223494

சித்தர் திருஉளம்

JL
Lcm 211 N20
N20.1
223494

REGD. No. M.1508.

சித்தர் திருஉளம்.

தமிழ் வைத்தியமாதாந்திர பத்திரிகை.

5- JAN 19
MADRAS

பத்திராதிபர்-பரஞ்சோதி.

பொருளடக்கம்.

		பக்கம்.
1.	கடவுள் வணக்கம்	1
2.	பத்திரிகையின் நோக்கம்	3
3.	ஓர் வேண்டுகோள் (வியாசங்கள்)	6
4.	பதார்த்த குணம் (ஷை சிந்தாமணி, பரிபாஷை, நிகண்டு)	10
5.	நோயாளிகளைப் போஷிக்கும் முறை	14
6.	பருவகாலங்களும் அவற்றிற்குறிய பாதுகாப்பும் (சுகவழி)	16
7.	தத்துவ தீபிகை (பதினைந்து சித்தர் நாடிநிர்ணயங்கள்)	19
8.	அங்க அமைப்பு	20
9.	கருப்பக்கோள் (நோயும் சிகிச்சைகளும்)	22
10.	பாலவாகடம் (குழந்தைகளுக்குண்டாகும் நோயும் சிகிச்சைகளும்)	25
11.	ரோகநிதானம் (விரணநிதானம்)	26
12.	ஔடதங்கள் தயாரிக்கும் இடம் (ஔடதங்களும் சிகிச்சைகளும்)	27
13.	நந்தீசுரர் கருக்கிடை முந்நூறு (சித்தர் நூல்கள்) ...	28
14.	பெற்றோர் கடமை	31
15.	வைத்தியக் குறிப்பு	32

முக்கிய கவனிப்பு:—இந்த முதல் சஞ்சிகையில் பிரசுரிக்கப் பட்டிருக்கிற விஷயங்கள் ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு சாத்திரமானதால் இப்போது அவற்றை இதில் மாதிரிக்காகப் பிரசுரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அடுத்த சஞ்சிகை முதற்கொண்டு ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் ஒவ்வொரு பாரமாகப் பிரசுரித்து வருஷாந்தர முடிவில் மேற்படி சாத்திரங்களைத் தனித்தனிப் புத்தகரூபமாகப் பயிண்டு செய்து கொள்ளச் சாதகமாய்ப் பிரசுரிக்கப்படும். இப்படியே ஒவ்வொரு சாத்திரங்களும் வரிசைக் கிரமமாய் வால்யங்களாகத் தொடர்ந்து வரும்.

சித்தர் களஞ்சியம்.

இஃதோர் அரிய நூல். சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம், வைத்தியம், சோதிடராசி அட்டமாசித்து முதலியவைகளின் சாரம், அடங்கியுள்ளது. பிறப்புமுதல் முடிவு வரையில் ஆண், பெண், இருபாலரும் அனுபவித்து முடிவில் பிறப்பற்றுச் சாயுச்சிய பதவியை அடைய இந்நூல் ஓர் சிறந்த துணையாகும். ஸ்ரீலஸ்ரீ திரு சிவானந்த சாகர யோகீஸ்வரர் அவர்களின் முகவுரையுடன் கூடிய 162 பக்கங் கொண்டது. விலை ரூ. 1—8. | காலிகோ பயிண்டு ரூ. 2.

பண்டிட் K. S. பொன்னம்பலம்.

பரஞ்சோதி வைத்தியசாலை.

109, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

JAN 1921
MADRAS.

உ

செந்திலாண்டவர் சேவடி துணை.

SIDDHAR சித்தர் திருவுளம் TIRUVULAM

தமிழ் வைத்திய மாதப் பத்திரிகை.

உற்றநோய் நீக்கி உறுஅமை முற்காக்கும்
பெற்றியாப் பேணிக் கொளல்—? (திருக்குறள்.)

புத்தகம் 1 } ரௌத்திரி ௵ கார்த்திகைமீ
நவம்பர் மீ 1920. { சஞ்சிகை 1.

அருளூறுங் கயமுகத் தண்ணல் பாதமும்
பொருளூறு சண்முகப் புனிதன் றாள்களும்
தெருளூறு சிவபிரான் செம்பொற் கஞ்சமும்
மருளற நாடொறும் வணங்கி வாழ்த்துவாம்.

சென்னை முத்தியால்பேட்டை ஹைஸ்கூல் தலைமைத் தமிழ்ப்புலவர்
ஸ்ரீமான் மணி. திருநாவுக்கரசு முதலியார் அவர்கள்
இயற்றிய வாழ்த்து.

திருவருட்பேற் றுடன்மிளிர்ந்த தென்னாட்டுச்
சித்தரினந் தேடி வைத்த
பொருவருஞ்சீர் நூன்முறையிற் பொதிபொருளின்
நுணக்கத்தைப் புலத்தாற் றேறிக்
குருவருட்பே ருடன்சித்தர் திருவுளமென்
றெழும்பனுவற் குவல யத்தில்
ஒருபெரிய குகனருளா லூழிபல
வினிதளித்தே யுலவு மாதோ.

திரிசிரபுரம் பிரஹ்மஶ்ரீ திரு அ. சிவாநந்த சாகரயோகீசுவரர்
அவர்கள் வாழ்த்து.

சத்தியுமை யானந்த வல்லியொரு பங்கிமலர் சங்கரசு யம்பு மூர்த்தி
பத்திசெயு நந்திவழி வந்துலகி லெங்குநிறை பரம்பரைச் சித்தர் நூலின்
அத்தமுழு துந்தனது சித்தத்தி ருத்தியுல காருயிர்த மைக்க மேவுஞ்
சித்தநுண மானபுகழ் மங்களச் செல்வியிச் சகமீதி லூழி வாழி.

223494

டிதம்.

அன்ப,

"சித்தர் திருவுளம்" என்னும் தலைப்பெயர்கொண்ட மாதாந்தரப் பத்திரிகையை அன்புடன் படித்துப் பார்த்ததில் இத்தகைய சிறந்த வைத்திய விஷயமான பத்திரிகை யித்தமிழுல கத்துக்கு அவசியம் வேண்டியதே யென்று புலப்பட்டது. ஆண்டவ னருளாலிடையூறின்றித் தடையற வுலாவி வருமாறு செந்திலாண்ட வன் திருவருளைப் பிரார்த்திக்கின்றேன். சிவாநந்தசாகரன்.

சென்னை முத்தியாலுப் பேட்டை உயர்தரபாடசாலைத் தமிழ்ப்புலவர்
ஶ்ரீமான்- மயிலை-சிவ-முத்துக்குமாரசாமி முதலியார் அவர்கள் இயற்றிய
வாழ்த்துப்பா.

அறுசீர் விருத்தம்

சீர்வளரும் பொதியமலை தனில்வாழும் குறுமுனிவன்
சிறந் தளித்த
ஏர் வளரும் அருநூலின் நுண்பொருள்கள் நாற்றிசையும்
இலக வேண்டி
நேர்மையுடன் வெளிவருமிச் சித்தர்திருவுளம் நிதமும்
நிலவி யோங்கிப்
பேர்தழைத்துப் பல்லூழிப் பாரதனில் பரனருளால்
பொலிந்து வாழி.

பத்திரிகையின் நோக்கம்.

———:o:———

ஆயுர்வேத மென்பது வயதை அபிவிருத்தி செய்யத்தக்க சாஸ்திரமென்று பொருள்படும். அகத்தியரால் செய்யப்பட்ட ஆயுர்வேதத்தை இத்தென்னாட்டில் முதல் நூலாகக்கொண்டு ஏனைய இருடிகளும், சித்தர்களும், வடமொழியிலும் தமிழிலும் கணக்கிடப் படாத சாத்திரங்கள் செய்திருக்கின்றார்கள். அன்றியும் அன்னிய மதத்திலிருந்த ஆயிரக்கணக்கான முன்னோர்களும் அவரவர்கள் பாஷையில் அநேக சாத்திரங்கள் செய்திருக்கின்றார்கள். அவையும் பொய்யல்ல. அவைகளும் அவரவர்களுடைய அனுட்டானங்களுக்கு ஒத்திருக்கின்றன. நாம் நமக்குச் சொந்தமான பூர்வீக வைத்திய பாகத்தோடு, யூனானி வைத்திய பாகங்களையும் அனுட்டானத்தில் வைத்துக்கொண்டிருப்பது நம்மவர்களின் அதிர்ஷ்டவச மென்ப தற்கு ஐயமில்லை. இவ்விரண்டு வகை சிகிச்சாக்கிரமங்களும் நமது தேசத்தாருக்கு அனுட்டானத்தில் சரீரத்திற்கு ஒத்துப்போய் விட்ட படியால் இருவகையிலும் பாண்டித்திய முள்ளவர்கள் கிடைப்பின் அது வியாதிஸ்தர்களுடைய நல்ல காலமென்றே சொல்லுதல் வேண்டும்.

கடவுள் நமது சீவனைச் சரீரத்தினிடத்தில் ஒப்புவித்திருக்கின்றார். வியாதி நேர்ந்தகாலத்து நாம் அச்சரீரத்தை வைத்தியர்களிடம் ஒப்பு விக்கின்றோம். சரீரமானது சீவனைப் பாதுகாக்கும் விஷயத்தில் எவ் வளவு சாக்கிரதையோடு இருக்கிறதோ அவ்வளவு சாக்கிரதை வைத்தியர்களிடம் இருக்கவேண்டும். நாம் நமது சரீரத்தினிடத் தில் எவ்வளவு அபிமானம் வைத்திருக்கின்றோமோ அவ்வளவு அபி மானம் வைத்தியர்களிடத்தில் வைத்தல்வேண்டும்.

உயிர் பாதுகாப்புக்கேற்ப எவ்வாறு பல அங்கங்கள் சரீரத்திற் குப் பொருந்தி யிருக்கின்றனவோ அவ்வாறு சிகிச்சாக் கிரமத்திற் கேற்பப் பலவகை அங்கங்கள் வைத்தியர்கட்குப் பொருந்தி யிருத்தல் வேண்டும். கர்மானுசாரத்தால் வந்த சில அசாத்திய ரோகங்களை அவர்களால் முற்றிலும் போக்கக்கூடாமலிருந்தாலும் ஔஷத உப சாந்திகளால் அவைகளை அதிகரிக்க ஒட்டாமல் தடுத்து வைக்கலாம்.

உலகத்தில் ஐயறிவு, ஆறறிவுடைய சீவராசிகள் தத்தம் வாழ்நாட்களில் செய்விப்பதும் செய்துகொள்வதுமான சாதனங்களுக்கா எல்லையில்லை. அவற்றில் சரீர பாதுகாப்பு முக்கியமான சாதனமென்பது எவர்களாலும் மறுக்கவியலாதது. சரீர பாதுகாப்பு என்றால் எதிரிகளாலும் இதர ஜந்துக்களாலும் சம்பவிக்கக்கூடிய அபாயங்களைத் தடுப்பது மட்டுமல்ல. சீதோஷ்ண பேதத்தினாலுண்டாகும் நாலாயிரத்து நானூற்று நாற்பத்தெட்டு வியாதிகளையும் வரவொட்டாமல் முன் ஜாக்கிரதையாய்த் தடுத்துக்கொள்வதும், வந்தபின் விலக்கிக்கொள்வதுமாகும். அவற்றில், வருமுன் தடுத்துக்கொள்வது விசாலித்த அறிவுடையோர்க்கன்றி ஏனையோர்களுக்குச் சாத்தியமன்று. அப்படி வியாதியானது வருமுன் தடுத்துக் கொள்பவரை யோகிகளாக மதிக்கவேண்டும். "ஊழிக்காலம் வரினும் யோகி சாவதில்லை" யென்று முன்னோர்கள் வரைந்திருக்கின்றனர். ஆதலால் பின் சொல்லப்படும் விஷயங்கள் அவர்களைக் குறித்தன ஆகா. இவை இல்லறத்தார்களுக்கென அறிக. மேற்கூறிய இருவகைகளில் முதன்மையான 'வருமுன் தடுப்பது' என்னும் பகுதியை இல்லறத்தார்களும் சிறிது அனுட்டிக்க இயலும். ஆயின், அதற்கு ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சியோடு இதர சுருதிகளும் சிறிது தெரிந்திருத்தல் வேண்டும்.

ஔடதப் பிரயோகங்களும் மற்றும் சில உபசாந்திகளும் வைத்தியர்களுக்குத் தெரிந்திருக்கவேண்டும். வியாதிஸ்தர்களுடைய தேக ஸ்பரிசத்தினாலும், காற்று சம்பந்தத்தினாலும், ஜல சம்பந்தத்தினாலும் சில தொற்று வியாதிகள் சம்பவிப்பதுண்டு. அவைகளையும் மேற்சொல்லிய இரண்டு வகைப்பிரிவுகளையும் அனுட்டித்துப் போக்கிக்கொள்ளல் வேண்டும்.

தாமாகவே ஔடதங்களைச் செய்து உபயோகித்துக் கொள்ள விரும்புவோர் ஆயுர்வேதப் பயிற்சியும் அனுபவ முதிர்ச்சியும் உடையோராய் இருத்தலோடு உபசாந்திகளும் சிறிது தெரிந்தோராதல் வேண்டும். ஆனால், உலகத்தில் இது ஏகதேசமாய் இருக்கக்கூடும். ஔடதங்கள் பிறரால் உபயோகிக்கப்படுவதே பிரபஞ்சத்தில் பெரும்பாலும் அனுட்டானத்தி லிருக்கிறது. நோய்களுக் கேற்றவாறு ஔடதப்பிரயோகம் செய்யும் சிகிச்சா விற்பன்னர்கள் வம்ச பாரம்ர்யமாய் அதே விற்பத்தியில் இருத்தல் வேண்டும்.

பொதுவாய்க் கல்விப்பயிற்சியும் ஆயுர்வேத அபிவிருத்தியும் விசாலமான அனுபவ நீட்சியும் நிரம்பவும் பொருந்தியுள்ளவர்களாக இருக்கவேண்டும். சாந்தம், தயை, நல்லொழுக்கம், சமயோசிதமான ஊகம், சோராமுயற்சி, தைரியம் முதலிய யாவும் உடையவர்களே வைத்தியத்தியற்கு உரியராவர். இத்துணை இலக்கணங்களும் பொருந்திய பண்டிதர்களிடம்தான் நோயாளர் தத்தம் சரீரத்தை ஒப்புவிக்க வேண்டியது.

கிடைத்தற்கரிய மனிதப் பிறவியைப் பெற்ற ஒவ்வொருவரும் செய்யக்கடமைப்பட்டிருக்கிற காரியங்களில் முதன்மையானது "நோய்க்கிடங் கோடேல்" என்றபடி வருமுன் காத்துக்கொள்ளுதலேயாகும். பலவித காரணங்களால் வியாதி ஏற்பட்டபோதிலும் உடனே போக்கிக்கொள்ள முயற்சித்தல் வேண்டும். தேகத்தில் வியாதி நிரம்பின பிறகும் அலக்ஷியம் செய்யாமல் தக்க ஔடதப் பிரயோகம் செய்துகொள்ள முயலுதல் வேண்டும். ஔடதப் பிரயோகம் செய்யத்தக்க வைத்தியர்கள் செய்யும் நாடிப்பரீட்சை முதல் அஷ்டவித பரீட்சையினால் நோய்களின் முழுபலமும் தெரிந்துவிட மாட்டாது. ஆதலின் நாம் அவர்களிடம் வியாதிகளாலுண்டாகும் குணதோஷங்களை விளக்கமாக ஒன்றையும் ஒளிக்காது உரைத்தல் வேண்டும். ஔடதங்களாலேயே ரோகங்கள் முழுவதும் நிவிர்த்தியாக மாட்டாது. வைத்தியர்கள் சொல்லுகிற உபசாந்தி, பத்தியங்களில் கொஞ்சங்கூடத் தவறி நடக்கக் கூடாதென்பது அறிவுடையோர்களின் கடமையாகும். சுபம்.

ஓர் வேண்டுகோள்.

உலக சிருட்டியைக் குறித்து நாம் ஆராயப்புகின், அது மனம், வாக்கு, காயம், முதலியவற்றிற்கு எட்டாததாகும். எத்தனையோ உலகங்கள் ஆகாயத்தில் கூட்டங் கூட்டமாக மிதந்து கொண்டிருக்கின்றன என்பதை ஒருவரும் மறுத்துரைக்க வியலாது. அவைகளுள் ஒன்று, நாம் வசிக்கும்படியான இப்பூமி. இவ்வுலக சிருட்டியில் அமைந்து கிடக்கும் உயிர்த்தொகுதியின் பகுப்புக்களையும் அவைகளின் உற்பத்தி, ஸ்திதி, நாசம் முதலிய தன்மைகளையும் எடுத்துரைக்க ஒருவராலும் முடியாது. அன்றியும் இவ்வுலகம் இன்ன காலத்தில் தோன்றிற்று என்றேனும் இன்ன காலத்து இவ்வாறுயிற்று என்றேனும் வரையறுத்துக் கூறவும் இயலாது. அவ்விதமே நமது இந்திய நாட்டின் பழைய வழக்க ஒழுக்கங்களையும் அக்காலத்திருந்த பெரியோர்களின் உள்ளக் கருத்துக்களையும் முறை பிறழாது எடுத்துரைக்க நம்மால் இயலாது எனினும் அறிவிற் சிறந்த பெரியோர்கள் இயற்றியுள்ள நூல்களைக் கொண்டு சிற்சில விடயங்களை ஒருவாறு கண்டறிதல் கூடும்.

அவ்வாறு ஆராயுங்கால் நமது நாட்டில் தமிழ்த் தலைச்சங்கம் கி. மு. 9000 முதல் 5000 வரையும் இருந்ததாகக் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றது. அச்சங்கம் கீழ்கண்டுள்ளவர்களால் போற்றப்பட்டு வந்ததாகவும் தெரியவருகிறது.

இறையனார்:—இவர் மதுரை சோமசுந்தரக் கடவுளின் கூறாக வந்து புலவர் கூட்டத்தோடு சங்கப்பலகை வீற்றிருந்து தமிழைச் சிறப்பித்தவர்.

முருகவேள்:—இவர் தலைச்சங்கப் புலவர். சுப்பிரமணியக் கடவுளின் அவதாரமென்பர். இவர் புலவர் கூட்டத்தோடு கூடியிருந்து சங்கத்துக்கும் தமிழுக்கும் பெருஞ் சிறப்பைக் கொடுத்தவர்.

அகத்தியர் —

காசியினின்று போந்து கம்பர்தா-
　　மருளப்பெற்று
மாசிலாக் கச்சி மூதூர் மன்னிவீற்
　　றிருந்து பூமேல்
ஆசிலாத் தமிழ்பரப்பி யருந்தமிழ்க்
　　குரவு பூண்ட
தேசிகன்மலய வெற்பின் குறுமுனி
　　திருத்தாள் போற்றி.—காஞ்சிபுராணம்.

இவர் கும்பமுனி, கும்பசம்பவர், குறுமுனி எனப்பல பெயர்களான் அழைக்கப்படுவர். அகத்திய ரென்பதற்கு விந்தியமலையை அடக்கியவரென்று பொருள். இவர் முதற் சங்கத்தின் கண்ணே தமிழ் ஆராய்ந்தனர் என்றும், அகத்தியம் என்னும் அரும்பெரும் இலக்கணம் ஒன்று இயற்றினர் என்றும், இறையனார் அகப்பொருளுரையில் கூறப்படுகின்றது. ஒரு பாஷைக்கு இலக்கியம் சிறந்திருந்தாலன்றி இலக்கணம் வகுக்க இயலாதாதலால் அகத்தியர் காலத்திற்கு முன்னரே தமிழ் சிறந்திருந்ததென்பது இதனால் தெளிவாகத் தெரிகிறது. மூற்காலத்தே சங்கங்கள் இருந்தன என்பதைத் திருவிளையாடற் புராணமும் வலியுறுத்துகிறது. அக்காலத்திலிருந்த தமிழ் வளப்பத்திற்குத் தகுந்தபடி இயல், இசை, நாடகம் என்னும் முத்தமிழுக்கும் அகத்தியர் இலக்கணம் வகுத்தாரென்று தோன்றுகிறது. அன்றியும் வைத்தியம், சோதிடம், ஞானம் முதலிய பல சாஸ்திர நூல்களையும் இவரே இயற்றினதாகச் சொல்லப்படுகிறது.

அவற்றுள் வைத்திய நூல்களாவன—பெருந்திரட்டு, ஆயுர்வேத பாஷ்யம், விதிநூல், மூவகைக் காண்டம், வைத்திய சிந்தாமணி, சிந்தூரம் 300, மணி 4000, சிவசாலம், சத்திசாலம், சண்முகசாலம், வைத்தியக் கண்ணாடி, வைத்தியரத்நாகரம், வைத்தியம் 1500, கர்மவியாபகம், கரிசல், பஸ்பம் 200, தண்டகம், பக்ஷிணி, நாடிநிர்ணயம்; அகத்தியசம்மிதை முதலியவைகளேயாகும்.

இவர் கால்வழியாகப் பதினெந்துபேர் மேற்படி நூற்களை ஓதியுணர்ந்து, தங்கள் தங்கள் பெயர்களால் பல நூற்களை இயற்றியும் பிறர்க்குரைத்தும், அதனை அனுட்டித்துக் காட்டியும் உள்ளார்கள்.

பார்த்திடவே நந்தீசர் மூலத் தீசர்
　　பண்பான அகத்தீசர் சட்ட நாதர்
காத்திடவே இடைக்காட்டார் சண்டிக்கேசர்
　　கனராமர் போகர்சிவ வாக்கிய சித்தர்
கோத்திடவே கோரைக்கர் புண்ணாக் கீசர்
　　சிறப்பான மச்சமுனி பூனைக் கண்ணர்
வாதிடவே யூகமுனி கொங்கணர் பாணினி
　　வாரரிஷி தேரையர் காப்பு தானே.—

திருவிளையாடற் புராணத்தால் குலசேகர பாண்டியன் முதல் கூன் பாண்டியன் மகன் மதுரேசுர பாண்டியன் வரையில்

ஆண்டுவந்த மன்னர்கள், யானை, குதிரை, இரதம், தேர், கத்தி, கேடயம், பாங்கு வரிசை முதலிய யாவும், பழகிய நால்வகைச்சேனைகளும், தடாகம் பூந்தோட்டம், அன்னசாலை, பன்னசாலை, தொழிற்சாலை, பாடசாலை, சங்கீதச்சாலை, முதலியவும், சரீர போஷணைக்கு வைத்திய சம்பந்தமான எட்டு வகைச்சாலை, அதாவது, மருத்துவசாலை, பாலகிரகதோஷ நிவாரணசாலை, இரணவைத்தியசாலை, தேகரோக வைத்தியசாலை, பூதபிசாச முதலியவைகளால் பீடிக்கப்பட்டவர்களுக்கு மந்திராதிகளால் நீக்கும் சிகிச்சாசாலை, பாம்பு, தேள் முதலியவைகளின் விஷம், வெண் பாஷாணம், கந்த மூலபத்திரி தாது முதலியவைகளால் ஏற்படும் விஷநிவாரண வைத்தியசாலை, மாதப ருவ காலங்களில் ஏற்படும் சீதோஷ்ண பேதத்தை யுணர்த்தும் போதகாசாலை மருந்துகளும், வைத்தியக்கருவிகளும் தயாரிக்கும் தொழிற்சாலை, முதலான எட்டுவகை வைத்தியசாலைகளையும் ஏற்படுத்தி சர்வ ஜீவர்களும் சுகமடையும் வண்ணம் அரசுபுரிந்து வந்தார்களென்று தெரியவருகிறது. காஞ்சிபுரம், மதுரை, தஞ்சாவூர், திருவிடைமருதூர் முதலிய இடங்களில் உள்ள கல்வெட்டுச் சாஸனங்களும், நமது புராதன சாத்திரங்களும், அரிய தமிழ் மருந்துகளும், அதை நிரூபிப்பதற்குச் சாட்சியங்காக உள்ளன. அன்றியும் நமது தென்னாட்டில் இக்காலத்திலும் கூட சர்வ சாதாரணமாய் 90 அல்லது 95 வயது சென்ற கிழவர் தங்கள் குடும்பத்தில் ஏற்படும் நோய்களுக்குத் தாங்களே மருந்துகள் செய்து கொடுத்தும் நோய்களை வரவொட்டாமல் பேதப்படாத ஆகார முதலியவைகளால் தடுத்தும் வருகிறார்கள். இதை நாம் கண்கூடாகக் காணலாம்.

இவ்வாறு சிறப்புற்றோங்கிய நமது தமிழ் வைத்தியமானது இப்போது காலமாறுபாட்டினால் மதாசாரியர்களாலும் அன்னிய அரசாங்கத்தாராலும் பெருமை அழிந்து பலவகையாகச் சிதறுண்டு கிடக்கின்றது. தமிழையே ஆதரிப்பாரற்றுவரும் இந்நாளில் நம் தமிழ் அரசனாகிய முருகவேள் உணர்ந்து மறுபடியும் புனருத்தாரணம் செய்ய வேண்டித் தமது தமிழ் மக்களை எழுப்பி, ஆங்காங்குத் தமிழ்ச் சங்கங்களைக் கூட்டி அகத்தியர், தொல்காப்பியர், ஔவை, திருவள்ளுவர், கம்பர், முதலியவர்களின் உண்மைச் சரிதங்களை அறியச்செய்யக் கடைக்கண் நோக்குகின்றனர் என்றே கூறுதல் வேண்டும்.

நமது தமிழ்ச்சித்த வைத்தியத்தையும் செழிக்கச் செய்யவேண்டி அநேக பாரம்பர்யமுடைய வைத்தியர்கள் தம்மாலியன்ற வரையில் ஆங்காங்குச்சங்கங்களைத் தாபித்தும், பிரசார வேலைசெய்தும் வருகிறார்கள். இதுவும் நமது முருகவேளின் அருள் நோக்கமே யாகும். ஆதலின் அவரது திருவருள் ஆணையை உன்னி இச்சென்னையில் உள்ள பெரியோர்களின் உதவியைக்கொண்டும் மிக்க அநுபவம் வாய்ந்த வைத்தியர்களைக் கொண்டும் சித்தர் திருஉளம் என்னும் பெயருடன் இம்மாதாந்தர வைத்தியப் பத்திரிகையை யான் வெளியிடத்துணிந்தேனே யல்லது பிறநோக்கத்தால் அன்று என்பதை நம் நேயர்களிடம் விண்ணப்பித்துக் கொள்கின்றனன்.

ஒவ்வொரு குடும்பத்தாரும் பயனடையும்வண்ணம் இச்சஞ்சிகையில் இன்றியமையாத வைத்திய சாத்திரங்களையும், பதார்த்தகுணம், கருப்பக்கோள், உடற்கூறு, முதலியவைகளையும், பாலகௌமார விருத்தர் முதலியவர்களுக்கு உண்டாகும் வியாதிக் கூறுகளையும், அவைகட்குத் தகுந்த சிகிச்சைகளையும் தற்கால மேல்நாட்டு முறைக்கு ஒத்தவாறு தக்கவர்களைக் கோண்டு பிரசுரித்து, காகித விலையையும் அச்சுக்கூலியையும் பொருட்படுத்தாது, மிகக்குறைந்த சந்தாவுக்கு வெளியிட்டு வருவதால், இதைக் கண்ணுறும் அரசர்கள், ஜமீன்தார்கள், மடாதிபதிகள், தனவந்தர்கள் முதலிய யாவரும் அன்போடு தங்களால் இயன்ற பொருளுதவியைச் செய்து இப்பத்திரிகை என்றும் நடந்தேறிவர அனுக்கிரகிப்பார்களேன்று எல்லாம்வல்ல இறையவனை இறைஞ்சுகின்றனம்.

பத்திராதிபர்.

பதார்த்த குணம்.

இஞ்சி.

மீனாக்ஷி:—விஜயலக்ஷ்மி! உன் குழந்தை சுகந்தானா?

விஜயலக்ஷ்மி:—அக்கா! இரண்டு நாட்களாய்க் குழந்தைக்குத் தொண்டையில் கோழையும், வயிற்றில் உப்புசமும், வயிற்று வலி முதலானவைகளும் உண்டாகி மிகுதியும் துன்பப்படுத்துகின்றன.

மீ:—அப்படியா! வைத்தியர்களிடத்தில் காண்பித்தாயா?

வி:—இன்னும் காண்பிக்கவில்லை.

மீ:—நீ என்ன புத்தியில்லாத பெண்ணாய் இருக்கிறாய். போனது போகட்டும், கால் பலம் இஞ்சி எடுத்து மேல் தோலைப் போக்கி நசுக்கி ஒரு பாலடை இரசம் பிழிந்துகொள். அதில் ஒரு கல் உப்புப்போட்டு உள்ளுக்குப் புகட்டி விடு. அது வயிற்றிலுள்ள கிருமி முதலியவற்றையும், கெட்ட மலத்தையும் வெளிப்படுத்திக் குணத்தைக் கொடுக்கும். விஜயா! இஞ்சி செய்யும் இரண்டொரு வேறு குணங்களையும் சொல்லுகிறேன் கேள். (1) கால் பலம் இஞ்சி எடுத்து மேல்தோல் நீக்கிச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக்கொள். ஒரு புது மண் சட்டியை அடுப்பில் வைத்து அதில் கொஞ்சம் தேன் விட்டு மேற்படி இஞ்சித் துண்டை வதக்கி எடு. பிறகு அம்மியில் வைத்து வெந்நீர் விட்டு அரைத்து ஒரு பாலடை இரசம் பிழிந்து அதில் ஐந்து துளித் தேன் விட்டுக் குழந்தைக்குக் காலைமாலை இரண்டுநாள் கொடுத்தால் அது வயிற்று உப்புசத்தையும், அடிக்கடி சிறுகச்சிறுக மலம் ஒழுகிக்கொண்டிருப்பதையும், அதனால் உண்டாகும் சுரத்தையும் நீக்கி நல்ல பசியை உண்டாக்கும். (2) முன்போல் கால் பலம் இஞ்சி எடுத்து அதனோடு வெள்ளைப்பூண்டு ஒரு திரி தோல்நீக்கிச் சேர்த்து ஏலரிசி நான்கு வைத்து வெந்நீர்விட்டு அரைத்து ஒரு பாலடை இரசம்பிழிந்துகொள். காலைமாலை

இரண்டு நாள் அந்தரசம் கொடுத்தால் கோழை சுவாச அடைப்பு விடாச்சுரம் இவைகள் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் நீங்கிவிடும்.

இஞ்சியின் குணம்:— இஞ்சியை நாம் எல்லோரும் பார்த்திருக்கிறோம். தினமும் நமது வீடுகளில் செய்யும் பதார்த்தங்களுக்கு மிகவும் உபயோகப்படுகிறது. பொதுவாக இதன் குணம் பித்த சாந்தியையும் பசியையும் உண்டாக்கும்.

சுக்கு.

கமலா:— மாணிக்கம்! இவ்வளவு நேரமாக நீ எங்குச் சென்றிருந்தாய்?

மாணிக்கம்:—கமலா! என் பெரிய அம்மா திடீரென மூர்ச்சையடைந்து விட்டார்கள், பற்கள் கிட்டிவிட்டன, சுவாசம் நின்றுவிட்டது. இறந்தவர்போல் காணப்பட்டார்கள். அதைக்கண்டு நாங்கள் பயந்து அழ ஆரம்பித்தோம். எங்கள் தகப்பனார் அழுகையை நிறுத்தி உடனே சிறிது சுக்குக் கொண்டுவரச்செய்து வாயில் போட்டு நன்றாய் மென்று பெரியம்மா காதுகளில் பதினைந்து நிமிஷம் ஊதினார். கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப்பெரிய அம்மாளுக்கு மூச்சு வந்து பிறகு முற்றிலும் குணமாயிற்று. அதனால் நான் வருவதற்கு நேரமாய் விட்டது.

கம:— இந்த வியாதிக்கு முக்கியமான காரணம் பலஹீனம்தான். அப்படியா! சுக்கு அவ்வளவு குணம் செய்கிறதா? எங்கள் வீட்டிலும் எங்கள் அத்தைக்கு அவ்விதம் வந்து கொண்டிருந்தது. வைத்தியர் வந்து வைத்தியம் செய்த பிறகுதான் முற்றிலும் குணமாயிற்று. அதைப்போல் உன் பெரிய அம்மாவையும் ஒரு வைத்தியரிடத்தில் காண்பிப்பதுதான் நல்லது.

மா:—இப்பொழுது ஒரு வைத்தியரும் பார்த்துக்கொண்டு வருகிறார். சுக்கு செய்யும் சில அபூர்வ குணங்களை நீ கேள்விப்பட்டிருக்கிறாயா?

கம:—அப்படியா! அதைப்பற்றித் தெரிந்துகொள்ள எனக்கு மிக விருப்பமாய் இருக்கிறது. அவசியம் சொல்லவேண்டும்.

மா:—கால்பலம் சுக்கெடுத்து மேல்தோல் நீக்கி உப்பை அரைத்து அதன்மேல் பூசி நெருப்பில் வாட்டி எடுத்துப் பொடிசெய்து வைத்துக்கொள். அந்தத்தூளை ஆறுபாகமாகப் பிரித்து இரண்டு நாள் காலை மாலை மத்தியானம் ஒவ்வொரு பாகம் சாப்பிட்டு அதன்மேல் ஜலம் சாப்பிட்டால் வயிற்றுப் பொருமல், பசியின்மை புளி ஏப்பம், மலக்கட்டு, முதலியவைகளை நீக்கிக் குணத்தைத்தரும். இந்தச் சுக்குத் தூளையே மேல்கண்ட அளவு தேன் விட்டுக் குழைத்துக் காலை மாலை இரண்டு நாட்கள் கொடுக்கச் செரிக்காமல் போகும் போக்கைக்கண்டித்து நல்ல சீரணசக்தியை உண்டாக்கும்.

சுக்கின்குணம். இஞ்சியை நன்றாய் உலரவைத்ததுதான் சுக்கு. சுக்கு நம் வீட்டில் மருந்தாக உபயோகப்பட்டு வருகிறது. இது பொதுவாக ஜீரணத்தையும் பசியையும் உண்டுபண்ணும்.

பால்.

அமுதம், அமிர்தம், அமுது அமிழ்து என வழங்கும் விசேஷ பதங்கள் தடுப்பரிய சக்தியையுடைய பசுவின் பாலுக்குப் பொதுவாகச் சிறப்பித்துக் கூறப்படுவன. இதைப் பற்றிய சிறப்புவிதிகளோ அநந்தம். உத்தமான பசுவின் பாலை விதிப்படி ஜலம் விட்டுக் கிரமப்படி காய்ச்சி, குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் அருந்தி வந்தால் பலவித விஷ மூலிகைகள், விஷஜந்துக்கள், வீரம், பாஷாணம் முதலிய விஷவஸ்துக்கள், புத்தியைப் பேதிக்கச் செய்யும் மருந்தீடுகள், திகைப்பூச்சிகள், திகைப்பூண்டுகள், மூளைக்கொதிப்பால் உண்டாகும் சித்தபேத வியாதிகள், பைத்திய ரோகங்கள் முதலிய எவ்வித கெடுதிகளையும் நீக்கும். இது பசுவின் நிறபேதம், அது உட்கொள்ளும் ஆகார பேதம், காய்ச்சும் பாத்திர பேதம், காய்ச்சும்போது சேர்க்கவேண்டிய ஜலத்தின் அளவு, அதில் கூட்டும் பரிகார தினுசு, பாலைப்பருகும் காலம், கறந்தபின் உபயோகிக்கும் நேரம், பால் பருகுமுன்னும் பருகிய பின்னும் சேரும் ஆகார வஸ்துக்களின் வித்தியாசம், இவைகளுக்கேற்றபடி இதன் குணமும் மாறுபட்டுச் சந்தர்ப்பத்திற்கேற்றபடி நன்மையை அல்லது தீமையைச் செய்கிறது. "அளவிற்கு மிஞ்சினால் அமுதமும் நஞ்சாம்" என்பது நமது முன்னோர்களின் முதுமொழி. இதனால், பசுவின் பெருமையும், அதன் ஆகாரக்கிரமமும், பாலைக்கறக்க வேண்டிய

காலமும், அதில் ஜலம் சேர்க்கும் அளவும், காய்ச்சும் பதமும், சாப்பிடவேண்டிய நேரமும், வாத, பித்த, சிலேத்தும, தொந்த,ரோக, அரோக தேகிகளுக்குத் தக்கபடி இவ்வளவுதான் பொருத்தமானதென்ற முறையும், பால்கறந்தபின் காய்ச்சவேண்டிய நாழிகையும், இன்னகாலத்திற்றான் சாப்பிடலாமென்றவிதியும், பால்பருகியபின் அநுசரிக்கவேண்டிய கிரமமும் தெளிவாய்க்காட்டி சுருங்கக்கூறி விளங்க வைத்துள்ளார்கள். நமது மூதறிவாளர்களாகிய சித்தர் மகான்கள். இத்தகைய பேதாபேதங்களை லோகோபகாரங் கருதித் தெள்ளிய தமிழ்ச்செய்யுள் நடையில் வெள்ளிடையாய் விளக்கிவைத்திருந்தும் இந்த நவீன நாகரிக விபரீத உலகில் முன்னோர் கொள்கைகள் புறக்கணிக்கப்பட்டு வருதல் பிரத்தியட்சம். அதன் பலன் பலவித தொடர் வியாதிகளுக்கு ஆளாகித் துன்புறுவதேயாகும்.

இதனைப் பார்க்கும் பலருள் சிலராகிலும் கவனித்து விஷயத்தைக் கிரகித்துத் தாங்களும் தங்களைச் சேர்ந்தவர்களும் சுகமடையக் கூடுமென்று சுருக்கிக் கூறலாயிற்று.

பசுவின் பாலானது பொதுவாகச்சிசுக்கள் முதல் வயது சென்றவர்கள் வரையில் யாவருக்கும் உதவக்கூடிய ஒப்பற்ற ஆகாரம். நெடுநாள் தொந்தரை செய்யும் சுரரோகம், சூலைரோகம், பிரமேகரோகம், பலவீனரோகம், அதிசுஷ்கரோகம் இவைகளையுடைய தேகிகளுக்கு ஏற்ற நல்ல உணவாக உதவக்கூடியது.

பசுவின் நிறபேதங்கள்.

வெண்மைநிறப்பசுவின்பால் பித்த சம்மந்தமான ரோகங்களையும். செம்மைநிறப் பசுவின்பால் வாத சம்பந்தமான ரோகங்களையும், கருமை நிறப்பசுவின்பால் கப சம்பந்தமான ரோகங்களையும், கருமை கலந்த பொன்னிறமாகிய கபில நிறப் பசுவின்பால் வாத, பித்த, சிலேத்துமமென்னும் மூன்றுவித தோஷ சம்பந்தமான ரோகங்களையும்; காராம்பசுவின்பால் கண்ணைப்பற்றிய ரோகங்களையும், க்ஷயசம்பந்தமான ரோகங்களையும், இதரமான பாலால் உண்டாகும் ரோகங்களையும், தோஷங்களையும், இரத்த பித்த ரோகத்தையும், நரைநிறப் பசுவின்பால் முயல்வலி முதலிய வலிப்பு ரோகங்களையும், மான்நிறப் பசுவின்பால், திரிதோஷப் பிணிகளையும், மூன்றுமீற்றுப் பசுவின் பால் கபரோகங்களையும், நான்கா மீற்றுப் பசுவின்பால் திரிதோஷங்

களையும், வியசனத்தையும், அரோசகத்தையும் நீக்கும். காய்ச்சி ஏடு நீக்கிய பசுப்பால், அஜீரண ரோகங்களையும், வாயு ரோகங்களையும், பித்த ரோகங்களையும் நீக்கும். காராம்பசுவின் பாலானது, வைத்திய, முறைகளுக்கு உத்தமமென்பது பெரியோர்கள் அநுபவம்.

நீக்கவேண்டிய பால்.

அரணைநோய், தாராநோயுள்ள பசு, தெருத்தெருவாய் அலைந்து திரியும்பசு, வெண் புள்ளிகளையுடைய பசு, தூங்கித்திரியும் பசு, மல மருந்தும் பசு, மசானத்து எலும்பைத்தின்னும் பசு, இவற்றின் பால் எக்காரணத்தைக் கொண்டும் எந்த அவசர சமயத்திலும் உபயோகிக்கக்கூடாது. இவ்விதப் பசுவின்பால் சேருமிடத்து வாத பித்த சிலேத்துமத்தால் முத்தோஷங்களும் பிறக்கும். மார்பிற்சேர்ந்து மாரடைப்பு, க்ஷயரோகம், முதலிய ஆபத்தான வியாதிகள் விருத்தியாவதுடன் ஆயுள் குறைவு முண்டாமென்பது வைத்திய நூலாசிரியர்களின் கொள்கை. (தொடரும்).

நோயாளிகளைப் போஷிக்கும் முறை.

“நோய்நாடி நோய்முதல் நாடி அதுதணிக்கும்
வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல்”—குறள்.

மருத்துவன் நோய் இன்னது என்பதையும், அது வந்த காரணத்தையும் அதைப் போக்கும் உபாயத்தையும் செவ்வையாய் ஆராய்ந்து அதற்குத் தகுந்த சிகிச்சையைச் செய்தல் வேண்டும்.

“உற்றான் அளவும் பிணிஅளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல்”—குறள்.

மருத்துவன் நோயாளியின் வயதின் அளவும், அவன் அடைந்துள்ள நோயின் அளவும், தான் அந்நோயைத் தீர்த்தற்கு வேண்டிய காலத்தின் அளவும் நன்கு உணர்ந்து மருந்தளித்தல் வேண்டும்.

“உற்றவன் தீர்ப்பான் மருந்து உழைச்செல்வான் என்று
அப்பால்நாற் கூற்றே மருந்து”—குறள்.

பிணிக்கு மருந்தாவது, நோய் அடைந்தவன், அதனைத்தீர்க்கும் மருத்துவன், அவனுக்குக் கருவியாகிய மருந்து, அம்மருந்தை மருத்துவன் கூறியவண்ணம் கொடுப்போன் என்னும் நான்கு பகுதியை உடையது. (இதனை இன்னும் விரிக்கில் பெருகும்.)

பிணியாளிக்கு வைத்தியன் கூறிய ஆகாரவிதிப்படி இனிய வார்த்தையோடு மிகுதிப்படாமலும், குறைவுபடாமலும், குறிப்பிட்ட நேரங்களில் உடனுக்குடன் புதிய ஆகாரமேனும் பாலேனும் கொடுத்து வரவேண்டும்.

நோயாளிக்கு ஆகாரம்கொடுக்கும் முன்னும்பின்னும், வாயைக் கொப்பளிக்கச் செய்யவேண்டும்.

தானே உண்ணச்சக்தியற்ற பிணியாளிக்கு வெள்ளி அல்லது முரிக்கரண்டியால், ஆகாரத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் ஊட்ட வேண்டும்.

நோயாளி நித்திரை செய்யும்போது ஆகாரமோ அல்லது மருந்தோ கொடுக்கும் நேரம் வந்தால் வைத்தியர் அநுமதிபெற்று எழுப்ப வேண்டும்.

நோயாளிக்கு உணவு கொடுக்கும்போது உமட்டலாவது, வாந்தியாவது கண்டால், உடனே ஆகாரத்தை நிறுத்தவேண்டும்.

உமட்டல் அல்லது வாந்தியுள்ள பிணியாளிகட்குக் கால்மணிக்கொரு தடவையாய், வைத்தியர்களால் ஏற்படுத்தப்பட்ட ஆகாரத்தைக் கொடுத்து வரவேண்டும்.

பாலே ஆகாரமாயுடைய பிணியாளியின் மலத்தில் திரண்ட பால் கண்டாலும் அல்லது நோயாளி உட்கொண்ட கொஞ்ச நேரத்தில் வாந்தி செய்துவிட்டாலும் மறுதடவை கொடுக்கும்போது இரண்டு பங்கு பாலில் ஒரு பங்கு நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சிக் கொடுக்கவும்.

பாலுடன் சேர்க்கும் நீரானது சுண்ணாம்பைக் கரைத்து மிகவும் தெளிந்த நீராயிருந்தால் மிகவும் நலம். இதை வைத்தியர்களின் அநுமதியின் பேரில் செய்யவேண்டும். (தொடரும்.)

பருவ காலங்களும் அவற்றிற்குரிய பாதுகாப்பும்.

நாம் நோயின்றி வாழ விரும்பினால், காலத்திற்கு ஏற்றவாறு உணவு, உடை, வழக்க வொழுக்கங்கள், இவைகளை மாற்றிக்கொள்ளுதல் வேண்டும். ஆதலின், அதனை நாம் இங்கு ஆராயவேண்டுவது அவசியமாகின்றது. பருவ காலங்கள் ஆறுவகையாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவை முன்பனிக்காலம், பின்பனிக்காலம், இளவேனிற் காலம், முதுவேனிற் காலம் கார்காலம், குளிர்காலம், என்பன ஆகும். இக்காலங்களில் நாம் நம்தேகத்தை எவ்வாறு பாதுகாத்தல் வேண்டும் என்பதை முறையே கவனிப்போம். முன்பனி, பின்பனிக் காலங்களாகிய மார்கழி, தை, மாசி, பங்குனி மாதங்களில் அதிசீதளத்தால் வயிற்றிற்குள்ளிருக்கும் ஜடராக்கினியானது சரீவர வெளியில் வந்து வீச மாட்டாமல் தடைபட்டுப் போகின்றது. அதனால் அக்கினி பலமானது வயிற்றுக்குள்ளேயே அதிகரிக்கின்றது. அதற்காக விசேஷமான அன்னபானாதிகளை உபயோகிக்க வேண்டும். இல்லையேல் அது இரத்தம் இரசம், மாமிசம் முதலிய தாதுக்களைத் தின்றுவிடும். இதன் உண்மை இமாலய பருவதத்தின்மீது யாத்திரை செய்யும் பாட்டை சாரிகளுக்கு நன்கு தெரியவரும். உளுந்து, கோதுமை, நெய், பால் முதலிய எந்த வீரிய புஷ்டிகளுள்ள வஸ்துவும் சீதள பலத்தால் க்ஷணமாத்திரத்திலேயே செறித்துப் போகின்றது. அக்காலத்து ஸ்நானம் பானம், ஆசமனம் முதலியவைகளுக்கு உஷ்ண ஜலத்தையே உபயோகிக்க வேண்டும். பட்டு, பஞ்சு மெல்லிய உரோமம், முதலியவைகளால் நெய்யப்பட்ட வஸ்திரங்களைக் கொண்டு சரீரத்தை மறைத்துக்கொள்ள வேண்டும். உஷ்ணமான வீட்டிலும் உஷ்ணமான படுக்கையிலும் படுக்கவேண்டும். மேலும் இந்தக் காலங்களில் துவர்ப்பு, கைப்பு, இரசமுள்ள வஸ்துக்களையும், புசிக்கக்கூடாது. அன்றியும் பகல் நித்திரையையும், மாலைவேளையில் காற்றுவாங்குவதையும் முற்றிலும் விடவேண்டும். முன் பனிக்காலமும், பின் பனிக்காலமும் சீதள குணத்தால் ஒன்றுபோலவே இருப்பதால் கால நிலையும் பெரும்பாலு மொன்றுபோலவே சொல்லப்பட்டது. சில தேசங்களில் பங்குனிமாதமானது கோடைபோலத் தோன்றுகிறது. அப்படிப்பட்ட தேசங்களில் மாத்திரம் பங்குனி 15-தேதிக்குமேல் இளவேனிற்கால முறைகளைக் கையாடவேண்டும். மற்ற வடக்குத் தேசங்களிலோ நான்கு மாதங்களுக்கும் ஒரேவிதி

பட்டது. சிலதேசங்களில் பங்குனி மாதமானது கோடை போலத் தோன்றுகிறது. அப்படிப்பட்ட தேசங்களில் மாத்திரம் பங்குனி 15-தேதிக்குமேல் இளவேனிற் காலமுறைகளை கையாடவேண்டும். மற்ற வடக்குத் தேசங்களிலோ நான்கு மாதங்களுக்கும் ஒரே விதி. இக்காரணத்தினாலேயே வடதேசங்களில் இந்நான்கு மாதங்களிலும் கோதுமையில் செய்த ரொட்டியை அதிகமாகவும், மற்ற மாதங்களில் அரிசிச் சோற்றை அதிகமாகவும் புசிக்கின்றார்கள். முற்றிலும் பனி மிகுந்த இடங்களாகிய பிரஞ்சு, இங்கிலாந்து முதலிய நாடுகளில் தேபானம் உபயோகிப்பது இக்கருத்து பற்றியே ஆகும். திபேத்து முதலிய தேசங்களிலும் அதிசீதளமா யிருத்தல் பற்றி கோதுமை ரொட்டியையே எப்பொழுதும் உபயோகிக்கின்றனர். சாதாரணமாக மார்கழி, தை, மாசி மாதங்களில் எந்தத் தேசங்களிலும் சீதோஷ்ண ஸ்திதி ஒரே விதமாகவே இருக்கும். சில தேசங்களில் பங்குனியும், சில தேசங்களில் ஐப்பசியும் சிறிது மாறும். அம்மாதங்களின் கால நிலைமையை உணர்ந்து அதற்குத்தக்க வண்ணம் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

சீதளகாலத்தை அடுத்த இளவேனிற் காலமாகிய சித்திரை வைகாசி மாதங்களில் காலநிலை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதையும் அச்சமயத்தில் எவ்வாறு நடத்தல் வேண்டும் என்பதையும் கவனிப்போம். சீதளகாலத்தில் எல்லோருக்கும் கபமானது விருத்தி யடைகின்றது. இதனாலேயே பற்பல ரோகங்களுண்டாகின்றன. ஆகையால் இளவேனிற்காலம் வந்த பதினைந்து நாட்கள் சென்றவுடன் வாந்தியாகத் தகுந்த ஔடதங்களால் கபத்தை நீக்கவேண்டும். இந்த மாதங்களில் சீக்கிரமாகச் செறிக்கத் தகுந்த ஆகாரத்தையும், உறைப்பு, துவர்ப்பு, கைப்பு, இவைகள் கலந்துள்ள கியாழ வஸ்துக்களையும் மான்,முயல், முதலிய மாமிசங்களையும், சூடுள்ள ஜலத்தையுமே உபயோகிக்கவேண்டும். மற்ற படுக்கை முதலியவைகளெல்லாம் முந்திய பருவங்களுக்குக் கூறியவண்ணமே உபயோகிக்கலாம். அன்றியும் தாமதமாய் சீரணிக்கத் தக்க ஆகாரம், மதுரரசம், பகல் நித்திரை முதலியவைகளை அடியோடு நீக்குதல் வேண்டும். இதற்கடுத்த முதுவேனிற் காலமாகிய ஆனி, ஆடி மாதங்களில் மதுர இரசம் சம்மந்தப்பட்ட சீதளமான பானாதிகளையும், இடைத்தரமான ஆகாரங்களையும் புசிக்கவேண்டும். இம்மாதங்களில் சம்பா அரிசி உபயோகித்தல் மிகவும் சிறந்தது. காட்டுமிருக மாமிசங்கள் தேகத்திற்கு ஆரோக்கியமானவை, சீதள

மான வீடு படுக்கை முதலியவைகளை இம்மாதங்களில் உபயோகிக்க வேண்டும். பகலில் சிறிது நேரம் தூங்கலாம். தோட்டங்களில் உலாவலாம். ஜலக்கரைகளில் காற்றுவாங்கலாம். பருத்தியினால் நெய்யப்பட்ட மெல்லிய துணிகளை உடுக்கலாம். உப்பு, புளி, காரம், சூடு. வீரியபுஷ்டி, இவைகளுள்ள வஸ்துக்களை அதிகமாக உட்கொள்ளுதல் கூடாது. ஸ்திரீ சம்போகமும் மத்தியபானமும் இக்கோடைகாலங்களில் முற்றிலும் விலக்கத் தக்கன. மதுபானத்தில் மிகவும் பழக்கமுடையவர் ஜலத்தை மிகுதியாகக் கலந்து குறைவாக உட்கொள்ளுதல் வேண்டும்.

கார்காலத்தில் அதாவது ஆவணி, புரட்டாசி மாதங்களில் முதுவேனிற் காலத்திற் சேர்ந்த வாயுவானது கோபிக்கின்றது. ஆகையால் கார்காலம் வந்தவுடன் வாயுவைப் படிய வைக்கவேண்டும். கார்காலமானது மழையதிகம் பொழியும்பொழுது சீதளகாலம் போலவும் மழையில்லாதபோது கோடைக்காலம் போலவும் தோன்றும். ஆகையால் போஜனம் படுக்கை ஸ்திரீசம்போகம் மதுபானம் முதலிய காரியங்களைக் காலோசிதம்போல நடத்திக்கொள்ள வேண்டும். மேலும், இம்மாதங்களில் சிறிது தேனை உபயோகிப்பது மிகுதியும் நன்மை. பழைய அரிசி, கோதுமை, துவரம்பருப்பு, முதலிய தானியங்களையும், காட்டுப் பறவை முதலிய மாமிசங்களையும், புளியையும், உப்பையும் உபயோகித்தல் வேண்டும். குளத் தண்ணீரைக் காயவைத்து ஸ்நானம் செய்வது நன்மை. மதுபானம் செய்யவேண்டுமானால் பழைய மதுவில் நீர் அதிகமாகவும் தேன்சிறிதும் கலந்து குடிக்கவேண்டும். பூமியின் ஆவி தன்மேல் படாவண்ணம் உலாவிவரல் வேண்டும். பகற்காலங்களில் தூங்குவது, வெய்யிலில் இங்கு மங்கும் அலைவது, ஆற்று ஜலத்தில் ஸ்நானஞ் செய்வது, கஸரத்து செய்வது ஸ்திரீ சம்போகம் செய்வது, முதலியவைகளை முற்றிலும் விலக்கவேண்டும். (தொடரும்.)

தத்துவதீபிகை.

தத்துவங்கள். 96 :—இவை முதற்றத்துவம் 30. இரண்டாந் தத்துவம் 30. மூன்றாந் தத்துவம் 36.

முதற்றத்துவம் 30. அவை வருமாறு:—

பூதம் 5, பொறி (ஞானேந்திரியம்) 5, புலன் (ஞானேந்திரக் கிரியைகள்) 5, கன்மேந்திரியம் 5, கன்மவிஷயம் 5, கரணம் 4, அறிவு 1.

இரண்டாந்தத்துவம் 30. அவை வருமாறு :—

நாடி 10, வாயு 10, சயங்கள் ஆசயம் 5, கோசம் 5.

மூன்றாந்தத்துவம் 36. அவை வருமாறு :—

ஆராதாரம் 6, மண்டலம் 3. மலம் 3, தோஷம் 3, ஏடனை 3, குணம் 3, விராகம் 8, வினை 2, அவஸ்தை 5.

முதற்றத்துவம் முப்பதின் விரிவு வருமாறு. பூதம் 5.

1. பிரதிவி—மண்; தலம். காஞ்சி.
2. அப்பு— நீர், தலம். திருவானைக்காவல்.
3. தேயு— அக்கினி, தலம். அண்ணாமலை.
4. வாயு— காற்று, தலம் காளத்தி.
5. ஆகாயம்— சுத்தவெளி, தலம்-சிதம்பரம்.

பொறி (ஞானேந்திரியம்.) ஐந்தின்விரிவு வருமாறு.

சோத்திரம்—செவி. தொக்கு—உடம்பு. சட்சு—கண். சிங்குவை—நாக்கு. ஆக்கிராணம்—மூக்கு. ஆகபொறி 5.

புலன் (ஞானேந்திரிய விஷயம் அல்லது தன் மாத்திரை).

ஐந்தின் விரிவு வருமாறு.

சத்தம்—கேட்கப்படுவது (செவியின் தொழில்). பரிசம்—சுகதுக்க அறிவு (உடம்பின் தொழில்) உருவம்—காணப்பட்டது (கண்ணின் தொழில்) இரசம்—அறுசுவை அறிவு (நாவின் தொழில்) கந்தம்—நற்கந்த துற்கந்த அறிவு (நாசியின்தொழில்). ஆக புலன்5.

கன்மேந்திரியம். ஐந்தின் விரிவு வறுமாறு .

வாக்கு—வாய், பாதம்—கால், பாணி—கை, பாயுரு—அபானம், உபத்தம்—குறி, ஆககன்மேந்திரியம் 5.

அங்க அமைப்பு.

எலும்புகளின் விவரம்.

எலும்புகள் ஏறக்குறைய 208 தசைகள் நீங்கிய எலும்புக் கோவைக்கு கங்காளமென்று பெயர். அது வெண்ணிறமுள்ளதாய், உறுதியான சவ்வினால் மூடப்பட்டதாய் அதற்கு அதிக உறுதியைத் தருகின்ற சுண்ணாம்பும் ஓர்வித பசை யுள்ளதாய் மெதுவுள்ளதாய் நடுவயது வரையில் வளர்வதாய், முதுமையில் இலேசாகத் தெரிக்கத் தக்க வயிரமுள்ளதாயிருக்கின்றது.

தலை எலும்புகள்:—இவைகளைக் கபாலம் மூக்கு, செவி, எலும்புகளென்று பிரிக்கலாம். கபாலத்தில் எட்டெலும்புகளிருக்கின்றன. இவைகள் கரேகையென்னும் கருக்கு விளிம்புகளாலிசைந்திருக்கின்றன. அதாவது சிரசில் எலும்புகளொன்றோடொன்று சேருகிற விடங்களில் தையலைப்போலக் காணப்படுகிற இவைகளுக்கு ரேகைகள் என்று பெயர். அவைகளை விதியைக்காட்டும் பிரமனெழுத்து அல்லது பிரம்மலிபி என்பது வழக்கம். ஆனாலிந்த ரேகைகள் எலும்புகளை இசைக்குஞ் சந்திகளேயாம். அடிபடுவதால் தலை யெலும்பில் விடவுகாணில் அதை அதிகமாய்ப் பரவவொட்டாது கபாலரேகைகள் தடுக்க உதவுகின்றன.

சிரத்தில் நாலு ரேகைகளுண்டு. கபாலத்தின் முன்புறத்திற் குறுக்காக ஒரு பக்கமிருந்து மற்றொரு பக்கத்திற்கு உச்சிமார்க்கமாயோடுகிற ரேகைக்கு மூர்த்தரேகை (கரோனல் ஸூசர் Coronal Suture) என்று பெயர். உச்சியில் நீண்டதாகி முன்னிருந்து பின்னுக்கொன்று போகும். அதற்குச் சரோரேகை (சாஜிடல் சூசர், Sajital Suture) என்று பெயர். இது, சிலர் நெற்றி யென்பு நடுவிலோடுவதுமுண்டு. கபாலத்தின் பின்புறத்தில் குறுக்காவொன்றோடும். அதற்கு அட்சரரேகை (லாம்டாயிட் சூசர் Lambdoid Suture) என்று பெயர். காதென்பின் மேற்புறத்தைச் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் இன்னுமொரு ரேகைக்குச் சகளரேகை (ஸ்கவேமஸ் சூசர், Squamous Suture) என்று பெயர்.

குழந்தைகளுக்கு உச்சியிலிரண்டு ரந்திரங்களுண்டு. அவைகட்குப் பிரமரந்திரம் அல்லது உச்சித்துவாரம் என்று சொல்லுவார்கள். சிரசெலும்புகள் பிரத்தியேகப்பட்டிருக்குமாதலால் பிரசவ காலத்திற் தாயினிடைக் குழியில் சிசு அந்தந்த ஸ்தானத்துக்குத் தக்கபடி. அமையும் வண்ணம் தலையோடுகளொன்றின்மேலொன்றேறி சிரசு சிறுத்து துவாரத்தின்வழியே வெளிவர உபயோகப்படுகிறது. சிசு தாயின் கருப்பையிலிருக்கிறபோது இவைகளின் வழியாய் ஆகாரம் உள்ளுக்கிறங்குகிறதென்றெண்ணுவது தப்பு.

தலையெலும்புகளாவன:—1. நெற்றியென்பு, 2. பித்திகையென்பு 3. கேநாராவென்பு. 4. பிடரென்பு. 5. நாசியென்பு. 6. கவுனென்பு, 7. மேற்றாடை யென்பு, 8. குவளையென்பு, 9. கீழத்தாடையென்பு, என்பவைகளாகும்.

நெற்றியென்பு:—கபாலத்தின் முன்புறத்திலிருக்குமெலும்புக்கு நெற்றியெலும்பென்று பெயர். இது இரண்டு துண்டுகளாயிருப்பதுமுண்டு. நெற்றியினிருபுறமிருக்கும் மேடுகளுக்கு நெற்றி மேடுகளென்றும், இவைகளுக்கிடையிலே நாசிக்கு ஊர்த்தமுகமாயிருப்பதற்கு நாசிகாபீடமென்றுஞ் சொல்லுவார்கள். நாசிகாபீடத்திற்குள் அறைகளாயிருக்கும். நெற்றி யென்புக்கடியில் பின்னுக்குப் பிதுங்கி சன்னமாயும் தட்டையாயுமிருக்கும். பிதுக்கங்களிரண்டிற்குங் கண்கூட்டுத்தட்டை யெலும்புகளென்று பெயர். நெற்றியென்புக்குட்புறத்தின் மத்தியத்தில் ஓர் நீண்ட வரம்பிருக்கின்றது. அதில் மூளையின் சவ்வு ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும்.

பித்திகையெலும்பு:—கபாலத்தில் பக்கத்திற் கொன்றாக இரண்டு பித்திகை யென்புகளிருக்கின்றன. இவை உச்சந்தலையில் சேர்ந்திருக்கும். எலும்பின் வெளிப்புறங் குவிப்பாயிருக்கும். அதற்கு பித்திகை மேடு (பெரைடல் எமினென்ஸ், Parietal Eminence) என்று பெயர். எலும்பினகம் பள்ளமாயதிற் கால்வாய்கள் காணுகின்றன. அவைகளில் நாடி நரம்புகளோடுகின்றன.

கேநாரவென்பு:—(டெம்பொரல் போன், Temporal Bone) இதற்கு கன்னப் பொறி யெலும்பு, அள்ளென்பு, காதெலும்பு என்றும் சொல்லலாம். (தொடரும்).

கர்ப்பக்கோள்.

பிர்மாவில் ஆத்மா, ஆத்மாவில் ஆகாசம், ஆகாசத்தில் வாயு, வாய்வில் தேயு, தேயுவில் அப்பு, அப்புவில் பிருதிவு, பிருதிவிலோசை, ஓசையில் அன்னம், அன்னத்தில் ரசம், ரசத்தில் உதிரம், உதிரத்தில் மாமிசம் மாமிசத்தில் மேதை, மேதையில் அஸ்தி அஸ்தியில் மச்சை, மச்சையில் சுக்கிலம், சுக்கில சுரோணிதத்தால் பிண்டம், இதை வினையளவாகப் பிராணவாயு வளர்க்கும்.

மாதா மாதம் இருபத்திரண்டு நாளுக்குமேல் இருபத்தேழு நாட்களுக்குள்ளாக எவ்வித உபத்திரமுமின்றி வீட்டுக்குத் தூரமாகி ஸ்நானம் செய்யும் பெண்மக்களுக்குப் புத்திரசந்தானம் உண்டாகு மென்பதற்குச் சுருதியும் அனுபவமும் சாக்ஷியமாகும்.

இப்படிக் கருத்தரித்த நாள் முதல் பத்துமாதம் வரையில் கருவுக்கு அழிவுண்டாகாமல் இருத்தற்கும் அக்கருவைதாங்கி நின்ற தாயின் தேகத்திற்குச் சீதோஷ்ண பேதங்களால் ஏற்படும் நோய்களுக்குச் சிகிச்சைகளும், பிரசவகாலத்தில் எற்படும் துன்பங்களுக்கு ஆயுதச் சிகிச்சைகளும் ஆயுள்வேதத்தில் விரிவாய்க் கூறப்பட்டு இருக்கிறது. அவற்றைக் கற்றோருணர்ந்து அனுபவித்துத் தொன்றுதொட்டு சுகத்தை அடைந்து வருகிறார்கள்.

கருத்தரித்த முதல் மாதத்தில் பிண்டத்தின்குறி.

கருப்பாசயத்தில் அதாவது சினைப்பைக்குள் உருண்ட அணு ஒன்று காணப்படும். அது உருவம் ஏற்படாமல் இருக்கும். கருப்பம் தரித்த முதல்மாதக் கடைசியில் அக்கருவானது நீண்டு ஒழுங்காய் கருப்பையின் சம்பந்தமாகிய ஓர்வித ஜவ்வின் கீழ்ப்பாகத்தில் ஒரு சிறிய கொடியில் சம்பந்தப்பட்டிருக்கும். தலை முதலிய அவயவங்கள் எளிதிற் கண்டுகொள்ளக்கூடாத அடையாளங்களுடன் காணப்படும்.

முதல் மாதத்தில் தாய்க்கு உண்டாகும் வெளிக்குறிகளும் பிணிகளும்.

1. வீட்டு விலக்கு நின்றவுடன் சந்தேகங்கொள்வது.
2. காலையில் படுக்கையினின்று எழுந்திருக்கும் போதே வாயில் ஜலம் ஊறுதல் அல்லது பித்தநீர் வாந்தி செய்தல்.

223494

3. சாப்பாட்டைக் குறைத்து வயிற்றில் வேதனை உண்டாகுதல். இப்படிச் சிலகாலமிருந்து பிறகு சுகமாய்இருக்கும். அன்றியும் நித்திரையில்லாத காலங்களில் வயிற்று நோயும் வாயில் ஜலம் ஊறுதலும் மிகுதியாய் இருக்கும். சிலர் ஒருநாளில் ஏறக்குறைய ஒன்றரைப்படி எச்சல் உமிழ்வார்கள். சரீரத்தின் மற்ற பாகங்களைவிட மர்மஸ்தானத்தில் உஷ்ணம் கொஞ்சம் அதிகமாகவே இருக்கும்.

முதன் மாதத்தில் கருவானது அமைபுங்காலத்துப் பல உபத்திரவங்கள் நேரிடுவதால் அவைகளுக்குச் சாந்தமான சிகிச்சைகள் செய்யவேண்டும். அஃதாவது காரம், புளிப்பு, கைப்பு, துவர்ப்பு, இனிப்பு, இவைகளைக்கொஞ்சம் மட்டுப் படுத்தவேண்டும். காலை ஆறு மணிக்குள் ஆறியவெந்நீரில் ஸ்நானஞ் செய்து கொத்துமல்லி விரை கியாழத்தில் பால் சேர்த்துச் சர்க்கரை சிறிது கலந்து சாப்பிடவேண்டும். இப்படிச்செய்வதால் அது பித்தத்தைச் சாந்திசெய்து தேகத்திற்கும் மனத்திற்கும் சுகத்தைக்கொடுக்கும்.

இரண்டாம் மாதத்தில் கருவானது சற்று வளைந்து தலை, கழுத்து, கண், மூக்கு, வாய், செவி முதலிய அவயவங்கள் குறிப்பிடக்கூடியதாயும், கை, கால், அவயவங்கள் தெளிவாகவும் இருக்கும். கருதரித்த நாற்பது நாட்களுக்குள் தொப்புள் ஒரு குன்றுமணிப்பரிமாணமும், தொப்புள்கொடியும் நரம்புகளும் இரத்தக்குழல்களுடன் சேர்க்கப்பட்டுமிருக்கும். தொப்புள்கொடியிலிருந்து இரண்டு இரத்தக்குழல்கள் குழந்தையினுடைய குடலுக்குள் செல்லும். நஞ்சக்கொடி வளர ஆரம்பிக்கும். இருதயமும் ஆண் பெண் தோற்றங்களுமுள்ள சுமார் ஒன்றரை அங்குலம் நீளமுள்ள பிண்டமாக இரண்டாவது மாதக்கடைசியில் தோன்றும்.

இரண்டாம் மாதம்.

ஸ்தனங்களில் நோய் உண்டாகிக் கட்டிகளும், பச்சைநரம்புகளும், வீக்கமும் காணப்படும். முலைக்காம்பைச்சுற்றி விரிவாய்க் கருத்து, தசை தடித்து நிற்கும். நடுவில் சிறுபுள்ளிகள் காணப்படும். அதைக்கிப் பார்த்தால் அந்தப்புள்ளிகளின் வழியாய்ப் பால்திரவம் வெளிப்படும்.

நாம் ஜீவிப்பதற்கு ஆகாரம் சுத்த ஜலம், சுத்த ஆகாயம், சூரிய வெளிச்சம் இவைகள்மிக்க அவஸ்யமானதாகையால் கருப்பிணியும் சிசுவும் ஆகிய இருவருக்கும் நாம் பெறும் சுகத்தைவிட இரண்டுபங்கு அதிக சுகம் வேண்டும். தாய் கெட்ட காற்றைச் சுவாசிப்பதால் அவளு

டைய இரத்தம் கெடுகின்றது. அதனால் பிண்டத்திற்குப் பலவீனமும் தாய்க்குச் சுகமின்மையும் உண்டாகின்றன. மேலும் இவர்கள் நித்திரை செய்யும் அறையில் நல்ல காற்றும் வெளிச்சமுமில்லாமையாலும் அநேகர் படுத்துக்கொள்வதாலும் மண்ணெண்ணெய் விளக்கு எரிவிப்பதாலும் அங்குள்ள அற்பப்பிராணவாயுவும் நீங்கிக் கரியமில வாயுவாகிய கெட்ட வாயு நிறைந்து போவதால் கர்ப்பிணிக்குத் தலை வலி மலச்சிக்கல் வாந்தி மயக்கம் முதலிய நோய்கள் உண்டாகி வயிற்றிலுள்ள சிசுவுக்கும் அசௌக்கியம் உண்டாகிறது. ஆதலால் நாம் வசிக்கும் வீட்டின் நான்குபக்கங்களுளிம் நல்ல காற்று, சுத்த ஆகாயம் முதலியவைகள் உண்டாக்கக்கூடிய சாளரங்கள் அமைந்திருக்கவேண்டும். நாம் வசிக்கும் அறை அதிக ஒடுக்கமாயின் வெளியிலிருந்து வரும் சுத்த ஆகாயம் அறைக்குள்வந்தவுடன் அதிசீக்கிரம் கெட்டுப்போவதால் அவ்வித அறைகளில் கருப்பிணிகள் சஞ்சரிக்கக்கூடாது. ஆதலால் நல்லகாற்றைப்போலவே சுத்த ஆகாயமும் வேண்டும். சூரியவெளிச்சம் சர்வஜீவ வர்க்கங்களுக்கும் உயிர்த்துணை ஆதலால் அது இல்லையானல் சகலஜீவ ஜந்துக்களும் மரம் செடி முதலிய யாவும் மாண்டுபோம்.

மூன்றும் மாதம்.

மூன்றும் மாதக்கடைசியில் கருவுக்கு அவயங்கள் தனித்தனி பிரிக்கப்பப்பட்டும், ஜனனேந்திரியங்கள் நுரையிரல், கல்லீரல், மண்ணீரல் இரப்பை, குடல் முதலிய அவயவங்களும் இருதயத்தினுடைய அறைகள் பிரிக்கப்பட்டும் கண்ரப்பைகள், வாய், ஆசனம் முதலிய துவாரங்கள் மூடப்பட்டும் நாசிகாதும் காணப்படும். சுமார் இரண்டங்குலம் நீளமுள்ளதாய் பிண்டம் இருக்கும்.

இந்த மூன்றும் மாதக்கடைசியில் தாய்க்கு இயற்கையை விட வயிற் கொஞ்சம் பெரிதாகக் காணப்படும். ஸ்தனங்கள் பெருத்தும் முளைக்களாம்பில் ஊசி முனைக்குச் சமத்துவமான சுமார் இருபது புள்ளிகள் காணப்படும்.

இப்படித்தனது உதிரத்தில் உற்பத்தியாகும் சிசுவின்மேல் தாய்க்குள்ள அம்சங்களெல்லாம் அச்சிசுவின் அம்சங்களுக்குவேண்டிய உபகரணங்கள் தாயின் உதிரத்திலிருந்தே வரவேண்டியிருப்பதால் அத்தாயின் சரீரத்தன்மை, தாயின்பலம், சௌக்கியம், சௌந்தரியம், நாணம், மடம், அச்சம், பயிர்ப்பு, கடத்தை, (தொடரும்)

பால வாகடம்.

223494

குழந்தைகளுக்கு வரும் நோயின்விவரம்

பாரே குழந்தைப் பிணிக்குறிப்பும் பகரும் பட்சி தோஷமுடன்
நேரே மாந்தம் பதினெட்டும் நேருங் கிரந்தி தன்குணமும்
சீரே புணர்ச்சிக் காந்தலதுஞ் சிறந்த கருப்பச் சூடுமுதல்
நேரே மாந்தா தியவென்று நிரையா யுரைத்த திதுவாமே.

கிரந்தி, செங்கிரந்தி, கருங்கிரந்தி, பக்ஷிதோஷம், மாந்தம், கணம், புரளி, கரப்பன், செவ்வாப்பு, தொண்டைக்கட்டு, அக்கரம், வைசூரி முதலான அநேக ரோகங்கள் சம்பவிக்கின்றன. மாந்தம் தாய் முலைப்பாலாலும், கணம் கருப்பச் சூட்டினாலும், மற்றப்பிணிகள் தாய் தந்தையின் புணர்ச்சியினாலெழுந்த சூட்டினாலும் உண்டாகின்றன.

செங்கிரந்தியின் குணம்.

பிறந்த பிள்ளை பெருவயி றாதிடும்
சிறந்த பூனைக் குரல்போ லழுதிடும்
திறந்த நீரும் மலசலங் கட்டிடும்
மறந்த தொண்டை கட்டிப்பால் சிவப்பதே.

பிள்ளை பிறந்தவுடன் தொண்டைகட்டிப் பூனைக்குரல்போல் அழும். நீரும் மலமுங் கட்டி வயிறூதும். கைகால் சிவப்பேறும்.

நிவர்த்தி:— கோரோசனையை முலைப்பாலிலரைத்துக் கொடுக்கத்தீரும். கருப்பூரவல்லியிலை, குன்றிமணியிலை, ஈருள்ளி இவைகளை ஓர் நிறையாய்த் தட்டிச் சாறுபிழிந்து முரித்துக்கொடுக்கத்தீரும். முருங்கையிலைச் சாற்றை முரித்துக்கொடுக்கத்தீரும். செம்முள்ளியிலையைத் தண்ணீரிற் போட்டுக்காய்ச்சிக் குளிப்பாட்டி வரவும்.

(தொடரும்).

ரோகநிதானம்.

தோஷதேகலக்ஷணம்.

இச்சடலமானது எழுபத்திராயிர நரம்புகளும், மூன்றரைக் கோடி உரோமங்களும், தோல், இரத்தம், மாமிசம், கொழுப்பு, என்பு, மச்சம், சுக்கிலம் என்னும் ஏழுவகைத்தாதுக்களும், பிருதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாசம் என்னும் ஐவகைப் பூதங்களும், அவைகளின் கலப்பினால் முப்பத்தாறு தத்துவங்களும், பஞ்சகோசங்களும், நவத்துவாரங்களும் அடங்கிய தொண்ணூற்றுஆறு அங்குல உயரமுள்ளது.

சரீரதத்துவ சங்கிரகம்.

இவ்வுடலில் வயிற்றினிடமாக அன்னமயகோசமும், மார்பினிடமாகப் பிராணமயகோசமும், சிரசில் மனோமயகோசமும், இக்கோசத்தில் தானே விஞ்ஞானம் ஆனந்தமென்கிற இருகோசங்களும் கலந்திருக்கின்றன.

அன்றியும் இச்சரீரத்தில் தொளாயிரம் நரம்புகளும், முந்நூற்றுப்பத்துப் பெரிய எலும்புகளும், நூற்றேழு மர்மஸ்தானங்களும் எழுநூறு போல்நரம்புகளும், இருபத்துநான்கு இரத்த ஓட்டப் பெரு நரம்புகளும், ஐந்நூறு மாமிசப்பைகளும், பதினாறு கண்டநரம்புகளும், (பருவமானகாலத்தில்) 556 பலம் இரத்தமும் அடங்கியிருக்கின்றன. புருஷர்களுக்குப் பத்துத்துவாரங்களும், பெண்களுக்குப் பதின்மூன்று துவாரங்களும் இருக்கின்றன. இத்தேகத்தில் கலைகள், ஆயசங்கள், தாதுக்கள், உபதாதுக்கள், புரைகள் என எவ்வேழாய் இருக்கின்றன. மார்பில் சிலேத்துமமும் ஜீவரத்தாசயமும் இவைகளுக்குக்கீழ் மூத்திராசயமும் இருக்கின்றன. பெண்களுக்கு மூன்று இரத்தாசயங்கள் அதிகமாயிருக்கின்றன.

மேலும் வாதமானது பலமாயும், இரஜோகுணமாயும், சீதளமாயும் இருக்கிறது. பித்தமானது வெப்பமாயும் சத்துவகுணமாயுமிருக்கிறது. சிலேத்துமமானது தாமதகுணமாயும் சீதளமாயும் குருவாயுமிருக்கிறது.

ஔடதங்கள் தயாரிக்கும் இடம்.

சுத்தமான இடம் அல்லது கோயில், ஜனசஞ்சாரமில்லாத இடம் அதாவது ஒருவரும் பாராத இடம், இவ்விடங்களில் மருந்து செய்வதே உத்தமம்.

மருந்து அறைக்கும் கல்வங்களின் பேதம்.

1. கறுப்புக் கல்வம். ஆரோக்கியத்தையும், பலத்தையும் உண்டாக்கும்.
2. வெள்ளைக் கல்வம். மருந்துகளினுடைய குணங்களைக் கெடுக்கும்.
3. பச்சைக் கல்வம்.—திரிதோஷத்தையும் சமமாக்கும்.
4. சிவப்புக் கல்வம்.—திரிதோஷமும் ஜனிக்கச் செய்யும்.
5. மஞ்சள் கல்வம்.—சர்வதோஷங்களுக்கும் ஆதியாகும்.

ஆதலால் மேற்சொல்லியவைகளை உணர்ந்து அவிழ்தங்களைத் தயாரிப்பதே உத்தமத்தில் உத்தமமாகும். மருத்துவனானவன் ஈசான்னிய முகமாய் அமர்ந்து, சர்வபரிபூரண தயாபரனையும் தனது குருவையும் தியானம் செய்து மருந்து தீட்டவேண்டும்.

அக்கினி லக்ஷணம்.

1. தீபாக்கினி.—எள்ளுப் பிரமாணம் பருத்திப்பஞ்சால் திரி செய்து அகலிலிட்டு எண்ணெய்விட்டு, இரண்டங்குல உயரமாய் எரியும்படி செய்வது தீபாக்கினி எனப்படும்.
2. கமலாக்கினி.—மேற் சொல்லிய படியே விறகினாலாவது திரியினாலாவது தாமரை மொட்டைப்போல் ஆறு அங்குலம் உயரம் எரிப்பதேயாம்.
3. காடாக்கினி.—மருந்து தயாரித்து வைத்திருக்கும் பாத்திரத்தை வாலுகையின்மேல் வைத்து விறகால் எரிக்கிற தீயானது வாலுகையின் மேல் வைத்திருக்கும்பாத்திரத்தின் வெளிப்புறத்தில் அரைப் பாகம் நாற்புறமும் தீப்படும்படி பரவலாய் எரிப்பது காடாக்கினி எனப்படும்.
4. மந்தாக்கினி.—காட்டுக்கரியால் தணல் தயாரித்து அதில் மருந்தைவைத்து எரிப்பது மந்தாக்கினி எனப்படும்.

(தொடரும்)

நந்தீசுரர்

கருக்கிடை முந்நூறு.

சித்தர் நூற்களில் பெரும்பாலும் மோனைத் தொடை எதுகைத் தொடைகளை அருள்வழிப்பட்டோராகிய அவர்களால் செய்யப் பெற்ற சொற்சாரியைகளாகப் பயன் கொள்ளவேண்டும்.

காப்பு.

மூலம்என்ற கணபதியின் பாதம் போற்றி
முத்திபெற்ற சுழிமுனையின் முனைமேல் நின்று
கோலம்என்ற குண்டலிக்குள் குகைதான் உண்டு
குகைதனிலே குருபரனும் அம்மை வாழ்வார்
சீலம்என்ற தவமகிமை பெற்ற சித்தர்
தேடியதோர் வீடதனைத் தெளிந்து பார்த்து
ஆலம்என்ற கொடிமரத்தின் கீழே நந்தி
அமர்ந்து நின்ற பீடம்என்ற ஆதி காப்பே. 1

ஆதியென்ற நால்வேதம் ஆறு சாஸ்திரம்
அடங்கிநின்ற அரனுடைய பாதம் போற்றி
நீதிஎன்ற நெறிதவறுப் பொதிகை வாழும்
நிரஞ்சனமாய் நிறைந்தகும்ப முனிதாள் போற்றி
சோதிஎன்ற வடிவான ரிஷிகள் சித்தர்
துணைஎனவே என்மனத்தில் துதித்துக் கொண்டு
ஆதிஎன்ற ரவிமதியும் சுழுனை மூன்றும்
ஆதிநின்ற சிவன்உமையாள் ஆதி காப்பே. 2

ஆதிஎன்ற பூரணமே சோதி காப்பு
அண்டபகி ரண்டம் எல்லாம் ஆள்வோன் காப்பு
நீதிஎன்ற மவுனதி முனிவர் பாதம்
நீங்காமல் அனுதினமும் நெஞ்சுள் வைத்து
சோதிஎன்ற சுடரொளியைக் கண்டு தேறிச்
சுத்தபரி பூரணமாய் மௌனம் பூண்டு
வாதிஎன்ற பெரியோர்கள் மனது தேற
வசனித்தேன் முந்நூறு வகையாம் காப்பே. 3

காப்பான ஐங்கரனைப் பணிந்து கொண்டு
கந்தன்வடி வேல்முருகன் கடாட்சத் தாலே
ஏற்பான ரிஷிமுனிவர் சித்தர் பாடல்
எல்லோரும் பாடியதோர் தமிழுக் கெல்லாம்
தாப்பான திறவுகோல் இம்முந் நூறும்
சாற்றினேன் புவிதனிலே மனிதர்க்காகக்
கோப்பான கருக்குருவாழ் வழியில் காணக்
கோவைகொண்ட மணிபோல வகையாய்த் தானே. 4

வகையான சாஸ்திரங்கள் அநந்தம் உண்டு
வகைஅறியார் கருஅறியார் மடையர் மெத்த
தொகையான சாஸ்திரத்தைப் பாடம் பண்ணிச்
சொல்லுவார் பொருள்அறிய மாட்டார் ஐயோ
வகையான மாய்கைதனில் வீழ்ந்தழிந்து
மதிமயங்கி நிலைதவறி மதமே பூண்டு
தகையான கதைபோல முடிவ தல்லால்
சாஸ்திரத்தின் மறைப்பறியார் கூறி னேனே. 5

கூறினேன் சாஸ்திரத்தில் மறைத்த தெல்லாம்
கூறினதால் வெகுகோடி தபசி ருந்து
மீறினர் அவருடைய பதம்இரண்டும்
மிகவணக்கம் செய்துகொண்டு நூலை வாங்கித்
தேறினர் தவமுனிவர் மகிமை பெற்றுச்
சித்தில்இருந்தார் பெரியோர் சிவமே என்று
ஆறினர் என்னுடைய நூலைப் பார்த்து
ஆதிசிவன் நந்திவாஎன் றழைத்திட் டாரே. 6

சிவனுக்கும் நந்தீசுரருக்கும் தர்க்கம்.

அழைத்துமே அருகிருத்தி அமிர்தம் ஊட்டி
அன்புடனே கருக்குருவை வெளியாய்ச் சொல்லத்
தழைத்துமே வாய்க்கொழுப்போ என்று கேட்டார்
சமரசமாய் வாய்கரத்தால் பொத்திக் கொண்டு
இளைத்துமே கருக்குருவும் வெளி தோன்றாமல்
எல்லோரும் சொல்லிவைத்த நூல்கள் தோறும்
மலைத்துமே போவதல்லால் வழிகா ணாது
மகத்தான முனிவர்கட்கேன் மறைப்பென் றேனே. 7

மறைத்ததனால் இவர்களுக்குப் பாவம் உண்டு
வழிகாணா தலைந் தழிந்தோர் அநந்தகோடி
இறைத்ததனால் ஏது பலன் கண்டால் அன்றோ
ஏறவிட் டேணிதனைத் தாழ்த்து வார்போல்
உரைத்த பொருள் தெரியாமல் அலைந்தார் ஐயோ
உண் டென்று நம்பி நம்பி உலகில் தானே
படைத்த மனுக் கெட்டலைந்த பாபம் எல்லாம்
பழிவரும்என் றெண்ணியல்லோ உரைசெய்தேனே. 8

சித்தர்கட்கும் நந்தீசுரருக்கும் தர்க்கம்,

உரைசெய்வேன் தவமுனிவர் ஒளிப்பை எல்லாம்
உத்தமனே அவர்பூட்டைத் திறப்பார் உண்டோ
மறைசெய்த பொருளை யெல்லாம் வெளியாய்ச் சொன்னேன்
மகத்தான சித்தர்களும் கோபங் கொண்டு
நிறைசெய்தே என்றனுடன் வாது பேசி
நிராகரிப்பாய் வாதாடிச் சண்டை செய்தார்
பரைசெய்த சிவனும் என்மேல் கோபம் கொண்டார்
பாய என்று ரிஷபமாய்ப் பதுங்கி னேனே. 9.

பதுங்கினேன் ஆதிசிவன் என்னைப் பார்த்து
பதஞ்சலியாய் நிரஞ்சனமாய்ப் பாதம் தூக்க
ஒதுங்கினேன் தயவு அவர் என்மேல் வந்து
ஓகோகோ நந்திவா என்று சொன்னார்
*இதங்கினார் அவர்முன்பு மண்டி போட்டு
இருந்தனடா எனக்கொருவர் எதிரே இல்லை
சதங்கியே வளையில் உள்ள சாரைப் பாம்பைச்
சாதகமாய் நாட்பழக்கம் தான்செய்வாயே. 10.

இங்துவை சாதகம்,

செய்து கொண்டு வருகையிலே கரிசாலை நெய்யும்
சேரவொன்றாய்க் கலந்து கொண்டு கபத்தைப் போக்கு
நைதுகொண்டு கபக்கட்டுப் போகும் போது
நன்றாக வளையின் உள்ளே சாரைப்பாம்பை
நெய்துகொண்டு தர்ஜனி மத்திய மையினாலே
நினைவாக ஓடுகிற மதியை வாங்கிக்
கொய்து கொண்ட அம்மதியை ரவியில் சேர்த்தால்
குறுகுமடா பாம்புநின் றாடாது பரே. 11.

* இதங்கினார் மரூஉச்சொல், சித்தபுருஷர்.

பெற்றோர் கடமை.

இவ்வுலகத்தில் ஒவ்வொரு மனிதனும் தாயின் கருப்பத்திலிருக்கும் போது தாய் எந்த ஸ்திதியிலிருக்கிறாளோ அதற்குத் தக்கதாக அவனுடைய சரீரமும் ஆத்மாவும் அமைக்கப்பட்டு அவற்றிற்குத் தக்க சுகதுக்கங்களை அடைகிறான்.

தாயினுடைய நிலைமைக்குத் தக்கதாக பிள்ளையினுடைய ஸ்திதியுமிருக்கும். "தாயைப்போல் பிள்ளையும், நூலைப்போல் சேலையும்" என்றபடி சுகத்திலிருந்து சுகமும், துக்கத்திலிருந்து துக்கமும், அன்பிலிருந்து அன்பும், பிணியிலிருந்து பிணியும் உண்டாகும்.

தாய்க்கிருக்கும் எண்ணம் எப்படியிருக்கின்றதோ அப்படியே தனக்குப் பிறக்கும் குழந்தையினுடைய எண்ணமும் இருக்கும். முளையும் தன்மையை நிலத்திலும் வித்திலும் அறியலாம். "விளையும் பயிர் முளையிலே தெரியும்" தாய் தனக்குப் பிறக்கும் குழந்தை தனது கருப்பத்திலிருக்கும்போது ஒவ்வொரு நாளும் தான் செய்த காரியங்களையும், வீட்டில் நடந்த சங்கதிகளையும், தன் சரீரத்தினது ஸ்திதியையும் ஒன்பது மாதம் வரையில் எழுதிவைத்துத் தன் பிள்ளை பிறந்து வளர்ந்தபின் அவனுக்குக் கொடுப்பாளாயின் அதுவே அவனுடைய பிற்கால நிலைமையை யுணர்த்தும் பொக்கிஷமாக்கும். வேறெவ்வித சோதிடமும் பலிக்காமற் போனாலும் தன் தாயால் கொடுத்த பொக்கிஷமாகிய இந்த ஜாதகம் தவறாதென்பது உண்மை.

ஒவ்வொரு மனிதனும் இவ்வுலகத்திலிருக்கும்போது மோக்ஷத்தையும் நரகத்தையும் தானே சுமந்து அவற்றின் இன்பதுன்பங்களை அனுபவிக்கிறான். நரகம் நம்மிடத்திலிருக்குமாயின் நாம் எங்கே போனாலும் நமக்குத் துக்கமும் உபத்திரவமும் கவலைகளும் உண்டாகும். மோக்ஷம் இருந்தாலோ பேரின்ப சுகம் உண்டாகும்.

(தொடரும்.)

வைத்தியக் குறிப்பு.

காலை மாலைக் கடன்முறை தவறார்
சாலவே மகிழ்வும் சுகமும் பெறுவர். 1.

நித்தம் குளிக்கும் நெறியுடை யோர்க்குப்
பத்து நாடியும் பண்புடன் நிற்கும். 2

பசிதனை யறிந்து புசித்திடு வோர்க்கே
விசனமு மில்லை வியாதியு மில்லை. 3.

அரைவயிற் றுண்வோடு ஆறிய நீருணில்
உரைசெயுங் காலன் உனையணு கானே. 4.

தீங்கில் உணவைத் திறமுற மென்று
பாங்குடன் உமிழ்நீர் பெருகிட விழுங்கு. 5.

பையவே புசித்துப் பரிவுடன் உலாவித்
துய்ய வெள்ளாடை தளர உடுத்திடு. 6.

வியர்வை யரும்ப வருந்தி யுழைப்பின்
வயங்கிடு நரம்புகள் வலுத்துத் தோன்றும். 7.

இன்பொடு உழைத்து இனிதொரு நாழிகைத்
துன்பற வோய்வோர் சுகமுடன் வாழ்வர். 8.

இளம்பரு வத்தில் உழைப்புடை யோர்கள்
வளம்பெறு தேச வன்மையை யடைவர். 9.

காமம் கோபம் காரநீர் அகற்றின்
தீமை யின்றித் திகழும் நின்விழி. 10.

சுபம்.

223494
சென்னை-600 00

சித்தர் திரு உளம்.

இது பிரதி தமிழ் மாதம் முதல் தேதியில் சென்னையில் பிரசுரமாகிவரும் தமிழ்வைத்திய மாதப் பத்திரிகை.

நம்தேசத்தில் தென்மொழியில் சித்தர் மகான்களால் உபதேசிக்கப்பெற்றுள்ள உண்மைகளும், தமிழ்வைத்திய நிபுணர்களால் எழுதப்பெற்ற விஷயங்களும், ஜனசமூகத்திற்குறிப பொதுவான கடமைகளும், நீதி முறைகளும், தக்க வித்துவான்களைக்கொண்டு இப்பத்திரிகையில் வெளியிட்டுவருகின்றன. பொதுவாய் ஜனங்களுக்குள் சித்தவைத்திய ஞானம்பரவி அபிவிருத்தியாக வேண்டுமென்ற நோக்கத்துடன் இப்பத்திரிகை ஏற்பட்டதேயன்றி பணலாபம் சம்பாதிக்க வேண்டுமென்ற கருத்துடனன்று. விஷயதானம் எழுதுகின்றவர்களும் பணவிருப்பமின்றி இறைமக வேலைசெய்கின்றார்கள்.

100 ரூபாய்க்குக் குறையாமல் நன்கொடை கொடுக்கிறவர்கட்குத் தங்கள் ஆயுள்கால முழுமையும் இப்பத்திரிகை பிரசுரமாகும் காலத்தில் மாதம் ஒரு பிரதி இனமாக அனுப்பப்படும்.

இதன் வருட சந்தா ரூ 2. வெளி நாட்டாருக்கு ரூ. 2—8—0
தனிப்பிரதி 1-க்கு 0—4—0

* சஞ்சிகை வீ. பி. யில் வரவழைப்பவர்கள் முன்னைவிட ரிஜிஸ்தர் செலவு அணு 2 அதிகம் கொடுக்கவேண்டியிருப்பதால் அபிமானிகள் தயவு செய்து சந்தா தொகையை முன்பணமாக அனுப்புவது நலம்.

விளம்பர விகிதம்.

ஒரு பக்கத்திற்கு	...	...	...	ரூ 30—0—0
அரைப் பக்கத்திற்கு	...	...	...	ரூ 16—0—0
கால் பக்கத்திற்கு	...	...	...	ரூ 9—0—0

குறிப்பு:—உத்தரவாதமுள்ள மருந்துகளை மட்டும் இதில் பிரசுரிக்கப்படும். முழுத்தொகையும் முன்பணமாக அனுப்ப வேண்டியது. ஒருவருடத்திற்குக் குறையாமல் விளம்பரம் செய்யவேண்டுவோர் கீழ் கண்ட விலாசத்திற்கு எழுதித்தெரிந்து கொள்ளவும்.

மானேஜர்,
சித்தர் திருஉளம் ஆபீஸ்,
109 தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

குடும்ப ரட்சாம்ருதம்.

மகா வில்வாதி லேகியம் 50 வேளை ரூபா 2.

லேகிய வர்க்கங்களில் மிக்க சிரேஷ்டமானது. குடலைப் பற்றிய சர்வ பிணிகளும் அதாவது அஜீரணம், புளித்தேப்பம், வாந்தி, மயக்கம், வயிற்றுவலி, மந்தம், மலச்சிக்கல் முதலியவைகளை நீக்கி ஆரோக்கிய திடகாத்திரத்தை உண்டாக்கும்.

முருங்கப்பூ லேகியம் 50 வேளை ரூபா 2.

அரசர்கள், ஜமீன்தாரர்கள் முதலிய சுகஜீவிகளுக்கு ஆரோக்கியத்தையும், அதி மூளை உழைப்பு, கருப்ப உற்பத்தி இன்மை சொற்பன ஸ்கலிதம், நீர்எரிவு, வெட்டை முதலிய சர்வ பிணிகளுக்கும் மிக்கவல்லது.

மஹாசந்தனாதி தைலம் டின் 1. ரூபா 2.

இத்தைலத்தை அநேக கனதனவான்கள் உபயோகித்து அரும்பயன் அடைந்து வருகிறார்கள். இத்தைலத்தை உபயோகித்து வருவதால் கபால வரட்சி, மூளை அயர்வு, மயக்கம், ஞாபகசக்தியில்லாமை, கண்ணெரிச்சல், மேககாங்கை முதலியவைகளை நீக்கும். மூளைக்கு நல்ல உணர்ச்சியையும், கொழுமையையும் உண்டுபண்ணும்.

அயச்செந்தூரம் 50 வேளை ரூ. 7.

இரத்தக்குறைவால் உண்டாகும் சோகை, பாண்டு, மகோதரம் முதலியவைகளால் சரீரம் இளைத்தல், திரங்கல், வீங்குதல் முதலிய கொடிய பிணிகளைச் சூரியனைக்கண்ட பனிபோல் விலகச் செய்து வச்சிராயுதம் போல் தேகத்தை இறுகச் செய்து போஷித்து வளர்க்கும்.

பண்டிட் K. S. பொன்னம்பலம்,

பரஞ்சோதி வைத்தியசாலை,

103, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

PRINTED AT THE MADRAS DIAMOND PRESS, MADRAS.