٧٨٦

Strictly Private

பரமரகசியம்

மெஸ்மரிஸ பாடங்கள்

இதனை

பலவைத்திய கிரந்தகர்த்தாவாகிய

ஹக்கீம்.பா-முஹம்மது அப்துல்லாசாஹிபு

அவர்கள்

தமது

சென்னை முஸ்லிம் அபிமானி பிரஸில்

அச்சிட்டனர்.

1913 ௵

விலை ரூ 10—0—0.

Copyright Registered.

விளம்பரம்.

இதனால் சகலமானவர்களுக்குந் தெரியப்படுத்துவது யாதெனில்:—" மேஸ்மர்ஸ பாடங்கள் " என்ற இக்கிரந்தம், ௧௮௬௭ஹு (௨௫-வது) ஆக்டின் (௨௦-வது) பிரிவில் (௬-வது) விதியின்பிரகாரம் இங்கிலீஷ் இலாகாவாகிய மத்ராஸிலும்,

இன்னும் பிரான்சு இலாகாவாகிய புதுச்சேரியிலும், காரைக்காலிலும் காப்பிரைட் ரிஜிஸ்டர் செய்யப்பட்டிருக்கிறது.

ஆகையால், இக்கிரந்தத்தையாவது, அல்லது, இதை வேறு பாஷையில் மொழிபெயர்த்தாவது, அல்லது, இதில் ஏதேனும் பாகத்தையாவது, என் உத்தரவின்றி ஒருவரும் அச்சிடலாகாது. அப்படி அச்சிட்டால், மேற்கண்ட ஆக்ட்டில் சொல்லியிருக்கிறபடி கோர்ட்டின் மூலமாய் அதனாலுண்டாகும் நஷ்டமனைத்தும் வசூல் செய்யப்படும்.

ஹக்கீம். பா - மூகம்மது அப்துல்லா.

விசேஷவிளம்பரம்.

எம்மால் அச்சிடப்பட்டிருக்கும் கிரந்தங்களின் உட்டில்மேபஜில் அடியிற் கண்டிருக்கின்ற என்னுடைய பெயர் எழுதப்பட்டிருக்கும். அவ்விதப் பெயர் எழுதப்படாத கிரந்தங்கள் மாறுபாடானவையா யிருக்கும்; ஆனதுபற்றி, அப்படிப்பட்ட கிரந்தங்களைக் கொண்டுவந்து கொடுக்குமவர்களுக்கும், அல்லது அப்டிப்பட்ட கிரந்தங்களை வைத்து விற்பனை செய்யுமவர்களைக் காண்பிக்குமவர்களுக்கும் தக்க வெகுமதி கொடுக்கப்படும்.

☞ ஹக்கீம். பா - முகம்மது அப்துல்லா.

மெஸ்மரிஸ புத்தகங்கள்.

மனோவசிய தத்துவம்	...	...	2—0—0
மாணிடவசியம்	...	...	2—8—0
சுவாசமே உயிர்	...	...	1—0—0
பண்டிதை மெஸ்மரிஸா	...	...	1—0—0
அப்பியாச சக்கரம்	...	...	0—5—0
ஹிப்னுடிஸத் தட்டு	...	...	0—8—0
ஞானதரிசனக் கண்ணுடி	...	...	1—0—0
உலோகாதிசய விளக்கம்	...	...	0—8—0

٧٨٦

மெஸ்மரிஸ பாடங்கள்

முகவுரை.

இப்புத்தகத்தை எழுதி வெளிப்படுத்த நேர்ந்த காரணம் பின்வரும் விஷயங்களால் நன்கு விளங்கும்:

நாம் இதுவரையில் மெஸ்மரிஸ சம்பந்தமாக மனோவசியதத்துவம் மானிடவசியம் முதலிய சில புத்தகங்களை வெளியிட்டிருக்கிறோம். அவற்றை ஆயிரக்கணக்கான மனிதர்கள்வாங்கி வாசித்து மெஸ்மரிஸ விஷயங்களைக் கூடியவரையில் சந்தேகமற உணர்ந்ததோடு அநேக புத்திமான்கள் அத்தொழிலில் தேர்ச்சியும் அடைந்துவருகிறார்கள். எனினும், அப்புத்தகங்களில் மெஸ்மரிஸ விஷயங்கள் தனித்தனியான பாடம் பாடமாக இல்லாமல் அத்தொழிலுக்கு ஆதாரமான பல சித்தாந்தங்களுடனும் உதாரணங்களுடனும் சரித்திரங்களுடனும் சேர்த்து விரிவாக எழுதப்பட்டிருப்பதால் சாமானியர் அவற்றை முழுதும் படித்துணர்ந்து விஷயங்களைச் சந்தேகமறத் தெரிந்துகொள்ளும் சக்தியற்றவராய் அத்தொழிலை நேரே கற்றுக்கொடுக்கும்படி நம்மிடம் முறையிடத்தலைப்பட்டனர். அதனால், நேரில் சொல்லும் பிரயாசைக்காக ரூ 50-0-0 வாங்கிக்கொண்டு அம்முறையைச் சிலருக்குக் கற்றுக்கொடுத்து வந்தோம். அப்படிக் கற்றுக்கொடுத்தும் ஏழைகளாயிருக்

கும் பலர் அவ்வளவு தொகை கொடுக்கமுடியாதென் றும் குறைந்ததொகை வாங்கிக்கொண்டு நேரிலாவது கடிதமூலமாக எழுதியனுப்பியாவது ஷை முறைகளைக் கற்றுக்கொடுக்க வேண்டுமென்றும் கேட்டுக்கொள்ளு கின்றனர். இவ்வாறு கேட்டுக்கொள்ளுவோரின் தொகை நாளுக்கு நாள் அதிகப்படுகின்றது. இவர்கள் நோக்கம்போல் தொகையைக் குறைத்தாலும் ஒவ்வொருவருக்கும் பாடம் பாடமாக எழுதியனுப்புவது முடியாத காரியமாகும். ஆதலின், அவ்வகை முறைகளை யெல்லாம் திரட்டிப் பாடம்பாடமாக அச்சிட்டுப் பத்து ரூபா விலையுள்ள புத்தகமாக வெளிப்படுத்தினுல் எல்லோரும் குறைந்த பணச்செலவில் மெஸ்மரிஸத்தொழிலைக் கற்றுக்கொள்ளக்கூடுமென்று நினைத்து அவ்வாறே செய்யத் தீர்மானித்து இதனை வெளிப்படுத்தினேம்.

கடவுள் மனிதர்களை எல்லா ஜீவராசிகளிலும் மேலானவர்களாகப் படைத்திருக்கின்றான். இவர்கள் பிறப்பிலிருந்தே எண்ணிறந்தவியாதிகளும் உண்டாக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்விதமே அந்த வியாதிகளுக்கு எண்ணிறந்த சிகிச்சைகளும் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. நாளுக்கு நாள் நூதன சிகிச்சைகளும் ஏற்பட்டு வருகின்றன. மின்சார சிகிச்சை, சூரிய கிரணசிகிச்சை, வெயில்சிகிச்சை, கண்ணுடி சிகிச்சை, வருணஜல சிகிச்சை, தனிஜல சிகிச்சை, ஆசனப்பீச்சு சிகிச்சை, ஹிப்னுடிச சிகிச்சையாகிய காந்தசக்தி சிகிச்சை, மாந்திரீக சிகிச்சை முதலிய அநேகம் சிகிச்சைகள் நூதனமாக ஏற்பட்டு வருகின்றன. மேற்சொன்ன ஒவ்வொரு கக்ஷிக்காரர்களும் தம்தம் கொள்கையே உத்தமமானதென்றும், வேறெதுவும் அதற்கு நிகராகாதென்றும் பலவித

அத்தாக்ஷிகளையும், பலவித உதாரணங்களையும் எடுத்துக் காட்டித் தம்தம் கொள்கையையே உறுதிப்படுத்துகின்றூர்கள். நாம் மேற்கண்ட விஷயங்களுள் ஹிப்னூடிஸ சிகிச்சை யென்னும் காந்த சக்தி சிகிச்சை, மாந்திரீகசிகிச்சை ஆகிய இரண்டுவகைச் சிகிச்சைகளை இங்குச் சொல்லப்போகின்றபடியால் அவைகளைப்பற்றி இங்குச் சுருக்கமாகவும் கூடியவரையில் விபரமாகவும் எடுத்துப்பேசுவோம்.

மேற்கண்ட காந்தவைத்தியம், மாந்திரீக வைத்தியம் ஆகியவை நம்மனோர்க்கு நூதனமானவைகளெனத் தோற்றப்படினும் இந்தியாவில் பூர்வீகம் தொட்டு நடந்து வருகின்றன. குழையடித்தல், முன்றானை வீசுதல், தண்ணீர் எண்ணெய் பால் முதலியவைகளை மந்திரித்துக் கொடுத்தல் ஆகியவைகளும் காந்த வைத்தியமே. ஆனால், அவற்றின் மர்மம், அவற்றின் இரகசியம் ஆகியவைகள் எல்லோருக்கும் புலப்படாமல் மறைவாகவும், கரவாகவும் வைக்கப்பட்டு வந்தபடியால் மேற்றிசைக்கல்வி விருத்தியாக விருத்தியாக மேற்கண்ட சிகிச்சைகளில் நம்பிக்கைக்குறைவு ஏற்பட்டு நம்மவர் அவற்றைக் கவனிக்காமல் கைவிட ஏதுவுண்டாயிற்று.

இக்காலத்தில் நூதன நாகரீகிகள் அதிகரித்து வருவதால் நம்முன்னோர்கள் மேற்கண்ட விஷயங்களை உள்ளதுள்ளபடியே எடுத்துரைத்து நிரூபித்தாலும் ஷை நூதன நாகரீகிகள் அணுவளவேனும் நம்புவதில்லை. ஆனால், அவற்றையே ஓர் ஐரோப்பிய அமெரிக்க சாஸ்திரி சொல்வாராயின் அந்தக்ஷணமே மனப்பூர்வமாய் முழுநம்பிக்கையோடும் ஒப்புக்கொள்ளுகிறார்கள். மேற்கூறிய காந்தசக்தி வைத்தியம், மந்திரவைத்தியம் ஆகியவைகளைப்பற்றி நம்முன்னோர்கள் எவ்வளவோ

சாஸ்திரங்களை எழுதிவைத்திருந்தும், அதில் பழகின வர் அநேக வகைக் காரணங்களைக் காண்பித்தும் நம் மவர்கள் நம்பாது எல்லாம் சூதும் தந்திரமுமென்று பலவிதமாய் உதாசனித்துவந்தார்கள். ஆனால், ஐரோப்பிய அமெரிக்க சாஸ்திரிகள் இத்தேசத்திற்கு வந்து ஔஷதி சிகிச்சைகளையும், வேடிக்கைகளையும் இன்னும்மெஸ்மரிஸ சாஸ்திரத்தால் செய்யக்கூடிய அநேகம் அற்புதங்களையும் செய்ய ஆரம்பித்ததைப் பார்த்துப் பின்பு அவ்விஷயங்களில் நம்மவர்களுக்கு நம்பிக்கையுண்டாயிற்று.

மேற்கண்ட சக்திகளை விருத்திசெய்து சித்திபெற்ற பெரியோர்கள் அநேகரிருக்கின்றார்கள். ஆனால், அவர்கள் மறைவாக இருக்கின்றார்களே யொழியப்பகிரங்கமாய் வருவதில்லை. தங்களுக்குள்ள சக்தியைப் பூரணமாக வெளிப்படுத்துகிறது மில்லை. இவ்வித சக்தியால் சித்திபெற்றவர்கள் பெரும்பான்மையும் தம் சக்தியைப் பிறர் அறிந்துகொள்ளாத விதமாய் மிகவும் அடக்கமாயிருக்கின்றார்கள். இவர்கள்பேராசையில்லாமலும், இதனை ஜீவனமாக உபயோகிக்காமலும், தம்ஜீவனத்திற்காக ஏதேனும் ஒருதொழிலைஆதாரவாகக்கொண்டிருப்பதால் இவர்களை இன்னசக்தியுடையவர்களென்று அறியக்கூடாமையாயிருக்கிறது. இன்னும் இந்த சக்திபெற்றவர்கள் இதில் தம் தம் மதத்தைச் சம்பந்தப்படுத்திவிடுவதாலும் இந்தமுறை அதிக இரகசியமாய் வைக்கப்பட்டுவருகிறது. இவைபோன்ற காரணங்களாலும் வேறுபலகாரணங்களாலும் இவ்விதசக்தியுள்ளவர்கள் இல்லையெனச்சொல்ல நேரிடுகிறதும் தவிர இது பகிரங்கப்படுவதற்கும் வழியில்லாமற் போகிறது. இந்தச்

சக்தியினுல் சிகிச்சைசெய்து பொருள்சம்பாதிப்பது இங்குப் பாவமென எண்ணப்பட்டு வருகிறது. இன்னும் பொய்வேஷதாரிகளும் ஏற்பட்டுப் பொய், புரட்டு, தந்திரம் முதலியவைகளால் மனிதர்களை ஏமாற்றிப் பொருளைப் பறித்துக்கொண்டுபோய் விடுவதால் எல்லோரும் ஒருவரைப்போலவே மோசக்காரர்கள் எனப் பெரும்பான்மையான நம்பிக்கையும் ஏற்பட்டுவிடுகிறது. ஆனல், மேல்நாட்டார்களோ இந்த நூற்களை ஆராய்ச்சிசெய்து இவற்றிலுள்ள மர்மம் இரகசியம் முதலியவைகள் இன்னனவென்றும், அவைகளை முறைப்படி உபயோகித்தால் அரிய விஷயங்களைச் செய்து முடிக்கலாமென்றும் வற்புறுத்தி வருகின்றூர்கள். இன்னும் இவை அரியவிஷயங்களாகையால் ஒவ்வொன்றிற்கும் தகுந்தபடி பொருள்வாங்கலாமெனவும் அனுமதி கொடுக்கிறூர்கள். இவ்வித அனுமதியிருப்பதால் வைத்தியத்தொழிலைக் கற்றுக்கொள்ளப்பிரயாசைப்படுவதுபோலவே இந்தச்சக்திகளையும் பிரயாசைப்பட்டுவிருத்திசெய்து இதுவும் ஒருவிதத் தொழிலெனச் சிகிச்சை செய்து பணம்சம்பாதித்து வருகின்றூர்கள். நாம் மேலே சொல்லியிருக்கிற விஷயங்களைப் பற்றி நாம் நேரில் கண்டவைகளுள் சிலவற்றை இங்கு உதாரணமாகக் கூறுவோம்.

இச்சென்னையில், ஒருபிரபு, பாண்டு, மகோதரம், கவுசை முதலிய பலரோகங்களால் கஷ்டப்பட்டுக்கொண்டிருந்தார். அவர் சிறந்த பிரபுவாகையால் பிரசித்திபெற்றஆங்கிலேய வைத்தியர்கள், ஆயுர்வேதபண்டிதர்கள், யூனானி அக்கீம்கள் ஆகியவர்கள் தம் தம்மால் இயன்றவரையில் ஒருவர்மாறி யொருவர் சிகிச்சைசெ

ய்துவக்தார்கள். இவ்விதம் சற்றேறக்குறைய ஒன்பது மாதங்கள்சென்றுவிட்டன. வியாதியோ ஓர் எள்ளளவும் குறையாமல், எந்தச் சிகிச்சைக்கும் கைவசப்படாமல் தன்னிஷ்டப்படியே விருத்தியாகிக் கொண்டு வந்தது. பொருட்செலவும் அதிகமாகவேநடந்துவந்தது. முடிவில் மேற்சுவாசங்கண்டு தப்பிப்பிழைப்பதற்கு எவ்வித வழியு மில்லையெனத் தெரிந்து அவர்கள் ஆசாரப்படி வெளித்திண்ணையில் அவரைக் கொண்டுவந்து படுக்க வைத்துவிட்டார்கள். இவ்விதம் அலங்கோலமாயிருக்கையில் ஓர்முகமதியபக்கீர் அங்குவந்தார். அப்படிவந்தவர், அந்த நோயாளியினிடத்தில் சென்று, அவர் முகத்துக் கெதிரில் உட்கார்ந்து, தம் கண்களை மூடிக் கொண்டு, இருபது நிமிஷம்வரையிலிருந்தார். பிறகு அவர்முகத்தை நோக்கி, ஐந்துநிமிஷம்வரையில் கூர்ந்துபார்த்துக் கொண்டிருந்தார். பிறகு தாம் எழுந்து விபூதியைக்கையிலெடுத்துக்கொண்டு சிரசு உச்சியிலிருந்து வலதுபக்கம் காதடி, புஜம், கை, தொடை, முழங்கால், கெண்டைக்கால் முதலியவை மூலமாக வலது கால் பெருவிரல் நுனியில் கொண்டுவந்துகையை உதறிவிட்டார். பிறகு இடது உச்சியிலிருந்து இடது பக்கமாக இழுத்து மேற்கண்ட அவயவங்கள் மூலமாகக் கொண்டுபோய் இடது பக்கக் காற்பெருவிரல் நுனியில் கொண்டுவந்து உதறிவிட்டார். பிறகு தலை உச்சியினடுவிலிருந்து நெற்றிநடு, புருவமத்தி, மூக்கு, வாய், மோவாய்க்கட்டை, மார்பு, வயிறு, நாபிஆகியவைகளின் வழியாக இழுத்து இரண்டு கால் மத்தியிற்கொண்டு போய்க் கையை உதறிவிட்டார். பிறகு நோயாளியைச் சற்றுபுரட்டித் தலையுச்சிமத்தியிலிருந்து பின்புறமாகத்

தலைமூளை, தலைச்சிறுமூளை, முதுகுமுள்ளந்தண்டு ஆகியவைகளின் மூலமாக இரண்டு கால்களின் மத்தியில் பாதம்வரையில் கொண்டுபோய் உதறிவிட்டார். பின்பு எழுந்து நின்று, "நீ மூன்றுமணிக்குள் எழுந்து உட்கார்ந்திருந்து எல்லாவியாதிகளினின்று நீங்கிச் சுகமடைவாய்" என்று சொல்லிவிட்டு, ஏதோ தாம் அவசரமாய்ப்போகிறதாக வெகு பரபரப்புடன் போய்விட்டார். அவர் இப்படிச்செய்யும்போது அவர் தேகம், முகம் ஆகியவைகளெல்லாம்சிவந்து வியர்வை அதிகமாய் ஒழுகிக்கொண்டிருந்தது. அவர்போன நாலைந்து நிமிஷத்திற்குள் இந்தநோயாளிக்குமூத்திரம் வெளிப்படஆரம்பித்தது. ஆரம்பித்த மூத்திரம் கொஞ்சமும் கட்டுப்படாமல் ஒரே தாரையாகப்போய்க்கொண்டிருந்தது. இவ்விதம் ஒருமணி சென்றவுடன் நோயாளிக்கு ஸ்மரணையுண்டாகி வாயைத்திறந்து தாகத்திற்குத் தண்ணீர் வேண்டுமெனக் கையினால் ஜாடை காண்பித்தார். வெறுந்தண்ணீரைக் குடிப்பாட்டுவதைப்பார்க்கிலும் கஞ்சி காய்ச்சிக் குடிப்பாட்டுவது நலமென்று அங்குள்ளார் கருதி, அவ்விதமே செய்ய ஏற்பாடானது. ஐந்து நிமிஷத்திற்கொருதடவை சுமார் இரண்டு மூன்று கிளாஸ் கஞ்சிசாப்பிட்டுவந்தார். மூத்திரமானது கொஞ்சமும் நிற்காமல் ஒரேமாதிரியாகப் பெருந் தாரையாய்ப் போய்க்கொண்டிருந்தது. இவ்விதம் மூன்று மணியானவுடன் தாமே எழுந்து உட்கார்ந்தார். அவ்வயிற்று வீக்கம் தேகவீக்கம் முதலியவைகளெல்லாம் ஒழிந்து போய்விட்டன. தமக்கு எவ்வகை வியாதியும் இல்லையெனவும், கொஞ்சம் துர்ப்பலமாத்திரமிருப்பதாகவும் அவர் சொன்னார். அதன்மேல் அவருக்கு முன்னிருந்த ஸ்தி

தியையும் விளக்கிக்காட்டி இது இன்னாரால் செய்யப்பட்டதென்று அங்குள்ளார்தெரிவித்தார்கள். அவர் உடனே அந்தப்பக்கீர் தமக்குத்தெரிந்தவரென்றும், சமயாசமயங்களில் தாம் செய்துவந்த சிறிய உபகாரங்களுக்குப் பதிலாக இந்தப்பேருபகாரத்தைச் செய்தாரென்றும், அருமையை அறிந்து அதற்குப்பதில்செய்யாவிட்டால் நன்றிமறந்தவனாவேனென்றும், தம் ஆஸ்தியில் அரைவாசியை அவருக்கு எழுதிவைத்து விடுவதாகவும் சொல்லி அவரை அழைத்து வரும்படி ஆளையனுப்பினார். அவர் போனவிடம் தெரியவில்லை. இவ்விசேஷம் தெரிந்தால் ஜனங்கள் தம்மிடம் கூடித்தொந்தரவு செய்வார்களென்று நினைத்தே இவர் இப்படி மறைந்துவிட்டார்.

"உஸ்தாதினு மவுலானு மவுல்வி, ஹலரத், ஷேக் யூசுபு ஆலிம் சாயபு" என்னும் மகாபண்டிதர் அவர்கள் முன்னிலையில் நடந்த ஒரு அரிய விஷயத்தையும் இங்கெழுதுவோம்:

இவர் சென்னை முத்தியால்பேட்டையிலிருந்து கொண்டு அரபிகற்கும் மாணாக்கர்களுக்குத் தர்மத்திற்குக் கல்விகற்பித்து வந்தார். இவர் மகா உத்தமமான குணமுடையவராகையாலும் அனுஷ்டானம் ஆசாரம் முதலியவைகளில் பூரணவெற்றிபெற்றவராகையாலும் சென்னையிலுள்ளவர்களும் மற்றும் புறதேசத்திலுள்ளவர்களும் தினந்தோறும் இவரிடம்வந்துகொண்டிருப்பது வழமை. இவ்விதம் ஒருநாள் கள்ளிக்கோட்டையிலிருந்து உணங்கல் வியாபாரியொருவர் வந்து ஷை மகானிடத்தில் சம்பாஷித்துக்கொண்டிருந்தார்.

இது நிற்க; இங்குள்ளஇராஜபரம்பரையில்கன்னிப்பருவமுள்ள ஒருபெண்ணுக்கு (ஜின்) என்னும் ஒரு

பெரிய தேவதை பிடித்துக்கொண்டு, நிருவாணமாய்ப் போதல், கண்டவர்களை அடித்துத்தொந்தரவுசெய்தல் அழுதல், புலம்புதல், வெளியில்ஓடஎத்தனித்தல் முதலிய பலவிததொந்தரவுகள் உண்டாயிருந்தன. இதை முன்னிட்டு அந்தப்பெண்ணை ஓர் அறையில் வைத்துப் பூட்டியிருந்தார்கள். இதற்காக அக்குடும்பத்தார் மலையாளம் முதலிய பலஊர்களிலிருந்து பேர்போன பலமந்திரவாதிகளை வரவழைத்துச் சிகிச்சைசெய்து வந்தார்கள். அவ்வாறு சிகிச்சைசெய்து வந்தும் ஒவ்வொருவரும் அவமானமடைந்து போனார்களே தவிர ஒருவரும் வெற்றிபெறவில்லை. அந்தக்குடும்பத்தார் எவ்வளவோ பணத்தைச் செலவிட்டும் எவ்வளவோ பிரயாசைப்பட்டும் மேற்கண்டபடி பிரயோசன மில்லாமற் போய்விட்டபடியால், ஷை மகானிடம்வந்து, அங்குள்ள சங்கதிகளை ஆதியோடந்தமாகச் சொல்லி அதற்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்யும்படி அதிக விநயமாய்க் கேட்டுக்கொண்டார்கள். ஆனால், அம்மகான், அந்தப்பெண்ணிற்காக அதிகப் பரிதாபப்பட்டு, தம்மால் அந்தக்காரியம் முடியக்கூடாததாயிருந்தபடியால் ஒன்றுஞ்செய்யவியலாமல் வருந்தினார். வந்தவர்கள் எழுந்துபோகாமல் அவ்விடத்தில் முகவாட்டத்துடனிருந்து ஏதேனும் செய்யத்தான் வேண்டுமென்று அம்மகானை வேண்டிக்கொண்டார்கள். அப்போது அங்கிருந்த ஷை கள்ளிக்கோட்டை வியாபாரிமாந்திரீகத்தில் தேர்ந்தவராயிருந்தபடியால் அம்மகான் அப்பெண்ணிற்கு உதவிசெய்ய வேண்டுமென்ற எண்ணமிருந்தும் அவ்வாறு செய்ய முடியாமல் கவலையுறுவதையும், வந்தவர்கள் வருந்துவதையும் நோக்கித்தாம் மந்திரபலத்தால் அத்தேவதையை நீக்கி வந்தவர்களுக்கும் ஷை மகானுக்கும் திருப்திசெய்ய நினைத்து, உடனே கண்ணைமூடிக்கொண்டு சிறிதுநேரம் ஜெபம்செய்து பின்னர்வந்தவர்களை நோக்கி, "அப்பெண்ணைப்பிடித்திருந்த தேவதைநீங்கி அவள்

சௌக்கியமடைந்தாள்; நீங்கள் கவலையின்றிப்போகலாம்'' என்று கூறி ஷை மகானிடத்திலும் அப்பெண் சௌக்கியமடைந்து விட்டாளென்று உறுதிசொன்னார். அதன்மேல் வந்தவர்கள் வீட்டிற்குச்சென்று பார்க்க அப்பெண் அத்தேவதையால் நேர்ந்த துன்பமெல்லாம் நீங்கி ஸ்நானம் முதலியவைசெய்து, சௌக்கியத்தோடிருந்தாள். அதைக்கண்டவுடனே அவர்கள் ஷை கள்ளிக்கோட்டை வியாபாரியையும் மகானையும் கொண்டாடித் தாம்பூலம், பழவர்க்கம் முதலியவைகளை ஒருதாம்பாளத்தில் வைத்து அதனடுவில் 500 ரூ. நோட்டுக்களை வைத்துக்கொண்டு வந்து, ஷை வியாபாரிக்குக் கொடுத்தார்கள். இதைக்கண்ட கள்ளிக்கோட்டை வியாபாரி உடனே எழுந்து நின்றுகொண்டு, ''இவைகளை என் கண்ணாலும் பார்க்கமாட்டேன், ஒருபைசாவும் வாங்கமாட்டேன், இப்படிச் செய்வது என்விரதத்திற்கு முற்றும் விரோதமானது, வேண்டுமானால் ஏழைகளுக்குத் தானதருமங்கள் செய்து விடுங்கள்'' என ஒரேபிடிவாதமாய் மறுத்துவிட்டார். அதன்மீது அவர்கள் அவற்றை எடுத்துக்கொண்டுபோய்அவர்சொற்படி ஏழைகளுக்குத் தானதருமம் செய்து விட்டார்கள். இஃதொரு கதையன்று; நேரில் பார்த்த விஷயம்.

பர்ஸனல்மாக்னடிஸ்ம் (பிராணிகளை வசப்படுத்தல்) இதற்கு நம்மவர்கள் வசியம் எனச் சொல்கிறார்கள். இந்த விஷயமாக நாம் நேரில் கண்டதை இங்கெழுதுகின்றோம்.

பொன்னேரிக்கடுத்த ஒரு சிறிய கிராமத்தில் ஒரு பிராமணனும், அவர் பெண்சாதியும் மூன்று மூன்றரை வயதுள்ள ஒரு ஆண் குழந்தையும் வசித்து வந்தார்கள். ஒரு நாள் காலை எட்டுமணி நேரத்துக்கு அந்த பிராமணன் ஏதோ தன் சொந்தவேலையாக வெளியிற் போய் விட்டான். அவன் பெண்சாதி ஸ்நானம் செய்வதற்காக அவ்வூரிலுள்ள குளத்துக்குப்போய்விட்டாள்.

குழந்தை மாத்திரம் வீட்டின் முன்பக்கத்திலுள்ளவாசலில் விளையாடிக்கொண்டிருந்தது. அப்போது அங்குள்ளபுற்றுக்களில் ஒன்றிலிருந்தசர்ப்பமானது வெளிப்பட்டு அந்தக் குழந்தையின் கால் பெருவிரலில் தீண்டிவிட்டுத் தன்வளைக்குட்போய் விட்டது. அக்குழந்தைக்கு ஐந்து நிமிஷத்திற்குள் விஷம் தலைக்கேறி மூர்ச்சையாகி, அது தெருவில் விழுந்துகிடந்தது. தெருவழியாகப் போகிறவர்களும் வருகிறவர்களும் ஒவ்வொருவராகச் சேர்ந்து பெருங்கூட்டமாகிவிட்டது. அக்குழந்தை பிணமாய்க்கிடக்கும் சங்கதி ஸ்நானம்செய்யப்போன தாயாருக்குத்தெரிந்து உடனே இங்குவந்துவிட்டாள். வெளியிற் போயிருந்த தகப்பனுக்கும் சங்கதிதெரிந்து வந்துவிட்டான். தாயும் தகப்பனும் நிலத்தில் புரண்டு அலறி யழுதுபுலம்பினார்கள். அவர்கள் படுங்கஷ்டத்தைக்கண்ட ஒவ்வொருவரும் தாங்களும் அழுது விசனமுற்றார்கள். இவ்விதம் கலக்கமுற்றிருக்கையில் வழிப்போக்கரொருவர் அங்குவந்து சங்கதியைவிசாரித்துத் தாய் தந்தையர்படும் பாட்டைப் பார்த்துத்தாமும் விசனப்பட்டு, உடனே அவர் அந்தக்குழந்தையினிடத்தில் வந்து உட்கார்ந்துகொண்டு, கண்ணைமூடி ஏதோமந்திரம் ஜெபித்தார். ஐந்து நிமிஷத்திற்குள் ஒரு பாம்பானது அங்குள்ள புற்றுக்களில் ஒன்றிலிருந்து புறப்பட்டு அந்தக்குழந்தை கிடக்குமிடத்தில் வந்து நிசப்தமாய்க் கிடந்தது. உடனே அந்தமந்திரவாதி அந்தப் பாம்பைப்பார்த்து, "விஷத்தை உறிஞ்சிக்கொள்" என்று அதற்குக் கட்டளையிட்டார். அது சிறிது நேரம் மனமில்லாதது போற்கிடந்து பிறகு அதட்டிச் சொல்லவே கடித்த விடத்தில் வாயை வைத்து உறிஞ்சினது. உடனே இரண்டு மூன்று நிமிஷத்தில் பையன் எழுந்து பேசஆரம்பித்தான். அதன்மேல் இந்தப் பாம்பை மந்திரவாதி ஒன்றுஞ்செய்யாமல், "நீ இனி ஜீவராசிகளைக் கடியாதே, உத்தரவை மீறிக்கடித்தால் நீ உடனே

கிழிபட்டுப் போவாய்” என்று உத்தரவிட்டு அதனைப் போகும்படி சொன்னார். உடனே அந்தப்பாம்பு தன் வளைக்குள் மெதுவாய்ப்போய்விட்டது. இந்தச்சம்பவத்தைக் கண்ணுற்றவர்கள் இன்னும் அநேகரிருக்கின்றார்கள்.

இத்தகைய விஷயங்கள் தெரிந்த அநேகரை நாம் பார்த்து மிருக்கிறோம், நம்பிக்கையுள்ளவர்கள் மூலம் கேட்டுமிருக்கிறோம். இத்தகைய விஷயங்களைக் கண்டவர்களும் அநேகரிருக்கின்றார்கள். ஆகையால், காந்த சக்தி, மாந்திரீகசக்தி ஆகியவைகளில் பூரண தேர்ச்சியடைந்தவர்களுள் பலர் இருக்கின்றார்களென்பது நிச்சயம். ஆனால், அவர்கள் அவற்றை மறைவாக வைத்திருப்பவர்களாகவும், இதனை ஒருஜீவனமாக உபயோகிக்காமல்ஏதோசமயாசமயங்களில் செய்பவர்களாகவு மிருக்கின்றார்கள். இன்னும் யானை முதலிய பிராணிகளை மந்திர பலத்தால் வரவழைக்கக்கூடியமந்திரவாதிகள் அநேகரை இலங்கை முதலிய புறதேசங்களில் இன்றும் காணலாம்.

ஆக்கல், அழித்தல், காத்தல் முதலிய எல்லாச்சக்திகளும் சகலவல்லமையுள்ள கடவுளுக்கே தகும். இன்னும் ஒவ்வொரு விஷயங்களிலும் பிரதானமான சக்திகளைத் தாமே உடைத்தாயிருக்கினும் சில சக்திகளை நமக்கும் கொடுத்திருக்கிறார். அந்தச் சக்திகளுள் காந்த சக்தி,மாந்திரீகசக்தி, ஆகியவைகளும்சேர்ந்தவைகளே. ஆனால், இந்தச் சக்திகளை எவ்விதம் நாம் விருத்திசெய்துகொள்ள வேண்டும்? எவ்விதம் நாம்வியாதிகளுக்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்யவேண்டும்? எனத்தெரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்யாமலிருப்பதே நம்மீதுள்ள பெருங்குறை. நம்மவர்கள் மேற்கண்ட வாறு அரிய சிகிச்சைகள் செய்தபோதிலும் அவற்றின் மர்மங்களையும்

இரகசியங்களையும் மனம்விட்டு வஞ்சனை யின்றிப் பிற ருக்குச் சொல்லுகிறதுமில்லை. பெரும்பாலாருக்கு அந்த விஷயம் தெரியாமலே யிருக்கும். "இந்த மந்தி ரத்தை இத்தனை தடவை உருப்போடு, அதனை இன்ன விதம் செய்" எனக்கட்டளையிட்டபடி செய்வார்களே யொழிய ஏன் உருப்போடவேண்டும் என்றும், ஏன் அப்படிச் செய்யவேண்டுமென்றும் ஆராய்ந்து விஷயத் தைத் தெரிந்து கொள்ளமாட்டார்கள். உதாரணமாகக் குழையடிப்பதை எடுத்துக்கொள்வோம்: குழையடிப் பதற்காக ஏதோ ஒருமந்திரத்தை இலட்சந்தடவை ஏன் உருப்போடவேண்டும்? குழையடிப்பதற்கு வேப்பிலை, அல்லது இதுபோன்ற கசப்பான இலை ஏன்வேண்டும்? அதனை அடிக்கும்போது அடிப்பவன் ஸ்நானம் செய்து அல்லது வாய், முகம், கைகால் முதலியவைகளைக் கழுவி ஏன்சுத்திசெய்து கொள்ளவேண்டும்? குழை யடிக்கும்போது குழையை ஏன் சுழற்றிச் சுழற்றி அடிக்கவேண்டும்? இவ்விதம் சுழற்றிச்சுழற்றிச் சற்றுநேரம் அடித்தபின்பு அதனைக் கீழிறக்கி ஏன் உதறவேண்டும்? இவ்விதம் மூன்றுதடவை அல்லது ஐந்துதடவை ஏன் அடித்து உதறவேண்டும்? குழையடித்து முடிந்த பின்பு அந்தக் குழையை முறித்துக் கால்மிதி படாத விடத்தில் ஏன் போடவேண்டும்? குழையடிக்கும்போது அந்த இடத்தை ஏன் உற்றுநோக்கவேண்டும்? இப்போது குழையடித்து வருவோரிடம் இக்கேள்விகளைக் கேட்டால் அவர்களுக்குத் தகுந்த விடையளிக்கத்தெரியாது. நமது நூதன நாகரீகிகளும், மேற்கண்டவைகளின் மர்மம் தெரியாதவரையில் அவற்றை நம்பார்கள். இவற்றுள்ஒவ்வொன்றிலும்ஒவ்வொரு இரகசியம்

அடங்கியிருக்கிறது. மேற்றிசைச் சாஸ்திரிகள் மேற்கண்டவைகளின் மர்மங்களையும் இரகசியங்களையும் வெளிப்படையாகத் தெரியப்படுத்தியிருக்கிறார்கள். அவ்வாறு வெளிப்படுத்தினபின்பே மேற்கண்ட இருதாரத்தாரும் இவை உண்மையானவைகளென அங்கீகரித்து நம்புகின்றார்கள். குழையடிப்பவர்களுக்கு இந்த இரகசியங்கள் புலப்படாதிருப்பதை முன்னிட்டு அவர்கள் சிலவேளை நம்பிக்கையுடனும் சிலவேளை அவநம்பிக்கையுடனும் செய்ய நேரிடுகிறபடியால், சிலவேளை ஜெயமும் சிலவேளை அபஜெயமுமுண்டாகிறது. மேற்றிசைச்சாஸ்திரிகளின் நூல்கள்மூலம் மேற்கூறிய மர்மங்களையும் இரசியங்களையும் நன்றாய்த் திருத்தமாகத்தெரிந்துகொண்டால் இவற்றைப் பூரணநம்பிக்கையுடன்செய்து, தவறாமல் ஜெயம்பெற ஏதுவாகும். அந்த மர்மங்கள் இரகசியங்கள் ஆகியவைகளையெல்லாம் இந்த "மெஸ்மரிஸ பாடங்கள்,, என்னும் நூலில் ஆங்காங்குத்துலக்கமாகக்காணலாம்.

இப்புத்தகத்தில் மெஸ்மரிஸத் தொழிலின் முறைகளெல்லாம் பாடம்பாடமாக எவருக்கும் சந்தேகமுண்டாகாத விதத்தில் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன; ஐம்பது ரூபாக்கொடுத்து நம்மிடம் நேரில் எவ்வளவு தொழில்கற்றுக்கொள்ளக்கூடுமோ அவ்வளவு தொழிலையும் பத்து ரூபாக்கொடுத்து இப்புத்தகத்தை வாங்கிப்படிப்பதால் தெரிந்துகொள்ளலாம். அமெரிக்கரிடத்தில் இந்தியாவிலிருந்து இத்தொழிலைக் கற்றுக்கொண்டவரெல்லோரும்நேரில்போய்க்கற்றுக்கொண்டதில்லை. ஒவ்வொருவரும் இப்படிப்பட்ட பாடபுத்தகங்களை (Corresporce Course) வரவழைத்தேபடித்துணர்ந்து அத்தொழிலைக்

கற்றுக்கொண்டிருக்கிறார்கள். அதுபோலவே இனித் தமிழ் நாட்டாரும் நம்முடைய "மேஸ்மரிஸ பாடங்கள்" என்னும் இப்புத்தகத்தின் உதவியைக்கொண்டு மெஸ்மரிஸ வித்தையை முறையாகக் கற்றுக்கொள்ளலாம். இதிலடங்கிய விஷயங்களை அமெரிக்கர் ஐரோப்பியர் முதலியவர்களிடத்திற் கற்றுக்கொள்வதானால் நூற்றுக்கணக்காக ரூபா செலவாகும். இன்னும் இதில், நம்மீது அன்புகூர்ந்து ஒருமகானால் உபதேசிக்கப்பட்ட இந்திய ஹிப்னடிஸம் என்னும் முறையையும் 6-ம் பாடத்தில் விபரமாய் எழுதியிருக்கின்றோம். இதனால் காந்தவைத்தியம் மாந்திரீகவைத்தியம் முதலியவற்றை யெல்லாம் செய்யலாம். இது மிகவும் அருமையானதும் இரகசியமானதுமாம். இதில் மேற்கூறியபடி இந்திய ஹிப்னடிஸமும் சேர்க்கப்பட்டிருப்பதால் மேல்நாட்டு ஹிப்னடிஸ மாத்திரம் உள்ள புத்தகங்களைக் காட்டிலும் இது மிகவும் மேலானதாம். இவற்றையெல்லாம் பாடம் பாடமாக வெளிப்படுத்துவதற்குப் பணச்செலவும் தேகப்பிரயாசையும் அதிகமாகச் சென்றிருக்கின்றன. எனினும் நேயர்களுடைய சௌகரியத்தை உத்தேசித்து இதற்குப் பத்துரூபா விலையேற்படுத்தியிருக்கிறோம்.

இந்த நூலில் சொல்லப்பட்ட அரிய விஷயங்களை ஆராய்ந்து, விடாமுயற்சியுடன் அனுஷ்டித்து அனுபவித்து வருபவர்கள் ஆத்மஞானம், வியாதிகளைப்போக்கும் சக்தி, மாந்திரீக சக்தி, ஜாலவிநோத சக்தி, மறைவில் நடக்கும் இறந்தகால நிகழ்கால விஷயங்களை யுணருஞ் சக்தி முதலியவற்றை உடையவர்கள். நம்மவர்களுள் அநேகர் பிராணாயாமம் செய்கிறவர்களாகவும்,

மூஷாயாதா என்னும் யோகத்தைச் செய்பவர்களாகவு மிருக்கின்றார்கள். சத்தியவாக்கு தெய்வபக்தி பரோப காரம் ஜீவகாருண்யம் ஆகியவை அதிகமாயுள்ளவர்க ளும் அநேகரிருக்கின்றார்கள். இத்தகையினர்களுக்குச் சுபாவமாயுள்ள காந்தசக்தி அதிகரித்து விருத்தியாகிக் கொண்டிருக்கும். இவ்வகையார்கள் மெஸ்மரிஸம் முத லியவைகளிற் பழகாவிட்டாலும் தம் தம் குடும்பத்தி லுள்ளவர்களுக்கு அல்லது தம் சிநேகிதர்களுக்கு ஏதே னும் வியாதியுண்டானால் இதில் சொல்லியிருக்கிறபடி காந்தவைத்தியம் செய்துவந்தால் அந்த வியாதி நீங்கி விடும். ஆகையால், ஒவ்வொருவரும் இந்தப்புத்தகத் தை வாங்கி ஆதியோடந்தமாக வாசித்து இதிலுள்ள விஷயங்களை நன்றாகத் தெரிந்திருந்தால் உற்ற சமயத் தில் ஊன்றுகோல்போல் நின்று உதவிசெய்ய ஏதுவா குமென்பது திண்ணம்.

எம்முடைய அறியாமையாலும், மறதியாலும், மனித சுபாவத்தாலுண்டாகும். பிறகாரணங்களாலும் இப்புத்தகத்தில் பல பிழைகள் இருத்தல் கூடும். அவற் றைத் திருத்திப்படித்துக் கொள்ளும்படி மேலோரை வேண்டுகிறோம்.

இந்த நூலை ஆதியோடந்தமாக வாசித்து இதன் படி நடப்பவர்களுக்கு இகபர சாதனங்கள் உண்டாகி அவர்கள் நீடுழிவாழ்வார்களாக. ஆமீன்.

N. B. ஒவ்வொருவரும் தத்தம் புத்தகத்தைப் பரமரகசியமாக வைத்துக்கொள்ளுதல் அவசியம்.

கிரந்தகர்த்தா.

பொருளடக்கம்.

பாடம்.		பக்கம்.
1.	ஆவது பாடம் பொதுலட்சணம் ...	1
2.	பயிற்சி 1. பின்புறமாக விழச்செய்தல் ...	5
	பயிற்சி 2. முன்புறமாக விழச்செய்தல் ...	7
	பயிற்சி 3. நெற்றியில் நாணயம் வைத்தல்	9
	பயிற்சி 4. கையை ஒட்டச்செய்தல் ...	10
3.	தூங்கச்செய்தல்	12
	முறை 2.	17
	ஹிப்னுடிஸத்தட்டு	18
	ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்தினின் றெழுப்புதல்	24
4.	சடுதியில் தூக்கமுண்டாக்கும் முறை ...	25
	கடிதமூலமாகத் தூங்கவைத்தல் ...	26
	தந்திமூலம் தூங்கவைத்தல் ...	26
	சாதாரண தூக்கத்திலிருந்து ஹிப்னுடிஸ தூக்கத்திற்குக் கொண்டுபோகும் முறை	26
5.	மெஸ்மரிஸ வேடிக்கைகள்	27
	உடம்பை விறைக்கச் செய்தல் ...	35
6.	போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரம்	36
	போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரம் ஏற்றும் விதம்	36
7.	ஹிப்னுடிஸ வைத்தியம்...	39
	இந்திய மகாஹிப்னுடிஸம், மேல்நாட்டு ஹிப்னுடிஸம் என்னும் இருவகை ஹிப்னுடிஸ வைத்தியத்தையும் அப்பியாசிக்க விரும்புவோர் அனுசரிக்கவேண்டிய முக்கிய பொதுவிதிகள்	40

பாடம்.		பக்கம்.
8	இந்திய மகா ஹிப்னுடிஸம் முதலாவது பயிற்சி	44
	ஷை முதலாவதுபயிற்சிசித்தியானதற்கு இலக்ஷணம்	46
	ஷை இரண்டாவது பயிற்சி	47
	ஷை இரண்டாவது பயிற்சி சித்தியான இலக்ஷணம்	47
	ஷை மூன்றுவது பயிற்சி	48
	ஷை நான்காம் பயிற்சி	50
	ஷை ஐந்தாவது பயிற்சி	51
9	மேல்நாட்டு ஹிப்னுடிஸம்	54
	காந்த வைத்தியம்	54
	காந்தசக்தியை விருத்திசெய்யும் விதம் ...	54
	மேற்படி அப்பியாசங்கள்	54
	கண்ணின் அப்பியாசம்	56
	கைகளின் அப்பியாசம்	56
	தவுடதல்	58
	நடுக்கித் தடவிவழித்தல்	59
	தேகப்பிசைவு	59
	சுவாசப் பிரயோகம்	60
	மனவூக்கம்	61
9	சிகிச்சை செய்யும்போது நோயாளியின் சௌக்கியத்தைப் பற்றிக் கவனிக்க வேண்டிய சில முக்கிய விஷயங்கள் ...	61
	வியாதிகளுக்கு காந்த வைத்தியசிகிச்சை ...	62
1.	தலைநோய்ச்சிகிச்சை ...	63
2.	முகவாதசிகிச்சை	65
3.	பக்ஷவாத சிகிச்சை	66
4.	அழுக்கன்ரோகச்சிகிச்சை	67
5.	பலஹீனசிகிச்சை	68

பாடம். பக்கம்.

6. நரம்புத் துர்ப்பலசிகிச்சை 69
7. கண் வியாதிகளின்சிகிச்சை 69
8. மூக்குவியாதிகளின் சிகிச்சை 70
9. செவிரோகச்சிகிச்சை 71
10. தந்தரோய்களின்சிகிச்சை 71
11. தொண்டைவியாதிகளின் சிகிச்சை ... 72
12. நுரையீரல் வியாதிச்சிகிச்சை 73
13. இருதயவியாதிச்சிகிச்சை 73
14. ஈரல், மண்ணீரல், மூத்திரக்குண்டிக்காய் இவைகளின் வியாதிகளின் சிகிச்சை 74
15. வயிற்றுரோகங்களின் சிகிச்சை ... 75
16. கீல்வாயுரோகச்சிகிச்சை 76
17. மூலம், பவுத்திரம் ஆகியவைகளின் சிகிச்சை ... 76
18. இரத்தக்ஷீணசிகிச்சை 77
19. புருஷர்களுக்குச்சொந்தமான வியாதிகளின் சிகிச்சை 77
20. சிரங்கு, கட்டி, புண் ஆகியவற்றின் சிகிச்சை 78
10. காந்தத்தண்ணீர், காந்த மருந்து ... 79
தண்ணீர் முதலிய திரவங்களில் காந்த சக்தியைச்செலுத்தும் விபரம் 80
சர்க்கரை மருந்து ஆகியவைகளில் காந்தசக்தியை ஏற்றும் விபரம் ... 80
11. மந்திரவைத்தியம் 81
மந்திரம் உச்சரிக்கும்விதம் 81
வியாதிகளுக்கு மந்திரவைத்தியசிகிச்சை ... 83
சிரசுரோய்களின்சிகிச்சை 83
12. துர்ப்பழக்கங்களை நீக்கும்முறை ... 85

பாடம்.	பக்கம்.
13. தனக்குத்தானே சிகிச்சை செய்து கொள்ளல் ...	... 87
14. தூக்கத்திலிருப்பவர்களின் சிகிச்சை	... 88
15. பெர்ஸனல் மாக்னடிஸம், மானிட வசியம் ...	... 90
பெர்ஸனல் மாக்ன்டிஸம்செய்வோர் கவனிக்கவேண்டிய முக்கியவிதிகள் ...	... 91
16. பெர்ஸனல் மாக்னடிஸபயிற்சி 1.	... 95
காகிதத்துண்டுகளில் எழுதவேண்டிய மந்திரங்கள் ...	... 98
பெர்ஸனல் மாக்னடிஸ பயிற்சி 2.	... 99
17. பிராணிகளை வசப்படுத்தும் முறைகள்	... 99
குதிரையை வசப்படுத்தும்முறை	... 100
புறாக்கள், சிட்டுக்குருவிகள், கிளிகள், வானம்பாடிகள் முதலியவைகளை வசப்படுத்தும் முறை	... 101
புறாக்களை வசப்படுத்தும் வேறு இலகுவான முறை ...	... 102
கோழிசேவல் ஆகியவைகளை வசப்படுத்தல் ...	... 103
18. பிராணிகளை வசப்படுத்தும் பொது முறை ...	... 103
19. காட்டுமிருகங்களை வசப்படுத்தும் முறை ...	... 104
20. கிளார்வாயன்ஸ் அல்லது தூரதிருஷ்டி ...	... 104

பொருளடக்கம் முற்றிற்று.

கடவுள் துணை.

மெஸ்மரிஸ பாடங்கள்.

பாடம் 1.

மெஸ்மரீஸ்ம் கற்றுக்கொள்ளுவதில் மேல்நாட்டாருக்கும் கீழ்நாட்டாருக்கும் அதிக வித்தியாசம் உண்டு. அறைக்குள்ளிருந்து முயற்சிசெய்து தான் தானே வெற்றியடைந்தபின்புதான் அம்பலத்தில் வரவேண்டும் என்பது கீழ்நாட்டார் கொள்கை. மேல்நாட்டாருடைய கொள்கையாதெனின், திடும்பிரவேசமாக அம்பலத்தில் செய்ய ஆரம்பித்துவிட்டால் வெற்றி, தானே உண்டாகும் என்பதுதான். நீந்தப்பழகிக்கொள்ளவேண்டுமாயின் நீரில்விழவேண்டுமல்லாமல் கரையிலிருந்துகொண்டு நீந்துதலைப்பற்றிய புத்தகங்களைப்படிப்பதால் யாதுபயன்? சித்த சுவாதீனமுள்ள ஒவ்வொரு மனிதனும் முன்பின்பழக்கமில்லாமல் மெஸ்மரிஸத்தை ஆரம்பித்துவிடலாம். ஆயினும், முதற்பாடத்திலேயே மெஸ்மரிஸத் தூக்கத்தைக் கற்றுக்கொள்ளமுயலுவது உசிதமாகாது. மெஸ்மரிஸம் தெரியாத ஒருவன், மற்றொருவனை முதலில் தூங்கவைக்க எத்தனித்தால் தூங்குகிறவனுக்கும் அச்சமுண்டாகும்; தூங்கச்செய்கிறவனுக்கும் தன்னுடைய சக்தியில் முழுநம்பிக்கையுண்டாகாது. ஆதலின், விழிப்புநிலையில் சில்வகை முறைகளைச்செய்து வெற்றியடைந்துவிட்டால் மெஸ்மரிஸம் கற்றுக்கொள்ளுகிறவருக்கும் தன்னம்பிக்கையுண்டா

கும். மற்றவருக்கும் இவரிடத்தில் மதிப்புண்டாகும். விழிப்புநிலையில் வெற்றியடைவது தான் மானிடவசியத்துக்கும் வழிகொடுக்கும். முதன்முதல் தூங்கவைக்கக்கற்றுக்கொள்ளுவதால் பலவகைத் தீங்குகள் விளையும்.

உலகத்தில் பலபேர் பலவகையான வழிகளை அநுஷ்டித்தபோதிலும் எம்முடைய அநுபவத்தில் தேர்ந்தவையெனக் காணப்பட்ட முறைகளைமட்டும் இங்கெழுதுவோம். ஒருகாரியத்தைச்செய்ய ஆரம்பிக்குமுன் அதன் முறையை நன்றாகத்தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். அரைகுறையாகப்படித்துவிட்டு ஆரம்பித்தால் இடையில் சந்தேகங்கள் உண்டாகும். மெஸ்மரிஸம் செய்யுமுன் தாம்செய்யவேண்டியது இன்னதென்பதை மனத்தில் தெளிவாக வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

நாமெல்லோரும் மெஸ்மரிஸத்தில் வெற்றியடைந்திருப்பதுபோல் தாமும் வெற்றியடைவதில் சந்தேகமில்லை. ஆனால், முதல்நாளிலேயே முழுவெற்றியையும் எதிர்பார்ப்பதுகூடாது. நாம் குழந்தையாயிருக்கும்போது உட்காரக்கற்றுக்கொண்டது ஒருநாளிலன்று; நடக்கக்கற்றுக்கொண்டது ஒருநாளிலன்று; பேசக்கற்றுக்கொண்டதும் ஒருநாளிலன்று; எல்லாம்விடாப்பிடிவாதத்தால் முன்னோரைப்பார்த்துச் சிறிதுசிறிதாகக் கற்றுக்கொண்டோம். தேகத்தின் சம்பந்தமான செய்கைகளுக்கு இவ்வளவு கஷ்டமிருக்குமாயின் மனத்தின் சம்பந்தமான சாஸ்திரத்தை எப்படி ஒருநாளில் கற்றுக்கொள்ளமுடியும்? நாளடைவில் தாமும் எம்மைக்காட்டிலும் உயர்ந்த மெஸ்மரிஸக்காரராய் விடுவீர்; உலக

த்தில் மகாகீர்த்திபெற்ற மெஸ்மரிஸக்காரர்களும் அடிக்கடி தோல்வியடைவதுண்டு. இதனால் அதைரியமடையாமல் இனிவரும் வெற்றியிலேயே நோக்கமிருக்கவேண்டும்.

"தொட்டுக்காட்டாதவித்தை சொட்டுப்போட்டாலும் வராது" என்னும் பழமொழியை வேதவாக்கியமாக வைத்துக்கொண்டு சுயமுயற்சியால் மெஸ்மரிஸம் கற்றுக்கொள்ளமுடியாதென்று அநேகர் ஊக்கத்தை இழந்துவிடுகிறார்கள். இப்புத்தகத்தில் சொல்லிய பாடங்களை முறையாகப்பழகிவந்தால் எல்லாம் கைகூடும். ஆனால், முதல் மனிதனை மெஸ்மரிஸம்செய்வதுதான் சிறிதுகஷ்டம். ஒருவனை ஒருமுறை தூங்கவைத்துவிட்டால் எல்லோரையும் அப்படியே தூங்கவைக்கலாம். முதலில் ஒருவன் தூக்கத்துக்குப்போகாமலிருப்பானாயின் அஃது நம்முடைய தவறன்று. தூங்குவதற்கு உட்காருகிறவன் மனமுரண்செய்வதால் வெற்றியுண்டாவதில்லை. சிலர்வாயால்மட்டும் தூங்க இணங்குவதாகச்சொல்லுவார்கள்; மனம் அடங்காமலே யிருப்பார்கள். இன்னும் இப்பாடங்களிலுள்ள முறைகளைச் செம்மையாகத் தெரிந்துகொள்ளாமல் தொழில்செய்ய ஆரம்பித்துவிடுவதாலும் வெற்றியுண்டாகாமற் போவதுண்டு. "கற்க ஆறும் சிவஞானம்".

மெஸ்மரிஸசம்பந்தமான மந்திரங்களை உச்சரிக்கும்போது தேர்ந்த குரலால் உச்சரிக்கப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். நம்முடைய உச்சரிப்பால் நிச்சயமாக வெற்றியுண்டாகும் என்னும் எண்ணத்தோடு பேசும்குரலுக்குத்தான் தேர்ந்தகுரல் என இந்தச்சாஸ்திரிகள்பெ

யர் சொல்லுவர். ஒருவரை மெஸ்மரிஸம் செய்யும்போது அவருடைய முகத்தை ஏறட்டுப்பார்த்துத் தேர்ந்த நூலால் பேசவேண்டும். முதல் மனிதனை வசப்படுத்த முடியாவிடின் மறுபடியும்மறுபடியும்பத்துப்பேர்வரையில் செய்துபார்க்கவேண்டும். மூன்றுநான்கு மனிதர்களைச் செய்வதற்குள்ளாக உமக்கு வெற்றியுண்டாகும். ஒருமுறை வெற்றியடைந்தபின் மற்றவரை மெஸ்மரிஸம்செய்வது எளியகாரியமாகும்.

மெஸ்மரிஸத்தில் வெற்றியடையவேண்டுமாயின் தன்னம்பிக்கையும் ஊக்கமும் இருக்கவேண்டும். தான் செய்வதில் தனக்கே நம்பிக்கையில்லாவிடின் ஒருகாரியத்திலும் வெற்றியடையமுடியாது. திடசித்தமில்லாதவருக்கு ஒன்றும் பலிக்காது. ஒன்றை ஆரம்பிக்கும்போது அதில் வெற்றியடைவோம் என்னும் உறுதியிருக்கவேண்டும். தோல்வியென்னும் பதத்தை எப்பொழுதும்மறந்துவிடவேண்டும். காரியம் முடிவடையும்வரையில் வெற்றியென்பதைமட்டும் விடாமல் மனத்தில் பற்றிக்கொள்ளவேண்டும்.

ஒவ்வொரு மனிதனிடத்திலும் மெஸ்மரிஸ சக்தி இயற்கையாக அமைந்திருக்கிறது. அதை ஒழுங்கான வழியில்செலுத்தி அதன்பயனை அடைவதற்காகத்தான் மெஸ்மரிஸப் புத்தகங்களெல்லாம் எழுதப்பட்டுவருகின்றன. "முயற்சியுடையார் இகழ்ச்சி யடையார்" நீர் விரும்பினுல் உமக்கு அவ்விருப்பம் கைகூடும்; ஞானமென்பது ஒருவர் விரும்பாமல் தாமே வருவதன்று.

நீர் எத்தொழிலாளிகளாயினும், எம்மதத்தினராயினும், எப்படிப்பட்ட குறைந்த கல்வியுள்ளவராயி

னும் இம்மெஸ்மரிஸத்தைக் கற்றுக்கொள்வதற்கு ஒன்றும் இடையூறுண்டாகாது. இப்புத்தகத்தைப்படிக்கும்போது சிலவிஷயங்கள் அனாவசியமானவைபோல் தோன்றும். அவற்றைமுழுதும் பரிக்ஷித்துப்பார்க்கும் வரையில் எவ்வகை அபிப்பிராயமும் கொடுப்பது கூடாது.

ஒவ்வொரு முறையையும் இதில் எழுதியிருக்கும் வண்ணம்நன்றாகப்பலமுறை கற்றுத்தெரிந்துகொண்டபின் பழக்கம்செய்யவேண்டும். ஒவ்வொரு முறையிலும் வெற்றியடையும்வரையில் அதைவிட்டு அடுத்த முறைக்குப் போவதுகூடாது. முறைப்படி பழகிவந்தால் எளிதில் வெற்றியுண்டாகும். ஓரே மூழ்க்கில் மண்ணெடுக்க முயன்றால் உயிருக்கே அபாயம் நேரிடக்கூடும்.

பாடம் 2.

பயிற்சி 1.

*பின்புறமாக விழச்செய்தல்.

உங்கள் மனத்துக்கிசைந்த ஒருவனை யழைத்து இரண்டு கைகளையுந்தொங்கவைத்துக்கொண்டு நேரே நிற்கச்சொல்லுங்கள்; அவன் தன்னுடைய மனத்தில் வேறு எண்ணமில்லாமல் நீங்கள் செய்வதில் மனத்தை

* இம்முறைகளெல்லாம் மனோவசியதத்துவத்திலும் மானிடவசியத்திலும் காட்டப்பட்டிருந்தபோதிலும் புத்தகத்தின் தொடர்ச்சிக்காக இங்கெடுத்துத் தழுவிக்கொள்ளப்பட்டன.

ச்செலுத்தும்படி சொல்லுங்கள்; அவனை இரண்டுகண்களையும் மூடிக்கொண்டு பயமில்லாமல் நிற்கச்செய்து, அவனுக்குப் பின்புறமாக நீங்கள் நிற்கவேண்டும்; அவன் தன்கால்களிரண்டையும் ஒழுங்காக வைத்துக் *குதிக்காலைச்சேர்த்து நிற்கவேண்டும். இவ்வாறு அவன் நிற்கும்போது தேகத்தை விறைப்பாக வைத்துக்கொள்ளாமல் தளர்ச்சியாக வைக்கச்சொல்லவேண்டும். அவன் நீங்கள் சொன்னபடி நிற்கிருனென்று தெரிந்துகொண்டு பிறகு கீழ்க்கண்ட பயிற்சியை ஆரம்பிக்கவேண்டும்; அவனைப்பிடித்து ஆட்டிப்பார்த்தால் அவனுடைய தேகத்தின் தளர்ச்சி நன்ருகப் புலப்படும்.

பயிற்சி.

நீங்கள் அவன் முதுகின்புறத்தில் நின்று உங்கள் வலக்கையைமூடி அவனுடைய பிடரிக்குழியில்தொடாமல் சிறிது தூரத்தில் பிடிக்கவேண்டும். உங்களுடைய இடக்கையால் அவனுடைய நெற்றியைத்தழுவி அவன் தலையை உங்கள் வலக்கையில் சாய்த்துவையுங்கள். வலக்கையைக்கெட்டியாக மூடிக்கொண்டு இடக்கையால் நெற்றியைத்தழுவி மிருதுவாக அழுத்தவேண்டும்; இவ்வாறு அழுத்தும்போது அவன் பின்புறமாகச் சாய்ந்துவிடாமல் அழுத்தவேண்டும். இந்தக்காரியம் முடியுமட்டும் அவன் தன் கண்களைத்திறக்காமல் நீங்கள்சொல்வதையே கவனிக்கவேண்டும். "நீ கீழேவிழப்போகிருய், சீக்கிரம் விழப்போகிருய், நீ விழுந்துவிட்டாய், விழுந்துவிட்டாய்," என்று சொல்லிக்கொண்டே உங்களுடைய இடக்கையால் அவன் நெற்றியிலிருந்து இ

*குதிங்கால் என்பது உலகவழக்கு.

டக்காதுக்கு மேற்புறமாக மிருதுவாகத்தழுவி அக்கை
யையெடுத்துவிடவேண்டும். இப்பொழுது வலக்கையா
ல்மட்டும் அவன் பிடரியைத்தொட்டுக்கொண்டிருக்கவே
ண்டும். மேற்கூறிய மந்திரத்தை உச்சரித்து, "விழுகிரு
ய், விழுகிருய்........" என்றுசொல்லி உங்கள் கையை
ப் பின்புறமாக இழுக்கவேண்டும்; உங்கள் கையால் அவ
னைப்பிடித்திழுக்காமல் தானுகவேவிழும்படி மெல்லமெ
ல்லக் கையையெடுக்கவேண்டும்; சிறிது தூரம் சாய்ந்த
வுடன் அவன் கீழேவிழுந்து அபாயத்துக்குள்ளாகாமல்
பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். முதல்முறையில் அவன் கீ
ழேவிழாமற்போனுல் இரண்டாமுறையும் அவனையே
செய்யவேண்டும். அப்பொழுதும் சித்தியில்லையேல்வே
ருெருவனைச் செய்துபார்க்கவேண்டும்.

பயிற்சி 2.

முன்புறமாக விழச்செய்தல்.

மேற்சொன்னவாறே அவனுக்கு நம்பிக்கையுண்
டாக்கி முந்திய வேலையால் தீங்கொன்றும் விளையாம
லிருப்பதைக்காண்பித்து, அதுபோல் இப்போதும் ஒ
ன்றும் அபாயமுண்டாகாதென்று அவனைத்தேற்றவே
ண்டும். அவனை நேரே நிற்கவைத்து அவனுக்கெதிரில்
நீங்கள் நிற்கவேண்டும். அவன் உங்களுடையகண்ணின்
கருவிழியிலுள்ள பாவையையுற்றுநோக்கும்படி அவனு
க்குச்சொல்லவேண்டும். இந்தவேலை முடியுமட்டும் அவ
ன் கண்ணை இமைக்காமல்உங்கள் கண்ணையேபார்க்கவே
ண்டும். நீங்களும் கண்ணை இமைக்காமல் அவனுடையக
ருவிழியை உற்றுநோக்கவேண்டும்; அல்லது அவனுடை
ய இரண்டுபுருவத்தின் மத்தியில் மூக்கினடிப்புறத்தைப்

பார்ப்பதுநலம். உங்களிரண்டு கையையும் விரித்து அவன் * நெறியில்வைத்து மிருதுவாயழுத்தவேண்டும். இங்ஙனம் அழுத்தும்போது அவனை முன்புறமாகஇழுக்கலாகாது. அவனைத் தானுகவே விழும்படி செய்யவேண்டும். அவன் விழுவதெல்லாம் உங்களுடைய மனவலிமையாலும், ஒற்றுமையாலும், உங்கள் மந்திரத்தின் சக்தியாலுமேயல்லாமல் பிடித்திழுப்பதால் ஆகுங்காரியமன்று. அவன் நெறியிற் கைகளை வைத்தபடியே மேற்கூறிய விடத்தை உற்றுநோக்கி, "முன்புறமாக விழுகிருய், விழுகிருய், விழுகிருய்," என்றுசொல்லி உங்கள் கையை அவன் நெறியினின்றெடுத்து நீங்களும் இலகுவாகப்பின்புறம் சாயவேண்டும்; அவனும் முன்புறமாப்ச்சாய்ந்து உங்கள்மீது விழுவான்; அபாயமுண்டாகாமல் பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். முதல்முறையில் தவறினுல் வெவ்வேறுமுறை வெவ்வேறு மனிதரைச் செய்தால் சித்தியுண்டாகும்.

ஒருவரும் பின்புறம் விழச்செய்யும் வேலையில்தேர்ச்சிபெறும்வரையில் முன்புறம் விழச்செய்யும் வேலையைச்செய்ய எத்தனிப்பதுகூடாது. அப்படியே இந்த இரண்டாவது பயிற்சியிலும் பழக்கப்படாமல் இனிவரும் வேலைகளைச்செய்ய ஆரம்பிப்பது தகுதியன்று.

இந்த இரண்டு பயிற்சிகளிலும் தேர்ச்சியடைந்தால் உங்களுடைய சாமர்த்தியத்தில் உங்களுக்கே அதிசயமும், நம்பிக்கையுமுண்டாகும். வேலைசெய்துகொள்

---

* நெறி—காதின் முன்புறம், கன்னத்தின் மேற்புறம், நெற்றியின் கடைப்பாகம், சிரசின் கீழ்ப்புறம் ஆகிய இவற்றிற்குட்பட்டவிடம்.

பவனும் உங்களிடத்தில் நம்பிக்கைவைப்பான். அவ்வேலைகளில் ஜயமடைந்த ஒருவனை வைத்துக்கொண்டு மூன்றாவது பயிற்சியிற் பழகவேண்டும்.

பயிற்சி 3.

நெற்றியில் நாணயம் வைத்தல்.

அவனுடைய கைகளிரண்டையும் அவன் முதுகின்புறத்தில் கட்டிக்கொள்ளச்சொல்லி, அவனுடைய தலையினுச்சியில் உங்கள் இடக்கையைவைத்து அவனுடைய வலப்பக்கநெறியில் உங்கள் இடக்கையின் பெருவிரலைவைத்துப் பிடிக்கவேண்டும். பிறகு அவனை உங்கள்கண்ணை நேரே பார்க்கும்படிசெய்து நீங்களும்அவனுடைய மூக்கின் அடிப்புறத்தை உற்றுநோக்கவேண்டும். உங்களுடைய வலக்கையால் இரண்டணாவெள்ளி நாணயமொன்றையெடுத்து அவன் நெற்றியினடுவில்வைத்து வலக்கைப்பெருவிரலால் அழுத்தவேண்டும்; அவ்வாறழுத்தும்போது, "இந்த நாணயம் உன் நெற்றியில் ஒட்டிக்கொண்டது, ஒட்டிக்கொண்டது, உன்னால் அதை அசைத்துத்தள்ளமுடியாது, நன்றாயொட்டிக்கொண்டது," என்று பலமுறை சொல்லிப் பிறகு அவனுக்குத்தெரியாமல் மெல்ல அந்த நாணயத்தை யெடுத்துவிடவேண்டும். இதுவரையில் அவனும் நீங்களும் பார்க்கவேண்டியவிடங்களைத் தவிர மற்றோரிடத்தில் பார்வையைச் செலுத்தல்கூடாது. நாணயத்தை மெல்ல எடுத்தபின்பு அவனைத் தலையையசைத்து நெற்றியில் ஒட்டிக்கொண்டிருப்பதாக அவன் நினைக்கும் நாணயத்தைக் கீழே தள்ளச்சொல்லவேண்டும்.

அவன் தன் கையால் நெற்றியைத் தடவிப்பார்க்கஇட ங்கொடாமல் அவனுடைய கைகளைப் பிடித்துக்கொண் டால் நாணயம் நிச்சயமாகவே ஒட்டிக்கொண்டிருப்ப தாக நினைத்து அவன் கள்ளுண்டவன்போல் தலையை அதிகமாக அசைத்துக் கூத்தாடுவான்; சிறிதுநேரஞ் சென்று அவன் நெற்றியில் ஒன்றுமில்லாததை அவ னுக்குச்சொன்னால் அஃது எல்லோருக்கும் வியப்பா கத்தோன்றும்.

பயிற்சி 4.

கையை ஒட்டச்செய்தல்.

இவ்வேலைசெய்யத்துணிந்தவர் முதல்மூன்றுபயி ற்சிகளையும் நன்ருகக் கற்காவிடின் அவருக்குண்டாகும் ஜபாபஜபத்திற்கு நாம் உத்தரவாதிபாகேம். மூன்று வேலைகளிலும் உமக்கு ஜயமுண்டாக்கிய ஒருவனை அ ழைத்து முன்போலவே உங்களெதிரில் நிற்கச்சொல்லி அவன் புருவமத்தியை உற்றுநோக்கவேண்டும்; உங்கள் இரண்டு கைகளையும் நீட்டி அவனிரண்டு கைகளையும் உங்கள் உள்ளங்கையில் அவனுள்ளங்கை படும்படிவை க்கச்சொல்லுங்கள்; உங்கள் உள்ளங்கை கீழும், அவன் உள்ளங்கை மேலுமாக ஒன்றன்மேலொன்று சரியாக வைக்கப்படவேண்டும். அவனும் உங்கள் கருவிழியை உற்றுப்பாக்க, நீங்களும் அவன் புருவமத்தியைக் கவ னித்து, அவனுடைய கைகள் உங்கள் கையில் கெட்டி யாக ஒட்டிக்கொண்டதென்று நீங்கள் மனத்தில் திட மாய்த் தியானிக்கவேண்டும். அவன் எவ்வளவு முய ன்ருலும் அவனுடைய கையை உங்கள் கையைவிட் டு எடுக்கமுடியாதென்று திடசித்தம் செய்துகொண்

டே காரியத்தை நடத்தவேண்டும். உங்கள் மனம் உறுதிபெறும்வரையில் அவனுக்குஒன்றுஞ்சொல்லாமல் கடைசியாய்ப் பின்வரும் மந்திரங்களை உச்சரிக்கவேண்டும்; "உன்கை என்கையில் ஒட்டிக்கொண்டது, இப்போது ஒருவகைச் சக்தியுண்டாகும், பிறகு உன்னால் என்னைவிட்டு நீங்கமுடியாது, நான் சொல்லும்வரையில் நீ உன்கையை பெயர்த்தல்கூடாது, எடு என்று சொன்னபின் எடுக்க முயற்சிசெய், எப்படி முயன்றாலும் உன்னால் எடுக்கமுடியாது, அதிக சிரமப்பட்டால் அதிகமாயொட்டிக்கொள்ளும், இப்பொழுது ஒட்டிக்கொண்டது, (இப்பொழுதெல்லாம் நீங்கள் பார்வையை மாற்றக்கூடாது.) பலமாய் ஒட்டிக்கொண்டது, (மேலே போகப்போக உங்கள் தொனியைச் சிறிது உயர்த்தவேண்டும்) உன்கை என்கையில் சிக்கிக்கொண்டது" என்றிவ்வாறு அநேக மந்திரங்களை உச்சரித்து, இரண்டு மூன்று நிமிஷங்களுக்குப்பின் "கையைபெடு" என்று கட்டளையிட்டு, "உன்னால் எடுக்கமுடியாது, எடுக்கமுடியாது, எடுக்கமுடியாது, நன்றாகமுயன்றுபார், உன்னால் முடியாது,……" என்றுசொல்லிக்கொண்டே உங்கள் வாக்கையும், மனத்தையும் திடப்படுத்தவேண்டும்.

இவ்வாறு சிலநிமிஷம் அவன் தன்கையையெடுக்கமுடியாமல் தவிக்கும்போது அவனுடையபார்வையை உங்கள் கண்ணைவிட்டு நீக்கச்சொல்லி. "ஒன்று, இரண்டு, மூன்று; கையை எடுக்கமுடியும், எடு," என்றுதைரியப்படுத்தினால் அவன் கையை எடுத்துவிடுவான்.

குறிப்பு.

ஆரம்பக்காரர்களெல்லோருக்கும் இதில் சிறிது தடையுண்டாகும். எனினும் நீங்கள், உங்கள் வெற்றியைப்பற்றி மனதில் தியானிப்பதிலும், அவனை உற்றுநோக்குவதிலும், மந்திரமுச்சரிப்பதிலும் உங்கள் வல்லமைமுழுவதையுஞ் செலுத்தவேண்டும்; தவறிப்போகும் விஷயங்களில் தைரியத்தை யிழப்பதுகூடாது; ஒருமுறை தவறின் அவனை மறுமுறையுஞ் செய்துபார்க்கவேண்டும்; மறுபடியும், மறுபடியுஞ்செய்தால் வெற்றியுண்டாகும்; ஒவ்வொருமுறையுஞ் செய்யும்போது முதலில் உண்டான அபஜயத்தை நினைக்காமல் அப்பொழுதே புதிதாய் ஆரம்பித்திருப்பதாக நினைக்கவேண்டும். இதில் ஜயமுண்டாயின் ஹிப்னடிஸ சம்பந்தமான வேலைகளெல்லாவற்றையும் சாதித்தல்முடியும்; விழிப்பு நிலையில் செய்யக்கூடிய எல்லா வேலைகளையும் இவ்வாறாகவே செய்துமுடிக்கலாம். அந்தந்தவிஷயத்திற்குரிய தொழிலையும், மந்திரத்தையும் அங்கங்கே மாற்றிக்கொள்ளவேண்டும். இதற்குமேல் பழகுவதற்கு மேற்கூறிய நான்கு பயிற்சிகளையும் நன்றாகக் கற்றுணர்வது அவசியம். இவற்றின் சம்பந்தமாக உங்களுக்கு எவ்வளவு நன்றாகத் தேர்ச்சிபெறமுடியுமோ அவ்வளவு மட்டும் பழகவேண்டும்.

பாடம் 3.

தூங்கச்செய்தல்.

மேற்கண்ட இரண்டாவதுபாடம் 4வது பயிற்சியில் சொன்னபடி உங்கள்கையில் கையைவைத்து ஒட்டிக்

கொண்டு ஜபமுண்டாக்கியஒருவனைத்தேர்ந்தெடுத்து அச்சுகமாகப்படுக்கச்சொல்லவேண்டும். இந்தவேலைசெய்யும்போது அவனருகில் இரண்டொருமனிதரை வைத்துக்கொண்டே ஆரம்பிப்பது நலம். தூங்குவதற்கு ஆயத்தமாகப்படுத்திருப்பவனுடையமனத்தை உல்லாசப்படுத்திப் பயம், ஆச்சரியம், கவலை, சந்தேகம், நம்பிக்கைக் குறைவு முதலியவை அவனுக்குண்டாகாவண்ணம் செய்யவேண்டும். பக்கத்திலிருப்பவர் தூங்குகிறவனுக்கு உறவினராயிருப்பது உசிதம். பயப்படாமலிருக்கும்படி அவர்களுக்குத் தைரியஞ்சொல்லி நீங்கள் ஆரம்பிக்கவேண்டும். படுத்திருப்பவனைத் தன்தேகத்தை விறைக்கச்செய்யாமல் தளர்ச்சியாக வைக்கச்சொல்லுக. உங்கள் செய்கையிலாவது பேச்சிலாவது ஆரம்பக்காரரென்பதைச் சிறிதும் தெரிவிக்காமல் முழுத்தேர்ச்சியுள்ள மகாபண்டிதர்போல் நடிக்கவேண்டும். பயமாவது, துரிதமாவது, மனக்குழப்பமாவது கொள்ளாமலிருக்கவேண்டும்.

நீங்கள் அவனை நிச்சயமாகத் தூங்கவைத்தல் முடியுமென்று அவன் நம்பும்படி செய்வது உங்கள் கடமை. அவன் உங்களை நம்பினால் பாதிக்காரியஞ் சித்தித்ததாகும். அவன் வசதியாகப் படுத்திருக்கும்பொழுது நீங்கள் அவனுக்கெதிரில் வலப்பக்கமாக நிற்கவேண்டும். பக்கத்திலுள்ளாரொருவரையுங் கவனிக்காமல் உங்களிடத்தில் கருத்து முற்றுஞ்செலுத்தும்படி அவனிடம் சொல்லவேண்டும். அவன் தானாகத் தூங்கவேண்டுமென்னும் அவசியமில்லை. ஆனால், அவனுடைய பார்வை குறைந்து கண்ணிமை கனத்து மபக்கத்

தோடு நித்திரைவந்தால் அதை யவன் மறக்காமல் வச ப்படுத் தூங்குமாறு உறுதிசொல்லவேண்டும்.

அவனுடைய கைகளிரண்டும் தன்னுடைய முழங்காலிலிருக்கும்படி செய்து அவற்றிற்குமேல் உங்கள் உள்ளங்கையிரண்டையும் வைத்து மிருதுவாக அழுத்தவேண்டும். அவன் உங்கள் கருவிழியை உற்றுநோக்கும்படிசெய்து நீங்களும் அவன் புருவமத்தியைக் கவனிக்கவேண்டும். இந்தத்தொழில் முடியுமட்டும் உங்கள் பார்வையை அகற்றக்கூடாது. அவனுக்கு விரைவில் நித்திரைவரவேண்டுமென்று நீங்கள் உறுதிகொள்ளவேண்டும். அவனும் தூங்கப்போவதாக மனனம் பண்ணிக்கொண்டே உங்கள் விழியை நோக்கவேண்டும். நீங்கள் "தூங்கு," என்று சொல்லும்போது அவன் கண்ணைமூடும்படியும்,வார்த்தையைநிறுத்தினவுடன் கண்ணைத்திறந்து உங்கள் கண்ணையே பார்க்கவும், மறுமுறையும் "தூங்கு," என்றுசொன்னால் கண்ணை மூடித்திறக்கும்படியும் அவனுக்கு உத்தரவளிக்கவேண்டும். "தூங்கு...... தூங்கு...... தூங்கு," என்று மெல்லமெல்லப் பன்முறை உச்சரிக்கவேண்டும். நீங்கள் "தூங்கு," என்று சொல்லும்போது அவன் தன் கண்ணைமூடி, உங்கள் வார்த்தையை நிறுத்தினவுடன் திறக்கவேண்டும். இவ்வாறே சிலநிமிஷம் அவன் தன் கண்ணை மூடிமூடித்திறந்தால் அந்தக்கண் இமைக்க முடியாமல் தானாகவே மூடிக்கொள்ளும். நீங்கள்மட்டும் அவன் புருவமத்தியிலிருந்து பார்வையை நீக்காமல் அவன் கைமேலிருந்த உங்கள் கையை மெல்ல எடுத்து அவன் நெறிகளில் வைத்துப் பெருவிரலிரண்டையும்

நெற்றியின் மத்தியில்சேரும்படி நெருக்கிவைக்கவேண்டும். உள்ளங்கைகளால் அவனிரண்டு நெறியையுந் தழுவிப் பெருவிரலிரண்டையும் புருவத்தின் மேற்புறமாக நெறியைநோக்கி யிழுக்கவேண்டும். இவ்வாறேநெற்றியைத்தொட்டுவழிக்கும்போது, "உனக்குத் தூக்கம், தூக்கம், அயர்ந்தநித்திரை, நல்லநித்திரை, நல்லசுகம், தூக்கம், தூக்கம், உன்கண்திறக்கமுடியாது, இமைகனத்துவிட்டது, நல்ல தூக்கம் வந்தது, கண்ணொளி மழுங்கிவிட்டது, நல்லநித்திரை, தூ-க்-க-ம், தூ-க்-க-ம், அயர்ந்த தூக்கம்," என்று அநேகவிதமாக மந்திரத்தை மாற்றிமாற்றி யுச்சரிக்கவேண்டும். இங்ஙனம் ஐந்து நிமிஷநேரம்செய்து உங்கள் கைகளிரண்டையுமகற்றி அவனெதிரில் நின்றுகொண்டு புருவமத்தியைப்பார்க்கவேண்டும். அப்பொழுது, "நீ தூங்குகிறாய், தூங்குகிறாய், தூங்கிவிட்டாய், நன்றாகத் தூங்கிவிட்டாய், உன் தூக்கத்திற்குக்கேடொன்றுமில்லை, நல்ல நித்திரை வந்துவிட்டது, இப்படியே தூங்கவேண்டும், இந்தத் தூக்கமே நமக்கும்வேண்டியது, நீ தூங்குகிறாய், நல்ல தூக்கம், அயர்ந்த தூக்கம், சுகமான தூக்கம், தூக்கம், உலகத்திலுள்ள சப்தம் ஒன்றும் உன் தூக்கத்தைக்கெடுக்காது, நீ நன்றாகத் தூங்குகிறபடியால் என்குரலன்றி வேறு யாருடைய குரலும் உன்காதிற்கேளாது, நான் சொல்வதுமட்டுங்கேட்கும், நல்ல நித்திரை, அயர்ந்த நித்திரை, ஆழ்ந்த தூக்கம், பலமான தூக்கம், என்றிப்படிப்பட்ட மந்திரங்களை உச்சரிக்கவேண்டும். இதைச் செய்யும்போதெல்லாம் புருவமத்தியினின்று உங்கள் பார்வையை அகற்றாமல் அவன் தூங்கவேண்டுமென்னுஞ் சிந்தையாகவே நீங்களிருக்கவேண்டும். மந்

திரஞ்சொல்லும்போது வார்த்தையைத் திடுக்கிடும்படி உச்சரிக்காமலும் புருவமத்தியை நோக்கும்போது அன்புகுறைந்துபார்க்காமலும் கவனமாயிருந்துகொள்ள வேண்டும். அவன் தூங்கும்போது அயர்ந்த நித்திரையின் குறிகள்தோன்றும். அவன் மூச்சுவிடுவதைக்கொண்டு நித்திரையின் அயர்ச்சியையறிந்து கொள்ளலாம். அவன் தூங்குவதில் உங்களுக்குச் சந்தேகமிருந்தால் அவன் கண்ணிமையில் ஒன்றை மிருதுவாக நீக்கிப்பார்க்கவேண்டும். தூக்கமில்லாவிடின் அவன் விழித்துக்கொள்வான். தூக்கமாயிருந்தால் கண்ணையிழுத்து மூடிக்கொள்வான்; இது ஹிப்னடிஸத் தூக்கமெனப்படும். அஃதாவது:--அவனுடைய வெளிமனம் அயர்ந்துகிடக்க உள்மனம் உங்களுடைய மனத்தோடுசம்பந்தப்பட்டிருக்கிறது. இந்தநிலையில்என்னசொன்னாலும் அவன் கேட்பான்; இந்தத் தூக்கமுண்டாகும்போது கண்கள் சுழன்று கெட்டியாகமூடிக்கொள்ளும்; சில சமயங்களில் கண்ணிமை துடித்து அரைக்கண் மூடியபடியே நின்றுவிடும். இதனால், அவன் விழித்துக்கொண்டிருக்கிறனென்று நினைத்தல்கூடாது. அவனுக்குத் தன் கால்கைகள் இரும்புபோலசைக்கமுடியாமல் கனமாகத்தோன்றும்; அவன் அயர்ந்து பெருமூச்சுவிடுவான்; அவனுடைய நாது மிருதுவாகவும், சமமாகவும் நடக்கும்; நாம் சொல்வதை அவன் பிரக்ஞைபோடு கேட்கிறனென்பதும், இல்லையென்பதும் தூக்கத்தின் தன்மைக்குத் தக்கவாறுகும்.

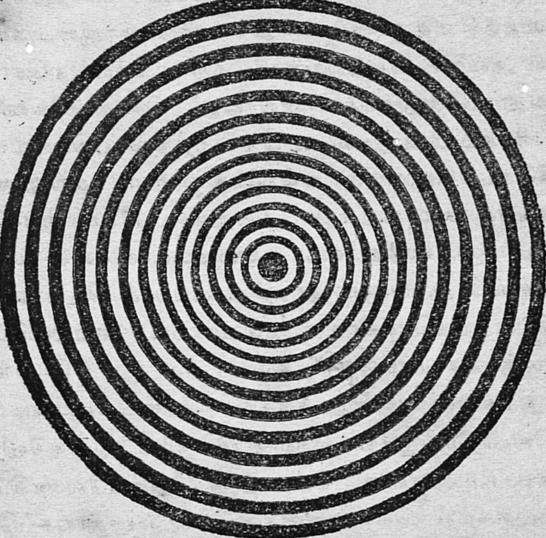
குறிப்பு.

இவ்வாறு செய்வதில் முதல்முறைஜயமுண்டாகாவிடினும் பின்னும் பின்னும் பன்முறைசெய்யின் நிச்சய

மாகஹிப்னுடிஸத் தூக்கமுண்டாகும். இந்தச் சாஸ்திரத்தில் தேர்ச்சியுள்ள நிபுணனுக்கு எல்லாரையும் தூங்கச்செய்தல் முடியும். ஆனால், ஆரம்பக்காரர்களுக்கு அவ்வளவு வெற்றியுண்டாகாதெனினும், அதைரியமடைந்து எடுத்துக்கொண்ட காரியத்தைக் கைவிடுவது அழகன்று. பழக்கத்தை விட்டுவிடுவதைக்காட்டினும் இப்புத்தகத்தை வாங்காமலிருப்பதேநலம். நிபுணனுக்கு வார்த்தையும் பார்வையும் முழுப்பழக்கமடைந்திருப்பதால் அதிக வெற்றியுண்டாகிறது. நாளடைவில் உங்களுக்கும் அவ்விதப்பழக்கமுண்டாகும். உங்களுக்குள்ள அதிசயத்தாலும், அச்சத்தாலும், அவாவாலும், சந்தேகத்தாலும் வெற்றியுண்டாகச் சிறிது தாமதமாகும். ஒருவனைத் தூங்கச்செய்து ஜயம்பெற்றால் மற்றவரைத் தூங்கச்செய்வது கஷ்டமன்று. வெற்றியுமதிகரிக்கும். ஒருவன் நன்றாகத் தூங்கிவிட்டானென்று உங்களுக்குத் தோன்றினால் முதல்முறையில் அவனை ஒன்றுஞ்செய்யாமல் சிறிதுநேரம் தூங்கினவுடன் எழுப்பிவிடவேண்டும். இரண்டாவது மூன்றாவது முறைகளிலும் தூக்கம் தவிர வேறொன்றுஞ் செய்யக்கூடாது. இவ்வாறு பல மனிதரைத் தூங்கவைத்துப் பழக்கப்பட்டபின்னரே வியாதியஸ்தரைத் தூங்கவைத்துச் சிகிச்சைசெய்ய முயலவேண்டும். முதல்முறையில் தூங்கும்போது இரண்டாமுறை அவன்நன்றாகத் தூங்கவேண்டுமென்று திடமாகத் தியானித்து மந்திரம் சொல்லவேண்டும்.

முறை 2.

தூங்கவைப்பதற்கு மேற்கண்ட முறையைத்தவிர மற்றொருமுறையையும் இங்குச்சொல்வாம்.



இந்தப்பக்கத்தில் காட்டியிருக்கும் * ஹிப்னுடிஸத்தட்டை உபயோகிப்பதால் அநேகருக்கு எளிதில் வெற்றியுண்டாகும். புதுப்பழக்கக்காரர்களுக்கு இதைக் காட்டிலும் உத்தமமானகருவி வேறொன்றுகிடைப்பது அருமை. கண்ணுடி உருண்டை, கண்ணுடிச்சுழல்கருவி, ஹிப்னுடிஸ சக்கரம் ஆகிய எல்லாவற்றைக்காட்டிலும் இந்த ஹிப்னுடிஸத்தட்டில் மிக்க சக்தியுண்டு. இதைக்கையில் வைத்துச் சுற்றிக்கொண்டிருந்தால் கண்கள் தாமே மூடிக்கொள்ளும்.

---

* இந்த ஹிப்னுடிஸத்தட்டு எம்மிடம் கிடைக்கும். இது ஹிப்னுடிஸம் கற்கும் ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியம்வேண்டும். இது மிக்க நேர்த்தியான கிளேஸ்காகிதத்தில் செய்யப்பட்டுள்ளது. இதன் விலை அணு எட்டுத்தான். (ரூ 0—8—0)

இந்தத்தட்டை உபயோகிப்பதால் கண்ணுக்கு எவ்வகைத்தீங்குமுண்டாகாது. நமக்கு ஓர்ஆள் அகப்பட்டால் அவனை வசதியானவிடத்தில் சாய்ந்துகொள்ளவாவது படுத்துக்கொள்ளவாவது சொல்லவேண்டும். வெளிச்சம் அவனுடைய பின்புறத்தில் படும்படி ஏற்பாடுசெய்யவேண்டும். எவ்வகை ஒளியும் அவனுடைய கண்ணில் படக்கூடாது. அவனுடைய கண்ணுக்கெதிரில் ஹிப்னடிஸத்தட்டை நம்முடைய விரலில் மாட்டிக்கொண்டு ஆறங்குல தூரத்துக்கப்பால் பிடித்துக்கொண்டு சுற்றிக்கொண்டிருக்கவேண்டும். சுற்றும்போது பெருஞ்சக்கரமாகச் சுற்றக்கூடாது. சுமார் 6 அங்குலக்குறுக்களவுள்ள சிறு சக்கரம் உண்டாகும்படி சுழற்றவேண்டும். தூங்குகிறவன் இந்தத்தட்டின்நடுவிலுள்ள கருப்புப்புள்ளியையே உற்று நோக்கவேண்டும். தட்டைச்சுற்றிக்கொண்டிருக்கும்போதும் தூங்கப்போகிறவன் அப்புள்ளியைவிட்டுக்கண்ணை அகற்றக்கூடாது. அவன், சாந்தமாகவும்மனத்திடுக்கமில்லாமலும், வேறிடத்தில் கவனத்தைச் செலுத்தாமலும், தூங்கவேண்டும் என்னும் ஒரே சிந்தனையோடிருக்கவேண்டும். இவ்வாறு இரண்டொரு நிமிஷம் சுழற்றினபின், "தூக்கம், தூக்கம், தூக்கம், கண்மூடிக்கொண்டது, இறுக மூடிக்கொண்டது, திறக்கமுடியாது" என்று மந்திரம் சொல்லவேண்டும். இவ்வாறு அவனுடைய கண்கள் மூடுகிறவரையில்சுழற்றிக்கொண்டேயிருக்கவேண்டும். அவனைத் தூங்கவைக்கவேண்டுமென்னும் எண்ணமும் நம்முடைய மனத்தில் உறுதியாக இருக்கவேண்டும். நாம் அவனுடைய புருவமத்திலைப்பார்த்துக்கொண்டு மந்திரம் சொல்லவேண்டும். ஐந்து நிமிஷம், பத்து நி

மிஷம் சென்றாலும் கையில் நோயுண்டாகாமல் அவனை த் தூங்கவைக்கும்வரையில் ஹிப்னாடிஸத்தட்டைவிடா மல் சுழற்றக்கற்றுக்கொள்ளவேண்டும். அவனுடைய கண்கள் மூடிக்கொண்டவுடன், "கண்களை இறுக மூடி க்கொள், என் உத்தாவில்லாமல் கண்களைத்திறக்கக்கூ டாது, உன்னால் திறக்கமுடியாது, நன்றாகத் தூங்கிவி டு" என்று மந்திரம்சொல்லி ஹிப்னாடிஸத்தட்டைக் கீ ழேவைத்துவிடவேண்டும். அவனை விழிக்கவைக்கும்வ ரையில் அவனுடைய புருவமத்தியையே பார்க்கவேண் டும். பிறகு நம்முடைய இரண்டு கைவிரல்களையும் தூ ங்குகிறவனுடைய இரண்டு நெற்றிகளிலும்வைத்து நன் றாகத் தூங்குவதற்குவேண்டிய மந்திரங்களை ஐந்து நி மிஷம்வரையில் சொல்லிக்கொண்டிருக்கவேண்டும். அ தன்பின்னர் நம்முடைய சுட்டுவிரலால் (சுண்டுவிரல ன்று) அவனுடைய புருவமத்தியை மெல்லமெல்ல வி ட்டுவிட்டுத்தட்டவேண்டும். தூக்கத்துக்குவேண்டிய மந்திரமும் சொல்லிக்கொண்டிருக்கவேண்டும். நம்மு டைய பார்வையும் அவன் புருவமத்தியிலேயே இருக் கவேண்டும். இந்த ஸ்தானத்திற்றான் மனிதனுடைய ஏகத்துவம் அமைந்திருக்கிறதென்று கபாலலட்சண சாஸ்திரிகள் சொல்லுகிறார்கள். சில நிமிஷங்கள் இவ் வாறு தட்டிக்கொண்டிருந்து பிறகு சும்மா அந்த இட த்தை மட்டும் பார்த்துக்கொண்டு பின்வரும் மந்திரத் தை உச்சரிக்கவேண்டும்: "தூக்கம், தூக்கம், தூ-க்-க-ம், விழித்துக்கொள்ளக்கூடாது, என் உத்தாவில்லாமல் விழிக்கக்கூடாது, கண்திறக்கமுடியாது, கண்ணொளி மழுங்கிவிட்டது, எல்லாம் இருளாயிருக்கும், மயக்கம் வந்துவிட்டது, ஆழமான தூக்கம், அயர்ச்சியான தூக்

கம், மெய்ம்மறந்த தூக்கம், மூக்கில்வாசனையறியும் சக்தியில்லை; சுவாசம் தாராளமாகஓடிக்கொண்டிருக்கவேண்டும்; பெருமூச்சுவிட்டுத் தூங்கவேண்டும், மூக்கில் வாசனைமட்டுமிராது, நாவில் ருசி அறியும் சக்திமறைந்துவிட்டது, ஒன்றும் ருசிதெரியாது, நான் பேசுவது நன்முகக்கேட்கும், நான் பேசுவதுமட்டும்கேட்கும், வேறொருசப்தமும் கேட்காது, என் மந்திரத்தைத்தவிர எவ்வகைச்சப்தமும் காதில்விழாது, விழித்துக்கொள்ளக்கூடாது, நான் எழுப்புகிறவரையில் விழிக்கக்கூடாது, நன்முகத்தூங்கவேண்டும், விழிப்புண்டாகாது, ஆழமான தூக்கம், தூக்கம், மெய்ம்மறந்த தூக்கம், தூக்கம்'' என்று உறுதியோடும் நம்பிக்கையோடும் உச்சரிக்கவேண்டும்.

இவ்வாறு செய்துகொண்டிருக்கும்போது நமக்கெதிரில் தூங்குகிறவன் எவராலும் விழிக்க வைக்கமுடியாத ஆழமான நித்திரைக்குப் போய்விட்டானென்று நம்முடைய மனத்தில் திடசித்தம் செய்துகொள்ளவேண்டும்.

இவ்வாறு அரைமணிநேரம்செய்துகொண்டிருந்தபிறகும் அவன் தூங்காமலிருப்பானாயின் அவனுடைய கண்களை மூடிக்கொள்ளச்சொல்லி உச்சியிலிருந்து உள்ளங்கால்மட்டும்நம்முடைய கைகளால் அவனுடையதேகத்தில் படாமல் தடவுபாவனை செய்யவேண்டும். தூக்கத்துக்குரிய மந்திரத்தையும் உச்சரித்துப் பதினைந்து நிமிஷம்வரையில் விடாமல்வழித்துக்கொண்டிருந்தால் ஆழமான நித்திரையுண்டாகும். கடிகாரத்தை வைத்துக்கொண்டு 15 நிமிஷம் வரையில் வழிக்கவேண்டும்.

15 நிமிஷம் இவ்வளவுநேரம்தான் இருக்குமென்றுஉத்தேசமாத்திரத்தால் நினைத்துக்கொள்ளக்கூடாது. ஏனெனின், மூன்றுநிமிஷம் கடிகாரமில்லாமல் வழித்தால் பதினைந்துநிமிஷம் ஆகிவிட்டதுபோல் தோன்றும். இது கூடாது.

15 நிமிஷமும் ஆனபின் அவன் தூங்காமலிருப்பானாயின் நாம் நம்பிக்கையை இழக்கக்கூடாது. அவனை மறுபடியும் முக்கால் மணிநேரம் செய்துபார்க்கவேண்டும். அப்பொழுது தூக்கம் உண்டாகும். அப்படி உண்டாகாவிட்டால்அதைரியம்கொள்ளக்கூடாது. சிலருக்கு முதல் முறையிலேயே வெற்றியுண்டாகும். மற்றும் சிலருக்கு அநேகம்முறை செய்து பார்க்கவேண்டும். நாம் இவ்விஷயத்தில் துரிதப்படக்கூடாது.ஓரே நாளையில் வெற்றியடையலாமென்று எதிர்பார்ப்பது முடியாத காரியம். நீங்கள், உங்கள் ஆயுளில் ஒருபோதாவது ஒரு விஷயத்தையேனும் ஓரேநாளில் கற்றுக்கொண்டதுண்டா? இவ்வாறிருக்க, மெஸ்மரிஸத்தில் மட்டும் ஏன் துரிதப்படவேண்டும். முதல் முறையில் ஒருவனைத் தூங்கவைக்கமுடியாவிடின் மறுநாள் அதிகநேரம்வரை செய்துபார்க்கவேண்டும். ஒவ்வொருநாளும் குறிப்பிட்டநேரத்தில் இரண்டுமூன்றுநாள் பழகிவந்தால் எப்படிப்பட்டவருக்கும் தூக்கமுண்டாகும். தூங்காவிட்டாலும் ஒவ்வொருமுறையும் பழக்கம் செய்வதால் நமக்கும் சக்தி அதிகரிக்கும்; அவனுக்கும் மயக்கம் விருத்தியாகும்.

ஒருவன் நம்முடைய முயற்சியால் தூங்கிவிடுவானாயின் அவனுடைய கைவிரல்களில் ஒன்றையெடுத்து

அதை நம்முடையகைகளால் தடவி வழித்து,"உன் விரல்விறைத்துவிட்டது, விறைத்துவிட்டது, விறைத்துவிட்டது, உன்னால் முடக்கமுடியாது" என்று சொன்னால் அவனுடைய விரல் நீட்டியபடியே விறைத்திருக்கும். பிறகு மடங்கவேண்டுமென்று நாம் உத்தரவுகொடுத்தால்தான் மடங்கும். நாம் முதல்முறை செய்யும்போது விரல் விறைப்பாயிராவிட்டாலும் அப்பொழுதே அடுத்தடுத்து அவ்விரல் விறைக்கும் வரையில் விடாமல் உறுதியானவாக்கினால் மந்திரம் சொல்லவேண்டும். நாம் சொல்லுகிறபடி விரல் விறைத்துவிட்டால் தான் அவனுக்குண்டாயிருக்கும் தூக்கம்ஹிப்னடிஸத் தூக்கம் என்று மதிக்கவேண்டும்.

தூங்கவைத்து விரல் விறைக்கும் வரையில் மந்திரம் சொல்லவேண்டும். ஒருவரை முதல்முதல் தூங்கவைத்து விரலை விறைக்கச்செய்வதுதான் சிறிதுகஷ்டம். ஆனால், ஒருமுறை அதில் வெற்றியுண்டாயின் பிறகு எல்லோரிடத்திலும் ஜெயமே உண்டாகும். முதலில் வரவில்லையென்று நம்முடைய முயற்சியை விட்டுவிடக்கூடாது. நாம் சொல்லுகிறபடி விரல் விறைத்துப்போமாயின் அதை மடக்கிவிட்டுத் தூங்குகிறவனுடைய கையைநம்முடைய இடக்கையால் தூக்கிப்பிடித்துக்கொண்டுவலக்கையால் அவனுடையதோளிலிருந்து முன்கைவரையில் மெல்லமெல்லத்தடவி வழிக்கவேண்டும். வழிக்கும்போது, "உன்கை விறைத்துவிட்டது, விறைத்துவிட்டது, முடக்கமுடியாது, உன்னால்முடக்கமுடியாது" என்று மந்திரம் சொல்லவேண்டும். இவ்வாறு பத்துப்பன்னிரண்டு தடவை தடவிவழித்தால்

அவனுடைய கை மிக்க விறைப்பாகக்காணப்படும்; யாராலும் அக்கையைமடக்கமுடியாது. இவ்வாறிருந்தால் அது ஹிப்னுடிஸத் தூக்கம் என்றே நன்றாகத் தீர்மானம் செய்துகொள்ளலாம். ஆனால், சிலர் விழிப்புநிலையிலிருந்துகொண்டே விரலையும் கையையும்விறைப்பாக வைத்துக்கொள்வார்கள். இவ்விரண்டுக்கும் வித்தியாசம் தெரிந்துகொள்ளவேண்டுமாயின் பின் வருமாறு பரீக்ஷித்துப்பார்க்கவேண்டும்: அவன், ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்திலிருந்தால் நாம் கூப்பிட்டால் ஏன் என்று கேட்பான். வேறு யார் கூப்பிட்டாலும் அவருடையசப்தம் அவனுக்குக்கேட்காது. அவன் விழிப்புநிலையிலிருந்தால் யார் கூப்பிட்டாலும் ஏன் என்று கேட்பான்.

ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்தினின்றெழுப்புதல்.

தூங்குகிறவனைச் சடுதியிலெழுப்புதல் கூடாது; அப்படிச்செய்வதால் உங்களுக்குண்டாகும்வெற்றியெல்லாம் அடியோடு நின்றுவிடும்; தூங்குகிறவனிடத்தில் நீங்கள் எழுப்பப்போவதைச்சொல்லி, "நான்மூன்று எண்ணினால் நீ விழித்துகொள்ளவேண்டும்," என்று உச்சரித்து அவன் முன்னால் நிற்கவேண்டும்; உங்கள் இரண்டு கைவிரல்களையும் விரித்து அவன் முகத்திற்குமேலே அரையங்குல உயரத்திற்பிடித்து மேல்நோக்கித் தடவவேண்டும்; முகத்திற்படாமல்சிறிதுநேரம் இங்ஙனம் தடவிக்கடைசியில், "ஒன்று, இரண்டு, மூன்று விழித்துக்கொள்," என்றுசொல்லி அவன்நெற்றியில் வாயால் ஊதவேண்டும். இங்ஙனம் செய்தால் அவன் விழித்துக்கொள்வான்.

பாடம் 4.

சடுதியில் தூக்கமுண்டாக்கும் முறை.

மேற்கண்டபடி ஒருவரையே பலதடவைகள் தூங்கவைக்கப் பழகிவிட்டால் அத்தகையினரைச் சடுதியில் தூங்கவைக்கலாம். அதன் விபரம்:

மேற்படி வகையாரில் ஒருவனை ஒரு நாற்காலியில் உட்காரவைக்கவேண்டும். பிறகு அவன் சமீபத்தில் நாம் இப்போது இன்னது செய்யபோகிறோமென்று அவன் தெரிந்துகொள்ளாமல் அசட்டையாயிருக்கும்போது திடீரென அவன் சமீபத்திற்போய் அவன் கண்களை உற்றுப்பார்க்கவேண்டும். வலதுகை இரண்டுவிரல்களை அவன் வலதுபக்கத்துத்தாடையின்மீது வைத்து, "உனக்குப்பல்வலி உண்டாகிவிட்டது" என உறுதியாகவும் திட்டமாகவும் சொல்லவேண்டும். அப்படி மந்திரத்தை உச்சரித்தவுடனே அவனுக்குப் பல்வலி உண்டாகிவிட்டதாகத்தோற்றும். பிறகு, "நீ தூங்குவாயாக, உனக்கு நித்திரையுண்டாகிவிட்டது, உனக்கு நித்திரை வந்துவிட்டது" என்னும் மந்திரத்தை முன்போல் மனவுறுதியுடனும் மனத்திடத்துடனும் உச்சரிக்கவேண்டியது. தக்ஷணமே அவனுக்கு நித்திரையுண்டாகிவிடும். பிறகு மேற்கண்ட பயிற்சிகளில்சொல்லியிருக்கிறபடி தடவுபாவனை முதலியவைகளை உபயோகித்து அயர்ந்த நித்திரைக்குக் கொண்டுபோகவேண்டியது.

இவ்விதம் ஒருவரை ஒருதடவை தூங்கவைத்துவிட்டால் மறுதடவைகளில் அதிக சுலபமாகவும், அதிக

சீக்கிரமாகவும் தூக்கத்துக்குக் கொண்டுபோக ஏது வாகும். அவரை ஒருநாற்காலியில் உட்காரவைத்து, "ஒன்று, இரண்டு, மூன்று, நீ தூங்கிவிடு" என்று சொன்னவுடன் அவர் தூங்கிவிடுவார்.

இந்தத் தூக்கத்தினின்றெழுப்புவதற்கும் முந்தி ய முறையையே அனுசரிக்கவேண்டும்.

கடிதமூலமாகத் தூங்கவைத்தல்.

உன்னால் பலதடவைகள் தூங்கவைக்கப்பட்டவர் கள் கடிதமூலம் தூங்கவைக்கத் தகுதியானவர்கள். இ வர்களுக்குக் கடிதமெழுதித் தூங்கவைக்கும் விதம்:

ஒருதுண்டுக் கடுதாசியில், "நீ சீக்கிரம் தூங்கிவி டுவாய், உன்னால் தூங்காமலிருக்கமுடியாது, நீ தூங்கு கிறாய், அயர்ந்த தூக்கம்"எனப் பெரும் எழுத்தாக எ ழுதி உன்னுடையபெயரையும் அதன்கீழ்ப் பெரும் எ ழுத்தாக எழுதிக் கவருக்குள்வைத்துத் தபால்மூலம் அனுப்பிவிடவேண்டும். அதுசேர்ந்து அதை வாசித் தவுடன் அவனுக்கு நித்திரை யுண்டாகிவிடும்.

தந்திமூலம் தூங்கவைத்தல்.

மேற்கண்ட மந்திரத்தைத் தந்திமூலம் அனுப்பி னால் அதுசேர்ந்து அதை வாசித்தவுடனே தூக்கமுண் டாகிவிடும்.

சாதாரண தூக்கத்திலிருந்து ஹிப்னடிஸத் தூக்கத்திற்குக் கொண்டுபோகும் முறை.

தூங்கிக்கொண்டிருக்கிறவனிடம் சந்தடிசெய்யா மல்போய், "தூங்கு, நல்ல தூக்கம், நீ விழித்துக்கொள்

ளாதே, அயர்ந்த நித்திரை, ஆழ்ந்த நித்திரை, பயப்படாதே"எனப் பலதடவைகள் தாழ்ந்த சுரலோடு மெதுவாக உச்சரிக்கவேண்டியது. அவன் விழித்துக்கொள்ளக்கூடிய குறிகள் ஏதேனுமுண்டானால் மேற்படி மந்திரத்தை உச்சரிக்காமல் சும்மா இருந்துவிடுவது நலம். அப்படியில்லாவிட்டால் ஐந்துநிமிஷம் வரையில் மேற்படி மந்திரத்தை உச்சரித்துக்கொண்டு முகத்திலிருந்து மார்புவரையில் தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. இன்னும் உன் உள்ளங்கையை அவன் தலைமீது மெதுவாகவைத்து, "என் சப்தத்தைத் தவிர மற்றவர்களின் சப்தத்தை நீ கேட்கமாட்டாய், நீ அயர்ந்தநித்திரையிலிருக்கின்றாய்", எனப்பலதடவைகள் உச்சரிக்கவேண்டியது. பிறகு உனக்கு இஷ்டமான கேள்விகளைக்கேட்டு அவன் விழித்துக்கொள்ளாமல் தகுந்த உத்தரவுகொடுத்தால் அவன் ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்திலிருக்கிறானென்றும், விழித்துக்கொண்டுஉத்தரவுகொடுத்தால் ஹிப்னுடிஸத் தூக்கமில்லையென்றும்தெரிந்துகொள்ளவேண்டியது.

பாடம் 5.

மேஸ்மரிஸ வேடிக்கைகள்.

ஒருவன் ஹிப்னுடிஸ சம்பந்தமான விநோதம் செய்துகாட்டப் போகுமுன் தன்னால் இலகுவில் ஹிப்னுடிஸ்ம் செய்யக்கூடிய இரண்டொருவரைப் பக்கத்தில் வைத்துக்கொண்டு சபைமுன்போய்த் தான் செய்யப்புகும் வேலையால் ஒருவருக்கும் தீங்குண்டாகாதென்று எடுத்துச்சொல்லிச் சபையோருக்குத் தன்

னிடத்தில் நம்பிக்கையுண்டாகும்படி செய்யவேண்டும். பிறகு அந்தச் சபையிலிருந்து வேடிக்கை செய்து கொள்ள இஷ்டப்பட்டவரை அழைக்கவேண்டும். அங்கிருந்து சிலர் எழுந்துவரும்போது, "உங்களுக்கு ஒன்றுந்தீங்கில்லை, உங்களை ஹிப்னுடிஸ்ம் செய்து என்வசத்தில் வைத்துக்கொள்வேன்," என்று சொல்லி, அவர்கள் முன்னேவந்தவுடன் ஒருவனைமட்டும்வைத்துக்கொண்டு மற்றவரை ஒரு பக்கத்திலிருக்கும்படி செய்யவேண்டும். சபையோரை நிசப்தமாகவும், அமைதியாகவும் இருக்கச்செய்து வாத்திபக்காரனிடம் மிருதுவாகவும், இனிமையாகவும் வாசிக்கும்படி சொல்லவேண்டும். வேடிக்கை செய்துகொள்ளவந்தவர்களில் பயனில்லாதவரைப்பார்த்து விலக்கிவிடவேண்டும். உட்காரும்போது கால்மேல் கால் போட்டிருப்பவனையும் விலக்கிவிடவேண்டும். குடிகாரரையும், அகம்பாவமுடையோரையும் விலக்கி ஏனையோரைச் சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டும்.

இவ்வாறு தேர்ந்தெடுத்தவர்களுக்குச் சொல்வதையெல்லாம் கேட்டு நடக்கும்படி ஆக்ஞாபித்து அவர்களுடைய மனமும், புத்தியும், சுறுசுறுப்பும் அடங்கும்படி பின்வருமாறு செய்க: சாதாரணகுரலால்பேசி அதிக வெற்றியுண்டாக்கும் நம்பிக்கையைக் காட்டவேண்டும். ஒவ்வொருவரையும் அவரவருடைய வலது உள்ளங்கையில் இடது உள்ளங்கையை வைக்கச்செய்து ஒவ்வொருவருடைய இடதுபுறங் கையின்மேலும் ஒவ்வொரு பையை (ஒரு அணுவில் பன்னிரண்டிலொன்றாகிய நாணயம்) வைக்கவேண்டும். அப்படி வைத்த நாணயம் ஒவ்வொன்றிலும் நடுவில் கறுப்புப்

புள்ளி ஒன்று வைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும். பின்பு அவர்களது கையைத் தங்கள் முகத்திற்கு நேராகப் பத்துப்பன்னிரண்டு அங்குலதூரத்தில் தூக்கிப் பிடித்திருக்கச்சொல்லவேண்டும். அதன்மேல் அந்தப் புள்ளியை ஒவ்வொருவரும் உற்றுநோக்கும்படி ஆக்ஞாபித்து முதலில் தனியாகத் தேர்ந்தெடுத்து வைத்திருக்கிற ஒருவனை ஹிப்னுடிஸம் செய்யவேண்டும். இவ்வாறு இவர்களெல்லோரும் அவரவருடைய நாணயத்தை ஆவலோடுஉற்றுநோக்கும் போது மற்றவேலை ஒவ்வொன்றும் செவ்வனே நடைபெறும். ஒருவனைத் தூங்கவைக்கும்போது எல்லோருக்கும் அதிகஆச்சரியமுண்டாகும். சாதாரணமாக இரண்டு மூன்று நிமிஷத்தில் தூங்கவைக்கும் சக்தியுடையோர்தாம் சபைகளில்தொழில்செய்யக்கூடியவர்.

பக்கத்தில் உட்கார்ந்திருப்பவர்களில் இருவரிடம் நாணயத்தை வாங்கிக்கொண்டு நடுவில்வரச்சொல்லவேண்டும். அவ்விருவரையும் கண்ணைமூடி உட்காரவைத்து அவர்களுக்கு நித்திரை வரவேண்டுமென்று நிச்சயித்து அவர்களுடைய நெற்றியில் கையால் தடவவேண்டும். பிறகு வலக்கையை அவர்களுடைய இடப்பக்கத்துச் செவியின் மேற்புறத்தில் வைத்துப் பெருவிரலை அவர்களுடைய புருவமத்தியில் சேர்த்து மிருதுவாக அழுத்தவேண்டும். பார்வையை அவர் புருவமத்தியிற்செலுத்தித் தூக்கமென்பதை மனனஞ்செய்யவேண்டும். இவ்வாறு அவர்களுக்குத் தூக்கத்தையுண்டாக்கி, "இப்போது உங்களால் கண்ணைத்திறத்தல் முடியாது, திறந்து பாருங்கள்," என்று சொன்னால்,

அவர்களால் திறத்தல் முடியாது. இந்த முறையாகவாகிலும், அல்லது மூன்றாம்பாடத்தில் சொல்லிய இரண்டு முறைகளின்படியாகவாயினும் எல்லோரையும் தூங்கவைத்து, தூங்காமல் விழித்துக்கொண்டிருப்பவரை விலக்கி விடவேண்டும்.

அவர்கள் உண்மையான ஹிப்னடிஸ உறக்கத்திற்றான் இருக்கிறார்களாவென்று பரீக்ஷித்துத் தெரிந்தபின் தூக்கத்திலிருந்துகொண்டே அவருடைய கண்ணிமைகளைமட்டும் திறக்கச்சொல்லவேண்டும். மனிதன் பிறந்தது முதல் தூக்கத்துக்கு அடையாளம் கண்ணைமூடிக்கொண்டிருப்பதுதான் என்று தெரிந்துகொண்டிருப்பதால் தூக்கத்திலிருந்துகொண்டே கண்ணைமட்டும் திறப்பதென்றால் கஷ்டமாகத்தானிருக்கும். "கண்ணைத்திறவுங்கள், இமையைமட்டும் திறவுங்கள், தூக்கத்திலிருந்துகொண்டே திறக்கவேண்டும், தூக்கத்திலிருந்து விழித்துக்கொள்ளக்கூடாது, கண்ணைமட்டும் திறக்கவேண்டும், கண்ணில் கஷ்டம் இல்லை, கண்ணீர் உண்டாகாது, நோய் உண்டாகாது, இலேசாகக் கண்ணைத் திறந்துகொள்ளமுடியும், கண்ணைத்திறப்பதில் எவ்வகைக் கஷ்டமும் இல்லை, திறவுங்கள்" என்று மனவுறுதியோடு மந்திரம் சொல்லவேண்டும். இவ்வாறு சொன்னபின்னரும் அவர் தாமே கண்ணைத்திறந்து கொள்ளாவிடின் நம்முடைய கைகளால் அவருடைய இமைகளைத் திறக்கவேண்டும். திறந்தகண்ணை மூடக்கூடாதென்று மந்திரம் சொல்லவேண்டும்.

இந்த நிலைமையில் அவர்கள் இருந்தால் அவருக்கு எல்லாவகைப் பொய்த்தோற்றங்களையும் காட்டலாம். அவருக்கெதிரில் ஒரு குளமிருப்பதாகவும், அதில் தாண்

டில்போட்டு மீன்பிடிக்கவேண்டுமென்றும் கையில் ஒரு கொம்பைக்கொடுத்தால் அவர் உண்மையில் மீன்பிடிப்பவர்போல் நடிப்பார். அவருக்கெதிரில் பசும்புல்தரை தெரிகிறதென்றால் அவ்வாறே தெரியும். அவர் ஹிப்னடிஸத் தூக்கத்திலிருந்தபோதிலும் முதன் முதலில் பொய்த்தோற்றத்தை உண்டாக்கும்பொருட்டு நாம் மந்திரம் செல்லும்போது நாம் சொல்லுகிற வஸ்து தம் கண்ணுக்குத்தெரியவில்லையென்று சொல்லுவார். அதனால் குற்றமில்லை. நாம் சொல்லுகிற பொய்த்தோற்றம் அவர் கண்ணுக்குத்தோற்றுகிறவரையில், "தெரிகிறது, நன்றாகப் பாருங்கள், இதோதெரிகிறது" என்று உறுதியாக மந்திரம் சொல்லவேண்டும். நம்முடைய வாக்கின் வன்மைக்குத் தக்கபடி அவர், நாம் சொல்வதெல்லாம் செய்வார். அவர்களெல்லோரையும் ஓர் அதிசயத்தோட்டத்துக்கு அழைத்து வந்திருப்பதாகச் சொல்லி அதிலுள்ள பழங்களைப்பறித்துத் தின்னும்படி ஆக்ஞாபித்தால் அங்ஙனமே அவர்கள் செய்து நடிப்பார்கள். சிலருக்கு வார்த்தையும், தலையசைப்பும் அதிகமாகக் காணப்படும். மற்றுஞ்சிலர் அந்தத் தோட்டத்தில் ஒன்றையும் பறிக்கக்கூடாதென்று பயந்திருப்பவர்போற் காணப்படுவர். வேறுசிலர் அதன் உல்லாசத்தைக்கண்டு * கேளிவிலாசம் செய்து நிற்பர். எல்லோரும் அவரவருடைய மனநிலைமைக்குத் தக்கவாறு அந்தக் கனாத் தோற்றத்தை யனுபவிப்பார். அவர்கள் கண்டதெல்லாம் கனவல்லாது மெய்த்தோற்றமன்று. அவர்களில் ஒருவன் அந்தத் தோட்டத்தின் ஒருமூலையிலுள்ள தேன் கூண்டொன்றைக் கலைத்ததால் எல்

---

*விளையாடிப்பொழுதுகழித்தல்.

லோரும் தேனீக்களால் துன்புறுவாரென்று சொன்னால் அப்போதுண்டாகும் அதிசயம் மிகப்பெரிதாயிருக்கும். சிலர் தேனீக்களோடு சண்டைபுரிவர்; இன்னுஞ்சிலர் கோபத்தால் பொங்குவர்; வேறுசிலர் தரையிலுட்கார்ந்து தேனீ கடிக்காமல் தேகத்தைப் போர்த்துக்கொள்ளுவர்; சிலர் குழந்தைகள்போல் கதறியழத் தொடங்குவார். பிறகு அவர்களை ஒரு * மயானத்திற்கு அழைத்து வந்திருப்பதாகச்சொன்னால் ஒருவன் அங்குக் காணப்படும் பேயால் வருந்துவான்; ஒருவன் இளமை நிலையாமை, தேகநிலையாமை முதலியவற்றைப் பற்றிச் சிந்தித்து நிற்பான்; அங்கே யெரிக்கப்பட்ட தன் பந்துக்களை நினைத்து ஒருவன் அழுவான். இவ்வாறு அவர்களை வைத்துக்கொண்டு வேறு வேறு விநோதங்களைச் செய்துகாட்டலாம். பக்கத்திலுள்ள வாத்தியக்காரனை நர்த்தனத்துக்குரிய முறையாக வாசிக்கச்சொன்னால் ஹிப்னடிஸத் தூக்கத்திலிருக்கும் அவர்கள் தாமாகவே நடனஞ்செய்ய ஆரம்பிப்பர். இத்தகைய வேடிக்கையைக் கண்ணுறுஞ் சபையோர் அடையும் இன்பத்திற்கு அளவுகூறல் முடியாது.

அவர்களிலொருவனைச் சரியாக நிற்கச்செய்து அவனுடைய தேக முழுவதையுமாவது, ஏக தேசத்தையாவது விறைப்புண்டாகும்படி செய்யலாம். இதை யெல்லோருக்குங் காட்டிப்பின்பு அவனுக்குத் தளர்ச்சியையுண்டாக்கித் தூக்கத்தைக் கலைக்காமல் நிற்கச்செய்து கீழே விழும்படிசொன்னால்உடனே அவன்விழுவான். கீழே அவனுக்கு அபாயமுண்டாகாமல்படுக்கச்செய்து

* சுடுகாடு.

இன்னும் நால்வரையழைத்து அவர்களிடத்தில் இவன் நோயால் வருந்துகிறானென்று சொன்னால் அந்த நால் வரும் அவனைச் சுற்றி வைத்தியம்செய்ய ஆரம்பிப்பார் கள்; அது பார்ப்பவருக்கு அதிக விசித்திரமாயிருக் கும்.

அவர்கள் அந்த நோயாளி இறந்துவிட்டானென் று நம்பிப் பிரேதக்குழிக்குத் தூக்கிக்கொண்டுபோவார் கள். அவர்கள் அவனைச் சவக்குழியில்வைத்து மூடு வதுபோல் நடிக்கும்போது அவர்களால் இறந்தவனாகக் கருதப்பட்டவனை ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்தினின்றெழுப் பிவிட்டால் அவன் திடீரென்று எழுந்து ஓடுவான். அப்போது சவக்குழியினின்று பைசாசம் கிளம்பிவிட் டதென்று மற்றை நால்வருக்கும் சொன்னால் ஹிப்னு டிஸ மயக்கத்திலேயே யிருக்குமவர்கள் உண்மையாக வே பைசாசம் வந்ததென்று நினைத்து ஒருவன் ஒருதிக் கிலும், இன்னொருவன் ஒரு நாற்காலியின் பக்கத்தி லும், மற்றையிருவரும் வெவ்வேறு திசையிலும்ஓடி ஒ ளித்துக்கொள்வர். இவ்வாறு எத்தனையோ அதிசயங் களைச்செய்துகாட்டுதல் கூடும். செய்பவருடைய சக் திக்கும், புத்திக்கும் ஏற்ப வேடிக்கையும், அதிசயமு முண்டாகும். கடைசியில் அவர்களெல்லோரையும் தூக்கத்தினின்றெழுப்பி அவர்களுக்கு நல்ல பிரக்ஞை யுண்டாகுமட்டுங் கவனிக்கவேண்டும்.

முதலில் பழக்கம் செய்வோர் இலேசான வேலைக ளைச் சொல்லிச்சொல்லித் தேர்ச்சிபெற்றபின் பெரியகா ரியங்களைச் சாதிக்கமுயலவேண்டும்.

சிறுவேலைகளில் ஜெயமடைந்தபின் மூக்கில் ஒரு காகிதத்துண்டை வைத்து நல்லமல்லிகையின் வாசனை வீசுகிறதென்று சொன்னால் அப்படியே அவன் மூக்கில் வீசும். சும்மா இருக்கும்போதும் எவ்வகை வாசனையையும் அவன் மூக்கில் தோற்றும்படி செய்யலாம். இப்படியே நாவின் ருசியையும்மாற்றிவிடலாம். நீரைப் பாலென்றும், வெங்காயத்தை அத்திப்பழமென்றும், பச்சைமிளகாயை இனியருசியுள்ள ஒரு பழமென்றும், இனிப்பைக் கசப்பென்றும், புளிப்பை உறைப்பென்றும் சொன்னால் அப்படியே அவன்நடிப்பான். நாவின் ருசியை மாற்றினதுபோல் தேகத்தின் உணர்ச்சியையும் போக்கிவிடலாம். "உன் உடம்பில் வலியில்லை" என்று சொல்லிவிட்டால் தேகத்தில் எவ்வகை உணர்ச்சியும் உண்டாகாது. பிரம்பால் அடித்தாலும் கத்தியால் வெட்டினாலும் சலாகையால் குத்தினாலும் தீயால் சுட்டாலும் அவனுக்கொன்றும் தெரியாது. விழித்துக் கொண்டபின்னரும் எவ்வகைத் தீங்குமுண்டாகாது. இவ்வகைச்சக்தி ஹிப்னாடிஸத்துக்கு இருப்பதனால் உடம்பிலுண்டாகும் கத்தியாடவேண்டிய எல்லா வியாதிகளையும் நோயில்லாமல் சஸ்திரம் செய்யலாம். குளோரோபாரம் கொடுப்பதால் ஆயுளுக்குப்பின்னமுண்டாகக்கூடும். அப்படிக் குளோரோபாரம் கொடுத்தபோதிலும் உடம்பிலுள்ள முழு உணர்ச்சியும் போவதில்லை. சிறிதுநோய் இருந்துகொண்டே இருக்கும். ஹிப்னாடிஸ மயக்கத்தில் வைத்து சஸ்திரம் செய்தால் நோய் சிறிதும் இருப்பதில்லை. ஆயுளுக்கும் பின்னமுண்டாகாது. இவ்வாறு பஞ்சேந்திரியங்களையும் ஏமாற்றிப் பொய்த்தோற்றங்களை உண்டுபண்ணலாம். இப்

படி உண்டாக்கப்படும் பொய்த்தோற்றங்கள் இத்தனை யென்று வரையறுத்துச் சொல்லமுடியாது. செய்கிற வருடைய யுக்திக்குத் தக்கபடி எதையும் செய்பச் சொல்லலாம்.

உடம்பை விறைக்கச்செய்தல்.

ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்திலிருக்கும்போது கையை விறைக்கச் செய்வதுபோல் அவனுடைய உடம்பு முழுதையும் கட்டைபோலாக்கி விடலாம். தூங்குகிறவனை நேராக நிற்கச்செய்து நாம் அவனுடையபின்புறத்தில் நின்றுகொண்டு பிடரியிலிருந்து கணுக்கால்மட்டும் தடவுபாவனை செய்யவேண்டும். நாலைந்துமுறை தடவு பாவனை செய்து, "உன்னுடைய தேகம் விறைத்துவிட்டது, நன்ருக விறைத்துவிட்டது, துவளாது, கட்டைபோலிருக்கும்" என்னும் மந்திரத்தை உறுதியாகச்சொன்னால் அவனுடைய தேகம் அப்படியே கட்டைபோல் நிற்கும். அப்பொழுது தலைப்புறத்தில் ஒரு நாற்காலியும், கணுக்காலுக்குக்கீழ் ஒரு நாற்காலியும் வைத்து அவனுடைய உடம்பை அந்த நாற்காலிகளின்மேல் படுக்கவைத்தால் அது சிறிதும் வளையாமல் நேராகநிற்கும். இடுப்புக்குக்கீழ் ஆதாரவில்லாமற்போயினும் அவனுடம்பு நேரே பாலம் போல் விறைத்திருக்கும். அந்த உடம்பின்மேல் எண்ணூறுசேர் பாரத்தை ஏற்றிஞலும் வளையாது. இது தான் ஆச்சரியத்துக்கெல்லாம் ஆச்சரியம். இதைநோக்கும்போது ஒரு மனிதனுடைய தேகத்தில்காணப்படும் சக்திக்கு அளவில்லையெனத் தெரிகிறது.

பாடம் 6.

போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரம்.

ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்திலிருக்கும்போது பெரும்பாண்மையான சித்திகளெல்லாம் மந்திரத்தாலேயே உடாகின்றன. விரலை விறைக்கச்செய்தல் கண்ணுக்கெதிரில் ஒரு குளத்தைக்காட்டுதல் முதலிய அற்பவேலைகளிலிருந்து போஸ்ட் ஹிப்னுடிக்மந்திரம் என்னும் மகாநுட்பமான சித்திவரையில் எல்லாவேலைகளும் மந்திரத்தால் நிறைவேறுகின்றன. அற்பவேலையிலிருந்து மகா சித்திவரையில் உண்டாகும் வெற்றிகளெல்லாம் செய்கிறவருடைய சாமர்த்தியத்துக்கும் செய்து கொள்பவருடைய பக்குவநிலைக்கும் தக்கபடி உண்டாகும். எல்லாவெற்றியும் செய்கிறவனுடைய வாக்கு வன்மையிலிருந்தே உண்டாகின்றது' தூங்குகிறவன் வேறொருவனுடைய கேள்விகளுக்கு உத்தரம் சொல்லமாட்டான். ஆனால், செய்கிறவனுடைய ஒவ்வொரு வார்த்தையும் அவன்காதில் கேட்கும். செய்கிறவன், பிறருடைய வார்த்தை தூங்குகிறவனுடைய காதில் விழவேண்டும் என்று உத்தரவுகொடுத்தால் அப்பொழுது விழும். ஒவ்வொரு மந்திரத்தையும் அழுத்தமாகச் சொன்னால் அது உடனே பலிக்கும்.

போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரம் ஏற்றும் விதம்.

ஒருவரை ஹிப்னுடிஸம்செய்து ஆழ்ந்த தூக்கத்துக்குக்கொண்டுபோய், "நீர் எழுந்தவுடன் இன்ன காரியத்தைச் செய்யவேண்டும்" என்று பலதடவைகள் உறுதியாக மந்திரம்சொன்னால் அவர் எழுந்தவுடன் அவ்

வாறே அவ்வேலையைச்செய்து நிறைவேற்றுவார். ஆனால். இவ்வாறு செய்யும்போது, ஒருவரால் செய்பத்தகாத விஷயங்களைப்பற்றியும், கெடுதியுண்டாக்கும்விஷயங்களைப்பற்றியும் செய்யும்படி மந்திரம் சொல்லலாகாது. இந்த விஷயங்களைப்பற்றி அதிக ஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டியது. இன்னும், இவ்வாறு மந்திரம் சொல்லும்போது எழுந்தவுடனேயோ, அல்லது மறுநாளோ, அல்லது அடுத்தவாரமோ, அல்லது அடுத்தமாதமோ, அல்லது அடுத்தவருஷமோ தூங்குகிறவன் செய்யவேண்டியகாரியத்தைக்குறித்து மந்திரம்சொல்லலாம். மந்திரத்தைப் பலமாக்கும்படி திருப்பித்திருப்பிப் பலதடவைகள் சொல்லவேண்டும். ஒருவனுக்கு போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரத்தை ஏற்றவேண்டுமானல் அவனை ஆழ்ந்தநித்திரைக்குக் கொண்டுபோகவேண்டியது மிகவும் ஆவசியகம். அவ்வாறு ஆழ்ந்தநித்திரைக்குக்கொண்டுபோகாவிட்டால் ஷை மந்திரம் பலிக்காது.

குறிப்பு.

ஷை போஸ்ட் ஹிப்னுடிக்மந்திரத்தில் அடையாள மந்திரங்கள் உபயோகிப்பது இவ்வாறு என்பதைச் சிறிது விளக்குவோம்: ஒருவன் தூங்கும்போது, அவன் எழுந்தவுடன் இன்ன மனிதனைப்பார்த்துச் சிரிக்கவேண்டும், நான் கையைநொடிக்கும்போது தானே சிரிப்புண்டாகும் என்று போஸ்ட் ஹிப்னுடிக்மந்திரம் சொல்வதாக நினைத்துக்கொள்வோம். சிரிக்கவேண்டும் என்பது முதல் மந்திரம். கையை நொடித்தவுடன் சிரிப்புண்டாகுமென்பது இரண்டாவதுமந்திரம். இந்த இரண்டு மந்திரங்களையும் ஏற்றுக்கொண்டு, அவன் தூக்கத்திலிருந்து விழிக்கிறுன். அட்போது நாம்குறிப்பிட்டமனி

தனைப்பார்த்தவுடன் அவனுக்குச் சிரிக்கவேண்டும் என்னும் எண்ணம் உதிக்கிறது; ஆனால், அவன் சிரிக்கக்கூடாதென்று சிறிது அடக்கிக்கொள்ளுகிறான். இவ்வாறு முதல்மந்திரம் அரைகுறையாக நிறைவேறிக்கொண்டிருக்கும்போது நாம்கையை நொடித்தால் இரண்டாவது மந்திரமும் அவனுக்கு அதிகமான உணர்ச்சியை உண்டாக்குகிறது. இரண்டு மந்திரமும் ஒன்று சேர்ந்தபின் அவனால் சிரிப்பை அடக்கமுடியாது. சிரிக்கவேண்டும் என்னும் உணர்ச்சி அதிகப்பட்டவுடன் குறிப்பிட்டமனிதனிடம் சென்று அவனைப்பார்த்துக் குலுங்கக்குலுங்க நகைப்பான்.

"நீ எழுந்தபின், நான் என்னுடையகாலைத் தரையில் தட்டினவுடன் இன்னானுடைய மூக்கைப்பிடித்து இழுக்கவேண்டும்" என்று நாம் மந்திரம்சொல்வதாக வைத்துக்கொள்வோம். தூங்குகிறவன் விழித்துச் சிறிதுநேரம் சென்றபின் நாம் காலால் தரையில் தட்டுகிறோம்; அப்போது நாம் சொன்னபடி ஒரு அருவருப்பான காரியத்தைச் செய்யவேண்டும் என்னும் எண்ணம் அம் மனத்தில் உதிக்கிறது. ஆனால், அவன் தன்னுடைய இயற்கை நற்குணத்தால் குறிப்பிட்ட மனிதனுடைய மூக்கைப்பிடித்து இழுக்க மனம் துணியாமல்தயங்குகிறான். நாம் மேன்மேலும் காலைத்தட்டிக்கொண்டேயிருக்கிறோம். ஒரு நிமிஷத்திற்குள் அந்த எண்ணம் அவன்மனத்தில்நன்றாகப்பதிந்துவிடுகிறது. மந்திரசக்தி அதிகப்பட அதிகப்பட அவனுடைய இயற்கையறிவு குறைகிறது. உடனே சிறிதுநேரத்திற்குள் நாம் சொன்னவண்ணம் அவன்குறிப்பிட்டமனிதனுடையமூக்கைப்பிடித்து இழுக்கிறான். மேற்கூறியஉதாரணங்களால் போ

ஸ்ட்ஹிப்னுடிக்மந்திரத்தில் அடையாள மந்திரங்களை உபயோகிக்கும் விதத்தை எடுத்துக்காட்டினேம். ஆனல், இப்படிப்பட்ட வேடிக்கையான காரியங்களுக்குத்தான் போஸ்ட் ஹிப்னுடிக்மந்திரம் உபயோகப்படும் என்று நினைக்கவேண்டாம். ஹிப்னுடிஸ்ம் செய்கிறவர் அறிஞராயிருந்தால் ஆயிரக்கணக்கான நன்மையான காரியங்களில் போஸ்ட் ஹிப்னுடிக் மந்திரத்தை உபயோகப்படுத்தலாம். வியாதிகளை நீக்குவதற்கும், தீயகுணங்களை மாற்றுவதற்கும் இம்மந்திரம் அமிர்தம்போல் பயன் தரும். வேறுவேறுவகையான அநேகமந்திரங்களை ஒரேகாலத்தில் சொல்வதுகூடாது. ஆனல், ஒரேகாரியத்துக்குரிய பலமந்திரங்களைச் சொல்லலாம். ஒருமுறை மந்திரம்சொல்லும்போது ஒரேகாரியத்துக்குரிய மந்திரத்தைமட்டும் சொல்லவேண்டும்.

பாடம் 7.

ஹிப்னுடிஸ வைத்தியம்.

இதைப்பற்றிய வகைகளும் சித்தாந்தங்களும் நமது மாணிடவசியம் 10. ஆம் அதிகாரத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகையால், இதை வாசிக்குமுன் ஒவ்வொருவரும் அதை வாசித்துக் கவனத்தில்வைக்கவேண்டியது.

இந்த ஹிப்னுடிஸ வைத்தியத்தை இந்தியாமஹாஹிப்னுடிஸம், மேல்நாட்டு ஹிப்னுடிஸம் என்னும் இருபெரும் பிரிவாகப்பிரித்துச் சொல்கின்றேம்.

மேற்படி இருவகை ஹிப்னுடிஸ வைத்தியத்தையும் அப்பியாசிக்கவிரும்புவோர் அனுசரிக்கவேண்டிய முக்கிய பொதுவிதிகள்.

1. தெய்வவுபாசனையும், அன்பும், திரிகரண சுத்தியும், வியாதிகளைக்கண்டு அஞ்சாத தீரத்துவம், நோயாளியின் நோயைத் தம்மால் நிவர்த்திக்கக்கூடுமென்னும் முழுநம்பிக்கை, மன திடன், மனவுறுதி ஆகியவைகளும் அப்பியாசியிடத்தில் இருக்கவேண்டியது இந்த வைத்தியத்தின் பிரதான அம்சம்.

2. தாம் கபடமில்லாதவராகவும் உண்மையுள்ளவராகவுமிருக்கவேண்டும். சிகிச்சைசெய்யும்போது சீக்கிரம் வியாதி தீர வேண்டுமானால் பரிசுத்தமான எண்ணமுடையவராயிருக்கவேண்டும்.

3. தம்முடைய சக்தியைப்பற்றித் தாமே தற்புகழ்ச்சி செய்துகொள்ளலாகாது.

4. சாதாரண வைத்தியர்கள் இந்த வைத்தியத்தைப்பற்றியும், தம்மைப்பற்றியும் ஏதேனும் குறை சொல்லினும் அதற்குப்பதிலாக அவர்களைப்பற்றி ஒரு குறையும் சொல்லலாகாது.

5. தம்முடைய வார்த்தைகளாலும் செய்கைகளாலும் நோயாளியின் வியாதியைத் தம்மால் தீர்க்கக்கூடுமென்னும் நம்பிக்கை நோயாளிக்கு உண்டாகும்படி செய்யவேண்டியது.

6. தம்முடைய சிகிச்சையில் நோயாளிக்கு நம்பிக்கைக்குறைவாயிருந்தாலும் நம்பிக்கையில்லாவிட்டாலும் அதைப்பற்றித்தாம் ஆபாசப்படலாகாது. வியா

தியஸ்தனுக்கு அப்படி நம்பிக்கைக்குறைவு ஏற்பட்டாலும், தாம்செய்யும் சிகிச்சைக்கு அது ஒரு இடையூறுகாதென்றும், தம் சிகிச்சையினுல் குணமுண்டாகக்கூடுமென்றும் நோயாளிக்குச்சொல்லித் தம் சிகிச்சையைவிடாமல் செய்து வரவேண்டியது.

7. தாம் செய்யும் சிகிச்சையில் முழுகவனத்தையும் கருத்தையும் மனசக்தியையும் செலுத்தவேண்டியது.

8. எப்பொழுதும் தம்மிடத்தில் கோபக்குறிகள் கொஞ்சமுமில்லாமல் அதிகசாந்தத்துடனும் அமைதியுடனும், புன்சிரிப்பான முகத்துடனும் வியாதியஸ்தனோடு சம்பாஷிக்கவேண்டும்.

9. இந்தச் சிகிச்சையினுல் எவ்வித கெடுதியும் எவ்விததுன்பமும் உண்டாகாதெனநோயாளிக்கு வற்புறுத்திச் சொல்லவேண்டும். அவர்கள் ஏதேனும் மருந்து சாப்பிட்டுவந்தால் அதைச் சாப்பிடவேண்டாமென்றும், வேறுவிதசிகிச்சைசெய்துவந்தால் அதைச் செய்யலாகாதென்றும் எவ்விததடையும் செய்யலாகாது. ஆனுல், அந்தச் சிகிச்சைகளைப்பார்க்கிலும் இந்தச் சிகிச்சையில் அதிக நம்பிக்கையும் விசுவாசமும் அவர்களுக்கு உண்டாகும்படி முயற்சிக்கவேண்டியது.

10. தம்முடைய கஷ்டநஷ்டங்களை வியாதியஸ்தர்களிடம் சொல்லக்கூடாது.

11. தமக்கு மனக்கவலையும் விசனமும் நேரிட்டிருக்கும்போது வியாதியஸ்தர்களுக்குச் சிகிச்சைசெய்யலாகாது.

12. தேகம், வஸ்திரம் ஆகியவைகள்பரிசுத்தமாயிருக்கவேண்டியது. கைகள், நகங்கள் ஆகியவை அதிக சுத்தமாயிருக்கவேண்டியது. தம்முடைய வாயில்துர்க்கந்தமிருக்கலாகாது. அப்படியிருந்தால் பேசும்போது கஸ்தூரி முதலிய சுகந்தவாசனைத் திரவியங்களை வாயிலடக்கி அந்த துர்நாற்றத்தை நீக்கிக்கொண்டு பேசவேண்டியது. தேகத்தில் வியர்வைநாற்றம், கற்றாழைநாற்றம் முதலிய துர்க்கந்தம் வீசினால் அதை மாற்றும்படி சுகந்தவஸ்துக்களைப் பூசிக்கொள்ளவேண்டும்.

13. ஒருவருடைய வியாதியை மற்றொருவரிடத்தில் சொல்லலாகாது. இன்னாருக்குச் சிகிச்சை செய்கிறேனென்றும் பிறருக்குத் தெரிவிக்கலாகாது. அப்படித்தெரிவிப்பதில் நோயாளியின் ஆக்ஷேபனையில்லாதிருந்தால் தெரிவிக்கலாம்.

14. நோயாளி பெண்பாலாயிருந்தால் அவரைத் தம்முடையதாயின் அல்லது சகோதரியின் ஸ்தானத்தில் பாவித்துச் சிகிச்சைசெய்யவேண்டியது. அப்படிச் செய்யும்போதும் பக்கத்தில்இரண்டொருமனிதர்களை சாக்ஷியாக வைத்துக்கொண்டு சிகிச்சைசெய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும்.

15. குஷ்டம் முதலிய தொற்றுவியாதிகளுக்குத் தொட்டுச் சிகிச்சை செய்யலாகாது.

16. எந்த வியாதியையும் தாம் தீர்த்துவிடக்கூடுமென்னும் உத்தரவாதத்தை ஏற்றுக்கொள்ளலாகாது.

17. இன்ன வியாதி இன்னகாலத்திற்குள் தீர்ந்துவிடுமெனச் சொல்லமுடியாது; சில வியாதிகள் ஒரே

சிகிச்சையில் தீர்ந்துவிடும்; சில வியாதிகளுக்கு மாதக் கணக்காகச் சிகிச்சைசெய்யநேரிடும். ஆகையால், ஒரு வியாதி அதிசீக்கிரத்தில் குணப்படாவிட்டால், அதைரியப்படாமல் விடாமுயற்சியுடன் சிகிச்சைசெய்தால், முடிவில் நன்மையுண்டாகும். எந்த வியாதியிலும் ஆரம்பத்திலேயே அதிக குணமுண்டாகிவிடுமென்று பேராசைப்படலாகாது. தாம் இந்த வைத்தியத்தில் தேர்ச்சிபடைய அடைய வியாதியைக்குணப்படுத்தும் சக்தியும் விருத்தியடைந்துகொண்டேவரும்.

18. இந்த ஹிப்னுடிஸ சிகிச்சையில் எடுத்தஎடுப்பிலேயே குணம் தெரியாது. ஆனுல், சிகிச்சைசெய்த சில நாழிகைக்குப்பின்பு அல்லது சிறிதுநேரத்துக்குப் பின்பு குணங்காணும். ஆகையால் அவசரப்படலாகாது.

19. சிகிச்சை செய்யும்போது சந்தேகித்தச் சந்தேகித்தும், தாமதித்துத் தாமதித்தும், நோயாளியின் எதிரில் புஸ்தகத்தைப் பார்த்துக்கொண்டும் சிகிச்சை செய்யலாகாது. இப்படிச்செய்வதால் நோயாளியின் நம்பிக்கைக்குறைவிற் கேதுவாகும். ஆகையால், நோயாளிக்குச் சிகிச்சைசெய்யும் விதங்களைச் சந்தேகமறத் தெரிந்து கவனத்தில்வைத்து எவ்வித தாமதமுமின்றி முறைப்பிரகாரம் செய்துவரவேண்டியது.

20. வியாதிகளை நிவர்த்திசெய்து, பரோபகாரம் செய்யப்பிரியமுள்ளவராகவும் விடாமுயற்சியுள்ளவராகவுமிருக்கவேண்டும். இதனுல் அதிகப்பணம் சம்பாதித்துவிடவேண்டுமென்னும்பேராசைவைக்கலாகாது. ஏழை பிரபு என்னும் உயர்வுதாழ்வும் கருதிப் பாராம

க்ஷம் செய்யலாகாது. எல்லோரையும் சமமாகப்பாவிக்கவேண்டும்.

21. இந்தச் சிகிச்சைக்கு மனத்திடமும் சக்தியும் உறுதியும் மிக்க அவசியம். இதைப்பற்றிய விஷயங்களெல்லாம் மனோவசிய தத்துவம் 13-ஆம் அத்தியாயம் "மனமும் தேகமும்" என்ற தலைப்பின்கீழ் விபரமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகையால், சிகிச்சகர், சிகிச்சை செய்துகொள்பவர் ஆகிய இருவருடைய மனநிலைமை ஒன்றுபட்டிருப்பின் வியாதி அதிசீக்கிரம் தீர்ந்துபோக ஏதுவாகும்.

குறிப்பு.

மேற்கண்ட இருபத்தொரு விஷயங்களையும்ஹிப்னுடிஸவைத்தியத்தைக் கற்றுக்கொள்வோர் தவறாமல் கவனித்து அனுஷ்டித்துவருவார்களாயின், அவர்கள் செய்யும் சிகிச்சையினுல் அதிசீக்கிரம் குணமுண்டாகும். மேற்கண்ட ஒவ்வொரு விஷயங்களையும் விரித்தெழுதவேண்டுமாயின் ஒவ்வொன்றையும் ஒவ்வொரு அத்தியாயமாக எழுதலாம். ஆயினும், அறிவாளிகள் தம் தம் புத்திநுட்பத்தினுல் இவற்றின் கருத்தைத்தெளிவாகத் தெரிந்துகொள்வார்களாகையால், இவ்விடத்தில் இவை சுருக்கமாக எழுதப்பட்டிருக்கின்றன.

பாடம் 8.

இந்திய மஹா ஹிப்னுடிஸம்.

முதலாவது பயிற்சி.

இதனைக் கற்றுக்கொள்ளவிரும்பும் மாணுக்கன் சப்தமில்லாத ஓரிடத்தில் உட்காரவேண்டும். அப்ப

டி உட்காரும் இடம் வேறொருவர்வராத இடமாகவும், வேறுவித சப்தங்கள் கேட்காத இடமாகவும் தனித்த இடமாகவும் இருக்கவேண்டும். குளிர்ச்சியும் உஷ்ணமும் சமமாயிருக்கும்நேரத்தில் அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். இந்த அப்பியாசத்தை வயிறுநிறைந்திருக்கும் போதாவது, வெறும்வயிறுயிருக்கும்போதாவது செய்யலாகாது; ஆகாரமானது ஜீரணமாகியும் கொஞ்சம் ஜீரணமாகாமலுமிருக்கும்நேரம் இதற்கு உத்தமம். இந்த நிலைமை சாப்பிட்டு,மூன்று அல்லது நான்குமணிக்குப் பின் ஏற்படும். அப்பியாசம்செய்யும்போது, எந்தவேலையைப்பற்றியும் மனதில் கவலை வைத்துக்கொண்டிருக்கலாகாது.

மேற்கண்ட இலக்ஷணமுள்ளவிடத்திலும், நேரத்திலும், ஸ்திதியிலும் கண்களைமூடிக்கொண்டு உட்காரவேண்டும். அப்படிக் கண்களை மூடிக்கொண்டு மனதினாலும், கண்களினாலும் மூக்கின் அடிப்பாகத்தைநோக்கவேண்டும். இந்த இடத்துக்குச் சுழிமுனை ஸ்தானமென்று பெயர். அவ்வாறு நோக்கினவுடன் கண்ணையுங்கருத்தையும் அவ்விடத்திற் செலுத்தி ஒரே நிலையில் நிறுத்தவேண்டியது. இந்தச்சமயத்தில் வாயை மூடிக்கொண்டு மூக்கின் துவாரங்களினால் சுவாசிக்கவேண்டியது. இன்னும், இதில் நிச்சயமாக வெற்றியுண்டாகுமென்னும் பூரண உறுதியுடன் ஷை சுழிமுனையை நோக்கிக்கொண்டிருக்கவேண்டியது.

தினந்தோறும் இப்படியே 15 நிமிஷமுதல் 30. நிமிஷம்வரையில் அப்பியாசம் செய்யவேண்டியது. இவ்வாறு செய்வதற்கு நாள்தோறும் குறித்த ஒரேயி

டமும் குறித்த ஒரே நேரமுமாயிருப்பது உத்தமம். இதற்காக இரவு ஒருமணிநேரம் உத்தமமானதெனப் பெரியோர்கள் சொல்லியிருக்கின்றார்கள். ஆனால், அவரவர்கள் தம்தம் சாவகாசத்துக்குத் தகுந்ததுபோல காலத்தை நிச்சயித்துக்கொள்ளலாம். இந்தப்படி செய்யின் புருவமத்தியில் ஆரம்பத்தில்மப்புபரவியதுபோல் தெரிந்து பிறகு ஒளிதோன்றும். இவ்வாறு தெரியும் ஒளியானது முதலில் கருருஞ்சாயலான சிவப்பாயிருக்கும். பிறகு சிவப்பாக மாறி, அதன்மேல் சிறிது சிறிதாக வெண்மையாய்த் தோற்றிவரும். இன்னும் இதில் பலவித வர்ணங்களும் தோன்றும். இந்த நிலைமையில் மனதில் வேறொரு எண்ணத்தையும் வைக்காமல் ஷை வெளிச்சத்தையே கண்ணுங்கருத்துமாக நோக்கிக் கொண்டிருக்கவேண்டும். முழுகவனத்துடன் இவ்வாறு விடாமுயற்சியுடன் செய்துகொண்டுவரின் அவரவர்கள் மனதிடத்துக்கும் உறுதிக்கும் தக்கபடி இந்த அப்பியாசம் கூடியசீக்கிரம் சித்தியாகிவிடும். இந்த அப்பியாசத்தைச்செய்யும்போது இதனைத் தடுக்க அநேகவித இடையூறுகள் நேரும். அவற்றிற்கு அஞ்சாமல் செய்யவேண்டியது.

இந்த அப்பியாசம் சித்தியானதற்கு இலக்ஷணம்.

நினைத்தபோது கண்களை மூடிக்கொண்டு கவனத்தைச் சுழிமுனையில் செலுத்தினவுடனே புருவமத்தியில் காலைவெளிச்சத்தைப்போல வெண்ணிறமானவொளிதெரியும். இவ்வொளியை 30. நிமிஷம்வரையில் உற்றுப்பார்த்துக்கொண்டிருந்தாலும்எவ்விதத்தாலும் வருணபேத முண்டாகாது. இதுவே ஷை சித்தியானதற்கு இலக்ஷணம்.

இந்தக்காக்ஷி தோன்றினால் அப்பியாசிக்கு மகா ஆனந்தமுண்டாகி இந்த வொளியிலேயே இலயித்துப் போய்விடுவான். அவனுக்கு மற்ற இன்பங்களெல்லாம் இந்த இன்பத்துக்கு நிகராகமாட்டாது.

இந்த நிலைமைக்குப்பின் அடையவேண்டிய சித்திகளுக்கு இது ஒரு ஏணியாம். இது மகா இரகசியங்களுள் ஒன்று. வியாதிகளுக்குச் சிகிச்சைசெய்து வெற்றியடைய இந்தச் சித்தி அதிகமேலானதாகும்.

இந்த முதலாவது பயிற்சி சித்தியானபிறகு இதனடியிற்காணப்படும் இரண்டாவது பயிற்சியைப்பழக ஆரம்பிக்கவேண்டியது.

இரண்டாவது பயிற்சி.

முதலாவது பயிற்சிசித்தியானபிறகு, அதில்சொன்னமுறைப்படியே நினைத்தபோது கண்களைமூடிக்கொண்டு, முன்சொன்ன வெண்மை ஒளியை உற்றுநோக்கிக்கொண்டு பின்வரும் மந்திரத்தை இடைவிடாமல்சொல்லிக்கொண்டிருக்கவேண்டியது. "நான்எந்தவியாதியையும் நீக்கக்கூடும்; என்னால்சொஸ்தப்படுத்தி ஆரோக்கியத்தை உண்டாக்கக்கூடும்" இந்த மந்திரத்தைத்தினந்தோறும் மேற்கண்டபடி 30. நிமிஷம்சொல்லி அப்பியாசம் செய்யவேண்டியது. இன்னும் சாவகாசமான காலங்களிலும் மனதில் இந்த மந்திரத்தையே உச்சரித்துக்கொண்டிருக்கலாம். இவ்வாறு செய்துவரின் கூடியசீக்கிரம் இந்த அப்பியாசம் சித்தியாகிவிடும்.

ஷை அப்பியாசம் சித்தியான இலக்ஷணம்.

அப்பியாசி, வாசிக்கத் தெரிந்தவராயிருந்தால் இந்தத்தோற்றவொளியில் மேலேசொல்லிய மந்திரம் பெரி

ய எழுத்துக்களில் எழுதியிருப்பதாகப்புலப்படும். இன்னும் அவருடைய மனதில் வியாதியைநீக்கும் சக்தி தமக்கு உண்டாகிவிட்டதென நம்பிக்கை யுண்டாகிவிடும்.

படிக்கத்தெரியாதவர்களுக்கு மனதில் "வியாதியை நீக்கும்சக்தி உண்டாகிவிட்டது" என்னும் உறுதி ஏற்பட்டுவிடும். இதுவே இவர்களுக்குச் சித்தியான இலக்ஷணம்.

இந்த அப்பியாசம் சித்தியாகிவிட்டால் அற்ப வைத்தியனும் மகாபண்டிதனுப், மகாகஷ்டமான வியாதிகளையும் தீர்க்கும்படியான தைரியம், வீரத்துவம், சூரத்துவம் முதலியவை உண்டாகிவிடும்.

மூன்றாவது பயிற்சி.

மேற்கூறிய இரண்டாவது பயிற்சியிற் சித்தியான பிறகு, இந்தப் பயிற்சியின்படி பழகி வியாதியஸ்தரின் வியாதிகளை நீக்க முயற்சிசெய்யவேண்டியது.

அதன் விபரம்:

வியாதியஸ்தனின் எதிரில் உட்கார்ந்து, இரண்டு கண்களையும் மூடிக்கொண்டு, முதற்பயிற்சியில் சொன்ன தோற்றவொளியைப் பார்த்துக்கொண்டு, நோயாளியின் சுகத்தைக்கோரித் தியானிக்கவேண்டும். இதில் முதல் பயிற்சியில்சொன்னபடியேவாயைமூடிக்கொண்டு நாசித்துவாரங்களால் சுவாசித்துக்கொண்டிருக்கவேண்டியது. சுவாசத்தை உள்ளேயிழுக்கும்போது நோயாளியின் வியாதியை உள்ளேயிழுத்துக்கொள்வதாகவும், சுவாசத்தை வெளியில் விடும்போது அந்நோ

யைப் பூமியின்மேல் வீசியெறிந்துவிடுவதாகவும் பாவிக்கவேண்டியது. இந்த அப்பியாசத்தை 15. நிமிஷம் முதல் 30. நிமிஷம்வரையில் செய்யவேண்டியது.

முன்சொன்ன இரண்டு பயிற்சிகளிலும் பூரண தேர்ச்சியடைந்து இந்தப் பயிற்சியையும் பூரண உறுதியுடன் மனவோர்மையாய்ச் செய்தால் நோயாளிக்கு உடனே குணமுண்டாகுமென்பது சத்தியம்.

நோயாளிக்கு தேகத்தில் எங்கேனும் வலியிருந்தால் மேற்கண்டவாறு செய்வதால் அவ்வலி உடனே நீங்கிவிடும்; அல்லது, குறைந்துவிடும்.

போனவியாதி திரும்பிவந்தால் மேற்கண்டவாறு மறுபடியும் மந்திரம் ஜெபிக்கவேண்டியது.

இந்தச் சிகிச்சையினால் ஒருவேளை நோயாளிக்குக் குணமுண்டாகாவிடில், அதைரியப்பட்டு முயற்சியை விட்டுவிடலாகாது, மேற்கண்டவாறு குணமுண்டாகாமலிருப்பதற்கு அப்பியாசிகளின் மனவுறுதிக்குறைவே காரணம். ஆகையால், அதிக மனதிடத்துடன் மடக்கிமடக்கி இரண்டொருதடவை செய்யின்வெற்றியுண்டாவதில் தடையில்லை.

குறிப்பு.

வியாதியைப் போக்குவதில் இந்த முறையானது இந்திய பெரியோர்களின் இரகசியவகைகளிலொன்று.

இந்தவகை முறையால் பலவகைவியாதிகளுக்கும் சிகிச்சைசெய்து குணப்படுத்தலாம். ஆனால், விடாமுயற்சியுடன் பலவியாதியஸ்தர்களுக்குச் சிகிச்சைசெய்து வெற்றிபெறவேண்டும்.

இந்தவகையில் அநேகந்தடவைகள் பல வியாதிக ளைச் சொஸ்தப்படுத்தி வெற்றியடையாத வரையில் நான்காம் பயிற்சியை ஆரம்பிக்கலாகாது.

நான்காம் பயிற்சி.

மேற்கண்டவாறு அநேக வியாதியஸ்தர்களைப்பல தடவை எதிரில் இருத்திச் சிகிச்சைசெய்து வெற்றிய டைந்தபிறகு தூரத்திலும், வெளியூர்களிலும், மறை வாகவும் இருக்கும் வியாதிபஸ்தர்களுக்குச் சிகிச்சை செய்யப் பழகவேண்டியது.

நோயாளியைத் தாம் முன்னர் பார்த்திருந்தால் அ வருடைய முகவடிவத்தைத் தம்முடைய சுழிமுனைத் தோற்றவொளிக்கெதிரில் இருக்கிறதாகப் பாவித்து, வி யாதிநீங்கும் மந்திரத்தை முன்கூறியபடி ஜெபிக்கவே ண்டியது.

அப்படி நேரே பார்த்திராவிட்டால், நோயாளி யின் புகைப்படத்தைப்பார்த்து, அவருடைய முகவடி வை முன்சொன்னபடி தோற்றவொளிக்கெதிரில் நிறுத் தி மந்திரம் ஜெபிக்கவேண்டும்.

இவ்வாறு புகைப்படம் அகப்படாவிட்டால் வி யாதிபஸ்தரைத் தம் மனநோக்கம்போல தியானித்து, என்ன உருவம் தோற்றுகிறதோ அதை மேற்படி சுழி முனை ஒளிக்கெதிரில் நிறுத்தி, வியாதிநீங்க மந்திரம் ஜெபிக்கவேண்டியது.

இந்த நான்காவதுவகைச் சிகிச்சையைத் தினந் தோறும் 30. நிமிஷமாகிலும் பழகிவர நிச்சயித்துச் சி கிச்சைசெய்துவரவேண்டும். இந்தச் சிகிச்சையைத் தி

ளந்தோறும் குறித்த ஒரேநேரத்தில் செய்யவேண்டியது. எல்லோரும் படுத்துத் தூங்கும்போதாவது அல்லது நோயாளி தூங்கிக்கொண்டிருக்கும் நேரத்திலாவது இச்சிகிச்சை செய்யவேண்டியது.

இந்த முறையால் சில தினங்களுக்குள் எதிரிலில்லாத அல்லது தூரத்திலுள்ள நோயாளி ஆரோக்கியமடைவது தெரியவரும். அதிசீக்கிரத்தில் ஆச்சரியப்படும்படியாகக் குணமுண்டாகும்.

எந்தக்காரியத்திலும் விடாமுயற்சியும், மனவுறுதியும், மனத்திடனும் வேண்டும். ஆனால், இந்த விஷயத்திற்கு மேற்கண்டவைகள் அவசியம்வேண்டியது. மேற்கண்டபடி விடாமுயற்சியுடன் செய்துவந்தால் வியக்கத்தக்க அதிசயங்களைக் காணலாம்.

ஐந்தாவது பயிற்சி.

மேற்கண்ட நான்காவது பயிற்சியில் பூரணதேர்ச்சிபடைந்தபிறகு இந்த ஐந்தாவது பயிற்சியைப் பயில ஆரம்பிக்கவேண்டியது.

மேற்கண்டவாறு பலதடவைகள் பலநோய்களைத் தீர்த்துச் சொஸ்தப்படுத்தி வெற்றிபடையாதவரையில் இந்தப் பயிற்சியில் வெற்றியுண்டாகாது. இந்தப் பயிற்சியானது வியாதிகளை நீக்கும் மனோதியான முறைகளில் மிகமேன்மையானதும் தீர்க்கமானதுமாம்.

சுவாசத்தை மெதுவாக மெதுவாக நாசியின் வழியே உள்ளேயிழுத்துச் சிறிதுநேரம் தம்மால் இயன்றவரையில் உள்ளே அடக்கிப்பிறகு வாய்வழியாகமெதுவாக வெளிப்படுத்தவேண்டியது. இப்படித் தினந்தோ

றும் பற்பல தடவைகள் செய்து குறைந்தபக்ஷம் 30 விநாடிவரை சுவாசத்தை அடக்கிக்கொண்டிருக்கும் சக்திவருகிறவரையில் பழகிவரவேண்டியது. இப்படிப் பழகி இந்தச்சக்தி உண்டான பிறகு, நோயாளியின் எதிரில் உட்கார்ந்து முறைப்படியே கண்களை மூடிக்கொண்டு, சுழிமுனையொளியை நோக்கி வியாதியஸ்தர் வியாதிநீங்கும்படி தியானித்துக்கொண்டு சுவாசத்தை உள்ளே யிழுக்கும்போது நோயாளியின் நோயைத் தன்பக்கம் இழுப்பதாகப் பாவித்துச் சுவாசத்தை அடக்கிக்கொள்ளவேண்டும். பிறகு சுவாசத்தை விடும்போது மேற்படி வியாதியைப் பூமியில் வீசியெறிந்து விடுவதாகப் பாவித்துக் கொள்ளவேண்டியது.

இப்படிச்செய்ய ஆரம்பித்தவுடன் நோயாளியின் வியாதி அவனுக்குள்ளதுபோல் தன்னிடமும் வந்து சுவாசம் அடங்கி யிருக்கிறவரையில் தன்னிடமிருந்து, சுவாசத்தை மேற்கண்டவாறு வெளியில் விடும்போது தன்னிடமுள்ள மேற்படி வியாதி தானே நீங்கிவிடும். பூரண தேர்ச்சியடைந்தவர்களுக்கு முதல்தடவையிலேயே இவ்விதம் காணும். பூரண தேர்ச்சியடையாதவர்களுக்குப் பலதடவைகள் செய்தபின்பு இப்படிக் காணநேரிடும்.

இந்தவகையில் தேர்ச்சியடைந்துவிட்டால் தொலைதூரங்களிலுள்ள வியாதியஸ்தர்களினின்றும் அவர்களின் வியாதிகளைத் தாம் இலகுவாய் ஆக்கிருஷணித்து நீக்கக்கூடும்.

இந்த அப்பியாசத்தை முதலில் தலைநோய் முதலியவைபோன்ற இலேசான வியாதிகளில் உபயோகித்துத் தேர்ச்சியடையவேண்டியது.

இதில் தேர்ச்சிபடைவதற்கு எவ்வளவு கஷ்டம்நேரிட்டபோதிலும் அவற்றிற்குப் பின்வாங்காமல் அதிக ஊக்கத்துடனும, விடாமுயற்சியுடனும் பழகவேண்டும். இந்த விஷயமானது வெளிக்கு அதிக அசம்பாவிதமெனத் தோற்றினும், மேற்கண்டபடி இதனை அப்பியசித்துப் பழகித் தேர்ச்சியடையும் அனுபவத்தினல் இதனுண்மை தனக்குத்தானே புலப்படும்.

ஆரம்பத்தில் தங்களுக்கு இதில் சித்தியுண்டாகாவிட்டால், அது தங்களுடைய குறைவாக ஏற்படுமே தவிர இந்த விதிகளின் குறைவாக ஏற்படாது. இவ்வகையானது நமது இந்தியாவில் பல்லாயிரம் ஆண்டாகப் பல்லாயிரம் மகான்களால் அனுபவித்துச் சித்திபெற்றவைகள். ஆகையால் சந்தேகம் முதலியவைகளையொழித்து மனத்திடம், மனவுறுதி, மனவோர்மை, உண்மை என்பவைகளுடன் விடாமுயற்சியைக் கைப்பற்றிச் செய்வீர்களேல், மேற்கண்டவகைகளில் சத்தியமாகச் சித்திபெற்று எல்லாவகை வியாதிகளையும் க்ஷணப்பொழுதில் நீக்கி வெற்றியடைந்து உலோகோபகாரம் ஜீவகாருண்யம் முதலியவைகளைச்செய்துகீர்த்தியைப் பெற்று ஜெயபேரிகை முழங்குவது நிச்சயம்.

இந்த நம்தேசத்து ஒருமுறையினலேயே முன் சொல்லப்பட்டிருக்கும் வைத்தியம், பின் சொல்லப்படும் காந்தவைத்தியம், மந்திரவைத்தியம் இன்னும்மனதால் சாதிக்கக்கூடிய எல்லாக்காரியங்கள் ஆகியவைகளையும் செய்யலாம்.

மேல்நாட்டு ஹிப்னுடிஸம்.

இனி, மேல்நாட்டு ஹிப்னுடிஸம் பல வகைகளுண்டு. அவைகளை முக்கியமான இரண்டு பாகங்களாகப்பிரித்து இங்குச் சொல்லுகின்ருேம். அவைகாந்தவைத்தியமும் மந்திரவைத்தியமுமாம்.

பாடம் 9.

காந்த வைத்தியம்.

காந்தவைத்தியம் செய்யவிரும்புவோர் கீழ்க்கண்ட அப்பியாசங்களைச்செய்து சித்திபெற்றிருக்கவேண்டும்.

காந்தசக்தியை விருத்திசெய்யும் விதம்.

காந்தவைத்தியம் செய்வதற்கு நம்மிடத்திலுள்ள காந்தசக்தியை விருத்திசெய்துகொள்வது மிகவும் ஆவசியகம்.

அப்பியாசம்.

1. சுத்தமான காற்றுள்ள அறையில் நேராக நின்றுகொண்டு கைகளைத் தொங்கவிடவேண்டும்.

2. நுரையீரல் கொள்ளும்வரையில், அல்லது, தம்மால் தாங்கக்கூடியவரையில் காற்றை நாசித்துவாரங்களால் உள்ளே யிழுக்கவேண்டும்.

3. பிறகு வாயினுலும் காற்றை இழுக்க முயலவேண்டும்.

4 சற்றுநேரம் மூச்சை வெளிவிடாமல் நிறுத்தவேண்டும்.

5. பிறகு வாயினால் மெதுவாக அடக்கினமூச்சை வெளிவிடவேண்டும்.

6. பிறகு சற்றுதாமதித்து முன்போலவேசெய்து முடிக்கவேண்டியது.

இவ்விதம் மடக்கி மடக்கிப் பத்துநிமிஷம் செய்தால் போதுமானது. இவ்விதம் பிரதிதினமும் காலை மாலை இரண்டுவேளையும்செய்து பழகவேண்டும். இந்தப் பயிற்சியைச் செய்யும்போது வியாதியை நீக்கும் காந்தசக்தி நாளுக்குநாள் அதிகரித்துவருகிறதெனமன வுறுதியோடு செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் சிலநாட்கள்செய்து, இந்தச்சக்தி தம்மிடத்தில்விருத்திபாகிவிட்டதென்னும் அறிகுறிகள் தெரிந்துவிட்டால் வியாதிகளை நீக்க முயற்சிசெய்யவேண்டும். ஆரம்பத்தில் குணம்தெரியாவிட்டாலும் நாட்செல்லச்செல்லக் குணம் தானே உண்டாகிவிடும். ஆரம்பத்திலேயே சித்தியுண்டாகவில்லையென்று மனந்தளர்ந்துவிட்டுவிடலாகாது.

இன்னும் இதுபோன்ற அப்பியாசங்கள் சுவாசமே உயிர் என்னும் புத்தகத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அதனைப்பார்த்து அங்குள்ள அப்பியாசங்களையும் சமயோசிதம்போல் அப்பியசித்துத் தன்காந்தசக்தியை விருத்திசெய்து கொள்ளலாம்.

இன்னும், நாம் முன்சொல்லியிருக்கிற இந்திய மகா ஹிப்னாடிஸ முறையைப் பழகிச் சித்தியாக்கிக்கொண்டால் மேற்கண்ட காந்தசக்தி முதலியவைகளெல்லாம் தனக்குத்தானே அதிகரித்து விருத்தியாகிக்கொண்டுவரும். இன்னும் பிராணாயாமம் செய்வதாலும் கா

ந்தசக்தி அதிகமாகும். அத்தகையினர்கள் மேற்கண்டவாறு காந்தவைத்தியம் செய்து வெற்றிபெற ஏதுவாகும்.

கண்ணின் அப்பியாசம்.

மனோவசிய தத்துவம் மானிடவசியம் முதலிய நூல்களில் கண்பார்வையாலுண்டாகும் பிரயோசனத்தைப்பற்றி ஆங்காங்கு விபரமாகச் சொல்லியிருக்கிறோம். அதை அறிவாளிகள் கவனித்திருப்பார்கள். காந்தவைத்தியத்திலும் முறைப்படி கண்ணால் நோக்குவது மிகவும் பலனைத்தரத்தக்கது. அநுபவசாலிகளுக்கு இதன் குணம் நன்கு தெரியவரும். இந்த அப்பியாசத்தின் விபரமாவது:—

1. வியாதிபஸ்தன் எதிரேயிருந்தால் அவனுடைய புருவமத்தியை அவனுக்குச் சந்தேகமுண்டாகாதபடி அன்பாக இயன்றவரை இமைக்காமல் உற்றுநோக்க வேண்டும்.

2. வியாதிபஸ்தனின் பின்புறத்திலிருந்தால் அப்போது பிடரிக்குமேலிருக்கும் சிறுமூளையின் அடிப்பாகத்தை உற்றுநோக்கவேண்டும்.

3. வியாதியஸ்தனுக்குச் சிகிச்சைசெய்யும்போது அவனுடைய நோயுள்ளஸ்தானத்தை உற்றுநோக்கவேண்டியது.

கைகளின் அப்பியாசம்.

இதைப்பற்றிய விவரங்களும், இதனாலுண்டாம் நன்மைகளும் மனோவசியம் மானிடவசியம் என்னும் கிரந்தங்களில் ஆங்காங்குச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஆபினும், இங்கு அதைப்பற்றிய இரகசியத்தையும் சூக்ஷமத்தையும் எழுதுவாம்.

1. கைப்பெருவிரல், ஆட்காட்டிவிரல், நடுவிரல், மோதிரவிரல் ஆகிய இந்நான்கு விரல்களும் சேர்ந்து அவற்றிற்குநேர் மணிக்கட்டுவரை உள்ள உள்ளங்கைப் பாகம் சற்றுதாழ்ந்திருக்கவேண்டும். மிகுதியாயிருக்கிற சுண்டுவிரல்மாத்திரம் தனியே விரிவாகி நீங்கியிருக்கவேண்டும். சுண்டுவிரலும் அதற்குநேர் உள்ளங்கைஓரத்திலிருந்துமணிக்கட்டுவரையில்உள்ளபாகமும் சற்று உயர்ந்திருக்கவேண்டும். இந்தவிதமாகக் கையை அமைத்துக்கொண்டு வியாதியஸ்தனுக்குப் பின்காணும் தடவிவழித்தல், தடவுபாவனைசெய்தல் ஆகியவைகளைச் செய்யவேண்டியது. இவ்விரண்டுவகையிலும் சுண்டுவிரல்பாகம், தடவும் ஸ்தானத்திற்கு நேரேவராமல் ஜாக்கிரதையாக ஒதுக்கிக்கொண்டு செய்யவேண்டியது. அவ்வாறு அந்தப்பாகம் சம்பந்தித்தால் குணமுண்டாவதற்கு இடையூறுபிருக்கும்.

இதற்காகத் தனிபாகத்தாம் கட்டை, தலையணை முதலியவைகளின்மீது மேற்கண்டவிதமாகப் பலதடவைகள்செய்து பழகிச் சித்தி பெற்றிருக்கவேண்டியது. "அறையிலாடி அம்பலத்திலாடவேண்டும்" தனியே தாம் பழகாவிட்டால் சிகிச்சைசெய்யும்போது தடுமாற்றத்திற் கேதுவாகும்.

மூன்ருவதுபாடத்தில் சொல்லியிருக்கிறபடி தூக்கமுண்டாக்குவதற்குத் தடவிவழிக்கவும் மேற்கண்டபடி கையை அமைத்துக்கொள்வது ஆவசியகம். ஆகையால், தூக்கமுண்டாக்கவும் இங்குச்சொல்லியிருக்கிறபடி தனியாக உட்கார்ந்து முறைப்படி தடவிவழிக்கப் பயின்றபிறகு தூக்கமுண்டாக்க வெளிவரவேண்டும்.

ஆகையால் இந்த விபரத்தை முன்னர் தெரிந்துகொள்ளவேண்டியது அவசியம்.

தடவுதல்.

இது இருவகைப்படும்.

1. தேகத்தின்மீது மேற்கண்டவாறு கையை அமைத்துவைத்து மெதுவாய்த்தடவிவழிக்கும் ஒன்று.

2. தேகத்தின்மேல் பட்டும்படாமல் அதாவது முக்கால் அங்குலத்திற்குமேலாக தடவிவழிக்கும் பாவனைசெய்தல் ஒன்று.

இவ்விரண்டில் முன்னதற்குத் தடவிவழித்தல் என்றும் பின்னதற்குத் தடவுபாவனை யென்றும் பின்னால் சொல்லிவருவோம். இவற்றை ஒவ்வொருவரும் கவனத்தில் வைக்கவேண்டும்.

சிகிச்சை செய்யும்போது நோயுள்ளவிடத்தின் மேல் நான்கு, அல்லது, ஆறங்குல தூரத்திலிருந்து தடவிவழிக்க ஆரம்பிக்கவேண்டியது. அவ்வாறு ஆரம்பித்துத் தடவிவழித்து முடிவில் தண்ணீரைக்கையிலிருந்து உதறுவதுபோல உதறவேண்டியது. இப்படியே வியாதியஸ்தனைத் தடவிவழிக்கும் ஒவ்வொரு தடவையும் அவசியம் உதறியே தீரவேண்டியது. இப்படிச் செய்வதால் அந்தவியாதி தம்மைத்தொற்றாமலிருக்கும். இப்படிச் செய்யாவிடின் பெரும்பான்மையும் அந்த வியாதி தொற்ற ஏதுவாகும். ஆகையால் இந்த விஷயம் மிகவும் முக்கியமானதும், அவசியமானதுமெண மாணக்கர் கவனத்தில் வைத்திருக்கவேண்டியது.

நடுக்கித்தடவி வழித்தல்.

சில வியாதிகளுக்குச் சிகிச்சை செய்யும்போது, சில விடங்களில் கையை நடுக்கிக்கொண்டு தடவிவழிக்க வேண்டியதாயிருக்கும். இப்படித் தடவிவழித்தலுக்கு நடுக்கித் தடவிவழித்தல் என்று பெயர். எந்தெந்த வியாதிகளுக்கு எந்தெந்த விடத்தில் நடுக்கி வழிக்க வேண்டு மென்பதை, ஆங்காங்குச் சொல்லுவோம். அந்த விஷயத்தையும் மாணாக்கர் கவனித்துச் செய்ய வேண்டியது முக்கியம்.

குறிப்பு.

இவ்வாறு ஒவ்வொருவருக்கும் சிகிச்சை செய்து முடிந்த பின்பு, கையைச் சுத்த ஜலத்தில் கழுவிச் சுத்திசெய்து கொள்ளவேண்டியது. கூடுமானால் ஸ்நானம் செய்வது உத்தமம்.

தேகப் பிசைவு.

சில வியாதிகளுக்குச் சிகிச்சை செய்யும்போது தேகத்தைக் கைகளினால் பிசையவேண்டியது ஆவசியகம். அதாவது: மாவைப்பிசைவதுபோல் தேகத்தில் நோவுள்ள விடத்தை இரண்டு உள்ளங்கைகளாலும் பிடித்துப் பிசையவேண்டியது. நோயாளிகளுக்குப் பேசிச் சதைகளில் இரத்தஓட்டம் குறைவாயிருக்கும் வியாதிகளில் மேற்கண்டபடி பிசையவேண்டியது முக்கியமாக அவசியப்படும்.

சிலசமயங்களில் இப்படிப் பிசைவதற்குப் பதிலாக் கைகளை விரித்துக்கொண்டு இலேசாகத் தட்... ...க்ஷவாதம்,

இந்தச் சிகிச்சைகள் பிரதானமா... ...ாட்பட்ட ரோகங் மூத்திரக்குண்டிக்காய் ரோகங்க...

கள், ஆகியவைகளிலேயே உபயோகப்படும். ஆனால், இந்த வியாதியஸ்தர்கள் அதிக துர்ப்பலப்படாதவர்களாயிருக்கவேண்டும்.

சுவாசப் பிரயோகம்.

இது இரண்டு வகைப்படும்.

1. நோயுள்ள விடத்தில் சிறுவஸ்திரத்துண்டை நான்காக, அல்லது, எட்டாகத் துணியின் கனத்துக்குத் தகுந்தபடி மடித்துவைத்து வாயினால் கவ்விக்கொண்டு நாசித்துவாரங்களின்மூலம் மூச்சை இழுத்து வாயினால் விட்டு ஊதவேண்டியது. விடும் மூச்சானது துணியைக்கடந்து, நோவுள்ள விடத்தில்படும்படியாக விசையாக ஊதவேண்டியது. இந்தச் சுவாச உஷ்ணம் பட்டவுடன் வியாதியஸ்தனுக்கு ஒருவித ஆறுதலும், சுகமும் உண்டாகும். குறைந்த பக்ஷம்நாலைந்து தடவை இப்படியே ஊதவேண்டும். இவ்விதம் ஊதுதலுக்கு உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம் என்று பெயர். இவ்வித சிகிச்சை, குஷ்டம் முதலியவை போன்ற தொற்று வியாதி, கிரந்திப்புண்கள், புண்கள் ஆகியவைகளைத் தவிர மற்ற ரோகங்களில் உபயோகப்படும். மேற்கண்ட விதமாகத்தன் கைமுதலிய ஸ்தானங்களில் ஊதியூதிப்பழகிப்பயிற்சித்து சித்தியடைந்தபின்பு வெளியிற் சிகிச்சை செய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும்.

2. வாயைப் பெரும்பான்மையும் மூடிக்கொண்டு கொ[illegible]ண்டு உதடுகளையும் சற்று நெருக்கிக் குவித்துக் [illegible] உ[illegible]துதலுக்குச் சாந்த சுவாசப் பிரயோகமென்று பெ[illegible] இப்படி ஊதும்போது நோவுள்ள விடத்தில் வஸ்திர[illegible]லிய மறைப்புக்கள் ஒன்றும் இ

ருக்கலாகாது. மூச்சானது நேரே அவ்விடத்திற் படவேண்டும். நோயுள்ள விடத்திற்கு நாலங்குலத்திற்கு மேல் ஆரம்பித்துக் கீழ்நோக்கி ஊதிவந்து, நோயுள்ள விடத்திற்கு நான்கு, அல்லது, ஆறங்குலம் வரையில் கீழே வரும்படி ஊதவேண்டியது. இந்தப் பயிற்சியையும் மேற்சொன்னபடி தனியாகச் சிலதடவைகள் பயின்று கொண்டு செய்யவேண்டும்.

மனவூக்கம்.

எந்த விஷயத்திலும் மனவூக்கமும் மனத்திடமும் ஆவசியகமென்பது உலகறிந்த விஷயம். மனோவசிய தத்துவம், மானிடவசியம் ஆகியவைகளைவாசித்தறிந்தவர்கள், பிரதானமாய் இந்தச்சாஸ்திரத்திற்கு மிகவும் அவை அவசிய மென்பதை நன்குணர்ந்திருப்பார்கள். ஆகையால், ஹிப்னுடிஸ வைத்தியம் செய்பவர்களுக்கு இந்த வியாதியைத் தீர்க்கக்கூடுமென்னும் முழுமனவூக்கமும், பூரணதிடமும், எப்பொழுதும் மனதில் நிலைத்திருக்கவேண்டியது. இதைப்பற்றி எத்தனை தடவை நாம் அடுத்தடுத்துச் சொன்னாலும் அத்தனையும் தகுமேயொழியத் தகாதென்பதாகாது.

சிகிச்சை செய்யும்போது நோயாளியின் சௌக்கியத்தைப்பற்றிக் கவனிக்கவேண்டிய சில முக்கிய விஷயங்கள்.

1. வியாதியஸ்தனை சௌகரியமான விடத்தில் உட்காரும்படி செய்யவேண்டியது. நோயாளிக்கு உட்காரச் சக்தியில்லாவிட்டால் கட்டிலின்மேல், அல்லது, சாயும் நாற்காலியின்மேல் படுத்திருக்கச் செய்

யலாம். நோயாளியின் தேகத்திற்கு இடைஞ்சலில்லாமல் சௌகரியமாயிருந்தால், அவன் மனதும் சௌகரியமாயிருக்கும். அப்படி மனம் சௌகரியமாயிருந்தால் வியாதி சீக்கிரம் குணப்பட ஏதுவாகும்.

2: இன்னும் சிகிச்சை செய்யும்போது நோயாளி தன் கண்ணை மூடிக்கொண்டிருக்கும்படி செய்யவேண்டியது. இதனால் இரண்டு வகைப் பிரயோசனமுண்டு: அவன் கண்ணை மூடிக்கொண்டிருப்பதால் மனமானது ஒரு வழியாய் நிலைத்து நிற்க ஏதுவாகும். இரண்டாவது சிகிச்சகன் செய்யும் தொழிலைச் சற்றுக்கொள்ள ஏதுவில்லாமலிருக்கும்.

3. எப்பொழுதும் சிகிச்சை செய்யும்போது வியாதியுள்ள விடத்திலிருக்கும் வஸ்திரத்தை நீக்கிவிட்டுச் சிகிச்சை செய்யவேண்டியது நலம். வஸ்திரமிருக்கும்போதும் சிகிச்சை செய்யலாம். எப்படிச் செய்பினும் குணத்தில் அதிகவித்தியாசம் ஏற்படாது.

வியாதியஸ்தன் அதிக கூச்சமுள்ளவனாயிருந்தாலும், அல்லது, பெண்பாலாயிருந்தாலும் வியாதியுள்ள ஸ்தானத்தில் வஸ்திர மிருந்தபடியே சிகிச்சை செய்யலாம்.

4. ஐந்து நிமிஷம் முதல் இருபது நிமிஷம் வரையில் சிகிச்சை செய்யலாம். அதற்குமேல் நீடித்துச் சிகிச்சை செய்யலாகாது.

வியாதிகளுக்கு காந்த வைத்திய சிகிச்சை.

ஒவ்வொரு மனிதரிடத்திலும் சுபாவமாகவே காந்சக்தி அமைந்திருக்கிறது. சில முறைகளை அனுஷ்டிப்

பதினுல் அந்தக் காந்த சக்தி விருத்தியாகிறது. இன்னும் அந்தந்த வியாதிகளுக்குத் தகுந்தது போல் முறைப்படி உபயோகித்தால் அந்தக் காந்த சக்தியானது நோயுள்ள விடத்திற் சென்று அந்த வியாதியை நீக்கி விடுகிறது. அந்தந்த ஸ்தானத்திற்கும், அந்தந்த வியாதிக்கும் தகுந்ததுபோல் காந்த சக்தியைஉபயோகிக்கும் வகைகளை இந்த சாஸ்திர நிபுணர்கள் தாம் தாம் அனுபவசித்தமாய்க் கண்டறிந்து எழுதியிருக்கிறார்கள். அவற்றுள் நமக்கும் அநேகம் அநுபவசித்தமானவைகள். அவ்விதம் அநுபவசித்தி பெற்றவைகளுள், முக்கியமானவைகளையும் பிரதானமானவைகளையும் இலகுவானவைகளையும் இங்கெழுதுகிறோம். அவை பின்வருகிற விதமாம்.

இந்தக்காந்த வைத்திய சிகிச்சைக்கு நோயாளியை ஹிப்னுடிஸத் தூக்கத்துக்குக் கொண்டுபோக வேண்டிய அவசியமில்லையென்பது மனோவசியம் மானிடவசியம் முதலிய கிரந்தங்களைப் படித்தோர்க்கு ஞாபகத்திலிருக்கலாம்.

ஒவ்வொருவரும் மேலே சொல்லப்பட்ட அப்பியாசங்களை அப்பியாசித்துப் பூரண சித்தியடைந்த பின்பு அதன் மூலமாகவே கீழ்க்காணும் வியாதிகளுக்குக் கீழ்க்காணும் முறைப்படி சிகிச்சை செய்து வெற்றியடையலாம்.

தலைநோய்ச் சிகிச்சை.

தலைநோய் முன் பக்கத்திலிருந்தால் நோயாளியை அவனுக்குச் சௌகரியமாயிருக்கும்படியும் ஆரோக்கியமாயிருக்கும் படியும் சரியான ஓர் ஆசனத்தில் உட்கா

ரவைத்து அல்லது சாய்ந்து கொண்டிருக்கும்படி செய்து, அவனுக்குப் பின்பக்கத்தில் நின்றுகொண்டு, நாம் முன்னே கை அப்பியாசத்தில் சொல்லியிருக்கிற படி இரண்டு கைகளையும் சித்தப்படுத்திக்கொண்டு, அவனுடைய நெற்றியின் முன்புறத்தில் வைத்துக் கண்களை மூடிக்கொள்ளும்படி செய்து, அக்கைகளைச் சுண்டு விரல்பாகம் அறவே அங்குப்படாமல், மற்றபாகங்களினுல் நெற்றியின் கடைப் பக்கமாக இழுத்து, நெறிகளின் வழியே செவிகளுக்கருகு வரையில் கொண்டுவந்து, ஜலத்தை உதறுவதுபோல உதறவேண்டும். இப்படியே ஐந்து அல்லது ஆறு நிமிஷங்கள் வரை செய்யின், தன் தேகத்தி லிருக்கிற சக்தி அங்குச் சென்று தலை வலி தீரும். இவ்வாறு செய்யும் போது நோயாளி மேற்கூறியபடி தன் கண்களை மூடிக்கொண்டு வியாதி தீர்ந்து விட்டதென்று நினைக்க வேண்டும். சிகிச்சை செய்கிறவனும் அவ்வாறே வியாதி நீங்குமென்று உறுதியாக நினைக்கவேண்டும்.

தலைவலியானது பின்பக்கத்திலிருந்தால், நோயாளியை முன்கூறியபடியே சௌகரியமானஸ்தானத்தில்உட்காரச்செய்துகண்களையும் மூடிக்கொள்ளச்சொல்லித் தனக்கிஷ்டம்போல் அவனுக்குமுன்னே, அல்லது, பின்னே நின்றுகொண்டு கை அப்பியாச முறைப்படி கைகளைச்சித்தப்படுத்திக்கொண்டு, நோவுள்ளவிடத்தில்கைகளைவைத்து மெதுவாயழுத்தித் தடவிவழித்து இரண்டுகைகளையும் இரண்டுதோட் பக்கங்களிலும் கொண்டுபோய்முன்போல் உதறவேண்டியது. இவ்விதம் நான்கைந்து தடவைகள் செய்து நோயாளியைச் சீக்கிரம்

சீக்கிரமாக மூச்சை இழுத்து விடும்படி செய்யவேண்டியது.

மேற்கண்ட இரண்டு சிகிச்சைகளுக்குப் பின்பு நோயாளிக்கு விசிறும்படி செய்யவேண்டியது. பிறகு, அவன் கண்களைத்திறக்கும்படி உத்தரவுகொடுக்க வேண்டியது.

மேற்கண்டபடி ஒருதடவை சிகிச்சை செய்யின், தன்னுடையகாந்தசக்திசென்று எவ்வித சண்டித் தலைவலியையும் தீர்த்துவிடும். ஏதேனும் காரணத்தால் அப்படித் தீராதிருந்தால் மறுபடியும் அதேசிகிச்சை செய்யவேண்டியது.

மேற்கண்ட சிகிச்சையால், வாதசம்பந்தத்தலைநோய், பித்தசம்பந்தத் தலைநோய், கபசம்பந்தத் தலைநோய், நரம்புபலஹீனப்பட்டுண்டான தலைநோய் ஆகிய தனித்தலைநோய்கள்தீரும். ஆனால், அஜீரணசம்பந்தத்தலைநோய்போன்ற வேறுவியாதிசம்பந்தத்தலுண்டாம்தொந்தத்தலைநோய்களுக்கு அது அது உண்டானகாரணத்தை முன்னர்நீக்கிப் பின்னர் இச சிகிச்சைகள் செய்யின், அவைதீரும். இந்த வகைகள் அந்தந்த வியாதியில் சொல்லப்படும்.

முகவாத சிகிச்சை.

நோயாளியை ஒருநாற்காலியில் உட்காரச்செய்து, அல்லது நோயாளிசக்தியற்றவனாயிருந்தால் மல்லாந்து படுத்துக் கொள்ளும்படி செய்து, அவன் கண்களையும்மூடிக்கொள்ளச்செய்து, தன்னுடைய இரண்டு கைகளையும் ஒன்றோடொன்று தேய்த்துச் சூடுண்டாக்கி, நோவுள்ளவிடத்தில் அக்கைகளை வைத்து, ஒருநிமிஷம்

தாமதித்துப்பின்னர்கைகளை முக்கால் அங்குல கனம் உயர்த்திக்கொண்டு, தலையிலிருந்து மோவாய்க்கட்டை வரையில் தடவுபாவனையாக இழுத்து, முன்கூறிய முறைகளின்படியே கைகளை உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம் பத்துமுதல் பதினைந்து நிமிஷம் வரையில் மடக்கி மடக்கிச்செய்யவேண்டியது. இரண்டு காதுகளிலும் முன் சொல்லியிருக்கிறபடி உஷ்ண ஊதுதலை உபயோகிக்க வேண்டியது.

நாம் முன்சொல்லி யிருப்பதுபோல் ஒவ்வொரு சிகிச்சை செய்யும்போதும் செய்பவருக்கும், செய்து கொள்பவருக்கும், மனவூக்கமும், மனத்திடமும், கண் பார்வைமுதலியனவும்அமைந்திருக்கவேண்டும். இவ்விதம் செய்யின் தன் காந்தசக்தி தேகத்தில்பாய்ந்து அவ்வியாதியை அகற்றிவிடும்.

பக்ஷவாத சிகிச்சை.

இந்தவியாதியை அதிககஷ்டப்பட்டு இச்சிகிச்சையால் தீர்க்கவேண்டியதாக நேரிடும். வியாதி கண்டிருக்கிற பாகத்தைத் திறந்துவைத்துச் சிகிச்சை செய்வது உத்தமம். இன்னும் வியாதியஸ்தனைக் கவிழ்ந்து படுத்துக் கொள்ளும்படிசெய்து, முள்ளந்தண்டு ஆரம்பத்திலிருந்து இடுப்பு வரையில் வியாதியஸ்தன் தாங்கும்படியாக ஐந்து நிமிஷம் வரையில் கையால் தட்டிக்கொண்டு கீழேகொண்டுவந்து, அக்கையை உதறிவிடவேண்டியது. பிறகு அங்குள்ள பேசிச்சதைகளை கையால் அழுத்திவிடவேண்டியது. இதுவும் மேலிருந்து கீழ்நோக்கிச் செய்யவேண்டியது. பக்ஷவாதமானது எந்த ஸ்தானத்திலிருந்த போதிலும் மேற்

கண்டபடி பொதுச்சிகிச்சை செய்யவேண்டியது. அதன்மேல் அந்த அந்த பாகத்திற்குரிய தனிச் சிகிச்சைகளையும் செய்யவேண்டியது.

காலில் பக்ஷவாதம் கண்டிருந்தால், மேற்கண்ட பொதுச்சிகிச்சை செய்தானபிறகு, வியாதியுள்ள ஸ்தானத்தைக் கையால் மெதுவாகத்தட்டி, முறைப்படி பிசைந்து தடவி வழிக்கவேண்டியது. இவ்விதம் நான்கைந்து தடவைகள் செய்ய வேண்டியது. பின்னர் வியாதியஸ்தனைத் தன்காலை அசைக்கும்படி உத்தரவு செய்யவேண்டியது. இப்படிச் செய்வதால் கிரமேணுவாகக் காலை அசைக்கச் சக்தியுண்டாகி விடும். மேற்படிசிகிச்சையைத் தினந்தோறும் காலைமாலை இரண்டு வேளையும் தொடர்ச்சியாகச் செய்துகொண்டுவந்தால், தன் காந்தசக்திபாய்ந்துமேற்படி வியாதியைத்தீர்த்துவிடும். இவ்விதமே மேற்படி வாதமானது கை முதலிய ஸ்தானங்களில் கண்டிருந்தாலும் மேற்கண்டவாறே சிகிச்சைசெய்து குணப்படுத்தவேண்டியது. இன்னும் வேறு அவயவங்களில் கண்டாலும், அந்தந்த அவயவங்களுக்குத் தகுந்தபடி மேற்கண்ட முறையாகவே சிகிச்சைசெய்யவேண்டியது.

அழுக்கன் ரோகசிகிச்சை.

நோயாளியைத் தன் கண்ணைமூடிக்கொண்டு கவிழ்ந்து படுத்துக்கொள்ளும்படி செய்யவேண்டியது. இவ்வாறு செய்து தலையிலிருந்து குதிக்கால் வரையில் முறைப்படி இரண்டு கைகளையும் தடவுபாவனையாகக் கொண்டுவந்து உதறிவிடவேண்டியது. இப்படிப்பத்து நிமிஷம் வரையில் செய்யவேண்டியது. பின்பு கோ

யாளியை மல்லாந்து படுக்கும்படி செய்து, முன்போல வேஇரண்டுகைகளாலும் முறைப்படி உச்சம் தலையிலிரு ந்து கால்விரல் வரையில் தடவுபாவனை செய்து உதற வேண்டியது. இவ்விதம் ஐந்துநிமிஷம் செய்யவேண் டும். இன்னும் இருதயத்தின் மீது முறைப்படி உஷ் ண ஊது தலைஉபயோகிக்கவேண்டியது. பிறகு நோயா ளியைக்கவிழ்ந்து படுக்கச்செய்து சிறுமூளையின் அடி ப்பாகத்திலும் ஷை உஷ்ண ஊதுதலை உபயோகிக்க வேண்டும். அதன்மேல் நோயாளியை,மூச்சை நீளமாக இழுத்து விடும்படி செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் தினந்தோறும் காலைமாலை இரண்டுவேளையும் சிலநாட் கள் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின், தன் காந்தசக்தி அவன்மீது பாய்ந்து அதிசீக்கிரம் இந்த வியாதி தீர்ந்து போகும்.

பலஹீன சிகிச்சை.

நோயாளியைக் கண்ணை மூடிக்கொண்டு சௌக ரியமான விடத்தில் படுத்துக்கொள்ளும்படி செய்ய வேண்டியது. மேலே அழுக்கன் ரோக சிகிச்சையில் சொன்னபடி நோயாளியைக் கவிழ்ந்துபடுக்கச் செய் தும், மல்லாந்து படுக்கச்செய்தும், தடவுபாவனை,உஷ் ணசுவாசப் பிரயோகம் ஆகிய இருவகைகளையும் செ ய்யவேண்டும். மேற்கண்டவாறேநோயாளியைத்தன் சு வாசத்தைச்சீக்கிரம் சீக்கிரம் இழுத்துவிடும்படி செய்ய வேண்டியது. இவ்விதம் காலைமாலை இரண்டுவேளையும் சிலநாட்கள் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின், தன்காந்த சக்தி அவன் தேகம், மூளை ஹிருதயம் நரம்புகள் ஆகி யவைகளில் சென்று பலஹீனம், கோழைத்தனம், எ

ந்த விஷயத்திலும் அதைரியப்படுதல் ஆகியவைகளைத் தீர்க்கும்.

நரம்புத் துர்ப்பல சிகிச்சை.

இதற்கும் மேற்கண்டவாறே சிகிச்சைசெய்துவரின், நரம்பு பலப்பட்டுத் தேகதிடம், மனவூக்கம், தேகசக்தி, புருஷத்துவம் ஆகியவைகளுண்டாகும்.

குறிப்பு.

நமது சிகிச்சாசார சங்கிரகம் முதற்பாகத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கும், மூளை சம்பந்தமான எல்லா வியாதிகளையும் இந்தச் சிகிச்சையின் மூலம் நிவர்த்தி செய்யலாம். காக்கைவலி முதலிய வலிப்பு ரோகங்கள் அதிநித்திராரோகம், நித்திராபங்கரோகம், பைத்தியரோகம் முதலிய ரோகங்களெல்லாம், அந்தந்த வியாதிக்குச் சமயோசிதம்போல், மனத்திடத்துடன் சிகிச்சை செய்யின் மேற்கண்ட ரோகங்கள் தீரும்.

கண் வியாதிகளின் சிகிச்சை.

நோயாளியை ஒரு நாற்காலியில் உட்காரச் செய்து, அவன் இரண்டு கண்களையும் மூடிக்கொள்ளச்சொல்லவேண்டும். பின்னர், தன் உள்ளங்கைகளை, மூடிக்கொண்டிருக்கும் அவன் கண்களின்மீது, ஐந்து நிமிஷ நேரம் வைத்திருக்கவேண்டும். பிறகு இரண்டு கைகளையும் தடவுதலுக்கு அமைக்கும் முறைப்படி அமைத்துக்கொண்டு, புருவமத்தியின்மேலிருந்து கண்களின்மீது தடவுபாவனையாகக் கீழ்நோக்கி யிழுத்து, அதன் மேல் கன்னங்களின் வழியாகக் கன்னங்களின் எலு

ம்பின் கீழ்ப்பாகம் வரையில் கொண்டுவந்து கைகளை உதறவேண்டியது. இவ்விதம் மடக்கி மடக்கிப்பத்துத் தடவைகள் தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. பிறகு ஒவ்வொருகண்ணுக்கும் நான்குதடவைவீதம் இரண்டு கண்களிலும் உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம் செய்யவேண்டியது. இதன் பிறகு இரண்டுகைப் பெருவிரல்களாலும், கண்களின் கடையிலிருந்து மூக்கினடிவரையில் நான்குமுறை மெதுவாய்ப்படும்படி தடவிவிடவேண்டியது. இப்படிக் கொண்டுவந்த விரல்களைப் பழையபடியும் பின்னேக்கித் திருப்பிக்கொண்டு போகலாகாது. மறுதடவையும் முன் ஆரம்பித்த விடத்திலிருந்தே ஆரம்பிக்கவேண்டும். இவ்விதம் தொடர்ச்சியாக வியாதிகளுக்குத் தகுந்தபடி செய்துவரத்தன் காந்த சக்தியானது கண்ணிற்குட் சென்று அங்குள்ள தோஷங்களை நீக்கிக் கண்ணைப்பற்றிய எல்லா வியாதிகளையும் தீர்க்கும். கண்வியாதி சகலத்திற்கும் இவ்வாறே சிகிச்சை செய்யலாம்.

மூக்கு வியாதிகளின் சிகிச்சை.

தடவுபாவனைக்குச் செய்வதுபோல் இரண்டுகைகளையும் சித்தப்படுத்திக்கொண்டு, இரண்டுபெருவிரல்களினுலும் பக்கத்திற்கு ஒவ்வொரு விரலாக வைத்து, மூக்கின் இரண்டு பக்கத்தின் அடியிலிருந்து நுனிவரையில் மெதுவாயிழுத்துக் கைகளை உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம் பதினைந்து தடவைகள் செய்யவேண்டியது. மூக்கின்மேல் ஐந்து தடவை உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம் செய்து, ஒவ்வொரு தடவையும் ஆழ்ந்த மூச்சையிழுத்து விடும்படி செய்யவேண்டியது. சம

யோசிதம்போல் தினம் இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்துவந்தால், தன் காந்தசக்தி அங்குச்சென்று வியாதியுண்டான காரணத்தை நீக்க, மூக்கின்வியாதிகள் குணப்படும்.

செவிரோகச் சிகிச்சை.

நோயாளியைக் கண்ணை மூடிக்கொண்டு நாற்காலியில், அல்லது சற்று உயர்ந்த விடத்தில் உட்காரச் செய்யவேண்டியது. பிறகு செவிகளின்மீது ஐந்து நிமிஷம்வரை உஷ்ணசுவாசப் பிரயோகம் செய்யவேண்டியது. பிறகு தடவுபாவனை முறைப்படி கையை அமைத்துக்கொண்டு காதைச்சுற்றிலும் தடவுபாவனை செய்து, காதின்சோணைவரையில் கொண்டுவந்து கையை உதறிவிடவேண்டியது. பிறகு இரண்டு நடுவிரல்களையும் இரண்டு காதின் துவாரங்களுக்குட் செலுத்தி அரை நிமிஷநேரம் மெதுவாக ஆட்டிப் பின்னர் காதின் துவாரங்களுக்கு நேராக ஆறங்குலம் வெளியே இழுத்து உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம்பதினைந்து தடவைகள் செய்யவேண்டியது. இவ்விதம்தினம் இரண்டு தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்த சக்தி காதில் சென்று அங்குள்ள தோஷத்தை நீக்கிச் செவியைப்பற்றின எல்லா ரோகங்களையும் தீர்க்கும்.

தந்த நோய்களின் சிகிச்சை.

நோயாளியைத் தன் கண்களை மூடிக்கொண்டு உட்காரச் செய்யவேண்டும். வியாதியுள்ள பக்கத்தின் காதில் ஐந்து நிமிஷம் உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம் செய்யவேண்டியது. பற்கள் முழுவதிலும் வியாதியிருந்தால் இரண்டுகாதுகளிலும் உஷ்ண சுவாசப் பிர

யோகம் செய்யவேண்டியது. பிறகு சிரசின்மீதிருந்து, நோவுள்ள இடம் வரைக்கும் முறைப்படி ஐந்து நிமிஷம் தடவுபாவனை செய்து கீழிழுத்துக் கையை உதறிவிடவேணடியது. இவ்வித தடவுபாவனை செய்யும்போது நோயாளியைச் சீக்கிரம் சீக்கிரமாக ஆழ்ந்த சுவாசம் இழுத்துவிடும்படி செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் பிரதிதினமும் இரண்டு தடவை செய்துவரின், தன் காந்தசக்தி பற்களின் நரம்புகளிற் பாய்ந்து பல்லிலுண்டாகும் எல்லாவியாதிகளையும் தீர்த்துவிடும்.

தொண்டை வியாதிகளின் சிகிச்சை.

வியாதியஸ்தனைப் படுக்கவைத்து அவன் தொண்டையின் இரண்டுபக்கங்களிலும் இரண்டு கைகளினுலும் தடவுபாவனைசெய்து, மார்புவரையில் இழுத்து வலதுகையை இடதுபக்கமாகவும், இடது கையை வலது பக்கமாகவும் இழுத்து உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம் பத்து நிமிஷம் செய்யவேணடியது. இப்படிச் செய்யும்போது நோயாளியை ஆழ்ந்து மூச்சுவிடும்படி செய்யவேண்டும். நோயுள்ள விடத்தில் ஐந்து தடவை உஷ்ணசுவாசப் பிரயோகமும் செய்யவேண்டியது. உள்ளங்கைகளை நோயுள்ள விடத்தில் இரண்டொரு நிமிஷநேரம் வைத்திருக்கவும் வேண்டும். இவ்விதம் தினம் இரண்டு தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்த சக்தி சென்று அங்குள்ள துர்நீர் முதலியவற்றைப் போக்கித் தொண்டை சம்பந்தமான எல்லா வியாதிகளையும் தீர்க்கும்.

நுரையீரல் வியாதிச் சிகிச்சை.

நோயாளியை மல்லாந்து படுக்கவைத்துக் கண்களை மூடிக்கொள்ளும்படி ஏற்படுத்த வேண்டும். பின்னர் தடவுபாவனை முறைப்படி கையை அமைத்து,மார்பின் மேற்புறத்திலிருந்து தடவுபாவனை ஆரம்பித்து, வயிறுவரையில் கொண்டுவந்து,வலது கையை இடது பக்கமாகவும், இடதுகையை வலதுபக்கமாகவும் மாற்றிக்கொண்டுபோய்க் கையை உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம் பத்து நிமிஷம்வரையில் செய்யவேண்டும். மூன்று தடவை ஆழ்ந்து சுவாசம் விடச்செய்யவேண்டியது. அப்போதும்தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. நுரையீரலின் இரண்டு பக்கங்களிலும் ஐந்து தடவை உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம் செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் பிரதிதினமும் இரண்டு தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்த சக்தி சென்று அங்குள்ள கபம், தாபிதம், சோர்வு முதலியவற்றைப்போக்கி, சுவாசகாசம், இருமல் க்ஷயம் முதலிய நுரையீரல் சம்பந்தமான எல்லா வியாதிகளையும் தீர்க்கும்.

இருதய வியாதிச் சிகிச்சை.

நோயாளியை மல்லாந்து படுக்கவைத்துக் கண்களை மூடிக்கொள்ளச் செய்யவேண்டியது. அவனுடைய இருதய ஸ்தானத்தின்மீது உள்ளங்கையை ஐந்து நிமிஷநேரம் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டியது. பிறகு, தடவுபாவனை முறைப்படி கையை அமைத்துக்கொண்டு, வலது புறமிருந்து இடதுபுறமாக வட்டாகாரமாகப் பத்துத் தடவுபாவனையும், இடதுபுறமிருந்துவலதுபுறமாகப்பத்துத்தடவுபாவனையும் செய்து

ஒவ்வொரு தடவையும் உதறவேண்டியது. இருதயஸ்தானத்தின்மீது பத்துத்தடவை உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகமும் செய்யவேண்டியது. ஆழ்ந்த மூச்சு மூன்று தடவை இழுத்துவிடும்படி நோயாளிக்குக் கட்டளையிட்டு, அப்படிச் செய்யும்போதும் தடவுபாவனை செய்துகொண்டிருக்கவேண்டும். இவ்விதம் பிரதிதினமும இரண்டு தடவைகள் செய்துவரின், தன்காந்தசக்தி உள்ளேசென்று அங்குள்ள தோஷங்களை நிவர்த்தி செய்து, இருதப அதிர்ச்சி, இருதயநோவு, இருதபம் சுருங்கிப்போகுதல், இருதபம் பெருத்துப்போகுதல் முதலிய இருதய சம்பந்த ரோகங்களை யெல்லாம் தீர்க்கும்.

ஈரல், மண்ணீரல், மூத்திரக்குண்டிக்காய் இவைகளின் வியாதிகளின் சிகிச்சை.

நோயாளியை நிற்கவைத்து அவன் பின்புறமாக நின்றுகொண்டு, கைகளைத் தடவுபாவனை முறைப்படியே அமைத்து, வலதுகையை வலது தோட்பட்டையிலிருந்தும், இடதுகையைஇடது தோட்பட்டையிலிருந்தும் வரும்படி, தடவுபாவனையாகப் புட்டத்தின் கீழ்ப்பாகம் வரையில் இழுத்து, வலதுகையை இடதுபக்கமாகவும், இடது கையை வலதுபக்கமாகவும் கொண்டுவந்து உதறிவிடவேண்டியது. இவ்விதம் பத்து நிமிஷம் செய்யவேண்டும். ஈரலைப்பற்றிய வியாதியானல் ஈரல் ஸ்தானத்திலும், மண்ணீரல் வியாதியானல் மண்ணீரல் ஸ்தானத்திலும், மூத்திரக்குண்டிக்காய் வியாதியானல்மூத்திரக்குண்டிக்காய் ஸ்தானத்திலும் பத்துப் பத்துத் தடவைகள் உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகங்கள்

செய்யவேண்டியது. மூன்று தடவை நோயாளியை ஆழ்ந்த மூச்சாக இழுத்துச் சீக்கிரம் விடும்படி செய்ய வேண்டியது. இந்தச்சமயத்திலும் தடவுபாவனை செய்துகொண் டிருக்கவேண்டியது. இவ்விதம் தினம் இரண்டு தடவைகள் செய்யின், தன் காந்த சக்தியானது சென்று தோஷங்களை நீக்கிப்பாண்டுரோகங்கள் மகோதரரோகங்கள், ஆம்பல் ரோகங்கள், சுரக்கட்டிகள், சுரரோகங்கள், முதலிய ஈரல்மண்ணீரல் ரோகங்களையும், நீரடைப்பு, அதிமூத்திரரோகம், நீரிழிவு முதலிய நீர்க்குண்டிக்காய்ரோகங்களையும் தீர்க்கும்.

வயிற்று ரோகங்களின் சிகிச்சை.

நோயாளியை மல்லாந்து படுக்கவைத்து, முறைப்படி கையை அமைத்து மார்பிலிருந்து வயிற்றின் அடிப்பாகம் வரையில் தடவுபாவனை செய்து, வலது கையை இடதுபக்கமாகவும், இடதுகையை வலதுபக்கமாகவும் இழுத்து உதறிவிடவேண்டும். இவ்விதம் பத்து நிமிஷம் வரையில் செய்யவேண்டியது. பிறகு நாபியிலும் நோவுள்ளவிடத்திலும், சமயோசிதம்போல ஏழு அல்லது பத்துத்தடவைகள் உஷ்ண சுவாசப் பிரயோகம் செய்யவேண்டியது. பிறகு ஆழ்ந்த சுவாசம் இழுத்துச் சீக்கிரம் அதை வெளிப்படுத்தும்படிசெய்ய வேண்டியது. அந்தச் சமயத்திலும் தடவுபாவனைசெய்யவேண்டும். இப்படிச் சமயோசிதம்போல் தினம் இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்த சக்தியானதுஇரைப்பை முதலியவற்றிற்சென்று அஜீரண ரோகம், குன்மரோகம், மலபந்தரோகம், பேதி, வயிற்றுப்போக்கு, குடல்களின் தாபிதம் முதலிய இரைப்

யை சம்பந்தரோகம், குடற்கள் சம்பந்தரோகம், மணிக்குடல் ரோகம் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

கீல்வாயு ரோகச்சிகிச்சை.

நோயுள்ள ஸ்தானத்திற்குத் தகுந்தபடி நோயாளியைப் படுக்கவைத்து, அல்லது, நாற்காலியில் உட்காரவைத்துக் கண்ணை மூடிக்கொள்ளும்படி ஏற்படுத்தி, சிகிச்சை செய்யவேண்டியது. நோயுள்ள விடத்திற்கு மேல் ஆறங்குலத்திலிருந்து நோயுள்ள விடத்தின் கீழ் ஆறங்குலம் வரையில் தடவுபாவனை செய்து இழுத்துக் கையை உதறவேண்டியது. இவ்விதம் பத்து நிமிஷநேரம் செய்து, நோயுள்ள விடத்தில் ஐந்து தடவைஉஷ்ண சுவாசப்பிரயோகமும்செய்யவேண்டியது. பிறகு மூன்றுதடவை ஆழ்ந்த சுவாசம் இழுத்துச் சீக்கிரம் விடும்படி நோயாளிக்குக் கட்டளையிட்டு அந்தச் சமயத்திலும் தடவுபாவனையைஉபயோகிக்கவேண்டும். இவ்விதம் தினம் இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்தசக்தி, சந்துகள் நரம்புகள் முதலியவற்றில் பரவி, கீல்வாயு, கணுக்கால் வாதம், பக்கவாதம், முழங்கால் வாதம், நரம்புவாதம் முதலிய பலவகை வாதரோகங்களைப் போக்கும்.

மூலம், பவுத்திரம் ஆகியவைகளின் சிகிச்சை.

நோயாளியைக்கவிழ்ந்துபடுக்கவைத்து, இடுப்பின் மீது முறைப்படி, இடுப்பிலிருந்து புட்டத்துக் கீழ்ப்பாகம்வரையில் தடவுபாவனைசெய்து உதறவேண்டும். இவ்விதம் பத்துநிமிஷம் செய்து ஆழ்ந்த சுவாசம் வாங்கி, அதை அதிசீக்கிரம் வெளிப்படுத்தும்படி

செய்யவேண்டியது. இவ்விதம்தினம் இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்தசக்தியான்து ஆசனம், அதனுட்பாகம் ஆகியவைகளிற் சென்று, துர் மலங்களைப் போக்கி, மூலரோகம் பவுத்திர ரோகம் இவைசம்பந்தமான வியாதிகள் ஆகியவற்றைத்தீர்க்கும்.

இரத்த க்ஷீண சிகிச்சை.

ரோகியை நாற்காலி முதலியவைகளில் உட்கார வைத்துக் கண்ணை மூடச்செய்து முறைப்படி தேக முழுவதும் தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. இருதயத்தின் மீதும், வயிற்றின் மீதும் சிலதடவைகள் உஷ்ண சுவாசப் பிரயோகமும் செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் தினம் சிலதடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்தசக்தி நரம்புகளில் பரவி இரத்தக்ஷீணத்திற்குக் காரணமாகிய தோஷங்களை நீக்கி, இரத்தவிருத்தியுண்டாக்கித் தேகசுகத்தைக் கொடுக்கும். இரத்தக்குறைவால் நேரிட்ட துர்ப்பலத்தை நீக்கி நல்ல பலத்தையு முண்டாக்கும்.

புருஷர்களுக்குச் சொந்தமான வியாதிகளின் சிகிச்சை.

நோயாளியை மல்லாந்துபடுக்கவைத்து, நெற்றியிலிருந்து கால் பெருவிரல் வரையில், இரண்டு கைகளாலும் முறைப்படி தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் பத்துத்தடவை செய்து, பிறகு கவிழ்ந்து படுத்துக்கொள்ளச் சொல்லி, உச்சியிலிருந்து குதி வரையில் இரண்டுகைகளாலும் முறைப்படி பத்துத் தடவைகள் தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. சிறுமூளையின் அடியிலும், மார்பிலும், சிலதடவைகள் உஷ்ணசுவாசப் பிரயோகமும் செய்யவேண்டியது. பிறகு

மூன்று தடவைகள் ஆழ்ந்த சுவாசம் வாங்கிச் சீக்கிரம் விடும்படிசெய்யவேண்டியது. இவ்விதம் தினம் இரண்டு தடவைகள் செய்துவரின், தன் காந்தசக்தியானது இராஜ கருவிகளாகிய தலைமூளை, இருதயம், ஈரல்முத லியவற்றிற் பரவி அங்குள்ள தோஷங்களைப்போக்கி, நரம்புகளிற் பரவி அவைகளைப்பலப்படுத்தி, தாதுநஷ் டம், நரம்புத் தளர்ச்சி, அண்டவாதம் ஆகியவைக ளைத்தீர்க்கும். இன்னும் இந்தக்காந்தசக்தியானது நரம் புகளில் பரவி அங்குள்ள தோஷங்களை நீக்கி, அவை களைச் சீர்ப்படுத்திவிடுவதால், அவயவங்கள் சிறுத்துப் போதல், வளைந்து போதல் முதலிய இழிகுணங்களைப் போக்கிப் புருஷத்தன்மையை யுண்டாக்கும்.

சிரங்கு, கட்டி, புண் ஆகியவற்றின் சிகிச்சை.

நோயாளியைக்கண்ணைமூடிக்கொண்டுஉட்காரும் படியாவது, அல்லது, படுக்கும்படியாவது ஏற்படுத்தி, சிரங்குமுதலியவை உள்ளவிடத்தில் மேலே அரையங் குலம் உயரமாக முறைப்படிகைகளைச் சித்தப்படுத்திக் கொண்டு, சிரங்கு முதலியவையிருக்குமிடத்திற்கு ஆற ங்குலம் மேற்பாகத்திலிருந்து கீழ் ஆறங்குலம் வரை யில் தடவுபாவனைசெய்ய வேண்டியது. இவ்விதம் பத்துநிமிஷம் செய்து பிறகு வியாதியுள்ள ஸ்தானத் தில் ஐந்து நிமிஷம் வரையில் சாந்த சுவாசப் பிர யோகம் செய்யவேண்டியது. இவ்விதம்தினம்இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்துவரின், தன்காந்த சக்தி சென்று உடையாத கட்டியாயிருந்தால் அதனைப் பழு க்கவைத்து உடைத்துவிடும். புண்களிருந்தால் அவை

களிலுள்ளசீழ் முதலியவற்றைப் போக்கி ஆறச்செய்யும்.

பாடம் 10.

காந்தத் தண்ணீர், காந்த மருந்து.

ஸ்திரீகளுக்குச்சொந்தமான கருப்பைவியாதிகள், மர்மஸ்தானவியாதிகள் ஆகியவைகளிலும், குஷ்டம்கிரந்தி முதலிய தொற்று வியாதிகளிலும், தடவி வழித்தல், தடவுபாவனை செய்தல் முதலியசிகிச்சைகள் செய்யக்கூடாமையாயிருக்கும். இவ்வகைச் சந்தர்ப்பங்களிலும், மேற்கண்டபடி தடவிவழித்தல், தடவுபாவனை செய்யக்கூடாத சமயங்களிலும், கீழ்க்காணுமாறு தம் காந்தசக்தியைத் தண்ணீர், பால் முதலிய திரவங்களிலும், சர்க்கரை இன்னும் இஷ்டமான வஸ்து ஆகியவைகளிலும் காந்தசக்தியைச் செலுத்திஉட்கொள்ளும்படி செய்தும் சிகிச்சை செய்யலாம். இன்னும் மேற்கண்டபடி தடவிவழித்தல், தடவுபாவனை செய்தல் முதலிய சிகிச்சைகளைச் செய்யும்போதும் மேற்கண்டபடி தண்ணீர் முதலியவைகளில் காந்தசக்தியைச் செலுத்தி உட்கொள்ளும்படி செய்யலாம். இன்னும் வைத்தியர்களாயிருந்தால் அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்த மருந்துகளில் காந்தசக்தியைச் செலுத்தித்தனியாகவும்உபயோகிக்கலாம்; காந்த வைத்தியம் செய்துகொண்டும் காந்தசக்தி யேற்றின அவுடதங்களையும் ஏககாலத்தில் உபயோகித்துக்கொண்டும் வரலாம். ஏககாலத்தில் இரண்டுவித சிகிச்சையையும் செய்வதனால் அதிசீக்கிரம் குணமுண்டாவது திண்ணம்.

தண்ணீர் முதலிய திரவங்களில் காந்தசக்தியைச் செலுத்தும் விபரம்.

சுத்தமான ஜலத்தை, அல்லது, திரவரூபமான வஸ்துக்களைச் சுத்தமான ஒரு சிறுபாத்திரத்தில் ஊற்றி, இடதுகையில் வைத்துக்கொண்டு, வலக்கை விரல்களை விரித்து, அந்த ஜலத்திற்குமேல் கவிழ்த்துப்பிடிக்கவேண்டும். வலக்கைவிரல்கள் நீரிற்படாமல் சற்று உயரத்தில் வைத்துக்கொண்டு, "என்னுடைய விரல்களின் வழியாக, இந்த ஜலத்தில் என்னுடைய, காந்தசக்தி இறங்குகிறது; இதனால் அநேக நன்மையுண்டாகும்; இதில்வியாதியை நீக்கும்சக்தியுண்டாகிறது" என்றுமனவுறுதியோடுதியானிக்கவேண்டும். இவ்வாறுசில நிமிஷங்கள் வரை செய்தால், தேகத்திலுள்ள காந்தசக்தி ஜலத்தில் பிரவேசிக்கும். பிறகு இந்த ஜலத்தை வியாதியஸ்தர்களுக்குப் பானஞ் செய்விக்கவேண்டும்.

சர்க்கரை, மருந்து ஆகியவைகளில் காந்தசக்தியை ஏற்றும் விபரம்.

சர்க்கரையை, அல்லது, மருந்தை, மாத்திரையாக உருட்டி, இரண்டு உள்ளங்கைகளுக் கிடையில் வைத்து, வாயிலிருந்துண்டாகும் உஷ்ண சுவாசத்தை ஊதி மீண்டும் உருட்டவேண்டும். அவ்வாறு ஊதும்போது மனத்தைச் சரியானவழியில் நிறுத்தி, "இந்த மருந்தால் அவர்களுடைய வியாதி வேரோடு நீங்கும்" என்று உறுதிகொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் செய்து, இம்மாத்திரையை வியாதியஸ்தர்களுக்கு உள்ளுக்கு உபயோகிக்கலாம்.

குறிப்பு.

இங்குக்கூறிய காந்த வைத்தியத்திறைல் சில வியாதிகள் தீராமலுமிருக்கக்கூடும். அத்தகைய வியாதிகளுக்கு மந்திரவைத்தியம் உசிதமாகும். ஆகையால் மந்திர வைத்தியத்தை இதனடியில் எழுதுவாம்.

பாடம் 11.

மந்திர வைத்தியம்.

இந்த வைத்தியத்திற்கு ஆரம்பத்தில் நோயாளிக்கு ஹிப்னைடிஸத் தூக்கமுண்டாக்கவேண்டியது ஆவசியகமென்பது மனோவசியதத்துவம், மானிடவசியம் என்னும் புத்தகங்களைப் பார்த்த கனவான்களுக்கு நன்கு விளங்கும். ஷை நித்திரையானது மூன்ருவது நிலைமையிலிருக்கும்போது, மந்திரவைத்தியம் செய்தால் அதிசீக்கிரம் குணத்தைக் காணலாம். ஆகையால், மந்திர வைத்தியம் செய்யுமுன் ஹிப்னைடிஸ தூக்கத்தையுண்டாக்கும் அப்பியாசத்தில் பூரணதேர்ச்சி யடையவேண்டும். இதில் பூரணதேர்ச்சி யடையாத வரையில் மந்திரவைத்தியம் செய்யலாகாது. ஆகையால், இதன் மூன்ருவது பாடத்தில் சொல்லியிருக்கும் அப்பியாசங்களை முறைபாகவும், விடாமுயற்சியுடனும் அப்பியாசம் செய்து சித்திபெறவேண்டும்.

மந்திரம் உச்சரிக்கும் விதம்.

மந்திரவைத்தியம் செய்வதற்கும், ஹிப்னைடிஸத் தூக்கமுண்டாக்குவதற்கும் அந்தந்த மந்திரத்தை அந்

தந்தச் சமயங்களில் தடையில்லாமல் திருத்தமாக உச்சரிக்க நன்ருய்ப் பயின்றிருக்கவேண்டும்.

மந்திரம் உச்சரிக்கும்போது உரத்தோ, அல்லது, நீட்டியோ வார்த்தைகளைச் சொல்லலாகாது. வார்த்தைகளை மெதுவாகவும், சாந்தமாகவும், திட்டமாகவும், வெளிப்படையாகவும், கேட்போர் தெரிந்துகொள்ளும்படி தெளிவாகவும் உபயோகிக்கவேண்டும்.

ஒவ்வொருவருக்கும் தன்னுடைய வார்த்தைகளில் எந்தவித தொனியால்குண முண்டாகுமென்பதை அநுபவத்தால் நிச்சயித்தறிந்து கொள்ளலாம். வாக்கின் முதிர்ச்சி அதிகப்பட அதிகப்பட வெற்றியும் அதிகரிக்கும்.

மந்திரவைத்தியம் செய்யும்போது, இன்னொரு விஷயத்தையும் கவனத்தில் வைக்கவேண்டியது அவசியம். நோயாளியை ஹிப்னடிஸ தூக்கத்திற்குக் கொண்டுவந்து வியாதியுள்ள ஸ்தானத்தில் கையை வைத்துக்கொண்டே "இங்குள்ள வியாதிநீங்கிவிட்டது" என்று மந்திரமுச்சரிக்க வேண்டியது. அப்படிக்கில்லாமல் பொதுவாக வியாதி போய்விட்டதென்று சொல்வதால் பிரயோசனமுண்டாகாது. இந்த விஷயத்தைச் சிகிச்சகர்கள் கவனத்தில் வைத்துத் தவருமல் சிகிச்சை செய்யவேண்டியது.

வியாதியின் பெயரைச்சொல்லும்போது, வியாதியஸ்தன் தெரிந்து கொள்ளும்படியான இலகுவும் சாதாரணமுமான வார்த்தைகளைச் சொல்லவேண்டியது. வைத்திய பரிபாஷை நாமமாகவும், இலக்கணப்

பெயராகவும், வேறுபாஷையாகவும் அவன் தெரிந்து கொள்ளாத விதமாகச் சொல்லலாகாது.

வியாதியஸ்தனுக்குச் சிகிச்சைசெய்தபின்புநித்திரையிலிருந்து எழுப்பும்போது கிரமேணுவாய் மெதுவாய் எழுப்பவேண்டியது. சீக்கிரமாகவும், அவசரமாகவும் எழுப்பலாகாது.

வியாதியஸ்தனை எழுப்பும்போது, "உன்னுடைய இன்னவியாதி நிச்சயமாகத் தீர்ந்துவிட்டது; நீ சுகமடைந்துவிட்டாய்" என்னும் மந்திரத்தையும் அவசியம் சொல்லவேண்டியது.

வியாதிகளுக்கு மந்திரவைத்திய சிகிச்சை.
சிரசுநோய்களின் சிகிச்சை.

மூன்றுவது பாடத்தில் சொல்லியிருக்கிறபடியே நோயாளிக்கு அயர்ந்த நித்திரையை உண்டாக்கித் தூக்கத்தின் மூன்றுவது நிலைமைக்குக் கொண்டுவரவேண்டியது. பிறகு வியாதியுள்ள ஸ்தானத்தில் பத்துத் தடவைகள் தடவுபாவனை செய்து, ஒவ்வொரு தடவையும் கையை உதறவேண்டியது. பின்னர் வியாதியுள்ள ஸ்தானத்தில் தம் உள்ளங்கையைவைத்து, "உன்னைத் தூக்கத்திலிருந்து எழுப்பும்போது இந்தவியாதி உன்னைவிட்டு நீங்கிவிடும், இந்தநோய்போய்விட்டது" என்று எந்த வியாதியிருக்கிறதோ அந்த வியாதியின் பெயரைக்குறிப்பிட்டு மந்திரம் ஜெபிக்கவேண்டியது. இவ்விதம் பத்துநிமிஷம் வரையில் மந்திரம் சொல்லவேண்டும். வியாதியஸ்தனை மெதுவாகத் தூக்கநிலையிலிருந்து எழுப்பவேண்டியது. மேற்கண்டபடி நித்திரையிலிருந்தெழுப்பும்போது பொதுவிதியில் சொல்லி

யிருக்கிறபடி "உன்னுடைய இன்னவியாதி நிச்சயமாகத் தீர்ந்துவிட்டது; நீசுகமடைந்து விட்டாய்" எனச் சொல்லவேண்டியது. எப்படியெனில், அவனுக்குத் தலைநோய் உண்டாகியிருந்தால், அவன் தூக்கத்திலிருக்கும்போது வியாதியுள்ள விடத்தில் கையை வைத்து, "நான் உன்னைத் தூக்கத்திலிருந்து எழுப்பும்போது இந்தத் தலைநோய் உன்னைவிட்டு நீங்கிவிடும், உன் தலைநோய் சுகமாகி விட்டது" என்றும், தூக்கத்திலிருந்தெழுப்பும்போது, "உன் தலைநோய் நிச்சயமாகத் தீர்ந்துவிட்டது; நீசுகமடைந்து விட்டாய்" என்றும் இந்த இரண்டு சமயங்களிலும் வியாதியின் பெயரைக் குறிப்பிட்டுச் சொல்லவேண்டும்.

இவ்விதமே ஒவ்வொரு வியாதியிலும் மேற்கண்ட இரண்டு சமயங்களிலும், அந்தந்த வியாதியின் பெயரைத் தெளிவாகச் சொல்லவேண்டியது. முன்னதற்குத் தூங்கு மந்திரமென்றும், பின்னதற்கு விழிப்புமந்திரமென்றும் இங்குக் குறிப்பாய்ச் சொல்வோம்.

அறிவிப்பு.

முன் காந்த வைத்தியத்தில் நாம்சொல்லிவந்திருக்கிற வியாதிகளுக்கு மந்திர சிகிச்சை செய்யவேண்டுமானால், முன்னர் அந்த வியாதியஸ்தனைத் தூக்க நிலைமைக்குக் கொண்டுவந்து, பிறகு அந்தந்த வியாதியில் சொல்லியிருக்கிறபடி தடவிவழித்தல், தடவுபாவனை செய்தல், உஷ்ண சுவாசப்பிரயோகம், சாந்த சுவாசப் பிரயோகம், அழுத்திப்பிசைதல் முதலியவைகளைச் செய்து மேற்கண்டபடி வியாதியைக் குறித்துத் தூங்கு

மந்திரம், விழிப்புமந்திரம் ஆகியவைகளைச் சொல்லி எழுப்பிச் சிகிச்சை செய்யவேண்டும். மேற்கண்ட வியாதிகளின் மந்திர சிகிச்சையை முன்போல் தனித்தனி சொல்லவேண்டுமானால் காந்த வைத்தியத்தில் சொன்னவற்றையே பெரும்பான்மையும் திருப்பித்திருப்பிச் சொல்லநேரிடும். அதனால் விஷயம் விரியுமே தவிர வேறுபிரயோசனமில்லை. அந்த விஷயத்தையே மேற்கண்டபடி சுருக்கமாய்ச் சொல்லியிருந்தபோதிலும் அறிவாளிகள் நாம் சொன்ன எல்லாவிஷயங்களையும் கவனத்தில் வைத்து முறை தவறாமல் செய்து ஜெயமடையவேண்டியது.

மேற்கண்ட சிகிச்சைகளில் சொல்லப்படாத வேறு வியாதிகளும் உண்டு. அவைகளுக்குப் பின்காணும் விதமாகச் சிகிச்சை செய்யவேண்டியது.

பாடம் 12.

துர்ப்பழக்கங்களை நீக்கும் முறை.

காந்த வைத்தியத்தால் துர்ப்பழக்கங்களை நீக்குதல் கஷ்டம். ஆகையால், அவற்றிற்கு மந்திரவைத்தியமே சிரேஷ்டம். அதன் விபரம்:

துர்ப்பழக்கமுள்ளவனை மிகுதியான அயர்ந்த தூக்கத்துக்குக் கொண்டுவந்து பிறகு இந்த மந்திரத்தை உச்சரிக்கவேண்டியது. "நான் உன்னைத் தூக்கத்திலிருந்து எழுப்பும்போது* இந்தத் துர்ப்பழக்கத்தின்

* கள்ளுண்ணல் கஞ்சாவுண்ணல்முதலியவற்றில்இன்ன துர்ப்பழக்கமெனக் குறிப்பிட்டுச் சொல்லவேண்டியது.

விருப்பம் உன்னை விட்டு நீங்கிவிடும்; நீ அதை மறுபடியும் விரும்பமாட்டாய்; அந்த விருப்பத்தை நீ வெறுப்பாய்; *இந்தத் துர்ப்பழக்கத்தை நீ விட்டுவிட்டாலும் அதினால் உனக்கொன்றும் கெடுதிநேராது; நீ ஆரோக்கியமாயிருப்பாய்" என்னும் மந்திரத்தைப் பல தடவைகள் உச்சரித்துப் பிறகு தூக்கத்திலிருந்து எழுப்பவேண்டும். அப்படி யெழுப்பும்போதும், "* இந்தத் துர்ப்பழக்கம் உன்னை விட்டு நீங்கிவிட்டது; நீ ஆரோக்கியமடைந்து விட்டாய்" என்று மந்திரம் சொல்லி எழுப்பிவிடவேண்டும்.

துர்ப்பழக்கங்கள் அநேக வகையுண்டு. கள், அபின் கஞ்சா, சாராயம் முதலிய லாகிரி வஸ்துக்கள், சுருட்டு, பீடி முதலியவைகள் பிடித்தல், எப்போதும் நகத்தைக் கடித்துக்கொண்டிருத்தல், தகாத விருப்பங்கள், சோம்பல், முயற்சியில்லாமை, வீண் கவலை, காமப்பைத்தியம், ஞானப்பைத்தியம், அறிவு பைத்தியம் முதலிய எல்லாவித துர்ப்பழக்கங்களுக்கும் மேற்கண்ட சிகிச்சை ஒன்றேயாம். ஆகையால்; மனோவசிய தத்துவம், மானிடவசியம் ஆகியவைகளை ஆதியோடந்தமாகக் கவனித்து, வாசித்து அவற்றில் சொல்லியிருக்கிற விதிகளையும் இந்தக்கிரந்தத்தில் சொல்லியிருக்கிற விதிகளையும் கவனித்து முறைப்படி சிகிச்சை செய்துவரின் எல்லாவித வெற்றிகளுமுண்டாகும்.

குறிப்பு.

மேற்கண்ட வியாதிகளும் வேறெந்தவியாதிகளும் காட்பட்டவைகளாயினும் கடினமானவைகளாயினும் ஒரே தடவையிற போகும்படி மந்திரம் ஜெபிக்கலா

காது. கிரமேணுவாய்க் கொஞ்சம் கொஞ்சம் போகும்படி மந்திரம் சொல்லவேண்டும்.

விசேஷக்குறிப்பு.

மேற்கண்ட ரோகங்களெல்லாம் 8-வது பாடத்தில் சொல்லியிருக்கிற இந்தியமகா ஹிப்னுடிஸ சிகிச்சையாலும் தீர்க்கப்படும்.

பாடம் 13.

தனக்குத்தானே சிகிச்சை செய்துகொள்ளல்.

ஒருவருக்கு ஏதேனும் வியாதி யுண்டாயிருந்தாலும், அல்லது, ஏதேனும் துர்ப்பழக்கங்களுண்டாயிருந்தாலும் தாம் தாமே சிகிச்சை செய்து நிவர்த்தித்துக் கொள்ளலாம். அதன் விபரம்:

பின்காணும் மந்திரத்தைத் தாம் விழித்திருக்கும் போதாவது, உறங்கிக் கொண்டாவது தாம் தாமே சொல்லிக்கொள்ளவேண்டியது. இராவில் படுக்கைக்குப் போகுமுன் கொஞ்சம் உறக்கமாயிருக்கும் நேரம் இதற்கு உத்தமமான நேரமாம். அப்படி யுறங்கும் போது, மனதை அங்குமிங்கும் அலையவிடாமல் ஒன்றுபடுத்தி "நாளை நான் எழுந்திருக்கும்போது முன்னிலும் அதிக சுகமாயிருப்பேன்; * இந்த வியாதி அல்லது, *இந்தத் துர்ப்பழக்கம் என்னைவிட்டுநீங்கிவிடும்" என்றுசொல்லிக்கொண்டே தூங்கவேண்டியது. இந்த விதமாக மனதை அங்குமிங்கும் அலையவிடாமல் நிறு

---

* தனக்குள்ள வியாதி அல்லது துர்ப்பழக்கம் இன்னதென்றுசொல்லவேண்டும்.

த்தி மேற்கண்டபடி மந்திரத்தைச்சொல்லிவந்தால் தமக்குள்ள வியாதி, தமக்குள்ள துர்ப்பழக்கம் ஆகியவைகள் தீர்ந்து தேக ஆரோக்கியம், நற்பழக்கம், சுறுசுறுப்பு முதலியவைகளுண்டாகும். இன்னும் வித்தை, பலம், தைரியம், ஊக்கம், ஞாபகசக்தி முதலியவைகள் வேண்டுமெனக்கோரி, மேற்கண்டபடி மந்திரம்சொல்லி வந்தபோதிலும் அவைகளும்சித்தியாகும். மேற்கண்ட விஷயங்களெல்லாம் அவரவர்களின் மனவோர்மை, மனநிலைமை, மனதிடம், மனவுறுதி ஆகியவைகளின் நிலைமைக்குத் தகுந்ததுபோல் சீக்கிரமாகவும் சித்தியாகும்.

பாடம் 14.

தூரத்திலிருப்பவர்களின் சிகிச்சை.

நோயாளி நடந்துகொள்ள வேண்டிய விஷயத்தை அவனுக்குநேரில், அல்லது, கடிதமூலமாக முன்னர் தெரிவித்து விடவேண்டியது. நோயாளிக்கும் சிகிச்சகனுக்கும் சாவகாசமான ஒருநேரத்தைக்குறிப்பிட்டு, அப்படிக் குறிப்பிட்டநேரத்தில், "ஓர் இருட்டறையில் ஒருகட்டிலின்மீது நீ உன் கைகால் முதலியவைகளைத் தளர்ச்சியாக வைத்துக்கொண்டுபடுத்திருக்கவேண்டும். அப்போது உனக்குள்ள வியாதிநீங்கிவிட்டது. உனக்குச் சவுக்கியமுண்டாகிவிட்டது, எனஒருமித்தமனதுடன் வாயாற்சொல்லிக் கொண்டிருக்கவேண்டும்; அல்லது, அந்தவாக்கியத்தை ஒருகாகிதத்திலெழுதி அதைப் பார்த்துச் சொல்லிக்கொண் டிருக்கவேண்டும். இவ்விதம் பதினைந்து நிமிஷநேரம் சொல்லிக்கொண்டிருந்து,

நிறகச் சக்தியுள்ளவனுல் எழுந்து நின்று, மூன்று தடவை ஆழ்ந்த மூச்சுவாங்கிச் சீக்கிரம் மூச்சுவிட வேண்டும். அப்படிச்செய்யும்போதும், உன் வியாதி போய் விட்டதென்னும் மந்திரத்தைத் தியானித்துக் கொண்டிருக்கவேண்டும்'' என நோயாளிக்கு நேரே செல்லவேண்டியது, அல்லது, கடிதத்தின் மூலம்தெரி விக்கவேண்டியது.

சிகிச்சகன்மேலே குறித்த நேரத்தில் நின்று கொண்டு, ''அவனுக்குச் சொல்லிக்கொடுத்திருக்கிறஇன்ன வியாதி அவனிடமிருந்து நீங்கிவிட்டது, அவனுக்கு ஆரோக்கியமுண்டாகிவிட்டது''எனத் தானும் பதினைந்து நிமிஷநேரம் மந்திரம் சொல்லி, முடிவில் மூன்று தடவை ஆழ்ந்தமூச்சு வாங்கிச் சீக்கிரம் மூச்சுவிட வேண்டியது.

சிகிச்சகன்நோயாளிஆகிய இருவரும்குறித்த ஏக காலத்தில் மேற்கண்டவாறு சிகிச்சைசெய்து கொண்டால் நிச்சயமாகக் குணமுண்டாகும். அப்படிக்குறித்தநேரம் முன்பின் ஆகிவிட்டால், பூரண குணமில்லாவிட்டாலும் அரைகுறையான குணமாகிலும் காணப்படும்.

எச்சரிக்கை.

குஷ்டம் முதலிய தொற்றுவியாதிகளை எந்தக் காரணத்தினுலேனும், எவ்வித பலவந்தத்தாலேனும், எவ்விதபலன் கிடைப்பதாயினும், அவற்றிற்குச் சிகிச்சைசெய்ய அறவேமுயற்சி செய்யலாகாது.ஏனெனில், அப்படிச்செய்வதால்அந்தவியாதிக்குத்தான்இலக்காவதுமன்றித் தன்னிடத்தில்வரும் மற்றநோயாளிகளையும்

இலக்காக்கக்கூடும் என்பதே. ஆகையால் எவ்வித காரணத்தாலும் அவ்வியாதிகளுக்குச் சிகிச்சை செய்ய முயற்சி செய்யலாகாது.

அபாயகரத்திலிருக்கிற வியாதிகளுக்குத் தனியே இந்தச்சிகிச்சைசெய்ய ஏற்றுக்கொள்ளலாகாது. அப்படி அவசியமானால் தகுந்தவைத்தியனையும் கூடச்சேர்த்துக்கொண்டு சிகிச்சை செய்யலாம். தனிச்சிகிச்சை செய்தால் ஏதேனும் அபாயம் நேரிட்டால், வீணாய்ப் பலர் அவதூறு சொல்லஏதுவாகும். மற்றொருவைத்தியனோடு சேர்ந்து சிகிச்சைசெய்து அபாயம் நேரிட்டால் எவ்வித அவதூறுக்கும் ஏதுவிராது. பழியும் தன்னை மாத்திரம் சாராது என்பதேகாரணம்.

பாடம் 15.

பேர்ஸனல் மாக்னடிஸம்.

மானிடவசியம்.

மனிதர்களை விழிப்புநிலையில் வசப்படுத்திச் சிகிச்சை முதலிய நற்காரியங்கள் செய்வதற்கு ஆங்கிலத்தில் பெர்ஸனல்மாக்னடிஸம்என்றும், தமிழில்மானிடவசியமென்றும், அரபியில் ஹாப் என்றும், தஸ்கீர் என்றும்பெயர். இதற்காகத் தமிழிலும், ஹிந்துஸ்தானியிலும் அநேகவகைகளும், அநேக மந்திரங்களும் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. அந்த வகைகள் எல்லாவற்றைப் பார்க்கிலும் மேல்நாட்டுமுறையானது அதிகசுலபமாகவும் இலகுவாகவுமிருப்பதால் அம்முறைகளையே நாம் அதிகமாக எழுதிவருவோம். இந்தவிஷயத்தில் வெற்

டிபெறவிருப்பமுள்ளவர்கள் நியாயத்தையும் சத்தியத்தையும் முக்கியகடமையாக அநுசரிக்கவேண்டும். பிறகு இத்தொழிலில் உறுதியாகப்பயின்று தொழில்செய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும்.

இதற்காகக் கீழ்க்கண்ட முறைகளைப்பழகுமுன், மனோவசியதத்துவம் இரண்டாம் அத்தியாயத்திலும், மானிடவசியம் அநுபந்தம் குறிப்புமூன்றிலும், சொல்லியிருக்கிற முறைகளையும் அப்பியாசங்களையும்செய்து முற்றிலும் தேர்ச்சியடைந்து கொள்ளவேண்டும்.

பேர்ஸனல் மாக்னடிஸம் செய்வோர் கவனிக்கவேண்டிய முக்கியவிதிகள்.

1. மானிடவசியம் அநுபந்தம் குறிப்பு மூன்றின் விஷயங்களைக் கவனித்து அநுசரிக்க வேண்டியது.

2. தம்முடையதேகம் மிகவும் ஆரோக்கிய ஸ்திதியிலிருக்க வேண்டியது. எவ்விதநோயும் தம்முடைய தேகத்திலிருக்கலாகாது. "நோயற்ற வாழ்வே வாழ்வு" என ஆன்றோர் சொல்லியிருப்பதால், தேகம் சுகஸ்திதியிலில்லாதவரையில் மனமும் நல்லஸ்திதியிலிருக்காது. தம் மனம் நல்ல ஸ்திதியிலில்லாத வரையில் பிறர்மனத்தை வசப்படுத்தமுடியாது. ஆகையால், தம் தேகசுகத்தைக் கவனித்துச் சுகாதாரவிதிகளைக் கைக்கொண்டு, விதிப்படி ஒழுங்காக நடந்து கொள்ளவேண்டியது. இன்னும், நாம் சுவாசிக்கும் சுவாசத்தைக்கிரமப்படி அநுஷ்டித்துச் சுவாசித்து வருவதால், அநேகம்வியாதிகள் தனக்குத்தானே நீங்கிப்போவதுடன், வேறுவியாதிகள்தொற்றிக்கொள்ள ஏதுவில்லாமற்

போகிறது. இன்னும்,கிரமமாகவும் தொடர்ச்சியாகவும் சுவாச விதிகளை அனுஷ்டித்துவருவதால் தேகதிடம், மனதிடம், தேகவுறுதி, மனவுறுதி முதலியவைகளுண்டாகின்றன. இவைமாத்திரமோ? இன்னும்தேகத்தில் காந்தசக்தி, மின்சாரசக்தி முதலிய பற்பல சக்திகள் விருத்தியாகின்றன. இன்னும் "சுவாசமே உயிர்" என்னும்கிரந்தத்தைப் பார்வையிட்டால் இதைப்பற்றிய பலவிஷயங்களைவிபரமாகத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

3. நிலையான மனதிடமும், மனவுறுதியும்தம்மிடத்தில் நிலைத்திருக்கும்படி செய்துகொள்ளவேண்டும். பெரும்பாலாருக்கு மனதிடமும் மனவுறுதியும் பிறப்பிலிருந்தே உண்டாவது அரிது. ஆகையால், சங்கீதம் கணக்கு முதலிய வித்தைகளைப் பழக்கத்தினால் கிரமேணுவாகக்கற்றுத் தேர்ச்சி யடைவதுபோல் மனநிலைமையையும் கிரமேணுவாகப்பழகி விருத்திசெய்து கொள்ளலாம். பிடிவாதம், மூர்க்கம் ஆகியவைகளை மனத்திடம் மனவுறுதியெனச் சிலர் தப்பு அபிப்பிராயப் படுகின்றார்கள். இவையுண்மையில் மனத்திடத்திற்கு விரோதமானவைகள். தன்னை அடக்கியாள்வதே தன்மனதிடத்தின் அறிகுறியாம். தன்னை அடக்கியாளக் கற்றுக்கொள்ளாதவரையில்பிறரை எவ்விதம் அடக்கியாளலாம்? ஆகையால், முதலில் தன்மனதை அடக்கியாளக் கற்றுக்கொள்ளவேண்டும். இது இலேசான விஷயமன்று; இதைப்பற்றியே தாயுமானவர் முதலிய மகான்கள்,

"கந்துக மதக்கரியை வசமா நடத்தலாங்
கரடிவெம்புலி வாயையுங்

கட்டலாமொருசிங்க முதுகின்மேற்கொள்ளலா
கட்செவி யெடுத்தாட்டலாஞ் [ங்

வெந்தழலி னிரதம்வைத் தைந்துலோ கத்தையும்
வேதித்து விற்றுண்ணலாம்

வேறொருவர் காணாமலுலகத்திலுலாவலாம்
விண்ணவரை யேவல் கொளலாஞ்

சந்ததமு மிளமையோ டிருக்கலா மற்றொரு
சரீரத்தினும் புகுதலாம்

ஜலமே னடக்கலா மனல்மேலிருக்கலாந்
தன்னிகரில் சித்திபெறலாம்

சிந்தையை யடக்கியே சும்மாவிருக்கின்ற
திறமரிது சத்தாகி யென்

சித்தமிசை குடிகொண்ட அறிவான தெய்வமே
தேசோமயானந்தமே."

என்று கூறியிருக்கின்றனர். இதன் கருத்தாவது: இஃதுனக்கு அறவே கைவசப்படாது; இந்தக் காரியத்தில் முயற்சி செய்யாதே என்பதன்று. இன்னும், மணிக்கணக்கிலும், நாட்கணக்கிலும், மாதக்கணக்கிலும் கைவசப்படாது என்பது கருத்தன்று. ஆகையால், கஷ்டத்துக்குப் பால்மாறாமல் இதனைத்தொடர்ச்சியாய் விடாமுயற்சியுடன் பலநாட்கள் பழகிக்கைவசப்படுத்தவேண்டுமென்பதே கருத்து.

இன்னும் இந்த விஷயத்திற்குத் தான் தகுதியானவனா எனத் தனக்குத் தானே கீழ்க்காணும் வினாக்களை வினவி விடைபகர்ந்துபரீக்ஷித்து நிச்சயித்தறிந்துகொள்ளவேண்டும்.

1. அற்பசொற்பவிஷயங்களிலும் உனக்கு ஆயாசம், விசனம் ஆகியவை உண்டாகின்றனவா?

2. சொற்ப விஷயங்களிலும் நீ, நியாயமாகத்தீர்மானிக்கச் சக்தியற்றவனா யிருக்கிறாயா?

3. உனக்குச் சடுதியில் கோபமுண்டாகிறதா ? அதாவது முன்கோபமுண்டா ?

4. இரவில் விழித்துக் கொண்டிருந்து வீண் யோசனைகளை யோசிக்கும் வழமையுண்டா?

5. ஏதேனும்சந்தோஷமானசமாசாரத்தை, அல்லது, விசனமான சமாசாரத்தைக் கேட்ட தக்ஷணமே அதிக மனமகிழ்ச்சி அல்லது அதிக மனக்கலக்கம் உனக்குண்டாவது வழமையா?

6. உனக்கு எந்த வஸ்துவிலேனும் எந்தக்காரியத்திலேனும் பிடிவாதமான விருப்பு, அல்லது, வெறுப்புண்டா?

7. சாந்தம், பொறுமை, நிதானம் என்னும் குணங்கள் உன்னிடத்திலிருக்கின்றனவா?

8. எப்போதாவதுஉனக்குக்கோபமுண்டாகும் விஷயம் நேரிட்டால் அந்தக்கோபத்தை உன்னுடைய பந்துக்கள் அன்னியர்கள் ஆகிய இவர்களுக்குமுன் அடக்கமுடியுமா?

இந்த எட்டுவிதமான கேள்விகளையும் தனக்குத் தானே வினவி ஆராய்ந்து இவற்றுள் கெட்ட குணங்களைக் கைவிட்டும், நற்குணங்களைக்கைக்கொண்டும்வர வேண்டியது. இந்தக்கெட்ட விஷயங்களால் மனத்திட

த்திற்குக் குறைவு நேரிடுமே தவிர அது திடப்பட ஏதுவில்லாமற்போம். ஆகையால் இந்த விஷயங்களை அறவே நீக்கிப்பிறகு மனதைத் திடப்படுத்தும் விஷயங்களை அப்பியாசம் செய்யவேண்டியது.

பாடம் 16.

பேர்ஸனல் மாக்னடிஸ பயிற்சி.

1. வெண்ணிறமானவும், தடிப்பானவும், வழவழப்புள்ளவையுமானவைகளும், ஐந்தங்குல அகலமும் ஏழங்குல நீளமும் உள்ளவைகளுமான ஒன்பது கடுதாசித்துண்டுகளில் கீழ்க்காணும் மந்திரங்களில் ஒவ்வொன்றை ஒவ்வொரு துண்டில் அதிகக்கருமையான இங்கியினால் பெரிய எழுத்துக்களாகஎழுதி ஒவ்வொரு துண்டை ஒவ்வொருநாள் ஜெபிக்கவேண்டியது. காலை நேரம் இதற்கு மிகவும் உத்தமமானது. அந்த நேரத்தில் அந்தமந்திரத்தைப் பல தடவைகள் கவனத்தோடு உற்றுப்பார்த்துப்பல தடவைகள் உருப்போடவேண்டியது. சுமார் நூற்றுப்பதினொரு தடவைகள் உருப்போட்டு வைத்துவிடவேண்டும். பிறகு சாவகாசம் நேரிட்டபோதெல்லாம் முன்போலவே அதனை உருப்போடவேண்டும். இவ்விதமே பகல் முழுவதிலும் பல தடவைகள் உருப்போட்டுப் படுக்கைக்குப்போவதற்குச் சற்றுமுன், முன்போலவே அதை உருப்போட்டு அந்த எண்ணத்துடனேயே தூங்கிவிடவேண்டும்.

மறுநாள் இரண்டாவது துண்டுக் கடுதாசியில் உள்ள இரண்டாவது மந்திரத்தை முன்செய்ததுபோல

வே காலையிலும், பகலிலும், இரவில் படுக்கைக்குப் போகும்போதும் உருப்போட்டுப் படுத்துக்கொள்ள வேண்டும். மூன்றுநாள் மூன்றுவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், நான்காநாள் நான்காவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், ஐந்தாநாள் ஐந்தாவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், ஆறும்நாள் ஆறுவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், ஏழாம்நாள் ஏழாவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், எட்டாம்நாள் எட்டாவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், ஒன்பதாநாள் ஒன்பதாவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தையும், மேற்கண்ட முறைப்படியே உருப்போடவேண்டும்.

பத்தாம்நாள் ஒருகண்ணாடிக்கிளாஸ் நிறைபஜலத்தைவிட்டு ஒருமேஜையின்மேல்வைத்துத்தான் அதற்கு எதிரில் தன்கண் இரண்டு அல்லது மூன்றடி தூரத்திலிருக்கும்படி ஒரு நாற்காலியில் உட்காரவேண்டியது. பிறகு முதல் துண்டிலுள்ள மந்திரத்தைப் பார்த்து ஐம்பத்தொரு தடவைகள் ஜெபித்துப் பின்புகண்ணைச் சிமிட்டாமல் விழித்தபடியே உட்கார்ந்துகொண்டே கிளாஸிலுள்ள தண்ணீரின் மத்தியில் பார்வையைச் செலுத்தி, மனவோர்மையுடன் நோக்கி, ஷை மந்திரத்தையே துண்டைப்பார்க்காமல் நூற்றுப்பத்து த்தடவை ஜெபிக்கவேண்டியது. பிறகு முன்போலவே முன்துண்டைப் பார்த்து ஐம்பத்தொருதடவை உருப்போட்டு முன்போலவே கிளாஸிலுள்ள ஜலத்தினடுவில் மனவோர்மையுடன் உற்றுப்பார்த்துக்கொண்டே நூற்றுப் பத்துத் தடவை மேற்கண்டபடியே கடுதாசித் துண்டைப் பார்க்காமல் ஜெபிக்கவேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கிப்பதினொரு தடவைகள் செய்யவேண்டும்.

கூடுமானால் இன்னும் அதிகமாகவும் செய்துகொள்ளலாம். இவ்விதம் அந்நாள் முழுவதும் சக்தியானுசாரம் பலதடவைகள் செய்து பழகிக்கொள்ளவும்.

அதற்கடுத்தநாள் இரண்டாவது துண்டிலுள்ள மந்திரத்தை மேற்கண்டவாறே ஜெபித்துப் பழகவேண்டும்.

இவ்விதமே மற்ற துண்டுகளையும் முறையே ஒவ்வொருநாள் ஜெபித்துப் பழகவேண்டும்.

இப்படி உற்றுப்பார்த்து ஜெபித்துக்கொண்டுவரும்போது கடுதாசித் துண்டுகளிலுள்ள மந்திரம் கிளாஸிலுள்ள தண்ணீரில் எழுதப்பட்டிருப்பதாகத் தோற்றும். அப்படித் தோற்றுவதே இதில் தேர்ச்சியடைந்ததற்கறிகுறியாம். அவரவர்களின் மனநிலைமை, திடம் ஆகியவைகளுக்கு ஏற்றதுபோல் மூன்றாவது நான்காவது துண்டிலேயே சித்திதெரியவரும். அப்படித் தெரியவந்தாலும் பூரணதேர்ச்சியடைவதற்காக அந்த ஒன்பதையும் செய்து மறுபடியும் ஆரம்பத்திலிருந்து செய்து கொண்டேயிருக்கலாம். சிலருக்குச் சிலசமயம் அவ்விதம் தோன்றிப் பிறகு நின்றுபோவதுமுண்டு. ஆகையால், உறுதியாகவும், நினைத்தபோதும் அவ்விதம் காணப்படுகிறவரையில் அந்தப் பயிற்சியை மடக்கி மடக்கிச் செய்துவரவேண்டும்.

மனதிடக்குறைவு, மனநிலைமைக்குறைவு, மனவுறுதிக்குறைவு ஆகியவைகளினிமித்தம் மேற்படி ஒன்பது துண்டுகளைப்பயிற்சிசெய்தும் உறுதியான வடிவம் தோற்றமற் போவதுமுண்டு. தொடர்ச்சியாய்க் கிரமமாய்ச் செய்யாமலும் சிலநாள் இடையில் விட்டுவிட்டுச் செய்

வதாலும் மேற்கண்டபடி சீக்கிரம் எழுத்துக் காணப்ப டாது. அத்தகையினர்கள் விடாமுயற்சியுடனும், அதி க மனதிடத்துடனும், அதிகமனவுறுதியுடனும் மடக் மடக்கிச் செய்துகொண்டுவந்தால் நிசசயமாக வெற் பெறுவார்களென்பது சத்தியம்.

குறிப்பு.

மேற்கண்டவாறு உற்றுப்பார்த்துக் கொண்டிரு கும்போது சிலருக்கு ஒருவகை உறக்கமுண்டாகி கண்ணிமைகள் மூடஆரம்பிக்கும். அப்படி புண் ளுல் கூடியவரையில் கண்ணைத்திறந்து கொண்டிருக் முயற்சிசெய்து, பின்பு அதிக நித்திரைவந்துவிட்டா மந்திரத்தை ஜெபித்துக்கொண்டே தூங்கிவிட வே டியது.

காகிதத்துண்டுகளில் எழுதவேண்டிய மந்திரங்கள்.

1. நான் மனிதர்களை வசப்படுத்தக்கூடும்.

2. என்னுடையமனவுறுதி அதிக பலமுள்ள அதை ஒருவரும் எதிர்க்கமுடியாது.

3. நான் நிச்சயமாக வெற்றியடைவேன்.

4. நிச்சயமாக நான் மனிதர்களை வசப்படு வேன்.

5. நான் ஒருபோதும் அதைரியப்படேன்.

6. என்னுடையமனதைநான்வசப்படுத்தக்கூ

7. என்னை எல்லோரும் விரும்புவார்கள்.

8. எந்தவிஷயமும் என்னைச் சஞ்சலப்படுத்தாது.

9. என்னுடைய வாழ்நாட்களில் ஒவ்வொருவிஷ யத்திலும் வெற்றியடைவேன்.

குறிப்பு.

மேற்கண்ட மந்திரங்களைச் சமயோசிதம்போல்மா ற்றிக் கொள்ளலாம். இன்னும்நமக்கு இஷ்டமானமந்தி

ரங்களை மேற்கண்டபடி எழுதி உருப்போட்டு அப்பியாசம் செய்யவேண்டும்.

பயிற்சி 2.

மேற்கண்ட பயிற்சியில் தேர்ச்சிபடைந்த பிறகு இந்தப் பயிற்சியை அப்பியாசிக்கவேண்டியது.

முன்பயிற்சியில் சொன்னபிரகாரம் ஒருகிளாஸில் தண்ணீர்விட்டு மேஜையின் ஓரத்தில் வைத்து நம்முடைய கண்கள் இரண்டடி தூரத்திலிருக்கும்படி ஒரு நாற்காலியில் உட்கார்ந்துகொண்டு கிளாசிலுள்ள தண்ணீரின் நடுவில் உற்றுநோக்கவேண்டும். அப்படி உற்று நோக்கும்போது, தமக்கு எந்தக் காரியம் சித்திபாக வேண்டுமோ அக்காரியத்தைநினைத்துக்கொண்டு, "நான் இன்ன விஷயத்தைச் சித்தியாக்கிக்கொள்வேன்; அந்த விஷயம் எனக்குக் கைகூடிவரும்" என்று பதினைந்து நிமிஷமுதல் முப்பது நிமிஷம்வரை மனதில் தியானிக்கவேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் அவரவர் மனவுறுதிக்குத் தக்கபடி நினைத்தகாரியம் சித்தியாகி வெற்றியுண்டாகும்.

பாடம் 17.

பிராணிகளை வசப்படுத்தும் முறைகள்.

காட்டுப் பிராணிகளைப்பார்க்கிலும் வீட்டிலுள்ள பிராணிகளைச் சீக்கிரம் வசப்படுத்தக்கூடும். இப்படி வசப்படுத்தும் முறைகள் பலவுண்டு; ஆனால் இந்தச் சாஸ்திரத்தில் தேர்ச்சியடைந்த சில பண்டிதர்கள் முறைகள் இலகுவாயிருப்பதால் அவைகளை இங்கெழுதுவாம்; அவையாவன:

குதிரையை வசப்படுத்தும் முறை.

குதிரையை வசப்படுத்தவேண்டியானால் பயப்படலாகாது; முரட்டுத்தனம் செய்யலாகாது. ஷை குதிரைகளின் சுபாவகுணங்களைத் தெரிந்து பழகியிருக்க வேண்டியது அவசியம். அவ்வாறு தெரிந்து பழகியிருந்தால் அவைகளைச் சீக்கிரம் வசப்படுத்தக்கூடும். குதிரையின் லாயத்திற்குள் நுழைந்து கதவைத் தாழ்ப்பாளிட்டுச் சீக்கிரமாகவும் தீர்க்கமாகவும் குதிரையினிடத்திற்போய் குதிரையின் கழுத்தில் கட்டியிருக்கிற கயிற்றை அவிழ்த்துவிடவேண்டியது. பின்னர் வலதுகையால் குதிரையின் நெற்றியில் தொங்கும் முன்நெற்றி மயிரைப் பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். இடதுகைப் பெருவிரலையும் ஆட்காட்டி விரலையும் அதன் மூக்குத்துவாரங்களுக்குள் விட்டு உள்ளங்கையை அதன் மூக்கின்மேல் வைத்துக் கெட்டியாய்ப் பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். அதன்மேல் குதிரையின் தலையைக் கீழேவளைத்து அதனுடைய காதுகளில் பலமாகவும் உறுதியாகவும் ஐந்து நிமிஷம் வரையில் வாயால் ஊதவேண்டியது. இப்படிச் செய்வதால் அதனுடைய சண்டித்தனத்தை விட்டு நடுங்கிக்கொண்டிருக்கும். பிறகு முன்சப்பையின் மீது கையால் மெதுவாக இரண்டு மூன்று தடவை தட்டிக்கொடுத்து ஒருமனிதனிடத்தில் பேசுவது போல் பக்ஷமாகவும் திட்டமாகவும் பேசவேண்டியது. பின்பு மேற்கூறியபடி இடதுகையை மூக்கிலிருந்தபடியே வைத்துக்கொண்டு வலதுகையால் நெற்றியிலிருந்து முதுகின்மேல் எட்டுகிறவரையில் மடக்கி மடக்கிப் பத்துத் தடவைகள் தடவிக்கொடுக்கவேண்டியது. பிறகு நெற்றியிலிருந்து மூக்குவரையிலும் பத்துத்தடவை

தடவிக்கொடுக்கவேண்டியது. இவ்வாறே பலதடவைகள் செய்தால் அதன் சண்டித்தனம் முரட்டுத்தனம் முதலிய துர்க்குணங்கள் நீங்கிச் சாந்தகுணமுண்டாகித் தனக்குக் கீழ்ப்படிந்து நடக்கும். இவ்வித குணங்களுண்டான பின்பு குதிரையை லாயத்திற்குவெளியே கொண்டுவந்து, அதற்கு வியர்வையுண்டாகும் வரையில் சவாரிசெய்யவேண்டியது. பிறகு லாயத்திற்குள் கொண்டுபோய் வியர்வையை நன்றாகத்துடைத்துக் கட்டிவிடவேண்டும். இப்படியே வாரத்தில் இரண்டு அல்லது, மூன்று தடவைகள் சவாரி செய்துவந்தால் எவ்வித சண்டிக்குதிரைகளும் முரட்டுக்குதிரைகளும் வசப்பட்டுக்கீழ்ப்படிந்து நடக்கும்.

புறாக்கள், சிட்டுக்குருவிகள், கிளிகள், வானம்பாடிகள், முதலியவைகளை வசப்படுத்தும் முறை.

மேற்கண்ட பக்ஷிகளுள் வசப்படுத்தவேண்டியதைத் தன்னெதிரில்வைத்து அது தன்னைப்பார்த்துக்கொண்டிருக்கும்படி செய்யவேண்டியது. அந்தப்பக்ஷியின் தலைக்கும் கண்ணுக்கும் நேராகவும், அந்தப் பக்ஷியின் கூண்டிலிருந்து பனிரண்டு, அல்லது, பதினைந்து அங்குல தூரத்திலிருந்தும் கை வலதுபுறத்திலிருந்து இடதுபக்கமாக வரும்படி தடவுபாவனை மெதுவாகச்செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் தடவுபாவனை செய்யும்போது ஒவ்வொருதடவையிலும் சிறுகச் சிறுகத் தன் கையைக் கூட்டிற்குச் சமீபத்தில் நெருக்கிக்கொண்டு வந்து முடிவில் பக்ஷிக்கு ஓரங்குலம் அல்லது முக்கால் அங்குல சமீபத்தில் கொண்டுவரவேண்டியது. இப்படிப் பலதடவைகள் செய்யின் அந்தப் பக்ஷி[illegible] கண்ணை மூடிக்கொண்டு தூங்கிவிடும்.

கையைத் தட்டும் சப்தத்தினாலும், வேறுவித சப்தத்தினாலும் அதன் நித்திரை கலைந்துவிடும். உன்னால் அல்லது வேறுவித காரணத்தால் அது விழித்துக் கொள்ள நேரிட்டாலும் அதற்கு ஹிப்னாடிஸ மயக்கம் பூரணமாக நீங்கித் தெளிவுண்டாகாது. ஆகையால், அப்போது அதற்கிருக்கும் ஹிப்னாடிஸ மயக்கத்தைக் கீழ்க்கண்டபடி செய்து நீக்கித் தெளிவையுண்டாக்கி விடவேண்டியது. அதாவது:

அதற்கெதிரில் கீழிருந்து மேலும், மேலிருந்து கீழுமாகத் தடவுபாவனை செய்யவேண்டியது. இன்னும் அதன்மேல் வாயினாலும் ஊதவேண்டியது. இப்படி அடுத்தடுத்து இரண்டு மூன்று தடவைகள் செய்யின் ஹிப்னாடிஸத் தூக்க மயக்கம் நீங்கி அதற்குத் தெளிவுண்டாகி விடும்.

புறாக்களை வசப்படுத்தும் வேறு இலகுவான முறை.

புறாவினுடைய மூக்கின் நுனியில் கொஞ்சம் வெண்ணிறமான பசையை வைத்து அதை அழுத்தாமல் மெதுவாகப்பிடிக்கவேண்டியது. அதன் கவனம் பசையின்மேல் இரண்டொரு நிமிஷத்துக்குள் வந்து விடும். அதுவரையில் பத்திரமாகப் பிடித்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். பிறகு அதற்குக் கண்கள் சுருங்கித் தானே நித்திரை யுண்டாகிவிடும்.

ஒரு சிறுகைக்குட்டையை யெடுத்து அதன் சமீபத்தில் அசைத்தால் அது நித்திரையினின்றும் விழித்துக்கொள்ளும். இன்னும் மேலே சொல்லியிருக்கிற ...றப்படியும் செய்து விழிக்கச் செய்யலாம்.

...ழி, சேவல் ஆகியவைகளை வசப்படுத்தல்.

...னத்தில் ...ண்டவற்றுள் ஒன்றை ஒரு உயர்ந்தஸ்தா... ...ா இடது கையால் பிடித்துக்கொண்டு,

அதன் தலை யுச்சியிலிருந்து மூக்கின் நுனிவரையில் வலது கை ஆட்காட்டி விரலால் தடவுபாவனை செய்ய வேண்டியது. இவ்விதம் பத்துத் தடவைகள் செய்து அதன் இரண்டு கால்களையும் ஒருகயிற்றால் கட்டிக் கீழே தரையில் போட்டுப்பிறகு அதன்மூக்குக்கு நேரே சீமைச சுண்ணும்பால் நாலடி நீளம் கோடுகிழித்து அதன் கோடியில் ஒரு மெழுகுவர்த்தியைக்கொளுத்தி வைத்துக் கோழியை விட்டுவிட்டால் அது கிடந்த விடத்திலேயே அசையாமற் கிடக்கும். பிறகு அக்கோழியின் காலிலுள்ள கயிற்றை அதற்குத் தெரியாமல் மிருதுவாக அவிழ்த்துவிட்டாலும், அசைத்தாலும் எழுந்தோடாமல் சும்மாகிடக்கும். நாம்எந்தஸ்தானத்தில் வைக்கிறோமோ அந்த ஸ்தானத்தை விட்டசையாது.

ஒரு சிறிய கைக்குட்டையை அதன்மீது போட்டு அசைத்துச் சப்தம் செய்தால் உடனே அது விழித்துக்கொள்ளும்.

பாடம் 18.

பிராணிகளை வசப்படுத்தும் பொதுமுறை.

எந்தப்பிராணியையும் வசப்படுத்தவேண்டுமானால் அந்தப்பிராணியின் முதுகில் மெதுவாகநான்கைந்து தடவைதட்டிக்கொடுத்துப்பிறகுதலையிலிருந்துமுதுகின்வழியாக வால்வரையில் தன்கையால் தடவிக்கொடுக்க வேண்டும். இப்படிப் பத்துமுறை செய்வதால் அந்தப் பிராணியானது தனக்கு வசப்பட்டுப் பிரியமாயிருக்க ஏதுவாகும்.

இன்னும் அவைகளுக்குநித்திரையுண்டாக்கவேண்டுமானால் அவற்றின் கண்களின் மீதும் மூக்கின்மீதும் பல தடவைகள் தடவுபாவனை செய்யவேண்டும். இப்படிச்செய்யும்போது அவற்றிற்கு நித்திரையுண்டாகவேண்டுமென மனவுறுதியுடன் தியானித்துக்கொண்டுசெ

ய்யவேண்டியது. ஆனால், தன்கைகளால் அவற்றின் கண்களை மூடலாகாது. தான் தடவுபாவனை செய்வதால் அவைதாமே கண்களை மூடிக்கொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் மூன்று நான்கு தடவைகள் செய்தால் அவைதனக்கு வசப்பட்டுக்கீழ்ப்படிந்து நடக்கும்.

மேற்கண்டபடியே கைக்குட்டையை அவற்றின் மீதுபோட்டசைத்துச்சப்தம் செய்ய, அல்லது அவற்றின் பெயரைச் சொல்லிக்கூப்பிட அவைவிழித்துக் கொள்ளும்.

இதேவிதமாக நாய், பூனை, முயல், குரங்குமுதலிய பலவகைப் பிராணிகளையும் வசப்படுத்தலாம்.

பாடம் 19.

காட்டுமிருகங்களை வசப்படுத்தும் முறை.

மிருகங்களை வசப்படுத்துவதற்கு மந்திரம்பயன்படா. நம்முடைய கண்பார்வையும், கைபால் தடவுவதுமே உசிதமானவழிகளாம். கண்ணால் உற்றுப்பார்த்துக்கையால்தடவுவதால் அவைமயங்கிவிடும். ஆகையால், மிருகங்களிருக்கும் கண்காட்சிசாலைக்குப்போய் அவற்றை உற்றுப்பார்த்து அவைகளின் கவனத்தை நம்மீதுசெலுத்தும்படி செய்துபழகவேண்டியது. இவ்விதம் தொடர்ச்சியாக நெடுநாள்பழகிவரின் அவற்றைச் சீக்கிரம் வசப்படுத்தச் சக்தியுண்டாகிவிடும்.

பாடம் 20.

கிளர்வாயென்ஸ் அல்லது தூரதிருஷ்டி.

இதைப்பற்றிய எல்லாவிபரங்களும் மானிடவசியம் "அத்தியாயம் 9-உன்னததோற்றங்கள்" என்னும் தலைப்பின்கீழ் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. அவசியமான கனவான்கள் அதனை வாசித்துத் தெரிந்துகொள்வார்களாக.

மெஸ்மரிஸ பாடங்கள்
முற்றிற்று.