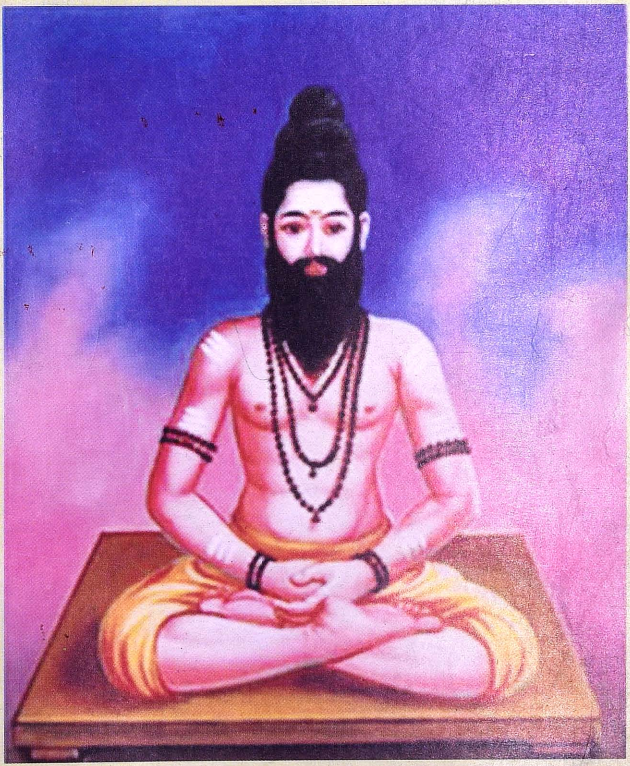
உலக சித்தர் மாநாடு

WORLD SIDDHAR CONFERENCE



Venue : Balamandir German Hall

No.17, Prakasam Road, T.Nagar, Chennai - 17.

Date : 14.04.2014, Monday

Jaya Indian Medicine Pharmaceutical (P) Ltd

Quality Medicine Our Strength

ANEMINIL CAPSULE

Activated with Coral

Indications:
- Anemia
- Osteoporosis
- Joint Pain
- TB
- HIV infection
- Neuromuscular Disorders.

KARPAVANI ELAGAM

A very rich formula having 48 herbal ingredients, enriched with Kungumapoo

Indications:
- Improves Lactation
- Helps involution of uterus after delivery
- Prevents undue water retention
- Accentuates delayed Menarche
- Menstrual Pain

** Contraindicated for pregnant women.*

ADITHYA SKINCARE OIL

A unique herbo-mineral preparation of Wrightia tinctoria for External Use Only.

Indications
- Psoriasis
- Eczema
- Dandruff
- Winter Dryness
- Hyperkeratosis
- Inflammatory Skin disorders.

THANGA PARPAM

Special preparation with Gold

Indications:
- Low sperm count
- Neuromuscular Disorders
- Tremors(Shake)
- Respiratory disorders
- Chronic ulcers
- Chronic fever.
- Supportive Therapy in Cancer
- Arthritis

OUR QUALITY METALLIC AND HERBAL PREPARATIONS

- Poornachantirotayam
- Amukkira Churanam
- Parangipattai Churanam
- Thalisathi Churanam
- Thriphala Churanam
- Annabedi Chenduram
- Ayakantha Chenduram
- Chanda Marutha Chenduram
- Jalamanchari Chenduram
- Thanga Parpam
- Muthuchippi Parpam
- Pavazha Parpam
- Silasathu Parpam
- Sangu Parpam
- Velvanga Parpam
- Kungiliya Parpam
- Velli Parpam
- Nandukkal Parpam
- Idivallathy Mezhugu
- Sivanaramirtham
- Rasaganthi Mezhugu
- Aneminil Capsules
- Idivallathy Capsules
- Parangipattai Churanam Capsules
- RGM Capsules
- Mahavallathy Elagam
- Karpavani Elagam
- Thetran Kottai Elagam
- Kanthaga Rasayanam
- Megavirana Kalimbu
- Amirtha Vennai
- Chitramutti Thylam
- Adithya Skin Care Oil

No.89, Vel Nagar 2nd Street, Maduravoyal, Chennai – 600 095.
Ph: 65165825 / 9282236112
email:jayaprakash.siddha@yahoo.in

உலக சித்தர் மாநாடு

WORLD SIDDHAR CONFERENCE

அழைப்பிதழ்

14-04-2014 திங்கட்கிழமை
காலை 9 மணி

இடம்: பாலமந்திர் ஜெர்மன்ஹால் எண் 17, பிரகாசம் தெரு

தி.நகர் (T.Nagar) சென்னை- 600 017.

(1. வள்ளுவர் கோட்டம் குடிநீர் வாரியம் அருகில்

2.பாரதி ராஜா மருத்துவமனைG.N. செட்டிரோடு அருகில்)

உலக சித்தர் மாநாடு

WORLD SIDDHAR CONFERENCE

தொடக்க விழா

அன்புடையீர்,

வணக்கம் சித்திரைத் திங்கள் 1ம் நாள் (14.04.2014) திங்கட்கிழமை காலை 9 மணிக்கு சென்னை பாலமந்திர் ஜெர்மன்ஹால் எண் 17, பிரகாசம்தெரு, தி.நகர்(T.NAGAR) சென்னை - 600 017ல் உலக சித்தர் மாநாடு தொடக்க விழாவிற்கு உங்கள் அனைவரையும் அன்புடன் வரவேற்கிறோம்.

தமிழ்த்தாய் வாழ்த்து

தலைமை : Dr..G **வேலுச்சாமி** MD(S) தலைவர் விழாக் குழு

வரவேற்புரை : Dr.M.**பாஸ்கரன்** HPSM துணைத்தலைவர் விழாக் குழு

விழாவைத் துவக்கி வைத்து சிறப்புரை

மாண்புமிகு நீதியரசர் **ச.தமிழ்வாணன்** அவர்கள்
நீதிபதி உயர்நீதிமன்றம் சென்னை.

மதிப்புமிகு திருமதி **Dr. குத்சியா காந்தி** IAS அவர்கள்
கூடுதல் தலைமை செயலாளர் (ஓய்வு) தமிழ்நாடு அரசு.

விழா மலரை வெளியிட்டு வாழ்த்துரை

பத்ம ஸ்ரீ **Dr . J.R. கிருஷ்ணமூர்த்தி GCIM** அவர்கள்

விழா மலரைப் பெற்று வாழ்த்துரை

பேராசிரியர் **Dr. P ஜெயபிரகாஷ் நாராயணன்** MD(S) அவர்கள்
முன்னாள் துணைமுதல்வர் அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி

Dr.K. பழனிச்சாமி,BIM. அவர்கள்
Siddha Research Scholar Special Officer (Retd.)

நலம் தரும் நாட்டு மருத்துவம் 400 நூல் வெளியிட்டு வாழ்த்துரை

Dr. ஸ்டான்லி ஜோன்ஸ் BIM அவர்கள்
துணைத்தலைவர் சித்தா CCIM டெல்லி

நூல் பெற்று வாழ்த்துரை

Prof. DR. R.S. இராமசுவாமி
Director General Central Council for Research
in Siddha Dept. of Ayush Govt. of India.

ஏற்புரை: நூலாசிரியர் **மரு பாக்கம் தமிழன்** (பிரதாபசிம்மன்)

நீரழிவு நூல் வெளியிட்டு வாழ்த்துரை

ஆயுர்வேத ரத்னா **Dr K.S. விஸ்வநாத சர்மா** அவர்கள்
முன்னாள் முதல்வர் ஆயுர்வேத கல்லூரி

மரபு வழி சித்த மருத்துவப் பெரியோர்கள் 10 பேருக்கு, ஆல்மா சித்தா சிறப்புப் பல்நோக்கு மருத்துவமனையின் மேலாண்மை இயக்குனர் நல்லோர் திரு.**M.G.L.** வேலாயுதம் அவர்கள் நிதி உதவிச் சிறப்பிப்பார்கள்

நன்றியுரை	:	**Dr. புலவர் விநாயகம்** RSMP பொருளாளர் விழாக்குழு
விருந்தோம்பல்	:	பிற்பகல் 1 மணியிலிருந்து 2 மணி வரை

நாடகம் : மாலை 2 மணி முதல் 3 மணி வரை

தமிழ்ப் பண்பாட்டுச் சங்கம் பாக்கம் தமிழன் வழங்கும்
வைத்தியர் மாப்பிள்ளை (நாடகம்) எழுத்து மு.அண்ணா சோதி
இயக்கம் : கே.பி. அறிவானந்தம் , எம்.சி. முருகேசன்

மாலை 3 மணி : **யோகா திரு A. வெற்றிவேல்** குழுவினர்

நிறைவு விழா

மாலை 3.15 மணி

தலைமை : திருமிகு **லட்சுமி காந்தன் பாரதி** IAS அவர்கள்
முன்னாள் திட்டக் குழு உறுப்பினர் தமிழ்நாடு அரசு

வரவேற்புரை : **Dr .P.A. சத்திய நாராயணன்** MA., RIMP அவர்கள்
இணைச் செயலாளர் விழாக் குழு

முன்னிலை : திருமிகு **MGL வேலாயுதம்** அவர்கள்
மேலாண்மை இயக்குனர் அல்மா சித்தா
சிறப்புப் பல்நோக்கு மருத்துவமனை

நிறைவு விழா பேருரை

மாண்புமிகு **நீதியரசர் துரைசாமி ராஜ்** அவர்கள்
முன்னாள் நீதிபதி உச்ச நீதிமன்றம் இந்தியா.

மாண்புமிகு **நீதியரசர் Dr T.N. வள்ளி நாயகம்** அவர்கள்
Lok Adlat High Court of Madras

வாழ்த்துரை : Dr .S. காதரி HPIM அவர்கள்
முன்னாள் இயக்குனர் இம்காப்ஸ்

Dr. HARISH L.METHA அவர்கள்
Chairman Indian Red Cross Society

Dr.S. ஜெகஜோதி பாண்டியன் BIM இயக்குனர் பொறுப்பு (ஓய்வு)
சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையம் அவர்கள்

Dr.K. பாலகுருசாமி MD (S) அவர்கள்
முதல்வர் வேலுமயில் சித்த மருத்துவ கல்லூரி

Dr.B. முத்துக்குமார் MD (S) அவர்கள்
Member - CCIM Spokes Person ISMGA

Dr. செல்வின் இன்னசென்ட் தாஸ் MD(S) அவர்கள்
National President ISMGA

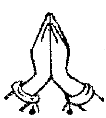
Dr. பானுமதி அவர்கள்
Member CCIM முதல்வர் அரசினர் சித்த மருத்துவ கல்லூரி, சென்னை

Dr ஜான் ஜஸ்டஸ் அவர்கள்
Member CCIM Delhi

Dr.C. சுரேஷ் அவர்கள்
President IMWA Executive Member ISMGA

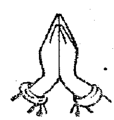
சிறந்த சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி கட்டுரைகள் **(IJPCS)** வழங்கியவர்களை கௌரவித்தல்

நன்றியுரை



Dr M. சுரேஷ் B.S.M.S இணைச் செயலாளர் விழாகுழு.

தேசியகீதம்



நீதிபதி ச. தமிழ்வாணன்
உயர்நீதிமன்றம்,
சென்னை – 600104.

38 (NB), பசுமைவழிச்சாலை,
அடையாறு,
சென்னை – 600028.

வாழ்த்து மடல்

சீர்மிகு சென்னை மாநகரில் 2014ம் ஆண்டு ஏப்ரல் திங்கள் 14–ம் நாள் உலக சித்தர் மாநாடு நடைபெறவிருக்கும் செய்தி மட்டற்ற மகிழ்ச்சியினை அளிக்கிறது. இவ்வினிய மாநாட்டினை இன்று ஜய ஆண்டு சித்திரைத் திங்கள் முதல் நன்நாளில் துவங்கி வைக்கின்ற அரிய வாய்ப்பினை, எனக்கு வழங்கிய விழாக் குழுவினருக்கு எனது உளமார்ந்த நன்றியினை உரித்தாக்குகிறேன். இவ்விழாவின் தொடர்ச்சியாக கருத்தரங்கம், மூலிகை கண்காட்சி, மலர் வெளியீடு என சிந்தைக்கு விருந்தளிக்கும் பல சிறப்பம்சங்களும் உள்ளன.

தமது மகாயோகநிலை, மாதவம் ஆகியவற்றால் சித்திபெற்று மதம், இனம், மொழி, நாடு எனப் பல வட்டங்களைக் கடந்து, உலகின் மெய்ஞ்ஞானம் கண்ட மாமனிதர்களே சித்தர்களாவர். ஆதிகாலம் தொட்டே, நமது இந்தியத் திருநாட்டில் பதினென் சித்தர்கள் உட்பட பற்பல சித்தர்கள் வாழ்ந்து வந்திருக்கிறார்கள். உலகெங்கிலும் இறை அவதாரமென்றும், நபிமார்கள் என்றும், மகாயோகிகள் என்றும் அழைக்கப்படுவோர் அனைவருமே மக்கள் நலங்காத்த சித்தர்களே எனில் அது மிகையாகாது.

நாம் உண்ணும் உணவே, நோய்தீர்க்கும் மருந்தாகவும் அமையுமானால், மருந்தே உணவு என்ற நிலை இன்றைக்கு பலருக்கு ஏற்பட்டிருக்காது. மாந்தரின் உடல் நலம்காக்க உணவே மருந்து என்ற அடிப்படையில் சித்த மருத்துவம், யுனானி, ஆயுர்வேதம் முதலான மருத்துவத்தையும் யோகா எனப்படும் உடற்பயிற்சி, பிரணாயாமம் என்ற மூச்சுப் பயிற்சி ஆகியவற்றுடன், தியானம், தவம் என்ற உயர்நிலையில் ஆன்மீகத்தையும் தழைத்தோங்கச் செய்து மனித குலத்தை உயர்த்திய சித்தர்களின் ஆற்றலையும் சேவையையும் நினைவு கூர்ந்து, அனைவரும் பயன்பெறும் வகையில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் உலக சித்தர் மாநாட்டினை சிறப்புடனே நடத்தி வரும் நல்லோர்க்கு எனது பாராட்டுதல்களையும், மாநாடு சிறக்க எனது வாழ்த்தினையும் உரித்தாக்குகிறேன்.

29/03/14.

(நீதிபதி. ச. தமிழ்வாணன்)
சென்னை
29–03–2014

Justice S. RAJESWARAN

Dated 24th March, 2014

வாழ்த்துரை

உலக சித்தர் மாநாடு வருகின்ற 14.04.2014 திங்கள் அன்று பாலமந்திர் ஜெர்மன் ஹாலில் நடைபெறுகிறது என்பதில் மற்றற்ட மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். மேலும், மூலிகை மற்றும் இதர மருந்துகளின் கண்காட்சி அன்று நடைபெறுவதாக அறிகிறேன். இன்றைய காலகட்டத்தில் இதைப் போன்ற பண்டைய மூலிகை மருந்துகள் நல்ல பலன் தரும் என்பதை அனைவரும் அறிய வேண்டும் என்பதிலும், சித்தா யுனானி, ஆயுர்வேதம் போன்ற துறைகளில் சிறந்த சான்றோர்களும் கலந்து கொண்டு அவர்களுடைய அனுபவங்களை பகிர்ந்துகொள்வது மக்களுக்கு பெரும் உதவியாக இருக்கும் என்பதிலும் எந்தவித சந்தேகமும் இல்லை. நாட்டில் ஏன், இவ்வுலகில் பலர் இதை போன்ற பழமையான இந்திய மருத்துவத்தைக் கையாண்டு பலன் அடைந்திருக்கிறார்கள் என்பதை நான் அறிவேன். இதைப் போன்ற இந்திய மருத்துவத்தின் நற்குணங்களையும் அதன் பலன்களையும் பலர் அனுபவித்து கொண்டிருப்பதை, இந்த மாநாடு மூலமாக நாம் தெரிந்துகொள்ளலாம். இந்திய மருந்துவமுறை பழமையானது மட்டுமல்லாமல் இது மிகுந்த ஆரோக்கியமான முறை என்பதை சான்றோர்கள் சொல்ல கேட்டிருக்கிறேன். இந்த மருத்துவ முறைகள் இந்த மாநாடு மூலமாக, எல்லோருக்கும் தெரிய வேண்டும் என்பது என் அவா, நானும் சில இந்திய மருத்துவ முறைகளைக் கடைபிடித்து கொண்டிருக்கிறேன் என்பதை இந்தத் தருணத்தில் சொல்லக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன். திருமூலர் சொல்லிய மருத்துவ முறைகள் தான் இவர்கள் கடைபிடிக்கிறார்கள் என்பதை காண முடிகிறது. ஆக, சிறப்பு வாய்ந்த பயனுள்ள இந்த மருத்துவ முறையை நல்ல முறையில் பயன்படுத்தி அதனால் மக்கள் பெரும் பயனைப் பெற வேண்டும் என்று வாழ்த்துகிறேன். மேலும் இதை சார்ந்த விழா குழுவினர்களையும் முக்கியமாக தலைவர் திரு. வேலுச்சாமி அவர்களுக்கும் திரு. பாஸ்கரன் அவர்களுக்கும் திரு. ரவிச்சந்திரன் அவர்களுக்கும் என நெஞ்சார்ந்த வாழ்த்துகளையும் நன்றியையும் தெரிவித்து கொண்டு, அவர்கள் சீரிய தொண்டு சிறக்க வேண்டும் என வேண்டுகிறேன்.

Justice S. RAJESWARAN

Dr. J. RADHAKRISHNAN, I.A.S.,
Secretary to Government,
Health and Family Welfare Department

Secretariat,
Chennai - 600 009.

Phone : 91-44-2567 1875
Fax : 91-44-2567 1253
E-mail : hfwsec@gmail.com

நாள் : 24.3.14

வாழ்த்துச் செய்தி

உலக சித்தர் மாநாடு இந்த ஆண்டு 14.04.2014 சித்திரைத் திருநாள் அன்று சென்னையில் நடைபெறவிருப்பதை அறிந்து மகிழ்ச்சியடைகிறேன்.

மனதை மூச்சிப் பயிற்சி மூலம் ஒரு நிலைப்படுத்தி ஐம்பூதங்களையும் அடக்கி எண்வகை சித்துக்களையும் ஒரு சேரப் பெற்று அதை மக்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லி நல்வழிப்படுத்திய அறிவு சார்ந்த பெரும் மகான்களே சித்தர்கள் ஆவார்கள். உலக மக்களின் மனதை நோய் தீண்டாமலும், உடலைப் பிணி தாக்காமல் இருக்கும் வழிவகைகளை எடுத்துக்கூறி, நோயும், பிணியும் வந்துற்றால் அவைகளை சீர்படுத்த சரப் பயிற்சி முதல் வாத வைத்தியம் வரை செய்து காட்டி நடைமுறைப்படுத்திய அவர்தம் மருத்துவமே சித்த மருத்துவம் ஆகும்.

அந்த வகையில், சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பினை உலகிற்கு எடுத்துரைக்கும் வகையில் இம்மாநாட்டில் கருத்தரங்கம், மூலிகைக் கண்காட்சி, மருந்துகள் கண்காட்சி முதலியன இடம் பெற உள்ளது வரவேற்கத்தக்கது. மேலும், உலகை நல்வழிப்படுத்திய சித்தர்கள் தங்களின் ஆய்வுகளை ஓலைச்சுவடிகளில் ஆவணப்படுத்தியவைகளை தற்கால ஆய்வுகளுடன் ஒப்பு நோக்கி அச்சித்தர்களின் உண்மை வரலாற்றை ஒவ்வொரு ஆண்டும் நூலாக வெளியிட்டால் மக்களுக்கு நற்பலன் அளிக்கும்.

இச்சிறப்பு மிக்க சித்தர்களை நினைவு கூறும் முகத்தான் ஆண்டுதோறும் சித்திரைத் திங்கள் முதல் நாள் தமிழ்ப் புத்தாண்டான ஏப்ரல் 14-ல் உலக சித்தர்கள் மாநாடு கொண்டாடும் விழா குழுவினருக்கும், உலக சித்தமருத்துவர்களுக்கும் விழா சிறப்படைய எனது இனிய நல்வாழ்த்துக்களைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

(டாக்டர் ஜெ. ராதாகிருஷ்ணன்)
அரசு செயலாளர்

திருமதி. குத்சியாகாந்தி, இ.ஆ.ப.
கூடுதல் முதன்மையர் செயலர் [பணி நிறைவு]
தமிழக அரசு

உலக சித்தர்கள் திருநாள் விழா

வாழ்த்துரைச் செய்தி

ஒன்றே குலம் ஒருவனே தேவன்
உணவே மருந்து மருந்தே உணவு
அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்திலும் உள்ளது.

என உலகில். உரத்தகுரலில் எடுத்துக்கூறி நல்வழிப்படுத்தும் அறிவர் என அறியப்பெற்றவர்கள் சித்தர்கள்.

உயிருக்கு தேவையான சரப்பயிற்சி எனும் பிராணாயாமப் பயிற்சி, அலைபாயும் மனதை அடக்கி ஒரு நிலைப்படுத்திட குண்டலிணியோகா, நீண்டநாள் நோய் நொடியின்றி வாழக்காயகற்ப முறைகள், வந்துற்றநோய்களைக் கணிக்கும் எண் வகைத் தேர்வு அடங்கிய முறைகள் , வேர்பாரு, தழைபாரு மிஞ்சினக்கால் பற்ப செந்தூரம் பாரே என மருத்துவம் செய்யும் முறை. உயிரோட்டம் எனும் அமுதக்கலை தடங்கல் ஏற்படின், நீக்க வர்மக்கலை, மருந்துகள் முற்றிலும் முழுமை பெற முப்பு, அறுவை மருத்துவம், இரசவாதம் போன்றவைகளை உள்ளடக்கியவைகளையும், உயிரையும், உடலையும் ஒரு சேர வளர்க்கும் வாழ்க்கையே நிறைவான வாழ்க்கை என்ற வாழ்க்கை கல்வியாம் சித்த மருத்துவத்தை உலக மக்கள் நன்மை கருதி மனிதநேயத்துடன் எடுத்துச்கூறியவர்கள் சித்தர் பெருமக்கள்.

அவர்களின் பெருமைகளையும், ஆய்வுகளையும் எடுத்துக்கூறி நினைவு கூறும் விழாவான உலகசித்தர்கள் திருநாள் தமிழ்ப்புத்தாண்டு சித்திரைத்திங்கள் முதல் நாள் ஏப்ரல் 14–ல் நடைபெற உள்ளது குறித்துயாம் பெருமைகொள்கிறோம். விழா ஏற்பாடு செய்யும் குழுவினர்க்கு எமது உளமார்ந்த பாராட்டுகள். விழா சிறப்படைய எமது மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்.

மனித நேயத்துடன்,

(திருமதி. குத்சியாகாந்தி இ.ஆ.ப)

மருத்துவர் கோ. வேலுச்சாமி, M.D. (Siddha),

தலைவர்,

உலகச் சித்தர் மாநாடு 2014

சித்திரை மாதம் முதல் நாள், முழுமையான பௌர்ணமி அன்று துவங்கும் தமிழ் வருடப் பிறப்பான 14.04.2014 அன்று உங்கள் எல்லோரையும் நேரடியாகவும், இம்மலர் மூலமாகவும் சந்திப்பதில் மட்டற்ற மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். இந்நன்னாளை உலகச் சித்தர் மாநாடாக, பல ஆண்டுகளாகக் கொண்டாடிக் கொண்டிருக்கிறோம்.

சித்தர்கள் அடிப்படையில் யோகஞானிகள் சித்தர்களது அடிப்படை நோக்கமே நரை, திரை, பிணி ஆகியவற்றிலிருந்து உடலைப் பேணிப் பாதுகாத்து நீண்ட காலம் வாழுங்கலையைப் போதிப்பதும் சாவைத் தடுப்பதுமேயாகும். இறப்பையே ஓர் பிணியாகக் கருதியவர்கள் சித்தர்கள். இறப்புக்கு முக்கிய காரணிகளாகப் பல்வேறு நோய்கள் அமைந்தமையால் அந்நோய்களை வாராது தடுக்கும் பொருட்டும், வந்தால் குணமடையச் செய்வதற்கும், யோகம், ஞானம், வாதம் வைத்தியம் ஆகியவற்றை இவ்வுலகிற்கு அருளிச்சென்றுள்ளார்கள். உலோக, உபரச, இரசபாடாணங்களை நோய் தீர்க்கும் மருந்துகளாக உலகிற்கு முதன் முதலில் பல ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன் அறிமுகப்படுத்தியவர்கள் சித்தர்கள். இச்சித்தர்களை நன்றியுடன் நினைவுகூறும் வகையிலும், தமிழர்களின் நாகரீகத்தின் ஒரு அங்கமாக விளங்கும் சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பை இவ்வுலகிற்கு எடுத்துச் சொல்லும்விதமாகவும் இம்மாநாடு அமைய வேண்டும் என்று உங்களைப் போன்று நானும் பெரிதும் விரும்புகிறேன். இம்மாநாட்டில் முனைப்புடன் கலந்துகொள்ள வந்திருக்கும் பரம்பரை சித்த மருத்துவச் சான்றோர்கள், பட்டதாரி சித்த மருத்துவர்கள், பேராசிரியர்கள், அரசு மருத்துவ அலுவலர்கள், சித்த மருத்துவம் பயிலும் மாணவர்கள், சித்த மருந்து செய்நிலையங்களின் பிரதிநிதிகள் எல்லோருக்கும் என் சார்பாகவும், விழாக் குழுவின் சார்பாகவும் நன்றி பாராட்ட கடமைப்பட்டுள்ளேன். ஒவ்வொரு ஆண்டும் தமிழ் வருடப் பிறப்பன்று இது போன்ற மாநாடுகள் சீரும் சிறப்போடும் நடைபெற நமது சித்தர்களது அருளாசி நமக்கும் கிட்டட்டும்.

நன்றியுடன்,

கோ. வேலுச்சாமி

உலக சித்தர் மாநாடு விழாக் குழுவினர்

மரு.G.. வேலுச்சாமி
MD(S)
தலைவர்

மரு. ஸ்டான்லி ஜோன்ஸ்
BIM துணைத்தலைவர்

மரு. **M.** பாஸ்கரன்
HPSM
துணைத்தலைவர்

மரு. புலவர் விநாயகம்
RSMP
பொருளாளர்

மரு. **A.** ராமலிங்கம் BIM
செயலாளர்

மரு. செல்வின் இன்னசென்ட்தாஸ்
MD(S) இணைச்செயலாளர்

மரு. **P.A.**சத்தியநாராயணன்
RIMP
இணைச்செயலாளர்

மரு. **M.** சுரேஷ் BSMS
இணைச்செயலாளர்

மருபாக்கம் பிரதாப சிம்மன் ESMP
இணைச்செயலாளர்

நிர்வாகக் குழு உறுப்பினர்கள்:

மரு. **J.** ஜெயவெங்கடேஷ் MD(S)
மரு.**S.** மணி BIM
மரு.**S.** நாகேந்திரன் B.SC PHD
மரு **K.S.** சுப்பையா
மரு.**S.** செந்தில் குமார்
மரு. **S** ரவீந்திரன்
மரு. **R.A.** சங்கரன்
மரு. **V** காளிதாஸ்

மரு. **P.** ராஜ்குமார் MD(S)
மரு. **R.** சிவக்குமார் MD (Ayush)
மரு **P.** திருஞானசம்பந்தம் M..SC PHD
மரு. **C. A.** ரவி
மரு. **S.** ரவிச்சந்திரன்
மரு.**C.** ஜெயசந்திரன்
மரு. முகமது அலி
மரு. **K.** சின்னையன்

WORLD SIDDHAR CONFERENCE

14-4-2014

PATRONS

Padmashri Dr. **J.R. KRISHNAMOORTHY**, G.C.I.M.

Dr. **S.K.KHADRI**, H.P.I.M

Emeritus Prof. Dr. **K.S. VISVANATHA SHARMA**

Advisory Committee

Dr. G. GANAPATHY
Dr. G.P. VENMATHIYAN
Dr. SELVIN INNOCENT DOSS
Dr. B. MUTHU KUMAR
Thiru. N.P. KAILASH
Dr. K. BALA GURUSAMY
Dr. M. MURUGESAN
Dr. JAYA VENKATESH
Dr. ANBU GANAPATHY
Dr. K.S. SUBBAIAH
Dr. R. SUBRAMANI
Dr. K. NATARAJAN

Scientific Committee

Dr. K. PALANICHAMY
Dr. M. LOGA MANIYAN
Dr. P. RAJKUMAR
Dr. JOHN JUSTUS
Dr. G. . SIVARAMAN
Dr. T. ANANDAN
Dr. VEERABABU
Dr. M.SURESH
Dr. R. SIVAKUMAR
Dr. L. SIVAKUMAR
Dr. L. PADMARAMACHANDRA

Reception Committee

Dr. C.A. RAVI
Dr. S.NAGENDRAN
Dr.S. SENTHIL KUMAR
Dr. K.G. MANOJ
Dr. R.A. SANKARAN
Dr.M. LATHARANI
Dr. MOHA MED ALI

Dr. L. BOOPATHY
Dr. K. CHINNAIYAN
Dr. B,. RAMADOSS
Dr. NANJIL PONNAPPAN
Dr. R. RADHAKRISHNAN
Dr. V. KALIDOSS
Dr. MURUGADOSS

Registration Committee

Dr. N.V. ARUL

Dr.MALAR KODI ARUL

Dr. S. RAVICHANDRAN

Dr. KALAIMANI SANTHIAPPAN

Dr. S.NAGENDRAN

Dr. SATHIYA ROSELIN

Dr.G. DILLI BATCHA

Dr. G. SANTHAKUMAR

Dr. B. PAVITHRAKUMAR

Dr. T. KASI

Dr. K. SAROJA

Dr. AR. DAS RAJENDRAN

Souvenir Committee

Dr. PULAVAR VINAYAGAM

Dr. S. KANNAN

Dr. S. RAVINDRAN

Dr.PRATABASIMMAN

Dr. A. MEHALA

Maru. D.K.C. PRAKASAN

Maru. ARULDOSS

Maru. T. BACKIANATHAN

Maru. NIRUBAR SRINIVASAN

Maru. T. UTHAMARAJ

Maru. RAMABABU

Maru. PURASAI TAMILENTHI

Maru. T. CHENNAMMAL

Maru. ARANGA NARAYANAN

Stage Hall Arrangement Committee

Maru. OM SAKTHI PERUMAL

Maru. A.SRINIVASAN

Maru. R. BALACHANDRAN

Maru.S. GOMATHY

Maru. C. RAJAN

Maru. K. DEVANESAN

Maru. P. ELUMALAI

Maru. S. ARUMUGAM

Maru. M. ANANDAN

Maru. S. LAKSHMI

Maru. M. JAHANGKIR BATCHA

Maru. S. KANNAN

Maru. K.R. RADHAKRISDHNAN

Maru. ALAYUDDEM

Mau. BASKERAN

Maru. RAVI KUMAR

Fine Arts. Committee

Maru. MURUGADOSS

Maru. A. HEMALATHA

Maru.K.. MANIVASAGAM

Maru.T. PAARTHASARATHY

Maru. R. PONNARASU

Maru. A.T. JAYARAJ

Maru. M. AJA

Maru. R. SURESH

Maru. P. VARADARAJ

Maru. T. KUMARA GANESAN

Maru. S. SOBA

Maru. K.R. RADHA KRISHNAN

Maru. A. MLARVIZHI

Maru. K. NATARAJAN

Maru. GOPIKUMAR

Maru.. K.M.R. PALANIVELU

EVALUATION OF EFFICACY OF VISHNUCHAKRA MATHIRAI FOR THE MANAGEMENT OF CHIKUNGUNYA AND DENGUE (UNDER STUDY)

Dr. JR Krishnamoorthy

Managing Director

Dr. JRK Siddha Research & Phamaceuticals Pvt. Ltd., Chennai.

Former Chairmen SAC (Siddha) , CCRAS, Dept. of AYUSH, Govt. of India.

11, Perumal Koil Street, Kunrathur, Chennai- 600069.

Introduction

Chikungunya infection is a growing global concern and many consolidated efforts have been made to manage the problem. The disease is caused by chikungunya virus (CHIKV) belong to alpha virus group. Management of the virus and its spread is important to contain the health menace caused by the chikungunya virus. We in the present study report the antiviral effect and clinical effect of a well known Siddha sastric preparation- vishnuchakra mathirai for the management of the disease, as per protocol with Siddha formulations.

Material and Methods

Composition

VISHNU CAKKARA MATTIRI

Irasam (Mercury quick silver)	1 part
lingam (Red sulphide of Mercury)	1 part
Gandakam (Sulphur)	1 part
Napi (aconitum ferox)	1 part
Palakaraip (cowry) parpam	1 part
Paalthutham (Zinc sulphate)	1 part
Thaalakam (Yellow Arsenic Trisulphide)	1 part
Kaantham (Magnetic oxide of iron)	1 part
Manocilai (Red orpiment)	1 part
Veppampala (Azadirachta indica) caru	Sufficient quantity

Anti viral activity was studied using the alpha virus group in a cell line. Reduction in the cell cytotoxicity/cytopathic effect of alphavirus on infected vero cell was done as well as viral reduction assay was also done by titration. Cytotoxicity was evaluated by tryphan blue exclusion assay and MTT.

Experimental study

Two hamsters were infected with the alpha group of virus and treated with the drug. The effect of the drug was evalutaed by determining the viral load in treated and control animals. ELISA was performed for determining the effect.

Clinical study

In the personal clinic of Dr. J.R. Krishnamoorthy, the drug was evaluated in 20 Chikungunya patients. The treatment was initiated with 2 tablets per day as only drug without any other pain relieving drugs. The drug efficacy was assessed on all the patients.

The treatment period was September 06 to November 06. At this period Chikungunya was most prevalent in Tamil Nadu and Kerala.

Results

Laboratory studied showed that the Siddha Sastric drug- **Vishnuchakra mathirai** is effective against alpha group of virus with low cytotoxic effect in the cell line studied.

Significant reduction in the level of interferon specific to alpha group of virus protein was determined. None of the drug treated animals showed any sign of Pyrogen induction. The antiviral activity (although not tested against the specific virus), and the lowlevel of release of all the immunological mediators in the treatment group indicates the possibility of the drug being useful in the management of Chikungunya. Various hematological parameters were also observed to be normal in the treatment group.

The clinical findings clearly established the fact that vishnuchakra mathirai is very effective in the management of chikumgunya infections in human beings. Ten days treatment without any pain relieving drugs, the test drug reduced the body temperature , joint pain, swelling in the joints, nausea and vomiting, headache and infection in the conjunctiva (Table 1).

Total Number of patients taken for study : 30 (Male : 15, Female 10, Children :5)
Study Period : 3 months (Sep. 06 to Nov. 06)
% of Relief in study group --clinical parameters

SYMPTOMS	3 DAYS	5 DAYS	10 DAYS	FOLLOW UP (After 10 Days)		
				1 WEEK	2 WEEKS	3 WEEKS
FEVER	Temp Reduced (50%)	Temp Normal (50%)	Normal	Normal	-	-
JOINT PAIN	Not Relief	Mild Relief	Moderate Relief (30%)	Progressive Relief (20%)	Progressive Relief (10%)	Not Reported (20%)
SWELLING OF JOINTS	No Relief	Moderate Relief (20%)	Good Relief (20%)	Progressive Relief (30%)	Progressive Relief (10%)	Not Reported (20%)
NAUSES	Mild Relief (50%)	Good Relief (50%)	-	-	-	-
VOMITING	Mild Relief (50%)	Good Relief (50%)	-	-	-	-
HEADACHE	Mild Relief (20%)	Moderate Relief (30%)	Good Relief (50%)	-	-	-
INFECTION OF THE CONJUNCTIVE	Not Reported	-	-	-	-	-

Discussion

Chikungunya is a major health concern in developing countries and once the infection spreads it easily reach an epidemic proportion. Although the disease is not very fatal always, but it affects the quality of life very badly. Although prevention is better than cure holds good, the current management strategy is through a combinations of drugs such a antipyretic, analgesic, supplements, anti emetic etc; with poor prognosis. Past infection stage is equally debilitating as far as the patients quality of life is concerned. In the present study, we establish a little hope of developing a potential drug from Siddha system of medicine. The sastric durg, vishnuchakra mathirai was chosen for the present study. The pilot laboratory study gave us a lead to proceed further as the drug has antiviral activity against alpha group of virus with relatively low cytotoxicity.

The human study at the clinic of Dr. JR Krishnamoorthy on 30 chikungunya affected patients revealed that the drug was very effective in the management of the disease. Before paneling the patients, the informed consent was obtained and was provided the drug as free of cost. Twice daily oral intake of the drug for a period of 10 days was advised them to follow. Every alternative day, the patients were reviewed in the clinic and other supportive medicaments such as IV fluids etc were administered free of cost.

However, none of the patients were provided with any other pain relieving/antipyretic drugs for the first 3 days. It was decided that if the test drug doesn't give the required comfort to the patients within three days treatment patients would. be put on to the known and established method of treatment. However, all the 30 patients responded very well to the drug in the beginning itself and hence no other drug was co-prescribed.

It was very fascinating to note the fact that, the drug was very effective in alleviating the agony of the patients and minimizing most of the signs and symptoms of chikungunya. In 10 days treatment, most of the patients returned to their normal life and routine/. The findings also suggest that the Siddha drugs will have a very big role to play in the health and well-being of mankind in future. The vishnuchakra mathirai needs to be studied in detail to establish its use for the management of chikungunya, the most debilitating viral disease of the century.

Also it is suggested that the drug may be tested for **Swine** flu and **Dengue** as well

Note: The Author has refered more than 25 studies.

References :

1. ^ de Lamballerie X, Leroy E, Charrel RN, Ttsetsarkin K, Higgs S, Gould EA (2008). "Chikungunya virus adapts to tiger mosquito via evolutionary convergence; a sign of things to come? Virol. J. 5:33. Doi:10.1186/1743-422X-5-33. PMID 18304328.

2. ^ Powers AM, Logue CH (2007). "Changing patterns of chikungunya virus: re-emergence of a zoonotic arbovirus (PDF). J. Gen. Virol. 88 (Pt 9): 2363-77. Doi: 10.1099/vir.0.82858-0. PMID 17698645. http://dx.plos.org/10.1371/journal.ppat.0030089.
3. ^ Sourisseau M, Schilte C, Casartelli N, et al. (June 2007). "Characterization of reemerging chikungunya virus". PloS Pathog. 3 (6): 389. Doi:10.1371/journal.ppat.0030089. PMID 17604450. PMC:1904475. http://dx.plos.org/10.1371/journal.ppat.0030089.
4. ^ a b Chhabra M, Mittal V. Bhattacharya D, Ranna U, Lal S (2008). "Chikungunya fever." Indian J Med Microbiol 26 (1):5-12. PMID 18227590.
5. ^ Simon F, Parola P. Grandadam M/ Fourcade S, Oliver M, Brouqui P, Hance P/ Kraemer P/ Ali Mohamed A/ de Lamballerie X/ Charrel R/ Tolou H (2007). "Chikungunya infection: an emerging rheumatism among travelers returned from Indian Ocean islands. Report of 47 cases". Medicine (Baltimore) 86 (3): 123-37. Doi:10.1097/MD/0b013e31806010a5.PMID.17505252.
6. ^Taubitz W, Cramer JP, Kapaun A, Pfeffer M, Drosten C, Dobler G, Burchard GD, Loscher T (2007). "Chikungunya fever in travelers: clinical presentation and course", Clin Infect. Dis. 45 (1): 31-4. Doi:10.1086/518701. PMID 17554689.

7. ^ a b c "WHO - Laboratory Diagnosis of Chikungunya Fevers". http://www.searo.who.int/EN/Section10/Section2246_12902.htm. Retrieved on 2008-07-11.
8. ^ "Chikungunya fever diagnosed among international travelers—United States, 2005-2006". *MMWR Morb. Mortal. Wkly. Rep.* **55** (38): 1040–2. September 29, 2006. PMID 17008866. http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5538a2.htm.
9. ^ *"Chikungunya - Fact sheet". European Centre for Disease Prevention and Control. 2008-01-23. http://ecdc.europa.eu/en/Health_Topics/Chikungunya_Fever/facts.aspx. Retrieved on 2008-03-25.
10. ^ Edelman R, Tacket CO, Wasserman SS, Bodison SA, Perry JG, Mangiafico JA (June 2000). "Phase II safety and immunogenicity study of live chikungunya virus vaccine TSI-GSD-218". *Am. J. Trop. Med. Hyg.* **62** (6): 681–5. PMID 11304054. http://www.ajtmh.org/cgi/reprint/62/6/681.
11. ^ Alphaviruses
12. ^ Microsoft Word - Nivaquine.doc
13. ^ Muthumani K, Lankaraman KM, Laddy DJ, *et al.* (September 2008). "Immunogenicity of novel consensus-based DNA vaccines against Chikungunya virus". *Vaccine* **26** (40): 5128–34. doi:10.1016/j.vaccine.2008.03.060. PMID 18471943. http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0264-410X(08)00341-1.
14. ^ Couderc T, Khandoudi N, Grandadam M, *et al.* (2009). *Prophylaxis and therapy for Chikungunya virus infection.* **200**. pp. 516–523. doi:10.1086/600381. http://www.journals.uchicago.edu/doi/full/10.1086/600381.
15. ^ Mahendradas P, Ranganna SK, Shetty R, *et al.* (February 2008). "Ocular manifestations associated with chikungunya". *Ophthalmology* **115** (2): 287–91. doi:10.1016/j.ophtha.2007.03.085. PMID 17631967. http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0161-6420(07)00488-5.
16. ^ Vanlandingham DL, Hong C, Klingler K, Tsetsarkin K, McElroy KL, Powers AM, Lehane MJ, Higgs S (2005). "Differential infectivities of o'nyong-nyong and chikungunya virus isolates in Anopheles gambiae and Aedes aegypti mosquitoes". *Am J Trop Med Hyg* **72** (5): 616–21. PMID 15891138.
17. ^ a b Martin Enserink (2007). "Chikungunya: No Longer a Third World Disease". *Science* **318** (5858): 1860–1861. doi:10.1126/science.318.5858.1860. PMID 18096785.
18. ^ Martin E (2007). "EPIDEMIOLOGY: Tropical Disease Follows Mosquitoes to Europe". *Science* **317** (5844): 1485. doi:10.1126/science.317.5844.1485a. PMID 17872417.
19. ^ Tsetsarkin KA, Vanlandingham DL, McGee CE, Higgs S (2007). "A Single Mutation in Chikungunya Virus Affects Vector Specificity and Epidemic Potential". *PLoS Pathog* **3** (12): e201. doi:10.1371/journal.ppat.0030201. PMID 18069894.
20. ^ ProMED-mail (2007) Chikungunya virus: genetic change. Archive Number 20071209.3973
21. ^ European Centers for Disease Control Report Chikungunya in Italy.
22. ^ Thai Rath. (2009, 28 May). *Trang hospital found Chikungunya transmitted from a mother to her foetus.* [Online]. Available: <http://www.thairath.co.th/content/misc/9173>. (Accessed: 29 May 2009).
23. ^ Robinson MC (1955). "An epidemic of virus disease in Southern Province, Tanganyika Territory, in 1952-53. I. Clinical features". *Trans. R. Soc. Trop. Med. Hyg.* **49** (1): 28–32. doi:10.1016/0035-9203(55)90080-8. PMID 14373834.
24. ^ Lumsden WH (1955). "An epidemic of virus disease in Southern Province, Tanganyika Territory, in 1952-53. II. General description and epidemiology". *Trans. R. Soc. Trop. Med. Hyg.* **49** (1): 33–57. doi:10.1016/0035-9203(55)90081-X. PMID 14373835.
25. ^ "Chemical and Biological Weapons: Possession and Programs Past and Present", *James Martin Center for Nonproliferation Studies*, Middlebury College, April 9, 2002, accessed November 14, 2008.

THE CONCEPT OF HERBAL MEDICINE

Prof: Dr. **K. NATARAJAN BIM**

PREAMBLE

The word "Herbal Medicine" have spread through out the world. Doctors and scientists are well aware of Herbal Medicine. The General Public also are aware of Herbal Medicine and are slowly becoming Herbal Medicine users. But the concept of Herbal Medicine has not been fully understood by all. The period when the system of using herbs as medicine started, cannot be ascertained. The primitive man himself was using herbs and their parts like leaves, barks, flowers, fruits and nuts as diet-slowly by experience, he might have discovered the efficacy of certain plants, trees, and herbs in relieving the symptoms of some ailments. This might have prompted him to do some experiments by trial and error methods. Gradually the system of Herbal Medicine, might have been developed.

Definition

What is Herbal Medicine?

The use of Herbs and their parts in the form of powders, juices, decoctions and pills is called Herbal medicine. In the above said forms of herbs they are naturally administered. In other words, their herbs used as medicines are administered in their organic form. The difference is that they are devoid of fibrous materials.

Why Herbal Medicine?

From time immemorial, the primitive man was accustomed to use organic substances like leaves, barks, fruits, flowers and nuts as foods.

The Organic foods used by the primitive man and modern man are the sources for giving growth and energy to the body. Certain plants, trees and herbs and their parts are having some special effects called therapeutic values. Such herbs have been discovered by our people over thousands of years by their sustained efforts and experiments. Hence organic food stuffs must have some therapeutic value. But majority of them are food stuffs. Herbs, Plants and trees and their parts having more therapeutic value are considered as herbs. These herbs are used in Herbal Medicine.

About Herbs.

Herbs are the gifts of Nature. Nobody sowed seeds for herbs in those days. When rain falls, hundreds and thousands of herbs grown in the soil;. Though the herbs grow in a piece of land having the same fertility of soil, they are different in shapes, colours, sizes etc. So, also they have different tastes and therapeutic values. Nature has bestowed each herb an inherent natural quality which have been discovered by siddhars and Rishis in the past. These inherent natural qualities have been explained by the Siddhars as " Materia **Medica"**

This materia medica point of view only has prompted the scientists to analyze each herb scien-

tifically. By these analysis, the scientists have discovered several new chemical components and named them as Alkaloids, Glycosides, Flavanoids etc., They wanted to know what kind of chemical contained in the particular herb has the therapeutic value to act on illness described in the materia medica of the Siddhars . They have discovered several chemicals from herbs and those chemicals have been in use in the past as chemicals only.

Now, speaking about Herbal Medicine, the alkaloids and other chemicals, are not used as Herbal Medicine because these chemicals are inorganic in nature. When inorganic substances are used as medicine as we know, they have side effects and complications. But Herbal Medicines since they are organic in nature, they won't cause any untoward effect, if they are properly used, that means, the purification, the dose and diet have to be maintained.

Since Herbal Medicines, are susceptible to be affected by the acids, enzymes, hormones, bile and other chemical fluids secreting in the stomach, diet restriction are advocated. Hence Herbal medicines will not have residual and sustained effect. Some diets, may induce the secretion of acids or bile and other chemical fluids. That is why, Herbal Medicines are advised to be taken an hour before meals to avoid dilution and secretion of acids etc.

How to Standardise Herbal Medicine?

The standardization of Herbs lies in the procurement. Herbs should be procured from hills and forests where the ecological conditions are not distrurbed and the fertility of the soil is maintained by regular nitrogen cycle. If any herbs has to be grown in our gardens or fields, the soil should be made fertile by using organic manures like compost green leaves, natural ventures etc. Then only the soil will be naturally fertile.

Sprinkling irrigation is advocated in growing herbs in our gardens or fields. On sprinkling irrigation the water is poured from an altitude which may be felt by the herbs as natural rain. That is one benefit, another benefits is it is very economical since, water is rationally used. At least in two or three generation of the Herbs they may become naturally efficacious since they are fed by natural manure.

After procuring the herbs grown by the conventional methods as stated above the herbs can be subjected to animal experiments. In animal experiments, the efficacy, dosage and toxicity will be known, if the herb is found to be efficacious and non-toxic, it can be subjected to clinical trials on patients to asses the efficacy, toxic level, dosage to human begins etc.

The above two experiments will be sufficient to standardize a Herb because in herbal medicine, we are not going to isolate alkaloids and other chemicals from the herbs and combine them as a medicine for administration.

The above isolation process may be helpful in discovering new alkaloids and chemicals, but they are not used in Herbal Medicine. Hence the standardization of Herbs should be done on the basis already written and not on the basis of the chemicals contained in them.

METALS AND MINERALS IN HERBS

Herbs may contain certain metals, minerals and other chemicals in them due to the soil in which they are growing. These metals etc are not harmful to the consumer, because they are organic in nature. When these metals and chemicals are isolated from any herb, they become inorganic in nature. Copper in the feathers of peacock, any metal from any herb are organic in nature. Hence these are not harmful and will be absorbed easily without causing side effects.

For Example the human beings consume nearly fifty items of food stuffs daily which are herbs We don't have any side effect with these food stuffs.

METAL , MINERAL AND ANIMAL PRODUCTS AS ,MEDICINE IN INDIAN SYSTEM.

Siddha, Ayurvedha and Unani System of Medicine use metals, minerals and animal products for the preparations of medicines.

Metals

Metals, since they are inorganic in nature are harmful to the body, if they are administered as it is. Hence Metals are properly purified as per the methods stipulated and are processed with several herbal juices, decoctions and seiner (Fluids Prepared) etc. and subjected to Pudam Process. By these processes the toxicity of the metals are removed then the metals become very soft.

AS PER THE VERDICIT OF A SCIENTIST.

Dr. Prof. Mukherji of Kolkata University has written a book on "The Standardisation of Herbal Drugs". He has explained about Siddha, Ayurvedha and Unani Systems in this book.

He has written that according to siddha, metals are purified with Herbal Juices and decoctions. By these process the metals are rendered non toxic. After several process with herbal juices and decoctions the metals become either Parpam, Chunnam or Chenduram. These prepared medicines at last are converted as organic compounds.

Since they become organic compounds and the doses are also very minute, they will not do any harm to the human system.

ANIMALS PRODUCTS

1. Stag's horn is used as a medicine. It is very good to protect the heart.

2. Tusk is a tonic for the brain.

3. Tortoise Shell, snail etc are very good for piles.

So there are several animal products which control cure several diseases are used in Indian System of Medicine.

Hence , these Medicines, should be allowed to be available to Physicians without any Hindrance.

PSYCHOLOGY IN SIDDHA

Psychologist: B. Veeradass, M. Phil

Mind Academy, Iyyappanthangal, Chennai -56.

Siddha implies supreme intellectual . The basic and fundamental principles of Siddha has 96 concepts, roots from the intellectual are all clearly mentioned physical, physiological and psychological factors, correlations and their significance, under this 96 concepts they emphasis more than 50% for psychological orientation. We can differentiate body and mind under philosophical perspective based on meta-science, but, in modern health science reports that the physic-health is subjected to psyche-health and vice versa. This similar report already coined by Siddha science and they give much importance to mind health to treat body health.

The great and famous 18 Siddhars including Thirumoolar, Nandeesar, Agathiyar, Padanjali, Bogar, Pulipani, Korakkar, Konganar, Idaikadar and all other Siddhars gave equal importance for both body and mind. They prescribed necessary medicines to their patients alone with meditation and prayer for peace and strong mind to relieve from illness and to lead healthy life. The subsequent page talks about Sabtha Thathukkal including Brain, that means cognitive ability, by which we can understand that Siddha science occupied with special chapter for psychological part of human beings

Founder of cognitive therapy, Aaron Beck's cognitive theory reveals that thoughts and beliefs are reason for emotions andfeelings, then emotions and feelings are reason for individual's attitude and behavior. Here information processing of inner mind is concrete sector. The rational thoughts and beliefs are resulting to normal psychological activities, instead irrational thoughts and irrational beliefs are definitely induces abnormal psychological activities. This begins from narrow perspective or by illusion and delusion oriented perception under nformation processing of inner mind. As per fundamental principles of Siddha, individuals perceptions are determined by their own intellectual and that to the reason for psychological factors and causes of that individual's problems. This concept explained that the change of perception indicates the pathway from irrational to rational route. This congnitive approach is essential for modern psychological therapeutic techniques.

Each and every ruling emotions, feelings and related behavior are delivered by previous events and incidents which are happened and following consequences. That means, knowingly or unknowingly the past, present and future activities are linked with one another as like chain i.e. every action have their own response and every response have their own action. The great psychotherpist Albert Ellis used this theory for his rational emotive therapy. This emotive science explained that the intimations between 5 senses, neuron cells and neurotransmitters emerges the product of ultimate perceptions and their impact. The basic principles of Siddha entitled about Pulangal (புலன்கள்-5) and Gnanenthiriyam (ஞானேந்திரியம்-5) deals about the involvement of 5 senses to their perception and consequences. The another chapter of Siddha explained about 2 Vinaigal (வினைகள்-2), which are called Nalvinai

(நல்வினை) and Theevinai (தீவினை), this lectures that the positive activities are discharging joyful feelings and the negative activities are discharging stress and anxiety.

According to psychology science, the meaning of personlity is not just like physical appearance. In spite of that personlity is the own whole structure of individual's character and behavioral expressions. In Siddha science and related philosophy quotes that the similar explanations under three types of Gunam (குணம்-3) like rajo Gunam (ரஜோ குணம்), Sattuva Gunam (சத்துவ குணம்) and Dhamo Gunam (தமோ குணம்). Another Siddha principle mentioned that the three types of Malam (மலம்-3) like Aanavam (ஆணவம்), Kanmam (கன்மம்) and Maayai (மாயை). These are explained about the inner qualities of human beings. Especially the famous psychologist, Gordon Allport mentioned about both inner qualities and behavior, he emphasized that the inner qualities and characters are reasons for their behavior of that circumstances, i.e., "Personality is the dynamic organization within the individual of those psycho-physical systems that determine his unique adjustment to his environment". Both psychology and Siddha science pictorial the same theory that the personality partially born by nature (Genetically) and another part developed by nature through learning by environment and surroundings, under life-span with the evidence of Ivan. P. Pavlov's classical theory, B.F. Skinners' instrumental theory and Albert Bandura's social learning theory.

Dream analysis is a typical method of treatment for psychological abnormalities, followed by the founder of psycho analyst Sigmund Freud. As per this theory, the filtered expeience starts from childhood to all stages of growth and development which deposits under unconscious segment (Out of Awareness) inhibitions are exhibit through relay on dreams by which we can aware about the core reason of the specific abnormality, then we can find out the way and help the patient to get options and solutions from the difficulties of abnormality. In brief, thoughts, dreams, REM-Sleep, sleep and habits are have chain of link between them. This is clearly mentioned in the fundamental principles of Siddha under 96 concepts are Avasthai-5 (அவஸ்தை-5) these are all listed as Ninaivu (நினைவு), Kanavu (கனவு), Urakkam (உறக்கம்), Perurakkam (பேருறக்கம்), Uyirppadakkam (உயிர்ப்படக்கம்).

Yoga, Asana, Pranayama, Physical stimulation and Siddhantha principles are followed for positive mindfulness to successfully treat mind disorders under existential Siddha treatment module. Similar techniques with border modification which include Meditation, Relaxation techniques, Systematic Desensitization and thought restructuring are successfully followed by Psychotherapist to treat subclinical mind disorders under modern pshychotherapy. And also both the system of Siddha and modern psychiatrist are using their own medicinal formulas to treat psychological abnormalities.

At the conclusion, in Siddha science starting from their basic principles to the end of treatment process, they give enormous space for Psychology. It is highly great and renowned for both Siddha science as well as psychology science.

PAPER ON EXTERNAL THERAPHY OF SIDDHA MEDICINE

INTRODUCTION:

Siddha medicine is an Indian traditional system of medicine mostly practiced among Tamil speaking community in southern part of Indian subcontinent. The word 'Siddha' in Tamil means 'perfect', which actually refers to a class of Tamil sages called Siddhars, who practiced this traditional system from ancient times. According to Siddha literature minerals, metals, salts, certain toxic substances, numerous herbs and even animal products can be used as drugs. These are broadly classified in to 120 uparasams (Auxiliaries), which include mostly non toxic minerals and salts; 64 Paadaanams (toxic substances) in which 32 are natural and 32 are prepared substances; 9 ulogams (metals), and 9 gems. Each of this category requires elaborate processing with herbs, animal products and minerals under specific thermal conditions to ensure that it is fit for use in a medicinal composition. Based on this mode of preparation and application, Siddha drugs are broadly classified in to Aga marunthu (Internal medication) and Pura marunthu (External medication), which are further sub-classified in to thirty two divisions each. But among these 64 types of drugs (32 internal and 32 external) only very few drugs are currently used by modern Siddha practitioners. Many of the external medications mentioned in Siddha texts are not used currently due to various reasons such as extensive preparative procedures, unavailability of raw materials, etc. This article primarily discuss about the different types of drugs specified in Siddha literature with special attention to its current usage in modern era.

CLASSIFICATION:

Based on the mode of practice, external medications in Siddha system are classified in to 32 types namely, *kattu* (adhesive bandage), *pattru* (topical paste), *otradam* (Formentation), *Poochu* (Balm), *Vethu* (steam therapy), *Pottanam* (herbal pouch massage), *thokkanam* (Massage), *pugai* (fumigation), *mai* (medicated kohl), *podi thimirthal* (herbal body scrubbing), *kalikkam* (collyrium), *nasiyam* (nasal drops), *oothal*, *naasikaparanam* (nasal powder), *kalimbu* (oinment), *seelai* (medicated plasters), *neer* (medicated water), *varththi* (medicated wicks), *suttikai* (Cauterization), *salagai*(medicated probes), *pasai* (medicated wax), *kali* (medicated cream), *podi* (powders), *murichchal* (bone reduction), *keeral* (incision), *kaaram* (caustic therapy), *attai vidal* (leach therapy), *aruvai* (Surgery), *kombu kattal*(bone setting), *urinjal* (sucking), *kuruthi vaangal* (blood letting), *peechu* (enema). Topical application- kattru, pattru, poochu, kali,varthy, seelai, pasai, podi, neer. Nasalnasiyam, nasigabaranam, oodal. Opthalamic-mai, kalikkam. Blood letting-urinchal,attai vidal,kuruthi vangal.Bone setting murichal, kombukattal. Phsicalmanipulationthokkanam, varmam, podithimirthal. Surgery-aruvai,karam,keeral,salagaiAmong these adhesive bandage, topical paste, formentation, balm, steam therapy, herbal pouch massage, massage, fumigation, medicated kohl, ointment, medicated plasters, bone setting and enema are commonly used by modern Siddha practitioners for treating various disorders. But other practices such as medicated kohl, herbal body scrubbing, collyrium, nasal power, cauterization, probe therapy, bone reduction, sucking, blowing, blood letting are not commonly practiced as they can be done only under the supervision of trained experts. Oral medicines may not cure all disease conditions as alone.

Most of these therapies are aimed at maintaining a healthy balance of Three humours , Vatham ,Pittam and Kabam and also the seven tissue types of the body.External therapies became most essential and unavoidable..Ayurveda got flourished throughout the world using their External therapies like Panchakarma,Pilichal etc.in a schematic proper therapeutic manner in clinical practice

Marunthu-

A Substance that helps to alleviate or eradicate the disease , gives strength to the body and normalises the function of the body.

(Sambasivam Pillai Dictionary V Edition)

While choosing medicine first preference should be given to plant origin if not cured next level of medicine is metallic preparation.

Kattukal or Bandaging:

The raw drugs and medicines like leaves bran etc are either ground or cooked. This is then tied or bandaged in affected part.

The dry stems of Cissus quadrangularis with juice of Calotropis gigantean and apply as a comprress in small joint swelling (Polyarthritis). This probably related to RA.*(Athmakchamirtham).Gynandropsisgynandra (Thaivelai) is crushed and applied on the opposite toe and bandaged for three days for treating scrotal swelling. (Yakobu vaidhyam 300 (223)*

Pattru or Medicated Pack application: - Application of paste obtained from plant extracts or by grinding raw drugs with or without treating them. A poultice, also called cataplasm, is a soft moist mass, often heated and medicated, that is spread on cloth over the skin to treat an aching, inflamed, or painful part of the body. It can be used on wounds such as cuts

e.g- *Neerkovai mathirai patru applied on fore- head in case of head ache or sinusitis*

Caesalpinia crista (Kalarchikai) seeds could also be made into a poultice and applied for diseases of scrotum and glandular swelling. Poultice for vatha diseases

Egg white yolk mixed with sesame oil and dehydrated.This is applied on the thigh for vatha diseases.(Agathiyar ayulvedham (302))

Ottradam or Formentation :

It is the application of fomentation using pulses, sereals husk, lime, brick powder, leaves, etc. This type of treatment is very effective for Vatham ailments (Arthritis) and painful conditions like muscle cramps, bone disorders etc.

Poochu:

Application of medicated oils or herbal juices after warming them gently

e.g- *A poultice is made with the root of Acalypha indica,Amaranthus spinosus and Acorus calomus, added to sesame oil and boiled to prepare thailam.*

Theraiyar Vaidhiyam 1000(548)

Vedhu or Steam therapy :

It is the inhalation of fumes or steam, by adding raw drug powders to boiling water or by burning raw drugs as wicks in small earthern lamps which contain neem oil, This type of treatment is helpful in curing Vatham as well as Kapham diseases.

The materials used for this treatment is medicinal herb like Nochi and Thumbai, Turmeric powder, Salt Water, Redbrick and benzoin. This treatment is helpful in treating Sinusitis, Pain and oedema in any part of body, Muscular pain etc.

Clerodendrum phlomidis (thazhuthalai), Calotropis gigantea (erukkan),Virex negundo (notchi) leaves are stir fried and added to vinegar. The resultant vapour is applied to the body after oleation and massage to cure vatha diseases of the joints particularly Rheumatoid arthritis.

Pottanam:

Small cloth bags containing powdered raw drugs are soaked in warm neem oil or other oily substances

and applied over affected areas of the body as fomentation. e.g- *Navara (arisi) kizhi*

Sesame indicum (ellu), Terminalia chebula (Kadukkai), Aegle marmelos (Vilvam), Ricinus communis (aamanaku) are crushed and taken in a cloth pouch and the pouch is soaked in sesame oil and heated. This is used for fomentation over the eyelids for treating eye diseases with mild warmth.

*(Agathiyar Ayulvedham(889)_*

Thokkanam or Physical manupulation :

This is the physical manipulation of the body either by applying medicated oil or without. This is similar to the present day physiotherapy. Massage is done in two ways: First is just by using bare hands and second by usindg oil. There are 9 techniques used in this treatment.

a.Thattal b. Irukkal c. Pidithal d. Murukal e. Kaikattal f. Azhuthal g. Izhuthal h. Malarthuthal i. Asaithal.

Varmam theraphy:

Varmam are vital points in the body that act as energy transformers or batteries. They form centres for boosting the vital life-force Uyir Sakthi flow through the intricate nadi system of the body.Varma is a specialized field of Siddha pertained to cure neurological weakness, neuromuscular problems,

migraine headaches, convulsions, arthritis, spinal problems, muscle wasting and to wail away intense pain.

By enhancing the bio-energetic flow , varma therapy retails a feeling of wellness.

It helps in removal of toxins and renders the body strong and flexible.

Pugai:

This is application of fumes to the different parts of the body. The fume is generated by using peacock feather, cumin seeds, horns of animals, skin of snakes, etc. Apart from that, prepared medicines like Agasthiyar Kuzhambu, Koushikar Kuzhambu are also used. The diseases related to Kapham are easily cured by this treatment. In Siddha, mercurial preparations are used for fumigation

in case of heamorrhoids, cancer of cervix and uterus, fistula in ano.

Yellow orpiment (Aritharam) is triturated with the bark and leaf juice of Cassia fistula (Sarakondrai) with little addition of water into a fine paste and applied on a cloth and dried. The cloth is rolled like acigar and lit. The emanating fume is inhaled to arrest uncontrolled cough.

(Agathuyar aidhuya Kaaviyam 1500 (463))

Mai

Application of fine paste to the eye.It is also prepared by using the carbon produced by burning certain raw drugs and then mixing it with herbal decoctions flower juices honey **Collyrium** is an antique term for a lotion or liquid wash used as a cleanser for the eyes, particularly in diseases of the eye.

etc. e.g- *Neelanjanamai*

Saute Syzygium aroamticum (Elavangam-Sugandha elai Poo) leaves and flower and apply around the orbit for reducing the burning sensation of the eye.

(Agathiyar Ayulvedham (1079))

Podi thimirdhal:

Rubbing the body with horse gram flour or turmeric powder with or without camphor.

Kallikam:

Applying eye drops obtained by dissolving medicated pills in honey, breast milk, plant juices,

etc. **Eye drops** are saline-containing drops used as an ocular route to administer.

Eye drops used in managing glaucoma help the eye's fluid to drain better and decrease the amount of fluid made by the eye which decreases eye pressure Dry Zingiber officinale (chukku) is triturated with leaf juice of Piper betle (Vettrilai) and applied in the eye for Glaucoma.

(Theraiyar Vaidhiyam 1000(129)

Nasiyam or Nasal application :

The prepared medicines are used as nasal drops or fresh juice is used as nasal drop. When the prepared medicine is used it is made liquid by dissolving it in breast milk. e.g- Peenisa thylam,

Flower juice of Leucas aspera or thumba.

Flowers of Leucas aspera are crushed and the juice is instilled in the nostril for Fever with chills,Rigor and Parkinsonis *(Therayar Maha karisal)*

Oodhal:

The physician chewing the medicated substance and blowing the aroma in to the ears or nose of the patient. e.g- Chukku powder is blown in case of faintness in varma injury.

Nasiga paranam:

Raw drugs are either powdered or soaked in milk or herbal juices dried, made in to powder and applied in to the nostril. This is the powdered form, while nasia is in liquid form.

e.g- Wild cow dung is soaked in the latex of Calotropis gigantea and dried. This process is repeated ten times and made into ash by calcination process.Ash is snuffed into nostril for treating Hemocrania, Sinusitis.

Therayar Vaithiyam 1000(111-112)

Kazhimbu:

Pashanas are powdered along with astringent drugs like Terminalia chebula, Quercus infectorious and ground well with butter and applied to wounds.

e.g- *Poora kalimbu, Vanga virana kalimbu.*

Equal quantity of Mercuric chloride (Veeram) and Molten lead (Karuvangam) are triturated with clarified butter and applied on the skin for Tionea.

(Yugimuni karisal 151(46))

Seelai:

Toxic drugs are ground in water or herbal juice and a piece of cloth is soaked in this and applied to the wounds. e.g- *Cloth soaked in Turmeric water and applied*

Neer:

Some raw drugs are soaked in water or made in to decoctions, or toxic substances are greatly diluted and used to wash wounds. They act as antiseptic.e.g padigara neer.

Varthi:

Toxic substances are ground well with herbal juices or decoctions and piece of cloth is soaked in this, made in to a wick and is applied to deep wounds. Wicks can be prepared from honey and rocksalt (induppu) and inserted into the anal orifice for purgation.

Salt, Piper nigrum and tender leaves of Azadirachta indica are made into a poultice and applied on abscess.Once the mouth opens a wick made of the latex of Daemia extensa and neem seed is introduced into the sinus for faster healing.

(Sarabendrar Vaidhiya Muraigal Virana chikitchai (142))

Suttigai:

This is heat application using needles, broken earthern pots or piece of wood in specific areas of the body. This also includes solar radiation and air radiation. It can be done by using Needle (Loha Chuttigai), Broken Earthen Pots (Mann Chuttigai), Piece of Wood (Mara Chuttigai), Heated air (Kaal Chuttigai), Sun bath (Kaanthi Chuttigai). After spreading Vitex negundo (nochi) leaf , an earthen pot in which oil was used earlier and applied on the vertex, forehead, chest, dorsum of torso and foot.

Sallagai:

This is an exploratory therapy using a probe which has blunt end- metal used to trace out fistulous tracks.

Pasai:

Some drugs like kungiliya are added to molten wax or castor oil and applied to wounds. Paste combines three agents - oil, water, and powder. It is an ointment in which a powder is suspended.e.g- *Kungiliya pasai used for wounds*

Kazhi:

Drugs like Lepidum sativum seeds are ground with rice flour by adding milk or water, heated and applied to affected area. e.g- *In case of abcesses, Rice flour and Turmeric are ground well with water, heated made into kali and applied over it.*

Make a poultice by grinding together with hot water, 20.8 gms each of Sphaeranthus amaranthoides, Hemidesmus indicus, Cyperus rotundus and Curcuma aromaticum.This paste is to be applied in the axillary region as a deodorant.

(Pulipaani 500(496))

Podi:

Raw drugs are powdered and applied to wounds, mostly astringent drugs are used for this purpose. e.g *Poora podi, Vengara podi*

Murichal:

This is the physical manipulation by which dislocated bone or joint are brought to their normal position. This is similar to bone-setting.

Keeral:

Incision of boils and removal of accumulated pus, blood, etc. e.g the boils, abcesses, carbuncles, acne.

For Erysipelas of the ear lobe, incisionis recommended with the instrument, the tip of which resembles the foot web of the bird(Pulladi karuvi).

Karam:

Application of toxic drugs to areas to be excised or to chronic ulcers.

Attai-vidal:

Leech application to locally affected areas, block or swelling. Leech application is usually done for haemorrhoids, contusions, swellings, tumours and ulcers. **leeching,** the application of a living leech to the skin in order to initiate blood flow or deplete blood from a localized area of the body.The saliva of the leech contains substances that anesthetize the wound area (rendering the bite virtually painless) and dilate blood vessels to increase blood flow to the site of the bite. Leech saliva also contains an enzyme that promotes a quick dissipation of substances in the leech saliva away from the bite site. One of these substances is hirudin, a naturally occurring polypeptide that inhibits the actions of thrombin, one of the enzymes that facilitates blood clotting. This powerful anticoagulant . As per siddha text-agasthiyar rana vaithiyam- 103- ATTAI VIDAL common producure doing currently.

Aruvai:

This is excision of affected part of the body using specific surgical instruments. Clinical conditions which needs surgical treatment like tumours , unwanted growths etc are removed or excised using surgical instrument of Siddha medicine like kathi, chathiram etc.

Kombu kattal:

Kombu(marasattam or splint), and bandages after proper reduction through traditional methods .Juice is extracted from the crushed bark of Acacia arabica (karu velam) and boiled to a pasty consistency and applied ona cloth.A compress is made using this cloth on the affected region to treat contusion.(*Sarabendrar Vaidhiya Muraigal (205,206)*)

Urinjal:

Drainage of accumulated pus, blood etc by sucking with proper drains. **Suction** is the flow of a fluid into a partial vacuum, or region of low pressure. The pressure gradient between this region and the ambient pressure will propel matter toward the low pressure area.

Kuridhi Vangal:

Blood-letting in condition where there is accumulated blood by venesection. This is a process of blood letting in the conditions where there is accumulation of toxic blood .One way to reduce our red cell count that does not require any medication at all is to use a procedure called venesection or phlebotomy .It works quickly.It doesn't require any medications.It has minimal side effects.It is effective at reducing red cell counts (and thus risks)

Peechu:

Enema using water or soap water to evacuate rectum In the conditions like surgeries, deliveries etc, evacuation of stools has to be done as a pre-operative step. For this laxative solutions are passed through anal canal and hence lead to purgation.This process cleanses the colon and balances Vatham

Practising external therapies:

Commonly:

pugai, vethu, thokkanam, ottradam, pattru, poochu, pasai, kaatu, kalimbu, neer

Moderatedly-

suttigai, attai vidal, pottanam, kali, podi, oodal, podi thimirthal, nasiyam

Mildly-

peechu, kaaram, kuruthivangal, aruvai, kompukattal, kalikkam, nasikapaaranam, urinchal, salagai,mai, seelai. varthi, murichal, keeral.

CONCLUSION:

External medicinal applications are Gifts to siddha,which need o be researched and practised with full concentration by all siddha doctors to make siddha well flourished, welcomed and reached into the general population. Siddha physicians need to be aware of current re-search into therapeutic modalities, which may be utilized by their patients in therapy and at home.

சீரான மனித வாழ்வை சீரழிக்கும் பிணி

(life style Disorders)

மரு.கா.பழநிச்சாமி.

மரு.திருமதி.இலலிதாபாய்

"சாராயத்தைத் தினம் குடித்தால் காராளனும் கடையாளவான்"=பழமொழி

சாராயம் குடிப்பதால் வரும் கேடுகள்

எடுத்த காரியத்தை சிறப்பாக முடிப்பவரும், யார்யாருக்கு எது வேண்டுமோ அவற்றைத் தக்க சமயங்களில் கொடுத்து உதவும் வள்ளல் தன்மை உள்ள கர்ணன், பாரி வள்ளல் போன்று திகழ்ந்த பெருமக்களைத் தான் "காராளன்" என்று குறிப்பிடுவர். அவர் போன்றோர் ஒரு சமயம் மக்கள் எல்லோராலும் வெறுத்து ஒதுக்கும் நிலைக்குத்தள்ளப்படுவார்கள். எப்பொழுது எனில், மனதில் வெறிச் செயலை ஊட்டிச் சுயநினைவின்றி ஏது செய்கிறோம் என்ற நிலை அறியாமல் தன்னைப் பற்றியும், தான் உடுத்தி இருக்கின்ற ஆடையைக்கூடச் சரியாகக் கட்டிக் கொள்ள முடியாத நிலையில், தன்மைச் சுற்றி யார் இருக்கிறார்கள் என்ற நிலை தெரியாமல் தன்முன்னே இருப்பவர் தாரமா, தாயா, தங்கையா, தான் பெற்றெடுத்துச் சீராட்டிய மகளா என்ற நிலை கூட அறியாது நினைவிழந்து மயக்கத்தை ஏற்படுத்தி உற்றார், உறவினார், நண்பர்களால் வெறி நாயை விரட்டி அடிப்பதுபோல் அடிக்கப்படும் நிலைக்கும் ஆளாக்கும் சாராயத்தை தினம் குடித்தால் உடலும், மனமும் ஒரு சேரக் கெடுவது மட்டுமன்றி, பலரும் அவன் செய்த பல நல்ல செயல்களை மறந்து, ஏக வசனத்தில் ஏசுகின்ற சூழ்நிலைக்குத் தள்ளப்படுவான். இதை அறிந்த அறிவார்ந்த சித்தர்களும் நம் மூத்தோர்களும் சொன்னதுதான் இந்தப் பழமொழி.

இது குடிகாரர்களுக்குச் சவுக்கடி கொடுப்பது போல் அமைந்துள்ளது. மூத்தோர் சொல், நெல்லிக்காயைப் போல் முன்னே கசந்து பின்னே இனிக்கும் இயல்புடையது.

எவ்வளவுதான் ஒரு மனிதன் உயர்ந்தவனாக இருந்தாலும், அவன் குடிகாரனாக இருந்தால் அந்த ஒரே ஒரு காரணத்திற்காக மக்கள் அவனுடைய பல நல்ல காரியங்களை மறந்து திட்டுவதையும், ஒரு பிச்சைக்காரனைவிட மோசமாகப் பார்ப்பதும், ஒரு புழு பூச்சியைப் போல் கேவலமாக மதிப்பதையும் நாம் காணலாம்.

சாராயக் குடியினால் ஏற்படும் பிணிகள்/நோய்கள்

இப்படி மனிதனைக் கீழ் நிலைக்கு தள்ளும் சாராயத்தை தினமும் குடிப்பதனால் எது பேச வேண்டும் என்ற நிலையில்லாமல் உளரல், எப்போதும் வெறியோடு கூடிய விகாரமான முகம், சிவந்த கண்கள், போன்ற குறியிகுணங்களையும் வயிற்றுவலி, புண், தொண்டை, மற்றும் வயிற்றுப் புற்று, சுயநினைவின்மை, நுரையீரல் பாதிப்பு, சிறுநீரகப் பாதிப்பு, மன அழுத்தம், கல்லீரல் பாதிப்பு, நரம்பத் தளர்ச்சி, இதயக்கோளாறுகள், குருதியழல் பிணி, மூட்டுத்தேய்மானம், வலிப்பு, மூளை பாதிப்பு, அகிய இவைகள் ஏற்படும். கணவன் மனைவி உறவு நிலையில் மகிழ்ச்சி இன்மை, எப்போதும் மயக்க நிலையில் என்ன நடக்கும் என அறியாத போது வெட்டை மேகம் எனும் எய்ட்சு நோய்க்குக்கூட ஆளனாவர்களும் உண்டு. தினமும் செத்துச் செத்துப் பிழைத்து, கடைசியில் கேவலமான நிலையில் மூச்சு நின்று விடும் நிலை ஏற்படும்.

சாராயம் குடிப்பதனால், தான் மட்டும் அழியாமல், தன்குடும்பத்தையும், பிறர் கேவலமாக நினைக்கும் நிலைக்கு தள்ளுபவரும் அவரே. மேலும் கடன் தொல்லை, காலப் போக்கில் பிறரை எதிர் பார்க்கும் கேவலமான நிலை, குடும்பத்தில் பிள்ளைகளுக்கு திருமணமாகாத நிலை, வேலையில் அடிக்கடி கவனமின்மை, அதனால் வேலையை

இழக்கும் நிலை என பல்வேறு இன்னல்கள் ஏற்படும். இது குறித்து வள்ளுவன் முதல் அனுபவப்பட்ட கவிஞர் கண்ணதாசன் வரை அறிவார்ந்த அறிவுரை கூறியுள்ளார்கள்.

இருந்தாலும் குடிவெறி கொண்ட மனம் அறிவுரைகளைக் கேட்பது போல் சிறிது நேரம் கேட்டு, பழையபடி மயக்க நிலைக்கு திரும்பம் ஆவலநிலையைத்துண்டும் செயல் உடையது சாராயம்.

பிற பிணிகளுக்குள்ள வேறுபாடுகள்

பிற பிணிகளான இதய கோளாறு முதல் நடுக்குவாதம் வரை உள்ள வாழ்க்கை முறை கோளாறுகளால் (life style dis orders) தனிமனித வாழ்க்கையும், அவர் குடும்பமும் மட்டுமே பாதிக்கப்படும். ஆனால் சாராயம் குடிப்பதனால் நாட்டிற்காக பாடுபடும் மனித சக்தி முழுதும் வீணடிக்கப்படுகிறது.

குடிகாரர்களின் கணக்கெடுப்பு

1). உலக அளவில் சாராயம் குடிப்பதனால் ஆண்டு தோறும்
1.8மில்லியன் பேர் இறக்கிறார்கள்.
பலரும் பணி செய்யமுடியாமல் பல்வேறு நோய்களால்
பாதிக்கப்படுகிறார்கள்,
பலர் பைத்தீயக்காரர்களாக திரிகிறார்கள்

2) இந்தியாவில் சாராயம் குடிப்பதனால் ஆண்டுதோறும் இறப்பு
- 76,000பேர்
இதில் குடிவெறியினால் கல்லீரல் பாதிப்பு ஏற்பட்டு
இறப்பு - 35,000பேர்
குடிவெறியில் நிலைதடுமாறி அடிபட்டு இறப்பு - 41,000பேர்

3). தமிழகத்தைப் பொறுத்தவரை சாராயம் குடிப்பதனால்
2009 - 2011 வரை 1095பேர் இறந்துள்ளனர்.
இது பிறமாநிலங்களைவிட அதிகமான எண்ணிக்கை.
ஆண்டு தோறும் தமிழகத்தில் 8சதவீதம் பேர்
புதிய குடிகாரர்களாக மாறுகிறார்கள்,

குடும்பப் பாதிப்பு

குடித்துவிட்டுத் தூங்குகிறவன் மனைவி, வேலைக்குச் சென்று பிள்ளைகளைக் காப்பாற்ற வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளார். பணியிடங்களில் அவர்களுக்கு ஏற்படும் தொல்லை அதிகம். தமிழகத்தில் குடிகாரர்கள் ஆண்டு தோறும் அதிகமவதால், வேலைக்கு ஆள் கிடைப்பது இல்லை. வேலையாட்கள் இல்லாத நிலையில் வெளி மாநிலத்தவர் தமிழகத்திற்கு வருகை அதிகம். அதனால் கொள்ளை, கொலை, முதல் எய்ட்ஸ்நோயும் வருகை தருகிறது.

ஒவ்வொருவரும் செய்ய வேண்டியது என்ன?

சித்த மருத்துவர்

இந்தப் பேரிடர் நம்ம மக்களுக்கு தேவை தான என எண்ண வேண்டிய நிலைக்கு நாம் வந்துள்ளோம். கேவலமான நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டு குடும்பத்தை நிற்கதியில் விட்டுவிட்டு இறப்பவர்களின் நிலையை எண்ணி வருந்துவதைவிட, சித்த மருத்துவர்களாகிய நாம் விலை மதிக்க முடியாத மனித உயிர்களை நல் வழிப்படுத்தி, தமிழ் நாட்டைக் காப்பாற்ற, நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்ற நிலைக்குத்தள்ளப்பட்டிருக்கிறோம்.

புல்வேறு பிணி/நோய்களுக்கு பல மருத்துவமுறைகளைப் பார்த்து விட்டு, சித்தமருத்துவர்களிடம் பெரும்பாலும் காலந்தாழ்த்தி பிணி/நோய்முற்றிய நிலையிலேயே வருகின்றனர். முதல் கேள்வி சித்தமருத்துவத்தில் மருந்து உண்டா? பிணி/நோய் போய் விடுமா? உலோகம் கலந்துள்ளதா என பல கேள்விகள் கேட்பர்.

எனவே சித்த மருத்துவத்திற்கு அவமானம் ஏற்படாமல் முதலிலேயே தீரும், தீராது என நாம் எடுத்துக்கூறி, கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடியும் என்றால் மட்டுமே மருத்துவம் தொடர வேண்டும்.

முதலில் பிணியாளருக்கும், பிணியாளர் குடும்பத்தாருக்கும் முறையான ஆற்றுப்படுத்துதல் (counselling) செய்ய வேண்டும். மருத்துவத்திற்கு உடன்படுகிறார்களா என கேட்டு/எழுதி வாங்கி உறுதி செய்ய வேண்டும். இப்பிணியாளர்களை கூர்ந்து கவனிக்கும்போது தொடர் சாராயக் குடியினால் பல உறுப்புக்களும் நச்சுத் தன்மையின் தாக்கும் உள்ளதாக இருக்கும். அதை அறிந்து முதலில் நச்சுத் தன்மையைப் போக்க முதல் 15 நாட்களுக்கு நோய், நோயாளிகளின் தன்மைக்குத் தக்கவாறு அவுரி வேர், மிளகு, அறுகம்புல் சேர்ந்த குடிநீர் வழங்க வேண்டும். அடுத்து நவ துவாரங்களையும் முறையாக தூய்மை செய்ய வேண்டும். அதற்கடுத்து முறையான சித்த மருத்துவ எண்ணெய்க் குளியல் செய்திடல் வேண்டும்.

பிறகு முறையான மருத்துவம் செய்யும் போது எளிதில் செரிமானமாகி விரைவில் பலன் அளிக்கும் கல்லீரலைப் பலப்படுத்தும் குடிநீர் வகைகளை நாள்தோறும் வழங்க வேண்டும். அதேபோல் அந்தபிணியாளர்க்கு என்னென்ன பிற நோய்கள் உள்ளன என அறிந்து உயிர் காற்று (பிரமாண வாயு) அதிகம் சேருவதற்கூரிய வழிகள் முதலில் செய்யவேண்டும்.

குடிநீர்

நாவல் இலை, ஆவாரைப்பஞ்சாங்கம், சுக்கு, திப்பிலி, சீரகம், மணத்தக்காளி, நிலவேம்பு, கீழாநெல்லி, கரிசாலை, கோவை இலை, கடுக்காய், நெல்லி வற்றல், தான்றிக்காய் சேர்ந்த குடிநீர் நாள் தோறும் வழங்கி வரவேண்டும்.

மருந்துகள்

இஞ்சி வடகம், சாம்பிராணிப் பூ பதங்கம், ஆமை ஒடு பற்பம், அயச் செந்தூரம், ஆறுமுகச் செந்தூரம், அயகாந்தச் செந்தூரம், அயபிருங்கராஜ கற்பம், உலோக மண்டூரம், இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றைய கல்லீரலைப் பலப்படுத்த, தாளிசாதிச் சூரணத்தில், நல்ல தேன் கலந்து வழங்க வேண்டும். மண்டூராதி அடைக் குடிநீர் வழங்கலாம். மாதுளை மணப்பாகு வழங்கலாம்.

பிற நோய்களுக்கும் இதனுடன் மருந்து வழங்க வேண்டும்

பெற்றோர்களும், உறவினர்களும் செய்ய வேண்டியது

பெற்றோர்களும், குடும்பத்தாரும், உறவினர்களும் ஒருவர் பிணியாளர் ஆவதற்கு முன்பே உரிய நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். குறிப்பாக இளைஞர்கள் விரைவில் குடிகாரார்களாக ஆவதற்கு முன்பே அவர்களின் நடவடிக்கையை கவனித்து அவர்கள் புரியம் வகையில் எடுத்துச் சொல்லி திருத்த வேண்டும்.

அரசாங்கம் செய்ய வேண்டியது.

சாராயக் குடியினால் ஏற்படும் கெடுதல்களை எடுத்து கூறும் தொடர் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்த வேண்டும். அரசாங்கம் பரிதாபம் பாராமல் சட்டப்படி உரிய நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். எய்ட்ஸ் பிணிக்கு உள்ளதுபோல் ஆற்றுப்படுத்துதல், உரிய மருத்துவ மனைகள் ஏற்படுத்தல் வேண்டும். சாராயம் குடிப்பேர் எண்ணிக்கையை ஆண்டுதோறும் குறைத்து 5 ஆண்டுகளில் குடிகாரர்கள் இல்லை என்ற நிலையை அரசு ஏற்படுத்தினால் தமிழகம் வளமான நாடாக மாறும் என்பது நிச்சயம்.

மரு.கா. பழநிச்சாமி
தனி அலுவலர் (பணி நிறைவு)
சித்த மருத்துவ எய்ட்ஸ் ஆராய்ச்சிக்குழு
தமிழக அரசு

மரு.திருமதி.ப.இலலிதா பாய்
மருத்துவ அலுவலர் (சித்தா) (பணி நிறைவு)
தமிழக அரசு

❑❑❑

அறிவியலும் சித்த மருத்துவமும்

சித்த மருத்துவமும் அறிவியலும் என்பது நவீன மருத்துவத்தின் அறிவியல் தன்மைகளை சித்த மருத்துவடன் பொருத்தி பார்ப்பதாகும்.

சித்த மருத்துவர்களுக்கு நவீன மருத்துவ அறிவு என்பது பாலில் கலந்த நீர் போல் இல்லாமல் நீரில் கலந்த நெய் போலவும் நவீன அறிவியல் என்பது சித்த மருத்துவத்திற்கு அளவுகோலாக வேண்டுமே ஒழிய ஊன்று கோலாக இருக்கக் கூடாது.

அறிவியல் மருந்துகள் காலத்திற்கேற்ப மாறுபட்டது. சித்த மருத்துவமுறை மாறாதது.

அறிவியல்

உலகம் ஓர் அண்டம்

அண்டத்தில் இயங்கும் அத்துணைச் சக்திகளும

அண்டத்தில் இயங்கி வரும் சக்திகளுடன்

நெருங்கிய தொடர்புடையனவாகத் தெரிகிறது.

செவ்வாய்க் கோள் அண்டத்தில் இயங்கும் மிகப்

பெரிய சக்தி. இக்கோளிலிருந்து வெளியாகும்

கண்ணுக்குப் புலனாகாத சில கதிர் இயக்கங்

களின் தன்மை.

சீமியில் உள்ள உயிரிகளின் இன்ப

அண்டத்தில் இயஙகும் இச்சக்திகள் அதனதன்

அளவில் இயங்கும் வரை உலகில் ஏதும் துன்பம்

இல்லை. மாறாக, மாறுபடும் போது பூகம்பம்,

புயல், வறட்சி, பெருமழை ஆகிய கொடுந்

துயரங்கள் எழுகின்றன.

96 தத்துவங்கள்

இவ்வுலகம் மனித உடல் மண்

விண்

காணப்படும்

நீர்

தீ

காற்று

சக்திகளைக் கூட்டுறவாகி இயங்கும்.

சித்த மருத்துவம்

மனிதன் ஒரு சிறிய பிண்டம்

பிண்டத்திலும் இயங்குகின்றன

உடலின் உள்ளே இயங்கு உறுப்புகளின்

வாயிலாக புலப்படும் சக்திகள் மகளிரின்

மாதவிலக்குக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு.

மனித உடலில் உள்ள இரத்ததில்

காணப்படும் சில மூலப் பொருட்களின்

தன்மையுடன் ஒத்துள்ளது.

அண்டத்தில் உள்ள சுக்கிரன் என்னும்

கோளிற்கும் தொடர்பு உண்டு.

பொருக்கத்திற்கும் தொடர்பு உண்டு.

அதே போல் மனித உடலாகிய

பிண்டத்தில் இயங்கும் சக்திகள்

அவற்றின் அளவில் இயங்கும் வரை

நோயற்ற வாழ்வு அதுமிகுதல், குறைதல்

ஏற்படும் போது நோயுற்று வாழ்வும் அமைகிறது.

மனித உடலில் எலும்பு, தசை,நகம்,தோல், மயிர்

வயிறு, இதயம், கழுத்து, தலை உறுப்புகளில்

இடைவெளி

பித்தம், இரத்தம்,நீர்,வியர்வை, விந்து, கழிவு

பசி,தாகம்,உறக்கம்.

சுருங்கல், நெளிதல், அசைதல் இயக்கங்கள்.

இவை உடலில் மூன்று பெரும் உயிர்ச்

தமிழ் மருத்துவத்தில் இம்மூன்று பெரும் சக்திகளே உயிர்த் தாதுக்கள் என அழைக்கப்படுகின்றன. அவை மூன்று

1. வாதம் 2. பித்தம் 3. கபம்(சிலேத்துமம்)

   விண்+ காற்று இணைந்து வாதமாகும்.

2. தீ + பித்தமாகும்

3. மண்ணும் நீரும் இணைந்து கபமாகும்.

   மாத்திரை அளவு1,1/2,1/4

Winking time என்ற விகித அளவில் உடலில் தொழிற்படும் போது உடல் இயங்குதற்குரிய சக்தி metabolic energy தோன்றுகிறது.

1. வாதம் என்பது ஆக்கம் ஆற்றல் உடையது
2. பித்தம் என்பது காக்கும் ஆற்றல் உடையது
3. கபம் என்பது அழித்தல் ஆற்றல் உடையது

நுண்ணுடலில் இயங்கும் இம்மூன்றும் உயிர் தாதுக்களும் உடலில் உள்ள பிற ஏழு தாதுக்களிலும் நுண்ணிய கண்ணறைகளிலும் இடைவிடாது செயல்படும் போதுதான் உடல் நன்னிலையில் இயங்கும்.

நோய் வருவதற்குரிய மூல காரணங்களை ஐந்து வகைகளாக பிரிக்கலாம்.

1. கோள்களின் தாக்கம்
2. நச்சுப் பொருட்கள்
3. மனநிலைகாரணங்கள்
4. தீய எண்ணங்கள், செய்வினை செயல்களின் தாக்கம்
5. மரபு வழிக் குற்றங்கள்.

டாக்டர். பி.ஏ. சத்திய நாராயணன், M.A RIMP RHMP
தலைவர்,தமிழ் மாநில சித்த வைத்திய சங்கம்,

கண் மலர்களைக் காக்கும் மலர்கள்

Dr. M.Latha Rani, M.D. (Siddha), Reader
Sri SaiRam Siddha Medical College & Research Centre - Chennai - 44

ஐம்புலன்களில் இது தலையாயது
ஐம்புதங்களில் தீக் கூறுடையது
வண்ணமோ கறுப்பு வெள்ளையுடையது
வண்ணங்களைப் பார்க்க உதவுவது
வளராத சிறப்பு பண்புடையது
வளர (அறிவு) மனிதனுக்கு உதவுவது
மாற்றத்தால் நோயை உணர்த்துவது
மாற்றானை (கண்) தானத்தால் வாழ்விப்பது

என்று கண்ணின் சிறப்பை சொல்லிக்கொண்டே போகலாம். அத்தகைய கண்களை நோயின்றி காக்க, நோயினைப் போக்க அகத்தியர் நாகமுனி போன்ற சித்தர்கள் பல வழி முறைகளை கூறியுள்ளது நாம் அனைவரும் அறிந்ததே

"போன கண்ணும் திரும்புமப்பா
பொன்னாங்காணிக் கீரையால்"

என்ற பழமொழியிலிருந்து நாம் பொன்னாங்காணிக் கீரையைச் சாப்பிட்டால் கண்ணோய்கள் போகும் என்பதை அறியலாம். மேலும் சிறுகீரை, முருங்கைக் கீரை போன்றவையும் கண்ணுக்கு உகந்தவையே

இக்கட்டுரையில் கண்களைக் காக்க, கண்ணோய்களைப் போக்க பயன்படும் பல மலர்களையும் அவை மலரும் மாதங்களையும் காண்போம்

1. அகத்திப் பூ : Sesbsnia grandiflora (Linn) Poir

அகத்திய பூச்சாற்றை கண்ணில் பிழிய கண்ணோய் போகும். இது பிப்ரவரி முதல் ஏப்ரல் மாதம் வரை மலரும்.

2. செவ்வல்லிப் பூ : Nymphae Anouchali Burmf

செவ்வல்லிப் பூவுக்கு சேர்ந்திறங்கு நீர்ப்பிணியோ
டொவ்வுமே கப்பிணியும் ஓய்வதின்றி - இவ்வுலகிற்
கண்ணின் நோய் தீரும் கனத்த பித்த ரத்தமொடு
புண்ணின் நோய் பன்னோயும் போம்

- அகத்தியர் குணவாகடம்

இது கண்ணோயைப் போக்கும். இது நவம்பர் முதல் ஜனவரி வரை மலரும்

3. ஆடாதோடைப் பூ : Adhotoda vasica

பூவை வதக்கி இரு கண்களின் மீதும் வைத்து கட்டி வர கண்களில் உண்டாகும் நோய்கள்போகும். நந்தியாவர்த்தாதி பிழி மருந்தில் சேரும்

4. ஆவாரம் பூ : Cassia auriculata Linn

பூவை வதக்கி கண்ணோய்க்கு ஒற்றடமிடலாம். கண் பூவைப் போக்கும். இது எல்லா மாதங்களிலும் மலரும்

5. இருவாட்சிப் பூ : Jasminium sambac

கண்ணொளியும் மெய்யிற்கமழ் மணமும் நீடழகும்
நண்ணும் வலிமூர்ச்சை நாசமாம் - பண்ணிளியும்
கங்குலும்வாழ் வார்க்குழலே காரமொடுவெப்புமிகத்
தங்குமிரு வாட்சிமரத் தால்

- அகத்தியர் குணவாகடம்

கண்ணில் குருதிவரின் இப்பூச்சாற்றை கண்ணிலிடலாம் இது பிப்ரவரி முதல் அக்டோபர் வரை மலரும்

6. எள் பூ : Sesamum indicum Linn

பூவை கண்ணோய்க்கு வழங்குவதுண்டு இது செப்டம்பரில் மலரும்

7. களாப் பூ : Carissa carrandus linn

கண்ணிலுண்டாகும் நோய்கள் யாவும்முதிராததற்கு முன் இப்பூவைக் கசக்கி கண்களில் விடியற்காலையில் மூன்று துளி விட்டுவர அவைகள் போம். கண்களில் பூ விழுந்திருந்தால் அதையும் போக்கும். இது மே முதல் ஜீன் வரை மலரும்

8. சிறுகளாப் பூ : Carissa spinarum

கண்ணிற் படருங் கரும்படலம் வெண்படலம்
வண்ணவுதி ரப்படலம் வன்சதைகள் எண்ணற்
களவிநோய் போக்கும் அணங்கே சிறிய
களவினது பூவொன்றுங் காண்

-அகத்தியர் குணவாகடம்

இது கண்ணிலுண்டான கரும்படலம் வெண்படலம் குருதிப்படலம் சதைப்படலம் இவைகளை நீக்கும். நாரிகேளாஞ்சனம் என்கின்ற மையில் இது ஒரு முக்கியமான சரக்கு. இது மே முதல் ஜீன் வரை மலரும்

9. கோழியாவரைப் பூ :

இப்பூ திமிரத்தை போக்கும்

10. குங்குமப்பூ : Crocus sativus Linn

விந்துநட்டந் தாகமண்டம் மேகசலஞ் சூலைகபம்
உந்துசுரம் பித்தங்கால் உச்சிவலி - முந்து கண்ணில்
தங்குமப்பூ வோடுறு நோய் சர்த்தியிவை நீங்கவென்றால்
குங்குமப்பூ ஓரிழைக் கொள்

- அகத்தியர் குணவாகடம்

கண்ணில் விழுகின்றப் பூ, கண்ணோய் போகும். இது கண் தைலத்தில் சேரும்.

11. செண்பகப்பூ : Michelia champaca Linn

வாதபித்தம் அத்திசுரம் மாமேகம் சுத்தசுரஞ்
தாது நட்டங் கண்ணழற்சி தங்காவே - மாதே கேள்
திண்புறு மனக்கிளிப்பாந் திவ்யமனம் உட்டினஞ்சேர்

சண்பகப் பூவதற்குத் தான்

-அகத்தியர் குணவாகடம்

பூக்களை எண்ணெயிலிட்டு பிசைந்து தலை நோய், கண்ணோய், மூக்கடைப்பு முதலியவைக்கு நெற்றியில் பற்றிடலாம். கண் அழலையும் போக்கும். இது மே மாதம் மலரும்.

குமரிதைலம், பிருங்காமலக தைலத்தில் சேரும்

12. செம்பருத்தி : Gossypium arboreum Linn

பூவின் இதழ்களைதாய்ப்பாலில் அல்லது பசுவின் பாலில் ஊறவைத்துப் பிழிந்து எடுத்த சாற்றைக் குழந்தைகளின் கண்ணோய்க்கு வழங்கலாம்

13. தாமரைப் பூ : Nelumbium nucifera

பருத்தாற் றாமரைப்பூ பல்வாந்தி நோயைத்
துரத்தி விடும் இன்னுஞ் சொலவோ -கரத்தில்
எடுத்தணைக்க கண்குளிரும் ஏகுஞ் சுரமும்
எடுத்த சித்தாகமும் போம் எண்

-அகத்தியர் குணவாகடம்

தாமரைப் பூவின் தேன் கண்ணோய்களைப் போக்கும். இது பிருங்காமலக தைலத்தில் சேரும்

14. தும்பைப்பூ : Leucas aspera Spreng

தாகங் கடிதொழியுஞ் சந்நிபா தங்களறும்
அகந் தனில் விழி நோய் அண்டுமோ - மாகந்த
வம்பைபீ றுங்குயத்து மாதே நின் செங்கரத்தால்
தும்பைப்பூத் தன்னைத் தொடு

தும்பைப் பூவினால் திமிரம் எனும் கண்ணோய் நீங்கும். இது மே முதல் ஜீலை வரை மலரும் இது ஏரல் நெய்யில் சேரும்

15. நந்தியாவட்டப் பூ : Tabernaemontana divaricata linn

நேத்திர வாயுகமழ் நேத்திரப்புண் வெட்டருகல்
நேத்திரங்க பாலசன்னி நீசவினைக் - கோத்திரங்கள்
மூான நொருக்குதலால் வாகடர்கைக் கேற்றவச்ர
வாளாஞ் சுயோதனனார் மாலை

- தேரன்வெண்பா

காசம் படலம் கரும்பாவை தோடமெனப்
பேசு விழிநோய் கடமை பேர்ப்பதன்றி -ஓசைதரு
தந்திபோ லேதெறித்துச் சாருமண்டை நோயகற்றும்
நந்தியா வட்டப்பு நன்று.

-அகத்தியர் குணவாகடம்

கண் காசம்.படலம் கரும்பாவை கண்ணோய்கள் யாவும் போகும் .இது நந்தியா வர்த்தாதி பிழி மருந்து. கண்காச மாத்திரையில் சேரும். ஒற்றை இதழ் நந்தியாவட்டை நாரி கேளாஞ்சனத்தில் சேரும் .

இதன் பாலில் எண்ணெய் விட்டு நன்றாகக் கலந்து நெற்றியில் தேய்க்கக் கண்வலி நீங்கும்.

பூவின் சாற்றை தனியாகவோ அல்லது எண்ணெய் கலந்தோ கண்ணில் விட கண்ணெரிச்சல் நீங்கும்.இது ஏப்ரல் முதல் ஜனவரி வரை மரும் .

16.நெருஞ்சில் பூ : Tribulus Terrestris Linn
கண் பூ போகும் நந்தியாவர்த்தாதி பிழி மருந்தில் சேரும் இது எல்லா மாதங்களிலும் மலரும்.

17.புளியம் பு: Tamarind Indica linn
பூவை நசுக்கிச் சிறிது நீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து கண்ணைச் சுற்றிப் பூசிவர கண்சிவப்பு மாறும் .இது மார்ச் முதல் ஜுன் வரை மலரும்.

18. புன்னைப் பூ : Calophyllum inophyllum Linn
பூவைத் தண்ணீரில் ஊறப்போட்டு .அந்நீரைக் கொண்டு கண்களை கழுவிவர கண்வீக்கம் போகும் . இது அக்டோபர் , நவம்பர் மாதங்களில் மலரும்

19. மந்தாரைப் பூ : Bauhinia purpurea Linn

மந்தாரப் பூகுளிர்ச்சி மன்னர் வசியமுமாம்
செந்தாமரைத் திருவே செப்பக்கேள் - மந்தாரங்
கண்ணுக்கு மாகுளிர்ச்சிகாணுங் கொதிப்பகற்றும்
மண்ணின்றும் பூவெனவே வை

-அகத்தியர் குணவாகடம்

கண்ணுக்கு குளிர்ச்சியை உண்டாக்க கூடிய சில எண்ணெய்களில் இது சேரும். இது செப்டம்பர் முதல் டிசம்பர் வரை மலரும்

20. மல்லிகைப்பூ : Jasminum grandiflorum Linn
பூவிலிருந்து எடுக்கும் எண்ணெய் தலை முழுகி வர கண்ணெரிச்சல் தீரும். இது பிப்ரவரி முதல் அக்டோபர் வரை மலரும்

21. முருங்கைப்பூ : Moringa Oleifera Linn

விழிகுளிரும் பித்தம்போம் வீறருகி யேகும்
அழிவிந் துவும்புஷ்டி யாகும் - எழிலார்
ஒருங்கையக லாககற் புடைவா ணகையே
முருங்கையின் பூவை மொழி

- அகத்தியர் குணவாகடம்

கண் குளிர்ச்சி உண்டாகும் நந்தியா வர்த்தாதி பிழி மருந்தில் சேரும். இது ஜனவரி மாதம் மலரும்

22. வெங்காயப் பூ : Allium Cepa Linn
பூவை நசுக்கி அதன் இரசத்தைக் கண்களில் விட கண்மங்கல் நீங்கும்

23. வெள்ளைக் காக்கணப் பூ : Clitorea Ternalea Linn
காச நீர், இரண சுக்கிரன் கண்ணோய்களை போக்கும் ஏரல் நெய்யில் சேரும் இது மே முதல் செப்டம்பர் வரை மலரும்

24. வேப்பம் பூ : Azadirachta Indica
நேத்திர வாத ரோகங்களை போக்கும் வாசாதி கஷாயத்தில் சேரும். இதன் மொட்டு கண்ணோய்களை போக்கும் சரளாஞ்சனத்தில் சேரும் இது மார்ச் மாதம் முதல் மே வரை

மலரும்

25. ஊசி மல்லிகை : Jasminum auriculatum
கண்ணோய்களை போக்கும் மஹா நிர்குண்டி தைலத்தில் சேரும். இது மார்ச் முதல் ஆகஸ்டு வரை மலரும்.

26. பிச்சிப் பூ மொட்டு : Jasminum officinale
கண் நோய்களான கண் பூ, சுக்கில, காச மருந்துகளில் சேரும். இது பிப்ரவரி முதல் அக்டோபர் வரை மலரும்.

27.கிராம்பு : Eugenia Caryaphy Llatta
அஸனா வம்ருத வில்வாதி தைலம், வேங்கைத் தைலம், சாறடைத் தைலம் போன்ற கண் தைலங்களில் சேரும்

28. சிறுநாகப் பூ : Mesua ngassarium (Burmf) Kosterm
இது குமரித் தைலம், பிருங்காலமகத் தைலத்தில் சேரும்
முடிவுரை: கண்களில் கலக்கம், கண் வீக்கம், பீளைச் சாரல், கனத்தல், அனத்தல், கண்வலி, கண் சிவப்பு, இமைகளில் குத்து வலி , இமையினடியில் உறுத்தல், கண்களில் கூச்சம், பார்வைக் குறைவு காணப்பட்டால் கண்ணோய் வரப் போகிறது என்பதை உணர்ந்து தகுந்த சிகிச்சை பெற வேண்டும். அனைவரும் கண்ணோய் இன்றி இன்புற்று வாழ்வோமாக.

- நன்றி -

Bibliography
Flora of Coimbatore
Flora of Anaimalai
குணப்பாடம் - மூலிகை
அறுவை மருத்துவம்
சரபேந்திரர் வைத்திய முறைகள் - நயன ரோக சிகிச்சை

(அ+உ)

எல்லா உயிரும், இன்புற்று வாழ்க

26622904
ம ரு . பு ல வ ர் வி நா ய க ம்
ஆர்.எஸ்.எம்.பி.டி.எய்.என்.
மூலிகை சிகிச்சை மையம்
இந்திய மருத்துவம், சித்தமருத்துவர் - ஆராய்ச்சியாளர்
பு.எ 35.,ப.எ.14, குக்சு சாலை, ஓட்டேரி, சென்னை-12.
மாலை: 6மணி முதல் 9 மணி வரை எல்லா நாளும்
செல்: 9444642954.

26622904
Dr.PULAVARVINAYAGAM,R.S.M.P.DYN.
HERBAL MEDI-CARE CENTRE
Indian Medicine-Siddha Physician-Researcher
N,No. 35, O.No.14, Cooks Road,
Ottery, Chennai-12. Mobile:
9444642954.
Time: 6.00p.m.-9.00 p.m. All Days

தலைவர்: அருள்மிகு கன்னியம்மன் திருக்கோயில் அறக்கட்டளை, பரங்கிமலை, சென்னை - 16.
தலைவர், தமிழ் சித்த மருத்துவ தேசிய சங்க அறச்சாலை, சென்னை -12.

துணை தலைவர்: இந்தியன் ரெட்கிராஸ் சங்கம், சென்னை கிளையின் - எழும்பூர், நுங்கம்பாக்கம், துணைகிளை. பதினென் சித்தர்களும் சித்த மருத்துவமும்

(1)திருவருட்சித்தர் அகத்தியர், (2)சித்தர் திருமூலர், (3)காலாங்கிச் சித்தர், (4)சித்தர் போகர், (5)புலிப்பானிச் சித்தர், (6) சட்டமுனிச் சித்தர், (7)மச்சமுனிச் சித்தர், (8)சித்தர் இராமத்தேவர், (9)கமலமுனிச் சித்தர், (10)சித்தர் சிவவாக்கியர், (11)கருவூர்ச் சித்தர், (12) சித்தர் இடைக்காடர், (13)சித்தர் சுந்தரானந்தர், (14)அழுகண்ணிச் சித்தர் (15)பாம்பாட்டிச் சித்தர் (16)தேரையர்ச் சித்தர், (17)சித்தர் கொங்கணர், (18)சித்தர் கோரக்கர் பதினெண் சித்தர், குழுக்கள் பல்வோறு காலங்களில் மாறி இருந்திருப்பதை அறியலாம்.

சித்தர்கள் எல்லோரும் அநேகமாக சைவத் தமிழர்களே, அவர்கள் பாடிய வாதம், வைத்தியம், யோகம், ஞானம், சோதிடம், முதலான நூல்களெல்லாம் தமிழில் செந்தமிழ் நடையில் தெளிவாகவும், இலக்கணப் பொருத்தமாகவும். செய்யுள் வடிவமாக எழுதியுள்ள விஷயங்கள் அவர்கள் செய்த நூற்களினாலேயே இனிது விளங்குகிறது.

சிந்துநதி பிரதேசத்தில் உள்ள அரப்பா-மோகஞ்சதாரோ மண்மாரி மறைவுக்கு முன்னும் லெமூரியா கண்டம் எனும் குமரிக்கண்டத்து நாகரிகத்துக்கு பின்பும், வாழ்ந்தவர்கள் நிறைமொழி மாந்தர்கள், முனிவர்கள், முனைவர்களாகிய சித்தர்கள் ஆவர்.

சித்த மருத்துவம் யோகம், ஞானம், வாதம், வைத்தியம், சோதிடம், மாந்திரிகம் என ஆன்மீகத் தொடர்புடையது. வளி,அழல், ஐயம் (வாதம்,பித்த,கபம்) அடிப்படையில் தோன்றும் நோய்களை நாடிகளின் வேறுபாட்டால் அறிதல் என்பது மனிதனுக்கு உண்டாகும் நோய்களை 4448 எனக் கணக்கிட்டனர். இம்மருத்துவத்தினால் தீராத நோயே இல்லை. உணவே மருந்து மருந்தே உணவு என்ற வகையில் சைவ உணவே சிறந்தது. நோய்க்கு மருந்து மட்டுமல்ல நோயைத் தடுத்து நீண்டு வாழவைக்கும் தியானம், தவம், காய்கற்பம் வாசிப்பயிற்சி, சோதிடநாடி, முதலியவற்றையும் கூறுவது சித்த மருத்துவம். இயற்கையில் கிடைக்கும் பொருள்களான மூலிகைகள், உலோக - பாடாண - உபரச உயிரினப் பொருள்களால் தங்கள் மெய்ஞ்ஞான பேரறிவினால் ஆய்வு செய்து சித்தர்கள் கண்ட மருத்துவம். பஞ்சபூத தத்துவத்தை உயிர்கள்

உலக ஐம்பூதங்கள், கோளாதிகள் (கிரகங்கள்) அனைத்திலும் தொடர்புடையதாக இருப்பதை ஆய்வுமூலம் கண்டது சித்த மருத்துவம்.

சித்தர்கள் தன்னைத் தானறியம் 27க்கு மேற்பட்ட யோக சாதனைகயால் மெய்ஞ்ஞானப் பேரறிவு பெற்று காயகற்பங்களை உண்டு என்றும் அழியாத் தேகமும் சித்துக்களும் பெற்றார்கள்,
(1)ஞான உணர்வு, (ஞானதிருஷ்டி) பார்வை,
(2)வான்வெளிப் பயணித்தல் (கவுனமாடல்),
(3)கூடுவிட்டு கூடுபாய்தல்

(பரகாய பிரவேசம்), (4) உயிர்ப்பித்தல், (5)நோய்நீக்கல், (6)மறைதல், (7)உள்ளமதுசொல்லல், (8)அட்டமாசித்தியாடல், அணுவாதல், மிகப்பெரிதாதல், வெகு இலேசாதல், விரும்பியவற்றை அடைதல், விரும்பிய இடத்திற்குச் செல்லல், முத்தொழில் இயற்றல், உருமாறுதல் முதலிய சக்திகளை யோக ஞான, காயகற்ப, தவச் சாதனையால் பெற்றார்கள்.

சித்தர் ரசாயன வேதியல் வாத இரசவாத ஆய்வு நூல்கள், சரக்கு வைப்பின் பௌதிக இயல்பை விளக்குகிறது. இந்த சித்தர் ரசாயன நூல்கள் வாதமுறை காயசித்தி முறைகளைக் கூறுகின்றன. ஆதி மருத்துவ முறைப்படி உலகின் பொருள்கள், தாதுக்கள், புல் பூண்டுகள், உயிர்ப்பிராணிகள் ஆக மூன்று விதமாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன. இந்நூலில் நோய்கள் வராமல் தடுக்கவும் ஆயுளை விருத்தி செய்துகொள்ளவும், தம் உடம்பை கற்ப மூலிகைகளால் நிலை நிறுத்தவும், நோய்கள் நீக்கவும் முதுமை தளர்ச்சியை இளமையாக்கவும் மூலிகைகளின் பூரண சத்துடன் பறிக்கும் கிரக சேர்க்கை நேரமறியவும் கூறப்பட்டுள்ளன. சித்தர் வாத நூலில் களங்கு, செந்தூரம், குருபற்பம், மெழுகு, செய்நீர், திராவகம், தைலம், இரசக் குளிகை, நவலோக பற்பம், நீற்றினத்தாதி, உருக்னத்தாதி, வர்ணத்துக்காதி, சுண்ணவகை, கட்டுவகை, சத்துரு- மித்துரு - சரக்குகள், செந்தூரத்துக்காதி சத்துவகை முதலியவை கூறப்பட்டுள்ளன.

சித்தர்களால் வாழ்வியல் நாடி (சோதிடநாடி) தூய தமிழில் பாநயத்தோடு எழுதிய நூல்கள், இவைகள் மனிதனுடைய வாழ்நாளின் நிகச்சியை பற்றி கெடியாரத்துக்குச் சாவி கொடுத்து, பின்னால் ஓடுவதற்குத் தகுதியாக வைத்திருப்பது போல், முன்பாகவே தயாராக எழுதி வைக்கப்பட்டிருப்பதாகும், வேண்டிய போது அவைகளை எடுத்து ஒருவனின் வாழ்நாளில் நடக்ககூடிய முக்கியமான நிகழ்வுகளை எடுத்துக் கூறுவதாகும். அந்த நூல்களில் கடிகை, லக்கனம் முதலிய விவரங்களோடு ஒவ்வொரு நாளும் நேரும் சங்கதிகள் குறிக்கப்பட்டிருக்கம். இது உண்மையில் ஒவ்வொருவரின் சாதகமே ஒழிய வேறல்ல ஆகவே, அநேக ஆண்டுகட்குப் பின்னால் சாதகன் இச்சாதகத்தை வந்து கேட்கக்கூடும் எனும் கருத்துடன் சித்தர்கள் தெய்வ சகாயத்தினால் தங்களுக்குக் கிடைத்த உதவியைக் கொண்டு எழுதி முடித்தது.

மனதிறம் - மந்திரம் - மாந்திரிகம் எனப்பட்டது. மனத்திறத்தைப் பெருக்கி யோகம், தியானம், தவம், கற்ப ஒழுக்க நியதிகளால் கைவல்யமாகும். சித்தியே மாந்திரீகம் எனப்பட்டது. ஞானதிருஷ்டி, கவுனமோடல், பரகாயபிரவேசம், உயிர்ப்பித்தல், நலப்படா நோய்நீக்கல், மறைதல்,

மிகப் பெரிதாதல், மிகுபளுவாதல், வெகு இலேசாதல், விரும்பியதை அடைதல், விரும்பிய இடத்திற்குச் செல்லல், முத்தொழில் இயற்றல், உருமாறுதல் முதலிய சித்தர் விளையாட்டு என்பவைகளே இயற்கையை உயர் - உலக - பிரபஞ்ச அணுவை அறிந்து இயக்கும் புறக்கண்ணுக்குப் புலப்படாத உண்மைநிலையே மாந்திரீகம் என்பட்டது.

சித்த மருத்துவ முறையில் நோய்நீக்கு முறைகள்: (1)பூர்வ கருமானுசாரத்தைக் கொண்டு செய்யும் (தெய்வகண) தேவமுறை, (2)மாந்திரிக நோய் நீக்குமுறை, (3)முப்பிணி வழி நோய்நீக்குமுறை, (4) மனத்துடல்நோய் நீக்குமுறை, (5)துயசக்தி நோய் நீக்குமுறை, (6)அறுவைவழி நோய்நீக்குமுறை, (7)மருந்தால் நோய்நீக்குமுறை, (8)தடுப்புமுறை நோய் நீக்கல், (9) பிறவிநோய் நீக்குமுறை, (10)பத்தியமுறை நோய்நீக்கல், (11)ஒப்புறை மருந்து நோய் நீக்குமுறை, (12) நல்வாழ்வுமுறை நோய்நீக்கல், (13)மருத்துவநூல் முறை நோய்நீக்கல், (14)அன்பாரதவு முறை நோய் நீக்கல், (15)எண்ணெய் தடவுமுறை நோய்நீக்கல், (16)வேதுபிடிநோய் நீக்குமுறை, (17)அட்டைவிடு நோய் நீக்கல், (18)இரத்தம்விடு நோய்நீக்கல் (19)குறி குணநோய்நீக்கல், (20)வலுவூட்டு நோய்நீக்குமுறை, (21)சூலகநோய் நீக்குமுறை, (22)மகப்பேறு நலமருத்துவமுறை, (23)குழந்தை நோய் நீக்குமுறை, (24)சிந்தாமணி முறை நோய் நீக்குதல் முதலியன.

ஆயில் புல்லிங் நல்ல எண்ணெய்:

நாம் இப்போது பஞ்சபூதமும் கெட்ட காலத்தில் வாழ்ந்து வருகிறோம். நாம் என்றும் சீரும் சிறப்பாகவும் நோய் நொடி இன்றி வாழ நாம் சில வழி முறைகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

"வைத்தியனுக்குக் கொடுப்பதை வாணியனுக்குக் கொடு என்பார்கள்" பலவகை எண்ணெய்களில் சிறந்தது செக்கு நல்ல எண்ணெய் ஆகும்.

"சனி நீர் ஆடு என்பார்கள்" சனிக்கிழமை, புதன்கிழமை ஆடவர் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பார்கள்.

பெண்டிர் செவ்வாய், வெள்ளிக்கிழமை எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்வார்கள்.

பல எண்ணெய்கள் இருந்தாலும் அதில் தலை சிறந்தது செக்கு நல்ல எண்ணெய் ஆகும் சனிக்கிரகத்திற்கு உகந்தது நல்ல எண்ணெய் ஆகும். அபிஷேகம், தீபம் ஆகியவைகட்குச் சிறந்தது நல்ல எண்ணெய் ஆகும்.

நல்ல எண்ணெய் உணவில் சேர்த்து வந்தால் பசி, தெம்பு உண்டாகும். அதனால் உடம்பு புத்துணர்வு பெற்று ஆரோக்கியம் பெருகும்.

தினம் காலையில் நாம் பல்துலக்கிய பின் நல்ல எண்ணெய் ஐந்து நிமிடம் Oil Pulling கொப்பளித்தால் பல், எகிறு, நாக்கு, தொண்டை வயிறு இவைகளுக்கு நன்மை ஏற்படும். வியாதிக்கு மூல காரணம் வாய் தான். இரவு படுக்கும் முன் இருபாதங்கள், இருகைகள் ஆகியவைகளில் நல்ல எண்ணெய் தேய்த்து படுத்தால் மூக்குக் கண்ணாடி தேவை இல்லை. ராஜ உறுப்புக்கு நல்லது.

தினம் நாம் குளிக்கும் போது ஒரு கை நல்ல எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்து வந்தால் நரை, திரை மூப்பு நம்மை அண்டாது. கண், காது, மூக்கு, வாய் , ஒற்றைத் தலைவலி இவை நம்மை அண்டாது. மேலும் வழுக்கை விழாது எண்சாண் உடம்புக்கு சிரசே பிரதானம் என்பர்.

மேலும் மூட்டுகளில் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்து வந்தால் வாதம் 80ம் + தசவாயும் நம்மை அண்டாது தோல் பளபளக்கும் பல், நகம், எலும்பு வளரும் உறுதியாக இருக்கும்.

புலிப்பாணி, யூகிமுனி ஆகியோரும் திரிகடுகம், ஆசாரக்கோவை, அறப்பளிசுவரர் சதகம் ஆகிய நூல்களும் எண்ணெய் ஸ்நானம் பற்றி கூறியுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது. இதனால் நோய் அணுகாது.

1. நல்ல எண்ணெய் 100 grm. 2. சுண்ணாம்பு நீர் 50 gram. இவை இரண்டும் சோத்துக் குலுக்கினால் பால் போல் ஆகும் இவை தீப்புண்ணுக்குத் தடவ வெகு சீக்கிரம் புண் ஆறும்.

2. நாய் கடிக்கு நல்ல எண்ணெய் 2 சின்ன வெங்காயம் 3 நாயுருவி இலை இவை 3 x 2 = 6

வேளை கொடுத்தால் நாய் கடி விஷம் அகலும்.

3. சித்தா, ஆயுர் வேதத்தில் நல்ல எண்ணைக்கு முதல் இடம் உண்டு. உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை நல்ல எண்ணெய் நல்ல பலன் தருகிறது.

4. அணு தைலம், அஸ்வகந்தா பாலாலா ஷாதிக் குளியல் தைலம், உதிரிபலாலா தைலம், சந்தனாதி தைலம், அஸனவில்வாதி தைலம். இன்னும் பல தைலத்தில் நல்ல எண்ணெய் பயன்படுகிறது.

சித்த மருத்துவத்தில் நல்ல எண்ணெய் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. இது என் அனுபவ முறையாகும்.

Dr. M. BASKERAN
HPSM., ASM., DHMS., D.S.MS.,
DAMS, DNYS, DACU, DCO.OP,
GENERAL SECRETARY, TAMILMANILA SIDDHA VAITHYA SANGAM,
GENERAL SECRETARY, TAMIL SIDDHA MARUTHUVA NATTONAL SOCIETY TRUST
JOINT SECRETARY, ALL INDIA INDIAN MEDICAL PRACTIONERS ASSOCIATION

No. 366, 2nd Block,
Mugappair West,
Chennai - 600 037
Cell: 9940246654

உயிராற்றல் உடல் ஆற்றல் உள்ளத்தின் ஆற்றல்

உடல்வலிவு, உள்ளத்தில் உறுதி, மனவலிமை அளிப்பதே யோகாசனம்

யோகா என்றால் என்ன?

யோகா என்றால் இணைதல், சேர்தல் என்று பொருளாகும். மனம், உடல், ஆன்மா ஒன்றாக இணைவதற்காக செய்யும் பயிற்சிகளே யோகப் பயிற்சி ஆகும். தத்துவத்தில் ஆறு தர்சனங்கள் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டுள்ளன. அவற்றில் ஒன்றுதான் யோகாசனம் அதுதான் "பதஞ்சலி யோக சூத்திரம்" . இதில் மனத் தத்துவக் கருத்துகளும் மனநிலைப் பற்றியும் கூறப்பட்டுள்ளது.

யோக வழியை மனித இனத்திற்குத் தந்தவர் "ஹிரண்யகர்பர்" அதனைச் சூத்திரங்களாக்கி தந்தவர் மகரிஷி பதஞ்சலி ஆவார். பதஞ்சலி முனிவர்தான் யோகாவின் தந்தை என்று அழைக்கப்படுகிறார்.

திருமூலர் யோகத்தை ஒன்பது மந்திரங்களாகச் செய்து மனிதகுல நல்வாழ்விற்கு வழங்கியவர். சித்த மருத்துவ நூல்களில் மிகச்சிறப்புடையதாகக் கூறப்படும் "திருமந்திரம்" நூலை எழுதிய திருமூலர் உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தேன், உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேன்" என்று கூறுகிறார். உடம்பு அழிந்தால் உயிர் அழியும். ஆகவே, உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்து கொண்டேன் எனக் கூறுகிறார். எனவே, உடம்பை யோகத்தால் வளர்த்தேன். அதனால் உயிரையும் வளர்த்துக் கொண்டேன் எனக் கூறுகிறார்.

யோகாசனத்தைச் சான்றோர்கள் யோகம் என்றே குறிப்பிடுகிறார்கள். உலகின் நல்வாழ்விற்காகத் தங்களை முழுமையாக அர்ப்பணித்த சித்தர்கள், ஞானிகள், சான்றோர்கள் தங்களது உடம்பினை ஆலயமாக்க கருதி தொண்டாற்றினார்கள். உடல் ஆரோக்கியம் இருந்தால்தான் வீட்டிற்கும், நாட்டிற்கும் நாம் தொண்டாற்றிட முடியும் பிறவிப் பயனைப் பெற முடியும்.

யோகாசனம் உடலைக் குறிப்பிட்ட பயிற்சிக்கு உட்படுத்தி உடல் செயல்பாட்டையும், மனத்தையும் ஒழுங்குபடுத்தி உடல்நலம், மனநலம் அளிப்பதே யோகாசனம் ஆகும்.

தமிழ்நாட்டில் சித்த வைத்திய நூல்கள் அனைத்திலும் யோகாசனத்தின் வகைகள் அவற்றால் ஏற்படும் நன்மைகள் ஆகியவற்றைப் பற்றி சிறப்பாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளன.

ஆசனங்கள், பிராணாயாமங்கள் மூலம் மனிதர்களுக்கு வரம் நோய்கள் எதையம் குணப்படுத்தலாம் என்றும், வாத,பித்த,சிலோத்துமத்தை ஆசனங்கள் சமன் செய்து நோய்களை நீககலாம் என்றும், யோகாசனப் பயிற்சியால் நரை-திரை நீங்கம் என்றும் பாடலில் கூறுகின்றார்கள்.

பாரத பண்பாட்டின், கலாச்சாரம் மிகவும் பழமையானது. யோகாவின் தத்துவம் இந்தியக் கலாச்சாரத்திற்கு அடித்தளமாக உள்ளது.

பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னரே நமது முனனோர்களாலும், மாமுனிவர்களாலும், சித்தர்களாலும் அனுசரிக்கப்பட்டு வந்த ஆரோக்கியமான முறைதான் யோகாசனம்.

யோகாசனம் மனிதன் தோன்றிய நாளிலிருந்து இருக்கிறது. இதைப்பற்றிய குறிப்பு பழம்பெரும் நூல்களில் இருக்கின்றன. சிந்து சமவெளி நாகரிகத்தில் மொகஞ்சதாரோ, ஹரப்பா போன்ற பழமை வாய்ந்த நகரங்களில் அகழ்வாராய்ச்சியின் போது 5000 வருடங்களுக்கு முன்பு செய்யப்பட்ட களிமண்ணால் ஆன சிலைகள் ஆசன நிலையில் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டன, என்று "ஜான மார்சல்"என்கிற தொல்பொருள் ஆராய்ச்சியாளர் கூறுகிறார். "மாஸன் ஓரல்"என்கிற பிரெஞ்சு அறிவியல் அறிஞர் யோகா இந்தியக் கலாச்சாரத்திற்கு ஒரு நிலையான அடித்தளம் என்று கூறுகிறார்.

யோகாசனம் செய்வதால் உடலுக்கு வந்த நோய்களை நீக்கி நோய் வராமல் காக்கிறது. உள் உறுப்புகளையும், வெளி உறுப்புகளையும், புத்துணர்வுப் பெறச் செய்கிறது. தினசரி உடலில் உண்டாகும் கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றி உடலை நன்முறையில் பாதுகாக்கிறது. உடலில் உள்ள நரம்புகள், எலும்புகள், தசைகள, இரத்தம் மற்றும் இரத்த நாளங்கள். நாளமில்லாச் சுரப்பிகள், மூளை, கண்கள், சிறுங்குடல், பெருங்குடல், ஆண்,பெண் இனப்பெருக்க உறுப்புகள் முதலான அனைத்து உடல் உறுப்புகளையும் சிறப்பாக இயங்க வைத்து, யோகாசனம் உடல் ஆரோக்கியத்தினை அளிக்கிறது

❑❑❑

கற்ப மூலிகைகள்

திருமதி. வே. மணிமொழி, M.Sc., M.Phil.,

இணைப் பேராசிரியர்,

தாவரவியல் மற்றும் தாவர தொழில் நுட்பவியல் துறை

எத்திராஜ் மகளிர் கல்லூரி, சென்னை – 600008.

38 (NB) **பசுமைவழிச்சாலை, அடையாறு, சென்னை – 600028.**

ஒவ்வொரு உயிர் இனத்திற்கும் பிறப்பு – இறப்பு உண்டு, ஆயினும் பிறப்பும், இறப்பும் மனிதன் நிர்ணயப்பதில்லை, மனிதன் தனது இடைப்பட்ட கால வாழ்க்கையை தனது நடவடிக்கையால் சீர் அமைத்துக்கொள்கிறான் அல்லது சீரழித்து விடுகிறான். அத்தகைய நடவடிக்கைகளில் ஒன்று தான் ஆரோக்கியம்.

ஆயுளுக்கும் ஆரோக்கியத்திற்கும் மிக நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு, நீண்ட ஆயுள் வேண்டும் என்று நினைத்தால் மட்டும் போதாது. ஆரோக்கியத்துடனும், இளமையுடனும், நம் கடமைகளை நாமே செய்வதற்கும் சக்தி தேவை. அந்த சக்திகளை அளிப்பது தாவரங்கள்தான். சிலவகை தாவரங்கள் உணவாகவும், இன்னும் சிலவகை தாவரங்கள் மருந்தாகவும், இதற்கு மேலும் சிலவகை தாவரங்கள் ஆயுளை அதிகரிக்கவும், இந்த பிரபஞ்சத்தில் படைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவ்வகை அரிய ஆயுள் காக்கும் மூலிகைகளை நமது தமிழ் சித்தர்கள் அடையாளம் கண்டு, கற்ப மூலிகைகள் அல்லது காய கல்ப மூலிகைகள் என்று வகைப்படுத்தினர்.

நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய், தேற்றான்கொட்டை, சீரான்கொட்டை, சீரகம், அமுக்கிராக் கிழங்கு, இஞ்சி, வெள்ளை கரிசலாங்கண்ணி, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, பொன்னாங்கண்ணி, வல்லாரை, கற்றாழை, சீந்தில், கீழாநெல்லி, வில்வம், துளசி, வேம்பு, ஏலம், எலுமிச்சை, பேரீச்சம் ஆகியவை சித்தர்களால் அடையாளம் காணப்பட்ட சில கற்ப மூலிகைகள், கனிகள் மற்றும் கிழங்குகளாகும்.

<u>நெல்லி :</u>

நெல்லிக்காயைக் கொண்டு செய்யப்படும் பொடி, இலேகியம், குடிநீர், எண்ணெய் ஆகிய அனைத்திற்கும் வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய முப்பிணிகளையும் போக்கும் சக்தி உண்டு.

வமனம் அரோசியறும் வாதமுதன் மூன்றுஞ்
சமன முறுமலமுஞ் சாறும் – அமானகரம்
புல்லிவரு தோடசன்னி பொல்லாச் செயலும்போம்
நெல்லிமர வேரை நினை.

என்று நெல்லிமர வேரின் மகத்துவத்தை அகத்தியர் குணப்பாடம் சொல்கிறது.

<u>கற்றாழை :</u>

உடல் வெப்பம் தணிவதற்கும், கண்ணோய் குணமாகவும், இளமையுடன் வாழவும் கற்றாழை பயன்படுகிறது. இதன் சாறு வெப்பம் தணிக்கும், கற்றாழையில் வடியும் நீரை முறைப்படி தயாரித்து உபயோகிக்க கண்ணோய் குணமாகும். கற்றாழை சாற்றில் சேர்த்து காய்ச்சிய நல்லெண்ணையை தலையில் தொடர்ந்து தடவி வர நல்உறக்கம் வரும்.

உடல் நச்சுக்களை களைந்து இளைமையாக நூறாண்டு வாழ கற்றாழை ஓர் கற்ப மூலிகை.

வற்றாக் குமரிதன்னை வற்றலென வுண்ணினுஞ்சீர்
முற்றாக் குமரியென மூளுமே – நற்றாக்குந்
திண்மையு மல்லாத் தெரிவையுமேயானாலு
முண்மைமிகு நூறாமாயுள்.

என்று தேரன் வெண்பா கற்றாழையின் பயனை எடுத்துக்காட்டுகிறது.

<u>கீழாநெல்லி :</u>

இதன் இலைகள் மஞ்சட்காமாலை நோயைக் குணமாக்கும். இலையுடன் உப்பு சேர்த்து அரைத்து உடலில் பூச தோல் வியாதிகள் நீங்கும். இலையும், வேரும் சேர்ந்த பொடியை வீக்கங்களுக்கு பூச குணமாகும். இலையும், வேரும் சேர்த்து காய்ச்சிய குடிநீர் காய்ச்சலை தணிக்கும். கீழாநெல்லித் தைலம் தலைசுற்றல், வாந்தி, கை, கால், கண் எரிச்சல் முதலியவற்றை போக்கும்.

கீழாநெல் லிக்குணந்தான் கேளாய் மதுமேகந்
தாழாக்கா மாலைகளைச் சண்ணுந்தா தேழனலுந்

தொக்கினன லுந்தொலைக்குந் தொன்மேகம் போக்கிவிடந்
தக்கவி ணங்கெடுக்குந் தான்.
என்று அகத்தியர் குணப்பாடத்தில் கீழாநெல்லி இடம் பெற்றுள்ளது.

வில்வம் :

வில்வ பழத்தைலம் கொண்டு தலைக்கு குளித்து வந்தால் கண்ணெரிச்சல், தலைவலி மற்றும் மூளை சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் நீங்கி உடல் அழகு கூடும். வில்வ வேர்க்குடிநீர் முப்பிணிகளைத் தீர்க்கும். இதன் கனி, காய், இலை, வேர் ஆகிவற்றை எப்படி உண்டாலும் உடல் அழகு மெருகேறும்.

பல்லவம்பூ பிஞ்சின் பழநிரியம்சம் முறையே
வல்வவம் மேகமந்த மாகுன்மம் – சொல்லுகின்ற
நோக்கமருள் விந்துநட்ட நூறு மடுத்தவர்கட்
காக்கமருள் வில்லுவத்தி லாம்.
என்று அகத்தியர் குணப்பாடம் வில்வத்தின் மருத்தவ குணத்தை சிறப்பித்துள்ளது.

துளசி :

இதன் இலைகளை சாறாகவோ, பொடியாகவோ, அல்லது குடிநீராகவோ பயன்படுத்தலாம். இருமல், இரைப்பு, மார்சளி, வயிற்றுப்புழு, நஞ்சு, நச்சுக்கடி ஆகியவைகளை குணமாக்க துளசியை உபயோகிக்கலாம். முப்பிணிகளிலிருந்தும் துளசி உடலை காக்கும், துளசி வேர்த்தைலம் உபயோகிக்க வாதம் மற்றும் கப நோய்கள் குணமாகும்.

ஐயம் வயிறுளைச்சல் அத்திசுரம் தாகமும்போம்
பையசுர மாந்தம் பறக்குங்காண் – மெய்யாக
வாயின் அரோசகம்போம் வன்காரஞ் சூடுள்ள
தூய துளசிதனைச் சொல்.
இது அகத்தியர் குணப்பாடத்தில் துளசியின் சிறப்பை எடுத்துரைக்கிறது.

வேம்பு :

வேம்பு இலைப் பொடியை முறைப்படி உண்ண கண் நோய்கள் காணாமல் போகும். இலையை அரைத்துப் பூச, அனைத்து விதமான தோல் வியாதிகளும் குணமாகும். அம்மைப் புண்ணிற்கு உரித்தான ஒரே அருமருந்து வேப்பிலை ஆகும். இதன் பூக்கள் எல்லா பித்த நோய்களுக்கும் மருந்தாக பயன்படுகிறது. காயும் பழமும் உண்ண முறைச்சுரம், நச்சுச்சுரம், வயிற்றுப்புழு ஆகியவை தீரும், வேப்பெண்ணெய் உடல்வலி, நரம்பு வலி மற்றும் கழுத்துவலி மட்டுமில்லாமல் முப்பிணி வலிகளையும் போக்கும்.

கிருமிகுட்ட மாந்தங் கெடுவிடஞ்சு ரங்கள்
பொருமியம சூரிகையின் புண்கள் – ஒருமிக்க
நிம்பத திலையிருக்க நீடுலகில் நீங்காமல்
கம்பத் திலையிருக்கக் காண்.
அகத்தியர் குணப்பாடத்தில் இடம்பெற்றுள்ள வேம்பைப் பற்றிய பாடல் இது.

பொன்னாங்காணி :

பொன்னாங்காணி கீரையை தினந்தோறும் சமைத்து உண்ண சகலவிதமான நோய்களும் நீங்கும். கீரையை உப்பில்லாமல் வேக வைத்து, அதனுடன் வெண்ணெய் கலந்து நாற்பது நாட்கள் உண்ண கண்களில் உண்டாகும் சகல நோய்களும் குணமடையும்.

பொன்னாங்காணிக் கீரையுடன் உப்பு, மிளகு சேர்த்து நன்றாக வதக்கி, ஒரு மண்டலம் உண்டால் உடலுக்கு அழகு, பொன்னிறம் மற்றும் நீண்ட ஆயுள் கூடும்.

தேரையர் குணப்பாடத்தில்,
காசம் புகைச்சல் கருவிழிநோய் வாதமனல்
கூசும் பிலீகம் குதாங்குரநோய் – பேசியவையால்
என்னாங்கா ணிப்படிவம் எமமம் செப்பலென்னைப்
பொன்னாங்காணிக் கொடியைப் போற்று.
என்ற பாடல் அமைந்து சிறப்பித்துள்ளது.

இதன் பொருள், பொன்னாங்காணி கீரையை சாப்பிட்டால் கண் புகைச்சல், கருவிழிநோய், வாயு, பித்தம், ஈரல் நோய், வாய்ப்புண் நோய்கள் ஆகியவை குணமாகும். உடல் பொன்னிறம் பெற்று ஒளிபெறும் என்பதாகும்.

இஞ்சி :

இளமையுடன் நரை, திரை, மூப்பு இன்றி வாழ இஞ்சியை தேனில் ஊறவைத்து நாம் முறைப்படி உண்ண வேண்டும். இருமல், இரைப்பு இருமல், செரியாமை, பித்தவாந்தி, பித்தமயக்கம், தொண்டைப்புண், குரல் கம்மல், நீரழிவு நோய், முக்குற்ற நோய்கள் ஆகியவற்றைப் போக்கி தேக அழகு தரும் ஓர் அருமருந்து இஞ்சி ஆகும்.

இஞ்சிக் கிழங்குக் கிருமல்ஐயம் ஒக்காளம்
வஞ்சிக்குஞ் சன்னிசுரம் வன்பேதி – விஞ்சுகின்ற
சூலையறும் வாதம்போந் தூண்டாத தீபனமாம்
வேலையுறுங் கண்ணாய் – விளம்பு.

என்று இஞ்சியின் மகத்துவம் குறித்து அகத்தியர் குணப்பாடம் கூறுகிறது.

சீரகம் :

இதன் விதைகள் இருமல், கம்மல், வாந்தி, மயக்கம், வயிற்றுவலி, வயிற்றுமந்தம், இரைப்பு, வாயு, வாய்நோய், ஈரல்நோய், கண்நோய், கல்லடைப்பு, கைகால் குடைச்சல், எரிச்சல், உட்சுரம், குளிர்ச்சுரம் ஆகியவற்றை போக்கிவிடும்.

பித்தமெனு மந்திரியைப் பின்னப் படுத்தியவன்
சத்துருவை யுந்துறந்து சாதித்து மத்தனெனும்
ராசனையு மீவென்று நண்பைப் பலப்படுத்தி
போசனகு டாரிசெயும் போர்.

என்று சீரகத்தின் சிறப்பை தேரன் வெண்பா சீர்தூக்கி காண்பிக்கிறது.

எலுமிச்சை :

பழச்சாறு தாகம் தணிக்கும். உடலுக்கு புத்துணர்வு அளிக்கும். பழமும், காயும், வாந்தி, மயக்கம், வாய்க்குமட்டல், கண்ணோய், காதுவலி, முக்குற்றம் இவைகளை குணமாக்கும். நகச்சுற்றுக்கு ஓர் அருமருந்தாக பழம் பயன்படுகிறது.

தீதெலு மிச்சங்காய் டேர்முத்தோ டத்தையுமுள்
வாதகப சூலையையும் மாகொடிய – சாதியெனுஞ்
சாத்திகுன் மத்தையுமுள் தங்கமருந் திட்டத்தையும்
பித்தவெப்பை யுந்தணிக்கும் பேசு.

என்று அகத்தியர் குணப்பாடத்தில் அமைந்து சிறப்பித்துள்ளது.

நம் தமிழ் சித்தர்கள் இது போன்ற கற்ப மூலிகைகளின் மருத்துவ பயன்களை நமக்கு ஏராளமாக கொடுத்துச் சென்றுள்ளனர்.

ஆனால், இன்றைய கலியுக மனிதனோ துரித உணவுகளை உண்டு உயிரை துரிதமாக விடுகிறான். அடைக்கப்பட்ட உணவினை உண்டு, ஆயுளை அரைபாதியாக்கி, மண்ணுக்குள் அடக்கம் ஆகிவிடுகிறான்.

உணவே மருந்து என்ற சித்தர்களின் தத்துவம் மறந்து போனது. அதனால், இன்றைக்கு மருந்தே உணவு என்றாகிவிட்டது. தலை முதல் கால் விரல் நுனி வரை ஏற்படும் ஆரோக்கிய சீர்கேட்டிற்குக் காரணம் நமது செயல்பாடுகளே. ஸுஎன்று நாம் நம் தமிழ் சித்தர்கள் போதித்த வாழ்க்கை முறைகளை உதறினோமோ, அன்றே ஆரோக்கியமும் நம்மை உதறிவிட்டது.

உடலும், உடல் உறுப்புகளும் நாம் கட்டளை இடாமலே எத்தனையோ வேலைகளை செவ்வனே செய்துகொண்டு இருக்கின்றன. அவ்வுடலுக்கு இளமை அவசியம். ஆரோக்கியமும் மிக மிக அவசியம். அந்த வகையில் நமக்கு இளமையையும், ஆரோக்கியத்தையும் அளிப்பவை தான் காய கல்ப மூலிகைகள்.

நமது தமிழ் சித்தர்கள் இயற்கையோடு இணைந்த வாழ்க்கையினை வாழ்ந்தார்கள். நம்மையும் அவ்வாறே வாழச் சொன்னார்கள். அன்றைய மனிதன் அதனை கடைப்பிடித்து ஆரோக்கியமாக வாழ்ந்தான். ஆனால், இன்றைய மனிதனின் நிலை அவ்வாறு இல்லை.

சித்தர்களின் வாக்கின்படி, கற்பமூலிகைகளையும், உணவாக்கி, காலத்திற்கு தக்கவாறு, உடல்நலத்திற்கு ஏற்றாற்போல், குறித்த நேரத்தில், பசித்தபின் உண்பதை வழக்கமாகக் கொண்டு, வளமோடு நலமாக வாழ்வோமாக!

(வே. மணிமொழி)

சித்தர்களின் (ஆன்மீக) மருத்துவம்

Dr. M. MANOHARAN BAMS MD Phd.., MS.., (PSY)., D.M. BAS..,FRSH
Consultant Psychiatrist Siddha
Ayurveda Physiciar
Abirami Kamadhenu Medical Trust
Research Foundation, Chennai - 35

044 - 24344531, Mob : 9444468799

*"உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்,
வள்ளர் பிராணார்க்கு வாய் கோபுரவாசல்,
கள்ளப் புலனைந்தும் காளா மணிவிளக்கு,
தெள்ளத் தெளிந்தார்க்கு சீவன் சிவலிங்கம்" - திருமந்திரம்*

உடலில் உள்ள உயிரே (சீவனே) கடவுள் உயிரை அறிந்தால் கடவுளை அறியலாம் என்று சித்தர் பெருமான்கள் கூறியுள்ளார்கள்

தன்னை அறிந்தவன் தலைவனை அறிவான் (இறைவன்) என்பதை மறை பொருளாக சித்தர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளனர். ஜீவனே சிவன். உயிரே கடவுள் இறைவன் எல்லா இடங்களிலும் நிறைந்துள்ளான்

உலகில் உருவமுடனும் உருவமற்றும் தோன்றி, நிலைத்து , அழிந்து மீண்டும் தோன்றி நிலைத்து அழிவதுமான முத்தொழிலையுடையது , பரப்பிரும்மமாகும். இம் முத்தொழிலே பஞ்ச கிருத்தியம் எனும் ஐந்து தொழிலாக இடையறாது பிரம்மத்தில் ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் எனும் ஐந்தொழில்களாக நடைபெற்றுக் கொண்டேயுள்ளன.

ஆதியில் ஒன்றாக இருந்த பரப்பிரும்மம் சிருஷ்டியில் இனச்சயுற்று இரண்டாகப் பிரிந்தது. அது இயக்கமற்ற சிவமாகவும், இயக்கமுள்ள சக்தியாகவும், தன்னைப் பிரித்துக் கொண்டது. இயக்கமற்ற சிவமே இயக்கமுள்ள சக்தியாக மாறியது.

ஓம் என்பது பிரணவமாகும். இது அஉம எனும் எழுத்துக்களாளானது. எழுத்துக்களெல்லாம் அகாரத்தையும் எண்களெல்லாம் உகாரத்தையும் அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளன என்பதாகும்

ஓம் எனும் பிரணவத்தில் அண்டங்களும், வெளி அல்லது ஆகாயம். காற்று, நெருப்பு, நீர் , நிலம் எனும் ஐம்பூதங்களும் அடங்கியுள்ளன். இந்த பிரணவமும் ஐம்பூதங்களும் "பிரபஞ்சம்" எனப்படும். இதுவே நமது உடலிலும் உள்ளது. நமது உடலும் உயிரும் பிரபஞ்சத்தின் ஒரு அங்கமான அணு. அணுவில் அணுவாக இருப்பவன் இறைவன்.

"அண்டத்தினுள்ளதே பிண்டம், பிண்டத்திலுள்ளதே அண்டம் அறிந்து தான் பார்க்கையிலே" எனும் திருமூலரின் கருத்துப்படி மனித உடலில் இவை ஆறு ஆதாரங்களாக உள்ளன. இதை ஆராதாரங்கள் எனக் குறிப்பிட்டனர் சித்தர்கள்.

இதை 1) மூலாதாரம் (எருவாய்க்கும் கருவாய்க்கும் இடைப்பட்ட இடம் என்பதை பிரணவம் என்றும் 2) சுவாதி ஸ்டாணம் (கொப்பூள்) - நிலம் என்றும் 3) மணிபூரகம் (மேல் வயிறு) - நீர் என்றும் 4) அனாகதம் (நெஞ்சு- இருதயம்) நெருப்பு என்றும் 5) விசுத்தி (மிடறு)- காற்று என்றும் 6) ஆக்கினை (புருவநடு) ஆகாயம் என்றும் அண்டத்திலுள்ள பஞ்சப்பூதங்கள் நம் உடலில் உள்ள இடங்களாக குறிப்பிட்டுள்ளன. இவற்றிற்குத் தொழில்களாக முறையே ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளல் எனும் ஐந்தொழில்களையும் குறிப்பிட்டுள்ளனர்

நிலமாகிய மண் நீரில் கரைந்துவிடும், நீர் நெருப்பில் ஆவியாகிவிடும், நெருப்பு காற்றில் அணைந்துவிடும். காற்று ஆகாயத்தில் கலந்துவிடும். அதே போல் நம் உடம்பிலுள்ள ஐம்பூத தத்துவங்களை கட்டுப்படுத்துவதன் மூலம உலக சம்பவங்களையும் கட்டப்படுத்த முடியும். எனவே தான் "தன்னையறிய தனக்கு ஒரு கேடில்லை" என திருமூலர் கூறியுள்ளார்.

1) மூலதாரத்தில் -"ஓம் ங்கார" எழுத்தும் அதன் நடுவில் கணபதியும் வல்லபை சக்தியும்

2) சுவாதிஷ்டானத்தில் - "நகார" எழுத்தும் நகாரத்தின் நடுவில் பிரம்மாவும், சரசுவதியும்

3) மணிபூரகத்தில் - "மகார" எழுத்தும் அதன் நடுவில் மகா விஷ்ணுவும் , மகாலட்சுமியும்,

4) அனாகதத்தில் - "சிகார" எழுத்தும் அதன் நடுவில் உருத்திரனும், பார்வதியும்,

5) விசுத்தியில் - "வகார" எழுத்தும் அதன் நடுவில் மகேசுவரனும், மகேசுவரியும்,

6) ஆக்கினையில் - "யகார" எழுத்தும் அதன் நடுவில் சதாசிவமும், மனோன்மணியும் கொழுவீற்றிருப்பர் என்றும் சித்தர்கள் பெயரிட்டுள்ளார்.

நமது உடலில் உள்ள இந்த ஆராதார நிலைகளின் எழுத்துக்களான "ஓம் நம சிவய" எனும் பஞ்சப்புதங்களின் அட்சரத்தை (ரேசகம் 16, பூரகம் 32, கும்பகம் 64 எனும் மாத்திரை) குறிப்பிட்ட அளவுப்படி உச்சரிப்பதால் சகலவித சக்திகள் உடலில் மறைந்துள்ளதை பஞ்சாட்சரம் மாறல்கள் மூலம் இறையாற்றலுக்கு இணையான சக்திகளைப் பெறலாம். இதுவே ஐந்தெழுத்து மந்திரமாகும். பஞ்சாட்சர சூட்சுமமாகும். எனவே நமது உடலில் உள்ள இந்த ஆறாதார நிலைகளைத் தெரிந்து அவற்றை கட்டுபடுத்தத் தெரிந்தவன் இந்த பிரணவத்திலுள்ள ஐம்பூதங்களான நிலம், நீர், நெருப்பு , காற்று, ஆகாயம் ஆகியவற்றை கட்டுபடுத்த முடியும் என்று ஆய்ந்து கூறியுள்ளனர்.இதுவே "குண்டலினி" சக்தி என்றனர்

அ + உ + ம் = ஓம் (பிரணவம்)

"ஓமெனு ஓங்காரத்துள்ளே ஒருமொழி ஓமெனு ஓங்காரத்துள்ளே உருவரும் ஓமெனு ஓங்காரத்துள்ளேபல பேதம் ஓமெனு ஓங்காரம் ஒன்முத்தி சித்தியே - திருமூலர் திருமந்திரம்

ஓமெனும் பிரணவம் அஉம விந்து நாதம் ஆகிய ஐந்தும் சேர்ந்த நிலையாகும். இவை சாதாரண மனிதர்களுக்குக் கீழ்நோக்கியே இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் குண்டலினி சக்தியை எழுப்பத் தெரிந்து கொண்டால் கீழ்நோக்கியே இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் பிரணவமானது மேல் நோக்கி இயங்க ஆரம்பிக்கும். அப்போது பிரணவசக்தியும் நமது

சக்தியும்இணைந்து பிரணவ சக்தி நமக்கும் வந்துவிடும். இதற்கு முறையான தியானப் பயிற்சி வேண்டும். இதனால் எங்கோ நடப்பதை இங்கிருந்தே அறிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் வந்து விடும். கூடு விட்டு கூடு பாயும் வித்தைக் கூட கை கூடும் முக்காலத்தையும் உணரலாம்

உடம்பினுக்குள்ளே உறு பொருள் கண்டேன்

உடம்பினுள் உத்தமன் கோவில் கொண்டானென்றுகைகூடும். முக்காலத்தையும் உணரலாம்

"உடம்பினை முன்னம் இழுக்கென்றிரு உடம்பினை யான் இருந்து ஓம்புகின்றேனே" - என திருமூலர் திருமந்திரம் கூறுகிறது.

"நட்டகல்லைத் தெய்வமென்று நாலு புட்பம் சாத்தியே சுத்தி வந்து முணுமுணுன்று சொல்லு மந்திரம் ஏதடா நட்டகல்லும் பேசுமோ நாதன் உள்ளிருக்கையில் சுட்ட சட்டி சட்டுவம் கறிச்சுவை அறியுமோ என சிவவாக்கிய சித்தர் பகுத்தறிவுக்கு வேலை கொடுத்துள்ளார்.

மரு. பாக்கம் தமிழன் (பிரதாபசிம்மன்) ஏசு.எம்.பி.சித்த மருத்துவர்

பைந்தமிழர் நலம் காத்த
அமுதக்கிழங்கே
அமுக்குராங் கிழங்கு

(ஆங்கிலத்தில் - B.N. Withania Somnifera - D Unal)

வேறு பெயர்கள் : அமுக்கிரி, அமுக்குரவி, அமுக்குரவு, அமுக்கினாங்கிழங்கு, அசுவகந்தம், அசுவகந்தி, அசுவம், இருளீச்செவி, கிடிச்செவி, வராககர்ணி என்பவனாவன. இச்செடியில் மருந்தாகப் பயன்படும் உறுப்புகள் - இலை , விதை, வேர் (கிழங்கு) பொது சுவை யாவும் கைப்பு (வீரியம் உரம் : வெப்பம் - பிரிவு - கார்ப்பு வாகும்

செயலில் - இலை - வெப்பகற்றியாகும். காய் - சிறுநீர் பெருக்கியாகும் அமுக்கராங்கிழங்கு உடல்தேற்றும், வீக்கமுருக்கும், சிறுநீர் பெருக்கும் உரமாக்கும் உறக்கமுண்டாகும், உடல் வெப்பத்தையகற்றும் பசியுண்டாகும்

இச்செடி விளையுமிடம் இந்தியாவில் பெலுசிசு தானத்தில் பயிராகும் சிறுசெடியாகும் சாம்பல் நிறமுடையது, காய் சுண்டைக்காயளவாய் தக்காளி நிறமுடையது தோலால் மூடப்பட்டு உள்ளே காலிருக்கும் பழுத்தால் பழம் செந்நிறமாயிருக்கும் இதில் கிழங்கே முதன்மையாக பயன்படுத்தப் படுகிறது. மேலும் அமுக்கராங்கிழங்கு

கொஞ்சந் துவர்ப்பாங் கொடியசயம் சூலையரி
மிஞ்சுகரப் பான்பாண்டு வெப்புதப்பு - விஞ்சி
முசுவுறு தோடமும் போ மோகஅன லுண்டாம்
அசுவகந் திக்கென் றறி

என்று அகத்தியர் குணபாடம் உரைத்துள்ளது.

எனவே இனி அமுக்குராங்கிழங்கெனும் அமுதக்கிழங்கில் எத்துனை நோய்களை எதிர்க்க முடியும் என்று சுருக்கமாக பார்ப்போம். அமுக்குராங்கிழங்கு முறையே உலர்த்தப்பட்டு அனைத்து நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் தற்பொழுது விற்கப்படுகிறது. அக்கிழங்கை வாங்கி வந்து நமக்கு தேவையான அளவு கிழங்கை தூய்மை செய்ய (சுத்தி செய்ய) அக்கிழங்கு மூழ்கும் அளவு பசுவில் பாலூற்றி அடுப்பேற்றி பால் சுண்டும் வரை எரித்து கழுவி நன்கு காயவைத்து முறையே உரலில் (அ) இயந்திரத்தில் போட்டு நன்கு பொடித்து சலித்து பத்திரப் படுத்தி வைக்கவும்.

(அ) கிழங்கை பொடித்து பாலில் பிட்டவியல் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். (சட்டியில் உள்ள பாலை கீழே ஊற்றிவிட வேண்டும்

1 உரமூட்டும் . 2ஆண்மை பெருக்கும் 3. பெண்களுக்கு வெள்ளைப்படுதல் நீக்கும் 4.பசியைத் தூண்டும் . 5.இளமையிலே இளைக்கும் உடலைத்தேற்றும்.6.நரம்பு தளர்ச்சி நீக்கும் அமுக்குராப்பொடி(சூரணம்) (எளிய முறை)

பயன்படுத்தும் முறை :

மேற்படி முறையே தூய்மைசெய்த பொடி ஒரு பங்கு 10 கிராம் 3 பங்கு -30.கிராம் பணங்கற்கண்டு பொடித்து சலித்து வைத்துக் கொண்டு காலை.மாலை உணவிற்கு முன்பு-4கிராம் பொடிவழங்கவும்.

வேறுமுறை:

1 அமுக்குராங்கிழங்குப்பொடி-64.பங்கு
2 திப்பிலி-(அரிசித்திப்பிலி) 8 பங்கு
3 சீரகம் 4
4 ஏலக்காய் 3
5 சுக்கு 6
6 மிளகு 5
7 லவங்கம் 1
8 சிறுநாகப்பூ- 2 பங்கு எடுத்து முறையே

தூய்மையுடன் உலர்த்தி .பொடித்து கலந்து அத்துடன் மருந்துக்கு சமன் சர்க்கரையை நன்கு பொடித்து முறையே மருந்துகள் கலந்து காற்று புகாகுப்பியில் மூடி வைக்கவும்

பயன் படுத்தும்முறை - சிறுவருக்கும் 1/2 தேக்கரண்டி.பெரியவருக்கு 1.தேக்கரண்டி கூட்டுபொடியை பசுவின் பாலுடன்(அ) பாலில் கலந்து உணவிற்குப் பின் காலை மாலை குடித்து வந்தால் மேற்நோய்கள் குணமாகும் .மேலும் .தொடர்ந்து பயன்படுத்தினால் - மேகநோய்கள்(ஒழுக்குநோய்) பால்வினை நோய்கள், (தொடக்க நிலை) , எழும்பு தேய்மானம், தோல் நோய்கள் , இருமல், வாத நோய்கள, வரிநோய்கள் மெல்ல மெல்ல குறைந்து பயன்கொடுக்கும்.

" உடல் பருமன் குறைய.உடல் கொழுப்புக்குறைய நெஞ்சு படப்படப்பு , மூச்சிறைப்பு குணமாக- மேற்படி அமுக்கரா பொடியை. வெண்ணீரில் 4.கிராம் கலந்து உணவிற்கு முன் உண்டு வரலாம் தவிர்க்க வேண்டியவைகள் (பத்தியம்) கொழுப்பு உணவுகள் .மது (மாமிசம்) உயிர்கறி .மிகுந்து எண்ணை பதார்தங்கள் சோம்பல்தன்மை.உழைக்காமல் இருத்தல் .தொடர்ந்து உறங்குதல் அளவில்லா உணவு உண்ணுதல். மிகுந்த இனிப்புகள்.

அமுதக்கிழங்கு உட்களி (இளகம் (அ) இலேகியம்)

எலும்புருக்கு (டிபி) மஞ்சள் காமாலை. வெளுப்புநோய் (சோகை) உடல் மெலுதல்நோய் .கல்லீரல் வீக்கம் .சுருக்கம். பசிக்குறைவு -வயிறு ஊதல் .போன்ற நோய்களுக்கு எளிய (மருந்து) உணவு.

தேவை: தூய்மை செய்த அமுதக்கிழங்கு பொடி அமுக்ரா' பொடி

2. சீரகம், சுக்கு, மிளகு.திப்பிலி, 700 கிராம் சந்தனத்தூள், சாதிகாய் , இலவங்கம், கடுக்காய்பூ விலாமிச்சைவேர், சித்திரமூலம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், திருநீற்றுப்பச்சிலை, சிறுநாகப்பூ, சீந்தில் உப்பு (சர்க்கரை) பேரிச்சங்காய் , உலர்ந்த திராட்சை வகைக்கு 10- கிராம் நன்கு இடித்து சலித்து பொடிகள்

3. பால் 750மில்லி, 700கிராம் சர்க்கரை, 300கிராம் நெய், 300கிராம் தேன்

செய்முறை :

வாய் அகன்ற எ~கு (ஸ்டீல்) பாத்திரத்தில் 750 மில்லி ஆவின் பாலை அடுப்பேற்றி நன்கு கொதித்த உடன் அதில் 700 கிராம் சர்க்கரையை கொட்டி கொதிக்க வைத்து மெல்லிய பாகு பதம் வந்தவுடன் பாகை கீழே இறக்கி மேற்படி பொடிக்கு சிறுகக்கொட்டி நன்றாக கிளறிவிடவும், நெய்யை சிறிது சூடு செய்து கொஞ்சகொஞ்சமாக சட்டியில் ஊற்றி பொடியை நன்கு கிளறவும் பின்பு (இளகம் கைவிரலில் ஒட்டகூடாது)

அமுக்குரா இளகம் பயன்

காலை, மாலை - 5கிராம் சூடான பாலில் உணவிற்கு முன் விழுங்கவும். தொடர்ச்சியாக முறையே உண்டுவந்தால் மேற்படி நோய் விரைவில் குறையும். மேலும் முழுமையாக குணமாகும். இந்த இளகத்துடன் முறையே முடிக்கப்பட்டுவிற்கும்.அல்லது செய்யும் மருந்துகளான பவளபற்பம், காலை, மாலை 2அரிசி எடை நெய்யில் அயச்செந்தூரம் தேனில் இருவேளை' உணவிற்கு முன்பு மண்டுதாதி குடிநீர் - 10கிராம் பொடியில் 4குவலை நீர்விட்டு -1 குவலை நீராய் சுண்டக்காய வைத்து வடிக்கட்டி இருவேளை குடிக்கவும்

குறைக்க வேண்டியவைகள் : உப்பு, புளி, காரம்

"உடல் வலி, நரம்பு தளர்ச்சி, மூட்டுவலி. கைக்கால் குடைச்சல்,
உடல் நடுக்கம் குறைய மேல் பூச்சு நெய்"

தேவை : அமுக்கிராங்கிழங்கு 20 கிராம், எட்டிவிதை 20கிராம் வசம்பு 20கிராம், நல்லெண்ணெய் - 500கிராம்

செய்முறை :

வாணலியில் (கடாயில்) நல்லெண்ணெய் ஊற்றி மற்றவைகளை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து எண்ணெயில் போட்டு கொதிக்க வைக்கவும். நன்கு கொதித்ததும் விதைகள் மேலே

மிதக்கும்பொழுது கீழே இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்

செயல்:

தேவையான போது வலி உள்ள இடங்களில் எண்ணெயை நன்கு தேய்த்து விடவும். காலை வெந்நீரில் குளிக்கவும், உடல்பயிற்சி, யோகாசனம் செய்யவும் மேற்படி நோய்கள் குறையும் இத்துடன் முன் சொன்ன பொடிகள் இளகம் உண்டு வரலாம்.

அமுதக்கிழங்கு மாத்திரை

அமுக்கிரா பொடி 50கிராம், பொடித்த வேலம் பிசின் 5 கிராம், சிறிது தண்ணீர் பிசினை கரைத்து அமுக்ராபொடியை கலந்து பட்டாணி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டிகாயவைத்து கொண்டு காலை , மாலை 2 மாத்திரை பாலில் விழுங்கவும் தீரும் நோய்கள், உடல் சோர்வு, விந்து நீர்த்துப் போதல் வெள்ளைப்படுதல் நீங்கும் தூக்கம் வரும்

பெண் மலட்டுத் தன்மை நீங்க

தேவை : அமுக்கிராங்கிழங்கு பொடி 100கிராம் 1 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு 1/4 லிட்டர் தண்ணீராய் சுண்டவைக்கவும் பயன் காலை மாலை 10மில்லி சிறிது சூடுடன் காய்ச்சிகுடித்து வரவும் (உணவிற்கு முன்) தீரும் நோய் மாதவிடாய் கோளாறு கருமுட்டை இல்லாமல் சரியாகும் இதனுடன் அசோக மாத்திரை இருவேளை 1 மாத்திரை

அசோக அரிட்டம் - இருவேளை 2 மூடி சமன் தண்ணீரில் கலந்து குடிக்கவும். இன்னும் பல சிறப்புள்ள மூலிகைக் கிழங்கு நமது நாட்டு அமுக்குராங்கிழங்கு என்னும் அமுதக் கிழங்கு ஆகும்

குறிப்பு : இதில் சீமை அமுக்குரா என்பது உண்டு
வாழ்க நலவளமுடன் வளர்க தமிழ்மொழியுடன்

மரு. பாக்கம் தமிழன் (பிரதாபசிம்மன்) ESMP.
சித்த மருத்துவர் (பதிவு பெற்றவர்)

அனுபவ சித்த மருத்துவம் கற்போம்

Dr. S..கண்ணன், BSMS
முன்னாள் விரிவுரையாளர்
ஸ்ரீ சாய்ராம் சித்த மருத்துவ கல்லூரி
சென்னை
செல் : 9840155688

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பே ஒருநோய்க்கு ஆயிரக்கணக்கான மருந்துகள் இருப்பது தான். ஒவ்வொரு நோய்க்கும் அறிய பச்சிலை மருத்துவம் முதல் பல பெரிய உலோகபாஷான, முப்பு கலந்த மருந்துகள் உண்டு. தங்கம், வெள்ளி, முத்து, அம்பர் போன்ற விலைஉயர்ந்த மருந்துகளும் உண்டு . இந்த பெருமையே நமக்கு பல சமயங்களில் கஷ்டத்தை ஏற்படுத்துக்கிறது.

ஒவ்வொரு வைத்தியரிடமும் 1000 முதல் சிலரிடம் 10,000 வரை வைத்தியக் குறிப்புகள் உள்ளன. எனவே, எவரும் தன்வாழ்நாளில் 10,000 மருத்துவக் குறிப்புகள் செய்து பயன்படுத்திப் பார்ப்பது என்பது மிக மிக கஷ்டம். அப்படி செய்ய முயற்சித்தாலும் ஏராளமான பொருட்செலவு, சங்கடம் போன்றவை உண்டாகும் பல சமயங்களில் நோயுற்றவர் குணமடையாமல் நம்மை மேல் சங்கடத்தில் ஆழ்த்தும் கெட்ட பெயர் உண்டாகும்

இந்நிலையில் ரசம், பாஷான மருந்துகள் பல மட்டு விலையேற்றம் ஏற்பட்டுள்ளது. மான் கொம்பு, ஆமை ஒடு போன்ற பலவற்றை அரசாங்கம் தடை செய்துள்ளது. நல்ல சித்த மருத்துவம் செய்ய இவ்வளவு தடை நமக்கு உள்ளது. ஆனால் எந்த ஒரு வைத்தியரிடமும் குறைந்தது ஒரு மருந்தாவது அவர்களுக்கு சிறந்த அனுபவத்தில் உண்டு. இது போன்ற சித்த மருத்துவர்கள் 10 பேர் ஒன்று சேர்ந்து ஆளுக்கு 1 மருந்தை மற்றவதர்களுக்கு தெரிவித்தால் 10 பேரும் 10 மருந்தை எளிதில் தெரிந்து கொள்ளலாம். பல்வேறு மருத்துவமறைகள் ஏதேனும் அல்லது பலவழிகளில் வேகமாக முன்னேறியும், பிரபலமாகவும் ஆகிவருகிறது.

ஆனால் சித்த மருத்துவத்தில் மருத்துவர்களின் எண்ணிக்கை மருந்து செய்பவர்களின் எண்ணிக்கை போன்றவர்கள் அதிகம் வரவில்லை என்பது உண்மையே . நாம் பல்வேறு வகையில் வளர்ந்தால் தான் மக்கள் நம் மேல் நம்பிக்கை வைத்து நம் பக்கம் வருவார்கள். அனுபவ சித்த மருத்துவத்தை நான் கற்க, கற்று கொடுக்க தயார் விருப்பம் உள்ளவர்கள் ஒன்று சேருவோம். என் அனுபவத்தில் சிலபல பெரிய மருந்துகளை இங்கு எழுத இயலாது. நேரில் தான் தெரிவிக்க முடியும். ஆனால் மிகச்சிறந்த 3- 4 மூலிகை வைத்தியங்களை நான் தெரிவிக்கிறேன். இந்த எளிய மருந்தை அனைவரும் எளிதில் கையாண்டு சிறந்த பலனை பெறமுடியும்

1. தர்பை புல் : அருகம்புல்லின் அருமை அனைவரும் அறிந்ததே அருகம்புல்லை விட பலமடங்கு அதே சக்தியை பெற்றது தர்பைபுல்

2. தும்பை: உடலில் ஏற்படும் அலர்ஜியை குறைப்பதில் சிறந்தது தும்பை இதை உள்ளுக்கும்,

மேல்பிரயோகமாகவும் பயன்படுத்தலாம்

3. வில்வம்: ஆஸ்துமா நோய்க்கு தலை சிறந்த எளிய மருத்துவம்

4. புங்கமரம்: புண்களை ஆற்றுவதில் தலை சிறந்தது உடலில் உள்ள எந்த புண்ணை குணப்படுத்தவும், உள் மற்றும் வெளிபிரயோகமாக பயன்படுத்தலாம்.

அனுபவ சித்த மருத்துவ பகிர்வுக்கு விருப்பம் உள்ளவர்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம்

சித்த மருத்துவத்தில் பிணப்பரிசோதனை உண்டா?

டாக்டர் எஸ். எல்சீனிவாசன் , எம்.ஏ. பி.எட், ஆர்ஐஎம்பி.

தலைவர் ஈரோடு மாவட்ட பரம்பரை சித்த மருத்துவ சங்கம் , சத்தியமங்கலம்

இன்றைக்கு 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன் தோன்றியது சித்த மருத்துவம். அச்சித்த மருத்துவத்தில் பிணப்பரிசோதனை இருந்திருக்குமாஎன வினா எழும்புகிறது. அதைப்பற்றி சித்தர் ஏடுகள் கூறுவனவற்றை பார்ப்போம்

சித்த மருத்துவத்தில் பிணப்பரிசோதனை முறை உ்ள்ளது. பிரேத பரிசோதனைக் கூடம் ஊருக்குவெளியே நல்ல வெளிச்சம் , காற்று, நல்ல சீதோஷ்ன நிலை, உள்ள இடமாக இருத்தல் வேண்டும். பிரேத பரிசோதனை செய்யும் முன் இறந்த உடலுக்கு தலை முதல் பாதம் வரை வைக்கோல் புல்லால் கயிறு போல் சுற்றி ஒரு மரப்பெட்டியிலுள் 6'''-2''-2'' சிறு சிறு துவாரங்கள் செய்தது உடலைவைத்து பலகையால் மூடி தண்ணீருக்குள் பத்து நாள் ஊற வைத்து பின்னர், பரிசோதனைக் கூடத்தில் அப்பெட்டியைத் திறந்து, உடலைப் பரிசோதனை செய்வர்.

வைக்கோல் பிரியை நிதானமாக அவிழ்த்து, அந்த உடலில் மேல் பூலாங்கிழங்கு, பச்சிலை கஸ்தூரி மஞ்சள் இவைகளின் பொடியைத் தூவி பனை மரத்தின் ஓலையில் அடியில் உள்ள பனங்கருக்கை வெட்டி, நீரில் ஊறவைத்து நுனிபாகத்தை நன்றாக தட்டி பிரஸ் போல் செய்து உடலின் கால் பாகத்திலிருந்து தலை வரை அப்பனங்கருக்கினால் சுரண்டி பார்ப்பார். தோல் கழன்று வந்தால் இயற்கை என்பதை அறிவர். தேவையான இடங்களில் அறுத்தும் வெட்டியும் பார்பார்கள்.

இச்செய்தியை "அனுபோக சித்த மருத்துவ சாகர முத்துக்கள்: என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது. இம்முறை சர்.டபிள்யு.ஹண்டர் தாம் எழுதிய :தி இண்டியன் சயின்ஸ் துரோ ஆல் ஏஜஸ் "(THE INDIAN SCIENCE THROUGH ALL AGES) என்ற நூலில் பாராட்டியுள்ளார். மேலும் தமிழர்களின் சித்த மருத்துவ முறை கேம்பிரிட்ஜ் பல்கலைக்கழகத்தில் உள்ள சர்வதேச கெஜட்டிலும் இம்பீரியல் இன்டர் நேசனல் கெஜட்டிலும் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளது என்பதை அனைவரும் அறிய வேண்டும்.

எய்ட்ஸ் / எச்.ஐ.வி. நோய் தீர்க்கும் பணியில் சித்த மருத்துவ பிரயோகம்

பரம்பரை சித்த மருத்துவர் க.காசி , RMP, SMP, DNYS
சாந்தி சித்த மருத்துவ நிலையம், 26, ஆசாத் தெரு,
ஆரணி, திருவண்ணாமலை, தமிழ்நாடு, இந்தியா

நமது மக்கள் தங்களது நோய் நொடிகளிலிருந்து விடுபட, தாய் மருத்துவமான தமிழ் மருத்துவத்தை கல்தோன்றி மண்தோன்றா காலத்திலியே மக்கள் நலனுக்காக நமது சித்தர்கள் அருளிச் செய்துள்ளனர். சித்தர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட 4448 வியாதிகளுக்கும் தீர்வு கண்டுள்ளனர். இந்நூற்றாண்டில் உலகை அச்சுறுத்தி வரும் எய்ட்ஸ் / எச்.ஐ.வி. நோயும் நமது சித்த மருத்துவத்தினால் நன்கு தீர்க்க முடியும் சித்தர் மருந்துகள் எல்லாம் எவ்வாறு இந்நோய் தீர பயன்படும் என்பதை நமத சித்த வைத்திய குறிப்புகள் மற்றும் மாந்து பிரயோ குறிப்புகளின் மூலம் நாம் அறியலாம். மேலும் எச்.ஐ.வி./ எய்ட்ஸ் நோய் நன்கு தீர்வதற்கு சித்த அறிக்கை மூலமும் கடந்த காலங்களில் நன்கு கண்டுணரப்பட்டுள்ளது. எனவே எய்ட்ஸ் / எச்.ஐ.வி. நோய் நீக்கும் செயல்பாட்டில் நாம் இன்று உபயோகப்படுத்தும் சித்த மருத்துவ முறையும் மேலான ஒன்றுதான் என்று நமது தமிழக அரசு அங்கீகரித்து உள்ளது. ஒழுக்கக்கேடான தாம்பத்திய உறவினால் ஆண்கள் தங்களது நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை இழந்து விடுகிறார்கள். இதன் விளைவாய் கிழ்க்கண்ட நோய் காரணிகளுக்கும் அவர்கள் ஆளாகிவிடுகின்றனர்.

1. நோய் தொற்று - பரவு காலம்
2. உடலெங்கும்-அசதியுடன் வலி
3. ஜீரம் - நீடித்த நிலையில்
4. நாளமில்லா சுரப்பிகளில்வீக்கம் கண்டு விட்ட விட்டு காய்ச்சலுடன் ஜன்னி - சுரம் காணல்
5. நுரையீரல் தொற்று நோய் பரவுதல்
6. தோல் ஹட்சியுடன் பலவித நோய்கள் தோன்றுதல்
7. வயிற்று உபாதை நோய்கள் காணுதல்
8. பலவிதமான தோஷ நோய்களுடன் கூடிய சிறுநீரக ஆசன கோளாறுகள்
9. அடிக்கடி உண்டாகும் பேதி
10. புண் தோன்றக்கூடிய நிலையில் ஆரம்பமாகும் புற்று நோய் கட்டி
11. மேல் தோலில் தோன்றும் சீழ் கட்டிகள் உடைந்து அழுகும் நிலை ஏற்படல்
12. மிகு இரணங்கள் மற்றும் உடலில் தோன்றும் ஆறாப் புண்கள்

13. பீனிசம் எனும் மூக்கடைப்பு ஜலதோஷம்

14. இரத்த சோகையால் வெள்ளையணுக்கள் பாதிப்பு நிலை

15. மற்றும் இவைகளின் தொடராய் தோன்றும் பல நோய்களின் கூட்டு தொகுதி நிலை படிப்படியாக உடல் எடை குறைவு, ஆண்குறி புண் அரிப்பு

எனவே மேற்கண்ட நோய் பிடித்த ஒருவன் முழுவதுமாக முந்தைய தோற்றும் மாறி அருவருக்க தக்க நிலைமை ஏற்படும். முடிவில் அவர் உடலை மட்டுமல்ல உயிரையும் இழக்கக்கூடிய அபாய கட்டத்தினை அடைந்து விடுவார் என்பது திண்ணமாகும்

மேற்கூறிய வகையில் அகஸ்தியர் நமது நூலில் அறுதியிட்டு கூறியுள்ளபடி சான்றோர்களான மருத்துவர்கள் கடமை ஆகும். எனவே மேற்கண்ட அறிகுறிகளைக் கொண்டிருக்கும் நோயாளியை நன்கு பரிசோதித்து அந்நோயின் கொடூர பிடியிலிருந்து அம்மனிதரை வெளிக் கொணரல் ஆகியவற்றை மருத்துவர் தன் கடமைகளாக உணர்ந்து, அந்நோய் கண்ட நபரை பல்லாண்டு காலம் வாழ்ந்திடச் செய்தல் என்பதை தொலை நோக்கு சிந்தனையாக எண்ணி மருத்துவம் செய்தால் மிகவும் நலம் பயக்கும்

நமது அகஸ்தியர் அவர் தம் அருமைச் சீடர்களும் இதன் தொடர்பாய் பல நுண்ணிய மருத்துவ வழிமுறைகளை கண்டறிந்த மேற்படி (எய்ட்ஸ்) மற்றும் அதன் குறிக்குணங்களைக் கொண்ட நோய்களை கண்டறிந்து தீர்த்து வைத்துள்ளனர். அதனையொட்டி நமது இன்றைய சித்த மருத்துவர்களும் தமது தேர்ந்த மருத்துவ அறிவின் துணைகொண்டு எச்.ஐ.வி./ எய்ட்ஸ் வைரஸ் உயிர்க்கொல்லி நோய் கிருமியை அடக்கியாண்டு வருகின்றனர்.

அதோடு மட்டும் அல்லாமல் HIV / AIDS நோய் பிடித்த மனிதனின் சுகாதார நலனை மேம்படுத்திடவும் முயற்சிகள் எடுத்து வருகின்றனர்.

உத்திரவாதமாக நோய்பிடித்த மனிதனை பலகாலம் வாழ்ந்திட செய்கின்றனர்.

இவ்விதமான நோய்களுக்கு நமது பாரம்பரிய சித்த மருந்துகள் வெகுவாய் செயல்பட்டு, அம்மனிதனின் நோய் குணமாக்கி உள்ளன. மேற்குறித்த சித்த மருந்துகள் கீழ்வரும் வகையினில் மூன்று பெரும் பிரிவுகளாய் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

சித்தர்கள் அருளிய:

1. தாவர மூலிகை வகைகள்
2. இரசவாத மருந்து வகைகள்
3. உலோக மருந்து கூட்டு கலவைகள் எனலாம்

மேலும் நோயின் குறி குணங்கள் நன்கு புலப்படா நிலையிலும் கீழ்க்கண்டுள்ள மருந்து வகைகள் நன்கு பலன் கொடுப்பவையாக உள்ளன.

1. மகா வல்லாதி லேகியம்

2. பரங்கிரஸாயணம்

3. நெல்லிக்காய் லேகியம்

4. அமுக்கராசூர்ணம் மாத்திரைகள்

5. திரிபாலா மாத்திரை

6. சேராங் கொட்டை நெய்

7. பரங்கிப்பட்டை சூரணம் மாத்திரைகள்

8. தேற்றான் கொட்டை லேகியம்

மேற்கண்ட சித்த மருந்துகள் காய கல்ப மருந்து வகையை சேர்ந்தது. சித்தர்களின் காய கல்பம் என்பது ஒரு மனிதனின் நல் ஆரோக்கியத்தையும் அவனது ஆயுளையும் கூட்டி பெருகிட செய்யும் அரிய மருந்து வகைகளாகும். அதோடு உடலுறுதியையும் தரவல்லது. மேற்படி மருந்துகளை பிரயோகம் செய்யும் மருத்துவ நிபுணர்கள் அவை நல்ல ஆரோக்கியமான உடல் வளர்ச்சி ஊக்குவிப்பன மற்றும் அபரிதமான போஷாக்கு சக்திகளை கொண்டவை என்று உறுதியிட்டு கூறுகின்றர். எனவே மேற்குரித்த இரு வகையான மருந்து கலவைகள் நோய் கண்ட அம்மனிதனின் அங்கச் சிதைவுகளை பலப்படுத்தி மெல்லப்படுத்தி நோய் வெகு சீக்கிரமாய் நீக்கும் உத்வேக மருந்துகள் என்று பட்டியிலிட்டப்பட்டு நோய் நுண்ணுயிரி தாக்கம் ஏற்படும் காலங்களில் பிரயோகித்து வருகின்றனர். அதோடு அவை நோய் நுண்ணுயிரி தாக்கத்தினால் தோன்றும் காய்ச்சல், ஜீரம், பேதி, நாளமில்லா நிரண நீர் சுரப்பிகளின் பழுதுகாலங்களில், இரச குளிகை மருந்துகள் மற்றும் உலோக சத்து மருந்துகலவைகளை பிரயோகித்து அவற்றினை குணப்படுத்திட முடியும் என கூறுகின்றனர்.

அவைகள்

இரச மருந்து சாரக் கலவைகள் மற்றும் அதன் தயாரிப்பு மருந்துகள்:

1. இரசகெந்தி மெழுகு

2. நந்தி மெழுகு/ நெய்

3. இடி வல்லாதி

4. பரங்கிப்படை பதங்கம்

5. சண்ட இரச பற்பம்

6. நரசிம்மலேகியம்

உலோக மருந்துக் பொருட்கள்:

1. தங்க பஸ்பம்

2. பூரண சந்திரரோதயம

3. ஷயகுலாந்தக செந்தூரம்

4. நாக பற்பம்

மேற்கண்ட மருந்து வகைகளில் ரசகந்தி மெழுகு மிகவும் பாதுகாப்பான ஒன்றாகும். இம்மருந்து எய்ட்ஸ்/எச்.ஐ.வி. நோய் வைரஸ் பாதிப்புகளின் போது மிகவும் முக்கியமாக பயன்படுத்துவதற்கு ஏதான மருந்தாகும் .பொதுவாக ரசகெந்தி மெழுகானது சித்த வைத்தியர்களால் மிகவும் விரிவான அளவில் பயன்படும் மருந்தாக விளங்குகிறது .இம்மருந்தானது வெகுவாக பாலியல் நோய் மேகவெட்டை எனும் வெட்டை மேகம் தீரவும்.

தீராத சொறிபடை போன்ற நோய்களுடன் வெண்குஷ்டம் போன்றவைகளுக்கும் பயன்படுவததோடு மட்டுமில்லாமல்.புற்றுநோய் கண்டவர்களுக்கும் பயன்படும் மிகவும் உன்னதாமன மருந்து ஒன்றாகும் .சித்த மருவத்துவர்கள் மிகவும் நம்பிக்கையாய் மேற்கண்ட நோய் காலங்களில் மிகவும் முக்கிய மருந்தாய் இதனை உபயோகப்படுத்தி வருகின்றார்கள். அதோடு இம்மருந்து ஒன்றே நோய் நீக்குவதற்கான அரிய நோய் எதிர்ப்பு அணுக்களை உள்ளடக்கிய குணாதிசங்களைக் கொண்ட மருந்தாகும்.

மேலும் நமது அரசு மருவத்துவமையங்களில் தாம்பரம் அரசு மருவத்துமனையில் பெருவாரியாக உபயோகப்படுத்தி வரும் மருந்தாக இந்த இரசகெந்திமெழுகு உள்ளது .மார்பு நோய் நீக்கு பிரிவுகளில் பரிசோதனைகளில் மிகவும் கண்டறியப்பட்ட முன்னேற்ற பதிவுகளின்படி இந்த இரசகெந்திமெழுகு உபயோகம் தொடர் சிகிச்சைக்கு என சிபாரிசைப் பெற்ற ஒன்றாக விளங்குகிறது .அதோடு மேற்படியான பரிசோதனை சிபாரிசன்படி தொடர்ந்து சிகிச்சையால் மிகவும் ஆழ்ந்த நுரையீரல் கிருமிகளையும் அழித்து மார்பு நோய்களை தீவிரமாய் கட்டுப்படுத்தி விரைவில் குணம் காண வைக்கிறது. அதோடு இம்மருந்தை தொடர்ந்து உட்கொள்ளும் மனிதனின் உடலுறுப்பை பாதிக்கா வண்ணம் தொடர் சிகிச்சையை எளிதாகவும், மருத்துவ ஆய்வுப் பரிசோதனைகள் மேற்கொள்ளும் போது இந்த இரசமெழுகின் முழுப் பயன்பாடும் நவீன முறையில் நுண்ணியமாக கண்டறிய முடிகின்றது.

நல்ல குற்றம் நீக்கப் பெற்ற இரசம் மிகவும் எளிதான பின்விளைவு ஏதும் தராத மருந்தாகும். எனவே தான், சித்தர்கள் இதனை சுத்திகரிக்கப்பட்ட / நஞ்சு சீக்கப்பட்ட முறையிலேயே பயன்படுத்தி குணம் கண்டு வந்தனர். முறையற்ற அல்லது சுத்திகரிக்கப்படாத ரஸத்தை உண்ண மருத்துவர்கள் சிபாரிசு செய்வதில்லை. அதற்குண்டான சுத்திகரிக்கப்படும் வழிமுறைகளின் படி சுத்திகரிக்கப்பெற்று தான் பயன்பாடிற்கு எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டு வருகிறது.

அநேக உலோக பற்பங்களில் தங்க பஸ்பம் ஆனது முதலிடம் பெறுகின்றது. எல்லாவிதமான நோய் சீரமைப்பு நோய் நீக்கப் பயன்பாட்டில் தங்க பஸ்பமானது புதியதொரு ஆக்கச் சக்தியாய் செயல்பட்டு அந்த கொடிய நோய் விளைவுகளை போக்கிடும் ஆற்றல் பெற்ற

ஒன்றாகும். அதற்காகவே, எச்.ஐ.வி./ எய்ட்ஸ் நோய் நீக்க சிகிச்சை காலங்களில் தங்க பஸ்பம் ஆனது பிரதான இடத்தினைக் கொண்டுள்ளது. இதனைக் கருத்திற்கொண்ட தங்க மேலும் அதோடு கூட தங்க பஸ்பம் பிரயோகப்படுத்தப்படும் காலங்களில் அந்த நோயாளிகளுக்கு எந்தவிதமான பின் விளைவுகளும் தோன்றுவதில்லை

சித்த மருத்துவ மேலாவண்மையும் குறி குண நோய் நீக்கப் பயன்படும் மருந்துகள்

1. தொடர் சளியிருமலுக்கும் என தாளிசாதி சூர்ணமும்

2. வயிற்றுப்புசம்/ வயிற்று இரணம்/ வயிற்றோட்டம் நீங்க / வெங்காயச் சாறு

3. தோல் சம்பந்தமான புற்று நோய் நீங்குவதற்கு என அருகன் தைலமும் அல்லது அதோடு இணைந்து கரப்பான தைலம்

4. தோல் மீது தோன்றும் புற்று போன்றவைகளை நீக்குவதற்கு அமிர்த வெண்ணெய்

5. தோல் மீது இரணம் காணப்படில் மத்தன் தைலம் ஆகியன உபயோகிக்கலாம்

பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னரே நமது சித்தர்கள் கண்டு பயன்படுத்தி எடுத்துரைத்த சித்த மருத்துவம் நமது இன்றைய ஆட்கொல்லி நோயான எய்ட்ஸ் / எச்.ஐ.வி. கிருமிகளை போக்கவல்லது.

எய்ட்ஸ் / எச்.ஐ.வி நோயை போக்க நமது சித்த மருத்துவர்கள் தமிழ்நாடு அளவிற்கு நன்கு பயன்படுத்தி வெற்றி கண்டுள்ள இம்மருந்துகளே போது மானதாகும். மேலும் போதிய ஆய்வுக்கூட அறிக்கை மூலம் தொடர் சிகிச்சை எளிதாய் மேற்கொண்ட அந்நோய்குறிகளை முற்றிலுமாக நீக்கி நோயாளிகளுக்கு புனர்வாழ்வு அளித்து நீண்ட நாட்கள் வாழ்ந்திட செய்யவும் முடியும். இதுவே நமது பண்டைய சித்த வைத்தியம் இதன் துணைக் கொண்டு நம்மால் நமது நாட்டையும் உலகையும் இந்நோயின் பிடியிலிருந்து மீட்டிடவும் முடியும்.

சித்தனின் சிந்தனைகள் துளிகள்

மரு. சி.இளங்கோ
காட்டு மன்னார் கோவில்
செல் : 9443666104

உலகில் உள்ள தாவரங்கள் மண்ணிலுள்ள தாது உப்பு, விட்டமின் சத்துகளையும் எடுத்துக் கொண்டு வளர்கின்றன. இதனை கண்ட முன்னோர்கள் (சித்தர்கள்) ஓர் அறிவு பெற்ற செடிகொடி மரங்கள் எந்தவிதமான ரசாயன மாற்றத்தால் பெற்றன என்பதை அறிந்து வியந்து தெளிவு பெற்று கண்டு அறிந்ததுதான் இதனை தான் ரசவாதம் என்றனர். சில சித்தர்கள் தாழ்ந்த உலோகத்தை உயர்ந்து உலோகமாக மாற்றவும் அறிந்தனர் அதை கொண்டு சித்தர் மருந்துகளை உயர்ந்த வீரியபட்ட நல்மருந்துகளை உருவாக்கினர். இதை பின்பற்றி தாவரங்கள் சத்தை பிரித்து எடுத்து மருந்தும், உலோக சத்துகக்கள் எடுக்கப்பட்டு மருந்தாகப்படுகிறது. இந்த காலக்கட்டதில் மூட்டுவலி, முழங்கால் வலி , இடுப்பு வலி, கழுத்து வலி என்று தேய்மானம் என்று அதிக அளவில் பரவியுள்ளது காரணம் அதிக வேலை செய்யாமல் உட்கார்ந்து சாப்பிடும் பழக்கம். உண்டே களிப்பவர், மிதமிஞ்சி காரம் புளிப்பு உணவுகளே

அதற்கு ஒரே தீர்வு:

தழுதாழை நேத்திரபூண்டு (நான்கு இலை குறுத்து), முடக்கற்றான், அமுக்கரா சுரணங்கள் சம பங்கு (250கிராம்) , நண்டு கல் பற்பம் 10கிராம் சேர்த்து 1 ஸ்பூன் காலை, மாலை வெண்ணீரில் சாப்பிட மூட்டுவலி, முழங்கால் வலி, வீக்கம் தீரும். கழுத்து வலிக்கு நண்டு கல் பற்பத்திற்கு பதிலாக குங்கலிய பற்பம் சேர்த்து பாலில் வெறும் வயிற்றில் கொடுக்க கழுத்து வலி தீர்வு ஏற்படும்.

(மூட்டு வலி, கழுத்து வலி, இடுப்பு வலீ) வலி நீங்கும் தைலம்

புங்க எண்ணை - 200மில்லி
இலுப்பை எண்ணை - 200மில்லி
தேங்காய் எண்ணை - 200மில்லி
கடுகு எண்ணை - 200மில்லி
விளக்கு எண்ணை - 200மில்லி
மருதோன்றி பூ - 200 கிராம்

சர்க்கரை நோயாளிகள் துன்புறுத்தம் பிரச்சனை தோள்பட்டை உராய்வு இந்த நோய்க்கு காரணம் இனபெருக்க சுரப்பிகள் பெருத்து போவது தான் ஆனால் இன்று வரை விஞ்ஞான காலத்தில் தீர்வு இன்று வரை கண்டு பிடிக்கவில்லை.இப்பிரச்சனை தீர்வாக மாவிலங்கம்.முக்கரட்டை வெள்ளைச்சாரனை வேர் நண்டுக்கல் பற்பம் முலம் 2மாதத்தில் குணப்படுத்த முடியும்

பெரு வயிறு சுருங்க:

சுரசம் சுடுக்காய் தான்றிக்காய் நெல்லிக்காய் சுக்கு மிளகு அரிசி திப்பிலி கோட்டம் கடுகுரோகினி வகைக்கு 35 கிராம் துாய்மை செய்த கந்தகம் 50 கிராம் காட்டாமணக்கு உள்முளை எடுத்து பருப்பு 70கிராம் சுத்தி செய்த நேர்வாளம் உள்முளை எடுத்து வறுத்த பருப்பு 100 கிராம் வேப்பிலை சாறு .பாப்பாளி இலை சாறு தேவையான அளவு .

ரசத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்து அரைத்து கறுத்த பிறகு கடுக்காய் தான்றிக்காய் நெல்லிக்காய் துாளை பாப்பாளி இலை சாறு விட்டு அரைத்து காய வைக்கவும் மீதமுள்ள சரக்கை வேப்பிலை சாறு மிதக்க விட்டு ஊறவைத்து மாறுநாள் பாப்பாளி இலை சாறு விட்டு அரைத்து சரக்கை ஒன்று சேர்த்து மறுபடியும் வேப்பிலை சாறு விட்டு 4மணி நேரம் அரைத்து எடுக்கவும்.

1gm அளவு வாழை பழம் (அல்லது)வெல்லத்தில் கொடுக்கவும் இது உயர்வான மருந்து என்பது அனுப்பவித்து செய்பவர்களுக்கு தெரியும். பெருத்தவயிறு .மகோதரம் தீரும்.

முங்கில் காட்டுக்கு போன மூலியும் முலையில் உட்கார்ந்திடுவா.

Dr.K.சின்னையன்

Homoeo Siddha Medical Practicener
மாநில பொதுச் செயலாளர் ஓமியோபதி , சித்தா
டாக்டர்கள் சங்கம், தலைமை தஞ்சாவூர்
தமிழ்நாட அரசு பதிவு. எண்.2

முதல் மொழியில் மூத்த மொழியாம் , தமிழ்மொழி தந்த தமிழ்நாடு தலைநகரமாம் சென்னை பட்டிணத்தில் நடைபெறும் உலக சித்தர் மாநாடு அறிவார்நத ஆய்ந்து அறிந்த சித்தர்கள் கூடும் சிறப்பாக சிந்தை குளிர என் இரு கரம் குவித்து, சிரம் தாழ்த்தி பணிந் வணங்கி வாழ்த்துகிறேன்.

நம் தமிழ்நாட்டின் தாய் மருத்துவத்தை தந்த 1. சித்தர் அகத்தியர் 2. சித்தர் திருமூலர் 3. சித்தர் காலாங்கி 4. சித்தர் போகார் 5. சித்தர் புலிப்பாணி 6. சட்டமுனி சீத்தர் 7. மச்சமுனி சித்தர் 8. சித்தர் ராமத்தேவர் 9. கமலமுனிச் சித்தர் 10. சித்தர் சிவவாக்கியர் 11. கருவூர் சித்தர் 12. சித்தர் இடைக்காடர் 13. சித்தர் சுந்தராநந்தர் 14. அழுகண்ணி சித்தர் 15. பாம்பாட்டி சித்தர் 16. தேரையர் சித்தர் 17. சீத்தர்கொங்கணார் 18. சித்தர் கோரக்கர் ஆகிய 18 சித்தர்களின் வழிகாட்டிய ஆன்மீக தொடர்புடைய ஆற்றல்மிகு மருத்துவம் ஆதி மருத்துவம், சித்த மருத்துவம் , இந்த சித்த மருத்துவம் வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம். அடிப்படையாகக் 'கொண்ட 4448 நரம்புக்ளில் உண்டாகும் நோய்களை நோக்கறிந்து நோயின் தன்மை கண்டறிந்து சித்த மருத்துவம் மூலம் தந்தருளிய சீத்த மருத்துவம் காலத்தால அழியாதது. அழிக்க முடியாதது. சித்த மருத்துவத்துக்கு .இணையாக செயல்படுகின்ற ஆங்கில மருத்துவர்கள் கூட சித்த மருந்துகளின் துணையை சில சமயங்களில் நாடுவது சித்த மருத்துவர்களின் சிறப்பையும், சித்த மருத்துவத்தின்' வளர்ச்சியையும் காட்டுகிறது என்பதை உணரலாம்.

சித்தர்கள் தந்தருளிய யோகம், ஞானம், வேதியம்,வைத்தியம், சோதிடம். மாந்திரிகம் ஆகிய 6 பிரிவுகளில் வினைகளை நீக்கி சித்தர்கள் ஆய்வு செய்து அருளியுள்ளார்கள்.

அதாவது PRIMAR Y ,SECONDARY என்று ஆங்கிலத்தில் பிரிப்பது போல் சித்த அறிவியல் மருத்துவத்தில் பிரித்தெடுக்கும் மூலப் பொருள்கள் எல்லாம் ஒன்றாக சேர்த்து மாத்திரை வடிவமாகவும், கேப்சூல் வடிவமாகவும் விற்பனைக்கு வந்துள்ளது என்பது சித்த மருத்துவத்தின் உலக அறிவியல் சித்தர்கள் தந்த அறிவார்ந்த ஆய்வறிந்த சித்தா அறிவியல் ஆய்வு என்பது தெளிவாகிறது.

18 சித்தர்களுடன் உலகளாவிய சித்தர்கள் கண்டு அருளிய மூலிகை மருந்துகளின் முதல் வேராக ஆணி வேராக தோன்றிய சித்தா, ஆயுர்வேதம் மற்றும் கிரேக்க ஞானி இப்போகிரேட்ஸ் சித்தரால் அர்ப்பணிக்கப்பட்ட யுனானி மருத்துவம் அனைத்தும் உலக சித்தர்கள் தந்து அருளிய கற்ப மூலிகை சித்தா அறிவியல் மருத்துவரின் சிகரம் என்பது அனைவரும் அறிந்த உண்மை.

வாழ்க வளமுடன்

புதிய சாதனையில் - ”ரூமி ஹெர்பல்ஸ்”

”மூலிகைகளின் சங்கமம்”

நினைவாற்றல் உடல்நலம்

மெமோஜீம் + ஸ்பைருலினா

அமுக்கிரா வல்லாரை சுருள்பாசி மற்றும் சில மூலிகை கலவை (மாணவ , மாணவியர்க்காக சிறப்பாக தயாரிக்கப்பட்டது)

அன்பிற்சிறந்த பெற்றோரே , ஆசிரியர் , சான்றோர் பெருமக்களே வணக்கம்

நமது குழந்தை செல்வங்களை ஆரம்பக்கல்வி, உயர்நிலைக் கல்விக்கும், பிள்ளைகளை மேல்நிலைக்கல்வி, கல்லூரி ஆராய்ச்சி படிப்பு வரை என கல்வி கற்பதற்காக ஏராளமான பணத்தை முதலீடாக செலவு செய்கிறோம். ஆனால் அவர்களுக்கு தற்போதுள்ள வாழ்க்கை சூழலில் உணவு முறை மாறி சரியான ஊட்ட உணவு கொடுத்து கல்விகற்கும் திறனை வளர்த்திட நாம் எடுத்த முயற்சி...,

தமிழகத்தில் கடந்த 17 ஆண்டுகளாக மக்கள் ஆரோக்கிய மேம்பாட்டில் GMP தரத்துடன் ரூமி ஹெர்பல்ஸ் அன்றாட வாழ்க்கையில் பல மூலிகைகளை கொடுத்தாலும் பாரம்பரிய , விஞ்ஞான அடிப்படையில் உடல்நலம் மற்றும் நினைவாற்றலையும் பாதுகாக்கும் வகையில் காயகற்ப தன்மையிலான மூலிகைகளை கொண்டு மெமோஜீம் ஸ்பைருலினா என 81 வகை சத்துகளை மாத்திரை வடிவில் கொடுத்து இன்றைக்கு ஆயிரக்கணக்கான மாணவ, மாணவியரை தேர்வு பயம் நீக்கி முழு தேர்ச்சி பெற்றவராக உருவாக்கி இருக்கின்றோம் என்றால் அது 35 ஆண்டுகள் அனுபவமுள்ள மூலிகை விஞ்ஞானிகளின் அரியபடைப்பே

உடலின் அனைத்து செல்திசுகளை தூண்டி புத்துணர்ச்சி கொடுக்கிறது.

இது ஓர் முழுமையான ஊட்ட உணவு அதனால் உணவின் சத்துக்குறைபாட்டை தடுக்கிறது.

மன அழுத்தம் பதட்டம் எதிர்மறை எண்ணங்களை நிக்கி கவனம் சிதறுவதை தடுக்கிறது.

மனச் சோர்வு செல்களை அழித்து புத்துணர்வு செல்களை உருவாக்கிறது

மனதை ஒருமுகப்படுத்தி படிக்க உதவுகிற்து, அமைதியை தருகிறது.

மூளையின் செல்களை வலுபடுத்தி ஆற்றலை அதிகரிக்கிறது.

கண் பார்வை திறனை மேம்படுத்துக்கிறது

நரம்பு மண்டலத்தை சமன்படுத்தி நினைவத்திறனை வளர்க்கிறது. பொறுப்பு தன்மையினை உணரவைத்து சூழ்நிலை மன அழுத்தத்தை விலக்குகிறது.

கல்வி கற்கும் ஆற்றலை அதிகரிக்கப்படுகிறது.

புத்திக் கூர்மையும் , அறிவுத்திறனையும் மேம்படுத்திக்கிறது.

உடலியல் செல்களை புதுப்பித்து பலத்தையும் . சக்தியையும் கொடுத்து நாள் முழுவதும் புத்துணர்ச்சியுடனும், நினைவாற்றலுடனும் செயல்பட உதவுகிறது.

பொதுவான நன்மைகள்

உடலை தேற்றும் காயகற்ப மூலிகைகளின் தன்மை கொண்டது. பாரம்பரிய மூலிகை உணவுகளை அடிப்படையாகக் கொண்டது.

உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் அங்கீகரிக்கப்பட்ட முழுமையான போஷாக்கு நிறைந்த இயற்கை முதல் ஊட்ட உணவு. உடலுக்கு அத்தியாவசிய தேவையான 59+22 வகை சத்துள்ளது

பாரம்பரியமாக பயன்படுத்தப்பட்டு, விஞ்ஞான ரீதியாக ஆய்வு செய்து 150 ஆண்டுகளுக்கு மேல் மனித இனம் உயிர்வாழ்வது நிருபிக்கப்பட்டது. புரதசத்து 60 % முதல் 70% வரை நிறைந்தது

உடலுக்கு சத்தளிக்கும் வைட்டமின் (Vitamin A,B1,B2,B3,B6,B7,B8,B12,D,E,K)மற்றும் தாதுபொருட்களை உள்ளடக்கியது. கல்லீரலை பலப்படுத்தி உடலை ஒழுங்குபடுத்துகிறது

உடலுக்கு அத்தியாவசியமான கொழுப்பு அமிலங்களும் எளிதில் ஜீரணிக்கவல்ல அமினொ அமிலங்கள் நிறைந்தது. இரத்தத்தில் செல்களை அதிகரித்து இரத்த சோகை ஏற்படாமல் தடுக்கிறது

தொற்று நோய்கள் வராமல் தடுத்திடவும் , புற்று நோயை எதிர்க்கும் செல்களின் எண்ணிக்கையை கூட்டுகிறது. காற்றில் பரவம் நச்சுத்தன்மையிலிருந்து உடலை பாதுகாக்கிறது.

எலும்பு மண்டலம், நரம்பு மண்டலம், தசை மண்டலம் மற்றும் அனைத்து அவயங்களையும் தற்காத்துக் கொள்ளும் சக்தி இருப்பதால் என்றும் இளமை காத்து சுறுசுறுப்புடன் செயல்படவைக்கிறது

தோல் மெலனின் சத்துக்களை பாதுகாத்து அழகான நிறத்தை கொடுக்கிறது. மேலும் வெண்புள்ளி படை வராமல் தடுக்கிறது.

நோய்வாய்ப்பட்ட நிலைகளிலும் நோய்குணமாகி உடல் இயல்பு நிலைக்கு நலம் பெறவும் கொடுக்கலாம்

மாணவ, மாணவிகள் உட்பட அனைத்து வயதினரும் தொடர்ந்து பயன்படுத்த பாதுகாப்பானது.

சுவைமிகு மூலிகை குளிர்பான வடிவில் பயன்படுத்த அஸ்வா +விவேகா (அமுக்கிரா +வல்லாரை +திராட்சை) கலந்த ஜீஸ் உள்ளது.

கிருபகலை ரோகினி ஹெர்பாலாயா
எண் 6 வைகை லாட்ஜ் காம்ப்ளக்ஸ்
பஸ் நிலையம அருகில்
கடலூர் 607 002
செல் : 9443668856

மரு. திருமதி கலைமணி சாந்தியப்பன்

துணைத் தலைவர் தமிழ்மாநில சித்த வைத்திய சங்கம்

1. பத்து மிளகிருந்தால் பகைவன் வீட்டிலும் விருந்துண்ணலாம்
2. ஆலையில்லா ஊருக்கு இலுப்பைப்பூ சர்க்கரை.
3. ஆவாரை பூத்திருக்க சாவாரைக் கண்டதுண்டோ?
4. இரத்த பேதியை போக்க அரசங்கொழுந்து.
5. கழிச்சலை போக்க மாதுளைப்பிஞ்சு.
6. எளியோர் ஆப்பிள் நெல்லிக்காய்.
7. புங்கன் பால் புண்ணாற்றும்.
8. குதிக்கால் வாதத்திற்கு வேலிபருத்தி ஒற்றடம்.
9. கோழை அகற்ற சித்தரத்தை.
10. தொந்தியைக் கரைக்க பசலை.
11. வயிற்று இரணத்திற்கு வாழைப்பிஞ்சு, மணத்தக்காளி, கோவை.
12. வாய்வு நீக்க வாதநாராயணன்.
13. தெம்பு தரும் கம்பு.
14. விதைவாதத்திற்கு வெந்தயகீரை.
15. ஆயாசம் நீக்க அதிமதுரமான கரும்புசாறு.
16. அன்னம் இறங்குவதே அபான வாயுவால்.
17. அதிக பித்தத்தை மாற்றும் இலந்தை.
18. வாத நோய்க்கு புளிச்சகீரை.
19. பித்தம் குறைய அகத்திக்கீரை.
20. வாழ்வதற்காக உண் உண்பதற்காக வாழாதே.
21. தண்ணீர் சர்வரோக நிவாரணி.
22. எய்ட்ஸ் நோயை போக்கும் மாகாளிக்கிழங்கு.
23. வேலுக்கு பல் இறுகும், வேம்பிற்கு பல் துலங்கும்.
24. மண்டை உள்ள மட்டும் சளி இருக்கும்.
25. மருந்து பாதி, மனது மீதி.
26. பட்டமரம் போலாகும், வெட்டை மேகம்.
27. பால்வினை நோய்களே மேகப்பிணிகளாகும்.
28. நாதமும், விந்துவும் கூடினால் நவலோகமும் பொன்னாகும்.
29. இரும்பு குத்திய இடத்தில் சுண்ணாம்பு தடவு,
30. மலடிக்கு மஞ்சள்.
31. துளசி தீர்த்தத்தால் வியாதிகள் வராது. வந்த வியாதிகள் குணமாகும்.
32. சிறுநீரக கற்களை கரைக்கும் சிறுபீளை.

33. தாது வலிமை பாதிரி.
34. தோலுக்கு நிறமளிக்கும் கார்போக அரிசி.
35. கண்களுக்கு குளிர்ச்சி தரும் கரிசாலைமை.
36. தேகபலம் தருவது அமுக்கிராகிழங்கு.
37. தேகசித்தி தருவது நன்னாரிவேர்.
38. மேவும் சுரத்திற்கு அவுரிவேர்.
39. மேண்மையான பார்வைக்கு சிற்றாமுட்டிவேர்.
40. மேக கட்டி நீக்குவது வெட்டிவேர்.
41. நல்ல வேளையால் பாம்பு விஷம் அழியும்.
42. நாணல் புல்லால் புற்று நோய்கள் ஒழியும்.
43. கொடும் சர்க்கரை வியாதி நீக்கும் நாவல்
44. கடும் பாடான தோஷம் மற்றும் பாகல்.
45. கல்லீரல் கட்டி கரைக்கும் நாகதாளிப்பழம்.
46. கடும் கஷ்டம் நீக்கும் பாகல்பழம்.
47. பெரு வயிறுக்கு பிரண்டையை கட்டிக் கொள்.
48. குடல் பேதி தடுக்கும் சுண்டை.
49. குடல் புற்று தடுக்கும் பிரண்டை.
50. மதிபலம்கொடுக்கும் வெண்டை.
51. மாரடைப்பு தடுக்கும் பிரண்டை.
52. மூக்கு கோளாறு தும்பைபூவால் அடங்கும்.
53. மூட்டு கோளாறு வல்லாரையால் ஒடுங்கும்.
54. மூலக் கோளாறு முடக்கத்தானால் ஒழியும்.
55. மூளைக் கோளாறு பிரம்மியால் அழியும்.
56. பலமான இதயத்திற்கு செந்தாமரை.
57. பலமான மூளைக்கு வெண்தாமரை.
58. பலமான ஆண்மைக்கு ஒரிதழ் தாமரை.
59. பலமான எலும்பிற்கு கையான் தகரை.
60. பலமான சதைக்கு வல்லாரை.
61. பலமான சிறுநீரகத்திற்கு சுரை.
62. பலம் ஆக்குவது துவரை.
63. படை போக்குவது தகரை.
64. பளபளப்பு ஆக்குவது ஆவாரை.
65. பசி கொடுப்பது ஆரை.
66. பசி போக்குவது அவரை.
67. வள்ளாலார் உண்டது புளியாரை.

68. வாதம் போக்கும் தழுதாழை.

69. வாய் புண் போக்கும் தாளியிலை.

70. கன்னசதை சேர்ப்பது தக்காளி.

71. கடும் வெப்பம் தடுப்பது மணிதக்காளி.

72. கர்ப்பம் ஆக்கும் மலைவேம்பு.

73. காய கல்பமாகும் சர்க்கரை வேம்பு.

74. கடும் மூலம் சுருக்குவது கடுக்காய்.

75. கடும் சளி கரைப்பது கோவைக்காய்.

76. கரும்படை போக்கும் பங்கம்பாளை.

77. காதுகளைக் காக்கும் தூதுவளை.

78. காய சித்தி தருவது ரஸ்தாளிவாழை.

79. காய சக்தி தருவது பேயன் வாழை.

80. தசமூலத்தால் எல்லா நோயும் ஓடும்.

81. தழுதாழையால் என்பது வாதமும் வாடும்.

82. சர்க்கரை நோய்க்கு வரகரசி.

83. சளி நோய்க்கு திப்பிலிரிசி.

84. சுறுசுறுப்பு கொடுக்கும் திருநீற்று பச்சிலை.

85. சுற்று சூழல் காப்பது நற்துளசியிலை.

86. உண்ணும் உப்பு விஷம் முறிக்கும் சுரை.

87. உயிர் பிரிக்கும் விஷம் முறிக்கும் பேய்ச்சுரை

88. வெண்புள்ளி போக்கும் கரிசாலை.

89. வெட்டை போக்கும் பொடுதலை.

90. அதிக பலம் கொடுப்பது கடுக்காய்.

91. அறிவு பலம் கொடுப்பது தேங்காய்.

92. இரத்த புற்று தடுப்பது மஞ்சள் கரிசாலை.

93. தாதுவிருத்தி கொடுப்பது வெள்ளை கரிசாலை.

94. பெண்மை பெருக்கும் சதாவரி கிழங்கு.

95. ஆண்மை பெருக்கும் அமுக்ராகிழங்கு.

96. தடுமன் தடுக்கும் துளசியிலை.

97. தழும்புகளை நீக்கும் அரசயிலை.

98. அறுபத்து நான்கு நஞ்சுக்கும் நீலி.

99. ஆவாரம் பூவால் நீர் கடுப்பு காலி.

100. நெல்லிக்காயால் கருமுடி காக்காலாம்.

சர்க்கரை நோயுக்கு தீர்வு உண்டா?

By S. முகமது ஜின்னா RIMP
சோத்தியா தோப்பு (போஸ்ட்)
சிதம்பரம் தாலுக்
செல் : 9842770933

சர்க்கரை நோயை கண்டு பிடிக்கும் முறை. டெஸ்ட் டியூப்பில் சிறுநீரை 1/2 பாகம் ஊற்றி பெனடிக் சொலிஷன் என்ற மருந்தை 1/2 பாகம் ஊற்றி ஸ்பிரிட் விளக்கு மூலம் காய்ச்சி சர்க்கரை அளவை தெரிந்து கொள்ளாலாம் மற்றும் இரத்த பரிசோதனை நிலையத்தில் இரத்தத்தை எடுத்து இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவை தெரிந்து கொள்ளலாம். சிறுநீரில் சர்க்கரை அளவை எப்படி **கண்டுபிடிப்பது டெஸ்ட் டியூப் மூலம் சிறு நீரை காய்ச்சுங்கள்.**

நீல நிறம் - சர்க்கரை இல்லை NORMAL

பச்சை நிறம - சர்க்கரை ஆரம்பம் +

மஞ்சள் நிறம் - சர்க்கரை++

ஆரஞ்சு நிறம் - சர்க்கரை +++

செம்மன் காவி நிறம் ++++

செம்மன் காவி நிறம் இருந்தால் நம் உடலில் பாதிக்கப்படும் உறுப்புகள்கணையம், கல்லீரல், கால் பாதம், கிட்னி, கண்கள், இதயம்மற்றும் நரம்பு மண்டலம். சர்க்கரை உள்ளவர்கள் இரத்த கொதிப்பு (BP) இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்வது நல்லது.

சர்க்கரை நோய் இரத்த கொதிப்பு உள்ளவர்கள் நீக்க வேண்டிய உணவு வகைகள்.

உணவில் உப்பை குறைத்து - இனிப்பு வகைகளை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும். அனைத்து குளிர் பானங்கள். ஐஸ்கிரிம் பழங்கள், வடை, பஜ்ஜி, போண்டா, என்னையில் வறுத்த வறுவல், கிழங்கு வகைகள், உருளைகிழங்கு, கருணை கிழங்கு, காரட், பீட்ரூட், தேங்காய், பிஸ்கட், சாக்லைட் தவிர்க்க வேண்டும். என்ன உணவு சாப்பிடலாம்.

பிஞ்சு கத்திரிக்கா, சுரைக்காய், பீன்ஸ், அவரை பிஞ்சு வெண்டைக்காய், முள்ளங்கி, முருங்கக்காய், வாழை தண்டு, வாழைப்பூ, வெங்காயம், தக்காளி, கொடைமிளகாய், பூண்டு, கைகுத்தல் அரிசி, இட்லி இடியாப்பம், கோதுமை கஞ்சி, கோதுமை தோசை, கேழ்வரகு,

பச்சைபட்டாணி.

சர்க்கரை நோயாளிகளின் உடல்நிலை சீராக இருக்க வாரம் ஒரு முறை அகத்திகீரை உணவில் சேர்த்துக்கொள்ளலாம். நாவற்ப்பழம் 1/2 கொய்யப்பழம் சாப்பிடலாம்.

இந்நோயை கட்டுப்படுத்த சித்த மருந்துகள் மூலமும் உணவு கட்டுப்பாட்டு மூலம் சர்க்கரை அளவை கட்டுக்குள் வைக்கலாம்.

<u>சூரணம் செய்யும் முறை</u>

1. சர்க்கரை கொல்லி தழை - 500 கிராம்
2. நாவற்கொட்டை - 500 கிராம்
3. வெந்தயம் - 500 கிராம்
4. கோவைக்காய் (உலர்த்தியது) - 500 கிராம்
5. ஆவாரம் பூ (உலர்த்தியது) - 500 கிராம்
6. கீழாநெல்லி சூரணம் - 500 கிராம்
7. கரிசாலை - 500 கிராம்
8. மலை வேம்பு - 500 கிராம்
9. சின்னி - 500 கிராம்
10. அறுகம்புல் - 500 கிராம்

இவைகளை நன்றாக காயவைத்து இடித்து சூரணம் செய்து ஒன்றாக கலந்து காலை - 1/2 ஸ்பூன் மதியம் 1/2 ஸ்பூன் இரவு 1/2 ஸ்பூன் 3 வேலைகளையும் வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வர சர்க்கரை அளவு குறையும்.

வைத்தியர் R. நடராஜன், D.N.Y.S.,S.M.P.,R.M.P.,
நவசக்தி ஹெர்பல் கிளினிக்
5C, வைகுண்ட பெருமாள் கோயில் தெரு.
பெரியகாஞ்சிபுரம் 631 502.
கைபேசி - 9443740448.

என்னுடைய குரு மூலம்தெரிந்து கொண்டு அனுபவ மருந்தாக இரத்த கொதிப்பு குறைய கீழ் கண்ட முறையில் கொடுத்து மக்களுக்கு சேவை செய்து குணமாகி வருகிறது.

இரத்த கொதிப்பு குறைய

1. தான்றிக்காய் சூரணம் 50 கிராம்.
2. நெல்லிவற்றல் சூரணம் 50 கிராம்
3. சுக்கு - சூரணம் 50 கிராம்

மேற்படி 1,2,3, மூலிகை பொருட்களை சுத்தி செய்து தனிதனியாக பொடி செய்து 100 NO சல்லடையில் சலித்து மூன்றும் ஒன்று சேர்த்து பாட்டலில் வைத்துக்கொண்டு காலை, இரவு 1/2 ஸ்பூன் வீதம் உணவுக்கு முன் சாப்பிட்டுவர இரத்த கொதிப்பு குறையும் குறைந்த பிறகு மருந்து நிறுத்தி விட வேண்டும்.

1. தான்றிக்காயின் குணம்.

பாதார்த்த குணசிந்தாமணி பக்கம் 287 பாடல் 1013.

1) சிலந்திவிடங் காமியப்புண் சீழான மேகங்
கலந்து வரும் வாத பித்தங்காலோடர்ந்துடவி
லூன்றிக் காய் வெப்ப முதிர பித்துங் கரக்குந்
தான்றிக்காய் கையிலெடுத்தால்

2) ஆணிப்பொன் மேனிக்கழுகு மொளிவுமிருங்
கோணிக்கொள்வாத பித்தக் கொள்கை பேரந்-தாணிக்காய்
கொண்டவர்க்கு மேகமறுங்கூளுவனந்நணியுங்
கண்டவர்க்கு வாதம் போங்காண்-

பொருள்: தான்றிக்காயால் சிலந்திவிஷம் ஆண்குறிக்
கிரந்தி, சீழப் பிரமேகம் திரிதோஷ சுரம்
ரத்த பித்தம் வாதபித்த தொந்தம்
பித்தநீர், உடல்சூடு வாத கோபம் இவைபோம்
அழகும் ஒளியும் உண்டாம்.

2. நெல்லி முள்ளியின் குணம்

பதார்த்த குண சிந்தாமணி பாடல் 1012 பக்கம் 286.

1) *ஆகவன லஞ்சசியர்க் கென்புருக்கி கண்ணேய்*
தாகமுதிர பித்தந் தாதுநட்டம் மேனகத்தி
னில்லிமுள்ளி போலருக வெண்கா மியவியங்க
நெல்லி முள்ளியாற்போம் நினை.

2. *நல்ல நெல்லி முள்ளியது நாவுக்குரிசைதரு*
மல்லல் விரிபித்த மகற்றுமதை - மெல்லத்
தலைமுழுகக் கண்குளிருள் தாவுபித்த வாந்தி
இலையிழி மேகங்களும் போமெண்.

பொருள் :- நாவுக்குரிசை தாரநின்ற நெல்லிமுள்ளியால் உட்சூடுசோம ரோகம் மாதர்கள் ருதுதோஷம் ஸ்திசிராவம் தூம்பிரமதகம் ரத்த பித்தம் விம்மிசஷீணம் முத்திரம் அருகல் ஆண்குறிக் கொப்பிளம் பயித்தியம் பித்தவாந்தி பிரமேகம் ஆகியவைகள் விலகும், இதை அரைத்துச் சிரசக்கிட்டு முழுககேந்திரம் குளிருமென்க.

3. சுக்கின் குணம்

பதார்த்தகுணம் சிந்தாமணி பாடல் 989,988.

1) *குலைமந்த நெஞ்செரிப்பு தோஷமேப்பம் மழலை*
மூலமிரைப் பிருமல் மூக்கு நீர் - வாலகப்
தோஷ மதிசாரந்தொடர்வாத குன்மநீர்த்
தோஷமாமம் போக்குஞ் சுக்கு.

2) *வாதப் பிணிவயி றூதற் செவிவாய்*
வலிதலை வலிசூலை வலியிருவிழுநீர்
சீதத் தொடு வருபேதிப் பலரோ
சிகமலி முகமக முகவிடி கபமார்.

பொருள் : சுக்கினால் விலாக்குத்தல் அசீரணம்,

மார்பெரிச்சல், புளியேப்பம் தோஷகுணம்
வெப்பம் ஆசணநோய் அவாசம் காசம்
ஜலதோஷம், சீதகிரகனி, வாதநோய், வயிற்றுப்பிசம்
செவிகுத்தல் , முகநோய், சிரநோய் மூலைவலி
கபஸ்ராவம், சீதபேதி, பலவித அரோசகம்
அலிமுகப்பாண்டு வயிற்று குத்தல் கபசீதசுர முதலிய
சுரரோகங்களாகிய இவை நீக்கு மென்று சொல்லுவர்
ஆயினும் இதனால் வுண்டாக்கும் ஆரோக்கியத்தைக்
கருதுமிடத்திலிந் நோய்குதவும் இந்நோய்க்குதவாது
என்னும் நியதியில்லாததால் சகல ரோகங்களுக்கும்
உபயோகப்படத் தக்கதாம் என்க.

சுத்திமுறை:-

1. தான்றிகாய	:-	தாழை(தாழம்பூ) விழுது சாற்றில் ஒரு சாமம் ஊறவிட்டு விதையை நீக்கவும்.
2. நெல்லிவற்றல்	:-	பாலில் வேக வைத்து விதையை நீக்கவும்.
3. சுக்கு	:-	50 கிராம் சுக்குக்கு 100 கிராம் சுண்ணாம்பு தாளித்து ஒரு சாமம் சென்று கழுவி உலர்த்தி மேல் தோல் தூவி எடுக்கவும்.

நீரிழிவுக்கு சிறந்த சித்த மருத்துவ சிகிச்சை

நீரிழிவு கஷாய சூர்ணம்

1. ஆவாரை சமுலம் (செடிகள் முழுவதும்)
2. கொன்றைப்பட்டை (or) வேர்
3. நாவல்பட்டை
4. கோரைக்கிழங்கு
5. கோஷ்டம்
6. மருதம்பட்டை

இவைகளை சம அளவில் சேகரித்து ஒன்று இரண்டாக இடித்து காயவைத்து கஷாயம் செய்து சாப்பிட நீரிழிவு சரியாகும்.

நீரிழிவுக்கு சீந்தில் உபயோகம்

நன்றாக முதிர்ந்த சீந்தில் கொடியை சேகரித்து அதன் வேர் கிழங்கு, மற்றும் அதனுடைய :தண்டுபகுதி. ஆகியவை நன்றாக காயவைத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து பத்திரப்படுத்தவும். உபயோகமுறை :- மேற்கண்ட சூர்ணம் - 100 கி.
அதனுடன் சீந்தில் சர்க்கரை - 10கிராம். இவைகளை ஒன்று சேர்த்து அரைத்து காலை , மாலை 1 ஸ்பூன் அளவு பால் அல்லது தண்ணீர் தேவைக்கேற்ப உபயோகிதுவர நீரழிவு கட்டுப்படுத்தப்படும்

இவைகளை ஒன்று சேர்த்து அரைத்து காலை,மாலை அரை ஸ்பூன் அளவு பால் (or) தண்ணீர் தேவைகேற்ப உபயோகித்துவர நீரிழிவு கட்டுப்படுத்தபடும்.
சீநதில் கொடியை நன்றாக இடித்து குளிர்ந்த நீர் விட்டு மறுநாள் கடைந்து திப்பியைக் கசக்கிப்பிழிந்து நீக்கி, வெயிலில் இரண்டு அல்லது மூன்று மணிநேரம் வைக்க தெளியும். அந்த நீரை இறுக்க விட்டு, வேறு நீர் விட்டுக் கலக்கி மேற்கண்டபடியே நீரை இறுத்துச் சுண்டவிட்டு மறுபடியும் மேற்படியாகவே செய்து நீரை இறுத்துவிடின் பின் அடியிற் படிந்திருக்கும் மாவே சீந்தில் சர்க்கரை ஆகும். இதை மேற்கண்ட உபயோகத்திற்கு பயன்படுத்திக்கொள்ளவும்.

இவ்வரிய சித்த மருத்துவ முறைகளை தகுந்த ஒரு சித்த மருத்துவரை அனுகி கலந்து ஆலோசனை செய்து பயன் பெறவும் இன்று உலக நோய் ஆக கருதப்படும் சர்க்கரை நோயை (நீரிழிவு) இவ்உலகை விட்டு விரட்ட எல்லாம்வல்ல சித்தர் அருள் பெறுவோம்மாக.

நெருஞ்சில் -

இது தரையில் படரும் ஒரு வகை முட்செடி வட்டமாக வளரும், பல கிளைகள் விடும். ஒவ்வொரு கிளையிலும் இலைகள் நிறைந்து காணப்படும். பூக்கள் மஞ்சள் நிறமாயிருக்கும். எல்லா செடிகளும் ஒரே நேரத்தில் பூத்து பார்க்க அழகாயிருக்கும். இதில் சிறு நெருஞ்சில், பெரு நெருஞ்சில் அல்லது யானை நெருஞ்சில் என்னும் பிரிவுகளும் உண்டு . நெருஞ்சலுக்கு யானை வணங்கி என மற்றொரு பெயருண்டுசெடி முழுமையும் உபயோக படுகின்றது.

குணம் :

சொட்டு நீர், சுரவெதும்பல், கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, முடவாயு, வெள்ளை சிறுநீர் எரிச்சல், முக்குற்றம், நீர்வேட்கை, வெப்பம் ஆகியவை தீரும். இதன் காயையும், வேரையும் பச்சரசியோடு வேக வைத்து கஞ்சியை வடித்து சர்க்கரை சேர்த்து வெள்ளை படுதல், நீர் கடுப்புக்கு கிராமப்புறங்களில் இன்றும் கொடுப்பது வழக்கத்தில் உள்ளது.

நசுக்கிய நெருங்சிக்காய் 70 கிராம், தனியா 10, தண்ணீர் 700 கிராமம் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து பாதியளவு சுண்ட வைத்த வடிகட்டி 50மில்லிலிட்டர் வீதம் தினம் இரண்டு வேளை கொடுத்து வர நீரடைப்பு, சதைஅடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர் எரிச்சல் முதலியன தீரும் சிறு நெருஞ்சில் விதையுடன் சிலாசத்தும் சேர்த்து கொடுக்க சிறுநீர் கட்டு குணமாகும்.

இரண்டு நெருஞ்சில் செடிகளை வேருடன் கொண்டு வந்து கழுவி சுத்தம் செய்து உரலில் போட்டு இடித்து சாறு எடுத்து காலை.மாலை எட்டு தேக் -கரண்டி வீதம் எடுத்து அதே அளவு பால் அல்லது மோருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சீறுநிரக சம்பந்தமான சகல கோளாறுகளும் குணமாகும் .ஆனால் தொடந்து ஏழு நாள் சாப்பிட்டு வரவேண்டும் .

யானை நெருஞ்சில்:- இதனால் மேகம் வெண்புள்ளி கல்லடைப்பு எலும்புருக்கி நோய் குணமாகும் .உடம்பு எரிச்சல் அதிக தாகம் அழற்சி இவை தீரும் இப்படிபட்ட இயற்கையின் பலன்களையும் குணங்களையும் அறிந்து நாமும் வாழ்ந்து நம்மை சுற்றியிருப்பவர்களையும் நலமுடன் வாழ இயற்கையுடன் இணைந்து பல்லாண்டு நோய்யின்றி ஆரோக்கியமாக வாழ்வோமாக.

ஸ்ரீ சாய்யோகா மூலிகை மருத்துவம்
மரு. ஆ.ச. காந்திகுமார் SMP
5/A, 15, சுக்கில பாளையம், கோவிந்தன் தெரு,
சின்ன காஞ்சிபுரம் 631 501
செல் : 9280 60 6616

முகவாத குணம்

கண்ணில் தலையில் புருவத்தில் காதில் செவிட்டில் குத்துண்டாம்
பண்ணிப்பதைக்கும் முகந்தன்னை பக்கம் பற்றியே வலித்திழுக்கும்
எண்ணிச் சொல்லும் முகவாதம் இதுவும் அசாத்தியமாமென்
நண்ணிச் சொன்னோம் சீராக நவிலும் முகத்தின் வாதமிதே.

புருவமதாம் கண்ணு மூக்கு பொருத்துற செவியும் மூக்கு
உரை செய் நாக்கு தடுமாறி ஒக்க வலித்து திமிருண்டாய்
மருமுறுப்பு தனித்தனியே கழித்து வாங்கும் முகவாதம்
உரை செய் பக்கவாதமென்னிற் உறு செய் குணங்களே.

- இராவணன் வாத நிதானம்.

பக்கவாத குணம்

ஒரு புறம் வாயுதானே உயர்ந்தப்புறத்தொதுக்கி
இரைகுடல் பற்றி நிற்கும் போகத்தை அயதி செய்யும்
கருவிழி நாக்கு மூக்க கால் கரம் தளர்ந்து சந்து
மருவிய பக்கவாதம் ஆமென வகுக்கலாமே.

ஒக்கவே கையுங்காலும் ஒருபுறம் ஒதுக்கி சாவாம்
மிக்க நாதடுமாறி தான் மேனியும் வெதும்பி வியர்க்கும்
தொக்குவும் தளர்ந்து பக்கவாதமே தோன்றி நின்றால்
இக்குணமாண்டுயிரண்டு மூன்றொன்றில் மரணமாமே

இக்குணமசாத்தியமாகும் மிகு மருந்ததனால் தீர
மைக்கண்ணினாளே கேளாய் சிறு வாலிபயுடம்பில் வந்தால்.
தக்க தொன்னூறு நாளும் கழிந்திடில் தானே தீரும்
நக்கனாருரைத்தவுண்மை பக்க நாசங்களாமே

கையுங்காலும் ஒரு பக்கம் கனத்து திமிர்த்து சாவாகும்
மெய்யுமறவே மெலிந்து வரும் வெதும்பும் நாவும் தடுமாறும்
செய்யுங்குணத்தை நாடியறி செப்பும் பக்கவாத சன்னி
உய்யுமிதனை கண்டறிய உலகோரறிய உரைத்தோமே.

- இராவணன் வாத நிதானம்.

1. சுக சன்னி - அரத்தை குடிநீர், ஆமணக்கு வேர் கியாழம், அமல்பொரி
மாத்திரை,

தொக்கணம்.

2. முகவாத சன்னி - நவசார தைலம் உள்கொடுத்து தலைக்கு தடவலாம்.

3. பக்கவாதம் - கற்பூராதி தளம், நவசாரத் தைலம் , அரத்தை குடிநீர்
நினைவு

விட்ணுசக்கர மாத்திரை , சன்னிக்குழம்பு

4. பக்கவாம் - கற்பூராதி தளம், நவசாரதைலம், கண்டாவிதழ்தும், (மூர்ச்சு
நிலை) மாத்திரை கட்டு , மருந்துகள், நசியம்.

5. நாட்பட்ட - அரத்தை குடிநீர் விட்ணு சக்கர மாத்திரை, நவசார தைலம்
பக்கவாதம் தொக்கணம்.

சித்தர் மருந்து

அன்புக் கரங்களை நீட்டிய மருந்து !
அகத்தியன் வந்து ஊட்டிய மருந்து !
அற்புதங்கள் பல காட்டிய மருந்து !
ஆயுளை மேலும் கூட்டிய மருந்து !
காலனை வறுத்து வாட்டிய மருந்து !
பிணிகள் யாவையும் ஓட்டிய மருந்து !
பேரின்ப நிலையை நாட்டிய மருந்து !

மருத்துவர் E.nj. **N.D. BALASAKERAN**
13, Siven Koil Cross St, Kodambakkam, Chennai - 24.

"உலகசித்தர் அறிவியல் மாநாடு சிறப்புற நல்வாழ்த்துக்கள்"

மூலிகை ஆத்திச்சூடி

லயன். மரு. க. கோ. மணிவாசகம்
தேவூர் - 611 169.
(இலவச வர்ம பயிற்சி பெற : 9843592039)

அறுபத்து நான்கு நஞ்சுக்கும் நீலி :
ஆவாரம் பூவால் நீர்கடுப்பு காலி :
இரத்த இருமலை இம்பூரல் வெல்லும்:
ஈறு பேனை நாய்த்துளசி கொல்லும்:
உடல் வலிவுக்கு எள்ளு:
ஊளைச் சதைக்கு கொள்ளு:
எலுமிச்சையால் அடங்கும் காமம்:
ஏப்பம் அடக்கும் ஓமம்:
ஐயம் அகற்றும் புனர்பூச வல்லாரை:
ஒடிந்த எலும்புக்கு சதையொட்டி:
ஓயாத பௌத்திரத்திற்கு எட்டி:
ஔடதத்தோடு காற்றை கட்டுங்கள்:
அஃதோடு சித்தர் புகழ் கூட்டுங்கள்.

இவன் : **மரு. காஞ்சி .ராஜகுளம்.பொ. கோபால் RHMP**

சித்தா மருந்து கட்டுறை

மூட்டு வலிக்கு எளிய சித்த மருந்து

மூலிகைகள்	அளவு
1. கருஞ்சீரகம்	200 கிராம்
2. மிளகு	200 கிராம்
3. சுக்கு	200 கிராம்

செய்முறை

கருஞ்சிரகத்தை நன்றாக கழுவிக் கொள்ளவும் மிளகை உடைத்துக் கொள்ளவும், சுக்கை தோல் நீக்கி கொள்ளவும். இவை மூன்றையும் நன்றாக இடித்து மைபோல் அறைத்துக் கொள்ளவும்

பயன்படுத்தும் முறை

வலி உள்ள இடத்தை வெந்நீரால் கழுவிக் கொள்ளவும் பின் வலியுள்ள இடத்தில் மேலுக்கு பற்றுபோடவும் இரவில் பற்றுப் போட்டு காலையில் வெந்நீரால் கழவவும். மூன்று அல்லது ஐந்து நாட்கள் பயன்படுத்தலாம். நல்ல குணம் உண்டு.

சித்தர் மருத்துவம் சிறுகுறிப்பு

Dr. S. ரவிச்சந்திரன்

"செத்தவர் தம்மை எழுப்பித் தருகின்ற
சித்தர் பிறந்த தமிழ்நாடு" --- பாரதியார்.

பெருங்காயம் :-

பெருங்காயத்தை உணவில் சேர்த்து வருவதால் ஜீரணசக்தியை அதிகரிக்க செய்யும். ஜீரணக்குடல் வயிறு இவைகளில் உள்ள புளிப்பை அடித்து வாயுவை மேல்நோக்கி செல்லாமல் கீழ்நோக்கி அனுப்புகிறது. இதனால் மூளை மற்றும் இருதயம் சம்மந்தப்பட்ட வியாதிகள் வராமல் தடுக்கப்படுகிறது, சுவாசக்குழாயில் உள்ள அடைப்பையும் நீக்கும் ஆற்றல் உள்ளது. **"பெருங்காயம் சமையல் சஞ்சீவி!"**

முருங்கை ஒரு சஞ்சீவி:

முருங்கை இலைகளில் தாமிரம், இரும்பு, சுண்ணம்புச் சத்துக்கள் இருக்கின்றன முருங்கை கீரையை நெய்யில் பொரித்து சாப்பிட்டால் ரத்தசோகை உள்ளவர்கள் உடம்பில் நல்ல இரத்தம் ஊறும், தோல்வியாதி குணமாகும், பல்கெட்டிப்படும். வாரத்திற்க்கு ஒரு முறையோ, இரண்டுமுறையோ முருங்கக்காயை உணவாக உபயோகிப்பதால் இரத்தமும் சிறுநீரும் சுத்தம் அடைகின்றன. வாய்ப்புண் வராதபடி பாதுகாப்பு அளிக்கிறது. இந்திரியத்தை அதிகரிக்கச்செய்கிறது.

முருங்கை மரத்தின் இலை, பூ, காய், பிசின், பட்டை, விதை, வேர் சர்வ நோய்களை தீர்க்கும் சஞ்சீவி.

மனிதனை காக்கும் மூலிகைகள் எந்த மூலிகை எந்த விதத்தில் உதவுகின்றன.

1. மூலிகையின் விதைகள் - தாது புஷ்டி இந்திரிய உற்பத்திக்கும்
2. விதையின்றித்தோன்றும் மூலிகை - மூளைக்கு
3. பாலுள்ள மூலிகை - உடல் வளத்துக்கு
4. காயாத மூலிகை - உஷ்ண சகிப்பிற்கு
5. நீரில் தளமுள்ள மூலிகை - குளிர்ச்சிக்கு
6. தொட்டால்வாடும் மூலிகை - வசியத்துக்கு
7. பாறையில் தழைக்கும் மூலிகை - ஆயுள் நீடிப்பதற்கு
8. காரமுள்ள மூலிகைகள் - இருதய பலத்துக்கு
9. கொம்பு பஸ்பம் - மூளை இருதயத்துக்கு
10. கசக்கும் மூலிகை - விழத்திர்க்கும்
11. தீப்பற்றா மூலிகை - இரத்தக் கொதிப்புக்கும்

சித்தர் மருத்தமுறையில் செயல்படுகிறது.

Dr. S.ரவிச்சந்திரன்
மூலிகை - அக்குபஞ்சர் மருத்துவர்
9444641062 , சென்னை - 30

உலக சித்தர் மாநாடு வெற்றி பெற
மற்றும்
அனைத்து மருத்துவர்கள் வாழ்விலும் எல்லா வளமும், நலமும்
பெற்றிட
உள்ளன்புடன் வாழ்த்தும்

Dr. B. பவித்ரகுமார்
DNYS. RMP (AM) ASM)., DHM, DSMS, MD (ACU)

மரு. A.V. இந்திர ASM., ACU, DHM.,
தன்வந்திரி சித்தா அன்டு யோக கிலினிக்

4 சாமி பண்டாரம் தெரு, சிந்தாதிரிப்பேட்டை,
சென்னை -2.
தொலைபேசி எண்கள் :
9884219783 / 9962841481
எங்களது மருத்துவமுறைகள்
சித்தா, யோகா, வர்மம், அக்குபிரஷர்,அக்குபஞ்சர் மற்றும் ஜோதிடம்

அனுபவ சித்த மருத்துவம் கற்று கொள்வோம்
பல நோய்களுக்கு முறையான
சித்த மருத்துவம் கற்று கொள்ளலாம்
எளிய பச்சிலை வைத்தியம் கற்கலாம்

Dr. S. கண்ணன் D.S.MS
முன்னாள் விரிவுரையாளர்
ஸ்ரீசாய்ராம் சித்தமருத்துவக் கல்லூரி
செல் : 9840155688

27, முதல் குறுக்கு தெரு பிருந்தாவன் தெரு தொடர்ச்சி,
மேற்குமாம்பலம், சென்னை - 600033.

WITH BEST COMPLIMENTS

Dr. HARISH L METHA ,

Old No 62, New 20, Burkit Road, T.Nagar,

Chennai – 600 017, 9444440428

CHAIRMAN

INDIA RED CROSS SOCIETY, TAMILNADU,

PRESIDENT

MADRAS SOCIETY FOR PREVENTION OF

CRUELTY TO ANIMALS

STATE COMMISSIONER

BHARAT SCOUTS &GUIDES ,TAMIL NADU

VICE PRESIDENT

NATIONAL CHAMBER OF COMMERCE

ஸ்ரீ சாய்யோகா மூலிகை மருத்துவம்

மரு. ஆ.ச. காந்திகுமார் SMP
5/A,15, சுக்கில பாளையம், கோவிந்தன் தெரு,
சின்ன காஞ்சிபுரம் 631 501
செல் : 9280 60 6616

நெருஞ்சில் -

இது தரையில் படரும் ஒரு வகை முட்செடி வட்டமாக வளரும், பல கிளைகள் விடும். ஒவ்வொரு கிளையிலும் இலைகள் நிறைந்து காணப்படும். பூக்கள் மஞ்சள் நிறமாயிருக்கும். எல்லா செடிகளும் ஒரே நேரத்தில் பூத்து பார்க்க அழகாயிருக்கும். இதில் சிறு நெருஞ்சில், பெரு நெருஞ்சில் அல்லது யானை நெருஞ்சில் என்னும் பிரிவுகளும் உண்டு . நெருஞ்சலுக்கு யானை வணங்கி என மற்றொரு பெயருண்டுசெடி முழுமையும் உபயோக படுகின்றது.

குணம் :

சொட்டு நீர், சுரவெதும்பல், கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, முடவாயு, வெள்ளை சிறுநீர் எரிச்சல், முக்குற்றம், நீர்வேட்கை, வெப்பம் ஆகியவை தீரும். இதன் காயையும், வேரையும் பச்சரசியோடு வேக வைத்து கஞ்சியை வடித்து சர்க்கரை சேர்த்து வெள்ளை படுதல், நீர் கடுப்புக்கு கிராமப்புறங்களில் இன்றும் கொடுப்பது வழக்கத்தில் உள்ளது.

நசுக்கிய நெருங்சிக்காய் 70 கிராம், தனியா 10, தண்ணீர் 700 கிராமம் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து பாதியளவு சுண்ட வைத்த வடிகட்டி 50மில்லிலிட்டர் வீதம் தினம் இரண்டு வேளை கொடுத்து வர நீரடைப்பு, சதைஅடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர் எரிச்சல் முதலியன தீரும் சிறு நெருஞ்சில் விதையுடன் சிலாசத்தும் சேர்த்து கொடுக்க சிறுநீர் கட்டு குணமாகும்.

இரண்டு நெருஞ்சில் செடிகளை வேருடன் கொண்டு வந்து கழுவி சுத்தம் செய்து உரலில் போட்டு இடித்து சாறு எடுத்து காலை.மாலை எட்டு தேக் -கரண்டி வீதம் எடுத்து அதே அளவு பால் அல்லது மோருடன் கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால் சீறுநிரக சம்பந்தமான சகல கோளாறுகளும் குணமாகும் .ஆனால் தொடந்து ஏழு நாள் சாப்பிட்டு வரவேண்டும் .

யானை நெருஞ்சில்:- இதனால் மேகம் வெண்புள்ளி கல்லடைப்பு எலும்புருக்கி நோய் குணமாகும் .உடம்பு எரிச்சல் அதிக தாகம் அழற்சி இவை தீரும் இப்படிபட்ட இயற்கையின் பலன்களையும் குணங்களையும் அறிந்து நாமும் வாழ்ந்து நம்மை சுற்றியிருப்பவர்களையும் நலமுடன் வாழ இயற்கையுடன் இணைந்து பல்லாண்டு நோய்யின்றி ஆரோக்கியமாக வாழ்வோமாக.

மருத்துவர் இரா.சுப்ரமணியன்

அனுபவ சித்த வைத்தியர்

எண்.20.42, 13வது தெரு. நியுகாலனி, குரோம்பேட்டை. சென்னை 600 044

கைபேசி - 9940142096

அன்புடையீர்,

வணக்கம், நாம் நலமுடன் வாழ மூலிகை மருத்துவம் எனும் நூலில் மருத்துவ முறைகளை எளிமையாக தந்துள்ளேன். எனது மருந்துகள் அனைத்தும் எளிய முறையில் சொல்லப்பட்டுள்ளது. நூலில் வராத அனுபவம் வாய்ந்த சிறந்த மருந்தை உலக சித்தர் மாநாடு சித்தரை திருநாளில் நல்லிணக்கத்துடன் நல்வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்

S.S.மூலம் மாத்திரை (பாரம்பரை அனுபவம்)

தேவையான பொருள் :

1. மாங்காய் பருப்பு சூரணம்	-	100 கிராம்
2. மனத்தக்காளி சூரணம்	-	20 கிராம்
3. துத்தி இலை சூரணம்	-	20 கிராம்
4. கடுக்காய் சூரணம்	-	20 கிராம்
5. அதிமதுரம் சூரணம்	-	20 கிராம்

மேற்காணும் சூரணங்களை ஒன்றாக கலந்து தண்ணீர் விட்டு கெட்டியாக பிசைந்து வைத்து 3 மணி நேரம் கழித்தி பட்டாணி அளவில் மாத்திரைகளாக உருட்டி காய வைத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்காணும் பொருள்கள் பசுமையாக பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். இம் மருந்தை காப்சூலாக பயன்படுத்தக் கூடாது.

அளவு :

தினமும் காலை மாலை உணவு சாப்பிடுவதற்கு முன் இரண்டு மாத்திரை உண்டு தண்ணீர் அருந்தலாம். மாத்திரை சாப்பிட்டு அரை மணிநேரம் கழித்து சாப்பிடவும் பத்தியம் இல்லை, பெரியவர்கள் இரண்டு மாத்திரை, சிறியவர்கள் ஒரு மாத்திரை

பயன்கள் :

1. மூலம் சம்பந்தமான புண்கள் குணமாகும்
2. உதட்டு புண் முதல் ஆசனவாய் வரையிலான உள் உறுப்புகளில் உள்ள புண்கள் குணமாகும்.
3. ஆசனவாயில் இரத்தம் வெளி ஏறுதல், ஆசன வாய் எரிச்சல், கடுப்பு முதலியன குணமாகும்.
4. வாய்வு தொல்லை உடனடியாக வெளியேறும்
5. மலம் கழிவு சீராக இருக்கும்
6. இரத்தம் சுத்தி அடையும்
7. உடலில் ஏற்பட்டுள்ள அரிப்பு நீங்கும்
8. புண்கள் இரணத்தினால் ஏற்பட்டுள்ள கருமை நிறம் மாறும்
9. நன்றாக பசி எடுத்து உணவு கூடுதலாக சாப்பிட தூண்டும்.
10. மூன்று வயது முதல் அனைவரும் இம் மருத்தை பயன்படுத்தலாம்.

சித்த மருத்துவ முறையின் அருமை

டி.என்.தணிகாசலம், RIMP
த.பெ.நடேச பிள்ளை
59.நெ.திம்மசமுத்திரம் அஞ்சல் 631 502
காஞ்சிபுரம் வட்டம் & மாவட்டம் .

"நோயற்ற வாழ்வேதான் குறைவற்ற செல்வமாம்"
நோய்மிகும் நம்நாட்டில் நவல்கின்றார் இவ்வாறு
ஆய்கின்ற மருந்தெல்லாம் அயல்நாட்டார் மட்டும் தான்
வாய்மூடி அம்மருந்தே நாம்வாங்கி யழவேண்டும்
நம்நாடு அடிமையிலே இருந்ததனால் அயலவர்கள்
தம்நாடு வாழ்ந்திடவே தக்கவழி தாம்செய்தார்:
இந்நாடு விடுதலையை ஏற்றவுடன் சித்தர்களின்
பொன்னான மருத்துவத்தைப் போற்றுவதால் தவறென்ன?
இங்குள்ள நோய்பலவே இவைபோக்க வேண்டுதற்கு
எங்கோமூ லப்பொருளால் ஏற்றபயன் ஏற்படுமோ?
நம்நாட்டு மூலிகையை நாய்ஆய வாய்ப்பளித்தால்
மேமக்கள் உலகிற்கும் நலங்காண முடிந்திடுமே
அருமருந்து சித்தமுறை ஆய்ந்துணர வேண்டுகிறேன்
ஒருமருந்து கருத்தடைக்குச் சித்தமுறை உண்டதனைக்
கண்டறிந்தார் மருத்துவர்தம் சித்தர் என்பார்
மண்டிவரும் மக்களுக்கு மலிவாக தராலமே
வெண்குட்டம் விலகிடவே வேண்டியரு மருந்தைக்
கண்டறிந்து பயன்கண்டார் சித்தர் என்பார்
அந்நாளில் அரசாங்க மருத்துவர்கள் தைலக்கால்
நன்ணெறியில் பறந்தடிப் போர்நிலையை நாடிப்பின்
வந்துரைப்பார் என்றெல்லாம் வாய்ச்சொல்லால் கேட்கின்றோம்
சித்தமுறை அரும்பயனைச் செய்கின்றார் யாருளரோ?
அத்தகைய அறிஞர்க்கு அரசாங்கம் வாய்ப்பளிக்க
எத்தனிக்க வேண்டுகிறேன் ஏற்றபொருள் செலவிடலாம்
தமிழ்நாடு தமிழரசு தானுளும் இப்போதும்
அமிழ்தமாம் சித்தமுறை ஆய்வுபெற வேண்டாமோ?
என்பதனால் இனியேனும் அரசாங்கம் முயலுங்கொல்
தன்முறையாம் சித்தமுறை நாடறியச் செய்யுங்கொல்
குயில்கூவும் சித்தமுறை குறிப்பறித்து பாக்கங்கொல்
எந்நாள் சித்தமுறை ஏற்றநிலை பெறுகிறதோ
அந்நாளே நோய்தீரும் அரியதிரு நாளென்பேன்

வாழ்த்துரை :

சித்தவைத்தியர் R.கோபாலகிருஷ்ணன் RMP., SMP.,
செல் : 9367704361 போன் : 044 - 27840042
தாமரைக்குளம் புதூர் & அஞ்சல்,
(வழி) எரும்பி (SO), Pin : 631 302,
பள்ளிப்பட்டு வட்டம், திருவள்ளூர் மாவட்டம், தமிழ்நாடு.

உலக சித்த மாநாட்டின் சிறப்பும்
சித்த வைத்தியமும்

வாழ்த்து மடல்

சித்தாதி சித்தர்கள் பலர் இருந்த போதும்
சிறப்பு மிக்க சித்தர்கள் பதிணென் பேராம் (18)
சித்தர்களின் சிறப்பை சிறப்புடன் எழுத
சிரங்கொண்டு வணங்கி சீரடி போற்றி........

சித்த வைத்தியத்தின் சிறப்பதனை
சீராக இருந்திங்கே எடுத்தெழுத
ஈராயிரம் கரங்களும் போதா
இருப்பினும் நாலடியில் நயந்து ....

முதலில் தோன்றிய மருத்துவமாம் - சித்தர்
முன்னோர் செய்த தவப்பயனாம்
உலகம் போற்றும் மருத்துவமாம் - மூலிகை
உயர்ந்த வீரிய மருத்துவமாம் ....

அக்காலம் முதல் இக்காலம் வரை
ஆண்டாண்டு வளரும் மருத்துவத்தினை
அறிவியல் மாநாட்டில் அனைவரும் கூறிய
சித்த மருத்துவத்தை சிறப்புடன் போற்றுவோமே ....

அனைத்து மருத்துவரையும் அன்புடன் அழைத்து
அறிவியல் மாநாட்டை அழகாய் நடத்தி
சிறந்த பயனை சிறப்புடன் கூறிய
மாபெறும் மாநாட்டை மகிழ்ந்து போற்றுவோமே ....
வாழ்க சித்த மருத்துவர்கள் ......! வளர்க சித்த மருத்துவம் .... !!.

நீரிழிவு நோய்

மரு.ச. ஆறுமுகம்
ஸ்ரீ அருள்ஜோதி சித்த மருத்துவமனை
எண்:- 67/24 திருவள்ளுவர்தெரு
சின்ன காஞ்சிபுரம் 631 501.
செல் :- 9245307742.

நீரிழிவு (சர்க்கரை நோய்)

இதற்கு மதுமேகம் இனிப்புநீர் சர்க்கரை நோய் எனப் பல பெயர்களால் வழங்கப்படுகின்றன. நோய் தோன்றக் காரணங்கள் :- "கன்னி மயக்கத்தால் கண்டிடும் மேகமே" என நாடி நூல் பகர்கிறது. அளவு கடந்த சிற்றின்ப நுகர்ச்சியால் மேகத்தை சூடு தொடரச் செய்து நீரிழிவு உண்டாக்கும். மற்றும் மிகு உணவு. சோம்பித்திரிதல், மனக்கலக்கம், பொருட்களின் மீது அளவு கடந்த இச்சை, இவற்றாலும் தாய், தந்தை வழியாவும், இந்நோய் தோன்றும், நெய்,பால், மதுபானங்கள், இறைச்சி, மீன்கள், இனிப்புணவுகள், வேகாப்பொருட்கள் ஈரப்பொருட்கள், ஆகியவற்றாலும் இந்நோய் தோன்றலாம்.

நீர்கழிந்த இடம் வெண்மையாகப் பூத்திருக்கும் எறும்புகள் மொய்க்கும் சிறுநீர் இனிப்பாக இருக்கும் நாம் உட்கொள்ளும் உணவுகளான புரதப் பொருள், மாவுப் பொருள், கொழுப்பு பொருள்` மூன்று வகையாகப் பிரிக்கப்படுகின்றன. இதை (மாவுப் பொருளை) தசை சரியாக உபயோகித்துக் கொள்ள (இன்சுலின்) தேவை. இன்சுலின் குறைந்தால். சர்க்கரை மாவுப்பொருட்களை திசுக்கள். ஏற்கமுடியாமல் போய் இரத்தத்தில் செயல்படாதச் சர்க்கரை அளவு அதிகரித்து சிறுநீரின் வெளியே வரஆரம்பிக்கிறது. இதை ஆங்கிலத்தில் (டயாபடிஸ்) என்று கூறுவர்

இந்நோய் உடல் பருமன் அதிகமாக இருப்போருக்கு வருவதற்கு வாய்ப்பு உள்ளது. சிறுநீர் அடிக்கடி கழியும். பசி அதிகரிக்கும். தாகம் அடிக்கடி ஏற்படும், நீர் குடிப்பது வழக்கமான ஒன்று என்றாலும் அடிக்கடி நீர் குடிக்கும் நிலைஏற்படும். உடலில் குடைச்சல், கை பாதங்களில் எரிச்சல் மதமதப்பான உணர்வு. உடலில் புண்கள் ஏற்பட்டால் விரைவில் ஆறாது. உடலில் சீழ்க்கட்டிகள். ஏற்பட்டு தொல்லை தரும். ஆண்மை குறைவு உண்டாகும். கண்பார்வை மங்கும். இத்தகைய நிலைகள் நம் உடலில் மாறுபட்டால் நீரில் சர்க்கரை அளவு இரத்ததில் சர்க்கரை அளவு போன்றவற்றிற்கு சோதனை செய்து கொள்வது நலம்.

மேற்கண்ட நோய் சித்த மருத்துவ முறைப்படிநம் சித்தர் பெறும்மக்கள் மூன்று விதமான அதாவது வாதக்குற்றம், பித்தக்குற்றம், கபக்குற்றம் என்று பிரித்து உள்ளனர். அவையாவன,

(1) **வாதக்குற்றம்** :- இதனால் சிறுநீர் (1) நெய்மணத்தையும் நிறுத்தையும் இனிப்புச் சுவையையும் பெறும்

(2) பசுவின் நீரைப்போல் நிறுத்தையும், மணத்தையும் பெறும்
(3) ஆட்டுக்கறி கழுவிய நீரின் மணத்தையும், நிறத்தையும் பெறும்.
(4) கள்ளின் மணத்தையும், நிறத்தையும் பெறும்.

(2) பித்தக்குற்றம் :- இதனால் கழியும் சிறுநீர் சிறிது மஞ்சள் நிறத்துடன் காணப்பட்டு சிறுநீரில் ஈயும் எறும்பும் மொய்க்கும்.

(3) கபக்குற்றம் :- தனி அளவில் மீறி மாசு படிந்தாற்போல் இருக்கும். வளிக்குற்றத்தில் மலம் தீய்ந்து இறுகி வெளியேறும், அழல் குற்றத்தில் மிகுதியாக் கழிச்சலும், மஞ்சள் நிறமும் கண்ககிடப்படும்.

நீரிழிவுக்கு சிறந்த சித்த மருத்துவ சிகிச்சை
நீரிழிவு கஷாய சூர்ணம்
1. ஆவாரை சமுலம் (செடிகள் முழுவதும்)
2. கொன்றைப்பட்டை (or) வேர்
3. நாவல்பட்டை
4. கோரைக்கிழங்கு
5. கோஷ்டம்
6. மருதம்பட்டை

இவைகளை சம அளவில் சேகரித்து ஒன்று இரண்டாக இடித்து காயவைத்து கஷாயம் செய்து சாப்பிட நீரிழிவு சரியாகும்.

நீரிழிவுக்கு சீந்தில் உபயோகம்

நன்றாக முதிர்ந்த சீந்தில் கொடியை சேகரித்து அதன் வேர் கிழங்கு, மற்றும் அதனுடைய தண்டுபகுதி. ஆகியவை நன்றாக காயவைத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து பத்திரப்படுத்தவும். உபயோகமுறை :- மேற்கண்ட சூர்ணம் - 100 கி. அதனுடன் சீந்தில் சர்க்கரை - 10கிராம். இவைகளை ஒன்று சேர்த்து அரைத்து காலை , மாலை 1 ஸ்பூன் அளவு பால் அல்லது தண்ணீர் தேவைக்கேற்ப உபயோகிதுவர நீரழிவு கட்டுப்படுத்தப்படும்

இவைகளை ஒன்று சேர்த்து அரைத்து காலை,மாலை அரை ஸ்பூன் அளவு பால் (or) தண்ணீர் தேவைகேற்ப உபயோகித்துவர நீரிழிவு கட்டுப்படுத்தபடும்.

சீநதில் கொடியை நன்றாக இடித்து குளிர்ந்த நீர் விட்டு மறுநாள் கடைந்து திப்பியைக் கசக்கிப்பிழிந்து நீக்கி, வெயிலில் இரண்டு அல்லது மூன்று மணிநேரம் வைக்க தெளியும். அந்த நீரை இறுக்க விட்டு, வேறு நீர் விட்டுக் கலக்கி மேற்கண்டபடியே நீரை இறுத்துச் சுண்டவிட்டு மறுபடியும் மேற்படியாகவே செய்து நீரை இறுத்துவிடின் பின் அடியிற் படிந்திருக்கும் மாவே சீந்தில் சர்க்கரை ஆகும். இதை மேற்கண்ட உபயோகத்திற்கு பயன்படுத்திக்கொள்ளவும்.

CHIEF SIDDHA DOCTOR

Dr. Pandit. VINAYAGAM, RSMP, DYN.,

President, TAMIL SIDDHA MEDICAL NATIONAL ASSOCIATION TRUST

No.35/14, Cooks Road,
Ottery, Chennai - 600012
Cell : 9444642954

CHIEF SIDDHA DOCTOR

Dr. Mrs. PADMA VINAYAGAM, RSMP, B.Lit., DYN.,

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST

New No.35/Old No.14, Cooks Road,
Ottery, Chennai - 600012
Tel : 044-26622904

SPECIALIST SIDDHA DOCTOR

Dr. M. BASKERAN, HPSM, DHM, DSMS, DNYS, DACU, DCO-OP, DAMS,

General Secretary, TAMILNADU SIDDHA VAITHIYA SANGAM,
Secretary, TAMIZHGA HOMEOPATHY & SIDDHA (AYUSH) DOCTORS ASSOCIATION CHENNAI DISTRICT

Res. No.366, 2nd Block Mugappair West
Chennai - 600037.
Cell: 9940246654

ACUPUNCTURE CLINIC

Dr. S. RAVICHANDRAN, MA, MD (Acu)

ACUPUNCTURE SIDDHA MEDICAL,
FLOWER MEDICAL TRAINER,

Training Place : AABLA
No.A88, 3rd Street, Anna Nagar, Chennai
102. Cell : 9444641062, 9042158447

SPECIALIST SIDDHA DOCTOR

Chief Dr. K. SAROJA,

SPECIALIST IN SIDDHA MEDICAL

Rajaji Colony, Muthuramalinga Street,
Saligramam, Chennai
Cell : 9840173026

SPECIALIST AYURVEDIC DOCTOR

Dr. N.V. ARUL, BAMS, DYN.,

AYURVEDIC CONSULTANT PHYSICIAN
HERBAL MEDI-CARE CENTRE

No.35/4, Cooks Road,
Ottery, Chennai - 600012
Cell : 9444328435
Tel : 044-26622904

HEREDITARY SIDDHA DOCTOR

Dr. Mrs. MALARKODI ARUL, M.Com., DHM,

Hereditary Siddha Doctor,
ASST. HERBAL CONSULTANT
HERBAL MEDI CARE CENTRE

No.35/14, Cooks Road,
Ottery, Chennai - 600012,
Tel : 044-26622904

CHIEF SIDDHA DOCTOR

Dr. P.A. SATHIANARAYANAN, MA.MEd, RIMP, RHMP, DYN,

Honorary Secretary, INDIAN RED CROSS SOCIETY CHENNAI DISTRICT
Secretary, TAMILNADU GOVT. RETIRED OFFICIALS ASSOCIATION CHENNAI DT
State Advisor, TAMILNADU EDU DEVELOPMENT CHARITABLE TRUST
No.8/32, S.R.P. Colony, 7th Street,
Periyar Nagar, Chennai - 82.
Cell : 9840798806 Tel : 25505719

AGATHIAR SIDDHA CLINIC

Dr. P. SUBRAMANI, ASM,

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST,
NATURAL MULIGAI MEDI-CARE,
Treatment for all disease cure by Siddha Medicine
1/1473, Balamurugan Nagar,
Aattanthangal, Chennai - 600067.
Cell : 9840638689

SIDDHA DOCTOR

Dr. C. VARADHARAJ, B.Sc.,

SIDDHA MEDICAL

New No. 20, Old No.29, First Main Road
Narayanasamy Thottam, Selaivoyal,
Kodungaiyur, Chennai - 600118
Cell : 9710941010

SIDDHA SCIENTIST & DOCTOR

Dr. A.T. JAYASRI,

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST

No.2/1, South High Court Colony,
2nd Street, Villivakkam,
Chennai - 600049
Cell : 9940579559

SIDDHA DOCTOR

Dr. V. SUNDHAR RAJAN, ASM.,

VAIRAM HERBALS PRODUCTS
SISI Registered
Knee Pain Oil, Bone Joint Oil, Dandruff

No.41, 2nd Mettu Street, Lakshmipuram,
Crompettai, Chennai - 600044
Cell : 9884627115

JOTHI HERBALS SIDDHA CLINIC

Dr. S. RAVINDRAN, Ph.D,

Sub-President, TAMIL SIDDHA MEDICAL NATIONAL ASSOCIATION TRUST

No.489, Poonthamalli High Road
Arumbakkam, Chennai - 600106.
Cell: 9382725792

GNANA SINONMANI JOTHIDA ADHITHYA

Dr. B. RAMADASS, MA, M.Phil., B.Sc., BGL., DNYS., DHM., ASM.

Treasurer, TAMIL SIDDHA MEDICAL NATIONAL ASSOCIATION TRUST, Hereditary Siddha Medical Scientist, Yoga Teacher, Computer Jathagam, Available of Rasi Stones, Muthu, Padiga & Pavala Malai,

No.4/10, Subarayan Lane, 37A, 3rd Floor,
Gayathri Plaza, NSC Road,
Chennai - 600001. Cell : 9677167625

SIDDHA CLINIC

Chief Dr. V. KANDHAN,

Member, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST

No.2/10, Maarangiyur - Post
Thiruvennainallur - Via,
Thirukoilur - Taluk,
Villupuram - District - 607203
Cell : 9698976890

SPECIALIST ACUPUNCHAR DOCTOR

Dr. K. NIVETHA, MD. (Acu),

ACUPUNCTURE SPECIALIST

New No.20, Old No.29, First Main Road,
Narayanasamy Thottam, Selaivoyal,
Kodungaiyur, Chennai - 600118
Cell : 7299349695

SIDDHA DOCTOR

Dr. P. CHANDRASEKARAN,

SIDDHA DOCTOR

No.1/43, Kattabomman 7th Street,
Kodungaiyur, Chennai - 600118,
Cell : 9171399431

DR. MEHALA HEALTH CARE

Dr. A. MEHALA, BSMS., MD. (Acu), DHM.

SIDDHA, PRANIC HEALING
ACUPUNCTURE

Dr. Mehala Health Care
No.7/246, J.J. Nagar,
Mugappair West, Chennai - 600037.

SIDDHA CLINIC

M.J.F. LION Dr. DILLI BATCHA,

Vice President, TAMIL SIDDHA MEDICAL NATIONAL ASSOCIATION TRUST

No.3/117, B.D. Office Road,
Padappai, Chennai - 601301
Cell : 9841557003

SIDDHA CLINIC

No Photo

Dr. A.K. BALA GURU,

No. 12, 17th Street, Sakthi Nagar,
Nerhuntram, Chennai - 600107.
Cell : 9444321802, Tel : 23770370

அகத்தியர் மூலிகை மருத்துவம்

40 ஆண்டுகால அனுபவமும் 15 ஆண்டுகால அரசு பதிவு பெற்ற மருத்துவர்களின் மூலம் ஆயிரக்கணக்கான குடும்பங்களில் மகிழ்ச்சியும், ஆரோக்கியமும் அளித்த சிறப்பு வாய்ந்த சித்த வைத்தியசாலை

வெ.சீ. தேவராசன்
நிறுவனர்
பாரம்பரிய வைத்தியர்,
ஜோதிட மேதை

இரா. சுப்பிரமணியம்
மருத்துவர்
சித்த மருத்துவ மாமணி மருத்துவர்
அரசு பதிவு பெற்ற மருத்துவம்
பதிவு எண் : 1794, எண் : 11468

குடியை நிறுத்த

குடிப்பழக்கத்தை நிறுத்துவதற்கு எங்களது வைத்தியசாலையில் 3 விதமான சிறப்பு மருந்து கொடுக்கப்படுகின்றது. பல பேர்கள் குடித்து குடித்து தன்னையும் அழித்துக்கொண்டு, வீட்டின் பொருளாதரத்தையும் அழித்துக்கொண்டு, நாட்டின் பொருளாதாரத்தையும் அழித்துக்கொண்டு உள்ளனர். இனி அதற்கு வழி உண்டு குடித்து குடித்து அவதிப்படுபவர்களை அந்தப் பழக்கத்திருந்து விடுபட எங்களிடம் சிறப்பு மருத்துவம் உள்ளன.

குடிப்பவரே நேரடியாக வந்து மருந்து எடுத்துக்கொள்ளுதல்

குடிப்பவரே நேரடியாக வந்து எங்களிடம் வாரம் ஒரு முறை நேரில் வந்து நான்கு வாரங்களுக்கு மருந்து சாப்பிடலாம். இந்த மருந்தின் மூலம் குடியை நிறுத்துவதோடு மட்டும் அல்லாமல் குடியால் இழந்த உடல் அழகு, பலம் மற்றும் ஆண்மை சக்தியை திரும்பப் பெறலாம்.

குடிப்பவருக்கு தெரியாமல் மருந்து கொடுத்தல்

தினந்தோறும் குடித்துவிட்டு வருபவர்களுக்கு, நீங்கள் அவர்களுக்கு தெரியாமலேயே கொடுப்பது குடித்துவிட்டு வந்தவுடன் மருந்தை பிரித்து எந்த உணவுடனும் கலந்து கொடுக்கலாம். மருந்தில் எந்த ஒரு ருசியும் கசப்பும் இருக்காது. ஆக மருந்தை உணவுடன் கலந்து கொடுப்பது என்பது மிக எளிது.

குடிப்பவரே உடனடியாக நிறுத்திக்கொள்ளுதல்

இந்த மருந்தின் மூலம் குடிப்பவரை குடிப்பழக்கத்தை மறந்து குடிப்பதை வெறுக்கும்படி செய்ய முடியும். இந்த மருந்தை குடிப்பவர்களுக்கு குடிப்பவர்களுக்கு தெரியாமல் வீட்டிலுள்ளவர்கள் தினந்தோறும் ஒரு பாக்கெட் மருந்தை பிரித்து எந்த உணவுடனும் கலந்து கொடுக்கலாம். இந்த மருந்தில் எந்தவொரு கசப்பும் ருசியும் இருக்காது. இவ்வாறு தினந்தோறும் கொடுத்து வந்தால், இந்த மருந்து சாப்பாட்டுடன் கலந்து வயிற்றினுள்

இன்பத்தை இரட்டிப்பாக்கும் மன்மத லேகியம்

சித்த மருத்துவத்தின் மூலம் திருமணத்திற்கு முன் அல்லது பின் ஏற்பட்ட ஆணுறுப்பு தளர்ச்சி, ஆணுறுப்பு நரம்பு வீரியமின்மை அல்லது ஆணுறுப்பு போதிய வளர்ச்சியின்மை மற்றும் விந்து விரைவில் வெளியேறுதல் போன்ற குறைபாடுகள் நீங்க, எங்களிடம் சித்தமருத்துவ லேகியம் மற்றும் சித்தமருத்துவ மூகை மாத்திரைகள் கிடைக்கும்.

எண்.13அ, முத்தையப்பர் தெரு,
செனாய் நகர், சென்னை - 600030.
நுங்கம்பாக்கம் இரயில் நிலையம் அருகில்
பச்சையப்பா கல்லூரி பின்புறம்
தொலைபேசி :044-26680381.
செல் : 9940342800

ரூமி ஹெர்பல்ஸ் ஆரோக் ப்ளஸ் - ஓர் அறிவியல் பார்வை

நம் இந்திய பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் மூலிகைகளின் பங்கு முக்கியமானது. நவீன மருத்துவத்தில் மூலிகைகள் பயன்படும் அளவு 32% என்று உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO)கூறுகின்றது. இந்திய பாரம்பரிய மருத்துவ முறையில் பயன்படுத்தப்படும் மூலிகைகளின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து உலகம் முழுவதும் ஆராய்ந்து பல மதிப்பு கூட்டிய பொருட்களை அறிமுகம் செய்து வருகின்றனர். இந்த ஆராய்ச்சியின் பயனாக பல்வேறு புதிய கோணங்களில் மூலிகை மற்றும் மூலிகை சார்ந்த மருந்துகளின் பயன் அறியப்படுகிறது.

ரூமி ஹெர்பல்ஸ் வழங்கும் ஆரோக் மூலிகை சுடுபானத்தில் பல்லாண்டுகளாக ஆராய்ச்சி மேற்கொள்ளப்பட்டது. இதன் பயனை பல பரிமாணங்களில் பயன்படுத்த உதவியாக இருக்கின்றது. இந்த ஆராய்ச்சி முடிவுகளின் சாராம்சத்தை இங்கு காண்போம்.

- கெட்ட கொழுப்பை குறைக்கின்றது
- நல்ல கொழுப்பை அதிகப்படுத்துகிறது
- அதி உடல் எடையை கட்டுப்படுத்துகிறது
- இரத்தக்கட்டினால் உண்டாகும் இருதய பாதிப்புகளைத் தடுக்கின்றது

வயதானவர்களுக்கு பொதுவாக காணப்படக் கூடிய இரத்தக் கொதிப்பு, நீரிழிவு, கெட்ட கொழுப்பு, மூட்டு வலி போன்ற நோய் நிலைகளைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்கின்றது.

இந்த ஆய்வுகளின் சாராம்ச தொகுப்பு தற்போது உலகளவில், ஆறாவது ஆராய்ச்சி பதிப்பான நோவா பதிப்பகம், அமெரிக்கா பிரசுரித்துள்ள **"நோய் தடுப்பில் இயற்கை பொருட்கள் மற்றும் அதன் மூலக்கூறுகள் "** என்ற புத்தகத்தில் ஒரு தொகுப்பாக பதிவிறக்கம் செய்யப்பட்டுள்ளது

ஆரோக் பானத்தில் மேற்கொண்ட பல்வேறுபட்ட ஆராய்ச்சி முடிவுகள் கீழ்க்கண்ட இந்திய மற்றும் பன்னாட்டு மருத்துவ பத்திரிகைகளிலும் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ளன.

Indian Journal of Experimental Biology 42 (2) : 224-226 (2004)

Indian Journal of Clinical Biochemistry 19 (2) : 184-189 (2004)

International Journal of Tropical Medicine 1 (1) : 18-22 (2006)

The Cardiology (America) 2 (2) : 36-38 (2006)

Oriental Pharmacy and Experimental Medicine, 7 (4) : 409417 (2007)

Oriental Pharmacy and Experimental Medicine, 9 (3) : 232-237 (2009)

International Journal of Pharma Professional's Research, 1 (1) : 19 -23 (2010)

Asian Journal of Experimental Biological Science, 1 (4) : 719 – 727 (2010)

Journal of Stress Physiology and Biochemistry, (America) 7 (1) : 66 – 78 (2011)

Journal of Pharmacology and Toxicology, 6 : 1-17 (2011)

A Key for your Arogyam

ஆரோக் பற்றிய மேலும் விவரங்களுக்கும் தேவைகளுக்கும் தொடர்பு கொள்க:-

ROHINI GLOBAL

ரோஹிணி குளோபல் மார்க்கெட்டிங் (பி) லிட்.,
327, 4வது குறுக்கு தெரு, மோகன்ராம் நகர்,
முகப்பேர் கிழக்கு, சென்னை - 600037
போன் : 044 -4019 4570 (16 லைன்)
ஈ மெயில் : enquiry@rohiniherbalaya.com

உலக சித்தர் மாநாடு

சிறக்க

வாழ்த்துக்கள்....

Dr. C.A. Ravi
Chancellor - BSS NDA GOVT. OF INDIA
Managing Director
THE ZUSAANLI GROUPS

Prof. Dr. Usharavi
Secretary
COUNCIL OF INDIAN ACUPUNCTURISTS
Joint Director
THE ZUSAANLI GROUPS

THE ZUSAANLI GROUPS

- The Zusaanli Acupuncture & Ayurvedic Hospital, Cuddalore.
- Vee Herbal Care (P) Ltd., Puducherry.
- Versa Pharmaceuticals Pvt. Ltd., Puducherry.
- Indo - European Institute For Natural Medicine, Cuddalore.
- The Zusaanli Publications, Cuddalore.
- Vetri Vinayagar Medicals, Cuddalore.
- Thillai Sudar Monthly Magazine
- The Zusaanli Community College of Alternative Medicine,Cud.
- Kembammal Aruvan Trust, Cuddalore.
- The Zusaanli Acupuncture Institute, Cuddalore.
- The Zusaanli ISM & H Pharma Consultants, Puducherry
- Zen Suppliers, Cuddalore.
- Skyscene Pictures (Films & Televisions Producers)
- The Zusaanli Health Care, Franchisee.
- Vallarai Herbals e Reflexology Centre, Puducherry.
- Zusaanli Holistic Edicational & Research Institute, Puducherry.
- Sri Vigneswara Herbals, Puducherry.

THE ZUSAANLI ACUPUNCTURE & AYURVEDIC HOSPITAL
No.11, Bharathidasan Street, (Opp. Pillayar Koil), Manjakuppam, Cuddalore - 607 001.
Phone : 04142 - 232362, 0413 - 2611665, Mobile : 9367622256, 9367622257, 9367622249
Website : www.thezusaanli.com / www.veeherbalcare.com / www.intc.in / www.zheri.in
www.cia2011.org.in / www.vallarai.com
E-mail : acudrravi@gmail.com / zusaanli@thezusaanli.com / veeherbalcare@gmail.com / chairman@intc.in
info@intc.in / herbalproductmaking@gmail.com / vallarai1966@gmail.com / zheri2000@gmail.com

பழமை மாறாத பாரம்பர்யம்

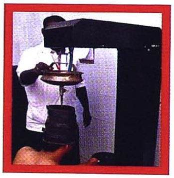
KSHRC

கோகிலா

ISO 9001:2008 Certified

சித்த மருத்துவமனை & ஆராய்ச்சி மையம்

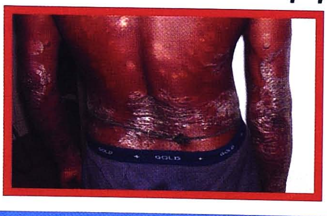
டாக்டர் ஜெ. ஜெயவெங்கடேஷ் B.S.M.S., M.D., M.P.H., Ph.D.,



நீராவிக்குளியல், வர்மத் தடவல், தொக்கணம், ஒற்றடம் எண்ணெய் ஒழுக்கு, அட்டை மருத்துவம் ஆகியவற்றால்

- **வாதநோய்கள்**
- **சோரியாசிஸ்**
- **மூட்டுவலி**
- **ஆறாத புண்கள்**
- **மூலம்** போன்ற நோய்களுக்கு

பக்கவிளைவுகளற்ற சித்த மருத்துவ சிகிச்சை.



தங்கி சிகிச்சை பெறும் வசதி உண்டு

website : www.herbalsiddha.com

e.mail : jeyavenkateshdr@yahoo.com

தலைமையகம்:

27, ஜெய்ஹிந்துபுரம் முதல் தெரு,

மதுரை - 625 011.

போன்: 0452 - 267 5674, 267 5400

மொபைல்: 98421 67567

கிளை:

குன்னனம்பட்டி, கரடிக்கல் (Po),

திருமங்கலம் (Tk),

மதுரை - 625 706.

மொபைல் : 82200 06872,73,74

SIDDHA CLINIC

Dr. KALAIMANI SANTHIYAPPAN,
HPSM., SMP., ASM., DHM.,

Sub-President, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST

No.3, Santhiyappan Illam,
Mahalakshmi Street, West Banu Nagar,
Ambattur - Pudhur, Chennai - 600053.
Cell : 9444313450

SIDDHA DOCTOR

Dr. G. THILAI SAMPATH, RMP, SMP.

No.1/161, 9th Street,
Mugappair East
Chennai - 600037
Cell : 9940493021

JEYA BHAVANI IYARKAI MOOLIGAI MARUNTHAGAM

Dr. K. THEIVASIGAMANI,

HEREDITARY SIDDHA DOCTOR

No.259, Perumalkoil Street,
Kammavaarpalayam Village,
Nungampakkam - Post,
Thiruvallur - District - 602002.
Cell : 8098857459

PUNJA KARMA DOCTOR

Dr. M.V. ARULDASS, DSMS., DHM.,

PUNJA KARMA SPECIALIST

No.7/246, J.J. Nagar, Mugappair West,
Chennai - 600037.
Cell : 9282160474, 9840377361

SIDDHA ACUPUNCTURE VARMA DOCTOR

Dr. G. SANTHAKUMAR, MA., DSMS.,
MD. (Acu), DNYS., PER DVTS,

SIDDHA ACUPUNCTURE VARMA
HEREDITARY DOCTOR

No.33/77, Kandhappa Atcharry Street,
Purasaiwakkam, Chennai - 600007.
Cell: 9841118882

SIDDHA VARMA MANUFACTURE CLINIC

Dr. M. RAJA, ASM., DHM., DSMS.,

SIDDHA VARMA DOCTOR

No.16/24, Jothi Nagar, 2nd Street,
Padavattammankoil,
Vimco Nagar, Chennai - 600019.
Cell : 9884649364, 8428200660

SIDDHA CLINIC

Dr. T. KASI, ASM., DNYS., DSMH.,

Joint Secretary, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST
Parpam, Chendooram, Lehiyam, Melugu, Thailam, Chooranam, best manufacture

No.9, Rajiv Gandhi Nagar, 12rd Main
Road, Nerhundram, Chennai - 600107.
Cell : 9444681834

SIDDHA DOCTOR

Dr. A. THATCHAYANI, B.Lit. (Tamil),

No.22/12, Perumalkoil Thottam,
1st Street, Old Washermanpet,
Chennai - 600021

AGATHIYAR YOGA MARUTHUVAM

Dr. T. BACKIANATHAN, DYNS., DHM.,

SIDDHA, VARMA, ACUPRESSURE SPECIALIST
Life Member, TAMILNADU NATIONAL SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST

No.2418A, Boomadevi Nagar, Main Road,
Kerukampakkam, Chennai - 600122.
Cell : 9444948118
agathiaryogamaruthuvambagya@gmail.com

SIDDHA COUNSELING

Dr. K. JEYANTHI, B.BA.,

SIDDHA COUNSELING

No.22/12, Perumalkoil Thottam,
First Street, Old Washermanpet
Chennai - 600021

ACUPUNCTURE DOCTOR

Dr. A. THAMODARAN, MA.BL., MD (Acu)

ACUPUNCTURE DOCTOR

No.22/12, Perumalkoil Thottam,
First Street, Old Washermanpet
Chennai - 600021

SIDDHA DOCTOR

Dr. ARANGA NARAYANAN,

SIDDHA DOCTOR

No.10/4, Raja Gopal Street, Kadapperi,
Tambaram, Chennai - 600045.
Cell : 9444949806

PUNJA KARMA NATURAL CLINIC

to

Dr. T. USHA, ASM.,

SIDDHA SPECIALIST

30, Vallar Nagar, Thirumullaivoyal
Chennai - 600062
Cell : 9094474465

BONE FRACTURE DOCTOR

Dr. M. NATARAJAN,

BONE FRACTURE DOCTOR

No.70, Karumaya 4th Street,
Vaikkal Salai, Gopisettipalayam,
Erode - District - 638452
Cell : 9865189695

SIDDHA VARMA DOCTOR

Dr. R. MAHESH,

SIDDHA VARMA DOCTOR

No.9, V.O.C. Nagar,
Ennore, Chennai - 600057.
Cell: 9094014919

SPECIALIST SIDDHA DOCTOR

Dr. M. JAGANGEER BHASHA, ASM., DHM.,

SCIENTIST IN SIDDHA MEDICAL
TAMILNADU NATIONAL SIDDHA
MEDICAL ASSOCIATION TRUST

No.305/707, Ahmad Kabeer Street,
Bilal Nagar, ECR Kaanathur,
Kancheepuram - District - 603112.
Cell : 9444871480

SRI GURU SIDDHA VAITHIYA SALAI

Dr. P. SIVA, MA., SMP. DHSM. MD.(Acu)

HEREDITARY SIDDHA DOCTOR,
VAITHIYA YOGI

No.8, N-Block, M.M.D.A. Colony,
Near Market, NSK Street, Arumpakkam,
Chennai - 600106.
Cell : 9940619207 www.mpswamy.in

SRI KAMADENU BHARATHIYA CLINIC

Dr. V.V. SANTHANAM, BA., SMP., DHSM., MD. (Acu)

SRI KAMADENU BHARATHIYA CLINIC
SRI NARAYANA MISSION

No.4/76, Kamaraj Road, Arakandanallur,
Villupuram - 605752
Cell : 9976459986

SIDDHA DOCTOR

Dr. S. SUNDHARAJ, DSM., DHM.,

SIDDHA DOCTOR

No.145, Sathya Nagar, 5th Street,
South Kesavaperumalpuram,
Green ways Road, Chennai - 600028.
Cell : 9962028907

SIVASUBRAMANIA SIDDHAR

Purasai K. TAMILANTHI, SMP.,
Mrs. T. SENNAMMAL, BA., BL., SMP.
HEREDITARY SPECIALIST SIDDHA
DOCTORS, SIVASUBRAMANIA
SIDDHAR, TAMILNADU HEREDITARY
SIDDHA MEDICAL LAB CENTRE
Here treatment & counseling for Mentaly
care, Family Care & Sexual problems,
No.58, Sivasanmugapuram, A Part, 1st
Street, Purasaivakkam, Chennai - 600007
Cell : 7299253597, 9444308040

SIDDHA YUNANI CLINIC

Dr. MUMTAJ BEGAM,

SIDDHA YUNANI DOCTOR

FAMILY WELFARE DIVISION
QUARTERS CARNATION

No.45, Ward No.8, Family Relief Division Quarters Carnation, Korukkupettai, Chennai - 600021

SPECIALIST SIDDHA DOCTOR

Dr. V.M. MARAN, D (Acu)., DYNS., DHM., SMP., ASM.,

Member, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST, All disease are treatment

No.49/1, C.P.W. Quarters, Thirumangalam Anna Nagar West, Chennai - 600040.
Cell : 9283776065, 7299305919
Tel : 044-26622904

RAJ HERBAL CENTRE

Dr. K.R. RADHAKRISHNAN, ASM., SMP.,
Member, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST
SIDDHA MEDICAL VARMA DOCTOR

No.66, Periyar Salai, Thenampet
Chennai - 600018.
Cell : 9094556060

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST

Dr. A. SRI NIVASAN,

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST

No.3/5, Kariappa Street,
Purasaiwakkam,
Chennai - 600007.
Cell : 9940555202

HERBAL TREATMENT CENTRE

Dr. R. RAM BABU (a) VETTRI BABU

Member, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST
VALLALAR NATURAL AYURVEDIC

New No.2, Old No.29, Kanniappan Street, Vettri Nagar, Chennai - 600082.
Cell : 9841924485, Tel : 044-26710004

S.N.K. HEALTH CARE

Dr. A. VEERAPARATHIRAN, RMP., ASM., SSI.,

S.N.K. HEALTH CARE

Thiruvalluvar Street, Manamai - Post
Kalpakkam - Via,
Kanchipuram - District- 603102
Cell : 9176453186, 8870207199

SIDDHA CLINIC

Dr. S. KOVINDASAMY,

Member, TAMILNADU SIDDHA MEDICAL NATIONAL ASSOCIATION TRUST

No.14, 1st Street,
Sembers Colony,
Crompettai, Chennai - 600044.
Cell : 9176171781

SIDDHA CLINIC

Dr. V. THIRUMURUGAN,

No.15B, Muthusamy Nagar,
Mangadu,
Chennai - 600122.

SIDDHA CLINIC

Dr. P. EZHUMALAI,

SIDDHA TREATMENT

No.3A, St. Peter's Avenue,
St. Peter's Nagar,
Avadi, Chennai - 600062.

SRI AMMA CLINIC

Dr. C. RAJAN,

SRI AMMA CLINIC

Perumalkoil Street,
Kosappur, Madhavaram,
Chennai - 600060
Cell : 8148775384

GANESH MOOLIGAI TREATMENT CENTRE

Dr. K. KANNAN, DNC., DYI., ASM., DHMS., DHPD.,

TAMIL SIDDHA MEDICAL SCIENTIST,
GANESH MOOLIGAI TREATMENT CENTRE,
No.7/33, 2nd Street, Lakshmi Nagar,
Lakshmipuram Road, Poonthamalli
Chennai - 600056
Cell : 8754467970

GOMATHY SIDDHA CLINIC

Dr. S. GOMATHY,

SIDDHA TREATMENT

No.8A, Masilamani Nagar,
Mathur, Manali,
Chennai - 600068.
Cell : 9841068657

LAKSHMI SIDDHA CLINIC

Dr. S. LAKSHMI,

TAMILNADU SIDDHA MEDICAL ASSOCIATION TRUST

Plot No.A14, 1st Main Road,
Thiruvenkada Nagar, TV Nagar,
Ambattur, Chennai - 600053.

VENKATESWARA SCHOOL YOGA MASTER

Dr. A. VETRIVEL,

Yoga Master, VENKATESWARA MAT. HR. SCHOOL,

Mangalam Garden,
Thirumullaivoyal,
Chennai - 600062.
Cell : 9884967533

KARUNA SIDDHA CLINIC

Dr. M. GOPINATH, DVY., SMP.,

TAMIL SIDDHA VARMA MEDICAL,
KARUNA SIDDHA CLINIC,
PUTHUR BONE FRACTURE TREATMENT,

No.8/112, Periya Thirumangalam - via,
Chinna Tharapuram - Taluk,
Karur - District - 639202.

SIDDHA YOGA CLINIC

Dr. J. NIRMALA,

SIDDHA YOGA CLINIC

No.L/15, Pushpa Nagar,
Nungampakkam,
Chennai - 600034.

DIVINE YOGA & AGATHIYAR EIYARKKAI MARUTHUVAM

Dr. D.K.C. PRAKASAN, DNYS., ACU.

DIVINE YOGA AND AGARTHIYAR EIYARKKAI MARUTHUVAM

New No.6/278, Old No.1/174, S.S. Bose Road, 61 Nandambakkam,
Kundrathur, Chennai - 600069.
Cell : 80 1234 9697
www.divineyogacentre.hpage.com

With Best Wishes

From

MURTHUZAVIYA EDUCATIONAL & CULTURAL FOUNDATION OF SOUTH INDIA.

12/186 Big Street,
Chennai - 600 005

Sponsoring body of 35 Government recognized Institution and Projects serving the Society ree for the past

உணவே உயிர்காக்கும் முதல் மருந்து

எம்.ஜி.எல். வேலாயுதம்
நிறுவனர், அல்மா ஹெர்பல்

எல்லோருக்கும் நோயின்றி நூறாண்டு வாழவேண்டும் என்ற ஆசை இருக்கிறது. அதற்கான ரகசியங்களை அகத்தியர், திருமூலர் முதலான சித்தர்கள் சொல்லிச் சென்றுள்ளனர். அதில் முதல் ரகசியம் 'உணவுவே மருந்து' என்பதாகும்.

அதனால்தான் தொலைக்காட்சி, பத்திரிகை, மருத்துவ முகாம்கள் என பல்வேறு வழிகளில் உணவு குறித்த விழிப்புணர்வை மக்களிடையே தொடர்ந்து ஏற்படுத்தி வருகிறது அல்மா நிறுவனம்.

உணவு என்ற பெயரில் உருவாக்கப்படுவது எல்லாம் உணவல்ல. நாகரிக உலகம் கண்டுபிடித்துள்ள பல உணவுகள் உயிர்கொல்லும் விஷங்கள். எனவே நாம் உண்ணும் உணவு நம் உடம்பை மட்டுமல்ல உயிரையும் சேர்த்து வளர்க்கும் உணவா என்பதை தெரிந்து உண்ணவேண்டும். அதனால்தான் திருமூலர்,

உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே - என்கிறார்.

உயிரை வளர்க்காமல் வெறும் உடம்பை மட்டும் வளர்க்கும் உணவை உண்டால் உடம்பு நோய்க்காடாகிவிடும். உடம்பில் மொத்தம் 4448 வகையான நோய்கள் வரும். அவற்றை அருகே வாரமல் தடுத்து நிறுத்துவதும், ஆரத்தி எடுத்து வரவேற்பதும் நாம் உண்ணும் உணவில்தான் இருக்கிறது.

எதை சாப்பிட வேண்டும்? எதை சாப்பிடக் கூடாது? எதை எதோடு சேர்த்து சாப்பிட வேண்டும்? எந்த நேரத்தில் எதை சாப்பிடவேண்டும் என்பதை எல்லாம் குறுந்தகடுகள் மற்றும் கைப்பிரதிகள் மூலமாக தெளிவாக சொல்லித் தருகிறது அல்மா.

ஆனால், அடிப்படையில் தெரியவேண்டியது என்ன தெரியுமா? உண்ட உணவு முழுமையாக ஜீரணமானபின் அடுத்த வேளை உண்ணவேண்டும் என்பதுதான்.

மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது
அற்றது போற்றி உணின்

உண்டது செரித்தபின் அடுத்தவேளை உணவு உட்கொள்பவருக்கு நோய்வராது. இன்னொரு விஷயத்திலும் விழிப்போடு இருக்கவேண்டும். சுவையான உணவு கிடைத்து விட்டது என்பதற்காக வயிறு முட்ட உண்ணக் கூடாது. எனவேதான் திருவள்ளுவர் உணவு உட்கொள்ளுவதை அருந்தியது என்கிறார். அருந்துதல் என்றால் மிகச்சிறிய அளவே உட்கொள்ளுதல் என்று அர்த்தம்.

அருந்துதல், உண்ணல், உறிஞ்சல், குடித்தல், தின்றல், துய்த்தல், நூங்கல், நக்கல், பருகல், மாந்தல், மெல்லல், விழுங்கல் என்று 12 வகையான உணவு உட்கொள்ளும் முறைகளை நமக்கு சித்தர்கள் வழங்கினார்கள். அதிலும் அருந்துதலையே முதலில் வைத்தார்கள்.

சித்தர்கள் அருளியதை பரம்பரை மருத்துவர்களும், படித்த மருத்துவர்களும் கட்டிக்காப்பாற்றி வருகின்றனர். எனவேதான் அல்மா நிறுவனம் படித்த மருத்துவர்களையும், பரம்பரை மருத்துவர்களையும் தன் இருகண்களாகப் போற்றுகிறது.

சித்தமருத்துவத்தின் பயனை ஒவ்வொரு நோயாளிகளும் பெற்று நலம்பெற வேண்டும் என்பதற்காக அல்மா நிறுவனம் சென்னையில் அல்மா சித்தா சிறப்பு பல்நோக்கு மருத்துவமனையை மருத்துவர் ஜெயபிரகாஷ்நாராயணன் அவர்கள் வழிகாட்டுதலின்கீழ் நடத்திவருகிறது.

பாரம்பரியமும் நவீனமும் கலந்த உலகின் மேம்படுத்தப்பட்ட முதல் தமிழ்மருத்துவமனையான இங்கு கேன்சர், சுகர், உடல்பருமன், குழந்தையின்மை என அனைத்து நோய்களுக்கும் பக்கவிளைவு இல்லாமல் சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டு வருகிறது. அதுமட்டுமல்லாமல் தமிழகம், மற்றும் கர்நாடகாவில் 20 சித்தா கேர் கிளினிக்கையும் நடத்திவருகிறது அல்மா நிறுவனம்.

கற்றாழை சாறு, நெல்லிச்சாறு, நோனி என மூலிகை உணவுகளை தயாரித்து வழங்கும் அல்மா நிறுவனம், கரிசாலை, ஆவாரை, கீழாநெல்லி, எருக்கம், பிரண்டை, வல்லாரை என உயிர்காக்கும் உயர்ந்த மூலிகைகளிலிருந்து சித்தர்கள் சொன்ன பாட முறையில் 200 வகையான மூலிகை மருந்துகளையும் தயாரித்து வழங்குகிறது.

இந்த மனிதகுலம் நோயிலிருந்து முழுமையாகக் காப்பாற்றப் படவேண்டுமானால்

- எல்லோரும் உணவுகுறித்த விழிப்புணர்வு பெறவேண்டும்.
- சித்தமருத்துவம் காப்பாற்றப் படவேண்டும்.
- சித்த மருத்துவர்களுக்கு உரிய அங்கீகாரம் தரப்படவேண்டும்.
- சித்தமருத்துவமே சிறந்தமருத்துவம் என்கிற உண்மையை ஒவ்வொருவரும் உணரவேண்டும்.

இந்த நான்கையும் முன்னெடுத்துச் செல்லும் பணியில் தன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்திவருகிறது அல்மா. அதிலும் உணவுகுறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதில் அதிக அக்கறை காட்டுகிறது. எனென்றால் உணவே உயிர்.

உனக்கான உணவை நீ உட்கொண்டால்
உனக்கான வாழ்க்கை இனிக்கும்!
உனக்கில்லா உணவை நீ உட்கொண்டால்
உனக்கான வாழ்க்கை கசக்கும்!

உன் உணவை நீ அறிந்தால்
உனக்கு நோய்கள் இல்லை!
உன் உணவை நீ மறந்தால்
உனக்கு நோய்கள் உண்டு!

உன் உணவே உன் உயிர்
உன் உணவே உன் இறைவன்!
உன் உணவை நீ உணர்ந்தால்
உன் உயிரும் உறங்கா!

•

❑❑❑

VEE HERBAL CARE (P) LTD.,

ACM PLAN

பசுமையான வணக்கங்கள் !

நலம் என்ற மூன்று எழுத்தில் சந்தோசம் அடங்கிவிடுகின்றது. வாழ்க்கையும், வாழ்வும் இணைந்துவிடுகின்றது. எனவே தாங்களும் தங்களை சார்ந்தவர்களும், உலகத்தார் அனைவரும் நலமுடன் விளங்கிட வேண்டுகின்றோம்.

சித்தா, ஆயுர்வேத மருந்துகளை தயாரிப்பதில் 1996 ஆம் ஆண்டு Dr. RAVI'S INDIAN HERBAL REMIDIES என்ற பெயரில் வாடகை கட்டிடத்தில் 12 மருந்துகளுடன் தயாரிக்க துவங்கிய மூலிகைப்பயணம், 13 வருடங்களில் சிற்சில மாற்றங்களுடன் சொந்த கட்டிடத்தில் VEE HERBAL CARE (P) LTD என்ற பெயரில் சுமார் 200-க்கும் மேற்பட்ட மருந்துகளை தயாரித்து வழங்கி கொண்டுள்ளது. 13 வருடங்களில் இமாலய வளர்ச்சியில்லை. ஆனாலும் இலாபமான, மிதமான, நேர்த்தியான வளர்ச்சியினை VHC (P) LTD அடைந்துள்ளது.

மேலும் பல நிறுவனங்களுக்கு சித்தா, ஆயுர்வேதா மருந்துகளை தயாரித்து கொடுக்கின்றோம். எங்களது மேலாண்மை இயக்குனர் **Dr. C.A. ரவி** அவர்கள் சுமார் 10க்கும் மேற்பட்ட சித்தா, ஆயுர்வேதா மருந்து கம்பெனிகளுக்கு ஆலோசகராகவும், வழிகாட்டியாகவும் உள்ளார்கள். ஏறக்குறைய 1000 மருந்துகளுக்கும்மேல் தயாரிப்பதற்கான FORMULAவை பலருக்கும் வழங்கியுள்ள பெருமை நமது மேலாண்மை இயக்குனருக்கு உண்டு.

மேலும் VHC (HOMOEO DIVISION) மூலமாக ஜுன் 2011 முதல் ஹோமியோபதி மருந்துகளை சந்தைப்படுத்தி யுள்ளோம். இதில் முதற்கட்டமாக 10 மருந்துகள் சந்தைப்படுத்தியுள்ளோம். இதன்பின் ஜுலை 2014-ல் 10 மருந்துகளும், ஜனவரி 2014-ல் 20 மருந்துகளும் சந்தைப்படுத்தவுள்ளோம்.

"சிந்திக்கின்றீர்கள்தானே இதையெல்லாம் எதற்காக எங்களுக்கு தெரிவிக்கின்றது VEE HERBAL CARE (P) LTD என்று உங்கள் மனதில் கேள்வி எழுகின்றது சரிதானே?" நிறுவனம் தங்களையும் நமது நிறுவனத்தின் ADVISORY COMMITTEE MEMBER) -ஆக நியமிக்க முடிவு செய்துள்ளது. இதன் மூலமாக உங்களுக்கும் பணம் சம்பாதிக்கும் ஓர் அரிய வாய்ப்பினை வழங்குகின்றது. நீங்கள் ACM ஆக இணைய மூன்று திட்டத்தினை VHC (P) LTD அறிவிக்கின்றது. தயவுசெய்து சற்று நிதானமாகவும், ஆழ்ந்தும் படியுங்கள்.

ADVISORE COMMITTEE MEMBER (ACM) ஆக இணைவதற்கு மூன்று முத்தான திட்டங்களை தங்களுக்கு வழங்குகின்றது. VHC (P) LTD மூன்று திட்டங்களின் கால அளவும் மூன்று வருடங்கள் மட்டுமே. விரும்பினால் மீண்டும் திட்டத்தில் தொடரலாம்.

திட்டம் - I ACM GOLD

ACM GOLD திட்டத்திற்கு செலுத்தவேண்டிய தொகை ரூ.45,000 (நாற்பத்தி ஐந்தாயிரம்) பணம் செலுத்தியவுடன் தங்களுக்கான ACM அடையாள அட்டையும், இரசீதும் வழங்கப்படும். உறுப்பினராக இணைந்த முதல் மாத முடிவிலிருந்து ஒவ்வொரு மாதமும் ரூ.900 மதிப்பிற்கு VHC (P) LTD நிறுவனத்தின் மூலமாக பொருட்கள், மருந்துகள் உங்களின் தேவைக்குள்ளதனை அனுப்பி வைக்கப்படும்.

மூன்றாம் ஆண்டு முடிவில் நீங்கள் செலுத்திய தொகை ரூ.45,000 (நாற்பத்தி ஐந்தாயிரம்) முழுமையாக திருப்பி வழங்கப்படும்.

மூலிகைப்பொருட்கள் & மருந்துகள் ரூ.900 X 36 மாதங்கள் ரூ.32,400 பலன் உங்களுக்கு கிடைக்கின்றது. உங்களது பணமும் முழுமையாக திருப்பி வழங்கப்படும்.

திட்டம் - II ACM DIAMOND

ACM DIAMOND திட்டத்திற்கு செலுத்த வேண்டிய தொகை ரூ.70,000 (எழுபதாயிரம்) பணம் செலுத்தியவுடன் தங்களுக்கு ACM DIAMOND உறுப்பினர் அடையாள அட்டையும், இரசீதும் வழங்கப்படும். உறுப்பினராக இணைந்த முதல் மாத முடிவிலிருந்து தொடர்ந்து 36 மாதங்களுக்கும் ரூ.1540 மதிப்பிற்கு VHC (P) LTD நிறுவனத்தின் மூலிகை பொருட்கள், மருந்துகள் உங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

மூன்றாம் ஆண்டு முடிவில் நீங்கள் செலுத்திய தொகை ரூ.70,000 (எழுபதாயிரம்) முழுமையாக திருப்பி வழங்கப்படும்.

மூலிகை பொருட்கள் & மருந்துகள் ரூ.1,540 X 36 மாதங்கள் ரூ.55,440 பயன் உங்களுக்கு கிடைக்கின்றது.

திட்டம் - III ACM PLATINUM

ACM PLATINUM திட்டத்திற்கு செலுத்த வேண்டிய தொகை ரூ.1,00,001 (ஒரு லட்சத்து ஒன்று) பணம் செலுத்தியவுடன் தங்களுக்கான ACM PLATINUM அடையாள அட்டையும், இரசீதும் வழங்கப்படும். உறுப்பினராக இணைந்த முதல் மாத முடிவிலிருந்து தொடர்ந்து 18 மாதங்களுக்கு மாதம் ஒன்றிற்கு ரூ.2200 மதிப்பிற்கும் அடுத்த 18 மாதங்களுக்கு மாதம் ஒன்றிற்கு ரூ.2800 மதிப்பிற்கும் உங்களது தேவைக்கேற்ப மூலிகை பொருட்கள், மருந்துகள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

மூன்றாம் ஆண்டு முடிவில் நீங்கள் செலுத்திய ரூ.1,00,001 (ஒரு லட்சத்து ஒன்று) முழுமையாக திருப்பி வழங்கப்படும்.

மூலிகை பொருட்கள் & மருந்துகள்

2200 X 18 மாதங்கள்	=	39,600
2800 X 18 மாதங்கள்	=	50,400
		90,000

ஆம் 90,000 ரூபாய் மதிப்பிற்கான பயன் உங்களுக்கு கிடைக்கின்றது.

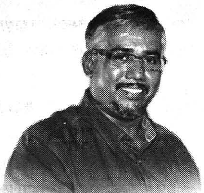
மூன்று திட்டங்களுக்கும் பொதுவான விதிகள் :

- ❖ எந்தவொரு திட்டத்திலிருந்தும் நீங்கள் இடையில் விலக நினைத்தாலும் விலகிக் கொள்ளலாம். அதனால் ஏற்படும் இழப்பினை VEE HERBAL CARE (P) LTD பெற்று கொண்டு மீதித் தொகையினை 30 நாட்களுக்குள் திருப்பி தந்துவிடும்.
- ❖ திட்டத்தினை வேறு யார் பெயருக்கு வேண்டுமென்றாலும் மாற்றிக்கொள்ளும் வசதியுண்டு. அதற்கான கட்டணம் வசூலிக்கப்படும். வாரிசு நியமனம் உண்டு.
- ❖ VEE HERBAL CARE (P) LTD-ன் தயாரிப்பான 200க்கும் மேற்பட்ட ஆயுர்வேதா / சித்தா, ஹோமியோபதி மருந்துகளில் நீங்கள் விரும்பும் மருந்துகள் உங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும் ஸ்டாக் இல்லாத நேரங்களில் மாற்றித்தரப்படும்.
- ❖ மாதமாதம் உங்களுக்கு ACM GOLD MEMBER, ACM DIAMOND MEMBER, ACM PLATINUM MEMBER திட்டத்தில் உள்ளவர்களுக்கு திட்டத்தில் குறிப்பிட்ட தொகைக்கான மருந்துகளை மருந்துகளாக மட்டுமே வழங்கும். தேவைப்படும் பட்சத்தில் VEE HERABL CARE (P) LTD இத்திட்டத்தின் கால அளவை கூட்டவோ, குறைக்கவோ உரிமை உண்டு. ஆனால் மாதா மாதம் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும் மருந்துக்கான தொகையில் மாற்றம் இருக்காது.
- ❖ VEE HERBAL CARE (P) LTD நிறுவனம் மூன்று மாதங்களுக்கொருமுறை ஏற்பாடு செய்யும் குதுகல கொண்டாட்டத்திற்கு உறுப்பினர்களுக்கு அழைப்பு விடுக்கப்படும். உறுப்பினர்கள் மட்டுமே அனுமதிக்கப்படுவர். ACM PLATINUM உறுப்பினர்கள் தங்கள் வாழ்க்கை துணை (அல்லது) கூடுதலாக ஒரு நபருடன் பங்கேற்கலாம்.
- ❖ வருடத்திற்கு ஒருமுறை சுற்றுலா அழைத்து செல்லப்படும். ACM PLATINUM உறுப்பினர்கள் 50% சதவீதம் கட்டணமும், ACM DIAMOND உறுப்பினர்கள் 65% கட்டணமும், ACM GOLD உறுப்பினர்கள் 75% சதவீதம் கட்டணமும் செலுத்த வேண்டும். மீதிக் கட்டணத்தை VHC (P) LTD செலுத்தும். தங்களது வாழ்க்கை துணையும் உடன் அழைத்து வர முழு கட்டணமும் செலுத்தவேண்டும்.
- ❖ ACM திட்டத்தில் எவ்விதமான கட்டாயத்தின் பெயரிலோ, தங்களை இணைக்க வேண்டாம். முழுமையான திருப்தி க்கு பின் தான் இணைய வேண்டும்.
- ❖ ACM திட்டத்தின் விதிகளை மாற்றவோ, சுருக்கவோ, நிராகரிக்கவோ VEE HERBAL CARE (P) LTDக்கு முழு அதி காரம் உண்டு. சட்ட விசயங்கள் அனைத்தும் புதுச்சேரி எல்லைக்குட்பட்டுதான் நடத்தப்படும்.
- ❖ ACM திட்டம் என்பது நிதி ஆதாரத்தினை திரட்டுவதற்கான ஓர் புதுமையான திட்டம் ஏறக்குறைய வட்டிக்கு பணம் வாங்குவது போல்தான். எனவே இத்திட்டம் வேறு எந்த நோக்கத்திற்காகவும் ஆரம்பிக்கப்படவில்லை.
- ❖ ACM திட்டத்தின் மூலமாக உங்களின் தொகைக்கு பாதுகாப்பும் அதிகபட்சமான வட்டியினை மருந்தாக வழங்கப்படுகின்றது.
- ❖ ACM திட்டத்தின் மூலமாக உங்களுக்கு புது புது அனுபவங்களையும், செய்திகளையும் உணர முடியும்.
- ❖ ACM திட்டங்கள் அனைத்தும் CA(ஆடிட்டர்) அவர்களின் ஆலோசனைப்படியும், சட்ட நிபுணரின் அறிவுரைப்படியும் செயல்படுத்தப்படுகின்றது.
- ❖ முன் அறிவிப்பின்றி திட்டத்தை மாற்றவும், நிறுத்தி வைக்கவும் VEE HERBAL CARE (P) LTD நிறுவனத்திற்கு உரிமை உண்டு.

உலக சித்தர் மாநாடு

சிறக்க

வாழ்த்துக்கள்....



Dr. C.A. Ravi

Chancellor - BSS NDA GOVT. OF INDIA

Managing Director

THE ZUSAANLI GROUPS

Prof. Dr. Usharavi

Secretary

COUNCIL OF INDIAN ACUPUNCTURISTS

Joint Director

THE ZUSAANLI GROUPS

THE ZUSAANLI GROUPS

- The Zusaanli Acupuncture & Ayurvedic Hospital, Cuddalore.
- Vee Herbal Care (P) Ltd., Puducherry.
- Versa Pharmaceuticals Pvt. Ltd., Puducherry.
- Indo - European Institute For Natural Medicine, Cuddalore.
- The Zusaanli Publications, Cuddalore.
- Vetri Vinayagar Medicals, Cuddalore.
- Thillai Sudar Monthly Magazine
- The Zusaanli Community College of Alternative Medicine,Cud.
- Kembammal Aruvan Trust, Cuddalore.
- The Zusaanli Acupuncture Institute, Cuddalore.
- The Zusaanli ISM & H Pharma Consultants, Puducherry.
- Zen Suppliers, Cuddalore.
- Skyscene Pictures (Films & Televisions Producers)
- The Zusaanli Health Care, Franchisee.
- Vallarai Herbals e Reflexology Centre, Puducherry.
- Zusaanli Holistic Edicational & Research Institute, Puducherry.
- Sri Vigneswara Herbals, Puducherry.

THE ZUSAANLI ACUPUNCTURE & AYURVEDIC HOSPITAL

No.11, Bharathidasan Street, (Opp. Pillayar Koil), Manjakuppam, Cuddalore - 607 001.

Phone : 04142 - 232362, 0413 - 2611665, Mobile : 9367622256, 9367622257, 9367622249

Website : www.thezusaanli.com / www.veeherbalcare.com / www.intc.in / www.zheri.in

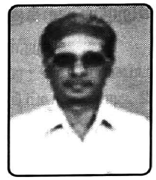
www.cia2011.org.in / www.vallarai.com

E-mail : acudrravi@gmail.com / zusaanli@thezusaanli.com / veeherbalcare@gmail.com / chairman@intc.in

info@intc.in / herbalproductmaking@gmail.com / vallarai1966@gmail.com / zheri2000@gmail.com

சிறுநீரக நோய்களும் சித்த மருத்துவமும்

முனைவர் மரு.சு.இரவீந்திரன், சென்னை.



பஞ்சபூததததததுவம் :

அண்டட்தில் உள்ளதே பிண்டம், பிண்டட்திலுள்ளதே அண்டம், இது சிட்தர்களின் மனித தோற்றட்தின் அடிப்படைட் தததுவமாகும். மனித இனட்தின் மாண்பமையும், உடற்பிணி நீக்கும் மருந்துகளையும் பஞ்ச பூதட்தின் அடிப்படையிலேயே சிட்தர்கள் உருவாக்கி வெற்றி கண்டனர். ஐம்புதட்தின் ஆட்சி பாரெங்கும் பரவி நிற்றலை குதம்பைச் சிட்தர்,

"நீரும் நெருப்பும் நெடுங்காற்று வானமும்
பாருமாய்நின்றதைக் காண் குதம்பாய்
பாருமாய் நின்றதைக் காண்'' என்று பறை சாற்றுகிறார்.

இவ்வாறான பஞ்சபூதட்கூட்டில் ஒன்றிற்கு ஒன்று அதன் சதவீதட்தில் மாறும் போதும், உடலிலும், மனதிலும் நலன் நொய்ந்து நோய் ஏற்படுகிறது. கி.மு.5 ஆம் நூற்றாண்டுக்கும் முந்திய மருட்துவம் தமிழர் மருட்துவமான சிட்த(ர்) மருட்துவமாகும். இந்த சிட்த மருட்துவட்தின் மூலம் சிறுநீர், சிறுநீரகம் தொடர்பான நோய்களுக்கான மருந்துகளைச் சிட்தர்கள் ஏடுகளில் இருந்து சுட்டிக்காட்டுவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

சிறுநீர்

மனித உறுப்புகளில் சிறந்த சேவைபுரிவது சிறுநீரகம் ஆகும். இந்த சிறு நீரகங்கள் பழுதுபட்டால் வருகின்ற துன்பம் மனித உயிரையே அழிக்கும் தன்மை கொண்டாகும்.

இரட்தக் குழாய் வழியாக இரட்தம் செல்லும்போது அதிலுள்ள கழிவுப்பொருள்கள் சிறுநீரகங்களால் உரிஞ்சப்பட்டு சிறுநீராக வெளிப்படுகிறது. ஆரோக்கியமானவரின் சிறுநீர் பொதுவாகட் தெளிவாகவும் லேசான பழுப்பு நிறமாகவும் இருக்கும். சுரம் வந்தவர்களுக்கும் வெப்பதால் பாதிக்கப்பட்டவருக்கும் கூடுதலான மஞ்சள் நிறட்தைப் பெற்றிருக்கும். மஞ்சள் காமாலையால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்குப் பிட்தநீர்ச் சேர்க்கையால் அடர்ந்த மஞ்சள் நிறட்தைப் பெற்றிருக்கும். சிறுநீரகம் தாக்குதற் குள்ளானாலோ சிறுநீரகட்தில் கல், நீரடைப்பு, நீர்க்கடுப்பு இருந்தாலோ பாதிக்கப்பட்டவர்களின் சிறுநிர் குருதிக் கலப்பால் லேசான சிவப்பு நிறட்துடனோ அல்லது குருதி சேர்ந்தோ வெளிப்படும். வெட்டை முதலிய நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் சிறுநீர் விந்துக் கலப்பால் வெளிறிய நிறட்துடன் கொழகொழப்புடன் வெளியேறும். ஆரோக்கியமானவர்களின் சிறுநீரின் அடர்ட்தி 1.010 முதல் 1.030 வரை இருக்கும் இது சிறுநீரில் கரைந்துள்ள பொருள்களின் இயல்பையும், அளவையும் பொருட்தது. சிறுநீரில் யூரியா, கிரியாடைனின், யூரிக் அமிலம், அமோனியா, அமினோ அமிலம் குளுக்கோஸ், புரோட்டீன், கால்சியம், மக்னீஷியம், குளோரைடு, பாஸ்பேட், சல்பேட், சோடியம், பொட்டாசியம், லேக்டிக் அமிலம் ஆகியவை உள்ளன என அறிவியலாளர்கள் கட்டுள்ளனர்.

சிறுநீர் மண்டலம்

மனிதனின் சிறுநீர் தொடர்பான வேலைகளை செய்யும் உறுப்புக்களைச் சிறுநீர் மண்டலம் என்று குறிப்பர், இது சிறுநீரகம், சிறுநீர்க்குழாய், சிறுநீர்ப்பை, சிறுநீர்ப்புறக்குழாய் என நான்கு முக்கிய உறுப்புகளை உள்ளடக்கியதாகும்.

சிறுநீரகங்கள்

முதுகெலும்பின் இருபக்கங்களிலும் இருக்கும் இரண்டு பெரிய மொச்சைக்கொட்டை போன்ற வடிவட்தில் கருஞ்சிவப்பாக சிறுநீரகங்கள் காணப்படும். இலட்சக்கணக்கான மெல்லிய நூலிழைகளால் ஆனது போன்ற குழாய்களை உடையது. கழிவுப் பொருட்களை உறிஞ்சும் ஆற்றல் வாய்ந்தவை. இக்கழிவுதான் சிறுநீராக வெளிப்படுகிறது. நோயின் தாக்கட்திற்குட் தகுந்தவாறு சிறுநீரின் வெளிப்பாடு கூடுதலும், குறைதலும் உண்டு, அதிலுள்ள பொருள்களின் அளவும் வேறுபடும். நோயின் தன்மைக்கேற்ப கீழ், இரட்தம், உப்பு, சர்க்கரை முதலியன சிறுநீரில் கலந்து வெளியேறும்.

சிறுநீர்க் குழாய்கள்

இரட்தட்தில் இருந்து பிரிக்கப்பெறும் சிறுநீரைச் சிறுநீரகங்களில் இருந்து சிறுநீர்ப்பைகளுக்குக் கொண்டுச் செல்வதே சிறுநீர்க் குழாயின் வேலையாகும். இக்குழாய்கள் சுமார் ஒரு அடி நீளம் கொண்டவையாகும்.

சிறுநீர்ப்பை

இது இடுப்பு எலும்புக் கூட்டின் குழியில் காணப்பெறும் சவ்வுப் படலட்தால் ஆகிய ஒருபையாகும். சிறுநீர்க் குழாய்கள் வழியாக இப்பைக்கு சிறுநீர் வந்து சேரும் நீரில் அளவு அதிகரிக்கும் போது இது விரைந்து உருண்டைவடிவமாக 9 முதல் 10 அவுன்ஸ் நீரைச் சேமிட்துக் கொள்ளும் தன்மையுடையது.

சிறுநீர்ப்புறக்குழாய்

சிறுநீர்ப்பை நிறைந்தவுடன் வெளிப்படுத்த வேண்டும் என்ற உணர்வால் ஏற்பட்டு வெளிப்படுத்துவதற்கு பயன்படும் உறுப்பு (குறிகள்) ஆகும். ஆண்களுக்கு புறக்குழாய் 3 அல்லது 4 அங்குலமும். பெண்களுக்கு 1 அல்லது 1 1/2 அங்குலமும் இருக்கும். மேற்சொன்ன இந்த நான்கு உறுப்புகளும் சேர்ந்ததே சிறுநீர் மண்டலம் எனப்பெறும்.

சிறுநீர்தொடர்பான நோய்கள்

சிறு நீர்தொடர்பான நோய்களை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம். ஒன்று கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, நீர்க்கடுப்பு முதலியன பற்றியவை. மற்றொன்று நீரிழிவு பற்றியன. இவற்றை முறையே நீர் **அருகல்** நோய் என்றும், நீர் **பெருகல்** நோய் என்றும் கூறுவர். கல்லீரலானது தனது பலவகை பணிகளுக்கிடையில் இரட்தட்தை சுட்தி செய்யும் நிலையை இழக்க நேரின் ஓரளவுக்கு தூய்மைசெய்யப் பெற்ற இரட்தட்தின் தூய்மை செய்யும் வேலையை சிறுநீரகம் மேற்கொள்கிறது. கழிவுப் பொருட்களையும் நீரையும் வடிகட்டிய பின் தூய இரட்தம் உடல் முழுவதும் செல்ல துணை செய்கிறது. இரட்தட்தில் அமிலம் அதிகமாக இருப்பினும் அல்லது கொடிய நச்சுப்பொருட்கள் (Toxin) கலந்திருப்பினும் இருதயம், கல்லீரல், சிறுநீரகம் முதலியவைற்றைப் பாதிக்கும். இதனால் இருதயட்திலிருந்து இரட்தட்தை உடல் முழுவதும் கொண்டு செல்லும் இரட்த நாளங்கள் முழுமையாகச் செலுட்தும் சக்தியை இழக்கின்றன. இந்த நிலை நீடிக்குமானால் சிறுநீரகட்திலும், சிறுநீர்ப்பையிலும் சிறுசிறு கற்கள் உருவாகின்றன. இது பொதுவாக யூரிக் அமிலம், கால்சியம் போன்ற பொருட்களை உள்ளடக்கியதாகும்.

இட்தகைய கற்கள் சிறு நீரகட்திலும் பிட்தப்பையிலும் உண்டாகலாம். அதனைப் பிட்தப்பைக் கற்கள் (Gall Stones) என்பர், சிறுநீரகக்கற்கள் (Renal Stones) என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. இது சிறுநீர் புறக்குழாய்வழியாகச் செல்லும் போது வலியும், குருதி வெளிப்பாடும் உண்டாகும். சில நேரங்களில் சீழ்பிடிட்துப் புண்ணாக்கவும் செய்யும்.

பொதுவான குறிகுணங்கள்

இந்தநோய் உடையவர்களுக்கு கொப்பூழுக்குக் கீழ் சுருக் சுருக்கென குட்தல் ஏற்படும். நீர் வெளிப்படும் போது சிறிது சிறிதாகட் தடைப்பட்டு இறங்கும் அல்லது முற்றிலும் தடைப்பட்டு பெரும் துன்பம் தரும் சிறுநீர்ப்புற உறுப்பு வீங்கிட் தோன்றும் தாங்க முடியாத வலியும், வேதனையும் தோன்றும், நீர் இறங்கும் போது எரிச்சல் உண்டாகி சிறு நீருடன், நீர்ட்தரையில் உள்ள மெல்லிய சவ்வும் குருதியும் கலந்து வெளிப்படலாம். இடுப்பு, விலா, முதுகின் அடிப்புறம் ஆகியவை விட்டுவிட்டோ, தொடர்ந்தோ மிகுதியான வலியுடன் காணப்படும். அந்நேரங்களில் மாவு உணவுப் பொருட்கள், கொழுப்புப் பொருட்கள் முதலியனவும் மலசலம் கட்டும் உணவுப்பொருட்களையும் மிகுதியாக உண்ணாமல் இருப்பது நல்லது. போதைப் பொருட்களை அடிக்கடி உபயோகப்படுட்துவது சிறு நீரகட்தை சீரழிக்கும், நீரிழிவு கண்டவர்கள் சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைட்திருக்க வேண்டும். சிறு நீரககங்களும் நீர்ட்தாரை மற்றும் சிறுநீர்ப்பை போன்றவைகள் பழுதடைந்து விடும் நிலையில் (Failure of kidneys to perform excretory and metabolic functions resulting in Anuria / Metabolic changes. This may be acute and temporary or may progress to complete loss of Renal function. இதனை ஆங்கில மருட்துவமான நவீன மருட்துவட்தில் டயாலிசிஸ் செய்து கூடுமானவரை சிறுநீரகட்தின் பழுதினை நீக்குகிறார்கள். இது சில நோயாளர்களுக்கு தற்காலிகமாகவும், நீண்ட நாட்களாகவும் செய்யப்படுகிறது. நீண்ட சிகிச்சையில் பலனளிக்காத நிலையில் மாற்று சிறுநீரகம் பொருட்துகின்றனர். (Dialysis: The process of diffusing blood across a semi permeable membrane to remove toxic materials.) Symptoms of Renal problems of Nausea, vomitting drowsiness, Head Ache and seizures that appear shortly after starting Hemo / Peritoneal Dialysis.

பொதுவாகவே சிறுநீரகங்கள் பழுதடைந்த நிலையில் நோயாளர்களின் உப்பு அளவு மிகுதியால் உடல்வீக்கம். (கால், கை முகம்) காணப்படும் சரியான நிலையில் சிறு நீர் வெளியேறாது. இரட்த அழுட்தம் (B/P) அதிகமாகும் (Hypertension) ஆகவே சிட்தமருட்துவட்தில் முதலில் நீரைப்பிரிக்கின்ற (Dіureric An agent that increase formation of urine) மூலிகைகளை சிட்த மருட்துவர்கள் வழங்கி வெற்றி கண்டுள்ளனர். இதில் தலையாய மூலிகை "சிறுகண்பூளை" எனும் சிறு பீளையாகும். இதற்கு நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, குடற்சூலை முதலியனவற்றை நீக்குகின்ற தன்மையுண்டு.

'நீரடைப்பு கல்லடைப்பு நீங்கக் குடற்சூலை
பேரிடரி ரட்தகணம் போக்கும் காண் – வாரிறுக்கும்
பூண்முலையே கேளாய் பொருந்தும் சிறுபீளை
யாமிது கற்பேதி யாதி' என்று பதார்ட்தகுண சிந்தாமணி கூறுகிறது.

கல்லையும் கரைக்கின்ற "கற்பேதி" என்று இங்கே சிறுபீளை எனும் மூலிகை சுட்டிக்காட்டப்படுகிறது.

அடுட்த கூட்டுமருந்தாக சிறுநெருஞ்சில், சிறுபீளை, மூக்கிரட்டை இவைகளை சம எடையாக தூய்மை செய்து பொடிட்து கஷாயமாக காலை மாலை குடிட்து வர சிறுநீரகம் தூய்மை பெறுவதுடன் வீக்கமும், இரணமும் மாறும். அதோடு கல்லை கரைட்து வெளியேற்ற நண்டுக்கல், கல்நார் பற்பங்கள் சிறந்த முறையில் செயல்புரிவனவாகும்.

உணவு முறை

சிறுநீரகட்தில் கற்களை உண்டாக்கக் கூடிய அல்லது உப்பு வகைகளைப் பெருக்கக்கூடிய காய்கறிகளை நோயாளர்கள் தவிர்ப்பது நல்லது. தக்காளி, முட்டைகோசு, காளிப்பிளவர், பாகற்காய், வாழைப்பூ, பருப்புக்கீரை, முந்திரி, பாதாம், விளாம்பழம், கோகோ, டீ முதலியனவாகும்.

முள்ளங்கி, சுரைக்காய், கீரைட்தண்டு, வாழைட்தண்டு, சிறுகீரை, அவரை, வெண்டை, பசளைக்கீரை, ஆகியவற்றை உணவில் சேர்ட்துக் கொள்வது மிகவும் நல்லது. அடிக்கடி வலி நிவாரண மாட்திரைகள் (ஆஸ்பிரான்) கடைகளில் வாங்கி சாப்பிடுவதைட் தவிர்க்கவும்.

சிட்தமருந்துகளில் பற்பவகை மருந்துகளான சிலாசட்து, படிகாரம், குங்கிலியம், இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றையோ அல்லது முக்கூட்டு மருந்தாகவோ இளநீருடன் கொள்ள நீர்கட்டு, நீர்எரிச்சல் நீங்கும். வாழையின் அடிக்கீழங்கின் தண்ணீருடன் வெடியுப்பு சுண்ணம் சிறு அளவு சேர்ட்து அருந்த நீர்க்கட்டு உடையுமென புலிப்பாணி வைட்தியம் கூறுகிறது.

"அப்பிரக பற்பட் தருமை யாரறிவார்

செப்புமுனே நீர்க்கட்டுட் தீருமே" – என்கிறது தேரையர் வெண்பா.

பச்சரிசி, விராலியிலை இரண்டையும் எருமைப்பால் விட்டரைட்து புன்னக்காயளவு எடுட்து தேற்றான் விதை சூரணட்துடன் பிசைந்து சாப்பிட நீரில் இரட்தம் வருவதைட் தடுக்கும்.

சிறுநீரில் வெள்ளை:

சிறுநீர் இறங்கும்போது அல்லது அதன் முன்பின் வெண்மையாக இழியும் இதனை வெட்டை என்றும் பிரமியம் என்றும் கூறுவர். நீர்ட்தாரையில் எரிச்சல், குட்தல், வலி முதலிய துன்பம் இருக்கும், நீர்வெளிப்படும் போது நாற்றம் எடுக்கும். இது ஆண், பெண் இருபாலாருக்குமே வருகின்ற நோயாகும். இதற்கு கற்றாழையே சிறந்த மருந்தாகும். ஆனைநெருஞ்சில் எனப்படும் பெரு நெருஞ்சில் கஷாயட்தை முறையாக உண்டுவரின் வெட்டை, வெள்ளை ஒழுக்கு முதலியவை நீங்கும்.

நீரிழிவு (Diabetes mellitus):

சிட்த மருட்துவட்தில் முக்குற்றங்களாலும் நீரிழிவு வருமென்று வலியுறுட்தப்படுவதை நாம் அறிய வேண்டும்.

காற்று: (வாதம்) கை, கால், கண் இவை அழல் போல் எரியும், நாக்குவறளல் பல், நா, தொண்டை முதலியன கறுட்து பேச்சு வண்மை குறைட்து, பசியும் நீர்வேட்கையும் உண்டாகும்.

தீ (பிட்தம்)

உடல் முழுவதும் வெப்பமுண்டாகி உடல் எரிச்சல், உடல் வறண்டு சுருங்குதல், மிகுந்த வேர்வை, நீர்ட்தாரை, விரை, உந்தி, ஈரல் ஆகியன வெந்து போதல் (Inflammation)

நீர் – (கபம்)

உடல் பருட்தும், வெளுட்தும் காணப்படும். உடல் தோல் கேடடைந்து சொறி, திணவு, சிரங்கு முதலியன உண்டாதல், அடிக்கடி நீர்வேட்கையும், பசியும் ஏற்பட்டு இருமலும், கோழைக்கட்டும் உண்டாகும்.

பொதுக்குணம் :

அடிக்கடி பெருமூச்சு வெளிப்படல், அடிக்கடி நீர்போதல், எடைகுறைதல், உடல் மெலிதல், கட்டி, இருமல், காயம் எளிதில் மாறாமை, மூட்திரைதாரையில் புண், எரிச்சல், வாய்உலர்ந்து போதல், தாகம் சோர்வு, உற்சாகமின்மை, கண்பார்வை பாதிப்பு, கண்ணில் நீர் வழிந்து கொண்டிருப்பது, பற்கள் வலிமை இழந்து விடுதல், ஈறு கோளாறுகள், அடிக்கடி பசி, தூக்கமின்மை, மலச்சிக்கல், இல்லற இன்பட்தை முழுமையாக அனுபவிக்க இயலாமை (Sexual disorders) இளமையிலே முதியட் தோற்றம், கை, கால் எரிச்சல், உறுப்புகள் மரட்துப்போதல் போன்றவை பொதுவாக நீரிழிவு உள்ளவர்களுக்கு ஏற்படும்.

நீரிழிவுக்குக் காரணங்கள்:

அடிக்கடி அதிக உணர்ச்சிவசப்படுகிறவர்களுக்கு, இன்சுலின் சுரப்பு பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. மரபு, வழி வருகின்ற (Heriditary) சர்க்கரை வியாதி, சிறுநீரக பாதிப்பு, விந்துப்பையில் தோன்றும் நோய்களும் இந்நோய்க்கு காரணமாக அமைகிறது. அதிக உணவு, அதிக உடலுறவு, தொடர்ந்து மலச்சிக்கல், அஜீரணக் கோளாறுகள், உடலுழைப்பின்மை, உடற்பயிற்சியின்மை, போதை பழக்கம், தொடர்ந்து மது அருந்துவதால் ஈரல் கெட்டு அதன்மூலம் கணையம், உள்ளுறுப்புகள் பாதிப்பு அடைதல் போன்றவை முக்கிய காரணமாக இருப்பினும் கர்ம வினையும் ஒரு காரணமாகக் அகட்தியர் பன்னிருகாண்டம் 200 கூறுகிறது.

"ஆமப்பா மனிதர்செய்த கன்மட்டாலே
அரகரா மேகமென்ற ராசாவாலே
காமப்பால் வீதனட்டால் பொசிப்பினாலும்
கைக்கடங்கா நோய்கள் வரும் கன்மட்டாலே!
போமப்பா மேகம் வந்த காரணந்தான்
புகலுவேன் உயிர்வதைகள் செய்வதனால்" என்றும், மேலும்
"பாரப்பா கன்மநிவர்ட்தி செய்யாவிட்டல்
பலியாது வைதியந்தான் கன்மட்டாலே
பேரப்பா மருந்தினால் பிணியே தீர்ந்தால்
பெருட்த கன்மம் வைட்தியனைப் பிடிக்குமன்றோ" என்றும்

மற்றொரு பாடலிலும்

"பாரே நீ எம்மருந்து முடிட்திட்டாலும்
பார்வதியாள் வயிரவன் தன் பூசை வேணும்
காரே நீ விரதமதை விட்டிடாதே !
கண்மணியே சாபமதை நிவர்ட்தி செய்யே! என்று
பாவட்தின் மூலம் வந்த சாபட்திற்கு, நோய்க்கு
இறைவன், இறைவியிடம் பாவநிவர்ட்திக்கு பூசை
செய்ய வேண்டி வலியுறுட்துகிறார்.

நீரிழிவுக்கு தலையாய காரணமாக அகட்தியர் தனது அகட்தியர் 1200–ல் கூறுவது யாதெனில்,

"கோதையர் கலவி போதை
கொமுட்தமீ னிறைச்சி போதை
பாதுவாய் நெய்யும் பாலும்
பரிவுடன் உண்பீராகி ல்
சோத பாண் டுருவமிக்க
சுக்கில பிரமேகந்தான்
ஒது நீரிழிவு சேர
வுண்டென வறிந்து கொள்ளே! என்று நீரிவுக்கு கன்மவினை மட்டுமே காரணமன்று,

மனித ஒழுக்க கட்டுப்பாடும் அவசியமென உணர்ட்துகிறார்.

நீரிழிவுக்கு மருட்துவம்:

கொய்யா இலைட் தளிர்களுடன், இலவம் பஞ்சுமரட்தின் வேர்க் கஷாயம் செய்து அருந்தலாம். மருதம்பட்டைக் கஷாயம், நாவல் கொட்டை, சிறுகுறிஞ்சான்இலை, மாம்பூ, மாவிலைட்தளிர் ஆகியவையும் நீரிழிவைக் கட்டுப்படுட்தும். ஆலம் விழுது கஷாயம், ஆலம் பட்டை, வில்வமரப்பட்டை, அல்லது கட்டை கஷாயம், ஆவாரம் பூ இலை விதை ஆகியவைகளும் நீரிழிவைக் கட்டுப்படுட்தும்.

ஆசனங்கள்:

தினமும் மனதை ஒருநிலைப்படுட்த மூச்சு பயிற்சி, தியானட்தோடு முக்கிய ஆசனங்களான புஜங்காசனம், பஸ்திமோட்தாசனம், யோகமுட்ரா, சர்வாங்காசனம், சலபாசனம், தனுராசனம் போன்ற ஆசனங்களை தினமும் செய்வதன் மூலம் நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்பாட்டில் வைட்துக் கொள்ளலாம்.

சிறுநீரும் மருந்தாகும்:

விலங்குகளில் பசு மூட்திரம், எருமை மூட்திரம், வெள்ளாட்டு மூட்திரம், யானை மூட்திரம், குதிரை மூட்திரம், ஒட்டகசிவிங்கி, கழுதை இதன் மூட்திரங்களும், மனித மூட்திரமும் நல்ல மருந்தென சிட்தர்களும் அறிஞர்களும் அதன் மகட்துவட்தை அறிந்து பயன்பாட்டு முறையிலும் கையாளுகின்றனர் என்பது குறிப்பிடட்தக்கதாகும்.

இவ்வாறு சிட்தர்கள் கூறிய வாழ்க்கை விதிமுறைகளிலும், உணவுப் பழக்கங்களிலும் ஓர் இலக்கணட்தை வகுட்துக்கொண்டு மனிதன் வாழ வேண்டும் உலக வாழ்க்கையில் பேராசைக்கு மனதில் இடமளிக்காமலும் வாழ்ந்து வருவோமானால் சில கொடிய நோய்கள் மனிதனை தாக்காமல், நல்வினை செய்வதன் மூலம் நல்ல மருந்தும், நல்ல மருட்துவனும் கிடைக்கப்பெற்று நலமோடு இப்பூவுலகில் வாழலாம் என்பதை ஓரளவுக்கு இக்கட்டுரை தெளிவுறுட்துகிறது.

❑❑❑

Chennai HERITAGE HOSPITALS

Promoting life, Naturally...

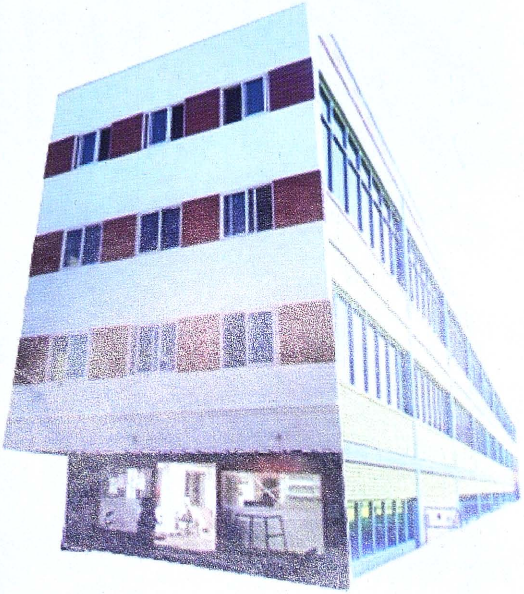
A Siddha and Ayurveda Multi Speciality Hospital

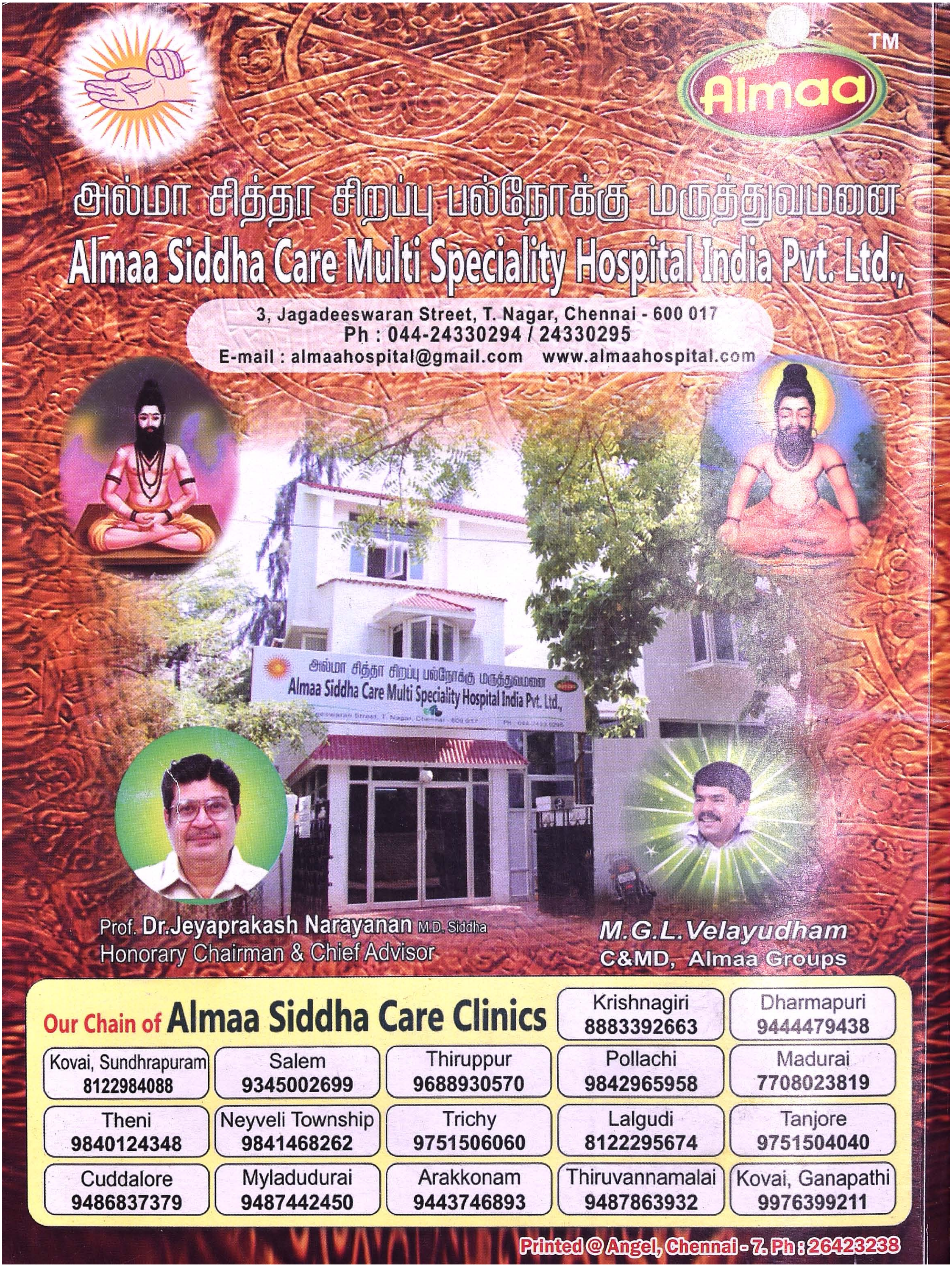
No 2A, Babu Jagan Street, Kannan Bala Nagar, Arumbakkam, Chennai – 600106
(opp Vijay Park and Radha Park Inn Hotels @ 100ft road, Koyambedu)
Ph: +91 9094213242 - Website: www.heritagehospitals.com - email:contact@heritagehospitals.com

Facilities

- ✓Well qualified and experienced physicians of Siddha and Ayurveda.
- ✓Consultation of modern medicine doctors available
- ✓Professional, dedicated and experienced masseurs, Thokkanam and Panchakarma staff
- ✓Attached 24hrs pharmacy
- ✓24 hrs well equipped pathology and biochemistry laboratory with ECG facilities
- ✓Cafeteria with 24hr coffee shop
- ✓Spacious Canteen with pure and hygienically cooked vegetarian food
- ✓Dedicated Physiotherapy Department.
- ✓Regular yoga demonstration and classes by experts.
- ✓Modernized laundry.

- ✓Well-furnished AC rooms with attached bath, shower, TV with satellite connection and internet with wi-fi facilities.
- ✓RO drinking water and 24hrs hot water.
- ✓24 hr power backup and lift facility
- ✓Travel Desk with pickup and drop, local site-seeing facilities.
- ✓Dhanvanthri – Agasthiyar – Vinayakar Temples.
- ✓Sufficeint Car parking and 2 wheeler parking
- ✓Centrally Placed location – 7kms from central railway station and 12 kms from Airport
- ✓Walkable distance from CMBT Bus stand and MMDA metro Railway Station
- ✓Economic and comfortable male and female wards




Almaa
அல்மா சித்தா சிறப்பு பல்நோக்கு மருத்துவமனை
Almaa Siddha Care Multi Speciality Hospital India Pvt. Ltd.,
3, Jagadeeswaran Street, T. Nagar, Chennai - 600 017
Ph : 044-24330294 / 24330295
E-mail : almaahospital@gmail.com www.almaahospital.com
Prof. Dr.Jeyaprakash Narayanan M.D. Siddha
Honorary Chairman & Chief Advisor
M.G.L.Velayudham
C&MD, Almaa Groups
Our Chain of Almaa Siddha Care Clinics
Krishnagiri 8883392663
Dharmapuri 9444479438
Kovai, Sundhrapuram 8122984088
Salem 9345002699
Thiruppur 9688930570
Pollachi 9842965958
Madurai 7708023819
Theni 9840124348
Neyveli Township 9841468262
Trichy 9751506060
Lalgudi 8122295674
Tanjore 9751504040
Cuddalore 9486837379
Myladudurai 9487442450
Arakkonam 9443746893
Thiruvannamalai 9487863932
Kovai, Ganapathi 9976399211
Printed @ Angel, Chennai - 7. Ph : 26423238