வைத்திய சந்திரிகா
April 1926

JL
L:5m211N25VC
N 26.1.11
210154

TOR AND DT. MA
24 JUL 1930
TRICHINOPOLY
31 OCT 1930

Registered No. M. 2084.

உ

வைத்திய சந்திரிகா

ஓர் உயர்தர தமிழ் மாதப்பத்திரிகை.

பிரதி தமிழ்மாதம் முதல் வாரத்தில் வெளிவரும்.

உள்நாடு சந்தா ரூ. 2. வெளி நாடு சந்தா ரூ. 3.

புத்தகம் 1 குரோதனஹு சித்திரைமீ பகுதி 11

விஷய சூசிகை.

		பக்கம்.
துரை பிதற்றுகிறார்	பத்திராதிபர்	... 1
வைத்திய உலகம். பாட்னாவில் சுதேச கலாசாலைகள்		... 12
சுதேசவைத்தியர்களுக்கு ஓர் அருமையான உபதேசம்		... 12
ஆகாரம் :—		... 13
வைத்திய சாரம் :—	பண்டிட் நாராயண ஐயங்கார்	... 128

Pandit, S. NARAYANA IYENGAR,
Editor and Publisher.

விலாசம் :— வைத்தியசந்திரிகா, கரூர்.

April 1926 **No. 11**

3L
L:5ஞ211, N25Y6
N26.1.11.
J10154

...at the "Vivekabanu Press," Karur.

Talismans and Charms.

For those People to Avoid all Sorts of Misfortunes and enter the Gates of Successful Life.

	Rs.	As.
For Honour, Riches, Learning and Greatness ...	7	8
For Health, Physical Strength, etc. ...	7	8
For Power of Eloquence, Speeches, etc. ...	7	8
For Success in any Undertaking or Litigation, etc.	10	0
For Success in Sport, Racing, Cards, Games of Chance, etc.	7	8
For Success in Spiritual and Religious Life ...	10	0
For Success in Trade and Business ...	10	0
For Men's Love to Women ...	7	8
For Women's Love to Men ...	10	0
For Love of Opposite Six, Attractive Power ...	7	8
For Agricultural Prosperity, Farming, Good Crops etc.	7	8
Forming, Good Crops, etc. ...	7	8
For Success in Mining Plumbago, etc. ...	100	0
For Success in Gemming. ...	225	0
Rabbi Solomon's Special Talisman for every success	15	0
Specially valued and worn by every successful Hebrew, 2nd quality ...	21	0
1st quality ...	30	0

Note :— A money Order or G. C. Notes will bring the Talisman to your door. One Extensive Life Reading Rs. 15 two Rs. 25, three Rs. 30 or more at a time at Rs. 10 per reading. Remit with birth date. Always the full amount should be remitted in advance. No V. P. P.

Apply to:- **D. A. RAM DUTH, Astrologer,**
No. 30 & 55 (V. C.) Cheku Street, Colombo. (Ceylon).

ஸ்ரீ பார்த்தஸகன் அவர்கள் இயற்றிய

" சத்திய விரதன் "

என்னும் அருமையான தமிழ் நாவல்.

பல நூறு பிரதிகள் விளம்பரமின்றியே தீர்ந்து விட்டன. தமிழ் நாகரீகத்தையே உரைப்பது. கற்பின் திண்மையையும், சத்தியத்தின் மேன்மையையும் செவ்வனே எடுத்துக்கூறுவது. பண்டிதர்களாலும் பத்திரிகைகளாலும் புகழப்படுவது.

அபிப்பிராயம்.

நவசக்தி எழுதுகிறது:—இந்நூல் நயம்பட எழுதப்பட்டிருக்கிறது. கதையை வீணாகவளர்க்காமல் சுருக்கமாகவும் அனைவருக்கும் விளங்கும்படியாயும் எழுதப்பட்டிருப்பது போற்றத்தக்கது.

விலை அணா எட்டு. உடனே எழுதுங்கள். சொல்பபிரதிகளே

100-க்கு 40 கமிஷன். ஸ்ரீநிவாஸராகவாசாரி.

வேங்கரை P. O., (வய) புகளூர் S. I. R.

துரை பிதற்றுகிறார்.

உலகத்தில் ஒருசாஸ்திரம் அல்லது முறையில் குணதோஷம் சொல்லப்புகும்பொழுது அதில் பூர்ணபாண்டித்யம் ஆராய்ச்சி இவைகளைப்பெற்று பிறகுதன் அபிப்பிராயத்தை வெளியிடுவதுதான் படித்தவர்களுக்குஅழகு. காமகுரோதங்களால் மனதுநிலைதடுமாறி வாயில் வந்ததைப்பிதற்றுவது பைத்தியக்காரத்தனமாகும். "வாச்யா வாச்யம் பிரகுபித: நவிஜாநாதி" மனது நிலைபாதிக்கப்படில் இது சொல்லலாம் இது சொல்லக்கூடாதென்ற நிதானமே தவறிவிடும் என்று ராமாயணத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. கல்கத்தாவில் இண்டியன் மெடிகல் கெஜட் என்று ஆங்கில வைத்திய மாதபத்திரிகை ஒன்று நடைபெற்றுவருகின்றது. ஸ்ரீமான் J. W. D. Megaw C. I. E. B A. M. B. அவர்கள் ஆசிரியராக அதைநடத்திவருகிறார். பங்காள கவர்மெண்டார் சுதேசவைத்தியமுறைகளை ஆதரிக்க முன்வந்தவுடன் நமது டாக்டர் அவர்களுக்கு மனது கலங்கிவிட்டது. உடனே கதைபேச ஆரம்பித்துவிட்டார். அவர் எழுதியிருக்கும் வியாசத்தின் மொழிபெயர்ப்பை சென்ற சந்திரிகையில் பிரசுரித்திருக்கிறோம். அவருடைய வியாசத்தில் வாதத்திற்கு நிற்கக்கூடிய ஒருவிஷயமும் தென்படவில்லை. சுதேசமுறைகளுக்கு அரசாங்கத்தார் அளித்துள்ள ஆதரவைக்கண்டு சீறுகிறார். ஒருமுறைக்கு ஆதரவு அளிப்பதும் மறுப்பதும் அரசாங்கத்தார் அபிமானத்தைப்பொருத்த விஷயமாதலால் அதைப்பற்றி நாம் ஒன்றும் சொல்லப்போவதில்லை. காரணமின்றி நமதுமுறைகளைப்பரிகசிப்பவர்களை நாம் கண்டிக்காமல் இருக்கமுடியாது. மதமும் வைத்தியமும் கலந்திருந்ததற்காக டாக்டர் குறைகூறுகின்றார். நம் சுதேசநூல்களில் மதம் கலந்திருப்பதாக யாராவது நிரூபிக்க முடியுமா. மதம் என்பது ஆங்கிலத்தில் religion. அனுதியாகவுள்ள நமது நூல்களில் தத்காலம் ஏற்பட்ட மதம் கலந்திருப்பது யுக்திக்கும் பொருந்தியதல்ல. சில இடங்களில் சொல்லியிருப்பது தத்வம். அதற்கு ஆங்கிலத்தில் Philosophy எனப்பெயர். சுதேச வைத்யநூல்களுக்குத்தேவையானவரை இந்த தத்துவசாஸ்திர விஷயமும் வைத்தியனுக்கு தெரிந்திருக்கவேண்டி ஓரளவு சொல்லப்பட்டிருப்பது உண்மையே. ஆனால் மதநூல்களில் வைத்திய சாஸ்திரத்தை பெரும்பாலும் மதாசார்யர்கள் நுழைத்திருக்கிறார்கள். உதாஹரணமாக விடியற்காலையில் ஸ்நாநம்செய்வது ஆரோக்யமென வைத்யநூல் கூறுகின்றது. மதாசார்யர்கள் இதன் ஆவசியத்தை யுணர்ந்து மதநூல்களில் விடியற்

காலையில் ஸ்நாநம் செய்யாதவன் நரகத்திற்குபோவான். அவன் பாவியாவான். அவனை ஜாதியில் சேர்க்கக்கூடாது என்று இதுபோன்ற சில வாதங்களையும் சேர்த்தனர். விஷயமிப்படியிருக்க நமது டாக்டர் மாறாக சொல்லிவிட்டார். அவரிஷ்டப்படியே ஒப்புக்கொண்டாலும் மதவிஷயங்களுடன் சேர்த்து சொல்லிவிட்டதற்காக சுக்கு, திப்பிலிகளின் குணம் குறைந்துவிடுமென்று தோன்றவில்லை.

அலோபதி அல்லது ஆங்கில வைத்யமுறை.

இதைப்பற்றி விவரிக்கவேண்டியது அவசியமாகின்றது. "Allopathy is a system of treatment in which remedies are given to counteract the morbid condition present. Thus constipation is treated by aperients, heart failure by stimulants, and so on. This method is the one in ordinary use and is intended to produce in the body a condition contrary to that of the disease." சரீரத்தில் தோன்றும் வியாதி நிலைமைக்கு எதிர்தட்டாக கொடுக்கப்படும் மருந்துகளின் முறைகளுக்கு அலோபதி எனப்பெயர். உதாஹரணமாக மலபந்தத்திற்கு பேதிமருந்துகளும், ஹிருதயச்சோர்வுக்கு தூண்டும் மருந்துகளும் இம்முறையில் உபயோகிக்கப்படும். இது சாதாரணமாக வழக்கத்திலிருக்கும் ஒரு முறையாகும். வியாதியால் சரீரத்தில் உண்டாகும் அனாரோக்யநிலைமைக்கு எதிர்தட்டான ஓர் நிலைமையை உண்டுபண்ணுவதே இதன் நோக்கம் என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அதாவது மலபந்தத்திற்கு காரணங்கள் பலவுண்டு. அதன் காரணங்களை அறிந்துகொள்ளாமலேயே மலபந்தம் என்று கேட்டமாத்திரத்தில் எப்சம்சால்டைக்கொடுத்து மலத்தை வெளிப்படுத்துவதும் ஹிருதயச்சோர்வுக்கு பலகாரணங்களிருந்தாலும் அவைகளை கவனியாமல். உடனே ஆல்கோஹால் ஈதர் போன்ற உத்ஸாஹகாரிகளான மருந்துகளைக்கொடுப்பதும் அலோபதி மூலக்கொள்கை. இவ்வித மருந்துகளால் சில சமயங்களில் அநுகூலமும் பலசமயங்களில் விபத்தும் விளைகின்றது.

ஹோமோபதி.

"Homoeopathy is a system of treatment based on the empirical statement that "like cures like." Thus vomiting should be treated, according to this plan, by an emetic. The remedies used would produce in health the same symptoms as those of the disease they are intended to cure." இனம் இனத்தை குணப்படுத்தும் என்றகொள்கையை ஆதாரமாகக்கொண்ட ஓர் வைத்ய முறைக்கு ஹோமோபதி யெனப்பெயர். இந்த கொள்கையை அநுசரித்து வாந்தி என்ற வியாதியில் வமந மருந்துகளை உபயோகிக்கவேண்டும். எந்த மருந்துகளை ஆரோக்ய நிலைமையில் உபயோகித்தால் என்ன வியாதி உண்டாகுமோ அந்த மருந்துகளை அப்பேர்ப்பட்ட வியாதிகளில் உபயோகித்தால் நன்மை கொடுக்கும். இது ஹோமோபதி கொள்கை. இந்த முறையை Hahnemann என்ற நிபுணர் விஸ்தாரமாக்கினார். அவரே மருந்துகளை குறைந்த அளவில் உபயோகிக்கவேண்டுமென்று சொல்லிக்கொடுத்தார். இந்த முறையைப்பற்றி நமது நேயர்கள் தெரிந்துகொள்ளுமாறு ஓர் நிபுணருடைய அபிப்பிராயத்தை எழுதுகிறோம். "As most cases of illness tend to get well with suitable food, rest and fresh air, there can be little doubt that the addition of microscopic doses of this drug or that may more often than not be followed by recovery, and is certainly preferable to the overdrugging, free bleeding, and the like, which a century ago was so much in vogue." உலகத்தில் பெரும்பான்மையான வியாதிகள் தகுந்த பத்தியங்களாலும், ஓய்வு எடுத்துக்கொள்வதாலும் சுத்த காற்றாலும் குணப்பட்டுவிடுகின்றன. (இப்பேர்ப்பட்ட வியாதிகளில் மருந்து அவசியமில்லை.) இந்த வியாதிகளிலேயே முன் சொல்லியவைகளுடன் ஹோமோபதி முறைப்படி சிறிய அளவில் மருந்துகளையும் சேர்த்துக்கொடுத்துவிட்டால் அவ்வியாதிகள் சௌக்கியமாகாது என்பதைக்காட்டிலும் வேகமாக சௌக்கியமாகலாமென்பதில் சந்தேகம் இருக்கமுடியாது. ஒரு நூற்றாண்டுக்கு முந்தியிருந்த ஓர் வைத்திய முறை (அதாவது மருந்துகளை அதிக அளவில் கொடுத்தல், ரக்தக்குழாய்களைக் குத்தி ரக்தத்தை வெளியேற்றுதல். போன்றவைகளை கையாண்டுவந்த ஓர் வைத்திய முறை) யைக்காட்டிலும் இந்த ஹோமோபதி முறை எவ்வளவோபங்குமேன்மையானது.

உண்மை வெளியாகின்றது.

நமது டாக்டர் அவர்கள் அலோபதி முறை ஆபத்தானது என்கிறார். ஒரு காலத்தில் இம்முறை மிகுந்த கெடுதியை விளைவித்ததாகச்சொல்லுகிறார். இன்னும் பலர் இம்முறையைக் கையாண்டுவருவதாகவும் அதனால் கொடுமை விளைவதாகவும் சொல்லுகிறார். ஆனால் தங்களை இனி அலோபாத் வைத்தியர்கள் என்று அழைக்கக்கூடாதெ

சென்னை-600 008.
210154

ன்கிறார். தங்களை சாஸ்திரீயவைத்யர்களென அழைக்கவேண்டுமென்கிறார். இவ்வாதம் கொஞ்சமாவது பொருத்தமுள்ளதாகவிருக்கின்றதாவென்பதை நேயர்களே கவனிக்கும்படி கேட்டுக்கொள்ளுகிறோம். தன் கோஷ்டியில் அலோபதி வைத்தியர்கள் இருப்பதாக ஒப்புக்கொள்ளுகிறார். அவர்கள் எந்த கலாசாலையில் தேர்ந்தார்கள். நமது டாக்டர் எந்த கலாசாலையில் தேர்ந்தார். இவர்கள் படித்தது ஒரே புஸ்தகமா அல்லது வெவ்வேறு புஸ்தகமா. அவர்கள் அனுஷ்டிப்பது தவறு என்றால் அவர்களை விலக்க என்ன ஏற்பாடுசெய்தார். இவர் நினைக்கும் விதமாக இவருடைய சாஸ்திரீய வைத்தியத்திற்கு சுதேச வைத்தியம் தாழ்ந்ததாகவே ஒப்புக்கொள்வோம். இவரே கண்டிக்கும் அலோபதி முறையைவிட சுதேசவைத்தியம் இளப்பமல்லவே. சுதேச வைத்தியத்திற்கு அரசாங்கத்தார் ஆதரவுகொடுக்கக்கூடாதென்று கதறுகிறவர் அலோபதி வைத்தியத்தில் ஊமையாயிருக்க காரணமென்ன. இப்பொழுது அரசாங்கத்தின் ஆதரவில் இந்தியாவில் நடைபெறும் வைத்திய கலாசாலைகள் அலோபதி கலாசாலைகள் அல்லவா? இவைகள் சாஸ்திரீய கலாசாலைகள் என்றால் இவற்றில் படித்து தேர்ந்தவர்களிடம் அலோபதி கொடுமையிருப்பதாகச் சொல்லுவது பொருந்துமா. அலோபதி பாட புஸ்தகங்கள் சாஸ்திரீய வைத்திய பாடபுஸ்தகங்கள் என்று இருவித பாடபுஸ்தகங்களிருப்பதாக டாக்டர் அவர்கள் நிரூபிக்க முடியுமா. ஆயிரக்கணக்காக பணத்தை சிலவழித்துப் படித்துத்தேர்ந்த நமது சகோதர வைத்தியர்களை அலோபதி கொடுமையிழைப்பவர்களென்றுஇகழ்வது உண்மையில் நமக்கு பரிதாபத்தை விளைவிக்கின்றது. அலோபதி முறை நசித்துவிட்டது என்கிறார். ஆனால் பலர் அம்முறையைக் கையாண்டுவருவதாகவும் சொல்லுகிறார். ஒரே நாளில் இம்முறையை விட்டுவிட முடியாது என்கிறார். இவ்வார்த்தைகள் ஒன்றுக்கொன்று எவ்வளவு முரண்பட்டதென்பதை நேயர்கள் கவனிக்கவேண்டும். நசித்துவிட்டமுறையை ஒரேநாளில் ஏன் தள்ளமுடியாது. நசித்துவிட்டமுறையை இன்னும் பலர் பின்பற்ற காரணமென்ன. வைத்திய பாடசாலைகளில் படிக்காததையா இவர்கள் பின்பற்றுகின்றனர்? பாடசாலைகளில் பயின்றதையே பின்பற்றினால் அப்பொழுது பாடசாலைகளில் சொல்லிக்கொடுக்கும் பாடம் அலோபதிபாடமே. அப்பொழுது அம்முறை எப்படி நசித்துவிட்டதாக கூறமுடியும். நமது டாக்டர் அவர்கள் நவீந சாஸ்திரீயவைத்திய முறைக்கு லக்ஷணம் சொல்லுகிறார். — ஒவ்வொரு வியாதிகளின் மூலகாரணங்களை கண்டுபிடிப்பதும், மூலகாரணங்களை ஒழிப்பதும், ஒவ்வொரு வியாதிக்கும் சிலாக்கியமான மருந்தை கண்டுபிடிப்பதும், ஆகிய இவைகள். இந்த மூன்றுலக்ஷ

ணங்கள் அமையப்பெற்றது இவர் இப்பொழுது புதிதாககொண்டிருக்கும் நவீன சாஸ்திரீய வைத்தியமுறை. இந்த லக்ஷணம் நமக்கு நகைப்பை விளைவிக்கின்றது. உலகத்தில் ஒவ்வொருவரும் தங்கள் முறைகளுக்கு இந்த லக்ஷணத்தைதான் சொல்லுகின்றனர். சுதேச நூல்கள் சொல்லுவதாவது — "ரோகமாதௌ பரீக்ஷேத" வியாதியின் மூலகாரணத்தை முதலில் பரிசீலனைசெய். "ஸங்க்ஷேபத: க்ரியாயோக: நிதானபரிவர்ஜநம்" காரணம் அறிந்த பிறகு காரணங்களை அறவே ஒழிப்பது—முதல் மருந்து. "ப்ரத்யக்ஷ பலதர்சநாத்" இப்புத்தகத்தில் சொல்லியுள்ள மருந்துகள் அந்தந்தவியாதிகளை கண்டிப்பதை நேரில் காணலாம். இவ்வசனங்களால் சுதேச வைத்திய நூல்களும் இவர் சொல்லும் லக்ஷணங்கள் அமையப்பெற்றனவல்லவா. இவர் சொல்லுவதை மூலக்கொள்கையாகக்கொண்டு நம் சுதேச நூல்கள் ஆரம்பித்திருக்கின்றன. கியானத்தை விருத்திசெய்யவும் புதிய ஆராய்ச்சிகளில் நுழையவும் இவர் விரும்புவது போலவே நமது நூல்களும் போதிக்கின்றன. "தத்வித்ய சம்பாஷா" பல்வைத்தியர்களுடன்கூடி பழகவேண்டும். அவர்களிடம் பலவிஷயங்களைத் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். "அவிபாச்சைவ கோபா: சயேசாங்யே வநசாரிண:" காடுகளில் வசிப்பவர்களிடமும் ஆட்டு இடையர்கள் மாட்டு இடையர்கள் இவர் முதலானவர்களிடமிருந்தும் மூலிகைகளைத்தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். "ஏகம் சாஸ்த்ரமதீயானோ நவித்யாத் சாஸ்திர நிச்சயம். தஸ்மாத்பஹு—ச்ருத: சாஸ்த்ரம் விஜாநீயாத் சிகித்சக:" ஒரு புஸ்தகத்தைப் படித்தால் போதாது. வைத்தியன் பல புஸ்தகங்களைப்படிக்கவேண்டும். இதுபோன்ற பல வசனங்கள் உதாஹரிக்கக்கூடும். ஆகையால் இவர் புதிதாக ஒன்றும் சொல்லிவிடவில்லை. போலி வைத்தியர்களை சுதேச நூல்களும் பலவாறாக தூஷித்திருக்கின்றன. பல சுதேச மருந்துகளை பரீக்ஷித்து அனுபவத்தில் பயன்பெறாமல் போனதை நமது டாக்டர் கியாபக மூட்டுகிறார். ஆங்கில பத்திரிகைகளிலும் மேனாட்டுப்பத்திரிகைகளும் பல ஔஷதங்கள் தேவாமிருதமென போற்றப்படவில்லையா. அவைகளில் போற்றப்படுமளவு குணமிருப்பதாக யாராவது உறுதிகூறமுடியுமா. விளம்பரங்களைப்பார்த்து உடனே மருந்துகளை உபயோகித்து பரீக்ஷைபார்ப்பதென்பது பொறுப்புவாய்ந்த ஒரு வைத்தியர் செய்யக்கூடியகாரியமென்பதை இதுவரை நாம்கேட்டதேயில்லை. தவிர விளம்பரங்களில் சில உண்மையுள்ளவைகளென்பதை நாம் மறுக்கவில்லை, எல்லாவற்றையும் அப்படியே நம்பிவிடுவதென்பதை யாரும் ஒப்பமுடியாது. இந்த விளம்பர வியாபாரங்களையும் நமது டாக்டர் வர்க்கத்தினரே நமக்கு கற்றுக்கொடுத்தது. மொத்தமாக நமது டாக்டர் கூறுவதை

விட குறிப்பிட்ட இந்த மருந்தை இவ்விதம் உபயோகித்தேன். பலனில்லையென்று விவரம் கூறியிருந்தால் அது அழகாகவிருக்கும். அதைவிட்டு தான் தப்பித்துக்கொள்வதற்காகவே ஒன்றையும் குறிப்பிடாமல் ஜாக்கிரதையாக இருந்து விட்டார் என்றே சொல்வோம்.

நூதனமுறையின் மகிமை.

தாங்கள் ஏதோ நூதனவைத்திய முறையில் இறங்கியிருப்பதாக நமது டாக்டர் கூறுகிறார். அதற்கு நவீன சாஸ்திரீய வைத்தியமுறை என்று பெரியபட்டப்பெயரையும் கொடுத்திருக்கிறார். அதன் மகிமையை சற்றுவிசாரிப்போம். ஆதிகாலத்தில் பிளேக் நோய்கண்டால் அதற்கு மருந்து மாத்திரம் கொடுத்துவந்தனர். இவர்கள் பழையவைத்தியர்களாம். இவர்கள் நவீனசாஸ்திரீய வைத்தியமுறைப்படி பயிற்சிபெறுதவர்களாம் ஆனால் இப்பொழுது நவீன ஆராய்ச்சியினால் இவ்வியாதிக்கு புதிய புதிய மருந்துகள் ஒன்றும் கண்டுபிடிக்கப்படவுமில்லை. இன்றும் பஞ்சாப்மாகாணத்தில் ஆயிரக்கணக்கான உயிர்கள் பிளேக்கால் மாளுகின்றன. விசேஷமென்னவென்றால் இவர்களின் நவீன ஆராய்ச்சியின் பலனாக பல்லாயிரக்கணக்கான எலிகள் கொல்லப்படுகின்றன. அந்தோ பாவம்; பிளேக் நோய் ஒருபக்கம் எலிகளை சூறையாட மற்றொருபக்கம் நவீன ஆராய்ச்சியும் அவைகளையேசூறையாடுகின்றது. ஏப்ரல் மேமாத சூரியவெப்பத்தால் நாய்களை பைத்தியவியாதி ஒருபக்கம் பீடிக்க மற்றொரு பக்கம் நவீன ஆராய்ச்சியும் அவைகளையே வதைக்கின்றது. என்னகொடுமை! பைத்தியம்பிடித்தநாய்களால் ஜனங்களுக்கு தொந்திரவு நேராவண்ணம் அவைகளைமாத்திரம் வதைத்தாலும் நியாயம் பொருந்தும். ஒன்றுமில்லாமல் தன்மனம்போல் திரியும் சாமான்யநாய்களைக்கூட எதற்காக வதைப்பது—பேஷ். நவீன ஆராய்ச்சியே ஆராய்ச்சி. உண்மையில் இதுவே ஆராய்ச்சியாக விருக்குமாகில் இந்த கொலை சுதேசவைத்தியர்களுக்கு வேண்டவே வேண்டாம். எந்தவியாதிக்காவது உங்கள் நவீன ஆராய்ச்சியால் தகுந்த மருந்து கண்டுபிடிக்கப்பட்டதாவென்று கேட்டால் நமது டாக்டர் கீழும் மேலும் பார்க்கவேண்டியதே. கொய்னாமுதலிய மருந்துகள் நவீன ஆராய்ச்சியால் கிடைக்கவில்லையாவென்று கேழ்க்கலாம். ஐரோப்பாவில் வெகுகாலமாக காய்ச்சலில் பொதுஜனங்களால் உபயோகிக்கப்பட்டுவந்த சிங்கோனா பட்டையில் ஓர் சத்தை குவைனா என்றபெயருடன் உபயோகிக்கின்றார்களேயொழிய அதுபுதிதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்ட சரக்கல்ல.

பழையமுறைகளை கைவிட்டதேன்

பழையவைத்தியமுறைகளில் பலவற்றைகைவிட்டுவிட்டதாகவும் இன்னும் சிலவற்றை கழித்துவருவதாகவும் நமதுடாக்டர் சொல்லுகிறார். ஆங்கிலவைத்தியர்கள் பழையமுறைகளை கைவிடும் காரணமென்ன. நமது சுதேசவைத்தியர்கள் பழையமுறைகளைகைவிடாமலிருப்பதுடன் அதைப்புகழகாரணமென்னஎன்று ஓர்கேழ்வி பிறக்கின்றது. தவிர நம்மவரில் சிலரும் ஆங்கிலமுறை புதிய புதிய ஆராய்ச்சிகளைச் செய்துவருவதாகவும் சுதேசமுறை நின்றவிடத்திலேயே நிற்பதாகவும் குறை கூறுகின்றனர். இவையனைத்துக்கும் சமாதானம் சொல்லுகின்றோம். ஒருதேசம் அநாகரீக நிலைமையில் இருக்கும்பொழுது கண்டுபிடிக்கப்பட்ட பலசாதனங்களை நாகரீகம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க கைவிட்டு புதிய சாதனங்களை கையாளுவது சகஜம். ஐரோப்பா சில நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னர் அநாகரீக களஞ்சியமாக விருந்ததும் அதற்கு வேண்டிய கலைகள் அதாவது கணிதம், வைத்தியம், முதலியவை நமது இந்தியாவிலிருந்தே பரவிற்று என்பதும் எல்லாரும் ஒப்புக்கொண்டவிஷயம். இந்தியாவிலிருந்து பற்பல பாஷைகளில் இக்கலைகள் வெளிதேசங்களுக்குச் செல்லும் பொழுது உண்மைரூபம் மாறிவிட்டது. வேறுகதியில்லாததால் மாறியரூபத்துடனேயே அக்கலைகள் உபயோகத்திலிருந்தன. அதிலிருந்து பயிற்சி முதிர முதிர பழையகலைகள் குப்பைகளாக தள்ளப்பட்டும் தள்ளப்பட்டுக்கொண்டும் வருகின்றன. ஆகையால் பழைய பண்டிதர்கள் அலக்ஷியம் செய்யப்படுகின்றனர். அதற்கு எதிரிடையாக உன்னதநாகரீகத்தில் இருந்த இந்தியா பலகாரணங்களால் நாகரீகத்தை இழக்க ஆரம்பித்துவிட்டது. அதுகாரணம்பற்றி பழைய ஆசிரியர்கள் போற்றப்படுகின்றனர். காளிதாஸ கவிகூட பழைய கவிகளுடைய நாடகங்களை ஜனங்கள் போற்றியும் தன் கிரந்தங்களைப்போற்றுமலும் இருக்கக்கூடுமென்று சந்தேகித்துள்ளார். பழைய பண்டிதர்களின் பெருமையை அதாவது உன்னத நாகரீகத்தில் வசித்தவர்களுடைய பெருமை நிகரற்றது என்பதை ஒப்புக்கொண்டவர் ஆகிறார். ஆகையால் இதரதேசத்தார் அபிவிர்த்தியடையும் காலத்தில் செய்யும்விதத்தையே மற்றவரும் பின்பற்றவேண்டுமென்று நினைப்பது நியாயமாகாது. தவிர நமது சுதேசமுறைகளில் சிலவற்றையோ அல்லது பலவற்றையோ தள்ளவேண்டும் என்று சொல்லுவற்கு காரணம் என்னவென்று கேழ்க்கிறோம். பழைமை என்பது ஒருகாரணமாகாது. பழைமையே காரணமாகில் மூன்றும் இரண்டும் ஐந்து என்ற கணக்கும் மிகபுராதனமானதுபற்றி அதைவிடநேரிடும். இந்தகணக்கு நாளைக்கும் மாறுதா

லும் அனுபவத்தில் சரியாகவிருப்பதாலும் எக்காலத்திலும் ஒப்புக்கொள்ள வேண்டியதுதான் என்றால் இதே நியாயம் சுதேசவைத்திய முறைகளுக்கும் பொருந்தியதே. முன்சொன்ன கணக்கு சரியான அஸ்திவாரத்தில் ஆரம்பிக்கப்பட்டிருப்பதுபோல சுதேசமுறைகளும் சரியான அஸ்திவாரத்தின்பேரில் ஆரம்பிக்கப்பட்டிருப்பதால் இது மாறவேண்டிய அவசியம் ஏற்படவில்லை. இதைமாற்ற வேணுமென்பவர் முறைகளில் தோஷத்தை நிரூபிக்க முன்வரவேண்டும். மாற்றக்கூடாதென்று நமக்கு பிடிவாதம் கிடையாது. அனுபவத்தில் அவசியமில்லையே யென்றுதான் கூறுகின்றோம். நமதுடாக்டர் அவர்கள் சில சுதேசமருந்துகளை பரீக்ஷித்து பிரயோசனமில்லையென்று சொல்வது ஓர் தகுந்தகாரணமாகாது. இதைகவனிக்கும்பொழுது நமக்கு ஒரு சிறியகதை ஞாபகத்திற்கு வருகின்றது. அதாவது— மகாபாரதத்தில் வஞ்சனையாக பலவீரர்கள் சூழ்ந்து அபிமன்யுவை வதைசெய்தபிறகு கோபங்கொண்ட அர்சுனன் தன்மகன் அபிமன்யுவின் மரணத்திற்கு பிரதானகாரணபூதனான ஜயத்ரதராஜாவை சூர்ய அஸ்தமனத்திற்குள் கொன்றுவிடுவதாக சபதம் செய்தவுடன் இதையறிந்த துரியோதனன் சேனாதிபதியாகிய துரோணாசார்யர் ஜயத்ரதனைக்காப்பாற்ற சைன்னியத்தை பலமாக வியூகம் செய்து தான் முன்னணியில் தகுந்தஜாக்கிரதையுடன் யுத்தத்திற்கு தயாராக விருக்கும்பொழுது அர்சுனன் அவரைஜயித்து அவருடைய சைன்னியத்தை சின்னாபின்னமாக்கி ஜயத்ரதனை தேடிவரும்பொழுது அதேசமயத்தில் அர்சுனனுக்கு சகாயமாக பீம்சேனனும் ஸாத்யகியும் பின்தொடரும் காலத்தில் அதைக்கண்டு கோபங்கொண்ட துர்யோதனன் துரோணாசாரியரை அணுகி சுவாமி நீர் எப்பொழுதும் என்சோறைத்தின்றும் பாண்டவர்களிடம் அபிமானத்தை விடாமலிருக்கிறீர். அர்சுனன், பீமன், சாத்யகி, மூவரையும் உள்ளேவிட்டு விட்டீரே. இனி ஜயத்ரதன் உயிருடன் இருப்பது சாத்யமல்லவே என்று இகழ அதைக்கேட்ட துரோணாசார்யர்மனம் நொந்து துரியோதனா. நீபயப்படவேண்டாம் அபேத்யகவசம் என்று ஒருகவசம் என்னிடத்தில் இருக்கிறது. அதை உனக்கு கொடுக்கிறேன். அதை நீ தரித்துக்கொள். உன்பேரில் சத்துருக்களின் பாணம் படாது. ஆகையால் தைரியமாகச்சென்று நீ அர்சுனன் முதலியவர்களுடன் போர்புரி என்றுசொல்ல துரியோதனனும் மிகுந்த சந்தோஷத்துடன் அந்த கவசத்தை தரித்துக்கொண்டு நேராக அர்சுனனிடம் சண்டையிடவந்தவுடன் அதைக்கண்ட அர்சுனன் கிருஷ்ணபகவானைப்பார்த்து "சுவாமி, விஷயத்தைகவனித்தீரா துரியோதனன் இதற்கு முந்தி நமது பாணவோசைகூட காதுக்குப்படாத இடத்தில் பதுங்கியிருந்தவன் இப்பொழுது தைர்யமாக நம்மை எதிர்த்து

நேரில்நின்று பாணம்போடுகிறான். துரோணாசாரியர் அபேத்ய கவசத்தை இவனுக்கு கொடுத்திருக்கிறார். ஆனால் கர்ணன், துரோணாசார், இவர்போன்ற சூரர்கள் இந்த கவசத்தை தரித்திருந்தால் நாம் அவர்களை ஜயிக்கமுடியாது, இந்த பயங்கொள்ளியும் தொழில் தெரியாதவனுமாகிய துரியோதனனிடம் இதைப்போன்ற பல கவசங்களிலிருந்தபோதிலும் நொடிப்பொழுதில் நாம் அலக்ஷியமாக ஜயித்துவிடலாம் என்று சொல்லி உடனே சூசிமுகம் என்ற ஓர்வித ஊசிபோன்ற பாணங்களால் அபேத்தியகவசம் படாத துரியோதனனுடைய கைவிரல் நகக்கண்களில் குத்தவே முன்நிற்க மாட்டாமல் துரியோதனன் பயந்து ஓடினான். அபேத்யகவசம் விருதாவாயிற்று. இதற்கு முந்தி பல யுத்தங்களில் பலசூரர்களை முறியடித்த அபேத்தியகவசம் துரியோதனனுடைய மூடத்தனத்தால் அபகியாதிக்கு உள்ளாயிற்று. அதுபோல சுதேசமருந்துகளை உபயோகிப்பதற்கு அவசியம் வேண்டிய விஷயம் தெரியாமல் மருந்துகளை மாத்திரம் உபயோகிப்பதால் குணம் இராமல் போனதுமன்றி கெடுதியும் விளைந்திருக்கலாம்.

“ இதரத்சஸ்த்ரவிஷஜ்வலநகர்மக்ருத் ”
“ குர்யாத் ப்ரயுக்தம் சஸ்த்ராதி ஸசேஷமபி ரோகிணம்
மத்வேதிபேஷஜம் மோஹாதனாலோசிதயோஜிதம் ”

படித்தவர்கள் விவேகத்துடன் மருந்துகளை உபயோகித்தால் அமிருதமாகும். அதேமருந்துகளை மூடர் உபயோகித்தால் விஷம், நெருப்பு இவைகள் போலாகும். நோயாளியின்பேரில் கத்தி முதலிய ஆயுதங்களை உபயோகித்தால்கூட ஒருசமயம் பிராணஹானி நேராமலிருக்கலாம். ஆனால் யோசியாமல் மருந்துகளை உபயோகித்தாலோ நிச்சயம் உயிர்தப்பாது, என்று சுதேசநூல்கள் கூறுகின்றன. நமது டாக்டர் தன்முறையில் நிபுணராயிருந்தாலும் சுதேசமுறைகளில் கொஞ்சமும் பரிசயமில்லாதவரென்பதை மறுக்கமுடியாது. ஆகையால் இவர்செய்த பரீக்ஷையைத்தான் மெச்சினாலும் நாம் சற்றும் ஒப்புக்கொள்ளமுடியாது. சுதேசநூல்களில் ஞானாபிவிருத்திக்கு வேண்டியவிஷயம் ஒன்றுமில்லையென்கிறார். ஆனால் தாங்கள் எந்த புஸ்தகம் படித்தீர்கள். எதை அனுஷ்டித்துப்பார்த்தீர்கள் என்றுகேட்டால் நமது டாக்டர் என்னபதில் சொல்லுவாரென்று விளங்கவில்லை. நாம் ஒருயோஜனை கூறுவோம். அதாவது சுதேசநூல்களில் நல்லபரிசயம் பெற்ற ஒருவைத்தியரிடம் சிலநோயாளிகளைவிட்டு மருந்துசாப்பிடும்படி செய்து அதன் பேரில் ஏற்படும் அபிப்பிராயமே நியாயமானது. அந்த அபிப்பிராயத்தை யாரும் மறுக்கவியலாது. அதைவிட்டு விட்டு என்னிடம் மருந்தைக்கொடுங்

கள். நான் ஏகாந்தத்தில் உபயோகிக்கின்றேன். பரீக்ஷைபார்த்து உங்களுக்கு குணத்தைச் சொல்லுகிறேன். என்று சொல்லுவது கவைக்குதவாத வாதமே.

முழுபூஷணிக்காயை சோற்றில் மறைக்கிறார்.

ஆங்கிலமருந்துகளால் சௌக்கியமாகாத பலவியாதிகளை சுதேசமருந்துகள் குணப்படுத்துவதை நாம்கண்ணாரக்காண்கிறோம். குழந்தைவயிற்றுக்கட்டிகள், அதிசாரம், கிருஹணீ, போன்ற பல வியாதிகள் ஆங்கிலவைத்தியர்களால் கைவிடப்பட்டு சுதேசவைத்தியர்களால் சௌக்கியமானதை இன்றும் பார்க்கலாம். இதுவிஷயத்தில் நமது டாக்டர் அவர்கள் சொல்லும் மறுப்பை இக்காலத்தில் யாரும் ஏற்கமாட்டார்களென்றே நினைக்கிறோம். கல்கத்தாவில் ஆங்கிலவைத்தியமும் சுதேசவைத்தியமும் நன்கு பயின்ற ஸ்ரீமான் கணநாத்சேன் M. A. L. M. S. அவர்கள் இவ்விஷயமாக கூறும் அபிப்பிராயத்தை கவனிப்போம்.

"As to the general efficacy of Ayurvedic treatment, I think there can be little doubt. In Culcutta, the great home of Western Culture, Ayurvedic practitioners thrive in a remarkable manner and are the strong rivals in practice of the Presidency Surgeons and Professors of the Medical College. Not only in Culcatta but all over India, leaurned Ayurvedic physicians stand out as fully the peers of their Western Colleagues, earning Rs. 500 to Rs. 1000 per diem when their services are engaged by the ruling Princes and Nobility of India. Wher there are well-equipped Ayurvedic Charitable dispensaries, side-by-side with similar Allopathic dispensaries in a town, the attendance in the former goes on increasing steadily to an extent wich would seem to be incredible. The statistics of the Ayurvedic dispensaries in Madras and Calcutta would show this clearly. In private practice, the average Ayurvedic practitioner often does better than his Western trained brother. Besides, western trained Medical men very often request the services of their Ayurvedic Colleagues in chronic intractable cases, not only among their Patients but also among their own family members. This is

210154
சென்னை-600 008.

every day experience with me and several of my Colleagues in Ayurvedic practice. Hundreds of patients, declared incurable and cured under Ayurvedic treatment would bear testimony to the unique success of Ayurvedic treatment."

"சுதேசவைத்யமுறைகளின் மேன்மையைப்பற்றி சந்தேகமிருக்குமென்று நான் நினைக்கவில்லை. கல்கத்தாநகரம் சாமான்யமல்ல. ஐரோப்பியவித்தைகளுக்கு களஞ்சியமென்றே இந்நகரத்தைக் கூறவேண்டும். இப்பேர்பட்ட கல்கத்தாபட்டணத்தில் சுதேச வைத்தியர்கள் அற்புதமான ரீதியில் அபிவிருத்தியடைகிறார்கள். அதுமாத்திரமா? மாகாண உயர்தரவைத்தியர்களுடனும் மகாண வைத்தியகலாசாலை பண்டிதர்களுடனும் வைத்தியத்தொழிலில் உறுதியான போட்டியாகவுமிருக்கின்றனர். இதுகல்கத்தாவில் மாத்திரம் அல்ல. இந்தியாமுழுவதுமே இவ்விதம்தான் இருக்கிறது. அரசர்களுக்கும் பெரியமனிதர்களுக்கும் வைத்தியம் செய்யும்பொழுது படித்த சுதேசவைத்தியர்கள் தினத்திற்கு ரூபாய் ஐநூறு, ஆயிரமென்று சம்பாதித்துக்கொண்டு ஆங்கிலவைத்திய சகோதரர்களுடன் சரிசமானமாகவே இருக்கின்றனர். நகரங்களில் சர்வசாமக்கிரியைகளும் நிறைந்த சுதேசவைத்திய சாலைகளும் ஆங்கிலவைத்தியசாலைகளும் அடுத்தடுத்துள்ள இடங்களில் சுதேசவைத்தியசாலைகளில் நோயாளிகளின் எண்ணிக்கை பிரதிதினம் அதிகரித்துக் கொண்டே போவது உண்மையில் ஆச்சர்யமாகவே யிருக்கின்றது. சென்னையிலும் கல்கத்தாவிலுமுள்ள வைத்தியசாலைகளின் நோயாளிகளின் ரிஜிஸ்தரைப்பார்த்தால் இவ்விஷயம் விவரமாகவிளங்கும். வைத்யசாலைகளிலன்றி தனியாக வைத்தியத்தொழிலிலும் ஆங்கில வைத்தியர்களைவிட பெரும்பாலான சுதேசவைத்தியர்கள் நன்மையைச் செய்கின்றார்கள். தவிர, ஆங்கிலவைத்தியர்கள் அசாத்தியமான நீடித்தவியாதிகளில் சுதேசவைத்தியர்களின் உதவியை நாடுகிறார்கள். தாங்கள்ஒப்புக்கொண்டிருக்கும் நோயாளிகள்விஷயத்தில் மாத்திரமல்ல, தங்கள் குடித்தனங்களில் காணும் வியாதிகளுக்கும் இவ்விதமே சுதேசவைத்தியர்களின் உதவியைத் தேடுகின்றனர். இது என்னுடைய பிரதிதின அனுபவம். அதுமாத்திரமல்ல, என் சகோதர வைத்தியர்களின் அனுபவமும் இதுவே. ஆங்கிலவைத்தியத்தால் அசாத்யமென கைவிடப்பட்ட நூற்றுக்கணக்கான நோயாளிகள் சுதேசமுறையால் குணப்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றனர். சுதேசமுறைகளின் நிகரற்றமேன்மைக்கு இதுவே அத்தாக்ஷி."

நமது டாக்டர் வசிக்கும் கல்கத்தா நகரிலேயே இருக்கும் ஓர் மேதாவி இவ்விதம் கூறுகின்றனர். இவர் ஆங்கிலத்தில் M. A. பரீக்ஷைதேறியவர். ஆங்கிலவைத்தியத்தில் L. M. S. என்ற பெரிய பட்டம்பெற்றவர். வெகுகாலம் இருவைத்தியத்திலும் அனுபவமுள்ளவர். தவிர மேனாட்டு நாகரீகத்தில் மூழ்கினவர். இவருடைய அபிப்பிராயத்தில் தோஷம் இருக்கமுடியாதென்றே பலரும் ஒப்புக்கொள்ளக்கூடும். இவருடைய அபிப்பிராயத்திற்கு முற்றிலும் விரோதமாக டாக்டர் கூறுகின்றனர். ஆகையால் இது முழுபூஷணிக்காயை சோற்றில் மறைப்பதாகத்தான் கொள்ளவேண்டும். மற்றவிஷயங்களை அடுத்த சந்திரிகையில் கவனிப்போம்.

வைத்திய உலகம்.

பாட்னாவில் சுதேசகலாசாலைகள்.

பொதுஜனங்கள் வேண்டுகோளின்படி ஆயுர்வேதம், யூனானி இரண்டையும் அனுபவபூர்வமாக போதித்து சுதேசவைத்தியமுறையை அபிவிருத்தி செய்வதற்காக கவர்மெண்டார் பாட்னாவில் இரண்டு கலாசாலைகளை ஏற்படுத்த முடிவுசெய்துவிட்டனர், அஸ்திவித்யை, சாரீரசாஸ்திரம், நிதானசாஸ்திரம், குணபாடம், கிருமிவித்யை சஸ்திரசிகித்சை, பிரஸூதிவைத்யம் முதலியவற்றில் ஆரம்பவழிகளும் போதிக்கப்படும். இரண்டுகலாசாலைகளும் ஜூலைமாதத்தில் திறக்கப்படும்.

சுதேசவைத்தியர்களுக்கு ஓர் அருமையான உபதேசம்.

(10-வது சந்திரிகையின் 28-வது பக்கத்தொடர்ச்சி.)

உலகத்தில் அன்பினால் விளையும் பயன் அதிகம்; பகையினால் தீங்கே விளையும்என்று மறவாதீர்கள். நீங்கள் ஆர்ஷவைத்தியம் பெரியது; சித்தவைத்தியம் பெரியது என்று சண்டைபோட்டுக்கொண்டிருக்கையில் புறநாட்டுவைத்தியர்கள் தங்கள்சாஸ்திரத்தை அபிவிருத்திசெய்துகொண்டு, உயர்நிலைக்குக் கொண்டுவருகிறார்கள். நீங்களோ வரவரத் தாழ்நிலைக்கு வந்துகொண்டிருக்கிறீர்கள். இப்போது ஐரோப்பியர்கள் செய்திருக்கிற புதிய ஆராய்ச்சிகளினால் உணவுப்பொருள்களில் பிராணாபி வர்த்தனி (Vitamines.) என்ற புதிய பொருள்கள் சிலவுண்டு என்று கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். இந்தப் பிராணாபி வர்த்தனியைப்பற்றி அவர்களுக்கு இன்னமும் செவ்வையாய்த்தெரியவில்லை. ஆயினும் இதைப்பற்றி பலநூல்களை இயற்றி

யிருக்கிறார்கள். இந்த விஷயத்தைப்பற்றி வேறுபெயர்களுடன் வேறுவிதமாய் நம்முடைய சாஸ்திரங்களில் சொல்லியிருக்கிறது. ஆனால் மிக்க நுட்பமான விஷயமாகையாலும், ஐரோப்பிய நூலாசிரியர்களுக்கே செவ்வையாய்த்தெரியாததானதாலும் அடுத்தவியாசங்களில் இதைப்பற்றி விஸ்தாரமாய் எழுதுவோம். இந்திய வைத்தியர்கள் இந்த ஐரோப்பிய ஆராய்ச்சி விஷயங்களை நன்குணர்ந்தார்களானால் அவர்களுக்கு இந்திய ஆயுர்வேதக்கொள்கைகளும் செவ்வையாய்ப்புலப்படும். அவர்கள் சொல்லும் பத்திய முறைகளுக்குக் காரணங்களும் எளிதில் புலப்படும்.” சுதேசமித்திரன்.

ஆகாரம்.

(10-வது சந்திரிகையின் 15-வது பக்கத்தொடர்ச்சி.)

இருவகை உணவுப்பொருள்கள் உஷ்ணசனனியென்றும், அவைகளில் கொழுப்புவகைப்பொருள்கள் அத்தியாவசியமல்லவென்றும், தின்னாலும் மிகக்கொஞ்சமாய்த் தின்னவேண்டும் என்றும் சொன்னோம். மற்றொருவித உணவுப்பொருள் மாமிசாதி அபிவர்த்தனி, என்றால் மாமிசம், இரத்தம், எலும்பு, முதலியவற்றை வளர்ப்பவை. இவ்வாறு மாமிசம்முதலியவற்றைப் பெருக்கும் உணவுப்பொருள் பிரதமம் ஒன்றே. ‘பிரதமம்’ என்பது ஆங்கிலத்தில் Protein என்பது. தின்னும் பொருள்கள் அனைவற்றிலும் மிகமுக்கியமானதால் இதற்குப் பிரதமம் என்ற பெயர் தக்கதாகும். பிரதமமானது நைட்ரஜன், கார்பன், ஹைட்ரஜன், ஆக்ஸிஜன் ஆகிய நான்கு தாதுக்களும் சேர்ந்து உண்டானது. ஜந்துக்களின் மாமிசமும் இரத்தமும் பிரதமம் நிறைந்திருப்பதால், அவை மனிதரது உடலை வளர்க்கத்தக்க ஆகாரமாகும். அன்றியும் தானியங்கள், பருப்புகள், கொட்டைகள் முதலியவற்றிலும் பிரதமம் உண்டு. பருப்புகளில் பிரதமம் அதிகமாயிருப்பதால், மாமிசத்துக்குப் பதிலாகப்பிராமணர்கள் பருப்புகளை உண்பார்கள். ஆனால் இறைச்சியில் இருக்கும் பிரதமம் சுலபமாய் ஜீர்ணமாய் உடலில் சேரும். பருப்புகளில் இருக்கும் பிரதமம் எளிதில் ஜீர்ணமாகாது. ஆகையால் பருப்புகளைத்தின்றால் உடலில் சர்க்கரையும் கொழுப்புமே அதிகரிக்கும். இறைச்சியிருக்கும் பிரதமம் உடலிற்கு மிக ஒத்தது. ஆதலால் உலகத்தில் பலர்மாமிசபக்ஷிணிகளாயிருக்கிறார்கள். ஏனினும் இந்தியர்கள் மாமிசத்தைப் புசிக்கும்விதம் வேறு. ஐரோப்பியர்கள் இறைச்சியுண்ணும்விதம் வேறு. இந்தியர்கள்; ஊனைக்கறியாய் ஆக்கித்தின்பர். ஐரோப்பியர்

களோ மாமிசத்தை முக்கிய உணவாய்த் தின்பார்கள். என்றால் ஐரோப்பியர்கள் இறைச்சியை அதிகமாய்த் தின்று, ரொட்டி முதலியவற்றை மாமிசத்தைத் தின்ன உதவிப்பொருள்களாய் உட்கொள்வார்கள். இந்தியரில் மாமிசத்தை தின்போர் கூட அரிசியாலான அன்னத்தையே முக்கிய போஜனமாய் வழங்கி, மாமிசக்கறியை உதவிப்பொருளாய் உபயோகிப்பார்கள். இந்த இந்தியர் வழக்கம் வைத்திய சாஸ்திரத்துக்கு ஒத்தது; ஏனெனில் மாமிசத்தை அதிகமாய்ப்புசிப்பது நல்லதல்ல; மாமிசம் ஐரோப்பியர்களைப்போல அதிகமாய் தின்றால் உடல் கொழுக்குமேயன்றி, கஷ்டப்பட்டு வேலை செய்யத் திறத்தைக் கொடுக்காது. மாமிசத்தை மிகக்கொஞ்சமாய்த் தின்னும் ஜப்பானியருக்கு உள்ள சுருசுருப்பு ஐரோப்பியருக்குக் கிடையாது. அன்றியும் இறைச்சி உணவு அதிகரித்தால் நோய் அபிவிருத்தியாவதற்கு இடங்கொடுக்கும். புற்று Cancer என்ற வியாதி ஐரோப்பாவில் அதிகமாகவுண்டு. இதற்குக்காரணம் அளவுக்குமிஞ்சி மாமிசம் தின்பதுதான்.

ஆங்கிலேயர்களுக்கு அதிகமாய் இறைச்சி தின்பதில் ஆசை உண்டு. அவர்களுக்கு வேண்டிய மாமிசம் இங்கிலாந்தில் கிடைக்காது. அதனால் ஆஸ்திரேலியா நியூஜீலந்து முதலிய தீபாந்தரங்களில் ஆடு மாடுகளை வளர்த்து அவைகளைக் கொன்று, அந்த மாமிசத்தை பனிக்கட்டியால் குளிர்ச்சி செய்த பெட்டிகளிலடைத்து, கப்பல்களில் ஏற்றுமதி செய்து வரவழைத்து தின்பார்கள். இது கௌபீனசம்ரக்ஷணார்த்தம் அயம்படா டோப: என்ற வசனத்தை ஒத்திருக்கும். உலகத்தைத்துறந்த ஒரு சன்னியாசியின் கோவணத்தை எலி கடித்துவிடாமலிருக்கப் பூனையை வளர்த்தான். பூனைக்குப்பால் வேண்டுமென்று பசுமாடு வளர்க்கவேண்டியிருந்தது. பசு மறுத்துப்போனால் மறுபடியும் சூல் உண்டாவதற்காகக் காளையைச் சம்பாதித்தான்; இந்த மாடுகளைப்பாதுகாக்க இடையனை வைக்கவேண்டியிருந்தது. இடையனுக்கு அன்ன ஆகாராதிகள் செய்துகொடுக்க இடைச்சி வேண்டியிருந்தது. இவ்விதமாக சன்னியாசியின் சம்சாரம் பெருகிற்று. இதேவகையாய் ஊனின்மேல் உள்ள ஆசையால்ஆங்கிலேயர்கள் 10,000 மைல்களுக்கு அப்புறம் உள்ள நாடுகளிலிருந்து அதை வரவழைத்துத் தின்கிறார்கள். அதற்காகத் தங்கள் நாட்டில் பலபொருள்களைச்செய்து புறநாடுகளுக்கு அனுப்பி விற்றுப்பணம் சம்பாதிக்க வேண்டியிருக்கிறது. இங்கிலாந்தில் மாமிசம் அகப்படாததால் இந்த வில்லங்கம் ஏற்படுகிறது. நம்நாட்டிலோ மனிதருக்கு வேண்டிய உத்தமமான உணவுப் பொருள்கள் யதேஷ்டமாய் அகப்படும். இப்படியி

ருக்க நம்முடைய நாட்டார் நவநாகரீகம் என்ற மாயையால் மோசம்போய் ஐரோப்பிய வழக்கங்களைப் பின்தொடர்ந்து புறநாட்டு உணவுகளையும் தின்னவேண்டுமோ? உணவுப்பொருள்களில் பிரதமம் (Protein) அவசியமே. ஆனால் பிரதமம் கொஞ்சமிருந்தால் போதும் என்று சொன்னோம். நமக்குவேண்டிய பிரதமம் புழுங்கலரிசியில் இருப்பது போதுமானது. பிரதமம் குறைந்து கார்போஹைட்ரேட் அதிகமானால் மதுமூத்திரம் (Diabetes) முதலியவியாதி அதிகமாகும் என்றோம். மதுமூத்திரத்தால் கஷ்டப்படுவோர்களுக்குப் பிரதமம் இருக்கும் ஆகாரம் முக்கியம். அதனால் வைத்தியர்கள் மதுமூத்திர வியாதியால் வருந்துகிறவர்களைக் கோதுமை அன்னம் தின்னச்சொல்லுகிறார்கள். ஏனென்றால் அரிசியில் விடக்கோதுமையில் பிரதமம் அதிகம். ஆனால் கோதுமையில் இருக்கும் பிரதமம் சுலபமாய் ஜீர்ணமாகாது; உடலில் சேராது. புழுங்கலரிசியிலிருக்கும்பிரதமமோ, சுலபமாய ஜீர்ணமாய் உடலில் ஒட்டும். இந்தவிஷயத்தை இப்போதுதான் ஆங்கில வைத்தியர்கள் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். ஆனால் நம்முடைய பழைய காலத்துச் சித்த வைத்திய நூல்களில் இதைவிளக்கியிருக்கிறது. சித்த வைத்திய நூற்படி மதுமூத்திரரோகிகளுக்குத்தக்க பத்தியம் புழுங்கலரிசிக்கஞ்சியாகும். இந்த மிக உபயோகமான புழுங்கலரிசியை விட்டு விட்டு, இயந்திரங்களில் குத்தி பிரதமம் முழுதும் இடிந்துகழிந்த பச்சையரிசியைத்தின்று, மதுமூத்திரத்தை வரவழைத்துக்கொண்டு, பின்புகோதுமையையும், நியூஜீலந்திலிருந்துவரும் மாமிசத்தையும் தின்பது எவ்வளவு புத்தியீனம்! நவநாகரீகத்துக்காக நாம் படும்பாடு அளவற்றது.

மேலே சொல்லிய பிரதமம், கொழுப்புவகைப்பொருள், கார்போஹைட்ரேட், ஆகியமூன்றுவகை உணவுப்பொருள்களுக்குப் பிரதான உணவுப்பொருள்கள் என்று ஐரோப்பியவைத்தியசாஸ்திரத்தில் பெயர். இவைகளைக்கணக்கிட்டு, ஒவ்வொன்றிலும் எவ்வளவு நாம்உண்ணவேண்டும் என்று ஐரோப்பிய வைத்திய நூல்களில் விவரித்துக்கூறியிருக்கிறது. இந்தக்கணக்கை முன்னிட்டு, சிறைச்சாலைகளில் அடைக்கப்பட்டவர்களுக்கு பிரதிதினம் ஆகாரம் அளிப்பார்கள். இவ்வாறுள்ள கணக்குப்பிரகாரம் போஜனம் செய்தால் உடலில் நிறைகுறையாமலிருக்கும். கைதிகளை அப்போதைக்கப்போது தராசில் நிறுத்துக் கணக்கெழுதிவைப்பார்களென்று எல்லோர்க்கும் தெரியும்.

ஐரோப்பிய கலைஞர்கள் உணவுப்பொருள்களைப் புதிய விதமாய் ஆராய்ச்சிசெய்து, அவைகளில் ‘பிராணாபி வர்த்தனி’ என்கிற சில பொருள்கள் இருக்கின்றன என்று இப்பொழுது கண்டு பிடித்தி

ருக்கிறார்கள். இந்த விஷயத்தைப்பற்றி நம்முடைய நாட்டில் ஐரோப்பிய முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவர்கள் பலருக்குக்கூட ஒன்றும் தெரியாது. இதைநன்குணர்ந்தாலன்றி, நவநாகரீகத்தால் பழையமுறை ஆகாரங்களை நீக்கி, புதுமுறை உணவு வழக்கங்களைத்தழுவி, தேகத்தைவியாதிக்களஞ்சியமாய் நாம்செய்திருக்கிறோம் என்பது புலப்படாது. இந்தப்பிராணாபி வர்த்தனி என்பதைப் பிரித்துத் தனியாய் எடுத்து பரீக்ஷைகள் செய்துபார்க்க இன்னும் முடியவில்லை. இந்தப்பிராணாபிவர்த்தனிஎன்பதை ரசாயனமுறைப்படி உடைத்துப்பார்த்து, என்னதாதுக்கள் சேர்ந்து உண்டாகும் என்று கண்டுபிடிக்க வழி இன்னும் தெரியவில்லை. எனினும் இதைப்பற்றி அநேகசங்கதிகளைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். அவையாவன:—பிராணாபிவிர்த்தனி மூன்று வகைத்தது. Vitamin A. Vitamin B. Vitamin C என்று பெயரிடப்பட்டிருக்கின்றது. ஒவ்வொன்றும் எந்தத்தாதுக்கள் சேர்ந்து உண்டாகின்றது என்று தெரியாததால் இவைகளுக்கு எ. பி. சி. என்று பெயர்வைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இம்மூன்றுவகைப் பிராணாபிவர்த்தனிப்பொருள்களில் எ. என்பது எண்ணெயில் கரையக்கூடியது இது உள்ளபொருள்களைத் தீமேல் வைத்துச் சமையல் செய்தால் கொஞ்சமாய் ஓடிப்போய்விடும். இந்தப் பிராணாபிவர்த்தனி எ. என்னும்பொருள் ஆகாரம்வழியாய் உடலில் சேர்ந்து கொண்டிருந்தாலன்றி அன்னம் ஜீர்ணமாகாது. எலும்பை உருக்கும் வியாதிகள் அதிகரிக்கும். க்ஷயரோகாதிகள் உண்டாகும். கபதோஷம் உடலில் பெருகும். கபம் என்றால் கோவை ஒன்றே; கபரோகம் என்றால் இருமல் அதிகரித்து கோழை உண்டாவது என்று சாதாரணமாக ஜனங்கள் நினைக்கிறார்கள். அவ்வாறல்ல. ஆயுர்வேதப்படி கபம் என்பது உடலுக்கு வேண்டிய மூன்று தாதுக்களில் ஒன்று; அதுகெட்டால் மூன்று தோஷங்களில் ஒன்றாகும் கபம்ஐந்துவிதம்; ஐந்துவிதமானகுணங்களுள்ளது. கபம் சீராயிருந்தாலன்றிதேகவியவகாரம்நடக்காது. இதேமாதிரிதான் பித்தம், வாதம் என்கிறதாதுக்களும். இந்தத்திரிதாதுக்களைப்பற்றி உள்ள ஆயுர்வேதக்கொள்கைகளை நன்குணர்ந்தாலன்றி, நம்முடைய பழையவைத்திய சாஸ்திரத்தின் உண்மைகள் தெரியாது. ஆனால்இந்தத் திரிதாது விஷயமாக இங்கே விஸ்தரிக்க இடமில்லை. பின்னால் சொல்வோம். இங்கே தெரியவேண்டியது ஒன்றே; அதாவது கபம், பித்தம், வாதம் இவை மூன்றும் உடல் உயிருடன் வாழ்ந்து செழிக்க அத்தியாவசியமானவை; இவை இருக்கவேண்டிய விதமாயில்லாமல், நிலைகெட்டுப்போனால், இவை தோஷங்களாகவியாதிகளை விளைவிக்கும். கப, பித்த, வாதங்களில் குணதோஷங்களைப்பற்றி வேறொரு கட்டுரைக்கொத்தில் எழுதுவோம். இந்தப் பிராணாபிவர்த்தனி விஷயமாக எழு

தும் இக்கட்டுரையில் மேலே சொல்லியதை மட்டும் மறக்காமலிருந்தால் போதும்.

பிராணாபிவர்த்தனி என்பது பிரதிதினமும் உடலில் சேராவிட்டால் கபதோஷம் ஏற்பட்டு, உடல் வளராமல், மெலிந்து போகுமென்றோம். அன்றியும் இந்த எ. என்ற பிராணாபிவர்த்தனி யில்லாமற்போனால் ஆமரோகங்கள் விருத்தியாகும். 'ஆமம்' என்றால் தின்னும் பொருள்கள் ஜீர்ணமாகாததால் வரும்தோஷம். அரிசி, கறிகாய்களைச்சமைக்காமல் பச்சையாகப் பிராமணர்களுக்குக் கொடுத்து சிராத்தம் செய்வதற்கு ஆமசிராத்தமென்று பெயரல்லவா? ஆதலால் அபக்குவம் என்பது ஆமமென்பதற்குப் பொருளாகும். உண்ணும் உணவு சரியாய் பக்குவமாகாமல் உண்டாகும் நோய்கள் ஆமவியாதிகளாகும். சில, சிறு குழந்தைகள் செவ்வையாய் வளராமல் மார்புக்கூடுபின்னிக்கால்கை எலும்புகள் துவண்டுபோகும். இந்தவியாதிக்கு ஆங்கிலத்தில் rickets என்று பெயர்; இது ஆயவியாதிக்கு உதாரணமாகும். இவையன்றி, கண்ணுக்குத்தெரியாத சிறுகிருமிகள் இரத்தத்தில் குடிகொண்டு, கிரமமாக உடலை உருக்கும். க்ஷயரோகம் இதற்கு உதாரணமாகும். க்ஷயம் முதலிய வியாதிகள் எலும்பு உருக்கி வியாதிகளாகும். இவ்விதம் பலவகைவியாதிகளை வளரவொட்டாமல் செய்வது பிராணாபிவர்த்தனி எ. என்னும் பொருள். இந்தப்பொருள் எங்கே இருக்கும்? இதைஉட்கொள்வது எவ்வாறு? என்று இப்போது விசாரிக்கவேண்டும்.

பிராணாபிவர்த்தனி எ. என்பது பச்சைநிறமுள்ள இலை காய்களில்அதிகமாயுண்டு. ஆகையால் கீரைகளில் இது அபரிமிதமாய் இருக்கும். முற்காலங்களில் வீட்டுக் கொல்லைகளில் கீரைப்பாத்தி இல்லாமல் இராது. பிரதிதினமும் கீரையாவது, வேறுவித இலைக்கறியாவது சமையல் செய்துண்பது வழக்கம். இப்போதுகூட திருநெல்வேலி ஜில்லாவில் அனைவரும் ஒவ்வொருநாளும் கீரை சமையல் செய்து உண்பார்கள். கீரை மலிவானபொருளானதால், அதைத்தின்பது அநாகரீகமென்று பலர் கீரைதின்பதை இழிவாய் நினைக்கிறார்கள்; நாகரீகமென்பது விலையுயர்ந்த பொருள்களை வழங்குவதே போலும். காசைக் கொடுத்துத் தேளைக் கொட்டிக்கொள்வதுதான் நாகரீகமா? பணச்செலவில்லாமல் உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தைத்தரும் பொருள்களைத்தின்பது நவநாகரீகத்துக்கு விரோதம் என்ற விபரீத புத்தி பரவியிருக்கிறதே. இது என்ன கஷ்டகாலம். பச்சைநிறமான கீரைகளிலும்மற்றையஇலைக்கறிகளிலும் பிராணாபிவர்த்தனி எ. என்பதுநிறைய உண்டு. ஆனால் இப்பொருள்களை அதிகமாக நீரில் கொதிக்கவிட்டா

னாலும் எண்ணெயில் வதக்கினாலும் பிராணாபிவர்த்தனி ஓடிப்போய்விடும். கொஞ்சமாகத்தான் பாகம் செய்யவேண்டும். சமைக்காமல் இவைகளைப் பச்சையாய்த்தின்ன முடியுமானால் மிக நன்மையுண்டு. இது என்ன ஆச்சரியம், பச்சை இலைகளை ஆடுமாடுபோல் தின்ன முடியுமா? என்று இதைப்படிப்பவர்கள் கேட்கலாம். இலைகளைச்சமைக்காமல் தின்பது மூர்க்கத்தனமான வேலையல்ல. கொத்துமல்லி கறிவேப்பிலை முதலியவற்றைப் பச்சையாய்த்தான் தின்கிறோம். வேப்பிலையை அரைத்து விழுங்குகிறோம் அன்றியும் வெள்ளைக்காரர்கள் முட்டைக்கோஸ் (Cabbage) இலையைப் பச்சையாகவே நறுக்கித் தின்கிறார்கள். வேறுசில கீரைகள்மேல் எண்ணெயை ஊற்றித்தின்கிறார்கள். இதற்கு சிலேட் என்று பெயர். ஆகையால் இலைக்கறிகளை பச்சையாகத்தின்பது விந்தையல்ல. அவ்வாறுதின்றால் பிராணாபிவர்த்தனிப் பொருள்கள் உடலில் சேர்ந்து வியாதிகள் வராமல் காப்பாற்றும். ஆனால் கீரைகளைப் பச்சையாகத்தான் தின்னவேண்டுமென்பதில்லை. அவைகளில் பிராணாபிவர்த்தனி மிகவுண்டு. இவைகளை நீரில் அரைமணிகாலம் வரையில் சமைத்தால் பிராணாபிவர்த்தனி பாதி போய்விடும் பாதி மிகுந்திருக்கும். இந்தப்பாதி உடலுக்குப்போதும். அரைமணிக்கு அதிகமாக கொதிக்கவிட்டாலும், நெய் எண்ணெயில் பக்குவம் செய்தாலும் பிராணாபிவர்த்தனி முழுதும் ஓடிப்போகும். ஆகையால் பிரதிதினமும் கீரையை அரைமணிக்கு அதிகப்படாமல் சமைத்துத் தின்பது நல்லவழக்கமாகும். பச்சையாகத்தின்றால் மிகவும் நல்லது. பச்சைநிறமுள்ள இக்கறிகளைத் தின்னமுடியா. ஆடு, மாடுகளை புல், இலை முதலிய பச்சைப் பொருள்களைத் தின்ன விட்டு அவைகளின் பாலைப்பருகினாலும் போதும். ஆடு தின்னாத பச்சையிலை இல்லை என்று எல்லோர்க்கும் தெரியும். ஆகையால் ஆட்டுப்பாலில் பிராணாபிவர்த்தனி என்பது வெகு அதிகமாய் உண்டு. ஆகையால் ஆட்டுப்பாலைத் துணியில் வடிகட்டிப் பச்சையாகக்குடிப்பது உடலுக்கு மிகவும் நல்லது. ஆயுர்வேத முறையில் க்ஷயரோகத்தால் வருந்துவோர் ஆட்டுப்பாலையே குடிக்கவேண்டுமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இதற்குக் காரணமென்னவென்றால், ஆட்டுப்பாலில் பிராணாபிவர்த்தனி மிக அதிகமாயிருப்பதே. பசுவின் பாலில் பிராணாபிவர்த்தனி உண்டா? பசுமாடு பசும்புல்லை எவ்வளவு தின்றுவளர்கிறதோ அவ்வளவுதான் அதன்பாலில்பிராணாபிவர்த்தனியுண்டு. வைக்கோலைத் தின்னும் பசுமாட்டுப்பாலில் பிராணாபிவர்த்தனி இருக்கவே இராது. ஆகையால் சென்னைபட்டணத்தில் வீதியில் எறிந்துகிடக்கும் சாக்கு

களையும் வைக்கோலையும் தின்று பெருகும் பசுமாடுகளின் பாலைக்குடிப்பதில் பயனில்லை. நாட்டுப்புற மாடுகளோ யதேஷ்டமாய்ப் பசும்புல்லையே மேயும். அவைகளின் பால்மிகப்பயனுற்றது.

பச்சையான புல், கீரை, முதலியவற்றைத்தின்னும் மாடுகளின் பாலில் பிராணாபிவர்த்தனி நிறைந்திருக்கும். ஆனால் அந்தப் பாலைக்கறந்தவுடனே காய்ச்சாமல் உண்ணவேண்டும், பாலைக்காய்ச்சக் காய்ச்சப் பிராணாபிவர்த்தனி ஓடிப்போம். நெருப்புமேல் வைத்து ஓரே ஒரு பொங்குவர பிராணாபிவர்த்தனி அதிகமாகப் போகாது வெகுகாலம் கொதிக்கவிட்டாலும் பாலைச்சுண்டக் காய்ச்சினாலும் பிராணாபிவர்த்தனிகள் எல்லாம் போய்விடும். பாலைக் கறந்தும், நுரையிருக்கும்போதே குடித்தால் உடலுக்கு மிகவும் நல்லது என்று நம்முடைய வீடுகளில் பாட்டிகள் சொல்லக்கேட்டிருக்கிறோமல்லவா? இது சரியான புத்திமதி. இவ்விதமான பழைய வழக்கங்களை நாம் விட்டு விடுவதால்தான் நமக்குப் பலவிதகேடுகள் விளைந்திருக்கின்றன. நம்முடைய பெரியோர்களுக்குப் பிராணாபிவர்த்தனி என்ற பொருளைப்பற்றி ஒன்றும் தெரியாது. ஆனால் வெகுகால அனுபவத்தால் அவர்களுக்கு நல்லமுறைகள் தெரியும். அவைகளை அலட்சியம் செய்வது நல்லதல்ல. ஆட்டுப்பாலையும் காய்ச்சாமல்தான் குடிக்கவேண்டும்.

சரியான பாலிலிருக்கும் பிராணாபிவர்த்தனி வெண்ணெயிலும் நெய்யிலும் இராதா? வெண்ணெயையும் நெய்யையும் உட்கொண்டால் போதாதா என்றாலோ? பாலைக் காய்ச்சாமல் பச்சைவெண்ணெயை எடுத்தால் அதில் பிராணாபிவர்த்தனியுண்டு பாலைக்கொஞ்சமாகக் காய்ச்சி வெண்ணெயை எடுத்தாலும் பிராணாபிவர்த்தனி கொஞ்சம் இருக்கும். ஆனால் பாலை எவ்வளவு காய்ச்சினால் அவ்வளவு அதிகமான வெண்ணெயுண்டாகும் என்ற தப்பு எண்ணத்தால் சிலர் பாலை அதிகமாகக்காய்ச்சுகிறார்கள். எவ்வளவு காய்ச்சினாலும் பாலில் இருக்கும் வெண்ணெதானுண்டேயன்றி காய்ச்சுவதால் அதிக வெண்ணெயுண்டாகாது. ஆகையால் பாலைக் கொஞ்சமே பொங்கவிட்டு வெண்ணெயெடுத்தால்தான் பிராணாபிவர்த்தனி கெடாமல் இருக்கும். வெண்ணெயை நெய்யாய் உருக்குவதில் சூடு அதிகமாய் விட்டால் பிராணாபிவர்த்தனி ஓடிப்போகும். ஆகையால் சாத்தியமானவரையில் வெண்ணெயாகத்தின்பது தான் நலம். வெண்ணெ சீக்கிரத்தில் அழுகிப் போகுமாகையால் அன்றைய வெண்ணெயை அன்றேயே தின்னவேண்டும்."

அதிவேகமாக சாப்பிடக்கூடாது சிலர் அவசரநிமித்தமாகவோ அல்லது சுபாவமாகவோ அவசரம் அவசரமாக சாப்பிடுவது உண்டு. அதுமிகவும் துர்வாடிக்கை. இரைப்பையில் ஆகாரம் இல்லாதகாலங்களில் வாயுரொம்பிவிடும். அக்காலத்தில் அவசரமாக சாப்பிடுவதால் வாயுநிறைந்த வயிற்றில் ஆகாரம் விழுந்தவுடன் விக்கல் முதலிய தொந்திரவு உணடாகலாம். அல்லது வாந்தியே எடுத்துவிடலாம். ஆகாரத்தை மென்றுதின்னாததால் உமிழ்நீர் ஆகாரத்தில் பூர்ணமாக கலக்காமல் போகின்றது. ஆகவே முதல்பாகம் கெடுகின்றது. இரைப்பைக்கு அதிகவேலை கொடுக்கநேரிடும். இரைப்பையில் ஏககாலத்தில் அன்னம் குவிந்துவிடுவதாலும் அவ்விடத்தில் வாயு நிறைந்திருப்பதாலும் இரைப்பையின் வேலையும் பாதிக்கப்படுகின்றது. அவ்விதம் அவசரப்படாமல் ஆகாரத்தை நிதானித்து மென்று தின்னுவதால் ஒவ்வொரு உறுப்புகளும் அதனதன் வேலையைச்செய்ய சந்தர்ப்பம் கொடுக்கப்படுவதால் ஒன்றுக்கு அதிகவேலையும் மற்றொன்றுக்கு குறைந்தவேலையுமில்லாததால் இயற்கை பலம் பெறுகின்றன. அவசரமாகசாப்பிடுவதால் கொஞ்சம் தின்றவுடன் வயிறுநிறம்பிவிட்டதுபோல தோன்றும். ஆகாரத்தை நிறுத்திவிடவேண்டிவரும். பிறகு சிலநிமிஷங்களில் ஓர் ஏப்பம் வந்தவுடன் வயிறு குழைந்து மறுபடியும் ஆகாரம் சாப்பிடவிருப்பம் தோன்றும். மறுபடியும் ஆகாரம் உட்கொள்ளுவது சாஸ்திரவிருத்தம் ஏனெனில் ஒரு ஆகாரம் நன்ருக ஜீர்ணமாகியபிறகே மற்றொரு ஆகாரம் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டியது சாஸ்திரமுறை. ஏனெனில் பழையஆகாரம் ஜீர்ணமாகி இரைப்பையை விட்டு பூர்ணமாக சிறுகுடலுக்கு போகாமலிருக்கும் பொழுது அந்த அவஸ்தையில் ஆகாரத்தை மறுபடியும் உட்கொண்டால் அந்த ஆகாரம் பழைய அஜீர்ண ஆகாரத்துடன் கலந்தால் அது விஷமாக ஆகின்றது. அதாவது சரீரத்திற்கு பலவித வியாதிகளை உண்டுபண்ணுகின்றது. "தப்தேஷ்விவபயஸ்வந்யத்யதாஸம்மிச்ரிதம்பய:" நன்ருக காய்ச்சினபாலில் மறுபடியும் பச்சைப்பாலைக்கலந்து காய்ச்சினால் இரண்டுபாலும் கெட்டுப்போவதுபோல இந்த இரு ஆகாரமும் கெட்டுப்போகின்றது என்று சுதேசநூல் கூறுகின்றது. ஆகையால் சரீரபோஷணைக்கு வேண்டியவளவு ஆகாரத்தை நிதானமாக ஒரேதடவையில் உட்கொள்ளவேண்டும். தினம் இரண்டுவேளை சாப்பிடுவதுதான் சாஸ்திரசம்மதம். "ஸாயம் ப்ராதர் த்விஜாதீநாம் போஜநம் விதிசோதிதம்" தினம் காலையிலும் ராத்திரியிலும் ஆக இரண்டுவேளைதான் சாப்பிடவேண்டும் என்பது நமது பெரியோர்களின் கொள்கை. (தொடரும்)

வாந்திபேதி—Cholera இதை வடமொழியில் விஷூசியெனஅழைப்பார்கள். இந்தவியாதி ஓர்புழுவால்உண்டாவதாக ஆங்கிலவைத்தியர் கூறுகின்றனர். இப்புழு குடிநீரில் கலந்து ஜனங்களிடத்தில் பரவுகின்றது. குஷ்டம் முதலிய வியாதிகள்போல இது ஒட்டுவாரையொட்டி பரவுவதில்லை. நோயாளியின்மலம் அல்லது அசுத்தஜலம் முதலானவைகளாலேயே பரவுகின்றது. பெரும்பாலும் வெய்யில் காலத்தில் இது விருத்தியாகின்றது. ஒவ்வொருவியாதிகளுக்கும் சிற்சிலகாலம் குறிப்பிடப்பட்டிருந்தபோதிலும் இந்தியாவில் அனேகமாக எல்லாவியாதிகளும் எல்லாகாலங்களிலுமே உண்டாகின்றன. காலராநோய் கார்த்திகை, மார்கழி, மாதங்களில்தான் ஆதியில் இந்தியாவில் மிகுந்திருந்தது. "யமதம்ஷ்ட்ரே இதிக்யாதே" என்று அம்மாதங்களுக்கு யமன்கோரைப்பல்லென்று பெயரிட்டு அக்காலங்களில் ஜாக்கிரதையாகவும் வசித்துவந்தனர். ஆனால் இப்பொழுதோ பனிகாலங்களில் அம்மைபோன்றவைகளும் வெய்யில்காலங்களில் பிளேக்போன்றவைகளும் பரவுவதைநாம் அனுபவத்தில் காண்கின்றோம். இவ்விதம் வியாதிகள் அகாலங்களில் உண்டாவதற்கு பொதுவானகாரணம்யாதெனில் காலத்தின் சீதோஷ்ண வித்தியாசங்களே. வியாதிகள் அதனதன் குறிப்பிட்டகாலங்களில் வந்தால் அதற்கு பிராகிருதம் என்றும் அகாலங்களில் வருபவைகளுக்கு வைகிருதம் என்றும் சுதேசநூல் கூறுகின்றது. இவ்வியாதியின் பூச்சிகள் இரைப்பையில் விருத்தியடைவதில்லை யென்றும் சிறுகுடல்களிலேயே விருத்தியடைந்து வசிப்பதாகவும் அவைகளின்விஷம் ரக்தத்தில்கலந்து சரீரமுழுவதிலும் வியாபித்து பலதொந்திரவுகளை உண்டுபண்ணுவதாகவும் கூறப்படுகின்றது. இவ்வியாதி எல்லாஜாதிகளுக்கும் எல்லாவயதிலும் காணுகின்றது. இவ்வியாதி உத்ஸவகாலங்களில் ஜனத்திரள்கூடும்பொழுது அனேகமாகஉண்டாகாமலிருப்பதில்லை. அசுத்தமானநீரில் இப்பூச்சிகள் விருத்தியடைகின்றன. சுத்தமான நீரில்இப்பூச்சி சிலநாட்களில் இறந்துவிடுகின்றது. உயிருடன் உள்ளபூச்சிகளாலேயே இவ்வியாதி உண்டாகவேண்டுமென்ற அவசியமில்லை. இறந்தபூச்சிகள் குடல்களில் சம்பந்தித்தாலும் பிறகு பெருகி வியாதியை யுண்டாக்கலாம். வியாதியையுண்டுபண்ணும் எந்தபூச்சிகளும் மனிதன் சமதாதுவாக இருக்கும் நிலைமையில் அவன் சரீரத்தில் யாதொருதீங்கையும்விளைவிப்பதில்லை. சரீரம் கெட்டிருக்கும் நிலைமையிலேயே இப்பூச்சிகள் தங்கள் வேகத்தை செலுத்துகின்றன. பிளேக்முதலியபூச்சிகளும் இவ்விதமே. ஆகையால்தான் பெருவாரியாக இவ்வியாதிகள் சூரையாடுமிடங்களில்கூட பலர் இவ்வியாதியை அடைவதில்லை. அவர்களின்சரீரத்தில் அப்புழுக்கள் நுழையவில்லை யென்று சொல்லமுடியாது. பரிசோத

னையில் அவர்கள் மலம்முதலியவைகளில் அப்புழுக்கள் காணப்படுவதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அப்படியிருந்தும் அவர்களுக்கு அந்நோய் அணுகாததற்கு காரணம் அவர்கள் சரீரத்தில் சமதாது நிலைமையே. அதிக அலைச்சல், பஞ்சம், அதிவிருஷ்டி, அனாவிருஷ்டி, சீதோஷ்ண வித்தியாசங்கள், தகாத ஆகாரங்கள், இவைகளால் சரீரம் தளர்ச்சியடையும். ஆகவே திரிதோஷங்கள் விஷமித்தும் இருக்கும்பொழுது வியாதிகாரணங்களாகிய பூச்சிகள் வேகத்தைக்காட்ட ஆரம்பிக்கின்றன. சரீரம் தளர்ச்சியடைந்திருக்கும் சமயம் என்பது திரிதோஷங்கள் நிலைமைகெட்டிருப்பதையே குறிக்கும். அளவுக்கு மிஞ்சிய சரீரப்பயிற்சி முதலியவைகளால் திரிதோஷங்கள் பிரகோபத்தையடைவதாக வைத்தியநூல்கள் கூறுகின்றன. இவ்வியாதி ஒரு மனிதனுக்கு இரண்டாவது தடவையாக வரமாட்டாதென்று உறுதி கூறமுடியாது. பெரிய அம்மை முதலிய சிலவியாதிகள் ஒருவனுக்கு இரண்டாவது தடவையாக வராதென்று பிரசித்தியுண்டு. ஆனால் அனுபவத்தில் வேறுவிதமாக விருக்கின்றது. இரண்டாவது தடவை பெரிய அம்மை போட்டி அதனால்சிலருக்கு மரணமும் நேர்ந்திருக்கின்றது. அவ்விதமே காலராநோயும் காணுகின்றது. இவ்வியாதியின் ஆரம்பத்தில் ஒன்று அல்லது இரண்டுநாள் வயிற்றில் வலி காணும். மலம் இளகிப்போகும், இலேசான வாந்திகாணும், தலைவலி உண்டாகும். மனது சோர்வுஅடையும். காய்ச்சல் இல்லாமலுமிருக்கலாம். சிலருக்கு இது ஒன்றுமின்றி திடீரென மலம் உடைந்துபோக ஆரம்பிக்கும். இதை இவ்வியாதியின் முதல் அவஸ்தையெனலாம். பிறகு பேதி அதிகரிக்கும். நீர் நீராக அடுத்தடுத்து அதிக அளவில் வெளியேறும். சிலசமயங்களில் வயிற்றில் கடுமையான வலியும் முக்கிமலம் போதலும் இருக்கும். தாகம் அதிகரிக்கும். தளர்ச்சிமிகவும் உண்டாகும். கால்களிலும் கைகளிலும் கொரக்கள்ளி (இதற்கு வடமொழியில் குரகல்லியென்றழைப்பார்கள். சில தமிழ்நாடுகளில் கெண்டையென்று சொல்லுவார்கள்) காணும் சிலமணிகளில் வாந்திநின்று பிறகு கடுமையாகத்தோன்றும். நோயாளி மரணாவஸ்தையிலிருப்பான். முகத்தின் ஒளி மாறும். தோல்பளபளப்பு விலகும். குரல் சிறுத்துவிடும். கண்களில் குழிவிழுந்து விழிகள் உள்ளேபோகும். கைகால்கள் நீலம்பூசியதுபோலாகும். சரீரத்தில் தோல் சுருங்கும். சற்றுபசையுள்ள வியர்வைகாணும். சரீரத்தில் உஷ்ணம் குறையும், இயற்கையளவுக்கு ஐந்துமுதல் பத்துடிகிரிவரை உஷ்ணம் குறைந்துவிடும் ஆனால் மலதுவாரத்தில் 103 அல்லது 104 வரை உஷ்ணம் காணும். தாதுநடை துர்பலமாகவிருக்கும். நூல்துடிப்பதுபோல இலேசாக துடிக்கும். பிறகு நோயாளி பிதற்ற ஆரம்பமாகும். பலரு

க்கு கடைசிநிமிஷம்வரை நல்ல ஞாபகமிருப்பதுமுண்டு. வியாதியின் ஆரம்பத்தில் மலம் மஞ்சள்நிறமாக அதாவது ஆரோக்கியகாலத்தில் போவதுபோல பித்தம்கலந்து இலேசான மஞ்சள்நிறத்துடன் போகும். பிறகு பித்தப்பை அடைபட்டு பித்தம் மலத்துடன் கலக்காமல் கொதித்தஅரிசிக்கஞ்சிபோல சற்று அழுக்கான வெளுப்புநிறத்துடன் போகும். இதற்கு ஆங்கிலத்தில் rice-water stools எனச்சொல்லுவார்கள். ரக்தத்திலிருக்கும் பலசத்துக்கள் இதில் கலந்திருப்பதை பரீக்ஷையால் அறியலாம். அதோடு காலரா பூச்சிகள் பெரும்பான்மையாக கலந்திரு தைக்காணலாம். இவ்வியாதியில் மூத்திரம் அடைபட்டேபோகும். உமிழ்நீரும் உத்பத்தியாவதில்லை. ரக்தத்திலிருக்கும் திரவாம்சம் பெரும்பாலும் கழிச்சல் ரூபமாக வெளியேறுவதால் சரீரத்தில் உள் உறுப்புகளுடைய தொழில் குந்தகமடைகின்றது. இயற்கையாக அவைகள் உத்பத்திசெய்யும் திரவவஸ்துக்கள் சோஷித்துப்போகின்றன. ஆனால் ஸ்வேத கண்டங்கள் (sweat glands) அதாவது வியர்வை கோளங்கள்மாத்திரம் மிகவும் தூண்டப்பட்டு அதிகவியர்வையை உத்பத்திசெய்கின்றன. ஆனால் பிரசவித்தஸ்திரீகளுக்கு இவ்வியாதியால் முலைப்பால் உண்டாகாமல் பாதிக்கப்பட்டதாகத் தெரியவில்லை. இவ்வியாதி காலங்களில் மேற்படி ஸ்திரீகள் குழந்தைகளுக்கு முலைப்பால் கொடுப்பதை கண்டிருக்கிறோம் அவ்விதம் பால்சாப்பிடுவதால் குழந்தைகளுக்கு அவ்வியாதி ஒட்டியதாகவும் தெரியவில்லை இது இவ்வியாதியின் மத்தியநிலைமை அல்லது கஷ்டநிலைமையாகும். இந்தநிலைமை சிலருக்கு சிலமணிகள் நீடிக்கும். சிலருக்கு 24-மணிகள் நீடிப்பதுமுண்டு மரணம் நேருவதெல்லாம் இந்த நிலைமையிலேயே. இந்த நிலைமையை நோயாளி தாண்டிவிட்டால் சரீரத்தில் நீலம்பூசினதுபோன்றநிலை கிரமமாகமறையும். சரீரத்தில் உஷ்ணம் திரும்பும். ஹிருதயநடை வலுக்கும். மூத்திரம் அதிகரித்து இறங்கும். வயிற்றுசங்கடம், பிரட்டல், ஓக்காளம், வாந்தி இவைகள் தணியும். மலம் அதிக காலம் விட்டுவிட்டுப்போகும். வயிற்றில்வலியிராது. இக்காலத்தில் சரீரஉஷ்ணம் இயற்கைக்கு அதிகமாவதில்லை. இந்தநிலைமை அனுகூலமானது. ஆனால் இந்நிலைமையிலும் வியாதி மறுக்களித்துவிடுவதுண்டு. திடீரென கழிச்சல் அதிகரிக்கும். முன்சொல்லியவிதமாக கஷ்டநிலைமைக்குக்கொண்டுவந்துவிடும். சிலருக்கு இவ்விதமில்லாமல் பிதற்றல் அல்லது புலப்பம் உண்டாகும். நாடிநடை துர்பலமாகவும் கனவேகமாகவும் இருக்கும். இந்தநிலைமையை ஜன்னிஎன்று சுதேசவைத்தியர்கள் சொல்லுவார்கள். ஆங்கிலத்தில் cholera typhoid என்று அழைப்பார்கள். பிறகு மயக்கமும் மரணமும் நேரும். இவ்வியாதி அநேகமாக இரவில் ஆரம்பிக்கின்றது. அல்லது விடியற்

காலத்திலும் ஆரம்பிக்கும். அதாவது காலபலத்தால் சரீரம் சற்று தளர்ச்சியடைந்திருக்கும் சமயங்களில் இவ்வியாதி தாக்குகின்றது. ஆரம்பத்தில் வயிற்றில் வலிமிகுந்திருக்கும். அடுத்தடுத்து மலம்போகும். வாந்தியாகும். முதலில் இரைப்பையிலிருக்கும் ஆகாரவஸ்துக்கள் வாந்தியாகும். பிறகு ஜலம்ஜலமாக வாந்தியாகும். பேதியாகும்பொழுது பீச்சாங்குழலில் அடிப்பதுபோலமலம்பீச்சும். மலம் பீச்சும்பொழுதுமண்தரைகளில் அதன்வேகத்தால் குழிவிழுவதுமுண்டு. இவ்வளவுவேகத்துடன் மலம்பீச்சினால் அதுஓர் அசாத்தியகுறிஎனகொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் மலம்போனவுடன் வயிற்றில் பளுநிவர்த்தியானதாகத்தோன்றும். பிறகு சிலநிமிஷங்களுக்குள் வயிறு கனத்துவிடும். கைகால்களில் கெண்டைபிடிப்பதுபோல வயிற்றிலும்பிடிக்கும். மூத்திரம் முதலில் கொஞ்சமாகவும் ரக்தம்போலவும் இறங்கும். பிறகு ஒருதுளிகூட இறங்காது. மூத்திரக்குண்டிக்காய்களும் வேலைசெய்வதில்லை. ஆகையால் மூத்திரப்பையில் (bladder) மூத்திரம்சேருவதில்லை. வயிற்றுக்குழியில் அதாவது மார்புக்கு கீழ்வயிற்றுக்குலையில் ஓர் எரிச்சல்தோன்றும். பிதுவாக இழுத்துக்கட்டியிருப்பதுபோல தோன்றும். ஆனால் தொட்டுப்பார்த்தால் கைக்கு மிருதுவாகவிருக்கும். நாக்குவெண்மையாகவிருக்கும். வாய்கசக்கும். வாய் அதிகம் உலர்ந்துபோவதால் பச்சைநீர் அபரிமிதமாக குடிக்கவேண்டுமென்று விருப்பம்தோன்றும் கருவியைக்கொண்டு பார்த்தால் இயற்கைக்கு குறைவாக சரீர உஷ்ணம் இருக்கும். ஆனால் நோயாளி உடம்பு எரிச்சல் என்று சொல்லுவான், காதில் இரைச்சல்தோன்றும். நோயாளி படுக்கையில் அங்குமிங்கும் புரண்டுகொண்டிருப்பான். தாதுநடை அடங்கும். மலம்போவதும் நிற்கலாம். கைகால் கெண்டைபிடிப்பதும் விலகலாம். பிறகு சரீரத்தில் சில்லென்று வியர்வைகாணும், வியர்வையில் நாற்றம்வீசும். விசேஷித்து நகங்களிலும் உதடுகளிலும் நீலம் போன்ற நிறம் காணும். நாக்கும் மூச்சுக்காற்றும் உஷ்ணமின்றி சில்லிடும். ஸ்மரணையின்றி மலம் படுக்கையிலேயே போகும். சிலருக்கு விக்கல்தோன்றும். இந்த அவஸ்தைக்கு பிறகு சிலமணிநேரத்தில் மரணம் சம்பவிக்கும். இந்தசமயத்தில் சிலருக்கு திடீரென்று நெற்றி மார்பு இவைகளில் சற்றுஉஷ்ணம் வீசும். இப்படி உஷ்ணம் வீசுவதைக்கண்டு சிலர்சந்தோஷிப்பதுண்டு. அதுதவறு இந்தஉஷ்ணம்காணுவது ஓர் அவக்குறி. இந்தகுறிகண்ட சிலநிமிஷங்களுக்குள் மரணம் சம்பவிக்கும். இந்தவியாதியில் நல்லகுறிகளாவன—நிதானமாக வாந்தி குறையவேண்டும். அவ்விதமே மலம்போவதும் நிற்கவேண்டும். உடம்பில் சூடுதோன்றுதல், நாடிஉறுதியாக நடத்தல், கணீரென்று பேசுதல், சிறுநீர் இறங்குதல், மலத்தில் பித்தம்கலந்து மஞ்சள்நிறம் உண்

டாதல், தூக்கம் வருதல் ஆகிய இவைகளே. இவ்வியாதி எவ்வளவு வேகத்துடனிருந்தபோதிலும் வாந்தியெடுப்பதில் நோயாளிக்கு சிரமம் தட்டாமல் இருக்கும்வரையில் இவ்வியாதியை அசாத்தியமென நினைக்கவேண்டியதில்லை. ஆனால் முன்சொல்லிய எல்லாலக்ஷணங்கள் இருந்தபோதிலும் மூத்திரம் இறங்காவிட்டால் அந்த லக்ஷணங்களை நம்பக்கூடாது. மூத்திரம் இறங்கிவிட்டபிறகுதான் வியாதியின் கடுமை தணிந்ததாக நினைக்கவேண்டும். மூத்திரம் இறங்க இவ்வியாதிகண்டு சராசரி 12-மணி பிடிக்கிறது. மூத்திரக்குண்டிக்காய்கள் இயற்கை வேலையைச் செய்யாவிட்டால் மூத்திரம் வழியாக வெளியில்செல்லவேண்டிய விஷாம்சங்கள் வெளியேறாமல் ரக்தத்துடன் கலந்துபோவதால் ரக்தம் விஷமாக ஆகின்றது. ரக்தம்கெட்ட அந்தநிலைமையில் சரீரத்தில் இயற்கைஉஷ்ணம் அதிகமாகும். புலப்பம் நேரும். தலை உஷ்ணம் கொதிக்கும். மரணம் அடுத்தபடியாக நேரும். இந்தநிலைமை சிலமணிகள் அல்லது சிலநாட்கள் நீடிக்கலாம். இவ்வியாதி இந்தியாவில் எல்லாபாகங்களிலும் பரவியிருக்கின்றது. சிற்சிலகாலங்களில் தணிவதும் சிலகாலங்களில் விசேஷித்து ஓட்டுவாரையொட்டியாக பரவுவதும் அனுபவத்தில் பார்க்கலாம். கெண்டைபிடிப்பது என்பது இவ்வியாதியின் ஓர் சுபாவமாகிலும் ஓட்டுவாரையொட்டியாக பரவுங்காலங்களில் இது இல்லாமலேகூட இருக்கின்றது. சிலசமயங்களில் இவ்வியாதியில் கெண்டைபிடிப்பது சகிக்கமுடியாததாகப் போய்விடுகின்றது. இவ்வியாதி கடுமையாக பரவுங்காலங்களில் முன்சொல்லிய லக்ஷணங்கள் ஒன்றும் வெளிப்படையாக தெரியாமலிருக்கும்பொழுதே திடீரென சரீரத்தில் உஷ்ணம்இயற்கைக்குகுறைந்துபோதல் முதலிய முன்சொல்லிய கஷ்டநிலைமைகண்டு பிராணஹானி நேருகின்றது. சிலருக்கு வாந்தியும் பேதியும்கூட காணாமலேயே மரணம் நேருகின்றது. சிலருக்குஇரண்டொருதடவை மலம்போனவுடன்இவ்வவஸ்தை நேருகின்றது. இவ்வியாதியில் வாந்தி எடுக்கும்பொழுது சிலருக்கு நீளமான நாக்குப்பூச்சி விழுவதுமுண்டு. முறைக்காய்ச்சலில் சுரத்திற்குமுந்தி குளிர்காணுவதுபோல இவ்வியாதியிலும் சிலருக்கு இந்நோய் காணுவதற்கு முந்தி சிறுகுளிர் காணுவதுண்டு. சில அஜீர்ணபேதிகள் காலராவின் அடையாளங்களை அநுசரித்திருக்கும். வைத்தியரல்லாதவர்கள் அதைகாலராவாக நினைக்கக்கூடும். பாஷாணவகைகளை சுத்திசெய்யாமல் உட்கொள்ளுவதாலும் அல்லது ஏதாவது ஒருவிதமாக சரீரத்தில் சேர்ந்து விடுவதாலும், தேங்கி அசுத்தமாகவிருக்கும் நீரைப்பருகுவதாலும், அழுகினவாழைப்பழம் முதலியவைகளை சாப்பிடுவதாலும், இது முதலியவைகளால்பேதிஉண்டாகலாம். சாதாரண அஜீர்ணபேதிகளில் காலராநோயின் எல்லாஅடையாளங்க

ளும் காணும். கெண்டைகூடபிடிக்கலாம். இவ்விரண்டிற்கும்பேதமென்னவெனில் காலராவில் மலம் கொதிகஞ்சிநிறமாகப்போகும். மூத்திரம் கொஞ்சமும் போகாது. அஜீர்ணபேதியில் மலம் ஜலமாகப்போனபோதிலும் பித்தம் கலந்து சற்று மஞ்சள்நிறமாகப் போவதுடன் மலம்போகும் ஒவ்வொருதடவைகளிலும் கொஞ்சமாவது மூத்திரம் இறங்கும். ஆனால் ஆரம்பத்தில் காலராநோய் அஜீர்ணபேதிமாதிரியே ஆரம்பிக்கும். அந்தஆரம்பத்தில் இவ்விருநோய்களுக்கும் பேதம்கண்டுபிடிப்பது கடினம். இரண்டொருதடவை மலம்போனபிறகு காலரா லக்ஷணம்காண ஆரம்பிக்கும். இன்னுமொரு விசேஷம் என்னவென்றால் காலராகாலங்களில் அஜீர்ணபேதியும் நடமாடுவதுண்டு. பாஷாணத்தால் உண்டாகும் பேதியை பாஷாணபேதி என்று அழைக்கலாம், பாஷாணபேதியில் காலராவில் போலவே வாந்தியும் பேதியும் காணும். ஆனால் இதிலும் மூத்திரம் அடைபடுவதில்லை. ஒவ்வொருதடவையும் மலத்துடன் ரக்தம்போல கலங்கி அல்பஅளவில் மூத்திரம் இறங்கும். தவிர பாஷாணபேதியில் மலத்துடன் அல்பமாவது ரக்தம் கலந்துபோகும். அசுத்தகுடிநீரால் உண்டாகும் பேதியிலும் சிறுநீர் முற்றிலும் அடைபடாது. ஆகவே மூத்திரம் போவதும் நின்று மலமும் கொதிகஞ்சிமாதிரி இருந்தால் அதாவது இந்த இரண்டு லக்ஷணமும் சேர்ந்திருந்தால் அதுகாலராநோய். இந்த இரண்டு லக்ஷணமும்சேர்ந்திராமல் ஒவ்வொன்று இருந்தால்கூட அதுகாலரா அல்ல. ஏனெனில் கெட்டுப்போன பாலை நாம் உட்கொண்டால் அது குடல்களில் ஜீர்ணமாகாமல் பால்நிறத்துடனேயே பேதியாகப் போகலாம். இது காலராவில் போகும் மலத்தின் நிறத்தையொத்திருக்கும். ஆனால் மூத்திரம் அடைபடாது. சில சிறுகுழந்தைகளுக்கு பால்கொடுத்தால் அது ஜீர்ணமாகாமல் அப்படியே வெளுப்பு நிறத்துடன் பேதியாவதைப்பலரும் பார்த்திருக்கலாம். பொதுவில் பேதி கண்டால் முன்ஜாக்கிரதை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டியது அவசியம்.

காலராவுக்கு சிகிச்சை ஒன்று அல்லது இரண்டுதடவை பேதியானவுடன் அலட்சியம் செய்யாமல் மருந்துசாப்பிடவேண்டியது அவசியம். ஏனெனில் ஆரம்பத்தில் இவ்வியாதியை அகற்றுவது சுலபம். சிலமணிகழித்துச்செய்யும் சிகிச்சை நிஷ்பலமும் ஆகலாம். அக்கம்பக்கத்தில் காலரா பரவியிருந்தால் ஒருதடவை அதிகப்படி மலம்போனாலும் உடனே மருந்துசாப்பிடவேண்டியது அவசியம். காலராகாலங்களில் எந்தகாரணத்தைமுன்னிட்டும் எவ்வித பேதிமருந்தும் சாப்பிடக்கூடாது. பால், மோர், குடிநீர் இவைகளை ஜாக்கிரதையாக கவனித்து உபயோகிக்கவேண்டும், காலராபரவியு

ள்ள இடங்களிலிருந்து கூடியவரையில் முன் சொன்ன சாமான்களையும் மற்றும் காய்கறிகளையும் உபயோகியாமலிருப்பதே நலம். குடிநீரையும் பாலையும் நன்றாக கொதிக்கவைத்து பிறகு உபயோகிக்கவேண்டும். வியாதியின் ஆரம்பம் முதல் பத்தியத்தை ஜாக்கிரதையாக கவனித்துக்கொள்ளவேண்டும். கஞ்சி, அன்னம் முதலியவை கொடுக்கவேகூடாது. பாலை உபயோகிக்கலாமென்பது ஆங்கிலவைத்தியர்களின் அபிப்பிராயம். பாலை கையால்கூட தொடக்கூடாதென்பது சுதேசவைத்தியர்களின் கொள்கை. இவ்வியாதியில் தாகம் மிகுந்திருக்கும். அப்படியிருந்தாலும் தண்ணீரை அதிகமாக கொடுக்கக்கூடாது. தண்ணீரைக் கொடுப்பதால் உடனே வாந்தியும் பேதியும் அதிகரிக்கும். ஆகையால் மற்றஹிம்சைகளை நோயாளிபொருத்திருப்பதுபோல தாகத்தையும் பொருத்திருக்கவேண்டியதே. தீராத சமயத்தில் அல்பமாக சுடுதண்ணீர் கொடுக்கவேண்டும். மலம் முதலியவைநின்றபிறகுகூட பல நாள் பத்தியமாக விருக்கவேண்டும். அவ்விதமின்றி அபத்தியத்தால் பலருக்கு மறுபடியும் வியாதி மருக்களித்துக்கொள்ளும். மூன்றுதோலா ஓமத்தை இடித்து ஒரு சின்னபடிஜலத்தில் போட்டு அரைப்படியாக சுண்டவைத்து அந்தஜலத்தை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக தாகத்திற்கு கொடுத்துவரலாம். இரண்டு மணிக்கு ஒருதடவை படுக்கையையும் வஸ்திரங்களையும் மாற்றுவது நலம். இவ்வியாதியில் உபவாஸம் போடவேண்டும். வியாதிதணியும் வரை எவ்வித ஆகாரமும் கூடாது. வியாதி நிவர்த்தியான பிறகு முதல் சிலநாள் கஞ்சியும் நல்லபசிமுதலியவைகள் உண்டானபிறகு ஆகாரமும் கொடுக்கவேண்டும். எல்லாவியாதிகளும் அபத்தியத்தால் திருப்பிக்கொள்வது இயற்கை. இவ்வியாதியில் அபத்தியம் செய்யாமலேயே திருப்பிக்கொள்வது சகஜமானதால் வியாதி கொஞ்சம் தணிவதைக்கண்டு திருப்திபடையக்கூடாது. காரணமின்றி திருப்பிக்கொள்ளும். மூத்திரம் தாராளமாக இறங்குவதும் அபானவாயு வெளியேறுவதும் ஆகிய இந்தஇரண்டு லக்ஷணங்களும் தெரிந்த பிறகு தான் வியாதிவிலகியதாக நினைக்கவேண்டும். காலராவைப் போன்ற அஜீர்ணபேதியாலும் மரணம்நேருவது சகஜம். ஆகையால் அதிலும் உபேக்ஷைகூடாது. அடியில்சொல்லப்போகின்ற மருந்துகளை காலராவிலும் அதைப்போன்ற வியாதிகளிலும் கூசாமல் உபயோகிக்கலாம் அபினி இவ்வியாதியில் மிகுந்த நன்மையளிக்கக் கூடியதே யாகிலும் சமயமறிந்து ஜாக்கிரதையாக உபயோகிக்கவேண்டும். ஆகையால் அம்மருந்துகளை சாமான்யவைத்தியர்கள் உபயோகியாமலிருப்பதே நலம்.

காலராவுக்கு கட்டுமருந்து ஜாதிக்காய், கிராம்பு, லவங்கப்பட்டை, சிறுநாகப்பூ, கர்ப்பூரம், செஞ்சந்தனம், எள்ளு, மூங்கிலுப்பூ, தகரவேர், நெல்லிவத்தல், தாளிசபத்திரி, திப்பிலி, கடுக்காய், சோம்பு, சித்திரைமூலம், சுக்கு, வாய்விளங்கம், மிளகு, வகைக்கு தோலாஒன்று. கஞ்சா தோலா இருபது, ஜீனிதோலா நாற்பது. இவைகளை இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து தேனைவிட்டுப்பிசைந்து வைத்துக்கொள்ளவும். வேளைஒன்றுக்கு சுண்டைக்காயளவு சாப்பிடவும்.

குறிப்பு—கர்ப்பூரம் என்பதை சூடம் என்று சொல்லுவார்கள். ஸ்வாமிபூஜையில் உபயோகமாகின்றது. அதில் தற்காலம் வில்லைவில்லையாக புதிய ஜாதி ஒன்று கடையில் விற்கிறது. அதுமருந்துக்கு பிரயோஜனமில்லை. பழைய கர்ப்பூரம் என்ற பெயருடன் கடையில் விற்கப்படுவது அடை அடையாகவிருக்கும். அதையேமருந்துக்கு உபயோகிக்கவும். செஞ்சந்தனம் கடையில் கிடைக்கும். அகப்படாவிட்டால் சாமான்யசந்தனத்தை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். கடுக்காயைத்தட்டி உள்விரையைப்போக்கி நிறுத்துக்கொள்ளவேண்டும். தற்காலம் கடையில் கிடைக்கும் கஞ்சாவை நம்இஷ்டம்போல சுத்தப்படுத்துவது அசாத்தியம். வேறுவிதமாக இதை சுத்திசெய்தால் குணம் குறைந்துபோகின்றது. ஆகையால் கடையில்கிடைப்பதை அப்படியே உபயோகித்துக்கொள்ளவேண்டியதே. கர்ப்பூரம் நீங்கலாக எல்லாவற்றையும் வெய்யிலில் வைத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்துகொள்ளவேண்டும். கர்ப்பூரத்தை கல்வத்தில் பொடித்து சேர்த்துக்கொள்ளவும். வேண்டியவளவு தேனைவிட்டு பிசைந்து மெழுகுபதத்தில் ஒருபீங்கான் அல்லது கண்ணாடி ஜாடியில் மூடிவைத்துக்கொள்ளவும். சிறிய குழந்தைகளுக்கும் கொடுக்கலாம். குன்றுமணியிடை அளவில்கொடுக்கவேண்டும். நல்லவயதானவர்களுக்கு மிகபெரிதல்லாத சாமன்ய சுண்டைக்காயளவு வரைகொடுக்கலாம். சிலருக்கு கஞ்சாவால் சற்று தலைசுற்றல் முதலியவை தோன்றும். ஆதனால் பாதகம் கிடையாது. சிலமணிகளில் சௌக்கியமாகிவிடும். காலாரநோயை மூன்றுநிலைமைகளாகப்பிரித்து முதல்அவஸ்தை ஆரம்பாவஸ்தையென்றும் நடு அவஸ்தைகஷ்டநிலைமை யென்றும் கடைசிநிலை சாதாரணநிலைமையென்றும்சொல்லலாம். இந்தமூன்று நிலைமைகளிலும் இது அபரிமித குணத்தைக் கொடுக்கின்றது.

அதிலும் [illegible]ஷித்து ஆதிநிலைமையிலும் கடைசி நிலைமையிலும் இது ச[illegible]மின்றி குணத்தைக்கொடுக்கும். நடுநிலைமையை ஆங்கிலத்தில் Collapse stage என்று சொல்லுகிறார்கள். அந்த அவஸ்தையில் உபயோகிக்கும் மருந்து—

லிங்கம் தோலா எட்டு, பூரம் தோலா நான்கு, வீரம் தோலா, இரண்டு, ரஸ சிந்தூரம் தோலா இரண்டு, கந்தகம் தோலா இரண்டு, இவைகளை சுத்திசெய்து கல்வத்திலிட்டு முலைப்பால் விட்டு நான்குஜாமம் அரைத்து வெய்யிலில் காயவைத்து பொடிசெய்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்திக்கொள்ளவும். குன்றிமணியிடை தேன் முதலிய அனுபானங்களில் கொள்ளவும்

செய்முறை—லிங்கத்தை கட்டியாக வாங்கிக்கொள்ளவும். லிங்கத்தில் இருவகையுண்டு. அதில் உலாந்தலிங்கம் உயர்ந்தது. ஆகையால் அதைவாங்கி ஒரு பீங்கானில் போட்டு அதுமுழுக முலைப்பால்விடவும். மூன்றுநாள்கழித்து ஜலத்தில் அலம்பி உலரவைத்துக்கொள்ளவும். சுத்தியாகும். பூரத்தையும் இவ்விதமே சுத்திசெய்துகொள்ளவும். கந்தகத்திற்கு ஏற்கனவே சுத்திசொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இவைகள் எல்லாவற்றையும் கல்வத்தில் போட்டு நன்றாகப் பொடிசெய்து முலைப்பாலைவிட்டு நான்குஜாமம் அரைத்து கல்வத்துடன் வெய்யிலில் வைத்து உலர்ந்தபிறகு பொடிசெய்து சீசாவில்வைத்துக்கொள்ளவும்.

குறிப்பு :—இந்த மருந்தை தனியாக அப்படியே தேனில்குழைத்து கொடுக்கலாம். இந்த மருந்தை மற்றொருவிதமாகவும் செய்தால் இன்னும் குணமுள்ளதாக விருக்கும். முன்சொல்லியவிதமாக அரைத்த பொடிக்கு சரியிடை வெங்காரத்தை எடுத்து சிறு கட்டிகளாக உடைத்து பாதி வெங்காரத்தை ஒரு ஓட்டில் அடைபோல சந்தில்லாமல் பரப்பி அதற்குமேல் மருந்துபொடியைப் போட்டு பரப்பி அதன்மேல் பாக்கி வெங்காரத்தைப்போட்டு பரப்பி அடுப்பில் வைத்து சிறுதீயிடவேண்டும். அடைபோலகட்டியாக வெங்காரம் கீழும் மேலும் ஒரேமாதிரி உருகிவிடும். பிறகு அந்த அடையை திருப்பிப்போடவும். வெங்காரம் உருகி கரைந்து அடையாவதுதான் அடையாளம். எடுத்து கீழேவைத்து ஆறியபிறகு கல்வத்திலிட்டு நன்றாகப்பொடிசெய்துகொள்ளவும். அடுப்பில் தீ விளக்குமாதிரி எரியவேண்டும். தீ அதிகமானால் வெங்காரம் கருகிவிடும். வெங்காரம் கருகாமல் அடைபோல ஆவதுதான் பதம். அந்த பதத்தை ஜாக்கிரதையாக கவனித்து எடுத்துவிடவேண்டும். இதையும் முன்போல தேனில்

குழைத்துக்கொடுக்கலாம். ஆனால் குன்றியளவு போதாது. இரண்டு குன்றிமணியளவு கொடுக்கவேண்டும். வியாதியின் கடுமையை அனுசரித்து அளவை கொஞ்சம் அதிகப்படுத்தலாம். விஷவஸ்துக்கள் சேர்ந்திருந்தபோதிலும் இம்மருந்து யாதொரு கெடுதியும் விளைவிக்காது. காலரா நோயில் முக்கியமாக வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டியது யாதெனில் நோயாளியின் கைகால்கள் ஜில்லிட்டுப்போவதும் தாது விழுந்துபோவதையுமே. முதலில் பாதங்கள் உள்ளங்கைகள் இவைகள் ஜில்லிட ஆரம்பிக்கும். சரீரம் வியர்க்கும். இந்த லக்ஷணங்களைக்கண்டவுடன் ஒரு க்ஷணம்கூட தாமதிக்காமல் உடனே இம்மருந்தைக்கொடுக்கவேண்டும். காலராவில் இந்த அவஸ்தையை சீதமென்று சுதேசவைத்தியர் கூறுவார்கள். இந்த அவஸ்தையை கவனத்துடன் சமாளிக்கவேண்டும். இந்த அவஸ்தையை சமாளிப்பதில் வீரம் முதலிய வஸ்துக்களின் யோக்யதை மற்ற எந்த வஸ்துக்களுக்கும் கிடையாது. சீதத்திற்கு வீரம்தான் ராஜாவென்பதை வைத்தியர்கள் தீர்மானித்துக்கொள்ளவேண்டும். தவிர காய்ச்சல் முதலிய வியாதிகளில் காணும் சீதத்திற்கும் இந்தசீதத்திற்கும் அணுவளவுகூட வித்தியாசமில்லை. ஆகையால் எந்த வியாதியிலும் சீதம் கண்டால் உடனே வீரசம்பந்தமான மருந்துகளை உபயோகிக்கவேண்டியது. தனியாக வீர சிந்தூரத்தையும் கொடுக்கலாம். (சிந்தூரம் வகையறா ஔஷத சாரம்என்ற தனிப்பகுதியில் இனி சொல்லப்படும்) இந்த மருந்து முப்பது நிமிஷத்தில் குணத்தைக்கொடுக்கும். அதாவது படுத்தநாடி ஓட ஆரம்பிக்கும் கை கால் உடம்புகளில் உஷ்ணம் வீச ஆரம்பிக்கும். நோயாளிக்கு குரல் கணீரென்று திரும்பும். வியர்வை அடங்கும். இதுவே இம்மருந்தின் குணம். Collapse stage என்று ஆங்கில வைத்தியர்கள் மிகவும் பயப்படும் கேசுகளில் இது அருமையான குணத்தைக் காட்டத் தவறியதேயில்லை. நோயாளிக்கு ஆயுர்பாவம் எவ்விதமிருந்தபோதிலும் அந்த சீதத்தை மாற்றுவதில் ஒப்புயர்வற்றது. இந்த மருந்தைக்கொடுத்து அரைமணி நேரத்தில் உஷ்ணம் உண்டாகாவிட்டால் மறுபடியும் அதே அளவில் ஒருதடவை உபயோகிக்கவும். இந்த மருந்தை இவ்வியாதியின் கஷ்டநிலைமையில்தான் கொடுக்கவேண்டுமென்று நிர்பந்தமில்லை. ஆரம்பத்திலும் கொடுக்கலாம். ஆனால் ஆரம்பத்தில் இம்மருந்தைவிட முதலில்சொன்ன கட்டுமருந்து அதிக பலனை அளிக்கும். இம்மருந்துக்கு உத்தமமான அனுபானம் ஒன்று உண்டு. அதாவது ஓர் புதிய மண்சட்டியில் அரைக்கால்படி ஓமத்தைப்போட்டு நன்றாக வறுத்து ஓமம் வறுபட்டவுடன் ஒருபடி ஜலத்தைக்கொட்டி கால்படியாக வற்றவைத்து அந்த ஜலத்தை வடிகட்டி வைத்துக்

கொண்டு இரண்டு அவுன்சு கஷாயத்தை இம்மருந்துக்கு அனுபானமாக கொடுக்கலாம். வாந்தி கடுமையாக இருந்தால் கஷாயங்களை கொடுக்கலாகாது. சிந்தூரத்தை தேனில் குழைத்துக் கொடுத்து நிறுத்தவேண்டியது. உடம்பு கை கால்கள் ஜில்லிட்டுப்போனால் அப்பொழுது Animal Heat என்ற ப்ராஜக பித்தத்தை ஜாக்கிரதையாக காப்பாற்றவேண்டும். அதாவது தவிடு முதலியவைகளை வருத்து உடம்பு முழுவதும் விசேஷித்து கைகால்களிலும் ஒத்தடம் கொடுக்கவேண்டும். காய்ச்சல் பிரகரணத்தில் சீதத்திற்கு சொன்ன மற்ற சிகிச்சைகளையும் இதற்கு செய்யலாம்.

வாந்திக்கு சிகிச்சை :— ஜலம் விடாமல் இஞ்சியை அரைத்துப் பிழிந்து அந்த ரசத்தை ஒரு வெள்ளிப் பாத்திரத்தில் 15 நிமிஷங்கள் வரை வைத்திருந்தால் அடியில் சுண்ணாம்பு படிந்திருக்கும். மேலாக தெளிவை மற்றொரு வெள்ளிப்பாத்திரத்தில் வடிகட்டிக்கொள்ளவும் அந்த அளவுக்கு சமானமாக எலுமிச்சம்பழ ரசத்தையும் தேனையும் சேர்த்துக்கொள்ளவும் அதாவது இஞ்சி ரசம் ஒரு அவுன்சு, தேன் ஒரு அவுன்சு, எலுமிச்சம்பழரசம் ஒரு அவுன்சு. இவைகளை வடிகட்டிக்கொண்டு ஒன்றாகச்சேர்த்து ஒரு சீசாவில் போட்டு நன்றாக குலுக்கிவைத்துக்கொள்ளவும். அதில் அரைக்கால் அவுன்சு முதலில் கொடுத்து பிறகு அரைமணிக்கு ஒருதடவை ஒரு உத்தரணி அளவு அதாவது முப்பது துளிகள் அளவு கொடுத்துவரவும்.

குறிப்பு :— இவ்வியாதியில் வாந்தியின் தொந்திரவு மிகுந்திருக்கும். முன்சொல்லிய மருந்தில் எலுமிச்சம்பழம் சேர்ந்திருப்பதைப்பற்றி சிலர் சந்தேகிக்கக்கூடும். இஞ்சிரசத்துடனும் தேனுடனும் சேர்ந்துவிடுவதால் ஒரு பாதகமும் விளைவிப்பதில்லை. இது வாந்தியை நிறுத்துவதுடன் வாயையும் சுத்தி செய்கின்றது. சுமார் பத்து தடவை கொடுக்கலாம் அவசியமானால் மறுபடியும் ஆரம்பித்துக்கொடுக்கலாம். ஒரு தடவை செய்தமருந்தை 24 மணி வரை வைத்திருந்து உபயோகிக்கலாம். அவசியமானால் மறுபடியும் தயார்செய்துகொள்ளவும். எலுமிச்சம்பழத்தை பழுத்தப்பழமாக பொறுக்கிக்கொள்ளவேண்டும். ஐஸ்கட்டிகளை சுமார்ஒரு ரூபாய் இடை துண்டுகளாக்கி ஒவ்வொரு துண்டை வாயில் அடக்கிக்கொள்ளச்சொல்லுவது ஆங்கில வைத்தியர்களின் முறை. சில சமயங்களில் இதைவிட முன்சொன்ன மருந்து நன்றாக வேலை செய்கின்றது. ஐஸ் கட்டியை உபயோகிப்பதிலும் ஆக்ஷேபமில்லை.

கலராவுக்கு மருந்து :— வைத்தியசாரம் 95-ம் பக்கத்தில்சொல்லப்பட்ட ஜ்வாலாநலகுளிகையும் 97-வது பக்கத்தில் சொல்லப்பட்ட

அக்னிகுமாரன் குளிகையையும் அந்தவிதமாகவே இதிலும் உபயோகிக்கலாம்.

குறிப்பு :— இவ்வியாதியில் குளிகைகளை அப்படியே விழுங்கக்கூடாது. சந்தனக்கல்லில் நான்குதுளி தேன்விட்டு அதில் குளிகைகளை உறைத்து நாக்கில் தடவவேண்டும். இவ்விதம் நாக்கில் தடவும்பொழுது நோயாளி ஸ்மரணையற்றிருந்தாலும் அல்லது சன்னி வேகத்தால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தாலும் வைத்தியன் மிகுந்த ஜாக்கிரதையுடன் இருக்கவேண்டும். விரல்கள் நோயாளியின் நாக்கில் படும்பொழுது கடித்துவிடுவதுண்டு. ஆகையால் அப்பேர்ப்பட்ட காலங்களில் வேறு சாதனங்களால் மருந்தை தடவலாம். அல்லது கொஞ்சம் ஜலத்தில் கலந்து கலக்கி வாயில் ஊற்றிவிடலாம். நாக்கை வெளியில் நீட்டச்சொல்லி மருந்தை தடவுவதுமேல். சிந்தூரங்களை தேனில் விட்டு குழைக்காமலே அப்படியே வாயில் போட்டுவிடலாம். பிறகு கொஞ்சம் அதாவது ஒரு உத்தரணி நீரைவிட்டால் மருந்து உள்ளேசென்றுவிடும். இவ்விதம் சமயத்திற்குத்தக்கவிதமாக யோசித்துக்கொள்ளவேண்டியது வைத்தியன் கடமை.

சங்கவடீ. புளியம் உப்பு தோலா நான்கு, இந்துப்பு, பிடாலவணம், சார்வச்சரலவணம், சோற்று உப்பு, பூநீர், வகைக்குதோலா ஒன்னேகால், இவைகளை எலுமிச்சம்பழ ரசத்தில் அரைத்து ஒருபடி எலுமிச்சம்பழ ரசத்தில் கலக்கி சங்குதோலா நான்கை தணலில் காய்ச்சி மூந்திய ரசத்தில் தோய்த்து மறுபடியும் காய்ச்சி தோய்த்து இவ்விதம் ஏழுதடவை தோய்த்தபிறகு சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, வகைக்குதோலாஒன்றரை, வசம்பு, பெருங்காயம், வகைக்குதோலா ஒன்று. நாபிக்கிழங்கு, ரஸம், கந்தகம், வகைக்கு காலேவீசம்அரைவீசம் ரூபாயிடை சேர்த்து எல்லாவற்றையும் நன்றாகஅரைத்து இலந்தைக்கொட்டையளவு குளிகை உருட்டி வெய்யிலில் உலர்த்தி சீசாவில் வைத்துக்கொள்ளவும். வேளை ஒன்றுக்கு இரண்டு குளிகை பெரியவர்களுக்கு கொடுக்கலாம். மற்றவர்களுக்கு வயதுக்குத்தக்கவிதமாக அளவுடன் கொடுக்கவேண்டும்.

செய்முறை. புளியம் உப்பு செய்யும் விதம். புளியம்பட்டையை பெயர்த்து வெய்யிலில் நன்றாக காயவைக்கவும். பிறகு அதை சுட்டு சாம்பலாக்கவும். நல்ல வெளுப்பாகவிருக்கும். புளியமரத்தின் பட்டைக்குமேல் இருக்கும் உலர்ந்த பாகத்தை மாத்திரம் கொண்டு வந்தால் உப்பு வராது. சாம்பலும் நல்ல வெளுப்பாகவிராது. ஆகையால் மரத்தில் கட்டைபாகம்வரையிலுள்ள பட்டையை வெட்டிக்கொண்டுவரவேண்டும்.

2/0/54

" வைத்திய சந்திரிகா. "

ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் உண்மைப் பெருமையையும் அதன் ஆராய்ச்சியினால் மனிதசமூகத்திற்கு ஏற்படக்கூடிய பிரயோஜனத்தையும் தெளிவாக எடுத்து விளக்குவதற்கே நமது மாஸிகை வெளிவருகிறது. ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தில் பூர்ண பாண்டித்யம் வாய்ந்த எமது ஆசிரியரும், மற்றும்பழைய முறையில் பயிற்சியுடையவர்களும் எழுதிவரும்விஷயங்கள் பண்டிதருக்கும், பாமரருக்கும் நல் விருந்தாகஅமையும்.

வைத்திய சாஸ்திரத்தில் முக்கியமான பல புஸ்தகங்களின் மொழிபெயர்ப்பு நல்ல நடையில் வெளிவரும். வியாதிகளின் காரணம், குணம் சிகிச்சை முதலியவைகளை மூடுமந்திரமில்லாமல் " வைத்திய சந்திரிகா " பிரதி மாதமும் தாங்கிவருவாள். வைத்தியமுறைகளில் பயிற்சிபெற விரும்பும் மாணவர்க்கு ஒருவைத்திய கலாசாலையைப்போல் நமது " சந்திரிகா " உதவுவாள்.

ஒருகாலத்தில் தனக்கு ஒப்பும், உயர்வும் இல்லாமலிருந்த நம் நாட்டு சிகிச்சா முறைகளின் பிரயோஜனத்தை எடுத்துக்காட்ட வெளிவரும் நமது பத்திரிகை தமிழ் மக்களின் முழு அனுதாபத்தையும் ஆதரவையும் எதிர்பார்க்கிறது.

வியாபாரிகளே! ஏன் நல்ல சரக்கை வைத்துக்கொண்டு தூங்குகிறீர்கள். கடையில் சாமான்களை வைத்திருந்தால் வியாபாரம் விர்த்தியடையாது. உங்களிடம் உயர்ந்த சரக்கு இருப்பதை யார் அறிவார்கள்? தமிழ் நாடுமுழுமையும் இன்னும் தமிழன் வசிக்கும்எல்லாஇடங்களுக்கும் செல்லும் "வைத்தியசந்திரிகா " வில் ஓர் முறைவிளம்பரம் செய்து பாருங்கள். மேல் நாட்டாரின் வியாபாரமுன்னேற்றத்தின் இரகசியம், அவர்கள்செய்யும் "விளம்பர"மென்பது நம்மவரில் பலருக்கு இன்னும் தெரியாது.

வைத்தியர்களே! உங்கள் மருந்துகள் ஏராளமாய் விற்பனையாகவேண்டுமா? வைத்திய உலகத்தில் தனக்கு நிகரில்லாத தமிழ் மாஸிகையான இந்த பத்திரிகை மூலை, முடுக்குகளிலிருக்கும் ஆயுர்வேத, யுனானி, சித்த வைத்தியசாலைகளையும், வைத்தியர்களின் கைகளையும் அலங்கரிக்கிறது ஆகையால் ஒருமுறையாவது எங்கள் சஞ்சிகையில் விளம்பரம் செய்து பாருங்கள்.

காரியஸ்தர்,
" வைத்திய சந்திரிகா " கரூர்.

சந்தா விகிதம்.	விளம்பர விகிதம்.
வருஷ சந்தா :—	மாதம் 1-க்கு பக்கம் 1-க்கு ரூ. 8.
உள் நாட்டுக்கு ரூ. 2	" " ½-க்கு ரூ. 4.
வெளிநாட்டுக்கு ரூ. 3.	" " ¼-க்கு ரூ. 2.

திருப்பூர் கம்போடியா காட்டன் பிளான்டிங் அண்டு கதர்மென்யுபாக்சரிங் கம்பெனி லிமிடெட்.

ரிஜிஸ்தர் செய்யப்பட்ட ஆபீஸ் :— திருப்பூர்.

பேக்ட்டரி அண்டு பாரம் திருப்பூர் அங்கேரிபாளையம்.

ரிஜிஸ்ட்டர் செய்த மூலதனம் 3,50,000.

பங்கு 1-க்கு 10 ரூபாய் வீதம் 35,000 பங்குகளாகப் பிரிக்கப்பட்டது.

வசூலிக்கப்பட்ட மூலதனம் ரூ 1,57,550.

ஒவ்வொரு யூனியன் டவுன்களுக்கும் தக்க சம்பளத்தின் பேரில் ஏஜண்டுகள் தேவை. மாதம் மாதம் 500 பங்குகள்சேர்த்திக் கொடுப்பதாக கியாரண்டி செய்து வசூலித்து வேலை செய்யும் ஏஜண்டுகளுக்கு மாதம் மாதம் ஐம்பது ரூபாய் சம்பளம் கொடுக்கப்படும். ஆனால் ஆயுர்வேத டாக்ட்டர்களுக்கு இன்னும் 10 ரூபாய் சேர்த்தி 60 ரூபாய் சம்பளம் கொடுக்கப்படும்.

மானேஜிங் ஏஜண்டுகள்;
S. C. R. A. பண்டாரம் அண்டு
கம்பெனியார்,
அங்கேரிபாளையம்.

கௌரவ காரியதரிசி,
K. V. சுப்பிரமண்ய அய்யர்,
(ஹானரெரி ஸ்பெஷல் மாஜிஸ்திரேட்)

மற்ற விபரங்களுக்கு ஒரு அணா ஸ்டாம்புடன் கௌரவ காரியதரிசிக்கு எழுதவும்.

(1)	(2)	(1)	(2)