அரசினர்

சித்த மருத்துவ கல்லூரி

பாளையங்கோட்டை

ஆண்டு மலர் 1988-89

அரசினர்
சித்த மருத்துவக் கல்லூரி
பாளையங்கோட்டை
திருநெல்வேலி - 627 002

GOVT. SIDDHA MEDICAL COLLEGE
PALAYAMKOTTAI — TIRUNELVELI - 627 002.

ஆண்டு மலர்

1988 – 1989

மலர்க் குழு

தலைவர் :

Dr. V. சுப்பிரமணியன், M.D. (s),
முதல்வர்.

ஆசிரியர் செயலர் :

Dr. G. கணபதி, M.D. (s)
இணைப் பேராசிரியர்.

ஆசிரியர் பொருளாளர் :

Dr. V. சுப்புலட்சுமி, M.D. (s)
பேராசிரியர்.

மாணவர் செயலர் :

திரு. M. கோலப்ப பிள்ளை,
நிறைவாண்டு பி. எஸ். எம். எஸ்.

உறுப்பினர்கள் :

Dr. R. S. இராமசுவாமி, III M.D. (s)
திரு. G. குமார ராஜா, இறுதியாண்டு B.S.M.S.
செல்வி S. இந்திரா ,, ,,
திரு. T. பாபு ,, ,,
செல்வி S. ஜோதிமீனாட்சி ,, ,,
திரு. P. அரவிந்தன் IV B.S.M.S.
திரு, A. முனீஸ்வரன் ,,
திரு. K. P. கண்ணன் III B.S.M.S.
செல்வி M. ரோஸலின் ,,
திரு. R. சிவசக்திவேலன் II B.S.M.S.
செல்வி S. கல்யாணி ,,
திரு. T. சந்திரசேகரன் I B.S.M.S.
செல்வி S. மலர்விழி ,,
திரு. N. K. தில்லை நடராஜன், II D. Pharm.
திரு, P. நாகராஜன், I D. Pharm.

CMS அச்சகம், 61, திருச்செந்தூர் ரோடு, பளையங்கோட்டை.

இனிய உள்ளங்களுக்கு !

இளையவனின் வணக்கங்கள்.

சித்த மருத்துவச் சோலையில் பூக்கின்ற இந்த புத்தம் புது மலரை உங்கள் கரங்களில் மலர விடுவதில் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். நமது கல்லூரியின் இருபத்தைந்து ஆண்டுக்கால கல்விப் பணியை எண்ணிப் பார்க்கும் போதே உள்ளம் பெருமிதத்தில் விம்முகிறது. தமிழோடு பிறந்து, தமிழாய் வளர்ந்த நம் சித்த மருத்துவம் இன்று தமிழருக்கே பெருமை தரும் தனிப் புகழுடையதாக உள்ளது. ஆதி சித்தன் சிவனில் தொடங்கி அவர் வழி வந்த அத்தனை சித்தருக்கும் நாம் தலை வணங்குவோம்.

கால் நூற்றாண்டு கால வளர்ச்சியில் ஆல் போல் தழைத்து நிற்கும் நம் கல்லூரியின் ஆண்டு மலர் இது. இம்மலரில் சித்த மருத்துவ அறிஞர் பெருமக்கள், மருத்துவ ஆசிரியப் பெருந்தகையர், மாணவர்கள் முதலியோரது கட்டுரைகள், கவிதைகள் இன்ன பிற இடம் பெற்றுள்ளன.

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்புக்களை உலகுக்கு சீர்பெற உரைக்க வேண்டும் என்பதை கருத்தில் கொண்டே இம் மலர் தயாரிக்கப் பட்டுள்ளது. இம்மலருக்கு கட்டுரைகள், கவிதைகள், ஓவியங்கள் தந்த அத்தனை பேருக்கும் எனது நன்றிகள்.

இம் மலர் மணம் வீசி மலர உதவிய கல்லூரி முதல்வர் Dr. V. சுப்பிரமணியன் M.D(s) அவர்கள், துணை முதல்வர் Dr. K. பலவேசம் M.D(s) அவர்கள், மலர்க்குழுவின் ஆசிரியர் செயலர் Dr. G. கணபதி M.D(s) அவர்கள், ஆசிரியர் பொருளாளர் Dr. V. சுப்புலட்சுமி M.D(s) அவர்கள், மற்றும் என்னோடு கரம் சேர்த்து உழைத்த மலர்க்குழு உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் என் மனமார்ந்த நன்றிகள்.

இம் மலரில் இடம் பெறும் படைப்புகளை தேர்வு செய்ய உதவிய Dr. G. கணபதி M.D(s) அவர்கள், Dr. V. சுப்புலட்சுமி M.D(s) அவர்கள், Dr. P. செயப்பிரகாசு நாராயணன் M.D(s) அவர்கள், Dr. R.S. இராமசுவாமி, final M.D.(s) திரு T. பாபு மற்றும் செல்வி. S. ஜோதி மீனாட்சி நிறைவாண்டு B.S.M.S, ஆகியோருக்கு என் நன்றிகளை உரித்தாக்குகிறேன்.

இம்மலரில் விளம்பரம் செய்து உதவிய வர்த்தக பெருமக்களுக்கும், வாழ்த்துச் செய்திகள் அளித்த பெரியோர்களுக்கும், பல வகைகளிலும் உதவிக் கரம் நீட்டிய வணக்கத்திற்குரிய ஆசிரியப் பெருமக்களுக்கும் உயிரினும் மேலான மாணவ, மாணவியருக்கும் என் நன்றிகளைக் காணிக்கையாக்குகிறேன்.

இம் மலரை சீரிய முறையில் அச்சிட்டு உதவிய C.M.S. அச்சகத்திற்கும், புகைப்படங்கள் எடுத்து உதவிய கிங் ஸ்டுடியோ உரிமையாளர் திரு. துரை ராஜ் அவர்களுக்கும், பிளாக்ஸ் அமைத்து உதவிய திரு. சங்கர நாராயணன் (தேவிப்ளாக்ஸ்) அவர்களுக்கும் எனது நன்றிகள்

இம் மலரின் முகப்பு அட்டையை அழகுற அமைத்து தந்த எங்கள் பெருமைக்குரிய மாணவி செல்வி. லதாராணிக்கு மலர்க் குழுவின் மனமார்ந்த நன்றிகள்.

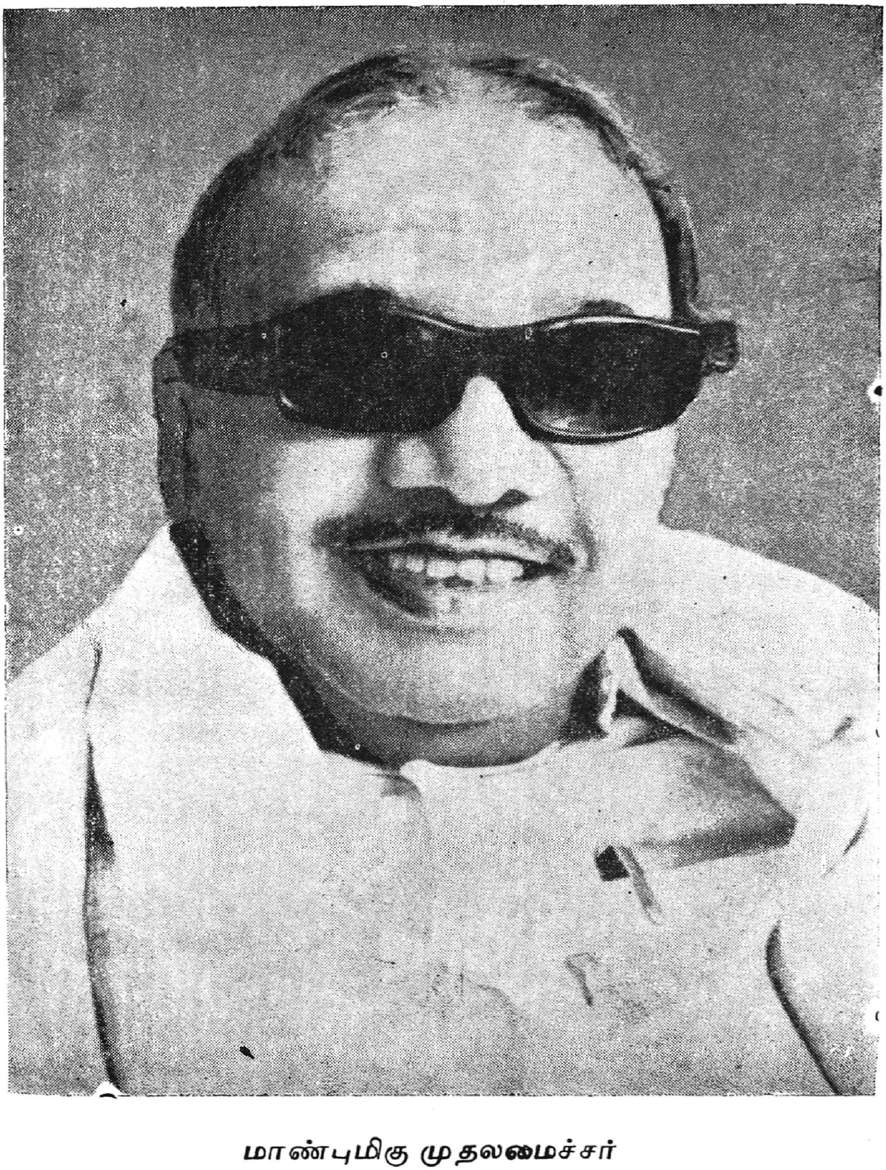
குறுகிய இடைவெளியில் தொடுக்கப்பட்ட இம்மலரில் குறைகள் தென்படின் நிறைந்த அறிவுடைய பெரியோர்கள் மன்னித்து அருள வேண்டுகிறேன்.

'சித்த மருத்துவமே சிறந்த மருத்துவம்' என்ற செய்தியைத் தாங்கி இந்த மலரின் பயணம் தொடங்குகிறது. வெற்றி பெற வாழ்த்துங்கள்.

இவண்,
நன்றியுடன்,
மா. கோலப்பபிள்ளை
மலர்க்குழுச் செயலர்.

மேதகு ஆளுநர்

P. C. அலெக்சாண்டர் அவர்கள்

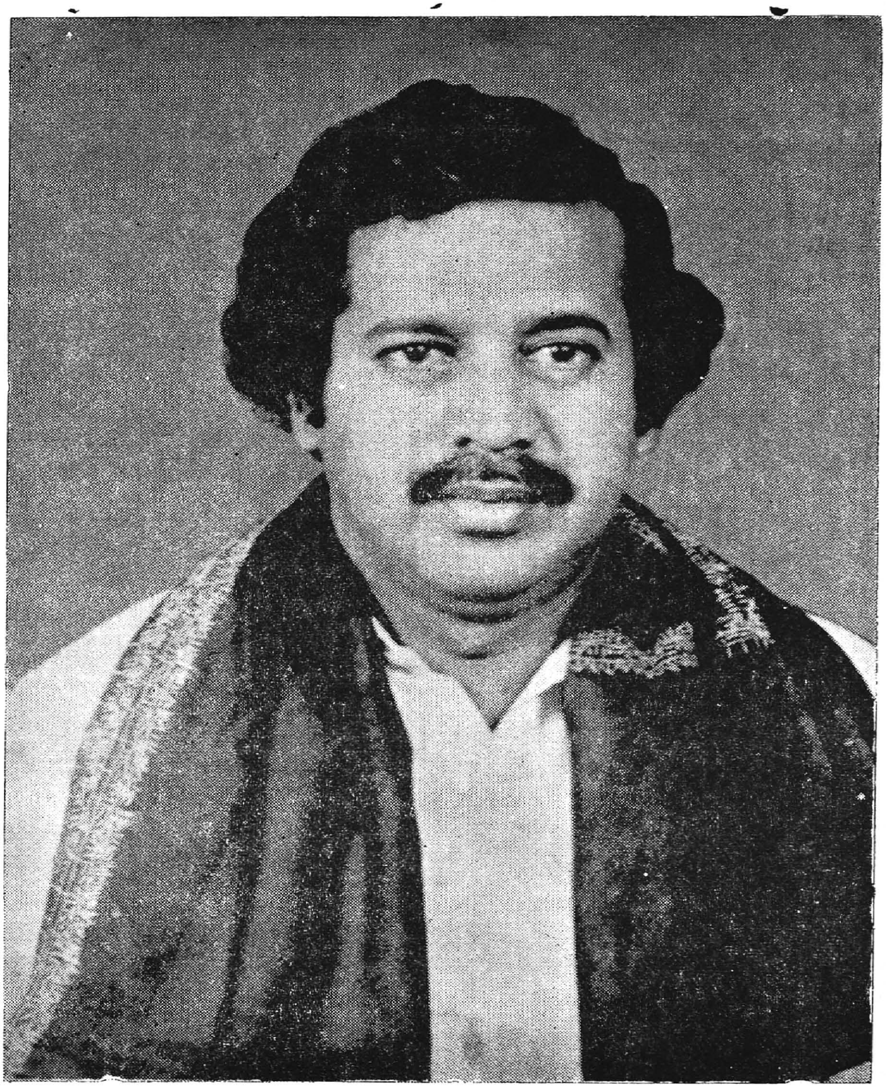


மாண்புமிகு முதலமைச்சர்

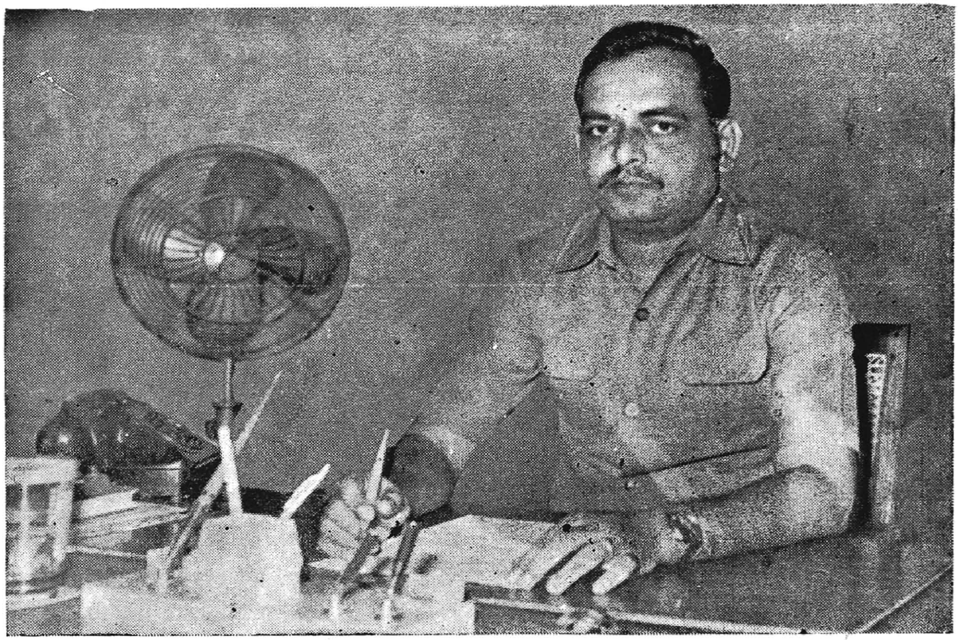
டாக்டர் கலைஞர் மு. கருணாநிதி அவர்கள்

மாண்புமிகு கல்வியமைச்சர்

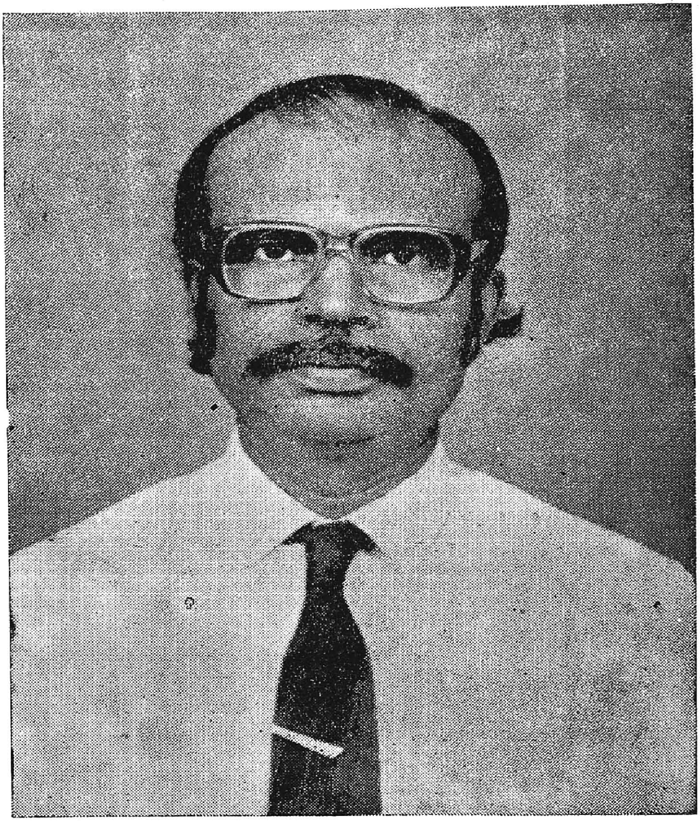
க. அன்பழகன் அவர்கள்



மாண்புமிகு மக்கள் நல்வாழ்வுத்துறை
அமைச்சர் டாக்டர். க. பொன்முடி அவர்கள்



Dr. V. சுப்பிரமணியன் M.D (s).,
கல்லூரி முதல்வர்.



Dr. கந்த. பலவேசம் M.D.S.) அவர்கள்

துணை முதல்வர்

க. அன்பழகன், எம். ஏ.
கல்வி அமைச்சர்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை -600 009
நாள் 29 . 09 . 1989

வாழ்த்து

பாளையங்கோட்டை, அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி, 1989—ஆம் ஆண்டின் — கல்லூரி மலரை வெளியிட இருப்ப தறிந்து மகிழ்கிறேன்.

இந்தக் கல்லூரி — சித்த மருத்துவம் பயிலும் மாணவர் களுக்குத் தகுந்த தேர்ச்சியளித்துப் பட்டதாரிகளாக வெளிவரச் செய்யும் பணி பாராட்டத்தக்கது.

மருத்துவ முறைகளும், நோய்நாடும் வழிகளும் பலவாயினும், தமிழ் மண்ணிற்கே உரியதாகத் தோன்றிட்ட பல சிறப்புகளுக்கு உரியதாக விளங்கும் சித்த மருத்துவத்தின் பயனை, மக்கள் தெளியும்படிச் செய்வது இத்துறை மருத்துவர்களின் கடமை யாகும்.

நாட்டு மருத்துவம் - வீட்டு வைத்தியம் முதல் -நாடி அறிதல் வர்மக்கலை, மூலிகை மருத்துவம், இயற்கை வைத்தியம், வரை - உள்ள பல கூறுகளும் மக்களுக்கு பயன்படும் வண்ணம் வளர்க் கப்படவேண்டும் என்பது என் அவா.

சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு ஓங்க, பாளையங்கோட்டை கல்லூரியின் வளர்ச்சி துணை செய்யட்டும். வளர்க சித்த மருத்துவம்!

(ஒ . ம்)

(க. அன்பழகன்)

கல்வி அமைச்சர்.

Dr. M. G. R. MEDICAL UNIVERSITY, TAMIL NADU

'PERIYAR BUILDING'

No. 52, E. V. K. Sampath Salai, Vepery, Madras — 600 007.

Dr. LALITHA KAMESWARAN

M. B. B. S., Ph. D. (London). F. C. A. I., F. A. M. S.

Vice - Chancellor

RES :
Door No., 5, Plot No. : 458.
III Avenue, Indira Nagar.
Madras — 600 020.
Phone : 411879 416575
PHONE : O) 32629

Dated : 6 — 9 — 89.

Dear Thiru Kolappa Pillai,

Thank you very much for your kind letter informing me of your plans to release the annual college magazine. I wish you success in your endeavour. Those who are undergoing a course in any one of the traditional systems of medicine should cultivate the habit of approaching their science with an open mind and with a readiness to experiment and carry out further research to re - validate the observations of our ancient seers and Siddhars. Such a sustained effort alone will improve the image of the practitioners of this system. The magazine should collect articles of general academic interest, like methodology of research and comparative studies on modern & ancient techniques and their advantages.

With warm regards,

Yours Sincerely,

Sd/- Lalitha Kameswaran

Chaturvedi Badrinath, I. A. S.,
Director of Indian Medicine
& Homoeopathy,

Arumbakkam,
Madras 600 106,
26th September 1989

Indian traditions of medicine, of which Siddha is to be found in Tamilnadu alone. were based on a completely scientific understanding of the relation between the body and the mind Their approach to disease and illness was not fragmentary but was rooted in the view that all illness is only imbalance in human system

I congratulate the students of the Government Siddha Medical College. Palayamkottai, at bringing out a magazine. I sincerely hope that this magazine will grow into a forum of serious debate about the historical and scientific background of the Siddha system of medicine.

Sd. / —

Chaturvedi Badrinath, I. A S.,

Dr. K. V. Vaitheeswaran, M. D. (s)
Joint Director of
Indian Medicine and Homoeopathy,

Arumbakkam,
Madras — 106,
25 - 9 - 89.

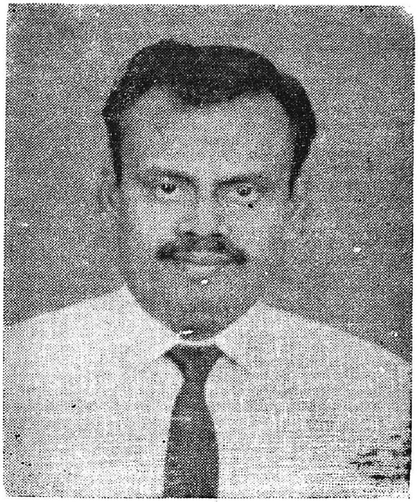
Sir,

I am glad to know that our College Magazine has been brought out this year after a long gap of ten years. I hope this magazine will carry a good message throughout the world about the glory of Siddha System of Medicine. I congratulate the efforts being made by the Editor and his team and all other staffs for this endeavour.

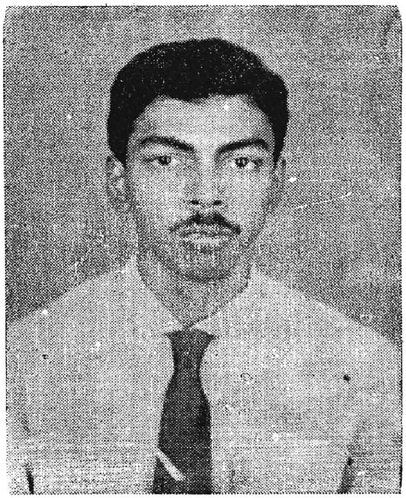
I wish all success for this College Magazine Committee.

Yours Sincerely

Sd/- K. V. Vaitheeswaran

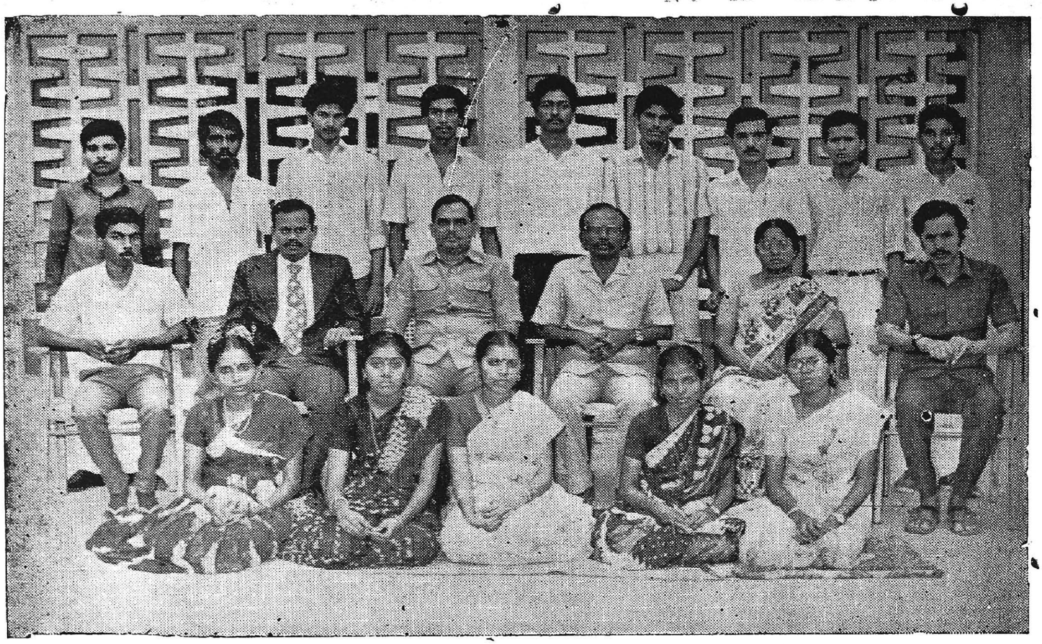


Dr. G Ganapathy M.D. **(s).**
Staff - Editor.



M. Kolappa Pillai, Final B.S.M.S.
Student Editor & Secretary.

Dr. (Tmt.) V. Subbulakshmi, M.D.(s)
Staff - Treasurer.



MAGAZINE COMMITTEE

FINE ARTS ASSOCIATION

உள்ளே ... ...

		பக்கம்
1	முதல்வர் பேசுகிறார்	1
2	Siddha System	4
3	பட்டினியும் பத்தியமும்	7
4	சிசுரோகமும் சித்தாமிர்தமும்	10
5	சித்த மருத்துவத்தில் தமிழ்மொழி சிறப்பு	13
6	Treatment of Filariasis	15
7	Preliminary Study on Kadukkai Mathirai	17
8	சித்த மருத்துவத்தின் தொன்மையும், சிறப்பும், பயனும்	23
9	Thought Power	28
10	கொல்லிமலை ஒரு கண்ணோட்டம்	29
11	Padikara chenduram for Intestinal amoebiasis	33
12	Yoga of Siddha System	35
13	The Superlative features of the human	38
14	எலும்பிச்சை	41
15	Folk Medicine of Sri Lankan Tamils	46
16	திகைக்க வைக்கும் புகைப் பழக்கம்	48
17	ஔவையார் பெற்ற அமிழ்தம்	50
18	Musico therapy	54
19	Theory of Longevity	55
20	அற்றல் அளவறிந்து உண்க	57
21	Alcaholism and drug addiction	59
22	எளிய அனுபவ மருத்துவம்	62
23	சிரிப்பு நோய்	68
24	சித்தர்கள் கருத்துக்கள் நவீன பார்வையில்	70
25	ஒரு பயணம்	77
26	Mathu Megam	84
27	Aruna Vatham	85
28	Chemical theory of Rasakkattu	89
29	விளம்பரப் பகுதி	

முதல்வர் பேசுகிறார்

Dr, V. சுப்பிரமணியன் M. D (s)
கல்லூரி முதல்வர்

1964 ல் துவக்கப்பட்டு இன்று வெள்ளி விழா ஆண்டினை எட்டிப் பிடித்திருக்கும் இக் கல்லூரி இடைப்பட்ட இருபத்தைந்து ஆண்டுகளில் பெற்றிருக்கும் வளர்ச்சி மிகப் பெரிது. ஓட்டுக் குடிசைகளிலே துவங்கப்பட்ட இக் கல்லூரி தற்பொழுது பல மாடிக்கட்டிடங் களைப் பெற்று முழு வளர்ச்சியடைந்த மருத்துவக் கல்லூரிகளிலே ஒன்றாகத் திகழ்ந்து வருகிறது. இக் கல்லூரியில் பணிபுரியும் முதல்வர் முதல் அனைத்து ஆசிரியர் பெருமக் களும் இக் கல்லூரியிலே உருவாக்கப்பட் டவர்கள் என்ற பெருமையுடன் இன்றைய சித்த மருத்துவ ஆய்வு நிலையங்களின் தலைவர் களாகவும் பல்கலைக் கழகங்களில் சித்த மருத் துவத் துறைத் தலைவராகவும், இந்திய மருத்துவ துறையின் இணை இயக்குநராகவும் விளங்குபவர்கள் இக் கல்லூரியின் படைப்புக் களே என்ற பெருமையையும் உடையது இக் கல்லூரி அது மட்டுமல்லாமல் மத்திய ஆயுர் வேத சித்த மருத்துவ ஆய்வு கழகத்தின் கீழ் செயல்படும் சித்த மருத்துவ அறிவியல் ஆய்வுக் குழுவின் தலைவராகவும் உறுப்பினர்களாவும் இருப்பவர்களும் இந்திய முறை மருத்துவக் கல்லூரிகளின் பாடத்திட்டத்தை வகுக்கும் மற்றும் இந்திய மருத்துவப் பட்டதாரிகளின் பதிவுகளை முறைப்படுத்தும் பணிகளை செய்கின்ற இந்திய மருத்துவ மத்திய சமுகத் தின் உறுப்பினர்களில் ஒருவராகத் திகழ் பவரும் இக் கல்லூரியின் பட்டதாரிகளே ஆகும். துவக்கத்தில் 30மாணவர்கள் கொண்டு துவக்கப்பட்ட இக் கல்லூரி பின் நாற்பத்து நான்காகவும் பின் எழுபத்து ஐந்தாகவும் கூட்டப்பட்டு தற்பொழுது ஆண்டிற்கு 100 மாணவர்கள் சேர்க்கப்பட்டு கல்வி பயிலும் அளவுக்கு முன்னேற்றம் கண்டுள்ளது.

இக் கல்லூரியுடன் இணைந்த மருத் துவமனை 108 படுக்கைகளுடன் துவங்கப்பட்டு பின் 208 ஆகவும் அதன் பின் 232 ஆகவும் உயர்த்தப்பட்டு தற்பொழுது 250 படுக்கை வசதிகளுடன் செயல்பட்டு வருகிறது.

1973 ல் மத்திய அரசின் ஆதரவுடன் மருத் துவம், குணபாடம் ஆகிய இரு பிரிவுகளில் எம். டி. பட்ட மேற்படிப்பு துறை துவங் கப்பட்டது. இதற்கு பின்னர் 1987 ல் சிறப்பு மருத்துவம், குழந்தை மருத்துவம் ஆகிய இரு பிரிவுகளில் பட்ட மேற்படிப்பு துறை விரிவுபடுத்தப்பட்டது.

மத்திய இந்திய மருத்துவக் கழகத்தால் பரிந்துரைக்கப்பட்ட 12 துறைகளும் இங்கு மாநில அரசினால் ஏற்படுத்தப்பட்டு அதற்காக பேராசிரியர் முதலான ஆசிரியர் பணிகள் ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

இவை தவிர இக் கல்லூரியில் இரண் டாண்டு மருந்தாளுநர் பட்டயப் பயிற்சிஒன் றும் செயல்பட்டு வருகிறது. ஆண்டிற்கு 50 மாணவர்கள் இப்பயிற்சியில் சேர்க்கப்பட்டு வருகிறார்கள்.

மருத்துவமனையில் மருத்துவப்பாடங்கள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தனித்தனி வெளிநோயாளர் பகுதிகளும், உள் நோயாளர் பிரிவுகளும் செயல்பட்டு வருவதோடு இங்கு பணிபுரியும் மருத்துவர்களின் முயற்சி மற்றும் ஆர்வத்தின் காரணமாக ஐந்து சிறப்பு வெளிநோயாளர் பகுதிகளும் செயல்பட்டு வருகின்றன. இரத்த அழுத்த நோய், மது மேக நோய், யோகா, தொழு நோய், புற்று நோய் ஆகிய நோய் பிரி வுகளில் செயல்படும் இச்சிறப்பு வெளிநோயா ளர் பகுதிமக்களால் கவரப்பட்டுள்ளன. இச் சறப்பு வெளி நோயாளர் பிரிவுகள் மேலும் வளர்ச்சியடைந்து வசதி வாய்ப்புகள் ஏற்படும் சமயம் ஒவ்வொரு பிரிவும் ஒவ்வொரு பெரிய மருத்துவமனையுடன் கூடிய ஆய்வு நிலையமாக வளர்ச்சியடையும் காலம் வெகு தொலைவில் இல்லை என்றேகூறலாம்.

இத்துடன் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதி கப்படுத்தும் சித்த மருத்துவ உரை மாத்திரை ஒன்று தயார் செய்யப்பட்டு குழந்தைகளுக்கு வழங்கப்பட்டு வருகிறது. நோய் தடுப்பு இயக் கத்தில் சித்தமருத்துவமும் பங்கு பெற முடியும் என்பதற்கு சான்றாக விளங்குவதே இவ் வுரை மாத்திரையாகும்.

இம் மருத்துவமனையில் பயன்படுத்தப் படும் மருந்துகள் யாவும் இங்குள்ள மருந்து செய் நிலையத்திலேயே தயார் செய்யப்படு வனவாகும், மூலிகை முதல் தாது, பாடாண,

சீவ வகைகளிலான மூலப் பொருட்களைக் கொண்டும் செய்யப்படும் மருந்துகள் இம்மருத்துவமனையில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. தாது, பாடாணங்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் பற்ப செந்தூரங்கள் சித்த மருத்துவத்திற்கு பெருமைசேர்க்கும் மருந்துகளாகும். எனினும் உடலுக்கு கேடு விளைவிக்கும் மருந்துகள் இவை என்று இதன் விபரம் தெரியாத சிலரால் பரிகாசிக்கப்பட்டும் வருகிறது. தாது, பாடாணங்களை சரியான முறையில் தூய்மை செய்து உரிய தாவர சரக்குகளைக் கொண்டு அதை அரைத்து பக்குவப்படுத்தி எரித்து எடுக்கப்படும். இம் மருந்துகள் தக்க அளவில் தக்க அனுபானத்தின் நோயாளிகளுக்கும் கொடுக்கப்படும் பொழுது அது சரியான முறையில் நோயைக் குணப்படுத்துமேயல்லாமல் எந்த வித தீங்கும் எற்படுத்தாது 1964ல் இங்கு மருத்துவமனை துவங்கப்பட்ட காலம் முதல் இம் மருந்துகள் இங்கு பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. சென்னையில் உள்ள இம்ப்காப்ஸ் நிறுவனம் வருடத்திற்கு கோடிக்கணக்கான ரூபாயளவுக்கு இம் மருந்துகளை உற்பத்தி செய்து மக்களுக்கு விநியோகம் செய்து வருகிறது. தாது பாடாண மருந்துகளா? வேண்டாம். அவை பிருக்கத்திற்கு கேடு விளைவிக்கும் என்ற தவறான பிரச்சாரம் செய்து வருபவர்கள் எந்த ஆய்வினை அடிப்படையாகக் கொண்டு சொல்கிறார்கள் என்பது தெரியவில்லை. எங்கோ ஓரு சிலர் தவறான முறையில் செய்யப்பட்ட மருந்துகளினால் வேண்டுமானால் கேடுகள் ஏற்பட்டிருக்கலாம். ஆனல் முறை தவறாமல் செய்யப்பட்ட இத் தாது பாடாண மருந்துகள் தான் இன்று சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பான மருந்துகளாக கையாளப்பட்டு வருகின்றன.

இவை தவிர தற்பொழுது இம் மருந்துகளைக் கொண்டு நவீன மருத்துவ ஆய்வு நிலையங்களில் முறையான ஆய்வுகள் செய்யப்பட்டு அதன் பெருமைகள் கண்டறியப்பட்டு வருகின்றன.

சித்தர்களின் வேதியல் திறமையை பறைசாற்றுகிற இம் மருந்துகளைப் பற்றிய ஆய்வுகள் மேலும் பல நிலையங்களில் செய்யப்பட வேண்டும். இதற்கென தனியான ஆய்வு நிலையங்கள் ஏற்ப்படுத்தப்பட்டு இம் முறைகள் துவக்கம் முதல் இறுதி வரை ஒவ்வொரு படியாக ஆய்வு செய்யப்படுமானால் நவீன மருத்துவ உலகமே அதிசயிக்கத் தக்க பல உண்மைகள் வெளிப்பட வாய்ப்புண்டு.

இந்திய முறை மருத்துவம் பற்றிய கருத்தரங்குகள் எங்கு நடைபெற்றாலும் நமது மருத்துவர்கள் அங்கு ஆர்வமுடன் பங்கேற்று ஆராய்ச்சிக் கட்டுரைகளை சமர்ப்பித்து வருகிறார்கள். நமது கலலூரியிலிருந்து படைக்கப்பட்ட பல ஆய்வுக்கட்டுரைகள் அகில இந்திய அளவில் பல பரிசுகளும் பெற்றுள்ளன என்பதையும் இத்தருணத்தில் மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

நமது கல்லூரி மாணவர்கள் படிப்பில் மட்டுமல்லாமல் விளையாட்டுத் துறைகளிலும் இசை, நாடகம், நடனம்போன்ற பிரிவுகளிலும் பல்கலைக் கழக கல்லூரிகளுக்கிடையே நடைபெரும் பல போட்டிகளிலும் கலந்து கொண்டு பரிசுகள் பல பெற்றுள்ளமை பெரும் பாராட்டுதலுக்கு உரியதாகும்.

ஆசனம், பிராணாயாமம் ஆகியவை மாணவர்களுக்கு பாடத்திட்டத்தில் ஒரு பகுதியாக இருந்த போதிலும் இவற்றுள்மிகுந்த ஆர்வம் கொண்டுள்ள மாணவர்கள் பயன் பெறும் வகையில் ''பதினெண் சித்தர் யோக மன்றம்'' என்ற அமைப்பைத் துவங்கி வாரத்தில் திங்கள், புதன், வெள்ளி ஆகிய மூன்று நாட்களின் மாலையில் ஆசனங்கள் பற்றியும், பிராணாயாமம் பற்றியும் பயிற்சிகள் நடைபெற்று வருகின்றன என்பது பெருமைக்குறியதாகும்.

துவக்கத்தில் நாட்டு நலப் பணித் திட்டத்தில் ஒரு பிரிவு மட்டும் செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்த இக்கல்லூரியில் தற்பொழுது இரண்டாவது பிரிவும் சென்ற ஆண்டு முதல் செயல்பட்டு வருகிறது. ஒவ்வொரு ஆண்டும் இத்திட்டத்தின் மூலம் கிராமங்களில் சிறப்பு முகாம்கள் ஏற்பாடு செய்யப் பட்டு நடத்துவதோடு மற்றக் கல்லூரிகளில் நடத்தப்படும் முகாம்களுக்கும் கூட துணையாக மருத்துவ முகாம் அமைத்து தந்து உதவி செய்து வருகிறது.

"இளைஞர் நெஞ்சில் புதுமை ஒளி பொங்கட்டும்"

S. MARIAPPAN B.Sc.,
III B.S,M.S.

பொங்கிவரும் புதிய நதிகளாய்
எழுந்துவரும் இளந்தலை முறைகளே
இன்பங்கள் ஆயிரம் இவ்வுலகில்
அள்ளிப் பருகிடத் துடிக்கின்றன மனங்கள்
இடையிலோ துன்பங்கள் பலகோடி
அறிவீர்களா நீங்கள் ?

துன்பங்களைக் கண்டு
துவண்டு விடாதீர்கள் !
துன்பங்களையே இன்பங்களாக
மாற்றியமைப்பதுதான் வாழ்வு !
வெற்றிதான் நீங்கள் விரும்புவது
ஆயினும் , வெற்றிக்குப்
படிக்கட்டாய் வந்து விடும்
தோல்விகளைக் கண்டு , நீங்கள்
துரும்பாகி விடாதீர்கள் !
கடலிலே போய் கலந்துவிட்ட நீருக்காகக்
கங்கை கண்ணீர் விடுவதில்லை !
நிலத்தில் உதிர்ந்துவிட்ட இலைகளுக்காக
மரம் அழுவதில்லை ! — நீங்களும்
வாழ்வில் வந்துவிட்ட தோல்விகளுக்காக
முயற்ச்சிகளை முடமாக்கி விடாதீர்கள் !
கரைகளில் மோதி
உடைகின்ற அலைகளைப்போல் —
உங்கள் கவலைகளும் — ஒரு நாள்
உடைந்து போவது உறுதி !
பாம்புகளையும் பாதங்களால்
மிதித்து நசுக்குகிற பருவம்
இளமைக் காலம் !

இளங்கன்றுகள் பயமறியலாமோ ?
வெண்ணிலவைக் கார்மேகங்கள்
நயவஞ்சகமாய் மறைப்பதுண்டு
ஆனால் வெண்மதி — அந்தக்
கறுப்பு மேகங்களை விலக்கிக் கொண்டு
உலகத்திற்கு ஒளிதர —
வெளியேவரத்தான் செய்கின்றது
பகற் பொழுதில் கதிரவன்
நட்சத்திரங்களைச் சுடத்தான் செய்கிறான்
ஆனாலும் , இரவில் அவை
வானத்தில் எழுந்து வந்து
பிரகாசிக்கத் தவறுவதில்லை !
இயற்கையின் இந்த உண்மைகளை
உணராமலா இருக்கிறீர்கள் நீங்கள்?
இளையகுருதிகளே ! என்
இலட்சிய தீபங்களே !
எத்தனை இடையூறுகள் உங்கள்
பாதையில் குறுக்கிட்டாலும்
அத்தனையும் தூளாகிவிடும் — உங்களின்
அயராத பயணத்தால் !
இளைஞர்களின் இனிய காலம் இது !
எதிர்கால ஏற்றமிகு
சமுதாயம் நம் கையில் !
எதற்கும் அஞ்சாது
இளைஞர் அணி எழுந்து புறப்பட்டால்
புதிய சமுதாயம் எனும்
பூ — மலர்வது நிச்சயம் !
புதுமை ஒளி — நம்
வாழ்க்கையிலே
பொங்குவது சத்தியம் !

SIDDHA SYSTEM

Dr. V. ARUNACHALAM, M.D (s)
Lecturer,

INTRODUCTION :-

The siddha system of Medicine is a unique science and it cannot be compared with any other systems of Medicine. This system is invented by the spritual scientists of Tamil Land. This system is embodied and wrapped by its own Anatomy, physiology, pathalogy and treatment. The aim of this system is to attain an "eternal bliss".

SIDDHARS :-

The Siddhars were a class of popular writers in Tamil in all its branches of knowledge; and many of their works were written in elegant poetic style. The siddhars were the men of highly cultured intellectuals and spiritual faculties combxined with supernatural powers. They have travelled on the scientific tracts and attained supernatural powers.

ORIGIN :-

With the help of the archeological studies of the Indus valley civilization and the excavations of Harappa and Mohenjodara frames a background to this system. The siddha science could possibly have been born in the Lemurian continent.

AGE :-

Siddhars period was one of the intense intellectual activity period in all arts and sciences. It is believed that the period of siddhars was between 10,000 – 4400 Bc. ie – prevedic period. So, this system is called "Dravidian system of Medicine".

INFLUENCE

There is reason to believe that during the commercial collaberation for a considerable time with Tamils in south India, the civilized nations might have also obtained information with regard to the healing art and that the influence of siddha Medicine premeated far and wide into China, Arabia, Egypt, Greece and Rome. Our ancient Materia medica works also to prove that Bogar and other siddhars acutally visited China, Arabia, Persia, Turkey and other places.

LITERATURE :-

Siddha Literatures consists of Evoluationary theory, Fundamental Principles, and Philosophy etc. Especially Kayakalpa method, yoga practice, Alchemy, Astrology, varmam and hygeinic Principles are mentioned in elabrate manner.

PRICIPLES

According to this Medical Science, the universe originally consisted of Atoms which contributed to the five basic elements viz: Earth, Water, Fire, Air and Ether. These Five elements are called in Tamil "ஐம்பூதம்" A single element cannot be taken into account detached from the other elements. Where there is one element, the other four elements are present in every Atom. Every element will be found in combination with other elements. These five elements are said to exist in two states, namely physical and subtle. All substance in the existing universe should possess littent kinds of characters

according to the combinations of these five elements.

According to this system the three humours namely வளி, அழல், ஐயம் are the essential factors of the human body. The increase or the decrease of these three humours or the imbalance causes diseases.

The drug has to be chosed for the treatment according to its taste (சுவை), potence, (வீரியம்) therapeutic classification (பிரிவு) and property (பண்பு). The physician should also count the environmental nature of the living land of the patient. The prognostic value of the patient also to be taken into consideration before a proper line of treatment is decided upon.

'Food is a medicine; Medicine is a food' As per this siddhar's theory, diet plays an important role in siddha treatment. Proper diet brings about the balance of humours and helps in healing process.

DRUGS :-

All drugs must be purified before using them for medicine.

COMPATIBLE DRUGS (நட்புச் சரக்கு) :

Drugs that are compatible with each other when they are combined with two or more drugs produce an additive pharmacological action equivalent to the summation of their individual pharmacological action.

Likewise when two or more drugs are tcombines they result is synergistic action causing potentiation or prolongation of the action of one drug by another.

INCOMPATIBLE DRUGS :

The incompatible drugs when combined ogether antogonise or oppose each other and reduce the therapeutic action of the drug. These are called antagonist drugs.

PREPARATIONS :

Siddhars have classified the medicines into two broad classification on the basis of the methods of preperation and treatment aspect. They are :-

1 Internal Medicines (அகமருந்துகள்)

2 External Medicines (புறமருந்துகள்)

Each of these two consists of 32 methods.

EVOLUTIONARY THEORY

This is a unique theory invented by the ancient siddhars. As per siddha science, the evolution starts with the State of emptiness or Vaccum (வெறுமை) and ends with the State of existance of human beings. The stages are as follows

State of Emptiness (வெறுமை)
↓
Creative power (பரப்பிரம்மம்)
↓
Subtle Five Elements (ஐந்து நுண் பூதங்கள்)
↓
Ether (விண்)
↓
Air (வளி)
↓
Fire (தீ)
↓
Water (நீர்)
↓
Earth (மண்)
↓
Mineral and Metals (கனிமம் மற்றும் தாதுப் பொருள்கள்)
↓
Plants (தாவரங்கள்)
↓
Animals (விலங்குகள்)
↓
Human beings (மனிதர்கள்)

KAYAKALPAM :

This is a method derived by siddhars with the aid of practice, medicine and chemical processess for retaining the body for a long period, rejuvenation and thus promoting longevity.

YOGA :-

Yoga is a kind of practice which is included in the siddha systems of medicine for the perfection of life. The purpose of Yoga is to prolong the life through the promotion of the health of the individual to reach the final goal. Through constant practices of Yoga, one can overcome all difficulties and eradicate all weaknessess. Yoga is the gift of the ancient siddhars and its value is unique.

VARMAM :

Varmam is a science which deals with the nature and the disturbances of vital points which dwell in secret places of our physique. Any one wants to know that the furthur details of varmam can be had from the following manuscripts

1. வர்ம புலிப்பானி 2. வர்ம ஆணி நூல் 3 வர்ம கண்ணாடி 4 வர்ம கண்ணாடி வாதக் கண்வலி 5 வர்மத்திறவுகோல் 6 வர்ம நல்லுரை மாத்திரை 7 வர்ம சரநூல் 8 வர்ம பஞ்ச விதபதிவடங்கல் 9 வர்ம குடோரி நூல் 10 பஞ்ச சூத்திரம் 11 வர்ம பீரங்கி 12 வர்ம குருநாடி 13 வர்ம பொன்னூசித்திறவுகோல் 14 வர்ம குண்டூசித் திறவுகோல் 15 ஒடிவு முறிவு சாரி நீண்டகராதி 16 வர்ம வில்லும் விசையும் 17 வர்ம லாட சூத்திரம் 18 வர்ம சாரசூத்திரம் 19 வர்ம சாரி 20 வர்ம சீவஉற்பத்திக்காண்டம் 21 வர்ம ஊசிமுகம் — 1800.

CONCLUSION :

The principles of Siddha System have survived for the past many centuries, it cannot be rejected unlike the theories of of some other systems.

This system is based on spiritualism and it is not possible to bringout into closer contact with moden methods.

The scientific knowledge of siddhars is marvellous and their predictions are objects of great admiration at present.

யதார்த்தம்

நான்
நானாக
நாணப்படுகிறேன்
ஊர்
ஊராக
உணரப்படுகிறேன்
சொல்
சொல்லாக
கொல்லப்படுகிறேன்
இரவு
இரவாக
இரக்கப்படுகிறேன்
கனவு
கனவாக
கலைக்கப்படுகிறேன்
நிஜம்
நிஜமாக
நினைக்கப்படுகிறேன்
ஏன்
'ஏனா'க
ஏங்கப்படுகிறேன்
மலர்
மலராக
மயக்கப்படுகிறேன்

— சுபா
மருந்தாளுனர் இறுதியாண்டு

பட்டினியும், பத்தியமும்

Dr. கந்த பலவேசம் M.D., *(துணை முதல்வர்)*
Dr G. தியாகராஜன் M.D. III Year,

"உழைப்பதெல்லாம் உண்பதற்கே" என்று சில உணவு விடுதிகளில் எழுதியிருப்பதை நாம் கண்டிருக்கின்றோம். அப்படி நாம் உழைத்து சம்பாதிக்கும் பொருள் எல்லாம் உண்பதற்கு மட்டுமே என்றால் இந்த உடல் என்னவாகும் இப்படியே நாம் ஒரு நளைக்கு மூன்று வேளைக்குப் பதில் ஆறுவேளையாக உண்டு வந்தால் நம் உடம்பு கேடுஅடையாதா? இது பற்றி நவீன காலத்து மக்களாகிய நாம் மட்டும் அல்ல நமது பழம் பெரும் சித்தர்களும், மக்களும் உணர்ந்து அவர்களுடைய அரும் பெரும் படைப்புகள் வாயிலாக நமக்கு உணர்த்தி இருக்கின்றார்கள்.

நமதுஉடலின்சீரணஉறுப்புகள் எப்பொழுதும்வேலை செய்து கொண்டு இருந்தால் அவைகள் விரைவில் கேடு அடைந்து விடுகின்றன. நாம் இக்காலத்தில் சாதாரணமாக காலையில் சிற்றுண்டியும், நண்பகலில் பேருணவும், மாலையில் சிற்றுண்டியும், இரவில் உணவோ சிற்றுண்டியோ உட்கொள்கிறோம். இதனாலேயே நமதுசீரண உறுப்புகளுக்கு போதுமான ஓய்வை அளிப்பதில்லை என்று நம் முன்னோர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள்.

"ஒன்றோர் போதின் லுண்டவன்
யோகியாம்,
நன்ற தாயிரண்டுண்டவன் போகியாம்,
துன்று மூன்று பொழுதுண்டான்
ரோகியாம்,
அன்றி மேலுண்டோனாம் பல ரோகியே"
என்று கூறியுள்ளனர்

"உண்பதிரு பொழுதொழிய மூன்று பொழுதுண்ணோம்" என்றும், ஒரு பொழுது உண்பான் 'யோகி' என்றும், இரு பொழுது உண்பான் "போகி" என்றும் மூன்றாம் பொழுது உண்பான் "ரோகி" என்றும் அதற்கு மேலும் உண்பான் "பலரோகி" என்றும் நமது சித்தர்கள் தெற்றென தெளிவுபடுத்தியிருக்கிறார்கள்.

நாம் உண்ட உணவு சீரணமாக சுமார் ஐந்து மணி நேரம் ஆகிறது. இதற்கிடையில் ஏதாவது உண்டால் ஒரு வேலை முடியும் முன் மற்றொரு வேலையைத் திணிப்பது போலாம். எனவே அசீரணம் உண்டாகும். மேலும் சீரண உறுப்புகள் கெட்டுவிடுகின்றன. எனவேதான் ஒரு நாளைக்கு மூன்று வேளை உண்பதே சரி என்பது தெளிவாகின்றது.

சரி, இப்படி மூன்று வேளை மட்டும் உண்பதினால் நம் உடம்பின் சீரண உறுப்புகளுக்கு ஓய்வு கிடைக்கின்றதா என்ன? உண்ட உணவின் சாரத்தை பிரித்து ஏழுஉடற்கட்டுகளிலும் சேர்க்கப்படுகின்றன. இது முறையாக நடந்து கொண்டே இருக்கின்றது. இத்தொழிலுக்குச் சற்று ஓய்வு கொடுப்பதுதான் பட்டினி. பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒரு முறையோ அல்லது ஒரு திங்களுக்கு ஒரு முறையோ ஒரு நாள் முழுமையும் பட்டினி இருக்க வேண்டும். பட்டினி இருக்கும் அன்று நீரைத் தவிர வேறு எதையும் அருந்தக்கூடாது. இதனால் உடம்பின் பித்தம் அதிகரிக்கும். மறுநாள் பித்தத்தை சமனப்படுத்தும் பொருட்களை உணவோடு சேர்த்து உண்டால் பித்தம் தணிந்து தன்னிலை அடையும். அகத்தியிலை, நெல்லிக்கனி, பூசனிக்காய், போன்றவைகளைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம், இதனால் உடம்பு கெடுவதில்லை, சீரண உறுப்புகளுக்கும் ஓரளவு ஓய்வுகிடைக்கும். இதனைக் கருதித்தானோ என்னவோ, நம் முன்னோர்கள் பல வித விரதங்களைக் கடைப்பிடித்து வந்துள்ளார்கள்.

இந்துக்கள் வரலட்சுமி விரதம், ஏகாதசி விரதம், கார்த்திகை விரதம், மாதக்கடைசி வெள்ளிக்கிழமை, சஷ்டி விரதம், அமாவாசை, பௌர்ணமி விரதங்கள் போன்ற நோன்புகளைக் கடைபிடித்து வருகிறார்கள். இவ்வித விரதங்களால் சீரண உறுப்புகளின் பணிகளை ஒழுங்கு படுத்தி இருக்கின்றனர். விரதம் என்பது வெறும் சம்பிரதாயமாக அமையாமல் நமது பண்பாட்டின ஒரு அம்சமாகவே திகழ்கின்றது. மனதை பண்படுத்துகின்ற ஒரு ஆன்மீகப் பயிற்சியுமாகவும் அமைந்திருக்கிறது.

இந்துக்கள்மட்டுமல்ல மனத்தூய்மைக்காக முகமதியர்களும், கிருத்துவர்களும் கூட இத்தகைய நோன்பு அல்லது விரதத்தை மேற்கொள்கின்றனர். இரம்ஸான் மாதத்தில் முகமதிய பெருமக்கள் காலை $4\frac{1}{2}$ மணியிலிருந்து மாலை 6 மணிவரை உணவோ, நீர் பொருட்களோ உண்ணாது இருந்து இரவில் உணவு அருந்துகின்றார்கள். இரவில் எவ்வளவுதான் உணவு உண்டுவிட முடியும் ? எனவே விரதம் உடற்பயிற்சியாகவும், மனப் பயிற்சியாகவும் அமைந்து விடுகிறது. கிருத்துவ பெருமக்கள் ஏசுபிரான் சிலுவையில் அறையப்பட்ட நாளில் இருந்து நோன்பு மேற்கொள்கின்றனர். ஆகவே வள்ளுவர் சொல்லுகின்ற படி

''ஆற்றலார் ஆற்றல் பசி ஆற்றல்''

என்கின்ற பேராற்றலின் மூலமாக உடலாற்றல், மனஆற்றல், ஆன்மீக ஆற்றலையும் அதிக படுத்த முடியும்.

ஒருபொழுது இருத்தல் :-

''ஒரு பொழுதிருத்தல்'' என்ற பழக்கம் இன்றும் நம்மிடையே வழக்கத்தில் இருந்து வருகின்றது. வாரத்தில் ஒருநாள் ஒருபொழுது (நண்பகல்) மட்டும் உணவு உண்பது இதனால் மந்தம் நீங்கி உடலிற்குப் புத்துணர்வும், தெம்பும் ஏற்படுகிறது.

உடல் நன்நிலையிலிருக்கும் பொழுது இத்தகைய நன்மைகளை மேற் கொள்ளாது நோய் வாய்பட்டபின் கட்டாயமாகப் பட்டினி கிடக்கவேண்டிய சூழ்நிலை வருகிறது. உடல் நலம் குன்றிய பின்னர் மருத்துவர் நோய் தீரும் வரை பேருணவு உண்ணக் கூடாது என்று கூறுகின்றனர். வாத சுரம் வந்த நோயினனுக்கு பேருணவு கொடாது, சிற்றுணவு கொடுக்க வேண்டும் என்றும், ஏழு நாட்கள் சென்ற பின் தான் பொருந்துகின்ற உணவுகளைக் கொடுக்க வேண்டும் என்று திருமூலர் கூறுகின்றார்

''உற்ற சுரத்திற்கும் உறுதியாம்
வாயுவுக்கும்
அற்றே வரும் மட்டும் அன்னத்தைக்
காட்டாதே''

என்பதினால் சுரம் நீங்குமட்டும் பேருணவு கொடாது, கஞ்சி போன்ற சிற்றுணவு கொடுக்கவேண்டும் என்பது புலனாகிறது அதனை ''சிறு உணவு பெரு மருந்து'' என்ற பழமொழி உறுதிப் படுத்துகிறது.

பட்டினி இருந்தால் அனைவருக்கும் பொருந்தி வருவதில்லை. சிலருக்கு விதிவிலக்குமுண்டு என்பதையும் உணர வேண்டும். பெருங்கழிச்சல் உடையோர்.கர்ப்ப முற்றிருக்கும் பெண்டிர், குழந்தைகள், உடல் இளைத்தவர்கள், ரத்தசோகையுடையோர் ஆகியோர் பட்டினியை மேற்க் கொள்ளக் கூடாது.

பத்தியம் :-

பட்டினிக்கும், பத்தியத்திற்கும் சிறிது வேறுபாடு உண்டு. பட்டினி என்றால் முற்றிலும் பேருணவை நிறுத்தி சிற்றுண்டிகளையும், நீர்த்துவ உணவுகளையும் மேற்கொள்வது என்பதாகும். ஆனால் பத்தியத்தில் நோயினன் அருந்திவரும் மருந்தின் குணங்களையும், செயல்களையும் பொருத்து குறிப்பிட்ட சில வகை உணவுகளை நிறுத்திக் கொள்வது, சிலவகை ருசியுடைய காய், கறிகளை உண்ணாதிருத்தல், சில பழக்க வழக்கங்களை மாற்றிக் கொள்வது என்பதாம்.

நாம் மருந்துண்ணும் காலத்தில் மருத்துவர் கூறும் அறிவுரையின்படியும் கண்டிப்பின் படியும் பத்தியத்தை மேற்கொள்ளா விட்டால் மருந்தின் செயல்பாடு தன்மை கெட்டு விடுவதோடல்லாமல் உடல் வன்மையையும் கெடுத்து விடவும் கூடும். எனவே எந்த அளவுக்கு பத்தியத்தை மேற் கொண்டு மருந்தை பயன் படுத்துகிறோமோ அந்த அளவுக்கு அம் மருந்தின் பலனை நாம் அடையலாம்.

மதுமேக நோயில் இனிப்பு ருசியுடைய பொருட்கள் மற்றும் மாவுப் பொருட்களை நீக்க வேண்டும், ரத்தசோகை, மஞ்சட் காமாலை நோயுடையோர் உப்பையும், புளியையும் நீக்குவது நலம், வாத நோயால் வருந்தும் நோயினர் கிழங்கு வகைகள், எண்ணெய் உணவுகள், பருப்பு வகைகள் ஆகியனவற்றை உணவில் சேர்க்கக் கூடாது. தோல் வியாதியினர் கத்தரிக்காய், மொச்சை,

தக்காளி, மீன், கருவாடு போன்ற உணவுப் பொருட்களை அறவே நீக்க வேண்டும்.

பொதுவாக மருந்துண்ணும் காலத்தே அகத்திக்கீரையை உணவோடு சேர்த்துக் கொண்டால் அம் மருந்தின் செய்கையை முறித்து விடும். கழிச்சல் நோயால் வருந்து பவர்கள் காரமான உணவினை நீக்கி மலக் கட்டினை உண்டுப்பண்ணக் கூடிய உணவுப் பொருட்களை உண்ணுதல் நலம், உணவோடு தயிர், துவர்ப்பு செய்கையுடைய உணவுப் பொருட்களை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பத்திய வகையில் இச்சாப் பத்தியம் என்பதும் ஒன்றாகும். குறிப்பிட்ட சிலநோய் களுக்கு இச்சாப்பத்தியத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும் இதனைசிற்றின்ப நுகர்ச்சியில் இச்சையை செலுத்தக் கூடாது என்பார்கள். ஆசையைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டிய ஒழுக்க நெறிக்கு இச்சாபத்தியம் என்றனர் மேலும் கடுகு, நல்லெண்ணெய், கடலை, புளி, மாங் காய், பலா, கள், சாராயம், புகையிலை, வெள்ளுள்ளி, அகத்தி, கொள்ளு, போன்றவை களை உபயோகத்தில் இருந்து நீக்குவதையும் இச்சாபத்தியம் என்பர்.

எனவே பத்தியம் என்பது பயப்படக் கூடியதோ கடுமையான உணவு கட்டுப் பாடு விதி முறைகளோ அல்ல என்பது புலனா கின்றது.

உணவு உண்ணும் விதிமுறைகளைக் கூறும் இடத்து முதலில் கொஞ்சம் நீர் அருந்தி இரைப்பையை நனைத்தபிறகு சிறிது இனிப்புப் பொருட்களையும், மத்தியில் புளிப்பு, உப்பு, கார பண்டங்களையும் பின் இலைக்கறிகளை யும், முடிவில் தயிர், துவர்ப்பு சம்மந்தமான புளிப்பு, ஊறுகாய் முதலியவைகளையும் உண்ணவேண்டும் என்று சித்தர்கள் அறுசுவை உண்டி விதிகளை மிகவும் அருமையாக கூறி இருக்கின்றார்கள்.

கடினமான தொழில், குளித்தல், விளை யாடல், நீந்துதல், அதிகமாக பேசுதல் ஆகிய காரியங்களை உணவு உண்ட ஒருமணி நேரத் திற்குள் செய்யலாகாது. ஆனால் இரவு உணவுக்குப் பிறகு சிறிது தூரம் நடப்பது நன்று.

உணவின் அளவும் கால மாறுபாடும்:-

இது குறை உணவு, மிகு உணவு, அகால உணவு என மூவகைப்படும்.

குறையுணவு:-

"இழிவறிந்துண்பான் கண் இன்பம்
போல் நிற்கும்
கழி பேரிறையான் கண் நோய்"

என்ற வள்ளுவன் வாக்கின் படி உணவை குறைந்த அளவில் உபயோகிப்பது உடற்கு நன்மை பயக்கும் எனினும் அதிக குறைவாக கொள்ளின் வன்மை உண்டாவதற்கும், உடல் செழிப்பதற்கும் அது போதுமானதாய் இல்லா மையால் தேகம் குன்றும்.

மிகு உணவு :-

"மீதூண் விரும் பேல்"
"அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிழ்தும்
நஞ்சாம்"

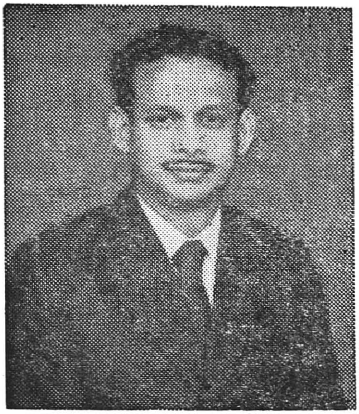
என்பதற்கு இணங்க அதிக அளவாக உண்ணும் உணவால், மந்தம் ஏற்பட்டு அசீரணம் உண்டாகும் இதனைத் தான் வள்ளுவர்

"தீயளவின்றித் தெரியான் பெரிதுண்ணின்
நோயளவின்றிப் படும்"
என்றார்

அகால உணவு:-

காலம் தவறி பசி இல்லாத பொழுது உண்பதால் பல கெடுதல்கள் உண்டாகும்.

எனவே "நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" என்பதற்கு இணங்க நம் சித்தர்கள் வழிகாட்டிய இக் கொள்கைகளை கடை பிடித்து முறைப்படி, பட்டினியையும், பத்தியத் தையும் மேற்கொண்டால் நோயின்றி வாழலாம். இல்லையேல் கட்டாயமாக நோய் வந்துற்ற காலத்து பட்டினி கிடக்க நேரும் நோய் வந்தபின்னர் முறைப்படி பத்தியத்தை மேற்கொண்டோமானால் நோயின் தீவிரத் தில் இருந்து தப்பிக் கொள்ளலாம். பல்லாண்டு காலம் சித்த மருத்துவம் போல் சீர் மிகு வாழ் வை அடையலாம்.



சிசு ரோகமும் சித்தாமிர்தமும்

Dr. N. Chidambaranathan. M. D., (Siddha)
Reader - Maruthuvam - Dept

பிறந்த குழந்தையை சிசு என்பர். சிசுக்களுக்கு ஏற்படும் உபாதைகளை அவர்களால் சொல்ல முடியாத நிலையிலிருப்பதால் அவர்களின் உபாதை குறிகோணங்களைக் கொண்டும் பெற்றோர்களின் கூற்றினைக் கொண்டும். மருத்துவர் அறிவுத் திறனால் வியாதியை நிர்ணயிக்கும் நிலை தான் குழந்தை வைத்தியத்திற்குரிய சிறப்பு.

"வழிசிசு நோய் மருந்து வகைவகை உரைப்போ மென்றே" — என தன்வந்திரி 'குழந்தை வாகடம்' கூறுவதைக் கொண்டு சித்த மருத்துவத்தில் குழந்தை மருத்துவத்தின் பழமையையும், பெருமையையும் உணரலாம்.

பிறந்ததிலிருந்து 12 வயது வரையிலான காலத்தை குழந்தைப் பருவமென பாவித்து குழந்தை மருத்துவம் சித்த மருத்துவத்தில் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. ஆங்கிலத்தில் Age limit classified Disease — என்று கூறுவதை, நமது முன்னோர்கள் பருவங்களாகப் பிரித்து, ஒவ்வொரு பருவத்திற்கும் மாத, வருட, காலங்களை நிர்ணயித்துள்ளனர். இப்பருவத்தில் ஏற்படக்கூடிய பல நோய்களுக்கு சிறப்பான முறையிலே சித்த மருத்துவம் செய்யப்படுகிறது. மருத்துவ மனையில் மட்டுமில்லாது வீட்டிலேயே தாய்மார்கள், மருந்து சரக்குகளை, அடிக்கடி குழந்தைகளுக்கு ஏற்படக் கூடிய நோய்களைக் சூணப்படுத்துவதற்காக சேர்த்து வந்திருக்கிறார்கள்.

இம் மருந்துகள், நோயின் துன்பங்களை நீக்குவதோடு நோய் வராமல் தடுக்கவும் பயன் படுகின்றன. இவ்வகையில் குழந்தை பருவத்தில் குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி பொதுவாக ஏற்படக் கூடிய முக்கிய நோய்களையும் அவற்றிற்கான சித்த முறைகளைப் பற்றியும் காண்போம்.

குழந்தை பிறந்த மூன்று மாதங்களுக்குள் ஏற்படக் கூடிய சிலவகை நோய்கள் குழந்தைகளின் பெற்றோர்களின் உடல்நிலை காரணமாகவும், உடலின் உள்ளே தோன்றக் கூடிய மாறுபாடுகளாலும், உடலுக்கு வெளியே வாழக் கூடிய இடத்தில் தோன்றும் தட்ப, வெப்ப மாறுபாடுகளினாலும், ஏற்படுகின்றன.

"உரைபெறத் தந்தை தாயின் ஊழ்வினை
தொடர்ந்த கூறும்
மறப்பற தாயின் ரோகம் மைந்தனைச்
சார்ந்த கூறும்
கறைபொத்தித் தீனியாலும் மகள்
தந்தோர்க் கருமத்தாலும்
பரம் பெறும் தோஷத்தாலும் பட்சியும்
கிரகக் கூறே"
— தன்வந்திரி வாகடம்.

குழந்தை பிறந்ததிலிருந்து 3 மாதங்கள் வரை ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாள் 'உரை மாத்திரை' என்ற மருந்தை கொடுத்து வந்தால், பல வகை நோய்கள் ஏற்படாதவாறு தடுக்கின்றது. இம் மருந்தில் பெருங்காயம், மாசிக்காய், வசம்பு, சுக்கு பூண்டு, அதிமதுரம், அக்ரகாரம், ஜாதிக்காய், முதலியவைகள் சேர்கின்றன.

குழந்தை பிறந்த உடன் சீறிச் சீறி அழுதால் இதற்கு சிறுதேக்கு, சிறுதிப்பிலி இவ்விரண்டையும் சரிஎடை எடுத்து, வெயிலின் உலர்த்தி இடித்து, பொடித்து அதை துணியில் வடிகட்டி, அப்பொடியை பசுநெய் கூட்டி, தாயின் மார்பில் தடவி, குழந்தையைப்

பாலுண்ணும் படி செய்தால் சீறி அழுகையும், விக்கலும் வயிறு பொருமலும் தீரும்.

பிள்ளைக்கு வயிறு வீங்கினால், அதிமதுரப் பொடியை புளித்த தயிரில் அரைத்து வயிற்றில் பூச வேண்டும். பால் எதிரெடுத்தாலோ அல்லது அதிக கொட்டாவி விட்டாலோ, தோல் நீக்கிய 5 பூண்டுத் திரியை, சட்டியிலிட்டு இளவறுப்பாக வறுத்து அதனுடன் சிறிது ஓமத்தைச் சட்டியிலிட்டு அது வெடிக்கும் போது 80 மிலி தண்ணீர் விட்டு பாதியாக காய்ச்சி ஓர் தேக்கரண்டி கொடுக்கவும். பால் உண்ணாவிடில் அதிமதுரப் பொடியை பால் விட்டரைத்து, தாயின் மார்பில் பூசி குழந்தையை பால் குடிக்கச் செய்ய வேண்டும். மலக் கட்டுக்கு, அதி மதுரம், வேப்பந்துளிர், நாட்டுச் சர்க்கரை சம அளவு எடுத்து நெய் விட்டு அரைத்து 100 மிலி கிராம் கொடுக்க தீரும். சிறு நீர் செல்லாது கட்டி விட்டால், எலிப் புழுக்கையையும், வெள்ளரிப் பழவிதையையும் சம அளவு எடுத்துத் தண்ணீர் விட்டு அரைத்து குழந்தையின் அடிவயிற்றில் பற்றிட்டால், சிறு நீர் நன்றாக இறங்குவதோடு பாலையும் நன்றாக குடிக்கும்.

குழந்தைகளுக்கு 3 மாதம் முதவ் 1 வருடம் வரை தோடம் என்ற நோய் ஏற்படுகிறது. தோடம் என்றால் தொடுதல் என்பது பொருள் இது கையால் தொடுதல், கண்ணால் தொடுதல், உடலால் தொடுதல் என 3 வகைப்படும்.

நவீன மருத்துவத்தில் கூட தொட்டால் தோடம், அல்லது நோய் ஏற்படுகின்றது என்ற கருத்தை ஒப்புக் கொள்வர். ஆனால், சித்த மருத்துவத்திலோ, அகமும், புறமும் தூய்மை யற்றவர்கள்பார்த்தாலே தோடம் உண்டாகும் எனசொல்லப் படுகிறது. எனவே தான்,

"கல்லடி பட்டாலும் படலாம்;
கண்ணடி படக் கூடாது" என்ற பழமொழி கூறப்பட்டுள்ளது.

இதை போலவே, நோய் கொண்ட பறவைகளின் காற்று குழந்தைகளின் மேல் அதிகாலையிலோ, முன் மாலையிலோ படுமேயானால் அதுவும் தோடம் செய்யும் எனக் கூறப்படுகிறது. இதற்கு மெய் ஞானம் என்பது விஞ்ஞானத்திற்கு அப்பாற் பட்டது என்பதே விளக்கமாக அமையும். தோடமானது பறவைகளாலும், எச்சிலாலும், பெண்ணாலும், ஆணாலும் தேரை முதலியவற்றாலும் ஏற்படுகிறது. தோடத்தில் பொதுவாக உடல் வலி, செரியா வாந்தி, அடிக்கடி பதறி திடுக்கிடல், வயிறு கடுப்பு, பேதி ஏற்படல், சுரம், சீறிச் சீறி அழல் ஆகிய குறிகுணங்கள் காணப்படும். குழந்தைக்கு முத்தம் கொடுப்பதனால், முத்தம் கொடுப்பவர்க்கு ஏதேனும் நோயிருப்பின் அந் நோயானது எச்சில் மூலமாகவும், சுவாசம் மூலமாகவும் பரவுகிறது. பெண்கள் மாத விடாய் கண்டபோதும், கருச்சிதைவு ஏற்பட்ட போதும், மணமான ஆண், பெண் காலையில் எழுந்த உடன் தூய்மையில்லாத நிலையிலும், குழந்தைகளைத் தொடுவதால் தோடம் ஏற்படுகிறது.

எல்லா வித தோடத்திற்கும் சித்த மருத்துவத்தில் உள்ளுக்கு மருந்து கொடுத்தும், வெளியே வேர் கட்டியும் பரிகாரம் செய்யப் படுகிறது. உள்ளுக்கு "அதிமதுர மாத்திரை" கொடுக்கலாம். இதில் வசம்பு, அதிவிடயம் கோரைக் கிழங்கு, தேவதாரம், கடுக்காய் தோல், அதிமதுரம், மரமஞ்சள் சேர்கின்றன. கீழா நெல்லி வேரை விதிமுறைப்படி குளிசம் செய்து குழந்தைக்கும், தாய்க்கும் கட்டினால் எல்லாவித தோடங்களும் நீங்கும்.

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படக் கூடிய நோய்களில் மாந்தமும் ஒன்று. இது உடலில் மட்டுமன்றி, உள்ளத்தாலும் ஏற்படக் கூடிய மந்த நிலையினைக் குறிக்கின்றது குழந்தை உண்ணும் தாய்ப்பால் தாய் உண்ணும் உணவுப் பொருள்களைப் பொறுத்து அதன் இயல்பு அமையும். எனவே, தாயும் மந்தம் உண்டு பண்ணும் உணவுப் பொருட்களை நீக்க வேண்டும்.

குழந்தைப் பருவத்தில் உண்டாகக் கூடிய பொதுவான தோல் நோய் கரப்பபான் ஆகும். இது ஓர் Seasonal disease – ஆகும். உடலில் திமிர், தினவு, சொரி, புண். தடிப்பு, வெடிப்பு, நீர் கசிதல். சீழ் கோர்த்தல் ஆகிய குறிகுணங்களை உண்டாக்கி தோலின் இயற்கை நிறத்தை வேறுபடுத்தும். இந்நோய் 18 வகைப் படும். இது உராய்வதாலும், சோளம், கம்பு, கேழ் வரகு, வாழைக்காய், பாகற்காய், கத்தரிக்காய்,

மீன் முதலிய கரப்பான் பொருட்களை தாயோ அல்லது குழந்தைகளோ உண்பதாலும் ஏற்படும்.

இந்நோய்க்கு, மேலுக்கு திரிபலைக் குடிநீரால் சுழுவி, பின் கரப்பான் தைலம் பூச வேண்டும். பரங்கிக் பட்டை சூரணம் உள்ளுக்கு கொடுக்கலாம்.

அக்கரம் (அல்லது) அச்சரம் என்ற நோயானது உணவின் மாறுபாட்டால் குழந்தையின் வயிற்றில் சூடு ஏற்பட்டு, அச் சூடானது நாவிற்குப்பரவி, வாயில் மாவைப் போல் நீரு பூத்து குழந்தைகளுக்கு பல துன்பங்களை உண்டாக்கி பாலை உண்ண முடியாத படி துன்பங்களை விளைவிக்கும் இந்நோயில் நாவேக்காடு, சொள்ளு நீர் வடிதல், நாவெளுத்துக் காணல், தலைவலி, வாயில் காரம்பட முடியாமை ஆகிய குறிகுணங்களை உண்டாக்கும். அதிமதுரம், மணிபுங்கம்பழம், தாய்ப் ப்பால், பசு நெய் இவை சேர்ந்த அதிமதுர நெய்யினை உள்ளுக்கு வழங்கலாம். திரிபலைக் குடிநீரைக் கொண்டு வாய் கொப்பளிக்கவும், வெங்கார மதுவை நாவில் தடவவும் செய்யலாம்.

தேங்காய் துருவல் பூவை, வாயில் மென்று அப் பாலினை சிறிது நேரம் வாயிலடக்கி பின் துப்பிவிட வேணடும்.

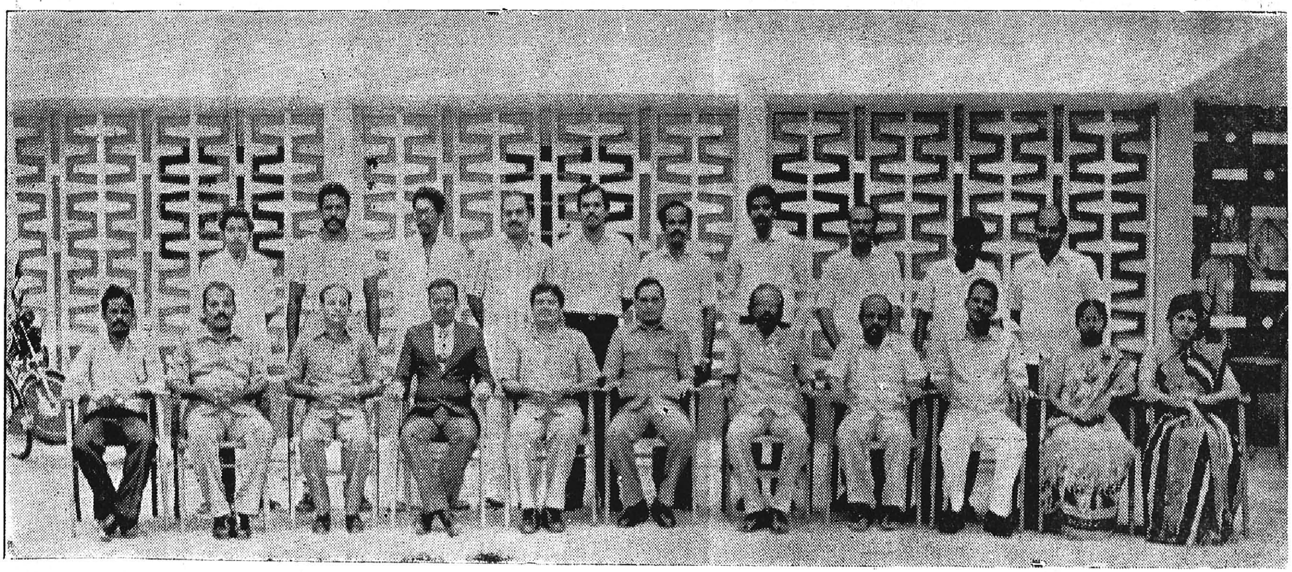
குழந்தைக்கு சுரம் ஏற்பட்டால், அதன் மூலகாரணத்தை அறிந்து மருத்துவம் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு வலிப்பு நோயானது. மாந்தம், கணம், சுரம் ஆகிய வற்றைத் தொடர்ந்து ஏற்படலாம். இதற்கு ஓணான் சுடர் தைலம் அல்லது வேப்பெண்ணையை உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

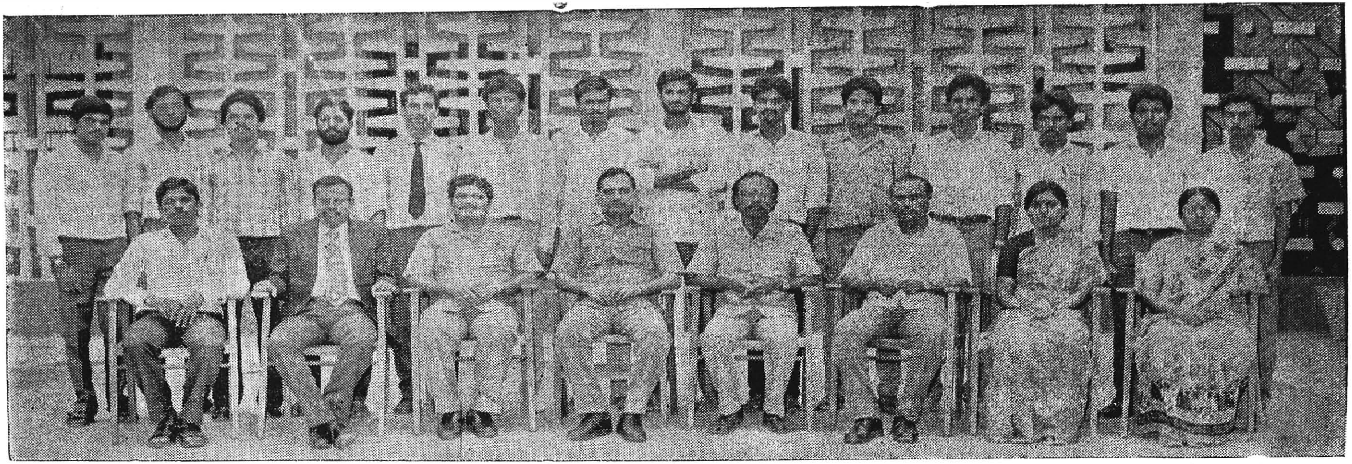
குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி ஏற்படும் நோய் கழிச்சல் (பேதி) ஆகும். இது செரியாமையாலும், நோய் கிருமிகளாலும், ஒவ்வா உணவுப் பொருட்களாலும் சாதாரணமாக ஏற்படுகிறது. இதற்கு தயிர்ச்சுண்டி சூரணம், ஆமை ஓடு பற்பம், ஓமத்தீநீர் ஆகியவை கொடுக்கலாம் குழந்தைகள் மண், சாம்பல் முதலிய அசுத்தப் பொருட்களைச் சாப்பிடுவதாலும், கிருமிகளாலும், ரத்தக் குறைவு ஏற்பட்டு சோபை, காமாலை முதலிய நோய்கள் ஏற்படலாம். இதற்கு ரத்த விருத்திச் செய்யக் கூடிய இரும்புச் சத்துள்ள மருந்துகள் கொடுக்க வேண்டும்.

தொற்று நோயான "கக்குவான்" நோயானது குழந்தைகளுக்கு சாதாரணமாக ஏற்படுகிறது. மூச்சுவிட முடியாத அளவு இருமல் இருக்கும்; கோழை வெளிப்படும். இதற்கு கக்குவான் மருந்து (ஊமத்தை + உப்பு) கொடுக்கலாம். நோய் வராமல் தடுக்கும் மருந்துகளை, குழந்தைகளுக்கு சரியாகக் கொடுக்காததால், கக்குவான் (Whooping Cough), தொண்டை அடைப்பான் (Diptheria), வில்வாத ஜன்னி (Tetanus), இளம்பிள்ளை வாதம் என்ற பாலவாதம் முதவியன ஏற்படுகின்றன. இளம்பிள்ளை வாதத்திற்கு சித்த மருத்துவத்தில் பல வகையான சிறப்பு மருத்துவ முறைகள் உள்ளன.

தாயைப் போல பிள்ளை, நூலைப் போல சேலை என்பதற்கிணங்க தாயின் வளர்ப்பு முறைக்குத் தக்க குழந்தையின் நலமும், குணமும் அமைகின்றது.



STAFF MEMBERS

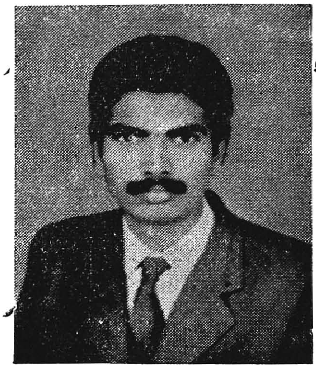


STUDENTS' ASSOCIATION

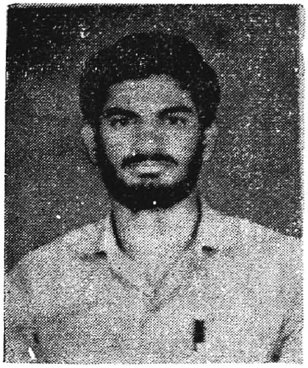
P. G. Students

STUDENTS' ASSOCIATION

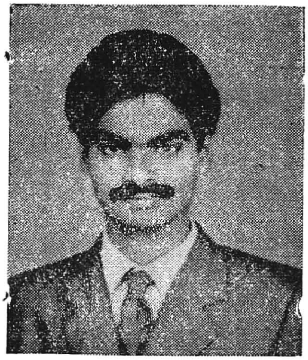
Chairman
G. Arumugam



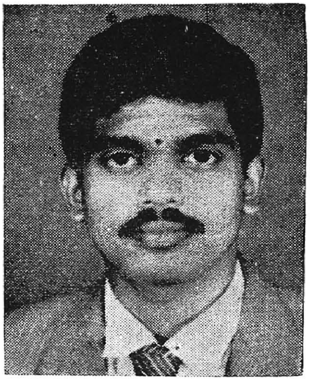
Vice-Chairman
I. Celladurai



Secretary
D. Chakravarthy



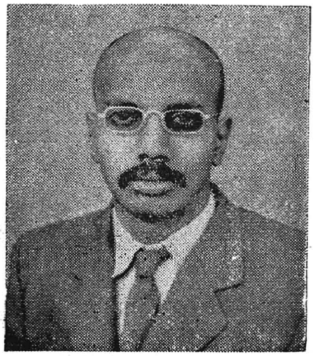
Assistant General Secretary
S. Shenbaga Vinayagam B.Sc.



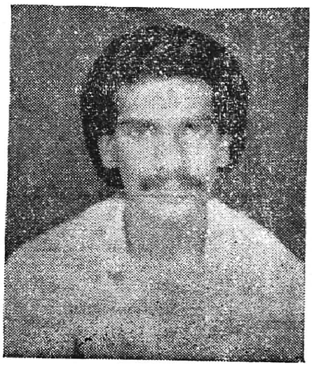
Treasurer
P. Thirumuruga Venkatesan

Lady Representative
S. Aruna

FINE ARTS ASSOCIATION



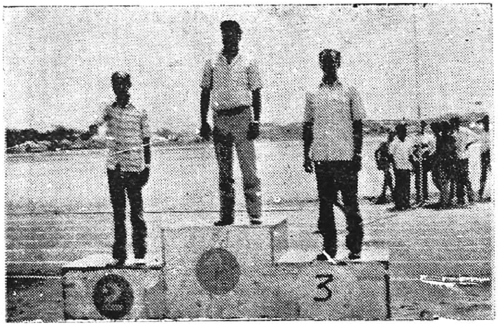
D. Baskarasethu
President.



David Solomon
Secretary.

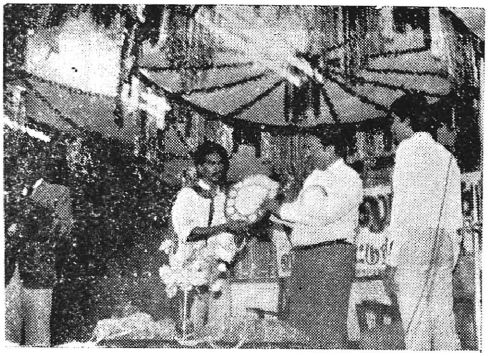
Sasikala
Lady Representative

College Day & Sports Day Celebrations

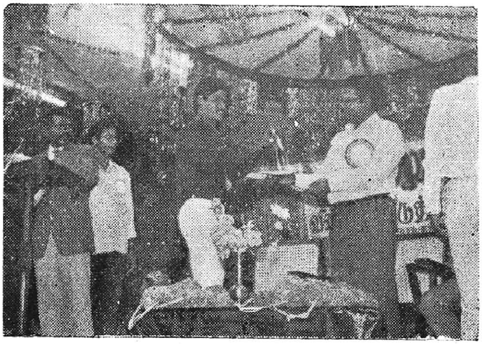


Staff in the Victory Stand

Student Chairman Addressing



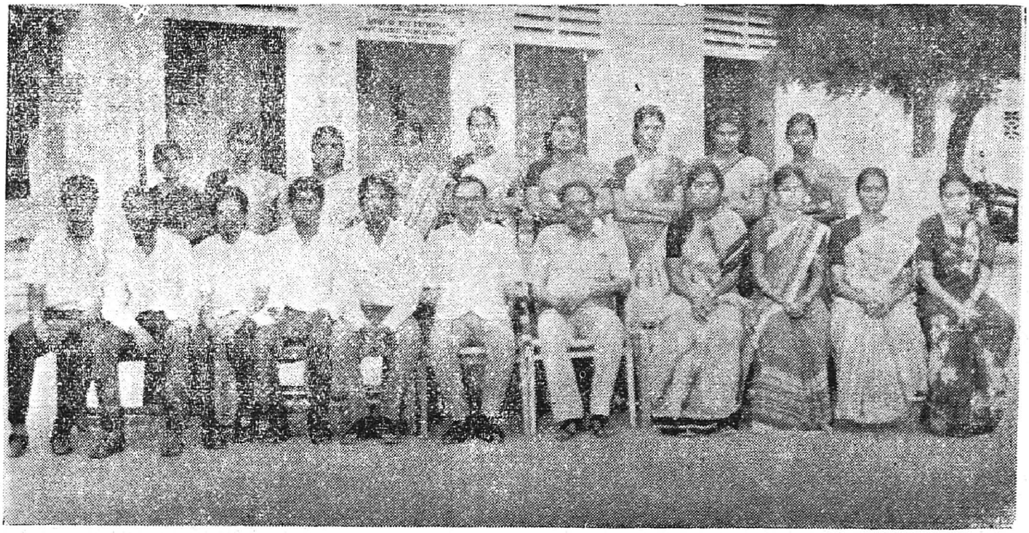
House Winner



Prizes with Praises

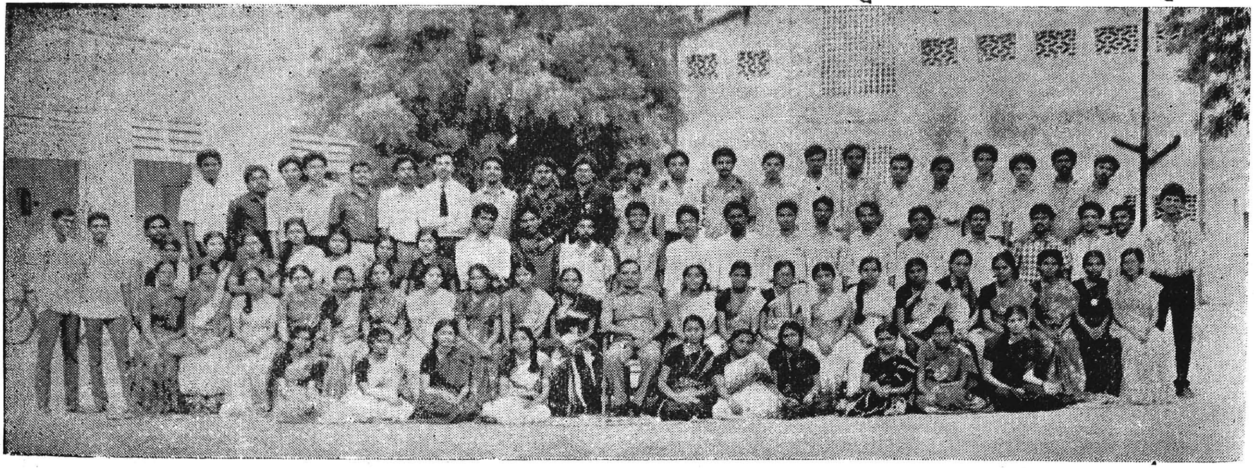
Dance — Dance

Hot & Sweet — Temperature



INTERNEES

1983 — 1984 Batch

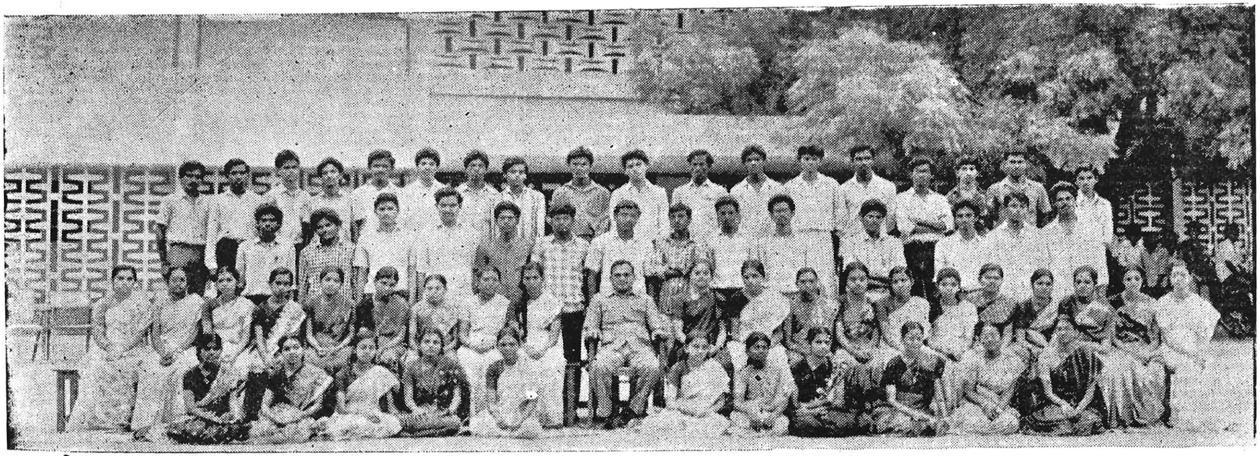


1984 — 1985 Batch

1985 — 1986 Batch

1986 — 87 Batch

1987 — 1988 Batch



1988 — 89 BATCH

1989 — 90 BATCH

சித்த மருத்துவத்தில் தமிழ் மொழி சிறப்பு

Dr. க. ஜெயக்குமார் M. D (s)

உதவி விரிவுரையாளர்

கல் தோன்றி மண் தோன்றாக் காலத்தே முன் தோன்றி மூத்த மொழியாகிய தமிழ் தவழ்ந்து விளையாடிய குமரிக் கண்டத்திலே சித்தத்தை அடக்கி பேரின்பத்தை அடைந்த சித்தர்கள் உலகோர் உய்யும் பொருட்டு செந்தமிழ் கவிதைகளிலே உரைத்த தொன்மை வாய்ந்த மருத்துவம்.

சிறப்புகள்:

உணவையே மருந்தாக்கி, மருந்தையே உணவாக்கும் கலை வல்லது சித்த மருத்துவம். உலோக உபரச, பாடாண வகைகளாலும் நோய் தீர்க்க வல்லது. காலங்கள் பல கடப்பினும் சாகாக்கலை இது. சாகாவரம்தரும் அரிய கலையும் இதிலடக்கம்.

அகத்திய மாமுனிவர் பொதிகை மலையிலிருந்து தீந்தமிழை வளர்த்ததோடு அச்செந் தமிழிலே மருத்துவ நூல்களையும் எழுதினார், அதனால்சித்த மருத்துவத்தைக் கற்க வேண்டுமெனில் ஆழ்ந்த தமிழ் புலமை வேண்டும்.

பண்டைய இதிகாசங்களோடு சித்த மருத்துவத்தை ஒப்புமைப்படுத்தி விளக்கினர் சித்தர்கள்.

தேரையரால் இயற்றப்பட்ட மருத்துவ பாரதம். பாரதத்தை நன்கறிந்தவர்தான் மருத்துவ பாரதத்தை தெளிவாக உணர முடியும். ஆக, மருத்துவம் கற்க மொழிப்புலமை அவசியம் என்பதை மறைமுகமாய் உணர்த்தியுள்ளார்.

மருத்துவ பாரதத்திலே கௌரவர் நூற்றுவரும் அவரைச் சார்ந்தவரும் நோய்ப் பகுதியினராயும் பாண்டவர் ஐவரும் அவரைச் சார்ந்தவரும் அவிழ்தப் பகுதியினராயும் திருமாலின் கூறாயமைந்த கண்ணபிரான் மருத்துவனாயும் உருவகிக்கப்பட்டுள்ளார்கள்.

இவர்கட்குப் பெயர்கள் அவ்வவர் இயற்கை குணத்திற்குப் பொருந்தும் வகையாகவும் மருத்துவ முறைமைக்கும் வரலாற்றிற்கும் பொருத்தமாகவும் கூறியுள்ளார். இவ்வரலாறு நிகழுமிடங்களாகிய அத்தினாபுரமும் காசியம்பதியும் நோய்களின் தோற்றத்திற்கும் அவிழ்தங்களின் பிரயோகத்திற்கும் ஏற்றனவாகிய தூயசரீரம், சூக்கும சரீரம் எனும் மக்களுடம்பாகவும் கொண்டு சந்தனு மகாராஜனிலிருந்து பின் வந்த மரபினரை மருத்துவ முறைக்கு ஏற்ப பொருந்தி, சந்தனுவை முதுகெலும்பென்றும் அவன் மணந்த கங்கை மாயை என்றும், அவள் மைந்தன் வீடுமனை விரதமென்றும் துணிவென்றும், சத்தியவதி பாற் சந்தனுவிற்குப் பிறந்த மக்களிருவரை இரு வினையென்றும் திருதராட்டிரனை தாமத குணமென்றும் விதுரனை சத்துவ குணமென்றும் பெயரிட்டமைத்துக் கொண்டு மேல்வரு மரபினரையே வாகட மருத்துவ நெறிக்குக் கொண்டுள்ளார்.

நோய் வர்க்கத்திலே துரியோதனனை வாத சேட்பமாகவும், துச்சாதனனை வாத சன்னியாகவும், அவன் தம்பிமார்களை வாத சயித்தியரோக வர்க்கங்களாகவும் கொண்டார் அவிழ்ந்த வர்க்கப் பெயர்களை பலவகையாய் பிரித்து உலோகங்கள், இரத்தினங்கள், பாடாணங்கள், மூலிகைகள், கடைச்சரக்குகள் எனவகைப்படுத்தி பெயரமைத்து உள்ளார்.

பாண்டவர்கள் வனவாச காலத்தை நோய்களின் வளர்ச்சிக்கும் அவிழ்தங்களின் பக்குவ முதிர்ச்சிக்கும் உவமை கூறுகிறார்.

தூது செல்லும் உலூகனும் கண்ணனும் அவிழ்தப் பகுதியாகி சஞ்சயன் நோய்ப் பகுதியாகி அமைந்ததற்கு பொருந்துமாறு வாதமும் சேட்பமும் உடல் வளத்தை மேன்மையாக்குவதற்கும் பித்தம் உடல் நலத்தைச் சிதைப்பதற்கும் உவமை கூறினார்.

வீமசேனன் சூத பற்பமாயும், பாஞ்சாலி கெந்தகமாயும் சுதக்கனையின் தம்பியருள் கீசகன் மேக கிரந்திப் புண்ணாகவும், எஞ்சிய 103 பேரும் மேக கிரந்த வர்க்கமாயும் அமைந்த நுண்ணியமுறைக்கேற்ப பாஞ்சாலியும் வீமனும் கீசகனும் அவன் தம்பியரும் அழிந்துபடக் காரணமாகின்றனர்.

தாம்பிரத்தை அர்ச்சுனனாகவும் பொன்னைஅபிமன்யுவாகவும் கொண்டு பகை முடிக்கும்அவ்வீரர்கள் போல இம்மருந்துகள் பிணிய கற்றும் தன்மை உடையவை என்பதை விளக்குகிறார்.

முடிவுரை:

தமிழ் மொழியின் இயல்பகுதி இலக்கணமாயமைந்து மொழி வரம்பு சிதையாமற் காத்து வரும் தொல்காப்பியம் கூறியபடி உவமைகளின் மூலம் இதிகாச பாத்திரங்களின் தன்மை பிறழாமல் மருத்துவ முறையைக் கூறி மொழிவளம் பெருக்கினர் சித்தர்கள்.

சித்த மருத்துவம் கற்க வேண்டுமெனில் மருத்துவவறிவோடிலங்கிய நுணுக்கமும் தமிழில் புலமையும் உடையவராயிருத்தல் அவசியம். அதனால் மருத்துவத்தோடு மொழி வளர்த்த பெருமைக்குரியது சித்த மருத்துவம்.

இன்று சித்த மருத்துவம் ஒளி குன்றி காணப்படுவதற்கு காரணம் தமிழர்க்கே சித்தர்கள் எழுதியவற்றை படித்து பொருள் புரிந்து கொள்ள முடியாத நிலையிலிருப்பதால் தமிழ் மொழியும் பெருமை குன்றி போய்க் கொண்டிருக்கிறது. சித்தர்கள் மருத்துவத்தைப் பற்றி மட்டுமல்லாமல் மக்கள் வாழ்விற்கான வழிமுறைகளையும் கூறியுள்ளனர். திருவள்ளுவரின் பொய்யா மொழி இன்று உலகம் முழுவதும் போற்றப்படும் தமிழ் நூல். இதே போல சித்தர்கள் எழுதிய ஒவ்வொரு நூலையும் ஆராய்ந்து பொருளறியும் வல்லமையை நாம் என்று பெற முடியுமோ அன்றே தமிழ் மொழி முழுமை பெறும். மருத்துவம் மட்டுமின்றி வாழ்க்கைச் சிறப்புகளைக் கூறும் சித்த மருத்துவத்தை வளர்த்தாலே போதுமானது. தமிழ் தானே வளரும். ஏனெனில் தமிழ்வேறு சித்த மருத்துவம் வேறு என்று பிரிக்க முடியாத படி இரண்டும் பின்னிக் கிடக்கின்றன. எனவே, சித்த மருத்துவம் வளரும் வகை செய்வோம். தமிழ் மொழி வளர்ப்போம்.

A Good Paryer

M. Sasikala, Final year.

Lord, Make me an instrument of your peace.
Where there is hatred, let me sow love
Where there is injury, pardon
Where there is discord, unity
Where there is doubt, faith
Where there is error, truth
Where there is despair, hope,
Where there is sadness, joy,
Where there is darkness, light
O Divine Master, grant that I may not so much seek
To be consoled, as to console,
To be understood, as to understand,
To be loved as to love for
It is in giving that we receive
It is in pardoning that we are pardoned
It is in dying that we are born to eternal life.

— St. Francis Assisi.

TREATMENT OF FILARIASIS

Dr. M. LOGAMANIAN M.D. *(s)*
ASSISTANT LECTURER

Siddha system is one of the ancient systems of medicine in India. In siddha system of medicine "Pathavanmigam Noi" is otherwise called as Yanikal and Seelipatham. Siddhars Tirumular, and Tharmasowmiar mentioned that the Filariasis not only affect the limb but also the penis, scrotum and Breast etc.

Pathavanmigam is treated in all the systems of medicine. Siddha system is also having it's own drugs for the treatment of Filariasis. This paper deals with the Siddha drugs or the treatment of Filariasis.

In the Siddha Aruvaimaruthuvam, Pathavanmigam is classified into three types as follows Vathapathavanmigam, Pithapathavanmigam and Kabapathavanmigam. Vatha is creative factor. Pitha is the protective factor. Kaba is the destructive factor. In this disease Vatha and pitha are dominating.

Pathavanmigam is a chronic disorder characterised by Fever, pain, tenderness, inflamed lymphatic vessels Oedema due to obstructed lymphatic.

This is closely identical with modern clinical Filariasis, which is caused by Wuchereria bancrofti which is transmitted by mosquito the intermediate host. When the infected mosquito bites a man, the larva penetrates the skin near the site of the mosquito bite, reaches the lymphatic channels and begins to grow into adult worm. Later after fertilization the female worms give birth to larvae which can circulate in blood even through capillaries.

The diagnosis of the early stage of Filariasis is made on clinical grounds supported usually by the development of lymphangitis, then oesinophilia and some time by a positive complement fixation er intradermal test and blood smear.

MATERIALS AND METHODS :

The following Siddha drugs were taken for the clinical trial. Kalarchi chooranam 1 g. to 2g. Bramanatha Biravam pills 2 Nos. Kasthuri karruppu 200mg. tds. With Honey, Nirumulli kudineer 60ml. bd. and Kalarchi pattru 30g. external use. Five cases were taken for the clinical trial.

DISCUSSION :

In all the cases the treatment was started with the purgative. And then Filarial drugs were given as ragular treatment. In four cases rigor and fever was not observed after admission for treatment. The severity of pain was reduced. After one month treatment one

patient had diarrhoea. At that time anti diarrhoeal drugs were given. In two cases, mild pedal oedema was reduced. Afther 60 days treatment lymphangitis subsided. In the above four cases the recovery was satisfactory. The cases chosed for study were in the early stages of Fiiariasis.

One case had been suffering for above 10 years and had elephantiasis - right leg. This case was not cured.

In this present study there was no complication due to drugs. Bio — chemical analysis of the above drugs was done at Govt. Siddha Medical College, Palayamkottai. Pharmacological study was not done.

CONCLUSION :

In four cases the recovery was satisfactory. They were in the early stages of Filariasis, The chronic case of 10 years duration was not cured. It is evident that the combind therapy of siddha drugs are found effective rginst early stage of Filariasis. The clinical discussion is only preliminary study.

Note :

The clinical study was presented at the national confernce on Unani system of Madicine oonducted on 8th 9th & 10th September 1989 at Madras.

To You

In my Smile,
There is a tear,
Do you see it ?
In my shadow,
There is a figure,
Can you feel it ?
In my heart
There is depth,
Can you probe it ?
In my thoughts,
There is peace,
Do not shatter it ?
In my mind,
You are there,
Do not go away !
In our parting,
There are sweet memories,
Do not forget it !

S. Dhayalan, B. Sc,
III B. S. M. S.

PRELIMINARY STUDY ON 'KADUKKAI MATHIRAI' FOR 'VELUPPU NOI'

Dr. A. MARIAJOSEPH, B.Sc, B.I. M.,M.D.(s)
Assistant Medical Officer.

Introduction:

Kadukkai Mathirai is a Siddha preparation, containing only three ingredients namely **Kadukkai, Milagu,** Annabedi in the proportion of 1: 1: 3 ratio, and **Karisalai juice** for grinding the same. It has been used in my family as a remedy for Veluppu Noi ' or'**Pandu Noi'** which is one of the most important blood disorders encountered in the medical field, all over the world. India has its population, that too below the poverty line, mainly concentrated in villages rather than in the urban areas, we find '**Veluppu Noi'** predominantly in these rural areas.

The woman-folk suffers more from '**Veluppu Noi'** because of the loss of blood due to excessive menstruation, pregnancy and abortions. Ignorance, poverty and lack of knowledge regarding nutritive diet are also reasons for '**Veluppu Noi'** in children.

Aim:

To assess the efficacy of '**Kadukkai Mathirai'** as an effective remedy '**Veluppu Noi'**.

Veluppu Noi':

'Veluppu Noi' is one of the 40 varieties of 'Pitha' diseases. It is also a disorder of blood, either of the quantity or quality or both of blood. Blood is claimed as the seat of the Pitham So when Pitham gets deranged, blood is impaired right from its formation.

Definition:

"Veluppu Noi" is, that condition where the natural colour of the body is altered and becomes pale. The conjunctiva and the nailbueds also become pale

Bio-chemical aspect of the Drug:

Bio-chemical analysis shows "**Kadukkai Mathirai"** preparation contains the following bio-chemical constituents.

Qualitative analysis of "Kadukkai Mathirai" shows that itcontains Carbohydrates, Ammonium salts, Glycosides, Tannic acids, Phytosterols, Resine, Polyhdric phenol, Sulphate, Calcium, Protein, Amino acids and ferric iron, etc. **Quantitaive analysis shows** that the "Kadukkai Mathirai" contains 25-grams% of Reducing sugar (Carbohydrates); 29 7 grams% of Starch, 20 grams% of Ferrous sulphate.

The methods of preparation of "Kadukkai Mathirai":

1. Kadukkai (Purified) (**Terminalia chebula**) —100gms.
2. Milagu (Purified) (**Piper nigrum**) —100gms.
3. Annabedi (Purified (**Ferrous sulphate**) —300gms.
4. Karisalai juice (**Eclipta Alba**) —Q.S.

The above three (1 to 3) drugs are powdered separately and mixed well. The powders are grinded well with Karisalai juice in a Kalvam and made in to pills, weighing 500 mgs. each.

The action of drugs, items 1 to 4, are discribed as per the Siddha concept.

1. Kadukkia (Teminalia chebula):

Parts used:

The riped fruits are collected and they are dried in shade. The fruit consists of two portions pericarp and the seed. The seeds are removed and the pericarps are used for this perparation.

Suvai (Taste)

Out of the six tastes, kadukkai is having five except salt taste

1. Sweet, 2. Sour, 3. Bitter, 4. Astringent, 5. Pungent.

Thanmai (Or) Veeriyam:

Kadukkai is having "Seetha Veeriyam".

Pirivu:

Kadukkai is 'Sweet' at the time of Chemical changes that takes place in the human organism.

Action:

Kadukkai has Laxative and Anti-diarrheal actions.

2. Karisalai (Eclipta alba):

Parts used: Whole plant.

The taste of the plant and potency are are bitter and hot respectively.

Actions of the drug enumerated are:

1. chologogue — பித்தநீர் பெருக்கி
2. Tonic — உரமாக்கி
3. Alterative — உடற்தேற்றி
4. Emetic — வாந்தியுண்டாக்கி
5. Purgative — நீர்மலம் போக்கி
6. Hepatotonic — ஈரல் தேற்றி
7. Deobtsruent — வீக்க முருக்கி

Karisalai is a tonic and deobstruent in hepatic and spleen enlargements.

3. Annabethi (Ferrous Sulphate)

Annabethi have the quality of Vayu aud Theyu Boothams, so it will have the effects of both the boothams.

Annabethi which is capable of dissolving coked rice, may also cure Mulaikkatti, Soolai, Ajeeranam, etc.

Annabethi may also be administered to Veluppu Noi (Pandu). Soothaga pandu and Krauppa piramegam and Thattaikirumi Rogam.

Suvai (Taste)

The combination of Mann and Vayu makes the taste of **Thuvarppu** or **Astringent** taste.

Pirivu:

After the administration annabethi attains the pirivu of **Karppu.**

Veeriyam:

Annabethi is having Veppa Veeriyam.
Ettective dose —195 mgs.

Kadukkai Mathirai each dose (500 mg.) contains 100 mg. of Annabethi.

4. **Milagu (Piper nigrum):**

Suvai:	**Thanmai**	**Pirivu**
1. Sour 2. Pungent	Veppa veeriyam.	After the administration, Milagu attains the pirivu of **Pungent.**

Action of the drug enumerated are:

1. Acrid — காறலுண்டாக்கி
2. Carminative — அகட்டுவாய்வகற்றி
3. Antiperiodic — முறைவெப்பகற்றி
4. Rubefacient — தடிப்புண்டாக்கி
5. Stimulant — வெப்பமுண்டாக்கி
6. Resolvent — வீக்கங்கரைச்சி
7. Antivatha — வாதமடக்கி
8. Sialagogue — உமிழ்நீர்பெருக்கி
9. Antidote — நச்சரி

Materials and Methods:

Eleven (11) known cases of "Veluppu Noi" are selected from the Out-patients for study. It is a random trial. After careful case history and clinical examination the diagnosis is confirmed and the patients are admitted in our hospital.

The following investigations were done in all cases before treatement.

Blood examination:	**Motion Examination:**	**Urine Examination:**
Total Count	Ova	Albumin
Defferential Couut	Cyst	Sugar
Haemoglobin Count	Occult Blood	Deposit
in all cases	in all cases	Specific gravity
		in all cases

The dose given was One "Kadukkai Mathirai" 500 mgs. two times daily, after meals for 20 days.

Clinical improvements was assessed on the basis of blood examination. The above investigations were repeated after completing the treatment.

Observations made:

Total number of cases studied were eleven (11).

Table No. I

Showing Sex incidence

Cases	Number	Percentage
Total	11	100%
Male	6	5[illegible]%
Female	4	36% } 45%
Children (Female)	1	9%

Table No. II

Showing the Age factor

Age group	No. of cases studied	No. of cases with clinical improvement	Percentage
1 — 12	1	1	100%
13 — 30	7	7	100%
31 — 55	2	1	50%
56 —100	1	1	100%

The above table shows that there is good improvement in all age groups.

Table No. III

Shows the remarkable improvement in the Haemoglobin level.

No.	I.P. No.	Name of the Patient With Sex and age		Blood Hb. Value Before treatment	After treatment	No. of days treated
1		Shanmugavlu	19/M	32%	58%	20 days
2	2772	Muthu lakshmi	11/FC	52%	72%	24 days
3	3204	Murugan	18/M	20%	78%	35 days
4	381	Riyas	16/M	69%	71%	7 days
5	3805	Kalyani	35/F	22%	No improvement	7 days
6	2828	Krishnammal	27/F	21%	70%	25 days
7	2984	Mohideen Meeral	17/F	30%	70%	15 days
8	8366 (O)P	Naryanasamy	16/M	45%	80%	23 days
9	3054	Subbaih	54/M	48%	80%	26 days
10	3150	Paramasivam	14/M	58%	72%	8 days
11	1822	Vadivu	25/F	12%	68%	37 days

One patient had not shown any impravenent in the haemoglobln level but after the treatment the appetite and other conditions of the patient was good.

Side effects were notoiced in two patients in whom loose motion and slight abdominal discomfort were noticed and the symptoms stopped spontaneoulsy during the treatment itself. In other patients no untoward effects were seen.

Blood parameters like the estimation of Hb. level and Total count had been done. They had shown sub-normal Hb. values in all patients before treatment, but it increased after Kadukkai Mathirai therapy. The investigations like P.C.V., for R.B.C.&W.B.C. have not done for the present study.

Discussions;

Form the above study, it shows that the Kadukkai Mathirai in "Veluppu Noi acts as follows:—

1. It increases the haemoglobin level in 98% of cases.
2. It aids the regeneration of lever tissue by acting as hepato tonic.
3. It improves the bowel habits in 85% of cases.
4. Appetite had improved in 90 % of cases.

The following side effects were noted :

1. Loose motions during the beginning of the treatment (i. e.) 2 cases out of eleven studied.
2. Mild abdominal pain in one out of eleven cases studied.

Incompatibles :

The patients have been advised to take diet free of Tamarind and other food articles of sour taste.

Moreover the following items were also avoided. Arecanut, Onion, Cunnabis sativam, Toddy of Coconut or Palm, Alcohol, Greens of Agathi, Buttermilk, Vinegar, Sexual contact, etc.

Conclusions:

Thus from the study of eleven cases, it is evident that 'Kadukkai Mathirai' the herbal cum mineral preparation, increases the haemoglobin level of both in acute and chronic stages of the disease, improves the appetite, clears the constipated bowel, with in a short duration of therapy.

The side effects were almost negligible except a few cases had loose motions. In my traditional practice, my father had come across complications like Chirrosis of Liver, Tubercuh losis - associated with 'Veluppu Noi' which has also shower dramatic improvement. Even though the duration of therapy was little prolonged and the therapy was combined with that of the other medicines. This drug 'Kadukkai Mathirei' can be added in the armamen torium of other drugs used in 'Veluppu Noi'.

Note :

This 'Kadukkai Mathirai' is very economical, it costs only Rs. 20/- per kilogram and fifty cases may be treated within this cost. So, each pallent has to spend only Rs. 2/- for treatment.

References :

1. Materia Medica (Vegetable Section) by Dr. K. S. Murugesa Mudaliar.
2. Materia Medica Part II & III by Dr. R. Thiyagarajan.
3. Manuscripts from my home.
4. Indian Materia Medica Vol. I by Dr. K. M. Nadkarni.
5. Wealth of India

Drug Trial by Dr. A. M. Joseph ; Bsc.
M. D. (Siddha)
Assistant Lecturer,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002,
Tamil Nadu,

புதுகவிதை

பெண்

இராம. சிவசக்தி வேலன் இரண்டாம் ஆண்டு பி. எஸ். எம். எஸ்.

"அவளின் சோக மூச்சுகள்
உஷ்ணச் ஜ்வாலையாக
என்னிதயத்தைத் தாக்குகின்றன!
கன்னி கழியா
அந்தப் பெண்ணரசிக்கு
கல்யாண யோகம்
ஜாதகத்தில் இல்லை!
பொற்றோர்கள் சொல்கிறார்கள்
காதலனாக வருபவனெல்லாம்
கணவனாக விரும்பவில்லை!
அவளோ
இனிவரும்
காலங் கொடுங்கோலனுக்கு
அடிமையாவாளேயல்லாது
(ஆசை அலைகளில்
அலைக் கழிக்க மாட்டாள்)
சதையின் உறுத்தலை
சக்தி கொண்ட மட்டும்
பொசுக்கி விட்டு
சத்திய பிம்பமாய்
தரணியில் உலவுகிறாள்!
ஆசைகள் புஷ்பித்த
இளமைக் கால
எழில்கள்
நீண்ட கால
சந்நியாசத்தில்
சிதலமடைந்து போயின!
இன்று அவள்
ஜீவன் முக்தி பெற
சாவை எதிர்நோக்கி
முதுமையைச் சந்தித்து
மேலும் காத்துள்ளாள்!"

—சாலி—

சித்த மருத்துவத்தின் தொன்மையும், சிறப்பும், பயனும்

மருத்துவர். **சத்தார் உஸ்மான் அலீ.** எம். எஸ். ஸி, எப். இ. எஸ். ஐ;
ஆர். ஐ. எம். பி.

(முன்னாள்) முதன்மைத் தாவரவியலாளன்,
தமிழ்நாடு மூலிகைப் பண்ணைகள் மற்றும் மூலிகை மருந்துக்கழகம்,
அரும்பாக்கம், சென்னை — 600 106.

மனிதன் அவன் தோன்றிய காலந் தொட்டே தன்னை பிணிகள் அணுகுவதை அறிந்திருந்தான். தான் உணவாகக் கொள்ளுந் தாவரங்களைத் தவிர, உண்ணத்தகாதவை, நச்சுத்தன்மையுடையவை, போதை தருபவை போன்ற மற்ற மரஞ்செடி கொடிகளையும் அறிந்து கொண்டான், நாளடைவில் இவற்றை மருந்தாகப் பயன்படுத்தவும் ஆரம்பித்தான். கைப்புச்சுவையுடைய பொருட்கள் புழுக் கொல்லியாகவும், துவர்ப்புச் சுவையுடையவை வயிற்றுப் போக்கடக்கியாகவும், புளிப்புச்சுவை யுடையவை குமட்டலகற்றியாகவும் செயல் படுவது அவனுக்குத் தெளிவாயிற்று.

காலப்போக்கில் அவனது அறிவுத்திறனும், காரணகாரியங்களை அலசிச் சிந்திக்கும் ஆவலும் அவனது முன்னேற்றத்திற்கு வித திட்டன. அவன் கண்டறிந்த வியக்கத்தகு உண் மைகள் அவனுக்கு இறையருளாற் கிட்டியதென் றெண்ணியோ, அல்லது அவற்றை அழியா வண்ணங்காக்கவோ, அறிவியலை, குறிப்பாக மருத்துவத்தை, மறை நூற்களிற் பிணைத் தான். சிந்த மருத்துவம் சைவ சித்தாந்த அடிப் படை கொண்டதாயமைக்கப்பட்டதும் இக் காரணத்தினாலேயாம்.

இவ்வுலகில் மிகப் பழமையான நிலப்பகுதி யென்று தமிழ் வரலாற்றாலறியப்பட்டதும் நிலநூல், கடல்நூல், உயிர்நூலாராய்ச்சியாள ராலுய்த்துணரப்பட்டதும், மனிதன் பிறந்த அகமென்று மாந்தர் நூலாராற்கண்டுபிடிக்கப் பட்டதும், தெற்கே இந்துமாவாரியில் மூழ்கிப் போனதும் எமது பழந்திராவிடமுமான குமரிக் கண்டம், இன்றைய அறிவியலுக்கடிப்படை யானவற்றின் பிறப்பிடமாகும். அண்மைத் தொல் பொருள், புதை பொருளாய்வுகளு மின்ன பிறசான்றுகளும் திராவிடநாகரிகம் இத் துணைக்கண்ட முழுமையும் பரவியிருந்தமை யை நிலைநிறுத்தும். இங்கிருந்தே மனிதவினம் உலகெங்கும் பரவினதென்பர். இத்தகு முன்மை யும் நாகரிக மேம்பாடுமுடைய திராவிடவினமே மருத்துவத் துறையையும், முதன்முதனிறுவிய தென்பது தெளிவும் துனிபுமாம்.

சித்த மருத்துவமே உலக முதல் மருத்துவ முறையென்பதும், ஆயுள் வேதமென்பது ஆரியர் இந்நாட்டிற்குக் கொணர்ந்தளித்த கொடையென்று பேசல் பெரும் புரட்டென் பதும் பின்வரும் சான்றுகளானிறுவப்படும்.

முதலாவதாக, சமஸ்கிருத மென்கிறது ஆரிய மொழியே, ஆரிய மக்கள் திராவிடப் பெருநடாகிய இவ்விந்தியாவிற் புக்கபின் ஆக் கியதென்பது, சமஸ்கிருதம் என்ற சொல்லின் பொருளாலேயே விளங்கும். இம்மொழி, முதலில் சொல்வளமற்ற பேச்சு மொழியாகவே இருந்தது. ஆரியர் இந்தியாவந்தடைந்த பின்னர் தமது பேச்சு மொழியைத்திராவிட மொழியையொட்டித்திருத்தி வளமாக்கி வரி வடிவுங் கொடுத்து எழுதவாரம்பித்தனர். சமஸ்காரம் (திருத்தியமைத்தல்) செய்யப் பட்டுண்டாக்கப்பட்டதே சமஸ்கிருதம். அதா வது, எழுத்தின்றி உரப்பியும் எடுத்தும் கனைத்தும் ஒலிக்கப்பட்ட சொற்களுக்குத் தமிழெழுத்துக்கள் - திராவிட நெடுங்கணக்கு -போதமையான், தமிழ் வல்லெழுத்துக்களில் 'ற'கரந்தவிர்த்த பிறவைந்திலொவ்வொன்றிற் கும் மூன்று மேலதிக வரியொலி வடிவாங் கொடுக்கப்பட்டது. இவைதவிரவுஞ்சில மெய் கள் கூட்டப்பட்டன. சமஸ்கிருத நெடுங்கணக் கில் திராவிட 'ள'கரமுமேற்க்கப்பட்டது,

மேலும், இடமிருந்து துவங்கி வலமாக ஓடும் நெடுங்கணக்கு, உயிர்ப்பட்டியல் தனித்தும் மெய்ப்பட்டியல் தனித்தும் உள்ள நெடுங்கணக்கு, உயிர்மெய் உண்டாக்கக்கூடிய நெடுங்கணக்கு, ஆரியர் தோன்றியதாகச் சுட்டப்படும் மத்திய வாசியாவிலோ அவர் நெடுங்காலம லைந்து கடந்து வந்த பாரசீக பலுசித்தானப் பெருவெளிகளிலோ நிலவாமையும், அந்நிலப் பாடைகளான அராபிய, எபிரேய, பாரசீக மொழிகள் அதிகவரம்பில் முப்பதெழுத்துக்களடங்கிய உயிரும்மெய்யும் விரவிக்கலந்ததான நெடுங்கணக்குடைமையும், அவை வலமிருந்து இடமாக எழுதப்படுதலும் சமஸ்கிருதமானது திராவிட மொழியையடிப்படையாகக்கொண்டு "சமஸ்கிருதம்" செய்துண்டாக்கப்பட்டமையை நிறுவும்.

இவ்வாறு ஆரிய வேதங்கள், ஆரியமக்கள் இத்திராவிடப் பெருநாட்டில் சிந்துவெளியிற் புகுந்தபின்னரே எழுதப் பட்டனவென்பது கண்கூடு. இஃதெங்ஙனமெனின், வேதங்களிற் பேசப்படும் ஆறும் மலையும் நிலமும் மரமும் இத்துணைக் கண்டத்திலுள்ளவை யேயன்றி, இவ்வாரிய வருகத்தின் பிறப்பிடமெனவேற்றப் படும் மத்தியஆசிய நிலப்பரப்பிலில்லை. ஆக (ஆயுள்வேதமென்பதற்கு மூலமென ஆரியர் கொண்டாடும்) கடைவேதமான அதர்வண வேதமே இந்நாட்டிலெழுதப்பட்ட கலை அதன் உபவேதமான ஆயுள்வேதம் ஆரியர் கொணந்து, திராவிடர் ஏந்திக் கொண்ட பொற்குவையாதல் எங்ஙனம்? ஆரியர் மக்கள் இந்நாடு புகும்போது நாகரிகத்திற்பெரிதும் பிற்பட்ட நிலையினராய், நிலையான கட்டிடமியற்றவறியாராய், பயிர்த்தொழிலறியாராய், நாடோடிக்கால்நடை மேய்போராய் வந்தடைந்தனரென்பது அவர்தம் வேதங்களிலேயே பன்னிப்பன்னிச் சொல்லப்படுகிறது. சிவவழிபாடும் சைவ சித்தாந்தமும் யோகமும்திராவிடரிடமிருந்து நாளடைவில் ஆரியராலேற்றுக் கொள்ளப்பட்டன.

மருத்துவததிலும் ஆரியர்கள் மிகவும் பிற்பட்ட நிலையினராயிருந்தனரென்பது அவர்தம் மறை நூற்களைக்கண்டாலே விளங்குகின்றது, அவற்றிற்புழங்கும் மரவடைகளின் பெயர்கள் மிகச்சில. அவையுங்கூட மருந்தாகச் சிலபோதும் மந்திரக்கருவிகளாகப் பலபோதும் பேசப்படுகின்றன. அங்கே தீ, நிலம், நீர், வளி, வெளியென்னும் திராவிட சைவ சித்தாந்த ஐம்பூதக் கொள்கையோ அதனடியாகப்பிறந்த வளி அழல், ஐயம், என்ற உடலியக்க அடிப்படையோ காணக்கிடைக்கவில்லை. இஃதிங்ஙனமிருக்க அயுள்வேத மென்பது கடைவேதமான அதர்வ வேதத்தின் உபவேதமெனச் சொல்லிச் சிலர் இறுமாத்தல் நகைப்பிற்குரியதே, இஃதெவ்வாறெனின், சிலவாயிரஞ்சுலோகங்களே யுள்ள அதர்வவேதம் பலவாயிரஞ்சுலோகங்களையுடைய ஆயுள்வேதத்தை உபவேதமாகக் கொண்டுள்ளதெனும் கூற்று ஒவ்வாமையான். உப என்பது அருகில் என்பதைக்குறிக்குமே தவிர அருகிலுள்ள தோடொன்றியமையைக் குறிக்காது. ஆக, ஆயுள்வேதமென்பது அதர்வணவேதத்தின் பகுதியல்லவென்பதும், அது கடைவேதமாகிய அதர்வணத்தின் பின்னால் வேதமாகப்போற்றப்பட்டுகூட்டிவைக்கப்பட்ட திராவிடசித்த மருத்துவத்தின் மொழிபெயர்ப்பேயென்பதுவும் புலப்படுகின்து.

ஆயுள்வேதம் சித்த மருத்துவத்தின் மொழிபெயர்ப்பேயன்றிவேறல்லவென்பது, அதிற் புழங்கும் மூலிகைப்பொருட்கள் இத்துணைக் கண்டத்துமட்டுங்கிடைப்பதும், அவை மத்திய வாசிய பாரசீகப்பெருவெளிகளிற் கிடைக்காமையும் கொண்டு உறுதியாகின்றது. திராவிட மருத்துவத்திற்ப்பயன்படும் சுக்கும் மிளகுந்திப்பிலியும், ஏலமுங்கிராம்பும் அகிலும்அசோகமும், அரத்தையும்மருதமும், வாழையும் புன்னையும், மஞ்சளும்மாவும், தெங்கும் பனையும் இத்திராவிடப்பெருநாட்டினவேயன்றி, ஆரியர் கொணர்ந்தளித்த கொடையன்று. அங்ஙனமே முத்தும் பவழமும் மீனம்பரும் மற்ற கடற்படு பொருட்களுமாம். ஏனெனில் ஆரிய மக்கள் இந்நாடு வந்தடைந்த நெடுநாட்பின்னரே கடலைக்காணும் பேறுபெற்றனர்.

இதுகாறுங்கூறிய சில சான்றுகளால் சித்த மருத்துவத்தின் முன்மையும் தொன்மையும் சிலமேலெழுத்தென நிறுவப்பட்டு, சித்த மருத்துவம்வேறு ஆயுள்வேதம் வேறு என்னும் தவறுன எண்ணம் நீக்கப்பட்டு, **சித்த மருத்துவத்தின் வடமொழியாக்கமே ஆயுள்வேதம்** என்பது தெளிவாக்கப்பட்டு, எமது சித்த மருத்து

வர்களை மருட்டிவந்த ஆரியமாயை களையப் பட்டது.

இனி இச்சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பும் பயனும் பற்றிச் சிறிது காண்போம். மிகப் பண்டைக்காலந்தொட்டே இத்துறையில் சித்தர்கள் பல சிறந்த முன்னேற்றங்களைக் கண்டனர். இவர்தம் பரந்த நோக்கும் ஆழ்ந்த புலமையும் வியக்கத்தக்கது: எந்த ஒரு அறிவியல் நூலும் தொடர்ந்து மாறிவரும் மொழிநடைமற்றும் சமுதாய மாற்றங்களுக்குப் பொருந்திப் பயன்தருமாறு புதிய கண்டுப்பிடிப்புக்கள் இணைக்கப்பட்டு மறுபடி எழுதப்படாவிட்டால்நாளடைவில் உலக வழக்கழிந்தொழிந்து போதல் கருதி, முன்னெச்சரிக்கையுடன் சித்த தமருத்துவ வித்தகர் தமது மருத்துவ நூற்களை பலபோது மூலங்களுட்பட பன்முறை திருத்தியும் விரித்தும் வழங்குமொழிக்கிசைய இயற்றினர். இதனாலேயே அகத்தியர் பரிபூரண மும், போகர்பன்னிராயிரமும் இன்ன பிறவும் அண்மைத் தமிழ்ப்பாட்டு நடையிலே காணக்கிடைக்கின்றன. இதையறியவியலாச்சிலவையத் தலைகைகள் சித்த மருத்துவ இலக்கிய முழுமையும் திராவிடத்தந்தை ஈ. வெ. ரா. பெரியாரின் இயக்கந்தொட்டு வெறியரால் எழுதப்பட்டதெனச்செல்லித்திரிகின்றன. இவற்றைத் தமிழர் மன்னித்தருள்வார்களாக.

ஏனைய மருத்துதுவறைகள் வெறுமனே வாழுளை நீட்டிப்பதொன்றையே குறிக்கோளாகக் கொண்டுள்ளபோது எமது சித்த மருத்துவமட்டுமே சாகாமைக்கும் உடல் மாற்றுதற்குமான மருந்தும் யோகமும் பிணைந்ததொரு வழியினை வகுக்கலாயிற்று. இதுவன்றி எண்ணற்ற உலோக உபரசபாடாணாதி வேதிப்பொருட்களையும் வைப்புப் பொருட்களையும் மருந்தாகவும் மற்றும் மருந்தியற்றுதற்கும் கையாளுமுறைகள், இன்றும் ஏட்டிலும் புழக்கத்திலுமுள்ளமை இன்று சித்த மருத்துவரும் செயநீர்குருமுப்பு பூநீறு அமுரி ஆகியவற்றைப் பரவலாகப்பிரயோகஞ் செய்வதும் சுண்ணங்களென்னும் பெருமருந்துகள் சித்த மருத்துவத்தில் மட்டுமே இயற்றப்படுவதும்' கட்டும் வெட்டையுமட்டலோக மாரணமும் மற்றமுறைகளில் காணவும் கேட்கவும் படாமையும், நோய் நாடலில்எண்வகைத்தேர்வென நாடி, நயனம், நா, மொழி, தொடல், நிறம், நீர், மலம் இவைகண்டு நோயின்னதெனத் தெளிதல் சித்தர் நூலான அகத்திய வைத்திய சாகரத்திலுள்ளபோது ஆயர்வேத மூலங்களான சரகம் சுஸ்ருதம் ஆனவற்றிலில்லாதிருப்பதும் குறிப்பாக பிணியாளனின் சிறுநீரை நீர்க்குறிநெய்க்குறி முறைகளால் சித்தர்கள் நோய் முதல் நாடி மருத்துவஞ் செய்து வரும் போது, இது ஆயுள் வேதத்தில் இன்றளவும் ஆரம்ப நிலையிலேயேயுள்ளமையும் நாடிக் கணிப்பும் இதுபோன்றே சித்த நூல்களிலும் நடைமுறையிலும் பெரிதும் ஆளப்படுவதும் ஆயுர்வேதரிடை இதுஇன்னமுந்துவக்க நிலையிலேயுள்ளமையும், சித்த மருத்துவம் மற்றைய மருத்துவமரபு முறைகளைக்காட்டிலும் பெருஞ் சிறப்புடைய தென்பதையும், இவ்வளமான விரிந்து பரந்த திராவிட மருந்துவமுறை இவ்வையகத்தேகாணும் பிணிகளைக்களையும் பணியிற்சிறந்த பயன் தருகின்றதென்பதையும் நிறுவுகின்றன.

மேலும் சித்த மருத்துவத்திலே ஒருவன் மருத்துவஞ்செய்து கொள்ளும் போது பின்பற்ற வேண்டிய பத்தியமுறைமையும், அனுபானவிசேடங்களும் விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ள அளவிற்கு மற்றைய மரபு மருத்துவ முறைகளிலே இத்துணை சிறப்பாகவும் உறுதியாகவும் சொல்லப்படவில்லை என்பதுந்துணிபு. மருந்துகளிலேயும் துணை மருந்துகளிலேயும் பத்தியங்களிலேயும் இன்னதுடன் இன்னதன் கூட்டு ஒப்பதும் ஒவ்வாமையும் பற்றிச் சித்த மருத்துவத்திலே வலியுறுத்தப்படுகிறது. இதனையடிப்படையாகக் கொண்டமைந்து விருத்தியானதே இன்றுஆங்கில மருத்துவர் கூறும்Drug interactionஎன்னும் துறை. ஒப்புறை மற்றும் எதிருறைமருந்தியக்கம் இதிலடங்கும்.

இன்று இத்தமிழகத்தில் மட்டுமின்றி திராவிடமொழிகள் வழங்குந் தென்னாடெங்கும் அதிகமாகக் கையாளப்படும் சித்த மருத்துவமானது மருத்துவ அடிப்படைக் கொள்கைகள், நோய் நாடல், மருத்துவதாவரவியல், விலங்கியல், வேதியியல், மருந்தி

யற்றல், மருந்தியக்கம், உடற்கூறு, அறுவை மருத்துவம், தாய்சேய் மருந்துவம், காயகல்பம், மனநோய் மருத்துவம் முதலான எத்துறற யிலும் மேற்கொண்டு முன்னேற உலக மருத்துவ முறைகளுக்கு வழிகாட்டுமளவுக்கு வளம்பெற்று விளங்குகின்றது. இவ்வளத்தின் பயனைத்துய்க்க அனைவரும் முனைதல் வேண்டும், இதனைக்கருத்திற் கொண்டே தமிழ்நாட்டரசும் இந்திய அரசும் உலக சுகாதார நிறுவனமும் பண்பாட்டு ஆராய்ச்சியாளர்களும் சித்த மருத்துவத்தையூக்குவித்துப் பரவச்செய்யும் பணிகளுக்கான திட்டங்களை வகுக்கின்றனர். சிலகாலமாகப் பெருந்தொல்லை கொடுத்துவரும் காமாலை வைரசு என்னும் நுண்துகளுயுரி சித்த மூலிகையான கீழ்க்காய் நெல்லியால் எளிதில் களையப்படுதல் கண்டு இன்று உலகையே அதிரவைக்கும் 'AIDS' நோய்க்கு சில சித்த மூலிகைகளை ஆராய்ந்து வருகின்றனர். கல்பனை என்று அழைக்கப் படும் மூலிகையும், வெண்புல்லாஞ்சி, மணிப்புல் லாஞ்சி, கரும்புல்லாஞ்சி இன மூலிகைகளும் இந்நோக்குடன் ஆய்வு செய்யப்படுகின்றன. மேலும் இன்று உலகநாடுகளனைத்திலும் கோடிக்கணக்கான மக்களை ஆட்கொண்டுவரும் மருந்துத்தீம்பாவனை (Drug Abuse) என்னும் மாளாப்பழக்கத்தினை யொழிக்க நெல்லியும் ஓமமும் சேர்ந்த மருந்தொன்று ஆராயப்பட்டு வருகின்றது. இத்தகு முன்மையும் தொன்மையும் சிறப்பும் வளமும் உடையதாய் இன்றும் என்றும் நின்று பயன் தருவதாய் உள்ள சித்த மருததுவத்தை ஏற்றமடையச் செய்து பிணியில்லா எதிர்காலமொன்றுபடைத்துப்பயன் பெறுவோமாக.

சேகரித்து அளித்தவர் S.இளமாறன் 3rd B.S.M.S

24 மணி நேரத்தில்

T. CHANDRASEKAR I B.S.M.S

24 மணி நேரத்தில் (1 நாளில்) மனிதன் செய்யும் இயக்கம்

1 இருதயம் - 103,689 முறை துடிப்படைகிறது.

2 இரத்தம்:- 16,80,00,000 மைல்கள் தூரம் உடலில் பாய்கிறது.

3 மூச்சு விடுவது 23040 முறை நடை பெறுகின்றது.

4 438 கன அடிக்காற்றை உள்ளே இழுத்துக் கொள்கிறான்,

5 3¼ பவுண்டு எடையுள்ள உணவைச் சாப்பிடுகிறான்.

6 750 தசை நார்களை இயக்குகின்றான்.

7 நகங்கள் 0.00046 அங்குலம் வளர்ச்சி அடைகிறது.

8 தலைமுடி 0.01714 அங்குலம் வளர்கிறது.

9 7,000,000மூளை வளர்ச்சி செல்கள் இயங்கி செயல் படுகின்றன.

10 4800 வார்த்தைகள் பேசுகின்றான் (தேவையில்லாத, அசிங்கமான வார்த்தைகள் உட்பட)

11 ⅞பவுண்டு எடையுள்ள கழிவுகளை வெளியேற்றுகின்றான்.

மேற்கண்ட தகவல்கள் WISDOM எனும் இதழிலிருந்து சேகரிக்கப்பட்டன.

மலர்கின்ற பருவத்திலே!

கையோடு வளை பேசும்
காலோடு ஜதி பேசும்
மை போட்ட கண்ணோரட
மான் பேசும்... மீன் பேசும்...

பொங்கி வரும் பால் போல
புதுப்புனலின் சீற்ற மென
மங்கை நினைவுகள்
மலர்கின்ற பருவம்...

கமலத்தில் கதிர் பாய
காலை இளங்காற்று வந்து
காதருகே மொழி பேசும்
கன்னி இளம் பருவம்...

பூவோடே காற்று வந்து
பொருந்தி உறவாடும்
பொன் மாலைப் பொழுதினில்
புலர்கின்ற பருவம்...

பொதிகை மலைக் காட்டினில்
போதவிழ்ந்த மணம் நாடி
பொல்லாத தென்றலென
ஊர்ந்து செல்லும் பருவம்...

விழிகளுக்கு மொழி பயில
விழைந்து விட்டக்காலம்
விண்மீனின் கூட்டத்தோடு
வித்தை செய்யும் பருவம்...

செல்லாத பொழுதென்று
கொல்ல வைக்கும் பருவம்
பொல்லாத இரவுகளில்
புலம்ப வைக்கும் பருவம்...

பூக்களினம் வண்டுகளால்
ஈர்க்கப்படும் பருவம்
புதுப்புது ஆசைகளால்
பொலிவு பெறும் பருவம்...

சோலையிலே குயில் போல
சுற்றித் திரிய நினைக்கும்
வாலை இளம் பருவம் — இளமை
மலர்கின்ற பருவம்...

ஆசைகள் ... ஆனந்தம்...
அப்பப்பா ... அத்தனையும்
ஓசையின்றிக் குடி புகுந்து —
உள்ளத்தைத் தொடுவதெல்லாம்
மலருகின்ற பருவத்திலே!

— ஜோதி மீனாட்சி P. S.
Final B. S. M. S.

JOKES

Man drowning in sea: Help, Help, I can't swim !!.
Drunk on shore : So what ? Even I can't swim.
But I am not shouting about it.

P. Sujatha.

THOUGHT POWER

R. INDIRA DEVI Final year.

The mind is marvellous and its scope and potential are infinite. All of us constantly use the mind to think, to learn, to work, and to enjoy life in its different manifestations. Great men have been successful by diligently applying their minds with ever increasing dedication to the achievement of their goal.

What actually is the mind ? The mind is said to be a functional unit consisting of thoughts, which control and dricet the body. Thoughts are very fast. We are all accustomed to switching an a light bulb, and instently the bulb glows. Thoughts, however travel much faster and their glow spreads far and wide.

The State of the mind and body is determined by the quality of the thoughts. Happy thoughts creat an harmonious functioning of the nervous and endocrine systems which in turn influence the other organs to work efficiently. Every cell has a consciousness and intelligence which responds immediately and spondaneously to the commands, and moods to the mind. when the thoughts are harmonious, the cells respond like children being brought up under harmonious family conditions. Thoughts and their corresponding emotions wield So much power over the body, that it is of paramount importance to our health that we become aware of the ill, efferts of negative thought patterns and emotions and the soothing and beneficial effects of an hormonious mind. In a study done in united states to bring out the physical effects of negative thoughts and emotions, the breath during exhalation condensed on a cold plate. The condensation of the breath of emotionally upset people showed various coloured particles which, when extracted and injected in to animals, provoked excitement and similar states in them, A person receiving news of an unenperted death in the family immediately becomes shocked, depressed and losses his presence of mind. He may even suffer from a heart attack or a nervous breakdown. Hence we can clearly see that the State of the mind (i.e thoughts) inevitably influences all the workings of the body.

Thoughts pass from one man to another and easily affect most people. Negative thoughts of anger, bitterness and malice pollute the environment and injure others.

Here are some suggestions to develop a strong and healthy mind. Remain positive than to full pray to negative emotions and thoughts and direet them towards other people. Singing and laughing bring cheer and help to drine away negative thoughts.

In conclusion we can sum up that positive thoghts will create a healthy body and the resistance of a healthy body forms a strong bulwork against inroads to diseases. *[Courtesy ; Yoga]*

கொல்லி மலை

ஒரு கண்ணோட்டம்

சோ. இளங்கோ B. Sc, IV B.S.M.S.

"சித்த மருத்துவத்திற்கு இணையான மருத்துவம் எதுவும் இல்லை"

முன்னுரை:-

சிவ பெருமானால் தோற்றுவிக்கப்பட்டு சித்தர்களால் பெருமையடைந்த சித்த மருத்துவம் பற்றி அறிந்து கொள்ளும் வாய்ப்பு கிடைத்தது அனைவரும் செய்த பூர்வ ஜென்ம புண்ணியம் என்றே சொல்லலாம். சித்தர்களின் அருள் எல்லோருக்கும் உண்டு என்ற வகையில் எனக்கு கொல்லிமலை செல்லும் வாய்ப்பு கிடைத்தது. அங்கே அறிந்த சில மரணம் மாற்றும் மூலிகைகளின் குணங்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். கொல்லி மலையையும், அங்கே பார்க்கவேண்டிய இடங்களும், மூலிகைகளின் மகத்துவத்தையும் சுருக்கமாகக் கூறுகிறேன்.

கொல்லி மலையின் சிறப்புகள்:-

கொல்லி மலை என்பது தமிழ் நாட்டில் சேலம் மாவட்டத்தில் உள்ள ஒரு மலை. இம்மலையில் சித்தர்கள், முனிவர்கள் இன்னும் வாசம் செய்கிறார்கள். பல அரிய மூலிகைகள் நிறைந்தும், தாதுப்பொருட்களும், பாசாணங்களும் உற்பத்தியாகின்றன.

பதிணெண் சித்தர்கள் நூல்களில் இம்மலையைப் பற்றி சிறப்பித்துப் பாடப்பட்டுள்ளது. சங்க இலக்கியங்களிலும் இம்மலை சிறப்பாகப் புலவர்களால் பாடப்பட்டுள்ளது. இம்மலையில் மூலிகைகள் தவிர பதிணெண் சித்தர்களால் தயார் செய்யப்பட்ட பல அரிய மருந்துகள், தைலங்கள், இரசமணி, முப்பு, சுண்ணம் இவைகள் கல்லறைகளில் புதைபொருளாக வைக்கப்பட்டிருப்பதாக காலங்கி நாதர் மலைவளம் என்னும் நூலில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

கொல்லி மலையில் அமைந்துள்ள முக்கியமான இடங்கள்:-

(i) **அறப்பளீஸ்வரர் கோவில்:-** இம்மலைவாழ் மக்கள் அறப்பளீஸ்வரரைக் குலதெய்வமாகக் கொண்டாடுகிறார்கள்.

(ii) **ஆகாய கங்கை:-** அறப்பளீஸ்வரர் கோவிலுக்கு வடக்கில் பஞ்சநதி ஆறு ஓடுகிறது. காடுகளும் சோலைகளும் நிறைந்த அப்பகுதியில் இயற்கையின் காட்சி கண்கொள்ளாதது. கோயிலுக்கு நேர்கிழக்கே அரை மைல் தூரம் கீழே பயங்கரமான பாதை வழியில் இறங்கிப்போனால் நூற்றைம்பது அடி உயரத்திலிருந்து ஓர் அருவி விழுவதைப் பார்க்கலாம் இதுவே ஆகாயகங்கை.

(iii) **கோரக்கர் குண்டம்:-** ஆகாய கங்கை நீர் பாயும் ஓடை வழியாகச் சென்றால் ஒரு மைல் தூரத்தில் ஒரு சிறு செங்குத்தான குன்றும் அதனுள் குகையும் காணலாம். அந்த குகையின் தென்புறத்தில் ஓர் அகழி உள்ளது. இதுவே கோரக்கர் குண்டம் என்றழைக்கப்படுகிறது. இங்கு கோரக்கர் என்னும் சித்தர் தன் மாணவர்களுடன் கூடி தவம் இருந்ததாக சொல்லப்படுகிறது. இக்குகையைச் சுற்றி வேலால் தாக்கப்பட்ட புண்ணை ஆற்றும் சாவல்யகரணி என்ற மூலிகையும், துண்டிக்கப்பட்ட பாகங்களை ஒன்று சேர்க்கும் சந்தான கரணியும், கருநெல்லி, கருவாழை, கருநொச்சி, மூவிலைக்குருந்து, செங்கொடிவேலி, பேய்த்தேத்தான், ஜோதி விருட்சம், சாயாவிருட்சம் சுணங்கி விருட்சம். கணஎருமை விருட்சம், பெரியாநங்கை, சிறியாநங்கை இன்னும் அனேக மூலிகைகள் காணலாம். இதுவன்றி கோரக்கநாதரால் செய்யப்பட்ட கெந்தகத்தைலம், ரச குளிகை. முப்பு இன்னும் பல அரிய மருந்துகளை அங்கு புதைத்து வைத்திருப்பதாக காலங்கி நாதர் மலைவளம் என்ற நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

(iv) **சோரமடையான் கோவில்:-** அறப்பளீஸ்வரர் கோவிலிலிருந்து வடபக்கம் மூன்று மைல் தூரம் சென்றால் சோரமடையான் கோவிலை அடையலாம். இது மலை வாசிகளால் வணங்கப்பட்ட முந்திய தெய்வம்.

(V) கொல்லிப்பாவை:- சோரமடையான் கோவிலிலிருந்து ஒரு மைல் தூரத்தில் தான் கொல்லிப்பாவையின் சிலை உள்ளது. அழகிய சோலைகளும், சந்தனம், ஜாதிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய் முதலிய மரங்கள் சூழ்ந்த இடம் காண மனதில் ஓர் புதிய உணர்ச்சி தோன்றுகிறது. இம்மலைக்கு மூலிகை தேடி வருபவர்கள் யாரானாலும் இக்கொல்லிப் பாவையை வணங்கியே செல்ல வேண்டும் என சொல்லப்படுகிறது.

கொல்லிப் பாவையின் வரலாறு

கொல்லி மலைக்கு காவலாக கொல்லிப் பாவை, பெரியண்ணசாமி என்னும் தெய்வங்களை அமைத்து வைத்திருப்பதாக சித்தர் நூலால் அறிகிறோம். கொல்லிப்பாவை என்பது கொல்லி மண் மேல் சித்தர்களால் செய்து வைக்கப்பட்ட பதுமை.

கொல்லிமலை தவம் செய்வதற்கும், தனித்து வாழ்வதற்கும் தகுதியான இடம். தேன், பலா, ஆரஞ்சு முதலிய பழ வகைகள் நிறைந்த இடம். எனவே சித்தர்களும், முனிவர்களும் அங்கு வந்து தங்கினர். இதைத் தெரிந்து அசுரரும், ராக்கதரும் அங்கு வந்து கூடுவராயினர். இவ்வாறு இராக்கதர் வந்து கூடவே முனிவர்களின் தவத்திற்கு இடையூறு ஏற்பட்டது. அப்போது தேவரும், முனிவரும் அப்பகைவரை அடக்கவோ, எதிர்க்கவோ முடியாததால் அசுரர்கள் வரும் வழியில் அவர்கள் கண்டு மயங்கும் வண்ணம் அழகமைந்த பெண் வடிவம் ஒன்றை செய்து வைக்க நிச்சயித்து விஸ்வகர்மாவை அழைத்து தமக்கு உற்ற துன்பத்தைக் கூற, அவரும் அம்மலையில் அசுரர் வரும் வழியில் கல்லால் பாவை ஒன்று செய்து அதற்கு பல சக்தியை ஊட்டி அசுரர் வாடை பட்டவுடன் நகைக்கும் திறமும் காண்போரின் விழியும் உள்ளமும் கவர்ந்து அவருக்கு பெரும் காம வேட்கை வருவித்து இறுதியில் கொல்லத்தக்க மோகினி வடிவம் அமைத்து அங்கு பிரதிஷ்டை செய்தார். இப்பாவையை நோக்கினோர் அச்சக்தி இயங்குவதையும், நகைப்பதையும் கண்டு மடந்தை போலும் என மயங்கி காம நோய் கொண்டு கிட்டே நெருங்கும் போது அச்சிலை மாயாசக்தியால் அவரைக் கொன்று விடும்.

"திரிபுரத்தை செற்றவனும் செழும்பாவையும்
நகை நகைக்கக் கற்றதெல்லா மிந்த
நகைகண்டாயோ"
— — — — — — — — — — — —
சித்திரமடல்

என்ற வரிகளால் அறியலாம்.

இப்பாவை காற்று, இடி, மழை, பூகம்பம் இவற்றால் அழியாது என நற்றிணையில் பரணர் 201-ம் செய்யுளில் கூறியுள்ளார்.

(vi) பெரியண்ண சாமி கோவில்:- கொல்லிப்பாவை சிலையிலிருந்து கிழக்கே இரண்டு மைல் தூரம் சென்றால் ஒரு குன்றின் மீது பெரியண்ண சுவாமிகோவில் இருக்கிறது. இது தரைமட்டத்திலிருந்து 300 அடி உயரத்தில் பழைய காலத்துக் குயவர் மண் ஓடுகளால் கோயிலுள், மண்ணினால் செய்யப்பட்ட சிலை குதிரை வாகனத்தில் அமர்ந்து கையில் திரிசூலம் ஏந்தி வேட்டைக்குச் செல்லும் பாணியில் காட்சியளிக்கிறார். பெரியண்ணசுவாமியும் இம் மலையின் காவல் தெய்வம் என்று சித்தர் நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

(vii) பாம்பாட்டிசித்தர்குகை:- ஆகாய கங்கை அருவிக்குச் செல்லும் வழியில் அரை கிலோ மீட்டர் மேற்கே சென்றால் அங்கு பாம்பாட்டிச் சித்தர் தவம் இருந்த குகை உள்ளது.

(viii) அகத்தியர்குகை:- ஆகாய கங்கை நீர் செல்லும் ஓடை வழியாக 1 கிலோ மீட்டர் தூரம் சென்றால் அங்கே அகத்தியர் தவம் இருந்த குகையைக் காணலாம்.

இதுவரையில் மலைகளில் உள்ள முக்கியமான இடங்களை அறிந்தோம். இனி இம்மலையின் ரகசிய மரணம் மாற்றும் மூலிகைகளின் அதிசயங்களைக் காணலாம்.

(1) செந்தாடு பாவை:- இது ஒரு தெய்வீக மூலிகை. இதன் பெயருக்கேற்ப மனிதரைக் கண்டவுடன் காற்றில் அலை மோதுவது போல் ஆடி அலைவதைக் காணலாம். இதில் பருத்தி செடியைப் போல இலையும், காயும் இருக்கும். பூ தாமரைப் பூப் போல் வெண்மையாக இருக்கும். இது பெரியண்ண சுவாமி கோவில் பக்கம் சில இடங்களில் காணப்படுகிறது. இதன் பஞ்சங்களை நிழலில் உலர்த்தி

சூரணித்து திரிகடிபிரமாணம் தேனில்குழைத்து காலை, மாலை இருவேளை 40 நாட்கள் சாப் பிட்டால் சகல ரோகங்கள் நீங்கி காயகற்ப முண்டாகும். நரை திரை நீங்கும்.

(2) **கண எருமை விருட்சம்:-** இது ஒரு வகைக் கள்ளி இனத்தைச் சேர்ந்தது. இதன் இலை எருமை நாக்கு போல் இருக்கும் மனிதர் வாடை கண்டால் எருமை கனைப்பது போல் கனைக்கும். இது பால் நிறைந்தது. இம்மரத்தை ஒரு கல்லால் தட்டினால் பால் வரும் அதைச் சாப்பிட்டால் பசும் பால் சுவையுடையதாயி ருக்கும். ஒரு வித போதை, மயக்கம் தரும். சில மணி நேரத்தில் தெளியும். பசி, தாகம், சோம் பல், நீங்கி காயசித்தியாகும். நரை திரை நீங் கும். இம்மரம் பெரியண்ணசுவாமி கோவிலுக்கு பின்புறம் உள்ள காட்டில் காணப்படுகிறது. இம்மரப்பாலைக் காய்ச்சி புரைகுத்தி தயிர் எடுத்து, அதிலிருந்து வெண்ணை எடுத்து காய்க்க நெய் கிடைக்கும். எருமை நெய் போலி ருக்கும். இதில் சிறுகண் நாகத்தை உருக்கி 10 முறை சாய்க்க நாகம் கட்டும் நவபாசாணங் களை சுருக்கு கொடுக்க மெழுகு ஆகும்.

3 **சுணங்கி விருட்சம்:-**

"நாய்க்குட்டிமரம்" எனப்பெயர் பெற்ற இம் மூலிகை கிடைக்கப் பெற்றவர் பெரும் புண்ணிய சீலர் எனலாம். இது பார்வைக்கு கல்லச்சி மரம் போல் தோற்றமுடையது. இலை சிறிதாய் மாவிலை போன்றும், காய் நாய்க் குட்டி வடிவிலும் இருக்கும். காய் கீழே விழுந்த வுடன் மீண்டும் மரத்தில் சென்று ஒட்டிக் கொள்ளும் தன்மையுடையது. இதன் பழம் சாப்பிட விரும்புபவர் 7 தினங்கள் மரத்தடி யில் வடுகபைரவர் மந்திரம் சொலவேண்டும் பழம் தின்றவர்கட்கு பசி, தாகம் நித்திரை ஒழிந்து காயசித்தி அடைவர்.

ஜோதி விருட்சம்:-

இம்மரம் நாவல் மரம் போன்று இலையும் மருதாணிப்பூ போல வடிவமும், நீலம் கலந்த வெண்மையும் இருக்கும். இதன் அடிமரத்திலி ருந்து மேல்தூர் வரை பட்டையில் வெடிப்பு காணும். அதில் ஒரு பிசின் பால் போல் கசிந்து கொண்டிருக்கும். அந்தப்பாலில் இரவில் மின் மினிப் பூச்சி போன்ற ஒளிகாணும். இதன் பட் டையைத் தட்டிச் சாறு பிழிந்து அதில் செம்பை உருக்கிச் சாய்த்தால் செம்பு களிம்பு அற்றுப் போகும்.

சாயா விருட்சம்:-

இதன் நிழல் சாயாமல் இருப்பதால் இப் பெயர் பெற்றது. இது வெண்மருது போன்ற இலையும், மிருதுவான பட்டையுடன் கூடி பூ மஞ்சளாய் பருத்திப் பூபோல் காணும் இதை வெட்டினால் வெட்டுவாய் உடனே மூடிக் கொள்ளும். இம்மரத்தூரில் ஒரு துளை போட்டு அதில் சிறிதளவு பாதரசம் விட்டு ஆப்பு வைத்து 2 மாதம் சென்று எடுத்துப் பார்க்க ரசம் கட்டி மணியாயிருக்கும்,

இலையுதிரா விருட்சம்:-

ஆலமரம் போல பிரமாண்டமாய், இலை தாமரை இலை போலும், சூரியகாந்தி பூப்போ லவும் உடைய இம்மரத்தின் இலை உதிர்வ தில்லை. இதனால் இம் மரத்திற்கு இலையுதி ராவிருட்சம் என்று பெயர். இது கொல்லிமலை யில் நீர் அருவிக்கு மேல் உள்ள ஒரு காட்டில் உள்ளது. இதன் பஞ்சாங்கத்தை கற்பமாக உண்ண காயசித்தியாகும், கத்தியால் வெட்டி னால் இரண்டாகப் பிரிந்து மீண்டும் கூடும்.

கருநெல்லி காயசித்தி:-

தகடூர் அதியமான் தாம் அரிதிற் பெற்ற கரு நெல்லிக்கனியைத் தான் உண்டு நீண்ட நாட்கள் நிலையாமல் ஔவையார் நீண்ட காலம் வாழ்ந்து தமிழ்த் தொண்டு செய்ய விரும்பி அளித்தான் என்று புறநானூறு கூறு கிறது. இப்பெருமை வாய்ந்த கருநெல்லி கொல்லிமலையின் மேல் கோரக்கர் குகையிலி ருந்து ஒருமைல் தூரம் சென்றால் ஒரு ஆழ மான கெவி ஒன்றில் இருக்கிறது.

கல்தாமரை:-

இது கட்டைவிரல் பிரமாணமுள்ள கிழங்கு. வலம்புரிக்காய் போல் 2 அங்குலம் நீளத்தில் பாறையின் இடுக்குகளில் முளைத்து இருக்கும். இது நிலக்கடம்பு போலிருக்கும். இதை எடுத்து கீழே போட்டு அதன் மீது நின்று கொண்டு வானத்தைப் பார்த்தால் நட் சத்திரம் தெரியும். இதன் கிழங்கில் இரும்பு ஊசியைச் சொருகி வைத்தால் அது செம்பாக மாறும். இது கொல்லிமலையில் நீர் அருவி உள்ள இடங்களில் காணப் படுகிறது.

கல்பிறமி -

கல்லை இளக்கி மெழுகாக்கும்
கல்லில் பிறமி இதன் பெருமை
சொல்லில் உணர்த்த முடியாது
சொக்கர் அறிவார் யாரறிவார்
பல்லு உதிர்ந்து தான் முளைத்து
பாலன் ஆவான் கொண்டவனும்
நில்லா உடலும் நிலைத்து விடும்
நீண்டு ஆயுள் பெருகிடுமே

— தேரையர்

கல்லை மெழுகாக்கும் என்றும், உதிர்ந்த பல் முளைத்து பாலன் ஆவான் எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது. இதன் இலை புளியம் இலை போல் தடிப்பாகவும் பூ நீலநிறத்தில் விஷ்ணு கிரந்தியை ஒத்து இருக்கும். இது கோரக்கர் குண்டத்தில் உள்ளது.

முடவாட்டுக் கால்:- [Drinaria Quercifolia]

முடவாட்டுக் கால் என்னும் இம் மூலிகை ஒரு அபூர்வ படைப்பு ஆகும். இது ஆட்டுக் காலைப்போலவே ஒரு அடி நீளமும் 2 அங்குல பருமனும் உள்ள கிழங்கு: இது பாறைகளில் அப்படியே ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும். இதன் மேல் சுற்றிலும் உரோமம் போல முளைத்து செம்மறி ஆட்டின் காலைப் போல் இருப்பதால் இதற்கு இப்பெயர் வந்தது. இதனை கொல்லிமலையில் பல இடங்களில் காணலாம்.

இதனைக் குடிநீர் செய்து இளம்பிள்ளை வாதம், கைகால் முடக்கம், கை கால் சூம்பியிருத்தல் இவற்றிற்கு ஒற்றடமிட்டும், குடிநீரை அவ்விடங்களிலும் ஊற்றியும் வர நன்கு பலனளிக்கும்.

வெள்ளைப்பூ பூக்கும் வகைகள் :-

கொல்லிமலையில் வெள்ளை ஆவாரை வெண்துத்தி, வெள்ளைக் கண்டங்கத்தரி. போன்ற மூலிகைகள் காணப்படுகின்றன. வெள்ளைப்பூவுடைய மூலிகைகள் இரசச் சத்துகள் கொண்டுள்ளது என்பது சித்தர் கொள்கை. எனவே இம் மூலிகைகள் இரசச் சத்தை அடக்கியுள்ளன என்பது வெள்ளிடைமலை; எனவே இம் மூலிகைகள் சாதாரண நிறப்பூவைவிட அதிக மருத்துவக் குணங்களைக் கொண்டிருக்கும் என விளங்குகிறது எனவே நாம் வெள்ளை இன மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தி அதிக மருத்துவப் பலன் பெறலாம்.

சாதாரணமாகக் கிடைக்கும் மூலிகைகளை நாள் தோறும் பயன்படுத்துவது போல் இது போன்ற தெய்வீக சத்தியுடைய மூலிகைகளையும் வளரச்செய்து பயன்படுத்த முற்படுவோமாக.

வாழ்க சித்தர்கள்,! வளர்க சித்தமருத்துவம்!

சத்தியங்கள்

மனிதனாக
மாற்றுவதற்காக
மனதின்
சந்தோஷங்களை
உறிஞ்சுபவைகள் ...

மாலை
வருமுன்
இரவு
புலர்ந்துவிடும்
என்பதை
உணர்த்துபவைகள் ...

— சுபா

The Drug Padigaramchenduram Action on The Disease Intestinal Amoebiasis

DR. D.C. SELVARAJ, M.D., (S)
READER

INTRODUCTION

Padigarachenduram is one of the commonest Siddha drug which is widely used against diarrhoea associated with Blood and mucous. In order to asertain the degree of its usefulness a clinical trail was attempted with necessary laboratory and clinical analysis. This paper contains observation of these analysis. The author has ascertained its significance in the treatment of Raththa Seetha Kalichal (Intestinal Amoebiasis)

Bio-chemical analysis of Padigarachenduram

The bio-chemical analysis of padigarachenduram was done and following results were obtained. In this drug padigarachenduram Mercury, Chloride, calcium, Alum,sulphate, Ferr-iciron, citric acid and ascorbic acid are present.

Pharmocological action

The Anti-amoebic action of padigarachenduram is attributed to its mercury and sulphur contents possessing wide antimicrobial action. The Alum is exerting a very good, antacid and anti-ulcer activity, and is useful in healing the ulcers occuring in the large intes-tine synergically, they are acting as a very good Anti-diarrhocal agent also. Calcium exerts a coagulation effect which prevent the possibility of bleeding from the ulcer.

Among the Mercurial preparations lingam is less absorbable into the systemic circu-lation and exerts a more specific local action in the intestinal tract. So, it is exerting an effective anti-in fla mmatary effect and ulcer healing effect and disinfectant effect. The Alum is exerting a very good demulcent, antacid, haemo,-static and ulcer healing effect. Due to its astringent action, it reduces the over fluid secretion in the intestinal tract and there by helps the formation of solid stools.

Since citrate is considered to be a clotting promotor, its combination in padigarac-henduram is presumed to be effective in preventing the ulcer in the intestine.

The presence of ascorbic acid adds to the healing effect of padigara chenduram since it is essential for the formation of inter-cellular substances.

Pharmocological study on the Drug Padigara Chenduram

The Anti-diarrhoeal activity of Padigarachenduram was investigated in rats. The test was designed to show the inhibition or stimulation of peristalsis.

Materials and Methods

The method in a slight modification of the test designed to show inhibition or stimulation of peristalsis. Here rats were used instead of mice, according to the original method.

Four rats were fasted overnight. They were divided into 2 equal groups, each consisting of 2 rats. One was kept on control and another group was subjected to the test group.

Administration

A 10% solution of the test drug padigara chenduram was prepared in the form of the suspension with 5% tranganth in distilled water.

2 ml of test drug was administered orally to the test group of rats- The control group received water 2 ml /100 gm. After 1 hour 1 ml of 5% charcoal and 2.5% gram acacia in an equilibrim suspension was administered orally to both groups. Two hours after the charcoal meal the rats weie sacrificed and the intestines excused from the cardiac and to the anus. In a white glass the intestine extended and to the distance travelled by the charcoal meal in this ratio to the intestinal legnth is kept as criteria to determine the spasmodic or anti-spasmodic effects of the drug.

The results are given below in the table.

TABLE

1 Charcoal meal method

Drug	Dose	Percentage of distance travelled by charcoal	Percentage of inhibition
1 Charcoal	water 2ml/100gm	100%	0
2 padigara chenduram	20mg/100gm in 2 ml of water.	45%	58%

Since the drug inhibits intestinal motility it seems to be an anti-diarrhoeal agent.

CONCLUSION

For this clinical study 10 cases of Intestinal Amoebiasis were taken and the drug trail with Padigara chenduram which was given in the dose of 250 mg thrice daily for a period of 20 days. It was obsoveed that all the cases showed clinical improvement within few days of commencement of the treatment in the form of lesser number of times of passing motion, lesser bulk of faecal matter. By the end of first week of treatment there was complete remission of symptoms of dysentery was totally controlled. Patients were feeling normal and had normal bowel habits and their motions were macroscopicallv found normal in bulk, colour and consistency and microscopically no Enamoeba Histolytica, could be made out. However all the cases were put on drug for a period of 20 days in the recommended dose of 250 mg thrice daily with butter to prevent recurrence and velapse. All the cases were reviewed for every month for relapse of symptoms for a period of 2 to 6 months in the out patient department. They were clinically examined and their motions were examined for E.H- It was gratifying to note that none of the cases had recurrence or relapse or reinfection and their symptoms free, enjoying normal healthy active life. Their motions did not show E-H-. This limited study reveals that the drug taken up for trail has been given excellent results and found to be therapeutically effective for the management of intestinal amoebiasis and it is found to be effective luminal Amoebicidal drug.

YOGA OF SIDDHA SYSTEM

Dr. R. S. RAMASWAMY, Final M. D. (s)
(Sirappu Maruthuvam)

Birth as a human being itself is a disease—the greatest disease the cure of which is attainable in one's life-time if proper care of the body and soul is taken. Siddhas our ancient medical scientists evolved a non-pareil system of medicine—the siddha system of which yoga forms an important part. Yoga is a means by which a person can attain his salvation and prevent birth again.

Siddhas define yoga as a perfect science which makes the human soul unite with the God and the truth. It is also defined as a science which leads one to salvation by controlling the mental processes. The word 'Yog' means 'Union' i.e. our union with the truth which is nothing but the God. 'Union' implies realisation of God within onself. Yoga removes the dirty environment - the materialistic hold of a man within and without which prevents him from realising God.

Yoga is a means of Kayakalpa. Kaya—the body and Kalpa—the process of keeping the body healthy, young and energetic by delaying the ageing process and also by preventing, controlling or eradicating diseases.

The science of yoga was originated by Lord Siva, the first Siddha and it has been being handed down to the posterity by Siddhas, rishis and yogis since then. Yoga has been detailed in the Yog Sutra of Patanjali and Thirumanthiram of Thirumoolar. Yoga has eight parts (and so it is called 'Attanga Yoga') — Iyam, Niyam, Asana, Pranayam, Pratyahar, Dharana, Dhyan and Samadhi.

1. Iyam :

It means purity of thought and mind. Non-violence, non-stealing, non-desire, truthfulness, celibacy, humility and charity are some important attributes of Iyam.

2. Niyam :

This second part of yoga stands for the purity of conduct. Good deeds of a man render him and the society happy whereas bad ones render him and the society unhappy. Good deeds render a man healthy both physically and mentally whereas bad ones unhealthy. Development of tolerance, contentment, controlling of five senses, acquiring knowledge and helping those in need are some important attributes of Niyam.

3. Asana :

It simply means keeping our body steady and motionless in a particular posture comfortably. As it forms part of yoga, it is otherwise called yogasana.

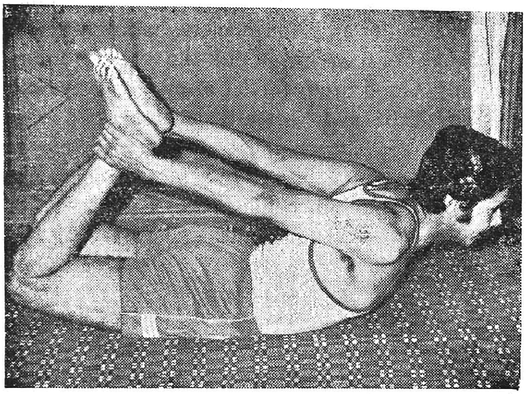
Asanas are countless but some 30 to 50 important asanas are in practice throughout the world. One can choose some of them for daily practice or for curing a particular disease as advised by a physician.

Kriyas are exercise - like movements done at a particular stage of an asana to stimulate the target organ or to produce the desired effect in a body system. Kriya ends at the particular stage where it starts.

Asana differs from exercise - exercise builds up only the superficial muscles and helps maintain the general well - being of a person whereas asana strengthens the internal partsof the body. Asanas and Kriyas are done for preventing or curing diseases of all the systems of the body. For a particular disease, specific asanas and kriyas are prescribed and these stimulate the cells of the targe

organ or the system involved to produce the desired curative effect.

(e.g.) Diabetes mellitus—Villasana (Bow pose)
Hypothyroidism —Sarvangasana (integral shoulder pose)
Respiratory diseases —Meen Asana (Fish pose)
skin diseases & vit D deficiency } - kriya surya Vanakkam (The science of sun worship)



Vill asana (BOW POSE)

Yogasana purifies the thought and mind, prevents or controls obesity, improves memory, ensures good blood circulation and drives away laziness.

Certain rules and regulations have to be observed in the practice of yogasana. The 3 most important rules are: Asanas should be done

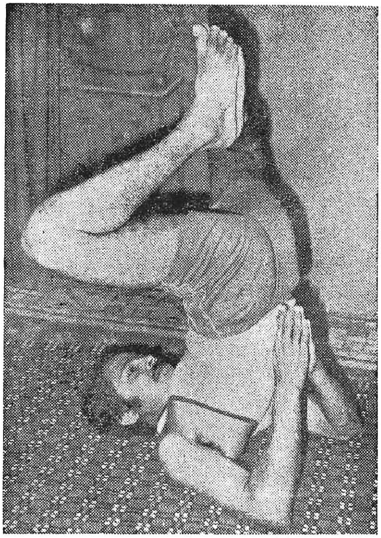
i. step by step and slowly without any bustle.

ii. Without holding the breath at any moment.

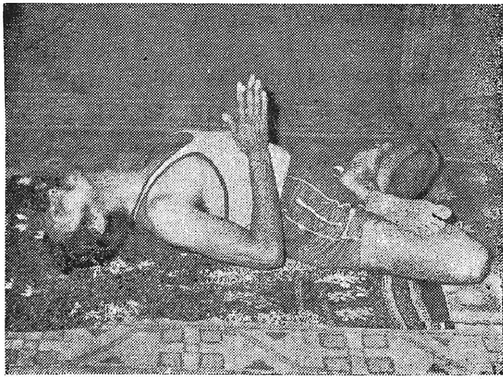
iii. in twos—pose followed by its counter—pose

Other rules and regulations include:

1. Asanas should be done in empty stomach after evacuation of bowels and bla-



Sarvanga asana (INTEGRAL SHOULDER POSE)
(Kriya Worship)



3 Meen asana (FISH POSE)
(Kriya Worship)

dder preferably in the morning or evening. A smooth even ground with proper ventilation and adequate sun light is necessary. Loose garments or shorts and vests should be used. A good vegetarian diet is advisable. Smoking and drinking should be avoided.

4. Pranayam :

'Prana' means 'life force oxygen' and 'ayam' means 'to lengthen, to spread or to control and to retain'. In short it means 'control of breath'.

Normally the 3 processes of inhaling (Pooraka), retaining (Kumbaka) and exhaling (Rechaka) are taking place in the usual act of respiration in which all the air taken in is not absorbed into the system but a considerable amount of air is wastefully exhaled along with the expiratory air. Pranayam is a perfect science which helps to absorb and spread all the inspiratory air into the body system by a methodical control of breath.

The pooraka, kumbaka and rechaka are timed in different ways in different types of pranayam. Kumbaka is a state of hyperventilation — a stage during which the inspired air spreads along the body tissues sufficiently through circulation. Kumbaka is of two parts — i. internal kumbaka (the gap between inspiration and expiration) ii. external kumbaka (the gap between expiration and the next inspiration).

Pranayam is also a means of kayakalpa. It increases the life span by improving the general health and by preventing, controlling or eradicating diseases. Hundreds of pranayam methods are observed by Siddhas but for our daily practice some 5 or 6 methods will do.

In the parctice of pranayam, the body gets sufficient oxygen. Dirty and Poisonous gases are easily expelled. The blood is purified. The lungs become flexible and strong. It is specially beneficial to the diseases of respiratory, nervous and gastro-intestinal system.

Pranayam should be done in empty stomach preferably after doing asanas — in sukhasana or padmasana and in cases of sanyasis, siddhasana. It should be practised in the open place where there is fresh pollution - free air is available.

5) Pratyahar: This is the 5th part of yoga and it means withdrawal of senses. When all the 5 senses are controlled, they can be unified towards the target, the God and the truth.

6) Dharana: It means concentration. It is the stage which naturally follows pratyahar. This concentration is made towards the truth and the God. For a physician it is towards the patient, his disease and its cure.

7) Dhyana: It means meditation — cessation of all thoughts except one thought which is about God for saints, siddhas and all.

8) Samadhi: This is the last part of Yoga. It means tranquility. It is the act of communing with God or losing oneself in God. In this stage the soul loses its identity and becomes one with the God and the truth. Siddhas and yogis can engage themselves in this stage for thousands of years.

Thus the yoga of Siddha system leads one to the final goal of realising the God and the truth. The first 4 parts are prescribed normally for human beings to prevent or control diseases and thereby lead a normal healthy life physically and mentally. The last 4 parts of yoga are to be observed normally by siddhas and saints.

REFERENCES

1. வணக்கத்திற்குரிய குரு யோகி இராமையா அவர்களின் போதனைக்குறிப்புகள்

2. டாக்டர் ஆர். தியாகராஜன் அவர்களின் 'சிறப்பு மருத்துவம்'.

3. இராமேஷ்வரதாஸ் குப்தா அவர்களின் 'யோக ரஷ்மி'.

The superlative features of the human

From: K. P. RAMACHANDRAN, Final B.S M.S.

Introduction :

To Learn medicine "Let us always have anatomy first." Medicine never goes without anatomical control. In my memory, Imprints of basic medical sciences are deeply engraved. It is with a great pleasure I have a selected a just some "nuts and chips" to your palate.

Man is the superlative product of the evolution. Man is superlative not because of his brain powers, not because of his visual ability, not because of his higher functions of intelligence. But man is superlative because of his Opposible Thumb. In this article I would like to prescribe certain important superlative characters of the anatomical architecture of the man kind.

I Superlative Features in Osteology

	Longest bone	—	Femur
II nd	Longest bone	—	Tibia
III rd	Longest bone	—	Fibula
IV th	Longest bone	—	Humerus.
	Smallest bone	—	Stapis
	Strongest bone	—	pterus part of temporal bone.
	Thinnest bone	—	Lacrimal bone.

II Superlative Features in Syndesmology :-

Largest joint	—	Knee joint.
Largest Ball and socket joint	—	Hip joint.
Smallest Ball and socket joint	—	Incudo Stapedial joint
Largest Sadile joint	—	carapal meta carapal joint.
Smallest sadile joint	—	Incudo malleolar joint.
Strongest ligament	—	Ilio femoral ligament.

III Superlative Features in Myology :-

Longest muscle	—	Sartorius
Longest tendon	—	Plantaris.
Longest muscle	—	Adductor magnus,
Thickest muscle	—	Gluteus maximus.
Smallest Skeletal muscle	—	Stapedius.
Strongest tendon	—	Tendo calcaneous.
Virgins muscle	—	Gracilis.
Riders bone	—	Adductor longus.
Tailors muscle	—	Sartorius.
Peripheral heart	—	Gastro chimius and soleus.

Longest named the muscles —

* Levator labii superioris alaeque nasi.
* Abductor ossi metatarsi digiti qninti.

IV Superlative Features in Neurology

Thickest nerve	—	Sciatic nerve.
Lorgest nerve	—	Saphenous herve
Lorgest cranial nerve	—	Vagus nerve
Largest part of brain	—	Cerebrum.

V Superlative Features in Angiology :-

Largest artery	—	Aorta.
Largest vein	—	Inferior venacava
Highest Blood supply	—	Kidney and— thyroid.

Blood is a fluid connective tissue.

VI Superlative Features in Splanchonology :-

Largest organ — Skin.
Largest viscera — Brain and Liver.
Longest viscera — Small intestine.

VII Forensically Important Superlative Features :-

Softest tissue in the body — Cornea
Thickest tissue in the body — Enamel.
In male — Prostate
The last organ to Degenerate
Infemale — Uterus.

BIO DATA

VIII CERTAIN LENGTH TO BE REMEMBERED.

45cm

Femur
Thoraxic duct.
Spinal cord
Vas deferens

45 to 50cm

Umblical cord
Transverse colon.

25cm

Oesophagus.
Ureter.
Duodenum.

10 cm

Trachea
Uterine tube.

9 cm

Vagina

8 cm

Portal vein
Ligamentum patella.

7.5cm

Uterus

5 cm:-

Left bronchus
sten son's duct. (parotid duct)

4 cm:-

optic nerve

3. 8 cm:-

Anal canal

3 cm:-

Frontal sinus
cavernous sinus
maxillary sinus

3 — 20 cm.

Appendix

2 cm

Sphenoid sinus

X CERTAIN IMPORTANT FEATURES IN SECRETION :-

1 .5 litres / Day

urine
saliva
gastric juice
Bile
pancreatic juice

X CERTAIN IMPORTANT FEATURES IN EPITHELIUM

a) **squamous epithelium:-**

It lines exposed areas of the body (Eg) skin, vagina, External ear, External nose, lower part of anal canal, pharnyx, tongue, oesophagus, etc.

(b) **columnar epithelium:-**

It lines where there is secretion.
(Eg) stomach, Intestine etc

(c) **ciliated columnar epithelium:-**

It lines respiratory tract
(CEg) Trachea, Bronchi etc

(d) **Transistional epithilium:-**

It urine proof epithelium.
(Eg) it lines ureter, bladder urethra

(e) **Neuro epithelium**

Line in the eye, uinternal ear, Taste buds, upper part of the nose (olfactoryl epitheɩium)

pigmented epithelium

Iris, choroid etc

XI. CERTAIN IMPORTANT FEATURES IN CAPACITY.

stomach	— In newborn	— 30 cc
	— In puberty	— 1000 cc
	— In Adult	— 1500 cc
Gall bladder		— 30—50ml
Urinary bladder		— 220ml

XII CERTAIN IMPORTANT FEATURES IN WEIGHT

weight of the brain	—	About 1500gms
,, Liver	—	,, 1500gms
,, Lungs	—	,, 650—700gms
,, kidney	—	,, 150gms
,, uterus	—	,, 30—40gms
weight of the Thyroid	—	About 30gms
,, parotid	—	,, 30gms
,, Testis	—	,, 10—15 gms
,, prostate	—	,, 8gms
,, Adernal gland	—	,, 5gms
, ovary	—	,, 5gms

The weight, Length, capacity of certain structures mentioncd above are representing an average man's structure. There are every chances for variation.

PHYSICIAN

Patience to his patients.
Humanity is showed.
Youth in duty for ever.
Service to the society.
Intellectual in deeds:
Contentment is conquered,
Illumination is seen.
Admired by all and,
Nobel is his profession.

S. Saravanan.
II B. S. M. S.

எலுமிச்சை

N. GOWRI.

எலுமிச்சை எங்கும் நிறைந்த மூலிகை. எளிதில் ஏழை எளியவர்களுக்கும் கிடைக்கக் கூடிய மூலிகையாகும், இதனுடைய முக்கியத்துவம், அன்றாட வாழ்க்கையில் பயன்படும் விதம் போன்றவற்றை இங்கு காண்போம்.

வேறுபெயர்கள்:- ராஜகனி, பழம்.

Tamil — எலுமிச்சை
English — Lemon
Telugu — Nimma
Malayalam— Cheru Naranga
Kannadam— Nimba
Sanskrit -- Jambira

இந்தியா எலுமிச்சம் பழ உற்பத்தியில் 6 வது நாடாகத் திகழ்கிறது'

பயன்படும் உறுப்புகள்:- இதன் அனைத்து பாகமும் பயன்படுகிறது.

பயன்படும் உறுப்பும்		அதன்செயலும்
(1) (Bark) பட்டை	--	Febrifuge
(2) Rind (பழத்தோல்)	—	Stomachic, Carminative, Rubefacient (தடிப்புண்டாக்கி)
(3) பழ எண்ணெய்	—	Aromatic, Stomaecie. Cadrminative, bitter,
(4) Juice	--	Refrigerent, appetizer, Antiscorbutic, anthelmintic. antiacid anti alkaline, பித்தநீர் பெருக்கி, பித்தமடக்கி

பழத்திலுள்ள (உட்பொருள்) சத்துகள்:- (Contents)

(1) Water	— 84.0	(8) Phosphorus	0.02
(2) Protein	— 1.5	(9) Iron	— 0.3 mg/100mg
(3) Fat	— 1.0	(10) Vit.C	— 63 (Juice)
(4) Starch	— 10.9	(11) Carotent	— 26
(5) Crude Fibre	— 1.3	(12) Ectric acid	
(6) Mineral matter	0.7	(13) Malie acid	
(7) Cal	— 0.09	(14) Ascarbic acid	

சேமிப்பு:-

(1) நீரில் போட்டு வைக்க கெடாமல் இருக்கும்

(2) 52°f - இந்த வெப்பநிலையில் பழத்தை பதனப்படுத்தி வைத்தால் 2 மாதங்கள் வரை வைத்திருக்கலாம்.

இது சிறந்த கற்ப மூலிகையாகவும், அன்றாட வாழ்வில் எத்தனை விதங்களில் பயன் படுகிறது. மேலும் சில நோய் நிலைகளைத் தீர்க்கவும்த் பயன்படுகிறது.

கற்பம்

"கோணத் துளையுங் குறியுளையுங் — கொக்காகில்
கோணத் துளையுங் குருளைபோற் — கோணச்
சடமதியுண்மா றாமற் சம்பீரக் கற்பஞ்
சடமதியுண் மா றாமற் சண்" (தேரையர் - யமக வெண்பா)

எ. பழச்சாறு (or) பழ ஊறுகாயாக பக்குவப்படுத்தி 6 மாத காலம் உண்ணவும்,

தீரும் நோய்கள்:-

பித்த காங்கையினால் சீதளமுண்டாகி, உடல் தளர்ச்சியினால் மூக்கின் மயிரும், தலை, முகம், இடங்களிலுள்ள மயிரும் நரைத்து. உடல் மெலிந்து வாடி, புத்திமாறாட்டமாய் பிடிப்பு, மகோதரம், பக்க சூலை, முடக்கு, பைத்தியம், பிரமை, உன்மத்தம் முதலிய பிணிகள் யாவும் தீரும்

1 சில முக்கிய நோய்களைத் தீர்க்கும் முறைகளாவன:-

இதில் பிராணவாயு இருப்பதால் (Life-force) இதனை மலை உச்சி செல்பவர்கள் எடுத்துச் செல்லலாம்

2 உடல் வலிமை இழந்தவர்களுக்கு:-

சுத்தம் செய்த 100 gm கிஸ்மிஸ் ஐ பாட்டிலில் போட்டு பின் எ. பழரசம்+நீர் உள்ளே விட்டு இரவில் திறந்து வைத்து காலையில் ரசத்தை குடித்து பழத்தையும் உண்ண அற்புத வளர்ச்சி யடைலாம்

அம்மை - மச்சம் நீங்க:-

3 எ, பழரசத்தை தினமும் தேய்த்து குளிக்கவும்,

4 பாலுண்ணி:-

அதிமதுரம், அமுக்கரா, வசம்பு

இவைகளை உலர்த்தி சூரணித்து பழச்சாறு விட்டு குழைத்து தே. எண்ணெய் சில சொட்டு சேர்த்து குழைத்து பாலுண்ணியின் மேல் தடவி வரவும். 2 மணி நேரம் ஊறியபின் பயத்தமாவினால் கழுவவும் புண், பாலுண்ணி தீரும்

5 தேமல். திரைகளுக்கு:-

சாரணை வேர்,
எ. பழ வேர்.
காணம்
} இவற்றை அரைத்து சாப்பிட தேமல் திரை குணமாகும்.

பயித்தியத்திற்கு:-

சதாபலக் கனிகாய் சமூலமுண்ணவே
நிதானமாய்ப் பயித்திய நிந்தை நோயகலுமே

இதன் சமூலம் (Refrigerent) குளிர்ச்சி உண்டாக்கி செய்கை இருப்பதால் பைத்தியத்தை நீக்க உதவும்.

காமாலை, கல்லீரல் நோய்களில்:-

Internal Use:- எ. பழரசம்
தக்காளிரசம்
தேன்
} இருவேளை 30ml வீதம் சாப்பிட Liver disease தீரும் தீரும்.

இதனால் சிறுநீரிலுள்ள சர்க்கரைச்சத்து குறையும். (Glycosuria), பித்தப்பை நோயும் தீரும்

Ext - Use:- ரசம்+வெந்நீர் – ஒற்றடமிடலாம்

வாந்தி அதிகம் எடுத்தால்:-

இதன் விதையை தேனில் உரைத்து நாக்கில் தடவலாம்

கழிச்சலைத் தடுக்க:- (diarrhoea) (dysentry)

சீரகத்தை தேன் விட்டு பொன் வறுவலாக வறுத்து பழரசம், நீர் விட்டு காய்ச்சி குடிநீர் போல் கொடுக்க நீங்கும்.

குருதியழுத்தம்:- (இரத்தக்கொதிப்புக்கு)

1. தினமும் பழரசம்+மோர் கலந்து சாப்பிடவும்
2. எ. ப. சாறு+செம்பருத்தி பூச்சாறு கலந்து அருந்தவும்
3. எ. பழரசம்+இஞ்சிரசம்+தேன்→கலந்து காலையில் 100ml அருந்தவும்

action: Blood purified & (Blood Vesseles) குருதி குழாய்களிலுள்ள படிமத்தை கரைக்கும்

நீர் கடுப்புக்கு:- (dysuridta)

கடுக்காய் 1 பலம் (35 gm) சீரகம் 3 பலம்	இரண்டையும் வெதுப்பி எ. பழச்சாறு கூட்டி தினமும் சாப்பிட நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்,

மார்புக் கட்டிக்கு:-

செஞ்சந்தனம், அமுக்கரா இரண்டையும் பழச்சாறு விட்டு அரைத்து கட்டியின் மேல் பூசவும்

நீரிழிவுக்கு:-

மாவுப்பொருள் இருப்பதால் இதன் ரசத்தை நீரிழிவு வியாதி உள்ளவர்களுக்கு குடிக்கும் நீராகப் பயன்படுத்தலாம்

சுகப் பிரசவத்திற்கு:-

கர்ப்பம் தரித்த 4 வது மாதத்திலிருந்து பழரசம், நீர், தேன் பருகவும். குழந்தை ஆரோக்கியமாகவும், அழகாகவும் சுகப்பிரசவத்துடன் பிறக்கும்

பார்வைமங்கலுக்கு:-

எ. பழரசம் எண்ணெயை கண்ணுக்கு விடலாம். குளிர்ச்சி தரும். கண் நோய் நீங்கிடும்

காதில் சீழ் வடிந்தால்:-

1. பழரசம்+1 பங்கு கிளிசரின் — கலந்து காதில் விடவும்
2. 4 நாள் பழரசத்தை வெயிலில் வைத்து பின்பு அதன் உடன் சரிபங்கு ந.எண்ணெய் கலந்து காதில் 2 துளி விடவும்.3 தடவை செய்யவும்.

காதுவலிக்கு:-

எ. பழரசம்+இஞ்சிசாறு கலந்து காதில் விடலாம்

பற்களின் தூய்மைக்கு:-

வாதாம் கொட்டைத் தோல்+பழரசம் விட்டு அரைத்து பல் துலக்க கிருமிகள் அண்டாமல் ஒளிவிட்டு பிரகாசிக்கும்.

பருக்களை நீக்க:-

1. பழரசத்தை இரவில் படுக்கப் போகுமுன் தேய்க்கலாம்.
2. பழரசம்+வெந்நீர் கலந்து சாப்பிடலாம்.

பொடுகு, பேன் இருந்தால்:-

வெள்ளைப்பூண்டு+பழரசம் அரைத்துக் குளிக்கவும்

தலைமுடி உதிர்வதைத் தடுக்க:-

எ. பழரசம்+நெல்லிக்காய் இரண்டையும் அரைத்து தலையில் ½ மணீநேரம் ஊறவைத்து குளிக்க செழிப்பாகவும் முடிவளரும். மூளைக்கு பலம், கண்ணுக்கு குளிர்ச்சி தரும்

செம்பட்டை மயிருக்கு:-

புங்கம் வேர்தைலம், சங்கு பற்பம் சேர்த்து அதிகாலையில் தடவி அஸ்தமனம் வரையில் ஊறவைத்து பின் எ. பழரசம் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்யவும் (5 நாள் விடாது செய்யவும்)

வீட்டில் மூட்டைப் பூச்சி வருவதைத் தவிர்க்க:-

எ. ப. தோல் உலர்த்தி இத்துடன் கந்தகம் (Sulphur) கலந்து பொடி செய்து மூட்டைப் பூச்சி உள்ள இடங்களில் தூபமிடலாம். மூட்டைப் பூச்சி அழியும்.

X — Ray:-

ஒளி ஊடுருவு கதிர் - பிரிவில் வேலை செய்பவர்களுக்கு புற்று நோய் ஏற்பட வாய்ப் புண்டு. எனவே எ. ப. ரசம் தினமும் அருந்த இந்நோயை தடுக்கலாம்.

விக்கல் (அனுக்தியகால விக்கல்):-

எ. பழத்திற்குள் ஏலரிசி, சீரகத்தையும் வைத்து சுட்டு அம்மியில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

ஒருத்தலை மண்டை வலிக்கு:- (Migraine) (ஒற்றைத் தலைவலி)

எருக்கம் பூ டீ போட்டு சூடான டீயில் ½ எ. பழ ரசம் விட்டு கொடுக்கவும்.

உடல்மெலிய:-

எ. பழரசம்+உப்பு சேர்த்து தினமும் சாப்பிடவும்.

கறி (Mutton, Chicken):-

கறி இவைகளை நன்கு வேக வைப்பதற்கு இதன்ரசத்தைச் சேர்த்து வேகவைக்க மிருது வாகஇருக்கும்.

முடிவுரை:-

இத்தகைய அரிய பயன்களை உள்ளடக்கிய இம் மூலிகையினை இனி நாம் பயன் படுத் தலாம். பயன் படுத்துவோமாக !

Medi - Facts

1. The human brain can store up 100, 000 times more information than a computer
2. Human bones if measured gram for gram are stronger than stainless steel.
3. A good sneeze travels approximately 160 k.m / hour
4. The liver filters enough blood in a year to fill up 23 milk trucks
5. At an average, all human beings dream two hours each night
6. The human heart pumps more than 7, 500 litres of blood each day.

பெண்

"பெண்ணே!
உன்னில்
என் பிரமிப்புகள்
சிகரங்களாய்
சிறகு விரிக்கின்றன.
எப்படி ... எப்படி
உனக்கு மட்டுமே
சாத்தியம்

ஒருமகளாய்
இருக்கும் போதே
தந்தையைக் கூட
மகனைப் போல்
பேணுகின்றாய்

ஒரு சகோதரியாய்
பரிமளிக்கும் போதோ
உடன் பிறப்பிற்காய்
உன்னை
அர்ப்பணிக்கிறாய்.

மனைவியாய்
மாறினாலே
உன்
விருப்பு வெறுப்பு
எல்லாவற்றையும்
கணவனின்
கடவுளுக்குப் பணியும்
பணியாளாய்
மாற்றி விடுகின்றாய்

நீ
தாயானால் ... ...
பெண்ணே
என்
கவிதை வரி கூட
இங்கு
குழந்தையாய் மாறி
தவழத் தொடங்குகின்றது

வார்த்தைகளின்
வைரத் தீட்டலில்
வடிக்கக் கூடியதோ
அந்தச் சொல்.

அம்மா ... ...
உச்சரிக்கும் போதே
உணர்ச்சிகளின்
உச்சமல்லவா
அந்தச் சொல்

அந்த
நினைப்புக் கதகதப்பே
சின்னக் குஞ்சுகளாய்
சிறகுக்குள்
பதுங்கும் சுகம்.

பெண்ணே ... ...
உனக்குள் தான்
எத்தனை அவதாரங்கள்
எல்லாமே
தூய அவதாரங்கள்.

உன்னை
உணர்ந்தவன் மட்டுமே
மனிதன்
இது
ஆயிரங் கோயில்
சத்தியங்களின்
சங்கம வார்த்தை"

Geetha. C. 4th B.S.M.S

Magic of "DISCIPLINE" IN THE ALPHABET

D — 4
I — 9
S — 19
C — 3
I — 9
P — 16
L — 12
I — 9
N — 14
E — 5

100

Does it convey that
'Discipline' pay cent percent
in every sphere of life ?

P. Sujatha IV B. S. M. S.

FOLK MEDICINE OF SRILANKAN TAMILS

S. Loganathan, Final B. S. M. S

The Folk medicine is an integral part of every civilized community in the world. Thus the Tamil speaking community of Srilanka have their own Folk medicine. The medicine is being practised for many centuries. The Srilanka Tamils occupy the northern and eastern provinces of Srilanka. This folk medicine comprises of Herbal ,mineral, metal and animal origin drugs

Each family will have elderly members who are skilled in administering this folk medicine. The details of this medicine is transfervred from generation to generation. However this is unbelievably true that very often this treatment seems to be effective. The Srilankan Tamils are densely populated in Jaffna, Mannar, Batticaloa, Vavuniya, Kilinochchy; Trincomalee and Mullittivu. Even today this folk medicine withholding the lives of the diseased and wounded by the civil war in the country. The materials used in this medicine are commonly available in every backyard of the house. The lrecipes are often very simple. They consists of not more than three or four ingredients.

It is a surprising fact that even the elite people of the Srilankan Tamils believe in this folk medicine. And never hesitate, to consume it in need.

Immediately after delivery the mother is fed with specially prepared pudding. This consists of turmeric, coriander, clove, pepper, cardamom, ginger, corn-flour and coconut milk. This pudding will be continued twice a day with meal for two weeks. This is believed to increase lactation in the mother and heals the uterus perfectly. It is also believed that this remedy will maintain the tone of the abdominal muscles and prevent pendulous abdomen.

Then for bathing the mother, decoction made out of the followings leaves are used. They are neem leaves, lemon leaves, Hibiscus Rosa sinensis leaves and flowers.

For the health hy care of the child "Karappan thylam" is administered externally to prevent skin and allergic diseases. In order to prevent frequent respiratory infections "Korosanai Mathirai" is given twice a week for six months. This pill is also believed to give pleasant tone of voice.

During pregnancy most of the young mother consume saffron in small doses for a period of six months with a belief that they could deliver a fair and beautiful baby with minimum labour pain.

Non specific diarrhoea is a common condition normally follows an unaccustomed meal or drink. For this the following decoction is given twice a day for three days. The decoction is made out of stembark of neem, young pomegranate, Mangosteen fruit's cover and little quantity of quicklime. This same decoction is also used in excessive menstrual bleeding.

For bleeding gums and Halitosis a powder made out of charred arecanut ground with little quantity of table salt is used to brush the teeth.

In case of dogbite the leaves of drumstck is ground with little quantity of calcium hydroxide applied locally. This is also used in other insect bites. In case of wasp & honey bee bite tamarind fruit pulp is applied locally.

Insomnia is a common problem among the middle age people. Honey 15 ml. with lukewarmwater taken at bed time is a very good tranquillizer. The honey in the same dose is also used in bedwetting, spermatorrhoea and chronic urinary tract infections.

A cooling hair tonic is commonly used by both sexes This oil promotes growth of hair, gives a pleasant cooling sensation to the eyes, and prevents from pediculosis and dandruff. This is prepared out of Gingelly oil, fenugreek seeds, neem seeds, aloe's jelly, henna leaves, karisalankanny leaves and cows milk.

SIDDHA MEDICAL COLLEGE

Seek learn serve is our motto,
Idleness is not in our photo,
Duty dignity discipline is our desire,
Devotion is our device,
Hatred is removed,
Association is strengthened.
Medicine, we study with pompous,
Equality is in our campus,
Dedicated, are our teaching staff,
Intellect, are our seniors,
Conduct is our first preference,
Action among us, needs on reference,
Limitations do not hinder our path.
Covered, we have twenty five years,
Out-spoken are our specialities,
Lot of talents in extra curricular shown,
Leaders, we are in our system,
Enriched, are our medicines,
Great is the future for us.
Ever spreads our fame.

Thomas M. Walter, II B. S. M. S.

திகைக்க வைக்கும் புகைப் பழக்கம்

K BASKARAN IV B. S M. S,

"நீண்ட நீ,
நீண்ட விரல்களில் ஒட்டிக் கொண்டாய்,
உதடோடு உறவாடினாய்;
உள்ளத்தில் ஒளிந்து கொண்டாய்,
சோம்பலை அழித்தாய்,
சுறுசுறுப்பை அளித்தாய்,
என் எண்ணப்படி.
ஆனால்,
என் நுரையீரலை மட்டும் கருப்பாக்கினாய்,
ஓ! நீயும் மனிதனைப் போல் வெளியே வெள்ளையும்
உள்ளே கருப்பு உள்ளமும் கொண்டவன் தானா?"

புதுமைக் கவிஞர் ஒருவரின் கற்பனையில் உருவான இக்கவிதையின் மூலம் சிகரெட்டில் இவ்வளவு ரகசியங்கள் பொதிந்துள்ளனவா என ஆச்சிரியப்பட வேண்டாம். பின்வருவனவற்றை படித்தால் கூட சிகரெட்டை தொடத் தயங்குவார்கள் என நம்பலாம்.

1 புகைப்பிடித்தலால் ஆண்டுதோறும் உலகில் லட்சக்கணக்கானோர் மரணமடைகின்றனர். இங்கிலாந்தில் மட்டும் 70,000 பேர், மரணமடைகின்றனர்.

2 நுரையீரல் புற்று நோயாளிகள் 10 பேரில் 9 பேர்கள் புகைப் பிடித்தவர்களே.

3 தினமும் ஒரு பாக்கெட் சிகரெட் புகைத்தால் வாழ்நாளில் 8 ஆண்டுகள் குறைகின்றன.

4 இடைவிடாது புகைப்பிடிப்பவன் ஓர் ஆண்டில் 800 gm புகையிலைத் துகள்களை உள்ளிழுக்கிறான். இது நுரையீரல் பரப்பின் $\frac{1}{3}$ பகுதியை மூடிவிடுகிறது.

5 சிகரெட்டிலுள்ள நச்சுப் பொருட்கள்:

i) Nicotine,

ii) Benzopyrine, Bolonium போன்ற புற்று நோயை உண்டாக்கக் கூடிய பொருட்கள்

iii) Ammonia Aldehyde, Phenol போன்ற காரமான எரிச்சலுடைய பொருட்கள்

IV) Carbon monoxide எனப்படும் நச்சுவாயு

V) Arsenic

6 ஒரு மாதத்தில் 38 பாக்கெட் சிகரெட் புகைப்பவர்களுக்கு இருதயத்தின் ஒரு இரத்த நாளமும், 45 பாக்கெட் புகைத்தால் இரண்டு இரத்த நாளங்களும், 67 பாக்கெட் புகைத்தால் மூன்று இரத்த நாளங்களும் அடைபடுவதாக ரஷ்ய விஞ்ஞானிகள் கண்டு பிடித்துள்ளனர்.

7 சிகரெட்டின் முதல் $\frac{1}{3}$ பகுதி எந்த தீங்கும் விளைவிப்பதில்லை மத்திய $\frac{1}{3}$ பகுதி இருதயத்தை பாதிக்கிறது.

கடைசி $\frac{1}{3}$ பகுதியின் புகை நுரையீரல் புற்று நோய்க்கு வித்திடுகிறது.

8 சிகரெட்டின் முதல் $\frac{1}{3}$ பகுதி புகைத்த உடன் தூர எறிந்து விடுவதால் புகைப்பிடிக்கும் பழக்கத்தை படிப்படியாக நிறுத்தி விடலாம்.

புகைப்பிடிப்பதால் ஏற்படும் தீய விளைவுகள்:-

இருதயம்: சிகரெட்டிலுள்ள Nicotine, Carbon monoxide ஆகியவை இரத்த நாளங்களை குறுகலடையச் செய்வதாலும், மகாதமனி (Aorta) இரத்த நாளங்களில் கொலஸ்டீரால் (Cholesterd) படிவதை Carbon monoxide ஊக்குவிப்பதாலும் இருதய தாக்குதல் (Healt attack) உண்டாகிறது.

இருதய நாளங்களில் Cholesterol படிவதால் இருதயத்திற்கு இரத்த ஓட்டம் தடை படுகிறது. இருதயத்திற்கு இரத்த ஓட்டம் குறைவதால் இருதய செல்கள் இறந்துவிடும் நிலை "myocardial infarction உண்டாகிறது.

நுரையீரல்: நுரையீரலில் புற்றுநோய் உண்டாகிறது.

இரைப்பை: சிகரெட் புகையின் ஒரு பகுதி வயிற்றுக்குள் (இரைப்பை) சென்று சிலேத்ம படலத்தை (mucous membrane) அரித்து வயிற்றில் புண்ணை (Peptic ulcer) உண் டாக்குகிறது.

கண்கள்; புகையிலையில் உள்ள Nicotine என்ற பொருள் இரண்டாவது கபால நரம்பாகிய கண் நரம்பை (Second cranial nerve — optic nerve) பாதித்து குருட்டுத் தனத்தை உண்டாக்குகிறது.

கைகால்கள: சிகரெட்டிலுள்ள Nicotine கால்களுக்கு செல்லும் இரத்த நாளங்களில் அடைபடுவதால் கால்களுக்கு செல்லும் இரத்த நாளங்கள் அடைபட்டு கால்கள் வலு விழந்து தசைகள் அழுகி காலை அகற்றும் பரிதாப நிலை (Amputation) ஏற்படுகிறது. இதனை Thrombo angitis obliterans என்று கூறுவர்.

மனிதவிதை: பால் புணர்ச்சிக்கு அடிப்படையான ஆண்குறியின் விறைத்த தன்மையில் ஆண் குறியின் இரத்த நாளங்கள் அனைத்தும் விரிவடையும் போதும் சிகரெட் புகையிலுள்ள Nicotine, Carbon monoxide இரத்த நாளங்களை சுருங்கச் செய்வதால் ஆண்கள் தங்கள் ஆண்மையை இழக்க நேரிடுகிறது.

இவ்வளவு தீமைகள் கொண்ட சிகரெட்டை புகைக்கும் பழக்கமுள்ளவர்கள், சிகரெட்டில் முதல் $\frac{1}{3}$ பகுதி புகைத்தவுடன் தூர எறிந்து விடுவதால் புகைப்பிடிக்கும் பழக்கத்தை படிப் படியாக நிறுத்தி விடலாம்.

மனித குலத்திற்கே ஆபத்தை விளைவிக்கும் சிகரெட்டை புகைப்பதை நிறுத்த தற்போது ஒரு மருத்துவம் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது என்னும் செய்தி புகைபிடிக்கும் பழக்கத்தை நிறுத்த முயற்சிக்கும் நபர்களுக்கு ஒரு மகிழ்ச்சியான செய்தியாகும்.

யூரி ஆன்ரியோட்டி என்ற ரஷ்ய டாக்டர் ஒருவர் தண்ணீரில் கரையும் பாலிமர்களை (Polymer) ஆராய்ச்சி செய்து, அதிலிருந்து ஒரு படலத்தை பிரித்தெடுத்தார். இந்த படலத்தை நாக்கின் அடியில் வைத்த ஒரு சில மணிநேரங்களில் சிகரெட் புகைப்பதின் மீது அருவருப்பு உண் டாகிவிடுகிறது. இந்த மருந்து நமது நாட்டில் இல்லை. இம் மருந்தை பழக்கத்தில் கொண்டு வந்து விட்டால் உலகில் சிகரெட் புகைப்பவர்களின் எண்ணிக்கை வெகுவாக குறைந்து விடும்.

இத்தனை தீயவிளைவுகளை ரகசியமாகக் கொண்டுள்ள சிகரெட்டை நமது மனித சமு தாயத்திலிருந்தே ஒழித்துக் கட்டி அதன் மூலம் மனித குலத்திற்கு ஆரோக்கியமான வாழ்வைத் தரு வது நம் போன்ற மருத்துவ மாணவர்களின் தலையாய கடமைகளுள் ஒன்றாகும்.

ஔவையார் பெற்ற அமிழ்தம்

— எஸ். கே. ராஜசேகரன் — (மூன்றாம் ஆண்டு.)

அரசன் அதியமான் ஔவையாருக்குநெல்லிக் கனியை வழங்கினார். இப்பூமியில் ஏராள மான கனிகள் பல சுவையாகவும் உள்ளன. அவற்றை எல்லாம் விட்டுவிட்டு நெல்லிக் கனியை கொடுத்த காரணம் என்ன? அதில் அப்படி என்ன இருக்கின்றது? அதன் மர்மம்தான் என்ன? — இதோ காண்போம்.

நெல்லிக்காயை தமிழர்கள் நீண்ட நெடும் காலமாகவே பயன்படுத்தி வந்திருக் கின்றார்கள். மருத்துவத்திலும் உணவு முறைகளிலும் மிகவும் பயன் படுத்தி வந்திருக்கின்றார்கள்.

இது இந்தியா முழுவதிலும், காடுகளிலும், மலைப்பகுதிகளிலும் வளருகின்றது. இந்தியாவைத் தாயகமாகக் கொண்ட இது **'யுபோர்பியேசியே'** (EUPHORBIACEAE) தாவர குடும்பத்தைச் சேர்ந்தது.

வேறுபெயர்கள்:-

ஆமலகம், ஆம்பல், ஆமரிகம், தாத்தாரி, தாத்திரிகோரங்கம், மிருதுபலா, மீதுந்து, என்று பல பெயர்கள் இதற்கு உண்டு.

ஆயுர்வேதம், சித்தமருத்துவம் இரண்டுமே நெல்லிக்காயை வெகுவாக உபயோக படுத்து கின்றார்கள். இதற்கு இரு மருத்துவ குணங்களே சிறப்பானதாக அமைகிறது.

1 **நோயாளிகள் பயன்படுத்தினால் நோய்குணமாகும்.**

2 **நோயற்றவர்கள் பயன்படுத்தினால் நோய்வராமல் தடுத்து அதிக ஆயுளைத் தரும்.**
நெல்லிக்காய் மரத்தின் அனைத்து உறுப்புகளுமே பயன்படுத்தப் படுகின்றன. ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் ஒவ்வொரு மருத்துவக் குணம் உண்டு.

இலை, பட்டை காய்ந்தபழம் — துவர்ப்பி (Astringent)

பூ — குளிர்ச்சி உண்டாக்கி (Refrigerent)

மல மிளக்கி (Laxative)

பழம் — குளிர்ச்சி உண்டாக்கி (Refrigerent)
சிறுநீர் பெருக்கி (Diuretic)
மலமிளக்கி (Laxative)

நெல்லிக்காய் **வாதம், பித்தம்**, கபம் என்றமுத்தோடங்களையும் சமநிலைப்படுத்துகின்றது. எனவே எந்த நோயும் உடலை அணுகுவதில்லை.

நெல்லிக்காயில் ஏராளமான சத்துப் பொருள்கள் காணப்படுகின்றன. எனவே இதை உணவாகவும் பயன் படுத்துகின்றனர்.

ஒரு பெரிய நெல்லிக்காயில் அடங்கி உள்ள சத்துப் பொருள்கள்:-

1 புரோட்டின் 0. 5 (protein)

2 கொழுப்பு 0. 1 (fat)

3 தாது பொருள்கள் 0. 7 (Minarels)

4 கார்போ ஹைட்ரேட் (மாவுப்பொருள்கள்) 14. 1 (carbohydrate)

5 கால்சியம் 0. 5 (calcium)

6 பாஸ்பரஸ் 0.0 2 (phosphonus)

7 செல்லுலோஸ் 3. 4 (cellulose)

8 இரும்பு 1. 2 (Iron)

9 நிக்கோடனிக் 0.0 2 (Nicotonic)

10 நியாசின் 59 கணலி (Niacine)

நெல்லியில் இரு வகைகள் உண்டு அவை

1· கருநெல்லி 2. அருநெல்லி

நெல்லிக்காயின் மருத்துவக் குணங்கள்:-

நெல்லியின் மருத்துவக் குணங்களை எழுத வேண்டுமானுல் ஒரு தனி நூலே எழுதலாம். அவ்வளவு சிறப்பு வாய்ந்தது.

நோய் எதிர்ப்புசக்தி சரீரத்திற்கு அவசியமான **வைட்டமின் 'சி'** நெல்லிக்காயில் காணப்படுகிறது. அதோடு **சகிப்பு தன்மை விருத்தி** அடையச்செய்கிறது.

இருபது ஆரஞ்சு பழத்தில் அடங்கி இருக்கும் வைட்டமின் சி ஒருநெல்லிக்காயில் அடங்கி உள்ளது. நெல்லிக்காயின் சிறப்புத் தன்மை ஒன்று உண்டு. காய்ந்து போன நிலையிலும் இதன் சத்துப் பெருள்கள் வீணாவதில்லை. அதற்கு **நெல்லி முள்ளி** என்று பெயர்.

நெல்லிக்காயின் பொதுவான மருத்துவ குணங்கள்:-

கபநோய், பீநிசம், வாய்நீர்சுரப்பு, வாந்தி, உன்மத்தம், மயக்கம், தலைசுற்றல், மலபந்தம், பிரமேகம், உடல்எரிச்சல், வெள்ளைப்படுதல், சீழ்கட்டி, கண்நோய், சிரநோய், அமிலபித்தம், குடல்வாய்வு, ஆண்குறிரணம் இவைகள்தீரும்.

நெல்லிக்காயை பகற்போதில் உண்ண வெறிஐய நோய் தீரும். காமன் போன்ற அழகு உண்டாகும்.

நெல்லி முள்ளியின் குணம்:-

உட்சூடு, எலும்புருக்கி (Tuberculosis) குருதியழல்நோய், பெரும்பாடு, வெறிநோய், நீரருகல், வாந்தி, வெள்ளைஆண்குறி கொப்புளம், இவைதீரும். நெல்லிமுள்ளியை அரைத்து தலை முழுக கண்குளிரும்.

தினசரி ஒருநெல்லிக் காயை சாப்பிட்டு வந்தால் முதுமையிலும் செழுமையாக யவ்வனமாம் வாழலாய்நெல்லிக்காயை உபயோகப் படுத்துபவர்களுக்கு **'மதுமேகம்'** (Diabetes) என்றநோய் வருவதில்லை. **உயர் 'இரத்த அழுத்தம்'** (High Blood pressure) வருவதில்லை. வந்த நோயும்குணமடைகிறது. மற்றும் உடலில் தோளில் பிடிப்பு, வலி, ஈரல்இயக்கத்தில் மந்தம், மூத்திர கோளாறுகள், கண் பார்வையில் ஏற்படும் கோளாறுகள், இருதயம், சுவாசப்பை இவைகளின் பலவீனத்தால் ஏற்படும் நோய்கள், மூட்டுவலி, கழுத்துவலி, தலைவலி இவைகள் எல்லாம் மனிதனை அணுகுவதேயில்லை.

நெல்லிக்காயை பயன் படுத்துவதால் இரத்தஓட்டம் சிறுநீரகம், நரம்புமண்டலம், இதயம், ஈரல் இவற்றின் இயக்கம் சிக்கலின்று செவ்வனேசெயல்படுகின்றது. சரீரத்தில் புதுத் தெம்புஉண்டாகிறது. 'தேஜஸ்'உண்டாகிறது. காயங்களையும் இரணங்களையும் ஆற்றுவதில் நெல்லிக்காய் முதன்மை வகிக்கிறது. ரணங்கள் சீழ்பிடித்து அழுகி துர்நாற்றம் வீசும்நிலையில் நெல்லிவற்றல் கஷாயம்செய்து ரணங்களை கழுவ, பஞ்சில்தோய்த்து ரணங்களைக்கட்ட விரைவில் ஆறிவிடும். நெல்லி வற்றலை இடித்து சூரணமாக்கி 1 டீஸ்பூன் அளவு காலை மாலை வெந்நீருடன் சாப்பிட எல்லாவித காயங்களும் ரணங்களும் ஆறிவிடும்.

நெல்லி மரத்தின் ஈர்க்கு, வேர், விதை பட்டை, காய், கனி, வற்றல் இவைகளை கற்ப முறைப்படி ஊறுகாய் துவையல், குடிநீர் செய்து தக்க பத்தியத்துடன் உண்ண, வல்லை, மகோதரம், சூலைவலி, மேக உஷ்ணம், பாண்டு பெருவயிறு, மூலம், பெரும்பாடு சோபை, மூர்ச்சை, வாயு, தனுர்வாயுமுதலியவை குணமாகும்.

பெண்களுக்கு கருதரித்த நாள்முதல் ஒன்பதுமாதங்கள் வரை தினசரி ஒருநெல்லிக்காய் வீதம் எந்த வகையில் உபயோகப் படுத்தி வந்தாலும் **'மசக்கை வாந்தி'** ஏற்படுவதில்லை. கர்ப்பிணிக்கு தேவையான **இரும்புச்சத்து,சுண்ணாம்புச்சத்து வைட்டமின் சி**முதலியவைகளை பூர்த்திசெய்கிறது. எந்தநோயும் அணுகாமல் சுகப்பிரசவமாகும். பிறந்த குழந்தை ஆரோக்கியமாகவும், அழகாகவும், நோய்அணுகாமலும் இருக்கும்.

வளரும் குழந்தைக்கு தேனும் நெல்லிரசமும் கொடுத்துவந்தால் **'தொற்றுநோய் எதிர்ப்பு சக்தி'** அதனிடம் அதிகரிக்கிறது.

நெல்லி வற்றலை கஷாயம் செய்து வாய்கொப்பளித்தால் வாய்ப்புண் குணமாகும். நெல்லி வற்றலை பொடிசெய்து சிறிதுகிராம்பு, ஏலக்காய், மிளகு, இலவங்கப்பட்டை சேர்த்து பல் தேய்த்துவந்தால் ஈறில் இரத்தம், பல்வலி, சீழ்வடிதல் குணமாகும். வாய் நாற்றம் நீங்கும்.

ஆண்களுக்கு முதிர்ந்த வயதின் காரணமாக **'ப்ராஸ்ரேட் சுரப்பி'** (prostate gland)வீக்கம் ஏற்படும். தொடர்ந்து நெல்லி ரசம் சாப்பிட்டு வந்தால் வீக்கம் குறைந்து மூத்திரம் தடையின்றி பிரியும்.

பெண்களுக்கு **வெள்ளைப் படுதல்** ஏற்படும். இதற்கு நெல்லி வற்றல்சூரணம், சமஅளவு சர்க்கரை கலந்து காலை மாலை தண்ணீருடன் சாப்பிட்டுவர பூரண குணம் கிடைக்கும். நெல்லிவற்றலை தண்ணீரில் ஊறவைத்து தலைக்குதேய்த்து ஊறி குளிப்பதனால், தூக்கமின்மை நீங்கும். முடி உதிர்தல் நிற்கும், மயிர்க்கால்கள் உறுதிப்படும்.

நெல்லிக்காய் பொடியுடன் தேன் கலந்து சாப்பிடுவதால் மலச்சிக்கல் ஏற்படாது. நெல்லி வற்றல் இடித்து பொடித்த சூரணம்100கிராம் அமுக்கிரா கிழங்கு, இடித்து பொடித்த சூரணம்100 கிராம் இரண்டையும் ஒன்றாக கலந்து தினசரி 1 ஸ்பூன் சூரணம் 1 ஸ்பூன் உருக்கியநெய், அரைடீஸ்பூன் தேன் கலந்து காலை மாலை சாப்பிட முதியவர்களும் பலசாலி ஆவார்கள், வலுவும் தெம்பும் ஏற்படும். இரத்தக் கொதிப்பு குறையும் (தேனும், நெய்யும் சமமாக கலக்கக்கூடாது).

நெல்லி வற்றலை கருக வறுத்து பொடித்து தேங்காய் எண்ணெயில் கலக்கி சொறி, சிரங்கு,அரிப்பு, ரணம் இவைகளுக்கு தடவினால் குணமாகும்.

நெல்லிவற்றலை குடிநீர் செய்து சீனி சேர்த்து பாலுடன் கலந்து சாப்பிட சூடு, ஆண்குறிப் புண், வாந்தி, தீரும். இலைக் கொழுந்தை அரைத்து மோரில் கலந்து கொடுக்க சீதக்கழிச்சல் தீரும்.

நெல்லிக்காய் தேனூறல்:-

பழுத்த காயம் படாத அழுகாத நெல்லிக்காய் 1கிலோ எடுத்து வெந்நீரில் போட்டுசுத்தமாககழுவி பின் ஈரம்போக உலர்த்தி துணியால் துடைத்துக் கொள்ளவும். நெல்லிக்காயில் முள் கரண்டியால் சுற்றிலும் துளையிடவும். துளைஇட்டு முடித்த பிறகு எவர்சில்வர் பாத்திரத்தில் நெல்லிக்காயை கொட்டி அதுமுழுகும் அளவு சுண்ணாம்பு தெளிநீர் ஊற்றி ஒருநாள் முழுவதும் வைக்கவும்.

24 மணி நேரத்திற்கு பிறகு நீரை வடித்துவிட்டு அரைமணி நேரம் காய வைத்து ஒரு அகலமான ஜாடியில் போட்டு அது முழுகும்அளவு தேன் ஊற்றி வேடுகட்டி தினசரி வெயிலில் வைக்கவும்.

15 நாட்கள் கழித்து தினசரி ஒன்று அல்லது இரண்டு வீதம் பகலில் சாப்பிட எந்தநோயும் அணுகாது. ரத்தக்கொதிப்பு, தலைசுற்றல், தூக்கமின்மை, இதயவியாதி, ஈரல்நோய், மலச்சிக்கல், வாந்தி, கண்பார்வைமந்தம், உஷ்ணம். பித்தம், அரோசகம், தும்மல், இளைப்பு சளிபிடித்தல், வைட்டமின் சி குறைவால் உண்டான ஸ்கர்வி (scurvy) போன்ற நோய்களும் தீரும். இளமையோடு வாழவைக்கும்.

நெல்லிக்காய் சர்பத்:-

நல்ல பழுத்த காய் 1 கிலோ எடுத்து தண்ணீரில் சுத்தமாய் இடித்து கழுவி உலர்த்தி பூண் இல்லாத மரஉலக்கையால் இடித்து கொட்டை நீக்கி எடுத்து சாறுபிழியவும். மறுபடி கப்பியில் சூடான தண்ணீர் தெளித்து இடித்து சாறுபிழியவும். சாற்றின் எடைக்கு இருமடங்கு சர்க்கரை கலந்து தேன் பதத்தில் காய்ச்சி ஆறிய பிறகு சுத்தமான பாட்டிலில் ஊற்றி வைத்துக் கொண்டு 1 அவுன்ஸ் சர்பத்துடன் 6அவுன்ஸ் தண்ணீர் கலந்து சாப்பிட மேற்கண்ட பலன் கிடைக்கும்.

இவ்வாறு நெல்லிக்காயைக் கொண்டு ஏராளமான மருந்துகள் செய்யலாம். அவ்வாறு செய்யும் மருந்துகளில் சில.

1. நெல்லிக்காய் லேகியம்
2. நெல்லிக்காய் தைலம்.
3. நெல்லிமுள்ளிக் குடிநீர்
4. நெல்லிமுள்ளி லேகியம் போன்றவைகள் சித்த மருத்துவத்திலும்

ஆயுர் வேதத்தில்.

1. த்விதிய ப்ராஷ்மிய ரஸாயனம்
2. ச்யவனப்ராச ரஸாயனம்
3. சதுர்த்தா மலக ரஸாயனம்
4. சூமலக் கிருதம்
5. த்விதிய மலாக வலேஹம்
6. கேவலாமலக ரஸாயனம்
7. லோஹ ரஸாயனம்
8. ஆமலாகவே லேஹம் போன்று மருந்துவகைகளும் உள்ளன. இவைகளைப்பயன் படுத்துவதினால் நீண்ட ஆயுள் பெறுவதுடன் நோய் நொடியின்றியும் வாழலாம்.

இன்றே இந்த அற்புத சஞ்சீவியாகிய உயிர்த்தோழனை பயன்படுத்த தொடங்குங்கள்! இளமை குன்றா வாழ்வு பெறுங்கள்!! நோயற்ற வாழ்வைத் தொடருங்கள்!!!

MUSICO THERAPY

David Solomon Final B. S. M. S.

Music is a magic:-

Music is divine. because it is the gift of God. Music is the spoken language of Angels. So it's a seavenly language. Wehtern or Carnatic Classic or non classic its the accounts of the language 'Musie' Music is on experience. It takes you from the depths of derpair to Ectasy. In nursery schools the Rhymes were taught with tunes. Human mind can easily absorb the words with music.

Musico — therapy:-

The most important aspect of music is its effect on a person's emotions or mind. The main root of most diseases is the mind. Swami Vivekananda said, "Sound mind and Sound body" So when you have a sound mind, automatically you'll have a strong body. This is the secret of the Musico-therapy.

An Austrian Psycho analyst quotes "The Liberation of Sub - concious motivations could Cure neurosis", Here, he didn't say which way to liberate the subconcious motivations. But its clear that we can do this through music. Because, to liberate the subconcious we have to change the "Ego" (Concious part of mind) of a person. Using music we can easily alter the ego of a man. By this, not only neurosis but many more disease symptoms can be cured. Some of them are,

'Schizophrenia, Catatonia, Depression, Addiction, Phobias, Anorexia Anxiety Neurosis Hysteria, Paychosis, Blood Pressure. Delirium. Delusion, Paranoia, Hallucinations, Dyspareunia, Electra Complexes, Enuresis, Fatigue, folie Adeu Frigidity, fugue, Insomnia, Loss of Libido, Hypo chonaria.

Music can cure all sort of this "Functonal" Diseases, that is psychomatic or due to emotional factors, rather than physical illness.

Mode of therapy:-

Musico -therapy can be used as a Sub treatment also. For administering this therapy we have to use special Composition of music to various patients. Better to use steriophonic headphones, so that it may make a special effect.

Time of Administration:-

This varies according ot the disease and Symptoms. Bed time and early morning is preferable.

Development:-

A report from the Musical Department of "Thirupathi University Says" Not only human beings, but also animals, especially cows yield more milk when it hears a music every day. Even plants grow faster when it is treated with music regularly So this therapy can be successful if we do some clinical experiments.

Thanks to:-

Dept of Music, Tirupathy Venketeswara University.

Mr. Alagiri, Sitar Master,

Dr. Jeyaraman, Dept of Surgery G. S. M. C.

Er. Sam, Recording Engineer.

Mr. Martin. Music Director, Melodies.

THEORY OF LONGEVITY.

T. KANNAN RAJARAM. Final B.S.M.S.

The siddha system of medicine explains clearly how to add length of human life. The word 'Siddha' comes from the word 'Siddhi', which means 'an object to be attained' or 'perfection'. Those who attained or achieved the 'Siddhi' are known as siddhars. Longevity was one of their object and so they lived longer as they liked.

Thirumanthiram - 3000, which was written by the great siddhar Thirumoolar, who was living 3000 years, reveals in his scripture that every human being is also possible to live like him.

How to attain longevity ?

It is attained by 'Pranayama' (control of breathing) described as the fourth step of the 'ASHTANGA YOGA'.

According to 'Pranayama theory' each Pranayama consists of four steps. i. e.

1	Pooragam (Inspiration)	=	16 Mathirai time.
2	Pooraga—Kumpagam (Retention)	=	64 Mathirai time.
3	Resagam (Expiration)	=	32 Mathirai time.
4	Resaga—Kumpagam (Rest) maybe	=	8 Mathirai time.
	One pranayama	=	120 Mathirai time.

As above mentioned a pranayama has 120 Mathirai time. If we practice and regulate our normal breathing as pranayma we can live 3000 years.

1	Respiration / 120 Mathirai time	=	3000 years of longevity.
	(∵ 1 mathirai	=	1 second)
1	Respiration / 120 seconds	=	3000 years of longevity.
1	Respiration / 2 minute	=	3000 years of longevity.

It is simply proved by the following calculation. According to our Siddha Science, a normal man breaths totally 21, 600 respiration per day. Of this total breathing, only 14, 400 respiration is utilized by the alveoli. It is otherwise called the alveolar ventilation, and the remaining 7200 breathing is not associated with exchange of gases with capillary blood and it is so called airway ventilation.

Total ventilation / day	=	Alveolar ventilation / day
		+
		Airway ventilation / day
	=	14400 + 7200
	=	21600
Alveolar ventilation	=	14400 / 21600 total ventilation.
	=	2/3 of total ventilation per day. or per single respiration.
Airway ventilation	=	7200 / 21600 total ventilation.
	=	1/3 of total ventilation per day. or per single respiration.

Otherwise ....

Only 2/3 of the 'Prana' is utilized and the remaining 1/3 of the 'Prana' is wasted at every respiration.

If the airway ventilation (1/3 of the total prana) is converted into alveolar ventilation by the practice of pranayama, we will live upto 100 years. (i. e.) we will utilize the complete 'Prana'. ($\frac{1}{3}+\frac{2}{3}=\frac{3}{3}$ total prana).

Respiration per day = 21600

$$\text{There fore respiration per one minute} = \frac{21600}{24 \times 60} = 15$$

15 Respiration / minute	=	100 years of longevity.
5 Respiration / minute	=	300 years of longevity.
1 Respiration / minute	=	1500 years of longevity.
1 Respiration / 2 minute	=	3000 years of longevity.

$\because$ O Respiration / minute = α years of longevity. This is called "SAMATHI" stage.

Now a days 18—20 respiration / minute is the normal rate and our life period is also below the range of 100 years. So it is concluded that if we regulate our respiratory rate as much as possible by the practice of 'PRANAYAMA' longevity is attained.

அற்றால் அளவறிந்து உண்க

U. Geethanjali Final B. S. M. S.

"நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்"

இச்செல்வத்தை யோக வன்மை, தவம் என்ற முறைகள் இன்றி வரையறுக்கப் பட்ட உணவுப் பொருட்களை கிரமமாக உண்பதால் பெறலாம். நோய்க்கு மருத்துவம் செய்வதைக் காட்டிலும் நோய் வராமல் காப்பவன் ஞானவான் அன்றோ?

"மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும்" எனும் சித்தர் கொள்கைக் கிணங்க நடுநிலை உணவை உண்டு வருவதன் மூலம் நோயைத்தடுக்கலாம். நாம் உண்ணும் உணவின் அளவு அரை வயிறு, கால்வயிறு -நீர் கால்வயிறு -வெற்றிடம் எனும் கணக்கின்படி இருந்தால் நோய் அணுகாது என்பது திண்ணம்.

பொதுவாக, உணவு பொருட்களின் அளவை கலோரியில் வழங்குவர். அந்த அன்றாட உணவுப் பொருள் கீழ்கண்ட அளவு கலோரியில் இருத்தல் வேண்டும்.

1. ஆண்களுக்கு — 2,800கலோரிகள்
2. பெண்களுக்கு — 2,000 ,,
3. கருவுற்றபெண்களுக்கு— 2,300 ,,
4. பாலூட்டும்தாய்க்கு — 2,500 ,,
5. குழந்தைகளுக்கு — 1,500 ,,

நாம் அன்றாடம் உண்ணும் உணவுப் பொருட்களின் மதிப்பு கீழே கொடுக்கப் பட்டுள்ளது இதை கணக்கிட்டு அன்றாடம் கொண்டு "குறைவற்ற செல்வமாகிய நோயற்ற வாழ்வை" பெறுவோம்.

உணவுவகை	அளவு	கலோரிகள்
தேங்காய்	1 கப்	100
இட்லி	2 எண்ணிக்கை	130
தோசை	1 ,,	100
சப்பாத்தி	1 ,,	170
சுக்காரொட்டி	1 ,,	120
சாதம்	1 ,,	400
தயிர்	1 கப்	110
சேவை	1 கப்	650

உணவுவகை	அளவு	கலோரிகள்
பானங்கள் :-		
காப்பி (withSugar)	1 கப்	40
Tea (WithSugar)	1 கப்	40
எலுமிச்சபழஜூஸ் (WithSugar)	1 கப்	50
பால்	,,	140
மோர்	,,	90
காய்கறி வகைகள்:- [வேகவைத்தது]		
உருளைகிழங்கி	1 கப்	105
கத்தரிக்காய்	,,	20
கோஸ்	,,	20
வெண்டை	,,	35
பீட்ருட்	,,	60
காரட்	,,	55
பூசனி	,,	15
பாகல்	,,	25
சர்க்கரைவள்ளி	,,	12
பரங்கிக்காய்	,,	25
பட்டாணி	,,	10
முள்ளங்கி	,,	15

கீரை	,,	25
காலிபிளவர்	,,	30
வெங்காயம்	,,	60

பழவகைகள் :-

வெள்ளரி	1 கப்	12
தக்காளி	1½ ,,	30
ஆப்பிள்	1½ ,,	100
வாழை	¾ ,,	200
திராட்சை	1¼ ,,	100
கொய்யா	1½ ,,	100
மாம்பழம்	1 ,,	100
பப்பாளி	3 ,,	100

உணவுப்பொருள்	**அளவு**	**கலோரிகள்**
அன்னாசி	2 கப்	100
கிரணிபழம்	3 கப்	100

இனிப்பு பொருள்கள்:-

பாதாம்பர்பி	30 gm	200
சாக்லேட்	1 gm	85
குலாப்ஜாமுன்	40 gm	200
குல்ஃபி	½ கப்	500
ஐஸ்க்ரிம்	1 கப்	195
லட்டு	40 gm	250
ரசமலாய்	40 gm	250
ரசகுல்லா	40 gm	150

எண்ணெய்யில் சமைக்கப்பட்ட பொருட்கள் :-

இந்த உணவு வகைகளுக்கு ஒவ்வொரு ஸ்பூன் என்ணெயுடன் 140 கலோரி சேர்த்து கொள்ளவேண்டும்.

பொரித்தமுட்டை	1	100
ஆம்லெட்	1	110
ப்ரெட்	1 ஸ்லைஸ்	60
பொரித்தஅப்பளம்	1 கப்	30
பக்கோடா	1 கப்	250
மசால்தோசை	1	250
சென்னா	30 gms	150
படுரா	40 gms	150
தந்தூரிசிக்கன்	2 துண்டு	450
மீன்	1 கப்	110
மட்டன்	1 கப்	250
சிக்கன்	,,	220
மட்டன்சாப்	,,	100
வேகவைத்தமுட்டை	1	80

மேற்கண்ட பொருட்கள் அனைத்துமே நம் அன்றாட உணவில் கட்டாயம் சேர்த்து கொள்ள வேண்டிய சத்துப் பொருட்களின் அட்டவணையேயாகும். அதை, அளவுடன், முறையுடன் சேர்த்து உடல் வன்மையும், நோயற்ற வாழ்வும் பெறுவதே நம் திறமை.

JOKE

Listener : Will the orchestra play anything I requst ?

Music conductor : Certainly Sir.

Listener : Well, ask them to play chess.

P. Sujatha.

ALCOHOLISM AND DRUG ADDICTION

Thomas M. Walter, G. Sivaraman, II B.S M.S.,

Introduction

The use and abuse of alcohol and other drugs is in no way a new phenomenon in the Indian history. our ancient 'puranas' and 'Vedas' refer to the use of these substances. There are several substances like alcohol and different varieties of other drugs, which when consumed in certain quantities, influence people's thoughts, emotions, sleep, appetite, sexual functioning, social interaction and various other aspects of behaviour.

THE DRUGS OF ADDICTION:

a) Opiate type — derivatives of Opium or synthetic opiates e.g) morphine, heroin, codein, methadone, pethedine etc.

b) Sedative drugs: (e.g) Alcohol, sleeping pills like barbiturates, mandrax, tranquilizers like calmpose valium.

c) stimulant drugs — Amphetamines (dexedrin) and cocaine.

d) Cannabis — (e.g) Ganga, bhang, Charas, hashish.

e) Hallucinogenic agents — L.S.D, Mescalio, P.C.P (phencylidine)

f) Volatile solvents/ inhalants — petroleum products.

g) Other drugs — Tobacco, betel, coffee/tea.

The various methods of consuming the drugs:—

Eating, drinking, chewing, smoking, inhalation, sniffing, nasal insufflation and various routes of injection like intra-muscular, intra-venous etc.

The alcohol content in some alcoholic beverages is as follows:

Whisky Brandy Arrack Rum	Wines	Beer Toddy
40—55% by vol.	10—20% by vol.	6—8% by vol
30 ml (1 drink) (1 oz)	60 ml (1 drink) (2 oz)	285 ml (1 drink) (10 oz)
10 gm alcohol	10gm alcohol	10gm alcohol

(Data Courtesy: T.T.K. Hospital, Madras—20.)

REASONS FOR ADDICTION:

People start drinking alcohol for reasons such as pleasure (creates a sense of well-being) to be sociable (creates a sense of lowered inhibitions) to feel relaxed (after a day's hard work) to forget worries (relieves tension).

The psycho-social correlates of entering into drugs are:

1) psychological distress.
2) Low self-esteem.
3) Low religiosity.
4) Low achievement and motivation.

Psycho sociological backgrounds are:

1) A jaundiced view of society.
2) concern with personal autonomy.
3) stronger peer influence than parental influence.
4) more friends who model problem behaviour.

MEDICAL COMPLICATION OF ALCOHOLICS:

a) Heart—Unstable blood pressure, irregular pulse, enlarged heart.
b) Pancreas Painful inflammation.
c) Muscles—Weakness, loss of muscle tissue.
d) Intestines:—Lining becomes inflammed, Ulcers.
e) Brain—Cell damage resulting in loss of memory, confusion.
f) Lungs—Greater chance of infections including T.B.
g) Genitals—Temporary impotence.
h) Skin—Flushing, sweating, bruising.
i) Blood—Changes in R.B.C.
j) Gastro intestinal tract—Diarrhoea, Pancreatitis. Peptic ulcer, gastritis.
k) Liver—Fatty degeneration, alcoholic hepatitis, cirrhosis, decreased absorption of folate, calcium.
l) Metabolic changes—Metabolic acidosis, Hypo calcaemia, decreased absorption of calcium, keto acidosis.
m) Central Nervous System—Acute intoxication, myopathy, cerebral atropby, Amnesic periods, Central pontine myelinosis, cerebellar degeneration.

ALCOHOLISM IS A DISEASE:

Alcoholism is a disease which can be treated to be arrested. An alcoholic is not a sinner — bad or mad man. Neither is he immoral or weak willed, but a terribly ill person. The All India Council of Medical sciences classifies alcoholism as a disease. Alcoholism dose not affect the individual alone but all those who are close to him, his family and associates.

TREATMENT FOR ADDICTION:

The first step in the management of an addict is to motivate him and his family for accepting treatment. Once this is achieved, one or two week is taken for 'detoxification' which is done under an institutional setting with medical supervision. This is to take care of the withdrawal symptoms which the person may develop during the initial period of abstinence. Following this, the person undergoes a treatment programme consisting of counselling, and individual and group therapy in a residential setting. The person is put on a drug deterrent agent like antabuse in alcoholism and discharged from the institutional setting. The best of the treatment programme have only about 25 to 30 percent of success rates.

RECOVERY — THE A.A. WAY.

A.A. means Alcoholics Anonymous. The A.A. recovery programme is codified into 12 simple suggested steps, which is a synthesis of medicine, psychiatry, religion and basic commonsense. The main steps are:—

1) Admission of alcoholism.
2) Dependence upon some higher power.
3) Personality analysis.
4) Adjustment of personal relationship and
5) Working with other alcoholics.

The first and most essential step towards recovery is honesty. Having achieved the state of honesty, he takes the next step to believe in a power greater than himself. The next step is the making of a decision to relate to himself personally to that power. He makes a decision to turn his will and life over to the care of that Power. Recovery is a daily affair. As day follows day, and as life goes on, the relationship with the Higher Power grows.

SIDDHA CURE FOR ADDICTION:

One of the reasons for addiction is low achievement and motivation. Personal autonomy to some people leads them into many troubles. Certian Siddha systems can be employed for arresting addiction. Of these, Asanas play an important role. It is very useful during pre and post stages of treatment. During pre—stage, it helps us to concentrate our mind and during the post—stage, it helps us to channelize our ideas without any distraction to return back to addiction. Pranayama also helps to feel fit both physically and mentally. Here are some important asanas which helps us to concentrate our mind.

a) Padmasanam
b) Vibareetha karani
c) Hatasanam
d) Sarvangasanam
e) Mayurasanam
f) Seerashasanam
g) Santhiasanam.

CONCLUSION:

Life is not just one ecstatically happy for the recovering alcoholic. Troubles affect him as they do all other humans, but his response is rational. He accepts realities as truth and tries to adjust himself to live with it. Remember — Confidence will come with knowledge and practice.

எளிய அனுபவ மருத்துவம்

M. SASI KALA Final year.

1 **தலைவலிக்கு:-** வெள்ளைப் பூண்டை அரைத்து நெற்றி, பொட்டில் தடவ நீங்கும்.

2 **ஜலதோஷத்திற்கு:-** படுக்கைக்குப் போகும் போது ஒரு வெங்காயத்தை தின்று விட்டு சுடு தண்ணீர் பருகினால் தீரும்.

3 **முகப்பருவிற்கு:-** (i) புனுகை தடவ விரைவில் பழுத்து உதிர்ந்து விடும்.
(ii) திரு நீற்றுப்பச்சிலையை அரைத்துப் பூச நீங்கும்.

4 **சொறி சிரங்குக்கு:-** அறுகம்புல்லை மஞ்சள் சேர்த்தரைத்துப் பூச போகும்.

5 **புண் புரை நீங்க:-** கடுக்காய் சூரணத்தை விளக்கெண்ணெயில் குழைத்துப் போட்டு வர குணமாகும்.

6 **அம்மை வடு மறைய:-** கைப்பிடியளவு கறிவேப்பிலை, 15 gm கசகசா, 7 gm கஸ்தூரி மஞ்சள் இவற்றை மை போலரைத்து காலை வேளை முகத்தில் தடவி அரை மணி நேரம் ஊறிய பின் கழுவி விட வேண்டும். இவ்விதம் 15 நாள் செய்தால் அம்மை வடு முழுவதும் மாறிவிடும்.

7 **கசை வளர்ந்து பருமனாக:-** பொன்னாங்காணிக் கீரையை துவரம் பருப்புடன் சிறிது நெய் சேர்த்து சமைத்து உண்டு வந்தால் மூன்று மாதங்களில் பிடிக்கும்படி சதை வளர்ந்து வருவதைக் காணலாம்.

8 **பருமன் குறைய:-** பொன்னாங்கண்ணிக் கீரையை துவரம் பருப்புடன் சிறிது மிளகு சேர்த்து சமைத்து உண்டு வந்தால் மூன்று மாதங்களில் பருமன் குறைந்து வருவதைக் காணலாம்.

9 **பெரும்பாடு நீங்க:-** தும்பையிலையை அரைத்து எலுமிச்சம்பழ அளவு 30 ml நல்லெண்ணெயில் கலக்கி காலையில் மட்டும் 7 நாள் சாப்பிட பூரண குணம் தெரியும்.

10 **சூதக வயிற்று வலி நீங்க:-** 6 வேலிப்பருத்தி கொழுந்து இலைகளைக் கொண்டு வந்து அம்மியில் வைத்து அரைத்து காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டு சிறிதளவு வெந்நீர் குடிக்க வேண்டும். இவ்விதம் 3 நாள் சாப்பிட தீரும்.

11 **மாலைக் கண் நீங்க:-** 400gm காரட்டை சாறு எடுத்து வடிகட்டி அதே அளவு தேன் சேர்த்து கலக்கி அடுப்பில் வைத்து சர்பத் பதம் வந்தவுடன் இறக்கி வாயகன்ற ஒரு சீசாவில் வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை 2 தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிட மாலைக் கண் குணமாகும். கண் பார்வை தெளிவடையச் செய்யும். புதிய இரத்தத்தை உற்பத்தி செய்யும். இடுப்பில் தோன்றும் வலியை போக்கி இடுப்புக்கு நல்ல பலம் தரும்.

12 **இரத்தக் கொதிப்பிற்கு:-** (i) ½ வெள்ளை பூண்டை சிறிது சிறிதாக நறுக்கி ஆழாக்குப் பசுவின் பாலில் காய்ச்சி இரவில் சாப்பிட நீங்கும்.

(li) வெள்ளைத் தாமரைப் பூ ஒன்றை அளந்து முறைப்படி கஷாயமிட்டு ($\frac{1}{4}$ ஆக) தேன் ஓர் அவுன்ஸ் கலந்து குடித்து வர குறையும்.

13 **இள நரை தீர:-** செண்பகமொட்டு, பூலாங்கிழங்கு, கோஷ்டம் இவை வகைக்கு 10gm, செம்பரத்தைப்பூ (காய்ந்தது) 100gm, வெந்தயம் 20gm (முளை கட்டி வைத்தது) இவற்றைப் பொடித்து $\frac{1}{2}$ கிலோ நல்லெண்ணெய் **or** தேங்காயெண்ணெய் கலந்து வெய்யிலில் நன்கு சூடாகும் படி 5 நாட்களுக்கு வைத்து தினமும் தலைக்கு தேய்த்துக் கொள்ள வேண்டும். வாரம் 1 முறை வெய்யிலில் வைப்பது நலம். இதனால் இளநரை, மயிர் உதிர்தல், வெடித்தல், பொடுகு, கண் எரிச்சல் முதலியன நீங்கும்.

14 **பொடுகு தீர:-** பொடுதலைச் சாற்றை நல்லெண்ணெய் **or** தேங்காய் எண்ணெய் கலந்து வெயிலில் தண்ணீர் சுண்டும் வரை வைக்க வேண்டும். இதனை தினமும் தலைக்குத் தடவி வாரிக் கொள்ள வேண்டும்.

15 **படுக்கைப் புண் நீங்க:-** குப்பைமேனி இலை, மஞ்சள் சமன் கூட்டியரைத்துப் பூசி வர புண் ஆறும்.

Womb To Tomb

This mortal life is a journey between womb and Tomb
The womb is the beginning and the tomb is the end.

Both are in the hands of God . Both are the beginnings of a life — One mortal and another eternal. The main differences which are taking place in the womb and the tomb

Here the fusion, there the fission
Here the production, there the destruction
Here the formation, there the putrefaction
Here the addition, there the reduction
Here the circulation, there the obstruction
Here the mobilization, there the immobilization
Here the articulation, there the dislocation

But in both there is no respiration
We can escape from justification only by salvation

D. Premila Grace

வியர்வைக்குப் பூச்சூட்டுவோம்.

1 நாளெல்லாம் பாடுபட்டு
பிறர் மனை விளங்கவைத்தாலும்
அவன் வீட்டில் விளக்கெரிக்க
கண்ணீரைத் தவிர எதுவுமில்லை.

ஏராயுத மேந்திப்
போராடும் உழைப்பாளி
தன் வயிறு நிறைந்திட
கஞ்சிக்கோ வழியில்லை.

இந்த
மந்தை ஆடுகளின்
வயிறு புறக்கணிக்கப்பட்டு
காம்புகள் மட்டுமே நேசிக்கப் படுகின்றன

இவர்களின்
வியர்வை கூட
எஜமானரின் அனுமதியோடு தான் கீழே விழுகிறது.

இவர்களின் வியர்வைக்குப் பூச் சூட்டுவோம்
ஏனெனில்
அவை மட்டுமே
உழைப்பவனுக்கு மதிப்புக் கொடுத்து
அவன்
காலடியில் விழுந்து
வணக்கம் செலுத்துகின்றன.

இசக்கிப் பாண்டியன்.

தில்லு முல்லு

... ... தென்றலாக
வரும் போது
தேவையில்லை என்றார்கள்,
புயலாகப்
புறப்படும் போது
பூச்செண்டுகளுடன்
கண்ணீர் வடிக்கின்றார்கள். ... ...

செண்பக விநாயகம் III

இளைஞர் குலம் எழுந்திடுக

வரதட்சனை ஒழிந்திட இளைஞர் குலம் எழுந்திடுக!
இருமனங்கள் இணைவதுவே திருமணமாம் அந்நாளில்
திருமணமும் வாணிகமாய் திரிந்து விட்ட இந்நாளில்
கரும்பைத் தின்பதற்கும் கனிதனை சுவைப்பதற்கும்
அருமை விலை கேட்பார் போல் அழகு மகள் தனை மணக்க
வரனுக்கு தட்சணையாய் வழங்கும் பணம் என்பார்
பொன்னாக பொருளாக பலப்பல வகையாக
கண்ணான பெண்ணுடனே கடத்திடவே முயல்கின்றார் !
வறுமை நிலை காரணமாக வழங்கு பொருள் இல்லாமல்
வாடியே நின்றிடும் வனிதையர் பலருண்டு
மணம்பேசி முடிக்கும் நாள் மணநாள் அன்றும்
தக்கபலன் தராத தகவிலா காரணத்தால்
கடிமணத்தை நிறுத்துகின்ற கல்நெஞ்சக் காரர்களும்
கணக்கிலர் இந்நாட்டில் வாழ்கின்றார் இந்நாளும்
மணம் முடித்து சென்றபின்னும் மங்கைதனை பொருளுக்காய்
வாட்டியே வதைத்திடும் வன்நெஞ்ச பாவியர்
மாமியார் வடிவிலும் மணாளன் வடிவிலும்
உலவியே திரிகின்றார் உருவிலே மனிதராய்
மாமியார் சமைக்கும் காஸ் வெடிக்காத அடுப்புகள்
மருமகள் சமைத்தால் வெடிக்கும் மாயம்
நாளும் காண்கிறோம் நாளிதழ் செய்தியாய்
கண்போல் காத்து பேணிட வேண்டிய பெண்மையை
எரிக்கும் நிலை பெரும்பாவ கொடுமைதனை
சட்டங்கள் தண்டனைகள் சதிகாரம் இவர்தமை
சந்தியில் நிறுத்தி சதிராடி நின்றாலும்
சமுதாய மனமாற்றம் சத்தியமாய் தேவை இன்று
இளைஞர் சமுதாயம் இக்கொடுமைதனை எதிர்த்து
அறப்போர் தொடங்கினால் மறக்கொடுமை இது ஒழியும்
மாண்புகள் சேர்ந்திடும் மணித்திரு நாட்டில்!
இளைஞர் குலம் எழுந்திடுக ;

முத்தமிழ்ச் செல்வி . எம். பி,
நான்காம் ஆண்டு பி.எஸ்.எம்.எஸ்

கண்ணில் விழுந்த கனல்

(டாக்டர். க ஜகந்நாதன். பயிற்சி மருத்துவர்)

வியர்வை முத்துக்கள் ஆறென பெருக்கெடுத்து கடலில் சேர
உப்புச் சுவை அளித்திட்டவர்கள் பெருந்தலைவர்கள்; மேன்மக்கள்:

அன்னையின் கண்ணீரை துடைத்துவிட்டு
அடிமை விலங்கினை உடைத்தெறிந்து
நள்ளிரவிலே சுதந்திரம் அன்றுதான் வாங்கினர்.
அவிழ்த்த கூந்தலை அன்னை முடிந்த நாளும் அன்றுதான்

தூத்துக்குடி முத்தெடுத்து, கோஹினூர் வைரம் வைத்து
கோலாரின் தங்கம் உருக்கி,மாலையாக அணிந்ததும் அன்றுதான்.
காஷ்மீரக் குங்குமப்பூவில், காஞ்சீபுரப் பட்டுடுத்திய நம் அன்னை
சிந்துவில் ராகம் இசைத்து. நருமதையில் தாளம் சேர்த்து
காவிரியில் காதுவைத்து, கேட்டு மகிழ்ந்ததும் அன்றுதான்.

செந்தமிழ்நாட்டில் பரதமாடி, கைரளியில் கதகளி வைத்து
குமரியிலே சிதறிய சிலம்பொலிக்கு, இமயத்தில் பட்டுவந்த எதிரொலியில்
கிர்காட்டு சிங்கங்கள் மெய்மறந்ததும் அன்றுதான்.

அவள் மகிழ்ச்சியில் நீடிப்பு இல்லை. ஏன் என்னுள் கூட.
பௌர்ணமியென வந்தது அமாவாசையாகிப் போனது

ஒருவேளை சோற்றுக்குத் திண்டாடி
எதிர்காலம் நல்லது என கானல் நீர் காணும் ஏழை மக்கள்,
பிச்சைக்காரர்கள் என்றொரு பெயராம்.
ஆரணிபட்டு, ஆமதாபாத் கோட்டு, கனவில் மட்டும் போட்டு
நனவில் கந்தைகட்டி வாழும் மக்கள் சந்தை.
இருட்டின் தழுவலிலே, பரந்த நிலமே வீடென
இருண்டுகிடக்கும் மனத்துடன், இருட்டை கழிக்கும் நாடோடிகள்.
ஊரான் பிள்ளையை ஊட்டிவளர்த்து
தன்னை வளர்க்க மறந்து, கைகட்டி சேவகம் செய்யும் கொத்தடிமைகள்,
சந்திரன் வந்ததும் சந்தடியிலே வைத்து
சதையினை விற்று சலிப்புடனே சம்பாதிக்கும் கற்புக்கு அரசிகள்!

மதுவெனும் அரக்கனின் பிடியில் சிக்கித்தவிக்கும் மானிடன் தன்
மாதுவின் மயிரைப்பிடித்து நடுவீதியில் நகர்வலம் வரும் காட்சி.
எரிகின்ற வீட்டிலே எண்ணெயூற்றும் அரசியல் வாதிகள், அவர்கள்
கிடைத்தது கிடைக்கட்டும் என்று கொள்ளையடித்துச் செல்லும் வேஷதாரிகள்.
மக்களின் தேவை மன்னனின் சேவை — மாறி
மன்னனின் தேவை என்றாகிவிட்டது பார்.

பாரதம் என்றால் அன்று புல்லரிக்கும் என்றனர் — ஆனல் இப்படி
மனிதப் புற்களை கொன்று களையிழந்து நிற்குமென
நான் எண்ணியது கூட இல்லை.
வேண்டாத விந்தைகள்; நம்மிடையே சாதிசமய சண்டைகள்.
வடக்கிலும், தெற்கிலும், கிழக்கிலும், மேற்கிலும்
எல்லையைச் சொல்லவில்லை, தொல்லையைச் சொல்கிறேன்.
தற்காப்பு என்ற நிழலிலே படுத்துக்கிடக்கும் ஆயுதக்கூட்டம்
அணுக்களின் கண்களோடு நம்மை முறைத்துத்தான் பார்க்கிறது.
அமைதி என்ற சோலை அழிந்து
பாம்பின் நிழலிலே படுத்துதான் உறங்குகிறோம்.

ஆந்திராவில் வெள்ளம், வங்கத்தில் வெள்ளம்; வேறொன்றுமல்ல
ஆத்மாவின் கவலையில் அன்னை அழுது வடிக்கும் கண்ணீர்தான்.
வங்கக்கடலில் கொந்தளிப்பல்ல; அவள் மனக்குமுறலின் பிரதிபலிப்பே.

பூட்டிய சங்கிலியை உடைத்தெறிவோம்.
அன்னைக்கு விடுதலை அளிப்போம்.
விந்தியமலை உச்சியின் மீது
ராஜஸ்தானி இசை இசைத்து
குற்றாலத்து தேனருந்தி, எல்லோரும் கைகோர்த்து
அஸ்ஸாமின் தேயிலை போல்
ஓடியாடி ஒற்றுமையாக இருந்திடுவோம்.
மனிதத் தூண்களின் மீது
பாரத மண்டபம் அமைத்திடுவோம்.

கதிரவன்

வே. மாசிலாமணி இறுதியாண்டு. பி. எஸ். எம். எஸ்.

விடியும் நேரத்தில்
விளக்கொளியாய் ஒளிக்கின்றாய்.
விடிந்த பின்
விண்மீனை மறைக்கின்றாய்.
பகல் நேரத்தில்
பரிதவித்து அலைகின்றாய்.
அழகிய மாலையில்
அந்திக் காற்று வீச அனுமதியளிக்கின்றாய்.
அந்தி சாயும் வேளையில்
உன் வீடு திரும்புகின்றாய்
அகிலத்தில் நீயும்
ஒரு அயராத உழைப்பாளிதானோ !

சிரிப்பு நோய் — கற்பனை

வேறுபெயர்கள்

இளிப்பு, பல்லைக் காட்டல், அசடுவழிதல், புன்னகை

இயல்: வாயின் உதடுகள் பிரிந்து வாயின் அனைத்து பற்களும் தெரியும் படியாய் மிகுந்த சத்தத்துடனும் கண்கள் சுருங்கி, மிகுந்த நிலையில் கண்ணில் நீர் வடிதலையும் உண்டாக்கும் இயல் புடைய நோயாம்

நோய் வரும்வழி:

சந்தோஷம்
பிறரைகேலிபண்ணல்
அழகிய பெண்கள் ஆண்களை பார்க்கும் போதும்
கற்பனையின் போதும்
தர்மசங்கடமான நிலைகளிலும்இந் நோய்வரும்.

முற்குறி குணங்கள்:

உதடு பிரிதல்
பற்கள் வெளியே தெரிதல்
முகம் சிவத்தல்

பொதுகுறி குணம்:

கண்களில் நீர்வடிதல்
மூக்கு வெடைத்தல்
உடல் குலுங்குதல்
தலை குனிதல்
மிகுத்த சத்தம் சிலவேளை உண்டாதல்

நோய் எண்: 15

வளி	ஆணவம்
அழல்	வெட்கம்
ஐயம்	ஆனந்தம்
முக்குற்றம்	சோகம்
இயற்கை	தெய்வீகம்
செயற்கை	மந்தகாசம்
அசட்டு	நமட்டு
ரம்மிய	

தீரும் தீராதவை

அசட்டு
நமட்டு
ஆணவம்
செயற்கை

இவை தீராது ஏனைய 11 ம் தீரும்

முக்குற்ற வேறுபாடு:

வளியும் ஐயமும் கெட்டு அழல் அதிகப்பட்டு மேல் நோக்குகால் கேடடைந்து கூர்மனும் கெடும்.

நாடி நடை

1. வழிசல் சிரிப்புக்கு வளி நாடியும்
2. அசட்டு சிரிப்புக்கு அழல் நாடியும்
3. மந்தகாச சிரிப்புக்கு சேத்துமநாடியும் மிகுந்துகாணும்.

"வாதமெனும் நாடி தோன்றில—வந்திடும்
வழிசல் எனும் சிரிப்பு தானும்........
"உரைப்பான அழல் நாடி தோன்றுமாகில்
உண்டாகும் அசட்டு சிரிப்புதானே......
"தானமுள்ள சேத்துமந் தானிளகில்
தோன்றிடுமே தெய்வீக சிரிப்புதானே...
—அபத்த நாடி.

உள்மருந்து மருத்துவம்

குடிநீர்: மிளகாய், மிளகு வகைக்கு 1பலம் எடுத்து குடிநீரிட்டு. 5 நிமிடத்திற்கு 1முறை தரவும்

அளவு: 1படி

வெளி மருந்து (கண்ணிற்குகலிக்கம்)

வெங்காயத்தை அரைத்து கண்ணிற்கு கலிக்கமிடவும்.

ஆக்ரரணம்: சுக்குபொடியும் சீயக்காய் பொடியும் சமஅளவு கலந்து மூக்கில் ஆக்ராணம் செய்யவும்.

பிறமருத்துவம்:

வாயில் Plaster ஒட்டுதல் (பட்டிகட்டல்)

அறுவைமருத்துவம்:—

பல்லை சுத்தியலால் உடைத்தல்,

குறிப்பு: -

எல்லாமே கற்பனை- மருத்துவம் ஏதும்முயசிக்க வேண்டாம்.

AS THEY SEE LIFE.

A Student of Physics:-
Life is a pendulum which
Swings between joys and sorrows

A Botanist Declares:-
Kind hearts are the gardens, where
Kind thoughts are the roots
Kind words are the blossoms, so
Kind deeds are the fruits.

A Mathematician would caution:-
Draw a circle with God as the
Centre and Love as Radius

A Student of geography greets:-
Let your joys be deep as the
Ocean, so that yoor sorrows
Seem, the foam so light on
Its top.

A Chemist Simplifies:-
Precipitate your sorrow, filter
The excess, evaporate it to
Dryness and you get the
Crystals of joy.

A Literary genius opines:-
Life is neither a tempest
Nor a midsummer night's dreams
More often it is a comedy of errors
And you may take it as you like it.

A. John Michael Joseph Vaiz
I B. S. M. S.

புதுக் கவிதைகள்

மழை

மின்னல்
கண்ணடித்த
காரணத்தால்......
மேகமங்கை
கற்பிழந்து
கண்ணீர் சிந்துகிறாள்!

வயோதிகம்

தலைப் பிரதேசத்தில்
கார் காலம் முடிந்து
பனிக் காலம் ஆரம்பம்!

புல் புலம்புகிறது

இரவெல்லாம் விழித்திருந்து
பாதுகாப்பாய் வைத்திருந்த
வெண் முத்துக்களையெல்லாம்
விடிந்ததும் திருடிவிட்டான்......?
கைது செய்......
அந்தச் சூரியனை......!

நட்சத்திரங்கள்

ஆகாய அரங்கத்தில்
நிலவுத் தாரகை — தன்
முகில் ஆடையை
அவிழ்த்து விட்டு
நிர்வாண பவனி வருவதை
கண்சிமிட்டி ரசிக்கும்
ரசிகர் கூட்டங்கள்......!

[எஸ். கணேஷ் குமார்]
இறுதியாண்டு

Things necessary to keep our body in good health:

1 The body must have proper food and drink.
2 The body must have abundance of sunlight and fresh air.
3 The body must Constantly get rid of its waste matter.
4 The body must be protected so that it will not be injured by cold or heat.
5 The body must have proper exercise and rest daily.
6 The body must be constantly protected against the entrance of poisons and disease-producing germs.,

M. EZHILARASI Final B.S.M.S

சித்தர்கள் கருத்துக்கள் நவீன பார்வையில்.

T. சத்திய மூர்த்தி
இறுதியாண்டு பி.எஸ். எம்.எஸ்

உலகப் பொருட்கள் அனைத்தும் சடம், அசடம் என்று இரண்டு வகையாக உள்ளன. இவை அனைத்தும் சக்தி, சிவம் சொரூபமாய் உள்ளது. இப் பொருட்களின் ஆன்மாவில் சக்தி செயல்படும் நிலையில் இருப்பின் அசடம், செயல்படாத சூட்சும சுழுத்தி நிலையில் இருப்பின் சடம் என்று கூறப்படும்.

இதையே தான் இன்றைய நவீன கருத்துக் கள் "All bodies are have matter and Energy. But all forms of energies are not activated in nature, they are in all in activated energy" என்ற இயற்பியல் கருத்துக்களாக்கி கூறு கின்றன.

உடம்பு இல்லாவிடில் உயிர் செயல்பட இயலாது. உடம்பை அசைக்க உயிரின் நினைப்பே போதுமானது ஆகும். உயிருக்கு தேவையான உடம்பு அதன் வினைக்கேற்ப அமைகிறது. உயிர் நினைத்தல், அறிதல், செயற்படுத்தல் என மூன்று நிலைகளை அடைகிறது.

இங்கு கூறப்பட்ட உயிர் Energy எனவும், உடம்பு Matter எனவும் தற்போதைய கருத்துக்கள் கூறுகின்றன.
"The matter is activated by an energy. The energy is produced by the stimulation The energy has 3 stages ie 1. production 2. Maintanence 3. Activation.

இந்த உயிராகிய சக்தியே உலகின் வடிவம்; உலகின் காரணம்; உலகின் குணம், இந்த உலக இயக்கத்திற்கு ஆதாரமான சக்தியை பெண்பாலாக உருவகப்படுத்தி கூறியுள்ளனர் நமது சித்தர்கள்.

அணுக்கள் திரள்வதும், விரிவதுமாகிய வகையினை ஆராய்ந்து அறிந்து தெரிவது உயிர். நில அணுக்கள் வன்மையுடையதாக விளங்கும். நீரணுக்கள் குளிர்ச்சியான தன்மை யுடன் சுவையுடையதாகும் தீ அணுக்கள் எரிப்பதும், மேல் நோக்கி எழும் இயல்புடைய தும் ஆகும். காற்று அணுக்கள் அசைத்தலை செய்யும்.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு அணுவும் ஒரு வித ஆதி அந்தமற்ற அநாதி நித்ய அணுக்களாக விளங்குகின்றன. இவை ஒன்றுக்கொன்று திரிபடைவதும் இல்லை. இவ்வாறு உள்ள அணுக்கள் பொருந்தும் தன்மை குறித்தே பெயர் கூறப்பட்டு வரும்.

சுருங்கக் கூறினால் இன்றைய நவீன அறிவியல் கருத்துக்கள் கூறுகின்ற "அணுவினைக் காணமுடியாது அரைக்கோடி அணுக்களை வரிசையாக நிற்கவைத்தால் அவை அனைத்தும் ஒரு முற்றுப் புள்ளிக்குள் அடங்கி விடும்" என்கின்ற கருத்துக்களை மேலே கூறப்பட்ட நமது சித்தர் கொள்கை விளக்கும்.

நமது சித்தாந்திகள் அணுவினை பிளந்து இன்றைய கொள்கைகள் கூறும் Electron, proton, Neutron கொள்கையினை பதி, பசு, பாசம் வாயிலாக மிக எளிதாக விளக்கி யுள்ளனர்.

இவ்வாறு தன்மைகள் கொண்ட அணுக் களாலான பொருட்களில் சக்தி மாறும் இயல் புடையது. "சக்தி உறைந்து கிடப்பது சடம்; சடம் உருகி வழிவதே சக்தி" என்றனர் சித்தர் கள். இதனையே "Every form of energy can be converted into another form of energy" என்று நவீன அறிவியல் கூறுகிறது. ஆனால் ஒரு போதும் சக்தி அழியும் தன்மை கொண்டதல்ல.

தம் யோக வல்லமையால் உலகை படைத்து, காப்பாற்றி, அழித்துவரும் காரணப் பொருளாகிய மூல முதற் பொருளை அணுவின் அணுவாக நமது தலைமை சித்தன் சிவபெருமான் உபதேசித்தார். பின் நாளில் வந்த அவரது மாணாக்கர்கள் சிவனது பெயரை முழங்கவும் காரண காரிய பொரு ளாக சிவம் எனப் போற்றி வந்தனர். இதுவே உண்மை விளக்கம் ஆகும்.
இவ்வாறான அணுக்களால் ஆன இவ்வுலக உயிரின, உயிரற்ற பொருட்கள் அனைத்தும் பஞ்ச பூதங்களால் ஆனவை.

இப் பஞ்ச பூதங்கள் அருவத்திலிருந்து உருவப் பொருளாக மாறும் காரியத்தை பஞ்சபூத பஞ்சீகரணம் என்றனர் சித்தர்கள்.

உலகத் தோற்றம்

உலகத் தோற்றம் பற்றி கூறுமிடத்து "உள்ளது போகாது, இல்லது வராது" என்பது சித்தரது அடிப்படை தத்துவம்.

இத்தத்துவத்தின்படி மாற்றத்தாலாயது உலகம். மாற்றம் ஒவ்வொரு கணமும் ஒவ்வொரு அணுவிலும் அணுவுக்கு அணுவாக நிகழ்கிறது. இவ்வாறு கூறும் கொள்கையின்படி ஒன்று இன்னொன்றாய் தோன்றுவதே மாற்றம். இவ்வாறு நிகழ்வதே செயல்களுக்கு ஆதாரமாய் உள்ளது. காரணம் இல்லாமல் காரியம் நிகழ்வதில்லை.

By the modern thory, "the world is changing always. These changes are due to convertion of all matters into another forms; otherwise, the world is not functioning The Newtons third law, "Every action has an equal and opposite reaction" prove the above theory.

உயிர்களின் பிறப்பை பற்றி நமது சித்தர்களது கருத்துக்கள் மிகவும் அருமையானவை. உயிர் தோற்றத்தை பற்றி கூறும் போது "முதன் முதல் உயிரினம் நீரில் தான் தோன்றிற்று. இதற்கு காரணம் பூமி குளிர்ந்து உயிர்கள் தோன்ற சூழ்நிலை ஏற்பட்டவுடன் நீர்தான் உயிர் தோன்ற இடம் கொடுத்தது. நீரில் அவற்றின் எண்ணிக்கை அதிகரிப்பால் வாழ்க்கை போராட்டம் ஏற்பட்டு சில மடிந்தன. சில நிலப்பரப்பில் ஏறி வாழ ஆரம்பித்தன. பின் அச்சூழ்நிலைக்கேற்ப உயிரினங்களின் உடலில் வியக்கத்தக்க மாற்றங்கள் ஏற்பட்டன. பின் பலவாறான வாழ்க்கை முறையால் மனிதன் வரை பரிணாம வளர்ச்சி ஏற்பட்டது" என்ற கருத்தை விளக்க வந்ததே நமது பத்து அவதாரக் கதை.

முதல் அவதாரம் — மீன் — (மச்சாவதாரம்) நீர் வாழ்வன

இரண்டாவது அவதாரம் — ஆமை (கூர்மாவதாரம்) நீர் நில வாழ்வன

மூன்றாவது அவதாரம் — பன்றி — (வராக அவதாரம்) நில வாழ்வன

நான்காவது அவதாரம் — மனிதனும் மிருகமும் சேர்ந்த உருவம் — (நரசிம்ம அவதாரம்)

ஐந்தாவது அவதாரம் — குள்ள மனிதன் — (வாமனவதாரம்)

ஆறாவது அவதாரம் — வில் வலிமை பெற்ற மனிதன் — (பரசுராம அவதாரம்)

ஏழாவது அவதாரம் — நற்குணம் பெற்ற மனிதன் — (ராமவதாரம்)

எட்டாவது அவதாரம் — உழவுத்தொழில் வன்மை பெற்ற மனிதன் — (பலராம அவதாரம்)

ஒன்பதாவது அவதாரம் — உடல், உள்ளம் அறிவு பெற்ற மனிதன் — (கிருஷ்ணாவதாரம்)

பத்தாவது அவதாரம் — கல்கி அவதாரம்.

இவற்றினை கூர்ந்து கவனித்து கற்பனையை களைந்து பார்த்தால் பரிணாம வளர்ச்சியையும், மனித வளர்ச்சியையும் கூறியது, வெள்ளிடை மலையாக விளங்கும். மனித வளர்ச்சியை இவ்வாறு உடல் வலிமை, வில் வலிமை, பின் அறிவு வலிமை பெற்றதாக கூறுவது அருமையான விளக்கமாகும்.

இதனையே நவீன கருத்துக்கள் "முதல் ஒரு செல் உயிரி அமீபா, கிளாமிடாமோனஸ், பாரமீசியம் போன்றவையே உலகில் தோன்றிய முதல் உயிரினங்கள். உயிருள்ள உயிரணுக்களிலிருந்து பல புதிய உயிரணுக்கள் உண்டாவதில்லை. ஒரு தாவரம் அல்லது பிராணியின் உடல் ஒரே சிறு அணுவாக தோன்றி பின் பலமுறை பிளவுபட்டு லளர்ந்து பெருகி தாவரமாகவோ, பிராணியாகவோ வாழ்கிறது," என்று கூறுகின்றன.

இவ்வித பரிணாம கோட்பாட்டிற்கு ஆதாரமாக உடலியலும், கருவியலும், தொல்லுயிரியலும் சான்றுகளாக டார்வின்கோட்பாடும், டிவிரிஸன் திடீர் மாற்ற கோட்பாடும் விளக்கம் தருகின்றன.

இனி மனித வாழ்க்கை, கரு உற்பத்தி இவைகளைப் பற்றிய நமது சித்தர் கருத்துகளை, நவீன கருத்துக்களுடன் ஒப்பிட்டு நோக்குவோம்.

மனித வாழ்க்கை — கரு உற்பத்தி

விந்தாகிய சுக்கிலம் ஊறும் தன்மை கொண்டது. அதாவது The sperm has motility. என்ற இன்றைய கருத்தினை,

"...... விந்தங்கே யூறும் போது
பாயுமப்பா வன்னியோடு வாயுந்தானே

—என்ற பாடலின் வரிகள் மூலம் விளக்கலாம்.

வாயு இயக்கங்களுக்கு காரணமாக இருக்கின்றது. வன்னி மூல காரணமாக விந்தினை இயக்குகிறது. இதுவே கருத்தரிக்கும் வல்லமை உடையது.

According to modern Theory. "The spermatozoas are motile. The motility is derived from the rapid vibration of their tails".

இவ்வாறு ஊர்ந்து செல்லும் விந்து நாதத்துள் பாய்ந்த இடம் "பாய்ந்த வெளித் தமர் போல" என வைத்திய சாரதம் கூறுகிறது. இதனால் நாதத்தில் துளை உள்ளது என்பது தெளிவாகும்.

According to modern Theory, "The spermatozoa enters the mature ovum, the point of entry being closed at once to prevent the admission of other spermatozoa".

இவ்வாறு விந்தும், நாதமும் கலக்கும்போது

"சுக்கிலத்தில்சுரோணிதங் கலக்கும் போது
பூந்திடும் வியாதி மூன்றும்"

— என தன்வந்திரி கூறுகிறார்.

இங்கு கூறும் வியாதி என்பது வினைகள். அவை 1) சஞ்சிதம் 2) பிரார்த்தம் 3) ஆகாமியம்.

இக்கருத்துகள் நவீனயுக கருத்தின்படி

"The coincident with or proceding the definition of Chromosome the Centrosome divides into two and form each nucleus.

The Chromosomes are responsible for hereditory Charecters. The Chromosomes Contain genes.

The Immunity and Charecters are setled at embryo stage."

கருவாகி வளரும் காலத்தில் அமைக்கப்படும் அமைப்பினை விளக்கும் போது,

"அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்தில்"

— என கூறும் பாடல் இரு விதமான கருத்துகளை தெளிவாக அறிவுறுத்துகிறது.

(1) அண்டமாகிய கருவில் அமைக்கப்படும் வன்மையே அக்கரு வளர்ந்து பிண்டமாகி வளர்ந்து வாழ்ந்து முடிக்கும் வரை செயல்படும்.

(2) அண்டமாகிய வெளியில் உள்ள மாறுபாடுகளை யொத்த மாறுபாடுகள் பிண்டமாகிய உடலிலும் செயல்படும்.

இதுவே பின் வருமாறு நவீன கருத்துகள் கூறுகின்றன.

(1) Some persons have congenital anomelies. The Congenital anomelies are never cured by any treatment.

(2) The climatic changes are affect some persons that leads to patholcgical changes. That change occur at regular climate

These are due to their immunity; and Body Build. The immunity is devided in to 3 types

(1) Acquired immunity
(2) Co genital immunity
(3) Induced immunity.

இக்கருத்துக்களே நமது சித்தர்கள் கூறும் (1) செயற்கை வன்மை (2) இயற்கை வன்மை (3) கால வன்மை என்பனவாகும்.

மனிதன் ஸ்தூல உடல், சூக்கும உடல் என 2 உடல்களை கொண்டுள்ளான். இவை ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புடையன. இதனால் தான் மனிதன் நோய்வாய்படின் மணி, மந்திரம், அவிழ்தம் மூலம் பிணி தீர்த்தனர், ஸ்தூல உடல் பிணியால் பிணிக்கப்படும் போது சூக்கும உடலும் பாதிக்கப்படும். இந்நிலை தீருவதற்கு சூக்கும உடலுக்கும் மருத்துவம் புரிந்து ஆன்ம அமைதி தருபவனே மருத்துவன்.

In modern medicine, "A patient suffering from a disease Chronically, will become a psycohic, due to this inferiority, he wants to be treated both psychollogically and organically." It was dealed early by our siddhars.

இவ்வாறு நமது சித்தர்கள் கருத்துக்கள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தற்போது நவீன வடிவம் கொடுத்து விளக்க ஆரம்பித்துள்ளனர்.

இதிலுள்ள பல்வேறு சிறப்புகளைஎடுத்துரைப்பதே சித்தமருத்துவத்திற்கு நாம் ஆற்றும் கடமையாகும்.

"நீ அவளுக்காக"

அலைபிரியன் என்ற R. கிருஷ்ணமூர்த்தி.
டி. பார்ம்

நண்பா ... ... !
அவள் பார்க்கிறாள் என்பதற்காக — நீயும்
பார்த்து விடாதே ... ... !
பின்னர், நீ
அவளுக்காக பரிதவிக்க நேரும்.

அவள் உருகுகிறாள் என்பதற்காக — நீயும்
உருகிவிடாதே ... ...
பின்னர், நீ
அவளுக்காக உன் வாழ்வை கருக்கிவிட நேரும்

அவள் காதலிக்கிறாள் என்பதற்காக — நீயும்
காதலித்து விடாதே ... ... !
பின்னர், நீ
அவளுக்காக கண்ணீர் சிந்த நேரும் ... ... !

"ஏ பனித்துளியே"

அலைபிரியன் என்ற R. கிருஷ்ணமூர்த்தி
டி. பார்ம்.

ஏ ... — பனித்துளியே!
நீ என்னதான் கண்ணீர் மழை பெய்தாலும்
இந்த பன்னீர்ப் பூக்கள் உனக்கு சொந்தமல்ல ...
ஏனெனில், உன் காதலியின் கவர்ச்சிதான்

ஏ .. — பனித்துளியே
நீ பெய்வதால் எங்களுக்கெல்லாம் வெறுப்புதான்
ஆனால், ஒருத்திக்கு மட்டும் விருப்புதான்
வேறுயார் ? உன் காதலி பூ தான்

நான் விரும் தூது

○ நான் காதலில் தோல்வி கண்டவன்
நிலவுப்பெண்மேல் காதல் கொண்டு
காற்றுத்தோழியை தூதனுப்பினேன்
அவள் கால்கள் மறந்த காரணத்தால்
தூது இன்றுவரை போய்ச் சேரவில்லை--

○ நான் காதலில் தோல்வி கண்டவன்
காற்றுப்பெண்மேல் காதல் கொண்டு
நிலவுத்தோழியை தூதனுப்பினேன்
அவள் தேய்ந்துகொண்டே சென்றதனால்
தூது இன்றுவரை போய்ச் சேரவில்லை.

○ நான் காதலில் தோல்வி கண்டவன்
அமைதி இருள் மேல் காதல் கொண்டு
நட்சத்திரத் தோழியை தூதனுப்பினேன்
சூரியத் தந்தை வந்ததனால்
தூது இன்றுவரை போய்ச் சேரவில்லை

○ நான் காதலில் தோல்வி.........

சுபா, டி.பார்ம்

FINE ARTS ASSOCIATION

A REPORT

It was a golden era in the history of fine arts. The fine arts Association was born during mid'88 with the help of our beloved Principal, heading Dr. K. Palavesam M.D. As staff advisor. Mr. Baskarasethu final B. S. M. S. was elected as president, Mr. David solomon being its secretary, and Mr. Shenbaga vinayagam as Treasurer, Miss. Sasikala as Ladies Representative.

It contained Mr. Sathyarajeswaran (I yr) Mr. Sharath Priyadev (II yr), Alexander Jesudoss (III yr). Miss Muthamizh selvi (IV yr). Mr. Jeganathan, Arun and Asokan from Final year as its committe members.

The Association bagged most of the prizes and praise in all the, musical. Literal, Dance events of all the competitions it took part. Some of the glimpses are given here:

I Chinmaya yuva Kendra competitions:-

a) Instrumental solo (light) — David soloman Ist prize
b) Instrumental solo (carnatic in guitar) David soloman IInd prize

II FEMER'88 at Triunelveli Medical college.

a) Instrumental solo (Drums) David solomon Ist prize
b) Debate Shenbagavinayagam III prize
c) Rangoli. Miss Latharani (III prize)

III "Bharathi vizha" at PalayamKottai

Vocal solo (Light) David solomon — Ist prize

IV FESTIECCA'88 at Vadakkankulam S.A. Raja College.

a)	Rangoli	Miss. Latharani	I	place
b)	Makkolam	Miss, Sujatha	I	place
c)	Painting	Miss. Latharani	I	place
d)	Pencil drawing	Mr. Anbarasu	I	place
e)	Vocal solo	Miss. Meenakumari	I	place
f)	Short story writing	Mr. Prabhakaran	I	place
g)	Essay writing	Mr. Shenbaga vinayagam	I	place
h)	Collage	Latharani Anbarasu	II	place
i)	Poetry writing	Shenbagavinayagam	II	place
j)	Instrumental solo			
	i) Strings (guitar)	David Solomon	Ist	place
	ii) Percussion (Drums)	David Solomon	Ist	place
k)	**Orchestra :-** Light western	—	Ist	place

V Palay Comedy club competitions :-

S. Asokan.
T. Babu.
A. Mohanakannan got the Ist prize for their comedy Drama "Gunfight Kadirvelu", IInd prise grabbed by Sivaraman & party for their silent drama.

IV Youth Festival'88 (Zonal Level) at Kamaraj College, Tuticorin.

a) Dumb charades :-	S. Asokan T. Babu David solomon	Gold Medal
b) Cartoon drawing :	R. Rajasekaran	— Gold
c) Martial arts :- (silambam)	K. Veeramani	— Silver
d) Mono acting	T. Babu	— Silver.
e) Vocal solo (western)	David solomon	— Bronze

VII Youth Festival'89 :- (Finals at Srivilliputhoor Kalasalingam College)

(University Level)

a) Vocal solo (Western)	David solomon	Silver medal
b) Mono acting	T. Babu	Silver medal
c) Martial Arts (Silambam)	K. Veeramani	Bronze medal

In Youth Festival an exclusive Interview was Recorded by All INDIA RADIO with David solomon, Asokan, and Babu for Dumb charades. This interview BroadCasted alongwith soul winning song of David solomon in ILAYABHARATHAM.

VIII Rotary Club Competitions :-

This competition started on 15th ends on 28th of, September 89. So far we got,

Painting	—	Miss. Latharani	III place
Rengoli	—	Miss. Latharani & Jeyanthi	I place
Instrumental Solo	—	Balaji II Prize, Latharani	III Prize

IX Competition Conducted by Thazhai Cultural Academy—

Mono acting = T, Babu III Place.

Temperature :-

This is the high light of Fine arts. At its very first competition itself it bagged the Ist prize in Festica'88.

In Marchival'89, organized by BEO Club, Temperature competed with many professional orchestras in the city and pridely lifted the winning Trophy & cups for Ist prize.

Temperature gave 3 programmes in AIR also. Temperature was the crown in College day & sports day celebrations of'88.

The Temerature' people :-

Key boards :- Sharath Priyadev
Bass guitar :- Alexander Jesudoss
Rhythm guitar :- David Sathyakumar
Violins & chorus :- Mr. Asokan, Mr. Kolappan & Sreedhar
Rotor Drums & Jazz Drums } David solomon
Tabla :- Sreedhar
Treble :- Selvaraj
Mirudhangam :- Balaji

Singers :- Dr. R. S. Ramaswamy
K. Alima
R. Ponnarasu
S. Loganathan
David solomon (western)

Organising assistance :- K. P. Mariappan.

Dr. R. S. Ramaswamy, Our senior singer has won many prizes in vocal solo in many competitions of Intercollegiate and University level in his undergraduate days.

This Temperature is Directed to Victory by the music "Genie" brisk & bright David Solomon.

Fine arts Association extends its excellence up to ALL INDIA RADIO Tirunelveli in the following :-

1) June'88 it gave a hot western music programme and Received lot of letter from many places.

2) Along with music, on August 14th Reformatory Drama on Drug addiction which impressed lot of its listeners.

3) Again in sept'88 it Brodcasted a new, strange programme titled "West meet east". A Thala vadhya Katcheri, Drums with Tabela, Mirudhangam & Violin. In this David solomon played "Carnatic" in western Drums.

In future, we have a Recording on Nov. a musical Drama programme. September we attended the 'Festieca'89" and won many prizes and over all shield.

Finally we thank the Principal who helped us a lot and the Vice Principal who took most interest in Fine arts.

Secretary
David Solomon

President
D. Baskara Sedhu

ஒரு பயணம்

'அகில இந்திய கல்விச் சுற்றுலா'வில் கலந்து கொண்ட மாணவர்கள்.

'சுற்றுலாவே சிறந்த கல்வி' என்றார் மகாத்மா காந்தியடிகள்; அவரது மொழிப்படி சுற்றுலாவிலான அனுபவக் கல்வியைப் பெற்று மகிழ ஒரு முயற்சி; அம்முயற்சியின் விளைவினாலான ஒரு நெடும்பயணம்: அதுதான் 21 - 9 - 88 முதல் 18 - 10 - 89 வரையிலமைந்த எங்களின் 'அகில இந்தியக் கல்விச் சுற்றுலா'.

1988 - 89 ஆம் கல்வியாண்டின் இறுதியாண்டு B.S.M.S மாணவர்கள் மத்தியில் "நமது கல்லூரியினின்று அகில இந்திய அளவில் சுற்றுலா ஒன்று சென்று வரவேண்டும்" என்று ஏற்பட்டிருந்த நெடுங்கனவுக்கு 5. 8. 88 அன்று தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட 'சுற்றுலா அமைப்புக்குழு' நனவுப் பாலம் அமைத்தது. ஆசிரிய அமைப்பாளராக விரிவுரையாளர் Dr. V அருணாசலம் M. D (s), மாணவ அமைப்பாளராக திரு P. திருமுருக வெங்கடேசன், இணை அமைப்பாளர்களாக திரு.K·P இராமச்சந்திரன், திரு. G. ஆறுமுகம், திரு. A, D. சக்கரவர்த்தி, திரு. M. மலர்வண்ணன், திரு. V கண்ணன் ஆகியோர் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு, சுற்றுலாவுக்கான அடிப்படைச் செயல்திட்டங்களை திட்டமிட்டு, செம்மையுற நடத்தினர்.

மாணவர்களுக்கான விஷேச சலுகை பெற்று புகைவண்டி மூலம் 23 நாட்கள் உள்ளடக்கியதாக அமைக்கப்பட்ட, இந்த அகில இந்திய கல்விச் சுற்றுலாவில் சுற்றுலா அமைப்புக் குழுவினர் 7 பேருடன் திரு. A. பெரியசாமி, திரு. S. ரமேஷ், திரு. V, இராமர், திரு. S. பழனி, திரு. P. பார்த்திபன். திரு. K. ஜெயராஜ், திரு. G, குமாரராஜா, திரு. K. ஜெகன்னாதன், திரு. G. பாலசுப்பிரமணியன் ஆகியோருமாக மொத்தம் 16 பேர் பங்குபெற்றனர்

ஏற்றமிகு இச்சுற்றுலாவினை 21 - 9 - 88 அன்று மாலை 5.40 மணிக்கு நெல்லை எக்ஸ்பிரஸ் மூலம் நெல்லை ஜங்சனிலிருந்து துவக்கினோம். ஆசிரியர்களும், மாணவ மாணவியச் சகோதரரும் வாழ்த்தி வழியனுப்பப் பயணம் துவங்கியது.

22 . 9. 88 காலை சென்னையையடைந்து W.U.S - ல் தங்கி திருவான்மியூரிலமைந்த IMPCOPS — ஐப்பார்த்துவரச் சென்றோம். அங்கு இந்திய முறை மருந்துகள் மூலிகைத் தேர்ந்தெடுத்தல் முதல் தூய்மை செய்து மருந்தாக்கி 'பேக்கிங்' செய்வது வரை பார்த்து, அங்குள்ள தர நிர்ணய சோதனைச் சாலையையும் கண்டு, நமது மருந்துகளின் செய்முறையில் — மூலப்பொருள் தேர்ந்தெடுப்பதில் — உள்ள சில நுட்பங்களைத் தெரிந்து அறிவுக்கு விருந்தாக்கிக் கொண்டோம். Impcops ஐப்பார்வையிட Dr. A. ஆனந்த குமார் அவர்கள் உதவினார்கள். அன்றுமாலை 7. 15 மணிக்கு ஹைதராபாத் நோக்கிய எங்கள் பயணம் பாட்டும் கும்மாளமுமாக சார்மினார் எக்ஸ்பிரஸ் மூலம் தொடர்ந்தது. 23 - 9 - 88 அன்று சென்று சேர்ந்து ஹைதராபாத்தில் Birla Mandir, Salar Jang Museum, Zoo, Charminar முதலியன பார்த்தோம்.

ஹைதராபாத்தின் பிர்லாமந்திர், ஒவ்வொருவரும் தன்வாழ்வில் ஒரு நாளாவது பார்க்க வேண்டிய ஓரிடம். மன அமைதி தரக்கூடிய தெய்வ ஆலயங்களை ஹைதராபாத் ஜெய்ப்பூர், டெல்லி, காசி முதலான இடங்களில் நிர்மாணித்து திரு பிர்லா அவர்கள் நீங்காப்புகழ் பெற்றுள்ளார். பளிங்கை இழைத்துக் கட்டப்பட்ட வெண்மைக் கோவிலும், பளிங்குத் தெய்வங்களும் கண்களில் என்றென்றும் நிற்கக் கூடியது. சிறுகுன்று ஒன்றின் மேல் அமைந்த இந்தக் கோவில் இரவு விளக்குகளின் வெளிச்சத்தில், நகரின் தொலைவினின்று பார்க்கும் போது வெண்ணிலவை வெட்டிவந்து துடைத்தெடுத்த சிற்பம் போல் ஒரு தோற்றம் ....

ஹைதராபாத்தின் ஸாலர்ஜங் பொருட்காட்சி அரிதான ஒன்று, அபூர்வமான பல கலைப் படைப்புகளை 18, 19 ம் நூற்றாண்டில் தலைமையமைச்சராயிருந்த ஸாலர்ஜங் என்பவர் தன் சொந்த முயற்சியில் சேர்த்து இதனை உருவாக்கியுள்ளார். அங்குள்ள அபூர்வ பிரெஞ்சுச்சிலைகள் ஒவ்வொன்றும் நம்மை ஆச்சரியத்தின் எல்லைக்கே இட்டுச் செல்பவை. ஒவ்வொரு பொருளும் ஒவ்வொரு கதை சொல்லும்: வித்தியாசமானவை; அபூர்வமானவை.

காலம் செய்த புண்ணியத்தால் ஹைதராபாத்தில் நடைபெறும் விநாயக உத்ஸவம் பார்க்கும் பேறுபெற்றோம். பெரிய பெரிய சைஸுகளில், விதவிதமான போஸ்களில், வித்யாசமான தினுசுகளில் விநாயகரை செய்து ஆராதித்து ஊர்வலமாய்ச் சுற்றிவந்து ஏரியில் போடும் காட்சி வினோதமானது. அங்குள்ள இந்த கலாச்சார நிகழ்ச்சி மறக்க முடியாதது. இந்த விநாயக உத்சவம்தான் எங்களது பெரும்பாலான பயண இடங்களை தவிர்க்கும் படியும் மருத்துவ நிலையங்களைப் பார்வையிட முடியாதபடியும் செய்தது என்பது வேறு விஷயம்.

24 - 9 - 88 மாலையில் புறப்பட்டு 25 - 9 - 88 மதியம் பம்பாயை அடைந்தோம். இடைவழிஙய ரயில் 32 குகைகளுக்குள் புகுந்து கடந்து செல்வது ரம்யமானது. பம்பாயில் 3 நாள் தங்கியிருந்து சுற்றுலாப் பேருந்து மூலம் Gate way of India, World Trade Centre, Nariman Point, Marine Drive, Chowpathy Beech, Kamala Nehru Park, Boot House, Hanging Garden, Zoo, Zuhu beech, Elephanta Caves முதலியன பார்த்தோம்.

கடலுக்குள் 10 மைல் தொலைவிலமைந்த ஒருதீவில் உள்ள Elephanta caves தனியாக சிறப்புப்படகில் சென்றுவந்த பயண அனுபவம் அலாதியானது. பயணத்தின்போது கடற்கரையில் தெரிகின்ற எல்லாக் கட்டடங்களும் நெட்டைநெட்டையாய் வானளாவ நிற்பதும் கப்பற்படைக் கப்பல்களும், எண்ணெய்டாங்குகளும் அணிவகுத்துநிற்பதும் ஒரு சிறப்பானகாட்சி எலிபென்டாகுகையில் காணப்படும் மும்மூர்த்திகள் சிலை, கந்தர்வர் சிலைகள், கணபதி முருகன் சிலைகள் அழகானவை. அவை 7-ம் நூற்றாண்டில் நிர்மாணிக்கப்பட்டு 18-ம் நூற்றாண்டில் அந்நிய தேசத்தவர்களால் சேதப்படுத்தப்பட்டும் இப்போதும் காண்பதற்கழகாயுள்ளது. 19-ம் நூற்றாண்டில் பிரெஞ்சு, டச்சு வீரர்கள் அங்குள்ள சிலைகளையே குறிகளாக வைத்து துப்பாக்கிச் சண்டை பயின்றார்களாம்.

பம்பாயின் காலைநேர சுறுசுறுப்பும் நாளைக்கே இறந்துவிடுகிறார்போல ஓடியாடி வேலைசெய்யும் மக்களும், இரவின் அமைதியும் உற்சாகமானவை; வியப்பானவை. பம்பாயின் லோக்கல் ரயில் போக்குவரத்து நகரின் இதயமாக அமைந்துவிட்டுள்ளது. பம்பாயின் Juhu beech காதலர்களின் கந்தர்வ லோகம்.

17 . 9 . 88 மாலையில் புறப்பட்டு 28 . 9 காலை ஆமதாபாத் அடைந்தோம். மகாத்மா பிறந்த மாநிலமான இங்கு பூரண மதுவிலக்கை கடைப்பிடித்து வருவது மனதுக்கு மகிழ்ச்சி தருகிறது. தலைநகர் காந்திநகரில் தங்கினோம். காந்திநகர்த் தலைமையகக் கட்டிடங்களையும் சபர்மதி ஆஸ்ரமத்தையும் பார்த்தோம். மகாத்மா தன் வாழ்வின் பெரும்பகுதியைக் கழித்த சபர்மதி ஆஸ்ரமம் நகருக்கு புகழையும் அமைதியையும் சேர்க்கிறது.

29 . 9 . 88 காலைபுறப்பட்டு 30. 9. 88 விடியலில் ஜெய்ப்பூரை அடைந்தோம், அன்றைக்கே ஆட்டோ ரிக்வுாக்களின் மூலம் ஜெய்ப்பூர்செயற்கைக் கால் தயாரிக்கும் மருத்துவமனை, City place, Jandar Mandar, Hawa Mahal, Amber fort, Reihar fort, Jal Mahal. Seezh Mahal Birla Mandir, The Big Canon on wheel முதலியன பார்த்தோம்.

ஜெய்ப்பூர் Pink city என அழைக்கப்படுவதற்கிணங்க செம்மைநிற சோலையுடன் காணப்படுகிறது மாவீரர்களான இராஜபுத்திரர்களின் நகரமாய் பலகாலம் விளங்கிய ஜெய்ப் பூரின் கோட்டைகளும் அரண்மனைகளும் பிரமாண்டமானவை. ரெய்கார் ஆம்பர் எனும் இரு கோட்டைகளும் நகருக்குள் எந்த எதிரியும் நுழைந்துவிடாதபடி பாதுகாப்புதருபவை. ரெய்கார் கோட்டைமீதுள்ள பீரங்கிவண்டி உலகின் மிகப்பெரிய பீரங்கிவண்டியாகும். இதன்சுடுதிறன் 25 Km தூரமாம். இதனை சோதனைக்காக வென்று ஒருமுறை மட்டுமே பயன்படுத்திப் பார்த் துள்ளனர்,

இங்குள்ள கண்ணாடி மாளிகை (Sheeze mahal) காற்று மாளிகை (Hawa mahal) இரண்டும் வியப்புக்குரியன. காற்று மாளிகையில் எங்கிருந்து இத்தனைக்காற்றும் வருகிறது என அறியாதபடி காற்று வீசும்.

ஐந்தர் மந்தர் என்பது ஒரு காலக்கணிப்புஇடம். இதனை ராஜபுதன அரசர் ஒருவர் நிர்மானித்துள்ளார். டெல்லி மதுரா, காசி, உச்சயினி ஆகிய இடங்களிலும் இவர் நிறுவிய ஐந்தர் மந்தர்கள் உள்ளதென்றாலும் இன்றைக்கும் பயன்படுத்தப்படும் ஒரே இடம் ஜெய்ப்பூர் ஐந்தர் தான். சூரிய, சந்திர ஒளிக்கிரணங்கள் படும் சாய்வினைக் கொண்டே, மாதம், மணி, நாளிகை வினாடி இவற்றைத் துல்லியமாய் கணிக்க முடிகிறது. ஜெய்ப்பூரில் பிர்லாமந்திர் நிர்மானப்பணியில் தான் இன்றும் உள்ளது. இந்தக் கோவில் வெண்சலவைக்கல்லில் வடிக்கப்பட்டு வருகிறது.

1—10 அன்று விடியலுக்குமுன் புறப்பட்டு அன்று காலை ஆக்ரா அடைந்தோம். வேன் ஒன்றின் மூலம் முதலில் பதேபூர் சிக்கிரியை பார்க்கச் சென்றோம். அக்பரால் நிர்மாணிக்கப்பட்டு அவரது காலத்திலேயே பேய் நகர் என்னும் பெயர்கொண்டு அவருக்குப் பின் வந்த ஒருவராலும் கண்டுகொள்ளாமல் பாழடைந்த ஒருநகர். இந்த இரட்டைநகரில் அமைந்த புலன்தர் வாஜா என்னும் யானை வாயில் உலகின் மிகஉயர்ந்த வாயிலாகும்.

சலீம் ஸேஸ்தி கல்லறை, திவான் - இ - ஆம், திவான் - இ - காஸ் பாஞ்ச்மகால், ஹிரன் மினார் முதலானவை காணவேண்டியவை. பாஞ்ச் மகால் 4, 8, 16, 32, 64 என்னும் எண்ணிக்கை யில் மேலிருந்து கீழாக தூண்கள் பெற்ற 5 அடுக்கு கட்டடம். இங்கு அக்பரின் 3 வெவ்வேறு மத (இந்து, முஸ்லீம். கிறிஸ்தவர்) மாணவியரும் தங்கள் தங்கள் புனித வழிபாடுகளை மேற்கொள் வராம். இவற்றைப் பார்த்து விட்டு ராதாஸ்வாமிகளுக்காக ஒரு நூற்றாண்டாக கட்டப்பட்டு வரும் கல்லறைக் கோவிலைப் பார்த்து விட்டு ஆக்ரா கோட்டை வழியாக உலக அதிசயம் ஒன்றைக் காணச்சென்றோம்.

தாஜ்மகால் - அந்த பெயரே ஒரு தனிச் சௌந்தர்யம். சலவைக் கற்களைக் கொண்டு தன் காதலிக்காக கல்லறையை யமுனைக் கரையில் ஷாஜகான் கட்டிவைத்துள்ள அந்த வசந்த மாளிகை, உலகின் பல்வேறு இதயத்தவரும் வந்து ரசித்துச் செல்லும் ஒரு கனவுக் கோட்டை யாகத்தான் அதனைக் காணும் வரை மனதை அரித்துக் கொண்டிருந்தது. இந்தியாவுக்கு சரித்திரப் புகழ் தேடித்தரும் அந்த தாஜ்மஹாலைக் கண்டபோது உணர்ச்சிகளின் உச்சநிலையை ஒவ்வொரு வரும் அடைந்தோம். ஓங்கிய நான்கு மினார்கள், அதன் நடுவில் காதல் என்பதன் சின்னமாய் —மணவாழ்வு என்பதன் அர்த்தமாய்—கம்பிரமான அழகான கட்டிடம்; ஒருபுறம் யமுனையின் பிர வாகம்; மறுபுறம் மாந்தரின் கும்பல் — அமைதியான தாஜ் — அதைச்சுற்றி பசுமை போர்த்தும் தோட்டம்; கண்பெற்றதன் பயனை உணரமுடிந்தது.

காவலர்கள் துரத்தியடிக்கும் வரை அங்கேயே நாங்கள் சுற்றிச்சுற்றி வந்துகொண்டிருந் தோம். உலகின் பல்வேறு மூலையினின்றும் அங்கு வருகிற மனிதர்களைப் பார்வையால் பருகி மகிழ்ந்தது தனிக்கதை.

பிறகு 2—10 காலையில் புறப்பட்டு 3—10 மதியம் சிம்லாவை அடைந்தோம் சிம்லா— சிறந்த கோடை.வாசஸ்தலம்.''வெயிலின் இனிமையை'' அங்குதான் உணர்ந்தோம். மலைச்சரிவில் அமைந்த நகரம் அங்கு பனிபோர்த்திய தூரத்துச் சிகரங்களும், சிரிக்கும் மலர்களும், இதமான குளிரும் உள்ளத்தை நெகிழ்த்துபவை சிம்லாவின் சிறப்பான ரோலார்ஸ்கேட்டிங் செய்யப் புகுந்து பாலன்ஸ் செய்யத்தெரியாமல் நாங்கள் விழுந்து எழுந்தகோலம் இன்று நினைத்தாலும் சிரிப்பு வரச்செய்யும்.

சிம்லாவுக்கு கல்காவிலிருந்து புறப்படும் ரயில் பயணம் அனுபவிக்க வேண்டிய ஒன்று. சின்ன சின்ன பெட்டிகளுள்ள சிறிய ரயில் மலைச்சரிவில் மெதுவாக ஊர்ந்து செல்வதும் வழியில் 60க்கு மேற்பட்ட குகைகட்குள் புகுந்து செல்வதும் மகிழ்ச்சிதருவது. எங்களின் ரயில்பயணம் சாதாரணமான ஒன்றல்ல, அந்தப் பெட்டியே குலுங்கும்படி கூத்தும் கும்மாளமுமாய், சிரிப்பும் கலகலப்புமாய் நமது மொழி புரியாது மற்றவர் விழித்துக் கொண்டே சிரிக்கும்படியும் அமைந்த ஒன்று. அத்தகைய பயணம் மாணவப் பருவத்தில் மட்டுமே கிடைக்கக் கூடிய ஒருபயணம்.

சிம்லாவிலிருந்து 5—10 காலை டெல்லி வந்தோம். 5நாட்கள் தங்கினோம். சுற்றுலாபஸ் அமர்த்தி குதூப்மினார், காந்தி, நேரு, சாஸ்திரி, இந்திரா ஆகியோரின் கல்லறைகள், சப்தர்சிங் சமாதி, செங்கோட்டை, பல்லிகாபஜார், கரோல்பாக் முதலியன சென்று வந்தோம். ஒவ்வோரிட மும்பார்க்கப்படவேண்டியஇடங்கள். 7—10 அன்று ராஷ்ட்ரபதிபவன். பார்லிமெண்ட் ஹவுஸ் முதலியன சென்றுபார்த்து வந்தோம். நமது அரசு சட்டதிட்டம் நிறைவேறும் அவ்விடங்களை சுற்றிப் பார்த்தோம். இந்தியாகேட்டிலிருந்து ராஷ்ட்ரபதி பவன் வரையுள்ள ராஜபாதையில் நடந்து மகிழ்ந்தோம். அரசு செயலகங்களைப் பார்த்து வந்தோம் ராஷ்ரபதியிடம் பொதுவான சித்தமருத்துவ வளர்ச்சி களுக்கான 4அம்ச கோரிக்கை கொடுத்து வந்தோம். இரவில் வெளிநாட்டு செயலகங்கள் நிரம்பிய சாணக்யபுரியில் அமைந்த—நாங்கள் தங்கியிருந்த —Youth Hostel பகுதியில் தினமும் ஐந்து கிலோமீட்டராவது நடந்து சுற்றிவந்த அனுபவம் மறக்கமுடியாதது.

8—10—88 அன்று டெல்லி அருகில் லோனா என்னுமிடத்தில் அமைந்த வெந்நீர் ஊற்றுக்குச் சென்று குளித்து வந்தது புதிதான அனுபவம்.

9—10—88 அன்று காலை ரிஷகேஷ்—ஹரித்துவார்க்கு பஸ் மூலம் சென்று திரும்பினோம் ரிஷிகேஷத்திலும் ஹரித்வாரிலும் பனிபோல்குளிர்ந்து ஓடும் கங்கையில் குளித்தது சிலிர்ப்பான அனுபவம். — கங்கை பிரவாக சக்தியை உணரவியன்றது. கவனமாக இல்லாவிட்டால் கங்கைத் தாய்தன்னோடே எங்களைச் சேர்த்து விடுவாள் என்னுமளவுக்கு நீர் இழுப்பு அதிகம். ஹரித்து வாரத்தில் கங்கைப் புனித நீரை சேகரித்து வந்தோம்.

10—10 88 அன்று பகலில் புறப்பட்டு 11—10 காலை வாரணாசி அடைந்தோம். முத்துக்குமார சுவாமிமடத்தில் தங்கினோம் கேதார்கட்டில் குளித்து கங்கையில் புனிதம் தேடிக்கொண்டோம்.

காசியில் அன்னப்பூரணி விஸ்வநாதக்கோவில், பனாரஸ் யூனிவர்சிட்டி, காலபைரவர் கோவில், அரண்மனை, துளசிமானச கோவில், துர்க்கா கோயில், பிர்லாமந்திர் சங்கடவிமோசன கோவில் முதலியனவும் சாரனாத் சென்று அங்குள்ள ஸ்தூபி, மியூசியம் முதலியனவும் பார்த்து வந்தோம்.

சரித்திரப் புகழ்வாய்ந்த காசிப் பல்கலைக் கழகமும் சாரனாத்தும் காண வேண்டியவை. சாரனாத் ஸ்தூபி அசோகச் சக்கரவர்த்தியின் புகழைப்பாடிவருகிறது. அங்கு நமது தேசியச் சின்ன மான நான்கு சிங்கம் அமர்ந்த தூணைப் பார்த்தது இந்தியக் குடிமகன் காணவேண்டியவற்றுள் ஒன்றைக் கண்டமகிழ்வைத் தந்தது. 12—10 அன்று புறப்பட்டு 15—10 காலையில் 9.00மணிக்கு திருநெல்வேலியை அடைந்தோம்.

மாணவச் சகோதரர்களும் சகோதரிகளும் ரயிலடிக்கு வந்திருந்து அன்பான உற்சாகவரவேற்பு தந்து மகிழ்ந்தனர். மகிழ்வித்தனர்.

இந்தப்பயணம் கலந்துகொண்ட ஒவ்வொருவருக்கும் புதியபுதிய அனுபவங்களத் தேடித் தந்தது. இந்தியா முழுதுமே சுற்றிப்பார்த்துவிட்டது போன்ற எண்ணத்தை உருவாக்கியது மொழி பேதம் வாழ்க்கைக்கு எப்படியெல்லாம் பாதிப்பு தரும் என்று உணரப்பட்ட அதேவேளையில் எப்படியெல்லாம் அவற்றைச் சமாளித்துவிட முடியும் என்ற நம்பிக்கையையும் பெற்றுத் தந்ததுஇந்தப் பயணம்.

இப்படிப்பட்ட அகில இந்தியசுற்றுப்பயணம் முதன் முறையாக 1988—89 இறுதியாண்டு மாணவர்களால் நிறைவேற்றப்பட்டது. இப்படிப்பட்ட செயல்களை அடுத்துவரும் இளையோரும் தொடர்ந்து, அனுபவ நன்மை பெறவேண்டும் என்ற ஆசை ஒவ்வொருவர் இதயத்திலும் ஓங்கி நின்றதனால் எழுதப்பட்டதே இக்கட்டுரை.

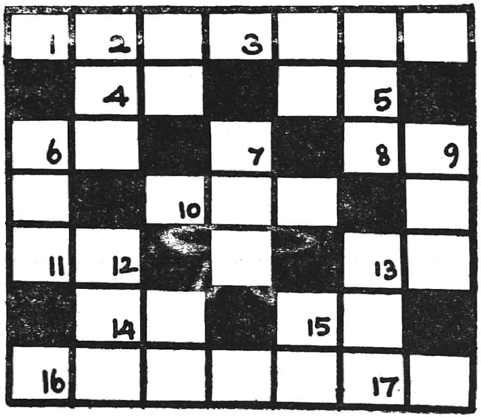
'யாம் பெற்ற இன்பம்; பெறுக இவ்வையகம்' என்பதே எங்கள் நோக்கம்.

அகத்தியர்

தென் பொதிகைத் தமிழ்க்கோமானே
தமிழ்க்கடவுள் வழி வந்தோனே
கும்பத்தில் புறப்பட்ட குறுமுனியே
கடலைக் குடித்து வற்றச் செய்தோனே
அகத்தியம் தந்த ஆதி முனிவனே
ஆதி அந்தமில்லா காலத்தோனே
சங்கத் தமிழ் நூல் தந்தவனே
சித்தியினால் மருத்துவம் செய்தோனே
வைத்தியகாவியம் தந்த ரத்தினச்சுருக்கமே
உனை வணங்குகின்றோம் போற்றி!

எஸ். கே. ராஜசேகரன்
மூன்றாமாண்டு.

சித்த மருத்துவக் குறுக்கெழுத்து



இடமிருந்து வலம்

1 சைவத் திருமுறைகள் பன்னிரெண்டில் பத்தாம் திருமுறை.
4 உயிர் வாழத்தான் உண்ண வேண்டும். இதற்காக உண்ணக் கூடாது.
6 இறந்து விட்டால் " ——— " இல்லாத ஊசியும் கூடவராது.
8 உயிரானது இது இந்துக்களுக்கு தெய்வம்.
10 வழக்கறிஞரின் ஒரே ஆயுதம். வைத்தியரின் ஆயுதங்களில் ஒன்று. இங்கு குழம்பியுள்ளது.
11 நாட்டை காக்கும் இதை தோலுக்கு வராமல் காக்க வேண்டும் (திரும்பியுள்ளது)
13 தச நாடிகளுள் ஒன்று.
15 இதற்கு இதுவென்று கண்ணப்ப நாயனார் தம் கண்ணை சிவனுக்கு அப்பினார்.
16 இது போனால் மருந்தின் பலன் போகும்.
17 தேன் இதன் வேறு பெயர்.

மேலிருந்து கீழ்

2 மயில் துத்தம் இங்கே மாறியுள்ளது.
3 ஏகாதசியில் ஆரம்பித்து அமாவாசை/பௌர்ணமியில் முடியும் இது மொத்தம் 17.
5 இந்த முகூர்த்தத்தில் திருமணம் செய்வர்.
6 பணவெடையை மாற்றினால் இந்த எடை கிடைக்கும்.
7 நிம்பம் ஐந்தில் ஒன்று.
9 இதற்கு மிஞ்சிய மருந்தில்லை சுப்ரமணியத்திற்கு மிஞ்சிய கடவுள் இல்லை.
12 இராவணனுடைய இத்தனை தலைகள் இங்கு மாறியுள்ளது.
13 வயிற்றை எரிக்கும் நோயின் கடைசி எழுத்து காணவில்லை.
14 கணவனும், கடவுளும் — இதுவே

S. ASOKAN, T. BABU
FINAL YEAR

விடைகள்: 88—ம் பக்கம் பார்க்க

"NOT ME BUT YOU"

(National Service Scheme) Dr. G. Ganapathy., M.D(s) Reader/ N.S.S Programme officer

"Not me But you" is the Motto of our National Service Scheme. This motto is thoroughly fulfilled by the sincere service by our N.S.S Volunteers through regular and special camping programmes.

Timely we used to get proper valuable guidence and directions from our N. S. S Co—ordinator Prof. Raju. Madurai Kamaraj University. the chairman N.S.S./ Principal Dr. V. Subramanian M.D(s) and from the N.S.S. Advisory Committee of our college.

Even though, volunteers of our college are already involved in public services during hospital postings, their public services are stream—lined through N.S.S by attending various free medical camps conducted by our unit. Other colleges near by our college are also involving us in their special camps to conduct medical camp as one day programme. In view of public health and help during special camping programme we are inviting other field Doctors also. (Special fields like E.N.T., specialist Dental and pediatrician to attend free medical camp).

In special camps a social awareness procession was conducted by holding some slogans. Health education to the high school and middle school children are conducted by the volunteers beyond all other various programmes.

Programme officer, other staff and volunteers donated blood in front of public to avoid fearness regarding blood donation.

To encourage kitchen gardening and true plantation our volunteers are involved usually in selling saplings in the way of involvement through Horticulture department.

Men and women volunteers are interestingly participated in almost all the intercollegiate special camping programmes, and it was told that they behaved as a model to others. To relax themselves and others very very talented cultural programmes were usually performed by the volunteers. This year we are trying to involve the volunteers in the Mass literacy programmes.

Traking programme at Nambi hills were arranged for the volunteers. Women volunteers also participated.

A sentence of "Thought for today" is daily written by the volunteers in the college entrance Notice board. It is very much impressed by the other students of our college including staff and other persons.

Almost all the students of our college are willing to become N.S.S. Voluntees, we have allotted one more unit by the University last year. Dr.G. Ganapathy M.D.(s) and Dr.V. Ramdoss M.D.(s) are holding the charges of programme officers for Unit No. 22 and Unit No.216 respectively. Thank you. We will meet again.

MATHUMEGAM

(DIABETES MELLITUS)

Dr. N. Chidambaranathan M.D s) Reader.

It is observed that Abraga Chenduram is very much useful in the treatment of Madhumegam. During the trial it is found that it controls Madhumegam within a short Period,

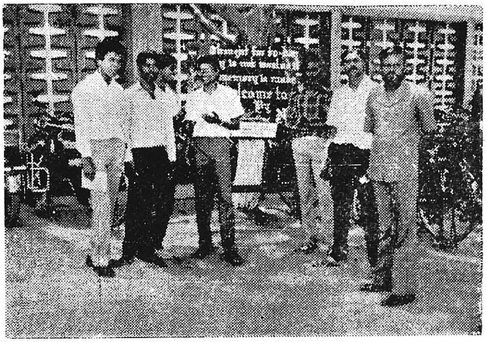
Majority of the cases in this study have been found to occur between the age period of 50 to 70years. 24 Mathumegam cases were treated with Abraha chenduram, with the Blood Sugar 140 to 324 mg% and the urine Sugar ranging between 1 to 4 plus were observed. Treat ment periods varies from 4 to 33 days. Except 3 cases 21 cases showed satisfactory clinical mprovement. 1 case showed 1 plus of sugar in the urine. 2 cases did not show any anticipated result because of non campliance and non- co-operation of the patient. 24 cases were treated encouraging result was noted in 75% of cases.

The Bio-chemical investigation of Abraha chenduram induces secretion of Insulin. Hence it will help to reduce the sugar in maturity onset type of Diabetes Mellitus.

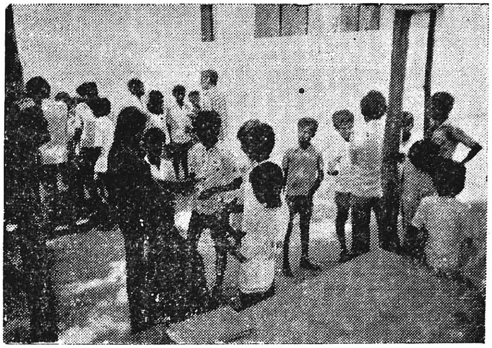
The disease is prevalent world-wide. Till this day no definite known aetiological factor is given by any system of medicine. The Bio-Chemistry, and experimental pharmacological methods show the nature of the disease and probable complications that may follow. and thus it has enabled the physician to control further development of the disease with early diagnosis and by instituting proper exercise, diatetic and therapeutic regimen.

The Siddha system which was developed and practical in this part of the country for more than thousand & thousand years ago had collected, preserved and given to the posterity the knowledge siddhas have accumulated by their experience, investigation, practice, etc with regard to the treatment of some intractable diseases which baffle even to-day the practitioners of advanced system of medicine. The Mathumegam classifiied as one of the chronic disease has been recognised and an attempt has been made remarkably to control the disease and its complications by suitable diet, exercise and medical treatment. The present treatment is done on 24 cases of Diabetes Mellitus or Mathumegam without any complications. The drug Abraka Chenduram is found to be an effective oral Hypoglyaemic Agent.

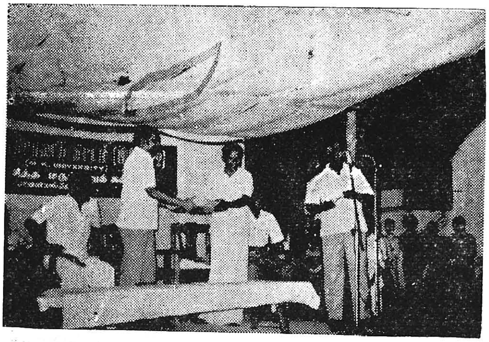
N. S. S. ACTIVITIES



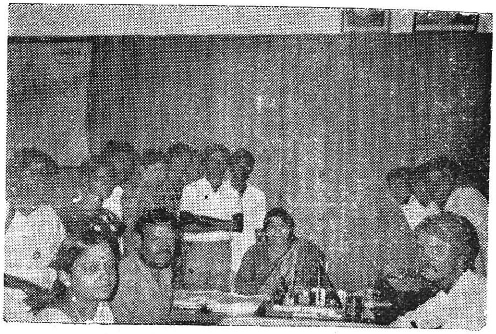
THOUGHT FOR TODAY



A DOCTOR AS A TEACHER



PRIZE DISTRIBUTION

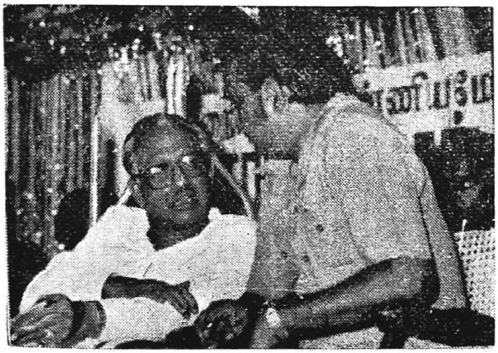


OUR STUDENTS AT BANGALORE AYURVEDIC COLLEGE

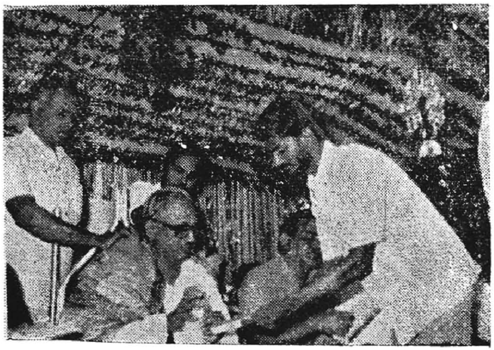
NOT FOR ME – BUT FOR YOU

TREKKING TO NAMBI HILLS

நினைவில் நிற்பவை ....



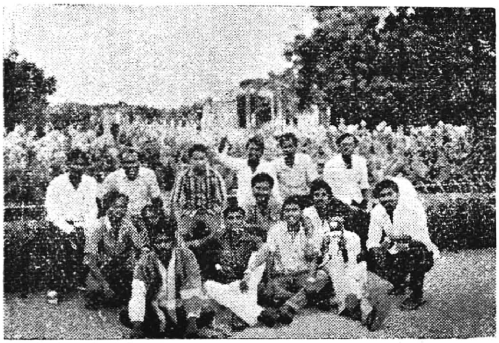
பேராசிரியரும் முதல்வரும்

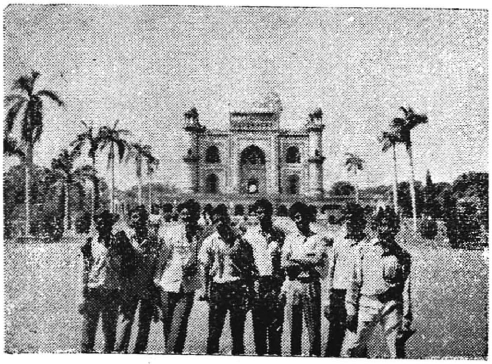


பேராசிரியருடன் பேரவைச் செயலர்

அரசுப் பொருட் காட்சியின் சித்த மருத்துவ அரங்கில் ......

மாணவர் பேரவைத் துவக்க விழா





அகில இந்திய சுற்றுலாவில் நமது மாணவர்கள்

ARUNAVATHAM .

Dr,.V. NATARAJA CHOCKAL INGAM, M.D. (S).
ASSISTANT LECTURER.

Introduction

Arunavatham is a disease under the derangement of Vatha Kutra and affects the lower extremities only. This disease is charecterised by pain and tenderness in the joints, inability to walk, loss of function and constipation.

History of the disease:

The disease is originated by the symptoms of giddiness,pain in the hip-joint, and knee joint. Then gradually loss of function of both lower extremities present. Loss of bladder function and constipation are also present. No other history of infective diseases like syphilis, tuberculosis are seen. No other relevant history such as family relating to disease is present.

Symptoms:

Giddiness, Pain th the joints, Constipation, Loss of bladder function, Raised blood pressure, loss of function in the lower extremities, Plantar response is extensor. Deep reflexes in knee and ankle joints exaggerated. E. S. R. increased. Sensory loss in the feet present. No loss of sleep, memory present.

Aetiology:

Elevated blood pressure causes degeneration in the anterior spinal artery of the lumber area stimulates the pain in the hip joint and giddiness. In Siddhar's theory the disease is caused by deranged vatha kutra and affects the Udal thathu of Enbu. Oon, and moozai.

So the corresponding branch of Lumbar nerves especially L3, L4 are deranged and leads to the loss of bladder function and loss of function in the lower extremities also

Diagnosis:

Giddiness, pain in the joints, raised blood pressure, extensor plantar response, exaggerated deep reflexes presence of sensory changes, of bladder function confirm the diagnosis.

Treatment:

The disease is caused by deranged vatha kutra which causes constipation and pain in the joints first and then affects the lower extremities and bladder. According to Siddhar's theory "Virechanathal Vatham thazhum" Firstly all the cases are given purgative for evacuating the faeces, Vellai ennai 15 ml is administered with milk in the early morning. Merugulli Ennai 15 ml may also be given. Then to reduce other features, the following medicines are prescribed.

Inteɹnally Ayaveera Chenduram 100mg, Amukkara Choornam 1gm with honey, three times daily;for seven days. Then Arumuga Chenduram 100 mg with Amukara Chooranam 1 gm with honey for another seven days. In addition Neermulli Kudineer 30ml daily and Kesari legium 5 gms b. d. - daily for releasing the raised blood pressure. After reduction of blood pressure the treatment is changed as follows. Rasagandy melugu 500 mg twice daily with palm jaggery, Amukkara Kilangu and vilvathy legium 5gm twice daily.

Externally Chitramutty thylam is applied, The other one thylam Visha musty is used for toning up the nerves.

Department of Physical Education

Annul Report 1988-89

The Sports Committee was formed this year with Dr. V.Subramanian, M.D. (Siddha) Principal,Govt. Siddha Medical College as president Thiru K.M.Mohamed Farook, Physical Director as vice-president and Thiru T.Ganapathy Ramalingam Final B.S.M.S. student who has been unanimously elected as Sports Secretary for the year 1988-89.

All the students of our college were divided into four Houses and we conducted Intramural Tournaments in Carrrom singles and Doubles, Chess, Table-tennis, Shuttle Badminton, Tennikoit Ball-Badminton, Volley-ball Cricket and Kabaddi.

Our college Annual Sports Meet was held on 14th February 1989 at Anna Stadium, Palayamkottai. Dr.K.Palavesam, M.D (S) Vice-principal, Govt.Siddha Medical College, Palayamkottai inaugurated the Sports Meet. All events were keenly contested. Students showed their inherent talents.

The prize distribution function was held in 28th March 1989. Let me thank our beloved chief guest Dr. Major Raja T.V. M.C. Dean and. Superintendent of police (Crime) Tirunelveli Kattabomman District who were kind enough to accept our invitation and come over here for prize distribution.

Last but not the least let me thank our Principal, Staff members, Sports Secretary, House Captains, and all the students for their kind co operation in order to make the function a grand success.

Thanking you.

ஆண்டறிக்கை

மாணவர் பேரவை

A. D. சக்கரவர்த்தி Final B.S.M.S
மாணவர் பேரவை செயலர்.

இந்தக் கல்வியாண்டின் மாணவர் பேரவை, தனது
தலைவராக திரு. G ஆறுமுகம், Final B. S. M. S.,
செயலராக திரு. A. D. சக்கரவர்த்தி, Final B. S. M. S.,
பொருளராக திரு. P. திருமுருகவெங்கடேசன், Final B. S. M S.,
துணைத்தலைவராக திரு. I. செல்லத்துரை, Final B. S. M. S.,
துணைச்செயலராக திரு. S செண்பகவினாயகம், II B. S. M. S.,
மாணவியர்பிரதிநிதியாக செல்வி. S. அருணா, Final B. S. M. S.,
ஆகியோரைக் கொண்டு 12.9.88 அன்று மாணவர்களால் ஒருமனதாக தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு 14.12.88 அன்று முதல்வர் அவர்களால் அறிவிக்கப்பட்டது.

மாணவர்பேரவை தனது அலுவர்சாராத் தலைவராக முதல்வர் Dr. சுப்பிரமணியன், M.D.(s), ஆசிரிய ஆலோசகராக Dr. K. பலவேசம், M. D.(s) ஆசிரிய பொருளாளராக Dr. (tmt V. சுப்புலட்சுமி, M.D.(s), [ஆசிரிய முனைவர்களாக Dr. P. செயப்பிரகாசு நாராயணன், M. D. (s), Dr G. கணபதி, M. D. (s), Dr. V. அருணாசலம், M. D. (s), ஆகியோரைப்பெற்று தனது அலுவல்களைத் தொடங்கியது.

16.12.88 அன்று கூடிய முதல் செயற்குழுக்கூட்டத்தில் அனைத்து வகுப்புப்பிரதிநிதிகளையும் தனது செயற்குழு உறுப்பினர்களாக ஏற்றுக்கொண்டு, கல்லூரியின் வளர்ச்சிக்கென பாடுபடவும், மாணவர் ஒற்றுமையை நிலைநாட்டவும், நீண்ட காலத்துக்குப்பின் இவ்வாண்டில் கல்லூரிமலரை (Magaziue) வெளியிடவும் தீர்மானங்களை நிறைவேற்றி செயல்படத்துவங்கியது.

இதன்பின் மலர்வெளியீட்டுக் குழுசெயலர் மற்றும் ஆசிரியராக திரு. M. கோலப்பபிள்ளை, Final B. S. M. S., விளையாட்டுத்துறைச் செயலராக திரு. T. கணபதிஇராமலிங்கம், Final B. S. M S., ஆகியோரைத் தேர்ந்தெடுத்து விளையாட்டுவிழா, மலர் வெளியீடு இரண்டினையும் செயல்படுத்த துவங்கியது.

22-12-88 அன்று பேரவைத்துவக்கவிழா அன்றைய இந்தியமருத்துவத்துறை இயக்குநர் திரு. க. இளங்கோவன், I. A. S., அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. பேரவை உறுப்பினர்கள் உறுதிமொழிபூண்டு, தங்கள் கோரிக்கைகளை இயக்குனருக்குத் தெரிவித்தனர்.

28-3-89 அன்று கல்லூரி நாள் விழாவையும் விளையாட்டுத்துறை பரிசளிப்பு விழாவையும் திருநெல்வேலி-மருத்துவக்கல்லூரி முதல்வர் Dr. (Major), D. ராஜா, அவர்களின் தலைமையில் கொண்டாடியது. அன்றையவிழாவில் அனைத்துமாணவர்களுக்கும் சிறப்பான விருந்தினை வழங்கி மகிழ்ந்தது.

இடையிடையே பலகல்விப்பணிகளையும் பேரவை திட்டமிட்டு செயலாற்றியது. Dr. S. சண்முகம், அவர்களைக் கொண்டு 'அறிவியல் நோக்கில் வர்மம்' என்ற தலைப்பில் ஓர்

உரையையும், திரு. தேவகமலஅருமைராஜ் என்பாரைக் கொண்டு 'வர்மக்கலை'பற்றிய விரிவான சொற்பொழிவையும், திரு. தாமஸ்மலியக்கல், என்பவரைக் கொண்டு 'இயற்கை மருத்துவம்' பற்றிய நிகழ்சியையும் நடத்தி மாணவர்களின் எல்லையற்ற அறிவுப்பசிக்கு சிறியவிருந்துபடைத்து மகிழ்ந்தது.

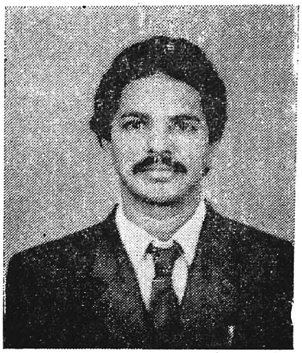
7-7-89 அன்று திரு மிகு. A. L சுப்பிரமணியன் எம். எல். ஏ. அவர்களை அழைத்து பாராட்டு வழங்கி மகிழ, அவர் மூலம் நமது கோரிக்கைகளை மாண்புமிகு பேராசிரியர் அவர்களிடமும் மக்கள் நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சர் டாக்டர் க. பொன்முடி அவர்களிடம் எடுத்துக்கூறுமாறு வலியுறுத்தப்பட்டது. 8-8-89 அன்று பேரவை, மாண்புமிகு கல்வியமைச்சர் பேரசிரியர் க. அன்பழகன் அவர்களை கல்லூரிக்கு அழைத்து மிகச்சிறப்பான பாராட்டுவிழா நடத்தியது. அன்றைய விழாவில் அரசு தலைமைக் கொறடா மாண்புமிகு திரு. கா. மு. கதிரவன், திரு T. A. K இலக்குமணன், திரு A. L. சுப்பிரமணியன், M. L. A. திரு. சு. குருநாதன், M. L. A. இயக்குநர், திரு. க. இளங்கோவன் I. A. S ஆகியோர் கலந்துகொண்டு விழாவைச் சிறப்பித்தனர்.

தனது காலத்தில் பேரவை, நம் கல்லூரி வளர்ச்சிகளுக்கான பல்வேறு கோரிக்கைகளை தீர்மானித்து உரியவர்களுக்கு அனுப்பி தீர்வுகாண முயற்சித்து வந்துள்ளது. குறிப்பாக சித்தமருத்துவதேசிய நிறுவனம் அமைத்தல், கல்லூரிக்கு பேருந்து, கல்லூரியை விரிவுபடுத்தல், நோயாளர் பகுதியை விரிவுபடுத்தல், அவசர உதவிப்பகுதி அமைத்தல் இவைபோல பல கோரிக்கைகளை அடிக்கடி தெரிவித்துவந்துள்ளது. அரசிடமிருந்து இக்கோரிக்கைகள் பரிசீலிக்கப்பட்டு விரைவில் நிறைவேற்றப் போவதாக செய்தியும் உள்ளது.

கல்லூரி ஆண்டுமலரை மலர்குழு செயலர் திரு M. கோலப்பபிள்ளையின் ஆர்வமான, அயராத முயற்சியை ஆதாரமாகக் கொண்டு வெளியிடுகின்ற இந்நாளில் சித்தமருத்துவ வளர்ச்சியை மட்டுமே பெரிதாக எண்ணுகின்ற இந்த பேரவை, இனிவரும் காலத்திலமையும் பேரவைகளும் தொடங்கப்பட்ட நற்செயல்களான கல்விப்பணிகள், மலர்வெளியிடல் போன்றவற்றை தொடர்ந்து வெற்றியுடன் நடத்தப்படவேண்டுமென்ற வேண்டுதலையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறது.

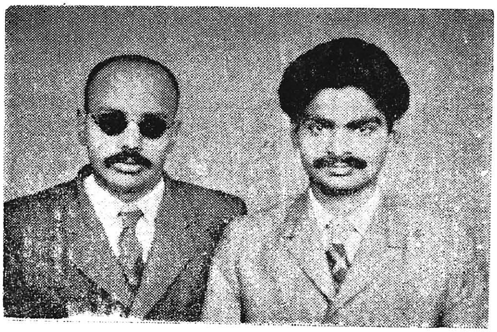
குறுக்கெழுத்து — விடை

தி 1	ரு 2	ம	ந் 3	தி	ர	ம்
■	சு 4	வை	■	தி	சு 5	■
கா 6	து	■	வே 7	■	ப 8	சு 9
செ	■	வா 10	ம்	த	■	க்
டை 11	ப 12	■	பு	■	கு 13	கு
■	து	ப 14	■	ஊ 15	ன்	■
ப 16	த்	தி	ய	ம்	ம 17	து



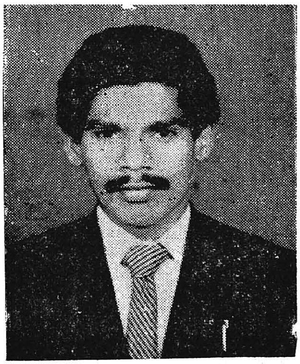
Ganapathy Ramalingam
Sports Secretary

CHAMPIONS

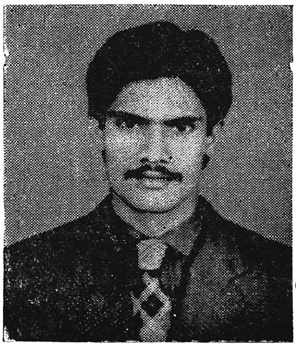


OUR CHESS PLAYERS
D. Baskara Sethu & S. Shenbaga Vinayagam

Selvam



Elango



Regubal

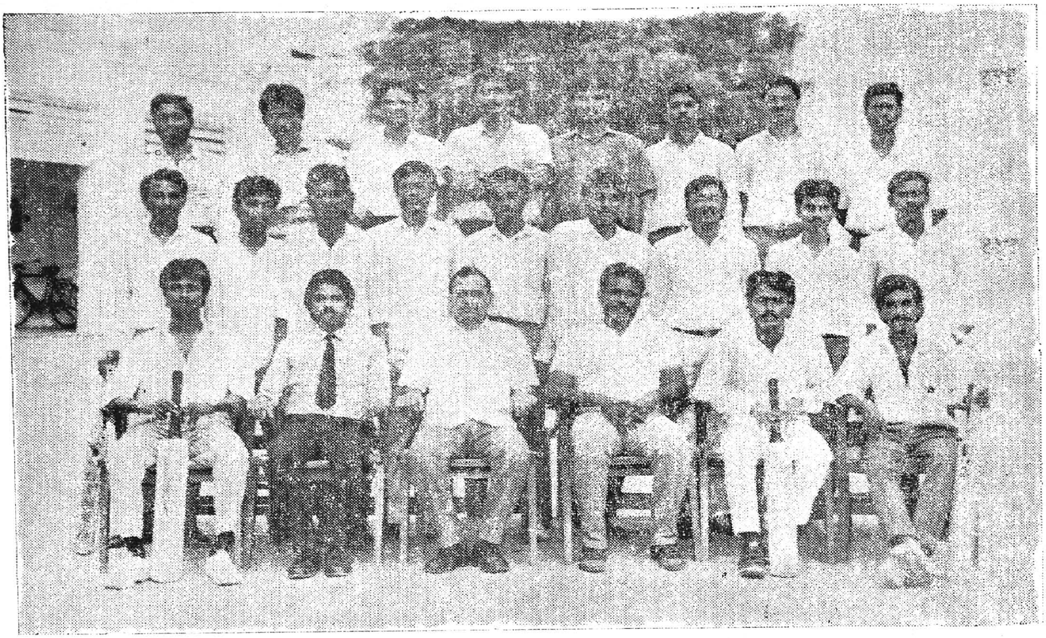
Vasantha Malliga

'KABADI — KABADI'

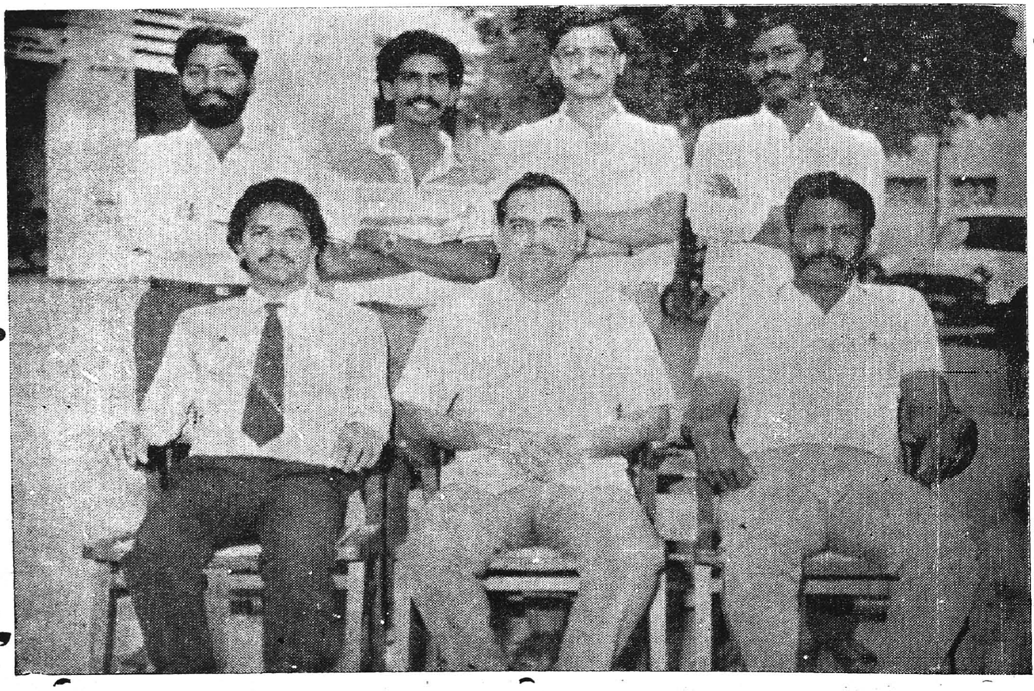
'VOLLEY BALL'

'ATHLETICS'

"We too play" VOLLEY BALL Ladies Team



' All the way for your '
CRICKET TEAM



HOUSE CAPTAINS

CHEMICAL THEORY OF RASAKKATTU

A. GANESAN, FINAL B. S. M. S.

In the Ocean of Siddha Science many mystrics are found occult. Though it seems to be mystic, there is a great relationship with mordern science.

One among them is, conversion of liquid mercury into solid one, which is quite interesting in the research point of view.

Beyond the medicinal points of research, the chemistry behind this, the way how it changes into solid, the physical and chemical State are dealt herewith:

Preparation of Rasakkattu:

Equal quantities of Powereed.

Copper sulphate ($CuSo_4 - 5H_2O$) and, Sodium Chloride (NaCl) are taken in a pure aluminium cup and 50ml of water is added then, after the slight heat, Red mass will be floating over the surface of the water.

When the mercury is rubbed, immediately with that red mass becomes solid.

Analysis:

According to the chemical equation of this reaction.

$$2CuSO_4 \; 5H_2 + 2\,NaCl + 10\,H_2O \xrightarrow[\triangle]{H} Cu_2(OH)_2\,Cl_2 + 2\,NaSO_4 + 13\,H_2O + H_2\uparrow$$

So, the red mass is basic Copper chloride (II) $Cu_2\,(OH)_2\,Cl_2$.

We can prove this by means of qualitative analysis.

Qualitative analysis of that red mass ($cu_2\,(OH)_2\,cl_2$)

Basic Radical

Colour	After 3 days it becomes green	May be copper

Flame test

Salt is pasted with conc HCl and inserted into the flame	greenish blue flame	May be copper

Preparation of original solution of the SALT

1 gm of salt is dissolved in 10ml of distilled water.

1ml of solution is added with Amonium hydroxide in drops	Palebluish ppt. dissolved in the excess of NH_3OH	May be Copper
1ml of solution is added with 1ml of potassium ferro cyanido solution	Reddish brown ppt.	Copper Confirmed
1ml of solution is added with 1 ml of dil Hcl then H_2S gas is passed.	Black ppt.	Copper Confirmed

According to the analysis

Basic radical—Copper

Acidic Radical

Salt is added with 1 ml of conc H_2So_4 and heated.	Colourless pungent odoured gas which turns blue litmus into red	May be Chloride
Salt in added with Manganise dioxide then with conc H_2So_4 and heated	greenish yellow gas which turns starch iodide paper into blue	May be Chloride

Preparation of sodium carbonate extract

$^1/_2$ gm salt + 1gm of sodium carbonate are dissolved in 20ml of distilled water and heated up to 10 minutes.

1 ml of extract + dil HNO_3 and allowed to cool after slight heating Then 1 ml of silver nitrate solution is added	Curdy ppt which dissolved in excess of Ammonium hydroxide solution	Chloride confirmed

Chromil-chloride Test

Salt is added with potassium di chromate then 1 ml of conc H_2So_4 is added and heated	Orange Red gas which forms ppt in lead-acetate solution	Chloride confirmed

So, Acidic Radical — chloride

Hence Red mass is confirmed that it is $CH_2 (OH)_2 Cl_2$ (Basic copper chloride II)

A.G'S— REACTION

A NEW METHOD FOR THE PREPARATION OF COPPER AMALGAM)

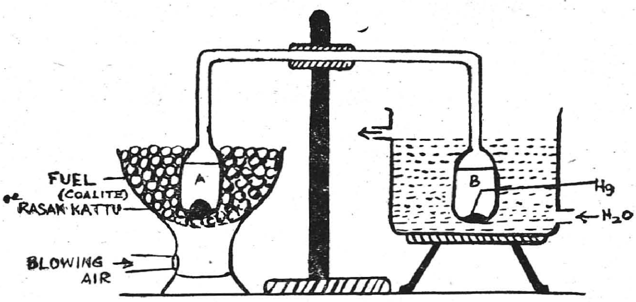
When we rub the mercury with this Basic copper chloride II. Immediately after the preparation, mercury readily reacts with copper and forms its amalgam

$$Cu_2 (OH)_2 Cl_2 + Hg \rightarrow HgCu_2 + 2HCl + O_2 \uparrow$$
(copper amalgam)

We can prove that Rasakattu is an amalgam.

Alloy (amalgam) is a combination of two free metallic elements.

We can separate this two elements (copper and mercury) by means of the following process.



A.G'S APPARATUS - TO SEPARATE THE COPPER FROM IT'S AMALGAM.

A.G's apparatus. (A New Suggestion)

Principle: We can separate by means of the different melting points of the elements.

Structure: Apparatus contains 'bulb' shaped vessel (A) made up of Iron, having air tight lid which is attached with a tube [n shape] of 2 cms diameter ends with another bulb shaped vessel (B) which is inside the water cooler.

illustration of A. G's apparatus

Process: Rasakattu is taken in the vessel (A) and allowed to melt. Mercury will get

evaporated after 357'C and collected in the vessel (B). copper will melt in its melting point 1083'C. Thus we can separate these two elements.

Weight of Rasakattu = Weight of mercury + weight of copper. So we can prove that Rasakattu is an amalgam in the state.

More over, we can add mountains of evidences by analysing its physical and chemical properties to prove that the 'Rasakkattu' is due to the amalgamation property of mercury. We can add some more evidences from literatures also.

சூதவெள்ளி.........	போகர் சப்தகாண்டம்	...... பக்கம்	853
சூதவெள்ளி.........	,, ,,	,,	1035
இரசமதி.............	,, ,,	,,	1062
இரசகுளிகை......	அனுபோக வைத்திய நவரீதம்	பாகம் — 5	
இரசக்கிண்ணி......	,, ,,	,,	
இரசக்கட்டு......தஞ்சை வைத்தியராஜ சிந்தாமணி...பாகம் II			
வெடியுப்புச்சுன்னமும்	,,		
செர் தூரப்போக்கும்...	,, ,, ,,		
வெள்ளிமுறை...	,, ,, ,,		

By analysing above process we can prove that Rasakkattu is an amalgam.

அட்டைப்பட விளக்கம்

'அண்டத்தில் (Cosmos) உள்ளதே பிண்டத்தில்' (Body) என்பதை — அண்டத்தின் ஐந்து பூதங்களான (Elements) மண், நீர், தீ, காற்று, ஆகாயம் இவற்றாலேயே பிண்டமாகிய, உயிரைத் தாங்கும் உடலும் ஆக்கப்பட்டிருப்பதை சித்தரிக்கிறது. மேலும், உடலின் ஆறு ஆதாரங்களாகிய மூலாதாரம், சுவாதிட்டானம், மணிபூரகம், அனாதகம், விசுத்தி, ஆக்கினை இவற்றின் இருப்பிடங்களையும், சித்த தத்துவப் படி விளக்குகிறது.

அட்டைப்படம் வரைந்தவர்:- செல்வி. லதாராணி, IV B.S.M S.

பதினெண் சித்தர் யோக மன்றம்,

அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை.

யோகி இராமையா
குரு கிரியா பாபாஜியுடன்

ஓம் க்ரியா பாபாஜி நம ஔம்

தமிழரின் தொன்மை மிக்க மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவத்தில் சிறப்பிடம் பெறுவது யோக மருத்துவம். இம் மருத்துவ முறை பற்றி பி. எஸ். எம். எஸ். பட்டப்படிப்பு நிறைவாண்டு சிறப்பு மருத்துவப் பாடப் பிரிவின் கீழ் அம்மாணவர்களுக்குப் போதிக்கப்படுகிறது. எனினும், இந்த யோக மருத்துவ முறை அதிகமாக செயல் முறைப் படுத்தாத நிலை இருந்து வந்தது. இதற்கு செயல்வடிவம் கொடுத்து ஊக்குவிக்கும் பொருட்டு இந்திய மருத்துவ இயக்ககத்தின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க தமிழகத்தின் ஆதனூரைச் சேர்ந்தவரும் மருத்துவவிஞ்ஞான அடிப்படையில் யோக மருத்துவத்தைக் கற்றுணர்ந்து 'அரிசோனா பாபாஜி யோக சங்கத்தின்' மூலமாக அமெரிக்காவிலும் மற்றும் கீழை நாடுகளிலும் இம் மருத்துவ முறையை சிறப்பாக அறிமுகப் படுத்தியவருமான பேராசிரியர் யோகி இராமையா, எம், ஏ. எம். டி. . அவர்கள் 1988-ம் ஆண்டு ஏப்ரல் திங்கள் எங்கள்கல்லூரிக்கு வருகைதந்து இங்குள்ளமருத்துவர்களுக்கு (சுமார் 35 பேர்) யோக மருத்துவத்தில் ஒருமாத காலம் முழுமையான பயிற்சி அளித்து தேர்வுகளும் நடத்தினார்.

இப்பயிற்சியின் நிறைவு நாள் விழா நடைபெற்ற 29-4-88 அன்று இப்பயிற்சி முறைகளை பின்னாளில் வரும் மாணவர்களும் கற்றுக் கொள்ளச் செய்யும் வகையில் பதினெண் சித்தர் யோக மன்றம் தொடங்கப் பெற்றது. கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் வீ. சுப்பிரமணியன், எம். டி. (சி) அவர்கள் முன்னிலையில் நடைபெற்ற விழாவிற்கு திருநெல்வேலி அகில இந்திய வானொலி நிலைய நிகழ்ச்சிப் பொறுப்பாளர் திரு ஈ. ச. சுந்தரமூர்த்தி அவர்கள் தலைமை தாங்கி யோகப் பயிற்சி மற்றும் யோக மருத்துவப்பயிற்சித் தேர்வுகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்குச் சான்றிதழ்கள் வழங்கினார். யோகப் பயிற்சித் தேர்வில் முதலிடம்பெற்ற பட்டமேற் படிப்பு சிறப்பு மருத்துவத்துறை மாணவர் டாக்டர் இராமசுவாமிக்கும், யோக மருத்துவப் பயிற்சித் தேர்வில் முதலிடம் பெற்ற மருத்துவப் பேராசிரியை திருமதி. இராஜேஸ்வரி எம். டி. (சி) அம்மையாருக்கும் சிறப்புப் பரிசுகள் வழங்கி பேராசிரியர் எம். வி. இரமணன் அவர்கள் வாழ்த்துரை வழங்கினார். அதன் பின்னர் பதினெண்சித்தர் யோக மன்றத்தைப் பேராசிரியர் யோகி இராமையா அவர்கள் தொடங்கி வைத்து சிறப்புரையாற்றினார்கள்.

மன்றத்தின் அமைப்பாளராக பட்ட மேற்படிப்பு சிறப்பு மருத்துவத்துறைப் பேராசிரியரும், துணை முதல்வருமான டாக்டர் க. பலவேசம், எம். டி (சி) அவர்களும், செயலாளராக டாக்டர் ஆர். எஸ். இராமசுவாமியும் பொறுப்பேற்றனர். அதன் பிறகு இம் மன்றம் கடந்த ஓராண்டுக்கும் மேலாகத் தொடர்ந்துசிறப்பாகப் பணியாற்றி வருகிறது. இம் மன்றத்தின் ஆலோசகர்களாக இணைப் பேராசிரியர்களான டாக்டர். செயப்பிரகாசு நாராயணன், எம். டி. (சி), டாக்டர். கணபதி, எம்.டி (சி) ஆகியோர் இருந்து வருகிறார்கள். இம் மன்றத்தில் நிறைவாண்டு மற்றும் பி.எஸ்.எம்.எஸ் நான்காமாண்டு மாணவர்கள் சுமார் 35 பேர்கள் பயிற்சி பெற்று வருகின்றனர். வகுப்புகள் மாலை 5மணிமுதல் $6\frac{1}{2}$ மணி வரைவாரத்திற்கு 3நாட்கள்வீதம்நடைபெற்றுவருகின்றன. இதில் பயிற்சி பெறுபவர்கள் பின்னாளில் தங்களின் மருத்துவப் பணியின்போது யோக மருத்துவ முறைகளையும் சிறப்பாகப் பயன்படுத்தி மக்களின் நோய்களைப் போக்கிச் சேவை செய்யும் நல்வாய்ப்பைப் பெறுகிறார்கள்.

Dr. K. பலவேசம், எம். டி. (சித்தா)
அமைப்பாளர்.

Dr. R. S. இராமசுவாமி, III M.D (s)
செயலர் & யோகப்பயிற்சி ஆசிரியர்

இலக்கியச் சோலை
இலக்கிய — மருத்துவக் கழகம்
பாளையங்கோட்டை.

வெள்ளிவிழா ஆண்டில் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் சிறப்புக்களைத் தாங்கி வெளிவரும் மலருக்கு எங்கள் நல் வாழ்த்துக்கள்.

8 வது ஆண்டுப் பணியில் இயங்கிவரும் எமது இலக்கிய- மருத்துவக் கழகத்தின் சார்பாக கடந்த 7 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக இதன் பணி சிறக்க பலவழிகளில் ஒத்துழைப்பு நல்கிய இதன் உறுப்பினர்களுக்கும், செயற்குழு உறுப்பினர்களுக்கும், எங்களது அறிவுப் பசிக்கு விருந்தளித்த இலக்கிய மற்றும் மருத்துவ அறிஞர்களுக்கும் குறிப்பாக இக்கழகம் துவக்கப்பட்ட நாளிலிருந்தே இதற்கு ஊக்கமும் உற்சாகமும் அளித்து வரும் கல்லூரி முதல்வர் **Dr. V. சுப்பிரமணியன்** M.D (s) அவர்களுக்கும் எங்களது இதயங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

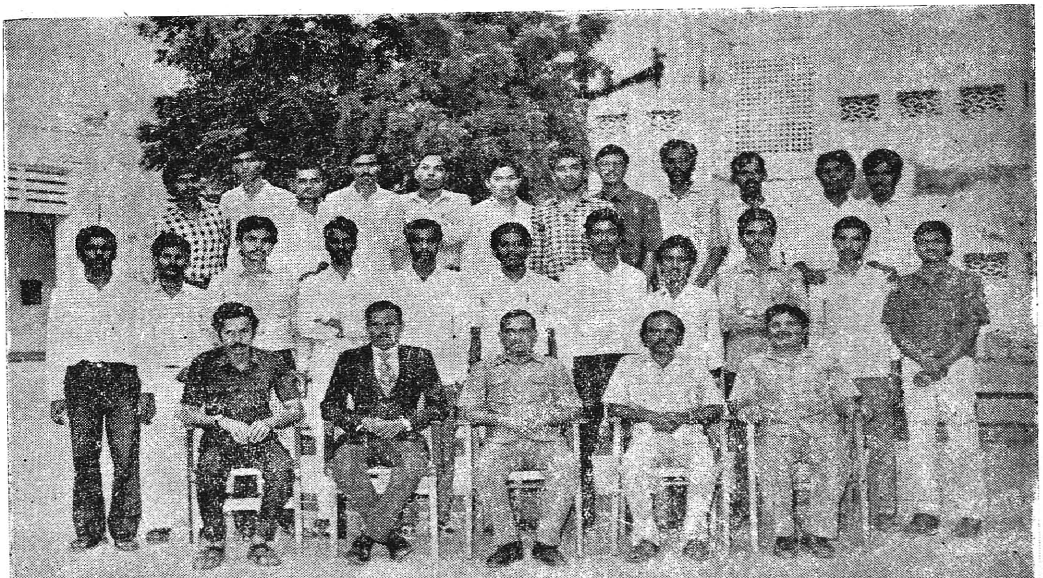
Prof. K. சங்கரன், M.A.	**இரவீந்தரன்**	**செல்வி. ஜாஸ்மின் பாரதி**	**Dr. R. S. இராமசுவாமி,**
Prof. சிவசு, M. Phil	Final B.S.M.S.	Final B.S M.S.	Final M.D (s),
ஆலோசகர்கள்.	அமைப்புச் செயலர்.	செயலர்	நிறுவனர்—தலைவர்.

அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி மாணவர் விடுதிகள்
அறிக்கை 1988—89

மாணவர்கள் கல்வி சிறக்கவும், அவர்தம் ஒழுக்க மேன்மைக்கும் அவர்கள் சுற்றுப்புற சூழலே காரணமாக அமைகிறது. அத்தகைய நல்லதொரு சூழலை அமைத்து மாணவர்கட்கு பேருதவி புரிகிறது நமது கல்லூரியின் மாணவர், மாணவியர் விடுதிகள். இரு பாலருக்குமான விடுதிகளின் காப்பாளராக, கல்லூரியின் முதல்வர் டாக்டர். வீ. சுப்பிரமணியன் M. D (s) அவர்களும், துணை விடுதிக் காப்பாளராக டாக்டர் வி. அருணாசலம் M. D (s) அவர்களும், கூடுதல் துணை விடுதிக் காப்பாளராக டாக்டர். திருமதி, I. சொர்ண மாரியம்மாள் M. D (s) அவர்களும், சிறப்பாகப் பணியாற்றி வருகின்றனர். மாணவர் விடுதியில் நூற்றியெழுபது மாணவர்களும், மாணவியர் விடுதியில் இரு நூற்றியைம்பது மாணவியர்களும் தங்கி பயனடைகின்றனர். மாணவர்களுக்காக, மாணவர்களால் நடத்தப்படும் உணவு விடுதியும் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகின்றது. மாணவர்களின் கலைத் திறமைகளை வெளிக் கொணரும் வண்ணம் கல்லூரி விடுதி நாட்கள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. விடுதிகளின் வளர்ச்சிப் பாதையில், தற்போது மாணவியர் விடுதியில் சமையல் வாயு இணைப்பு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும், மாணவர்களுக்கு தேவையான வசதிகள் விடுதிக் காப்பாளர் உதவியுடன் நிறைவேற்றப்படும். மாணவர்களின் ஒற்றுமையினாலும், உயர் பண்பினாலும் இக்கல்லூரி விடுதிகள் மென்மேலும் புகழ்பெறும் என்பதில் ஐயமில்லை.

டாக்டர் வி. அருணாசலம், எம். டி (சி)
துணை விடுதிக் காப்பாளர்

8 ஆவது ஆண்டுப் பணியைத் தொடங்கி வைக்கிறார்
திரு. A. L. சுப்பிரமணியம், M. L. A. அவர்கள்



பதினெண் சித்தர் யோக மன்றம்

II YEAR D. Pharm

I YEAR D. Pharm

இன்னும்

இன்னும்-
இரவு விடியவில்லை!
அது உன் கூந்தலிலே
மீதமிருக்கிறது!

இன்னும்-
நிலவு தேயவில்லை!
அது உன்
முகத்திலே
ஒளி விடுகிறது!

இன்னும்-
தாமரை காயவில்லை!
அது உன்
இதழ்களிலே
தேன் சுரக்கிறது!

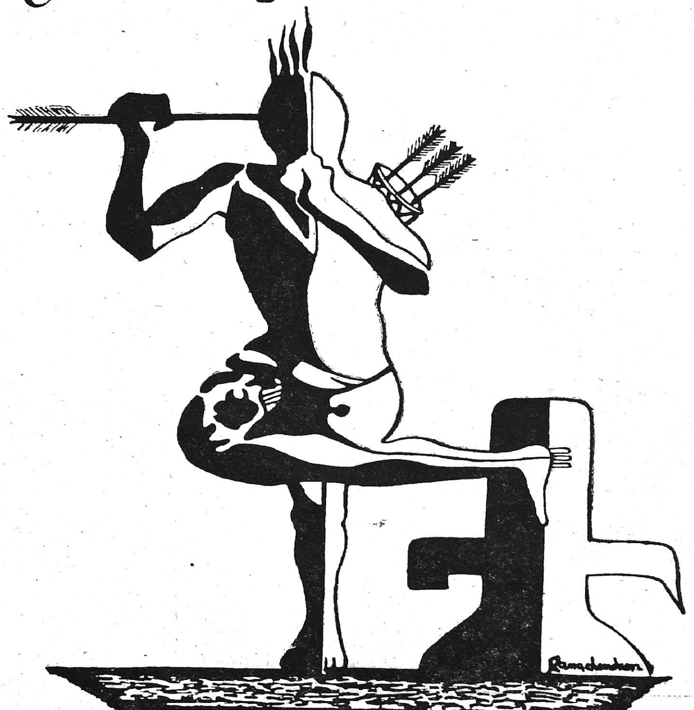
இன்னும்-
வாழைத் தண்டு காயவில்லை!
அது உன்
பாதங்களிலே
பதிந்திருக்கிறது!

இன்னும்-
அன்னம் மாயவில்லை!
அது உன்
நடையிலே
ஒளிந்திருக்கிறது!

இன்னும்-
அலைகள் ஓயவில்லை!
அது என்
உள்ளத்திலேதான் பாய்கிறது!

(குருவிக்கரம்பை. அருண்குமார்) IV B.S.M.S.

The first eye donar of the world



ஊனுக்கு ஊன் இடும் கண்ணப்ப நாயனார்

கலை விளக்கை ஏற்றுவோம்

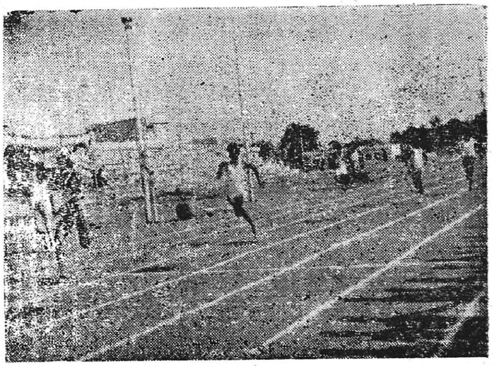
M. லதாராணி IV B. S. M. S.

SPORTS MEET

Marching forward to ....

Lighting observed... ....

Running to win . ——



Trying to overtake ———

THE WELFARE AID COMMITTEE
GOVT. SIDDHA MEDICAL COLLEGE

நமது கல்லூரியில் 3 ஆம் ஆண்டு மாணவி Tmt. சசிகலாதேவி தீவிர இருதய நோயால் (Severe Mitral Stenosis)பாதிக்கப் பட்டிருந்தார். முதலில் அவருக்கும் அவரைப் போன்றோர்க்கும் நிதிஉதவி அளிக்கும் பொருட்டு, அவரது வகுப்பு மாணவர்களாகிய எங்களால் 28.6.88ல் "உதவி நலக் கமிட்டி" முறைப்படி அமைக்கப்பட்டது.

கடந்த 4.7.88ல் திருவனந்தபுரம் - Sree Chitra Tirunal Institute for Medical Science and Technology - மருத்துவ மனையில் அனைத்து பரிசோதனைகளும் முடிந்த பின்னர், சேர்க் கப்பட்டு, 15 நாட்கள் உள்நோயாளியாக சிகிச்சை பெற்றார். அவருக்கு 28.10.88ல் இருதய அறுவைச் சிகிச்சைக்கான தேதி நிச்சயிக்கப்பட்டது. ஆனால் கடைசி நேரத்தில் நாங்கள் மூன்றுமுறை அவரது இருப்பிடமான தாமஸ் நகர் - கோவில்பட்டி சென்று மன்றாடிக் கேட்டுக் கொண்டும், அறுவைச் சிகிச்சை செய்ய மறுத்துவிட்டார். இதனால் இரண்டு மாதம் கழிந்த பின் 28.12.88ல் அவர் இயற்கை எய்தி விட்டார் என்ற செய்தி எங்களுக்கு மீளாத துயரானது. **கமிட்டி யின் செயல் பாடு:-** நமது கல்லூரி பட்ட மேற்படிப்பு மாணவர்களின் வேண்டுகோளின் படி ப. குருநாதன் (6 வயது) S/o. சுப்பிரமணிய அய்யர் - மேலத்திருவேங்கடநாதபுரம் என்ற ஏழைச் சிறுவனும், (Tetrology of Fallot) ஜுனியர் விகடன், ஜுனியர் போஸ்ட் நிருபர் மூலமாக M. மாடசாமி (15) C/o. P. இராஜபாண்டி நாடார், நாலாங்கட்டளை கீர்த்தாரபுரம் (P.O) அம்பை (TK) யைச்சேர்ந்த தாய் தந்தையற்ற ஏழைச் சிறுவனும் தேர்வு செய்யப்பட்டு, (PS,ASD) HosNO: 8904109 கடந்த4.5.89 முதல்-திருசித்திரைத்திருநாள் மருத்துவமனை (திருவனந்தபுரம்) -யில் அனுமதிக்கப்பட்டு சிகிச்சை பெற்றனர்.

M. மாடசாமி (15) என்ற மாணவர்க்கு 5.9.89 என இதய அறுவைச் சிகிச்சைக்கான தேதி நிச்சயிக்கப்பட்டது. இவைபற்றிய செய்தி கடந்த 4.8.89 ஜுனியர் போஸ்டில் வெளிவந்துள்ளது. ஆனாலும் மீண்டும் 28.11.89 ந் தேதி என மாற்றி அமைத்தனர் மருத்துவநிபுணர்கள். கமிட்டி யின் தீவிர முயற்சியின் காரணமாக உதவி நலக்கமிட்டி மூலம் மாடசாமிக்கு உதவி செய் கிறோம் என்பதைத் தெரிந்த Dr. R. சங்கர்குமார் M.S. அவர்கள் நல்லெண்ணத்தின் அடிப் படையில், நமது வேண்டுகோளை கருணையுடன் பரிசீலித்து கடந்த 11.9.89ல் மாடசாமியை மருத்துவமனையில் அனுமதித்து 13.9.89ல் இருதய அறுவைச் (open heart Surgery) சிகிச்சையை வெற்றியுடன் முடித்து, நமது கல்லூரிக்கும் உதவி நலக் கமிட்டிக்கும் பெருமை சேர்த்து உள் ளார். மாடசாமி 22.9.89ல் பரிபூரண குணம் பெற்று தனது வீட்டிற்குச் சென்றுள்ளார்.

குருநாதன் (6) என்ற சிறுவனுக்கு 13.7.90 என அறுவைசிகிச்சைக்கான தேதி நிச்சயிக் கப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும் மாடசாமியை போன்று முன்னதாக இதய அறுவைச் சிகிச்சை நடைபெற Dr. R. சங்கர்குமார் M.S. அவர்கள் உதவுவதாகஎமக்குத் தெரிவித்துள்ளார்கள்.

கமிட்டியின் வரவு செலவு விபரம்:- செலவுகள் அனைத்தும் அத்தியாவசிய, நியாயமானவைக ளுக்காகப் பயன்படுத்தப்பட்டு, கணக்குகள் தெளிவாக வைத்துள்ளதைப் பார்த்த திரு. G. இராம கிருஷ்ணன்(Accounts officer)அவர்களும் திரு. வேலாயுதம் B. Com. C.A. அவர்களும் கமிட்டியை யும், நமது கல்லூரியையும் புகழ்ந்து, இலவசமாகவே "கணக்கு தணிக்கை ஆய்வுச் சான்று"

தந்துள்ளார்கள். இதுகமிட்டியின் உண்மையான உழைப்புக்கும், நமது கல்லூரிக்கும் கிடைத்த பெருமை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

மாடசாமியின் இருதய அறுவைச் சிகிச்சைக்கு இரத்ததானம் வழங்கியோர்:

1 N. கௌரி B.S.M.S. Final.
2 S. ஸ்ரீதரன் B.S.M.S IV year
3 K. சுப்பிரமணியன் ,,
4 S. ஜெய சங்கர் ,,
5 T செழியன் M.B.B·S. Final.
6 பீட்டர் M.B.B.S. Final.
7 S.S. செரீப் B.S.M.S. Final.
8 பார்த்திபன் ,,
9 இராமநாதன் B.S.M.S IV year,

கமிட்டியின் நெஞ்சார்ந்த நன்றி:

1 உதவி நலக் கமிட்டி அமைக்க முழுஒத்துழைப்பு தந்த கல்லூரி முதல்வர் அவர்கட்கும்

2 அனைத்து ஆசிரிய, பேராசிரியப் பெருமக்களுக்கும் அனைத்து நமது கல்லூரி மாணவ மாணவியர்க்கும்,

3 கமிட்டியின் வரவு, செலவுகளை சீரிய முறையில் நெறிப்படுத்தி எங்களுக்கு ஊக்க மளித்த திரு. G. இராமகிருஷ்ணன் (Accounts officer) அவர்கட்கும், இலவசமாக தணிக்கை செய்து சான்று தந்த திரு. வேலாயுதம் B. Com. C. A., அவர்கட்கும்

4 கமிட்டிக்கு சட்ட ஆலோசனை வழங்கி நெறிப்படுத்திய திரு. S. ஜாபர்அலி B.A.B.L, திரு N. சுப்பையா B.A.B.L, மற்றும் திரு ஜெயபால் B.A.B.L. அவர்கட்கும்

5 தாராளமாக நிதி உதவி அளித்த அனைத்துத்தரப்புப் பொதுமக்களுக்கும், மருத்துவர்கள், சட்ட நிபுணர்களுக்கும், ரோட்டரி சங்கங்களுக்கும், அதிக நிதி உதவி அளித்த K.V. இராஜேந்திரன் B. Com. மற்றும் அம்பை ரோட்டரி சங்கத்தார்க்கும் எங்களின் மனமார்ந்த நன்றியை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். Date: 30.9.89

கணக்கு தணிக்கை ஆய்வின்படி வரவு (ரசீதுடன்)	—	43,237. 05
15.12.88ல் வங்கி வரவு	—	00,579. 60
21.03.81ல் ,,	—	00,425. 30
மொத்த வரவு -	ரூ.	44,241. 95
சசிகலாதேவி சிகிச்சைக்காக செலவிட்ட தொகை	ரூ.	9,371. 85
11.08 88 முதல் 28.07.89 ந்தேதி வரை எம். மாடசாமி & குருநாதன் இவர்களின் முதல் மற்றும் இரண்டாம் கட்ட சிகிச்சைக்கான செலவு	ரூ.	2,638. 85
4.8.89 முதல் 30.9.89 முடிய மாடசாமி அறுவைச் சிகிச்சைக்கான செலவு	ரூ.	3,275. 80
மொத்த செலவு	ரூ.	15,286. 50

மொத்த வரவு = ரூ. 44,241. 95
மொத்தச் செலவு = ரூ. 15,286. 50
இருப்பு = ரூ. 28,955. 45

இவண்
உ. சேதுராமன்
பொதுச்செயலாளர். உ.ந. கமிட்டி
அ.சி. மருத்துவக் கல்லூரி

இதய அஞ்சலி

திருமதி. சசிகலாமேரி

பிரிவு: 27 . 12 . 88

இதயங்களில் நுழைந்து இனிய ராகம் பாடிவிட்டு உதயமாகும் முன்னே மறைந்து விட்ட குயிலே— இதய நோயில் மண்ணை விட்டு ஏகிய மணிப்புறாவே உனக்கு, எங்கள் கண்ணீர் அஞ்சலிகளே காணிக்கை யாகட்டும்.

— மலர்க்குழுவினர்.

விளம்பரப் பகுதி

இம் மலருக்கு விளம்பரங்கள் அளித்த
வர்த்தக பெருமக்களுக்கும்,
உதவிக் கரம் நீட்டிய அனைவருக்கும்
மலர்க்குழுவின் மனமார்ந்த

With Best Complimento From :

BHARANI HOTELS

பரணி ஹோட்டல்ஸ்,

29, மதுரை ரோடு,

திருநெல்வேலி சந்திப்பு.

Phone : 23234

With the Best Compliments from :-

PRIYA TEA STALL

VANNARPET

TIRUNELVELI. -627 003

With best Compliments from :-

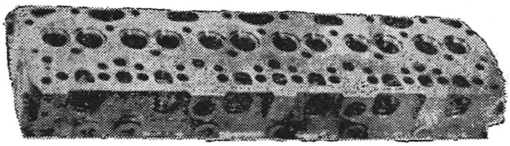
Sri Karthik Engineering Works

13, Corporation Colony

MADURAI - 625 010

BUS ROUTE : 7A, 7D, (Near Water Tank)

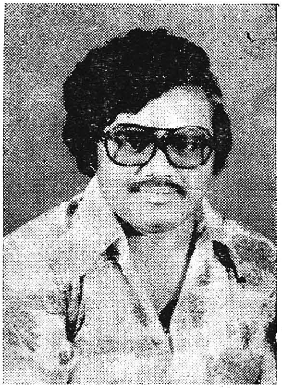
Spetialist in : *Metal - Stiching. Crack - Seating*



* **Cylinder Heads of all Types**
* **Engine Blocks**
* **Marine Engines**
* **Generators & All Type of Heads Re-Condition**

Prop. **K. M. RAMALINGAM**

With the Best Compliments from:



Sri Balakrishna Rice & Flour Mills

1-A/2, Vayalar Nainar Street,

Opp. Thirisuli Mariamman Kovil.

TIRUCHENDUR ROAD.

PALAYAMKOTTAI - 627 002.

Prop: K. BALAKRISHNAN B.A.,

With the Best Compliments from :-

Grams : LIVEINN
Phone : 25844; 23363
(10 Lines)

HOTEL ARYAAS

67, Madurai Road,

TIRUNELVELI JN.

Archana : Vegetarian Restaurant
Alagapuri : Non - Vegetarian „
Abinaya : Garden's Service & Marriage Hall
Amirtham : Bar

DELUXE AND NON DELUXE ROOMS ARE AVAILABLE AT ANY TIME

With the Best Compliments from :-

SRI VINAYAKA STORE

Dealers in : Wheat Products, Vanaspathi & Sugar

37-H, Vaira Maligai

TIRUNELVELI - 627 006

Phone : 25165
25363
Resi : 25660

Tel :
"MAIDA"

With Best Compliments From :

SIVA PHOTO STUDIO

TIRUNELVELI JUNCTION.

With the best complements from :-

Dr. C. MURALIDHARAN

M.B.B.S. M R.S.H. (London)

VIJAYA CLINIC

26, Chatram Street,

DINDIGUL - 1.

போன் : 6938

இந்தியன் சித்தா மெடிக்கல்ஸ்

No. 6. சர்ச் கட்டிடம்,

கமலா நேரு மருத்துவமனை சாலை,

திண்டுக்கல் - 1.

எங்களிடம் சித்தா, ஆயுர்வேதிக்

யுனானி & ஹோமியோபதி மருந்துகள்

மொத்தமாகவும் சில்லறையாகவும் கிடைக்கும்.

Prop : **E. M. ஷேக்தாவூத்**

Phone : 3319

தமிழ்நாடு சித்தா மெடிக்கல்ஸ்

43/2, **R. S.** ரோடு ஆரம்பம்,

கிழக்கு ரதவீதி, **திண்டுக்கல்.**

சித்தா, ஹோமியோ, ஆயுர்வேதிக் & யுனானி
மருந்துகள் மொத்தமாக, சில்லரையாக
கிடைக்கும்.

Prop :- **Dr. S. ஷாஜஹான்**

டெல்லி ஹோமியோ

சித்தா மெடிக்கல்ஸ்

21A, பங்காளி மார்க்கெட்;

திண்டுக்கல்.

ஹோமியோ, சித்தா, ஆயுர்வேதிக் & யூனானி
மருந்துகள் மொத்தமாக, சில்லரையாக
கிடைக்கும்.

WITH BEST COMPLIMENTS FROM :

Phone : 613796 (P.P)

CURO PHARMA

(Manufacturers of Pure Siddha Medicine)

27, Gajapathy Naidu Street,

Shenoy Nagar, Madras - 600 030

1. BRONCHO CURON — (Common Cold)
2. BRONCHO CURON FORT — (Bronchial Astma)
3. RHEUMO CURON — (Rheumatoid Arthritis)
4. LIVO CURON — (Jaundice)
5. GENTO CURON — (Impotency)
6. ALBINO CURON — (Vitiligo)
7. PILO CURON — (Haemorrhoids)
8. PEPTI CURN — (Peptic Ulcer)
9. URETHRO CURON — (Urinary Infections)

WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM :-

HERBAL COSMETICS & BEVERAGES (INDIA)

Private Limited

27, Gajapathy Street, Shenoy Nagar, MADRAS - 600 030

1. AMOEBEX — (Amoebiasis)
2. DIABESOL — (Diabetes)
3. DIGESTON — (Indigeston)
4. FILARID — (Filariasis)
5. INCREMILK — (Clactation)
6. LOCHOLESTRIN — (Hyper cholestro lemia)
7. LUECOSOL — (Levcorrhoea)
8. MENSEASE — (Dysmenorrhoea)
9. MEMSTORE — (Memory Power)
10. NEO FUNGIN — (Fungal Infection)
11. OBESNIN - (Obesity)
12. TENSEASE — (Hyper Tension)
13. WORMNIL — (Worminfection)
14. NEOFUNGIN OINTMENT — (Fungal Infection)
15. PIGMENTON OINTMENT — (Vitcigo)
16. RHEUMOOD OINTMENT — (Inflamation)
17. PILOSOL OINTMENT — Piies)
18. AROGYA HERBAL SHAMPOO

With the Best Compliments from :-

M. S. S. ASAN & SON

TARZAN Sidha Ayurvedha Medical Home

81, BALAMORE ROAD, **NAGERCOIL - 629 001.**

TNGST No. 886338 DIAL Resi 6181 CST No. 105702 Dt. 4-4-'88

டார்ஜான்

சித்தா ஆயுர்வேத மருந்தகம்

(ஆஸாத் லாட்ஜ் தென்பக்கம்)

81; பாலமோர் ரோடு, நாகர்கோவில்.

பச்சை மூலிகை, மருந்துகள், நெய் - தைலம், செந்தூரம், லேகியம் - மாத்திரை, பஸ்பம் வகைகள் கிடைக்கும்.

தலைநீரினால் வரும் தும்மல் — ஜலதோஷம் — இருமல் — இளைப்பு — காலையிலும் மாலையிலும் வரும் தலைவலி — மண்டை பீனிசம் — கதில் சீழ் வருதல் — இரைச்சல் இவைகளுக்கு தலையில் தேய்த்து குளித்து வர

"சமய சஞ்சிவி தைலம்"

சஞ்சிவி என்னும் மூலிகையினால் தயாரிக்கப்பட்டது.

விலை 10 ரூபாய்.

பாலுண்ணியை 2 நாட்களிலும், கால் ஆணியை நான்கு நாட்களிலும் கரைத்துவிடும்

"டிரிலோஸ் களிம்பு" விலை 5 ரூபாய்.

With the Best Compliments from :-

Dr. V. Stanley Jones,

Medical Officer

Govt. Siddha Dispensary,

TRIVANDRUM - 695 008

கண்ணன் டிராவல்ஸ்

&

புதுப்பட்டி டிரேடர்ஸ்

உரம், பூச்சி மருந்து கடை.

நாகலாபுரம், விளாத்திகுளம் (Tk.) வ.உ.சி. மாவட்டம்.

Prof :- P. K. S. A. இராதா கிருஷ்ணன் B.F.Sc.

PHONE : 21908

Bangalore Metal Stores

(Prop. V. CHINNABAI)

10-C, Stanes Road, 3rd Street,

TIRUPUR - 2.

PHONE : 24407

Gauara Garments

Pichampalayam P.O.

Singaravela Nagar, Tirupur.

With Best Compliments From :

CASIO SURGICAL Co.

182/E/4-J. High Road, Tirunelveli Jn. 627 001.

Telex : 0433 — 224 PCO IN Phone : 25283

Dealers in : Surgical Instruments, Hospital & Laboratory Equipments,

With the Best Compliments from :

VAIGAI LABORATORY & X-RAYS

We Specialise in : Complete Spectrum of ENZYMOLOGY
All under one roof - Pathology-Microbiology
Bio-Chemistry and Radiology
Biopsy Centre
E.C.G. Centre
Manned by Qualified Technocrats

Phone : 31431

93, East Veli Street — Madurai - 625 001.

With the Best Compliments from :

Vaidya Sastri N. RAGHAVAN'S

Sri Kerala Ayurveda Vaidya Sala

64-65, East Car Street,
TIRUNELVELI - 6. **Phone : 23513**

எங்கள் நல் வாழ்த்துக்கள்

ப்ரீத்தம்

டெக்ஸ்டைல்ஸ்

127, வடக்கு ரதவீதி,
திருநெல்வேலி டவுண்

With the Best Compliments from :-

AMERICAN MEDICALS

PALACE GATE

RAMANATHAPURAM - 623 501

அரசு சித்த மருத்துவ கல்லூரி ஆண்டுமலருக்கு

எமது நல் வாழ்த்துக்கள் !

PHONE : 22798

BRIGHT METAL WORKS

Brass Vessels Manufacturers

No. 2, Rayapandaram Street,

TIRUPUR - 638 602

SIVAKUMAR CHIT FUNDS

TIRUPUR - 2.

WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM :-

BHANDARI INTERSTATE CARRIERS

SERVING TRADE & INDUSTRY

FLEET OWNERS & TRANSPORT CONTRACTORS

TIRUPUR - 2.

Syamala Agencies

No. 1. P. N. Road, TIRUPUR - 638 602.

PHONE : 22589

M/s. SAKTHI MURUGAN GARMENTS

32, Duraisamypuram 2nd Street, TIRUPUR - 638 602.

WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM :-

Dr. Sundaram Ponnuswamy

KAVITHA LAKSHMI NURSING HOME

28B, Stanes Road, TIRUPUR - 2.

With the Best Compliments From :-

SSI. No. 18-04-03236 PMT.
TNGST. No. 249514
CST. 303533 Dt. 3-9-73

Shop : 21221
Resi : 22421

K. R. P. SANTHANAM

BRASS VESSELS MANUFACTURER & MERCHANT

39, Rayapandaram, TIRUPUR - 638 602.

With the Best Compliments From :-

PHONE : 22426

CARAVEL KNIT - WEAR

Hosiery Manufacturers.

I-D, P. N. Road, TIRUPUR - 2.

With the Best Compliments From :-

PHONE : 20017

PRINCE DYES AGENCIES

Dealers in DYES & CHEMICALS

Rayapandaram Street, TIRUPUR - 638 602.

சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் வெள்ளி விழா ஆண்டு மலர் சிறப்பாய்
மலர்ந்து மணம் வீசிட நல் வாழ்த்துக்கள் !

ஆ. இராமசுவாமியா பிள்ளை & சன்.

A. RAMASWAMYA PILLAI & SON

பலசரக்கு மளிகை,

43, மேல மாட வீதி,

திருநெல்வேலி டவுண்.

உரிமையாளர் : A. R. செல்வரத்தினம் தொலைபேசி : 23995

With Best Compliments From :

தனலட்சுமி சிட் பண்ட்ஸ்

DHANALAKSHMI CHIT FUNDS

மார்க்கட் கீழ்ப்புறம், வடக்கு பஜார்,

பாளையங்கோட்டை.

தொலைபேசி : 72262

நவ நாகரிக ஜவுளிகளின் சங்கமம் :—

S. K. BROTHERS

எஸ். கே. பிரதர்ஸ்

ஜவுளி வியாபாரம்.

மார்க்கட் கீழ்புறம், வடக்கு பஜார், பாளையங்கோட்டை.

தொலைபேசி : 72262 (கடை)

LEGEND PHARMACEUTICALS

138, "Gayathri", Phadnis Colony,
A. B. Road, INDORE, (Madhya Pradesh)

Manufacturers of Research Ayurvedic formulations, backed up by 40 YEARS of Clinical experience.

HEMIN TABS	HEMIN SYRUP	AMOBYN
IRON VIT 'C' FOLATES COPPER & ZINC	PRE-DIGESTED IRON WITH VIT.C AND DIGESTIVES	AN UNIQUE FORMULA FOR AMOEBIASIS.

Detailed Litrature & Therapeutic Index by request,

PHONE : **23626**

M/s. PADMA MEDICAL MART

(Wholesale & Retail for Ayurvedic Medicines)

195-A, South Masi Street, MADURAI - 625 001.

Sole Sales Promotors For Tamlinadu For Arya Group Companies.

With the Best Compliments from :

★

MAHADEVAN HOSPITAL

Dr. M. Jeyaselvam, M.D.(s),

14, Lodihan Street,

PALAYAMKOTTAI - 627 002.

சித்த மருத்துவ கல்லூரியின் வெள்ளி விழா ஆண்டு மலர் சிறப்பாய்
மலர்ந்து மணம் வீசிட நல் வாழ்த்துக்கள்!

முடி அதிகம் உதிர்கிறதா ? இளம் வயதிலேயே நரையா ?
ஒரு முறை பயன்படுத்திப் பாருங்களேன்.

ஆரோக்கியா ஹெர்பல் ஹேர் ஆயில்

சுத்தமான தேங்காய் எண்ணெயும் மூலிகைச் சாறும் சேர்ந்தது. இது ஒரு
ஹெர்பல் காஸ்மெடிக்ஸ் அண்டு பிவரேஜஸ் (இந்தியா) பிரைவேட் லிமிடெட்.
தயாரிப்பு.

விபரங்களுக்கு : 27, கஜபதி தெரு, சென்னை - 600 030

With the best complements from :-

Dr. V. KALIDOSS

Siddha Physician

(Prop. *RAJ SIDDHA MARUNDAGAM)*

PHONE : 365

Dr. K.SEETHA

Ayurvedic Consultants

(Prop. *SEETHA PHARMACUTICALS)*

THIRUMANGALAM - 626 706

With the Best Compliments from :

S. P. S. Stores Book Shoping

Avinashi Road,

TIRUPUR.

&

CHERAN BOOK CENTRE

COIMBATORE

சித்த மருத்துவம் உலகெல்லாம் விரிந்து பரவ நல்வாழ்த்துக்கள் !

PHONE : 23666

ராசி சில்க்ஸ்

கல்யாணப் பட்டுகள் மற்றும் அனைத்து ரக ஜவுளிகளுக்கும்
ராசியான ஸ்தாபனம்

வடக்கு ரதவீதி, திருநெல்வேலி டவுண்.

நல் வாழ்த்துக்கள் !

Dr. P. பழனியப்பன், R.I.M.P.

Dr. K. P. கலைவாணி, B.S.M.S.

Dr. P. திருமுருக வெங்கடேசன், B.S.M.S., D.Ac.,

வசந்தா மருத்துவமனை

கோனேரிப்பட்டி (P.O.) 637 104,

தேவூர் (வழி) சேலம் (Dt.)

சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் வெள்ளி விழா ஆண்டு மலர்
சிறப்பாய் மலர்ந்து மணம் வீசிட வாழ்த்துக்கள் !

சிராஜ் இசைப்பள்ளி

11, மேடை போலீஸ் ஸ்டேஷன் தெரு,
பாளையங்கோட்டை.

வயலின், வாய்ப்பாடு, வீணை, ஹார்மோனியம், புல்புல்தாரா
Casio ஆகியவற்றில் கர்நாடக இசையில் பயிற்சி பெற
மாணவ மாணவியர்களை அன்புடன் வரவேற்கிறோம்.

அரசுத் தேர்வுக்கும் பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது.
மாலை நேர வகுப்புகள் ள்ண்டு.

இவண்,
R. சுரேஷ் B.A. வயலினிஸ்ட்.
தாளாளர்,

With the Best Compliments from :-

M/s. AGASTHIAR PHARMACY

218, South Masi Street.
MADURAI - 1,
PHONE ; 24814

Sole distributors for RAJA Siddha Marundagam and
SEETHA Pharmaceuticals and Stockists of all kinds of
Siddha and Ayurvedic drugs.

With the Best Compliments from :-

Tel : "MANNAR'[Tirupur.

உ

Sri Ramajaym

Phone: Office : 20661
Resl : 22059

TNGST RC No. 249438
CST RC No. 303026

C. S. M. SRINIVASAN & Co.,

Manufacturers of Brass Copper & Stainless Steel Wares

2, Stanes Ist Road, TIRUPUR - 638 802.

★
★ ★

M/s. LAXMINARAYANA METAL ROLLING MILLS

Manufacture of Superior Quality Brass & Copper Sheets & Cicles.

Avinashi Road, TIRUPUR - 2.

★
★ ★

S. A. P. THEATRE A/c.

Avinashi Road, TIRUPUR - 2.

எங்கள் நல் வாழ்த்துக்கள் !

" சித்த மருத்துவம் "

மாத இதழ் படித்தீர்களா ?

நோய் வராமல் தடுப்பதற்கும் வந்த நோயை எளிதில் போக்குவதற்கும் உதவும்.

நிறுவனர் : டாக்டர் ப. சிற்சபை

தலைமை அலுவலகம் :

122 சி, இராஜ வீதி, காஞ்சிபுரம் - 631 502.

தொலைபேசி : 2461

கிளை அலுவலகம் : 152, அரங்கராஜபுரம் சாலை,

கோடம்பாக்கம், சென்னை - 600 024,

தொலைபேசி : 428098

With the Best Compliments from :

TNGST RC No. 250092 Dt. 82-83 PHONE : At 23755

SREE SHARMILA METAL WORK.

Brass & Metal Ware & Mfrs. Merchant.

15, Avanashi Road, ★ TIRUPUR-638 602

Prop : M. RAVI

Phone No. 24658

VINOTHINI METAL WORK

Brass Vessels Mfrs & Merchants,

24 (4), Avanashi Road, TIRUPUR-638 602

ProP : K. S. M. Natarajan.

With the Best Compliments from :-

HI-KU TAILORS

VANNARPETTAI

TIRUNELVELI

With the Best Compliments from :-

PUSHPARANI RADIO CENTRE

7-H, Parasakthi Building, Madurai Road,

TIRUNELVELI - 627 001.

சித்த மருத்துவக் கல்லூரி மலர் வெளியீட்டு விழாவிற்கு எங்கள் நல்வாழ்த்துக்கள்!

KARTHIK MEDICALS

I-E, Salai Street, VANARPETTAI

TIRUNELVELI - 627 003

டாக்டர்களின் சீட்டுக்களுக்கு தரமான மருந்துகள்
நியாயமான விலையில் கிடைக்கும்.

உரிமையாளர் : சு. ம. சிதம்பரம்

With the Best Compliments from :

NELLAI PHOTO EMPORIUM

Dealers for INDU & AGFA PHOTO FILMS
PAPERS & CHEMICALS.

176/3 Nellaiappar High Road,

TIRUNELVELI JN.

PHONE : 23982

எங்களின் இதயங்கனிந்த வாழ்த்துக்கள் !

ஜேம்ஸ் மெடிக்கல்ஸ்

பாளையங்கோட்டை

PHONE : 72632

ஜேம்ஸ் மெடிக்கல் ஏஜென்ஸீஸ்

மருந்து மொத்த வியாபாரம்

மீனாட்சிபுரம், நாகர்கோவில்.

Stockist For : *BOOTS COMPANY (India) Ltd, BOOSTS CONSUMER, MAY & BAKER (India) Ltd, MAY & BAKER VETRINARY MERCE (india) Ltd.. FULFORD INDIA Ltd.. KOPRAR CHEMICAL Co, Ltd, THENINS PHARMACEUTICALS TABLETS INDIA Ltd., HIMALAYA DRUG Co*

With the Best Compliments from :-

VANITHA COLOUR

The most modern computerised
colour procesing & printing

Thycaud,
TRIVANDRUM - 14
Phone : 66279

Vannarpet,
TIRUNELVELI - 3.
Phone : 73298

VANITHA CORPORATION

(Dealers in colour and B/W T.V., Refrigerator. Mixi. and All kinds of Home Aplliances and also Repairing and Servicing Undertakings)

Near C.S.I. Hospital, Main Road,
Marthandam - 629 165 K. K. District.

DAP
AS PURE AS TULSI
AS EFFECTIVE AS TULSI

RUMADAP OIL & TABLETS
(Anti-inflammatory & Anti-Arthritic

CHYAVANYOG
(For health & strength in 11 ages)

DRAKSHOJEM
A Gem of Tonic

RAKTOJ Liquid
(A Unique natural Haemopoietic)

DERMODAP Ointment
(An Anti skin infective Ointment)

LIVDAP Syrup & Tablet
(For optimum Liver Function)

BRAHMI-VITA Granules
(A memory booster & Health promoter)

UTRODAP Syrup
(An uterine tonic of Distinction)

DAP COUGH Syrup with Tulsi
(Safest Cough Syrup)

RAKTASHODHAN Liq. & Tablet
(good blood purifier)

M/s. Deccan Ayurvedashram Pharmacy Ltd.
Saidabad, Hyderabad - 500 659

Available at

M/s, VARUNI MEDICAL AGENCIES,
12, Post Office Road, PALAYAMKOTTAI - 627 002.

சித்த மருத்துவம் உலகமெல்லாம் விரிந்து பரவ
எமது நல் வாழ்த்துக்கள் !

Phone : 23639; 23976; 24840

தரமான தங்க நகைகள்
&
வெள்ளி பாத்திரங்களுக்கு

VRC

V. ரெங்கராமானுஜ செட்டி சன்
நகை வியாபாரிகள்

ஹோட்டல் ஆர்யாஸ் காம்ப்ளக்ஸ்,
மதுரை ரோடு, திருநெல்வேலி ஜங்.

With the Best Compliments from :-

Because Yesterday Fashion Can't Be Today's

ARASAN

TAILORS A/C

ARASAN ICE CREAM

IInd Floor

Madurai Road, TIRUNELVELI - 627 001.

With the Best Compliments from :-

KASTHURI X-RAYS

&

BIO-MED

CLINICAL LABORATORY

395, North Masi Street, Madurai - 625 001.

E. C. G., BED X-RAY & GENERATOR ATTACHED

PHONE : 24270

With the Best Compliments from:

BALU AGENCIES

Panpikkanmai Sami Street,

RAMANATHPURAM

With the Best Compliments from .-

HEMA AGENCIES

Big Bazzar Street,

RAMANATHAPURAM - 623 501

With the Best Compliments from :

Dr. S. RAMALAKSHMI B.S.M.S.
&
Dr. K. S. SUBRAMANIAN

Registered Medical Practitioners

* Siddha * Ayurvedha * Homeo

28, West Tower Street, Madurai - 625 001,

Phone : 25931

சித்த மருத்துவ கல்லூரியின் வெள்ளி விழா ஆண்டு மலர் சிறப்பாய்
மலர்ந்து மணம் வீசிட நல் வாழ்த்துக்கள்!

புதிய பொலிவுடன் அறுசுவை சைவ உணவகம்

ஹோட்டல் வசந்தம்

131, திருவனந்தபுரம் ரோடு,

பாளையங்கோட்டை.

நல் வாழ்த்துக்கள் !

வெள்ளி விழா கண்ட மாபெரும் தையலகம்

STAR TAILORING HOUSE

ஸ்டார் டெய்லரிங் ஹவுஸ்

Trivandrum Road, Palayamkottai.

PHONE : 72950

With Best Compliments From :

Ever Loving Friends

SHERIFF
SENTHIL
SRIKANTH
RAMU
RAJKUMAR
RAVINDRAN

With rhe Best Compliments From :—

SARASWATHI STORE — LAKSHMI STORE
[STATIONERY MART] [FANCY GOODS]

South Bazaar, PALAYAKOTTAI.

Vijay Musicals

66L, HOTEL ARYAAS BUILDING, TIRUNELVELI JN.

Dealers : HMV, ECHO, T: Series, Lahari, Sangeetha, AVM, Tharangaai CBS. Magna Sound Recorded Cassettes and also with Coney, Tseries, Meltrack, Takai Pre Recorded Cassettes.

With best Compliments from :-

JOSY SURGICALS

188-D, S. N. High Road,

TIRUNELVELI - 627 001.

Phone : 23896

Dealers in : *SURGICALS, HOSPITAL & LAB. EQUIPMENTS*

STOCKIST FOR SPAN DIAGNOSTICS, ETHICON,
JOHNSON & JOHNSON LTD.

BRANCH : **XAVIER BUILDING, P. W. D. ROAD, NAGERCOIL**
PHONE : **6362**

With Best Compliments From :

KALI MARK

COOL DRINKS & ICE CREAM PARLOUR,

Trivandrum Road,

PALAYAMKOTTAI.

With the Best Compliments from:-

பால் செல்லம் சித்த மருத்துவமனை

கோட்டாறு,

நாகர்கோவில்.

நல் வாழ்த்துக்கள் !

★

ராஜ் டெகரேட்டர்ஸ்

ராஜேஸ்வரீ ஸ்டோர்

4, கோயில் வாசல் மண்டபம், திருநெல்வேலி.

திருமணம், மற்றும் சகல வைபவங்கள், விழாக்களுக்கு அழகிய முறையில் டிஸ்கோ மற்றும் மலர் அலங்காரங்கள் செய்து தரப்படும்.

Prop :- A. M. சிங்கராயர்.

சித்த மருத்துவ கல்லூரி "வெள்ளி விழா" -க்கு எங்களது மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள் !

B
GROUPS

பிரியங்களுடன்

ஸ்ரீ பாலாஜி ஸ்டேசனரி மார்ட்,
ஸ்ரீ பாலாஜி இண்டஸ்ட்ரீஸ்,
இந்தியா காபி பார்.

பாளையங்கோட்டை

With the Best Compliments from :-

PHONE : 26532

VIGRA SURGICALS

24-D, West Street,

(OPP: Arunagiri Lodge)

Madurai Road, Tirunelveli Jn. Pin 627 001

Dealers: Surgical, Instruments,
Hospital & Lab Equipments

Prop : A. PRAKASH. B· Com.,

With the Best Compliments from :-

EC - TV

ELECTRONICS CORPORATION OF INDIA LTD)

Authorised Dealers for EC - TV

AGJA TRADERS

30, 30A, W.G.R. Road, TUTICORIN. Phone: 20478

&

232, Tiruchendur Road, (Near Market) **PALAYAMKOTTAI**

PHONE : **72664**

VINO COLOR PHOTOS

Specialist in : **Color Photography**

T. A. ARULRAJ.

107-A Trivandrum Road,

Palayamkottai.

B. O. Vadakkankulam,

Tirunelveli. (Dist)

With the Best Compliments from :-

PHONE : 72441

SRI RAM CLINICAL LABORATORY

ஸ்ரீ ராம் இரத்தப் பரிசோதனை நிலையம்

6, கல்யாண விலாஸ் கட்டிடம்,

அன்னபூர்ணா ஹோட்டல் சமீபம்

பாளை மார்க்கெட் மேல்புரம், பாளையங்கோட்டை.

வேலை நேரம் ;— காலை 8 மணி முதல் 1 மணி வரை.

மாலை 5 மணி முதல் 9 மணி வரை.

with Best Compliments from

M. Gopalan Asan

SIDDHA & AYURVEDHA MARUNTHAKAM

30, Balamore Road, NAGERCOIL-629 001.

Grams: "SIDHAPHARM"

Phone: Shop: 6066
Resi: 3791

USE OURS:
Dasamola Aristam, Asoka Aristam,
Ayahriny RajaKalpam, Kayathirumeni.

Dealers in:
Impcops, Dabu India Ltd, J & J Dechane,
Ban, Marc, Jandu & Deccan

With best Compliments From—

T.N.G.S.T.No. 796249
Drug Lic No. 229/20
229/21

Phone: 72936

Jeya MEDICALS

33, TRIVANDRUMROAD,
PALAYAMKOTTAI - TAMILNADU - 627 002.

(Approved by the Govt. of India.)

Alopathy, Siddha, Ayurveda & Unani Medicines are available.

SUNDAY WORKING DAY.

DEALERS:

IMCOPS LTD. ADYAR.
TAMPCOL
DABUR
ZANDU
CHARAK
RAJA SIDDHA MARUNDAGAM
THE HIMALAYA DRUG Co.
PHARM PRODUCTS
ALARSIN
ASHWINI PHRMACEUTICALS
SOLUMIKS
THE UNION PHARMA
T.T.K. PHARMA
BAN
DAP
LAKSHIMI SEVA SANGAM & allied.

C.M.S. PRINTING PRESS, PALAYAMKOTTAI-627 002.