Muallim Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)
Volume 2- Issue 2 (2018), Pages 156-160 / ISSN: eISSN 2590-3691

SHORT COMMUNICATIONS

நோயில்லா நெறிக்குச் சித்த மருத்துவம்

HEALTHY WAY OF LIFE STYLE THROUGH SIDDHA SYSTEM OF MEDICINE

மஞ்சுளா ஞானசேகரன் [1] / Manjula Gnanasekaran [/]
[1]தஞ்சோங் மாலிம், பேராக், மலேசியா. / Tanjong Malim, Perak, Malaysia.
மின்னஞ்சல் / Email: drmanjulamd@gmail.com

Abstract

Siddha system is one of the oldest system of medicine in India. The term "siddha" means achievement and the "siddhars" were Sanitly figures. Every system of medicine should have some fundamental principles of its own and such Siddha system of medicine too has its own doctrine theory of fundamental principle, based on hypothetical logic of the nature law. This consists of 'Pancha Bootha Thattuvam', 'Thiridosa Thattuvam', and 'Andapinda Thattuvam'. The Universe is called macrocosm (Andam) and the human body is considered as the microcosm (pindam). If there is any change in macrocosm , it will have its impact on the microcosm (human body). The Siddha system is known for its complication free in the sense of simplicity, credibility, accessibility, curability and good quality. Siddha perhaps the earliest medical science that laid stress on positive health and a harmonious blending of physical, mental, social, moral and spiritual welfare of an individual.

Keywords: Siddha system, Siddhars, healthy way of life

ஆய்வுச் சாரம்

"தன்னை அறியும் அறிவே அறிவு மற்றெல்லாம் பேயறிவு" என்பர் சித்தர். தன்னையறியும் அறிவின் மூலம் அண்டத்தில் உள்ளது பிண்டத்திலும் உள்ளது என்பதைத் தெளிவுப்படுத்தி உடலின் மேன்மையையும், தன்மையையையும் உலகிற்குச் சொன்னவர்கள். தங்களுடைய ஞானத்திறத்தால் ஞானம், யோகம், வாதம், வைத்தியம், அறிவியல், சோதிடம், காயகற்பம் என அனைத்தையும் அறிந்திருந்தனர். அட்டாங்கயோகம், அட்டாமாசித்தியின் மூலம் தன்னை அறிதல் என்னும் இறைவனுக்கு நிகரான நிலையை அடைந்து, நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, சாக்காடு என்ற ஐந்து நிலைகளைக் கடந்து உயர்ந்த ஞானம் வாய்க்கப் பெற்றனர். இந்தியப் பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் ஒன்றான நம் தமிழ் மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவத்தில் பிணிகளை

வகுக்கும் முறை, பரிகாரமுறை மற்றும் நோயில்லா நெறியின் முக்கியத்துவத்தைப் பற்றிய சிறிய கண்ணோட்டமே இக்கட்டுரையின் சாராம்சம்.

கருச்சொல்: சித்தர், சித்த மருத்துவம், நோயில்லா நெறி

கட்டுரை

உலகில் வாழும் ஒவ்வொரு மனித இனத்துக்கும் ஒவ்வொருவிதமான மருத்துவ முறை உண்டு. அதை மரபுவழி மருத்துவம் என்று குறிப்பிடுவார்கள். உலக வரைப்படத்தில் தோன்றிய ஒவ்வொரு நாகரிகத்திலும் இயற்கை மருத்துவம் இருந்துள்ளது. மற்ற நிலங்களில் இவ்வகை மருத்துவம் யுனானி மருத்துவம் என்றும், சீன இயற்கை மருத்துவம் என்றும் அறியப்பட, இந்திய பெருநிலத்தில் இஃது இந்தியப் பாரம்பரிய மருத்துவம் என்றும் பெயர்பெற்றன. இவற்றுள் தமிழ் மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவம் நமது தமிழ் மண்ணுக்குரிய பெரும்பெருமை.

தமிழ் மக்களிடையே செல்வாக்குப் பெற்றிருந்தவர்கள் சித்தர்கள். மருத்துவத்தில் கைத்தேர்ந்து அதன் உண்மை கண்டு சித்தி பெற்றோரே நம் நாட்டில் ’சித்தர்’ என்று விளங்கினர்.

மனித உடலுக்குள்ளே எல்லாவிதமான ஆற்றலும் நிறைந்திருக்கிறது. அந்த ஆற்றலை ஞானத்தால் கண்டறிந்து உலகத்தில் பரவியிருக்கும் மாய இருட்டை விரட்டியவர்கள் சித்தர்கள். காலத்தை வெல்லும் கலை அறிந்தவர்கள். நிகழ்காலத்தை மட்டுமல்ல எதிர்காலத்தையும் கணித்தவர்கள்.

தங்களுடைய ஞானத் திறத்தால் மருத்துவம் அறிவியல், சோதிடம், மாயவித்தை என அனைத்தையும் அறிந்திருந்தனர். நாடிபிடித்து நோய்களைக் கண்டறிந்து மூலிகைக் கொண்டே நோய்களைக் குணப்படுத்தும் உயர்ந்த மருத்துவ முறையை உலகுக்கு அளித்தவர்கள்.

தன்னை அறியும் கல்வியே ஞானத்தைத் திறக்கிறது. ஞானமே உலகின் ஊனத்தை ஒழிக்கிறது. ஆனால், நம்முடைய இன்றைய கல்விமுறை உலக அறிவை அறிந்து கொள்வதாக இருக்கிறதே தவிர தன்னை அறியத்தக்கதாக இல்லை.

மனத்தூய்மை, செயல்தூய்மை, ஆசனம், சுவாசப்பயிற்சி, மனதை ஒருமுகப்படுத்துதல், தியானம், சமாதிநிலை முதலான எட்டு யோகங்கள் வாய்க்கப்பெற்றால் தன்னை அறியலாம். தன்னை அறிதல் என்பது இறைவனுக்கு நிகரான நிலையை அடைதல். தன்னை அறிந்தவர் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி,

சாக்காடு ஆகிய ஐந்து நிலைகளையும் கடக்கும் உன்னத நிலையை எட்டுகிறார் (தியாகராஜன், 1995)[1].

அப்படி உன்னத நிலையை அடைந்தவர்க்கு,

அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம்
பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்
அண்டமும் பிண்டமும் ஒன்றே
அறிந்துதான் பார்க்கும் போதே

- சட்டமுனிஞானம்

என்கிற உயர்ந்த ஞானம் வாய்க்கும். அப்படி வாய்க்கப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள் (துரை ராசன், 1993)[2].

இன்றைக்கு நாம் பின்பற்றும் தவறான உணவுப் பழக்கங்களால் புதிய புதிய நோய்களுக்கு இலக்காகிக் கொண்டிருக்கிறோம். அந்த நோய்களின் குணங்களை ஆராய்ந்து பார்த்தால், சித்தர்கள் சொன்ன 4448 வியாதிகளுக்குள் அடங்குவதைக் காணலாம். வியாதிகளை பட்டியலிட்ட சித்தர்கள் அதற்கான மருந்தையும் சொல்லி வைத்திருக்கின்றனர்.

இந்திய பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகளில் ஒன்றான சித்தமருத்துவம் நமது தமிழ் மண்ணுக்குரிய பெரும்பெருமை. வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய மூன்றுமே நோய்களின் ஆதாரங்களாகும் என்பது சித்தமருத்துவத்தின் அடிப்படை. இம்மூன்றும் உடல் இயக்கத்திற்குத் தேவையான உயிர்த்தாதுகள். இவற்றில் அளவு கூடும் போதோ, குறையும் போதோ உடலில் உபாதைகள் தோன்றும். வாதத்தில் முக்கியமான 80 நோய்கள் உள்ளன எனவும், பித்தத்தில் முக்கியமாக 42 நோய்கள் உள்ளன எனவும், கபத்தில் 21 முக்கியமாக நோய்கள் உள்ளன எனவும் கண்டறிந்து கூறியுள்ளனர் (உத்தமராயன், 1999)[3].

மருந்தாக உள்மருந்து 32, வெளிமருந்து 32 என 64 வகை மருந்து வடிவங்களையும் சித்தர்கள் நமக்கு அருளியுள்ளனர். சித்த மருத்துவத்தில் பிணிகளை வகுக்கும் முறையானது மூன்று வகைப்படும்.

1. *நோயுண்டாகும் காரணம்:-*
   நோய்நாடி நோய்முதல் நாடி அது தணிக்கும்
   வாய்நாடி வாய்ப்பச் செயல்
2. *நோயில் காணும் குறிகுணங்கள்*
3. *நோயைப் பரிகரிக்கும் வகை*

நோய்க்கான காரணத்தைக் கொண்டு வகுப்பது.

1. *வளி நோய் (வாத நோய்)*
2. *அழல் நோய் (பித்த நோய்)*
3. *ஐய நோய் (கப நோய்)*

நோயின் குறிகுணகள் அல்லது நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட உடற்கட்டுகளின் நிலையையொட்டி வகுத்தல், சுரம், செரியாமை, காசம், இளைப்புநோய், ஈரல் நோய், மூலம், தோலைப் பற்றிய நோய்கள் என்பனவாம் (உத்தமராயன், 1999)[3].

நோயின் பரிகார வழி நோக்கி மூன்று வகையாகப் பிரித்தனர்.

மக்களுரை (மானிட மருத்துவம்) - இவ்வகையில் மூலிகைகளைக் கொண்டு மருத்துவம் செய்வதாகும்.

தேவருரை (விண்ணவர் மருத்துவம்) - இம்முறையில் தாது, தாவர, சீவப் பொருட்களைக் கொண்டு செய்யக்கூடிய கற்பமருந்து, பற்பம், செந்தூரம், முப்பு, குருகுளிகை இவைகளின் மூலம் பிணிகளைத் தீர்ப்பதாகும்.

அசுரருரை (அசுர மருத்துவம்) - இம்மருத்துவத்தில் குருதிவாங்கல், அட்டை விடல், சலாகையிடல், அறுவை, கீறல் இவை அடங்கும்.

பிறவியின் பயன்களாகிய அறம், பொருள், இன்பங்களைப் பெறுதற்கு நோயில்லா உடல் அவசியம் வேண்டும். பல இன்பங்களை நுகர்வதற்கு மட்டுமேயின்றி மெய்ஞானத்தைப் பெறுதற்காகிய பல சாதனைகளைச் செய்தற்கும் இவ்வுடற்றான் இன்றியமையாதது. ஆகவே, இதனை அலட்சியம் செய்யாமல் ஓம்பி வளர்த்து நிலைநிறுத்த வேண்டும். இதனைத் திருமூலரும்,

உடம்பார் அழியில் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர்வளர்த்தேனே

திருமந்திரம், 13-1[4]

திருமந்திரச் செய்யுளில் வலியுறுத்துகிறார் (தியாகராஜன், 1995)[1].

உடம்பை வளர்க்கும் உபாயங்களுள் நோயில்லாது காப்பதே சிறந்ததாகும். "நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" எனக் கூறப்படுகிறது. நம் முன்னோர் நோய்களுக்குச் சிறிதும் இடம் கொடுத்தல் கூடாது என வற்புறுத்துகின்றனர். இதனை, "நோய்க்கு இடங் கொடேல்" என்னும் மூதுரையால் அறியலாம்.

எதிரதாக் காக்கு மறிவினார்க் கில்லை
அதிர வரு வதோர் நோய் (குறள் 429)

என்னும் குறட்பாவால், நோய் வருவதற்காகிய காரணங்களை நீக்கி தம் உடலைக் காத்துக் கொள்ளும் அறிவுடையோர்க்கு நோய் வராது என்பதை அறியலாம். ஆகையால், மக்கள் நோயில்லா நெறிகளை நன்கு கையாண்டு உடம்பைப் பேணி உயிர் வாழ வேண்டும்.

அந்நெறிகளை வழுவாமல் ஒழுங்காகக் கடைப்பிடித்து வந்த நம் பெரியோர்கள் நூறாண்டுகள் வாழ்ந்ததாய்த் தெரிகிறது. இதனை 'மக்களுக்கு வயது நூறல்ல தில்லை' என்ற கபிலரின் திட்டமான வாக்கினாலும் மற்றும் அகத்தியர், புலிப்பாணி, ஆழ்வார்கள் முதலியோரின் வாக்குகளினாலும் நன்கு அறியலாம் (துரை ராசன், 1993)[2].

பல நெறிகளை நம் பெரியோர், தம் தினசரி வாழ்க்கையில் புகுத்தி, வழக்கில் அமையுமாறு ஊன்ற வைத்ததால் அவை தொன்று தொட்டு வழக்கில் வந்துள்ளன. ஆகவே, அனுபவ முதிர்ச்சியும் தெய்வ அருளும் பெற்ற நம் முன்னோர்களின் வாழ்க்கை நெறிகளில் ஒன்றான நித்திய ஒழுக்கம் மற்றும் கால ஒழுக்கம் இவைகளைப் பின்பற்றி, அனுசரித்து சித்த முறையில் ´காயம்´ என்னும் இவ்வுடலை கல் போலாக்கும் வித்தையை தெரிந்து நரை, திரை மூப்பு பிணி, சாக்காடு இவைகளை வென்று பன்னெடுங்காலம் பெருவாழ்வு வாழ்வோமாக!

மேற்கோள் நூல்கள்:

1. Thiyagarajan, R. (1995). *Siddha medicine special (சித்த மருத்துவம் சிறப்பு)*. Chennai: Department of Indian Medicine and Ophthalmology.
2. Durai Rasan, K. (1993). *Noiyillaneri 3rd Edition (நோயில்லாநெறி 3ஆம் பதிப்பு)*. Chennai: Department of Indian Medicine and Ophthalmology.
3. Uttamarasan, K. S. (1999). *Siddar surgery 3rd edition (சித்தர் அறுவை மருத்துவம்: 3ஆம் பதிப்பு)*. Chennai: Department of Indian Medicine and Ophthalmology.
4. Varatarasan, M. (1994). *Thirukkural (திருக்குறள்)*. Thirunelveli: Saiva Siddhanntha Publication.
5. Irayanban Swamiji. (1998). *Thirumanthiram description: 1st, 2nd, 3rd Pagam (திருமந்திரம் மூலமும் விளக்கவுரையும்: ஒன்றாம், இரண்டாம், மூன்றாம் பாகம்)*. Chennai: Manimegalai Publication.