சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு

26394

HEALTH FOR ALL IS THE AIM OF SIDDHA SYSTEM

ஆக்கியோன்

Dr. K. இராதாகிருஷ்ணன்,
L.I.M.

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு

ஆக்கியோன்

Dr. K. இராதாகிருஷ்ணன், L.I.M.

வைத்திய வித்வன்மணி, கண்ணுசாமிப் பிள்ளை
அவர்களின் குமாரன்

முதற் பதிப்பு - செப்டம்பர் - 1991
1000 - பிரதிகள்

பதிப்பாளர், மற்றும் கிடைக்கும் இடம் :-
Capt. (Dr.) K. RAJAGOPAL, M.B.B.S.
126/A, 6/A, Cross I Block,
JAYANAGAR, BANGALORE-560 011.

நன்கொடை ரூ. 2/-

அச்சிட்டோர் :
பிரிண்டோ காம்ப்,
21, வெங்கடாசல ஆச்சாரி தெரு,
புதுப்பேட்டை, சென்னை-600 002.
தொலைபேசி : 83 32 43

முன்னுரை

சித்த மருத்துவம் என்பது ஏதோ சாதாரண மூலிகை, கடைச் சரக்குள், இரசகெந்தி பாஷாணாதிகள் முதலிய வைகளைக் கொண்டு மருந்துகள் முடித்து பிணிகளைத் தீர்க்கும் ஓர் பழங்கால நாட்டு வைத்திய முறை என்பதே பலரின் பரவலான கருத்து. ஆனால் உண்மையில் பார்க்கப் போனால் சித்த மருத்துவம் எவ்விதபின் விளைவுகளுமின்றி பிணிகளைத் திர்ப்பதுடன், அவைகள் மீண்டும் வாராது தடுத்து, உடலே உய்வித்து உள்ளத்துக்கும் இதமளித்து இசைபட வாழ்வாங்கு வாழும் வகையை வகுத்துத் தரும் ஓர் அற்புதக் கலை என்பதை யாவரும் நன்கு உணர வேண்டும். இது இயற்கையை தனது ஆதார அடிப்படைத் தத்துவமாகக் கொண்டு, பஞ்ச பூதத்தில் உருவாகி, இயற்கையோடு ஒன்றிச் செயல்படுவதால் இது என்றும் மாறாத அழியாதக் கலையாகும். இது உணவே மருந்து; மருந்தே உணவு எனுந் தத்துவமாய் மணி மந்திர் ஔடதமாய் பரிணமித்து; மற்றும் சரம் எனும் மூச்சுக் கலை, நாடி தத்துவம், தன்னைத் தான் அறிதல், யோகம், ஞானம் போன்ற பல அரிய தத்துவங்களையும் உள்ளடக்கிய தனிப் பெரும் தெய்வீகக் கலை எனினும் மிகையாகாது,

மற்றும் சித்த மருத்துவம் என்பது வட நாட்டில் வழக்கிலுள்ள ஆயுர்வேதம், யூனானி போன்ற இந்திய மருத்துவ முறைகளினின்று மாறுபட்டு நிற்கும் தமிழ்ப் பாரம்பரிய மருத்துவ முறை எனும் உண்மையை தமிழக அரசு வகுத்து காட்டி, மத்திய அரசின் ஆதரவோடு சித்த மருத்துவத்திற்கெனத் தனிக் கல்லூரியும், ஆராய்ச்சி மையங்களும் அமைத்து செயல்பட்டு வருவது யாவரும் அறிந்ததே. அந்த வகையில் இன்னுஞ் சற்று விரிவாகச் சித்த மருத்துவத்தின் தனிப் பெருஞ் சிறப்பினை உலக மக்கள் உணர

வேண்டியும், மற்றும் பல அன்பர்களின் வேண்டுதலுக்கு இணங்கியும் ''சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு'' எனும் இந்த ஆய்வுக் கட்டுரையை, நாட்டு மக்களுக்கு எனது அன்பளிப்பாகச் சமர்பிக்கின்றேன்.

மற்றும் இக்கலையின் பால் மிக்க ஆர்வமும் அறிவாற்றலுங் கொண்டுள்ள Capt Dr. K. ராஜகோபால், M.B.B.S. Ex. I. A. M. C. அவர்களை இச் சிற்றேட்டிற்கு அணிந்துரை வழங்குவதுடன், இதனைப்பதிப்பிக்கும் சகல உரிமையையும் அன்னவர்க்கே வழங்குகின்றேன்.

Dr. க. இராதாகிருஷ்ணன், L.I.M.

அணிந்துரை

நம் நாட்டு பண்டை மரபுக் கலைகளில் ஒன்றாகியச் சித்த மருத்துவத்தின் தத்துவங்களை இனிதே விளக்கும் ஆய்வுக் கட்டுரையாகிய சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு எனும் இச்சிற்றேட்டிற்கு அணிந்துரை வழங்குவதை நான் எனக்கு வாய்த்ததோர் பெருமைக்குறிய உரிமைப்பேறு எனவே கருதுகின்றேன்.

இதன் ஆசிரியர் இதில், அண்டபிண்ட தத்துவம், சோதிடம் பஞ்ச பூத தோற்றம், திரிதோடத்தன்மை, சரம் எனும் மூச்சுக் கலையின் முக்கியத்துவம், நாடிக் கலையின் நுண்ணியக்கம், நோயனுகா விதிகள், உணவே மருந்தாகும் உயர் தத்துவம், அளவின் அறம், மனதின் திறம், மனித வாழ்வின் மகத்துவம் போன்ற பலஉண்மைகளை உள்ளடக்கிய சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பினை இரத்தினச் சுருக்கமாகவும், சிந்தனைக்கோர் விருந்தாகவும், பல ஆதார மேற்கோள்களுடன் படைத்துத் தந்துள்ளது மிகவும் பாராட்டத்தக்கது.

சித்த மருத்துவத்தில் எண்ணற்ற நூல்கள் இயற்றியும், அதன் வளர்ச்சிக்காக அரும்பாடு பட்டவரும், சித்த மருத்துவச் சரித்திரத்தில் பேரிடம் பெற்றவருமான, வைத்திய வித்வன்மணி, கண்ணுசாமிப் பிள்ளை அவர்களின் குமாரரும் இச்சிற்றேட்டின் ஆசிரியருமாகிய Dr.K. இராதாகிருஷ்ணன் L.I.M., அவர்கள் சென்னை கீழ்ப்பாக்கம் முன் நாள் இந்திய மருத்துவக் கல்லூரியில் உதவி ஆசிரியராகப்பணியாற்றியும் சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக் கழக உறுப்பினராக இருந்தும் நாடி நூலை உரை நடையில் தமிழிலும், பின்னர் ஆங்கிலத்திலும் எழுதி புகழ் பெற்றவர்; இவர் இன்று தமது 72ஆம் வயதில் தொண்டுள்ளத்துடன், சித்த மருத்துவத்தின்

சிறப்பு எனும் இச் சிற்றேட்டினை நாட்டு மக்களுக்கு அர்ப்பணித்துள்ளது போற்றத் தக்கது,

தற்காலத்தில் நாளுக்கு நாள் நோய்களின் எண்ணிக்கை பெருகி வருவதும். அதற்கேற்ப புது மருந்துகள் கண்டு பிடிப்பதும் ஓர் தீராத போராட்டமாய் உள்ளது. நமது மூதாதையர்கள் நோயின்றி நீண்ட நாள் சுகமாக வாழ்ந்து வந்ததற்கு ஆதாரமாயிருந்த நமது பண்டைச் சித்த மருத்துவத்தைப் புறக்கணித்ததே இதற்கு மூல காரணமாகும் எனவே இத் தருணத்தில், 'சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு' எனும் இந்த நன்கொடை சிற்றேட்டினை நான் பெரிதும் மகிழ்வுடன் வரவேற்பதுடன், மக்கள் அனைவரும் இதனைப் படித்துப் பயனடைய வேண்டுகின்றேன்,

Capt. Dr. K. ராஜகோபால், M.B.B.S.,

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு

ஒருமையுட னுயிரம்பல் லாண்டு முன்பே
உலகத்து மாந்தரெல்லா முய்ய வேண்டி
திருமூலர் வள்ளுவனுர் திருவாய் செய்த
திருவான மந்திரமுங் குறளும் ; மற்றும்
வருங்கால சோதிடமும் வகார வித்தை
வளர்சரமுங் கக்கிஷமுங் கர்ம காண்டம்
ஒருங்கிணைந்த யிவையாவும் உள்ளிட் டாய்ந்து
உயர்சித்த மருத்துவமென் றுரைத்தார் சித்தர்

அத்தனொடு அகத்தியனார் ஆதி யாக
அறுமூன்று சித்தர்கள் ஆண்டாண் டாக
சித்தமெனும் மண்ணதனைச் செப்ப னிட்டு
திரிதோட தத்துவத்தை வித்தா யிட்டு
நித்தமுமே மதியமுத நீரைப் பாய்ச்சி
நேர்மூலா தாரத்தின் அனலை யூட்டி
உத்தமமாம் உயிர்மூச்சுக் காற்றை யோட்டி
உருவாக்கித் தந்ததுவே சித்த வித்தை

சித்தருட மருத்துவத்தின் சிறப்பு தன்னை
சிந்தித்துப் பார்த்திடிலோ சிந்தை தன்னில்
எத்துறையுங் காணாத இரகசி யந்தான்
எழிலாக இக்கலையில் இனிது வக்கும்
தத்துவத்தின் அடிப்படையைத் தாங்கி நின்று
தன்னைத்தா னறிவதுவே சித்தி யென்ற
சத்தியத்தின் மெய்ப்பொருளைச் சார்ந்த தென்றால்
சன்மார்க்கக் கலையிதற்குச் சமன்தா னேது!

அத்தனது முத்தொழிலின் அருளி னாலே
அண்டசரா சரங்களெலாம் ஆக்க லாச்சு

தத்துவத்தால் அண்டபிண்டம் ஒன்றென் றாலும்
தனியான சிறப்பறிவு மனிதர்க் குண்டு

புத்தியினால் புனிதவுடற் றத்து வத்தை
புவியினிலே யோகத்தால் புரிந்து ணர்ந்து

சித்திகளைச் செய்துயர்ந்து தெய்வ மாகும்
சித்தாந்தக் கலையன்றோ சித்தர் மார்க்கம்

கடவுளது கருணையினுல் காட்சி யாக
காரணமாய் இருவினையால் வந்த தேகம்

உடலுயிரின் இணக்கத்தால் உணர்வு பெற்று
உள்ளார்ந்த மனமென்னும் உறவி னுலே

உடனுதித்த தத்துவங்கள் தொன்னூற் றாறின்
ஒன்றான மெய்ப் பொருளின் உண்மை தன்னை

திடமான யோகாதி திண்மை யாலே
சித்தத்தில் உணர்வதுவே சித்தர் கூற்று

மூலமுதல் ஆதாரம் உதித்த தென்ன?
முக்கலையும் சுழிமுனையில் முகப்ப தென்ன?

காலதனைப் பிடித்தியக்குங் கணக்கு மென்ன?
காற்றென்ன? கனலென்ன? கங்கை யென்ன?

கோலவுடல் தத்துவங்கள் கொண்ட தென்ன?
குற்றமதில் வந்துதித்த கூறு மென்ன?

ஞாலமதில் கண்டறியா ஞாய மெல்லாம்
ஞானவுடல் தன்னிலே காணு காணு!

சாகாத காலென்று சாற்ற லென்ன ?
சடுதியிலே வேகாத தலையு மென்ன ?

போகாதப் புனலென்றுப் புகல்வ தென்ன ?
புகழ்சேர்க்குந் தசதீட்சைப் பொருளு மென ?

ஏகாந்த சுத்தகங்கை என்ப தென்ன ?
எட்டிரண்டில் இரகசியமா யிருப்ப தென்ன ?

சாகாத உயிர்கலையின் தத்து வத்தை
சாத்திரத்தில் மறைபொருளாய் சாற்ற லுற்றார் !

உடலினுள்ளே உருபொருளை உணர்ந்து கொண்டு
உயிரதனை வளர்க்குமொரு உபாய மாக

இடகலையும் பிங்கலையும் சுழினை யோடு
இருகாலும் ஏற்றிரக்கும் இலக்கு கண்டு

திடமூலக் கனலதனை சிரசிற் கேற்றி
தித்திக்கும் மதியமுத திரவ முண்டு

சுடர்மனமும் ஒடுங்கிடவே துரியா தீதம்
தூங்காமல் தூங்கிசுகம் துய்ப்பர் சித்தர்

உணவாதி பேதமொடு ஒழுக்கக் கேட்டால்
உருவாகும் பிணியெனவே உரைக்கும் வேதம்

குணமாண வாகடங்கள் கூறு கின்ற
குறிப்பறிந்து நோயணுகா விதியில் நின்று

பிணமாகிப் போகும்முன் பிறப்பி றப்பின்
பிணக்கில்லாப் பெரும்பேறு பேணிக் காத்து

கணக்கறிந்து கால்பற்றிக் கனிவு பெற்றால்
காலமெலாம் பொன்னுடலாம் காய சித்தி

'கல் தோன்றி மண் தோன்றாக் காலத்தே, முன் தோன்றிய மூத்த குடி'-எனப் பெருமையுடன் பேசுகின்ற தன்னேரில்லாத தனிப்பெருஞ் சிறப்பும் தொன்மையும் வாய்ந்த தமிழ் மொழியிலே, 'ஆய கலைகள் அறுபத்து நான்கு' என்பர் ஆன்றோர். இத்தகைய 64 கலைகளிலே ஒன்றாக சித்தர் கலை எனும் தமிழ் சித்த மருத்துவம் மற்ற கலைகளை விடச் சிறப்பாகக் கருதப்பட்டது. காரணம் யாதெனில் மனிதனது அன்றாட வாழ்விலே அவ்வப்போது அழையாத விருந்தினராய் வந்து, அரசன் முதல் ஆண்டி வரை அத்தனை பேரையும், பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை இடையறாது வந்து இன்னலைத் தரும் பிணியாதி துன்பத் தினைப் போக்கி நல்வாழ்வை நல்குவது மருத்துவ கலைதானே !

நோய் என்றால் எல்லோருக்கும் சற்று பயந்தானே ! நோய் என்பது உடலுக்கு வேண்டாத ஒன்று என்ற காரணத் தால் 'நோய்க்கு இடங் கொடேல்' என்றார். ஆனால் இப் பிணிகளோ 'உடன் பிறந்தே கொல்லும் வியாதி' என மனிதன் பிறக்கும் போதே அவனிடம் சேர்ந்தே பிறந்து விடுகின்றன. இதைத்தான் நூலோர் வகுத்த, 'வளி முதலா வெண்ணிய மூன்று' எனும் வாதபித்த கபம் எனும் முப்பிணிகள் என ஆன்றோர் கூறினார். ஆனால் இவைகள் தாம் இருக்க வேண்டிய அளவு நிலையிலே உள்ளவரை, இதுவே 'வாதமாய்ப் படைத்து, பித்த வன்னியாய் காத்து, சீத சேத்துமமாய்த் துடைத்து' —என உடலைக் காப்பதும் இவைகளே. இதுவே மிகுதல் குறைதல் போன்ற திரிபு விகாரங்களை அடையும் போதுதான் பிணி எனும் உபா தையை உருவாக்குகின்றது.

> 'மிகினுங் குறையினும் நோய் செய்யும் நூலோர்
> வளி முதலா வெண்ணிய மூன்று'

என்றார் வள்ளுவப் பெருந்தகை.

மனிதன் துன்பம் வரும்போது எப்படி இறைவனை அழைக்கின்றானோ அப்படி, பிணி வந்தபோது மருத்துவனை நாடுகின்றான். மருத்துவனும், நோய் நாடி, நோய் முதல் நாடி, அது தணிக்கும் வாய் நாடி, வாய்ப்ப செய்கின்றான். இறைவன் ஆக்கல் அழித்தல் ஆகிய இரு தொழில்களையும் தன்னிடத்தே வைத்துக் கொண்டு, வாழ்வு மட்டும் உன் கையில் என மனிதனிடம் விட்டு விட்டு அதற்காகவே மனிதனுக்கு 'மனம்' எனும் சிறப்பறிவையும். தந்துள்ளான்.

'மக்கட்தாமே ஆறறிவுயிரே
ஆறறிவதுவே அவற்றொடு மனனே !

எனத் தொல்காப்பியப்படி, மனிதன் தனது சிறப்பறிவால் பிணியைப் போக்கவும், வருமுன் காக்கவும் செயல்பட வேண்டியதாயிற்று.

இத்தகைய மனம் எனும் அறிவாற்றலினால்தான் மனிதன் நனது மொழி, கலை. தொழில், விஞ்ஞானம் போன்றவற்றை விருத்தி செய்து இன்று வியத்தகு அளவிலே முன்னேற்றம் கண்டுள்ளான். அறிவே மனிதனை உயர்த்தும். அறிவே மனிதனின் அழியாத ஆஸ்தி, அறிவே அற்றங் காக்கும் கருவி. மனிதனை மனிதனாக வாழ வைப்பதும் அறிவே. அறிவிற் சிறந்தவனே அறிவன். அறிவன் என்றால் இறைவன் என்ற மொருளும் உண்டு. இந்த அறிவே சிந்தை, புத்தி. தெளிவு, ஞானம், சித்தம் எனப் பலவாறாகக் கூறப்படும். சித்தமெனும் அறிவினாலே சித்தி பல பெற்றவரே சித்தராவர்.

'அறிவுடையார் எல்லா முடையார் அறிவிலார்
என்னுடைய ரேனுமிலர்'.

அறிவினால் மனிதன் எதையும் சாதிக்க முடியும் எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்த முடியும். எனவே பதினாறும் பெற்றுப் பெருவாழ்வு வாழவும், பிறவிப் பயனை எய்தவும் அறிவு படைத்த மனிதன் ஒருவனால்தான் முடியும். ஆகையாற்றான்.

'அரிதரிது மானிடனாய் பிறத்தலரிது'
என்றார் ஔவைப்பட்டி

'எண்ணரியப் பிறவிதனில் மானிடப் பிறவிதான்
அரிதரிது காண்

இப்பிறவி தப்பினால் எப்பிறவி வாய்க்குமோ
எது வருமோ'

என்கின்றார் தாயுமானார்.

'இச்சுவை தவிர யான் போய். இந்திர லோகமாகும்
அச்சுவை பெரிதும் வேண்டேன் அரங்கமா நகருளானே

—என வருந்துகின்றார் ஓர் ஆழ்வார்.

ஏன் தெரியுமா; 'சுவையொளி யூரோசை நாற்ற
மென்றைந்தின்

வகை தெரிவான் கட்டேயுலகு'

இந்த மண்ணுலகிலே, அதுவும் அறிவு படைத்த மனிதன் ஒருவனால் தான் எல்லாச் சுவைகளையும் முழுமையாக உணர முடியும். மற்றும் ஊனாய், உயிராய், உணர்வாய், உள்ளார்ந்த அறிவாயமைந்த அறிவனானகிய இறைவனை அறிந்துணர, ஆறறிவு படைத்த மனிதன் ஒருவனால்தான் முடியும். ஆகையாற்றான் பக்தர்கள், பட முடியாதினித் துயரம் பட்டதெல்லாம் போதுமென, பற்றற்றான் தாளினைச் சிக்கெனப் பிடித்து, காதலால் கண்ணீர் மல்கக் கசிந்துருகி பிறவா வரம்பெறவும், பிறவிப் பெரும் பயனை பெற்றிடவும் சிந்தித்தும் வந்தித்தும் வந்தனர். உலகிலே மனிதனாய்ப் பிறந்த ஒவ்வொருவரும் தான் பிறவி எடுத்ததின் காரண காரியத்தை சற்றேனுஞ் சிந்தித்துப்பார்க்க வேண்டும். ஏதோ விதி வசத்தால் பிறந்தோம், வாழும் வரை வாழ்வோம், போகும் நாள்வரின் போவோம் என வாழ்வதானால், மனிதனுக்கும், விலங்குகளுக்குமுள்ள வேறுபாடுதான் என்ன? வர்ழ்க்கை என்றதன் பொருள்

தான் என்ன? தோன்றிற் புகழொடு தோன்றி, செய்ற்கரிய செய்து, வாழ்வாங்கு வாழ்தலே வாழ்க்கையாகும்;

'அளவறிந்து வாழாதான் வாழ்க்கை யுளபோல
இல்லாகித் தோன்றாக் கெடும்'

என்பது வள்ளுவர் வாக்கு

இதற்கு உரை எழுதிய பரிமேலழகர் இக்கருத்தைப்பொருட் செல்வத்தின்பால் வைத்து பொருள்தனைப்போற்றி வாழ், எனும் பொருளை நல்கினார், திரிகால ஞானியாகிய திருவள்ளுவர் பரந்த நோக்கோடு பொதுவாய்க் கூறப் பட்டதாகக் கருதி, மெய்பொருள் காண்பதே அறிவுடைமை யாகும். இங்கு அளவு என்பது என்ன? எடுத்தல். எண்ணல் நீட்டல், முகத்தல் அளவாகிவிடாது. அளவு என்பது காட்சிக்குறிய பொருளுக்கு மட்டுமல்லாமல், கருத்துகுறிய செயலுக்கும் உண்டு என்பதை உணர வேண்டும். அளவு என்ற சொல்லுக்கு, பிரமானம், எல்லை, வரையரை' மட்டு, மாத்திரை, மடங்கு, அளவை போன்ற பல பொருள் களும் உண்டு. தமிழ் இலக்கியத்திலே அளவை நூல் என்ற ஓர் இலக்கியமுண்டு. இதில் காண்டல், கருதல், உரை, உபாயம் என நால்வகை படுமெனவும், மற்றும் சில நூல் களிலே இது எட்டு வகைப்படும். எனவுங் கூறப்பட்டுள்ள தைக் காணலாம். அளவு என்பது மனித வாழ்விலே அறத் தானமைந்த ஓர் இயற்கையின் நியதி எனினும்மிகையாகாது அளவு என்று சொன்னதும் நம் நினைவுக்கு வருவது மருந்து அதே மாதிரி மருந்து என்று சொன்னாலும் உடனே அளவு தான் அதற்கு முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. எனவேதான் வள்ளுவப் பெருந்தகை தமது குறளிலே மருந்து என்றதோர் அதிகாரத்தைப் புகுத்தி அதில்,

'உற்றவன் தீர்ப்பான் மருந்துழைச் செல்வானென்
தப்பானாற் கூற்றே மருந்து'

என மருந்துக்கு மட்டுமல்லாமல், மருந்து, கொடுப்பவன், நோயாளி மருந்துவன் என இந்நால்வர்க்கும் அளவு

கூறுகின்றார். அது மட்டுமல்ல. உணவுக்கும் அளவு கூறுகின்றார்.

'அற்றா லளவறிந்துண்க வஃதுடம்பு
பெற்றா னெடிதுய்க்கு மாறு.'

அளவுக்குமிஞ்சினால் அமுதமும் விடமாகுமல்லவா! மற்றும் அளவு என்ற சொல்லை கள்ளாமை என்ற அதிகாரத்திலும் அதிகமாகப் பயன்படுத்தியுள்ளதைக் காணலாம்.

'அளவறிந்தார் நெஞ்சத் தறம் போல நிற்கும்' என்கின்றார். ஏன்? கள்ளாமை ஒழுக்கத்தின்பாற்பட்டது.

ஒழுக்கம் விழுப்பம் தரலால் ஒழுக்கம்
உயிரினும் ஓம்பப்படும்.

இவ்வாறு உணவுக்கும், ஒழுக்கத்துக்கும் அளவின் இன்றியமையாத தன்மையை பெரிதும் வலியுறுத்துவதைக் காணலாம். இதைத்தான் மருத்துவ வாகடங்களும் கூறுகின்றது உணவாதி பேதமும், செயலாதி விகற்பமுமே பிணிக்குக் காரணம் என்றனர்.

'உறுபசியு மோவாப் பிணியுஞ்செறு பகையும்
சேரா திருப்பது நாடு'.

என்றபடி அக்காலத்து மக்கள் பசி, பிணி, பகையின்று வாழ்ந்து வந்தனர். 'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்றும் 'நோய்க்கு இடங் கொடேன்' எனவும் வாழ்ந்தனர்.

'நாமார்க்கும் குடியல்லோம், நமனையஞ்சோம், நரகத்தில் இடற்படோம் ஏமாப்போம். பிணியறியோம்' என வாழ்ந்து வந்தனர். பின்னர் காலப்போக்கில் ஏற்பட்ட பரிணாம வளர்ச்சியினாலும், நாகரிக விளைவுகளினாலும் உணவாதி பேதத்தாலும், செயலாதி விகற்பத்தாலும் பிணி

கள் சிறிது சிறிதாக பெருக ஆரம்பித்தன. ஆகையாற்றான் வருமுன் காக்கும் பொருட்டு, 'நோயணுகா விதி' களையும் வகுத்தனர்.

''பாலுண்போம் எண்ணெய் பெறின வெந்நீரில் குளிப்போம்
பகல் துஞ்சோம்.பகற்புணரோம், இளம்வெய்யிலை விரும்ப
மாட்டோம். மூத்த வயதுடைய மங்கையரைக் கூடோம்,
இரண்டடக்கோம் ஒன்றை விடோம், இடது கையிற்
படுப்போம்
மூலநோயுண்டாக்கும் பண்டத்தை யுண்ணோம்,
முன் நாள் சமைத்த கறி அமுதெனிலும் உண்ணோம்
பசியின்றி புசியோம், இரண்டொழிய மூன்று முறை
யுண்ணோம், மாதம் ஒரு முறையே மாதரைப் புணர்வோம்
கருணையின்றி வேறொன்றும் புசியோம், உணவின் கடை
யினிலே நீரதனைக் குடிப்போம் உண்ட பின் சிறு
நடைகொள்வோம்.'' எனவும்

''திண்ண மிரண்டுள்ளே சிக்க வடக்காமல்
பெண்ணின்பா லொன்றைப் பெருக்காமல்—உண்ணுங்கால்
நீர்கறுக்கி மோர் பெருக்கி நெய்யுறுக்கி உண்பார்தம்
பேருரைக்கிற் போமே பிணி'' எனவும் பல நல்ல பழக்க வழக்க நெறிமுறைகளை நோயணுகா விதி எனத் தேரன் குணபாடம் கூறுகின்றது,

உடல் நலமாக இருந்தாலன்றோ அதனுள்ளேயுள்ள உயிரும் அதனோடு ஒட்டி உறவாடி நிற்கும். உடல் நலிந்தால் உயிரும் நலியும். சுவரை வைத்துக் கொண்டுத்தானே சித்திரம் எழுத வேண்டும்! எனவே உடலைப் பேணிக் காத்தலே மனிதனின் தலையாய கடமையாகும்.

'உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம் பெற மெய்ஞானங் காணவுமாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தேன்
உடலை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே'

என்கிறார் திருமூலர். இங்கு ஏதோ உடலையும் உயிரையும் வளர்க்கும் உபாயம் என்கிருரே, அது என்ன தெரியுமா? அதுதான் சித்தர் கலையின் சிறப்புத் தத்துவம்! இவ்வாறு உடலைப் பேணி, உயிரைக் காத்து உணர்வைப் பெருக்கி, உடலைப் பல்லாண்டு வாழும் உபாயத்தை உணர்வதே சித்தர் கலையின் சீரிய நோக்கம். சித்தம் எனும் மனதை ஆள்பவரே சித்தர். சித்தர்கள் இக்கலையில் மிகவும் வல்லுணராக விளங்கி வந்தனர்.

சித்தமெனும் மண்ணிலே, தத்துவ வித்திட்டு, மதியமுத நீர் பாய்ச்சி, உயிர் மூச்சுக் காற்றோட்டி, மூலக் கனலூட்டி, ஆதி சித்தர்கள் தமது உள்ளத்தே வளர்த்த பயிரதுதான், பின்னர் ஆல்போல் தழைத்து சித்தர் கலையாகி இன்று சித்த மருத்துவமாக மலர்ந்துள்ளது. உலக மக்கள் உய்யும் பொருட்டு ஆதியில் சிவன் சக்திக் குறைக்க, சக்தி அகத்தியருக்கு உபதேசிக்க, பின்னர் இக்கலை பதினென் சித்தர்களால் வளர்க்கப்பட்டு, சித்தர் கலை எனும் தமிழ் சித்த மருத்துவமானதென்றும் வரலாறு கூறுகின்றது. தமிழ் மரபு வழி வந்த இச்சித்தர் கலை மருத்துவம் தமிழ் எழுத்துக்களின் முதலெழுத்தாகிய அகரத்தில் தோன்றி, தமிழ் மொழியிலே வளர்ந்து, முப்பாலைப் பருகி முத்தமிழிலே தவழ்ந்து, தமிழ் இலக்கியங்களிலே விளையாடி, தமிழ் வேதாந்த தத்துவத்தின் வித்தகமாய் விளங்கி, உய்விக்குங் கலையாக உள்ளதெனில் அது மிகையாகாது. மேலும் சித்தர் கலையானது அண்டபிண்ட தத்துவத்தின் அடிப்படையிலே உருவாகி, இயற்கையோடு ஒன்றிய கலையாதலால் இது காலத்தால் அழியாதது. எனவே இதனை சாகாக்கலை எனவுங் கூறுவர். இக்கலையை எல்லோரும் எளிதில் கற்றுணர்ந்து செயல்பட முடியாது என்றும், ஊழ்வினைப் பயன், உள்ளார்ந்த ஞானம், ஒழுக்கம், தெய்வபக்தி, முதலிய நற்பண்புகளைப் பெற்றவர்களே இக்கலையில் சித்திபெற முடியும். மற்றும் மனம், மேஷம், கன்னி தனுசு, துலாம் எனும் இவ்வைந்து இலக்கணத்தில் பிறந்தவர்களுக்கே இச்சித்திகள் கைகூடு

மென்றும் அகஸ்தியர் அருளிய இலக்கண ராசி பாடலிலே கூறப்பட்டுள்ளது. மற்றும் மருத்துவர் என்பவர் பிணியையும் தீர்க்கும் மருந்துகளை மட்டும் கற்றிருத்தலோடு சோதிடம், பஞ்சபட்சி, சாத்திரம், சரநூல், வகாரவிந்தை அகுத்தியர் அருளிய நூல்கள், கக்கிஷங்கள் முதலிய கலைகளிலும் தேர்ச்சி பெற்றிருக்க வேண்டும்.

சோதிடம் பஞ்சபட்சி துலங்கிய சரதூல் மார்க்கம்
கோதறு வகாரவிந்தை குறுமுனி யோது பாடல்
தீதிலா கக்கிஷங்கள் செப்பிய கர்மகாண்டம்
ஈதலாங் கற்றுணர்ந்தோர் இவர்களே வைத்தியராவர்.

நம் முன்னோர்கள் மனித உடலுக்கும் அண்டத்திலுள்ள கிரகங்கட்கும் தொடர்பு உண்டு என்ற நம்பிக்கை கொண்டிருந்தனர். மற்றும் ஒவ்வொரு கிரகத்துக்கும், மற்றும் ஒவ்வொரு ராசிக்கும் உடலில் அங்க உறுப்புகளுக்கும் உள்ள தொடர்பையும் கணித்து வந்தனர்.

பஞ்சபட்சி என்பது ஐந்து வகை பட்சிகளின் நிலை, குரல் முதலியவைகளைக் கொண்டு சில சகுணம் போல் பார்ப்பதுண்டு. இக்கலை இப்போது முற்றிலும் அழிந்து விட்டது எனலாம்,

சரம் என்பது முச்சுக்கலையைப் பற்றியது, வலது நாசித் துவாரத்தில் இயங்கும் மூச்சு சூரியகலை என்றும். இடது நாசியிலியங்கும் மூச்சு சந்திர கலையென்றும், இரு நாசியிலும் இயங்குவதை சுழுமுனை என்றும், இவைகள் மனிதனுக்கு அவ்வப்போது மாறி மாறி இயங்கு மென்றும், இம்மாதிரி இயங்குப்போது சூரிய கலையில் செய்யத்தக்கவை. சந்திர கலையில் செய்யத்தக்கவை சுழுமுணையில் செய்யத்தக்கவை போன்ற தகவல்களைத் தருவதே சரநூல் எனப்படும். இதன் விரிவாக்கமே பிராணாயாமம் போன்ற மூச்சுப் பழக்க நெறியாக விரிவடைந்து, மூச்சு உள்ளிழுப்பதை பூரகம் என்றும், உள்ளடக்கி வைத்தலை கும்பகம் என்றும், வெளிவிடுவதை ரேசகம் னென்றும், இவற்றை

எந்த மாத்திரையளவில் செய்ய வேண்டும், எப்படிசெய்ய வேண்டும், எப்போது செய்ய வேண்டும் என்பதை எல்லாம் தக்க குரு மூலமாக கற்றுத் தேர்ந்து செய்தலே உத்தமம். இப்பழக்கத்தில் உச்ச நிலையே வாகி நிலை அல்லது வாசி யோகம் எனப்படும், இப்பயிற்சிகள் உடலைநெடுநாள் அழியாது காக்கும் உபாயங்களென ஞானசர நூலும், மற்றும் பல சித்தர் நூல்களும் திருமந்திரமும் நமக்குக் கூறுகின்றது.

'அம்பொன் மிக வைத்த பேரும் நேசித்து ரசவாத வித்தைக்கு அலைந்திடுவர்' எனவும் வெந்தழலினில் இரதம் வைத்து ஐந்து உலோகத்தையும் வேதித்து விற்று உண்ணலாம். —எனவும் தாயுமானவர் கூறியுள்ளார். இதிலிருந்து ஆதி சித்தர்கள் இரதவாத வித்தையில் தேர்ச்சி பெற்று விளங்கினர் என்பது வெள்ளிடை மலையாகும், வேதியல் அறிவும் விஞ்ஞான சாதனமும் ஏதுமின்றியே அக்காலத்தில் சித்தர்கள் மெய்ஞான அறிவினாலும், அனு பவத்தாலும் இத்தகைய சித்துக்கள் செய்து வந்தனர்.

அகத்தியர் சித்தர்களுக்கு முதல்வராதலால் அவர் இயற்றிய நூல்களை நன்கு கற்றறிதல் வேண்டும் என்பர். சக்கிஷங்கள் என்பது ஓர் வகை மந்திர மாந்திரீகக் கலை யாகும். கருமகாண்டம் என்பது சில நோய்கள் ஊழ் வினைப் பயனால் விளைவதாகவும் அவற்றிற்குத் தக்கப் பரிகாரங்களைக் கூறும் சாத்திரமாகும். இவைகள் யாவும் இப்போது பெரும்பாலும் அழிந்து விட்டது.

ஆதியில் சித்தர்கள் மருத்துவத்தை ஓர் தொழிலாக ஏற்காமல், பெரும்பாலும் யோகம், ஞானம், தத்துவம் இவற்றிலேயே மன நாட்டங் கொண்டு யோகிகளாகவே வாழ்ந்து வந்தனர். இவர்கள் சிந்தை எனும் மனதை தன் வயப்படுத்திஐம்புலனையும்அடக்கி யோக நிலையில் நின்று அண்ட பிண்டங்களின் உற்பத்தி, இயக்கம், மற்றும் இவற்றின் ஒருங்கிணைந்த தத்துவங்களைக் கண்டறிய லாயினர், இவற்றிற்கெல்லாம் மூல காரணமாயிருப்பது

பஞ்ச பூதங்களே என்ற உண்மையை முதலில் கண்டறிந்தனர்.

'நிலந்தீ' நீர்வளி விசும்போ டைந்தும்
கலந்த மயக்கம் உலகம்' —தொல்காப்பியம்

நிலம், தீ, நீர், காற்று, ஆகாயம் எனும் ஐம்பெரும் சூட்சும பஞ்ச பூதங்களே முதலில் உருவானதென உணர்ந்தனர்.

'அப்பிர மத்தில் தோன்றும் ஐம்பூத விகார மெல்லாம் செப்பிய கற்பிதத்தால் செனித்த வென்றறிந்து கொள்ளே' எனக் கை வல்ய நவநீதம்' எனும் தத்துவ நூலில் கூறிய படி எல்லாம் வல்ல பரம்பொருளின் மாயா சக்தியாலே இத்தகைய சூட்சும பஞ்ச பூதங்கள் முதலிலே உருவாகிப் பின்னர் இவைகள் தமக்கே உரிய ஒரு தத்துவ ரீதியில் பஞ்ச பூத பஞ்சீகரணம் எனும் மயக்க நிலையில் ஸ்தூல பஞ்க பூதங்களாக கண்ணுக்குத் தோற்றமளிக்கும் என்றனர்,

'ஐந்து பூதமும் பத்தாக்கி யவை பாதி நன்நான்காக்கி
நந்து தன் பாதி விட்டு நாலொரு நாலுங் கூட்ட
வந்தன தூலபூத மகாதவற்றி னின்றுந்
தந்தன நான் காந் தூல தனுவண்ட புவன போகம்

எனும் கைவல்ய நவநீதப் பாடலினால் கண்டறியலாம்.

இவ்வாறு ஓசையை தன் மாத்திரையாகக் கொண்ட ஆகாயம். ஊறு எனும் ஸ்பரிசத்தைத் தன் மாத்திரையாகக் கொண்ட வாயு, ரூபத்தையும் ஒளியையும் தன் மாத்திரையாகக் கொண்டத் தீயும் சுவையைத் தன் மாத்திரையாகக் கொண்ட நீர், நாற்றத்தைத் தன் மாத்திரையாகக் கொண்டப் பிருதிவி ஆகிய இப்பஞ்ச பூதங்களும் இவற்றின் தொழில்களைப் பொறிவாய் ஐந்திக் வாயிலாகத்தான் உயிர்கள் புறவுலகை அறிந்துக் கொள்ள முடிகின்றது, இதற்குக் காரணமாயிருப்பதே ஐம்புலன்கள். இவ்வாறு மனிதனது மெய் வாய் கண் மூக்கு, செவி எனும் ஐம்புலன்கள் பஞ்ச பூதங்களோடு தொடர்பு கொண்டு அண்ட பிண்டங்களால் காட்சியளிக்கின்றன. இதுவே சிருஷ்டியின் மகிமை

இதுவே அண்டத்தையும் பிண்டத்தையும் இணைக்கும் இயற்கை சக்தி. இவ்வாறு எல்லாம் வல்ல அநாதியான ஆதிப் பரம்பொருளே, சகசீவ பரமாக, அண்ட பிண்ட உயிர்களாக தனது மாயா சக்தியால் வியாபித்து நிற்கும் 'திரிபுடி தத்துவத்தை' உணர்ந்தனர். ஒன்றான பரம் பொருளே அண்ட பிண்ட சராசரங்களாய் தோன்றியது என்ற உண்மையைம் கண்டறிந்தனர். இதனைத்தான்
அண்டமும் பிண்டமுப் ஒன்று, அறிந்துதான் பார்க்கும்போது
அண்டத்தின் உள்ளதே பிண்டத்தில், பிண்டத்தில் உள்ளதே
அண்டத்தில்

என சட்டைமுனி கூறினார். இவ்வாறு அண்டமும் பிண்டமும் தோற்ற வழியிலே ஒன்றெனத் தோன்றினாலும், அண்டத்தில் இல்லாத ஓர் சிறப்பு பிண்டமாகிய மனித உடலிலே உண்டு என்றும் அதுவே சித்தம் எனும் மெய் ஞான அறிவு என்றும் இதன் உறைவிடமே மனம் எனும் அந்தக் கரணம் என்பதையும் கண்டறிந்தனர். இந்த மனம் எனும் அறிவே மனிதனை ஆட்டுவிக்கின்றது என்றும், இதுவேபிறவிக்கும் மற்றும் உலகத் தோற்றத்துக்கும் மூல காரணமென்றும் கண்டறிந்தனர்.

'மனத்தினால் எண்ணித் தானே வந்ததிவ் வுலகம் ஆகும்
நினைத்திடில் அநேக லோகம் நிற்பதிவ் வறிவில் அன்றோ
கைவல்ய நவநீதம்

எனவே மனம் என்னும் அறிவே உயிருக்கு பற்றுக்கோடாக நிற்கின்றது.

அறியலாம் மனந்தானே உயிர்தானாகும்
அண்டத்தில் சேர்த்திடவே ஆகும் முத்தி,
—காகபுசுண்டர் ஞானம்

'தன்னை யறியத் தனக்கொரு கேடில்லை
தன்மை யறியாமல் தானே கெடுகின்றான் - திருமந்திரம்

இவ்வாறு 'தன்னைத்தான் அறிதல்' என்பது சித்தர் கலையில் ஓர் சிறுப்புத் தத்துவம், அதாவது அறிவின்றி ஆனத்தமும் ஆனந்தமின்றி அறிவும் இல்லை. அறிவே செறிவாகி ஆனந்தமாகிறது. இவ்வாறு அறிவு ஆற்றல் ஆனந்

தம், சத்து சித்து ஆனந்தம், உடல் உயிர் உள்ளம், காரணம் காரியம் அனுபவம் இவைகள் யாவும் ஒன்றே என்ற உண்மை விளங்கும். எனவே நான் என்பது எது, இத்தேகம் என்பது எது என்ற உண்மையைக கண்டறிதலே தன்னைத் தானறிதல் ஆகும்.

மீண்டும் பஞ்ச பூத தத்துவத்துக்கு வருவோம். மண் விண், காற்று, தீ, நீர் எனும் பஞ்ச பூதங்களில் மண்ணும் விண்ணும் நிலைத்து நிற்க, காற்று, தீ, நீர் ஆகிய இம் மூன்றுமே இணைந்து எப்போதும் இயங்கி நின்று அண்ட மாகிய உலகை ஆட்சி செய்கின்றன. இதனைத்தான் 'ஐந்துக்கு இரண்டு பழுதில்லை' என்பர். இவ்வாறு காற்று, தீ, நீர் இவை மூன்றும் எப்படி அண்டத்தில் ஆட்சி புரிகின் றதோ அது போலவே, பிண்டமாகிய மனித உடலிலும், இதே காற்று, தீ, நீர் எனும் இம் மூன்றே முறையே வாத பித்த கபமெனும் முக் குற்றங்களாக பிரதிபலித்து மனித உடலை ஆட்சி செய்து வருகின்றது. 'வாதமாய்ப் படைத்து, பித்த வன்னியாய்க் காத்து, சிலேத்ம சீதமாய்த் துடைத்து, என்பதனாலறியலாம். இவ்வாறு ஆதி சித்தர் கள் விஞ்ஞான சாதனம் ஏதுமின்றி மெய்ஞான அறிவினால் அண்ட பிண்ட தத்துவங்களை எல்லாம் யோக நிலை யினின்று கண்டறிந்து உலகுக்கு உணர்த்தினர் என்பதைப் பார்க்கும்போது சித்தர் கலையின் சிறப்பு இனிது விளங்கும்.

மனித உடல் ஓர் அதிசய இயந்திரம் போன்றது. இது 96 வகை தத்துவங்களைத் தாங்கியுள்ளதென்றும், பஞ்ச பூதங்களாகிய நிலம், நீர், தீ. காற்று, ஆகயாம். இவை முறையே பிராணன், அபானன், சமானன், உதானன், வியானன் என்ற வாயுக்களை பிரபஞ்ச சமஷ்டிக்கும், வியஷ்டிக்கும் வழங்கும் போதுதான் உயிர் சக்தி உருவா கின்றதென்றும், மற்றும் உடலில் தசநாடிகள் ஆறு ஆதா ரங்கள் மற்றும் அவற்றிற்கும் மேலே அண்ட உச்சியில் பிர மாந்திரத்தில் ஆன்ம சக்தியுள்ளதென்றுல் பஞ்ச கோசம், பஞ்சாவத்தையில் சிக்குண்டு, வாதாதி முக்குற்றங்களினால்

இயங்கி வருகின்றதென்று கண்டறிந்தனர்.

மனித உடலின் அமைப்பு செயல் முதலியனவைகளை இன்று நவீன மருத்துவ விஞ்ஞானிகள், விஞ்ஞான ரீதியிலே ஆராய்ந்து அறிந்து, பல வியத்தகு சாதனைகளைச் செய்து பல நுண் கருத்துக்களைக் கண்டறிந்துள்ளது போற்றத் தக்கதேயாகும். இதை யாரும் மறுக்க முடியாது. அதே சமயத்தில் 'கற்றது கை மண் அளவு கல்லாதது உலகளவு' எனும் மூதுரைகேற்ப மனித உடலில் இன்னும் எத்தனையோ அமைப்புகளும், அவற்றின் செயற்றிறமும் விஞ்ஞானி களுக்குப் புலப்படாமலும் இருக்கக்கூடும் என்பதையும் நாம் இங்கு மறந்து விடக் கூடாது. எனவே ஆயிரமாயிரமாண்டு களுக்கு முன்பே சித்தர்கள் யோக நிலையில் கண்டறிந்து உணர்த்திய இந்த உடற்றத்துவங்கள் தற்கால விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிக்குப் புலப்படாத காரணத்தால் அவைகளை முற்றும் புறக்கணிக்காமல், அக் கருத்துக்களை முடிவான அறிவுத் தத்துவமெனவும், நிறைமொழி மாந்தரின் மறை மொழியாகவும் ஏற்று போற்றிக் காப்பதே அறிவுடைமை யாகும்.

தமிழ் இலக்கியத்திலே சித்தர் கலை எந்த அளவுக்கு இணைந்து ஊடுருவியுள்ளதென்பதை, தமிழ் இலக்கியங் கட்கு சித்தர் கலையின் மருந்துப் பெயர்களாகிய 'திரிகடு கம்', ஏலாதி, சிறுபஞ்ச மூலம், போன்ற பெயர்களைச் சூட்டியுள்ளது கவனிக்கத்தக்கது. அது போலவே தமிழ் இலக்கியமாகிய அகநானூறு புறநானூறு என்ற பெயர் களுக்கு ஒப்ப சித்த மருந்துகளை அகம் முப்பத்திரெண்டு, புறம் முப்பத்திரெண்டு எனப் பாகுபடுத்தியுள்ளனர். மற் றும் திருக்குறள், தொல்காப்பியம், திருமந்திரம், தேவாரம் திருப்புகழ் அருட்பா, தாயுமானார் பாடல்கள், கம்பராமா யனம், சிலப்பதிகாரம், மணிமேகலை போன்ற பல தமிழ் இலக்கியங்களிலும் ஆங்காங்கே சில சித்த மருத்துவ சொற் களோ, கருத்துக்களோ குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது கவனிக்கத் தக்கது. இவ்வாறு தமிழ இலக்கியத்திலே சித்தர் கலை

சிந்தாத இடமே இல்லை எனலாம். அருட்பா நல்கிய இராமலிங்க அடிகளும் ஓர் சித்தரைப் போலவே வாழ்ந்தவர். அவரது சிலப் பாடல்களிலே —

'மணியறியேன், மருந்தறியேன், மந்திரமொன்றறியேன்'
என்றும்

'பாலானை தெனானை, பழத்தினானை பலநூறு
செங்கரும்பானை

பாய்ந்து வேகாக்காலானை கலை சாகாத் தலையினானை க்காலென்றுந் தலையென்றும் கருதற்கெய்தா மேலானை'- எனக் கூறப்பட்டுள்ளது கவனிக்கத்தக்கது.

மற்றும் சித்தர் கலையிலும், ஆன்மீகத்துறையிலும் 'எட்டும் இரண்டும் அறியா பேதை' என்ற சொல் அடிக்கடி பயன் படுத்தியுள்ளதைக் காணலாம். தமிழ் எழுத்தாகிய 'அ' கரம் எட்டையும், 'உ' கரம் இரண்டையும் குறிக்கும். எனவே இந்த அகர உகரத்தையே, எட்டென்றும் இரண் டென்றுங் கூறுவர், ஆனமீகத்துறையில்.

'அரைகுவேன் அகாரமது சிவமதாச்சு
ஆச்சரியம் உகாரமது சத்தியாச்சு
சுந்தரானந்தர் சிவயோக ஞானம்

'எட்டும் இரண்டும் அறிவால் அறிந்தபின்
எட்டும் இரண்டும் இலிங்கம தாமே—திருமந்திரம்

இவை இங்கு சிவசத்தி வடிவான பரம்பொருளை குறிக்கும் சித்தர் நூல்களில் அகார உகாரமென்பது சிவ சத்தியை குறிப்பதோடு, அண்ட பிண்டம், உடல் உயிர், ஆண் பெண் சரக்குகள், கார சார சரக்குகள், மற்றும் இதுவே வாசியோகத்தில் சூரிய கலை சந்திர கலையையும் வகார வித்தைக் குதவும் முப்புவில் அண்டக்கல் பூநீறு என்றும் கூறுவர். இவ்வாறு சித்தர் கலையிலும், மற்றும் ஆன்மீக துறையிலும் எதையும் எவரும் எளிதில் அறியாதபடி

பரிபாஷையாகவே கூறப்பட்டுள்ளது. வாசி யோகத்தில் 16 கலைகளைக் கொண்ட சந்திர கலையில் மூச்சை இழுத்து, அதில் கால் எனும் நான்கு கலைகளை விழுங்கி, மீத முள்ள 16 கலைகளை சூரிய கலையாகிய 12 கலையில் சேர்த்து ஊத, சந்திரன் என்ற கலை தேய்ந்து சூரிய கலையிலேயே மூச்சு என்றும் நிற்கும். இதுவே காய சித்தி.

உண்ணுவது மதி தேய்ந்து ரவியில் சேர்ந்தால்
உன் தேகம் அழிவதில்லை பிரகாசிக்கும்

—நந்தீசர் கருக்கிடை.

இவ்வாறு அகார உகாரமெனும் எட்டும் இரண்டும், மருந்து மட்டுமின்றி, முப்பு, வகாரம், யோகம், ஞானம், வாசிநிலை போன்ற அனைத்துக்குங்கூறப்பட்டுள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது.

திருக்குறளின் முதற் பாடலாகிய 'அகர முதல வெழுத் தெல்லா மாதி; பகவன் முதற்றே யுலகு'—எனும் கடவுள் வாழ்த்து கூற வந்தவர், அகரமாக, முழு முதலாக, எல்லாம் வல்ல, ஒருவனாகிய அவனே அண்டமெனும் உலகாயும், பிண்டமெனும் சீவனாயும் வியாபிக்கும், திரிபுடி எனும் அண்ட பிண்ட ஒருங்கிணைப்புத் தத்துவத்தையே ஆதி முதலென அமைத்து, இங்கு இறை வணக்கங் கூறுகின்றார். மற்றும் 'ஆரும் அறியார் அகாரம் அவனென்று' எனத் திருமூலரும், 'அகரமுமாகி அதிபனுமாகி' எனத் திருப் புகழும்; 'அகமான திவ்வுடல் அட்டமக் கூறு' என இராம தேவரும்,' எழுந்தகரம் போல்வான் இறை' என முது மொழியுங் கூறுவதற் கொப்ப, எண் குணந்தான் எனும் இறைவனே எண் சாண் உடலினில் எழுகின்ற உயிர் மூச் சாயும் இயங்குகின்றான் என்பதே இதன் மெய்ப்பொருள். மற்றும் மனிதனது உயிர் மூச்சானது உடலினுட் செல்லும் போது முதலில் மூக்கு துளை வழியே புகுந்து, சற்றே சுழிந்து சுழி முனையயடைந்து, பின்னர் முதுகின் வீணாந்தண்டி னூடே மூலாதாரம் வரை சென்று முட்டிப் பின்னர் மீண் டுஞ் சுழி முனைக்கே வந்து, இறுதியில் இரு செவிப்புறமாக

பாய்ந்துச் செல்வதாகவும், இத்தகைய இந்தப் பிராணக் கலையின் இயக்க வரிவடிவே அ-கர மென்ற உயிர் முதலெழுத்தின் வடிவமானதென்பதும் சித்தாந்த தத்துவம்.

மற்றும் சித்த மருத்துவத்தில் 'உணவே மருந்து, மருந்தே உணவு' என்பதும் ஓர் சிறப்புத் தத்துவம். நாம் உண்ணும் உணவானது இனிப்பு, உப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு கைப்பு, என்னும் அறுசுவைகளையுடையது. இந்த ஆறு சுவைகளும், முறையே மனித உடலிலுள்ள தசை, எலும்பு, கொழுப்பு இரத்தம், உமிழ்நீர், நரம்பு எனும் நாதுக்களை சார்ந்துள்ளதென்றும் எனவே இந்த ஆறு வகை தாதுக்களின் மிகுதல் முதலிய வேறுபாட்டினால் உண்டான விளைவுகளைக் கண்டு அதற்கேற்ப அதற்குரிய சுவைகளை கூட்டியோ குறைத்தோ உணவில் அருந்தி வருநல் நன்மை பயக்கும். இது போலவே முக்குற்ற வாயிலாகவும் துவர்ப்பு உப்பு. இனிப்புச் சுவைகள் முறையே வாத பித்த கபத்தினை விருத்தி செய்தல், புளிப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, சுவைகள் முறையே வாத பித்த கபத்தினை குறைத்தல் தன்மையுடையதால் நமது உடலில் காணும் முக் குற்ற விகர்பங்களுக்கு ஏற்ப அந்தந்த சுவையுள்ள உணவுகளைக் கூட்டியோ குறைத்தோ அருந்தி வருதல் திரிதோடங்களை தத்தம் நிலையில் இருக்கச் செய்வதுடன், பிணிகளின் வீரியத்தினையும் தணிக்கும் வாய்ப்பும் உண்டாகும் என்பதாம்.

மற்றும் சாதாரணமாக நாம் நமது உணவு தயாரிப்பதில் உருசிக்காகவும், காரசாரமாக இருக்கும் பொருட்டும், மணத்திற்காகவும் அவற்றில் கடுகு, மிளகு, சீரகம், சுக்கு, ஏலம், பெருங்காயம், இலவங்கம், இலவங்கப்பட்டை, சோம்பு, தனியா, மிளகாய், பூண்டு, இஞ்சி, கொத்துமல்லி கீரை, புதியனா, கறிவேப்பிலை, வெந்தயம், வெங்காயம்: கசகசா, தேங்காய், தக்காளி, கீரைவகைகள், காய்கறிகள், பருப்பு வகைகள், பழ வகைகன் பால், மோர், நெய் தேன். வெல்லம் போன்ற பொருட்களை அன்றாட வாழ்விலே பயன்படுத்தி வருகின்றோம். இவைகளே ஒரு வகையான கூட்டுக் கலவை மருந்தாக அமைந்து விடுவதால் இவைகளே

பெரும்பாலும் வாதாதி முக் குற்றங்களைத் தன்னிலைப் படுத்தி, பிணியாதி துன்பங்கள் வாராது உடலைக் காத்து வளர்த்து வருவதால் உணவே மருந்தாக அமைந்து விடு கின்றது.

ஓர் இயந்திரம் இயங்கஎப்படி எரிபொருள்தேவையோ அதுபோல இந்தப் பிண்டமாகிய மனித உடலும் இயங்க அதற்கு எரிபொருளாய் அமைந்துள்ளதுதான் நாம், உண்ணும் உணவு.

'உண்டி கொடுத்தார் உயிர் கொடுத்தாரே
உண்டி முதற்றே உணவின் பிண்டம்,

எனப் புறநானூற்றில் கூறியபடி நாம் உண்ணும் உணவே உடலைப் பேணி உயிரைக் காத்து, உணர்வைப் பெருக்கி வருகின்றது. இங்கு உணவெனப்படுவது உண்ணும் உணவு மட்டும் அல்லாது, அருந்தும் நீர், மற்றும் சுவாசிக்கும் காற்றும் ஆகும் என்பதை மறந்து விடக் கூடாது.

''வாயுவை இரையாக்கி வாங்கியுண்டே' எனப் பாம் பாட்டி சித்தர் கூறியபடி நாம் உணவாக ஏற்கும் காற்று நீர், வெப்பத்தைத் தரும் உணவு எனும் இந்த முச்சக்தியை உள்ளடக்கிய உணவே உயிர் சத்தாக மாறி இரத்தத்தில் கலத்து. இந்த இரத்தம் எனும் உயிர் தாதுவே உடலிலுள்ள உயிரணுக்களை போஷித்து உய்விக்கின்றது. இவ்வியக்கமே அகச் சூழல் எனவும், இதைப் போலவே மனித உடலும் அதைச் சூழந்துள்ள சுற்றுப்புற சூழலும் புறச் சூழலாக அமைகின்றது. அகச் சூழலிலே இரத்தம் உயிர் சக்தியாக அமைவது போல, புறச் சூழலில் நாம் சுவாசிக்கும் மூச்சுக் காற்று உயிர் சக்தியாக அமைகின்றது.

அண்டவெளி காற்றிலுள்ள பிராணன் என்ற வாயுவே நம் சுவா சத்தின் வாயிலாக உட்சென்று உயிர் மூச்சாய மைந்து உயிரை வளர்த்து வருகின்றது.

'ஆயுளின் எல்லையது வாயிவினாலே'—என்பர்.

ஒரு மனிதனுடைய ஆயுட் காலம் அவன் சுவாசிக்கும் காற்றில் உள்ள பிராணக் கலைக்கு ஏற்ப அமையும் என்பதாம். வானத்தில் இயங்கும் சூரிய சந்திரர்களைக் கொண்டு எவ்வாறு காலத்தின் கணக்கை நிர்ணயிக்க முடிகிறதோ அது போலவே மனித சுவாசத்தில் சூரிய கலை, சந்திர கலை எனும் சுவாசக் கலைகளின் இயக்கத்தைக் கொண்டு ஓர் மனிதனின் ஆயுட் காலத்தையும் கணிக்க முடியும் என்பது சித்தர்களின் கருத்து. ஒரு மனிதன் தினசரி, அதாவது 24 மணி நேரத்தில் 21600 முறை சுவாசிப்பதாகவும் இதில் ஒவ்வொரு முறை சுவாசிக்கும் போதும் 4 பிராணக் கலை அழிவு பெறுவதாகவும், இந்த அழிவைத் தவிர்க்கும் உபாயமறிந்து முறைப்படி சுவாசித்தால், ஆயுட் காலத்தை பல நூறாண்டுகள் கூட நீட்டிக்க முடியும் என்பது சித்தாந்தம். வலது நாசியிலியங்கும் மூச்சுக்கு சூரிய கலையென்றும், இடது நாசியிலியங்கும் மூச்சுக்கு சந்திர கலை எனவும், இவை ஒவ்வொன்றும் முறையே 12, 16 கலைகளைக் கொண்டதென்றும்; இவைகள் கால தேச வர்த்தமானத்திற்கேற்ப மாறி மாறி இயங்குமென்றும், இத்தத்துவத்தின் மெய்ப் பொருளைக் கண்டறிந்து தக்க குரு மூலம் உண்மையறிந்து பிராணாயாமம் போன்ற மூச்சுப் பயிற்சிப் பழக்கத்தை மேற்கொண்டால் ஆயுட் பெருக்க முண்டாகும் என்பது சித்தர்கள் கண்ட உண்மை. இதை யாரும் மறுக்க முடியாது. தற்கால விஞ்ஞான உலகம் இக் கருத்தினை ஏற்கத் தயங்கலாம், ஆனால் என்றாவது ஓர் நாள் உலகம் இந்த உண்மையைப் புரிந்து இக்கருத்தினை ஏற்றே தீர வேண்டும்.

இத் தத்துவத்தின் அடிம்படையில் எழுந்ததுதான் நாடி கலையாகும். எண்வகைத் தேர்வில் ஒன்றான நாடி, சித்தர் கலைக்கே உரிய ஓர் சிறப்புத் தத்துவமாகும்.

'அ என்ற அட்சரத்தில் நாடி தோன்றும்'
'உந்தி முதலாக ஓங்காரத் துட்பொருளாய் நின்றது
நாடி நிலை'

'நாடி யறிந்தோர் நமனையறிவார்'

நாடிக் கலையின் சிறப்புக்கு இவைகள் ஓர் நல்ல எடுத்துக் காட்டு.

சித்தர்கள் நாடிக்கலையிலும் வல்லுணர்களாக விளங்கி இருந்தனர். ஆனால் சித்தர்களின் நாடிக் கலைக்கும் தற்கால நவீன மருத்துவ நாடிக்கலைக்கும் மாறுபாடுண்டு.

நாடி என்பது சித்தர்களின் கருத்துப்படி நாளத்தில் காணப்படும் துடிப்பை மட்டும் குறிப்பதோடுநில்லாமல் அது உடல் தழுவிய உள்ளார்த்த உயிர் நிலையைக் குறிக்குமென்பதாம்,

மனித உடலிலே பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை இடைவிடாது இயங்கி வருவது மூன்று. அவை மூச்சு, வெப்பம், நாடித்துடிப்பு, இவை மூன்றே உடலில் உயிர் நிலைத்து நிற்பதற்குக் காரண காரியமாகவும் அமைந்துள்ளது. இம் மூன்றே அண்டத்திலுள்ள காற்று, தீ, நீர் எனும் மூச்சக்தியாயும், இவைகளே மனித உடலில் பிரதி பலிக்கும்போது வாத பித்த கபம் எனும் முக்குற்றங்களாயும் அமைகின்றது, இத்தத்துவங்களை எல்லாம் உள்ளடக்கி உடல் தழுவிய உயிரோட்டமாய் இயங்கி வருகின்ற இரத்தமே உயிர்தாது எனப்படும், இந்த உயிர் தாதுவின் இயக்கமே உயிர் நாடியாகும். எனவேதான் மனிதனின் உயிர் நிலையை அளக்க, இரத்த நாளத்தில் காணப்படும் துடிப்பாகிய நாடி நடையின் சில நுண் இயக்க நிலைகளைக் கொண்டு, நோய், நோயின் மூல காரணம், முக்குற்றவிகற்பம், நோயின் சாத்தியாசாத்தித்ம், மற்றும் உயிர்நிலையின் தன்மை முதலியவைகளைக் கொண்டு கண்டறிதலே சித்தர்கள் நாடித் தத்துவமாகும். இதில் நாடி சோதிப்பதில் நாடி நடையின் நுண் இயக்கத்தை, முன் பாய்ச்சல், பின் பாய்ச்சல், இடப்பாய்ச்சல், வலப்பாய்ச்சல் போன்ற பல வகையாகப் பகுத்துணர வேண்டும் இது எல்லோருக்கும் எளிதில் வந்து விடாது, உற்றதோர் குருவின் துணையும் உள்ளார்ந்த ஞானமும், அனுபவமும், நெடுநாள் பழக்கமும் மனத்திறனும் தேவை.

நாடி பார்ப்பதை விணையின் பாசிப்பதற்கு ஒப்பிட்டு கூறுவர். விணையாகிய கரத்தில், தத்திகளாகிய நாடி நரம்புகளை, விசையாகிய இருதயம் இயக்க, மூச்சுக் காற்றும் அத்துடன் ஒத்து இயங்கி நிற்க, நாத இசை போன்ற நாடித் துடிப்புகள் உருவாக, விணையின் தந்தி களில் விரலோட்டுவதற்கொப்ப, நாடியில் விரல்களை அழுத்தியும் தளர்த்தியும் பல கோணங்களில் விரல்களைத் தழுவ விட்டு, அனுபவத்தாலறிய விணையின் சப்த ஸ்வரங் களும் எண்ணற்ற இராகங்களும் எழுவது போல, நாடித் துடிப்பின் நுண் இயக்கத்தால், முக்குற்ற விகற்பம், சப்த தாதுக்களின் நிலை, மற்றும் இவைகளால் எழுந்த பிணி யாதி துன்பங்களையும் உணர முடியும், 'உடலுறு பிணி யைக் காண உற்றதோர் தேர்வு எட்டு' என நாடி, ஸ்பரிசம் நீர், நிறம், மொழி, விழி, மலம் மூத்திரம் எனும் எண் வகைத் தேர்வுகளில் நாடியே சிறந்த தேர்வாகச் சித்தர்கள் கையாண்டு வந்தனர். இவ்வாறு நாடி என்பது சித்தர் கலையின் ஓர் சிறந்த தத்துலமாகும்.

மனித உடலுக்கு 'மெய்' என்று பெயர். மெய் என் றால் உண்மை, சத்தியம், என்றும் நிலைத்து நிற்பது என்ற பொருள். ஆனால் பிறந்தவன் இறப்பதும், இறந்தபின் பிறப்பதும் உலக நியதி. இவ்வாறு அநித்தியமான அழியக் கூடிய இந்த தேகத்தை மெய் என அழைத்து ஏன்? மற்றும் இறப்பதும், பிறப்பதும், உறங்குவதும் விழிப்பது போல எனக் கூறிகின்றார் வள்ளுவர். இந்த உடலுக்கும் உயிருக் கும் உள்ள தொடர்புதான் என்ன? உடலோ அழியத்தக்கது உயிரோ அழியாதது. இவ்வாறு உருவமுள்ள, அழியத் தக்க, அநித்தியமான, காரணமாயமைந்த உடலுக்கும், உருவமற்ற அழியாத் தன்மை வாய்ந்த நித்தியமாக, காரிய மாகிய உயிருக்கும் மாறுபட்ட முரன் பாடான தன்மை உண்டெனினும், இவை இரண்டும் தனித்து இயங்கமுடி யாது. உடலின்றி உயிரும் உயிரின்றி உடலும் இயங்கி வா முடியாது, இது இயற்கையின் நியதி. இந்தப் பூதவுடல் அழியுங்காலத்து. அதனுள்ளேயிருந்த சூக்கும காரண உட லான உயிர் எனும்ஆன்மா அழிவதில்லே. அது அதுவாகவே

பாவித்து நிற்குமென்பது ஆகமங்களில் ஒருமித்த கருத்து. மற்றும் ஓர் உயிர்தான் ஒரு உடலோடு சேர்ந்து வாழ்ந்த காலத்து தான் செய்த வினைப்பயனை பிரிதோர் உயிரின் பால் செலுத்தாமல் தானே தன் வினைப் பயனுக்கு ஏற்ப மறுபிறவி எடுக்குமென்றும், இதற்கு மூலகாரணமாயிருப்பது மனம் எனும் அந்தக் கரணமேயாகும், உடலும் உயிரும் இணைந்தபோதுதான் அங்கு உணர்வு உருவாகின்றது. இந்த உணர்வினை உணர்வது மனம். மனதை அடக்கி ஒரு நிலைப்படுத்தி தியான நிலையிலிருப்பதே யோகம், சிந்தையை அடக்கி, அனிமா முதலிய அட்ட சித்திகளையும் அடைந்தவர்களே சித்தர்கள். இவ்வாறு பசி, பிணி. நரை, திரை, மூப்பு, மரணம் போன்றவைகளை தவிர்த்து அழியும் உடலை அழியாது காக்கும் உபாயத்தைக் கண்டவர்களே சித்தர்கள்.

''மனிதனின் உயர்ந்த பொருள் மண்ணிலில்லை
மனந் தெளிந்தால் மனிதரெல்லாம் சித்தராவார்'
'வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்பவர் வானுறையும்
தெய்வத்துள் வைக்கப் படும்'

இவைகள் சிந்திக்கத்தக்கது.

இவ்வாறு பிறவிக்குக் காரணமாயிருக்கின்ற மனதை அடக்கி தூங்காமல் தூங்கிச் சுகம் பெறும் வழியை நாடலானார்கள்.

'விருத்தியும் பலமும் கூடும் விகாரமே மனம் என்பார்கள்
என்கிறது-கைவல்ய நவநீதம்.

மனம் என்பது சிற்சட ரூபம் என்கிறார். அதாவது சிவசத்தி மயமானது, உயிராகிய பரம்பொருள் சிவசத்தி வடிவான இலிக்கவடிவு என்கிறார், திருமூலர். உடம்பினுக்குள்ளே உறுபொருள் கண்டேன் என்கிறார். இவற்றையெல்லாஞ் சிந்தித்துப் பார்க்கும்போது நம் உடலினுள்ளே சுட்புலனுக்கெட்டாத உட்பொருளாய், நுண்ணுயிராய், சீவனாய், பரமாய், அறிவாய், அறிவிட் செறிவாய், சத்து சித்தாய்,

உள்ளார்ந்த ஞானமாய் உள்ள ஒன்றை அறிவதே பிறவியின் பயனெனக் கருதி மனதை உள்முகமாக்கி அழியாத சித்தியைப் பெற்றனர். இவ்வாறு சரியை, கிரியை, யோகம் ஞானம் மூலமாக சித்தி பெறும் வழிகளை நாடலாயினர்.

சிலர் செம்பினுள் உள்ளக் களிம்பைக் போக்க கனலிலுருக்கிக் குளிகையிட்டு பொன்னாக மாற்றுவது போல இந்தஊனுடலினுள்ளே மாய மலங்களைப்போக்க மூலாதாரத்து மூண்டெழுகனலை காலாலெழுப்பி சிவாயநம வெனும் குளிகையிட்டு ஊனுடலை ஞானப் பொன்னுடலாய் மாற்றும் வழியை நாடலாயினர். மற்றும் சிலரோ சக்தி வாய்ந்த மூப்பு, கற்பம் போன்ற மருந்துகளை முடித்து முறைப்படி உண்டு உயிரை வளர்த்தனர். மற்றும் சிலரோ

'சாரப்போ சுவாசத்தை அடக்குகின்ற
சர நிலையை நீயறித்தால் சாவு ஏது?

என்றபடி வாசி நிலை நின்று உடலையும் உயிரையும் வளர்த்து வந்தனர்.

இவ்வாறு சாகாக் கலை எனும் இந்த சித்தர் கலையை வளர்த்தவர்கள் நவகோடி சித்தர்கள் எனவும், ஆனால் நமக்கு இப்போது கிடைத்துள்ளது ஆதாரப்படி பதினென் சித்தர்களேயாகும்.

நந்தியகத் தியர் மூலர் புண்ணாக் கீசர்
நற்றவத்துப் புலத்தியரும் பூனைக்கண்ணர்
கந்திடைக்கா டர்போகர் புலிக்கை யீசர்
கருவூரார் கொங்கணவர் மாகா லாங்கி
சிந்தியமு கண்ண்ரகப் பைப்பாம் பாட்டித்
தேரையருங் ருதம்பையரும் சட்டை முனியும்
செந்தமிழ் சீர் சித்தர்பதி னெண்பர் பாதம்
சிந்தித்த பணியாகச் சேர்ந்து வாழ்த்தே ?

——000——

"சித்த மருத்துவ சிகிச்சா சாரம்"

(~~விரைவில் வெளிவரும்~~)

இணை ஆசிரியர்:

R. சந்திரசேகர்

S/o. Dr. K. இராதாகிருஷ்ணன், L.I.M.

61, துளசிங்கம் தெரு, புதுப்பேட்டை,
சென்னை-600 002.