உ

செந்தாமரை முகனே!

ராகம் : சிந்து பைரவி] [தாளம் : ஆதி

பல்லவி

கந்தா குமரா கார்த்திகேயா — உமையாள்
மைந்தா முருகா மால் மருகா (கந்தா)

அனுபல்லவிகள்

செந்தாமரை முகனே
செந்தூரில் வாழும் குகனே
வந்தே யெமக்கருள்வாயே நலம்
தந்தே கருணை புரிவாயே திருக்
(கந்தா)

எந்தாயு மருட் தந்தையும் நீயே
சிந்தாகுலம் தீர் மணியே - அருட்
கந்தா - கந்தா - யெனவே புகலின்
இந்தா - இந்தா - யெனுமருளே
திருக் (கந்தா)

— கலாபாரதி —

தணிகை ஆடி கிருத்திகை விழா.

தமிழகத்தின் தனிப்பெரும் சிறப்பு கொண்ட தணிகை மலையில் எழுந்தருளிய **ஸ்ரீ முருகப் பெருமானுக்கு** ஆடி கிருத்திகையில் ஆண்டு தோறும் விழா நடப்பது அன்பர்கள் அனைவருக்கும் தெரிந்த விஷயமே! தமிழகத்தின் முருக பக்தர்கள் எல்லாம் காவடி எடுத்து ஊர் ஊராக நடந்து சென்று, பால் காவடி, பன்னீர் காவடி, புஷ்பக் காவடி, மயில் காவடி போன்ற காவடி எடுத்து அவன் திருப்புகழ் பாடிக்கொண்டு தணிகை மலை சேர்ந்து பிரார்த்தனை செய்யும் காட்சி கண்கொள்ளாக் காட்சியாகும். இப்படி செல்லும் பக்தர்களுக்கு ஆங்காங்கு தண்ணீர் பந்தல் வைத்து நீர், மோர், பானகம், சாப்பாடு முதலியவைகளை கொடுத்து பக்தர்களை வழிகூட்டி அனுப்புவது ஆம்பூர், வாணியம்பாடி, குடியாத்தம், வேலூர், ஆற்காடு, அரக்கோணம், சென்னை, காஞ்சீபுரம் மற்றும் அநேக ஊர்களில் திருப்பணி செய்து பக்தகோடிகளுக்கு அஞ்சலி செலுத்துவது தலைமுறை தலைமுறையாக நிகழ்ந்து வரும் ஓர் பண்டைய மரபு.

இங்கனம் திருப்பணி செய்வதில் வடாற்காடு ஜில்லா வாசிகள் மேன்மேலும் ஈடுபட்டு தமிழ்க் கடவுளாம் வள்ளி சேனபதியின் திருவருளை பெற்று உய்ய வேண்டி இம்மாதம் அட்டைப்பட விளக்கத்துடன் முருகப் பெருமான் திருவுருவப் படத்தை நினைவாக்கி வெளியிட்டு இருககிறோம். ஆடி கிருத்திகை தரிசனத்தால் தணியாத கவலைகளும், நோய்களும் தணிந்து போகும் என்பதில் ஐயமுண்டோ?

திருமுருக. கிருபானந்தவாரியார் மணிவிழா.

வாசக அன்பர்கள் கவனத்திற்கு கடந்த மாதம் திரு. வாரியார் சுவாமிகள் மணிவிழா ஆகஸ்டு மாதம் முதல் வாரத்தில் நடக்க இருப்பதை அறிவித்து இருந்தோம். அதன்படி சுவாமிகள் பேரில் அன்பும் விசுவாசமும் உடைய ஏனைய தமிழன்பர்கள் அனைவரும் அவரவர்கள் நன்கொடை அன்பளிப்பு ஆகியவைகளை கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பித் தர வேண்டுகிறோம்.

முகவரி : அன்பன், **மு. பெருமாள் அவர்கள்,**

நெ. 20, புஜங்கராவ் தெரு, சலவன்பேட்டை, வேலூர். (வ. ஆ.)

மூலிகைமணி மருத்துவ மாத இதழ்.

ஆசிரியரும் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும்,

ஆ. இரா. கண்ணப்பர், *R. M. P. Regd.*

ஆண்டு சந்தா : ரூ. 5—00 : : தனிப்பிரதி : 50 காசு

ஆறு மாத சந்தா கிடையாது.

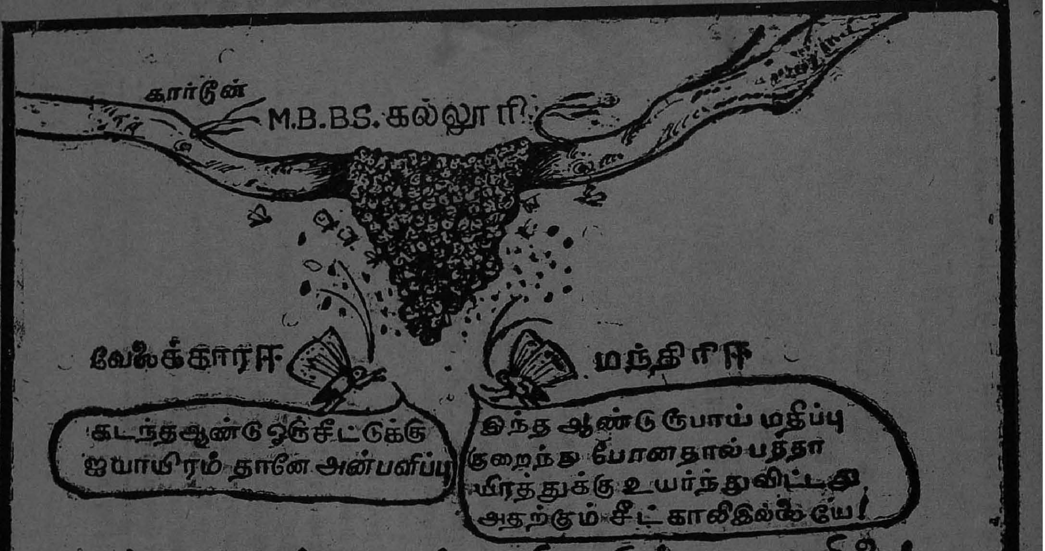
பராபவ ஆடி இதழில்

1.	செந்தாமரை முகனே ! (பாட்டு)	...	1
2.	தணிகை ஆடி கிருத்திகை!	...	2
3.	கார்ட்டூன்	...	4
4.	சித்து விளையாட்டு! (தலையங்கம்)	...	5
5.	பாளையங்கோட்டை கல்லூரியைப் பாழாக்காதீர்!	...	7
6.	நம் நாட்டு மூலிகைகள் (83-வது கட்டுரை)	...	9
7.	யார் உண்மை பாக்கியசாலி!	...	13
8.	பாம்பு (தொடர் கட்டுரை)	...	14
9.	பயனுள்ள புத்தகம்	...	16
10.	மானிட உடலியல் (தொடர் கட்டுரை)	...	17
11.	நோயும் மருந்தும் (கேள்வி-பதில்)	...	21
12.	தீங்கிழைக்கும் திரைப்படத்தை தெரிந்து நீக்கு!	...	26
13.	இதய ஒலி !	...	31
14.	இலட்சியவாதி (தொடர் கட்டுரை)	...	33
15.	ஆங்கில மருந்தை அகற்றிடவேண்டும் (பாட்டு)	...	36
16.	இறைவன் ஒன்றே !	...	37
17.	விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும் (தொடர் கட்டுரை)		40
18.	மனமும், மனவடக்கமும்	...	46
19.	எல்லா உலகும் பெறும்	...	49

போன் நெ. 726 : : தபால் பெட்டி நெ. 26

அலுவலகம் :— 33-1, தென்னமரம் தெரு, வேலூர். (வ. ஆ.)

மூலிகை மணியில் வெளியாகும் கட்டுரைகள் பதிப்பகத்திற்கே உரியது ஆசிரியர் உரிமையின்றி யாரும் பயன்படுத்தக் கூடாது. கதை, கட்டுரையில் வரும் பெயர்கள் சம்பவங்கள் கற்பனையே, யாரையும் குறிப்பிடுவதல்ல,



ஆங்கில மருத்துவ கல்லூரிகளின் அவலநிலை!

உ

முருகா.

ஐந்து கரத்தனை யானை முகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றனை
நந்திமகன்றனை ஞானக்கொழுந்தனை புந்தியில்வைத்தடி போற்றுகின்றேனே

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன் றறியேன் பராபரமே. - (தாயுமானவர்)

மலர் 2 பராபவ ௵ ஆடி ௴ (ஜூலை 66) இதழ் 9

சித்து விளையாட்டு!

விளையாட்டு என்பதற்கு பல பொருள் கொள்ளலாம். பிள்ளைகள் விளையாட்டு, பள்ளி விளையாட்டு போன்ற பல சமூக விளையாட்டுகளை நாம் பார்க்க அடிக்கடி சந்தர்ப்பம் ஏற்படக்கூடும். ஆனால், நம்நாட்டில் பதினெண் சித்தர்கள் வழிவந்த சித்தர்கள் சித்து விளையாட்டுக்களை கண்கூடாக நாம் காணுவது அரிதே! இது போன்ற விளையாட்டுகளை காண்பவர்கள் பாக்கியசாலிகளே ஆவார்கள்.

ஆனால் அண்மையில், ஒரு சித்து விளையாட்டு செய்யப் போகிறேன், செய்து காண்பிப்பேன்! என்று தற்பெருமையாக சொல்லிக் கொண்டு ஒரு ஹடயோகி "நீர் மேல் நடப்பதாக" சவால் கூறிக் கொண்டு மந்திரிகளை யெல்லாம் மயக்கி விட்டார். மந்திரிகளும் இந்த மயக்கத்தில் போதை கொண்டு அவரை தலைமேல் தூக்கிவைத்துக் கொண்டு கூத்தாடி, அவருக்கு வேண்டிய நீர்மேல் நடக்கும் சாதனங்களை

எல்லாம் செய்து கொடுத்து இதை பொதுஜனங்களும் பார்க்க டிக்கட்டும் வைத்து கண்காட்சியாக செய்து ஏற்பாடுகள் நடந்தன. சம்பவ தினமும் வந்தது! ஏராளமான மக்கள் பணம் கொடுத்து டிக்கட்டை வாங்கி "ஹடயோகி" நீர் மேல் நடப்பதை ஆவலோடு எதிர்பார்த்திருந்தனர். இதில் வேடிக்கை என்னவென்ருல் மதியூக மந்திரிகள் எல்லாம் அந்த நீர்த்தொட்டியின் அருகே நின்றுக்கொண்டு இந்த அரிய சாதனையில் தன் முகம்தான் போட்டோவில் முதல் இடம் பெறவேண்டும் என்று தலையை நீட்டிக் கொண்டிருந்தனர். எப்படியாவது தன் பெயர் பத்திரிகையில் "அடிபட" வேண்டுமென்று நினைத்திருந்த அந்த போலி ஹடயோகி தண்ணீரின் மேல் நடக்க ஆரம்பித்தார். ஓர் அடி எடுத்து நீர் மேல் நடக்க ஆரம்பித்ததும், "தொபுக்கடீர்" என்று நீரில் மூழ்கி கழுத்தளவு நீரில் காட்சியளித்துக் கொண்டு இருந்தார். இது தான் தருணம் என்று பத்திரிகை நிருபர்களின் புகைப்படக் கருவிகளும் "கிளிக்" "கிளிக்" என்று படங்களைத் தட்டின. மந்திரிகளின் முகத்தைப் பார்க்கவேண்டுமே!

தற்கால மந்திரிகளின் நிர்வாகத் திறமையை இந்த ஒரு சம்பவத்தை கொண்டே ஒருவாறு ஊகித்தறியலாம். "சித்தர்கள் விளையாட்டு" என்பது மக்களின் மனோவாக்கு காயங்களுக்கு அப்பாற்பட்டது. அஷ்ட சித்தும் கைவரப்பெற்ற ஒரு யோகி, நான் அதைச் செய்வேன், இதைச் செய்வேன் என்று மக்களிடையே சொல்லிக் கொண்டு பெருமையடித்துக் கொண்டு திரியமாட்டான். இந்த ஒரு சிறிய விஷயம் மந்திரிகளின் மூளைக்கு எட்டாதது ஏனோ?

ஆனுல் உண்மை சித்தர்களின் சித்து விளையாட்டுக்கள் மேற்கண்ட போலிச் சம்பவங்களால் அழியாத ஒன்ருகும். இன்றளவும் நம்மோடு சித்தர்கள், ஹடயோகிகள் வாழத்தான் செய்கிருர்கள். அவர்கள் மக்களோடு மக்களாக, ஏதும் தெரியாதவர்களாக, ஏழ்மை நிலையில் பிச்சைக் காரர்களாகவும், தற்பெருமை இல்லாதவர்களாகவும், நாயுடன் ஒரே எச்சில் இலையில் உண்பவர்களாகவும் காட்சி அளிப்பார்கள். இதனை எல்லோரும் அறிய முடியுமா? ஒருக்காலும் முடியாது! "பாம்பின் கால் பாம்பறியும்" என்ற பழமொழிப்படி, பாமர மக்களில் ஒரு சிலர் வாழ்க்கையில் ஒட்டியும், ஒட்டாமலும் வாழ்க்கை நடத்துகிருர்களே, அவர்கள் கண்களுக்கு மட்டும்தான் இவர்கள் சித்தர்கள் என்ற உணர்வு பட்டு அவர்கள் பின்னே நடப்பார்கள்.

சித்தர்கள் என்ருல் அவர்களும் ஒரு எளிய மக்கள்தான்! என்று தமது அதிகாரத்திற்கும், உத்திரவுகளுக்கும் கீழ்படிந்து நடப்பவர்கள் தான் என்று நினைத்த மந்திரிகளின் மடத்தனமான செய்கைக்கு ஒரு போலி

ஹடயோகி சரியான பாடத்தைக் கற்பித்தான். இனியாகிலும் மந்திரிகள் மக்களின் மனதை புரிந்துக் கொண்டு மக்களுக்குத் தேவை என்ன? அவர்கள் கஷ்டங்கள் என்ன? அவர்களின் குறைகள் என்ன? என்பதை கேட்டு உணர்ந்து வேண்டிய சட்டங்களை திருத்தி நாடு நலம்பெறச் செய்வார்களா என்பதை காலந்தான் நிர்ணயிக்கும்.

பாளையங்கோட்டை கல்லூரியைப் பாழாக்காதீர்!

கடந்த மாதம் சென்னையில் அகில இந்திய வைத்திய மாநாடு ஒன்று நடந்தது. ராஜாஜீ ஹாலில் 3 நாள் தொடர்ந்து நடக்கும் என்று பிரமாதமான விளம்பரங்கள் செய்யப்பட்டும் இருந்தன! ஆனால் ஒரே நாளில் "புஸ் வாணம்" போல் ஆகிவிட்டதாக வதந்தி. இந்த மாநாட்டிலே இந்திய வைத்தியங்களுக்காக குறிப்பாக சித்தவைத்திய முன்னேற்றத்திற்கு எந்தவிதமான ஆக்க முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்று விவாதிக்கப் படவில்லை. அதோடு ஒரு உருப்படியான தீர்மானங்கள் நிறைவேற்றியதாக எந்த செய்தி பத்திரிகைகளிலும் வெளியாகவில்லை. இதற்கு சித்த வைத்திய மாநாடு என்று சொல்லிக்கொண்டு ஏராளமான பணச்செலவு செய்து இருக்கிறார்கள். இதைத்தான் **கண் துடைப்பு நாடகம்** என்று முன்னமே குறிப்பிட்டுள்ளோம்.

சென்னை ராஜ்ஜியத்தின் பிராந்திய வைத்தியம் சித்த வைத்தியம். இது வளர்ச்சியடைய வேண்டும் என்ற அக்கறை நமது மாநில மந்திரிகளில் ஒருவருக்கு கூட இல்லை என்று துணிந்து கூறலாம். அப்படி அக்கறை கொண்டு ஒரு மந்திரியாவது இருந்து இருப்பின் கீழ்ப்பாக்கம் இந்திய மருத்துவக் கல்லூரியை மூடியிருக்க மாட்டார்கள்! அதோடு இன்னொரு விஷயத்தையும் தெரிவிக்க விரும்புகிறோம். சித்த வைத்தியத்திற்காக ஒரு சில நல்லெண்ணம் படைத்தவர்கள் முயற்சியால் பாளையங்கோட்டையில் கல்லூரி துவக்கி இரண்டாண்டுகளாக நடந்து வருகிறது. அதுவும் இந்திய மருத்துவக் கல்லூரி என்ற பெயரால்தான்! இதில் சேரும் மாணவர்களில் தமிழ் தெரிந்தவர்களுக்கு சித்த வைத்தியமும், சமஸ்கிருதம் தெரிந்தவர்களுக்கு ஆயூர்வேதமும், உருது மொழி தெரிந்தவர்களுக்கு யூனானி வைத்தியமும் பயிற்சி தரவேண்டும் என்பது சட்டம். இது நியாயமான சட்டம் என்பது நல்ல உள்ளம் படைத்தவர்களுக்கு தெரியும். ஆனால் தற்போது நடந்த மாநாட்டில் மேல்கண்ட சட்டத்தைத் தளர்த்த வேண்டுமாம்! இப்படி ஒரு சிலர் பேசியிருக்கின்றனர். இதுதான் மாநாட்டின் முக்கிய நிகழ்ச்சி! சென்னை ராஜ்ஜியத்திலே ஆயூர்வேத யூனானி கல்லூரிகள் பல தனியார் ஸ்தாபனங்களாக நடந்து வருகின்றன!

அதிலே சித்த வைத்திய வகுப்புகள் கிடையாது. சித்த வகுப்புகளை அவர்கள் நடத்தவும் இஷ்டப்பட வில்லை. இவர்களைப் போலவே வசதி உள்ள தனியார், சித்த வைத்தியக் கல்லூரி நடத்தவும் நமது மாகாண மதியூக மந்திரிகள் இடந்தரவில்லை, பாளையங்கோட்டையில் புதிதாக ஆரம்பித்த கல்லூரி ஒன்றுதான் சுத்த சித்த வைத்தியமாக நடக்கிறது. இதற்கும் இம் மாநாட்டில் வேட்டு வைத்து (ஆயூர்வேதத்தையும் யூனுனி வைத்தியத்தையும் கலந்து) கல்லூரியைப் பாழாக்க சதி திட்டமிட்டு உள்ளனர். இது நிறைவேறும் பக்ஷம் தமிழ் நாட்டில் பெருத்த கிளர்ச்சியும் உண்ணுவிரதமும், சத்தியாகிரஹமும் ஏற்படக் கூடும் என்று சம்மந்தப் பட்டவர்களுக்கு எச்சரிக்கை செய்கிறோம்.

P. U. C. வகுப்பு 'C' கிரேட் மார்க் ஒழிக!

புகுமுக வகுப்பு பாஸ் மார்க் தரம் பிரித்த விதம் மிகவும் விசித்திரமாகவும், வேடிக்கையாகவும், அதேசமயம் மேல்படிப்புக்கு போக நினைக்கும் மாணவர்களுக்கு வேதனையும் வருத்தமும் தரும் விஷயமாக இருக்கிறது. D. A. B. + என்று மூன்று தரமான 'கிரேட்' களை பிரித்து C கிரேட் ஐ நீக்கி இருக்கலாம். இப்படி செய்து இருப்பின் காலேஜ்களில் கூட இடநெருக்கடி குறைந்திருக்க கூடும். இந்த 'C' கிரேட் பாஸ் செய்த ஏழை மாணவர்களின் பரிதாப நிலையை எழுத்தால் வர்ணிக்க இயலாது. C கிரேட் செல்வ நிலையுள்ள வசதி படைத்த மாணவன் கவலைபடாமல் பணத்தை வாரி இறைத்துவிட்டு தான் விரும்பிய டிகிரி கோர்ஸுக்குப் போய் விடுகிருனே! எந்த சட்டம் இயற்றினுலும் அது வசதி படைத்தவனை பாதிப்பதில்லையே! இப்படி சட்டத்தால் ஏழையையும், பணக் காரரையும், பிரித்துவிட ஏழை தராசு நிறை இறங்கி, பணக்கார தராசு மேலே தூக்கிக் கொண்டு விடும்! பிறகு ஏழையிடம் என்ன வரும்; புரட்சி மனப்பான்மை ஓங்கும்! புரட்சியால் பல அரசாங்கம் கவிழ்ந்து போவது கண்கூடாகப் பார்க்கிறோமே! எனவே இந்த P. U. C. மாணவர்களுக்கு மார்க் 'C' என்பதை ஒழித்துக்கட்டி நாட்டுக்கு நல்லதை செய்ய வேண்டுகிறோம்.

நம் நாட்டு மூலிகைகள்

[83-வது கட்டுரை]

நஞ்சு முறிச்சான்

நஞ்சு முறிச்சான் என்ற மூலிகை கொடி வகையைப் போன்று வளரும் ஓர் பூண்டு. உத்தாமணியைப் போலவே இது எங்கும் வளரக் கூடியது. இதை கிராம மக்கள் கக்குப்பாலை என்றும் நஞ்சாமுஞ்சா கொடி நஞ்சறுப்பான் என்று பலவகையாக கூறுவது வழக்கு. பாலைக் கொடி இனத்தைச் சார்ந்த இந்த மூலிகைக்கு அகராதிகளில் கொடிப்பாலை, நஞ்சுமுறித்தான், கொண்டைச்சாணி என்று குறிப்பிடுகின்றது. ஆங்கில வார்த்தையில் "ஆசில்பியஸ் பிரோலிபெரா" (Ascelpius Prolifera) என்று கூறுவர்.

இந்த கொடி வகையின் இலைகள் ஒரு சிறிய ஆல இலை போல நீண்ட வடிவமாக இருக்கும். கொடிக் காம்பில் இலைகள் நேர் எதிராக இரட்டையாக இலைவிட்டு ஆறங்குல இடைவெளிக்கு இலைகளை விட்டு வளரும். இலையின் அடிப்புறம் மிருதுவாகவும், தொட்டால் பட்டுப் போன்றுமிருக்கும். மேல் பக்கம் பச்சை நிறமாகவும் சிறிது சொறசொறப்பும் காணும்.

இம் மூலிகையின் பெயரைக் கேட்ட மாத்திரத்திலேயே இதன் செய்கையையும் ஒருவாறு ஊகித்தறியலாம். நஞ்சு முறித்தான் என்றால் விஷத்தை முறிக்கும் தன்மையுடையது என்று பொருள். விஷத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்குத்தான் இது விஷத்தை முறிக்குமே தவிர விஷம் இல்லாத ஆரோக்கிய உடம்பினருக்கும், மற்றும் உணவு பதார்த்தமாக இதனை உபயோகப்படுத்துவது வழக்கில் கிடையாது.

எவ்வளவு பொருத்தமாக இம்மூலிகைக்கு பெயர் கொடுத்துள்ளனர் நம் பழம்பெரும் சித்தர்கள்! கூர்ந்து கவனியுங்கள். முன்னெல்லாம் நமது நாட்டில் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு ஒரு நாள், கிழமை பார்த்து, பெரியோர்கள் சேர்ந்து குழந்தை பிறந்த திதி; வாரம்; நட்சத்திரம் பார்த்து பெயர் சூட்டி விழா நடத்துவார்கள். ஆனல் அந்த சம்பிரதாயமெல்லாம் மறைந்து வருகிறது. தற்போது கண்ட, கேட்ட, பெயரை எல்லாம் வைத்து விடுகின்றனர். கண்ருவி சினிமா பெயர்களை எல்லாம் வைத்து குழந்தைகளை அழைக்கின்றனர். கூந்தலழகி என்று பெயர் வைத்து இருப்பார்கள், குருவிவால் போன்று ஒரு சடை தொங்கும். லக்ஷிமி என்று பெயர் வைத்து இருப்பார்கள், அமங்கலமான கழுத்தும் நெற்றியில் ஏதுமின்றி அவலக்ஷணமாகி இருப்பாள். குயிலம்மாள் என்ற பெயர் இருக்கும் தொண்டை கழுதை குரல்போல் இருக்கும். இப்படி பெயர் ஒன்றிருக்க பொருள் ஒன்ருக மூலிகைகளுக்கு சித்தர்கள் பெயர் கொடுத்திருந்தால் நமது கதி என்னவாகி இருக்கும்?

விஷத்தை எல்லாம் முறிக்கக் கூடிய தன்மை வாய்ந்த இந்த மூலிகைக்கு நஞ்சறுப்பான், நஞ்சு முறித்தான் என்ற பெயர் எவ்வளவு பொருத்தம் பாருங்கள்! இதன் வேர் முதல் கொடிக்காம்பு, இலை, அனைத்திற்கும் வாந்தியுண்டாக்கும் செய்கையும், உடம்பில் சகல உறுப்புகளிலும் பாய்ந்துவிட்ட விஷத்தை முறிக்கும் செய்கையும் உடையதாகிறது.

உபயோக முறை

மனிதர்களுக்கு உடம்பில் விஷம் வியாபிக்க மூன்று வழிகளுண்டு. ஒன்று பலவித ஜந்துக்களின் விஷக்கடியால் உண்டாவது. இரண்டு தாவர வகைகளிலே விஷபூரிதமான சிலவகைக் கிழங்கு வேர் புஷ்பங்கள் உண்டு. இவைகளைத் தின்றவர்களுக்கு விஷம் ஏறி மரணம் சம்பவிப்பதுண்டு. மூன்ருவதாக ரச பாஷாண ரசாயன வகைகளால் உண்டாகும் விஷம். ஆக இந்த மூன்றுவித விஷத்தன்மைகளை உடம்பில் இருந்து இந்த நஞ்சறுப்பான் மூலிகை முறித்துவிடுமாம்! இதனை அகத்தியர் பெருமகனர் மிக அழகாக வர்ணித்துள்ளார்:

> தொடுநஞ்சு நாவார துய்க்குநஞ் சுமற்றே
> ரிடுநஞ்சுந் தாவர நஞ்சேறிப் — படுநஞ்சுங்
> கூண்டுடனே காதோ குயின் மொழியாய்! நஞ்சறுப்பான்
> பூண்டுதனை நீ யெடுக்கும் போது.

அரசாங்க மருத்துவமனைகளில் இம்மாதிரியான ஆபத்துக்குதவும் மருந்துகளை எல்லாம் வைத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும்! எங்கே செய்கிருர்கள்?

ஆஸ்பத்திரிகளில் தேள் கொட்டினுல் ஊசி! பாம்பு கடித்தால் ஊசி!! அப்பப்பா! பகுத்தறிவற்ற பாம்பும் - தேளும் தான் நறுக்கென்று ஊசி போட்டுவிட்டதென்ருல் ஆஸ்பத்திரிகளில் உள்ள டாக்டர்களும் சதக், சதக் என்று ஊசி ஏற்றுகிருர்கள். என்னே! நம் நாட்டிலே நவீன மருத்துவத்தின் கொடுமை! அதனுல் விஷம் நீங்குகிறதா? ஊஹூம் ஆள் பிழைத்தால் மிச்சம்தான்!

சில கிராமங்களில் இந்த நஞ்சறுப்பான் மூலிகையை வைத்துக் கொண்டு விஷக்கடிகளுக்கு வைத்தியம் செய்வார்கள். இவர்களுக்கு பாம்புகடி வைத்தியர் என்று பெயர். பாம்பு கடித்து விட்டு மயக்கமாகி வாயில் நொப்பும் நுறையும் தள்ள சவம் போல எடுத்துக் கொண்டு அந்த வைத்தியர் வீட்டருகே கொண்டு போய் போடுவார்கள். அந்த வைத்தியர் இந்த மூலிகையின் வேரை ஏற்கனவே பக்குவப் படுத்தி சூரணமாக செய்து வைத்திருப்பார். மெல்ல இரண்டு சிட்டிகை எடுத்து மூக்கின் துவாரத்தில் வைத்து உள்ளே ஊதுவார். சில நிமிடங்களுக்கு எல்லாம் தூங்கி எழுந்தவன் போல சுற்றும் முற்றும் பார்ப்பான் நோயாளி. பின்பு அந்த நோயாளி உடம்பிலுள்ள விஷம் வெளியாக நஞ்சுமுறிச்சான் இலையை அரைத்து எலுமிச்சங்காய் அளவு உள்ளுக்கு கொடுக்க விஷம் எல்லாம் பச்சை நிறமாக வாந்தியாகி நோயாளி பிழைப்பான். கடி வாயிலும் இதைத்தான் வைத்து கட்டுவார்கள். ஆனுல் அந்த வைத்தியரை அணுகி, "இது என்ன மூலிகை" என்று கேட்டால் போதும்! உடனே அவர் முகத்தைச் சுளித்துக் கொண்டு "போய்யா உன் வேலையைப் பார்த்துக் கொண்டு" என்று பாம்பு போல சீறி விழுவார். இப்படி ரகசியமாக்கித்தான்! இன்று டாக்டர்களின் ஊசி நம்மை பதம்பார்க்கிறது;

பாம்பு போன்ற கடும் விஷ ஜந்துக்களின் விஷம் முறிய 16 வகை மூலிகைகள் உண்டு. இதில் நஞ்சுமுறித்தான் முக்கியமானதும், தும்பை போன்று முதல் சிகிச்சைக்குறியதுமாகும். இதனை சித்தவைத்தியர்கள் அவசியம் தெரிந்து வைக்க வேண்டிய தொன்ருகும்.

விஷஜந்து கடிகளுக்கு

எந்த விஷஜந்து கடியானுலும் இதன் இலையை அரைத்து சிறுவர்களுக்கு நெல்லிக்காய் அளவும், பெரியோர்களுக்கு எலுமிச்சங்காயளவும் உள்ளுக்கு கொடுத்தல் வேண்டும். உடனே வாந்தியாகி விஷம் முறியும். கடித்த இடத்தில் இதே இலையை அரைத்து கட்டி உப்பில்லாப் பத்தியம் 3-நாளைக்கு வைக்க வேண்டும். நோயாளி மயக்க நிலையில் இருப்பின் இதன் வேரை உலர்த்தி தூள்செய்து மூக்கின் வழியாக விட்டு ஊதிவிட நினைவு வரும். பிறகு மேல்கண்ட சிகிச்சை செய்க.

தாவர விடங்கள் முறிய

நாபி, கலப்பைக் கிழங்கு, அரளி விதை, வேர் ஆகியவைகளை தவறி உண்டவர்கள் தற்கொலை நோக்கத்துடன் செய்தவர்கள் ஆகியவர்களுக்கு உண்டான விஷங்களும் இடு மருந்துகளால் உடல் நலம் கெட்டவர்களுக்கும் நஞ்சுமுறிச்சான் இலை, கொடி, வேர் யாவும் எடுத்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை இரண்டு சிட்டிகையளவு தேனில் உண்ணக் கொடுத்து கடும்பத்தியம் வைக்க விடங்கள் யாவும் முறிந்துவிடும். இடு மருந்து செய்கை முறிய சமபாகம் விளாம்பழ ஓடு தூள் செய்து சேர்க்கலாம்.

ரசம், வீரம், பூரம் போன்ற பாஷாணங்கள் விஷம் முறிய

ரசம், வீரம், பூரம் போன்ற இயற்கைப் பாஷாணங்களைச் சில வைத்தியர்கள் சுத்தி முறைப்படி செய்யாமல் மருந்து செய்து கொடுப்பார்கள். இதனுல் வாய்பிடிப்பு, உடல் குடல் எல்லாம் வேக்காடாகி இவைகளில் விஷம் நாள்பட்டு உடல் ஆரோக்கியத்தைக் கெடுக்கும். இந்த விதமான விஷங்களின் தீச்செயல் நீக்க இந்த செடியின் இலை, வேர் கொடியை எடுத்துலர்த்தி சமபாகம் கெட்டி மிளகுத் தூளையும் சேர்த்து தினம் இரண்டு வேளையாக இரண்டு சிட்டிகையளவு தேனுடன் கொடுத்து உப்பில்லாத மோர் சோறு பத்தியத்தில் வைக்க ரசபாஷாண வேகங்கள் தணியும்

நஞ்சுமுறிச்சானை ஆரோக்கியமுடையவர்களுக்கு கொடுத்தல் கூடாது. என்ருலும் விஷத்தால் ஆபத்து நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு அமுதமாகும் என்பதனை மறக்கலாகாது.

★ அடுத்த இதழில் ஓர் அற்புத மூலிகை!

ஏஜண்டுகட்கு :— ஒவ்வொரு தமிழ் மாதமும் மூலிகை மணி இதழ் வெளி வருவதற்கு முன் தங்கள் முன் மாதத்திய பாக்கியை அனுப்பினுல்தான் புதிய பத்திரிகை அனுப்பப்படும். அதிக பத்திரிகை தேவையானுல் 10 - நாட்களுக்கு முன்பே முன் பணம் அனுப்பித் தங்கள் தேவையைக் குறிக்க வேண்டும். விற்பனைத் தொகை வருவது தாமதப்பட்டால் இதழ் அனுப்பப்பட மாட்டாது.

— மானேஜர்.

யார் உண்மை பாக்கியசாலி!

மூக்கை சிந்தினுல் ஊசி! இருமினுல் ஊசி! தலைவலியா ஊசி! உடம்பு வலியா ஊசி! ஜுரமா ஊசி! இப்படி எடுத்ததற்கெல்லாம் ஊசியை உடம்பில் ஏற்றிக்கொள்ளும் காலமாகி விட்டது. இப்படி ஊசியை உடம்பில் ஏற்றிக்கொண்டவர்கள்தான் வியாதியிலிருந்து விடுபட்டார்களா? என்று பார்த்தால் ஊசிக்கு அடிமையாகி உடல் பலமிழந்ததுதான் மிச்சம்! அது மட்டுமா? அவர் சந்ததிகளுக்கே நோய் என்ற விதையை விதைத்து விடுகின்றனர். அந்தோ! இவர்களின் வாழ்க்கையே மிகவும் பரிதாபத்திற்கு உரியது. எனவே தற்கால மாந்தர்களில் ஊசியோ, மாத்திரையோ, ஆங்கில மருந்துகளையோ யார் ஒருவர் தன் உடம்பில் ஆயுளில் ஒரு தடவை கூட ஏற்றிக்கொள்ளவில்லையோ, அவர்தான் "**உண்மை பாக்கியசாலி யாவார்!**" அவர் குடும்பத்தில் அவலக்ஷண ரோகங்களைக் காண முடியாது. பிள்ளைகள் திடகாத்திரமும், நீண்ட ஆயுளையும் உடையவர்களாக இருப்பார்கள்.

மூலிகைகளை பயன்படுத்துவது முருகனுக்கு மகிழ்ச்சிதரும்.

★ நாடு செழித்து நல் வளம் பெருகும்!

பெண்களைப் பெற்ற பெரியோர்களே!

உங்கள் அனைவருக்கும் தாழ்மையான ஓர் வேண்டுகோள்! பெண்களைப் பள்ளிப்படிப்புக்கு மேல் படிக்க வைக்காதீர்கள். கல்லூரிப் படிப்பால் பல குடும்பங்களின் நற்பெயருக்கு அபகீர்த்தியும் அழியாத அவமானங்களும் நேர்ந்துள்ளது என்பதை ஆசிரியருக்கு வருகின்ற கடிதங்கள் தெளிவு படுத்துகின்றன. இதை பிரசுரம் செய்வதற்கே உடல் நடுங்குகிறது!

"எண்ணறக் கற்று எழுத்தற வாசித்தாலும் பெண் புத்தி பின் புத்திதான்" என்ற பழமொழியை தற்கால நவீன நாகரீகம் மெய்ப்பித்து விட்டன! உயிரையே தன் ஒரே பெண் பேரில் வைத்திருந்த தனவந்தர் ஒருவர் கல்லூரி படிப்புக்கு அனுப்பி மகளால் தன்மான குடும்ப கவுரவம் எல்லாம் போனது அல்லாமல் மகள் நாடோடியாகி தந்தைக்கே எதிரியாகிவிட்டாள் என்று, பெற்ற தந்தையே இதற்கு பரிகாரம் கேட்டு நமது ஆசிரியருக்கு கடிதம் எழுதி இருக்கிருர். கண்ணகி, நளாயினி போன்ற பத்தினித் தெய்வங்கள் பிறந்த மண்ணிலே இக்கால கல்வி முறைகளினுல் கயமை, களவு, சூதும் பெருத்து வருகின்றன. நமது பழமை பண்பாடும் பழக்க வழக்கங்களும் மறைந்து போகாதிருக்க வேண்டுமானுல் "**பெண்களை கல்லூரிக்கு அனுப்பாதீர்கள்**" ★

பாம்பு!

— சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி.

பாம்பு என்றால் படையும் நடுங்கும். என்பது பழமொழி. படைகளிடம் கத்தி, துப்பாக்கி, இன்னும் எத்தனையோ வித கருவிகள் எதிரிகளை வெட்டி வீழ்த்தும் படைக்கலன்களும் இருக்கும்போதும் பாம்பு என்றால் நடுக்கம் கொள்வானேன்? இயற்கையில் இந்த வார்த்தைகளுக்கு சத்ருத்துவம் உண்டு.

ஆமாம். கடந்த மாதம் அங்க அவயவங்களை உடற்கூறுகளையும் அதன் இயங்கும் கூறுகளையும் படம் வரைந்து காட்டியிருப்பதும் சிலருக்கு பயமாக இருந்திருக்கும்! மனிதனுக்கு கொடுக்கிறேன் என்றால் ஆசை. அடிக்கிறேன் என்றால் பயம். ஆனால் பாம்புக்கு இசை என்றால் ஆசை! இடி என்றால் பயம்! இவ்வளவுதான் வித்தியாசம். மனிதர்களுக்கெல்லாம் பாம்புகளைக் கண்டால் பயம். பாம்புகளுக்கெல்லாம் மனிதர்களைக் கண்டால் பயம். இது ஒரு பொதுவான இயற்கை விதி என்றாலும் இந்த விதிக்கு புறம்பான மனிதர்களும் உண்டு. பாம்பா! எங்கே என்று போய் அதனைப் பிடித்து அதன் கொட்டத்தை அடக்கி ஆளுவார்கள். இதற்கு பாம்பாட்டிகளை உதாரணமாக கூறலாம். சில மனித சஞ்சாரமே இல்லாத காடுகளில் உள்ள பாம்புகள் மனிதர்களைக் கண்டால் விடாமல் அவர்களை சுற்றி வருமாம். பச்சைப் பாம்பு, மரமேறிப் பாம்பு, கண்குத்திப் பாம்பு ஆகியவை மனிதர்களுக்கு பெரும்பகை யுணர்ச்சியை காட்டும் தன்மை யுடையது என்று விஷ ஆருடம் கூறுகின்றது.

நாகப் பாம்பு!

மனிதர்களில் சிலர் மகாத்மாவாகி மக்கள் சமுதாயத்திற்கே நன்மை உண்டாக பாடுபடுவதை நாம் கண்கூடாகப் பார்த்து இருக்கிறோமல்லவா? இது போல பாம்பு இனங்களிலேயும் படமெடுத்தாடும் நாகப்பாம்பு இனங்கள் சிலவுண்டு. இவைகள் தன் இனத்திற்கே பெருமை தேடித்தரும் வகையில் பல வாழ்ந்ததாக செய்திகள் வந்து இருக்கிறது., இவைகள் எல்லாம் நாகராஜாக்கள் என்பதாக சித்தர் நூல்கள் கூறுகின்றன. தற்போதும் நாகங்களை தன் குலதெய்வமாக வழிபட்டு வரும் குடும்பங்கள் அநேகம் உள்ளன. சிவபெருமானின் கங்கணமாகி விளங்குகிறது நாகம்! மஹாவிஷ்ணுவின் அனந்தசயனமாக விளங்குகிறது நாகம்! மஹா

கணபதிக்கு தொந்தியை சரியவிடாமல் அரைஞாணுகி விளங்குகிறது நாகம்! முருகப் பெருமானின் பரிவாரங்களில் மயிலின் காலடியில் படமாடி நிற்கிறது நாகம்! இதனுல் ஒரு பேருண்மை விளங்குகிறது. அதாவது நாகம் தெய்வீக அம்சம். படமெடுத்தாடும் நாகங்களை நாம் தெய்வமாக போற்றி வணக்கம் செலுத்தினுல் நமக்கு தெய்வங்கள் கோரின நன்மை தருவது போலவே, நமது எண்ணப் பிரதிபலிப்புகளே (இந்த நாகங்கள் உதவியால்) நன்மை பெறமுடியும் என்பதாம். இக் கருத்தைக் கொண்டே இந்து சமுதாயத்தினர் நாக கன்னி பூஜை என்று வெள்ளிக்கிழமை தோறும் புற்றுக்கு மஞ்சள் குங்குமமிட்டு பால் வார்த்து வழிபாடு செய்து வருகின்றனர். நாக பூஜை செய்வோருக்கு இஷ்டகாம்ய பூர்த்தியும், சந்ததி விர்த்தியும், காரிய சித்தியும்; காப்பும் உண்டாகுமென்று வேதாகமங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

எனவே பாம்புகள் என்ருல் எல்லாம் கெட்ட பாம்புகள் அல்ல! நாகங்கள் என்ருல் எல்லாம் நல்ல நாகங்கள் அல்ல என்பது இதனுல் தெரியலாகும். நல்ல ஜாதி நாகம், ஆகரம் நீர் இன்றியே அநேக ஆண்டுகள் உயிருடன் வாழும் சக்தியுடையது.

"புண்டறிகத்தி லுறைவோன் — படைப்பினில்
பொல்லாத விடசெந்து வெல்லாம்நனி
விண்டுரைக்க நீகேளாய் — நல்லபாம்பு
விரியன் வழலை கொம்பேறி மூக்கன்
சாணகம் மூக்கன் புடையன் — மண்டலி
சவுடி மயக்கரா மண்ணு விசாரை
வாணலை வாட்டுஞ் செய்யான் — இருதலை
மணியன் சிலந்தி புலிமுகப் பூச்சி."

(தொடரும்)

கல்லூரி மாணவர்களே!

எம். பி. பி. எஸ். படிக்காதீர்!

தாய்நாட்டை அந்நியனுக்கு காட்டிக் கொடுக்க கூடாது! என்று நினைக்கிறீர்களா? அநியாமாக மக்கள் ஆரோக்கியம் ஆங்கில மருந்து, ஊசி, மாத்திரைகளால் கெட்டதே! என்று நினைக்கிறீர்களா? "**உயிரைக் குடிக்கும் ஊசி மருந்துகள் நம் நாட்டை விட்டு ஒழிய வேண்டுமானுல், நான் எம. பி. பி. எஸ். ஆங்கில மருத்துவம் பயிலமாட்டேன்**" என்று உறுதி எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்! தமிழ் மருத்துவம் தானுக வளரும்.

பயனுள்ள புத்தகம்

"**இறந்தவர்கள் வாழும் நிலையும் பேசும் முறையும்**" இந்நூல் ஆசிரியர், மதுரை திருஞான சம்பந்த சுவாமிகள் ஆதீனம் திருவருள் தவயோக **ஸ்ரீலஸ்ரீ சோமசுந்தர ஸ்ரீ ஞானசம்பந்த தேசிக பரமாசாரிய சுவாமிகள்** அவர்கள். வெளியிடுவோர்: **திருவருள் தவநெறி மன்றம், 70, தெற்கு ஆவணி மூல வீதி, மதுரை. விலை ரூ 2—50.**

★ இறந்தவர்கள் வாழும் நிலையும் பேசும் முறையும் ★

இந்த புத்தகம்: ஸ்தூல உடலுக்குள்ளே சூக்கும உடல் இருக்கிறது. அது இறந்த பின்னும் அழியாது என்ற உண்மையையும், பூவுலகத்திலுள்ளவர்கள் இறந்த ஆவியுலகத்திலுள்ளவர்களுடன் எப்படி தொடர்பு கொள்ளுவது. அதனுல் பெறும் நன்மைகள். எல்லாம் ஆதாரத்துடன் விளக்கமாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. சர்வ மதத்தார்களும் இறந்தவர் ஆவியுடன் தொடர்பு கொள்ள எளிய வழிகாட்டியாக அமைந்துள்ள இப் புத்தகம் போற்றுதற்குரியதாகும். இல்லற வாழ்க்கையிலுள்ளவர்கள் இந்நூலை கற்று நலம் பெற்று தூய்மையான வாழ்வைப் பெறலாம்.

சந்தாதாரர்கள் திருமணம்

மூலிகை மணியின் மதுரை ஏஜண்டும், குமரேசன் ரைஸ் அண்டு பிளவர் மில் உரிமையாளரும் ஆன திரு. கே. ஜி. குப்புசாமி செட்டியார் அவர்கள் குமாரன்,

திருவளர்செல்வன். **அண்ணாமலைக்கும்**

வத்திராயிருப்பு கு. மாரியப்பன் செட்டியார் குமார்த்தி

திருவளர்செல்வி. **முத்துலக்ஷிமிக்கும்**

திருப்பரங்குன்றம் ஸ்ரீ சுப்ரமணிய சுவாமி சந்நிதியில் 13—6—66ல் திருமணம் விமரிசையாக நடந்தேறியது.

மூலிகை மணி சந்தாதார் சி. மு. ராம. இலக்குமணன் அவர்கள் புதல்வி

திருவளர்செல்வி. **சிவகாமி (எ) பார்வதிக்கும்**

வேந்தன்பட்டி பழ. பழனியப்ப செட்டியார் அவர்கள் புதல்வன்

திருவளர்செல்வன். **பழனியப்பனுக்கும்**

திருச்சியில் மணமகள் இல்லம் டைமன் பில்டிங்கில் திருமணம் 29—6—66 அன்று விமரிசையாக நடந்தேறியது.

வாழ்க மணமக்கள்!

★ மானிட உடலியல் ★

[G. S. பசுபதி, B. A., L. T.]

இரத்த ஓட்ட மண்டலம்

(இரத்தமும், நிணநீரும்)

நாம் உட்கொள்ளும் உணவுப் பொருள்கள் நன்கு சீரணமாகி, இரத்தத்தோடும் நிணநீரோடும் கலந்தால் தான், நமக்கு அன்றாட வாழ்க்கைக்குத் தேவையான சக்தி கிடைக்கும். இதைத்தான் நாம் "உண்ணும உணவு உடலில் ஒட்டவேண்டும்" என்கிறோம். நம் உணவு எவ்வாறு இறுதியில் இரத்தமாகவும், நிணநீராகவும் மாறுகிறது என்று பின்னொரு கட்டுரையில் தெரிந்து கொள்வோம்.

உச்சந் தலையிலிருந்து உள்ளங்கால் வரை, அநேக ஆயிரக்கணக்கான சிறு குழாய்களின் மூலம் இரத்தமும் நிணநீரும் பாய்ந்து செல்களில் சக்தியை உண்டு பண்ணும். ஒவவொரு ஆரோக்கியமான மனிதனின் எடையில் சுமார் 10-ல் ஒரு பாகம் இரத்தத்தின் எடையாகும்.

'இரத்தம்' என்பதைப்பற்றிய ஆராய்ச்சியே சில நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்தான் தொடங்கியது. அதற்கு முன் இதன் தன்மையைப் பற்றியே மக்களுக்குத் தெரியாமலிருந்தது. 'ஹார்வி' என்கிற ஆங்கிலேய விஞ்ஞானி, நுண்ணோக்கியை அமைத்த பிறகு, இரத்தத்திலுள்ள பொருள்கள் பற்றியும், அவற்றின் வடிவம், தன்மை, வேலைகள் எல்லாம் சிறிது சிறிதாக உலக மக்களுக்கு அறிவித்தார்.

இரத்தம் ஓர் வகைத் திரவம். காரத்தன்மை (நீற்றுச் சுண்ணும்பு போன்ற தன்மையுடையது). வெளிறின (இலேசான) மஞ்சள் நிறமுள்ள 'பிளாஸ்மா' என்ற திரவம் இரத்தத்தின் முக்கியமான பகுதியாகும். இது இரத்தத்தில் நூற்றில் 55 பாகம் உள்ளது. இந்த பிளாஸ்மாவில் பல அனங்கக உப்புக்கள், குளுக்கோஸ் சர்க்கரை, ஆல்ப்யூமின், யூரியா, சீரம், அமினோ அமிலங்கள், புரதங்கள், கால்ஷிய, இரும்புச் சத்துக்கள், வைபிரினோஜன், மற்றும் ஹார்மோன்கள் (இரத்தம் உறைய காரணமாக உள்ளது) போன்ற அநேக பொருள்கள் உள்ளன. இவற்றின் அளவு

மனிதனுக்கு மனிதன் வேறுபட்டிருக்கும். வைபிரினேஜன் இரத்தம் உறைதலில் மிக முக்கியமான பங்கு கொள்கிறது. இரத்தம் இடம் விட்டு இடம் பாய்வதற்கும் இது பயன்படும்.

இரத்தத்திலுள்ள அடுத்த முக்கியமான பகுதிகள் : செவ்வணுக்கள், வெள்ளணுக்கள், பிளேட் லெட்டுகள் முதலியன. செவ்வணுக்கள் மிக நுண்ணிய தகடு போன்ற, வட்ட வடிவமான (0.007 மில்லி மீட்டர் குறுக்களவு) பாகங்கள். இவை இரத்தத்தில் 45 சதவீதம் உள்ளன. செவ்வணுக்களில் உள்ள முக்கிய பொருள் செந்நிறம் கொடுக்கும் ஆற்றல் பெற்றது. இவை இருப்பதால் தான் இரத்தம் செந்நிறமாகக் காணப்படு கிறது. இவை ஆக்ஸிஜனை கிரகித்து செல்களுக்குக் கொடுக்கும். இந்த ஆக்ஸிஜன் உணவுச் சத்துக்களை எரித்து சக்தியை பிறப்பிக்கும். இரத்தத்தில் இந்த செந்நிறம் இருக்கக் காரணமாக இருப்பது இரும்புச்சத்து. இது குறைந்தால், 'சோகை', 'பாண்டு', 'காமாலை' போன்ற நோய்கள் தோன்றும். உடல் மஞ்சள் நிறமுற்று, இரத்தம் சிகப்பு நிறம் இழந்து காணப்படும். அப்பொழுது நோயாளிக்கு அயச்சத்து (இரும்பு சத்து) நிறைந்துள்ள மருந்துகள் கொடுக்கவேண்டி வரும்.

எண்ணிக்கையில் குறைந்ததும், அளவில் பெரியதும், இடம் விட்டு இடம் நகரக்கூடியதுமான அணுக்களுக்கு 'வெள்ளணுக்கள்' என்றுபெயர். ஒன்றுக்கொன்று தோற்றத்தில் வித்தியாசப்படும். உடலிற்குள் புகும் நுண்ணிய நோய்க் கிருமிகளை (பாக்டீரியா போன்றவை) சூழ்ந்து, போரிட்டு அவற்றைக் கொன்று உடலை நோய்களினின்று காப்பாற்றும். ஆகையால் இவற்றை உடலின் "மெய்க்காப்பாளர்கள்" என்று கூறுவது பொருத்தமேயன்றோ !

அடுத்ததாக 'பிலேட் லெட்டுகள்' என்ற நுண்ணிய உறுப்புக்கள். செவ்வணுக்களின் அளவில் மூன்றில் ஒரு பங்குதான் இருக்கும். இரத்தம் வெளி வந்தால் இவை ஒன்றுக் கொன்று ஒட்டிக் கொள்ளும் தன்மை கொண்டவை. ஆகவே இரத்தம் உறைதலுக்கு இவை மிகவும் உதவும்.

இவற்றைத்தவிர இரத்தத்தில் நிணநீர் அணுக்கள், ஹார்மோன்கள் வைடமின்கள் முதலியவை காணப்படும்.

இரத்தத்தின் முக்கியமான அலுவல்களில் சில, ஜீரணமான உணவு பொருள்களை செல்களுக்கு எடுத்துச் செல்லுதல், பிராணவாயுவை உடலில் உள்ள செல்களில் கொண்டு போய் சேர்த்தல், கழிவுகளை பிரித்து வெளி யேற்றுதல், உடலை நோய்களினின்று காப்பாற்றுதல், உடலின் உஷ்ண நிலையை சமசீராக வைத்துக்கொள்ளுதல், போன்றவையே ஆகும்.

நம் உடலில் சிறு காயம் ஏற்பட்டால்கூட இரத்தம் வெளிவருகிறது. இந்த இரத்த ஒழுக்கு, இரத்தக் குழாய்கள் அறுபடுவதினுல் ஏற்படுகிறது. இதை உடனே நிறுத்த முயற்சிக்காவிடில், பெருமளவில் இரத்தம் சேதம் அடைந்து, உடல் பலஹீனமடையும். ஆனுல் இயற்கையிலேயே இந்த இரத்த ஒழுக்கு தடைபடும். இதற்கு "இரத்தம் உறைதல்" (இரத்தம் கட்டிப்போதல்) என்று பெயர். உடலை விட்டு வெளிவந்த இரத்தத்தில் காற்றுப் படுகிறது. பிளாஸ்மா என்ற திரவத்திலுள்ள, கரையும் நிலையில் இருக்கும் "வைப்ரினேஜன்" என்ற பொருள், கரையாத நிலையிலுள்ள "வைப்ரின்" ஆக மாறுகிறது. இவை இழை இழையாக வலைபோல் பின்னிக்கொள்ளும். இதன் மேல், இரத்தத்திலுள்ள செவ்வணுக்கள், வெள்ளணுக்கள், பிளேட்லெட்டுகள் இவையெல்லாம் இவ்வலையில் தங்கி விடும். இது கெட்டியாகி, இரத்த ஒழுக்கு ஏற்பட்ட இடத்லை அடைத்துக் கொள்ளுவதால், மேலும் இரத்த நஷ்டம் ஏற்படாது தடுக்கிறது. இம்மாதிரி விரைவில் இரத்தம் உறைய வேண்டுமானுல் இரத்தத்தில் போதிய அளவு கால்ஷிய (சுண்ணும்பு) சத்து இருக்கவேண்டும். அது குறைந்திருந்தால், சீக்கிரத்தில் இரத்தம் உறையாது. மேலும் மேலும் புண் உண்டாகி அது ஆறுவதற்கு வெகுநாட்கள் ஆகும். இத்தகைய (கால்ஷியம்) சுண்ணும்புச் சத்தை, கீரைகள், சுண்டைக்காய், மணித்தக்காளி போன்றவற்றிலிருந்து பெறலாம். ஆகவேதான் நாட்டு மருத்துவர்கள் நம் தினசரி உணவில் கீரை வகைகள் சேர்க்கப்பட வேண்டிய அவசியத்தை வற்புறுத்துகிருர்கள்.

ஆரோக்கியமான நிலையிலுள்ள மனிதனின் இரத்தத்தின் வெப்ப நிலை சுமார் 98.4 டிகிரி பாரன்ஹீட் (அதாவது சுமார் 37 டிகிரி சென்டிகிரேட்) அளவில் இருக்கும். ஆனுலும் இந்த வெப்பநிலையைப் பற்றி திட்டவட்டமாகக் கூற இயலாது. இடத்திற்கு இடம், மனிதனுக்கு மனிதன் சிறிது வேறுபடலாம். தசைகள், சுரப்பிகள் வழியாக இரத்தம் செல்லும்போது அதன் வெப்பநிலை சற்று உயர்ந்தும், நுண்ணிய இரத்தக் குழாய்கள் வழியாக செல்லும்போது, வெப்பநிலை சற்றுக் குறைந்தும் இருக்கும். ஹீமோஸைடோமீடர் என்ற ஒரு நுட்பமான கருவியின் உதவியால், இரத்தத்திலுள்ள சிகப்பு, வெள்ளணுக்களின் எண்ணிக்கையை அளக்கிருர்கள். இதற்கு Blood Count (ஒரு கன மில்லிமீட்டர் இரத்தத்தில் எத்தனை அணுக்கள், - சிவப்பு, வெண்மை நிற அணுக்கள் உள்ளன) என்று பெயர். சாதாரணமாக ஆண்களின் இரத்தத்தில் 1 கன மில்லிமீட்டரில் சுமார் 60 லட்சம் செவ்வணுக்களும், பெண்களின் இரத்தத்தில் சுமார் 55 லட்சமும் இருப்பது, அவர்களின் ஆரோக்கிய நிலையைக் குறிக்கும். அதே மாதிரி சுமார் 6000 முதல் 8000 வெள்ளணுக்களும், சுமார் $2\frac{1}{2}$ லட்சம் பிளேட்லெட்டுகளும் இருக்கவேண்டுமென்று கணக்கிட்டு இருக்கிருர்கள்.

'சீரம்' என்பது, வைபிரினோஜன் நீக்கப்பட்ட பிளாஸ்மாவாகும். செவ்வணுக்கள் எலும்பின் உட்புற மையப் பகுதியிலும், வெள்ளணுக்கள், ஒரு பகுதி எலும்பிலும், மறுபகுதி நிணநீர்த் திசுக்களிலும் உற்பத்தியாகின்றன.

சில மருத்துவ நிலையங்களில் 'இரத்த சேமிப்பு' ஏற்பாடு இருக்கிறது. இந்த நிலையங்களில் ஆரோக்கியமானவர்கள் உடலிலிருந்து சுத்த இரத்தத்தை எடுத்து, அது பல நாட்கள் வரை கெடாத நிலையில் பத்திரப் படுத்தி வைப்பார்கள். இரத்த நஷ்டம் ஏற்படும் நோயாளிகளுக்கு, இந்த இரத்தத்தை உட் செலுத்துவார்கள். இம்மாதிரி செய்வது மிக எளிதான காரியமல்ல. எந்த இரத்தத்தையாவது எந்த நோயாளியின் உடலுக்குள் செலுத்திவிட முடியாது. இரத்தம் அளிப்பவனுடைய இரத்தமும், பெறுபவனுடைய இரத்தமும் ஒத்துக் கொள்ளுகிறதா என்று முதலில் சோதித்துப் பார்ப்பார்கள். இதற்கு (அக்லுடினேஷன் டெஸ்ட்) என்று பெயர். இதற்காக இரத்த தானம் செய்பவர்களை சில பிரிவுகளாகப் பிரித்துக் கொள்கிறார்கள்.

நிணநீர்

இது நிறமற்ற திரவம். இரத்தம் இரத்தக் குழாய்களுக்குள் ஓடிக் கொண்டிருக்கும். ஆனால் அதை விட்டு வெளியே வராது. ஆகவே இரத்தத்திற்கு செல்களுடன் நேரடியான தொடர்பு கிடையாது. ஆகவே செல்களுக்கும் இரத்தத்திற்கும் தொடர்பு ஏற்பட ஓர் 'நடுப்பொருள்' தேவைப்படுகிறது. இந்த நடுப்பொருள் தான் நிணநீராகிறது. இரத்தக் குழாய்களில் மிகச் சிறியவை 'நுண் குழாய்கள்' எனப்படும். இவற்றின் சுவர் மிக மெல்லியதாக இருப்பதால், இரத்தத்தை வடிகட்ட பயன்படும். அவ்வாறு இச்சுவர்களின் வழியாக வெளிவந்த இரத்தத்தின் வடிகட்டப் பட்ட பகுதி, செல்களுக்கு உணவுச் சத்தை அளிக்கும். அதோடு கூட பிராண வாயுவையும் செல்களுக்குக் கொடுக்கும், அதே சமயத்தில் செல்களில் ஏற்படும் கழிவுகளைச் சேகரித்து இரத்தத்தில் கொண்டுவந்து சேர்க்கும். ஆகவே நிணநீர் முக்கியமாக செல்களுக்கு உணவுச் சத்தையும் பிராண வாயுவையும் கொடுத்து, கழிவுகளையும் அகற்ற உதவும் ஓர் முக்கிய சாதனமாகும். 'இரத்த ஓட்டம்' என்பது ஆரம்பம், முடிவு இல்லாத ஒரு தொடர்ச்சியான பாதையில் இரத்தம் ஓடுவது. 'நிணநீர் ஓட்டம்' என்பது ஓர் இடத்தில் தொடங்கி, மற்றோர் இடத்தில் முடியும். ஆனால் இவையிரண்டும் உயிருள்ள வரையிலும் இடைவிடாது நடைபெற வேண்டியது இன்றியமையாதனவாகும். இதைப் பற்றி விரிவாக 'நிணநீர் ஓட்டம்' என்ற பகுதியில் தெரிந்துகொள்வோம். (தொடரும்)

[இந்தப் பகுதியில் வாசக அன்பர்கள் தங்களின் வினாக்களை தாராளமாக எழுதி அனுப்பலாம். கூடுமானவரை பலருக்கும் பயன்தரும் கேள்விகளே முதலிடம் பெறும். ரகசிய கேள்விகளை குறிப்பிடும் அன்பர்கள் பெயரைக் குறிப்பிடமாட்டாது. கேள்விகளை எழுதும்போது தெளிவாகவும், முழு விலாசமும், வயதும் குறிப்பிட வேண்டும்.]

கே - அன்பு கூர்ந்த ஐயா! இளமை பொங்கும் குருதியை இளமையில் வீணாக்கக் கூடாதுதான். பட்டால் தானே தெரியும் என்பார் சான்றோர். அது போலவே இளமையில் சுய இன்பம் நுகர்ந்தேன். வய்து அப்பொழுது பதினைந்து. பின்னர் அது தீமையானது என்று கருதி கைவிட்டேன். ஊழ்வினைப் போல என்னை தொடர்ந்து வந்து அதன் பயனாக இரவில் ஒரு திங்களுக்கு ஐந்து அல்லது ஆறு முறை விந்து வெளி வருவதுண்டு. அப்பிணியை களைவதற்கு பல போலி மருந்துகளை உண்டேன். பயன் முதல் இழந்ததுதான். எதிர்பாராத விதமாக தங்கள் மூலிகை மணி இதழ் கிடைத்தது. ஓரிதழ் தாமரையை உண்டேன். பயன் ஒன்றும் இல்லை. நான் பதினோராம் வகுப்பு படிக்கையில் வதுவை கூடியது. அவ் வில்லாள்,

"இல்லதென் இல்லவள் மாண்பானால்
உள்ளதென் இல்லவள் மாணாக்கடை."

என்னும் குறளுக்கு ஏற்ருர்போல் அமையவில்லை. என் செய்வேன்? தங்கள் மூலிகை மணியை ஓராண்டு உறுப்பினராகச் சேர்ந்து பயின்றேன். அதன் பின் நல்குரவால் கைவிட்டேன்.

தற்பொழுது வயது இருபத்திரண்டு. ஆறு திங்களாக மலம் கழியும்போது சிறுநீர் வருவதற்கு முன் கழனித்தண்ணீர் போல் வெளி வருகிறது. சிறுநீர் கழித்த பிறகு பத்து நிமிடம் அல்லது பதினைந்து நிமிடம் கழித்து மூன்று சொட்டு அல்லது நான்கு சொட்டு சிறுநீர் வெளி வருகிறது. யாக்கை வரவர மெலிந்து கொண்டே போகிறது. எனக்கு ஏற்பட்ட நோய் வெள்ளையா, வெட்டையா என்பதே தெரியவில்லை. வேறு பிணியா என்பதும் புரியவில்லை. இவ்வுலகத்தில் மனிதன் பிறக்கிருன்; குறுகிய காலத்தில் இறக்கிருன். அக்குறுகிய காலத்தில் நான் பிணியில்லாமல் வாழ, என் யாக்கை நலம் பெற இறைவனது மெய்மை சேர்ந்த புகழை அடைய, எனக்கு வாழ வழி கூறுமாறு தங்களை இரு கரங்களாலும் கைகுவித்து வணங்குகின்றேன்.

ப- அன்பரே! உமக்கு அன்பும், பணிவும், தூய்மையான தமிழ் எழுத்துக்களையும், கண்டவர்கள் மனம் இரக்கம் கொள்ளத்தான் செய்யும். ஆனுலும் அறிவும், பண்பும், ஒழுக்கமும் இல்லாது போனது தான் உமக்கு பெருங்குறை! நீர் இளமை பொங்கும் குருதியை வீணுக்கிய காரணத்தால் வந்த உடல் பிணிகள்தான் இவை. இத்தகைய தொல்லைகளை உமது யாக்கை அனுபவிக்கிறது. கடந்த கால தீய சம்பவங்களை மறந்துவிடு. புத்துணர்வு பெற்ற மனிதனுகவும், மன உறுதியும், நற் பண்பும், ஒழுக்கமும் உண்டாக இறைவன் அருள் புரிவானுக. இதை தினமும் பிரார்த்தனை செய்க. முருகன் புஜங்கப் பாமாலை ஒன்றும் உமக்கு அனுப்பி இருக்கிறது. அதை பக்தியோடு ஒருமை மனத்தோடு பாராயணம் செய்து வருவாய். உணவில் மாமிசமும் காரசாரமான பொருள்களை விலக்கி நல்ல பசுமையான கீரை இனங்களை (அரைக்கீரை, தூதுவளை, பசளை, முருங்கை கீரை, மணித்தக்காளி, பொன்னுங்கண்ணி போன்றவைகளை) நெய் விட்டு சமையலுடன் சேர்த்து வரவும். பால், மோர் நிறைய சேர்த்துக்கொள். புறத்தூய்மை போல அகத்தூய்மை அவசியம். பல ஆண்டுகளாக உடல் அவஸ்தை பட்டதால் வெட்டைச்சூடு உண்டாகியுள்ள உமது யாக்கைக்கு மருந்து சிலநாள் சாப்பிடுவது அவசியம். மூலிகை மட்டும் பயன் தராது. ஒரு மண்டலத்திற்கு உண்டான மருந்துகளை அனுப்பச் சொல்லி

இருக்கிறேன். முறைப்படி உண்டு திருவருளால் மீண்டும் நல்ல நிலைக்கு வருவாய். உமது வாழ்க்கை மறுமலர்ச்சி அடைய இறைவனை பிரார்த்திக்கிறேன்.

கே - நாளுக்கு நாள் ஜனத்தொகை பெருகி வரும் நமது நாட்டில் குடும்பக் கட்டுப்பாடு திட்டத்தை ஒரு சமயம் எதிர்க்கிறீர்கள். அடுத்தபடி மறைமுகமாக ஆதரவும் செய்கிறீர்களே! அதன் காரணத்தை விளக்க முடியுமா ?

ப - பிண்டோற்பத்தியாவதும், உயிரினம் அழிவதும் நமது கையில் இல்லை. இயற்கையோடு இயங்கும் இதை செய்கை முறையில் தடுக்கவும் இயலாது. கருச்சிதைவும் அறுவை சிகிச்சையும், லூப் என்ற ஆபாசமான திட்டங்களை பகுத்தறிவுள்ள மனித இனம் வரவேற்கக் கூடாத ஒன்று என்பது அடியேனின் திட்டவட்டமான கருத்து. ஜனக் கூட்டம் பெருகாமல் இருக்க வேண்டுமானால் பொதுமக்களிடையே 'சத் பிரசாரம்' 'இதோபதேசம்' இறையருட் செறிந்த பிரசங்கம் சதிபதிகளுக்கு மிருக இச்சையைக் கிளப்பிவிடும்; திரைப்பட காதல் வெறியாட்டங்களைத் தடை செய்தல் - காம உணர்ச்சிகளை ஊட்டும் திரைப்பட சுவரொட்டிகள்! ஈயத்தை காதில் காய்ச்சி விடுவது போல இசைத்தட்டுகள்! ஆகியவைகள் எல்லாம் இன்ப உணர்வை தட்டி எழுப்பி விடுகின்றன என்றால், அப்பாவி மக்களை கேட்கவா வேண்டும்? அது மட்டுமா? நடிகை போல வேடங்கள் தரித்து நடமாடும் போது அப்பாவி குடும்பஸ்தன் கண்களில் பட்டால் அவன் குடும்பக்கட்டுப்பாடு எப்படி செய்வான்? இப்படித்தான் உலகம் முன்னேறிவிட்டது. இனி இந்த (அ) நாகரீகத்திற்குத் தடை போட முடியாது! தடை செய்ய இதற்கு சட்டமும் இல்லை. எனவே, நீ பிண்டோற்பத்தி உறுப்புகளை அறுவை சிகிச்சை செய்துக் கொள் (அல்லது) பிறப்பு உறுப்புக்களை கண்கொண்டு பார்த்து, அதில் லூப் என்ற கருவியை வைத்து பின்னர் எத்தனை தடவை வேண்டுமானாலும் இன்பம் அனுபவிக்கலாம் என்று சொல்வது எப்படி இருக்கிறது என்றால், **"செருப்பு அழகாக இருக்கிறதே என்று தனது காலைக் குறைத்துக் கொண்ட மாதிரி"** இருக்கிறதே! குழந்தை வேண்டாம் என நினைப்போர் தமக்குள் (கணவன் - மனைவி) உடன்பாடு கொண்டு கட்டுப்பாடு விதித்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

மாதம் 1 தரம் மாத விலக்கு ஏற்பட்ட 21-நாள் கழித்து உறவு கொள்ள வேண்டும். மற்ற நாட்களில் உறவு கொள்ளக் கூடாது என்று மனதிற்கு ஓர் விதியை (சட்டத்தை) ஏற்படுத்த வேண்டும். அத்துடன் இச்சையைக் கிளப்பிவிடும் எதையும் கண்ணால் பார்க்கவோ, காதால் கேட்கவோ, மனதால் நினைக்கவோ கூடாது. இத்தகைய காட்சிகளை தடை செய்ய மனமுவந்து சர்க்கார் முன்வர வேண்டும். இப்படியான திட்டம் சமுதாயத்திற்கு பலன் தரும் என்பதில் ஐயமே இல்லை. இத் திட்டத்தால் உடல் நலமும் ஆரோக்கியமும் கெடுவதற்குப் பதிலாக வளர்ச்சியே அடையும். காரணம் விளங்கியிருக்குமே?

கே - சித்திரை இதழ் 40-வது பக்கத்தில் '' வினைகள் பொடிபட '' என்ற இரண்டு பாட்டுகளில் முதல் கணபதி என்ற பாட்டில 3-வது வரி யின் இறுதியில் கருமமாகலால் என்ற இடம் விளங்கவில்லை. அன்பு கூர்ந்து தெளிவு செய்யுங்கள்.

ப - ஐயா, மிக்க மகிழ்ச்சி! கணபதி என்றிட கருமமாகலால் என்ற வாக்கியம், பிள்ளையாரப்பா நான் போகிற காரியம் ஜெயமாகணும் என்று வேண்டிக்கொண்டு போகும் திருடனுக்குக் கூட காரியசித்தி யாகுமாம்! எனவே நினைத்த காரியத்தை கைகூட வல்லவர் என்பது பொருள். விளங்கிற்று?

கே - ஐயா, கடந்த மாதம் ஒரு அன்பர் கல்நார் பற்பம் செய்யும் முறை பற்றி கேட்டதற்கு தாங்கள் எளிய முறையில் விளக்கினீர்கள். தயவு செய்து சிலாசித்து பற்பம் செய்முறையை விளக்க வேண்டுகிறேன். அதை எந்த வியாதிகளுக்கு கொடுக்கலாம் என்பதையும் கூறுங்கள்.

ப - சிலாசித்து என்பதும் ஒருவகை பளிங்கு கற்கள்தான். இதில் இமாசல சிலாசித்து, கோமூத்திர சிலாசித்து என இருவகைப்படும். முந்தியதை விட பிந்தியது சிறப்புடையது. தேவையான சிலாசித்தை நாட்டு மருந்து கடையில் வாங்கி, அதை கல் சுண்ணாம்பு பீடத்தின்மேல் வைத்து மேலும் சுண்ணாம்பு கல் போட்டு மறைத்து மூடி தண்ணீர் தெளிக்க சுண்ணாம்பு வேகும். காலையில் வைத்து மாலையில் சூடு ஆறினவுடன் சிலாசித்தை உள்ளிருந்து எடுத்து சுத்தமான நீரில் 7 தரம் நன்கு அலம்பி எடுத்து உலர்த்தி மெல்லிய சீலை துணிகொண்டு மூடி

பூத்துப்போன அந்த சுண்ணும்பையே நீர் வீட்டு குழைத்து துணிமேலே கனமாக தடவி, ஆறவைத்து 5 பலம் சிலாசித்துக்கு 10 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுக்க மல்லிகைப் பூபோல வெள்ளையாக பூத்து இருக்கும். எடுத்து குழியம்மியில் நன்கு அறைத்து வைத்துக் கொண்டு கல்நார் பற்பம் கொடுப்பது போல சகல துட்டிற்கும் வெட்டை, சிறுநீர் சம்மந்த மான வியாதிகளுக்கும் கல்நாருடன் கலநதும், தனித்தும் கொடுக்கலாம். கோமூத்திர சிலாசித்து நீரிழிவுகளுக்கும் பயன்படும். புடமிடுவது ஒரு பழக்கமுள்ள வைத்தியரிடம் தெரிந்து கொள்வது நல்லது.

கே - ஐயா, மருந்து வசதி உடனே கிடைக்காத இடம்! மூலிகைகளும் அருகே இல்லை! சொட்டு மூத்திரம், சிறுநீர் நெருப்பு போல் அனக்கி தாளமுடியாத வலி! இதை உடனே உபசாந்தியாக நிறுத்தமுடியுமா? இந்த வேதனையைச் சில நிமிடம் கூட பொறுக்க முடியாது என்பதை அனுபவித்தவர்களுக்குத்தான் தெரியும். தயவு செய்து பதில் கூறுங்கள்.

ப - நீங்கள் குறிப்பிட்ட நோய் நரக வேதனைதான்! மருந்து இல்லாமலே உடனடியாகவே போக்க முடியும். இந்த மாதிரி வேதனை படுவோர், சட்டென கீழே உட்காருங்கள். சம்மணம் போட்டு வலது கால் பாதத்தை இடது கையை கத்திபோல் நீட்டிக்கொண்டு நீளவாட்டில் சூடு பறக்க தேயுங்கள். பிறகு இடது கால் பாதத்தை வலது கையால் தேய்த்து விட உள்ளங்கால் வழியாக தேகத்தின் சூடு குறையும். உடனே சொட்டு மூத்திரமும் எரிச்சலும் அடங்கும். பிறகு சாவகாசமாக எழுந்து இரண்டு புளியங்கொட்டையை எடுத்து வாயிலிட்டு தோலை மட்டும் சாப்பிட வேதனை பறந்துபோகும்! செய்து பார்த்து பிறருக்கும் சொல்லுங்கள்.

கே - நான் பள்ளியில் உட்கார்ந்து கொண்டு பாடங்களை கவனிக்கும்போது காலையிலும், மாலையிலும் கொட்டாவி அடிக்கடி வருகிறது. ஞாபகசக்தி குறைவாக உள்ளது. ஒரு பொருளை எங்கு வைத்தோம் என்பது சீக்கிரமாக நினைவில் வரமுடிவதில்லை. இதை போக்க எளிமை முறையில் தெரிவிக்க வேண்டும்.

ப - தம்பி! அரிசித் திப்பிலியை தேனில் 10-நாள் ஊரவைத்து பிறகு தினம் காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு திப்பிலி எடுத்து வாயிலிட்டு சுவைத்து அதன் சாரத்தை விழுங்கி வா. யாவும் சரியாகிவிடும்.

தீங்கிழைக்கும் திரைப்படத்தைத் தெரிந்து நீக்கு!

உண்டவுடன் சாகடிக்கும் நஞ்சுஆகும்!
உண்மையிது யாவர்க்குந் தெரிந்ததாகும்!
கண்டவுடன் உயிர்நீக்கும் ஆலகாலம்;
காசினியில் **திரைப்படமே** அறிவீரின்று!
பண்டுமுதல் இன்றுவரை உயிரின்மேலாய்;
பைந்தமிழர் மானத்தை மதித்துவந்தார்!
கொண்டிதனைப் புதைக்கவழி தேடியிங்கு;
குழிவெட்டிக் காத்திருக்கும் தீமையீதே!

ஆதிமுதல் நந்தமிழர் பண்புகூறும்;
அருமறைகள்; சாத்திரங்க ளின்னுங்கோடி!
நீதியுறை சரித்திரங்கள் நூல்களெல்லாம்;
நின்றிருந்து காட்டிவந்த நெறிகளெங்கே!
பாதியிலே பிறந்தஒரு திரைப்படத்தால்;
பாலர்முதல் கிழவர்வரை பாழடைந்தார்!
மேதினியில் பண்பினுக்கு அழிவுகாலம்;
மிகநண்ணி வந்தபின்னும் உறக்கமேனோ!

காசுக்கு மானத்தை விற்போர்கூடி;
கலைச்சேவை செய்வதாய்க் கூறி; மேலும்
கூசாமல் மறைவிடந் தெரியக்காட்டி;
கோணங்கி ஆட்டங்கள் ஆடிப்பாடி!
தூசுக்குங் கீழாகக் கற்பையாக்கி;
துறைமாறிச் செல்வோரின் உருவங்காட்டி;
மாசுக்கு மேலாக மாசுகூட்டும்;
மார்க்கமாம் திரைப்படம் மறந்துவாரீர்!

தங்கையர் ஒழுக்கமுந் தாழ்ந்துபோகும்;
தம்பியர் கல்வியுந் தவறிப்போகும்!
இங்குநம் காளையர் அழிந்துபோவர்;
இல்லறம் நரகமாய் இழிந்துபோகும்!
மங்கலம் அனைத்திலும் மாசுநேரும்;
மண்ணக மெங்குமே மயக்கமாகும்!
சங்கைகளி னித்தனை திரைப்படத்தால்;
சடுதியில் விட்டுயர் வெய்துவீரே!

— எம். பிலவேந்திரன்.

கே - செந்தமிழ் முருகனின் சீடருமாகிய தீய நோய்களை துரத்தும் செம்மலே! வணக்கம். என் சோக வரலாற்றைக் கூறுகிறேன். எங்கும் புகழும் என் அண்ணலே கேளும். நான் ஒரு ஏழை; தையல் தொழில் செய்து வருகிறேன். எனக்கு வயது 21 ஆகிறது. இன்னும் கலியாணம் ஆகவில்லை. கன்னியர் இன்பமும் எப்படி இருக்கும் என்றே தெரியாது என்று முருகன் மேல் ஆணையிட்டு கூறுகிறேன். சுமார் 3 வருஷத்திற்கு முன் என் உடல் பருத்து இருந்தேன். என்னை எல்லோரும் தடியன், தடியன் என்று கூப்பிடுவார்கள். மூன்று வருஷமாக இரவில் தூக்கத்தில் தாது வெளியாகி விடுகிறது! கை, கால், உடல் எல்லாம் சிறுத்து எலும்பும் தோலுமாய் 13 வயது சிறுவன் போல் தோற்றமளிக்கிறேன். உடம்பு அசதி, உள்ளங்கால், உள்ளங்கை, கண் ஒரே எரிச்சல் என் வாழ்நாளைப் பற்றி நினைக்கும்போது நான் எதற்கு வாழவேண்டும் என்றே நினைக்க இடமேற்படுகிறது. மோகினி என்னும் பேய்க்கு பெயர் பெற்ற சில இடங்களில் யந்திரம் கட்டியுள்ளேன். ஆறுமுகனின் அருளாலும், உங்கள் கருணையாலும் என் உடலில் ரத்தம் விருத்தியாகவும், உடல் பலம் பெறவும் உடல் கட்டாக இருக்கவும், அதன் முறையையும் அதற்கான பத்தியமும் விபரமாக எழுதி அனுப்புமாறு கேட்டுக்கொள்ளுகிறேன்.

ப - தையற்கடை வாலிபரே! தாது சும்மா ஒன்றும் அழியாது. அது வெளியாகும் தன்மையை மனதால், எண்ணத்தால் காமஇச்சைகளை நினைப்பதும், ஆபாசக் காட்சிகளில் ஈடுபடுவதும் இந்த மோகினிப்பேய்க்கு அஸ்திவாரம் ஆகும். தையல் தொழிலும் அலங்காரத் தொழில். இதற்கு தூண்டுகோலாகிவிட்டது. மனதை கெட வைத்தாய்; உனது உடல் கெட்டது! எனவே ஒரு நல்ல யோசனை சொல்கிறேன். உடனே திருமணம் செய்துகொள். காலம் கடத்தாதே. காம இச்சை என்பது நீ எழுதியபடி மோகினி பேய்தான்! இதை ஓட்ட ஒரு கன்னிப்பெண்ணை மணந்து இல்லற தர்மத்தில் ஈடுபட்டால் பேய் ஓடிவிடும்! அதோடு இளைத்த உடலுக்கு நெய், மோர், பருப்பு தினுசுகளையும், தூதுவளை முருங்கை, பசளை, அரைக்கீரை முதலானவைகளையும் நிறைய சாப்பாட்டில் சேர்த்துவா. உஷ்ணமான பண்டங்களை, உரைப்பு, காரம் நீக்கிவிடு. மனம் தூய்மையாக உனக்குப் பிடித்தமான கடவுளைப் பற்றின பாட்டு ஒன்றை தினசரி பாராயணம் செய்துவா. இவையனைத்தும் செய்த பின்னும் இருந்தால் எழுதவும். நல்ல மருந்து அனுப்பிவைக்கிறோம்.

கே - ஐயா, திரைப்படத்திலே ஏதும் நல்லது இல்லை என்பது தங்கள் கருத்தா? திரைப்படத்தைப் பூராவும் ஒதுக்கித் தள்ளுவது சரியா?

ப - திரைப்படத்திலே நல்ல காட்சி, வசனம், பாடல் ஆயிரத் திற்கு ஒன்று இருக்கலாம். இதையும் யாம் கவனித்ததுண்டு. ஆனாலும் பல எருமைகளோடு ஒரு கன்றுக்குட்டி சேர்ந்தால் அதுவும் சேற்றில் புதைந்துதான் விளையாடுமல்லவா? அதுபோல் ஒரு நல்ல திரைப்படம் பார்க்கப் போய் நாடே அழிந்து வருகிறதே! எனவே திரைப்படம் நாட்டு முன்னேற்றத்திற்கு காட்டும் டாக்குமெண்டரி இலாகா எடுத்துக் கொள்ளட்டும். காசு கொடுத்து காதல் படங்களை காட்டி, காளையர் உள்ளத்தை கெடவைக்காமல் இருக்கவேண்டும். இத்தகைய கருத்தை ஒட்டியே திரைப்படத்தை பூராவும் பகிஷ்கரிக்கவேண்டும் என்பது.

கே - அன்புள்ள வைத்திய சித்தரே! வணக்கம். எனது தங்கை புருஷன் ஓயாத குடிக்காரன். மதுவிலக்கு வந்தது முதல் கள்ளுக்கடை இல்லாது போன காரணத்தால் கள்ளச்சாராயம், ஸ்பிரிட்டு, பிரெஞ்சு பாலிஷ், ஜிஞ்சர் பரிஸ் என்ற இங்கிலீஷ் மருந்துகள் மற்றும் ஆயூர்வேத புளித்த காடிகள் ஆகியவைகளை குடித்து உடம்பை கெடுத்துக்கொண்டார் அவருக்கு தற்போது குடலில் புண் உள்ளதாக டாக்டர்கள் கூறுகிறார்கள். ஆபரேஷன் செய்யவேண்டுமாம். வயது 55 ஆகிறது. கள்ளு குடித்த போது பெருத்த சரீரம் மிகுந்த பலத்துடன் இருந்தார். தினம் 2 ஏக்கர் நிலத்தை அனுயாசமாக உழுதுவிடுவார். கள்ளுகடை போனது அவருக்கு மனசு ஒடிந்து போனது. இப்போது தினம் ½ ஏக்கர் நிலம் கூட சாகுபடி செய்யாமல் தரிசு நிலமாக்கிவிட்டார்! கள்ளச் சாராயத்தால் உடல் அழிந்து மெலிந்து போனார். ஒரு கவளம் சோறு போனால் வயிற்றுவலி, துடிக்கிறார். ஆபரேஷன் செய்துக்கொள்ள மனம் இல்லை. இதற்கு தாங்கள் ஒரு நல்ல ஆலோசனை கூற வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

ப - ஐயா, நமது நாட்டுக்கு ஏழரை நாட்டு சனி பிடித்துவிட்டது! கள்ளுக்கடை போன பிறகு (ஸ்பிரிட்டு கடைகள்) பிரஞ்சு பாலிஷ் கடை கள், ஆயூர்வேத வைத்தியசாலைகள், இங்கிலீஷ் மருந்து ஷாப்பு ஆகிய வைகள் தான் தற்போது பகிரங்க கள்ளுக்கடைகள்! இதைக் குடித்து விட்டு மக்கள் குடும்பம், குடும்பமாக ஆஸ்பத்திரிக்கு போய் வயிற்று வலிக்கு ஆபரேஷன் செய்துகொண்டு எமபட்டணம் எளிதில் போவது சகஜமாகிவிட்டது. பனை, தென்னை மரத்தின் கள்ளு குடித்தால் வயிற்றில் உள்ள ரணம் ஆறும். மறுபடியும் பீமன்போல் ஆகலாம்! மீண்டும் 2 எக்கர் நிலத்தை உழுவார் உமது மைத்துனர். கள்ளுதான்

இல்லையே! தினமும் பிரண்டைச்சாறு 4 துளி எடுத்து கட்டித்தயிரில் கலந்து தினம் இரண்டு வேளை குடிக்கச் சொல்லவும். வயிற்று ரணம் ஆறும். 40-நாள் செய்தல் அவசியம்.

கே - வேப்ப எண்ணெயின் கைப்பு போகுமா? முடியுமானால் அதன் முறை என்ன? எந்த வியாதிகளுக்கு கொடுக்கலாம்? கூற முடியுமா?

ப - முடியும்! நெய்சட்டிக்கீரை என்பது ஒரு மூலிகை. இது பற்றி ஒரு சமயம் தினமணி சுடரில் ஒரு கட்டுரை எழுதி இருக்கிறேன். வேப்ப எண்ணெயை இரும்பு வாணலியில் காய்ச்சிக்கொண்டு அதில் நெய்சட்டிகீரையை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக போட்டு வர சொடசொடப்புடன் பொறியும். பிறகு வாய்விளங்கம் என்ற சடைச்சரக்கும் சிறிதளவு போட்டு பதமுடன் காய்ச்சி இறக்க, கைப்பு ருசியும் மணமும் நீங்கும். இதனை 2 முதல் 5 துளி வரை சர்க்கரையில் கலந்து நரம்பு கோளாறு, வாய்வு தொந்தரவுகள் ஆகியவைகளுக்கு உள்ளுக்கு கொடுக்கலாம். ஆனால் புளி, காரம் இல்லாமல் பத்தியமிருக்க வேண்டும்.

கே - குளிக்கும்போது எந்த வாசனை சோப்பு போட்டுக்கொண்டு குளித்தால் உடம்பிலுள்ள அழுக்குகளும் நாற்றமும் நீங்கும்? தயவுசெய்து பதில் தாருங்களேன்!

ப - வாசனை சோப்பு என்பது விளம்பர சாதனம்! குளிக்கும் இந்த வாசனை சோப்புகளில் உள்ள ரசாயன திரவியங்களின் நறுமணம் மூக்கைத் துளைத்தாலும் கூட, குளித்த பின்பு வியர்வை விட்டவுடன ஒரே கெட்ட நாற்றம் உடம்பில் வீச ஆரம்பிக்கும். எந்த வாசனை சோப்புகளும் தயாரிப்பவர்களுக்கு கொள்ளை லாபத்தையும், உபயோகிப்பவர்களுக்கு ஆரோக்கிய கெடுதல்களையும் உண்டாக்கும். எனவே, சோப்புகளை சிபாரிசு செய்யமாட்டேன். சாய்ந்த நுரைபீர்க்கங் கூடுகளை சுத்தம் செய்து வைத்துக்கொண்டு சீயக்காய் பொடி உடம்பில் தடவி பீர்க்கம் கூட்டால் தேய்த்தால் அழுக்கு நுரைத்துக் கிளம்பி துர்நாற்றம் உடம்பை விட்டு அகலும். செய்து பார்த்து பலனை பிறருக்கும் கூறுங்கள். சோப்புதான் போட வேண்டும் என்றால் வேப்ப எண்ணெ கலந்துள்ள எந்த சோப்பும் உபயோகிக்கலாம்.

உ
முருகா.

மூலிகை மணி நிதி நன்கொடை

இம்மாதம் அனுப்பிய அன்பர்கள்.

திரு.	பி. கே. குப்பாராவ், சென்னை.	ரூ. 10	00
,,	எஸ். ராமமூர்த்தி, ஈரோடு-1.	10	00
,,	வி. கிருஷ்ணசாமி ரெட்டியார், பூலாம்பாடி.	10	00
,,	பி. மாணிக்கவாசகம், சேலம்-2.	10	00
,,	மு. சைதாமுகம்மது, திருச்சி-8.	5	00
,,	சேது சுப்ரமணிய பிள்ளை, அரியநாயகபுரம்.	5	00
,,	வெ. க. தங்கவேலு, கோவை-5.	3	07
,,	அ. இளையபெருமாள் நாடார், சிவகளை.	3	00
,,	வி. நடராஜன், கரூர்.	1	90
,,	ஐ. கி. வ. ராமச்சந்திரன், மேச்சேரி.	1	31
,,	வி. திருநாராயணன், சீர்காழி.	0	50

குறிப்பு:— இதுவரை மூலிகை மணி நிதி நன்கொடையிலிருந்து பல பொது நன்மைக்காக செலவிடப்பட்டது. இந்த இதழிலிருந்து ஒரு ஒரு பகுதியை பத்திரிகை பேப்பர் அரிதாகிவிட்ட படியால் பேப்பர் கொள் முதலுக்கு பயன்படுத்தப் படும். மூலிகை மணிக்கு பேப்பர் கோட்டா பெர்மிட் இல்லாமல் சந்தா நேயர்கள், வாசக அன்பர்கள் ஆதரவிலேயே நடந்து வருவது குறித்து பல அன்பர்களிடமிருந்து மகிழ்ச்சி தெரிவித்து கடிதம் எழுதியுள்ளனர். அவர்கட்கெல்லாம் எமது நன்றி.

வாசக அன்பர்கள் இந்த வளர்ச்சி நிதிக்கு ரூ. 10-00 க்கு குறை யாமல் அனுப்பினல் மூலிகை மணி ஆரம்ப (குரோதி விசுவாவசு ஹு) இருக்கும் இதழ்கள் வரை அன்பளிப்பாகஅனுப்பி வைக்கப்படும்.

— மானேஜர் : மூலிகை மணி

இதய ஒலி! ★ ★ ★

இசையரசு, 21—6—'66.
எம். எம். தண்டபாணி தேசிகர். அண்ணாமலை நகர்.

அன்புள்ள கண்ணப்பர் அவர்கட்கு, தங்களின் எழுத்து சேவை போற்றுதற்குரியது. 'நம் நாட்டு மூலிகைகள்' இரண்டு பாகமும் வாசித்தேன். எங்கும் எளிதாக கிடைக்கும் மூலிகைகளின் மகத்தான சக்திகளை எழுதியிருக்கிறீர்கள். ஏழைகளுக்கும், பணம் கொடுத்து வைத்தியம் செய்துகொள்ளாத நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும் தங்கள் புத்தகம் அரிய பொக்கிஷமாகும். அதிலும் தங்கள் எழுத்துநடை தமிழ் இன்பத்தேன் போல் சுவைக்கின்றது. மேலும் தங்களை நேரில் பார்த்தபோது அன்பே உருவமாகவும், நவீன டாக்டர்களைப் போல் இல்லாமல் எளிய உடையில் தெய்வமணம் வீசக்கண்டேன். உங்கள் தாய் தந்தையர்கள் கண்ணப்பர் என்ற பெயரை முன்கூட்டியே வைத்தது, அவர்கள் ஞானக்கண் கொண்டு தான் வைத்து இருக்கவேண்டும். மறைந்து கிடந்த மூலிகைகளை எல்லாம் மக்கள் கண்முன்னே கொண்டுவந்து காட்டி கண்களை திறந்த கண்ணப்பர் என்றுதான் உங்களை வாழ்த்தவேண்டும். வாழ்க உங்கள் தொண்டு! சிறக்க தங்கள் பணி!

எம். எம். தண்டபாணி தேசிகர்,
தமிழிசைக் கல்லூரி முதல்வர், அண்ணாமலை பல்கலைகழகம்.

வைத்திய சித்தர்! 26—6—66.
மூலிகைச் சக்ரவர்த்தி! குடியாத்தம்.

வேலூர் டாக்டர் கண்ணப்பருக்கு உளங்கனிந்த வணக்கம் பல. நம் நாட்டு சித்தர்கள் இயற்றிய மூலிகைகளின் சக்திகளை, பல்லாண்டுகளாக தினமணி சுடரில் வாரம் 1 முறை விளக்கியும் அது போதாதென்று **மூலிகை மணி** என்ற ஒப்பற்ற மாத சஞ்சிகை மூலமாகவும் வெளியாக்கி, தமிழ் நாட்டிலே அழியாத பெயரை நிலைநாட்டி விட்டீர்கள். இப்படிபட்ட தங்கட்கு பெரியார்களுடைய ஆசியும், ஆண்டவன் அருளும் நிச்சயம் உண்டாகும் என்று வாழ்த்துகிறேன்.

திருமூலர் வைத்தியசாலை, ஆ. அ. பழனிசாமி முதலியார்,
குடியாத்தம். வைத்தியர்.

29—6—66.

தமிழ் மருத்துவர் கண்ணப்பர் அவர்களுக்கு, வணக்கம்! தாராபுரம்.

உலகில் உள்ள எல்லாப் பிறவிகளிலும் மானிடப் பிறவி மிகவும் உயர்ந்த பிறவி. அதிலும் உடல் அங்கஹீனம் இல்லாமல் பிறப்பது அதை விட அரிது. நோயில்லாமல் நீண்ட ஆயுளுடன் வாழும் மனிதனுடைய வாழ்வே ஒரு இன்பம் உடையதாக இருக்கும். எல்லோருக்கும் அந்த பாக்கியம் கிடைக்காது. பரம்பரை வியாதி, அறியாமையால் ஏற்படும் வியாதி, திடீரென தோன்றும் வியாதி, சூழ்நிலையை ஒட்டி ஏற்படும் வியாதி இப்படி எவ்வளவோ வகை உண்டு. பணம் உண்டானவர்கள் மேல்நாட்டு வைத்தியம் செய்கிறார்கள். இல்லாத நடுத்தரமானவர்கள் தமிழ் நாட்டு வைத்தியம் செய்கிறார்கள். அதற்கும் அடுத்துள்ளவர்கள் முடிந்தால் செய்வார்கள். இல்லையெனில் வறுமையின் காரணமாக ஆங்கில மருந்து மாத்திரைகளைச் சாப்பிட்டு ஒரு வியாதிக்கு மருந்து சாப்பிடப் போக மற்றொரு வியாதி தொற்றிக்கொள்வதை விரும்பாது கடவுள் விட்ட வழி விடட்டும் என்று இருக்கிறார்கள். திருவள்ளுவரது திருக்குறள், யாரும் எந்த மதத்தினரும் எந்த காலத்திலும் எப்பொழுதும் நடந்து கொள்ளும் அளவுக்கு படித்துணரும் அளவுக்கு உலகமெங்கும் பரவி வானம் முட்டும் அளவுக்கு புகழ் பெற்று நிற்கிறதோ, அதே போல் இயற்கை அன்னை பராசக்தி படைத்த இயற்கை தாவரங்களைக் கொண்டு நமது உடலில் காணும் வியாதிகளைக் குணப்படுத்தும் முறையை முருகப்பெருமான் உமக் களித்து, எல்லா மக்களும் அதனைக் கண்டு செய்து, உண்டு சுகமடைந்து நீண்ட ஆயுள் பெற உம்மை இத் தமிழகத்திற்கு அனுப்பியுள்ளார்.

பழைய சித்தரது வைத்தியத்தை பலர் புரிந்துக்கொள்ளாமலும், அறிய முடியாமலும் இருந்திருப்பார்கள். ஆனால் இப்போது நீங்கள் வெளியிட்டு உள்ளக் கட்டுரைகளை யாவரும் கண்டுள்ளார்கள். இனி உங்களது எளிய வைத்திய முறையே உலகில் நிலைத்து நிற்கப்போகிறது. திருவள்ளுவரது புகழ் நாளுக்கு நாள் உயர்ந்து கொண்டே போவதைப் போல், உங்களது வைத்திய முறை உலகமெங்கும் பரவி வருகிறது. மக்கள் மனதார புகழ்ந்து வாயார உண்டு நற்பயனை பெறும் நாட்கள் நெருங்கி வந்துக்கொண்டே யுள்ளது. நான் வணங்கும் பராசக்தி கிருபையால் தங்களுக்கு நீண்ட ஆயுளைக் கொடுத்து, இனி வரும் மக்கள் சமுதாயத்திற்கும் தங்களது வைத்திய முறை வளரட்டும்! அதைக் கண்டு தாங்கள் எல்லையிலா மகிழ்ச்சியோடு நீடூழி வாழ்க! வாழ்க!! என வாழ்த்துகிறேன்.

இப்படிக்கு,

ஆர். முத்துலட்சுமி, ஆசிரியை.

உ

முருகா

இலட்சியவாதி

மு. பெருமாள்

— (சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி)

இதற்காக நான் மற்றவர்கட்கு தொண்டு செய்யக்கூடாதா என்ன? என் குடும்பத்தாரும் மற்ற எல்லோரும் இன்புற்றிருக்கவேண்டும் என்ற இலட்சியத்தோடுதான் நான் தொண்டாற்றி வருகின்றேன். மழை எல்லோர்க்கும் பயன்படவே பொழிகின்றது அதை தேக்கிப் பயன் படுத்துவோர் பயனடைகின்றனர். அல்லாதவர்கள் அல்லல்படுகின்றனர் தண்ணீருக்கு. இது மழையின் பிழையல்லவே. இப்போது நான் உங்கட்கு கூறும் இந்த நல்லுரைகள் உங்களுக்கு மட்டுமன்று. இங்கே நின்று கேட்டுக் கொண்டிருக்கும் என் மனைவிக்கும் மக்களுக்கும்தான் சிந்தித்து அவர்கள், செய்கையில் திருந்தட்டுமே. நீங்களும் உண்மையை உணர்ந்து நெஞ்சில் ஆறுதலடைவீர்களாக, என்றார் இலட்சியவாதி.

அண்ணா? உங்கள் உரைகளை உள்ளத்தில் கொள்கிறேன். ஆயின்

எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்துப எண்ணியார்
திண்ணிய ராகப் பெறின்.

என்னும் தமிழ்மறை வாக்கைத் தாங்கள் அறியீர்களா? அடுத்து முயன்று. பாருங்கள் மன உறுதியோடு முயற்சியுங்கள்.

ஊழிற் பெருவலி யாவுள மற்றொன்று
சூழினும் தான்முந் துறும்.

என்ற திருக்குறள் திருவாக்கை சகோதரியே ஏன் சிந்திக்கவில்லை? எல்லாம் அவரவர் ஊழின் வண்ணமே நிகழும்.

நுண்ணிய நூல்பல கற்பினும் மற்றுந்தன்
உண்மை அறிவே மிகும்.

அதாவது எத்துணை மன உறுதியினராயினும் நூல்பல கற்ற அறிஞராயினும் ஊழின் நிலைக்கேற்ப தான் அவர் அறிவும் மனஉறுதியும், முயற்சியும் செயல்படும் எனத் தமிழ் மறை வாக்குத் தெளிவாக்குகிறது. ஆகவே மன ஆறுதலடைக. என்னாலியன்ற வரை முயற்சித்தேன். ஒருவேளை திருவருள் தங்கள் விருப்பத்தை நிறைவேற்றினாலும் நிறைவேற்றலாம். எம்பெருமான் திட்டத்தை எவரே அறிவார். தங்கள் பெண்ணுக்குத் தக்க மாப்பிள்ளையைத் தேடி நான் முடித்து வைக்கின்றேன், கவலைப்படாதீர்கள்!

விதியின் விளையாட்டு.

வணக்கம். நலம்தானா? என்று தேடி வந்தார் தண்டபாணி என்பவர். வருக! வருக!! நீண்ட நாட்களாயிற்றே தங்களைச் சந்தித்து என்று வரவேற்றார் இலட்சியவாதி.

நல்லகாரியமாகத்தான் தங்களை நாடி வந்தேன். தங்கள் சகோதரியார் சிங்கப்பூரிலிருந்து வந்தார்களாமே அவர்கள் பெண்ணுக்கு திருமணத்துக்காக மாப்பிள்ளைத் தேடுவதாக அறிந்தேன். எனது குமாரன் பி. ஏ படித்தவன், சிசப்பாகவும், சிறந்த அழகாகவும் இருப்பான். நாம் ஏற்கனவே தூர பந்துக்கள் தானே. தாங்களே முன்னின்று பேசி முடித்து வைக்க வேண்டுகின்றேன்.

நல்லது நிரம்ப மகிழ்ச்சி. அவர்களை விசாரித்து அறிவிக்கின்றேன்; என்று தன் சிங்கப்பூர் சகோதரியை அழைத்தார். அன்பர் தண்டபாணிக்கு அறிமுகப்படுத்தினார். நல்ல சம்பந்தமாக நாடி வந்துள்ளது. பிள்ளையைப் பார்த்து முடிவு கூறுகின்றீர்களா? என்றார் இலட்சியவாதி.

தங்கட்குச் சம்மதமாயின் எங்கட்கு சம்மதம். பிள்ளையை வரச் சொல்லுங்கள் பார்க்கலாம்என்றாள்.

பிள்ளையும்வந்தான். ஆணுக்கு ஆணே மெச்சும் அழகான பிள்ளை. நல்ல சிகப்பு. பிள்ளையைப் பிடித்து விட்டது. மற்றவைகளைப் பேசி மணநாளை நிச்சயிக்கலாம் என்றாள். பெண்ணையும் பிள்ளை பார்த்து ஒப்பு கொண்டான். சகல செலவையும் தாங்களே ஏற்று திருமணத்தை நடத்தி வைப்பதாகப் பெண்ணின் பெற்றோர் இசைந்தனர் அடுத்த மாதம் 5-ந் தேதி திருமணம் என நிச்சயிக்கப்பட்டது.

வாந்தி, விக்கல் நீற்க

ஏலம் நாலு, கருஞ்சீரகம் $\frac{1}{8}$ பலம் திராக்ஷைப்பழம் 1 பலம், இத்துடன் $\frac{1}{2}$ படி தண்ணீர் விட்டு, அரைக்கால் படியாக சுண்ட காய்ச்சிய நீரை வடிகட்டி, மூன்று நாள் 4 வேளை குடிக்க தீராத வாந்தி, விக்கல் தீரும்.

இந்நிலையில் எதிர்வீட்டு அன்பர் அரங்கநாதன் இலட்சிய வாதியவர்களைக் காண வந்தார். தங்கள் பிள்ளையின் திருமண முயற்சி என்ன ஆயிற்று? என்ருர். பெண்ணைத் தேடி பல ஊர்களில் அலைந்தோம். இன்னும் பெண் அமையவில்லை. எங்கு அமையுமோ இறைவன் கட்டளையை அறிய முடியவில்லை. கையில் வெண்ணை யிருக்க நெய்யிற்காக அலைவா னேன். எங்கள் பெண்ணை கொடுக்க நாங்கள் ஆவலாகவுள்ளோம். தங்கள் விருப்பத்தை அறியவே வந்தேன் என்ருர் எதிர்வீட்டு அன்பர்.

உடனே இலட்சியவாதி தன் மனைவி, மகனை அழைத்து ஆலோசித்தார். அவர் பெரிய பணக்காரர் ஆயிற்றே, நமக்கு கொடுப்பாரா?

சீதக் கடுப்பு, நீர்சுருக்கு நீங்க

இளந் தென்னம் பாளையில் உள்ள பிஞ்சு மணிகளை எடுத்து இடித்து 1/8-படி சாறு எடுத்து அதில் 1/8-படி பசுந்தயிர் 1/8-படி எலுமிச்சை சாறு யாவும் ஒன்ருய்க் கலந்து ஒரு முடக்கு வீதம் தினம் 2 வேளை மூன்று நாள் குடிக்க மேல்படி நோய் தீரும்.

என்று நான் ஐயுற்றேன். இப்போது அவராக வந்துள்ளார். தாஞக வந்த லட்சுமியைத் தள்ளாதீர்கள். ஒத்துக் கொண்டு உங்கள் தங்கை

தீராத நாள்பட்ட பேதி நிற்க

ஒரு பிடி வெந்தயத்தை எலுமிச்சம்பழம் சாறு விட்டு வேக வைத்து அதை இருபாக மாக்கி காலை, மாலை ஆக சாப் பிட. இப்படி 3-நாள் சாப்பிட சீராணி கழிச்சல் உள்படயாவும் தீரும்.

யின் மகள் திருமணத்தோட நம் குமாரன் திருமணத்தையும் முடியுங்கள் என்ருள் லட்சியவாதியின் மனைவி. மகனும் ஒப்புக் கொண்டான். உடனே எதிர்வீட்டு அன்பர் அரங்கநாதர் அவர்களிடம் தன் சம்மதத்தை அறிவித்தார் அடுத்த மாதம் என் தங்கையின் மகள் திருமணத்தன்றே வைத்து முடித்து விடலாம் என்ருர்.

மிக்க மகிழ்ச்சி. அங்ஙனமே செய்யலாம் என்ருர்.

எதிர் வீட்டில் பெண்ணிருக்க எங்கெல்லாமோ அலைந்தோம். இறைவன் கட்டளையை யாரே அறியமுடியும் என வியந்து, இரு திருமணங்களுக்கான ஏற்பாடுகளும் மிக மிகச் சிறப்பாக ஆயத்தமாயின. அழைப்புத்தாள் ஆக உயர்வாக அச்சிட்டு வழங்கினர். திருமண நாளும் நெருங்கின. ஆடை அணி கலன்களுக்கு ஆயிரமாயிரமாகச் செலவழிந்தன. (தொடரும்)

ஆங்கில மருந்தை அகற்றிட வேண்டும்!

ஆயிரம் கோடி அழித்திடும் மருந்து
ஆங்கில முறையா; ம றிந்துடன் திருந்து
தாயினைப் போன்ற தமிழ்முறை கண்டு
தள்ளிடு ஆங்கிலப் பேய்மருந் தின்று!

வேசிக ளூட்டும் விருந்தினைப் போல;
வேடங்கள் காட்டும் வித்தையைப் போல;
ஊசிகள் போட்டு உடல்நலங் கொன்று
உலகினை யாட்டி ஒழித்திடுஞ் சென்று!

மாத்திரை வடிவில் மருந்துகள் கோடி;
மற்றும் நீர்உரு; பொடிவகை யாகி
யாத்திரை செய்யும் தீத்திற மிதனை;
யாவரும் நீக்கி வாழ்ந்திடு வோமே!

பாழ்மருந் திதனால் பணமிகக் கரையும்;
பற்பல நோய்கள் பாரினில் நிறையும
வாழ்ந்திருந் தேகம் வலிவினைக் கெடுக்கும்;
வஞ்சனை யறிந்தால் வளமது கிடைக்கும்!

ஆயிரம் வேர்; இலை காய்; கனி யாலே
அருமருந் தாயிர மாய்ந்தத னாலே;
நோய்பல தீர்க்கும்; தாய்மருந் தாகும்
நுண்தமிழ் முறையே புண்ணுடல் காக்கும்!

என்பதை நாளும் ஏற்றிட வேண்டும்
எளிதாம் மூலிகை போற்றிட வேண்டும்;
மன்பதைக் காக்கும் மருந்திதைத் தொட்டு
மறப்பீர்; ஆங்கில மாய்கையை விட்டு!

இத்தகை உண்மை இயம்பிடும் பணியில்
முத்தென ஒளிரும் '**மூலிகை மணி**' யில்
சித்தர்க ளுரைக்குஞ் சேதிகள் பாரீர்;
நித்தமுங் கற்றே நிலைத்திட வாரீர்!

மெக்கேல்பட்டி - எம். பிலவேந்திரன்

இறைவன் ஒன்றே

★ எஸ். எம். கே. பி.

சாந்தியும் சமாதானமும் நிலவட்டும். நான் ஒரு முஸ்லீமாக இருந்தபோதிலும், குர்ஆன், பகவத்கீதை, ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர் போதனைகள், பைபிள் ஆகியவற்றை ஓரளவு கைமண்ணில் காலளவு படித்துள்ளேன். அவற்றை முழுமனதோடு நம்பவும் செய்கிறேன். கனிகளின் உருவம், நிறம், பலவானாலும் பிழியும்போது ஒரே சுவையுள்ள ரசம் கிடைப்பது போல, பல மதங்களின் நூல்களைப் படித்துச் சிந்திக்கும் போது முடிவில் அவை யாவும் ஒரே குறிக்கோளைத்தான் சுட்டிக் காட்டுகின்றன. அது போல பூமியிலுள்ள மூலிகை ஒன்றை எடுத்துக்கொண்டால் அது ஒரு நோய்க்கு மருந்தாகிறது. அதே மூலிகையை ஒரு முஸ்லீமுக்கு கொடுத்தாலும், இந்துவுக்கு கொடுத்தாலும், கிறிஸ்தவருக்குக் கொடுத்தாலும் அது ஜாதி மத பேதமின்றி தன் குணத்தைக் காட்டி நோயைக் குணப்படுத்துகிறது அது போல கடவுள் பக்தியும் ஒரு மூலிகை போன்றதுதான். எவனொருவன் மனப்பூர்வமாக உள்ளமுருகி கடவுளைத் தொழுகிறானோ அவனுக்கு கடவுள் அனுக்கிரகம் செய்வார் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை யன்றோ?

நான் என் வீட்டில் குர்ஆன் வாசகங்கள் பொறித்த படம், புத்தர், ஏசு, ஸ்ரீ கிருஷ்ணன், ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், விவேகானந்தர், சாக்ரடீஸ் இவர்களின் படங்களையும் மாட்டி வைத்துள்ளேன். என் வீட்டிற்கு வருபவர்கள் ஒரு முஸ்லீமின் வீட்டில் இந்தப் படங்களையெல்லாம் மாட்டலாமா? சே! சே! சுத்த மோசம். கூடாது, கூடாது. மெத்தப் படித்தவன் சுத்தப் பைத்தியக்காரன் என்பது சரியாகத்தான் இருக்கிறது என்பார்கள். நான் அமைதியாக அவர்களுக்கு விளக்கம் கூறுவேன். "பொதுவாக, எல்லாருடைய வீடுகளிலும் சினிமா நடிக, நடிகைகளின் காலண்டர்கள் சிலவோ, பலவோ தொங்குவதைக் காணலாம். விபச்சாரத்தை கலையின் பேரால் செய்து, பரத்தி வரும் கேவலமானவர்களின் படத்தை மாட்டுவது நல்லது என்று கருதுகிறீர்களா? புத்தர், ஏசு, போன்றவர்கள் எதைப் போதித்தார்கள்? நல்லவைகளைத்தானே! நல்லவைகளைப் போதித்தவர்கள் எல்லாம் நல்லவர்கள் தானே! அந்த நல்லவர்களின் படங்களைத் தொங்கவிடுவதும் நல்லதுதானே. நிலைமை இவ்வாறிக்கத் தாங்கள் சொல்லுவது போல கெட்டது, சுத்த மோசம் எப்படி ஆகும் என்று எனக்கு

தெரியவில்லை என்பேன். குறை சொன்னவர்கள் பதில் சொல்ல வழியில்லாமல் மௌனமாகி விடுவார்கள். குர்ஆன், பைபிள், பகவத்கீதைகள் சொல்லுவது போல, ஆதியில் ஆதம், மனு என்ற ஒரே மனிதனைத் தான் இறைவன் படைத்தான். அந்த ஒரு மனிதனிலிருந்து தான் இந்த உலகில் வாழும் மக்கள் அனைவரும் தோன்றினூர்கள் என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை.

எனவே, ஒரு மனிதன் எந்த நாட்டைச் சேர்ந்தவனுயிருந்தாலும் எந்த இனத்தை, எந்த மதத்தைச் சேர்ந்தவனுக இருந்தாலும் அவன் நம்முடைய சகோதரன் என்பதுவும் மறுக்க முடியாத உண்மை. எப்படி ஒரு மூலிகை, அது தன்னை உட்கொண்டவன் யாராயிருந்தாலும், அவனுடைய நோயைக் குணமாக்கி விடுகிறதோ அது போல தாங்களும் தங்கள் 'மூலிகை மணியும்' எல்லா மக்களுக்கும் பயன்பட வேண்டும் என்பதே எனது தலையாய விருப்பம். "நல்ல விஷயங்கள் அனைத்தும் நம்மிடமிருந்து காணுமல் போன பொருளுக்குச் சமம். அதை எங்கு நீங்கள் கண்டாலும், உடனே எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்" என்பது நபிகள் நாயகத்தின் மூதுரை. குர்ஆனிலிருந்து படித்து இன்புற்ற சில வாசகங்களைக் கீழே கொடுத்துள்ளேன். ஒவ்வொரு நாளும் முஸ்லீம்கள், ஐந்து நேரங்களில் இறைவனை வணங்கும் போது செய்யும் பிரார்த்தனை இது:

---

1. புகழனைத்தும் இறைவனுக்கே. அவன் சகல உலகங்களின் இரட்சகன்.

2. அவன் அன்பு நிறைந்தவன். அவனுடைய அன்பு எல்லா படைப்புகளுக்கும் தன் பேறுகளால் அருட்செல்வம் அளிக்கின்றது.

3. இறுதித் தீர்ப்பு நாளின் அதிபதி.

4. இறைவா! உன்னையே நாங்கள் வணங்குகின்றோம். மேலும் உன்னிடமே நாங்கள் எங்கள் ஆதரவற்ற நிலைகளில் உதவி கேட்கின்றோம்.

5. இறைவா! எங்களுக்கு நேர்வழியைக் காட்டுவாயாக.

6. எவர்களுக்கு உன் நற்பேறுகளை நீ அருளிச் செய்தனையோ அத்தகைய மக்களின் வழியில் எங்களையும் செலுத்துவாயாக.!

7. இறைவா! உன் கோபத்திற்கு இலக்கானேரின் வழியிலும், நேர் வழியை விட்டு விலகிச் சென்றோரின் வழியிலும் அல்ல (எங்களைச் செலுத்த வேண்டியது).

இந்தப் பிரார்த்தனையை கோவில்களில் கிருஷ்ணர், முருகன் தெய்வங்களின் முன்னிலையிலும், சர்ச்சுகளில் ஏசுநாதர் முன்னிலையிலும், ஒருவன் எந்த மதத்தைச் சேர்ந்தவனுயிருந்தாலும் அவனுடைய இஷ்ட தெய்வத்தின் முன்னிலையிலும் இந்தப் பிரார்த்தனையைச் சொல்லலாம். இது எல்லா மதத்தாருக்கும் உள்ள பொதுவான பிரார்த்தனையாகும் என்பதில் கிஞ்சிற்றும் ஐயமில்லை.

இமாம் கஸ்ஸாலி என்ற முஸ்லீம் பேரறிஞர் "யஹ்யா வுல் உலூம்" என்ற நூலில் திருமணம் என்ற பகுதியில் நான் படித்து இன்புற்றவை:-

ஒரு மனிதனைப் பாழ்படுத்தும் சக்தி கொண்டவை இரண்டு. ஒன்று காமம். இன்னொன்று பசி. காமத்தால் ஏற்படும் (தீய) விளைவுகள் திருமணத்தால் தடுக்கப்படுகின்றன! காமம் ஓங்கி நிற்கும் போது, ஒரு மனிதனுல் நற்காரியங்கள் செய்ய முடியாது. திருமணம் இதற்கு முடிவு கட்டுகிறது. காமம் தணிகிறது. உள்ளம் தெளிகிறது. தெளிந்த அந்த உள்ளத்திலிருந்து, பூரணத்துவமுடைய நற்கிரியைகள் வெளிப்படுகின்றன.

ஒரு சிலர், இயற்கை அமைப்பாலோ, பயிற்சியாலோ நற்பண்புகளைப் பெற்றிருக்கலாம். அத்தகையவர்கள் தத்துவ விஷயங்களைப் பற்றியும், ஞானோதயம் சம்பந்தமாகவும் ஆராய்ச்சி செய்யலாம். இவற்றையே குறிக்கோள்களாகக் கொண்டவர்கள் திருமணம் செய்துகொள்ள வேண்டியதில்லை. அவர்கள் ஈடுபட்டிருக்கும் காரியம் ஒன்றே அவர்களைப் பண்புள்ளவர்களாக்குவதற்குப் போதும். மனைவி மக்களுக்காகச் சம்பாதிப்பதை விட அறிவை வளர்த்துக் கொள்வது இவர்களுக்கு பெரும் சிறப்பை அளிக்கத் தகுந்தது. ஏனெனில் இதில் விளையும் நற்பயன்கள் முந்தியதில் விளையும் நற்பயன்களை விட அதிகம். அறிவொளியால் மாந்தர் சமூகமே பயனடைய முடியும் அல்லவா?

★ பேய்ச் சொறி நீங்க!

திடீரென்று உடம்பு பூராவும் நமைச்சல் தினவு, அரிப்பு எடுத்து தடிப்பும் வீக்கமும் காணும் பேய்ச்சொறி நீங்க இந்துப்பு நன்றாக தூள் செய்து போதுமான அளவு நெய்யில் கலந்து வெய்யிலில் வைத்து பின்பு தலை முதல் கால வரை உடம்பில் பூசிக்கொள்க. மறுநாள் இலுப்பைக் கட்டியை சுட்டு அரைத்து வைத்துக்கொண்டு குளிக்கும்போது அதை தேய்த்துக் கொண்டு நீராட தீரும்.

உ

முருகா.

— (சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி)

அவுரி வேர் பட்டை கற்கம்.

"நாவி குரங்கு பூனை பன்றி
நரி நீர்முதலை யுழுவையுடன்
மேவும் சுணங்க ளிவையெட்டும்
மேலே விழுநது கடித்தக்கால்
ஆவின் பாலில் நீலியின்வே
ரரைத்துக் கொடுக்க நாள்மூன்றில்
மேவுங் கனலில் மெழுகதுபோல்
விடந்தான் கழன்று போய்விடுமே".

(க-து) நீலி என்ற அவுரி வேர்ப் பட்டையை பசும்பாலில் அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு மூன்று நாள் தினமும் ஆறு வேளை கொடுக்க புனுகுபூனை, குரங்கு, பூனை, பன்றி, நரி, முதலை, புலி, நாய் கடிகள் யாவும் நெருப்பிலிட்ட மெழுகு போல் விஷம் தீரும். மருந்து கொடுக்கும் வரையில் உப்பில்லாத பத்தியம் இருப்பது அவசியமாகும்.

வேறு பல மூலிகை சிகிச்சைகள்.

"புலருங்கள்ளி தனைவாட்டிப்
　　புண்வாய் பிழிந்தால் விடந்தீரும்
சுலவுங் கருடக் கொடியரைத்துத்
　　துவாலையிடினும் விடந் தொலையும்
அலரும் வீழிச் சமூலத்தை
　　அரைத் தீந்தாலும் விடந்தணியும்
பலவும் வேண்டா மியாமிங்கே
　　பகரௌ டதங்கள் தெரிந்திடுமே".

(கு-து) விஷக்காலிகள் கடித்த ரணத்தின் மேல் கொடிக்கள்ளியை அனலில் வாட்டி பிழிந்தால் விடமிறங்கும். ஆகாச கருடன் கொடி இலையை அரைத்து உடம்பு முழுவதும் பூச விஷமிறங்கிவிடும். வீழிச் செடியின் சமூலத்தை அரைத்துக் கடி நஞ்சின் வேகம் தன்மைக்குத் தக்கவாறு அளவு நாள்களை கூட்டிக் குறைத்துக் கொடுக்க சகல விஷக் கடியும் நீங்கும் என்பதாம்.

வேம்பு பூச்சு.

"வேப்பங் கொழுந்தினுடன் சீந்தில்
　　வேருஞ் சிறுநீர் விட்டரைத்துக்
கோப்பா யுலர்த்தி வட்டாக்கிக்
　　கொண்டே யுடைத்துப் பொடிசெய்து
தாப்பாய் முட்டைக்காடி வைத்துத்
　　தடவித் தண்ணீர் தனில்முழுகக்
காப்பாய் யுடம்பு நன்ருகும்
　　கடிதே விடங்கள் தீர்ந்திடுமே".

(கு-து) வேப்பங் கொழுந்தையும், சீந்தில் வேரையும் சரிஎடை எடுத்துச் சிறுநீர் விட்டரைத்துப் பில்லை தட்டி உலர்த்திப் பொடிசெய்து வைத்துக்கொண்டு, கோழிமுட்டையை உடைத்து வெண்கருவை மட்டும் ஒரு பீங்கானில் ஊற்றி புளிக்கவைத்து அதில் அப்பொடியைப் போட்டுப் பிசைந்து கடிவாயிலும், உடம்பிலும் பூசி 1 மணி நேரம் ஊரவைத்து வெந்நீரால் தலைமுழுக்காட்டினுல் சகல விடக்கடியும் தீரும் என்பதாம்.

ஊமத்த சாறும், வெற்றிலையும் விடம் போக்கும்.

"மத்தத் துளியா றெட்டுள்ளே
வருந்தி நல்லெண்ணெயிற் கொண்டால்
சித்தரெதிர்ப்பே யோடுதல் போல்
தீராவிடங்கள் தீர்ந்திருமே
பத்தியுடன் வெற்றிலைச் சாறு
படிக்கால் கொடுக்க நாள் மூன்றில்
சத்தியருளால் நாய் நரிவே
தனைகள் தீரும் சத்தியமே".

(க-து) ஊமத்தை இலைச்சாற்றில் ஆறு துளி அல்லது எட்டு துளி வேளை ஒன்றுக்கு ஒரு உச்சிக்கரண்டி நல்லெண்ணெயில் விட்டு கலந்து தினம் ஒன்றுக்கு இரண்டு முதல் ஆறு வேளை மூன்று நாள் விடத்திற்கு தக்கபடி கொடுத்து உப்பில்லா பத்தியம் வைக்க, சித்தர்களை எதிர்த்த பேய்கள் போல விஷக்கடிகள் இறங்கி ஓடிப்போகும் என்பதாம் அல்லது ஒரு வேளை கால்படி கறுப்பு வெற்றிலைச் சாற்றை மூன்று நாள் ஆறுவேளை கொடுத்தாலும் நாய் நரிகடிகள் உள்பட சகல நஞ்சு வேகமும் தணியும் என்பதாம்.

(தொடரும்)

சன்னி, தலைமயக்கம், வேர்வை நிற்க!

லவங்கம், கடுகு ரோகணி, ஏலம் சமனிடையாக தனித் தனியாக எடுத்து இரும்பு வாணலில் வறுத்து எடுத்து இடித்து தூள் செய்து வைத்துக் கொள்க. வென்னீரில் சந்தணம் அரைத்த விழுதியும், கலைமான் கொம்பை அரைத்த விழுதியும் புளியங்கொட்டை அளவு எடுத்து, இடித்து வைத்த தூளில் இரண்டு சிட்டிகையும் கலந்து காலை மாலை கொடுக்க மேல் கண்ட நோய்கள் தீரும்.

உ

மனமும் மன அடக்கமும்

[சுவாமி சிவானந்தர்]

மனம் ஆத்ம சக்தியாகும். மனத்தின் மூலம் கடவுள் தன்னை அகில உலகமாக வெளிப்படுத்துகிறார். மனம் சூக்ஷ்மப் பொருளால் ஆக்கப்பட்டது. மனம் ஒரு அற்புத சக்தி வாய்ந்தது. மனதின் மேல் பிராணன் அலைவுறுகிறது. மனம் எண்ணங்களை உருவாக்குகிறது. பதிவுகள் எண்ணங்கள், வாசனைகள், விருப்புக்கள் முதலியவற்றின் மூட்டையாக இருக்கிறது, மனம். மனதின் விதைதான் ஆணவம்.

ஐந்து ஞானேந்திரியங்களின் தொழில்களை மனதினால் செய்ய முடியும். மனதில் சத்துவ, ரஜஸ், தமஸ் என்று முக்குணங்கள் நிலவுகின்றன. காம விகாரம், கோபம், பேராசை, பொருமை, கர்வம், மயக்கம் ஆணவம், விருப்புகள், வெறுப்புக்கள் முதலியன மனதினில் தோன்றும் அலைகள். சதா சுற்றித் திரியும் மனம் ஆசைகள் அழிந்ததும் சாந்தமாகி விடுகிறது. தன்னலமற்ற தொண்டு, ஜபம், தவம், நன்னடத்தை, தியானம் முதலியவற்றின் அப்பியாசத்தினால் மனம் தூய்மையாகிறது. சத்துவ குணம் நிரம்பிய மனம் சுத்த மனம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. ராஜஸம், தாமசம் நிறைந்த மனம் அசுத்த மனம் எனப்படுகிறது. மன ஓய்வு, ஜபம், பிரார்த்தனை, தியானம், சந்தோஷம், சத்துவ உணவு, மறை நூல் ஓதுதல் முதலியன மன ஆரோக்கியத்தைப் பேண இன்றியமையாதவை.

இடைவிடாது சிந்திக்கும் ஒரு பொருளின் உருவத்தை மேற்கொள்கிறது மனம். ஆப்பிள் பழத்தை நினைத்தால் ஆப்பிள் வடிவமாகிறது ஏசுநாதரை எண்ணினால் ஏசுநாதரின் உருவத்தை அடைகிறது. நீங்கள் எண்ணுவதைப் போல் ஆகிவிடுகிறீர்கள். இதுவே அசைக்க முடியாத மனோதத்துவ நியதி.

விழிப்பு நிலையில் மனதின் இருப்பிடம் மூளையில் அமைகிறது. சொப்பன நிலையில் அதன் இருப்பிடம் தொண்டையில் அமைந்திருக்கிறது. ஆழ்ந்த நித்திரையில் அது இதயத்தில் தங்குகிறது.

சரீரத்தையும் மனத்தையும் இணைக்கும் உறுப்பே பிராணன். சுக்கிலசக்தி அல்லது பிராணனை நீங்கள் அடக்கினால் உங்களால் மனதை அடக்கி நிறுத்த முடியும். மனதை அடக்க முடிந்தால் பிராணனை உங்களால் எளிதில் அடக்க முடியும். சுவாசத்தை அடக்குவதால் மனதை அடக்க முடியும். கடவுளின் அகில உலக மனமே விசிஷ்ட மனம். ஜாக்கிரமனம் விழிப்பு நிலையில் மூளைவழிச் செயல் புரிகிறது. அடிமனம் தான் சித்தம். எல்லா எண்ணங்களும் இங்குதான் அடர்ந்து உறைகின்றன. பிராணாயாமப் பயிற்சியினால் மனம் ஒருமைப்பாட்டை பெற உதவ முடியும். ஒரே சமயத்தில் மனதினால் கேட்கவும் காணவும் முடியும்.

ஆத்மனுக்கும் சரீரத்திற்கும் நடுவில் இரண்டையும் பிரித்துவைக்கும் சுவராக மனம் இருக்கிறது. மனமே சேனாபதி. புலன்கள் படைவீரர்கள். ஆணவம், பேராசை, அழுக்காறு, வீணத்தனம் முதலியவை மனதின் பணியாளர்கள். "என் மனம் எங்கோ இருந்தது. நான் பார்க்கவில்லை. என் மனம் எங்கோ இருந்தது. நான் பார்க்கவில்லை. என் மனம் எங்கோ இருந்தது நான் கேட்கவில்லை" என்று மனு சொல்கிறார். மனிதன் தன் மனதின் மூலமாகவே கேட்கிறான்; பார்க்கிறான். மனதை ஒரு பொருளின் மேல் பதிய வைப்பதற்கு அப்பியாசம் என்று பெயர்.

வைராக்கியத்தாலும் அப்பியாசத்தாலும் உங்களால் மனதைக் கட்டுப்படுத்த முடியும். நீங்கள் உயரிய பேருணர்வு நிலையை நீண்ட அப்பியாசம், தகுதி, நம்பிக்கை மூலமாக பெறவும் வழி பிறக்கும். வைராக்கியமின்றி ஆத்மீக முன்னேற்றம் அசாத்தியம். கீழ் மனத்தை உயர் மனத்தின் உதவி கொண்டு இல்லாதாக்கி உயர் மனத்தையும் தாண்டி உயர்ந்து செல்ல வேண்டும்.

மனதின் கூட்டுறவின்றி புலன்களால் ஒன்றையும் செய்யமுடியாது.

தீய எண்ணங்களை விரட்டி அடிக்க முயலாதீர்கள். அதிகம் அதிகம் முயற்சி செய்தால் அதிக வேகத்தில் அவ்வெண்ணங்கள் திரும்பி வருகின்றன. மனதை தெய்வீக (உணர்ச்சி) எண்ணங்களால் நிரப்புங்கள். தீய எண்ணங்கள் மெல்ல மெல்ல தாமாகவே மறைந்துவிடும். பலாத்கார முறையால் மனதை அடக்க முயலாதீர்கள். அறிவு மிகும் முறைகளால் மனதை எளிதில் அடக்கிவிட முடியும்.

சம்சாரத்தின் வேரில் அமைந்து காணப்படுகிறது மனம். அதன் விறகே ஆசை. எண்ணமே நெருப்பு. ஆசையெனும் விறகை பின்னிபூத்து விட்டால் எண்ணமெனும் நெருப்பு தானுகவே அணைந்துவிடும்.

மனம் ஒரு சமுத்திரத்தைப் போன்றது. எண்ணங்கள் அலைகள். உணர்ச்சிகளினுடையவும், எண்ணங்களினுடையவும் வெளியீடே மனம். மனம் நினைக்கிறது. புத்தி நிர்ணயிக்கிறது. அகங்காரம் தான் என்று எண்ணி நிற்கிறது. அடிமனம் நினைவூட்டுகிறது. மனம் சாத்வீகமாக இருக்கும் நேரம், அமைதியுடனும், தூய்மையுடனும் இருக்கும் போது உள்ளுணர்வின் கதிர்களை நீங்கள் காண்பீர்கள்.

மனமும் பிராணனும் ஒன்றையொன்று அண்டி நிற்பவை. பிராணன் மனதின் புறவங்கி. பிராணனுள்ள இடத்தில் மனமும் உளது. மனமுள்ள இடம் பிராணனும் இருக்கிறது.

ஜாக்கிர (விழிப்பு) நிலை, சுஷுப்தி (நித்திரை) நிலை, சொப்பன நிலை என்பவை மனதின் மூன்று நிலைகள்.

மனத் தொழில்களே உண்மைச் செயல்கள். எண்ணமே உண்மைச் செயல்.

ராஜஸமனம் பலவிதமான பொருள்களையும் புதுப்புது உணர்ச்சிகளையும் வேண்டுகிறது, ஒரே தன்மையில் இருப்பதால் மனம் வெறுப்பு அடைகிறது. வேலை மாற்றம் மனதிற்கு ஒரு மாற்றமாக அமைகிறது.

மனம் ஒரு வாயிற்காப்போன். மன மாளிகையினுள் ஒரே சமயத்தில் அது ஒரு எண்ணத்தையே உட்செல்ல அனுமதிக்கிறது.

உ

ஸ்ரீ ராஜ பூஜித மகான்

ஸ்ரீ குழந்தையானந்த சுவாமிகள் திவ்யசரிதம்.

ஸ்ரீ K. S. V. ரமணி அவர்கள் எழுதிய

புத்தகம் விலை : ரூபாய் 2-00

கிடைக்குமிடம் :- தபால் செலவு தனி.

ஸ்ரீ குழந்தையானந்த சுவாமிகள் சத்சங்கம்

357, பைகிராப்ட்ஸ் ரோட், சென்னை-14.

எல்லா உலகும் பெறும்

★ திருமுருக. கிருபானந்தவாரியார்

[அன்பின் மிகுதியால் அளிக்கும் உப்பில்லாக் கஞ்சி, அமிர்தமாய் தித்திக்கும். வேடர்குல நரைமூதாட்டி சபரி தந்த எச்சிற்கனி இராம பிரானுக்கு அமிர்தம்போல் இனித்தது. அன்புடன் கண்ணப்பர் தந்த மாமிசத்துண்டு சிவபிரானுக்குப் புதிய அமுதம் போல் இனித்தது. இக் கட்டுரையில் ஔவைப் பிராட்டியின் பாடலால் "அன்பின் அமுதம் எல்லா உலகும் பெறும்" என்ற கருத்து விளக்கப்படுகிறது.]

ஒரு பொருளுக்குப் பெருமை அப்பொருளின் உயர்வாகிய தனித் தன்மையில் இல்லை. அப்பொருளைக் கொடுப்பவனுடைய அன்பின் அருமையில் உயர்வு அடங்கியுள்ளது.

நெய்யினால் தாளிதம் புரிந்து பளபளவென்று பூனைக்கண் போல் நல்ல நிறமுள்ள உயர்ந்த உணவாக இருப்பினும், அன்பில்லாதவன் மனையில் ஒரு ஒதுக்கிடத்தில் இருந்து உண்ணும் உணவு வேம்பு போல் கசக்கும். "விருப்பிலார் இல்லத்து வேறிருந் துண்ணும்
வெருக்குக்கண் வெங்கருனை வேம்பாம்."
என்று கூறுகின்றது நாலடியார்.

அன்பே சிவம்

அன்பில்லாமல் தருகின்ற பொருள் எந்துணை உயர்ந்ததாயினும் அது உயர்வு பெறாது. அன்புடன் தந்த உப்பில்லாத கஞ்சி அன்பின் மிகுதியால் அமிர்தமாகத் தித்திக்கும். சபரி என்ற வேடர்குல நரை மூதாட்டி தந்த எச்சிற்கனி இராமருக்கு அமிர்தம் போல் இருந்தது. அன்பின் சிகரமாக விளங்கிய கண்ணப்பர் தந்த எச்சில் மாமிசத்துண்டு சிவபிரானுக்குப் புதிய அமிர்தம் போலிருந்தது.

"கிஞ்சித் பக்ஷித மாம்சசேஷ கபளம் நவ்யோபஹாராயதே"
இவைகளுக் கெல்லாம் காரணம் எது? அன்புதான்.

ஔவையார்

ஔவையார் ஒரு சமயம் நடந்து பலவூர்களுக்கு சென்று அறவுரை பகர்ந்து வந்தனர். அக்காலத்தில் இந்நாளில் உள்ள வாகன வசதிகள் இல்லை. அதனால் தமிழ் அன்னையாகிய ஔவையார் காலால் நடந்தே

ஆங்காங்கு சென்று அரிய பணிகள் பல புரிந்து வந்தனர். ஒரு நாள் பகலெல்லாம் நடந்தனர். பொழுது சாய்ந்தது. கால்கள் தடுமாறின. கடும்பசி, இருள் சூழ்ந்துவிட்டது. எங்கு போவது என்று அம்மையாருக்கு விளங்கவில்லை.

பூதன்

தற்செயலாக எதிரில் ஒரு குடிசை இருந்தது; புல்வேளூர் என்ற ஊர்ப்புறத்தே அக்குடிசை இருந்தது; அதில் பூதன் என்ற ஒரு விவசாயி இருந்தான். நல்ல பண்புடையவன்; விருந்தினரை உபசரிப்பதில் வல்லவன். கருணையால் கனிந்த உள்ளமுடையவன். அவனுடைய வாழ்க்கை துணைவியான மனைவியும் அவ்வண்ணமே அறப் பண்புடையவள்; கணவனுர் கருத்தறிந்து நடப்பவள்.

ஔவையார் அந்தக் குடிசையின் அருகே களைத்து நின்று 'முருகா' என்று ஒரு பெருமூச்சு விட்டனர். குடிசைக்குள் இருந்த பூதன் என்பான் முருகா! என்ற குரலைக் கேட்டு விளக்கை யேந்திக்கொண்டு வெளியே வந்து பார்த்தான். பழுத்த பழமாக ஒரு கிழவி இருப்பதைக் கண்டான். ஔவையாரென அவன் அறிந்தானில்லை. "பாட்டி! தாங்கள் பசித்து இருக்கிருப்போல் தோன்றுகிறது; உள்ளே வந்து எம்மிடம் உள்ளதை உண்டு பசியாறுங்கள்" என்று அன்புடன் அழைத்தான்.

அன்னமிடல்

ஔவையார் குடிசைக்குள் நுழைந்தார். கிழிந்த பாய் ஒன்றை அவருக்கு இட்டு அதில் அமருமாறு பூதனுடைய மனைவி உபசரித்தாள். கையலம்ப நீரும் தந்தாள். வாழையிலை இட்டாள். பகற்பொழுதில் சமைத்த வரகரிசி யன்னத்தைப் படைத்தாள்; அது விறகுபோல் விரைத்துப் போயிருந்தது. "தாயே! நாங்கள் பரம ஏழைகள்; எங்கள் வீட்டில் பாலோ, தேனோ, பழமோ, உயர்ந்த பிறஉணவோ இல்லை. இந்த வரகரிசி சோறுதான் இருக்கின்றது. இதனை உண்டு பழகியிருக்க மாட்டீர்" என்று அந்த வீட்டரசி இனிமையாகக் கூறினுள். ஔவையார் "குழந்தாய்! வீடு தீப்பிடித்து எரியுமானுல் பன்னீர் விட்டுத்தான் அணைக்க வேண்டுமா? தண்ணீர் விட்டால் தீ அணையாதா? அதுபோல் வயிற்றில் எழுகின்ற பசித்தீ, பாதம் அல்வாவினுல் தான் அணையுமா? பழங் கஞ்சி உண்டாலும் அணையுந்தானே. ஆகவே, ஏதாவது தாருங்கள்" என்ருர்.

துணைக்கறி

இலையில் படைத்த வரகரிசிச் சோற்றில், மூன்று நாட்களுக்கு முன் கடைந்து நுரையுடன் புளித்து இருக்கின்ற மோரை விடுத்தாள். துணைக் கறியாதொன்றும் இல்லை. வீட்டம்மை என் செய்வோம் என்று கருதினுள். தோட்டத்தில் நீளமான கத்தறிக்காய்கள் செடியில் காய்த்திருந்தன.

நீளமான கத்தறிக்காய்க்கு வழுதுணங்காய் என்று பெயர். இரண்டு வழுதுணங்காய்களைப் பறித்து அடுப்பில் நன்கு கனிந்துள்ள நெருப்பில் இட்டு வாட்டினாள். வாட்டியவற்றை ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு தூய மெல்லிய கரமலரால் பிசைந்தாள். சிறிது உப்பிட்டு அரை எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து, ஈர வெங்காயத்தைச் சிறிது நறுக்கிவிட்டாள். பச்சை மிளகாய் ஒன்று நசுக்கியிட்டாள். சிறிது காயத்தையும் கரைத்தாள்; கரண்டியில் சிறிது நல்லெண்ணெயிட்டு கடுகும் கருவேப்பிலையும் உளுத்தம் பருப்பும் இட்டு தாளிதஞ் செய்து அதில் கலந்து பச்சைக் கொத்துமல்லித் தழையையும் அதில் இட்டு விரவினாள்.

மாதவம் செய்தோம்

இப்படிச் சில விநாடிகளுக்குள் தயாரித்த அக் கறியை ஔவையார் இலையில் சூடாகப் படைத்தாள். பூதன் அருகில் நின்று கிழிந்த பனை ஓலை விசிறியால் விசிறினான். "எங்கள் புண்ணியப் பயனால் வந்த தண்ணருள் நிறைந்த தாயே! தங்கள் வரவினால் நாங்கள் புனிதர்களாக ஆனோம். நாங்கள் பெருந் தவமுடையோம். தங்கள் வரவு நல்வரவு. தாங்கள் உண்டது கோடிபேர் உண்டதாகும். தங்களைக் கண்ட கண்கள் நல்ல கண்கள்; எங்கள் குடிசை என்ன மாதவஞ் செய்ததோ" என்றான். பூதன் மனைவி, "பாட்டி! இந்த புல்லிய உணவைத் தங்களுக்குப் படைத்ததற்கு உள்ளம் நாணுகிறது. தங்களைப் பார்த்தால் மிகப் பெரிய தகுதி உடையவர் என்று தெரிகிறது. தங்கள் திருமுகத்தில் ஞானஒளி வீசுகின்றது. தங்களுக்குப் பாலும் தேனும் பழமும் சீனியும் படைக்கவேணும். நாங்கள் வறியவர்கள். எங்கள் வீட்டில் இவைகள்தான் இருந்தன. சோறும் வரகரிசி; மோரும் புளித்தது. உயர்ந்த கறிகளும் இல்லை. என்னமோ நீங்கள் இவற்றை ஏற்றுக்கொண்டு உண்பதுவே நாங்கள் செய்த மாதவம்" என்றாள்.

பாட்டிக்கு உபசரிப்பு

இப்படிக் கணவனும் மனைவியும் இன்னுரை கூறிப் படைத்த அந்த உணவை அன்பாகவும் அமிர்தமாகவும் ஔவையார் உண்டார். உண்ட பின் கை அலம்பி, பாயில் அமர்ந்து இந்த உணவு எல்லா உலகும் பெறும் என்று ஓர் அருமையான வெண்பாவைப் பாடினார்கள். பாட்டைக்கேட்ட பின்னர் அவரை ஔவையார் என உணர்ந்து மேலும் பயபக்தியுடன் உபசரித்தார்கள். அந்த வெண்பாவை இதோ பாருங்கள்:

வரகரிசிச் சோறும் வழுதுணங்காய் வாட்டும்
முரமுரவென வேபுளித்த மோரும் — திரமுடனே
புல்வேளூர்ப் பூதன் புகழ்ந்துபரிந் திட்டசோ
றெல்லா உலகும் பெறும்.

ஔவையார், இப்படி அன்புடன் அளித்த அந்த சிறுமையான உணவைப் பெருமையாக மதித்துப் பாடினார்கள். அந்த உணவு எல்லா உலகும் பெறும் என்றும் கூறினார்கள்; ஆனால் உண்மையில் இந்தப் பாடல் எல்லா உலகும் பெறும்.

மூலிகை மணி அச்சகத்தில், அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும், ஆசிரியரும் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், 33-1, தென்னமரம் தெரு, வேலூர். (வ. ஆ.)