EJCTS

www.ejcts.mayas.info

Emperor Journal of Classical Tamil Studies

ISSN: 2582-2977

www.ejcts.mayas.info

DOI-http://dx.doi.org/10.35338/EJCTS.2019.1201

© மாயாஸ் பதிப்பகம்

Volume - I

Issue - 2

November - 2019

பழமொழிகளில் மருத்துவம்

முனைவர் ப. சு. தனசேகர்

உதவி பேராசிரியர், தமிழ்த்துறை

கினரஸ்ட் கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரி

கிழச்சேரி, பேரம்பாக்கம், திருவள்ளூர்-631402

முன்னுரை

நமது முன்னோர்கள் மருத்துவ செய்தி என்கிற அடிப்படையில் தமது பட்டறிவால் காண்பதை பதிவு செய்தனர். இன்றைய அறிவியல் யுகத்தில் கண்டறியப்பட்ட பல மருத்துவ உண்மைகளை முன்னோரின் பட்டறிவால் பதிவுகள் பொதிந்து வைத்திருப்பதை காணும்போது வியக்காமல் இருக்க முடியவில்லை. மருத்துவத்தில் இரண்டு பிரிவுகள் உண்டு. ஒன்றுபட்டறிவு அனுபவம் மற்றொன்று ஆராய்ச்சி சோதனையாகும். அவற்றுள் பட்டறிவு அனுபவம் ஆகிய பழமொழிகளின் படைப்பாளிகளை நாம் இனம் காண முடியாது. ஏனெனில் பழமொழிகளின் பலரால் சொல்லப்பட்ட அனுபவ மொழிகள் ஆகும். இவை எந்தக் காலத்தில் எங்கு எப்படி யாரால் உருவாக்கப்பட்டவை என கணித்து விட முடியாது. அனுபவ பழமொழிகள் சூழ்நிலைகளிலும் பயன்படுகின்றன என்பதை அறுதியிட்டு கூறிவிடலாம். அத்தகைய பழமொழிகளில் மருத்துவம் சார்ந்த பழமொழிகளில் ஆராய்வதே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

பழமொழிகளில் மருத்துவச் செய்திகள்

“சிறு குழந்தை இல்லாத வீடும் வீடல்ல
சீரகம் இட்டு ஆக்காத கறியும் கறி அல்ல”¹

சீரகம் என்பதை சீர்+அகம் என பிரித்து பொருள் கொள்ள வேண்டும். இதன்மூலம் அகத்தை சீர் செய்யக்கூடியது சீரகம் எனலாம். பொதுவாக சீரகம், புரதம், கொழுப்பு, கார்போஹைடேட், உலோகப்பொருள், கால்சியம், பாஸ்பரஸ், இரும்பு, சோடியம், பொட்டாசியம், வைட்டமின் ஏ, பி1, பி2, சி, நியாசின் ஆகியவை அடங்கியுள்ளன. கறியுடன் சேர்த்து சமைத்தால் மேற்கூறிய பலன்கள் கிட்டும். மேலும் தொண்டைக்கட்டு மாதவிடாய் சிக்கல் வயிற்றுவலி வயிற்று உப்புசம் வாந்தி போன்றவற்றிற்கு நிவாரணியாக உள்ளது.

“காலை இஞ்சி கடும்பகல் சுக்கு
மாலை கடுக்காய் மண்டலம் கொள்ள
கொலை யூன்றிக் குறுக்கி நடைப்பவரும்
கொலை விசி குலாவி நடப்பாரே”²

காலை இஞ்சி

காலையில் இஞ்சியைத் தேனுடன் உட்கொள்ளலாம். உடலுக்கு வெப்பத்தை கொடுக்கக்கூடியது. பித்தத்தைப் போக்கும் இயல்புடையது.

கடும்பகல் சுக்கு

நண்பகலில் சுக்கை பொடியாக்கி மோருடன் உட்கொள்ளலாம். உடலுக்கு வெப்பத்தை கொடுக்கும் குடலில் உள்ள அசுத்தத்தன்மை போக்கும். செரிமான உறுப்புகளை உறுதிப்படுத்தும்.

மாலை கடுக்காய்

கடுக்காயை கொட்டை நச்சுத்தன்மை உடையது. எனவே கடுக்காயின் தோலை மட்டும் பொடி செய்து உட்கொண்டால் உயிரணுக்கள் உறுதிபெறும்.

“உண்ட பின் ஒரு மைல் நட”³

உண்டபின் நடப்பதால் விளையும் நன்மை என்ன? உண்டபின் ஒரு மைல் தொலைவு நடப்பதால் உடலில் தேங்கும் கழிவுநீர் வியர்வையாக வெளியேறும். கழிவுகள் வெளியேறினால் உணவுகள் எளிதில் செரிமானம் ஆகும்.

“கோழையை அகற்றும் குப்பைமேனி சாறு”⁴

குப்பைமேனி சாறு கோழையை குணமாக்க எவ்வாறு பயன்படுகிறது? தேவையான அளவு குப்பைமேனி சாற்றுடன் வேப்ப எண்ணெயும் கலந்து அக்கலவையை இறகில் வைத்து கோழை கொண்டு குழந்தையின் தொண்டையில் அல்லது உள்நாக்கில் தடவ வயிற்றில் தங்கியிருக்கும் கோழைக்கட்டு வாந்தியினால் வெளியும்.

“ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி”⁵

ஆல்-ஆலமரத்தின் விழுதைக் கொண்டு பல் துலக்கினால் பல் இறுகும் அதாவது வலிமை பெறும். வேல்-இது வேல மரத்தை குறிக்கும். இம் மரத்தின் பட்டையை உலர்த்து பொடி செய்தேனும் சுட்டு கரியாக்கியானும் பற்களை தேய்த்துவர பல்லாட்டம் ஈறில் ரத்தம் வடிதல் நிற்கும்.

“ஆற்று நீர் வாதம் போக்கும்
அருவிநீர் பித்தம் போக்கும்
சோற்றுநீர் இரண்டும் போக்கும்”⁶

ஆற்றுநீர்

ஆற்று நீர் வாதம் போக்கும் என்பதில் கங்கா நதியின் நீர் பரிசோதிக்கப்பட்டதன் வாயிலாக வாதம் போக்கும் நோய்களை குணமாக்கும் மருத்துவ பண்பு அதில் அடங்கி உள்ளதாக அறியப்பட்டுள்ளது.

அருவிநீர்

அருவி நீரில் சாதாரண உப்பு, ஜிப்சம் உப்பு, சுண்ணாம்பு, மெக்னீசிய, இரும்பு, சிலிக்கா, போன்ற கனிம உப்புகளும், கார்பன் டை ஆக்சைட், ஆக்சிஜன், ஹைட்ரஜன் சல்ஃபேட் போன்ற வாயுக்களும், சில கதிரியக்க பொருட்களும் கலந்திருப்பதாக அறியப்பட்டுள்ளது. இவை கீழ்வாதம், கல்லீரல் கோளாறு, செரிமான கோளாறு, வாத நோய் ஆகியவை குணமாக்கக் கூடியது.

சோற்றுநீர்

சோற்றுநீர் என்பது நீராகாரம். இதை அன்றாடம் விடியற்காலையில் அருந்திவர பித்தம் சோர்வு இரண்டும் நீங்கும்.

“நாள் இரண்டு
வாரம் இரண்டு
மாதம் இரண்டு
வருடம் இரண்டு”⁷

நாள் ஒன்றுக்கு இரண்டு முறை மலம் கழித்து வாழ் மலச்சிக்கல் ஏற்படாது, நரம்பு தளர்ச்சி ஏற்படாது. வாரத்திற்கு இரண்டு முறை தலைக்கு ஏண்ணெய் தேய்த்து குளிப்பதால் உடல் குளிர்ச்சி அடையும், மேலும் கண் நோய்களும் வராது. மாதத்துக்கு இரண்டு முறை போகம் துய்த்தல். வருடத்திற்கு இரண்டு முறை உடல் நச்சுப் பொருட்களை நீக்குவதால் அலர்ஜி, வீக்கம், கட்டி, இவைகள் தோன்றாது. வருடத்திற்கு இரண்டு முறை பேதி கொடுப்பதால் உடல் நச்சு நீங்கும்.

“கமலைக் கண்ணுக்கு கண்டதெல்லாம் மஞ்சள் நிறம்”⁸

கமலை கண்டவர்களுக்கு பார்க்கும் பொருளை மஞ்சளாக இருக்கும். உடல் மஞ்சள் நிறமாகி தோன்றும். வியர்வை சிறுநீர் ஆகியன மஞ்சள் நிறமாகி விடும். கண் விழியின் வெண் பகுதியும் மஞ்சள் காணப்படும். மாலை நோய் கண்டவர்க்கு பசி குறையும், உடல் சோர்வடையும், உணவருந்திய பின் தலைவலி உண்டாகும். தூக்கம் வராது. வயிறு பெருகும் ரத்த வாந்தி வரும்.

முடிவுரை

ஒரு மனிதன் எப்படி வாழ வேண்டும் என்று வாழ்வதற்குரிய வழிமுறைகள் யாவை என்பதையும், பழமொழிகள் தெள்ளத்தெளிவாக விளக்குகிறது என்பதை முன்னோர்கள் தங்களது வாழ்க்கை முறையில் கடைப்பிடித்த மருத்துவ முறைகள் நாளடைவில் பழமொழிகள் உணர்த்தி இருப்பது இக்கட்டுரையில் அறியப்படுகிறது.

பார்வை நூல்கள்

1. உடல்நலம் தொகுதி-1 மருத்துவ களஞ்சியம் 1995, பக்கம்-310
2. டாக்டர் அரசு சித்தர்களும் நோய் தீர்க்கும் சித்த மருந்து மருத்துவமும் பக்கம்-26
3. டாக்டர் டி மகாலட்சுமி சித்த மருத்துவ மணிகள் பக்கம்-21
4. தமிழ் இலக்கியங்களில் மருத்துவம் பக்கம்-58
5. டாக்டர் ச.சக்திவேல், நாட்டுப்புறவியல் ஓர் அறிமுகம் பக்கம்-25
6. தமிழவன், நாட்டுப்புற நம்பிக்கைகள் பக்கம்-8
7. டாக்டர் கார் சம்பத் பழமொழி அறிமுகம் பக்கம்-13
8. சித்த வைத்திய திரட்டு பக்கம்-17.