வைத்தியர்களுக்கு

:: முக்கியமான அறிவிப்பு ::

***

தங்களுடைய

அரிய நேரத்தை

மருந்துகள் தயார் செய்வதில்

செலவழிக்காமல் தங்களுக்காக மிகுந்த

சாஸ்திரப் பயிற்சி பெற்ற வைத்தியர்களைக்

கொண்டு சாஸ்திர முறைப்படி உயர்ந்த

சரக்குகளை சரியாகச் சேர்த்து

மருந்துகளைத் தயார்செய்து

வைத்திருக்கும்

***

திருச்சி ஆயுர்வேதிக் யூனியன் லிட்.,

சின்னக் கடைத் தெரு, தெப்பக்குளம், P. O. திருச்சி.

இடமிருந்து பெற்றுக் கொள்ளவும்.

N. B:— வைத்தியர்களுக்கு மிகக் குறைந்த விலைக்கு மருந்துகள் சப்ளை செய்யப்படும்.

ஸ்ரீ தந்வந்தரயே நம:

வைத்ய சந்த்ரிகா.

தொகுதி 9 மே, 1947 பகுதி 5

புதிய மந்திரி:

சென்னை அரசாங்கத்தில் ஸ்ரீ. பிரகாசம் மந்திரி சபை கலைக்கப்பட்டு ஸ்ரீ. ராமசாமி ரெட்டியார் அவர்களின் தலைமையில் புதிய மந்திரி சபை நிறுவப்பட்டு வேலை செய்யத் தொடங்கிவிட்டது. வைத்தியம்— பொதுஜன ஆரோக்கிய இலாகாக்களின் பொறுப்பை ஸ்ரீ. A. B. ஷெட்டி அவர்கள் ஏற்றுக்கொண்டிருக்கிறார். இவர் முன்பு Dr. T. S. S. ராஜன் வைத்திய இலாகாவிற்கு மந்திரியாயிருந்த பொழுது அவரிடம் பார்லிமெண்டரி செக்ரிடெரியாயிருந்துள்ளவர். ஆதலால் இந்த இலாகாவில் முன்பே பூர்ண பழக்கமுள்ளவர்.

இப்போது பதவியிழந்த பிரகாசம் மந்திரி சபையின் ஆரோக்கிய இலாகா மந்திரி அம்மையார் ஸ்ரீருக்மணி லக்ஷ்மீபதி தான் பதவிக்கு வந்த புதிதில் ஆயுர்வேதத்திற்கு அபரிமிதமான அபிவிருத்திகளை உடனடியில் அனுஷ்டானத்திற்குக் கொண்டுவந்துவிடுவதாக வெகுவித உறுதி மொழிகள் பலமாகக் கூறினார். என்னெல்லாமோ ஏற்பாடுகள் நடப்பதாக வார்த்தைகள் கிளம்பினவே தவிர அவருடைய ஆட்சி காலத்தில் ஆயுர்வேதத்திற்கு உருப்படியான உபகாரம் ஒன்றும் விசேஷமாய் ஏற்படவில்லை. கவர்ன்மெண்டு இந்தியன் மெடிகல் ஸ்கூலின் பெயரை அழித்து காலேஜ் என்று பெயர் போடுவது என்ற ஒரு முக்கிய கார்யம் நிறைவேற்றினதாகச் சொல்லலாம். இந்தக் கார்யத்தில் இந்திய வைத்தியத்திற்கு லாபமா நஷ்டமா வெனில் நஷ்டமே. ஸ்கூலைக் காலேஜ் ஆக உயர்த்தினதில் எப்படி நஷ்டமாயிற்று என்பதைக் கேளுங்கள்— வர்த்தமான ஸ்கூலில் ஆண்டுக்கு நூற்றுக்கு மேலான ஸங்கியையில் மாணவர்கள் சேர்க்கைப்பட்டுக் கொண்டிருந்தனர். இதில் இனி பையன்கள் சேர்க்கப்படமாட்டார்கள். ஏற்கனவே புகுந்துவிட்ட பையன்களுடைய கடைசீ வருஷம் வரை பாடசாலை நடத்தப்படும். பிறகு இது மூடப்பட்டு விடும். புதிதாக ஒரு இந்திய வைத்தியக் காலேஜ் ஆரம்பம் செய்ய உத்தேசிக்கப்பட்டிருக்கிறதே, அந்தக் காலேஜில் பிரதி வருஷமும் ஆயுர்வேத சித்த யூனானி மூன்றும் சேர்ந்து மொத்தம் 50 மாணவர்களுக்கே பிரவேசம் அளிக்கப்படும். காலேஜ், ஹாஸ்பிடல் ஆராய்ச்சி எல்லாவற்றுக்கும் செலவுக்கு ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ள தொகை ஆரம்பத்தில் ரூ. 40,000. பிறகு பிரதி வருஷாந்திரச் செலவு ரூ. 30,000. இப்போது நடத்தப்பட்டு வரும் இந்திய வைத்திய ஸ்கூலுக்கும் ஹாஸ்பிடலுக்கும் வருஷத்தில் செலவு ஒரு லக்ஷரூபாய்களுக்கு மேலாகின்றது. இந்த ஸ்கூலினால் பிரயோஜனம் போதாது. இந்திய வைத்தியாபிவிருத்திக்கு காலேஜ் தகுந்தபடி செய்யவேண்டுமென்று பரைசாற்றி வருஷத்திற்கு ரூ. 30,000 செலவுக்கு வைத்துவிட்டுப் போனால் இந்த ஏற்பாட்டில் இந்திய வைத்தியத்திற்கு லாபமா, நஷ்டமா? நீங்களே சொல்லுங்கள். ஸ்கூல் என்ற பெயரை அழித்து காலேஜ் என்று பெயர் போடுவது மட்டும்தான் பலிதமாயிற்று” என்று நாம் உரைப்பதில் என்ன தவறு? ஆயுர்வேதத்திற்கு உபகாரம் செய்ய வேண்டுமென்று ஸ்ரீ ருக்மணீ அம்மாளுக்கு அந்தரங்கத்தில் எண்ணமுண்டு என்பதை அவருடன் பழகினவர் யாவருமறிவர். ஆனால் அவருடைய நிர்வாஹ சக்திக் குறைவினால் ஒன்றும் பலிக்கவில்லை. ஸ்ரீ ருக்மணீ அம்மாள் தானே யோஜித்து செய்யத் தொடங்கி யிருந்தால் ஆயுர்வேதத்திற்கு அவர் நாளில் ஏதாகிலும் ஒரு லாபம் கிட்டியிருந்திருக்கும். ஆயுர்வேதந்தைப்

பற்றிய ஸகல பாரங்களையும் பர்த்தா Dr. லக்ஷ்மீபதி அவர்களிடம் பொறுப்பு ஒப்புவித்துவிட்ட படியால்தான் ஒன்றுமே உருவாகாம லழிந்தது.

பதவியிழந்து வீட்டுக்குச் சென்றுவிட்ட மந்திரியின் கார்யங்களைப் பற்றி இப்போது குறைகூறுவதில் பயனில்லை. புதிதாகப் பதவியேற்றுள்ள மந்திரியின் மனோபாவம் எவ்விதமுள்ளதோ தெரியவேண்டும். ஸ்ரீ A. B. ஷெட்டி ஆரோக்கிய மந்திரியாசனத்தில் வீற்றிருந்த போதிலும் பழய Dr. T. S. S. ராஜன் மந்திரிசபையில் முக்கியஸ்தராக கூடவேயிருப்பதால் Dr. ராஜனுடைய ஹிருதயமும் உபதேசங்களுமே ஸ்ரீ A. B. ஷெட்டிக்கு ஆரோக்கிய இலாகா நிர்வாஹத்தில் வழிகாட்டிகளாக இருக்குமென்பது பகிரங்க ரஹஸ்யம்.

Dr. T. S. S. ராஜன் ஆரோக்கிய மந்திரியாயிருந்த சமயத்தில் 'அவர் ஆயுர்வேதம் முதலிய தேசிய வைத்தியங்களுக்கு ஆதரவு அளிக்கவில்லை, அழிக்க முயன்றார்' என்ற வதந்தி எங்கும் கிளம்பியது. Dr. ராஜனே ஒரு சமயத்தில் ஒருகடித மெழுதியுள்ளார்— "தன்பேரில் ஆயுர்வேதத்திற்கு ஆதரவு அளிக்காதவர் என்ற அவச்சொல் வந்திருக்கிறதை யானறிவேன். நான்தான் உண்மையில் ஆயுர்வேதத்தை உயர்த்த முற்பட்டவன். எனது உண்மையை காலம் பிற்பாடு தெரிவிக்கும்'' என்று. இப்போது Dr. ராஜன் உண்மையில் ஆயுர்வேதத்தின் அபிவிருத்தியில் சிரத்தையுள்ளவர் என்பதை மெய்ப்பித்து உலகமறியக் காட்டவே அவருக்கு ஒரு மந்திரிபதவியும் அவருடைய பழய செக்ரிடெரிக்கே ஆரோக்கிய மந்திரி பதவியும் வாய்த்துள்ளது என்று கருதுகிறோம். Dr. ராஜன் அவர்கள் 'நான்தான் உண்மையில் ஆயுர்வேதத்தை உயர்த்த முற்பட்டவன்' என்று கூறிய சபதத்தை இப்போது நிறைவேற்றுவார் என்று நாம் மனதார நம்புகிறோம்.

புதிய ஆரோக்கிய மந்திரி ஆயுர்வேத விஷயமாக என்னென்ன செய்யக் கருதியிருக்கிறாரோ, தெரியவில்லை. ஒரு விஷயத்தில் மட்டும் நாம் இப்போது முதலில் ஆரோக்கிய மந்திரியிடம் பிரார்த்தனை செய்துகொள்ளுகிறோம். வீடு சென்ற ஆரோக்கிய மந்திரி உலகில் இருக்கும் எல்லா வைத்திய சாஸ்திரங்களையும் ஒரே ஒரு வைத்திய சாஸ்திரமாக்கிவிட வேண்டுமென்று சில திட்டங்கள் வகுக்க ஆரம்பித்துள்ளார். கவர்ண்மெண்டு இந்திய மெடிகல் ஸ்கூல் மாஜி பிரின்ஸிபால் Dr. G. ஸ்ரீநிவாஸ மூர்த்தி அவர்களும் அவர் சீடர்களும் எல்லா வைத்திய முறைகளையும் ஐக்கியமாக்கி ஒரு வைத்திய முறையாக்கி விடவேண்டுமென்று சொல்லிக்கொண்டே யிருப்பதைக் கேட்டு சுயமாக ஆலோசிக்கத்

தெரியாததின் விளைவு இது. Dr. G. ஸ்ரீநிவாஸமூர்த்தி சொல்லும் ஒரே வைத்திய யோஜனை பெரிய தவறு என்பது நிச்சயம். அதைப் பிறகு நிரூபிப்போம். இப்போது உடனே செய்யவேண்டிய கார்யம்— ஆயுர்வேதத்தை அபிவிருத்தி செய்ய எண்ணமிருக்குமாகில் ஆயுர்வேதத்தை அதன் சொந்த வழிகளிலேயே அபிவிருத்தி செய்ய உதவி கொடுங்கள். ஆயுர்வேதம் வெளிநாட்டு வைத்தியம் போல் ஒரு பிரதிஷ்டையை அடைந்த பிறகு ஒன்று சேர்க்கும் யோஜனை செய்யலாமோ, என்னவோ?— அப்போது யோஜனை செய்யவேண்டிய விஷயம். இப்போது அப்படி நினைத்தால் ஆயுர்வேதம் அழியும் என்பதில் ஐயமில்லை. Dr. U. ராமராவ் அவர்களால் சென்னையில் நடத்தப்படும் Antiseptic என்ற பத்திரிகையிலும் 1947 April வெளியீட்டில் ஆயுர்வேதத்தையும் ஆங்கில வைத்தியத்தையும் ஒன்று சேர்த்து ஒரு வைத்தியமாக்க வேண்டுமென்று சொல்லும் இளம் யோஜனையைத் தீவிரமாகக் கண்டித்து எழுதப்பட்டிருக்கிறது, Dr. G. ஸ்ரீநிவாஸமூர்த்தியின் யோஜனையை சுத்தமான ஆங்கில வைத்தியர்களும் ஒப்புக்கொள்ளவில்லை. சுத்தமான ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் ஒப்புக்கொள்ளவில்லை. இப்போது அதைப் பற்றி சிந்தனை செய்வது அவசியமே யில்லை. ஆயுர்வேதத்தை அதன் சொந்த வழியில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் விரும்புகிறபடி அபிவிருத்தி செய்வதே அரசாங்கத்தின் கடமையும் நீதியுமாகும்.

* * * * * *

1947-ஏப்ரல் வைத்திய சந்திரிகையில் 81-ம் பக்கத்தில் வெளியான வைத்யர் ஸ்ரீ. R. ரெங்கநாதம் அவர்களுடைய யோகக் குறிப்பு பலவைத்தியர்களுடைய கவனத்தைக் கவர்ந்திருக்கிறது. இரண்டு வைத்தியர்களிடமிருந்து நமக்குச் சந்தேஹம் கேட்டு வந்திருக்கும் தபால்களை 'நமது தபால் பெட்டி' அடியில் பிரசுரித்திருக்கிறோம். வைத்தியர்கள் கடிதம் மூலம் கேட்டுள்ள ஸந்தேஹங்களையும் மற்றும் என்ன ஸந்தேஹங்கள் ஏற்படக்கூடுமோ அவைகளையும் ஆராய்ச்சி அணிகலம் ஸ்ரீ. R. ரங்கநாதம் அவர்கள் வைத்திய சந்திரிகை மூலம் நிவிருத்தி செய்யக் கோரப்படுகிறோர்.

* * * * * *

மேலும் ஆயுர்வேதத்தில் சாஸ்திரம் கர்மாப்பியாஸம் இரண்டுகளிலும் ஏற்படக்கூடிய ஸம்சயங்களை சந்திரிகையில் பிரகாசம் செய்வதானது வைத்திய பண்டிதர்கள் தத்வித்ய ஸம்பாஷா ரூபமான சர்ச்சைகளால் பரஸ்பரம் கேட்டுத் தெரிந்து

கொள்ளுவதற்கும் தத்துவங்களை வெளியி(
யமையாத உபாயமாகும். இந்த இதழில்
கிருஷ்ண சாஸ்திரிகள் மானபரிபாஷையில்
தேஹ விஷயம் ஆலோசித்துத் தீர்மானிக்கவே
களில் மிக முக்கியமானது. வைத்தியர்கள் அவசியம் இந
யத்தைப் பற்றி ஆராய்ந்து அபிப்ராயங்களை முதலில் சந்திரிகை
யில் வெளியிட்டுப் பிறகு ஓர் தீர்மானத்திற்கும் வரவேண்டிய
தவசியம்.

***

ஓர் நோயாளி தன் உபாதிக்கு சிகித்ஸை கேட்டிருக்கிறார். மேற்படி ரோகத்தில் பிரத்யக்ஷமாய் பரீக்ஷை செய்து கைகண்ட பலனளித்துள்ள சிகித்ஸாக் கிரமத்தையும் ஔஷதங்களையும் சந்திரிகையில் பிரகாசம் செய்தால் அப்பிணியாளி கூறுவது போல புண்ணியமுண்டு என்பதில் ஐயமில்லை.

செய்திக் குறிப்பு

1. சென்னையில் இந்திய வைத்தியக் கல்லூரி:

சென்னை சர்க்கார், நமது மாகாணத்தில் ஒரு இந்திய வைத்தியக் கலாசாலையும், ஒரு ஆராய்ச்சிக் கழகமும் ரூ. 70,000 செலவில் ஆரம்பிக்க அனுமதித்துள்ளார்கள். வரும் 1947-ஜூலையிலிருந்து தற்சமயம் நடந்துவரும் இந்திய வைத்திய ஸ்கூலில் வித்யார்த்திகளுக்கு பிரவேசமளிக்கப் படாது. ஆனால் ஏற்கனவே படித்துவரும் வித்யார்த்திகளுக்கு, அவர்களுடைய படிப்பு முடியும் வரை அந்த ஸ்கூல் நடந்துவரும். அவ் வித்தியார்த்திகளின் படிப்பு முடிந்தவுடன் அந்த ஸ்கூல் மூடப்படும்.

இந்திய வைத்திய கலாசாலையில், ஆயுர்வேதம், ஸித்தம், யூனனி என மூன்று பிரிவுகளிருக்கும். எல்லாவற்றிற்குமாகச் சேர்ந்து வருஷத்திற்கு 50 வித்யார்த்திகள் பிரவேசத்திற்கு அனுமதிக்கப்படுவார்கள்.

கழகத்திலும், சாஸ்திர ஆராய்ச்சி
வ ஆராய்ச்சி (Clinical) ரஸாயன ஆரா
ய்) என மூன்று விபாகங்களிருக்கும்.

புதுடெல்லி—ஆயுர்வேத யூனனி திப்பிக்கல்லூரியின் வெள்ளி விழா:

ஷை கல்லூரியின் வெள்ளி விழா இந்திய இடைக்கால சர்க்காரின் தொழில்மந்திரி ஸ்ரீ ஜகஜ்ஜீவன் ராம் அவர்களின் தலைமையில் விமரிசையாக நடந்தது. ஸ்ரீ ஜகஜ்ஜீவன் ராம் அவர்கள் தலைமை யுரையில், "தேக ஆரோக்கியம் மிகவும் குன்றிய இந்தியாவில் ஆயுர்வேதமும் யூனனியுமே ஏழைமக்களுக்கு எளிதில் உதவக்கூடியதாக இருக்கிறது. ஆயுர்வேத யூனனி முறைகள் விக்ஞானப்படி அமைக்கப்பட்டவைகளல்ல வெனக் கூறுவது மிகவும் கண்டிக்கத் தகுந்தது. இவை எண்ணிறந்த நூற்றுண்டுகளாக பரீக்ஷைகளினுலும், அனுபவங்களினுலும் உயர்ந்த ஆராய்ச்சிகளினுலும், சிறந்த மூலாதார தத்துவங்களுடன் ஸ்தாபிக்கப் பெற்றவை. விடுதலை யடைந்த இந்தியாவில் இக்கலாசாலைக்கு, உயர்ந்த ஆயுர்வேத யூனனி வைத்தியர்களை வெளியில் அனுப்புவதுடன் உலகிற்கு இந்திய வைத்திய முறைகளின் சாஸ்திரீயத் தன்மையை நன்கு போதிக்கவேண்டிய கடமையும் ஏற்பட்டிருக்கின்றது. இந்திய சர்க்காருக்கு, இந்த ஸ்தாபனத்தின் காரியங்களில் பரிபூர்ணமான ஆதரவிருக்கின்றது" எனக் கூறியுள்ளார்.

1948 ஜனவரியில் ஷை கலாசாலையை ஓர் யுனிவர்ஸிடியாக்க அக்கலாசாலை நிர்வாஹிகள் தீர்மானித்துள்ளது மிகவும் ஸந்தோஷகரமான விஷயம்.

இடைக்கால சர்க்காரால் நிறுவப்பட்ட இந்தியவைத்ய பரிசீலனைக் கமிட்டி:

ஸர். R. N. சோப்ரா அவர்களின் தலைமையில் நடந்த அக் கமிட்டியின் முதல் கூட்டம் 4—3—47 அன்று டில்லியில் நடைபெற்றது. இடைக்கால சர்க்காரின் ஆரோக்கிய மந்திரி— கஜ்னபர் அலிகான் அவர்கள் அக்கூட்டத்தை

ஆரம்பித்துவைத்துப் பேசுகையில், 'ஜனங்களுக்கு அளிக்கப்படும் வைத்திய வசதி மிகச் சிக்கனமாகவோ, பொது மக்களுக்கு உகந்ததாகவோ இருப்பதுமட்டும் போதாது. அவை யுக்தி யுக்தமாயும், சாஸ்திரீயமாயுமிருப்பது அவசியம். மனிதரின் பிணியகற்ற உலகில் எங்கெந்த முறைகளில் மேன்மை யிருக்கின்றதோ அவைகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்ருக்கி மக்களுக்குப் பொதுவுடைமையாக்கப்பட வேண்டும். இந்திய வைத்திய முறைகள் அநேக நல்ல விஷயங்களை உள்நாட்டு முறைகளிலிருந்தும் வெளிநாட்டு முறைகளிலிருந்தும் பரஸ்பரம் ஸ்வீகரித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. ஆங்கில வைத்யம், யூனனி, ஆயுர்வேதம் இவைகளைத் தனித்தனியே அபிவிருத்தி செய்ய தனி வித்யாசாலைகள், வைத்யசாலைகள் ஆராய்ச்சிசாலைகள், இவைகளை ஸ்தாபனம் செய்ய ஏழையான இந்தியாவின் செல்வநிலையில் ஸாத்தியமாகாது.

அதனுல் இக்கமிட்டியானது விரிவான முறையில் பொது ஜனங்களுக்கு வைத்திய வசதி அளிப்பதும், யுக்தி யுக்தமாயும் அனுபவஸாத்யமாயுமுள்ள ஓர் வைத்திய முறையைக் கொண்டுவர முயற்சிக்கவேண்டும். இந்தியாவின் உயர்ந்த விக்ஞான சக்தி, மேல்நாட்டாரின் ஆராய்ச்சிகளையும் எடுத்துக்கொண்டு உலகிற்கே பொதுவான ஓர் வைத்ய முறையை ஸ்ருஷ்டிக்கும் என்று எண்ணுகிறேன்' எனக் கூறினர்.

மதனமோஹனலால் ஆயுர்வேத நிதி:

பழைய டில்லியில் மேற்படி நிதியின் ஸமிதியார் உடனே ஒரு ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சிக் கழகத்தையும் அதற்குதவ ஓர் ஆயுர்வேத ஆஸ்பத்திரியையும் நிறுவத் தீர்மானித்துள்ளனர். அந்த நிதியில் சுமார் ஆறுலக்ஷ ரூபாய்கள் சேர்ந்திருக்கின்றன. மத்திய சர்க்காரால் ஆரம்பிக்கப்பட்ட இந்திய வைத்திய பரிசீலனைக் கமிட்டியின் விசாரணை ஸம்பந்தமாக 3–5–47 அன்று எல்லா மாகாணத்திலிருக்கும் வைத்தியர்களின் கூட்டமொன்று புதுடில்லியில் நடைபெறப்போகின்றது.

நிகிலபாரத ஆயுர்வேத மஹாஸம்மேளனம்:

இதன் 35–வது வார்ஷிக மஹா ஸம்மேளனம் சென்ற பிப்ரவரியில் கான்பூரில் Dr. A. லக்ஷ்மீபதி B.A.M.B.C.M. அவர்களுடைய தலைமையில் நடந்துவிட்டதாகக் கூறப்பட்டதல்லவா? கான்பூரில் அப்பொழுது நடந்தது ஏதோ ஸம்மேளனத்தின் சட்டங்களுக்கு விருத்தமாகிவிட்டதால் செல்லுபடியாகாது என்று ஐக்கிய மாகாணத்தில் (U. P.) ஹரித்வார க்ஷேத்திரத்தில் மே 11, 12, 13 தேதிகளில் 3 நாள் திரும்பவும் ஸம்மேளனம் நடத்தப்படும். சென்னை Dr. லக்ஷ்மீபதி காருவேதான் தலைமை வகிப்பார் என்று இப்போது வர்த்தமான ஸபாபதி கவி ராஜ்ஜீ மணீந்திர குமார முகோபாத்யாயர் அறிவிக்கிறார். மேற்படி ஸம்மேளனத்துடன் நடைபெறும் பஞ்சமஹாபூத சர்ச்சா பரிஷத்தில் ஆயுர்வேதாசார்ய ஸ்ரீ. V. B. நடராஜ சாஸ்திரிகள் தலைமை வகிக்க அழைக்கப்பட்டுள்ளதாகவும் அறிவிக்கப்படுகிறது.

கிராம வைத்திய வசதி சீரமைப்பு:

கிராமங்களில் உள்ள ஆயுர்வேத சித்த, யூனானி வைத்தியர்களை கொண்டு கிராம வைத்திய வசதிகளை மாற்றியமைக்கவும், ஷை வைத்தியர்கள் தங்களுடைய அந்தஸ்தை உயர்த்திக்கொள்ள அவர்களுக்கு அங்கீகாரம் அளிக்கவும் அவர்களால் கிராமவாசிகள் அதிகப்பலன் அடையும்படி செய்யவும் சென்னை சர்க்கார் அனுமதி அளித்துள்ள திட்டத்தின் விவரங்கள் வருமாறு:

1000–த்திற்கு அதிகமான ஜனத்தொகை உள்ள கிராமங்களில் அங்கீகாரம் பெற்ற கிராம வைத்தியர் அல்லது ஹக்கீமாக இருக்கத் தகுந்த சொந்தமாக வைத்தியம் செய்துகொண்டிருக்கும் இந்திய வைத்தியர்களை ஜில்லா கலெக்டர்கள்தான் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். சாதாரணமாக இத்தகைய ஒவ்வொரு வைத்தியர் இருக்கவேண்டும். ஆனால் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட இந்திய வைத்திய முறைகளை அனுஷ்டிப்பவர்கள் உள்ள ஊர்களில் ஒவ்வொரு முறையிலும் தக்க வைத்தியர் கிடைத்தால் ஒவ்வொரு

வைத்திய முறையையும் அனுஷ்டிக்கும் ஒவ்வொரு வைத்தியரை கலெக்டர் தேர்ந்தெடுக்கலாம். கலெக்டர்கள் இவர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கையில் வைத்தியர்களின் யோக்கியதாம்சம், வைத்தியத்திறமை, கிராமத்தில் அவர்களுக்கு உள்ள மதிப்பு, யோக்கியப் பொறுப்பு முதலியவற்றைக் கவனிக்கவேண்டும். மத்திய இந்திய வைத்திய போர்டார் ஏற்கெனவே பதிவு செய்யப்பட்டவர்கள் அம்சங்களில் தகுதி வாய்ந்தவர்களாக இருந்தால் அவர்களுக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கலாம். அத்தகையவர்கள் இல்லையென்றால் அடுத்தபடி சிறந்தவரைக் கலெக்டர் தேர்ந்தெடுத்து அவருடைய பெயரை மத்திய இந்திய வைத்திய போர்டுக்கு அனுப்பி அவரைப் பதிவு செய்து கொள்ளும் விஷயம் பற்றி ஆலோசிக்குமாறு கேட்கலாம். அவரவர்களுடைய் தகுதியைக் கொண்டே கலெக்டர் மதிப்பிடுவார். பதிவு செய்வதற்கு சர்க்காரின் முன் அனுமதி அவசியமாக உள்ளவர்களின் பெயர்கள் சர்க்காருக்கு அனுப்பப்படும். வைத்தியர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு பதிவு செய்யப்பட்டபின் இந்த திட்டத்தின் கீழ் கிராம வைத்தியர்கள் அல்லது ஹக்கிம்கள் என்று அறிவிக்கப்படுவார்கள்.

இந்திய வைத்தியப் புனரமைப்புப் பிரத்தியேக அதிகாரி தான் இந்த அறிவிப்பை வெளியிடுவார்.

பதிவு செய்வதற்காகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுபவர்கள் பதிவுக் கட்டணம் ரூ. 50-ம் ஸ்டாம்புக் கட்டணம் ரூ. 1-8-0-ம் செலுத்தவேண்டும்.

கிராம வைத்தியர்கள் எவ்வித சம்பளம் அல்லது சன்மானமும் பெற உரிமை கொண்டாட முடியாது. ஆனால் பஞ்சாயத்து போர்டு அல்லது ஜில்லா போர்டின் பொருளாதார நிலை அனுமதித்தால் அவை கிராம வைத்தியர்களுக்கு சன்மானம் கொடுக்கலாம். தற்சமயம் உள்ள வைத்தியர்கள் கிராமவாசிகளுக்கு வைத்தியம் செய்வதை ஆதரிப்பதே இந்தத் திட்டத்தின் நோக்கமாக இருப்பதாலும் அவர்களுக்குப் பொருளுதவி செய்வது இந்த திட்டத்தின் நோக்கமல்லவாகையாலும் அவர்களுக்குக் கொடுக்கப்

படும் தொகை பெயரளவிலேயே இருக்கும். எந்த கிராமத்திற்கு ஒரு வைத்தியர் தேர்ந்தெடுக்கப்படுகிறாரோ அந்த கிராமத்திலேயே அவர் தங்கியிருந்து கிராமவாசிகளுக்குத் திருப்திகரமான சேவை செய்யவேண்டும் என்ற நிபந்தனையின் பேரிலேயே இந்தத் தொகை கொடுக்கப்படும்.

வைத்தியர்கள் தங்கள் வைத்தியத்திற்காக வசூலிக்கும் தொகை விஷயத்தில் சர்க்காரோ சம்பந்தப்பட்ட ஸ்தலஸ்தாபனங்களோ தலையிடா. ஆனால் அவர்கள் வசூலிக்கும் தொகை மிகவும் அதிகமாக இருந்தாலும் அல்லது அவர்களுடைய வேலை திருப்திகரமாக இல்லாவிட்டாலும் அவர்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் சன்மானத்தை ஸ்தல ஸ்தாபனங்கள் நிறுத்துவதோடு கிராம வைத்தியர்களாக இருக்க அவர்களுக்கு அளிக்கப்பட்டுள்ள அங்கீகாரத்தையும் ரத்து செய்யுமாறு விசேஷ அதிகாரிக்கு சிபார்சு செய்யலாம். சன்மானத்தை நிறுத்துவதில் ஸ்தல ஸ்தாபனத்தின் முடிவும், அங்கீகாரத்தை ரத்து செய்வதில் விசேஷ அதிகாரியின் முடிவுமே இறுதியானவை.

தேர்ந்தெடுக்கப்படும் கிராம வைத்தியர்களுக்கு தொழில் முறைப் பயிற்சி அளிக்க ஒரு திட்டம் வகுக்கப்பட வேண்டுவது அவசியமென்று சர்க்கார் கருதுகின்றனர். இவர்களுக்குப் பயிற்சி அளிப்பது பற்றி இந்திய வைத்தியப் பள்ளிக்கூடத் தலைமை ஆசிரியருடனும் பரீட்சை நடத்துவது பற்றி சர்க்கார் பரீட்சைக் கமிஷனருடனும் கலந்து ஆலோசித்து ஒரு திட்டம் தயாரித்துத் தருமாறு விசேஷ அதிகாரி கேட்டுக்கொள்ளப் பட்டிருக்கிறார்.

பரீக்ஷையில் தேறுபவருக்கு அவர்களுடைய யோக்கியதாம்சத்தை எடுத்துக்காட்டும் நற்சாட்சிப் பத்திரம் வழங்கப்படும். மாகாண நிதியிலிருந்து எவ்விதப் பணச்செலவும் ஏற்படாத முறையில் இந்தத் திட்டத்தைத் தயாரிக்குமாறு விசேஷ அதிகாரியை சர்க்கார் கேட்டுக்கொண்டிருக்கின்றனர். கிராம வைத்தியர்களிடமிருந்து வசூலிக்

கப்படும் தொகையைக் கொண்டே அவர்களுடைய பயிற்சி பரீக்ஷை முதலியவற்றிற்கான செலவுகள் சமாளிக்கப்படவேண்டும்.

*** ***

சிதம்பரம் ஸம்மேளனத்தில் ஆயுர்வேதத்தில் ஆராய்ச்சி வழிகளை வகுப்பதிற்கு ஒரு உப ஸமிதி நிறுவப்பட்டது. அதன் முதல் கூட்டத்தை மண்டலக் கார்யதரிசி ஸ்ரீ. T. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி 1947, மார்ச்சு 12வ ஸ்திரவாரம் பகல் 1-மணிக்கு திருச்சி தென்னூர் ஆத்ரேயாசிரமத்தில் கூட்டினார். ஆயுர்வேதாசார்ய ஸ்ரீ. V. B. நடராஜ சாஸ்திரி தலைமை வகித்தார். முகவுரையில் ஆயுர்வேதத்தில் ஆராய்ச்சியும் அபிவிருத்தியும் அந்த சாஸ்திரத்தின் மூல தத்துவங்களான பஞ்சமகா பூதங்களிலும் நமது பிராசீன தர்சனங்களில் சொல்லியபடி முக்கியமாய் ஆராய்ச்சி செய்யவேண்டும். நவீன விஜ்ஞான வளர்ச்சியால் இப்போது கிடைத்திருக்கும் உபகாரங்களையும் உபகரணங்களையும் ரிஷிகளின் பிராசீன பௌதிக சாஸ்திர முறைப்படி தெரிந்துகொண்டு அந்தக் கிரமத்தில் கிரந்தங்களையும் இயற்றி நவீனவிஜஞான வளர்ச்சியானது பிராசீன ரிஷிகள் ஆரம்பம் செய்துவைத்துள்ள பௌதிக விஜ்ஞானத்தின் கிரமமான வளர்ச்சியாகப் போதனை செய்தபிறகே நவீன இயந்திரங்களை நாம் ஸ்வீகரிக்க வேண்டுமே தவிர இருப்பதை அப்படியே ஆயுர்வேதத்தில் புகுத்துவதில் பயன் ஏற்படாது என்று கூறினார்.

கார்யதரிசி ஸ்ரீ. T. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரியின் பிரேரணையின் மேல் இந்த கவேஷண ஸமிதிக்கு அங்கத்தினர்களாக ஸ்ரீமான்கள் P. G. கணபதிசாஸ்திரி, ஸ்ரீரங்கம். S. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி, திருச்சி. A. ராகவராவ், திருச்சி. T. S. ஈசுவரய்யர், திருச்சி. K. ராகவய்யர், சென்னை இவ்வைந்துபேர்களையும் சேர்க்கப்பட்டது.

கார்ய நிர்வாஹத்தின் ஸௌகர்யத்தின் பொருட்டு கீழ்க்கண்டபடி அங்கத்தினரிடையே கார்யப்பிரிவினை செய்

யப்பட்டது. இவர்கள் தங்கள் துறைகளில் ஆராய்ச்சி செய்பவர்களை யெல்லாம் பிணைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

1 நிதி திரட்டுதல்;	ஸ்ரீ T. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி, சென்னை.
2 பிரசாரம்;	,, V. B. நடராஜ சாஸ்திரி, திருச்சி.
3 மூலக்கிரந்தங்கள் தேடிச் சொல்லுவது	,, S. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி, திருச்சி.
4 ஆயுர்வேத தர்சனம்:	,, S. நாராயணஅய்யங்கார், மதுரை
5 சாரீரம்:	,, K. ராகவய்யர், சென்னை.
6 திரவியகுண விஜ்ஞானம்:	,, V. B. நடராஜ சாஸ்திரி.
7 பேஷஜகல்பம்:	,, A. ராகவராவ், திருச்சி.
8 கௌமார பிருத்யம்:	,, P. S. ராமசர்மா, கரூர்.
9 விசேஷ சிகித்ஸை:	,, G. ஸ்ரீநிவாஸய்யங்கார், தஞ்சை.
10 ரோகிபட்டிகை தயாரித்தல்:	,, T. S. ஈசுவரய்யர், திருச்சி.

:: சிறந்த ஔஷத யோகங்கள் ::

1. श्वेत पर्पटी– ச்வேதபர்படீ.

ஸோரககக்ஷாரம் என்னும் வெடியுப்பு 20 தோலா, படிக்காரம் 5 தோலா, (பொரிக்காதது) நவச்சாரம் $2\frac{1}{2}$ தோலா. இவைகளை சிறிய துண்டுகளாக்கி ஒரு வாயகன்ற மண்சட்டியில் போட்டு நன்கு கொழுந்து விட்டெரியும் கரியடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்சவும். துருத்தியால் அடுப்பை ஊதுவது உத்தமம். மண்சட்டி திறந்தே இருக்கவேண்டும். போடப்பட்டுள்ள கஷாயங்கள் சிறிது சிறிதாக ஜலமாகக் கரைய ஆரம்பிக்கும். மேல் வெடிப்புடன் ஒருவித நாற்றமுடனும் புகை கிளம்பும். அது தேகத்திற்குக் கெடுதலாதலால் சிறிது புகைபடாமல் விலகியிருப்பதே உத்தமம். சுமார் கால்மணி நேரம் எரிப்பதற்குள் மேற்படி புகை அடங்கி எல்லாம் திரவமாக மாறிவிடும். உடன் அந்த திரவத்தை சுத்தமான 4–5 பீங்கான் பிளேட்டுகளில் ஒரு நூல் தடிப்பிற்கு பரவலாக ஊற்றிவிடவேண்டும். மண்சட்டி சிறிது ஆறினாலும் திரவம் கெட்டியாகிவிடுமாதலால் தாமதிக்காமல் பீங்கான் தட்டில் ஊற்ற

வேண்டும். கையில் பட்டால் தாஹவிரணம் ஏற்படலாம். ஜாக்கிரதையுடன் ஊற்றவும் வேண்டும். கூடிய வரை தடிமன் அதிகமாகாமலிருக்க டீங்கான் பிளேட்டுகளை உடனேயே ஆட்டி எங்கும் பரவும்படி செய்துகொள்ள வேண்டும். ஒரு நிமிஷத்திற்குள் ஊற்றிய திரவம் அப்பளம் மாதிரி கெட்டியாகி விடும். இதுதான் பர்படீ. நிறத்தில் வெண்மையாயும் உருவத்தில் பர்படீ போலும் இருப்பதால் இதற்கு **श्वेतपर्पटी** என்று பெயர். இது க்ஷாரம் நிறைந்த உபாதானங்களால் செய்யப்படுவதால் **क्षारपर्पटी** என்றும் சொல்வதுண்டு. வங்கதேசத்தில் இதையே **वज्र क्षारः** என்று வியவகரிக்கின்றனர். பைஷஜ்ய ரத்னாவளியில் இருக்கும் வஜ்ரக்ஷாரம் வேறு. அதுவும் ஒரு நல்ல யோகமாயினும் விசேஷமாய் அநுஷ்டானத்தில் செய்யப்படுவதில்லை. இதை இடித்து சல்லடையில் சலித்து எடுத்து வைத்துச் கொள்ளவும். சுமார் அரை அல்லது $\frac{5}{8}$ பங்கு மருந்து தேறும். இதன் அளவு $\frac{1}{16}$–$\frac{1}{8}$ தோலா— ஒரு வேளைக்கு தினத்தில் 3-4 தடவைகள்.

இந்த சூர்ணம் ஜலத்தில் முற்றிலும் கரையக்கூடியது. (சீசாவில் 'மிக்ஸர்' மாதிரி போட்டுக் கொடுக்கவும் ஸௌகர்யம்.) சிசுக்கள், கர்ப்பிணிகள் எல்லோருக்கும் உபயோகிக்கலாம். நிரபாயமானது. வியாதிக்கேற்ற பத்தியமே தவிர மருந்துக்காக பத்தியம் கிடையாது.

அனுபானமும்— விசேஷ குணங்களும்:

இது தீக்ஷ்ணமாயும் உஷ்ணவீர்யமாயும் உவர்ப்பு ரஸமுள்ளதாகவு மிருக்கும். கோஷ்டவாதத்தை அனுலோமனம் செய்து ஆனாஹம், விபந்தம், முதலியவைகளைத் தீர்க்கவல்லது. மூத்திர விபந்தத்தை நீக்கி, மூத்திரத்தில் லஸீகை (Albumin) ஏற்படுவதைத் தடுப்பதில் மிகச் சிறந்தது. அஜீர்ணம், ஆத்மானம், ஆடோபம், மலபந்தம் இவைகளில் தனியாகவோ, ஹிங்கு (பெருங்காயம்) 1–3 யவம் சேர்த்தோ, வென்னீரில் அல்லது சுக்கு கஷாயத்தில் கலந்து கொடுக்க ஆத்மானம் முதலியவைகளை நீக்கி, நன்கு கோஷ்டவாதத்தை அனுலோமனம் செய்து, மலம் மூத்திரம் இவைகளை ஸரிவர வெளிப்போக்கும்.

மூத்ர விபந்தங்களிலும், ஸஶீகா மேஹ (Albuminaria) த்திலும் ச்வேத பர்படியுடன் விஷமுஷ்டி சுத்தி செய்ததன் சூர்ணம் ½–2 யவம் அளவு சேர்த்து, நெருஞ்சில், நீர்முள்ளி, வெள்ளைச் சாரணைவேர் இவைகள் தனியாகவோ சேர்ந்தோ செய்த கஷாயம், கஷாயம் முதலிய அநுபானமின்றியும் இது சிறந்த மூத்ரவிரேசனகாரி.

பூசணிக்காயின் சாறு இவைகள் அநுபானத்தில் கொடுக்க மூத்திரக் கட்டு நீங்கி, ஸஶீகை குறைந்து வெகு எளிதில் ஆரோக்ய முண்டாகின்றது. விஷமுஷ்டி சேர்ப்பது ஹிருதயத்திற்குப் பலமளிப்பதற்கு உபயோகமாகின்றது. ஸர்வாங்க சோதம், ஜலோதரம், யகிருத்ப்லீஹோதரம் முதலியவைகளில் ச்வேதபர்படியை புனர்னவாஷ்டகக்வாதத்துடன் கொடுக்க நன்கு மூத்திர விரேசனம் ஏற்பட்டு சோதம், வயிறு வீக்கம். யகிருத் சோதம் முதலியவை நீங்குகின்றன.

பிரங்கம், பூயமேஹம் முதலியவைகளில் குஹ்யஸ்தானத்தில் புண்ணுற்றவும் வியாதிப் பிரத்யனீகமாகவும், மிகவும் பயன்படுகின்றது. அனுபானம் பூசனிக்காய்ச் சாறு, சதாவரீ ரஸம் முதலியவை.

கோரமான அதிஸாரம் விஷூசிகை வாந்தி இவைகளில் யமாநிகார்க்கத்தில் கரைத்து அடிக்கடி சாப்பிட்டால் வெகுவேகத்தில் வியாதிபீடை வேகம் குறையும்.

அம்ல பித்தம், சூலம், பரிணாம சூலம் இவைகளில் வெகு குணமாயிருக்கிறது. ச்வேத பர்படீ தனியாகவும், நாரிகேள லவணத்துடனும், ஸைந்தவத்துடன் விஷமுஷ்டி சூர்ணத்துடன் கலவையாகவும் உபயோகிக்லாம். மூத்திரத்தில் அம்ல தோஷத் (Acidity) தை அகற்றி அதனுல் ஏற்படும் விகாரங்களை சமனம் செய்யும். இவ்விதமே ஆமாசயத்தில் உத்ரிக்தமான அம்லத்தை சமனம் செய்யும். இங்கு சில உபயோகங்கள் தான் கூறப்பட்டன. கூறப்படாத அநேக உபயோகங்களு மிருக்கின்றன. தோஷ–தூஷ்யங்களைக்கவனித்து உபயோகத்தினுல் வைத்தியனுக்கு யசஸ் பிரதமான ஓர் சிறந்த மருந்தாகுமிது.

நமது தபால்பெட்டி.

ஸ்ரீ K. S. சிவாமிருதம், ஆட்டையாம்பட்டி, எழுதுகிறார்:—

'ஆராய்ச்சி அணிகலம்' என்ற வியாஸத்தில் உப்புச்சுண்ணம் என்ற யோகத்தில் கள்ளிக்கட்டையைக் குடைந்து, உப்பு போட்டு மருந்து தயாரிக்கும் விதம் எழுதியிருக்கிறார். சதுரக் கள்ளி, திருகு கள்ளி, இலைக் கள்ளி, கொடிக் கள்ளி என 4 விதம் கள்ளி அகப்படுகின்றது. எதை எடுத்துக் கொள்ளுவது?

ஸ்ரீ V. N. ஸீதாராம சர்மா, மெலட்டூர், எழுதுகிறார்:—

"ஆராய்ச்சி அணிகல"த்தில் வெளிவந்துள்ள யோகங்களின் செய்முறைகளைச் சிறிது விஸ்தாரமாக எழுதியிருந்தால் நன்றாக இருந்திருக்கும். செய்முறைகள் பிரத்யக்ஷமாகச் செய்துபார்த்தால் தான் கசடறக் கற்கமுடியுமென்றாலும், செய்முறைகளில் சற்றே அனுபவம் மிகுந்த அப்பியாஸிகளுக்கு சிறிது விளக்கமாகக் கூறினால் கூடப் போதுமானது. இன்னமும், அப்பிரக பஸ்மம் முதலிய முறைகளை எழுதும்பொழுது முதல் புடமிட்ட பின் என்ன நிறத்தில் சுமார் எவ்வளவு அளவு தேறும்? மூசையில் ஊதி எடுக்கும் காலவரை என்ன? அக்னியின் அளவு என்ன? இன்னமும் பாகம் பார்க்கும் முறை, மருந்து சரிவர ஸித்தியாயிருக்கிறதா என்பதற்கு பரீக்ஷை, ஸித்தியான மருந்தின் நிறம், அதை ரோகிக்குக் கொடுக்கும் அளவு, அனுபானம், தீரக்கூடிய வியாதி, தன் சொந்த அனுபவத்தில் கண்டுள்ள விசேஷ குணங்கள் இவைகளுடன் ஒரு மருந்தின் செய்முறையை எழுதினால் பத்திரிகை வாசகர்களுக்கு அது மிகவும் பயன்படும். அம்முறையைக் கையாளுபவர்களுக்கு ஓர் சிறந்த வழிகாட்டியாகும்.

ஸ்ரீ S. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி, திருச்சி, எழுதுகிறார்:—

ஆயுர்வேத ஔஷத முறைகளில் சொல்லப்படும் அளவு (**मानं**) விஷயத்தில் அளவற்ற வித்யாஸங்கள் வைத்யர்களால் கையாளப் பட்டுவருகின்றன. வைத்திய பலம் (**पलं**) என்பது 4 ரூபாய் தூக்கம் என்றும்— 3 ரூபாய் தூக்கம் என்றும் 5 ரூபாய் தூக்கம் என்றும் 8 ரூபாய் தூக்கம் என்றும் ஓர் அளவிற்கு இவ்வளவு வித்யாஸங்கள் காணப்படுகின்றன. கஷாயம் முதலியன கூறும் இடங்களில் நிறுத்தலளவை (**पौतवमानं**) க்கும் முகத்தலளவை (**द्रुवयमानं**) க்கும் சேர்க்கை வரும்பொழுது— அதாவது 1 பலம் திரவ்யத்திற்கு 16 பங்கு ஜலம் சேர்த்து கஷாயமிடுவது என வரும்பொழுது இவ்விரண்டிலும் **पौतवमानं** என்ற நிறுத்தலளவையைச் சிலர் உபயோகிக்கின்றனர். ஸுச்ருதத்தில் முகத்தலளவை (**द्रुवयमानं**) யின் அளவு தனியே கூறப்பட்டுள்ளது. நிறுத்தலளவையும் முகத்தலளவையும் ஒன்றாக்க

லாமா? சார்ங்கதரத்தில் திரவத்திரவ்யங்கள் அளக்க— அதாவது முகத்தலளவை (द्रवय) க்காக 4 அங்குல உயரமும், 4 அங்குலஅகல மும் உள்ள பாத்திரத்தின் அளவு குடவம் எனப் பெயர் எனக் காணப்படுகின்றது. ஆக முகத்தலளவைக்கு உபகாரமாக நீட்ட லளவை (पाय्यमान) உதவுகின்றது. இந்த அளவைக்கொண்டு திரவ அளவை நிச்சயம் செய்து கொள்ளுவதா? அல்லது நிறுத்தலளவைக் கொண்டே செய்வது உசிதமா? இரண்டிலும் அளவில் வித்யாஸம் எவ்வளவு ஏற்படும்? நிற்க, தமிழ் நாட்டில் மருந்து செய்முறைகளில் அதிகமாக விராகனிடை, பணவிடை, குன்றியிடை, கழஞ்சு இவை கள் உபயோகப்படுத்தப்படுகின்றன. இவ்வளவிற்கும் சார்ங்கதரர் முதலியவர்களால் கூறப்படும் அளவிற்கும் உள்ள ஸம்பந்தம் எவ் வளவு. சில கிரந்தங்களில் திரவத் திரவ்யம் சொன்ன அளவைக் காட்டிலும் இரண்டுபங்கு எடுத்துக் கொள்ளவேண்டுமென்று கூறப் படுகின்றது. இதன் தாத்பர்யமென்ன. புத்தகத்தில் ஒரு பங்கு கூறியிருக்கும்பொழுது அதை இரண்டுபங்காக்க வேண்டிய அவசிய மென்ன? இரண்டு பங்குதான் சேர்க்கவேண்டுமானல் கிரந்தங்கள் அங்ஙனம் ஒரு பங்கு சேர்க்கக் கூறுவதெதற்காக. இவ்விதம் உள்ள ஸந்தேகங்களை இவ் விபாகத்தில் தேர்ச்சியுள்ள அறிஞர்கள் வைத்ய சந்திரிகை மூலமாக அகற்றிவைத்தால் மிகவும் நலமாயிருக்கும்.

K. P. P. அறிய விரும்புகிறார்:—

என் ஸகோதரி 30 வயது. பால்யத்திலிருந்தே விதவை, மலடி. சென்ற ஒரு வருஷமாகப் பெரும்பாடு ரோகத்தினல் அவதிப்படுகிறார். மாதத்தில் 4–5 நாட்கள்தான் ரக்தஸ்ராவம் இல்லாமலிருக்கிறது. மற்ற எல்லா நாட்களிலும் இருக்கிறது. ரக்தஸ்ராவம் மட்டும்தான். வெள்ளை போன்ற மற்ற நிறங்கள் கிடையாது. வயிறு இடுப்பு கர்ப் பாசயம் மூத்திராசயம் எங்கும் வலி கிடையாது. மலம் மூத்திரத்தில் கெடுதல் ஒன்றுமில்லை. ஜ்வரம் எரிச்சல் தாபம் கிடையாது. அஜீர் ணம் முதலியதுமில்லை. Laboratary test மூலம் Cancer or any Malignancy இல்லையென்று சொல்லப்பட்டது.

சுமார் 4 மாதகாலமாய் மகாகல்யாண கிருதம் அசோக கிருதம் மதுகாத்யவலேஹம் (பை. ர.) புஷ்யானுகசூர்ணம், ரஸதரங்கிணி யில் சொல்லிய பிரதராந்தக லோகம், அசோகக்வாதம் அசோகாரிஷ் டம் Calcium Injections இவைகள் ஔஷதப் பிரயோகத்தில் செய்யப் பட்டிருக்கின்றன. 45 நாள் விடாமல் கடிபஸ்தி தேசத்திற்கு சீத ஜலத்ரோணியில் அவகாஹம் செய்யப்பட்டது. பூர்ண விச்ராந்தி. பத்திய போஜனம். இவ்வளவிலும் பிரதரம் சாந்தியாகவில்லை. இனி யும் என்ன என்ன செய்யலாம் என்று தயை செய்து வைத்தியர்கள் உடனே சந்திரிகை மூலம் வெளியிட்டால் அதன்படி செய்துபார்க் கிறேன். வைத்தியர்களுக்குப் புண்ணியமுண்டு.

ஆரோக்கியம்.

(வைத்ய ரத்னம்,
பண்டித ஸ்ரீ. M. துரைசாமி அய்யங்கார், சென்னை.)

(சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி)

ஸாத்மிய தத்துவமும் ஆரோக்கியமும்.

ஆயுர்வேத சாஸ்திரஜ்ஞருக்கு ஸாத்மியம் அஸாத்மியம் என்பவற்றைப் பற்றி நன்ருகத் தெரிந்திருக்கும். ஆகிலும் அவ்விஷயமும் பிறகு இங்கு சிறிது விவரிக்கப் படவேண்டி யிருக்கிறது. "பல வேறு பண்டங்களுக்குள்ள குணபேதங்களுக்கேற்ப அவற்றின் அளவு அக்னிபலத்திற்கு இடையூறில்லாதவாறு பொருந்துவது வழக்கம்; அவ்விதமே அவற்றின் அளவும் உபயோகம், உபயோகமின்மையும், ஸாத்மியம், அஸாத்மியம் என்பவற்றைப் பொருந்தி ஏற்படுகின்றன."[1] என்று திரவ்யங்களை அளவறிந்து உபயோகிப்பது போலவே, அவற்றின் ஸாத்மியத் தன்மை, அஸாத்மியத் தன்மைகளை உணர்ந்து உபயோகிப்பதிலும் நாம் கருத்தா யிருக்கவேண்டும். 'ஒருவன் ஒன்றை உபயோகித்து அது அவனுக்கு ஸௌக்கியத்தை யுண்டுபண்ணினல் அதை அவனுக்கு ஸாத்மியம் என்று கூறுவது வழக்கம்' என்பது[2] ஸாத்மியம் என்பதன் லக்ஷணம். எவரெவருக்கு எந்தெந்த ஆஹார விஹாரங்கள் அனுகூலமா யிருக்கின்றனவோ அவற்றைப் பொதுவாக ஸாத்மியம் என்று வழங்குவர். அதாவது அவரவருக்கு ஹிதமாயுள்ளது ஸாத்மியம் எனப்படுகிறது. 'உபயோகிக்கப்படும் எதுவும் உடலோடு உடலாய் ஒத்துப்போய் அனுகூல முண்டுபண்ணுமாளுல், அவ்வஸ்து

---

1. अग्नेर्बलं यथा मात्रां द्रव्याणां गुणभेदतः ।
अपेक्षते तथा सात्म्यमसात्म्यमपि सर्वदा ॥

2. यत् यस्य सेवितं सुखाय संपद्यते तत् तस्य सात्म्यम् ।

கோளாறு எதையும் உண்டுபண்ணுமலிருந்தால், அதை ஸாத்மியம் என்று வழங்குவர்' என்றும்[1] லக்ஷணம் கூறப்படுகிறது. ஸாத்மியத்தையே உபசயம் என்றும் சிலர் கூறுவர். ஆனால் ஆரோக்கிய நிலைமையில் தேஹத்திற்கு அனுகூலமாயிருப்பதை **ஸாத்மியம்** என்றும், நோயால் வருந்தும் போது உடலுக்கு நன்மை யுண்டுபண்ணுவதை **உபசயம்** என்றும் பிரித்துக் கூறும் சாஸ்திரஜ்ஞரும் உண்டு. ஸாத்மியம் முக்கியமாய் இரண்டுவகைப்படும். அறுசுவை உணவுகளைக் கலந்தோ, உசிதப்படி பிரித்துத் தனித் தனியாகவோ உட்கொள்ள, அதனால் அநுகூலம் ஏற்பட்டால் அது **ஆஹாரவ்யபாச்ரயமான ஸாத்மியம்** என்றும், சாரீரம் வாசிகம் மாநஸிகம் என மூவகை வேலைகளில் எதெது எவரெவருக்கு அனுகூலத்தை யுண்டுபண்ணுகிறதோ அது **சேஷ்டாவ்யபாச்ரயமான ஸாத்மியம்** என்றும், ஆக ஸாத்மியம் இரண்டு விதமுண்டு. ஸாத்மியத்தில் வேறு சில வகைகளையும் சாஸ்திரமறிந்தவர் கூறுவர். ஒரு ருதுவில் (ஸாத்மியமாய்) அனுகூலமாயிருந்த திரவ்யங்கள் அடுத்த ருதுவில் பெரும்பாலும் உடலுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாதனவாய் (அஸாத்மியமாய்) விடுவது இயல்பு. ஆகவே ருது ஸந்தியில் கிரமமாக முதலில் ஸாத்மியமாயிருந்தவைகளைப் பரிஹரித்துக் கொண்டே வந்து, அடுத்த ருதுவில் அனுகூலமாயிருக்கக் கூடியவற்றை உபயோகிக்க வேண்டுமென்பது முறை. 'ஒரு ருதுவின் கடைசி வாரமும், அதற்கு அடுத்த ருதுவின் முதல் வாரமும் சேர்ந்து **ருது ஸந்தி** எனப்படும். அச் சந்தியில் முதல் ருதுவில் உபயோகித்தவைகளைக் கிரமமாக விலக்கிக் கொண்டே வந்து, அடுத்துவரும் ருதுவில் அனுகூலமா யிருக்கக்கூடியவைகளை முறையே உபயோகிக்கத் துவக்கவேண்டும்' என்பது[2] பொது விதி. ருதுக்களென்கிற வெவ்வேறு பருவங்

---

1. **सात्म्यस्य नियमो ह्येष आत्मना सह यत् स्थितम् ।**
आत्मा ह्यनुमतो देहो यदा द्रव्योपयोगतः ।
विकारं नैव भजते तस्मात् सात्म्यं निरुच्यते ॥

2. **ऋत्वोरन्त्यादिसप्ताहावृतुसन्धिरिति स्मृतः ।**
तत्र पूर्वो विधिस्त्याज्यः सेवनीयोऽपरः क्रमात् ॥

களின் தன்மைகளை அனுஸரித்து, உபயோகிக்கும் வஸ்துக் களையும் செய்யும் பணிகளையும் பற்றிய இவ்வித ஸாத்மி யம் ருதுஸாத்மியம் எனப்படுகிறது. ஜாங்கல் ஆநூபம் முதலிய வெவ்வேறு தேசங்களுடைய ஸ்நிக்த-குரு-சீத-ருக்ஷாதி குணங்களால் அவ்வித குணங்களை இயற்கையிற் பெற்ற வஸ்துக்களை உபயோகிப்பதும் வேலைகளைச் செய் வதும் அந்தந்த சக்தியிருப்பவருக்கு அனுகூலமாகப்போவ துண்டு; அத் திரவ்ய-கர்மங்களின் அனுகூலத்தன்மையை தேச ஸாத்மியம் என்பார்கள். வாதாதி தோஷங்களின் பிரகோபாதிகளால் ஏற்படும் வியாதிகளைப் பரிஹரிக்க அவ்வித (ஹேதுவாயமைந்த) தோஷங்களைச் சமநம் செய்யுங் குணமுள்ள ஆஹார விஹாரங்களின் அனுகூலத் தன்மைக்கு வியாதி ஸாத்மியம் எனப்பெயர். அபினி, எட்டிக்கொட்டை போன்ற சரக்குகள் சுபாவமாகவே விஷகுணமுள்ளவை; அவற்றையே சிலர் சிறுகச்சிறுக உப யோகித்து, அதிக அளவில் பின்னர் உபயோகித்தாலும் தீங்கு நேரிடாவண்ணம் வழக்கப்படுத்திக் கொள்கிறார்கள். இவ்விதமே நமக்கு வழக்கமில்லாத உணவு முதலியவற்றை யும் சிறுகச் சிறுக உபயோகித்து அனுகூலமாக்கிக் கொள் ளலாம். இவ்விதம் 'எது அடிக்கடி அப்யாஸத்தினால் தேஹத்திற்கு அனுகூலமாய் விடுகிறதோ அது ஓகஸ் ஸாத் மியம் எனப்படுகிறது' என்கிறார்கள்[1] சரகாதி ஆசார்யர் கள். விமாநஸ்தானத்திலும் 'அடிக்கடியும் அல்லது தொடர்ந்தும் உபயோகிக்கப்பட்டு உடலுக்கு அனுகூல மாய் விடுவது எதுவும் ஸாத்மியம் ஆகும்' என்று[2] ஸாத் ம்ய லக்ஷணம் விளக்கப்படுகிறது. பலவகை ஆஹாரங் களை அவரவர் வழக்கப்படி யுபயோகிக்கும் மனிதர்களையும் ஸாத்மிய வகையில் மூன்று விதமாகப் பிரித்து வழங்கு வோம். "எவர் நெய், பால், தைலம், மாம்ஸ ரஸம் முதலி யவற்றை அதிகமாயுபயோகித்து அவற்றையும், அறு சுவை உணவுகளையும் உண்டு, அவற்றைத் தமக்கு மிகவும்

---

1. उपशेते यदौचित्यादोकस्सात्म्यं तदुच्यते । च. चि.
2. सात्म्यं नाम तत् यत् सातत्येनोपसेव्यमानमुपशेते । च. वि.

அனுகூலமாகச் செய்துகொண்டு, உடல் வன்மையிற் சிறந்து, கடுமையான உடலுழைப்பைத் தாங்குந் தன்மையராய், நீண்ட ஆயுளைப் பெற்று வாழ்ந்தும் வருகின்றனரோ அவர் **பிரவரஸாத்மியர்** ஆவர். ரூக்ஷ வஸ்துக்களையே வழக்கமாயுபயோகித்தும், ஏதேனும் ஒரே இரஸத்தையே அதிகமா யுட்கொண்டும் பழக்கப்பட்டிருப்பவர் **அவரஸாத்மியர்** எனப்படுவர்; இவ்விதத்தினர் பெரும்பாலும் பலங்குன்றியவராகவும், உடலுழைப்பைத் தாங்காதவராகவும், சொற்ப வேலைகளைச் செய்யக்கூடியவராகவும், நீண்டாயுளைப் பெறாதவராகவும் இருப்பர். முற்கூறிய இருவகை உணவுகளையும் கலந்துபயோகிக்கும் வழக்கமுள்ளவர் மத்திமமான பலத்தையும் மத்திமமான ஆயுளையும் பெற்று வாழ்வர்; இவர்களை **மத்யம ஸாத்மியர்** என்று வழங்குவோம்."[1] ஆகவே சாஸ்திரத்திற் கூறிய அநேகவித ஆஹார விஹாரங்களை, அவற்றின் குணங்களைப் படித்தறிந்து உபயோகிப்பதுதான் உசிதமென்று தீர்மானிக்கக் கூடாதென்றும், எவரெவருக்கு எவ்வெவ்வஸ்து எவ்வெக்காலங்களில் அவரவரது பழக்க வழக்கப்படி அனுகூலமாயிருக்குமென்பதையும் அறிய, ஸாத்மியம் என்கிற இச்சாஸ்திரீய முறையையும் அனைவரும் அவசியம் பின்பற்றினாலன்றி, ஆரோக்கிய நிலைமையை நிலைநிறுத்துவது எளிதல்லவென்பது ஆயுர்வேதத்தின் கொள்கை.

ஆஹார விஷயமான பத்து நியமங்கள்.

உடலின் சக்தி ஆஹார சக்தியைப் பொருந்தியது. ஆஹார சக்தியென்பது ஆஹாரத்தின் ஸாராம்சம். அவரவர் உண்ணும் உணவு, உடலைப் போஷிப்பதற்கேற்ற ஸாரமுள்ளதா என்பதை 'அவரவர் புஜிக்கும் சக்தி,

---

1. तत्र ये घृतक्षीरतैलमांसरससात्म्याः सर्वरससात्म्याश्च ते बलवन्तः क्लेशसहाः चिरंजीविनश्च भवन्ति ; ते प्रवरसात्म्याः । रूक्षसात्म्याः पुनरेकरससात्म्याश्च ये, ते प्रायेण अल्पबलाश्चाल्पक्रियानिर्वाहकाश्चाल्पायुषश्च भवन्ति, एते अवरसात्म्याः । व्यामिश्रसात्म्यास्तु ये, ते मध्यमबलाः मध्यायुषश्च भवन्ति, एते च मध्यमसात्म्याः ॥

ஜீர்ணம் செய்து கொள்ளும் சக்தி, உடலின் சக்தி இவற்றைக் கொண்டு பரீக்ஷித் தறியலாம்' என்றும்,[1] 'உடலின் வன்மையும் உயிர்வாழ்க்கையின் நீட்சியும் ஆஹாரத்தைப் பொருந்தியுள்ளது' என்றும்[2] அக்னிவேசர் கூறுகிருர். நாம் அருந்தும் ஆஹாரம் நமக்கு நற்குணம் (ஸத்குணங்கள்) அளிக்க வேண்டுமாயின், அதற்கென்று நாம் பின்பற்றவேண்டிய பத்து நியமங்கள் உண்டு. அவற்றை **ஸாத்குண்ய தசகம்** எனச் சாஸ்திரஞ்ஞர் வழங்குவர். அவற்றையும் இங்கே சுருங்க விளக்குவது பொருந்தும்.

1. உணவை உஷ்ணமாக உண்ணவேண்டும். 'சூடான உணவு சுவையில் நன்ருயிருக்கும்; ஜாடராக்னியைத் தூண்டும்; எளிதில் ஜீர்ணமாகும்; குடலிற் சேரும் வாயுவையும் கீழ்நோக்கி வெளிப்படுத்தும்.'[3]

2. அளவறிந்துண்ணவேண்டும். 'அளவான உணவே தோஷங்களுக்குக் கோளாறுண்டுபண்ணுது; தேஹவலிமையையும் ஆயுளையும் விருத்தி செய்யும்; மலத்தை ஒழுங்காக வெளிப்படுத்தும்; எக் கஷ்டமுந் தராமல் ஏற்றவாறு ஜீர்ணமாகும்.'[4]

3. ஸ்நிக்தமான[5] போஜனத்தை அருந்தவேண்டும். ஸ்நிக்தமான அன்னம் அருந்த ருசியா யிருக்கும்; வாயுவைச் சேரவிடாது வெளிப்படுத்தும்; உடலைப் போஷிக்கும்.

---

1. **अभ्यवहरणशक्त्या जरणशक्त्या शरीरशक्त्या चाहारशक्तिः परीक्ष्या । च. वि.**

2. **बलायुषी हि आहारायत्ते । च. वि.**

3. **उष्णमश्नीयात् । उष्णं हि भुज्यमानं स्वदते, अग्निमुदीरयति, क्षिप्रं जीर्यति, वातमनुलोमयति । च. वि.**

4. **मात्रावदश्नीयात् । मात्रावदशनं हि दोषत्रयम् अनुद्रेकयन् बलायुषी वर्धयति, मलमनुलोमयति, अव्यथमेव यथावत् परिणाममेति । च. वि.**

5. ஸ்நிக்த்தம்— நெய், எண்ணெய், கொழுப்பு முதலியவற்றின் சேர்க்கையால் பசையுள்ள உணவுப் பண்டம்.

ஐம்புலன்களையும் பலப்படுத்தும்; சரீரத்திற்கு வன்மை தரும்.'[1]

4. **வீர்யங்கள்[2] ஒன்றோடொன்று தாக்குண்டு தீங்கு செய்யாதவாறு புஜிக்கவேண்டும்.** உஷ்ண வீர்யமும் சீத வீர்யமுமுள்ள உணவுகளைக் கலந்துபயோகிக்காது, தனித்தனியே உட்கொண்டாலல்லவோ விருத்தாஹாரங்களை[3] உட்கொள்வதாலான நோய்களுக்கு நாம் ஆளாகாமலிருக்கலாம்?'[4]

5. '**முதலில் அருந்திய ஆஹாரம் ஜீர்ணமான பின்பே மீண்டும் உண்ணலாம்.** முன்பு உண்ட உணவு நன்கு ஜீர்ணமான பிறகு மீண்டும் புசித்தால்தான் தோஷங்கள் விருத்தியாவதில்லை; உட்புற அக்னியும் அதிகரிக்கும்; மல மார்க்கங்கள் நன்கு சுத்தமாகும், வாத மூத்திர மலங்கள் நன்கு வெளிப்படும், ஆமதோஷம் ஏற்படாது, ஆரோக்கியமும் ஆயுளும் அபிவ்ருத்தி யடையும்.'[5]

6. '**மிக்க விரைவா யுண்ணலாகாது.** வெகு துரிதமாகப் புஜிக்கும் ஆஹாரம் தொண்டையிற் சிக்கிக் கொள்ளலாம். நன்கு ஜீர்ணமாகாது; உணவு நன்கு மெல்லப்படாமல் அதன் சுவையும் உணரப்படாமற் போகும்.'[6]

---

1. **स्निग्धमश्नीयात् । स्निग्धमन्नं स्वदते, वातमनुलोमयति, शरीरमुपचिनोति, इन्द्रियाणि दृढयति, बलमुपजनयति । च. वि.**

2. குளிர்ச்சியானவற்றை சீத வீர்யமென்றும், சூடு செய்யக்கூடியவைகளை உஷ்ண வீர்யமென்றும் கூறுவர்.

3. குணத்திலும் செய்கையிலும் ஒன்றுக்கொன்று மாறுபட்ட தன்மையுள்ள வஸ்துக்கள் விருத்தத் திரவ்யங்கள் அல்லது விருத்தாஹாரங்கள் எனப்படும்.

4. **वीर्याविरुद्धमश्नीयात् । तदानीं खलु विरुद्धाशननिमित्तैर्विकारैः पुरुषो नोपसृज्यते । च. वि.**

5. **जीर्णेऽश्नीयात् । तदा दोषा नातिरिच्यन्ते, अग्निरुदीर्यते, स्रोतोमुखानि विशुद्ध्यन्ते, वातमूत्रपुरीषवेगा नाभिहन्यन्ते, आमदोषो नाभिवर्धते, आयुरारोग्यं चाभिवर्धते । च. वि.**

6. **नातिद्रुतमश्नीयात् । अतिद्रुतं भुञ्जानस्य अन्नस्योन्मार्गगमनम्, असम्यगजरणम्, आहाररसस्य सम्यगनास्वादनं च स्यात् । च. वि.**

7. '**அதித் தாமதமாகவும் உண்ணலாகாது.** மிக்க மெது வாக அன்னம் அருந்துவதால் திருப்தி யேற்படாது; அள வுக்கு மிஞ்சியும் உண்ணவேண்டி வரும்; கலத்திலுள்ள உணவு குளிர்ந்துப் பதன் கெடும்; ஜீர்ணக்கோளாறும் ஏற்படும்.'[1]

8. '**பேசாமல் உண்பதிலேயே கருத்துடன் புஜிக்கவேண் டும்.** போஜனம் செய்கையில் வேறு விஷயங்களில் மன தைச் செலுத்திக் கொண்டு பலவாறு பேசுபவருக்கு மிக்க விரைவாயுண்பதால் ஏற்படும் தோஷங்களே ஏற்படுவ தியல்பு.'[2]

9. '**தன் நிலைமையை நன்குணர்ந்துண்ணவேண்டும்.** இன்னது தனக்கு ஒத்துக்கொள்ளும், இன்னது ஒத்துக் கொள்ளாதெனப் பகுத்தறிந்து உண்ணப்படும் உணவு தான் ஸாத்மியமாயிருந்து அனுகூலம் செய்யும்.'[3]

10. மேலும் '**மனதுக்கு இன்பமான இடத்தில், எல்லாம் இன்பமாய் அமைந்திருக்க, இன்பமான போஜனத்தைப் புஜிக்க வேண்டும்.** அப்படியானுல்தான் மனதுக்கு அருவருப்பு தோன்ருமல், திருப்தியுடன் புஜிக்கலாம்.'[4] எல்லாம் இன் பமாய் அமைந்திருக்க வேண்டுமென்பதினுல், உணவு பரி மாறுபவர் முதல் எல்லாம் இரம்யமாய் அமைய வேண்டு மெனக் கருத்து. இல்லையேல் நற்சுவை பொருந்திய உண

---

1. **नातिविलंबितमश्नीयात् । अतिविलंबितेन अशनेन न तृप्तिः स्यात्, बहु भुङ्क्ते, अन्नजातं शीतीभवति, विषमपाकं च गच्छति । च. वि.**

2. **अजल्पन् तन्मना भुंजीत । अतिद्रुताशनजा दोषा एव भोजनसमये जल्पतश्चान्यमनसश्च संभवन्ति । च. वि.**

3. **आत्मानमभिसमीक्ष्यात् । इदं ममोपशेते इदं च नोपशेत इत्येवं विदित्वा सविवेकं भुज्यमानमन्नम् आत्मनः सात्म्यं भवति । च. वि.**

4. **इष्टे देशे इष्टसर्वोपकरणमश्नीयात् । तदेव हि जुगुप्सादिभिः चित्तोपघातकरैः विकारैरनुपतप्तमना आहारमभ्यवहृत्य पुरुषस्तृप्तिमधिगच्छेत् । च. वि.**

வும் இன்பமாகத் தோன்ருமல், உடற் போஷணைக்கு உற்ற தாயாவதில்லை. நுட்பமான இவ்வுண்மை யுணர்ந்த தமிழ்க்கவி யொருவர் கூறிய செய்யுளை இச்சந்தர்ப்பத்திற் குறிப்பிடுவது பொருந்தும்:—

காணக்கண் கூசுதே கை யெடுக்க நாணுதே
மாணுக்க வாய் திறக்கமாட்டாதே— வீணுக்கென்
என்பெல்லாம் பற்றி எரிகின்றதையையோ
அன்பில்லாள் இட்ட அமுது.[1]

ஸுச்ருதர் கூட 'போஜனம் செய்பவரை ஜன ஸஞ்சார மில்லாமலும், ஏகாந்தமாகவும், மனதுக் கின்பமாகவும், நறுமணங் கமழும் மலர்களால் சூழப்பெற்றுமுள்ள ஸம தளமான பிரதேசத்தில் வீற்றிருக்கச் செய்து உணவருந்தச் செய்வது முறை' என்கிருர்.[2]

ஸாராஷ்டகம்.

"முற்கூறிய விதிகளை யனுஸரித்து உட்கொள்ளப் படும் பான போஜனங்கள் நமக்கு அனுகூலம் செய்யும்; அவ்வித அன்னமும் பானமும் ஜாடராக்னியினுல் தூண் டப்படும் பலத்தைக் கொண்டு, பலவேறு தாதுக்களாகப் பரிணமமடைந்து, எத் தாதுவுக்கும் உடற் கூட்டுக்கும் பிராணுதார வாயுவுக்கும் ஸ்ரோதோ மார்க்கங்களென்கிற உட்புற வெளிப்புற த்வாரங்களுக்கும் அவற்றின் இயக்கங் களில் இடையூறு நேரிடாவண்ணம் தேஹத்தை ஆரோக்

---

1. இச் செய்யுளுக்கு வடமொழியில் அடியேன் மொழி பெயர்ப்பு வருமாறு:—

दृष्टिर्द्रष्टुं सुदुष्टरूपमिव तद्भक्तं न हस्तश्च तत्
स्प्रष्टुं वाञ्छति नैव वाथ मुखमप्यादातुमीष्टे मनाक् ।
किं वान्यैर्वचनैः शरीरमखिलं शुष्यत्यहो शुष्मणे
वाक्रान्तं परिवेषणं परिहृतप्रीत्या स्त्रिया यत् कृतम् ॥

2. भोक्तारं विजने रम्ये निस्संबाधे मनोहरे ।
सुगन्धपुष्परचिते समे देशेऽथ भोजयेत् ॥
विशिष्टमिष्टसंस्कारैरिष्टैर्दत्तं हितं भवेत् । सु. सू. 46.

கியம் பலம் நிறம் நீண்ட ஆயுள் முதலியவற்றைப் பெற்ற தாகச் செய்கின்றன. அவ்வாறு பரிணமமடைந்த ஆரோக்கியாவஹமான தாதுக்கள், ஒன்றோடொன்று போஷணையடைய அனுகூலமாயிருந்து இயற்கைக்கு ஏற்றவாறு தொடர்ந்து வளர்கின்றன.'' என்கிறார்[1] சரகர். இவ்விதம் ஆரோக்கியமும் ஆயுளபிவ்ருத்திக்கேற்ற பலமும் பொருந்திய ஏழு தாதுக்களும் தெளிவுற்ற அந்தக்கரணம் என்னும் உள்ளமும் சேர்ந்துள்ள உடற்கூறுக்கு **ஸாராஷ்டகம்** என்பது ஆயுர்வேத பரிபாஷை.[2] இந்த ஸாராஷ்டகம் என்கிற ஆரோக்கியத்தின் அத்யுச்ச ஸ்த்தானத்தை அடையும் வகையை அறிவிப்பதே ஆயுர்வேதத்தின் அடிப்படையான கொள்கை. ''ஸர்வ ஸாரங்களோடு கூடிய மனிதர் எக் கஷ்டமும் தாங்கக்கூடிய வலிவுள்ளவராயிருப்பர்; எவ்வித முயற்சிகளிலும் சுய சக்தியில் முழு நம்பிக்கையோடு சுறுசுறுப்பாய் வேலை செய்வர்; அவரது உடலமைப்பும் நடை முதலியனவும் திடமாகவும் ஒழுங்காகவும் இருக்கும்; அவர்களது குரலோசை இனிதாய் கம்பீரமாயிருக்கும்; அவர்களிடம் நோய் அணுகுவது அரிது; கிழத்தனக் கோளாறுகள் சீக்கிரத்தில் அவர்களுக்கு ஏற்படமாட்டா; தம்மைப் போன்ற ஆரோக்கியமும் பலமும் பொருந்திய குழந்தைகளே அவர்களுக்குப் பிறக்கும்; அவர்கள் வயதும் நீடித்து வளரும்; இவற்றிற்கு மாறான குணம் பொருந்தியவர் அஸாரமானவர்கள்.''[3] இப்

---

1. **एवं विविधमशितं पीतं च जन्तोर्हितं भवति। तच्चाग्निसंधुक्षणबलेन सम्यग्विपक्वम् अनुपहतसर्वधातूष्ममारुतस्रोतः शरीरमुपचयबलवर्णसुखायुर्भिर्योजयति। तथा परिणताश्च धात्वाहारभूताः प्रकृतिमनुवर्तन्ते। च. सू.** 28.

2. **त्वग्रक्तमांसमेदोऽस्थिमज्जशुक्रसत्वानि अष्टौ साराणि। च.वि.**8.

3. **सर्वैः सारैरुपेताः पुरुषा भवन्त्यतिबलाः क्लेशसहाश्च, सर्वारम्भेषु आत्मनि जातप्रत्ययाः, स्थिरसमाहितशरीराः, सुसमाहितगतयः, स्निग्धगम्भीरनिःस्वनाः, मन्दविकाराः, मन्दजरसः, प्रायास्तुल्यगुणविस्तीर्णापत्याः, चिरजीवितश्च भवन्ति, अतो विपरीतास्तु असाराः। च. वि.** 8.

பொழுது இவ் வருமையான சான்றோர் உகந்த நியமங்களை அனுஸரிப்பவரும், புலன்களை யடக்கியாளும் மனோபல முள்ளவரும், ஸத்வகுணம் நிரம்பியவருமான மனிதர் இக் காலத்தில் மிக்க அரிதென்பதை நாம் அறிவோம். நமது ஆஹார நியமங்கள் அலங்கோலமடைந்தன; அதற்கேற்ப தேஹ மனோபலமும் பெரிதும் சீரழிந்து வருகின்றது. ஆதி காலத்திலேயே சில வகுப்பினர் சீர்குலைந்த சரீர நிலைமை யைப் பெற்றுவருவதை உற்றுநோக்கிய ஆயுர்வேதாசாரி யர்கள் மிக்க மனங்கலங்கி, அன்னார் நிலைமையை நிரம்பவும் உருக்கத்துடன் இவ்வாறு வர்ணித்திருக்கிறார்கள்:—

" அநாகரிகமான அசுத்த ஆஹாரத்தினாலேயே உடற் கோளாறு அனைத்தும் உண்டாகின்றன. மேலும் அதிக அம்லம் உப்பு காரம் கலந்த உணவுகள், உலர்ந்து பதன் கெட்ட காய்கறிகள் இறைச்சி மாப்பண்டம் ஆகியவற்றை உண்பவருக்கும், விருத்தாஹாரங்கள் ஸாத்மிய மில்லாத உணவுகள் ரூக்ஷமான பண்டங்கள் ஊனீர் கசிந்து நீர்த்துப் போன வஸ்துக்கள் முதலியவற்றைப் புஜிப்பவர்களுக்கும், ஒழுங்கின்றி மீதூண் உண்பவருக்கும், குருகுணமும் ஊசிப் பதன் கெட்டும் பழகியுமுள்ள தின்பண்டங்களைத் தின்ப வருக்கும் பிணிகள் பல உண்டாகின்றன; இக்காரணங் களாலேயே இம் மனிதருக்கு தசைநார்கள் தளர்ந்துவிடு கின்றன; ஸந்தி பந்தங்கள் நெகிழ்ந்து விடுகின்றன; இரத் தம் கொதிப்படைந்து காந்துகிறது; கொழுப்பும் கரைந்து சிதைந்துவிடுகிறது; எலும்புகளுக்குள் மஜ்ஜை யென் னும் தாதுவும் நின்று உரம் பெறாது. இத்தகைய மனிதன் குன்றித் துன்புறுவான்; மனத்தென்பின்றி பெருமூச்செறி வான்; நினைவு தடுமாற்றமும், புத்தி மாருட்டமும் பெற்று இயற்கை நிறம் குன்றி, பிணிகளுக்குப் பிறப்பிடமாய் அற்பாயுளாய் உயிர் துறப்பர்" என்றவாறு[1] அக்னிவேசர் அகங்கரைந்து மொழிந்திருக்கிறார்.

---

1. सर्वे शरीरदोषा भवन्ति ग्राम्याहारात्, अम्ललवणकटुकक्षार-शुष्कशाकपिष्टान्नभोजिनाम्, विरुद्धासात्म्यरूक्षाभिष्यन्दभोजिनाम्, क्लिन्नगुरुपूतिपर्युषितभोजिनाम्, विषमाशनाध्यशनासक्तानाम्। अती निमि-

முடிவுரை.

முடிவாக எனது வைத்திய ஸஹோதரர்க்கும் மற்றவர்க்கும் இந்நிலைமையிற் பின்வருமாறு அறிவித்துக் கொள்ள விரும்புகிறேன்:—

மனிதவர்க்கத்திற் பலரும் இக்காலத்தில் முறை தவறிய ஒழுக்கத்திற்கு உள்ளவராய், அறிவிற் சிறந்த சான்றோர் இயற்றிய சீர்மையான சாஸ்திரக் கோட்பாடுகளால் நம்பிக்கையின்றி மதி மயங்கியவராய், ஆன்றோர் காட்டிய அறநெறிகளிலிருந்து மனம்போன போக்கில் இறங்கியவராய், காளான்கள் போல் கங்கு கரையில்லாது அமைந்துள்ள பலவகைப்பட்ட உணவுச் சாலைகளில் துராசாரங்களுக்குப் புகலிடமான பரிசாரகர்கள் இடும் இகழக்கூடிய பலவகைத் தின்பண்டங்களையும், அன்னபானங்களையும் அருந்துகிறார்களேயென்று மிக்க வருந்துகிறேன்.[1] மனிதரின் ஆரோக்கிய நிலைமைக்கு அழிவுதரும் இவ்விதமான அசுத்தாஹார மருந்தும் துர்வழக்கத்தை அறவே அகற்றுவதற்கு, ஆன்றோர் புகழ்ந்த ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிற் சிலராவது ஏற்ற உபாயங்களைத் தீர ஆலோசித்து வெளியிடுவதுடன், அவ்வித முறையை நிறைவேற்றவும் முற்படவேண்டும்.[2]

त्वाद्धि शिथिलीभवन्ति मांसानि, विमुच्यन्ते सन्धयः, विदह्यते रक्तम्, विष्यन्दते मेदः, न च सन्धीयतेऽस्थिषु मज्जा । एवंभूतः पुमान् सीदति, निरुत्साहः श्वसिति, नष्टस्मृतिबुद्धिच्छायो रोगाणमधिष्ठानभूतो न सर्वमायुरवाप्नोति । च. वि. 1.

1 முடிவிற் கூறிய இவ்வேண்டுகோளை, ஸம்ஸ்கிருதத்தில் தேர்ச்சியுள்ள எனது ஆயுர்வேத நண்பர்களின் திருப்திக்காக வடமொழிச் செய்யுட்களிலும் இயற்றி இங்கு குறிப்பிடுகிறேன்:—

1. कालेयेऽस्मिन् हि काले विषमपथगता वीतविश्वासमुग्धाः
   शास्त्रेष्वार्यैः प्रणीतेष्वपि कृतमतिभिधर्मलोपप्रवृत्ताः ।
   सर्वत्रोद्यच्छिलीन्ध्रप्रतिमबहुविधाहारशालास्वशुद्धैः
   सूदैः संपाच्य दत्तं शुचिरहितमहो जक्षिमो भक्ष्यजातम् ॥

2. अभ्यर्हितैर्वैद्यवरैरुपायश्चिन्त्यो दुरभ्यासविधेर्निवृत्तौ ।
   आरोग्यविध्वंसकरस्य दुष्टभोज्यात्मस्यास्य जगद्धिताय ॥

முக்கிய அறிக்கை

1. ஸ்ரீ T. V. ராதாகிருஷ்ண சாஸ்திரி, M. A. L. I. M.
பொதுக் கார்யதர்சி, தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்,
9. கேசவபெருமாள் மேலத்தெரு, மைலாப்பூர், மதராஸ்.

என்ற விலாஸத்திற்கு மண்டலத்தின் பொது விஷயங்களைப் பற்றி எழுதிக்கொள்ள வேண்டும்.

* * *   * * *

2. ஸ்ரீ A. ராகவராவ், A. L. I. M.
உபகார்யதர்சி, தமிழ்நாடு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்,
சின்னக்கடைத்தெரு, தெப்பக்குளம் போஸ்டு,
திருச்சிறுப்பள்ளி.

என்ற விலாஸத்திற்கு மண்டலத்தின் சந்தாத்தொகை அனுப்பவேண்டும். **வைத்திய சந்திரிகையின்** விளம்பர விஷயங்கள் முதலியவைகளைப் பற்றியும் எழுதிக்கொள்ளவேண்டும்.

* * *   * * *

3. பண்டித ஸ்ரீ S. M. ஸுந்தரராஜாசார்ய,
பிரகாசகர், வைத்தியசந்திரிகா,
கிழச்சித்திரை வீதி, ஸ்ரீரங்கம், (திருச்சிறுப்பள்ளி)

என்ற விலாசத்திற்கு பிரதி இங்கிலீஷ் மாதம் 15 தேதிக்குள் **வைத்திய சந்திரிகை** கிடைக்காவிடினும், சந்தாதாரர்களின் விலாஸம் மாறுபடினும் உடனே எழுதவேண்டும்.

* * *   * * *

4. ஸ்ரீ V. B. நடராஜ சாஸ்திரி, ஆயுர்வேதாசார்ய,
ஆசிரியர்: **வைத்திய சந்திரிகா,**
ஆத்ரேயாசிரமம், தென்னூர் ரோடு, திருச்சிறுப்பள்ளி.

என்ற விலாஸத்திற்கு வைத்திய சந்திரிகையிலும் ஆரோக்கிய சந்திரிகையிலும் பிரசுரம் செய்யவேண்டிய கட்டுரைகள், செய்திக் குறிப்புகள், ஸந்தேஹங்கள், சர்ச்சைகள், ரோகக் குறிப்புகள், (Case Sheets) விமர்சத்திற்குப் புத்தகங்கள், பதில் பத்திரிகைகள் இது போன்றவைகள் எல்லாம் அனுப்பவேண்டும்.

வைத்ய வாசஸ்பதி பண்டிட்

P. S. ராமசர்மா அவர்களின்

நீண்ட கால பரீக்ஷை அனுபவங்களினால் கண்டு பிடிக்கப்பட்ட

கைகண்ட பலனளிக்கும்

"சக்தி ஸஞ்சீவி"

(Regd.)

குழந்தைகளுடைய ஈரல் குலைக் கட்டிகளை எந்நிலைமையிலும்

போக்குவதிலும் வராமல் தடுப்பதிலும் நிகரற்ற ஔஷதம்,

எங்கும் கிடைக்கும்.

தயாரிப்பவர்:—

ஸ்ரீ சக்தி விலாஸ வைத்யசாலா,

கரூர், S. I. Ry.

தந்தி: "ATREYA"

ஆத்ரேய ஆயுர்வேதிக் ஒர்க்ஸ்

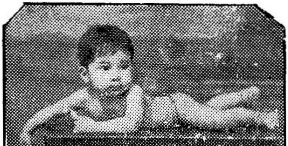
தென்னூர் ரோடு, திருச்சிராப்பள்ளி.

பிரதானவைத்யர்:— V. B. நடராஜசாஸ்த்ரீ,
ஆயுர்வேதாசார்ய, வைத்யவிசாரத, வைத்ய வாசஸ்பதி.

விரண வைத்தியம் (Surgery) உள்பட ஸகலவிதமான
சிகித்ஸைகளுக்கும், நவரைக்கிழி, தாரை பிழிச்சல்
முதலிய பஞ்சகர்மாங்க சிகித்ஸைகளுக்கும்
வெகு காலமாய் மிகப்பிரஸித்தமானது.

நோயாளிகள் வஸித்து சிகித்ஸை பெற நல்ல வசதியுள்ள
ஆரோக்கியசாலை (NURSING HOME) யுடன் விளங்குகிறது.

குழந்தைகளுக்கு அமிருதமான உணவு
தாய்ப்பால் ஒன்றே



பயஸ்யா

தாய்ப் பாலை
மிகுதியாய்ப் பெருக்குகிறது.

புட்டி ரூ. 3 4 0
தபால் சிலவு வேறு.

எல்லா மருந்துக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்
அல்லது நேரில்.

Published by Pandit S. M. Sundararajacharya for Tamil Nad Ayurveda Maha Mandalam & Printed at the Sri Vilasam Press, Srirangam.