே வெறியாட்டும் விளங்குகின்றது. எனவே வெறியாட்டு என்பது அக்காலத்து உளவியல் மருத்துவமுறை சார்ந்த ஒரு சமய நெறி நடனம் என்பது பெறப்படுகின்றது. பெண்களுக்குத் தெய்வத்தின் பார்வையால் (காம) நோய் ஏற்படுகின்றது என நோய்க்குரிய காரணமும் அறியப்பட்டிருந்தது. (3)

மகப்பேற்று மருத்துவம் தொடர்பாகவும் சடங்குகள் நடைபெற்றிருக்கின்றன. (4) இச்சடங்குகள் குழந்தையைப்பெற முன்பும் நடைபெற்றமையை அறியக்கூடியதாக இருக்கின்றது. குழந்தையை ஈன்றதாய்க்கு 31 ஆம் நாளில் 'தொடக்குக் கழித்தல்' என்ற சடங்கு ஈழத்தமிழரிடையே மேற்கொள்ளப் பட்டு வருகின்றது. (5) இத்தகு சடங்கை ஒத்தனவாக மகப்பெற்ற மகளிர் நீராடுதல் (நற்றிணை. 40 : 7–8, மதுரைக்காஞ்சி; 600-603), மகப்பெற்ற மகளிர் நெய்யாடுதல் (நற்றிணை 370 : 2–4) என்ற நிகழ்வுகள் பண்டைநாளில் நடைபெற்றிருக்கலாம். குழந்தைப் பேறற்றோர், குழந்தைக்காக வரமிருந்து இறையருளால் குழந்தைப்பேறு பெறும் வழக்கு நாட்டார் வழக்கியலிலே அறியப்படும் ஒரு நடைமுறையாகும். செந்நெறி இலக்கியங்களிலும் இதற்குச் சான்றுகள் பலவுள. தாலாட்டுப்பாடல்களிலே, தெய்வத்தின் வரத்தால் தாம்பெற்ற குழந்தைச் செல்வங்களைப் போற்றித் தாய்மார் தாலாட்டுவதைக்கேட்கலாம். இதுபோன்றே தெய்வத்தை வேண்டிக் குழந்தைப்பேறு பெற்றமைபற்றிய செய்தி ஐங்குறுநூற்றிலே (2571-2) கூறப்படுதலும் நோக்கத்தக்கது.

நோய் வராமல் தடுத்தல், தீய ஆவிகளின் பார்வைபடாது காப்பாற்றல், கண்ணூறு படாதிருத்தல் என்ற அடிப்படையி

---

(1) "அருங்கடிவேலன் முருகொடு வளைஇ
அரிக்கூ டின்னியங் கறங்கநேர் நிறுத்துக்,
கார்மலர்க் குறிஞ்சி சூடிக் கடம்பின்
சீர்மிகு நெடுவேள் பேணித் தழூஉப்பணையூஉ
மன்றுதொறு நின்ற குரவை ....." (மதுரைக்காஞ்சி. 661-615)

(2) I. Pertold, otaker. Ceremonial Dances of the Sinhalese. Dehiwela, Tissaara, 1971.
II. Wirz, P. Exorcism and the Art of Healing in Ceylon, Leiden, E. J. Bril, 1954.

(3) குறுந்தொகை: 53, 105, 263, 318, 362; அகநானூறு; 22, 98; பதிற்றுப்பத்து: 51 : 10-13; ஐங்குறுநூறு: 241-250; பட்டினப்பாலை: 154-155; குறிஞ்சிப்பாட்டு; 172-175

(4) இந்நூலின் 12ஆம் பக்கம் பார்க்கவும்.

(5) Sanmugadas, Manonmani. " Bringing up a Child in Jaffna Tamil Society ', The Annual Collection of Essays and Studies Faculty of Letters, Gakushuin University, Vol. XXI, 1984, P. 15.

லும் சிலசடங்குகள் நிகழ்ந்திருக்கின்றன. (1) குழந்தைகளுக்கு ஐம்படைத்தாலி அணியும் சடங்கை இவ்வகையிற் குறிப்பிடலாம். மேலும் குழந்தையிடம் ஆற்றலும் வலிமையும் வளரவேண்டும் என்ற அடிப்படையில் புலிப்பல் தாலியைப் புதல்வனுக்கு அணியும் சடங்கும் சங்ககாலத்தில் இருந்திருக்கிறது என்பதைக் குறுந்தொகை (161 : 3-4) சான்று படுத்துகின்றது.

மருத்துவத்தில் சோதிடம்

மருத்துவக் கலைக்கு இன்றியமையாத மற்றுமொரு துறை சோதிடமாகும். பஞ்ச பூதத்தினாலாய இவ்வுடம்பின் இயக்கம் உடம்புக்கு வெளியேயுள்ள பஞ்சபூதங்களின் இயக்கங்களுக்கமைவாகவே செயற்படுகின்றது. இதனைப் பின்வரும் சித்தர் பாடல் சான்று பகர்கின்றது:

" அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்
பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்
அண்டமும் பிண்டமும் ஒன்றே
அறிந்துதான் பார்க்கும் போதே ".
(சட்டமுனிஞானம்)

உடம்பில் ஏற்படும் மாற்றங்களைக் கண்டறிய நாள்—கோள்—கிரகங்களின் நிலைகள், செயற்பாடுகள் என்பனவற்றையும் மருத்துவன் அறிந்திருக்கவேண்டியவனாகின்றான். முழுமதி, அட்டமி, அமாவாசை முதலான நாட்களிலும், கோடை, மாரி முதலாம் பருவ காலங்களிலும், காலை, மதியம், மாலை முதலிய வேளைகளிலும் உடலிலே தோன்றும் நோய்களின் இயல்புகள் மாற்றமடைகின்றன. எனவே மருத்துவர், நேரம்—காலம்—கிரகநிலை என்பவைபற்றி அறிந்திருத்தல் அவசியமாகின்றது.

" சோதிடம் பஞ்சபட்சி துலங்கிய
சரநூல் மார்க்கம்
கோதறு வராகவித்தை குருமுனி
ஓதுபாடல்
தீதிலாக் கக்கிடங்கள் செப்பிய கன்ம
காண்டம்
ஈதெல்லாம் கற்றுணர்ந்தோர் இவர்
களே வைத்தியராவர் ".

என்று மருத்துவரின் இயல்பு கூறுகிறது சித்தர் நாடி நூல் (செய். 18).

சங்ககாலப் புலவர்கள் கிரகங்களின் அசைவு—அவற்றின் தாக்கங்கள் ஆதியன பற்றியும் அறிந்திருந்தார்கள் என்பதற்குப் புறநானூறு சான்று பகர்கிறது:

" செஞ்ஞா யிற்றுச் செலவுமஞ் ஞாயிற்றுப்
பரிப்பும் பரிப்புச் சூழ்ந்தமண் டிலமும்
வளிதிரிதரு திசையும்
வறிது நிலைஇய காயமு மென்றிவை
சென்றளந் தறிந்தோர்......"
(புறம் 30 : 1-5)

" ஞாயிற்றினது வீதியும், அஞ்ஞாயிற்றினது இயக்கமும், அவ்வியக்கத்தாற் சூழப்படும்பார் வட்டமும் காற்றியங்கும் திக்கும், ஓராதாரமுமின்றித் தானே நிற்கின்ற ஆகாயமும் என்று சொல்லப்பட்ட இவற்றை ஆண்டாண்டுப்போய் அளந்து அறிந்தவர்கள் என்பது இதன் பொருளாம் " (2)

மேற்காட்டிய பாடலடிகள் கிரகங்களின் இயங்கியல் தன்மையைச் சங்ககாலத்தறிஞர்கள் அறிந்திருந்தார்கள் என்பதைக் காட்டுகின்றன. வானிலுள்ள நட்சத்திரங்களின் மாற்றங்களால் ஏற்படும் பலன்களையும் சங்கப் புலவர்கள் கணித்தறிந்திருக்கிறார்கள் என்பதைப் புறநானூறு (பாடல் : 117 : 229) சான்றுபடுத்துகின்றது.

மேலும், பங்குனி மாதத்தின் கிரகபலன்கள் கூறுவதாக இன்னொரு பாடல் அமை

---

(1) " Children are considered to be very susceptible to the evil eye. It is believed that as soon as a person, even if it be a close relation, utters the sentence, looking at the child, " How beautiful the child is ", the child is bound to suffer."
Jaggi. O. P. Folk Medicine, Delhi, Atma Ram, 1982, P. 185.

(2) புறநானூறு : ஔவை சு. துரைசாமிப்பிள்ளை உரை, சென்னை; 1952, பக். 86.

கின்றது. பங்குனித் திங்களில் நட்சத்திரம் எரிந்து வீழின் அரசர்க்கு அழிவு நேரிடும் என்ற சோதிடக் குறிப்பைத் தருவதாகப் பின்வரும் பாடல் அமைகின்றது:

'' ஆடியில் சுழற் குடடத்து
ஆரிருள் அரை யிரவில்
பங்குனி உயர் அழுவத்து
பாசிசெல்லாது ஊசிமுன்னுது
கனையெரி பரப்பக் காலெதிர்ப்பு பொங்கி
ஒருமீன் விழுந்தன்றால் விசும்பினானே
அதுகண்டு வியாரும் பிறரும் பல்வேறு இரவலர்
அஞ்சினர் எழுநாள் வந்தன்று இன்றே ''

மேலும் மகப்பேற்று மருத்துவத்துடன் தொடர்புடையதாகவும் சில சோதிடக் குறிப்புகள் சங்க இலக்கியங்களிற் காணப் படுகின்றன. ஐப்பசி, கார்த்திகை மாதங்கள் கூதிர்ப்பருவ காலமாகும். இக்காலமே புணர்ச்சிக்குரியதாகச் சங்க இலக்கியங்கள் வரையறை செய்துள்ளமையும் நோக்கற் பாலது. அன்றியும் எத்தகு நாட்களிற் புணர் தல் ஒழுக்கம் மேற்கொள்ளக்கூடாது என் பதைத் தொல்காப்பியம் வருமாறு குறிப் பிடுகிறது:

'' மறைந்த வொழுக்கத் தோரையும் நாளும்
துறந்த வொழுக்கம் கிழவோற் கில்லை''.
(தொல். களவியல்—44)

மாதவிலக்கு நாட்களிற் புணர்தல் ஆண், பெண் இருவரது உடல்நலத்திற் கும் தீங்கானது என்ற கருத்தும் தொல் காப்பியத்திலே காணப்படுகிறது. (1)

மருத்துவர்கள் பொறுமையும் நுண்ணறி வும் மிக்க சான்றோர்களேயாவர். '' ஆன்ற விந் தடங்கிய கொள்கைச் சான்றோர் பலர் யான்வாழும் ஊரே '' (புறம்: 191:6-7) என்று பிசிராந்தையார் பாடுவதன் மூலம் அத்தகு சான்றோர் பலர் சங்ககாலத்தில் வாழ்ந்தனர் என்பது தெளிவாகின்றது. மருத்துவ நுட்பங்களைக் குருவின் வழியாகவே அறிந்து கொள்ளவேண்டும். அவ்வாறான போக்கும் சங்ககாலத்தில் இருந்தமையை '' திறவோர் காட்சியில் தெளிந்தனம் '' என்று கணியன் பூங்குன்றனார் எடுத் துரைத்தார். (2) மருத்துவ நூல்களை ஆக்கி யோர்கள் சித்தர்களாகவும், ஞானிகளாக வும் கருதப்படுகின்றனர். அவர்களியற்றிய வை முதனூல்களெனக் கருதப்பட்டன. (3)

ஒழுக்கமும், சுகவாழ்வும்

ஒழுக்கம் விழுப்பந்தருதலால், அது உயி ரினும் சிறந்ததென்கிறார் வள்ளுவர். சிறந்த உளநோய் மருத்துவனின் கருத்தைப் போன்றதான வள்ளுவனின் இக்கருத்து பொருள் ஆழம் கொண்டதாகும். சுகவாழ் வுக்கு ஒழுக்கம் ஆணிவேர் போன்றது. அன்பு - கருணை - சமத்துவம் - சகோதரத்து வம் — உண்மையை உணர்தல் என்பனவற் றின் மூலமே நல்லொழுக்கம் ஒருவருக்குக் கைகூடுவதாகும். இகவாழ்வுக்குரிய வாழ் வியல் தத்துவத்தைச் சங்கப்புலவர் அனுபவ ரீதியாகப் பெற்றிருந்தனர். அவர்கள் சமூக மருத்துவக் கோட்பாடுகளின் அடிப் படைக் கருத்துக்களையும் நன்கு அறிந்திருந் தமையாலேயே சமூகப் போதனைகளை அவர் களால் மேற்கொள்ள முடிந்தது.

---

(1) (அ) '' பூப்பின் புறப்பா டீராறு நாளும்
நீத்தகன் றுறையார் என்மனார் புலவர்....'' (தொல். கற்பியல்—187)

(ஆ) '' முந்நாள் அல்லது துணையின்று கழியாது
அந்நாள் அகத்தும் அதுவரை வின்றே '' (தொல்—களவியல் —122)

(இ) மேலும் இதுதொடர்பான விரிவான விளக்கங்களுக்குப் பின்வரும் கட்டுரை பார்க்கவும்: க. வெங் கடேசன், '' சித்த மருத்துவத்தில் குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு முறைகள்,'' Heritage of the Tamils — Siddha Medicine, Eds. S. V. Subramanian, V. R. Madhavan, International Institute of Tamil Studies, Madras, 1983, PP. 58 — 85.

(2) புறநானூறு: 192.

(3) '' வினையின் நீங்கி விளங்கிய அறிவின்
முனைவன் கண்டது முதனூ லாகும்.'' (தொல்—சூத். 640)

" யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர்
தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா
நோதலும் தணிதலும் அவற்றோ ரன்ன
சாதலும் புதுவது அன்றே வாழ்தல்
இனிதுஎன மகிழ்ந்தன்று மிலமே முனிவின்
இன்னா தென்றலும் இலமே......"
(புறம். 192 : 1-6)

என்ற புறநானூற்றுப் பாடல் கூறும் இக வாழ்வுத் தத்துவம் சமூக மருத்துவ நெறிப் பட்டதேயாம்.

மனித சமுதாயங்கள் பண்பாடடைந்து நாகரிகமாக வாழ்ந்து வரும்போது சமூகங்களிடையே பொதுமை காணும் முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வந்துள்ளன. சமூகங்ளுக்கிடையிலான பல்வகைத் தொடர்புகள் சமத்துவ உலகம் அல்லது ஒற்றுமையான உலகம் உருவாகவேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்பட்டது. இம்முயற்சி பொதுவாக இலக்கிய கர்த்தாக்கள், சமயவாதிகள், தத்துவ வாதிகள், அரசியற் சித்தாந்தவாதிகள் ஆகியோரால் மேற்கொள்ளப்படலாயின.

செம்மை சான்ற இலக்கியங்களைப் படைத்துச் சீரிய பண்பாட்டுடன் வாழ்ந்த பண்டைத் தமிழர் மத்தியில் வாழ்ந்த கணியன் பூங்குன்றனார் " யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர் " என சகல மக்களும் இணைந்த பொதுமை நோக்குடன் பாடலானார். கிரேக்க கவிஞன் பிளேற்றோ " மனுக்குலம் ஒன்று; மானிடம் ஒன்று " எனப் பாடியதும் ஈண்டு நோக்கற்பாலது.

மனுக்குலத்தின் வரலாற்றிலே ஒரே உலகத்தைப் பல நூற்றாண்டுகளாகச் சமய ஞானிகளே விவரித்து வந்தனர். ஒரு வகையான ஆன்மீகப் பொதுமையும் ஒருமைப்பாடும் அவர்களை உந்தியது என்பதில் ஐயமில்லை. " ஒன்றே குலம் ஒருவனே தேவனும் " என்ற குரல் அத்தகையதே. பல்வேறு சமயங்களும் தமது கோட்பாடுகளின் அடிப்படையில் பரந்ததோர் உலக அமைப்பைக் கனவுகண்டன. (1) எனவே சமயங்கள் கூறும் ஒருமைக் கோட்பாடு சமூகங்களின் சுகவாழ்வுக்கும் அடிப்படையானதாகும். தமிழர் தம் பண்டைய இலக்கியங்கள் கூறும் அறக்கோட்பாடும் பொதுமைக் கோட்பாடும் சுகவாழ்வுக்கு வழிகாட்டுவனவேயாகும்.

' பண்புடையோர் பட்டுண்டுலகம் ' என்பது வள்ளுவர் கருத்து. இதனையே ' ஆன்றவிந்தடங்கிய கொள்கைச் சான்றோர்' (புறம். 191) எனப் புறநானூறு குறிப்பிடுகின்றது. நல்ல சமுதாய உறுப்பினர்களைக் கொண்ட சமூகத்தில் எப்பிணியும் அணுகாது என்பது ஆன்றோர் கோட்பாடாகும்.

யோகம், தியானம் என்பன அமைதியான சுகவாழ்வுக்கு அடிப்படையானவை. எதிலும் புலனடக்கம் மேற்கொள்ளல் சிறந்த வழி என்பதைச் சித்தர்தத்துவம் வலியுறுத்துகின்றது. கோபம், பேராசை என்பன மனக் கிலேசத்திற்கும் அழிவுக்கும் காரணிகளாகின்றன எனப் புறநானூறு கூறுகிறது. (2) பிற்கால இலக்கியங்களும் கோபத்தைத் தணிக்கும்படியே போதிக்கின்றன. (3) கோபத்தைக் கடிந்து போக்கும் ஒருவரிடம் இன்னலே அணுகாது என்கிறது திருமுருகாற்றுப்படை.

" .... காமமொடு
கடுஞ்சினங் கடிந்த காட்சிய ரிடும்பை
யாவது மறியா வியல்பினர்.
(திருமுருகு. 134—136

(1) கைலாசபதி. க. இலக்கியச் சிந்தனை, யாழ்ப்பாணம், 1983 : பக். 86.

(2) " நசைதர வந்தோர் நசைபிறக் கொழிய
வசைபட வாழ்ந்தோர் பலர்......" (புறம். 15 : 15-16)

(3) உதாரணமாக திருநாவுக்கரசர் தேவாரம் ஒன்றைக் குறிப்பிடலாம் :
" மனமெனும் தோணி பற்றி மதியெனுங் கோலையூன்றிச்
சினமெனுஞ் சரக்கை ஏற்றிச் செறிகடல் ஓடும்போது
மதனெனும் பாறை தாக்கி மறியும் போதறிய வொண்ணு
துனையுனும் உணர்வை நல்காய் ஒற்றியூ ருடைய கோவே." (திருவொற்றியூர்ப்பதிகம்-2)

ஒருவர் தன்னளவில் மட்டுமன்றிச் சமூக நோக்கிலும் நற்செயல் புரிபவராக அமையும் போதே அவருக்கும் நிம்மதியான சுகவாழ்வு கிடைக்கின்றது. இதன் அடிப் படையிலேயே,

"நல்லது செய்த லாற்றீ ராயினும்
அல்லது செய்த லோம்புமின்"
(புறம். 195 : 6-7)

என நரிவெரூஉத் தலையார் என்ற புலவர் பாடலானுர். "தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா" (புறம். 192 : 2) என்று கணியன் பூங்குன்றனுர் பாடுவதும் நல் வாழ்வுப் பாதையை மக்களுக்கு உணர்த்தும் நோக் குடனேயே யாகும். மனம், வாக்கு, காயம் என்பவற்றுல் ஒருவர் மற்றவருக்குத் தீங்கு செய்யாதிருத்தல் வேண்டும், உண்மை பேசு தலே உயர்ந்த பண்பு என்ற போதனை களை "நிலம் பெயரினும் நின்சொற் பெய ரல்" (புறம். 3 : 14) என்ற பாடலடி விளக்குகின்றது.

பகிர்ந்துண்டு வாழும் பண்பும் மனித னிடம் நிலைபெறவேண்டும். தனக்குக் கிடைத்த செல்வமனைத்தையும் தானே அனு பவிக்க முனையும்போது உடல்நலப் பாதிப்பு ஏற்படாமலும் இருக்கமுடியாதென்பதை "துய்ப்பேம் எனினே தப்புந பலவே" (புறம். 189 : 8) என்பது குறிக்கின்றது.

குடும்ப மருத்துவம்

நவீன பொதுசனத்தொடர்பு சாதனங் களின் பயனுகக் குடும்ப மருத்துவ போத னைகள் இன்று பரந்து காணப்படுகின்றன. அளவான குழந்தைச் செல்வமே நிறைவான குடும்பத்திற்கு ஆதாரமாகின்றது. குழந் தைப்பேறு இல்லாத குடும்பங்கள் சமூகத் திற் பல்வேறு இன்னல்களுக்கு ஆளாகின் றன. சமூகம் மகப்பேறில்லாத பெண்ணுக்கு "மலடி" என்ற பழிச்சொல் சூட்டுகின்றது. அதனுல் அப்பெண் மனேவியாதிக்கு உட்படு கின்ருள். தமிழர் பண்பாட்டிலே குழந்தைப் பேற்றின் அவசியம் வற்புறுத்தப்பட்டே வந் திருக்கிறது. குடும்ப மருத்துவர் போன்று, சங்கப்புலவரான பாண்டியன் அறிவுடை நம்பி என்பவர், குழந்தைப் பேற்றின் முக் கியத்துவம்பற்றிப் பாடியிருத்தலை ஈண்டு நோக்குதல் பொருத்தமாகும்:

"படைப்புப்பல படைத்துப் பலரோடு உண்ணும்
உடைப்பெருஞ் செல்வர் ஆயினும் இடைபடக்
குறுகுறு நடந்து சிறுகை நீட்டி
இட்டுந் தொட்டுங் கவ்வியுந் துழந்தும்
நெய்யுடை அடிசில் மெய்பட விதிர்த்தும்
மயக்குறு மக்களை இல்லோர்க்குப்
பயக்குறை இல்லைத் தாம்வாழு நாளே."
(புறம் : 188)

"படைக்கப்படும் செல்வம் பலவற்றையும் படைத்து பலருடனே கூடவுண்ணும் உடைமைமிக்க செல்வத்தை யுடையோராயினும், காலம் இடையேயுண்டாக, குறு கக் குறுக நடந்துசென்று, சிறியகையை நீட்டிக் கலத் தின்கண் கிடந்ததனைத் தரையிலே இட்டும், கூடப் பிசைந்து தோண்டியும், வாயாற் கவ்வியும், கையால் துழாவியும் நெய்யையுடைய சோற்றை உடம்பின்கண் படச் சிதறியும், இங்ஙனம் அறிவை இன்பத்தான் மயக் கும் புதல்வரை இல்லாதார்க்குப் பயனுகிய முடிக்கப் படும் பொருளில்லை, தாம் உயிர்வாழும் நாளின்கண்" என்பது அப்பாடற்பொருள்.

குழந்தைச் செல்வங்களோடு மகிழ்ந்திருக்கும் குடும்பங்கள்பற்றிய செய்தி ஐங்குறுநூற் றிற் (408, 409) பயின்றுவருகின்றது. மேலும் குழந்தைவளர்ப்பு (அகம். 195: 8-10, புறம். 5 : 6-7), சிறுவர் உணவு (புறம். 250 : 7-8), குழந்தைக்கு உணவூட் டும் விதம் (அகம். 219 : 5-9) முதலான செய்திகளும் குடும்ப மருத்துவம் சார்ந்த சங்க இலக்கியச் செய்திகளேயாகும்.

கணவனும் மனைவியும் ஒருவரை ஒரு வர் அன்புடன் நேசித்து, புரிந்துணர்வுடன் பழகும்போதே இல்லறம் சிறக்கின்றது. எனவே கணவனும் மனைவியும் இணைந்து சிறந்த முறையிற் குடும்பவாழ்க்கை மேற் கொள்ள வழிகாட்டும் பொறுப்பும் கடமை யும் குடும்ப மருத்துவருக்குரியன வாகின் றன. சங்கஇலக்கியப் புலவர்கள் அன்பின் ஐந்திணை வழிப்பட்ட குடும்பங்களின் இல் லற இன்பக்காட்சிகளைத் தம்பாடல்களிற் சித்திரித்திருப்பது (1) ஏனைய குடும்பத்தின ருக்கும் வழிகாட்டக்கூடிய குடும்ப மருத் துவ போதனையாகவே அமைகின்றது.

---

(1) குறுந்தொகை. 49, 57, 167; ஐங்குறுநூறு 492; அகநானூறு. 352 : 12-17.

குழந்தைகளே ஒருநாட்டின் எதிர்காலப் பிரஜைகள். எனவே குழந்தைகளை நல்ல முறையில் பேணிவளர்ப்பதில் பெற்றோர் முக்கிய கவனம் எடுக்கவேண்டியது அவசிய மாகின்றது. இதன் முக்கியத்துவம் புறநானூற்றுக்காலப் புலவர்களாலும் உணரப் பட்டிருக்கிறது. (1) குழந்தைகளுக்குரிய நோய், சிகிச்சை, குழந்தைவளர்ப்பு முதலிய விடயங்களைப் '' பாலமருத்துவம் '' என்ற பகுதியில் சித்தமருத்துவம் கூறுகிறது. குழந்தை வளர்ப்புப்பற்றிய சிந்தனை கருவுற்பத்தியிலேயே தொடங்குகின்றது. கருவுற்ற மகளிர் எவ்வாறெல்லாம் நடந்துகொள்வர் என்பதுபற்றிய குறிப்புக்களும் சங்க இலக்கியத்திற் காணப்படுகின்றன. (2)

குழந்தைவளர்ப்பில் இரண்டாவது கட்டம், குழந்தை பிறந்தபின்பு ஆரம்பமாகின்றது. தாயும் சேயும் நலமாக இருக்க வேண்டியது அவசியமாகின்றது. ஈன்றணிமை கொண்டதாய்மார் மேற்கொள்ளும் மருத்துவ நடவடிக்கைகள் பற்றியும் சங்க இலக்கியங்களிலே ஆங்காங்கு குறிப்புகள் வரக் காணலாம். (3)

குழந்தை ஆரோக்கியமாக வளர்வதற்குத் தாய் முலைப்பாலூட்டுதல் மிகவும் வற்புறுத்தப்படுகிறது. தாய்ப்பாலின் முக்கியத்துவம் பற்றியும் புறநானூறு (பாடல் 250: 7-8) குறிப்பிடுகின்றது. நற்றிணையில்,

'' புதல்வன் ஈன்ற ஆங்கண் மடந்தை
முலைவாய் உறுக்குங் கைபோல......''
(355 : 1-2)

என்ற பாடலடிகளில் தாய் முலைப்பாலூட்டும் முறைமைபற்றிக் கூறப்படுகின்றது.

குழந்தைகளின் அருமை பெருமை பெற்றோரால் நன்கு உணரப்படவேண்டும் என்பதை வள்ளுவர் '' குழல் இனிது யாழ் இனிது...'' (குறள்-66) என்ற திருக்குறள் மூலம் நன்கு விளக்கியுள்ளார். வள்ளுவருக்கு முன்னோடியாக இக்கருத்தினை சங்கப்புலவர்கள் கூறியுள்ளனர்:

'' யாமொடுங் கொள்ளா பொழுதொடும் புணரா
பொருளறி வாரா வாயினுந் தந்தையர்க்
கருள்வந் தனவாற் புதல்வர்தம் மழலை
என்வாய்ச் சொல்லு மன்ன வொன்னார்
கடிமதி லரண்பல கடந்த
நெடுமா னஞ்சிநீ யருளன் மாறே.''
(புறநானூறு-92)

குழந்தைகள் வழங்கும் மழலைமொழியில் யாழினது இனியஓசை காணப்பட மாட்டாது; ஆனால் மழலையில் பிறக்கும் இன்பத்திற்கு யாழிசையின் இன்பம் நிகராகாது தாழ்வுபடும் என்பதும், துன்புறும் தந்தையர்க்குப் புதல்வர் தரும் இன்சொல் இன்பம் பெருக்கும் என்பதும் இப்பாடலில் உவமைகளாகக் காட்டப்பட்டுள்ளன.

குழந்தைகளுக்கு நோய்த்தடுப்பு நடவடிக்கைகளாக தாயத்துப்போன்ற ' ஐம்படைத்தாலி ' அணிதல், புலிப்பல்லை நூலிற் சேர்த்துக்கட்டி மாலையாகப் போடுதல் முதலான செயல்களும் சங்ககாலத்தில் இடம் பெற்றிருக்கின்றன (4)

குழந்தைவளர்ப்பில் குழந்தைகளை அரவணைத்து அன்புகாட்டும் முறைகளும் மிக முக்கியமானவை. சங்ககாலத் தாய்மார் அழுங் குழந்தைகளுக்கு '' மறப்புலி உரைத்தும் மதியம் காட்டியும்'' (புறம். 160:22) அவர்களை அரவணைத்தமை பற்றி அறியப்படுகின்றது. குழந்தைகளை அன்புடனும் ஆதரவுடனும் வளர்க்கும்போதே அவர்கள் எதுவித உளத்தாக்கங்களுக்கும் ஆட்படாது வளர வாய்ப்புண்டு. ஒருதாய் தன் சிறுமிக்கு '' கூந்தல் வாரி நுசுப்பு இவர்ந்து ஓம்பிய நலம்புனை உதவியோடு...'' வளர்ப்பதை அகநானூறு (பாடல் 195:9-10) குறிப்பிடுகின்றது. (5)

சிறுவர்களின் உடல்நலம் பேணுவதில் உடற்பயிற்சியும் அவசியமாகிறது. '' ஓடி விளையாடுபாப்பா '' என்று பாரதியார் பாடினார். சங்ககாலச் சிறார்கள் சிறுதேர் உருட்டியும் (6), சிறுபறை கொட்டியும் (7) ஆடியும் பாடியும் மகிழ்ந்திருக்கிறார்கள். நெல்லிக்காய் கொண்டு ' வட்டாடுதல் ' (8) என்ற விளையாட்டும் புரிந்திருக்கிறார்கள்.

(1) புறநானூறு 5 : 6-7 (2) இந்நூலின் 12ஆம் பக்கம் பார்க்க. (3) மேலது பக். 12.
(4) இந்நூலின் 24ஆம் பக்கம் பார்க்க; புறநானூறு, 374 : 9
(5) மேலும் நற்றிணை, பாடல், 380 : 1-4 பார்க்க,
(6) பெரும்பாணாற்றுப்படை : 248-249; கலித்தொகை, 81 : 6-10.
(7) நற்றிணை, 58 : 1-4 (8) நற்றிணை, 3 : 3-4; அகநானூறு 5:8-11

திருக்குறளில் மருத்துவக் கருத்துக்கள்

தமிழ்வேதம் எனப்போற்றப்படும் சிறப்புவாய்ந்த நூல் திருக்குறள். இந்நூல் உலகமொழிகள் பலவற்றிலும் மொழி பெயர்க்கப்பட்டு, இதன் கருத்துக்கள் உலக ளாவிய நிலையில் அறியப்பட்டு வருகின்றன. சங்கமருவிய காலத்திலே (கி. பி. 300-600) தோன்றிய இந்நூல், சமணசமயக் கருத்துக் களை உள்ளடக்கி, மக்களுக்குரிய வழி காட்டி நூலாகத் திகழ்கிறது. மனிதனின் சுகவாழ்வுக்கும் அறவாழ்வுக்கும் இன்றியமை யாத போதனைகளே இந்நூலிற் கூறப் பட்ட விடயங்களாகும். இவ்வகையில் உளப் பிணி உடற்பிணி சார்ந்த விடயங்கள் இந் நூலிலே நேர்முகமாகவும் மறைமுகமாகவும் விளக்கப்பட்டுள்ளன.

தமிழிலக்கிய வரலாற்றாசிரியர்கள் சங்க மருவிய காலத்தை அறநெறிக்காலம் என் றும் கூறுவர். அறநெறிக்காலத்தில் வாழ்ந்த சமண, பௌத்தத் துறவிகளின் இலக்கியங் கள் உளப்பிணிக்கும் உடற்பிணிக்கும் மருத் துவஞ் செய்யும் மருத்துவ நூல்களாகவே காணப்படுகின்றன. சமயம் போதிக்கவந்த இத்துறவிகள் கல்வி, மருத்துவம், உணவு, உடை, உறையுள் என்பனவற்றை மக்களுக்கு வழங்கினர். தாம் இயற்றிய நூல்களிலே மருத்துவக்கருத்துக்களுக்கும் ஏற்றம் கொடுத் தனர். அக்காலத்தில் தோன்றிய பதினெண் கீழ்க் கணக்கு நூல்களிலே மருந்துப் பெயர் களைக் கொண்டனவாகத் திரிகடுகம், ஏலாதி, சிறுபஞ்சமூலம் என்ற இலக்கியங்கள் தோன்ற லாயின. மருத்துவர்களது மருத்துவக் கோட் பாடுகளும் மருத்துவ முறைகளும் அக்காலப் பகுதியில் தமிழர்மத்தியிற் பெருஞ் செல்வாக் குப் பெற்றிருப்பதைக்கண்ட மதத்துறவிகள், தாம் சொல்லவந்த சமயக் கருத்துக்களை மருந்துப் பெயர்களைத் துணைக்கொணடே பிரசாரஞ் செய்தனர்.

வள்ளுவர் ஒரு மதத்துறவி. எனவே அவருக்கு வைத்தியமும் கைவந்தகலை என் பது மறுக்கொணு உண்மை. அவர் உளப் பிணி மருத்துவராகவே புறத்தோற்றத்தில் காணப்படுகின்றார். 95 ஆம் அதிகாரமாகிய ' மருந்து ' என்பதைக் கூர்ந்து நோக்கும் போது வள்ளுவர் மருத்துவ தத்துவங்களை நன்கு அறிந்தவர் என்பது வெள்ளிடைமலை.

வள்ளுவர் உளப்பிணி மருத்துவர். உளப்பிணி மருத்துவர்களுக்கு உடற்பிணி மருத்துவமும் தெரிந்திருப்பதில் வியப்பில்லை. உடலும் உளமும் சார்ந்த நோய்களைக் கண் டறிந்து, அவற்றிற்குரிய மருத்துவ முறை கள்பற்றி பண்டைய மருத்துவ ஞானிகள் விளக்கந் தந்துள்ளனர். சங்கமருவிய காலத் திலே சீரழிந்திருந்த சமூகத்தைச் சீர்திருத்த முற்பட்ட சமூகப்பிணி மருத்துவருள் வள் ளுவர் தலைசிறந்தவர். எனவே வள்ளுவர் சமூகப்பிணி, உடற்பிணி, உளப்பிணி மருத் துவம்பற்றிக் கூறவேண்டியவரா கின்றார். அந்த வகையில் அமைந்த நூலே திருக்குறள்.

தமிழிலக்கியங்களிலே மருத்துவம் பற் றிய எண்ணக்கருத்துக்களைச் சங்கமருவிய காலத்திலேயே முதன்முதலாக விரிவாகக் காணக்கூடியதாகவுள்ளது. இக்காலப்பகுதி யில் எழுந்த நூல்களிற் சில சித்த, ஆயுர் வேத மருத்துவங்களிற் கையாளப்படும் முக் கிய கூட்டுமருந்துச் சரக்குகளான (Compound Substances) ஏலாதி, சிறுபஞ்சமூலம், திரிகடுகம் முதலியவற்றின் பெயரைத்தாங்கி வெளிவந்துள்ளன. இந்நூல்கள் அறத்தைப் போதிப்பதற்காக எழுந்தவை. நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம், என்பதை மக்களுக்கு உணர்த்தும் பொருட்டு வள்ளுவர் ' மருந்து ' பற்றித் தனிஅதிகாரம் படைத்து மருத்துவத்துக்குச் சமூகத்தில் சிறப்பான இடம் கொடுத்துள்ளார்.

வள்ளுவர் கூறும் மருந்தியல் அதிகாரத் தை (பொருட்பால் 95ஆம் அதிகாரம்) கூர்ந்து நோக்கும்போது, அதிற் கூறப்பட் டுள்ள அரிய கருத்துக்களிற் பல சித்த, ஆயுர்

வேத மருத்துவமுறைகளின் அடிப்படைத் தத்துவங்களாக (Fundamental Doctrines) அமைந்திருப்பதைக் காணலாம். இவ்வதிகாரத்தில் வள்ளுவர் நோய்க்கான பிரதான காரணங்கள் (Primary Courses of Disease) உணவுக்கட்டுப்பாடு, நோயை நிதானித்துச் சிகிச்சையளித்தல் (Diagnosis and Ailment) மருத்துவத்தின் நான்குவகைப் பாகுபாடு (Four Pillars of the Medicine) என்பவற்றைப் பற்றி மிகநுட்பமாக விளக்கியுள்ளார்.

மனிதனுக்கு நோய் ஏற்படுவதற்கான அடிப்படைக் காரணம் அவன் உடலிலுள்ள வாதம், பித்தம், கபம் (சிலேற்பனம்) என்று சொல்லப்படுகின்ற மூன்று தாதுக்களின் அல்லது முக்குற்றங்களின் 'சமநிலைக் குழப்பமே' என்பது சித்த மருத்துவ நூல்களின் கருத்தாகும். சாதாரண மக்களின் பேச்சுவழக்கிலே வாதரோகத்தை வாதம் என்றும், கல்லீரலால் (Liver) சுரக்கப்படுகின்ற திரவத்தைப் பித்தம் (Bile) என்றும், சளி முதலியவற்றைக் கபம் என்றும் குறிப்பிடுதலைக் காணலாம். ஆனால் சித்தமருத்துவம் கூறும் வாத, பித்த, கபம் இவையன்று என்பதை உணர்ந்து கொள்ளுதல் அவசியமாகும். சித்த மருத்துவத்திலே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள வாத, பித்த, கபம் என்பவற்றில், வாதம் என்பது நரம்புத்தொகுதியின் தொழிற்பாட்டுடன் சம்பந்தப்பட்ட ஒரு காரணியாகவும், பித்தம் என்பது உடலில் நடைபெறும் அனுசேபச் செயற்பாடுகளுடன் (Metabolic Actions) சம்பந்தப்பட்ட ஒரு காரணியாகவும், கபம் என்பது உடலமைப்புடன் (Structure of the Body) சம்பந்தப்பட்ட ஒரு காரணியாகவும் கருதலாம். இம்மூன்று காரணிகளும் மனித உயிர்வாழ்க்கைக்கு (சுகநிலைக்கு) இன்றியமையாதவை என்பது தற்கால மருத்துவத்தாலும் (Western Medicine) ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றன. எனவே தான் இம்மூன்று காரணிகளையும் உயிர்த் தாதுக்கள் எனச் சித்தமருத்துவ நூல்கள் குறிப்பிடுகின்றன. உயிரானது உடலோடு பிணைந்துள்ளது. பல்வகைச் சக்திகள் பெற்றது உயிர். இந்த உயிர்ச்சக்திகளின் செயல்களே வாத, பித்த, கபம் எனப்படுவன. இச்செயல்கள் மாறுபடும்போதே நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இவற்றின் செயல்கள் மாறுபடாதிருக்கும் வகையில் மேற்கொள்ளும் நடவடிக்கையே மருத்துவம் என்பர்.

உடலின் சுகநிலைக்கு இம்மூன்று காரணிகளும் (வாத, பித்த, கபம்) சமநிலையில் இருத்தல் அவசியமாகும். இவற்றுள் ஒன்று, அல்லது இரண்டு, அல்லது மூன்றும் அவற்றின் இயல்பான தொழிற்பாட்டிலும் (Normal Function) பார்க்கக் கூடினாலும் அல்லது குறைந்தாலும் நோய் ஏற்படும் என்று சித்த மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன. இதேகருத்தையே வள்ளுவரும் 'மருந்து' என்ற அதிகாரத்தின் முதலாவது குறளில் விளக்கியுள்ளார் :

"மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்
வளி முதலா எண்ணிய மூன்று"
(குறள் 941)

இங்கு 'வளிமுதலா' என்பது வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்றும் என்று பொருள்படும். மேலும் 'நூலோர் எண்ணிய மூன்று' என்று வள்ளுவர் கூறியிருப்பது கவனிக்கத்தக்கது. மருத்துவநூல்களை எழுதியவர்களின் கருத்து இது என்று வள்ளுவர் குறிப்பிட்டுள்ளார். இக்கூற்று வள்ளுவரின் சொந்தக் கருத்தாக அமையாமல், பிறமருத்துவ நூல்களிலிருந்து அவர் எடுத்தாண்ட கருத்தாக அமைவதையும் காணலாம். எனவே, வள்ளுவர் காலத்திலும் அதற்கு முன்னருங்கூட மருத்துவநூல்கள் தமிழ்நாட்டில் இருந்திருக்கின்றன என்ற உண்மையும் இக்குறள் மூலம் பெறப்படுகின்றது.

நோய் ஏற்பட்டு அவஸ்தைப்படுவதைக் காட்டிலும் 'வருமுன் காப்பதே' சிறந்தது என்பது வள்ளுவர் கருத்தாகும். இயற்கை மருந்துகளான ஒழுக்கம், உணவுக்கட்டுப்பாடு என்பவற்றைப்பற்றியும் அவர் அதிக அக்கறையுடன் எடுத்துக் கூறியுள்ளார்.

முன் உண்ட உணவு நன்கு செமித்துவிட்டதா என்பதை அறிந்து, அதன்பிறகு மாறுபாடில்லாத உணவை, அளவாக உட்கொள்ளவேண்டும். (குறள் 942, 943, 944) என்று அறிவுரை கூறுகின்றார். ஒருவன் உயிர் வாழ்வதற்கு வேண்டிய மிகக் குறைந்தளவு உணவையே உட்கொள்ளவேண்டும் எனவும், ' அவ்விதம் குறைந்தளவு உணவை உட்கொள்ளாவிட்டால் நோய் ஏற்படும்' எனவும் பின்வரும் குறளில் எச்சரிக்கின்றார்.

" இழிவறிந்து உண்பான்கண் இன்பம்
போல் நிற்கும்
கழிபேரிரையான் கண் நோய் "
(குறள் 946)

அதிக அளவு உணவுட்கொண்டால் அல்லது வேளைதவறி உணவு சாப்பிட்டால் நோய் ஏற்படும் என்பதை இந்திய மருத்துவ நூல்களும் எடுத்துக்கூறியுள்ளன.

" மித்யா அதியோக ஆகார விகார "

என்னும் வடமொழிச் சூத்திரம் நோய்க்கான (விகார) பிரதான காரணம் மாறி மாறியும் (மித்யா), அதிகஅளவிலும் (அதியோக) உணவு உட்கொள்வதேயாகும் என்று கூறுகின்றது. எனவே, வள்ளுவர் கூறியது போலவே குறைந்த அளவு உணவையே உட்கொள்ளவேண்டும் என்பதை இச்சூத்திரமும் வலியுறுத்துகின்றது.

மேலும் ஒருவர் உணவுண்ணும்போது தனது பசித்தீயின் (Enzymes in the Digestivesystem) அளவையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும் என்பதை வள்ளுவர் வருமாறு கூறுகிறார் :

" தீயள வன்றித் தெரியான் பெரிதுண்ணின்
நோயள வின்றிப் படும் "
(குறள் 947)

உடலிலுள்ள பசித்தீ (Enzymes) எப்பொழுதும் ஒரேயளவாக இருப்பதில்லை. அவை சில வேளை கூடியும், சிலவேளை குறைந்தும் காணப்படும். மேலும் ஒரு மனிதனின் பிரகிருதிக்கு (Materialism) ஏற்றபடி பசித்தீயானது இயல்பாகவே (Normal Conditions) குறைந்தளவிலேயோ அல்லது கூடியளவிலேயோ இருக்கும். எனவே, இவற்றைச் சரிவர ஆராயாமல் மிகுதியாக உட்கொண்டால் அதன் விளைவாகப் பலவிதநோய்கள் ஏற்படும் என்கிறது தமிழ் மருத்துவம். இதனை வள்ளுவர் பின்வரும் குறளில் விளக்குகின்றார் :

" மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு
அருந்தியது
அற்றது போற்றி உணின்.
(குறள் 942)

இவ்விதம் உணவுக் கட்டுப்பாட்டைச் சரிவர மேற்கொண்டால் ஒரு மனிதனுக்கு நோய் ஏற்படாது; அவனுக்கு மருந்தும் தேவைப்படாது என்று கூறும் வள்ளுவர் நீடித்த ஆயுள், மனச்சந்தோஷம் என்பனவும் உணவுக்கட்டுப்பாட்டின்மூலம் கிடைக்கும் என்கிறார்.

உணவுக் கட்டுப்பாடுகளைச் சரிவர மேற்கொள்ளா விடினும் அல்லது கர்மவினை காரணமாகவும் ஒரு மனிதனுக்கு நோய் ஏற்படலாம். நோய்வரின் மருத்துவனை அணுக வேண்டியது அவசியமாகும். அவ்விதம் வரும் நோயாளிக்கு எவ்விதம் சிகிச்சையளிக்க முற்படவேண்டும் என்பதை மருத்துவனுக்கு இக்குறள்களில் போதிக்கிறார் வள்ளுவர்.

" நோய்நாடி நோய்முதல்நாடி அது
தணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல் "
(குறள் 948)

நோய்க்கான குணங்குறிகளைக் கொண்டு அந்நோய் இன்னதென்று அறிந்து, அந்த நோய்க்கான காரணங்களைக் கண்டறிந்து, நோயாளியின் உபத்திரவங்களை வாயாற் கேட்டறிந்து, அந்த நோயைத் தணிப்பதற்கான முறைகளை ஆராய்ந்து, நோயாளியின் உடலுக்குப் பொருந்தும்படி சிகிச்சையளிக்கவேண்டும். இதேவிதமான கருத்தைச் சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவ நூல்களிலும்

காணக்கூடியதாக வுள்ளது. மருத்துவன், நோயாளியிடமுள்ள நோயைக் குணப்படுத்து வதற்கு, அந்த நோய்பற்றிய மூன்று முக்கிய விஷயங்களை நன்கு அவர் தெரிந்திருக்க வேண்டும் என்பதை மருத்துவத்திலே "திரி சூத்திரம்" என்று கூறப்படும் பின்வரும் வடமொழிச் சூத்திரம் குறிப்பிடுகின்றது :

" சுவஸ்த ஆத்ர பாராணம்
ஹேது லிங்க அவுஷத ஞானம் "

இதன்பொருள், 'ஒரு நோயாளியைக் (ஆத்ரன்) குணப்படுத்துவதற்கு அந்நோயாளியின் நோய்க்கான காரணங்கள் (ஹேது), குணங்குறிகள் (லிங்கம் – Sign and Symptoms). அதைக் குணப்படுத்தக்கூடிய அவுஷதம் என்பன பற்றிய அறிவு (ஞானம்) ஒரு மருத்துவனுக்கு இருக்கவேண்டும்' என்பதாகும். இச்சூத்திரம் வள்ளுவர் குறிப்பிட்ட "நோய்நாடி நோய்முதல்நாடி...." என்ற குறளுடன் பொருந்தும் படியாக இருத்தல் நோக்கற்பாலது.

மேலும், இந்திய மருத்துவங்களிலே நோயைக் கண்டறிவதற்கு (Diagnosis) மூன்று உபாயங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவையாவன : தர்சநம், ஸ்பர்சநம், பிரச்நம் என்பனவாம்.

தர்சநம் = நோயாளியின் தோற்றத்தைக் கண்ணால்பார்த்துப் பரீட்சித்தல்.

ஸ்பர்சநம் = நோயாளியைக் கையால் தொட்டுப் பரீட்சித்தல்; நாடி பார்த்தல் முதலியன.

பிரச்நம் = நோயாளியின் பிரச்சினைகளை வாயினால் கேட்டறிதல்.

இம்மூன்று உபாயங்களும் நோய் இன்னதென்றறிவதற்கு இன்றியமையாதன என்று மருத்துவ நூல்கள் கூறும். மேலும் ' நோய் முதல்நாடி ' என்பதை ' வியாதியின் பூர்வ ரூபம் ' என்று ஆயுர்வேத நூல்கள் குறிப்பிடுகின்றன. இதனையே வள்ளுவர் "நோய் நாடி..." என்ற குறளிற் குறித்துள்ளார்.

ஒரு நோயாளிக்கு மருந்து கொடுக்க முற்படும்போது, அந்தநோயாளியின் வயது, நோயின் அளவு, காலம் ஆகிய மூன்றையும் கருத்திற்கொள்ளவேண்டும் என்று மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன. பாலர், விருத்தர், மத்திம பிராயத்தர் எனப் பிணியாளிகள் வயது வேறுபாட்டைக் கொண்டுள்ளனர். பொதுவாகப் பாலருக்கும், முதியோருக்கும் கொடுக்கப்படும் மருந்துகளின் பிரமாணம் மிகக் குறைவாகவே இருக்கவேண்டும். நோயின் அளவு என்று சொல்லும்போது அதன் வேகத்தைக் கருதலாம். நோயின் அளவு என்று கூறும்போது சாத்தியம், அசாத்தியம், யாப்பியம் என்ற வேறுபாடுகளும் தொடக்கம், நடு, முடிபு என்ற பருவ வேறுபாடுகளும் வன்மை, மென்மை போன்றனவும் கருத்திற் கொள்ளத்தக்கனவாகும். நோய் தீவிரமாக இருந்தால் மருந்தின் பிரமாணம் கூடியதாக இருக்கும். நோய் மந்தமாக (குறைவாக) இருந்தால் மருந்து அதிக வீரியமுடையதாக இருக்கவேண்டியதில்லை.

சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவமுறைகள் இயற்கையோடிணைந்த மருத்துவ முறைகளாகக் (இயற்கைமருத்துவம்) கருதப்படுகின்றன. எனவே, இம் மருத்துவத்தில் நோயாளிக்கு மருந்துகளைக் கொடுக்கும்போது ' காலத் ' தையும் கவனிக்கவேண்டியது அவசியம் என்று கூறப்படுகின்றது. இங்கு காலம் என்பது கார், கூதிர் முதலிய ஆறு பருவ காலங்களைக் குறிப்பிடுகின்றது. பருவகாலங்கள் மாறும்போது புறச் சூழ்நிலையின் தாக்கம் மனித உடலில் ஏற்படுவது தவிர்க்க முடியாதது. அதன் விளைவாக வாதம், பித்தம், கபம் என்ற முத்தாதுக்களின் செயற்பாட்டிலும் சில மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. எனவே, இவ்வித காலமாறுபாடுகளையும் அதனால் உடலில் முத்தாதுகளில் ஏற்படும் மாற்றங்களையும் அவதானித்து அவற்றைக் கட்டுப்படுத்தும் வகையில் தகுந்த மருந்துகளை உபயோகிக்க வேண்டும் என்று மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன. இக்கருத்தையே வள்ளுவரும் பின்வரும் குறளில் வலியுறுத்தியுள்ளார் :

" உற்றான் அளவும் பிணியளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல் "
(குறள் 949)

மருத்துவ முறையானது நான்கு வகைப் பாகுபாட்டைக் கொண்டது என்கிறார் வள்ளுவர்.

" உற்றவன் தீர்ப்பான் மருந்து உழைச்
செல்வான் என்று
அப்பால் நாற்கூற்றே மருந்து "
(குறள் 950)

இக்குறட்பாவிற் சித்த வைத்தியத்தின் பொதுவான சகல அடிப்படை அம்சங்களை யும் தொகுத்து வகுத்து நான்கு பிரிவுகளாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார். இதில்வரும் ஒவ்வொரு அம்சமும் நான்கு வகைப்படும்.

உற்றவன் : (நோயாளி) நோய்தீர்க்கும் மருத்துவன்வழி நிற்றல், நோய் நிலை யுணர்தல் வன்மை, மருத்துவத்துன்பம் பொறுத்தல், பொருளுடைமை என்பன.

தீர்ப்பான் : நோய்கண்டு அஞ்சாமை, கல்வியும் நுண்ணறிவுமுடைமை, தீர்த்து வருதல், மனம் மொழி மெய் ஆகியன தூயவாயிருத்தல்.

மருந்து : பிணிகளுக்கு ஏற்றதாயிருத்தல், சுவை, வீரியம், விளைவாற்றல்களால் மேம்படுத்தல், எளிதின் எய்தப்படுதல், பகுதியோடு பொருந்துதல்.

உழைச்செல்வான் : (இயற்றுவான்) மருத்துவனிடம் அன்புடைமை; மனம், மொழி மெய் தூய்மையுடைமை; சொல்லியவற்றை அவ்வாறே செய்தல், அறிவுடைமை.

ஆயுர்வேத நூல்களில் மிகவும் பழமை வாய்ந்த நூல்களில் ஒன்றான 'சரக சங்ஹிதை' யைத் தழுவி வெளிவந்த 'அஷ்டாங்க ஹிருதயம்' என்னும் நூலில் சிகிச்சைக்கு அவசியமான நான்கு பாதங்கள் 'சதுர் பாத நீயம்' என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. நான்கு பாதங்கள் என்பது நான்கு அம்சங்கள் எனக் கருதப்படும். அவை வருமாறு :

1. வைத்தியன் (தீர்ப்பான்)
2. அவுஷதன் (மருந்து)
3. பரிசாரகன் (தீர்ப்பான்)
4. ரோகி (உற்றவன்)

நாற்கால் விலங்குகளிலே ஒரு கால் (பாதம்) குறைந்தாலும் அவற்றால் சரியாக நடக்க முடியாது. அதுபோலவே, மருத்துவத்திலும் இந்நான்கு பாதங்களில் ஒன்று குறைந்தாலும் சிகிச்சை நன்கு நடைபெற முடியாது என்று கூறும் அஷ்டாங்க ஹிருதயத்தில் மேற்படி நான்கு பாதங்களான வைத்தியன், அவுஷதம், ரோகி, பரிசாரகன் ஆகியோருக்கு இருக்கவேண்டிய குணவிசேடங்களும் விளக்கிக் கூறப்பட்டுள்ளன.

வள்ளுவர் குறளின் மருந்து அதிகாரத்தில் சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவங்களிற் கூறப்பட்டுள்ள அடிப்படைக் கருத்துக்களை எடுத்துக்கூற முற்பட்டுள்ளதை நோக்குமிடத்து, அந்நூல் தோன்றிய சங்கமருவிய காலத்தில் தமிழகத்தில் சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவங்கள் சிறந்து விளக்கியிருக்க வேண்டும் என்று கருதக்கூடியதாகவுள்ளது. சங்க மருவிய காலத்தில் தமிழகத்தில் ஆரியர் வருகை அதிகரித்தமையால் அவர்களுடன் ஆயுர்வேத வைத்தியமும் தமிழகத்தில் பரவியிருக்கவேண்டும். எனவே, தமிழகத்துக்கேயுரிய சித்த மருத்துவத்துடன், ஆயுர்வேத மருத்துவமும் அக்காலத்தில் தமிழக மக்கள் மத்தியில் செல்வாக்குப் பெற்று விளங்கியிருக்கக்கூடும். அறத்தைப் போதிக்க முற்பட்ட வள்ளுவர், மக்கள் அறவாழ்க்கையை மேற்கொள்ளவேண்டுமானல், பிணியற்ற வாழ்வு அவசியம் என்பதை நன்கு உணர்ந்திருந்தார். இந்திய மருத்துவங்களின் அடிப்படைத் தத்துவங்களால் கவரப்பட்ட வள்ளுவர் அவற்றைப்பற்றித் தம் குறளில் கூற விரும்பி 'மருந்து' என்னும் தனி அதிகாரத்தையே அதற்காகப் படைத்துள்ளார்.

'மருந்து' என்ற அதிகாரத்தில் மட்டு மன்றி, ஏனைய அதிகாரங்களில் ஆங்காங்கே வள்ளுவர் கூறியுள்ள பல கருத்துக்கள், இந்திய மருத்துவநூல்கள் கூறும் கருத்துக்களுடன் ஒத்திருப்பதையும் காணக்கூடிய தாகவு ள்ளது. மக்களின் நல்வாழ்வுக்கு ஒழுக்கம் அவசியம் என வள்ளுவர் வலியுறுத்தியிருப்பதை இந்திய மருத்துவநூல்களிலும் காணக்கூடியதாகவுள்ளது. மதுப்பழக்கத்திற்கு ஆட்பட்ட ஒருவரை சமூகம் வெறுத்து ஒதுக்குகின்றது. அத்துடன் அவர் நோய் வாய்ப்பட்டு மரணகதிக்குச் செல்லவேண்டிய வராகின்றார். அதனாலேயே சமய இலக்கியங்கள் மதுவை வெறுத்துரைக்கின்றன. ஒழுக்கத்தைச் சீரழிக்கும் மதுவை அறநூல்கள் மிகவும் தீவிரமாகக் கண்டித்துள்ளன. வள்ளுவரும் கள்ளுண்ணாமை எனும் ஒரு தனி அதிகாரத்தை (93) அமைத்து மக்களுக்கு மதுப்பழக்கத்தினால் ஏற்படும் தீமையை விளக்கலானார். கள்ளுண்ணாமை சமூக மருத்துவத்தின்பாற் பட்டதாகும். குடிபோதையினால் ஒருவன் தனக்கு மட்டுமன்றி, தன்னைச் சார்ந்தவருக்கும் மானபங்கம் ஏற்படுத்துகின்றான். அவனது மனைவி, தாய், சகோதரர்கள் அவன் நிலைக்காகத் தினமும் வேதனைப்பட்டு நோயாளராகின்றனர்; சமூக அந்தஸ்துக் குறைக்கப்படுகின்றனர். "குடிகாரன் மனைவி" என்ற பெயர் அவன் மனைவிக்கு ஏற்படுகின்றது. "குடிகாரன் குடும்பம்" எனப் புதுப்பெயர் ஏற்படுகின்றது. அவனது பழைய குடும்ப கௌரவம் சீரழிகின்றது. கள்ளுண்ணாமையின் முக்கியத்துவத்தை வள்ளுவர் கூறும்போது, கள்ளுண்பவனைக் கண்டால் அவனைப் பெற்ற தாயின் முகம்கூட வேதனையால் வாடும் என்று அழுத்திக் காட்டுகிறார். கள்ளின் கெடுதியை விளக்க பின்வரும் குறள் ஒன்றே போதும் என எண்ணத் தோன்றுகின்றது.

"ஈன்றாள் முகத்தேயும் இன்னாதால்
என்மற்றுச்
சான்றோர் முகத்துக் களி"

(குறள் 923)

இந்திய மருத்துவநூல்களும் மது அருந்துவதை வெகுவாகக் கண்டித்துக் கூறியுள்ளதுடன் அதனால் ஏற்படும் பலவித நோய்களையும் எடுத்துக்கூறி அவற்றிற்கான சிகிச்சை முறைகளையும் விளக்கியுள்ளன. 'அஷ்டாங்க ஹிருதயம்' என்னும் நூலில் மது உண்டவர்களுக்கு அளிக்கப்படவேண்டிய சிகிச்சைபற்றித் தனிஅதிகாரத்தில் கூறப்பட்டிருப்பதையும் இங்கு குறிப்பிடலாம்.

சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவநூல்களிலே நோய்களுக்கான காரணங்களைப் பற்றிக் குறிப்பிடுகையில், ஒருமனிதனுக்கு நோய் இரண்டுவிதமாக ஏற்படலாம் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. முதலாவதாக மனம் சம்பந்தப்பட்டதாக ஏற்படலாம். இரண்டாவதாக உடல் சம்பந்தப்பட்டதாக ஏற்படலாம். மனம் சம்பந்தமான நோய், உடல் சம்பந்தமான நோயை ஏற்படுத்தக்கூடும். அதுபோல உடல் சம்பந்தமான நோய் மனத்தைப் பாதிக்கவைக்கக்கூடும். எனவே, நோயாளிக்குச் சிகிச்சையளிக்கும்போது சில சந்தர்ப்பங்களில் மனோதத்துவரீதியாக (Psychological Treatment) அணுகவேண்டியது அவசியம் என்றும் இந்திய மருத்துவநூல்கள் கூறுகின்றன. இத்தகைய கருத்தை வள்ளுவரின் 'காமத்துப் பாலிலே' காணக்கூடியதாக உள்ளது. உதாரணத்துக்கு ஒரு குறள் வருமாறு:

"பிணிக்கு மருந்து பிறமன் அணியிழை
தன்நோய்க்குத் தானே மருந்து"

(குறள் 1102)

நோய்க்கு மருந்து வேறு பொருள்களாக இருக்கின்றன. ஆனால் அணிகலன் அணிந்த இவளால் வளர்ந்த நோய்க்கு இவளே மருந்தாக இருக்கின்றாள் என்பது குறளின் பொருளாகும். இக்குறளை நேரடியாக மருத்துவத்துடன் சம்பந்தப்படுத்த முடியாது. எனினும், மனத்தைப்பற்றி வள்ளுவர் எடுத்துக்கூற முற்பட்டிருப்பதை இக்குறள் மலம் கண்டுகொள்ளலாம்.

சமூக மருத்துவன் மக்களுக்கு அவ்வப் போது ஏற்படுகின்ற நோய்களை அறிந்து அந்நோய் தனி ஒருவரையோ அல்லது சமூகத்தையோ மீண்டும் அணுகாதிருப்பதற்குரிய போதனை முறைகளைச் சமூகத்தினுள் நுழைந்து அறிவுரை செய்கின்றான். இங்கு தூரப்பார்வை அவசியமாகின்றது. இத்தகு தூரப்பார்வை கொண்டவராக வள்ளுவருங் காணப்படுகின்றார். இவர் சார்ந்த மருத்துவ நிறுவனம் அவர் அங்கம் வகித்த சமணப் பள்ளியாகும். அங்கு கல்வி, மருந்து, சமயப் போதனை, உணவு, உடை, உறைவிடம் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் தினந்தோறும் வந்துபோகின்ற அல்லது வந்து தங்கியிருக்கின்ற பல்வேறுபட்ட மக்களுக்குத் தினமும் அவர் அறப்போதனை செய்து நன்கு பயிற்சி பெற்றிருந்தார். அப்போதனைகளின் வடிவமே திருக்குறள். இப்போதனைகளிற் பெரும்பாலானவை உளப்பிணி சார்ந்திருந்தவையாகும். இவ்வுளப்பிணிப் போதனைகள் மூலம் சமூகத்தை உடற்பிணி அணுகா வண்ணம் பாதுகாப்புக் கொடுக்கிறார் வள்ளுவர்.

சமூக மருத்துவம் என்பது தனிமனிதனுக்கும் அவன் சார்ந்த சமூகத்திற்கும் உரியதாகும். மனிதன் ஒவ்வொருவனும் தன்செய்கையினால் தனக்கும், பொதுப்பட்ட முறையிற் சமூகத்திற்கும் பாதிப்பினை நேரடியாகவோ அன்றி மறைமுகமாகவோ ஏற்படுத்துகின்றான். பொய்மையினால் ஒருவன் தான் தப்பித்துக்கொள்ள முனைகிறான். ஆனால் அப்பொய்மையினால் சமூகம் பாதிப்படைகின்றது. எனினும் தான்கூறிய பொய்யினால் அவனே இறுதியிற் பாதிப்படைகின்றான்.

" தன்னெஞ்சறிவது பொய்யற்க பொய்த்த பின்
தன்னெஞ்சே தன்னைச் சுடும் "
(குறள் 293)

என்ற குறளுக்கு ஏற்ப பொய்மையாளன் மனநோயாளியாகின்றான்.

" கோபங் கொள்ளாதே மனமே " என்று கடுவெளிச்சித்தர் பாடினார். சினம் கூடாது என அறங்கள் போதிக்கின்றன. நவீன மருத்துவநூல்களும் சினங்காத்தல் அவசியமென்பதை வற்புறுத்துகின்றன. சினங்கொள்வதன்மூலம் உடல், உளநோய்களாற் பாதிப்புறுகின்றது. அதனாலேயே வள்ளுவரும் பின்வரும் குறள்களில் வெகுளாமைக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கின்றார்:

" தன்னைத்தான் காக்கின் சினங்காக்க காவாக்கால்
தன்னையே கொல்லும் சினம் "
(குறள் 305)

" இறந்தார் இறந்தார் அனையர் சினத்தைத்
துறந்தார் துறந்தார் துணை "
(குறள் 310)

" சுத்தம் சுகம் தரும் " என்பது பழமொழி. சுத்தம் அகச்சுத்தம் புறச்சுத்தம் என இருவகைப்படும். வள்ளுவர் அகச்சுத்தம் பற்றிக் கூறும்போது மனத்தூய்மையைக் குறிப்பிடுகிறார். அதுவே அறமும், நல்வாழ்வு நெறியுமென்றார். இதனைப் பின்வரும் குறள் விளக்குகின்றது:

" மனத்துக்கண் மாசிலன் ஆதல் அனைத்து அறன்
ஆகுல நீர பிற "
(குறள் 34)

சமூகப் பழக்க வழக்கங்கள் (Social behaviour) சமூக ஒழுக்கநெறிகள் (Social decipline) ஆகியவற்றை உரியமுறையிற் பின்பற்றும் சமூகத்தினர் நல்வாழ்வு பெறுகின்றனர். சமூகநலன் பேணப்படுகையில் தனிமனித நலனும் பாதுகாப்புப் பெறுகின்றது. சமூகப் பழக்கவழக்கங்களும் சமூக ஒழுக்கநெறிகளும் சீர்கெடும்போது சமூகம் கெடுகிறது; சமூகப்பிணிகளும் (Social diseases) தலையெடுக்கின்றன; அதனால் தனிமனித நலன்களும் பாதிப்படைகின்றன. இக்கருத்துக்களை மையமாகக் கொண்டு ஒழுக்கவியல்

கூறும் பல அதிகாரங்களை வள்ளுவர் திருக் குறளில் படைக்கலானார்.

சமூகப் புரிந்துணர்வும் (Social understanding) தனிமனித நலனுக்கு மிகவும் இன்றியமையாத ஓர் அம்சம் என்பதை யுணர்ந்த வள்ளுவர், "உலகத்தோடு ஒட்ட ஒழுகல்..." (140) பற்றிக் குறிப்பிடுகின்றார். பிறருக்கு இன்னா செய்யா திருத்தல் வேண்டும். அவ்வாறு ஒழுகுவதன் மூலமே மற்றவரும் சுகமாக வாழலாம் என்பதைப் பின்வரும் குறள்கள் விளக்குகின்றன.

"மறந்தும் பிறன்கேடு சூழற்க சூழின்
அறஞ்சூழும் சூழ்ந்தவன் கேடு."
(204)

"பிறர்பழியும் தம்பழியும் நாணுவார் நாணுக்கு
உறைபதி என்னும் உலகு" (1015)

சமூகத்தில் பல்வேறு வகைப்பட்டோர் காணப்படுகின்றனர். இவர்களில் உறுப்பு ஊனமுற்று வலது குறைந்தோர், அவலட்சணமானோர், திருமணமாகாது தவிப்போர், ஏழைகள் முதலியோர் சமூகத்தில் நடமாடும் போது இவர்களையும் மனிதநேயத்தோடு நேசித்து உறவாடவேண்டியது மிக இன்றியமையாததாகும். "உருவுகண்டு எள்ளாமை வேண்டும்..." என வரும் குறளில் (667) இக்கருத்தினை வள்ளுவர் வற்புறுத்துதல் சமூக நலன் கருதிய சிந்தனையாகும்.

மருத்துவத்துறையில் மட்டுமன்றிப், பொதுக்கல்விப் பாடநெறியிலும் பாலியற் கல்வி (Sex education) யின் முக்கியத்துவம் வற்புறுத்தப்பட்டு வருகின்றது. மக்கள் நலமாக வாழ்வதற்குரிய போதனைகளைக் கூறும் வள்ளுவர், முதலில் அறநெறி, பொருள்நெறி புகட்டி, ஈற்றில் இன்பநெறி போதிக்கிறார் காமத்துப்பாலில் காதலன் — காதலி, கணவன் — மனைவி ஆகியோர் எவ்வாறு நடந்து கொள்ளவேண்டும் என்பதை மிக விரிவாக விளக்கியுள்ளார். மேலும் பொருட்பாலில் வரும் "புணர்ச்சி பழகுதல் வேண்டாம்..." (785) என்று கூறும் விடயங்களும் ஈண்டும் பொருந்துவனவாகும்.

வள்ளுவர் தம் நூலிலே இனியவை கூறல், அடக்கமுடைமை, ஒழுக்கமுடைமை, பொறையுடைமை, தீவினை அச்சம், வாய்மை, வெகுளாமை, உட்பகை, வரைவின் மகளிர் முதலிய அதிகாரங்களிலே கூறுகின்ற விடயங்களை உற்று அவதானிக்கும்போது ஆங்கு உடற்பிணி உளப்பிணி சார்ந்த விடயங்களையே கூறியிருத்தலைக் கண்டுகொள்ளலாம்.

எனவே, 'மருந்து' என்ற தனி அதிகாரத்தில் மட்டுமன்றி, ஏனைய அதிகாரங்களிலும் வள்ளுவர் கூறியுள்ள கருத்துக்கள் பலவற்றிற்கும் இந்திய மருத்துவநூல்களிற் கூறப்பட்டுள்ள கருத்துக்களிற்கும் பெருமளவு ஒற்றுமை இருப்பது புலப்படுகின்றது. இந்திய மருத்துவமானது இந்திய மக்களின் வாழ்க்கை முறையை அடிப்படையாகக் கொண்டு எழுந்தவையாகும். எனவே, இந்திய மக்களின் அறவாழ்க்கையை எடுத்துக் கூற முற்பட்ட வள்ளுவரின் குறள்களிலும் மருத்துவக் கருத்துக்கள் இடம்பெற்றுள்ளமை இயல்பானதே.

ஆசாரக்கோவையில்
ஆரோக்கிய வாழ்வுப் போதனைகள்

'சுத்தம் சுகம் தரும்' என்ற போதனையை மக்கள் ஒவ்வொருவரும் உணர்ந்து அதன்வழி ஒழுகுவதற்குரிய நாளாந்த நடைமுறைகளைத் தொகுத்துக் கூறும் ஓர் அறநூலே ஆசாரக்கோவை. (ஆசாரம் = ஒழுக்கம்; ஆசாரக்கோவை = ஒழுக்கத் தொகுதி). பல நூற்றுண்டு காலமாக வடமொழிச் சுருதி நூல்களிலும் அறநூல்களிலும் கூறப்பட்டு வந்த அரசநீதி, இன்பநீதி, வழிபாட்டு முறை, உண்ணல், உறங்கல், உடுத்தல், உறவாடல் முதலிய பல்வேறுபட்ட ஒழுக்க நெறிமுறைகளைத் தமிழில் ஒருங்கே தொகுத்துக்கூறும் நூலே ஆசாரக்கோவை என்பதை அதன் உரையாசிரியரான செல்வக்கேசவராய முதலியார் தாம் பதிப்பித்த ஆசாரக்கோவையின் முன்னுரையிற் (பக் 3 – 4) குறிப்பிட்டுள்ளார். இந்நூல் ஆசிரியர் திருவாயிலாய திறல்வன்கயத்தூர்ப் பெருவாயின் முள்ளியார் ஆவர்.

சங்கமருவிய காலத்தெழுந்த அறநூல்கள் பொதுவான அறஒழுக்க நெறிகளைப் போதிப்பனவாக அமைய, இந்நூல் நாளாந்த வாழ்க்கையில் நாடோறும் பின்பற்றவேண்டிய ஒழுக்கநெறிகளை வற்புறுத்துவதாக அமைந்துள்ளது. நூறுபாடல்களை கொண்ட இந்நூல் 'ஆசாரவித்து' (1) இவை எனத் தொடங்கி ''ஆசாரம் வீடுபெற்றூர்'' (100) என முற்றுப்பெறுகிறது. பழந்தமிழ் நூல்களில் நாளாந்த நடைமுறை ஒழுக்கம் கூறும் தனி நூலில்லை. அக்குறையை ஆசாரக்கோவை நிறைவு செய்கிறது. இந்நூல் கூறும் ஆசாரங்கள் ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கு எவ்வகையில் மக்களை நெறிப்படுத்துகின்றன என்பதை ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

மக்கள் மத்தியில் 'இப்படித்தான் வாழவேண்டும்' என்று விதிமுறைகளை வகுத்துக் கூறும்போது அவை யதார்த்தமாக இருத்தல்வேண்டும். முக்கியமாக ஒழுக்கம் குன்றிய ஒரு சமூகத்தில் இவ்விதம் விதிமுறைகளை வகுத்துக் கூறும்போது அவை யதார்த்தமாக இருந்தால்தான் மக்கள் அவற்றை ஏற்றுப் பின்பற்றி நடக்க முற்படுவர். அந்தவகையில் ஆசாரக்கோவையில் கூறப்பட்டுள்ள விதிமுறைகளை நோக்குமிடத்து, அவை யதார்த்தப் போக்கினைத் தழுவி எழுந்துள்ளமையைக் காணக்கூடியதாகவுள்ளது. பொதுவான ஒழுக்கநெறிகள் மட்டுமன்றி, மக்கள் தம் அன்றுட வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகளும் இதில் கூறப்பட்டுள்ளன. அறநூல்களிலே அகத்தூய்மைக்கு மட்டுமன்றிப் புறத்தூய்மைக்கும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டிருப்பதை ஆசாரக்கோவையிலேயே சிறப்பாகக்காணலாம். தனிமனித ஒழுக்கமும் சமுதாய ஒழுக்கமும் இந்நூலில் வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளமையும் குறிப்பிடத்தக்கது.

மக்கள் காலையில் துயிலெழுதல் முதல் இரவில் நித்திரைக்குப் போகும்வரை தம் அன்றுட வாழ்க்கையில் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்கமுறைகள் நூலின் பலவிடங்களில் வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளன. அதிகாலையில் எழுவதன் மூலம் சுறுசுறுப்பு புத்தித்தெளிவு, துர்க்குணங்கள் அகல்தல் வாத, பித்த, கபங்கள் ஆகியமூன்று உயிர்த் தாதுக்களும் தத்தம் 1/4 — 1/2 — 1 என்ற அளவு நிலையில் பொருந்தி நிற்றல் என்ற நல்நிகழ்வுகள் உடலில் ஏற்படுகின்றன. இதனையுணர்ந்தே முள்ளியாரும் ஆசாரக்கோவையில் அதிகாலையில் துயில் எழுதல் பற்றி அழுத்திக் கூறினுர். பிரம்ம முகூர்த்தம் என்றழைக்கப்படும் வைகறைப் பொழுதில் விழித்தெழுந்து, தந்தை தாயாரைப் பணிந்து, அன்றைய தினம் செய்யவேண்டிய

காரியங்களைப்பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும். முக்கியமாகத் தன் செயலால் விளையக் கூடிய புண்ணிய பாவங்களைப் பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும் (செய்.4). 'ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி' என்பதற்கமைய சிறுகோல் கொண்டு பல்துலக்கி, எச்சிலற வாய் கொப்பளித்து, வாயைத் துப்பரவு செய்யவேண்டும் (செய்.27) என ஆசாரக் கோவை கூறுகிறது.

கடவுளை வணங்கும்போது காலையில் நின்றும், மாலையில் அமர்ந்தும் வழிபட வேண்டும். மாலையில் நின்று தொழின் பழிவந்து சேரும் என்றும்,

''நாளந்தி கோறின்றி கண்கழீஇத்
தெய்வத்தைத்
தானறியு மாற்றுற் றொழுதெழுக......''
(செய்.9)

என்றும் வழிபாடுபற்றிக் கூறப்படுகின்றது. 'இஷ்ட தெய்வத்தை' தனக்குத் தெரிந்த முறையில் வழிபாடு செய்க எனக் கூறுவதால், மதபேதத்தைக் கருதாது, ஒழுக்கப்போதனைக்கு ஆசாரக்கோவை முக்கியத்துவம் கொடுத்துள்ளமை தெளிவாகின்றது.

அடுத்து நீராடுவதற்குரிய பத்துச் சந்தர்ப்பங்கள் நூலின் பத்தாம் பாடலிற் கூறப்பட்டுள்ளன. உடலைத் தூய்மையாக வைத்திருப்பதற்காகத் தினமும் நீராட வேண்டும். அன்றேல் பல்வகை நோய்க் கிருமிகள் உடலிற்படிந்து நோய்களை ஏற்படுத்திவிடும். இதனை வள்ளுவர் 'புறத் தூய்மை நீரால் அமையும்' என்று பாடினார்.

''ஆற்று நீர் வாதம் போக்கும்'' என்பது பழமொழி. ஆற்றுநீரிலும் ஊற்று நீரிலும் தாதுப்பொருட்கள் நிறைந்துள்ளன கங்கை, காவேரி முதலிய புண்ணிய நதிகளிலே தீர்த்தமாடினாற் பிணிபோம் என்பது சமயநம்பிக்கை. ஆனால் அதில் மருத்துவ உண்மை இருப்பதையறிந்தே ஆன்றோர் ஆற்றுநீரில் நீராடல் நன்றென்றனர். நீராடும்போது நல்லறிவுடையோர் ''நீந்தார், உமியார், திளையார், விளையாடார், காய்ந்ததெனினும் தலையொழிந்தாடார்''(செய். 14) என நீராடவேண்டிய முறைகள் பற்றியும் உடுத்த ஆடையை நீருட் பிழிதல் தகாது (செய். 11) எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

பஞ்சபூதங்களைப் புனிதமாகப் பேணிக் காப்பாற்றவேண்டும் என ஆசாரக்கோவை கூறுகிறது (செய். 15). சித்தமருத்துவம் இயற்கையுடனும், சமயத்துடனும் பின்னிப்பிணைந்ததாகும். அண்டத்திலுள்ளது பிண்டத்திலும், பிண்டத்திலுள்ளது அண்டத்திலும் உள்ளதென்பது திருமூலர் கருத்து இதனை அடிப்படையாகக் கொண்டதே சித்த மருத்துவம். வெளிப்புறக் காரணிகளால் மனிதனுக்கு நோய் ஏற்படுகிறது. இதற்குச் சூழல்மாசுபடுதல் (Environmental pollution) காரணியாகும். வெளிப்புறச் சூழலிலிருந்தே மருந்து பெறப்படுவதால் சூழற் பாதுகாப்பு அவசியமாகின்றது. உலகம் பஞ்ச பூதங்களாலானது; ஆகாரங்களும் ஔடதங்களும் பஞ்ச பூதங்களாலானவை. சூழலில் இருந்து கிடைக்கக்கூடிய மருந்து வகைகளைத் தாவரவர்க்கம் விலங்கு வர்க்கம், தாது வர்க்கம் என்று பகுத்துக் கூறுவர். பஞ்சபூதச் சேர்க்கையினாலான ஆகாரங்களின் மூலம் பஞ்சபூதச் சேர்க்கையிலானமனிதன் வளர்க்கப்படுகிறான். மனித உடலில் அமைந்துள்ள சப்த தாதுக்களும் பஞ்ச பூதங்களினாலானவை. ஆதலினாலேயே ஆசாரம் கூறவந்த முள்ளியார் பஞ்சபூதப் பாதுகாப்புப் பற்றி விதந்து கூறலானார்.

மருத்துவ போதனையிற் சுற்றுடற் பாதுகாப்புப் பெரிதும் கவனத்திற்குள்ளாக்கப் பட்டுள்ளமை தெரிந்ததே. முக்கியமாகச் சனங்கள் பெருமளவிற் கூடுமிடங்களில் இத்தகு பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் மும்முரப் படுத்தப்பட்டிருக்கும். பொதுவிடங்களில் மலசலம் கழித்தல், உமிழ்தல் போன்

றவற்றைத் தடுக்கும் பொருட்டு ''இங்கு துப்பாதீர்கள்'', ''மலசலகூடத்தைப் பயன் படுத்துங்கள்'' முதலான அறிவுறுத்தற் பலகைகளை மருத்துவ சேவைப்பகுதியினர் ஆங்காங்கு தொங்க விட்டிருப்பர். இத்தகு போதனையையே ஆசாரக்கோவை பின்வரும் பாடலில் விளக்குகிறது

''புல் பைங்கூழ், கப்பி சுடலை, வழி தீர்த்தம்
தேவகுலம், நிழல், ஆன்நிலை, வெண்பலி- - என்று
ஈரைந்தின் கண்ணும் உமிழ்வோடு இரு - - புலனும்
சோரார் உணர்வுடையார்'' (32)

அந்தணர்களையும் பசு, சூரியன், சந்திரன் ஆகியவற்றையும் தன்னுடல்போல் போற்றவேண்டும் என்றும் (செய்.15), தன்னுடம்பு, தாரம், அடைக்கலப்பொருள் தான் சேர்த்துவைத்த பொருள் என்பவற்றைப் பொன்போற் போற்றிக் காக்கவேண்டும் என்றும் (செய்.95) ஆசாரக்கோவை அறிவுரை புகட்டுகிறது.

மக்கள் தம் நல்வாழ்விற்கு வழிகாட்டிகளாக மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம், அரசன் ஆகியோரைக் கொள்வதோடு அவர்களைத் தேவரைப்போலத் தொழுதெழல் வேண்டும் எனவும், அவர்கள் சொற்கேட்டல், அவர்கள் கூறும் நெறியில் நடத்தல், அவர்களைக் கண்டவுடன் எழுந்து மரியாதை செய்தல் முதலான ஒழுக்கங்களையும் பின்பற்ற வேண்டும் (செய். 16,62) என்றும் கூறுகிறது.

அந்தணர்க்குச் சற்று அதிகமாகவே முக்கியத்துவமளிக்கிறது இந்நூல். ஏனெனில், அறவாழ்க்கையில் மேம்பட்டவர்கள் அந்தணர்களாவர். வள்ளுவர் கூட,

''அந்தணர் என்போர் அறவோர்
மற்றெவ்வுயிர்க்கும்
செந்தண்மை பூண்டொழுகலான்''
(குறள் 30)

என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.

இந்நூலாசிரியரான முள்ளியார் ஓர் அந்தணர். அதனாற்போலும் காலஇடவயப் பட்டு மாறுபடுகின்ற தமிழ்ச் சமுதாயத்தைச் சமூகக் கட்டுப்பாட்டிற்குள் நிலை நிறுத்தும்பொருட்டுநாளாந்தம் ஒழுகவேண்டிய ஒழுகலாறுகளை முள்ளியார் ஆசாரக்

கோவையாகப் பாடினர் எனலாம். இதிற் கூறப்படும் நாள் ஒழுக்கங்கள் யாவராலும் போற்றக்கூடிய பொது நெறியாகவே காணப்படுகின்றன.

தக்கணை, வேள்வி, தவம், கல்வி ஆகிய நான்கையும் முறைப்படி கைக்கொள்ளாவிடின் கேடுவரும்; எச்சிலோடு இருப்பவர்கள் பார்ப்பாரையும், தேவரையும், பசுவையும் தீண்டக்கூடாது, பார்ப்பாரிடமிருந்து பசுவைக் கொடையாகப் பெறுதல் கூடாது; பார்ப்பார், தவசிகள், பெண்கள் பொதிசுமந்தவர் முதலியோர்க்கு வழிவிட்டு விலகிநடக்க வேண்டும்; அட்டமி முதலிய நாட்களில் பார்ப்பார் வேதமோதலாகாது; பெரியோர் பார்ப்பார் என்போருக்கிடையேயும், விளக்குக்கும் ஒருவர்க்குமிடையேயும் ஊடறுத்துச் செல்லக் கூடாது; அந்தணரைத் தமது குரவரைப்போல் மதித்து ஒழுகல் வேண்டும்;

''தலைஇய நற்கருமஞ் செய்யுங்கால் என்றும்
தொலைவில்லா அந்தணர் வாய் நாள்
கேட்டுச் செய்க'' (செய்- 92)

ஏனெனில் அவர் வாய்ச்சொல் என்றும் பிழைப்பதில்லை என்றும் ஆசாரக்கோவை கூறுகிறது. எனவே அறவாழ்க்கைக்குக் குற்றமில்லாத அந்தணர்நெறி நடப்பதே நன்மை தரும் நல்வழி என்று ஆசாரக் கோவை கருதுகிறது
(செய். 3, 5, 47, 64, 90).

உணவுண்ணும் முறையிலும் கூட ஒழுக்கத்தைப் போதிக்க முற்படும் சிறப்பினையும், ஆசாரக்கோவையிற் காணலாம்.

நீராடிக் கால் கழுவி, வாய்துடைத்துக், காலீரம் காயுமுன்னரே உணவுட்கொள்ள வேண்டும்; உண்ணும் போது மங்கலத் திசையாகிய கிழக்கு நோக்கி அமர்ந்து உண் கலத்தைச் சுற்றி மண்டலஞ் செய்து (நீரி றைத்து) உணவிலே கருத்து உடையோனுய் மௌனமாகவும் நிர்ச்சிந்தையாகவும் உண வுட்கொள்ள வேண்டும் (செய் 18, 22). அமர்ந்து உண்ணவேண்டும் என்று கூறிய திலிருந்து, நின்றுண்ணும் வழக்கமுடைய சமணநெறி விலக்கப்பட்டுள்ளது. உணவிற் கருத்தில்லாமல் சிந்தைகுழம்பி வேறொ ன்றை நினைப்பவனுல் உணவின் சுவையை அறிந்து அதன் பயனை அறியமுடியாது. என வேதான் நிர்ச்சிந்தையாக உணவில் கருத் தைச் செலுத்தவேண்டும் என்று கூறப்பட் டுள்ளது.

ஆசாரக்கோவை தோன்றிய காலத்தில் நாட்டில் நிலவிய கடும் பஞ்சத்தினுலும், போரழிவுகளாலும் பலர் உணவின்றிக் கஷ்டப்பட்டனர். பலர் உணவின்றி உயிரி ழந்தனர். இந்நிலையில் 'உண்டி கொடுத் தோர் உயிர் கொடுத்தோராயினர்' "அற் ருர் அழிபசி தீர்த்தல்'' என்ற குறள்மொழி முதலாகப் பல நூற்ருண்டினர் உணவளித் தலுக்கு முன்னுரிமையளித்துள்ளனர். பிற உயிர்களுக்கு உணவளித்து உண்ணலே முறைமை (21); 'தமக்கென்று உலைஏற்ருது எல்லோருக்குமாக உலையேற்ற வேண்டும் (39); என்றும் ஆசாரக்கோவை மக்களை விருந்தோம்பலில் நெறிப்படுத்துகின்றது.

விருந்தினர், மூத்தோர், பசு, பறவை பிள்ளைகள் முதலியோர்க்கு முதலில் உண் ணக் கொடுத்து, அதன் பின்னரே தான் உண்ணவேண்டும் (செய். 21) என்றும்; முதியோர் பக்கலில் அமர்ந்தும், படுத்தும் நின்றும், கட்டிலின் மீது இருந்தும் உண் ணக்கூடாது (செய். 22-23) என்றும் கூறப் பட்டுள்ளது. கிடந்தும், நடந்தும், படுத்தும் உண்ணுவதால் உணவுக்கால்வாயினூடாக உணவு செல்வதற்குப் பதிலாக மூச்சுக்குழா யினூடாக நுரையீரலை அடையலாம். இத ஞல் மூச்சுத்திணறல் ஏற்பட்டு மரண அபா யத்திற்குமிடம் உண்டாகிறது. இத்தகு அவஸ்தைகளைத் தடுப்பதற்காகவே ஆசா ரக்கோவை போதனைகளைக் கூறுகின்றது. பெரியோருள்ள பந்தியில் அமர்ந்துண்பவர் அவர் உண்டு முடியுமுன் எழக்கூடாது என் றும் வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது (செய். 24).

கைப்பன வெல்லாங்கடை தலை தித்திப்பன
மெச்சும் வகையாலொழிந்த விடையாகத்
துய்க்க முறைவகையாலூண்'' (செய். 25)

என்று உணவு உட்கொள்ளும்போது முதலில் இனிப்புச் சுவையுள்ள பண்டங்க ளையும், இறுதியில் கைப்புச்சுவையுள்ள பண் டங்களையும், இடையில் ஏனைய சுவையுள்ள பண்டங்களையும் உட்கொள்ள வேண்டும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

பண்டைத் தமிழரது உணவுப் பழக்கத் தில் இன்சுவை தரும் கனிகள் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டமை பற்றிய செய்திகள் பெரும்பாணுற்றுப் படையிற் கூறப்பட்டுள் ளன. அவர்கள் பல வகைக் கனிகளையும் உணவிற் சேர்த்துக் கொண்டனர். உணவு உட்கொள்ளும் போது முதலில் இனிப்புச் சுவையுள்ள பண்டங்களை உண்ணவேண்டும் என்ற மரபு பெரிதும் பேணப்படுவதாக இல்லை. ஆனுல் பாண்டிச்சேரியில் வாழ் மக்களிடம் இந்த உணவுப் பழக்கம் இருப்ப தைக் குறிப்பிட்டே ஆகவேண்டும்.

மருத்துவரீதியாக நோக்கும் போதும் இவ்விதிக்குப்புறம்பாக உண்ணின் நோய்க்கு இடமளிக்கும் என்று கருதக்கூடியதாக உள்ளது. சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவர் சுவையைப்பற்றிக் குறிப்பிடுகையில் பஞ்ச பூத அம்சப்படி இனிப்பு சுவையில் குருகுண மும் (Heavy கைப்புச் சுவையில் இலகு குணமும் (Light) மிகுதியாக இருப்பதாக கூறுவர் எனவே இனிப்புச்சுவை சீரணம டைந்து உடலாற்கிரகிக்கப்படுவதற்கு அதிக

நேரம் தேவைப்படுவதால் அதனை முதலில் உட்கொள்ள வேண்டும் என்றனர். இலகு குணமுள்ள பண்டங்கள் இலகுவில் சீரணித்துவிடுமாதலால் அவற்றை இறுதியாக உட்கொள்ளலாம். எனவே இவ்வித அடிப்படைக்கருத்து ஆசாரக்கோவையில் இடம் பெற்றிருப்பதை நோக்குமிடத்து மக்களின் ஒழுக்கத்திற்கு மட்டுமன்றி உணவுப்பழக்கத்தினூலும் பிணிகளின்றி நல்வாழ்வு வாழ்வதற்கும் முக்கியத்துவம் அளிக்கப்பட்டிருப்பதைக் காணலாம்.

உண்கலத்தைப்பற்றிய விதியைக் கூறுகையில் உண்கலம் மிகச் சிறிதாக இருத்தல் வேண்டும் என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சிறிய கலத்தில் உண்ணவேண்டும் என்ற கூற்று மறைமுகமாக உணவைச் சுருக்கவேண்டும் என்ற கருத்தை வலியுறுத்துகிறது போலத் தோன்றுகிறது. மிகுதியாக உட்கொள்வதனுல் பிணிகள் ஏற்படுவதற்கும் வழிகோலும் என்ற உண்மையை உணர்ந்தே இவ்விதம் கூறப்பட்டுள்ளது போலும்.

திருக்குறளிற் கூட

'இழிவறிந்து உண்பான் கண் இன்பம்போல
-நிற்கும்
கழிபேரிரையான் கண் நோய்'' (குறள் 946)

என்று கூறப்பட்டுள்ளமை நோக்கற்குரியது.

உண்டபின் எச்சிலற வாய்கொப்பளித்து, நீர்பருகவேண்டுமென்று போதிக்கப்பட்டுள்ளதுடன் விருந்தினரை உபசரிக்கையில் அவர்கட்கு உணவு மட்டும் கொடுத்தாற் போதாது, நகைமுகத்துடன் இன்சொற்பேசி உரையாடுதலும் கால்கழுவ நீரும், இருக்க ஆசனமும், படுக்கப்பாயும் படுத்தற்கு இடமும் கொடுக்கவேண்டும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது (செய் 54).

நித்திரை செய்யும் முறையைப் பற்றிக் குறிப்பிடுகையில், நித்திரைக்குப் போகமுன்னர் கால்கழுவி, ஈரம் காய்ந்த பின்னர் கைகூப்பித் தெய்வந்தொழுது, வடதிசையிலோ, கோணத்திலோ தலை வைக்காது படுத்துத் தூங்குதல் வேண்டும் என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது (செய் 19,30) “வடக்கே தலைவைத்து உறங்காதே'' என்பது நாட்டார் வழக்குத்தொடர். சுழலும் பூமண்டலத்தின் ஈர்ப்புவிசை வடதிசைநோக்கிப் பாய்ந்துகொண்டிருக்கிறது. வடக்கே தலைவைத்துறங்கும்போது பூமியின் காந்தக் கவர்ச்சி ஈர்ப்பு உடலிற் பாய்ந்து செல்வதால் தலைச்சுற்று, தலையிடி, தீயகனவுகள், நித்திரையின்மை முதலியன ஏற்பட வாய்ப்பாகின்றது. ஆதலினுலேயே ஆன்றோர் வடக்கே தலைவைத்து உறங்குவதைத் தடுத்தனர். இவ்வகையில் ஆசாரக்கோவையும் இவ்விடயத்தில் கவனம் செலுத்திற்று.

அந்திப்பொழுதில் கிடத்தல், வழி நடத்தல், வெகுளல் முதலியன செய்யக் கூடாதாம் (செய்.29).

பொது மகளிர் பற்றிய அச்சம் இந்நூலிலும் காணப்படுகின்றது. புகழ் வேண்டுவோர் பரத்தையரின் அழகை நோக்கமாட்டார். அறிவுடைய சான்றோர் பெண்களை நிமிர்ந்து நோக்கார். அவர்களைப்பற்றி எடுத்துப் பேசமாட்டார் என்றெல்லாம் கூறப்பட்டுள்ளதுடன் பரத்தையர் வாழும் இடத்திற்கருகில் குடியிருந்தால் சந்தேகத்தால் மனைவியர் மனம் மாறுபடும் என்று கூறி, அவ்வித இடங்களிற் குடியிருக்க வேண்டாம் என்றும் ஆசாரக்கோவை (செய்.82) கூறுகிறது. புலன்வழிப்போகாது மனதைஒருநிலைப்படுத்திவைத்திருப்பதனுலும், பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தலாலும், தீச் செயல்களில் மனதை அலையவிடாது நன்னிலைப்படுத்திவைத்திருத்தலாலும் புலன் அடக்கம் ஏற்படுகிறது. இதனுல் உளநோய்களுக்கு ஆட்படாமல் அமைதியுடன் வாழவாய்ப்பேற்

படுகிறது. சமூகத்தில் நற்கீர்த்தியுடனும் இன்பமாகவும் வாழலாம் என்பதைப் பின் வரும் பாடலால் ஆசிரியர் விளக்குகிறார்.

''பிறர்மனை கள் களவு சூது கொலையோடு
அறன் அறிந்தார் இவ்வைந்தும் நோக்கார்-
- திறன்இலர் என்று
எள்ளப்படுவதூஉம் அன்றி நிரயத்துச்
செல்வுழி உய்த்திடுதலான்'' (செய். 37)

இப்பாடற் பொருளையே வள்ளுவரும் 'பொறிவாயில் ஐந்தவித்தான்...... (6) என்ற குறளில் விளக்கினர். மனம் பொறி களைத் தூண்டுவதனால் ஆசைகளும் துன்பங் களும் ஏற்படுகின்றன. இதனால் இத்தகை யோர் பல்வகை நோய்களுக்கு ஆளாகின் றனர். இதனால் புலனடக்கத்தின் மூலம் நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம் என்பது புலனாகின்றதன்றோ. எனவே ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கு உடலும் உள்ளமும் ஒத்துழைக்க வேண்டியதன் அவசியம் வற்புறுத்தப்படு கின்றது.

ஏனைய அறநூல்களைப் போன்று ஆசாரக் கோவை இல்வாழ்க்கையைப் பழித்துரைக்க முற்படவில்லை. முறையான இல்வாழ்க் கையை அது வலியுறுத்திக் கூறுகின்றது. மனைவியர்க்கிடையிலான உறவை மிகத் தெளிவாக ஆசாரக்கோவை எடுத்துக் கூறுகின்றது. மனைவியர்க்குப் பூப்பு நிகழ்ந் தால் ''மெய்யுறலாகாத நாள் மூன்றின் கண்ணும்'' கணவன் அவரை நோக்கக் கூடாது என்றும், 'நீராடிய பின்பு பன்னிரு நாளும்' அவரைப்பிரியாது சேர்ந்திருக்க வேண்டும் என்றும் ஆசாரக்கோவை கூறு கின்றது. இதுவும் உடனலத்தின் பாற்பட்ட போதனையேயாகும். (செய்- 43)

இந்து மதத்தில் 'சந்தான விருத்தி இல்லாதவர்க்கு நரகம் கிட்டும்' என்றொரு கொள்கையும் உண்டு. கணவன் மனைவி உறவானது காம இன்பத்திற்காக அன்றி, சந்தான விருத்தியை நோக்கமாகக் கொண்டே எழுந்தது என்று இந்து மதம் கூறும். ஒரு பெண் பூப்பெய்தி நீராடியபின் பன்னிரு தினங்கள் வரையே கருத்தரிக்கும் வாய்ப்பு கூடுதலாகவுண்டு என்பது மருத்துவ ரீதியில் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட உண்மை ஆகும். இதனைக் கருத்திற் கொண்டே ஆசாரக்கோவை ஆசிரியரும் இவ்விதம் விதிவகுத்திருக்கிறார் போற்றோன்றுகின்றது. இலக்கண விளக்கத்தை எழுதிய வைத்திய நாத நாவலர் கூட,

''பூத்தகாலைப் புனையிழை மனைவியை
நீராடியபின் ஈராறுநாளும்
கருவயிற்றுறூஉங் காலமாதலின்
பிரியப் பெறுஅன் பரத்தையிற் பிரிவோன்''

(அகத்திணையியல் 87ம் சூத்.)

என்று கூறியிருப்பது இங்கு நோக்கற்பாலது.

நற்குலப்பெண்டிரின் ஒழுக்கத்தைக் கூறுமிடத்து, அவர்கள் தம் கணவனின் உடல் வடிவத்தையன்றி ஏனைய ஆடவரது மேனி எத்துணை அழகுடையதேனும் நோக்கார்; தம் உடலின் வடிவத்தையும் நோக்கார்; தலைமயிரைக் கோதார்; கை நொடிக்கார் (செய். 77) என்று கூறப் பட்டுள்ளது. இவ்விதம் ஆசாரக்கோவை வலியுறுத்துவது பெண்களின் ஒழுக்கநெறி குன்றிவிடக்கூடாது என்ற எண்ணத்தினாற் போலும்.

நல்லசெல்வத்தை வேண்டுவோர் வைகறைப் போதில் எழுந்து வீட்டைச் சுத்தம் செய்து, கலங்களைக் கழுவி, சாணநீர் தெளித்து, நீர்ச்சால் கரங்களுக்கு மலர ணிந்து, பின் அடுப்பில் தீமூட்டுதல் வேண் டும் என்று இல்லம் பேணும் முறைமை பின்வரும் பாடலில் கூறப்பட்டுள்ளது.

"கட்டுக் களைந்து கலங்கழீஇ யில்லத்தை
ஆப்பிநீ ரெங்குந் தெளித்துச் சிறுகாலை
நீர்ச்சால் கரக நிறைய மலரணிந்
தில்லம் பொலிய அடுப்பினுள் தீப்பெய்க
நல்லதுறல் வேண்டுவார்"

(செய். 46)

அடுத்து, ஆசாரக்கோவையில் கல்வி கேள்வியிற் சிறந்தோரின் செயல்கள், மன்னருடன் பழகும் முறை, நாவடக்கம், பெரியோரவையிற் செய்யத்தகாத செயல்கள், நன்மாணுக்கரின் கடமை, ஒருவரிடம் ஒன்றைச் சொல்லும்முறை என்பனபற்றியும் விரிவாக எடுத்துரைக்கப்பட்டுள்ளது. கல்வி கேள்வியிற் சிறந்த பெரியோர் பலர் நிறைந்த அவையிலே பிறரைப்பழித்து, இழித்துப் பேசார்; உறங்கார்; தம்மனச் சாட்சிக்கு ஒவ்வாத செயல்களைப் பிறருக்காகச் செய்யார்; காரணமின்றி வறியாரை இகழ்ந்துரையார்; தன்னலங் கருதி ஒரு போதும் செயலாற்றார்; போர்முனை, கள்குடித்தோருள்ள இடம்; வேசையர் வாழும் சேரி முதலிய இடங்களை விரும்பார்; வஞ்சனை உரையும், வீண்பேச்சும், நாவடக்கமின்றிய பேச்சும், பிறரைப் பழித்துரைக்கும் பேச்சும் பேசார் என ஆசாரக்கோவை (செய். 50, 52, 55) பெரியோருக்கு இலக்கணம் வகுக்கின்றது. ஒருவரிடத்தில் ஒன்றைக் கூறும் முறைபற்றி ஆசாரக்கோவை பின்வருமாறு கூறுகின்றது.

"விரைந்துரையார் மேன்மேலுரையார் பொய்யாய
பரந்துரையார் பாரித்துரையார் ஒருங்கெனைத்தும்
சில்லெழுத்தினாலே பொருளடங்கக் காலத்தால்
சொல்லுக செவ்வியறிந்து" (செய் 76)

இதனை வள்ளுவர் சொல்வன்மை (65) என்ற அதிகாரத்தில் முன்னரே விளக்கிப் போந்தார்.

பெரியோரவையிலும், அரசன் முன்னிலையிலும் சிரித்தல், கொட்டாவிவிடல், தும்முதல், காறியுமிழ்தல், ஆடைகளைதல், காதுசொறிதல், கைமேலெடுத்துப் பேசல், மாதர்களை நோக்கல் முதலியன செய்யக் கூடாது (செய். 73, 75). அரசனுடன் பழகும்போது எச்சரிக்கையைக் கடைப் பிடிக்கவேண்டும் என்றும் வலியுறுத்தப் பட்டுள்ளது.

நன்மாணுக்கர் ஆசிரியர் இருவென இருந்து, சொல்லெனச் சொல்லி, போவெனப் போதல் வேண்டும். செவி வழியாகக் கேட்டதை மனதில் நிறுத்தி அதன்படி ஒழுகுதல் மாணவர் கடமையாகும் என்று மாணவர் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய ஒழுக்கம் கூறப்படுகிறது (செய். 74).

பிறரைப் பார்த்து 'உமது உடம்பு நன்றாயிருக்கிறது' என்று கூறுதல் விளக்கை வாயால் ஊதியணைத்தல், ஒரு பொருள் வேகும்போது அடுப்பு நெருப்பை அணைத்தல், நெருப்புச்சுடர் தம்மீதுபடக் குளிர்காய்தல் முதலியன தீய ஒழுக்கங்கள் எனக்கூறும் ஆசாரக்கோவை, பிறர் ஓரிடம் போகும்போது அவரைப் பின்னின்று அழைத்தல், எங்கே போகிறீர் எனக் கேட்டல், குரவர் பெயரைக் கூறுதல், பெரியோரைப் பெயரிட்டழைத்தல், மனைவியை நெடுநேரம் கடிந்து பேசுதல் என்பன கூடாத ஒழுக்கம் என வலியுறுத்துகின்றது. பெரியோர்பக்கம் நின்று பேசும்போது வலது பக்கம் நின்று பேசவேண்டும். அவர் தனைத் தாண்டிச் செல்வதாயின் வலது பக்கத்தால் தாண்டிச் செல்லவேண்டும் எனவும் குறிப்பிட்டுள்ளது.

துன்பகாலத்தில் துன்பத்தைப் பொறுத்திடலும், இன்பகாலத்தில் பிறர்க்கு உதவிடலும் இடுக்கண் வருங்கால் மனங்கலங்காதிருத்தலும், தமக்குக் கிடைத்தற்கரியவற்றை விரும்பாமையும், அன்பற்றோர்

இல்லம் செல்லாமையும் பெரியோர் செய லாம் என்று கூறும் ஆசாரக்கோவை, பிறர்மனை, கள், களவு, சூது, கொலை ஆகிய ஐந்தும் நரகத்துக்கு வழிகாட்டுவன என்று கூறுகின்றது.

மனிதராகப் பிறந்தவர்கள் எக்காலமும் நல்லொழுக்கத்தைக் கடைப்பிடித்தல் இயலாத ஒன்றாகும். சில சந்தர்ப்பங்களில் ஒழுக்கத்தினின்றும் விலகி நடக்கவேண்டியது தவிர்க்க முடியாததாகிவிடுகின்றது. அதனையுணர்ந்து ஆசாரக்கோவையும் ஒழுக்கத்திலிருந்து சிலவிதிவிலக்குகளையும் கூறுகின்றது போற்றுதற்குரியது. அன்னிய தேசத்தான், வறியவன், நோயாளி, சிறுவன் வயதில் மூத்தோன், பயமுற்றவன், அரசுத் தொழிலில் ஈடுபட்டவன், மணமகன், உயிரிழந்தவன் ஆகியோருக்கு ஆசாரக் கட்டுப்பாடில்லை என்று இறுதிப்பாடலில் (செய். 100) கூறப்பட்டுள்ளது.

நன்றியறிதல், பொறையுடைமை, இன்சொல், எவ்வுயிர்க்கும் தீங்கு செய்யாமை, கல்வி, அறிவுடைமை, நல்லினத்தாரோடு சேருதல் முதலியன ஆசாரத்தின் வித்துக்கள் என்று எடுத்துக்கூறும் ஆசாரக்கோவை ஒழுக்கம்பிறழாதவர் அடையும் பயன்களைப் பின்வருமாறு கூறுகின்றது.

''பிறப்பு நெடுவாழ்க்கை செல்வம் வனப்பு
நிலக்கிழமை மீக்கூற்றங் கல்வி நோயின்மை
இலக்கணத்தாலிவ் வெட்டு மெய்துப -
- வென்றும்
ஒழுக்கம் பிழையாதவர்'' (செய். 2)

இவ்வாறு தொடக்கத்திலேயே ஆசாரவித்துக்கள் இவை என்று கூறி, ஒழுக்கம் பிறழாதார் அடையும் பயன்களையும் கூறியிருப்பதை நோக்குமிடத்து, ஆசிரியர் மக்களைத் தம்பால் ஈர்த்து அவர்களுக்கு ஒழுக்கம் போதிக்கும் தந்திரத்தை நன்கு கையாண்டுள்ளார் என்றே கூறவேண்டும்.

இறுதியாக ஆசாரக்கோவையில் கூறப்பட்டுள்ள ஒழுக்கமுறைகளைத் தொகுத்து நோக்குமிடத்து தனிமனித ஒழுக்கத்தை வலியுறுத்தி அதன் மூலம் சமுதாய ஒழுக்கத்திற்கு வழிகோல முற்பட்டிருப்பது புலப்படுகின்றது. சமகாலத்தில் எழுந்த அறநூல்களிற் பலமோட்சத்தையும், நற்பேற்றையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு ஒழுக்கத்தைப் போதித்திருக்கையில், ஆசாரக்கோவை அவற்றில் அதிக கவனம் செலுத்தாது, மக்களின் அன்றாட வாழ்க்கைக்கு அவசியமான ஒழுக்க நெறிகளைப் போதிக்க முற்பட்டிருக்கின்றது. அறிவியல்ரீதியாகச் சிந்தித்துப் பார்க்கும்போது இதிற் கூறப்பட்டுள்ள விதிமுறைகளிற் பல நடைமுறை வாழ்க்கையில் மக்களால் பின்பற்றக் கூடியனவே ஆகும்.

இலக்கியத்தில் மருத்துவம்: ஏலாதி, திரிகடுகம், சிறு பஞ்சமூலம்

முன்னுரை

பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்களிலே திருக்குறள், ஆசாரக்கோவை, ஆகியனவற்றிற்கு அடுத்தபடியாகத் திரிகடுகம், சிறுபஞ்சமூலம், ஏலாதி ஆகிய மூன்று நூல்களிலே மருத்துவக் கருத்துக்கள் பெரிதுங் காணப்படுகின்றன. இம்மூன்று நூல்களும் பெயரமைப்பு முறையிலும், நீதி, ஒழுக்கம், நல்வாழ்வுப் போதனை முதலிய விடயங்களைப் பாடல்களிலே வகுத்துக் கூறும் வகையிலும் ஒத்துக் காணப்படுகின்றன. நோய் நீக்கி, உடல்நலம் பேணும் மருந்துச் சரக்குகளின் பெயர்களையே இம்மூன்று நூல்களும் கொண்டுள்ளன. இந்நூல்கள் செய்யுள்கள் தோறும் முறையே மூன்றும், ஐந்தும், ஆறும் ஆகிய எண்ணிக்கைகளிலான பொருள்களைத் தன்னகத்தே கொண்டமைந்துள்ளன.

1. ஏலாதி

மனித வாழ்வுக்கு நல்லறிவுப் போதனையூட்ட எழுந்த அறநூல்களில் ஏலாதியுமொன்று. அறநூல்கள் உளப்போதனை செய்து, ஆத்மபலத்தைக் கூட்டுந் தன்மை வாய்ந்தவை. இதனிடையில் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கும் ஏற்றவகையில் மருத்துவ ரீதியான போதனைகளும் அறநூல்களிலே கூறப்படும் பொதுத் தன்மையும் கவனிக்கப்பட வேண்டியதாகும். இதனாலேயே அறம் கூற வந்த புலவர்கள் அதனூடாக மருத்துவ போதனைகளையும் கூறலானார்கள்.

கணிமேதாவியார், மாக்காரியாசான், நல்லாதனார் என்போர் முறையே ஏலாதி, சிறுபஞ்சமூலம், திரிகடுகம் என்ற மூன்று நூல்களையும் பாடலாயினர். இவர்கள் தம் காலத்திலே பெருவழக்குப் பெற்றிருந்த மருந்துப் பெயர்களைத் தம் நூல்களுக்கு இட்டு வழங்கலாயினர். மாக்காயர் என்ற நல்லாசிரியரிடத்தே பயின்ற கணிமேதாவியாரும் மாக்காரியாசானும் ஒருசாலை மாணாக்கர் என்பதும் புலப்படுகின்றது.[1] ஏலாதி ஆசிரியர் கல்வி கேள்விகளிற் சிறந்தும் சோதிடத் துறையில் மேம்பட்டும் காணப்பட்டமையால் இப் புலவரைச் சான்றோர் ''கணிமேதாவியார்'' என்று காரணப் பெயரிட்டு அழைத்திருக்கலாம். இவர் சமண சமயத்தைச் சேர்ந்தவர். உடம்பும் மிகையாகக் கருதும் சமணரும் உடல் நோய் நீக்கும் மருந்துப் பெயர்களைத் தமது நூல்களுக்கு வழங்கியமை சிந்திக்கத் தக்கதாகும்.

1. பதினெண் கீழ்க்கணக்குச் சொற்பொழிவு, பக் 213

ஏலம்

ஏலம் மருந்துப் பொருளாகவும் வாசனைத் திரவியமாகவும் பயன்படுத்தப்படும் தன்மையது. ஏலத்தை ஆதியாகக் கொண்டு பல மூலிகைப் பொருட்களைச் சேர்த்துச் செய்யும் கூட்டு மருந்துகள் உள்ளன. அவற்றுள் "ஏலாதிப் பொடி", 'ஏலாதித் தைலம்', "ஏலாதி வடகம்", "ஏலாதிக் குளிகை" என்பன குறிப்பிடத்தக்கவை. இம்மருந்துகளில் ஏலத்தோடு மேலும் இருபது அல்லது முப்பது மருந்துப் பொருட்கள் சேர்க்கப்படுவதாகவும் கூறப்படுகிறது. சிறப்பாக ஓர் அளவில் ஏலம், இலவங்கம், மிளகு, சிறுநாகப்பூ, தாளிசபத்திரி, கூகைநீர், சுக்கு வெல்லம் ஆகிய எட்டுப் பொருட்களும், வேறு ஒரு பாகத்தில் நற்சீரகம், இலவங்கம், மரமஞ்சள், இலாமிச்சை வேர். கார்போகரிசி, கடுக்காய், முத்தக்காசு, நெற்பொரி, சிறுநாகப்பூ, பெருங்காயம், தேன் ஆகிய பதினொரு பொருட்களைச் சேர்த்தும் மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. ஏலம் உடலில் ஏற்படும் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் ஆகியவற்றை நீக்கும் தன்மையது. அகற்றுவாய் அகற்றியாகவும் பசியைத் தூண்டுவதாகவும், சிறுநீரைப் பெருக்குவதாகவும், கோழை அகற்றியாகவும், வெப்பத்தை உண்டாக்குவதாகவும் ஏலம் செயற்படுகின்றது.

ஏலாதி நூற்பெயர் விளக்கம்

ஏலம் முதலாக ஆறு மருந்துப் பொருள்களால் ஆனது 'ஏலாதி சூரணம்'; பதினைங்கு பொருட்களால் ஆனது 'ஏலாதி கிருதம்'; இருபத்தியாறு பொருட்களால் ஆனது 'ஏலாதி கணம்' என மருத்துவநூல்கள்கூறும். ஏலாதி என்பது ஏலம், இலவங்கம், சிறுநாகப்பூ, மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு ஆகியவற்றை முறையே ஒன்று, இரண்டு, மூன்று, நான்கு, ஐந்து, ஆறு வராகன் எடை அளவாகச் சேர்த்துச் செய்யப்படும் மருந்தாகும். ஏலம், இலவங்கம் முதலாகிய ஆறு மூலிகைப் பொருட்கள் முதன்மைபெற்றுத் தயாரிக்கப்படும் ஏலாதி சூரணம் நோயைப் போக்கி, உடலுக்கு உறுதியளிக்கும் தன்மை வாய்ந்தது. இது போன்றே பெரும்பாலான பாடல்களில் ஆறு விடயங்கள்[1] அமையப் பாடி மக்களின் அறியாமை இருளை அகற்றி, உயிருக்கும் உள்ளத்திற்கும் உறுதி பயக்கும் மெய்யுணர்வை இந்நூல் ஊட்டுவதால், இது "ஏலாதி" எனப் பெயர்பெறுவதாயிற்று.

எண்பது பாடல்களைக் கொண்டுள்ள ஏலாதி, உளப்பிணிக்கும் உடற்பிணிக்கும் உற்றதுணையாக நின்று, ஒழுக்க போதனையும் மருத்துவ போதனையும் கூறுவதாக அமைந்துள்ளமை ஆராய்ந்து அறியத் தக்கதாகும்.

ஒழுக்க போதனையும் - உடல் நலம் பேணலும்

ஏலாதியின் எண்பது பாடல்களில் இருபத்தொரு பாடல்கள் ஒழுக்க போதனை கூறுவனவாக அமைந்துள்ளன.[2] இப்போதனைகள் ஆரோக்கியமுள்ள கூட்டுறவான சமுதாய வாழ்வுக்கு வழிகாட்டுகின்றன. போஷாக்கின்மையைப் போக்கச் சத்துணவு வழங்கும் நடவடிக்கைகளை இன்றைய அரசும், சமூக நலம் பேணும் நிறுவனங்களும் எடுத்துவருதல் கண்கூடு. மாணவர்கள், வறியவர்கள், சிறுவர்கள் (பாடல் 35). உடல் ஊனமுற்றோர், முதியோர், அநாதைகள் (பாடல்53) முதலியோருக்கு நல்லுணவு அளித்துப்பேணியோர் இவ்வுலகில் நிறைந்த வாழ்வு பெறுவர் எனக் கூறப்படுகிறது. இப்போதனையில் உணவு அளித்தோர் நல்வாழ்வு பெறுவர் எனக் கூறப்படும் அதேவேளையில், உணவு பெற்றோர் ஊட்டச்சத்துப் பெறவும் வாய்ப்புக் கூறப்படுகிறது. மேலும்,

1. சில பாடல்களில் (23, 39, 67) ஆறுக்கு மேற்பட்டும்' சில பாடல்களில் (15, 28, 76) ஆறுக்குக் குறைந்தும் போதனைகள் இடம்பெற்றுள்ளமை காண்க.
2. ஏலாதி, பாடல் எண்கள்; 35, 43-59, 63, 70, 80

"ஈன்றூர் ஈன்கால் தளர்வார் சூலார் குழவிகள்
மான்றூர் வளியால் மயங்கினூர்க்கு ஆனூர் என்று
ஊண் ஈய்த்து உறுநோய் களைந்தார் - பெருஞ்செல்வம்
காண் ஈய்த்து வாழ்வார் கலந்து" (55)

என்ற இப்பாடலிலே கருவுற்றோர், கருவுயிர்க்கும் போது துன்புறுவோர், குழந்தைகள், அறிவு மயக்கமுற்றோர், வாத, பித்த, கப நோய்களாற் பாதிப்புற்றோர் — இவர்களுக்கு நல்லுணவு கொடுத்துத் துயர் தீர்க்கத் தக்க வகையிலே உதவுவோர் இவ்வுலகில் நிறைமாந்தர் ஆவார் எனப் போதிக்கப்படுகிறது.

கொலை, வஞ்சனை, புலாலுண்ணல்முதலியன பாதகச்செயல்களாகும்.[1] கொலைக்குற்றம் புரிந்தவன் தான் செய்த பாவச்செயலை எண்ணியெண்ணி மனம் நொந்து தினமும் மடிந்து கொண்டேயிருக்கிறுன். எனவேதான் ஏலாதி ஆசிரியர் கொலைக் குற்றத்தைப் புரியாதிருக்க வேண்டும் எனப் போதிக்கின்ருர்.

யம பயத்தைக் காட்டி நல்லொழுக்கத்தைப் போதிக்கும் பான்மை சைவ இலக்கியங்களிலே பெரிதுங் காணப்படும்.[2] "ஆயுள் முடிவு காலம் அறிந்து வருபவன் காலன்; அவன் வாளுக்கும் அஞ்சான்; வன்கண்மைக்கும் அஞ்சான்; வனப்புக்கும் அஞ்சான்; எதற்கும் அஞ்சாது வருவான்; அவன் வருமுன்னே நல்லொழுக்கம் மேற்கொண்டு வீட்டுநெறி நிற்றல் வேண்டும்" என்பதே ஏலாதியார் நெறி.[3] எனவே, மரண பயத்தைக் கருத்திற் கொண்டு ஒருவர் ஒழுகும் போது அவர் சுகவாழ்வுப் பாதையிற் பயணம் செய்பவராகின்ருர்.

மேலும் "பொய்யான் புலாலொருகண் நோக்கி, தீயன செய்யான், சிறியர் இனம் சேரான்" ... (செய்.14) எனவரும் பாடலிலே தீய பழக்கங்களினுல் உளநோய் ஏற்பட்டு, அதுவே உடல்நோய்க்கும் காரணமாகின்றமை குறிப்பிடப்படுகின்றது. உதாரணமாகக் கள்ளுண்ணும் பழக்கத்திற்கு ஆட்பட்ட ஒருவரின் கல்லீரல் நோய்வாய்ப்பட ஏதுவாகின்றது. இதற்குக் காரணம் புலனடக்கம் இன்மையும் சிறியோர் கூட்டுறவுமாகும் என்கிருர்.

மனிதன் தன் உடலைப் பேணி, உளக் கட்டுப்பாட்டுடன் நடக்காவிட்டால் இளமை கழியும்; பிணி மூப்பு வந்தடையும்; உடல் வலி குன்றிப்போகும். நல்லுணவு நற்பழக்கம் இல்லாது போக பஞ்சபூதச் சேர்க்கையாலும் சப்த தாதுக்களாலும் ஆகிய இவ்வுடல் முக்குற்றங்கட்கு ஆட்பட்டு நோய்க்கு இடமாகின்றது. வயது முதிர சப்ததாதுக்களும் வலிமை குன்றி நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியின்றி உளப்பிணியுடன் சேர உயிர் பிரிந்து விடுகின்றது. எனவே, வீணே அலைந்து திரியாது, உடலைப் பேணுக என்ற போதனையும் அழுத்தம் பெறுகிறது.[4]

உளக் கட்டுப்பாடு

உயிர், உடல், மனம் ஆகிய மூன்றும் இணைந்த வடிவமே மனிதன். இம்மூன்றும் சம நிலையில் இருக்கும் போதுதான் ஆரோக்கியமாக வாழலாம். இம்மூன்றில் ஒன்றினது சமநிலை சீர்குலையுமாயினும் ஆரோக்கியம் கெடுகிறது; நோய் தொடங்குகிறது. நோய்க்குப் பரிகாரம் தேடுவதே மருத்துவம். எனவே மருத்துவர் உயிர் — உடல் — மனம் என்ற மூன்றினதும் இயல்புகள், அவற்றின்

1. 'கொலை புரியான் கொல்லான் புலால் மயங்கான் கூர்த்த/ அலை புரியான் வஞ்சியான் யாதும் நிலை திரியான்/ மண்ணவர்க்கும் அன்றி-மது மலிபூங் கோதாய்/ விண்ணவர்க்கும் மேலாய் விடும்' (2)
2. மூவர் தேவாரங்களிலும் இப்போக்கு பெரிதும் பேசப்படும்.
3. ஏலாதி. பாடல் : 22
4. "இளமை கழியும் பிணி மூப்பு இயையும்
வளமை வலி இவை வாடும் உளநாளால்
பாடே புரியாது—பால் போலும் சொல்லினுய்
வீடே புரிதல் விதி" (21)

செயற்பாடுகள் ஆகியனபற்றி அறிந்திருக்க வேண்டியவ ராகின்றார்.

மனம் சமனிலையி லிருப்பதற்குப் புலனடக்கம் மிக அவசியமானது. பஞ்ச புலன் களினாலேயே மனம் திசை திருப்பப்படுகின்றது. அதனால் மனநிம்மதி யற்றநிலை ஏற்படுகிறது. இந்நிலையில் மனம்போன போக்கிற் சென்று தீச்செயலில் ஈடுபடுவோர் ஈற்றில் நோயாளராகின்றார்கள். இதனாலேயே அற நூல்கள் புலனடக்கத்திற்குரிய பல்வேறு வழிமுறைகளைக் கூறுகின்றன. புலனடக்கம் ஆரோக்கிய வாழ்வுக்குரிய வழிகாட்டிகளில் முக்கியமான ஒன்றாகும்.

உடல் சமனிலையி லிருப்பதற்கு உணவுப் பழக்கம் மிக இன்றியமையாதது. உணவுப் பழக்கத்தில் மாற்றம் ஏற்படும் போது உடனே நோயும் தோன்றிவிடுகிறது. மேலும் உணவுப் பழக்கத்துடன் உடலுறவுப் பழக்கத்தையும் ஒழுங்குடனும், கட்டுப்பாட்டுடனும் வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதை ஏலாதி வற்புறுத்துவதையுஞ் சுட்டிக் காட்ட வேண்டும்.

மருத்துவர் கடமை

மருத்துவர் தெய்வத்திற்கு அடுத்த படியாக மக்களாற் போற்றப்படத் தக்கவர். அதற்குரிய கடமையுணர்வும் கண்ணியமும் உடையவர்களாக மருத்துவர் செயற்படுதல் வேண்டும் என்பதைப் பின்வரும் பாடல் விளக்குகின்றது;-

''கருஞ்சிரங்கு வெண்தொழுநோய். கல் வளிகாயும்
பெருஞ்சிரங்கு பேர்வயிற்றுத் தீயார்க்கு அருஞ்சிரமம்
ஆற்றி ஊண் ஈத்து அவை தீர்த்தார் - அரசராய்ப்
போற்றி ஊண் உண்பார் புரந்து.''(57)

கருஞ்சிரங்கு, வெண்தொழுநோய், கல்லடைப்பு, வாதம், வயிற்றுத்தீ, பெருஞ்சிரங்கு முதலிய பெருநோயாளர்களுக்குச் சத்துணவு அளித்தும் மருத்துவம் செய்தும் அவர்களது நோய் போக்க வேண்டியது மருத்துவர் கடமையாகும். இக்கடமையை நிறைவேற்றுவோர் உலகில் அரசராகப் போற்றப்படுவார் என்கிறார் கணிமேதாவியார்.

உளநோய்த் தடுப்பு

ஒருவரது மனம் பாதிப்படையும் போது அவருக்கு இலகுவில் நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. எனவே ஒருவரது மனத்தளர்ச்சிக்குக் காரணமானவற்றைப் போக்க முயற்சிக்க வேண்டும். பொதுவாக இழப்புக்கள் மனிதனைப் பெரிதும் தாக்குகின்றன. பேரிழப்புக்கள் உயிரையே போக்கிவிடுகின்றன. இந்நிலையிலேயே ஏலாதி ஆசிரியர் பின்வரும் பாடலைப் பாடுகின்றார்;

''தாயிழந்த பிள்ளை தலையிழந்த பெண்டாட்டி
வாயிழந்த வாழ்வினர் வாணிகம் - போயிழந்தார்
கைத்தூண் பொருளிழந்தார் கண்ணிலார்க்கு ஈய்ந்தார்
வைத்து வழங்கிவாழ் வார்.'' (78)

அனாதைக் குழந்தை, விதவை, ஏழைகள், பெருநஷ்டமடைந்தோர், விழிப்புலனற்றோர் முதலானோருக்கு மனத்தளர்ச்சி ஏற்படாத வண்ணம் பரிதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டுமென்ற ஏலாதியார் போதனையானது, சமூக மருத்துவத்தின் பாற்பட்ட உளவியற் போதனையாகும்.

மதுவிலக்கு

தமிழ் இலக்கியகாரரும், தமிழ்மருத்துவரும் மதுவிலக்குப் பற்றிப் பெரிதும் வற்புறுத்தி வந்துள்ளனர். திருவள்ளுவரே மதுவிலக்குப் போராட்டத்தை முதலில் ஆரம்பித்தவராவர்.[1] அவரைத்தொடர்ந்து வந்த அறநூல்களும் அவரது போராட்டத்தை

---

1. திருக்குறள், கள்ளுண்ணாமை -என்ற அதிகாரம் பார்க்க.

முன்னெடுத்துச் சென்றுள்ளன. அவ்வகையில் ஏலாதி ஆசிரியரும் மதுவிலக்குப் பற்றிப் பாடும்போது கள்ளுண்ணாமலும் கள்ளுண்பவரோடு சேராமலும் இருப்போர் இவ்வுலகிற் பெருவாழ்வு பெறுவர் எனக் கூறுகின்றார்.[1]

வலது குறைந்தோர் பராமரிப்பு

வலது குறைந்தோரைப் பேணிப் பாதுகாக்கவேண்டிய பொறுப்பும், கடமையுமுடையோர் முழுநிலை மாந்தராவார். முடவர், குருடர், ஊமையர், அநாதைகள், புத்தி வளர்ச்சியற்றோர் முதலியோருக்கு உணவளித்துக் காக்கும் படி ஏலாதியில் அறிவுரை கூறப்படுகிறது.[2]

சத்துணவு வழங்கல்

உண்டி கொடுத்தோர் உயிர் கொடுத்தோரே'' எனவும், ''உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்'' எனவும் தமிழ்ச்சான்றோர்கள் பாடினர். அன்னதானத்தின் மூலம் வீட்டின்பம் பெறலாம் என்பது சமயக் கருத்தர் வாதமாகும். அனைத்து நிலையிலும் உணவு வேண்டி நிற்போருக்கு உணவளித்தல் பெரிய அறச்செயல் எனப்பாடுகிறது ஏலாதி.[3] முக்கியமாக மாணவர், வறியோர், பசித்தோர், இழப்புக்களுக்கு உள்ளானோர், ஊனமுற்றோர், கர்ப்பவதிகள், ஈன்றணிமை கொண்டோர், கொடுநோயாளர் முதலானோருக்கு உணவளித்துக் காக்கும்படி கூறப்படுகின்றது. இதனைப் புண்ணியச் செயலாகக் கூறி, அன்னதானம் புரிந்தோர் அதன் பயனாக இவ்வுலகிலும், மோட்ச நிலையிலும் நல்வாழ்வு பெறுவார்களென்பதை மேதாவியார் மிகவும் அழுத்திக் கூறியிருத்தல் நோக்கற்பாலது.[4]

உணவுப் பழக்கம்

எதிலும் வரையறை அவசியமாகின்றது. வரையறையை மீறும் போதே இடையூறுகளும் ஏற்படத்தொடங்குகின்றன. உணவுப் பழக்கத்திலும் இத்தகைய வரையறை தேவை. வள்ளுவரும் ''இழிவறிந்துண்பான் கண் நோய்'' (946) என்றார். கொல்லாமை, புலாலுண்ணாமை பற்றி அறநூல்கள் அடிக்கடி உபதேசம் செய்வதைக் காணலாம். அவ்வழியில் ஏலாதியும் இன்னும் ஒருபடி சென்று ''புலால் மயங்கான்'' என்ற தொடரைக் கையாண்டுள்ளது. புலால் உண்பதே பாவம் என்றிருக்கப், புலாலைப் பேராசை கொண்டு அளவுக்கதிகமாக உண்டு களிக்கும் ''புலால் மயங்குதல்'' என்ற நிலையைக் கண்டிக்கிறது. ஒருவன் அளவுக்கதிகமாக மாமிச உணவை உட்கொள்வதால் பலவித நோய்களுக்கு ஆளாக நேரிடுகிறது. சமிபாடின்மை, உடல்பருத்தல் போன்றனவும் இதனால் ஏற்படுகின்றன. மாமிசக் கொழுப்பின் அதிகரிப்பாற் 'கொலஸ்ரோல்' என்னும் திரவப் பதார்த்தம் குருதிக் குழாய்களிற் படிந்து இரத்த அழுத்த நோயை ஏற்படுத்தலாம். எனவே உணவுப் பழக்கத்தை அளவோடு கைக்கொள்ள வேண்டும் என்ற போதனை இங்கு மருத்துவ நலவழிகாட்டியாக அமைகின்றது.

2. திரிகடுகம்

பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்களிலே ஒன்றாகிய திரிகடுகம் என்பது மருந்துப் பெயரால் ஆக்கம்பெற்ற அறநூலாகும். திரிகடுகம் என்பது சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி என்ற மூன்று மருந்துச் சரக்குகளையும் சுட்டும் சொல்லாகும். இம் மூன்று மருந்தும் உடல் நோய் போக்குவது போன்று, இந்நூலிலே கூறப்

---

1. ''களியான் கள்ளுண்ணான் களிப்பாரைக் காணான்.................... ஏதம் இல் மண்ணுண்டு கொள்வான் குடிவாழ்வான் கூர்ந்து'' (46)
2. 'காலிலார் கண்ணிலார் நாவிலார் யாரையும் பாலில்லார் பற்றிய நூலில்லார்......, (36) என வரும் பாடலைத் தேர்க.
3. ஏலாதி, பாடல். 71
4. ஏலாதி, பாடல்கள்: 35, 48, 52, 53, 55, 57, 60.

பட்ட கருத்துக்கள் உளப் பிணியையும் உடற்பிணியையும் போக்கும் தன்மைவாய்ந் தவை என்பதை பின் வரும் பாயிரச் செய் யுள் சான்றுபடுத்துகின்றது:-

"உலகில் கடுகம் உடல்நோய் மாற்றும்
அலகில் அகநோய் அகற்றும்-நிலைகொள்
திரிகடுகம் என்னும் திகழ்தமிழ்ச் சங்கம்
மருவு நல்லாதன் மருந்து".[1]

இந்நூலில் 100 பாடல்களுள், ஒவ் வொரு பாடலிலும் மும்மூன்று செய்திகளை ஒரு பொதுக் கருத்தோடு இணைத்துக் கூறும் முறை காணப்படுகிறது.

ஆசிரியர்

இதன் ஆசிரியர் நல்லாதனூர்; இவர் வைணவர் என்பது பாயிரச் செய்தி. (நல் + ஆதன் + ஆர்) இவரது இயற் பெயர் ஆதன்: மன்னருக்கும் மக்களுக்கும் 'ஆதன்' பொதுப் பெயராக வழங்கிற்று; இது சேர மன்னரின் சிறப்புப் பெயராகவும் காணப்படு கிறது.[2] இவர் திருநெல்வேலி மாவட்டத்தி லுள்ள திருத்து என்ற கிராமத்தைச் சேர்ந்த வர். இவர் திரிகடுத்திலே எத்தகு மருத்துவ சிந்தனைகளைக் குறித்துள்ளார் என்ற செய்தி தமிழ் மருத்துவ வரலாற்றின் ஒரு கூறாகும்.

உணவும் நீராடுதலும்

மனிதன் கடைப்பிடிக்கவேண்டிய முக் கிய ஒழுக்கங்களிலே உணவுப் பழக்கமும் ஒன்றாகும் என்பதைத் திருக்குறள் முதலாய அறநூல்கள் வற்புறுத்தியுள்ளன. பழைய உணவை உட்கொள்ளாது நாடோறும்தயார் செய்யும் உணவினையே உட்கோள்ள வேண் டும் என்பது திரிகடுகம் (செய் - 47) கூறும் புத்திமதியாகும், குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் நன்கு ஊட்டவேண்டும் என்றும் (செய்-40) அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

ஆசாரக்கோவை நீராடவேண்டியமுறை களையும் காலங்களையும் குறிப்பிடுகின்றது. நீராடிய பின்பே உணவு உட்கொள்ளவேண் டும் என்ற கருத்தை திரிகடுகம் (செய்-27) வற்புறுத்துகின்றது. ஆடையில்லாமல் நீரா டக்கூடாது என்ற அறிவுரையும் இந்நூலிற் (செய்-71) காணப்படுகின்றது.

ஒழுக்கக் கட்டுப்பாடு

சமூகத்தில் இருபாலாரும் நல்லொழுக் கத்தைப் பேணவேண்டும். ஒப்பில் செய்கை யாற் சமுதாயம் கெடுகிறது. ஒத்தவிழைவு இல்லாப் பெண்டிரைச் சேருதல் அருந்துயர் தரும் செயலாகும் (செய்-5). இதுபோன்றே உரிமையில்லாப் பெண்டிரைக் காமுறுதலும் தீங்குவிளைவிப்பதாகும் (செய் - 9). 'பிறன் கடைநிற்பவன் சமுதாயக் கேடன்' (செய்-19). கணவனும் மனைவியும் தம் உடலா ரோக்கியம் கருதி மனைவியின் பூப்புக் காலத்தே புணர்ச்சி தவிர்த்தல் வேண்டும் என்று கூறப்படுகிறது (செய்-17). இவ்வாறு கூறுவதன் மூலம் ஆரோக்கியமான சமு கத்தையும், நலமான குடும்பத்தையும் திரி கடுகம் காண்பிக்கின்றது.

தீயன கழிதல்

மனிதன் கோபப்படும்போது அவனது உளமும் உடலும் பாதிப்படைகின்றமை யாற் சினம் கொடிது எனக் கூறப்படுகிறது. பிறன்மனை நோக்கு, பொருட்பெண் போக்கு முதலியன சுகவாழ்வுக்கு ஊறு விளைவிப்பன என்ற கருத்தும் வற்புறுத்தப்படுகின்றது.[3] கள்ளுண்ணமை, கவறாடாமை, பரத்தைமை தழுவாமை என்ற ஒழுக்கங்களைத் திரிகடு

1. பதினெண் கீழ்க்கணக்கு - 2ஆம் தொகுதி, சென்னை, 1959, பக். 241
2. திரிகடுகமும், சிறுபஞ்சமூலமும் (பதிப்பு) எஸ். வையாபுரிப்பிள்ளை, முன்னுரை, பக்-12.
3. "புலைமயக்கம் வேண்டிப் பொருட் பெண்டிரைத்தோய்தல்
கலம் மயக்கம் கள்ளுண்டு வாழ்தல் கொலைமுனிந்து
பொய்ம் மயக்கம் சூதின்கண் தங்குதல் இம்மூன்றும்
நன்மை யிலாளர் தொழில்." (செய் - 39)

கமும் ஏனைய அறநூல்களைப் போன்றே வன்மையாக வற்புறுத்துகின்றது.

இல்லறமும் விருந்தும்

நல்லமனைவி ஒரு குடும்பத்தின் நிறைசெல்வமாகும். மனையறம் காத்தல், விருந்தோம்பல், சிறந்த மக்களைப் பெற்று உருவாக்குதல் என்பன கற்புடைப்பெண்ணின் கடமைகள் என்கிறது திரிகடுகம் (செய்-64). கற்பின் பெருமை பேசி ஆரோக்கியமான குடும்ப வாழ்க்கைக்குத் திரிகடுகம் (செய் 96) மக்களை நெறிப்படுத்துகின்றது.

சுற்றமும் சூழலும்

ஒருவருடைய சுக வாழ்வுக்கு உற்றார் உறவினராகிய சுற்றமும் அவர் வாழும் சூழலும் நன்றாக அமைந்திருக்க வேண்டும். நல்லோரது சூழலில் வாழும்போது மனநல வளர்ச்சி ஏற்படுகின்றது. மனிதன் உளத்தாலும் உடலாலும் பாதிப்புறாது சுகவாழ்வு பெறுவதற்குரிய அறிவுப் போதனைகளே திரிகடுகத்திற் கூறப்படுவனவாகும்.

3. சிறுபஞ்சமூலம்

சிறுபஞ்சமூலம் என்பது ஐந்துவகைச் சிறு வேர்களாலான ஒரு மருந்து எனப் பொருள்படும். சிறுவழுதுணைவேர், நெருஞ்சிவேர், சிறுமல்லி வேர், பெருமல்லி வேர் கண்டங்கத்தரி வேர் என்பனவே சிறுபஞ்சமூலமாகும் (பதார்த்தகுண சிந்தாமணி-495). ஐவகைச் சரக்குகளும் சேர்த்துத் தயாரிக்கப்பட்ட மருந்து பல்வேறு நோய்களையும் தீர்க்கும் தகையது எனப் பதார்த்த குண சிந்தாமணி கூறுகின்றது. சிறுபஞ்சமூலம் என்ற நூலிலுள்ள ஒவ்வொரு பாடலிலும் கூறப்படும் ஐவைந்து கருத்துக்களும் ஆரோக்கியமான உலகியல் வாழ்க்கைக்கு மக்களை நெறிப்படுத்துவனவாக அமைந்துள்ளன.

நூலாசிரியர்

இதனைப் பாடியவர் மாக்காரியாசான் என்ற சமண முனிவராவர். (மா+காரி +ஆசான்). இவரது இயற் பெயர் காரி இவர் மதுரையில் வாழ்ந்திருக்கிறார். ஏலாதி ஆசிரியரும் காரியும் ஒரு சாலை மாணாக்கர் என்பது புலவர் வழக்கு, இவர் மருத்துவத்தில் நன்கு புலமைபெற்றிருந்தார் என்பதற்கு அவரது பாடல்களே சான்றாகின்றன.[1]

நோயாளரைப் பேணல்

தலைநோவுடையோர், பித்தர், வாய்ப்புற்றுநோயுடையோர், சயரோகிகள், மூலநோயாளர் முதலியோர் உடனடிச் சிகிச்சைக்குரியவர்களாவர். இவர்களுக்குத் தக்க மருந்தளித்துப் பேணிக் காத்தவர் மறுபிறவியிற் பிணியின்றி வாழ்வர் எனக் கூறப்படுகிறது (செய்-76). மேலும் பெருங்காயங்களுடையோர், அநாதைகள், கடும் நோயாளர், கண்பார்வை இழந்தோர், காலிரண்டும் இழந்தோர் முதலியோரிடம் அன்பு காட்டி, அவர்களுக்கு வேண்டியன வழங்க வேண்டும் என்றும், அதன்மூலம் பேரின்பம் பெறலாம் என்றும் கூறப்படுகிறது (செய்-76). மக்களுக்கு மோட்சவாயிலைக் காட்டி, அதனூடாக, நோயாளரைப் பராமரிக்க மக்களைத் தூண்டும் போக்கும் இந்நூலிலே காணப்படுகிறது.

கருவளம் பேணல்

இந்நூலிலே தாயின் கருவளம் பேணப்படவேண்டும் என்பதற்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. கருப்பையில் உருவான கரு அழிந்து போகாமற் காத்தல், கரு சிதைந்தால் மீண்டும் கருப்பம் தரித்தல், பிறந்த குழந்தைக்கு நோய் ஏற்பட்டால் உடனே அதற்கு மருந்து அளித்தல், குழந்தையை அச்சுறுத்தாமற் பேணி வளர்த்தல் (செய்-70), வளர்ப்பாரில்லாத குழந்தையை ஏற்றுவளர்த்தல், (செய்-7,) முதலான பல கடமைகள் பின்வரும் செய்யுள்ளில் வற்புறுத்தல்படுதல் காண்க.

---

1. சிறுபஞ்சமூலம்! 74, 91, 92 ஆம் பாடற் பொருள்களை நோக்குக.

"ஈன்றெடுத்தல் சூல்புறஞ் செய்தல் குழவியை
ஏன்றெடுத்தல் சூலேற்ற கன்னியை ஆன்ற
அழிந்தாளை இல்வைத்தல் - பேர் அறமா ஆற்றி
மொழிந்தார் முதுநூலார் முன்பு".
(செய்-70)

"கலங்காமைக் காத்தல் கருப்பஞ் சிதைத்தால்
இலங்காமை பேரறத்தால் ஈற்றம் — விலங்காமைக்
கோடல் குழவி மருந்து வெருட்டாமை
நாடின் அறம்பெருமை நாட்டு"(72)

உணவுப் போதனை

எல்லோருக்கும் உணவு கிடைக்க வேண்டும், போஷாக்கு அற்ற மக்கட் சமூகம் நோய்க்கு ஆளாகின்றது. எல்லாச் சூழலிலும் வாழ்வோருக்கும் நல்லுணவு கிடைக்கின்றதா என அவதானிக்கும்படி கூறுவதன் மூலம் மறைமுகமாக உணவளிக்கும் பிரசாரத்தில் இந்நூலாசிரியர் மிகவும் கவனம்காட்டுகிறார். சிறைக்கைதிகள், பசித்தோர், உடல் ஊனமுற்றோர், தன்முயற்சியால் உழைத்துண்ண இயலாதோர், பாலர், முதியோர் ஆகிய பல்திறப்பட்டோருக்கும் உணவு, உடை, உறையுள். மருந்து ஆகியன வழங்கி, உதவவேண்டும் என்ற கருத்தும் (செய்-69, 74, 76). வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது. இச் செயல்கள் புண்ணியச் செயல்களாகக் காட்டப்படுகின்றன. சமூக மருத்துவமாயினும் சரி. உடற்பிணியாளர் மருத்துவமாயினும் சரி சிகிச்சை அளித்தல் பாவ புண்ணிய அடிப்படையிற் கூறப்பட்டுள்ளது. இந் நூலாசிரியர் பொது மக்களுக்கு மோட்ச வாயிலைக் காட்டி, அவர்களை நற்பணிகளில் ஈடுபடச் செய்விக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளார் (செய். 64,80).

வள்ளுவர் வழியிலே காரியாசானும் புலால் உணவை மறுக்கின்றார். கொன்றான், கொலைக்குடன்பட்டான், கொன்றதுகொண்டான், கொன்றது அட்டான், உண்டான் யாவருக்கும் கொலைப்பாவம் உண்டு (செய், 68) எனக் கூறி, ஊன் உணவை மறுத்துள்ளார். இது பாவச் செயலைத் தடுப்பதாகக் காட்டப்பட்டாலும், மருத்துவ நோக்கிலே ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கும் பொருத்தமானதே.

சுற்றுடல் பேணல்

குளந் தொட்டு சோலையமைத்தல், வளந் தொட்டுக் கிணறு தோண்டல் ஆகிய நிழல், நீர் அறங்களைச் செய்யத் தூண்டுகிறார். குடிநீர்க் கிணறுகளைத் தோண்டத் தூண்டுதலும் ஆரோக்கியத்தின் பாற்பட்டதே யாகும்.

ஒழுக்கநெறிப் போதனை

மக்களை நன்னெறிப்படுத்தும் போதனைகளாக மனக்கட்டுப்பாடு, சமூக ஒழுக்க நெறி என்பன மட்டுமன்றி, "கற்புடைய பெண் அமிழ்து." செய்-2), 'பொய்யாமை நன்று', "கொல்லாமை நன்று" (செய்-37), "நீர் அறம் நன்று, நிழல் நன்று, (செய்-61)'ஈவது விலக்கேல்' (செய்-99) முதலான பொதுக் கோஷங்களும் மனித சமூகத்தை ஆரோக்கிய நெறிப்படுத்தும் தகையனவாக இந் நூலிற் காட்டப்படுகின்றன.

திருமந்திரத்திற் கருஉற்பத்தி பற்றிய கருத்துக்கள்

தமிழ் இலக்கியப் பரப்பிலே உள்ள நூல்களிற் சித்தர் பரம்பரையில் வந்த திருமூலர் பாடிய திருமந்திரம் பத்தாம் திருமுறையாகக் கணித்து ஆத்ம ஞான நூலாகப் போற்றப்படும் அதேவேளையிற், சிறந்த மருத்துவக் கருவூலமாகவும் கருதப்படுகிறது. சித்தர் அறிவுக் களஞ்சியமே சித்தமருத்துவம். சித்தர் பரம்பரையில் வந்தவரே திருமூலர். எனவே திருமந்திரத்தில் மருத்துவக் கருத்துக்கள் இடம்பெறுதல் ஆசிரியரின் ஆளுமையை வெளிக்காட்டும் பண்பாகும். திருமந்திரத்திற் பொதிந்துள்ள மருத்துவக் கருத்துக்கள் அத்துறை வல்லவர்களால் இன்னும் முழுமையாக வெளிக்கொணரப்படவில்லை. மேலைநாட்டு மருத்துவக் கருத்துக்களும், சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவக் கருத்துக்களும் ஒன்றிணைந்த நிலைப்பாடுடைய சிந்தனைகளைத் திருமந்திரத்திலே காணக்கூடியதாக இருக்கின்றது. அவ்வகையிற் கரு உற்பத்தி பற்றிய எத்தகு மருத்துவ சிந்தனைகளைத் திருமந்திரம் கொண்டுள்ளது என்பதனை ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

மனிதன் பிறந்து உலகில் வாழும்போது அடையும்பேறு, இழவு, இன்பம், மூப்பு, பிணி, சாக்காடு என்னும் ஆறு அவத்தைகளுக்கும் காரணம் ஆவது கரு உற்பத்தியே யாகும் என்பதைத் திருமந்திரம் குறிப்பிடுகிறது. பழந்தமிழ் நூல்களிற் கரு உற்பத்தி பற்றித் தொல்காப்பியம் - கற்பியல் 187 ஆம் சூத்திரமும், களவியல்- 122 ஆம் சூத்திரமும், ஆசாரக்கோவை 42 ஆம் பாடலும் குறிப்பிடுகின்றன. ஆயினும்தற்கால விஞ்ஞானரீதியான கருத்துக்களுக்கு அமைவான முறையிலே திருமந்திரம் கூறும் கருத்துக்கள் ஆழ்ந்து நோக்கத்தக்கவை. திருமந்திரம் ஏழாம் தந்திரத்தில் வரும் விந்துசயம், போகசரவோட்டம் என்ற பகுதிகள் இதற்குச் சான்றுகின்றன.

கருத்தோற்றம் பற்றி ஆராய்வதற்கு முன்பாக உயிர்பற்றியும் அறிந்துகொள்ளுதல் அவசியமாகின்றது. கருவுக்கு மூலாதாரமானது உயிர். திருமந்திரத்திலே அருவப்பொருளாகிய உயிர் உருவப் பொருளாகிய உடலுடன் தொடர்புகொள்ளும்

விதம் விளக்கப்படுகின்றது. உருவப்பொருளினுள் அருவப்பொருள் இயங்குகின்றது; ஒரு குறிப்பிட்ட வழியிற் பொருட்கள் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்து புதுப்பொருளாக உருவெடுப்பதுதான் உயிர்களின் அறிகுறி; எல்லாச் சத்திகளையும் ஒன்றாக இசைந்து கூட்டி அமைப்பதில் ஏற்படுகின்ற சக்தி ஒன்றே உயிர் அல்லது குண்டலினி சக்தி எனப் பலவாறு கூறப்படுகின்றது. நவீன அறிவியலின்படி பஞ்சபூதச் சேர்க்கையினால் அமிலம் என்ற நீர்மையும் நிகழ்வும் சலனமும் கொண்டதொரு உயிர்ப்பொருள் தோன்றுகிறது. உயிர்தோன்ற அதற்குரிய சூழ்நிலை, வெப்பம், உணவு, நீர் என்பன தேவை, உயிருக்கு வளர்ச்சியுண்டு; உயிர் முதலிற் கடலிற்றோன்றியது என்பது அறிவியல். இதனைத் தசாவதாரக் கோட்பாட்டுடன் தொடர்புபடுத்தித் 'திருமாலின் மச்ச அவதாரத்திற்குத் தத்துவார்த்த விளக்கம் கூறுவதும் நோக்கத்தக்கது.

உயிரானது உடலுடன் கூடும்போது இருபத்தைந்து தத்துவங்களால் இணைகின்றது என்றும், அவையாவன நுண்ணுடலில் தங்கியுள்ள நுண்மை ஐந்தும் (சுவை, ஒளி ஊறு, ஓசை, நாற்றம்), அறிதற் கருவி ஐந்தும் (மெய், வாய், கண், மூக்கு. செவி), செய்தற்கருவி ஐந்தும் (கை, கால், வாய், எருவாய், கருவாய்), பஞ்சபூதம் ஐந்தும் மற்றும் காரணம்' எண்ணம், மனம், எழுச்சி, இறுப்பு முதலான ஐந்தும் சேர்ந்த இருபத்தைந்தாகும். முற்பிறப்பிற் பிரிந்து போன இருபத்தைந்து தத்துவங்களையும் இறைவன் ஆண்வித்துவில் படைக்கிறான். மூலகர்ப்பாசயத்திலிருந்து எவ்வெக்காலத்து எவை எவை அந்த அந்தச் சிசுவளர்ச்சிக்கு இன்றியமையாதனவோ அவற்றை இறைவன் படைக்கிறான்.

> ஆக்குகின்றான் முன் பிரிந்த இருபத்தஞ்
> சாக்குகின்றனவ ஞதி எம் ஆருயிர்
> ஆக்குகின்றான் கர்ப்பக் கோளகை
> யுள்ளிருந்து
> ஆக்குகின்றான் அவன் ஆவதறிந்தே!
>
> (திருமந்திரம் - 4 51)

இப்பாடல் சித்த மருத்துவ தத்துவப்படி ஜீவாத்மாவானது பரமாத்மாவை அடையும்வரை மீண்டும் மீண்டும் பிறக்கும் எனும் தத்துவத்தைப் பாடுகிறது. இதே கருத்தையே திருமந்திரத்தின் 463ஆம் பாடலும் கூறுகின்றது. 460, 461. 467, 468 ஆம் பாடல்களில் உடல் எவ்வாறு அமைந்தது என்று விளக்கப்படுகின்றது.

திருமந்திரத்திற் கூறப்படும் கருத்துப்படி உயிரானது விந்து உருவத்திலேயே தோன்றுகின்றது என்றும், அவ்வுயிர் ஆணில் இருதிங்களும் பெண்ணிற் பத்துத் திங்களும் தங்கும் என்றும் கூறப்படுகின்றது.

> குயிற்குஞ்சு முட்டையைக் காக்கைக்
> கூட்டிலிட்டால்
> அயிர்ப்பின்றிக்காக்கைவளர்க்கின்றதுபோல்
> இயக்கில்லை போக்கில்லை ஏனென்பதில்லை
> மயக்கத்தால் காக்கை வளர்க்கின்றவாறே'
>
> (திருமந்திரம் - 488)

உடல் தொழிலியலின்படி விதை(testes) யிலிருந்து உருவாக்கப்படும் விந்தானது ஆகக்கூடியது இருமாதங்கள் விதைமேற்றிணிவிற் சேமித்து வைக்கப்படும் என்றும், அங்கு அதற்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்தானது விந்திலேயே சேமித்து வைக்கப்பட்டுள்ளது என்றும் அறியப்படுகின்றது. இக்கருத்து திருமந்திரத்தில் கரு உற்பத்திப் பகுதியிற் கூறப்படுகின்றது.

அசையும் தன்மைகொண்ட விந்துவானது ஆண் பெண் சேர்க்கையின் போது கருப்பையை அடையின் பெண்ணின் சூலுடன் கருக்கட்டும். இங்கு கருக்கட்டலுக்குரிய காலம் என்று கூறப்படுவது சூல் கொள்ளப்படுவதற்குரிய காலமாகும். திருமந்திரத்தில் ஆண் பெண் சேர்க்கைக்குரிய நல்ல காலங்கள் எவை என்பது குறிப்பிடப்பட்டுள்ளமையை 'மாயா வசத்தே சென்று, (1939) எனவரும் பாடலும் " ஆறைந்து பன்னொன்று ..... (1940) எனவரும் பாடலும் விளக்குவதைப் படித்து இன்புறலாம். இதுபோன்றே புணர்ச்சிக்கு உகந்த நேரம் இரவுப் பொழுதே என்பதைச்" செய்யும் அளவில் திருநாள்..." (1941) என்ற திருமந்திரப் பாடல் விதந்தோதுகின்றது.

பூவிலுள்ள மகரந்தத்தைக் காற்று எடுத்துச்சென்று எங்கும் பரப்பிப், பெண்ணின் அண்டகோசத்திற் படியச்செய்து, தாவரக்கருவை வளர்ப்பது போல, மனித உடலிலேயுள்ள தனஞ்சயன் எனும் வாதநாது ஆண்விந்துடன் எழுந்து பெண்கருவில் நுழைகிறது என்பதைப் ,, பூவின்மணத்தைப் பொருந்திய...... ,, (456) என்ற திருமந்திரப் பாடல் விளங்குகின்றது. வாதமில்லாமல் அசைவில்லை. எனவே தனஞ்சயனின் தொழிற்பாட்டால் வெளியேறும் விந்து, ஆகாயபூதத்தை முக்கியமாகக் கொண்டு சுரோணிதத்தை யடைகின்றது என்பதே திருமந்திர விளக்கமாகும், ஆண் பெண் புணர்ச்சியித் சுக்கிலத்தின் விந்தும் (sperm) சுரோணிதத்தின் சூலும் (ovum) ஆகிய எளிய கலங்கள் இணைவதனுற் கருதோற்றம் பெறுகிறது. இக்கரு பெண்ணின் சூலகக் கானில் (Fallopian tube) உற்பத்தியாகின்றது. எனவே அதன் வளர்ச்சிக்குக் கருப்பை அவசியமாகிறது என்பதைப் " புருடன் உடலிற் பொருந்தும் ..." என்ற திருமந்திரப்பாடல் வலியுறுத்துகின்றது.

கருப்பையைச் சென்றடைந்த விந்து சூலுடன் இணையும்போது, விந்தினுள் அமைந்துள்ள பிராணவாயு கருவினுள் அமைந்து நீர்க்குமிழி போன்று உருவம் பெறுகின்றது. இதனை உதானவாயுபெனும்; அபானவாயு கருவைச்சூழ அமைந்து காவல் செய்கின்றது என்பதைப் பின்வரும் பாடல் விளக்குகின்றது:

" விழுந்தது லிங்கம் விரிந்தது யோனி
ஒழிந்த முதல் ஐந்தும் ஈரைந் தோடேறிப்
பொழிந்த புனல் பூதம் போற்றுங் கரணம்
ஒழிந்த நுதல் உச்சியுள்ளே ஒழித்ததே."

(திருமந்திரம் 455)

கருவானது கருப்பைச் சுவரிற் பதியப்பட்டு வளர்ச்சி பெறும். மூன்று மாதங்களின் பின் சூல்வித்தகம் (placenta) எனும் ஒரு அமைப்பு உருவாகி, தாய்க்கும் சேய்க்குமிடையில் ஒரு இணைப்பை உண்டாக்குகின்றது. இது தொப்பூள் கொடியால் நடைபெறுகின்றது. இதன்மூலமாக உணவு, ஓமோன் முதலியன குழந்தைக்குக் கடத்தப்படுகின்றன. அதேபோன்று சிசுவிலுண்டாகும் கழிவுப்பொருட்கள் தொப்பூள்கொடி மூலம் தாயின் உறுப்புக்களினூடாக வெளியகற்றப்படுகின்றன. எனவே கருவிலுள்ள குழந்தையின் வளர்ச்சி தாயிலேயே தங்கியுள்ளது. தாயின் குருதியிலேற்படும் மாற்றங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பாதிக்கின்றன என்பதைத் திருமூலர் வரும்பாடலிற் குறிப்பிடுதல் காண்க:

"ஏயங் கலந்த இருவர் தங்காயத்துப்
பாயுங் கருவும் உருவா மெனப்பல
காயங் கலந்தது காணப் பதிந்தபின்
மாயங் கலந்த மனோ லயமானதே."

(திருமந்திரம் -459)

தாயின் குருதியிலேற்படும் மாற்றங்கள் மட்டுமன்றி, உடல்நலத்தில் ஏற்படும் மற்றும் குறைபாடுகளும் கருவிலுள்ள குழந்தையைப் பாதிக்கின்றன. இதனை வரும் பாடலாற் சுட்டிக்காட்டல் பொருத்தமாகும்.

" மாதா உதரம் மலமிகில் மந்தனும்
மாதா உதரம் சலமிகில் மூங்கையாம்
மாதா உதரம் இரண்டொக்கில்
கண்ணில்லை
மாதா உதரத்தில் வந்த குழவிக்கே "

(திருமந்திரம்- 481)

இப்பாடல் தாயின் மலம், சலம் என்பவற்றால் உருவாகும் நீர்த்தன்மை ஏற்படுத்தும் பாதிப்பினை விளக்குகின்றது. தாயின்உடலில் மலம், சலம் தேங்குவதால் குருதியில் ரொக்ஸின் (Toxin) என்ற திரவம் உற்பத்தியாகி தொப்பூள் நாண்மூலம் சென்று சிசுவைப் பாதிக்கின்றது என்பது மருத்துவ உண்மையாகும்,

பிறக்கப்போகும் குழந்தை ஆணோ பெண்ணோ என்று உணரக்கூடிய அறிவையும் திருமந்திரம் சரவோட்டம் என்ற பகுதியிற் குறிப்பிடுகின்றது. ஒரே நேரத்தில் மூக்கின் இரு துவாரங்களினூடாகச் சுவாசம் நடைபெறுவதில்லை: ஒவ்வொரு 5 நாழிகைக்கு ஒருதரம் வலம் பின்பு இடம் என மாறி மாறிச் சுவாசம் நிகழும். புணர்ச்சியின் போது சரஓட்டம் வலதுபக்கச் சுவாசம் (பிங்கலை) நடைபெற்றிருப்பின் பிறக்கும் மகவு ஆணாகவும், இடதுபக்கச் சுவாசம்

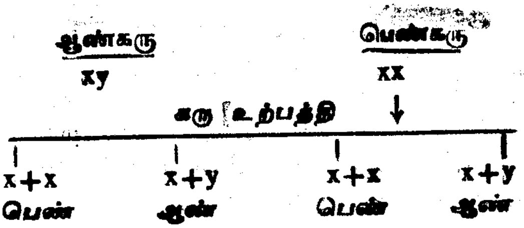
(இடகலை) இடம்பெற்றிருந்தால் பிறக்கும் குழந்தை பெண்ணாகவும் இருவழியாகவும் சுவாசம் நிகழ்ந்து இருந்தால் குழந்தை அலியாகவும் பிறக்கும். அத்துடன் புணரும் போது அபானவாயு எதிர்த்து வருமாகில் பிறப்பது இரட்டைக் குழந்தையாகும். இத்தகைய கருத்துக்களை "குழவியும் ஆணும் வலத்துவாயில்...... (482) என்ற திருமந்திரப்பாடல் விளக்குதல் நோக்குக.

குழந்தையினுடைய இலிங்க நிர்ணயத்தைப் பொறுத்தவரை புணர்ச்சியின்போது x y என்ற நிறமூர்த்தம் வெளியேறினால் ஆண்சிசு என்றும், xஎன்ற நிறமூர்த்தம்வெளியேறும்போது பெண்சிசு என்றும், இரண்டும் சமனாகத் தோன்றின் அலி என்றும் பின்வரும் திருமந்திரப்பாடலிற் கூறப்படுகின்றது:

"ஆண் மிகில் ஆணாகும் பெண்மிகிற் பெண்ணாகும்
பூணிரண் டொத்துப் பொருந்தில் அலியாகும்
தாண்மிகு மாகில் தரணி முழுதாளும்
பாணவ மிக்கிடிற் பாய்ந்ததுமில்லையே".

(திருமந்திரம் 478)

விஞ்ஞானக் கருத்துப்படி மனிதனிற் காணப்படும் இருபத்துமூன்று சோடி நிறமூர்த்தங்களில் ஒருசோடி இலிங்க நிறமூர்த்தம் என்றும் ஏனைய 22 சோடிகளும் தன் நிறமூர்த்தம் என்றும், கூறப்படும். இலிங்க நிறமூர்த்தம் மட்டுமே இலிங்க நிர்ணயம் செய்கின்றது. இவற்றிற் பெண்ணுக்குரிய நிறமூர்த்தம் x x என்றும், ஆணுக்குரியன x y என்றும் கூறப்படும், இவை பெண்ணில் x x எனும் அமைப்பிலும், ஆணில் x yஎனும் அமைப்பிலும் காணப்படுகின்றன. பெண்ணில் பிரிவுக்குட்பட்ட சூல் x எனும் அமைப்பில் இருக்கும். இதனை வருமாறு அட்டவணையிட்டுக் காட்டலாம்:-



கருப்பையை அடைந்த வித்துகளில் எது சூலை அடைந்து கருக்கூட்டுகிறதோ அதனைப் பொறுத்தே இலிங்க நிர்ணயம் செய்யப்படும். x வித்து சூலை அடையின் x x எனும் பெண் குழந்தையும், y வித்து சூலை அடையின் x y எனும் ஆண்குழந்தையும் உண்டாகும். இவ்வாறான அமைப்பின்படியின்றி, காலப்பிரிவில் ஏற்படும் தவறினால் குழந்தை x o ஆக அமையின் அலியாகும். இவ்வாறாக ஏற்படும் கருத்தோற்றம் பற்றித் திருமந்திரப் பாடல்கள் விரிவாக விளக்குகின்றன.

சரஓட்டத்திலே உயிர்க்காற்று அளவிற் குறையின் பிறக்கும் குழந்தை குறளாகவும், உள்மூச்சு நெடுந்தொலை ஓடி களைப்பு அடையின் குழந்தை முடமாகவும், மூச்சு இடைநிலைப்பட்டிருந்தால் குழந்தை கூனாகவும் பிறக்கும் என்றும், இவற்றை ஆண்களின் சுவாச — சரஓட்டத்தின் மூலமே கணிக்கப்படும் என்றும், 'பாய்கின்ற வாயு குறையிற் குறளாம்...' (480) என்ற திருமந்திரப் பாடல் விளக்குகின்றது.[1]

குழந்தை தாயின் கருவில் இருக்கும் காலம் பத்து மாதங்கள் என்பதை 437ஆம் 467ஆம் பாடல்கள் கூறுகின்றன. குழந்தை கருப்பையில் இருக்கும் காலம் மேலைத்தேய மருத்துவத்தின்படி ஒன்பது மாதங்களும் சில நாட்களும் என்று கணிக்கப்படுகிறது. இருப்பினும் சித்தமருத்து வரும் மேலைத்தேய மருத்துவரும் இதனை அண்ணளவாகப் பத்துமாதம் என்றே கூறுகின்றனர். திருமூலர் "உருவம் வளர்ந்திடும்..." (485). "அறிகின்ற மூலத்தின்......" (452) என்ற பாடல்களிற் கரு வளர்ச்சிக் காலம் பற்றிக்குறிப்பிடுகின்றார். மேலைத்தேய மருத்

1. இக்கட்டுரை ஆக்கத்தில் சித்தமருத்துவ இறுதி வருடமாணவி செல்வி சாந்தநாயகி பரமலிங்கம் அவர்களின் உதவி பெறப்பட்டது.

துவத்தின்படி பிரசவ நாள் வருமாறு: உதாரணமாகப் பெண்ணின் கடைசி மாதவிடாய் திகதி 2 மார்கழி 1989 என்று கொண்டால், குழந்தை பிறக்கும் திகதி, (கடைசித் தேதி +7 நாட்கள்) 9ஆம் திகதி புரட்டாதி 1990 ஆகும்.' எனவே 10 மாதம் என்பதில் தவறில்லை, இதனையே பட்டினத்தாரும் 'முந்தித் தவங்கிடந்து மூந்நூறுநாள் சுமந்து 'என்று பாடினர்.

உருவப்பெறல் என்ற விடயம்பற்றி 'போகத்துள் ஆங்கே புழுபுகுந்த... (465) என்ற பாடல் பின்வரும் விளக்கங்களைத் தருகின்றது. கருவில் புகுந்த உயிர் தனது கோசம் வழியாக உடலைக் கொண்டுவந்து இவ்வுலகத்து 25 தத்துவங்களுடன் மாயையை முதற் காரணமாகக்கொண்டு, ஒரு வினை மூட்டையாகிய உடலை விளைவிக்கும்' அன்னமயம், பிராணமயம், மனோமயம், விஞ்ஞானமயம், ஆனந்தமயம் என்ற பஞ்ச கோசத்தையும் தோற்றுவித்து, ஐம்பூதம், தன்மாத்திரைகள் 5, சூக்குமதேகக் கருவிகள் 8 ஆகியவற்றைச் சேர்த்து உடலை ஈய்ந்தது எனக்கூறுவர். கருப்பையினுள் உருவம் பெற்றகரு எவ்வாறு நரம்பு, எலும்பு தசை, இரத்தம் என்பன பெற்று வளர்கிறது என்பதை 461 ஆம் பாடலிலே திருமூலர் காட்டுகின்றார்'

பிண்டோற்பத்தியில் ஐம்பூதங்களின் தொழிற்பாடுபற்றி "உன்னிய கர்ப்பக்குழாய் ...", "உதகமுதிர முறுங்கனல்..." என்ற பாடல்கள் விரிவாக விளக்குகின்றன. கருக்குழியை ஆகாயமாகவும், நாதம் பிருதுவியாகவும், சுக்கிலம் வன்னிவாயுவாகவும் பாவித்துக் கருவளர்ச்சிக்கு இடமளிப்பது கருப்பை எனவும், கருவைத் தோற்றுவித்து அதற்கு வேண்டிய உணவு அளிப்பது நாதம் எனவும் வளர்ச்சிக்குத் தேவையானசூட்டையும் வாயுவையும்விந்து பெற்றுள்ளது எனவும் விந்து சூட்டையும் வாயுவையும் நாதத்திற்குக் கொடுத்து, தொழில் புரிவதால் நாதம் கருவாக வளர்கிறது எனவும், 'உதகமாகிய நீர்' யாவற்றையும் செம்மையாகவும் செழிப்பாகவும் வளரச் செய்யும் எனவும் கூறப்படுகின்றது. மேலும் உதகமான நீர் தனது சூட்டின் தன்மையாலும் வாயுவின் தன்மையாலும் செந்நீராக (இரத்தம்) மாறி, உறுப்புக்களை உண்டாக்குகின்றது. எனவே நீர்போன்ற இரசதாதுவிலிருந்து, இரத்ததாது உண்டாகி அப்பால் ஏனைய தாதுக்கள் 'தோன்றுகின்றன (திருமந்திரம் 461).

பிறக்கும் குழந்தை பெற்றோரின் இயல்பைப் பெற்றிருக்கும் என்பதை 'மாண்பதுவாக வளர்கின்ற வன்னியுமி....' (477) என்ற பாடல் விளக்குகிறது. தாயைப் போல் பிள்ளை என்பதால் குழந்தையின் உடலமைப்பு தாயைப்போலவும், தந்தையறிவு மகனறிவு என்பாதால் குழந்தையின் உணர்வின் இயல்பு தந்தையைப் போன்றிருக்கும் என்பதைத் திருமூலர் குறிப்பிடுகிறார். குழந்தையிற் பரம்பரைப் பதிவு அமைதலை இது சுட்டுகின்றது எனலாம்.

மேலைத்தேய மருத்துவத்தில் இன்னும் ஆராயப்படாததும் கண்டுபிடிக்கப்படாததுமான விடயம்தான் குழந்தையினுடைய ஆயுள். இதனைத் திருமந்திரம் மட்டுமே கூறுகின்றது. 479ம் திருமந்திரப் பாடலிலே இதனைத் திருமூலர் குறிப்பிடுகிறார்.

'பாய்ந்தபின் னஞ்சோடில் ஆயுளும் நூறாகும்
பாய்ந்தபின்னாலோடில் பாரினில் எண்பதாம்
பாய்ந்திடும் வாயுப் பகுத்தறிந் திவ்வகை
பாய்ந்திடும் யோகிக்குப் பாய்ச்சலுமாமே"

(திருமந்திரம் 479)

புணர்ச்சியின்போது வெளிப்படும் காற்று ஐந்து பூதங்களினோடும் செல்கையில் ஆயுள் நூற்றாண்டுகள் என்றும், நான்கு பூதங்களினோடும் செல்கையில் ஆயுள் எண்பது ஆண்டுகள் என்றும் இப்பாடலிற் கூறப்படுகிறது. இதனை ஆதாரபூர்வமாக விளக்க எதுவித ஆராய்ச்சிகளும் நடைபெற்றதாகத் தெரியவில்லை.

விந்துஜயம் பற்றியும் திருமந்திரம் கூறுகிறது. உண்ட உணவு உடலில் ஏழு தாதுக்களாக மாறுகின்றன. அவற்றில் அன்னச்சாறு, இரத்தம், சுக்கிலம் ஆகிய மூன்றும்

புல்நுனி நீர்போல் கூடுவதே விந்தாகும். இது 21 நாள்வரை உடம்பில் வளரும். அதன் பின் 3 நாள்வரை 'உடல்விந்தாக' இருக்கும். பின் மனவிந்து ஆக மாறும். காம எண்ணத்தால் விகாரப்படும்போது உடல் விந்து கீழிறங்கி அழியும். உடல் விந்து அழிந்தால் உடலும் அழியும், ஞான உணர்வால் குண்டலினி என்னும் மூலாக்கினி மூலம் உடல்விந்தினை உயரே எழுப்பினால் 'உடல்விந்து' வற்றி விந்து ஜயம் உண்டாகும் என்பதைப் பின்வரும் பாடல் விளக்குகிறது:-

"விந்துவும் நாதமும் மேவக் கனல்மூல
வந்த வனன்மயிர்க் கால்தோறும் மன்னிடச்
சிந்தனை மாறச் சிவமக மாகவே
விந்துவு மாளுமெய்க் காயத்தில் வித்திலே" (1963

இவ்வாறு விந்துஜயம் பெற்றவர்கள் யோகிகள். இவர்கள் போகம் செய்தால் விந்து கீழிறங்காது என்றும், அவர்கள் மனம் ஞான ஒளியிற் பொருந்தியுள்ளமையால் விந்து நீக்கம் செய்யார் என்றும் திருமூலர் வருமாறு பாடுகிறார்:

"மாதரிடத்தே செலுத்தினும் அவ்விந்து
காதலி னுல்விடார் யோகங் கலந்தவர்
மாதர் உயிராசை கைக்கொண்டே வாடுவர்
காதலர் போன்றங்ஙன் காதலாம் காற்றிலை." (1961)

"பூசுவன வெல்லாம் பூசிப் புலர்த்திய
வாச நறுங்குழல் மாலையுஞ் சாத்திக்
காயக் குழலி கலவி யொடுங்கலந்து
தூசித் துளையுறக் தூங்காது போகமே" (825)

மேல்நோக்கிய வணணம் சக்தியையும் சிவனையும் நினைத்துப் போகம் மேற்கொண்டால் காமவாயு தொழிற்படாது என்றும், அதன் மூலம் சுக்கிலம் நீக்கம் ஏற்படாது என்றும், அது மூலாதாரம் தொடங்கிச் சிரசைச் சென்றடையும் என்றும், அப்போது நாதமாகிய சிவனையும் விந்துவாகிய சத்தியையும் சிரசிற் கண்டறிவான் என்றும் பாடுகிறார்.

"போகத்தை யுன்னவே போகாது வாயுவும்,
மோகத்தை வெள்ளியு மீளும் வியாழத்தில்
சூதொத்த மென்முலை யாளும் நற்சுதனுந்
தாதிற் குழைந்து தலை கண்டவாறே." (826)

கானகம் சென்று கடுந்தவம் புரியாது, இல்லறத்திலிருந்து இன்பப்பேறெய்தலாம் என்பார் கருத்து இதுவே. இருவரும் சிரசின்மேல் நாதத்தையும், விந்தையும் கண்டு போகம் அனுபவிப்பதால் விந்துஜயம் உண்டாம் என்றார். இதனைப் பின்வரும் பாடல்கள் விளக்குதல் காண்க.

"கண்டனுங் கண்டியுங் காதல் செய்யோகத்து
மண்டலங் கொண்டிரு பாலும் வெளிநிற்கும்
வண்டியை மேற்கொண்டு வானீர் உருட்டிடத்
தண்டொரு காலுந் தளராது அங்கமே (827)"

"அங்கப் புணர்ச்சியு மாகின்ற தத்துவ
மங்கத்தில் விந்து வருகின்ற போகத்துக்
பங்கப் படாமற் பரிகரித்துத் தம்மைத்
தங்கிக் கொடுக்கத் தலைவனு மாவே." (828)

திருமந்திரம் ஒரு ஆன்மீக நூல் என்பதை நிலையாமைக் குரிய 467, 468ம் பாடல்கள் மூலம் உணரமுடிகின்றது. திருமூலரது கருத்தோற்றம் பற்றிய விளக்கங்களானவை மேலெழுந்தவாரியாக நோக்கும் போது விளங்குதல் கடினமாகத் தோன்றினாலும் மருத்துவ அடிப்படையில் ஆராயும் போது மேனாட்டு மருத்துவக் கருத்துக்களுடனும் சித்த மருத்துவக் கருத்துக்களுடனும் ஒத்துச் செல்வதைக் காணலாம். எனவே திருமந்திரத்தை மருத்துவ அறிஞர்கள் தமிழ் அறிஞர்களுடன் இணைந்து ஆராயும்போது மருத்துவத்துறைக்குத் திருமந்திரமும் நல்ல கருவூலமாகலாம்.

திருமந்திரம் கூறும் யோகநெறியும் ஆரோக்கிய வாழ்வும்

சித்தர் பாரம்பரியத்திலே தோன்றிய திருமூலர், அறுபத்துமூன்று நாயன்மார்களில் ஒருவராவர். இவர் இயற்றியருளிய திருமந்திரம் பத்தாம் சைவத்திருமுறையாகப் போற்றப்படுகின்றது. இந்நூல் பற்றிய முழுமையான ஆய்வுகள் இதுவரை மேற்கொள்ளப்பட்டதாகவும் அறியமுடியவில்லை. தத்துவார்த்தக் கருத்துக்கள் மூலம் ஆத்மசாதனைகளை உலகுக்கு அளித்தவர்கள் அனுபூதி பெற்ற சித்தர்கள் உடல் எய்தும் முடிபினைக் குறித்துப் பல்வேறு கருத்துக்களைக் கூறிய சித்தர்களது தத்துவமே, "காயசித்தி உபாயம்." வைத்தியமுறைகள், மனோதத்துவவியல், மெய்ஞ்ஞானதத்துவம், சரீரயோகசித்தி என்ற வழிகளைப் போதித்துச் சமுதாயத்தைக் காப்பதே சித்தர்களின் குறிக்கோள். இவ்வகையிலே திருமூலரின் திருமந்திரம் மெய்ஞ்ஞானத் தத்துவங்களோடு சிறந்த மருத்துவவியற் கோட்பாடுகளையும் கொண்டிலங்குகின்றது. இந்நூல் மருத்துவநூல் என்று கூறத்தக்கவகையில் இதிலிடம் பெறும் கருத்தோற்றம், கருவளர்ச்சி, நாடிசாஸ்திரம், அமுரிதாரணை, அட்டாங்கயோகம், விந்துஜயம், பரியாங்கயோகம் முதலான பகுதிகள் சிறந்து காணப்படுகின்றன. இவற்றுள் அட்டாங்கயோகநெறி பற்றித் திருமூலர் கூறிய கருத்துக்கள் இங்கு ஆராயப்படுகின்றன.

திருமந்திரத்தின் மூன்றும் தந்திரத்தில் அட்டாங்கயோகம், அட்டமாசித்தி, கேசரி யோகம், பரியாங்கயோகம், சந்திரயோகம் என்ற விடயங்கள் விளக்கப்படுகின்றன. யோகமானது உடல், உயிர், உள்ளம், சமூகம் இவற்றின் ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கு வழிவகுக்கின்றது. சுகவாழ்வுக்கு நிறையுணவு, உடல்ஆறுதல், மனஆறுதல் (mental relaxation), வேலை, உடற்பயிற்சி, நித்திரை, நற்பழக்கவழக்கங்கள். சுமூகமான சுற்றுடல் என்பன அவசியமாகின்றன. மேற்கூறிய காரணிகளுள் உணவைத் தவிர்ந்த ஏனையவற்றை மனிதனின் மனமே ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் தன்மை பெற்றது. எனவே மன ஆரோக்கியமே சுகவாழ்வுக்கு அடிப்படையாகிறது. அத்தகு மன ஆரோக்கியத்துக்கு வழிகாட்டுவதே அட்டாங்க யோகமாகும். அவை வருமாறு:

இயமம் = நன்னடத்தை = தீதகற்றல்
நியமம் = நற்செயல் = நன்றுாற்றல்
ஆசனம் = இருக்கை = இருக்கை
பிராணயாமம் = சரப்பழக்கம் = வளிநிலை
பிரத்தியாகாரம் = புலனடக்கம் = தொகை நிலை
தாரணை = மூச்சடக்கல் = பொறைநிலை
தியானம் = தன்னையடக்கல் = நினைதல்
சமாதி = இரண்டறக் கலத்தல் = நொசிப்பு

இயமம்:

" கொல்லான் பொய்கூறான் களவிலான் எண்குணன்
நல்லான் அடக்கமுடையான் நடுச்செய்ய
வல்லான் பகுந்துஉண்பான் மாசிலான் கட்காமம்
இல்லான் இயமத்திடை நின்றானே "
(திருமந்திரம் - 554)

இத்தகு நல்லொழுக்கங்களே இயமம் எனப்படுகின்றன. இந்நெறிகள் மனஒருமைப் பாட்டுக்கு வழிவகுக்குமெனத் திருமூலர் கருதினர். மனிதனுக்கேற்படும் உடல் தாக்கத்திலும்விட உளத்தாக்கமே ஆபத்தானது. உளத்தாக்கத்தால் உடல்நோய்களேற்பட வாய்ப்பாகின்றது. மனிதவர்க்கத்தின் உயிர் குடிக்கும் நோய்களான அதிகுருதி அமுக்கம், நரம்புத்தளர்ச்சி என்பன மேற்கூறிய காரணங்களினல் ஏற்படுகின்றன. இப்பாடல் குறிப்பிடும் எதிர்க்காரணங்களால் மனிதனின் உடல்நிலையிலும் உளநிலையிலும் சமநிலை பாதிப்படைகின்றது. மனதிலேற்படும் குழப்பம், அமைதியின்மையால் இரப்பையில் அமிலம் அதிகமாகச் சுரக்கப்படுகின்றது. இதனல் குடற்புண் (ulcer), நித்திரையின்மை (Insomnia) ஏற்படுகின்றன. இவை நரம்புத்தளர்ச்சியை ஏற்படுத்தும். நரம்புத்தளர்ச்சி யானது உடலில் விறைப்பு, வலிப்பு (Fits) போன்றன ஏற்படக்காரணமாகின்றது. இவற்றைவிடத் தோலில் வெண்புள்ளி படர்தல் (Leucoderma), தொழுநோய் என்பவற்றல் மனவிகாரமேற்பட்டு மனநோய் (psychiatrie disease) ஏற்படவும் வாய்ப்பு ஏற்படுகின்றது. மனிதனுக்கு நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வமாதலால், திருமூலர் இயமநெறியை மக்களுக்குப் போதித்து, அந்நெறிநிற்போர் இறைவன் திருவடிநிழல் சேர்வர் என்று உயர்வுநெறி கூறினர் எனலாம்.

நியமம்:

நியமம் என்பது நற்செயல் எனப் பொருள்படும். நல்லனவற்றைச் செய்து ஒழுகுதலே நியமம் என்றார் திருமூலர். இவற்றேடு தூய்மை, அருளுடைமை, ஊன் சுருக்கம், பொறுமை, செம்மை, வாய்மை, உறுதி என்ற நெறிகளில், ஒழுகுதலும், கொலை, களவு, காமம் ஆகியவற்றிலிருந்து நீங்குதலும் நியமம் எனப்படுகிறது.

" தவஞ்செயஞ் சந்தோஷம் ஆத்திகம் தானஞ்
சிவன்றன் விரதமே சித்தாந்த வேள்வி
மகஞ்சிவ பூசையொண் மதிகொல்வீர் ஐந்து
நிலம் பல செய்யின் நியமத்தன்னனே "
(திருமந்திரம் 557)

சிவனை உணர்ந்தவரே நியமநெறியில் நிற்கத் தக்கவர். மனத்து எண்ணங்களே செயல்களாக மாறுவதால் நற்சிந்தனை இருப்பின் நல்லொழுக்கம் ஏற்படுகின்றது. பதஞ்சலி முனிவர் இதனைச் சுவாத்தியாயம் என்றார்; அதைத் திருமூலர் சித்தாந்தவேள்வி என்றார். பதஞ்சலி வழிபாடு என்று கூறத் திருமூலர் சிவபூசை என்றார்; ஆகமநெறியில் அட்டாங்கயோகம் பற்றிய விளக்கம் திருமந்திரத்திலே தரப்படுதல் காண்க.

ஆசனம்:

உடலை ஓம்பும் வழிகளில் ஆசனமும் ஒன்றாகும். ஆசனம் என்பது ஒரு அற்புதமான ஆன்மீக ஒழுக்க நெறியாகும். ஒவ்வொருவகை ஆசனமும் உடலின் ஒவ்வொரு உறுப்பையும் வலிமையடையச் செய்கிறது. ஆசனம் உடலுக்கும் உள்ளத்துக்கும் தேவை

யான உறுதியைக் கொடுத்து நீண்ட ஆயுளுக்கு வழிவகுக்கிறது; புலன்களைத் திறமையாகத் தொழிற்படச் செய்யவும், புலன்களுக்கு அடிமையாகாமல் தடுக்கவும் உதவுகின்றது. இளைஞர்களுக்கு அறிவை வளர்க்கவும், உடலின் உள்ளுறுப்புகளை மென்மையாக்கி அவற்றின் செயலாற்றலைப் பெருக்கவும், அவற்றில் நோய் காரணமாகக் கோளாறு ஏற்படின் அவற்றைப் போக்கவுமான நுணுக்கமான பணியைச் செய்கின்றது. இரத்தச் சுற்றோட்டத்தைச் சுறுசுறுப்பாக்கி, இரத்த அழுக்குகளை வெளியேற்ற உதவுகின்றது. நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியைத் தூண்டுகின்றது. அகச்சுரப்பிகளை ஒழுங்காகச் செயற்படுத்தத் தூண்டுகிறது. உடலின் தாக்கத்தால் மட்டுமன்றி மனதின் தாக்கத்தினுலும் உற்பத்தியாகும் அளவுக்கதிகமான ஓமோன்களைக் (Hormones) கட்டுப்படுத்துகின்றது.

ஆசனம் என்பது இருக்கை எனப்பொருள்படும். யோகப்பயிற்சி மேற்கொள்வோர் நீண்டநேரம் அசைவற்றிருக்கப் பழகிக்கொள்ளவேண்டும். இதனைப் பதஞ்சலி குறிப்பிடும்பொழுது தியானத்தில் நிலைத்திருக்கச் சிரமமின்றி மேற்கொள்ளப்படும் ஓர் இருக்கை என்கிறர். இது பலவகைப்படும். சுவத்திகம், பத்மம், பத்திரம், குக்குடம், சிங்கம் என நூற்றுக்கு மேற்பட்ட ஆசனங்களுள. இவற்றுள் பத்திரம், கோமுகம், பங்கயம், கேசரி, சொத்திரம், வீரம், சுகாதனம் ஆகிய ஏழு ஆசனங்களும் உத்தமமெனத் திருமூலர் குறிப்பிடுவர். இவ்வகை ஆசனங்களைச் செய்யும் முறை, அவற்றைச் செய்யும்போது கடைப்பிடிக்கவேண்டிய விதிமுறைகள், இதனுலேற்படும் பலன்கள் என்பனவும் திருமந்திரத்திலே கூறப்படுகின்றன.

உடற்பயிற்சியினுல் உடலின் குருதிச் சுற்றோட்டம் சீராகின்றது; உள்ளுறுப்புக்களுக்கு இரத்தப்பாய்ச்சல் ஏற்படுகின்றது; உடல் அசுத்தங்கள் அகற்றப்படுகின்றன; நோய்தொற்றக்கூடிய வாய்ப்புக் குறைகின்றது. அதிக குருதியமுக்கமுடையோர் இந் நோயினின்றும் குணமடைந்திருக்கின்றனர். யோகாசனத்தின் மூலம் உடல்நோய் மட்டுமன்றி உள்ளத்துக்குப் பயிற்சியும், அதன் கண்ணுள்ள நோயும் அகற்றப்படுகின்றது. மேலும் மூளையின் செயலைத் துரிதப்படுத்தி ஞாபகசக்தியை அதிகரிக்கச் செய்கிறது. மனதிலேற்படும் காமக்குரோத உலோபமதமாச்சரியம் முதலாம் குணங்களை அகற்றுகிறது. இத்தகு இயல்புகளை, ஆற்றல்களைத் தரும் ஆசனங்களிலே திருமூலர் ஐந்துவகை பற்றிக் கூறியுள்ளார்.

எல்லோரும் பயிலத்தக்கது சுவஸ்திகம் என்னும் ஆசனமாம். சுவஸ்திகம் என்பது தொடைக்கும் முழங்காலுக்கும் நடுவே இரு உள்ளங்கால்களையும் செலுத்தி இறுமாந்திருப்பதாகும். பத்மாசனம், இரண்டு கால்களையும் மாறித் தொடைமேல் உள்ளங்கால் மலர்ந்திருக்குமாறு வலித்திழுத்து வைத்திருத்தலாம். பின் அம்மலர்ந்த கால்களின் மேல் இருகைகளும் சேர்த்து மலர்ந்திருக்குமாறு வைத்தல் வேண்டும். நன்ருய் நிமிர்ந்திருந்து நேர் முகமாய் நோக்கவேண்டும். இதனுல் அடிவயிற்றுக்கு இரத்தோட்டம் அதிகரிக்கிறது; பசி அதிகரிக்கிறது; மனம் ஒருமைப்படுகிறது. பத்மாசனம், குற்றமற்ற வலக்காலை வெளித்தோன்றுமாறு இடது தொடையின் மேல் வைத்து, இருமுழந்தாள்களையும் அங்கைகளையும் மேல் நோக்குமாறு அமைத்து, நீட்டி உடம்பைச் செவ்வையாக நிமிர்ந்திருக்குமாறு செய்தலாகும். இதனுல் உடல் தளர்ச்சியின்றிக் கிளர்ச்சியுடன் இருக்குமென்றும் கூறுகிறர். குக்கிடாசனம், சிங்காசனம் பற்றிக் கூறப்பட்ட பகுதியும் நோக்கத்தக்கது.

பிரணுயாமம்:

இது மூச்சையடக்குதல் எனப்பொருள்படும். யோகாசனத்துக்கு இது அடிப்படையானது. உயிருக்கு ஆதாரமான பிராணவாயுவைக் கட்டுப்படுத்தி அதன்பலன் முழுவதையும் உடலுக்குப் பயன்படுத்துவதே பிரணுயாமம் ஆகும். சாதாரண மனிதன் ஒருவன் ஒருநாளுக்கு 27,600 தரம் சுவாசிக்கிறன். இவற்றில் 16,400 சுவாசம் மூலா

தாரத்தில் ஒடுங்குகின்றன. மீதி 13,200 வீணாகின்றன. பிராணாயாமத்தின் மூலம் இவை வீணாகமல் தடுத்துவைக்கப்படுவதால், பிணி, மூப்பு, சாக்காடு என்பன ஏற்படா தென்றும் யூகிசிந்தாமணியிற் கூறப்படு கின்றது. பிராணாயாமம் பற்றித் திருமூலர் வருமாறு பாடுகின்றார்:

"ஏறுதல் பூரகம் ஈரெட்டு வாமத்தால்
ஆறுதல் கும்பம் அறுபத்து நாலதில்
ஊறுதல் முப்பத் திரண்டு அதிரேசகம்
மாறுதல் ஒன்றின்கண் வஞ்சகமாமே".

(திருமந்திரம் 550)

பிராணாயாமமானது பூரகம், கும்பம், இரேசகம் என மூன்று நிலைகளையுடையது. மூச்சையடக்கும் பயிற்சியின்மூலம் இடகலையால் மூச்சை 16 மாத்திரையளவு உள்ளே இழுத்து வைத்திருத்தல் பூரகம் எனப்படும். மூச்சினால் 64 மாத்திரையளவு காற்றை உள்ளே நிறுத்துதல் கும்பகம் எனப் பெயர் பெறும், காற்றை வெளியே விடுதல் இரேசகமாகும். பிராணாயாமத்தின் மூலம் உடல் மென்மையடைந்து ஆகாயத்திற் பறக்கும் சிந்தனைகளுடன் சித்துக்கைகூடுவதோடு, முதுமை நீங்கி இளமை பெறமுடியும் என்கிறார் திருமூலர். மேலும் உடலிலுள்ள பித்தக்குணம் நீங்க வேண்டுமாயின் மூச்சுப்பயிற்சி அவசியமென்று, நடுப்பகலில் இதைச் செய்தால் வாதம் போம் என்றும் மாலையில் மேற்கொண்டால் கபம் நீங்குமென்றும் திருமந்திரம் கூறுகின்றது. உயிர்ப்பு பின்வரும் அளவுகளில் உடலிலிருந்து வெளியேறுகிறது:

நடக்கும்போது 24 விரல் அளவு
ஓடும்போது 42 விரல் அளவு
உண்ணும்போது 18 விரல் அளவு
உறங்கும்போது 50 விரல் அளவு
உடலுறவின்போது 61 விரல் அளவு

இவ்வாறு வெளியேறும் உயிர்ப்பைக் கட்டுப்படுத்தி உடலில் உயிர்ப்பை அதிகரிக்கச் செய்யவேண்டும். உடலுறவைக் குறைத்துக்கொள்வதன் மூலம் இது சாத்தியமாகலாம். ஐந்து நாழிகைக்குட்பட்ட போகம், சுக்கிலம் வெளிவராத போகம் என்பன பற்றியும் பரியங்கயோகம் என்று பிரிவிற் கூறப்பட்டுள்ளன. மேலும் புறமாய் அமைந்த 16 மாத்திரை கால அளவினான காற்றையும் அகமாய் அமைத்துவிடின் அதுவே உயிர்ப்பின் பேறாகும். இத்தகையோர் அளவிலாக் காலம் நீரினுள் மூழ்கியிருந்தாலும், நிலத்தினுட் புதையுண்டிருந்தாலும் உடம்பழியாது வாழ்வார். இவ்வாறுகப் பிராணாயாமத்தை உடலை ஓம்பும் வழியாகக் காட்டுகிறார் திருமூலர்.

பிரத்தியாகாரம் :

புறத்தே இருக்கும் பொருட்களின் கண்ணே ஐம்புலன்களும் இச்சைவழிச் செல்லாது, தன்னுள்ளே இழுத்து, ஆத்மாவுடன் தொடர்பு வைத்தல் பிரத்தியாகாரமாகும். புலன்களை இறைவன்பாற் செலுத்தி இறைசிந்தனையை உணர்த்திக்கொண்டு நிற்றலே பிரத்தியாகாரம் என்கிறார் திருமூலர். இதனால் ஏற்படும் பலன்கள் பற்றித் திருமூலர் வருமாறு கூறுகிறார்:

"சேருரு காலந்திசை நின்ற தேவர்கள்
ஆரிவன் என்ன அரனும் இவனென்ன
ஏருறு தேவர்கள் எல்லாம் எதிர்கொள்ள
காருறு கண்டனை மெய்கண்ட வாறே"

(திருமந்திம் — 636)

இழுப்பு உள்ளவர்க்கு இந்த ஆசனப் பயிற்சி மிகச் சிறந்ததாகும்.

தாரணை :

"மனதைப் புலன்வழிச் செலுத்தாமல் அடக்கிப் புலன்களையும் ஆத்மாவுடன் தொடர்புபடுத்தலே தாரணை ஆகும்.' குறிப்பிட்ட ஒரு பொருளில் மனதைப் பதிய வைத்தலே தாரணை" என்கிறார் பதஞ்சலி. ஆனால் திருமூலரோ, "சிவன்மீது மனதைப் பதிய வைத்தல்" என்கிறார்.

"கோணுமனத்தைக் குறிக்கொண்டு
கீழ்க்கட்டி
வீணைத் தண்டூடே வெளியுறத்
தானோக்கிக்
காணுக்கண் கேளாச் செவியென்
றிருப்பார்க்கு
வாணாள் அடைக்கும் வழியது வாமே"

(திருமந்திரம் 588)

மனதைப் புலன்களினூடே செல்ல விடாது நடுநரம் பினூடாக இறைவனை நோக்கினால் உயிருக்கு அழிவில்லை. இறைவனும் தானுகவே தரிசனமாகின்றார்.

தியானம்:

தியானம், மனிதனை நிதானப்படுத்தி அவனது உணர்ச்சிகளைச் சீர்ப்படுத்தி அவனை நிலைத்திருக்கச் செய்கின்றது. இது தன்னடக்கமாகும். சுத்தமான, காற்றுள்ள, அமைதியான, இயற்கை யோடிணைந்த, மனத்தைச் சஞ்சலப்படுத்தாத இடத்தில், ஒரு மெத்தையில் அமர்ந்து எரியும் பசுநெய் விளக்கை உற்றுநோக்கியவண்ணம் பிராணயாமப் செய்வதே தியானமாகும். தியானத்தி லேற்படும் மனவளர்ச்சியைத் திருமூலர் படிமுறைகளாகக் காட்டுகிறார்.

முதற்படிமுறையில், மனதின் அடித்தளத்திற் புல் எரிதல்போன்று மெல்லிதாக ஒரு ஒளி தோன்றும். தியானத்தைப் பற்றிய சந்தேகமும் இருககும். இரண்டாம் படிமுறையில், திப் பந்தம் எரிவதுபோன்று இருக்கும். தீபத்தின் ஒளியும் புகையும் நன்கு தெரியும். மனவளர்ச்சி கூடியிருக்கும். ஆயினும் தியானத்தைப் பற்றிய சிறிய ஐயமும் இருக்கும். மூன்றும் படிமுறையிலே, தூண்டாமணி விளக்குப் போன்று அகத்தே ஒளி எரியும். மனத்தின் அடித்தளத்திற் சுடர்விட்டு ஒளி பிரகாசிக்கும். வாழ்க்கையிற் சஞ்சலம் ஏற்படா மனநிலை ஏற்படும்.

மனமும், உடலும், நோய்க்குரிய காரணிகளில் ஒன்றாகும். எனவே தியானத்தால் மனதைக் கட்டுப்படுத்தி உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கும் வழிமுறைகளைத் தியானம் மூலம் திருமூலர் காட்டுகின்றார். புருவமைமத்தை உற்று நோக்குவதன் மூலம், மெய்யுணர்வு ஒளியை அகக்கண்ணாற்கண்டு கலந்திடலாம். அங்கு திருவருள் வெள்ளப் பெருக்குப் பள்ளமடையெனப் பெருகும் என்கிறார். புலன்களை ஒன்றிணைப்பதே தியானம். திருமந்திரத்திலே ஒருநிலைப்படுச் சிந்திப்பதற்குச் சிவனை முன்னிலைப்படுத்தும் தியானத்தைத் திருமூலர் வற்புறுத்துகின்றார்; பாகனுக்கடங்காத மதயானைகளை ஒத்த புலன்களைக் கட்டுப்படுத்திச் சித்தியடைதலையே திருமந்திரம் வற்புறுத்துகிறது.

தியானம் ஒரு மனிதனது உணர்ச்சிகளைச் சீர்படுத்தி அவனை நிலைத்து நிற்கச் செய்வது. தாரணையில் மனத்தைப் பற்றி நின்றபொருளில் தடையேதுமில்லா ஞானத் தொடர்புதான் தியானம் என்றார் பதஞ்சலி. திருமூலர் இதனை வருமாறு கூறுகிறார்:

> "நாட்டம் இரண்டும் நடுமூக்கில்
> வைத்திடில்
> வாட்டமும் இல்லை மனைக்கும்
> அழிவில்லை
> ஓட்டமும் இல்லை உணர்வில்லை
> தானில்லை
> தேட்டமும் இல்லை சிவன் அவன்
> ஆமே."
>
> (திருமந்திரம் - 604)

பார்வையை மூக்குநுனியில் வைத்துப் பிராணனை உள்ளே அடக்கி, அசையாமல் நின்று தியானிப்பவர்களுக்கு அழிவில்லை என்றும், அத்தகு ஆன்மாக்களும் இறைவனோடு ஒன்றித்துநிற்கும் என்றும் கூறப்படுகிறது.

> தூங்க வல்லார்க்கும் துணையேழ்
> புவனமும்
> வாங்க வல்லார்க்கு வலிசெய்து
> நின்றிடும்
> தேங்க வல்லார்க்குந் திளைக்கும்
> அமுதமும்
> தாங்க வல்லார்க்குந் தன்னிடமாமே."
>
> (திருமந்திரம் -- 638)

இத் திருமந்திரப் பாடலின்படி தியான நெறியிலே நிற்பவன் மும்மூர்த்திகளையும் தனது இஷ்டப்படி கேட்கச் செய்யும் ஆற்றலுடையவனாகிறான் என்பது புலனாகிறது.

சமாதி:

"பரம்பொருளோடு இரண்டறக்கலந்த நிலையே சமாதி" என்கிறது அதர்வவேதம். பதஞ்சலியோ, பேரானந்தப் பொருளோடு ஒன்றியிருக்கும் அக அநுபவநிலைதான் சமாதி என்கிறார். ஆனால் திருமூலரோ,

"கற்பனை யற்றுக் கனல்வழியே சென்று
சிற்பனை எல்லாம் சிருட்டித்த பேரொளிப்
பொற்பினை நாடிப் புணர்மதி யோடுற்றுத்
தற்பரமாகத் தகுந்தன் சமாதியே."

(திருமந்திரம் - 618)

எனவும், மேலும்

"மன்மனம் எங்குண்டு வாயுவுமங்குண்டு
மன்மனம் எங்கிலலை வாயுவு மங்கில்லை
மன்மனத் துள்ளே மகிழ்ந்திருப் பார்க்கு
மன்மனத் துள்ளே மனோலய மாமே"

(திருமந்திரம் - 620)

என்றும் விளக்கம் கூறுதல் நோக்கற்பாலது.

ஒருவன் பல்வகைத் துன்பங்களையும் நீக்கி, அத்துன்பங்கள் தொடர்ந்து வருவதற்குக் காரணமாகவுள்ள மாயை கெடத் தவநிலையில் பரம்பொருளை அடையாலம் என்கிறார். மேலும், 'மேலைவாசல் வெளியுளக் கண்டபின் காலன் வார்த்தை கனவிலும் இல்லையே' என்றும், 'சமாதியில் எண்ணெட்டுச் சித்தியும் எய்துமே" என்றும் கூறுவதாற் சமாதியில் ஏற்படக்கூடிய பயன்களையும் உணரக் கூடியதாகவுள்ளது.

யோகமார்க்கமும் ஆரோக்கியவாழ்வும்:

திருமூலர் கூறும் யோகமார்க்கம் மனத்தோடு தொடர்புடையது. ஆரோக்கியத்தைப் பேண மனமும் ஒரு காரணியாகிறது. பொதுவாகச் சரீரம் தாக்கப்பட்டால் மனமும், மனம் தாக்கப்பட்டாற் சரீரமும் நோய்க்கிடனாகின்றன. எனவேதான் இயம நெறியிலே தீயனவற்றைச் செய்யாது ஒழுகுதலையும், நியமநெறியில் நல்லன செய்து ஒழுகுதலையும் குறித்துள்ளார். நியமநெறியில் ஊன்சுருக்கம் கூறப்படுகிறது. வள்ளுவரும் மருந்து என்ற அதிகாரத்தில் இதே கருத்தைக் கூறினார்.

ஆசன நெறியானது மனித உடற்றொழிற்பாட்டைப் பற்றிக் கூறுகின்றது. யோகாசனத்தின் மூலம் இருதயம், சுவாசப்பை என்பன தூய்மைப்படுத்தப்படுகின்றன. அதன்மூலம் நோய்க்கிருமிகள் அழிக்கப்படுகின்றன; சீவசக்திகள் அதிகரிக்கப்படுகின்றன; ஆயுள் அதிகரிக்கின்றது; நரம்புத்தொகுதி திறம்படஇயங்கவாய்ப்பாகின்றது: மனச்சாந்தி ஏற்படுகின்றது. பிராணாயாமத்தால் உடல் மென்மை பெறுகிறது; சுவாசப்பை தூய்மை பெறுகின்றது; கழிவுகள் அகற்றப்படுகின்றன. பிரத்தியாகாரம் ஐம்புலன்களையும் ஒருவழிப்படுத்துகின்றது. தாரணைமூலம் மனத்தைப் புலன்வழிச் செல்லவிடாது ஒரேவழிப்படுத்தலாம்; இறையருள் பாலிக்கிறது. அடுத்துச் சமாதி, தியானம் என்பனமூலம் துன்பங்கள் நீங்கி, நிறைந்த இன்பவாழ்வும், பரம்பொருளின் கிருபையும் கிடைக்க வாய்ப்பாகிறது.

திருமந்திரத்தில் உடல்பற்றிய கருத்துக்கள்

திருமந்திரம் அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்னும் நாற்பொருள், வழிபாடு, சுக வாழ்வு என்னும் விடயங்கள் பற்றிப் பொதுவாகக் கூறினும், அவற்றினோடு உடல்நலம் பேணல் பற்றிய கருத்துக்களையும் குறிப்பிடுகின்றது. திருமந்திரத்தின் மூன்றாம தந்திரத்திற் 'காயசித்திஉபாயம்' கூறப்படுகிறது.

உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவு மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர்வளர்த்தேனே'.

(திருமந்திரம்- 724)

இப்பாடலின் தத்துவத்தை முன்கூட்டியே வள்ளுவர்,

''குடம்பை தனித்தொழியப் புட்பறந்தற்றே
உடம்போடு உயிரிடை நட்பு''.

(குறள் 338)

என்று பாடினார். எனவே உடம்பைப் பேணிப் பாதுகாக்க வேண்டியதன் அவசியம் உணர்த்தப்படுகிறது. பின்னாளிலே தாயுமானவர் 'எண்ணரிய பிறவிதனில் மானிடப் பிறவிதான் யாதினும் அரிதரிது காண்'- என்று பாடியதுபோன்று, திருமூலரும் உடம்பின் அருமை பற்றி வருமாறு பாடுகிறார்:

''உடம்பினைமுன்னம் இழுக்கென் றிருந்தேன்
உடம்பினுக் குள்ளேஉறுபொருள் கண்டேன்
உடம்புளே உத்தமன் கோயில்
கொண்டானென்று
உடம்பினை யானிருந்து ஓம்புகின்றேனே''

(திருமந்திரம்- 725)

உடல் அழியா வண்ணம் பேணும்முறை மருத்துவமாகும். சித்த மருத்துவத்தில் உடல் ஆக்கக்கூறுகள், அவற்றை இயக்கும் இயக்கப் பொருளான ஆன்மா, அவற்றுக்குத் துணையாகவுள்ளவாத, பித்த, கபம் என்பனபற்றிக் கூறி, அவை நோயுறாதிருக்கச் சிகிச்சை முறைகளும் விளக்கப்பட்டுள்ளன. எனவே மாயப்பையான இவ்வுடல் நோய் வாய்ப்பட்டு மயங்கி மாயாதிருக்கும் வகை செய்ய வேண்டும் என்பதைத் திருமூலர் வருமாறு பாடுகிறார்:-

"காயப்பை ஒன்று சரக்குப்பை பலவுள
மாயப்பை யொன்றுண்டு மற்றுமோர்
பையுண்டு
காயப்பைக்குள் நின்றகள்வன் புறப்பட்டால்
மாயப்பை மண்ணு மயங்கிய வாறே"

(திருமந்திரம் - 2122)

ஆகவேதான் உடலைப் பேணவேண்டும் என வற்புறுத்துகிறார் திருமூலர்.

சித்தமருத்துவத்தில் உடலின்கண் அமைந்த உயிருக்கு ஆக்கல். காத்தல், அழித்தல் ஆகிய சத்தியுண்டென்றும், அப்போது அவை முறையே வாதம் (காற்று), பித்தம் (அழல்). கபம் (சிலேத்துமம்) எனப் பெயர்பெறும் எனவும் கூறப்படுகிறது. இம்மூன்றும் உடற் கட்டுக்கான சக்திகளை வழங்குவனவாகும். இரசம், இரத்தம், சதை, கொழுப்பு, எலும்பு, மூளை, வெண்ணீர் (நிணம்) ஆகியனவற்றையே உடற்கட்டின் உறுப்பின் என்ப. இந்த ஏழு அம்சங்களையும் சரிப்பட இயக்குவன வாதம், பித்தம், சிலேற்பனம் என்ற மூன்றுமாம். உயிர் அழியாதிருக்க வேண்டுமாயின் உடல் அழியாதிருக்க வேண்டும். உடல் அழியாதிருக்க நோய், மூப்பு என்பன அணுகாதிருக்க வேண்டும். நோய் வராதிருக்கவும் மரணம் ஏற்படாதிருக்கவும் உள்ள ஒரே வழி மருந்து அம்மருந்து பல்வகைப்படும். மருந்தின் திட்பதுட்பங்களையும் எடுத்துக்கூறுவனவே மருத்துவ நூல்கள். சித்தநூலோர் அத்தகு மருந்துகளை உண்டு நோய் மூப்பு இவற்றிலிருந்து விடுபட்டு பல்லாண்டுகள் வாழ்ந்ததாகக் கூறப்படுகிறது.

எனவே, உடலைப் பல்லாற்றானும் பேண வேண்டியதவசியமாகின்றது. உடல் வளர உணவு அவசியம். ஆனால் உணவு வகைகளை அளவு இறந்து உண்ணல், உடலிற்குத் தேவையான அளவிலும்குறைந்த அளவுஉண்ணல், சத்து உணவு உண்ணுதிருத்தல் என்ற மூன்றும் உணவுப் பழக்கத்தின் இன்றியமையாதனவாகக் கவனிக்கப்பட வேண்டியன என்பதைச் சித்தமருத்துவம் வலியுறுத்துகின்றது. இதனையே வள்ளுவர் மருந்து என்ற அதிகாரத்தில் வலியுறுத்தியுமுள்ளார். இவ்வுணவுப் பழக்கத்தால் உடல் உறுதியடைகின்றது. நோயினின்றும் தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்கின்றது. அன்றியும் தன் வலிமைக்கு அதிகமான உடல் உழைப்பு, சோம்பிக் கிடத்தல் என்பனவும் உடலின் இயக்கத்தில் மாறுபாட்டை ஏற்படுத்துவனவாம். உடலிலுள்ள வாத,பித்த,சிலேத்தும இயல்புகள் கூடிக்குறைதலும் உடலுக்கு நோயை ஏற்படுத்த ஏதுவாகின்றன.

சித்த மருத்துவத்தில் உடல் அழியா வண்ணம் பேணும் மருத்துவம்பற்றிக் கூறப்படுகிறது. பல்வேறு படிமுறைகளைத் தாண்டிப் பெறப்படும் "காயகற்பம்" என்னும் மருந்தே இத்தகு வலிமை வாய்ந்ததாகக் கருதப்படுகிறது. சித்த மருத்துவத்தின் மூலம் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, சாக்காடு என்பன உடலை அணுகாது பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும். இதற்கு ஆதாரமாக இருப்பது குண்டலினி சத்தியாகும். இதனைச் செயற்படுத்துவதன்மூலம் பல சித்திகளையடையலாம் என்பதே சித்தமருத்துவர் கூறும் ஆரோக்கிய போதனையாகும்.

உடல் :

"உடம்பினுள்ளே உறுபொருளுண்டு", "உடம்பினுள்ளே உத்தமன் கோயில் கொண்டான்", தன்னைப்பூசிப்பது தான் அர்ச்சனை, தனக்குள் ஒரு சக்தியுண்டு, அதுவே கடவுள் என்பதுதான் சித்தர் கோட்பாடு. உடலைக் காயகல்பத்தாலும், உயிரைச் சிந்தனையாலும், பிராணாயாமத்தாலும் உறுதியாக்குவதே சித்த மருத்துவத்தின் அடித்தளம்.

உடலுறுப்புக்கள் பல்வகைப்படும். அவற்றைப் புறஉறுப்புக்கள், அகவுறுப்புக்கள் என இரண்டாக வகுக்கலாம். அகவுறுப்புக்களைப் புறக்கண்ணால் பார்க்க முடியாது. உள்ளுறுப்புக்களை மனத்தின் ஆளுகைக்குக் கொண்டு வந்து, அவற்றை மனத்தின் சக்தியால் இயக்கும் ஆற்றலைப் பெற்றால் மரணமில்லாப்

பெருவாழ்வு வாழ முடியும். அவ்வாறு வாழ்ந்தவர்களே சித்தர்கள்.

உடலின் சிறப்பு:

"சுவர் இருந்தால் தான் சித்திரம் வரையலாம்". இங்கு உடலும் உயிரும் சுவரும் சித்திரமும் போன்றன. எனவே தான் 'உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்' என்றார் திருமூலர். மனம் செம்மைப் பட்டால் எதிலும் வெற்றிபெறலாம். மனமது செம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டாம்.. மனத்தின் திறம்தான் மந்திரம். மந்திரம் சொற்களால் ஆனது. சொற்கள் வன்மை / வலிமை / ஆற்றல் பெறும்போது அவை மந்திரமாகின்றன. அச்சொற்களுக்கு வலிமை, ஆற்றல் அளிப்பது மனமே. எனவே மனத்தின் ஆற்றலே மந்திரம் என்க. மனத்தைப் பேணவேண்டுமாயின் உடலைப் பேணவேண்டும். அதனாலேயே திருமூலர் 'உடலை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேன்' என்ற கோட்பாட்டை வற்புறுத்தலானார். "A sound mind in a sound body" என்பது ஓர் ஆங்கிலப் பழமொழி. ஆரோக்கியமான உடலிலேயே தெளிவான மனத்தைக் காணலாம் என்ற அப்பழமொழியின் உட்பொருள் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படையினைத் தொட்டுக் காட்டுகிறது. இதுபோன்றதே "Healthy mind and healthy body" என்ற ஆங்கிலப் பழமொழி திருமந்திரத்தின் பிரதிபலிப்பாகும்.

உடலும் நாடிசாஸ்திரமும்:

உடலிலேற்படும் நோயைக் கண்டறிய நாடிப் பரிசோதனையைக் கையாண்டனர். நாடிப் பரிசோதனைமூலம் உடலிலுள்ள வாத பித்த கபம் என்ற மூன்று நாடிகளின் நிலையைக்கொண்டு நோயை அறிந்தனர். இம்மூன்று நாடிகளின் சமநிலையைச் சீர்தூக்கி ஆராய்வதே நாடிசாஸ்திரமாகும். வாதநாடியின் இயக்கம் கோழிநடைபோலிருக்கும்; பித்தநாடியின் இயக்கம் தவளை குதிப்பது போன்றிருக்கும்; கபநாடியானது பாம்பு ஊர்வது போன்றிருக்கும். இதனைப் பின்வரும் பாடல் விளக்குகின்றது.

"இல்லையே வாதம் எழில்நடை
கோழியாம்
எல்லையே பித்தம் எழுப்பும்
தவளைபோல்
ஒல்லையே ஐயம் ஊர்ந்திடும்
பாம்புபோல்
அல்லையே கண்டிங் கறிந்தவர் சித்தரே"

இந்த மூவகை நாடிகளுடைய அளவுகள், நாடிப் பரிசோதனை முறைகள் எனபன பற்றியும் திருமூலர் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

"வழங்கிய வாதம் மாத்திரை
ஒன்றாகில்
தழங்கிய பித்தம் தன்னில் அரைவாசி
அழங்கு கபந்தான் அடங்கியே
காலோடில்
விழுங்கிய சீவற்குப் பிசகொன்றும்
இல்லையே"

மருத்துவன் நாடி பார்க்கும்போது நோயாளியின் கைநாடி மருத்துவனுடைய மூன்று விரல்களையும் தாக்குகிறது. ஆறுதாதுக்களும் (இரத்தம், எலும்பு, தசை, கொழுப்பு, நரம்பு உமிழ்நீர்) சமமாக இருப்பவனுடைய கைநாடியைப் பார்க்கும்போது, வாதநாடி மருத்துவனுடைய சுட்டுவிரலை ஒருதரம் தாக்குகிறது; பித்தநாடி நடுவிரலை அரையளவு தாக்குகிறது; கபநாடி மோதிரவிரலைக் கால்அளவு தாக்குகிறது. ஒன்று, அரை, கால் என்னும் அளவுகள் நாடிப்பரிசோதனை அளவுகளாகும். எனவே ஒருவனது உடலின் இரு கைகளிலுமுள்ள நாடிகளில் வாதநாடி ஒரு மாத்திரையும், பித்தநாடி அரைமாத்திரையும், கபநாடி கால்மாத்திரையும் என்ற அளவிலே தாக்குமாயின் அவனது உடலில் ஒரு பிணியுமில்லை என்று கூறப்படுகிறது.

உடல்நலம் பேணல்:

நோயால் உடல் பாதிப்புறாதிருக்கவும், மனநிலை கெடாதிருக்கவும், உயிர் உறுதி பெறவும் உரிய வழியே மருந்துச் சிகிச்சை

வாகும். இவை மணி, மந்திரம், ஔடதம் என முவைகப்படும். திருமூலர் இவைபற்றி விரிவாகப் பாடியுள்ளார்.

மணி :

மணி என்பது முத்து, பவளம், இரத்தினம், கல், முதலியவற்றைச் சுட்டும் சொல்லாகும். ஆயினும் சித்த மருத்துவத்தில் மணி என்பது இரசத்தைக் கட்டி, மணிபோலாக்கிய இரசமணியைக் குறிப்பதாகும். இதனையே இரசக் குளிகை, சூதக் குளிகை, ககனக்குளிகை எனவழங்குவர். இரசம் என்பது ஒரு பொருளில் அடங்கியுள்ள சத்து ஆகும். பழம், இலை, பட்டை இவற்றை இடித்துப் பிழிந்து எடுக்கப்படும் சாற்றின் சத்தே இரசமாகும். இரசம் வெண்மையாகவும், நீர் வடிவமாகவும், அமைந்த மிகுந்த பாரமுள்ள சத்துப் பொருள். சித்தர்கள் இரசத்தைச் சிவசம்பந்தமாகச் கருதினர். சித்தமருத்துவத்தின் மருந்துகளில் பொதுவாக இரசம் ஒரு பொருளாக இடம் பெறும். இரசத்தை விடச் சிறந்த மருந்து இல்லை எனத் தென்னாட்டு மருத்துவம் கூறுகிறது. ஆதலினாலேயே சித்தர்கள் இரசத்தினாலாகும் மணியை மருந்து வகையில் முதலிற் குறிப்பிட்டனர். சித்தர்கள் இரசமணிகளைப் பயன்படுத்தி பலசித்திகளைப் பெற்றனர்; இரசவாத வித்தைகளையும் செய்துள்ளனர்.

திருமூலர் எட்டுவகை இரசமணிகளைக் குறிப்பிடுகிறார். அவை முறையே சொரூப மணி, சூக்குமமணி, கமலினி, காமினி, சித்தி மணி, யோகினி, விண்ணேகி, பரிசமணி என்பன. இதில் சொரூபமணி பல்வேறு பட்ட சித்துகளையும் தரவல்லது எனக் கூறப்படுகிறது.[1] தென்னாட்டுச் சித்தர்களே வட இந்திய மருத்துவத்திற்கு இரசத்தை அறிமுகப்படுத்தினர் என்ற கூற்றும் ஆராய்வதற்குரியதாகும்.[2]

மந்திரம் :

மனம் + தரம் = மந்திரம் எனவும், மனிதன் + தரம் = மந்திரம் எனவும் பொருள் கூறப்படுகிறது. ஐம்பொறிகளையும் அடக்கி ஒவ்வொரு நிலையினையும் தன் வழியாகச் செய்தலான வழிகளைக் கூறுவதே மந்திரம். ஐம்புலன்களை அடக்குவதற்கு மூச்சையடக்கி, மனத்தை ஒருநிலைக்குக் கொண்டு வந்து, உடலை வளர்த்துச் சிவ கதியடையும் பொருட்டுச் செய்யும் யோக முறையை மந்திரம் என்பர் வேதாந்திகள் என்றும், சைவர்கள் தம் திறத்தால் (will power) ஐம்புலனை ஒருநிலைப் படுத்தி மந்திரத்துக்கான எழுத்துக்களை ஓதாமலே ஆறு நிலைகளையும்[3] தம் நிலையாக்குதல் தந்திரம் என்றும், மந்திரப்பழக்கமே மனத்தைச் சிறிது சிறிதாக அடக்கி நோயை நீக்குமாகையால் மருத்துவத்தில் மந்திரத்தைச் சேர்த்துக் கொண்டனர் எனவும் குப்புசாமி குறிப்பிடுதல் பொருத்தமாகிறது.[4]

"நிறைமொழி மாந்தர் ஆணையிற் கிளந்த
மறைமொழி தானே மந்திரம் என்ப"

என்ற தொல்காப்பியர் கருத்தும் ஈண்டு நோக்கற்பாலது.

ஔடதம் :

ஔடதம் என்பது மருந்து எனப் பொருள்படும். ஔடதம் = அவிழ்தம் எனவும் பொருள் கூறுப. அவிழ் + தல் = போக்குதல். நோய்களை அவிழ்க்கும் தன்மையது. மூலிகைகள், இரும்பு, செம்பு, பொன் முதலாம் தாதுப்பொருட்கள், இரசம் பாடாணம், உப்புச்சாறு முதலான பொருட்களின் சேர்க்கையால் செய்யப்படுவதே மருந்தாகும்.

1. ஆ. சண்முகவேலன், "திருமூலர் அருளிய மருத்துவத் திருமந்திரம் எண்ணாயிரம்" உலகத் தமிழாராய்ச்சி மாநாட்டுமலர். சென்னை 1968, பக். 5-7.
2. க. நா. குப்புசாமி முதலியார், சித்தமருத்துவம் - I, சென்னை - 1954, பக். LX.
3. ஆறுநிலைகள் மூலாதாரம், சுவாதிட்டமை, மணிபூரகம், அனாகதம், விசுத்தி, ஆக்ஞை.
4. க. நா. குப்புசாமி - 1954 : பக். LXXV.

சித்தர் பாடல்களில் மருத்துவக் கருத்துக்கள்

சித்துக்கள் புரிந்தவர்கள் சித்தர் எனப் பெயர் பெற்றனர். சித்து என்னுஞ் சொல் இறைவன் அருள்பெற்ற அடியார்கள் வாழ்வில் நிகழ்கின்ற விந்தையான செயல்களைக் குறிக்கும். ஆங்கிலத்தில் குறிக்கப்படும் மிஸ்டிசிஸ்ம்' (Mysticism) என்பதும் இப்பொருள் உடையது எனலாம். சித்தம் என்ற சொல்லிலிருந்தே சித்து, சித்தி என்னுஞ் சொற்கள் தோன்றின. சைவ சித்தாந்தத்திலே சத்+சித்+ஆனந்தம் என்ற பதங்களுக்குமுறையே என்றுமுள்ளபொருள், பேரறிவு, பேரின்பம் என்ற விளக்கம் கொடுப்பது மரபு. இவற்றில் சித் (=பேரறிவு) என்பதன் வழியாக வருவதே சித்து ஆகும். அறிவு, ஞானம், அனுபவம் என்பன கைவரப்பெற்ற நிலையே சித்து நிலை. அத்தகைய சித்துநிலை வாய்க்கப் பெறுபவர் சித்து + அர் = சித்தர் எனப் பெயர்பெறுகிறார்.

சித்தத்தின் சலனமே அனைத்துத் தத்துவங்களின் தோற்றம் என்ப. சித்தத்தின் அசைவே பிராணவாயுவின் அசைவாம். இதனாலேயே சித்தர்கள் தம் பாடல்களிலே பிராணாயாமத்தை வலியுறுத்தியுள்ளனர். பிராணாயாமத்தின் மூலம் சித்தம் ஒடுங்கிய நிலையே சித்தர்நிலையாகும். இதுவே சிவநிலை. எனவே, சித்தத்தை வென்றவர் சித்தர் என்றும், அவரது அனுபவநிலையே 'சித்து' அல்லது சித்தி என்றும் கூறப்படுகிறது.

சித்தர்கள் சித்தத்தைச் சித்தினால் அடக்கியொடுக்கிச், சித்தத்தைச் சிவன்பால் வைத்து உண்மை, ஞானம், சிவம் என்பவற்றை அறிந்து அனுபவித்தவர்களாவர். சித்தத்தையடக்கிச் சிவன்பால் அணைந்து இரண்டறக் கலந்து அனுபவித்துக் கண்ட உண்மைகளே சித்தாந்தமாகும். புலன்வழி ஆடாது, புலன்களை ஆட்டுவிப்பவனே சித்தன். எனவே, அவன் சித்து ஆடுபவனாகச் சித்தன் என்ற காரணப்பெயரையும் பெறுகிறான். ஆகவே, "சித்து மூலம் சித்தநிலை வாய்க்கப்பெற்ற மனிதநிலை கடந்த மாபெரும் மனிதனே சித்தன்" என்ற கருத்தும் தொனிக்கிறது. இவர்களை இறைநிலையடைந்தவர்கள் என்றும் கூறலாம். ஆனால் இவர்கள் கடவுளாகார்.

இறைவனுடன் இரண்டறக் கலத்தலை முத்தி என்ப. நால்வகை முத்திநிலைகளிலே சாயுச்சிய முத்திநிலை பெற்றவர்களே சித்தர்கள் என்கிறது திருமந்திரம் (செய். 2485) யோகமார்க்கத்தின் மூலம் குண்டலினி

சக்தியை மேலெழுப்பி அதனை ஆளுபவனே சித்தன் என்கிறார் கொங்கணர் (பாடல் 74). "சாத்திரத்தைச் சுட்டெரித்தால் அவனே சித்தன்" என்கிறது அகத்தியர் ஞானம் (பாடல் 5). சமுதாயத்தில் குடிகொண்டிருந்த சாத்திரங்கள், சடங்குகள், சம்பிரதாயங்கள், மூடநம்பிக்கைகள் முதலியவற்றுக்கெதிராகக் குரல் எழுப்பி மெய்ந்நெறி காட்டியவர்களாகவும் சித்தர்கள் விளங்குகின்றனர்.

பத்தர், சித்தர், ஞானி - இம்மூவரும் இறையுணர்வோடு வாழ்பவர்கள். இவர்களிற் பத்தர் சமய உணர்வோடு வாழ்பவர்; சித்தர்கள் சமயம் என்ற எல்லையைக் கடந்தவர்கள், பேரறிவுடையோரே ஞானிகள். சித்தர்கள் ஞானிகளின் நிலையை அடைந்தவர்கள் என்ற கருத்தும் கூறப்படுகிறது. சித்தர்களும் ஞானிகளும் வேறு வேறானவர்கள் என்பதைச் சித்தர் பாடல்களே சான்றுபடுத்துகின்றன.

'எழும்பாமல் வாசனையைக் கொன்றோன்ஞானி
ஏகாமல் வாசனையை டிந் தோன் சித்தன்'.

(சட்டைமுனி பாடல் 56)

வாசனையாம் கருமவினையை எழும்பாமல் தடுப்பவன் ஞானி எனவும், ஏகாமலேயே தடுப்பவன் சித்தன் எனவும் விளக்குகிறார் சட்டைமுனி.

தாயுமானவ சுவாமிகள் 'சித்தர்கணம்' என்ற தலைப்பிலான 10 பாடல்களிற் சித்தர்களின் இயல்புகள், சித்துக்கள், செயல்கள் என்பனபற்றி விரிவாகப் பாடியுள்ளார். அவர்களை 'வேதாந்த சித்தாந்த சமரச நன்னிலை பெற்ற வித்தகச் சித்தர் கணமே' எனச் சமரச நிலையில் வைத்துப் பாடியுள்ளார்.

சித்தர்கள் தமிழகத்தில் இருந்து சீனு, அரேபியா, ரோமாபுரி முதலிய இடங்களுக்குஞ் சென்று வந்திருக்கிறார்கள் என்பது அவர்களது பெயர்களாலும் சில மருந்து மூலிகைப் பெயர்களாலும் அறியப்படுகிறது. இப்பயணங்கள் சித்திகளால் நிறைவு பெற்றிருக்கலாம்; அல்லது அவர்கள் மருத்துவப் பயணம் மேற்கொண்டிருக்கலாம்.

சித்திகள் :

சித்திகள் வாய்க்கப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள். இவை கருமசித்தி, யோகசித்தி, ஞானசித்தி எனமூவகைப்படும். இவற்றிற்கருமசித்திகளை அட்டமாசித்திகள்என்பர். அவை அணிமா, மகிமா, லகிமா, பிராத்தி, கரிமா பிராகாமியம், ஈசத்துவம், வசித்துவம் என்பனவாகும். இராமலிங்க அடிகளார் அருட்கீர்த்தனைகள் 12ஆம் பாடலில் 64 சித்தர்கள் பற்றிக் குறிப்பிடுகிறார். சித்திகளின் எண்ணிக்கை பலகோடி என்ற கருத்தும் உண்டு. இத்தகு சித்துநிலை வாய்க்கப் பெற்ற ஞானிகள் பரதகண்டத்தில் மட்டுமன்றி மேலைத்தேசங்களிலும் கி. பி. 5ஆம் நூற்றாண்டு முதலாக வாழ்ந்திருக்கிறார்கள் என்பதையும் ஈண்டு நினைவிற் கொள்ளுதல் சாலும்.

சித்தர் கணம் :

சித்தர் என்ற பெயரிற் பலர் வாழ்ந்து சாதனைகள் புரிந்திருக்கிறார்கள். இந்தியாவில் மட்டுமன்றி, ஈழத்திலும் சித்தர்கள் வாழ்ந்ததுபற்றிச் செய்திகள் வழங்குகின்றன. 'எனக்கு முன்னே சித்தர் பலர் இருந்தாரப்பா, யானும் வந்தேன் ஒருசித்தன் இந்த நாட்டில் .....' என்று தன்னைச் சித்தர் வரிசையில் வைத்துப் பாடினார் பாரதியார். எனவே, சித்தர் பாரம்பரியமும், பண்பாடும் மிக நீண்டனவாகும். இதனுற்போலும் பண்டை நாளில் அட்டமா சித்திகளில் வல்லமை பெற்றோர் மட்டுமே சித்தர்கள் என மட்டும் சுட்டப்பட்டு, அவ்வரிசையில் இடம்பெற்ற 18 பேரை "பதினெண் சித்தர்கள்" என்று மரபு வழியாக அழைத்து வரலாயினர். ஆனுல் இப்பதினெட்டுப்பேரும் யாவர் என்பதில் எவருக்கும் உடன்பாடு இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. இதுபோன்று வட இந்தியாவில் "நவநாதச் சித்தர்" பற்றிக் கூறப்படுகிறது. அங்கும் அந்த ஒன்

பது பேர் யாவர் என்பதிற் கருத்து வேறுபாடுகளுள.

சித்தமருத்துவ துறையிற் குறிப்பிடப்படும் சித்தர் கணங்களையும் அவர்தம் மருத்துவக் கோட்பாடுகளையும் அறிந்துகொள்வதற்குத் துணையாக அவர்களது பெயர்களை வரிசைப்படுத்தி அறிந்துகொள்வதும் பயனுடையதாகும்.

பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக் கோவை என்ற தொகுப்பிலிருந்தும், சித்த மருத்துவ வரலாற்றுச் செய்திகளிலிருந்தும் பெறப்படும் சித்தர் கணங்களின் பெயர்கள் ஈண்டு அகரவரிசைப்படுத்தித் தரப்படுகின்றன 1- அகத்தியர், அகப்பேய்ச்சித்தர், அமலமுனி, அருணாசலகுரு, அழுகணிச் சித்தர், இடைக்காட்டுச் சித்தர், இராமதேவர், இராமலிங்கர், உரோமரிஷி, கஞ்சமுனி, கடுவெளிச் சித்தர், கணபதி ஈசர், கந்துரு, கமலமுனி, கருவூரார், கனகராமர், காகபுசூண்டர், காலாங்கிநாதர், குதம்பைச் சித்தர், கொங்கணர், கோரக்கர், சட்டநாதர், சட்டமுனி, சண்டிகேசர், சிவயோகமாமுனி, சிவவாக்கியர், சுந்தரானந்தர். சூரியானந்தர். சேஷயோகியர், தன்வந்திரி, திருமூலர், தேரையர், நந்தீசர், பட்டினத்தார், பத்திரகிரியார், பதஞ்சலிமுனி, பாம்பாட்டிச் சித்தர், பிரம்மமுனி பீர்முகமது, புண்ணாக்கீசர், புலஸ்தியர், புலிப்பாணி, புஜண்டரிஷி, பூனைக்கண்ணர், போகர், மச்சமுனி, மதுரைவாலைசாமி, மாலங்கன், யாகோப்பு, யூகிமுனி, யோகர், வரரிஷி வாக்கியசித்தர், வாசமுனி, வியாக்கிரமர் முதலியோராவர்.

சித்தரும் சமூகமும் :

சித்தர்கள் மக்களோடு மக்களாக வாழ்ந்தவர்கள்; சிலர் மக்களோடு கலக்காமல் ஒதுங்கியும் வாழ்ந்தார்கள்; தவம், யோகம், ஞானம் இவற்றிலே தேர்ந்து இவற்றுற் பல்வேறு வலிமைகளையும் பெற்று, மக்களுக்குப் பயன்படும் வகையில் மருத்துவ நூல்கள், மந்திர நூல்கள், இரசவாத நூல்கள், யோக நூல்கள் முதலியவற்றை ஆக்கினார்கள். இவர்கள் மக்கள் சேவையையே மகேசன் சேவையெனப் போற்றி வாழ்ந்த சமூகத் தொண்டர்களாவார்கள்.

சோழர்காலத்திலே சீரோடு விளங்கிய சமூக அமைப்பிலே மக்களின் பாதுகாவலனாக மன்னன் விளங்கினான். தஞ்சைப் பெரிய கோயில் போன்றபெரியஆலயங்கள்மக்களின் குறை, நிறைகளைக் கவனிக்கும் சமூக நிறுவனங்களாகத் திகழ்ந்தன. இந்நிலையில் மக்கள் நோய்நொடியின்றி நிம்மதியாக வாழ வாய்ப்பேற்பட்டது. பின்னர் அரசியற் சீரழிவு ஏற்படத் தொடங்கியதும் சமூகச் சிதைவுகளும் படிப்படியாக நிகழ்ந்தன. இந்நிலையில் மக்களுக்கு உடற்பிணியையும், உளப்பிணியையும் அகற்றும் மருத்துவர்கள், தேவைப்பட்டார்கள். சமூகத்தேவை சித்தர்களை வரவேற்றது. சித்தர்கள் உடற்பிணி மருத்துவர்களாகவும், உளப்பிணி மருத்துவர்களாகவும் செயற்பட்டபோது மக்கள் அவர்களைப் பெரிதும் விரும்பினர்; அவர்களை நம்பினர். சித்தர்களும் தம் செல்வாக்கை மக்கள் மத்தியிற் பரப்புவதற்குரிய வழிவகைகளைக் கையாளத் தொடங்கினர். அதன் பொருட்டு இரசவாதம், அட்டமாசித்திகள் முதலியவற்றை மக்களுக்குச் செய்து காட்டலானார்கள். இதன் பயனாகக் கூடுவிட்டுக் கூடுமாறல் போன்ற கதைகளும் நிகழ்வுகளும் தோன்றலாயின.

சோழர்காலத்தைத் தொடர்ந்து தமிழ்நாட்டிற் சமயத்துறையிலும், சமூகத்துறையிலும், முதன்மை பெற்ற மடாதிபதிகள் பொதுமக்களின் நலன் கருதாதிருந்தபோது அல்லது பொதுமக்கள் அவர்களை அணுகாதிருந்த போது, சித்தர்கள் மடத் தலைவர்களைக் கண்டித்துக் கண்டனக் குரல் எழுப்பியதனாற் சித்தர் நெறியை மக்கள் நாடியதில் வியப்பில்லை. எனவே, சித்தர்களின் சமூகச்செல்வாக்குக்கு அவர்கள் வாழ்ந்த காலத்துச் சமூக சமய

பொருளாதார நியதிகளும், சூழ்நிலைகளும் முக்கிய காரணிகளாக அமையலாயின.

அறிவுரை மருந்துணம் :

திருவள்ளுவர் மருந்து என்ற தனி அதிகாரம்வகுத்து மருத்துவம்பற்றிக் கூறிய அதே வேளையில் அதற்கு முன்னும், பின்னும் கள்ளாமை, கள்ளுண்ணாமை, வெஃகாமை, பிறனில் விழையாமை, குற்றங் கடிதல், கூடாவொழுக்கம், தவம் முதலான அதிகாரங்களிலே நலத்துடன் வாழத்தக்கவழிவகைகளையும் குறிப்பிட்டுள்ளார். இவைகளைநோய் வராமல் தடுக்கும் முறைகள் என்றுங் கொள்ளலாம். அதுபோன்றே சித்தர்களும் உடற்பிணி ஏற்படாதிருக்கும் பொருட்டுச் சுகாதார வழிப்பட்ட போதனைகளையும் பாடல்களின் மூலம் மேற்கொண்டுள்ளனர். உதாரணமாகப் பின்வரும் பாடற் பகுதியைக் காட்டலாம்:

" கஞ்சாப்புகை பிடியாதே வெறி
காட்டி மயங்கி கட்குடி யாதே
அஞ்சவுயிர் மடியாதே பக்தி
அற்றவஞ் ஞானத்தினூல் படியாதே"

(கடுவெளிச்சித்தர் - 52)

கஞ்சா, அபின் முதலிய போதைப் பொருட்களில் Heroin, Cordine, Morfhine முதலிய நஞ்சுப்பொருட்களுள, இவை நரம்புத் தொகுதியிலே தயக்கத்தை யுண்டுபண்ணி நரம்பு வியாதிகளை ஏற்படுத்துகின்றன. புகைப்பிடிப்பதால் Nicotin என்னும் தீய நஞ்சு சுவாசப்பையிலே படிந்து சுவாசப்பையிற் புற்று நோயை உண்டுபண்ணுகிறது. மேலும் Nicotin இரத்தக்குழாய்களின் சுவரைப் பலவீனப்படுத்துகின்றது. இதனுல் இரத்த அழுத்தம் ஏற்படுகிறது. புகைபிடித்தலே இருதயநோய்க்கு முதற்காரணி என்பது தற்போதைய ஆய்வின் முடிவாகும்.

புகைபிடிக்கும் பழக்கத்திற்கு ஆளானோரின் பிள்ளைகள் பிறக்கும் போது ஊனமுற்றவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். புகைபிடிப்போரது பக்கத்தில் இருப்போரும்புகைபிடிப்போரினுற் பாதிக்கப்படுகின்றனர். புகைத்தலின்போது வெளிவரும்புகை வளியிற் கலந்து பக்கத்திலிருப்போரது சுவாசத்தினூடாகப் புகை உட்சென்றுபாதிப்பபை ஏற்படுத்துகின்றது. இதனை உணர்ந்தே கடுவெளிச்சித்தர் புகைத்தலைத் தடைசெய்யும் வகையிற் பாடலானுர் எனின் மிகையன்று.

உடல்நலத்திற்கு அறிவுப் போதனை செய்யும் சித்தர்கள் சமூகநோய்களை அகற்றுவதிலும் அரும் பாடுபட்டுள்ளார்கள். சாதி சமயப் பிரிவினைகள் என்ற பிணக்குகளாற் சீரழிந்து காணப்பட்ட சமூகத்தைப்பார்த்துச் சகல சித்தர்களும் சாடாமல் விடவில்லை. " கண்மூடிப் பழக்கமெல்லாம் மண்மூடிப் போக" என்று பாடினுர் இராமலிங்க அடிகளார். " சாத்திரங்களைச் சுட்டுச் சதுர் மறைகளைப் பொய்யாக்கி " (524) எனப் பாடினுர் சிவவாக்கியர். பாம்பாட்டிச் சித்தர் " சாதிப்பிரிவினிலே தீயை மூட்டுவோம் " (123) எனப்போர்க்கொடி உயர்த்தினுர். நவயுகச் சித்தர் பாரதியாரும் " சாதிகள் இல்லையடி பாப்பா சாதியுயர்ச்சி தாழ்ச்சி சொல்லல் பாவம் " என்று பாப்பாப் பாட்டிலே பாடி வைத்துள்ளார்.

சித்தரும் சமயமும் :

சித்தர்கள் நாஸ்திகர்கள் அல்லர். அவர்கள் மெய்ப்பொருளைப் போற்றுபவர்கள். ஆதலினுலே பாமர மக்களுக்கு உண்மை நெறியைப் புகட்டினர். பட்டினத்தார் கூறும் போதனை இவ்வகையில் மிகவும் பொருத்தமானதே.

" ஒன்றென்றிரு தெய்வம் உண்டென்
றிரு உயர் செல்வமெல்லாம்
அன்றென்றிரு பசித்தோர் முகம்பார்
நல்லறமும் நட்பும்
நன்றென்றிரு நடுநீங்காமல் நமக்கு
இட்டபடி
என்றென்றிரு மனமே உனக்கே
உபதேச மிதே"

(பட்டினத்தார் பொதுப்பாடல் - 20)

தமிழர் பண்பாட்டிற் சித்தமருத்துவம்:

தமிழிலக்கியச் செய்திகளினூடாகச் சித்தமருத்துவ வரலாற்றைப் முன்நோக்கிப் பார்க்கும்போது பல்லவர் காலம் முதல் வடமொழி மூலமாகச் சித்த மருத்துவக்கலை பேணப்பட்டமை அறியக்கூடியதாகவுள்ளது. பல்லவர்காலத்திலும், சோழர் காலத்திலும் சங்கத மொழியே ஆட்சிமொழியாக இருந்தது. பிராமணரே கல்வியில் மேலோங்கிக் காணப்பட்டனர். இவ்விரு காலப்பகுதிகளிற் சங்கத மொழிமூலமே சித்த மருத்துவக்கலை வளர்ச்சிபெற்றமை பற்றிய செய்திகள் அறியப்படுகின்றன. பிராமண ஆதிக்கம் வலுக்குன்றியபோது, தமிழ்ச் சித்தர் பரம்பரை 14ஆம் நூற்றாண்டிற்குப் பின்னர் தமிழர் சமூகத்திற் செல்வாக்குப் பெறுவதைத் தமிழர் சமூகவரலாறு எடுத்தியம்புகிறது. எனவே தமிழ்ச் சித்தர் காலத்துடன் சித்தமருத்துவமும் தமிழ்மொழிமூலமாக வளர்ச்சி பெறுவதாயிற்று. சித்தர் பாடல்களிற் சங்கத மொழியிலான மூலிகைப்பெயர்கள், மருந்துப்பெயர்கள் காணப்படினும் அது காலநிபதிப்பட்ட தவிர்க்க முடியாத நிலை எனலாம். பண்டியர்காலச் சாசனங்களிற் (கி. பி 13ஆம் நூற்றாண்டு) சோமநாததேவர், அகோரசிவ முதலியார் முதலிய வைத்தியச் சக்கரவர்த்திகளின் பெயர்கள் இடம்பெற்றுள்ளமையை நோக்குமிடத்து, பிராமணரல்லாதோரும் தமிழ் மூலம் படித்துப் பயன் படத்தக்கவகையிலே தமிழ்மொழியில் மருத்துவக்கலை வளர்ந்திருக்க வேண்டும் என்ற ஊகத்தை இவை சான்றுபடுத்துகின்றன.

சித்தர்களை நிறைமொழிமாந்தர் எனக் குறிப்பிடுகிறார் தொலகாப்பியர். மணி மந்திர ஔடதங்களில் வல்லவரான சித்தர்களை 'நிறைமொழிமாந்தர்' என்பது பொருத்தமானதே. அட்டமாசித்திகளும் கைவரப்பெற்ற சித்தர்களின் செல்வாக்கு சங்ககாலத் தமிழர் சமூகத்திலே பரந்து காணப்பட்டதோடு, மக்களையும் கவர்ந்திருந்ததென்ற செய்தி குறுந்தொகைப் பாடலொன்றால் அறியப்படுகிறது!

"நிலந்தொட்டுப் புகாஅர் வானம்
ஏறார்
விலங்கிரு முந்நீர் காலிற் செல்லார்
நாட்டி னாட்டி னூரி னூரிற்
குடிமுறை குடிமுறை தேரிற்
கெடுநரு முளரோ நங் காதலோரே."
(குறுந்தொகை......130)

இப்பாடலிற் சித்தர் செயல்களைக் காதலன் மேலேற்றிக் கூறும் பான்மை நோக்கற் பாலது. மணிமேகலையிலும் சாரணர் பற்றிக் கூறும்போது,

"நிலத்திற் குளித்து நெடுவிசும் பேறிச்
சலத்திற் றிரியுமோர் சாரணன்."
(மணிமேகலை 24 : 46 — 47)

என்ற பாடல் வரிகள் சித்தர் செயல்களைச் சாரணர் மேலேற்றிக் கூற படுதலைக் கவனிக்கலாம். கி. பி 5ஆம் நூற்றாண்டிலே தோன்றிய பெருங்கதையிலும் சித்தர் செயல்கள் வருமாறு சித்தரிக்கப்பட்டுள்ளன:

" இருநிலம் புகுதலும் ஒருவிசும் பேர்
தலும்
வருதிரை நெடுங்கடல் வாய்கொண்
டுமிழ்தலும்
மந்திர மேந்தலு மென்றிவை பிறவும்
பண்டியல் விச்சை பயிற்றிய மாக்களைக்
கண்டுமிதும்."
(பெருங்கதை 34 : 86 — 90)

இலக்கியச் சான்றுகளைக் கொண்டு நோக்கும்போது அகத்தியர் காலம் முதலாகத் தமிழர் பண்பாட்டிற் சித்தர் பற்றிய சிந்தனைகளும் சித்தர் கோட்பாடுகளும், அவர்களது செயல்களும் இடம்பெற்று வந்துள்ளமை அறியப்படுகின்றது. ஆயினும் இன்று எமக்குக் கிடைக்கும் "சித்தர்பாடல்கள்" இயற்றப்பட்ட காலம் கி. பி 10 ஆம் நூற்றாண்டிற்குப் பிற்பட்டதெனலாம்.

இறையனார், அகத்தியர், கௌதமனார் முதலியோர் கடல்கொண்ட முதற் சங்க காலத்தில் வாழ்ந்த புலவர்கள் என்பதுஉரை

காரர் வாதம். இம் மூவரும் சித்த மருத்துவர் வரிசையிலும் இடம் பெறுகிறார்கள். இவர்களது மருத்துவ ஆக்கங்களும் கடற்கோள்களால் அழிந்திருக்கலாம். இசை நுணுக்கம் என்னும் நூல் இடைச்சங்க காலத்தது என்பர். அந்நூலிலே உடற்றொழில்களை இயக்கும் 10வகை வாயுக்கள் பற்றியும் அவற்றின் தொழிற்பாடு பற்றியும் செய்திகள் காணப்படுகின்றன.[1]

பண்டைக் காலத்தில் இலக்கண நூல்களை இயற்றிய ஆசிரியர்களே மருத்துவ நூல்களையும் இயற்றனர் என்ற கருத்தும் நிலவுகிறது. வடமொழியிற் பதஞ்சலி என்பார் "மகாபாஷ்யம்" என்ற வடமொழி இலக்கண நூலை இயற்றியதுடன் பல மருத்துவ நூல்களைத் தொகுத்தளித்துள்ளார். இது போன்றே அகத்தியர் 'அகத்தியம்' என்ற முத்தமிழ் இலக்கண நூலை ஆக்கியதுடன் 'அகத்திய வாகடம்' முதலாம் மருத்துவ நூல்களையும் ஆக்கியளித்தார் எனலாம்.

வட இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியமும் தென்னிந்தியாவில் சித்தமருத்துவமும் தனித்தனியாக வளர்ந்துவந்துள்ளன. ஆரியகலாசாரம் தென்னகத்திலும் தனது செல்வாக்கைப் பரப்பியபோதிலும் இரு வைத்திய முறைகளும் தத்தமக்குரிய தனித்துவமான இயல்புகளினடிப்படையில் வளர்ந்து வரலாயின. நோய்களின் எண்ணிக்கை, அவற்றின் குறிகுணங்கள், நோய்ப் பரிசோதனை முறைகள் முதலிய இயல்புகளில் இருசாராரிடையே வேறுபாடுகள் காணப்பட்டன.

இயற்கையோடு இணைந்த வாழ்க்கை நடாத்திய மக்கள் இயற்கைச் சூழலிற் காணப்பட்ட மரம், செடி, கொடி, புல், பூண்டு, இலை, காய், கனி, பூ, பிஞ்சு முதலியவற்றை இனங்கண்டு நன்கு தெரிந்து வைத்திருந்தனர். குறிஞ்சிப் பாட்டில் (11 - 61 - 95 98 வகையான தாவரப்பெயர்கள் குறிக்கப்பட்டுள்ளமையை நோக்கும் போது[2] அக்கால மக்கள் தாவரங்களின் இனங்களில் எவ்வளவுதூரம் பயிற்சி பெற்றிருந்தனர் என்பது புலனாகின்றது.

கி. பி. 3ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிற்பட்ட காலப்பகுதியிற் புறச் சமயங்களாகச் சமணமும் பௌத்தமும் தமிழ் நாட்டிற் செல்வாக்குப் பெற்றிருந்தவேளையிலே தத்தஞ்சமயத்தைப் பரப்பும் நடவடிக்கைகளிற் கல்வியையும், மருத்துவத்தையும் துணையாகக் கொண்டனர். அதன் பயனாக மருத்துவக்கலை பேணப்பட்டது. தமது சமயக் கருத்துக்களைக் கூறும் நூல்களுக்கும் மக்களறிந்த மருந்துப் பெயர்களையே சூட்டினர். அவ்வகையில் அமைந்த இலக்கியப் பெயர்களே திரிகடுகம், சிறுபஞ்சமூலம், ஏலாதி ஆகிய மூன்றுமாம்.[3]

பல்லவர் காலத்துப் பக்தி இலக்கியங்களிலே 'மந்திரமும தந்திரமும் ஆனாய்' என இறைவன் பாடப்படுகிறான். நாயன்மார்களும, ஆழ்வார்களும் இறையருளால் மருத்துவம் செய்தமையும் அறியப்படுகிறது. பல்லவர் காலத்திலே மருத்துவர்கள் குறிப்பிட்ட சில மூலிகைகளின் நிமித்தம் அரசனுக்கு வரி செலுத்த வேண்டியிருந்தனர். இவ்வரி 'காணம்' எனப்பட்டது.[4] இராசசிம்மன் காலத்திற் (கி. பி. 680 - 720) பல்லவர்க்கும் சீனப் பேரரசுக்குமிடையே பெருந்தொடர்பு இருந்திருக்கின்றது.[5] இக்காலப்பகுதியில் வணிக நோக்கொடு மட்டுமல்லாது சமயம், தத்துவம், மருத்துவம், இரசவாதம் (Alchemy) போன்ற பலதுறைகளிலும் இந்திய அறிஞர்களின் கொள்கைகளையும் கண்டுபிடிப்புகளையும் பற்றி அறிந்துகொள்ளும் பொருட்டும் சீன ஆராய்ச்சியாளர் பலர் இந்தியாவுக்கு வருகைதந்துள்ளனர்.[6]

---

1. இந்நூலின் 3 ஆம் பக்கம் பார்க்க.
2. இந்நூலின 17ஆம் பக்கம் பார்க்க.
3. இந்நூலின் 45 ஆம் பக்கம் பார்க்க.
4. Minakshi C. Administration and Social Life under the Pallavas P. 151-153
5. South Indian Inscription. VOL. II pt III, pp. 109 - 110.
6. இந்நூலின் 70ஆம் பக்கம் பார்க்க

சீனத்தொடர்பின் பலனாகத் தமிழகமும் பலபுதிய விடயங்களைக் குறிப்பாக மருத்துவம், இரசவாதம் ஆகியதுறைகளில் அறிந்து கொள்ள வாய்ப்பிருந்துள்ளது என்பதை மறுப்பதிற்கில்லை. பதினெண் சித்தர்களில் ஒருவராகிய போகர் என்பவர் சீனத்திலிருந்து தமிழகம் வந்தவர் என்ற கருத்தும் ஈண்டு நோக்கற்பாலது.

சோழர்கால இலக்கியவழியாக அக்கால மருத்துவநிலைபற்றிய பல்வேறு தகவல்கள் கிடைக்கின்றன. சாசன இலக்கியத்தில் வீரசோழனின் (கி. பி. 1063 1069) திருமுக்கூடல் கோயிற் சாசனம் இவ்வகையில் முதன்மை பெறுகின்றது. இதில் 'வீரசோழன் ஆதுலசாலை' எனப்பெயர் கொண்ட மருத்துவமனை பற்றியபல செய்திகள் காணப்படுகின்றன. "வைத்தியம் சொல்வோன்", "பரியாரம் பண்ணுவோன்", "சல்லியக்கிரியை பண்ணுவோன்" (சல்லியம்=Surgery) "ஈரங்கொல்லி" முதலான வைத்திய அலுவலர்களின் பெயர்களும், கடமைகளும், ஊதியங்களும் கூறப்படுகின்றன. அத்துடன் ஓராண்டுக்குத் தேவையான மருந்துகளும் ஆதுலசாலையில் வைக்கப்பட்டிருந்த செய்தியும் மருந்துப் பெயர்களும் ஆடிப்படுகின்றன. சகல பெயர்ச்சொற்களும் வடமொழியாகக் காணப்படுதல் பற்றி மேலாய்வு செய்யும்போது கவனிக்கப்படுதல் அவசியமாகின்றது.

சித்தர்களும் மருத்துவமும்:

இயற்கைதரும் மருந்து மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தி மருத்துவ முறைகளை மேற்கொண்டவர்கள் சித்தர்கள். அவர்களது சிகிச்சை முறைகளில் மணி, மந்திரம், ஔஷதம் மூன்றும் இடம்பெறுகின்றன. இவற்றுள் மணி என்பது கலையாகும். சோதிடக் கணிப்பின் அடிப்படையிலேயே பண்டை நாளில் மருத்துவம் செய்யப்பட்டது. மருத்துவத்திற்கும் காலக்கணிப்பிற்கும் மிக நெருங்கிய தொடர்புண்டு. நாளும்கோளும் முறைப்பட நிற்கும் நிலையறிந்து மருத்துவம் செய்யும் முறையே மணி எனப்பட்டது என்ற கருத்தும் நோக்கற்பாலது. மந்திரம் என்பது தெய்வீக சக்திவாய்ந்த ஒலிமுறையாகும். இவ்வொலிகளை உருவேற்றிப் பெற்ற ஆற்றலால் மருத்துவம் செய்யும்முறை மந்திர முறையாகும். நோய் நாடி, நோய்முதல் நாடி, அதுதணிக்கும் வாய்நாடி வாய்ப்பச் செய்யும் மருந்து முறை மூன்றாவது முறையாகும் என்பதை வள்ளுவரும் (குறள் 949) குறித்துக் காட்டியுள்ளார். சித்த வைத்திய நூல்களிற் காப்பு நீக்கம் — நிறைப்பு என்ற மூவகை அடிப்படைத் தத்துவங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. உடலிலே நோய்வராமல் தடுப்பது 'காப்பு'. நீக்கம் என்பது ஏற்பட்ட நோயைப் பரிசீலனை செய்து மருந்தின் மூலம் நோயை நீக்குவதாகும். நிறைப்பு என்பது உடலுக்குத் தேவையான ஊட்டச் சத்துக்களைக் கொடுத்து உடல் வலுவடையச் செய்தலாகும்.

மனிதனைப் பற்றும் மூவகைப் பிணிகளைச் சித்தர்கள் உடற்பிணி, உயிர்ப்பிணி, பிறவிப்பிணி என மூன்றாக வகுத்துள்ளனர். இவ்விதம் நோயை மூன்றாக வகுத்துள்ளது போலவே மருத்துவத்தையும் தேவமருத்துவம், மனித மருத்துவம், இராட்சத மருத்துவம் என மூன்றாக வகுத்துள்ளனர்.

சித்தர் பாடல்களிற் சுகவாழ்வுக்குரிய நடைமுறை ஒழுங்குகள், உணவுப்பழக்கங்கள் முதலான பலவிடயங்களும் கூறப்பட்டுள்ளன. அதிகாலையில் எழுவதன் மூலம் சுறுசுறுப்பு, புத்தத்தெளிவு, தூர்க்குணங்கள் அகலல்; வாத, பித்த, கபங்கள் தத்தம் நிலையிற் பொருந்தியிருக்கும் என்ற செய்திகள் தேரையர் பாடலில் வருமாறு காணப்படுகின்றன.

---

1. இந்நூலின் 68 ஆம் பக்கம் பார்க்க.

" புத்தி யாதற்குப் பொருந்தும்
தெளிவளிக்கும்
சுத்த நரம்பினறத் தூய்மையுறும் -
பித்தொழியும்
நாலவழி வாதபித்தந் தந்தநிலை
மன்னுமதி
காலைவிழிப் பின்குணத்தைக் காண்.
(தேரையர் பாடல்)

சித்த மருத்துவத்திலும்சரி சித்தர் கோட்பாடுகளிலும்சரி உடல் பற்றிய நம்பிக்கையும், அதன் பெருமானமும் நன்கு வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளன. தாயுமானவ சுவாமிகள் மானுடப்பிறவியின் அருமையை வருமாறு பாடுகிறார்:

" எண்ணரிய பிறவிதனில் மானுடப் பிறவி
தான்
யாதினும் அரிதரிதுகாண்
இப்பிறவி தப்பினு லெப்பிறவி
வாய்க்குமோ
ஏதுவருமோ அறிகிலேன் -"
(சித்தர்கணம் 4)

ஆனல் வேறு சில சித்தர்கள் இவ்வுடம்பின் நிலையாமையைப் பெரிதும் எடுத்துக் கூறியுள்ளமையும் நோக்கற்பாலது:

" நீர்மேற் குமிழிபிக் காயம் இது
நில்லாமற் போய் விடும் நியறு மாயம்"
என்கிறார் கடுவெளிச் சித்தர். அழுகணிச் சித்தர் மேலும் ஒருபடி சென்று கூறுகிறார்:

" ஊத்தைச் சடலமடி உப்பிருந்த
பாண்டமடி
மாற்றிப் பறக்க மருந்தெனக்குக்
கிட்டுதில்லை"
(பாடல் 8)

உடம்பு நிலையற்றது; அழியுந் தன்மையது. ஆயினும் அது " மெய் " எனப் பெயர் பெறுகிறது. இந்த உண்மையை உணர்ந்தவர்கள் சித்தர்கள். இவர்கள் உடம்பு அழியாவண்ணம் பாதுகாக்கும் வல்லமை பெற்றிருந்தார்கள்.

" கூற்றங் குதித்தலுங் கைகூடும்
நோற்றலின்
ஆற்றல் தலைப்பட் டவர்க்கு " (269)

என்ற வள்ளுவர் வாக்கு இதனையே சான்று படுத்துகின்றது.

" உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம் " என்ற கொள்கையுடையோர் சித்தர்கள். 'காய கல்பம்' என்னும்மருந்தினை உண்டும்யோகத்தில் ஈடுபட்டும் நீண்டகாலம் வாழும் வல்லமையைச் சித்தர்கள் பெற்றிருந்தார்கள். இதுபற்றிப் பாம்பாட்டிச் சித்தர் பின்வருமாறு குறிப்பிடுகிறார்:

" காலமெனும் கொடிதான
கடும்பகையைக்
கற்பமென்னும் வாளினுற் கடிந்து
சாலப் பிறப்பிறப்பினை நாம் கடந்தோம்
தற்பரம் கண்டோ மென்று
ஆடாய் பாம்பே. "

காயகற்பம் :

காயம் + கற்பம் = காயகற்பம். காயமாம் உடல் அழியாது நிலைபெறு தரும் மருந்தே காயகற்பம். காயசித்தி தருவதே காயகற்பத்தின் பயன்பாடு. சித்தர்கள் இக் காயகற்ப மருந்தை அறிந்து முயன்று பெற்று, உண்டு நீண்ட காலம் வாழ்ந்தனர் எனபது ஆன்றோர் நம்பிக்கை. இயற்கையாக மனித உடலில ஏற்படும் நரை, திரை, மூப்பு என்பனவற்றைப் போக்கும் இயல்புடையதே காயகற்பமாகும். இதனைச் சாகாமருந்து, அமுதம் எனறும் கூறுவர். மனித உடலின் அகம், புறம் இரண்டிலும் அகத் தூய்மையை யோகமும் ஞானமும் தரத்தக்கவை. உடல் இயக்கம் அகத்தும் புறத்தும் நன்கு அமையும் போதே உயிர் இயக்கத்தை நீட்ட வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. எனவே உடல்வளர உணவும், உயிரைப்

பேண காயகற்பமும் அவசியமாகின்றன. மனத்துக்கண் மாசிலனாக அமைதலே அக மருந்தாகும். அக மருந்தால் உள்ளம் தூய்மையடையும்போது, உடலின் அகத்தே காயகற்பத்தைப்பேணும் வழி திறக்கின்றது. அதனை அறிந்து எடுத்து உட்கொண்டால் சாகா உடல் பெற்று எங்கும் இருக்கலாம்; எங்கும் உலாவலாம். அது எல்லோரிடமும் உள்ளது; ஆனால் அந்த அமுதம் சுரக்கும் வழி அடைபெற்றுள்ளது; "மூப்பு" எனப்படும் ஒருமருந்தைச் சாப்பிடுவதன் மூலம் காயகற்பம் எனும் அமுதம் சுரக்கும் என்கிறார் சித்தர் கணத்தைச் சேர்ந்த சட்டமுனி.[1] பாம்பாட்டிச் சித்தர் காயகற்பத்தின் மூலம் சாகாநிலையடையலாம் எனவரு மாறு பாடுகிறார்:

"காலமென்னும் கொடிதான கடும் பகையைக்
கற்பமென்னும் வாளினாற் கடிந்து
சாலப் பிறப்பினை நாம் கடிந்தோம்
தற்பரங் கண்டோமென்று ஆடாய் பாம்பே'

உள மருத்துவ போதனை:

மனக்கட்டுப்பாடும் சகிப்புத் தன்மையுமுடையோருக்கு உடல்நோய் ஏற்படும் வாய்ப்பு அரிது என்ப. அத்தகையோருக்கு உடற்பிணி ஏற்படினும் அதிக பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதில்லை. இதனை யுணர்ந்தகடுவெளிச் சித்தர் தம்பாடல்களில் உள மருத்துவபோதனைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுத்துள்ளார். எவற்றால் மனத்திற்கு இன்பமும், துன்பமும் ஏற்படுகின்றன என எடுத்துக் காட்டுகிறார். நல்ல மன ஒழுக்கத்திற்குப் பக்திமார்க்கத்தைக் காட்டுகின்றார். 'பாவஞ் செய்யாதிரு,' 'கோபஞ்செய்யாதிரு' என மனத்திற்குப் புத்தி புகட்டுகின்றார். கோபம் ஏற்படும்போது ஒருவன் தன்னை மறக்கிறான்; தன் சுற்றத்தை மறக்கின்றான்; தான் செய்யவிருக்கின்ற செயலின் சரி – பிழை, நன்மை - தீமை ஆகியவற்றை அளவிட மறக்கிறான்; பிறருக்குத் தீங்கிழைக்க முற்படுகிறான். இதனால் அவனிடம் மனக்கிளர்ச்சி, கோபம், பொறாமை, கவலை, பகை என்பன தோன்றுகின்றன. அதனால் அவனுக்கு இரத்தக் கொதிப்பு, குடற்புண், இரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு, மூச்சடைப்பு முதலியநோய்கள் தோன்ற ஆரம்பிக்கின்றன. இதனாலேயே சித்தர்கள் தம்பாடல்களிற் கோபமின்றி வாழ வழிகாட்டலானார்கள்.

குண்டலினி சக்தி :

மனித உடலின் மூலாதாரத்தில் உறங்கிக் கிடக்கும் ஓர் அற்புத சக்தியே குண்டலினி சக்தி. யோகப் பயிற்சியின்மூலம் இதனை மேலே எழுப்பி வேண்டிய பலனைப் பெறமுடியும். இதில் தெய்வீக சக்தியுண்டென்ப. சாதகர்கள் தம் யோக வல்லமையால் பல சித்திகளைப் பெற்றுக் கொள்வர்.[2] குண்டலினிசக்தியை மூலாதாரம், சுவாதிஷ்டானம், மணிப்பூரகம், அநாகதம், விசுத்தி, ஆக்நேயபுருவநடு என்ற ஆறு நிலைப்பாடுகளினூடாக மேலே எடுத்துச் சென்றால் சமாதிநிலை கிடைக்கும். அது விரும்பாதோர் பிணி, மூப்புச், சாக்காடு இல்லாமல் நலமாக வாழ இது வழிவகுக்கின்றது.

மிகவும் ஆற்றல் வாய்ந்த குண்டலினி சக்தியானது பாம்புபோன்று பிடித்து

1. பதினெண் சித்தர் பெரிய ஞானக்கோவை சட்டமுனி பாடல்கள் பார்க்க.

வைத்திருக்க முடியாதது. அதனைப் பாம்பாக உருவகித்து, அதன் வல்லபங்களையெல்லாம் பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடியிருக்கின்றார். அவரது பாடல்களிற் பாம்பாகக் கூறப்படுவனவெல்லாம் குண்டலினி சத்தியைப்பற்றியனவே யாகும்.

பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடல்களிலே ஆரோக்கிய வாழ்வுக்குரிய உணவுப்பழக்கம் உடற்பழக்கம், மனஒழுக்கம் முதலாம் விடயங்களும், கருஉற்பத்தி, உடற்கூறுகள் என்பனபற்றியும் பாடப்பட்டுள்ளமை படித்தறியத் தக்கனவாம். சப்த தாதுக்களால் ஆனது உடல். சப்த தாதுக்களில் அழிவுகள் ஏற்பட்டு கழிவுகளாக நீங்குவது இயல்பு. உதாரணமாக குருதியிலுள்ள செங்குருதிக் கலங்கள் தம் வாழ்க்கைக் காலத்தின் பின் மண்ணீரல், ஈரல் முதலிய உறுப்புக்களில் அழிக்கப் படுகின்றன. பின்பு இவை பிலிரூபின், பிலிவீடின் என்னும் இரு மஞ்சள் நிறமுடைய கழிவுப்பொருட்களுடன்[3] சேர்ந்து வெளியில் கழிக்கப்படுகின்றன. இந்த உடலியக்கத்தன்மையைப் பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடல் ஒன்று குறிப்பிடுவதை நோக்கலாம்:

'மலக்குடம் மீதினிலே மஞ்சள் பூச்சென்றும்
மல்கும் புழுக்கூட்டின்மேல் வண்ணத்தோல்
என்றும்
சலக்குழிக்குள்ளே நாற்றம் சார்ந்து
சேறென்றும்
தான் அறிந்து தள்ளினேம் என்று ஆடு
பாம்பே.'

---

2. "Kundalini is synonymous with sakti, the devine cosmic energy existing in every living being and which keeps the world process going. It has unlimited potential, yet remains unrecognized in most people".
Margret Stutley, **Hinduism - The Eternal Law**, Northamphshire, 1985, p. 79.

3. சித்தமருத்துவ பீட மாணவர்களின் கருத்தாகும்.

சோழர் சாசனத்தில் மருத்துவச் செய்திகள்

தமிழர் பண்பாட்டுவரலாற்றிலே பல்வேறு கலைகளும் நன்கு வளர்ச்சிபெற்றிருந்திருந்த காலப்பகுதி சோழர்காலம் (கி. பி. 9ஆம் நூற்றாண்டு — 12ஆம் நூற்றுண்டு) ஆகும். பேரரசு அமைத்துப் பெரும் பொருளாதார வளத்துடன் அரசு நடாத்திய சோழ மன்னர்கள் தம் பெருமையை நிலை நாட்டவும், தமிழர் கலாசாரத்தைப் பெருமைப்படுத்தவும் வேண்டிப் பெரும் பெரும் கோயில்களைக் கட்டுவித்தனர். இக்கோயில்கள் பல்வேறுபட்ட கலைகளின் சங்கமமாகவும், பல்வேறு கலைகள் வளர்க்கப்படுமிடங்களாகவுந் திகழ்ந்தன. இவ்வகையில் மருத்துவக்கலையும் வளர்ச்சிபெற்ற இடம் கோயிலாகவே தென்படுகின்றது. குறிப்பாகத் தஞ்சைப் பெருவுடையோர் கோயிலை எடுத்துக் கொண்டால், அது அரசின் மத்திய நிர்வாக பீடமாகவும், அதேவேளையில் நாட்டு மக்களுக்குப் பணிபுரியும் பல்வேறுபட்ட கரும பீடங்களைக் கொண்ட ஒரு நிறுவனமாகவும் அமைந்திருந்தமையை ஈண்டுச் சுட்டிக்காட்டலாம்.

சோழர் காலத்தில் வடமொழிக் கல்வி நன்கு வளர்ச்சியடைந்திருந்தது போன்றே மருத்துவக்கலையும் நன்கு சிறப்படைந்திருந்தது. மேலும் கட்டிட, சிற்பக்கலைகளும் நன்கு மேம்பட்டிருந்தன. கட்டிடம், சிற்பம் அமைப்பதற்கு அடிப்படையான சாந்துக் கலவைகள், பூச்சுக்கள் என்பனவற்றுக்கு மருத்துவரீதியான அறிவும் ஆலோசனைகளும் அவசியம் என்பதை இத்துறைவல்லார்கள் அறிவர். சோழர்காலக் கட்டிடங்களும் சிற்பங்களும் உறுதிபெற்றிருப்பதற்கு மருத்துவ அறிஞர்களின் ஆலோசனைகளும் பெறப்பட்டிருக்கலாம்.

சோழர் காலத்து காவியங்களான பெரியபுராணம், கம்பராமாயணம் இரண்டிலும் காணப்படும் மருத்துவ விடயங்கள் தனித்து ஆராயப்படவேண்டியவை. திருமந்திரமும் இக்காலத்து நூலே. இந்த இலக்கியச் செய்திகள் மூலமாகவும் மருத்துவக் கலை சோழர் காலத்தில் நன்கு வளர்ச்சி பெற்றிருந்தது என்பதை உணரக் கூடியதாகவுள்ளது.

மன்னர்கள் மக்களின் பாதுகாவலர் அந்த அடிப்படையில் மருத்துவர்களைப் பேணுவதிலும், மருத்துவமனைகள் அமைப்பதிலும், அவற்றுக்கு மானியங்கள் வழங்குவதிலும் சோழமன்னர்கள் அதிக கவனம் செலுத்தி வந்திருக்கிறார்கள் என்பதைச் சோழர் காலத்துக் சாசனங்கள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. "வைத்தியபோகம்" "வைத்தியபாகம்", "மருத்துவப்பேறு" "வைத்திய விருத்தி" என்ற சாசனத் தொடர்கள் சோழமன்னர் மருத்துவர்களுக்கு வழங்கிய நிலக்கொடையைக் குறிப்பிடுகின்றன.[1]

1. ஆ. வேலுப்பிள்ளை, சாசனமும் தமிழும், கண்டி, 1970, பக்.136

மருத்துவத்துறையில் ஈழத்து அரசர்களும் ஈடுபட்டுவந்திருக்கின்றார்கள் என்பதற்கு மகாவம்சம், சூளவம்சம், யாழ்ப்பாண வைபவமாலை முதலிய வரலாற்று நூல்களும் சான்றாகின்றன. பழையசிங்கள மன்னருள் பந்துகாபயன் நோயாளிகளுக்கு விடுதிகள் அமைத்துக் கொடுத்திருக்கின்றான். துட்டகைமுனு (கி. மு. 167 — 137) பதினெட்டு இடங்களிற் சிகிச்சை நிலையங்களை அமைத்திருந்தான். புத்ததாஸ (கி. மு. 337 — 365) என்ற மன்னன் மருத்துவனாக விளங்கியதோடு, "சாரார்த்த சங்கிரக" என்ற மருத்துவ நூலையும் இயற்றியிருக்கின்றான். முதலாம் பராக்கிரமபாகு (கி. மு 1153 — 1186) பெரும் மருத்துவ மனை ஒன்றை அமைத்திருந்தான் என்றும், போயா நாட்களிலே நோயாளிகளைப் பார்வையிட்டான் என்றும் சூளவம்சம் குறிப்பிடுகின்றது. பௌத்த தேவாலயங்களுடன் இணைந்தனவாக ஆதுலர் சாலைகள் செயற்பட்டன என்றும் அறியப்படுகின்து. வட இலங்கையிலே தமிழ் மன்னர் ஆட்சிசெய்த காலத்திலும் (கி. பி. 1352 — 1621) தமிழரசர்கள் மருத்துவக் கலையை வளர்த்து வந்திருக்கிறார்கள். என்பதற்கு அக்காலப் பகுதியிலே தோன்றிய செகராசசேகரம், பரராசசேகரம் முதலான ஈழத்துத் தமிழ் மருத்துவ நூல்கள் சான்றாகின்றன,

சோழ மன்னர்களில் வீரராசேந்திர சோழனாற் கி. பி. 1069 இல் பொறிக்கப்பட்ட கோயிற் சாசனம் ஒன்று இம் மன்னன் மருத்துவத்துறைக்கு ஆற்றிய பணிகளை விரிவாகக் கூறுகின்றது. இக்கல்வெட்டு Epigraphia Indica. vol. xxi, no. 8 என்ற நூலிற் கே. வி. சுப்பிரமணிய ஐயர் என்பவராற் பதிப்பிக்கப்பட்டுள்ளது. இது "திரு முக்கூடற்கல்வெட்டு" எனப் பெயர் பெறும்.

தமிழகத்திற் செங்கல்பட்டு மாவட்டத்திலே திருமுக்கூடலிலுள்ள மகாவிஷ்ணு கோயிலின் உட்சுவரில் முதலாவது பிரகாரத்தின் கிழக்குப் பக்கமாக 540 சதுர அடிப் பரப்பினை யுடையதாக இக் கல்வெட்டுத் தமிழிற் பொறிக்கப்பட்டுள்ளது. உலகத்திலுள்ள கல்வெட்டுக்களில் இதுவே மிக நீண்டது எனவும் கூறப்படுகிறது. சோழர் காலத்திற் கோயிலுடன் இணைந்து மருத்துவ மனைகள் செயற்பட்டதற்கு இணங்க, முக்கூடற் கோயிலில் அமைக்கப்பட்டிருந்த மருத்துவமனை பற்றிய பல்வேறுபட்ட தகவல்களை இக் கல்வெட்டுத் தருகின்றது. இருப்பினும் இக்கல்வெட்டின் சில வரிகள் சரியான முறையில் வாசிக்க முடியாதவாறு சிதைந்து காணப்படுவதால் இதன் முழுமையான செய்திகளும் பெறப்படுமாறில்லை.

சோழர் காலத்துக் கல்வெட்டுக்களின் பொதுவான அமைப்புப் போன்றே இக் கல்வெட்டினது தொடக்கமும் சோழ அரசர் குல வரலாறு, அவர்கள் மேற்கொண்ட போர்கள், பெற்ற விருதுகள், என்பன பற்றிக் கூறும் பகுதி கல்வெட்டின் 25% வீதமாக அமைகிறது. அதனைத் தொடர்ந்து, " மனு நெறி விளக்கிய கோவிராசகேசரிவர்மரான உடையார் ஸ்ரீ வீரராசேந்திர தேவர்க்கு யாண்டு ஐஞ்சாவது" எனத் தொடங்கி இந்த மகாவிஷ்ணு தேவதானத்தில் நிகழும் அனைத்துத் திருநாட்பணிகளுக்கு வழங்கிய நிவந்தங்கள் பற்றிக் கூறப்படுகின்றன. அதனைத்தொடர்ந்தே ஆதுலர்சாலைக்கு வழங்கிய தானங்கள் பற்றிக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. இக் கல்வெட்டில் ஆதுலர் சாலையுடன் தொடர்புடைய பகுதி இங்கேதரப்படுகிறது:

" ... ஆதுல சாலைக்கு வேண்டும் கலமிடுங் குசவனுக்கு நாளொன்றுக்கு நெல் குறுணியும்...... ஆதுலர்க்கும் ஒலிக்கும் ஈரங்கொல்லிக்கும் நாள் ஒன்றுக்கு நெல் நானாழியும் ஜனநாதன் மண்டபமும் ஆதுல சாலையும் நிமந்த...... இருமே காவலே இரு முக்கூடர் பேரையனுக்கு நாளொன்றுக்கு நெல் நானாழியும் காசொன்றும் .... இம் மண்டபத்துண்ணுஞ் சாத்திராக்குங், கிடைகளுக்கும் பணி செய்யும் பெண்டுகள் இருவர்க்கும் பேராக நெல் துநானாழியாக நாள் ஒன்றுக்கு நெல் குறுணியும் பேரர் காசொன்றாகக் காசு இரண்டும் சாத்திரர்க்கும், கிடைகளுக்கும் ஆதுலர்க்கும் கிடக்கப் பாய் எழுபத்தைஞ்சு காசு இரண்டும் கிடைகளுஞ் சாத்திரர்க்கும்......

ஆண்டொன்றிற்கு சனி ஐம்பத்தொன்றுக்கு எண்ணெய் நூற்றிரு நாழிக்கும்...... ஆதுலர்சாலை வீரசோழனில் வியாதிப்பட்டுக் கிடப்பார் பதினைவருக்குப் பேரால் அரிசி நாழிஆக அரிசிகுறுணி ஏழுநாழிக்கு நெல்தூணி ஐநாழியுறியும் வியாதிப்பட்டுக் கிடப்பார்க்கும் பலபணி நிமந்தக்காரருக்கும் கிடைகளுக்கும் சாத்திரர்க்கும் வைத்யன் ..... பேருடைய ஆழப்பாக்கத்து சவர்ணன் கோதண்டராமன் அஸ்வத்தாமபட்டனுக்கு நாளொன்றுக்கு நெல் முக்குறுணியும் காசு எட்டும் சல்லியக்கிரியை பண்ணுவான் ஒருவனுக்கு நான் ஒன்றிற்கு நெல் குறுணியும் ஆதுலர்க்கு மருந்துகளுக்கும் வேண்டும் மருந்து பறித்தும் விறகிட்டும் பரியாரம் பண்ணுவார் இருவருக்குப் பேரால் நாள் ஒன்றிற்கு நெல்குறுணி ஆக நெல் பதக்கும் பேரார் காசொன்றாகக் காசி ரண்டும், ஆதுலர்க்கு வேண்டும் பரியாரம் பண்ணி மருந்திடும் பெண்டுகள் இருவருக்குப் பேரால் அரிசி நாழியாக நாளொன்றுக்கு நெல்குறுணியும் பேரார் காசு அரையாகக் காசொன்றும், ஆதுலர்க்கும் கிடைகளுக்கும் சாத்திரர்க்கும் வேண்டும் பணி செய்யும் நாவிதன் ஒருவனுக்கு நாள் ஒன்றுக்கு நெல் நாஞழியும், ஆதுரசாலை வீரசோழனில் ஆண்டொன்றில் இடும் மருந்து பிராம்யம் கடும்பரை ஒன்றும் கறுங்காய்நீங்க இப்பதி .... வாசாகரீதகிப்பட்டை யிரண்டும், தசமூல கரீதக்கிபட்டை ஒன்றும், பலாதக்க கரீதகிப்பட்டை ஒன்றும், பலாகேரண்ட தைலம் தூணியும் பஞ்சக தைலம் தூணியும் லசுனாடியேரண்ட தைலம் தூணியும் உத்த மகர்ஞடி தைலம் தூணியும்.....பில்வாடிகறி தம்பதக்கும் மண்டூரக வடகம் இரண்டாயிரமும் ட்ராவத்திஞழியும் விமலை இரண்டாயிரமும் சுனேத்திரி யிரண்டாயிரமும் தம்ருடை இரண்டாயிரமும் வயிரகல்பன் தூணிப் பதக்கும் கல்யாண லவணன் தூணிபதக்கும் இவை யடுகைக்கு வேண்டும் மருந்துகளுக்கும் .... உள்ளித்தன கொள்ளவும் ஆண்டுதோறும் புராணசர்ப்பை புடைக்கப் பசுவின் நெய் பதக்கும் கொள்ளவும் காசு நாற்பதும் ஆதுரசாலையில் இரா எரியும் விளக்கொன்றுக் கெண்ணெய் ஆழாக்காக நாள் மூன்னூற்றறுபதுக்கு எண்ணெய் நாற்பத்தி ஐஞ்ஞாழிகைக்கு காசு இரண்டேகாலும் ....பங்குனி உத்திரந்தொடங்கிப் புரட்டாதித் திருவோணத்தளவும் பரம்பாஞூறத் தண்ணீர் கொடுவந்து வயிற்றுச் சாய்ப்பாள் ஒருவனுக்கு நாள் ஒன்றுக்கு நெல் குறுணியாக நாள் நூற்றெண்பதுக்கு நெல் பதினேங்கலமு... ... இலாமிச்சத்துக்கும் நெல் இரு.........பதக்கும்.........இப்படி யாண்டு ஆறுவது நிமந்தஞ் செய்த ...'' —என்ற செய்திகளைக் கூறி, இறுதியில் இக் கல்வெட்டினைப் பொறிப்பித்தோரும் பொறித்தோரும் சுட்டிய பெயர்களைக் கொண்டதாக இச்சாசனம் முற்றுப்பெறுகிறது.

முக்கூடற் கோயிலுக்குரிய தானங்களையும், ஆங்கமைந்திருந்த ஆதுலர்சாலைக்குக் கொடுக்கப்பட்ட ஓராண்டுக்குரிய பொருட்கள், வசதிகள், சம்பளங்கள், மருந்துகள் முதலான விடயங்களையும் கூறும் இச்சாசனதிலிருந்து பெறப்படும் சோழர்கால மருத்துவச் செய்திகள் இங்கே விரிவாக ஆராயப்படுகின்றன.

'ஆதுலசாலை வீரசோழன்':

இம் மருத்துவமனைக்யைக் கட்டிய அரசன் பெயர் வீர இராசேந்திரசோழன். இம்மருத்துவமனைக்கும் அவனது சுருக்கப்பெயரான (வீர...+...சோழன்) 'வீரசோழன்' எறன் பெயர்வைக்கப்பட்டு இது ''ஆதுலசாலை வீரசோழன்'' என்ற பெயரால் வழங்கிற்று.[1] இம் மருத்துவ மனையிற் பதினைந்து நோயாளிகள் படுப்பதற்குரிய வசதிகள் செய்யப்பட்டிருந்தன. பாய்களிலேயே நோயாளிகள் படுத்தனர். இக்கோயிலின் ஜனநாத மண்டபத்திலும் ஆதுலர்சாலையிலும் பயன்படுத்துவதற்காக இருகாசு பெறுமதியுள்ள 75பாய்கள் வாங்கப்பட்டிருந்தன. இந்த ஆதுலர்சாலையில் மருத்துவர் இருவர், பரிசாரகர் இருவர் மருத்துவப் பெண்டுகள் இருவர், தண்ணீர் வழங்குவோன் ஒருவன், ஒருகாவலாளி, ஒரு நாவிதன், ஒரு சலவைத் தொழிலாளி என்பாரும் ஊழியர்களாக நியமிக்கப்பட்டிருந்தனர் என்ற செய்திகளும் அறியப்படுகின்றன.

---

1. தமிழில் புத்தமித்திரரால் இயற்றப்பட்ட ''வீரசோழியம்'' என்ற இலக்கண நூலும், இம்மன்னனின் காலத்தில் எழுதப்பட்டதால், இம்மன்னின் சுருக்கப் பெயரானேயே (வீரசோழன்) இந்நூலும் வழங்கப்பெற்றமை நோக்கற்பலது.

நோயாளிகள் :

இந்த ஆதுலர்சாலையிற் பதினைந்துநோயாளிகள் தங்கியிருந்தனர். இவர்கள் 'வியாதிப் பட்டுக் கிடப்பார்' எனவும் 'ஆதுலர்' எனவும் அழைக்கப்பட்டனர். இவர்களுக்கு இலவச உணவு, மருந்து, தலைக்கு எண்ணெய் என்பன வழங்கப்பட்டன. இதன் பொருட்டு நோயாளி ஒவ்வொருவருக்கும் தினமும் ஒரு நாழி அரிசி என்ற அடிப்படையில் 15 நோயாளருக்கு முரிய அரிசியும் மொத்தமாகக் கொடுக்கப்பட்டிருந்தது.

மருத்துவர் :

இக்கோயிலிற்கடமையாற்றும் பல்வேறு பட்டணறியர்களுக்கும், அங்குவே தம்பயிலும் ஆசிரியர் மாணவர்களுக்கும், இந்த ஆதுலர் சாலையிலுள்ள நோயாளிகளுக்கும் மருத்துவ போதனைகளையும், சிகிச்சையினையும் அளிப்பதற்கென ஒரு பொது மருத்துவர் (Physician) நியமிக்கப்பட்டிருந்தார். இக் கல்வெட்டுப் பொறித்த காலத்தில் இந்த ஆதுலர்சாலையிலே நியமிக்கப்பட்டிருந்த மருத்துவனின் பெயர் "ஆழப்பாக்கத்து சவர்ணன் கோதண்டராமன் அஸ்வத்தாமபட்டன்" என்பதாம். இம் மருத்துவனுக்குத் தினமும் முக்குறுணி நெல்லும், எட்டுக் காசும் சம்பளமாகக் கொடுக்கப்பட்டன. அத்தோடு அறுவை சிகிச்சை செய்வற்குரிய மருத்துவர் ஒருவரும் (சல்லியக் கிரியை பண்ணுவான்) நியமிக்கப்பட்டிருந்தார். இவருக்கு நாட் சம்பளமாக ஒருகுறுணி நெல் மட்டுமே வழங்கப்பட்டிருந்தது. அக்காலத்தில் அறுவைச் சிகிச்சை வளர்ச்சி பெற்றிருக்கவில்லை என்பதும், இத்தொழில் புரிவாருக்கு அதிக மதிப்பு இருக்கவில்லை என்பதும் சம்பள ஒப்பீட்டு நோக்கில் உணரப்படுகின்றன.[1]

மருத்துவர் :

இந்த ஆதுலர்சாலைக்கு ஓராண்டுக்குத் தேவையான மருந்துகளும் அவற்றின் அளவுகளும் இச்சாசனத்திற் குறிப்பிடப்படுகின்றன. சிலமருந்துப் பெயர்கள் வாசிக்கமுடியாதவாறுசிதைந்து காணப்படுகின்றன. அம் மருந்துப் பெயர்களும் அதன் அளவுகளும் இங்கே தரப்படுகின்றன. இவை நாற்பதுகாகப் பெறுமதியுடையவையெனக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

மருந்துப் பெயர்	அளவு
பிராமயம் கடும்பரை	ஒன்று
வாசாகரி தகிப்பட்டை (ஆடாதோடை மஞ்சள்)	இரு படி
தசமூலம் கரிதகிப்பட்டை	இரு படி
பலாதக்க கரிதகிப்பட்டை	ஒரு படி
பலாகேரண்டக தைலம் (சிற்றுமட்டி ஆமணக்கு)	தூணி
பஞ்சக தைலம்	தூணி
லசுநாதியேரண்ட தைலம்	தூணி
உள்ளி ஆமனக்கு உத்தமகர்ஞடி தைலம் (உத்தமாகாளி தைலம்)	தூணி
சாக்ஜீதம்	பதகுக்
வில்வாதி கறிதம் (வில்வாதி தைலம்)	பதக்கு
மண்டூரக வடகம் (இரும்புச்சத்துடைய தாதுப்பொருள்),	2000
திராவத்தி (திராவகத்திநீர்)	நாழி
விமலை	2000
சுனேத்திரி	2000
தம்முடை	2000
வயிரகல்பம்	ஒருதூணி ஒரு பதக்கு
கல்யாண லவணம்	ஒருதூணி ஒருபதக்கு
பசுவின் நெய்	பதக்கு
இரவு எரியும் எண்ணெய் (ஒருநாளுக்கு ஒரு ஆழாக்கு வீதம்)	

1. அம்பட்டர்களைப் "பரிகாரி" எனவழங்குவது பண்டை நாள் மரபாக இருந்து வருகிறது. இவர்கள் சிறுசிறு அறுவைச் சிகிச்சைகளைச் செய்தும் வந்திருக்கலாம் என்றும் இவர்களும் மருத்துவர்களாகச் செயற்பட்டிருக்கலாம் என்றும் ஊகிக்க இடமேற்படுகிறது.

பரிசாரகர் :

நோயாளிகளைப் பரிசோதித்து தேவையான மருந்துகளையும் சிகிச்சை முறைகளையும் மருத்துவர் எழுதிக்கொடுக்க அவற்றைச் செயற்படுத்துவோர் மருத்துவருக்குத் துணையாயுள்ள பரிசாரகரே (dispenser) ஆவார். இங்கு குறிப்பிடப்படும் ஆதுலர்சாலையிலுள்ள நோயாளிகளுக்கு வேண்டிய மருந்துகளைத் தயாரிப்பதற்குரிய மூலிகைகளையும் மருந்துச் சரக்குகளையும் தேடிப்பெறவும், அவற்றைத் தயாரிப்பதற்கு வேண்டிய விறகுகளைச் சேகரிக்கவும் இரு ஆண்கள் நியமிக்கப்பட்டிருந்தனர். இவர்கள் ஒவ்வொருவரும் நாளொன்றுக்கு ஒரு குறுணி நெல்லும் ஒரு காசும் பெற்றனர். இவர்களோடு நோயாளிகளுக்குப் பரியாரம் செய்வதோடு மருந்து கொடுக்கும் பொருட்டும் '' மருந்திடும் பெண்டுகள் '' (Nurses) இருவரும் நியமிக்கப்பட்டிருந்தனர். இவர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் தினமும் ஒருநாழி அரிசியும், அரைக்காசும் சம்பளமாக வழங்கப்பட்டன.

சிற்றூழியர்கள்:

மருத்துவமனையிலும் கோயிற்பணியிலும் ஈடுபட்டிருந்த ஊழியரதும் நோயாளிகளதும் உடுபிடைவகளைத் தோய்த்துக் கொடுப்பதற்கென ஒரு சலவைத் தொழிலாளி(ஈரங்கொல்லி) ஒருவரும் அங்கு ஊழியம்செய்தான். அவருக்குரிய நாட்கொடுப்பனவு நான்கு நாழி நெல்லாகும். அது போன்றே நோயாளிகளுக்கும் மருத்துவ ஊழியர்களுக்கும் பணிபுரிய ஒரு நாவிதனும் நியமிக்கப்பட்டிருந்தான். இவனுக்குத் தினமும் நான்கு நாழி நெல் சம்பளமாக வழங்கப்பட்டது

ஆதுலர்சாலையையும், கோயில் ஜனநாத மண்டபத்தையும் காவல்புரிவதற்காக ஒரு 'திருமெய்க்காவல்' என்ற பட்டத்துடன் திருமுக்கூடலில் வாழ்ந்த பேரையன் என்பவன் நியமிக்கப்பட்டிருந்தான். இவனுக்குத் தினமும் நான்கு நாழி நெல்லும், ஒரு காசும் சம்பளமாக வழங்கப்பட்டன.

தமிழகத்திற் பொதுவாக பங்குனி முதல் புரட்டாதிவரையுமுள்ள காலங்களிலே குடிநீர்த்தட்டுப்பாடு ஏற்படுதல் வழக்கம். இந்நிலைமை சோழர் காலத்திலும் இருந்திருக்க வேண்டும். இதனாற் போலும் இந்த ஆதுலர் சாலையில் மேற்குறிப்பிட்ட காலங்களிலே தண்ணீர்த் தட்டுப்பாடு ஏற்படாதிருக்கும் வகையிற் பிற இடத்திலிருந்து நீர் கொண்டு வருவதற்கென ஒருவர் நியமிக்கப்பட்டிருந்தார். இவருக்குத் தினமும் ஒருகுறுணி நெல் வழங்கப்படுவதாயிற்று.

அடுத்து, மருத்துவ மனையில் மருந்துகள் தயாரிப்பதற்கு விதம்விதமான மட்பாண்டங்கள் தேவைப்படும். அவற்றை வேண்டிய போது, வேண்டியாங்கு செய்துகொடுப்பதற்கென ஒரு குயவனும் இந்த ஆதுலர் சாலையிலே நியமிக்கப்பட்டிருந்தான். இவனுக்குரிய தினப்படி ஒருகுறுணி நெல்லாகும்.

முடிபுரை:

தமிழ் மருத்துவ வரலாற்றை அறிந்து கொள்வதற்குத் தமிழ் இலக்கியச் செய்திகளே பெரிதும் துணையாகவுள்ளன. அந்த வரிசையிற் சோழர்காலத்துச் சாசன இலக்கியங்களும் மருத்துவச் செய்திகளைக் கொண்டனவாகக் காணப்படுகின்றன. அக்காலச் சாசனங்கள் அனைத்தையும் இதே கண்ணோட்டத்தில் அணுகினால் மேலும் பல செய்திகள் கிடைக்க வாய்ப்புண்டு. மருத்துவச் செய்திகள் என்று கூறும்போது அவற்றை நான்காக வகுத்துக் கொள்ளலாம். அவை நோயாளி, மருத்துவன், மருந்து, பரிசாரகன் என்பனவாம். '' மருத்துவத்தின் நான்கு தூண்கள்'' என இவை கருதப்படுபவையாகும்.

இச்சாசனத்தைப் பொறுத்தவரையில் 'ஆதுலசாலை வீரசோழன்' என்ற மருத்துவமனையைப் பற்றிக்கூறுவதோடு, மேற்குறிப்பிட்ட நான்கு விடயங்கள் பற்றிய விரிவான செய்திகளும் தரப்பட்டுள்ளன. அத்துடன் ஓராண்டுக்குரியதான களஞ்சியப்படுத்தி வைக்கக்கூடிய மருந்துப்பொருட்களின் விபரமும் கூறப்படுகின்றன. இக்கோயிலும் இம் மருத்துவ மனையும் சோழர் காலத்தே ஒப்பீட்டளவிற் சிறியனவே. சிறிய அளவில் இயங்கிய இந்த ஆதுலர்சாலை வரையறுக்கப்பட்ட ஒழுங்குகளுடன் செயற்பட்டமையை இச் சாசனம் கூறுகிறது. எனவே பெருங்கோயில்களில் அமைந்திருந்த ஆதுலர்சாலைகள் மேலும் சிறப்புடன் அமைந்து மக்களுக்கு மருத்துவசேவைகளை வழங்கி இருக்கும் என எதிர்பார்க்கலாம்.

ஆய்வுத்துணை நூல்கள்

தமிழ்

அகநானூறு - திருநெல்வேலி, தென்னிந்திய சைவசித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம், 1944.

கலித்தொகை - சென்னை, தேனருவிப் பதிப்பகம், 1958

குப்புசாமிமுதலியார், க. நா, சித்த மருத்துவம் - I, சென்னை, அரசியலாளர் அச்சகம், 1954

குறுந்தொகை - அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகத் தமிழ்நூல் வெளியீடு - 195

கைலாசபதி க., இலக்கிய சிந்தனை, யாழ்ப்பாணம், 1988.

சாமி, பி. எல்., சங்க இலக்கியத்திற் செடி, கொடி விளக்கம், திருநெல்வேலி தென்னிந்திய சைவசித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம், 1977

சித்தர் ஞானக்கோவை - (பதிப்பு) மே. வீ. வேணுகோபாலபிள்ளை, 2ஆம் பதிப்பு. சென்னை, 1956

சிலப்பதிகாரம் - அடியார்க்கு நல்லார் உரை, உ. வே. சாமிநாதையர் பதிப்பு, சென்னை. 1927.

திருக்குறள் மூலமும் பரிமேலழகர் உரையும் - சென்னை, சைவ சித்தாந்த நூற் பதிப்புக் கழகம், 1944.

திருமந்திரம் - வே. விசுவநாதபிள்ளை பதிப்பு, சென்னை, 1912.

திருமந்திரம் - திருப்பனந்தாள், ஸ்ரீ காசிமடம் வெளியீடு, 1951

தொல்காப்பியம் - சென்னை, சைவசித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம், 1963

பத்துப்பாட்டு - உ. வே. சாமிநாதையர் பதிப்பு, சென்னை, 1950

பதினெண் கீழ்க்கணக்கு நூல்கள், சென்னை, எஸ். ராஜம் வெளியீடு, 1959.

புறநானூறு - ஔவை சு. துரைசாமிப்பிள்ளை உரை, திருநெல்வேலி, சைவ சித்தாந்த நூற்பதிப்புக் கழகம், 1952.

மேணிமேகலை - உ. வே. சாமிநாதையர் பதிப்பு, சென்னை, 1931

மாணிக்கவாசகர் - 'சித்தர்கள்' பெருந்தமிழ். சென்னைப்பல்கலைக் கழகம், 1971.

வித்தியானந்தன் சு., தமிழர் சால்பு, கண்டி, 1954.

வேங்கடசாமி, மயிலை சீனி, சமணமுந் தமிழும், சென்னை, 1970.

வேலுப்பிள்ளை, ஆ., சாசனமும் தமிழும், கண்டி, 1971

ENGLISH;

Bhagavati, K, " The place of sandalwood in the life of the early Tamils' papers on Tamil Studies, eds: S. V. Subramanian, V. Murugan, Madras, International Institute of Tamil Studies, 1980.

Jaggi, O. P., Folk Medicine, Delhi, Atma Ram, 1982.

Levi - Strauss, Claude. " The socerer and his magic ", Structural Anthro pology, Newyork, 1963.

Obeyasekera, Gananath, " The impact of Ayurvedic ideas on the culture and the individual in Sri Lanka.", Asian Medical System : A comparative study. Ed. Charles Leslie, Berkely, University of California press, 1976.

Otaker, Pertold, Ceremonial Dances of the Sinhalese, Dehiwela, Tissara 1972.

Seligmann, C. G. and Seligmann Brendaz. The Veddhas, Cambridge University press, 1911.

South Indian Inscription. Vol. II, pt. III.

Stutley, Margret, Hinduism - The Eternal Law, Northampshire, 1985.

Subramanian, S. V., Madhavan, V. R. (Eds) Heritage of the Tamils Siddha Medicine, Madras, International Institute of Tamil Studies, 1983.

Wirz, P, Exorcism and the art of healing in Ceylon, Leiden, B. J. Bril. 1954

Zvelebil, Kamil, The Smile of Murugan on Tamil literature of South India, Leiden, E. J. Bril, 1973.

[illegible]
[illegible]
73
பதிவு இல. 10. 5. 1950
அறக்கட்டளை நி[illegible]யம்.
14895
கழக இல. 7. 6. 1968