நாட்டுப்புற மக்களின் நாட்டுப்புற மருத்துவம்

முனைவர் **க.கமலா,**
பேராசிரியர், தமிழ்துறை,
வேல்ஸ் அறிவியல் தொழில் நுட்ப உயர் ஆராய்ச்சி நிறுவனம்,
பல்லாவரம், சென்னை–117.

முன்னுரை

நாட்டுப்புறவியல் என்பது தமிழ்த்துறையில் வளர்ந்து வரும் ஒரு மிகப்பெரிய துறையாக உள்ளது. நாட்டுப்புற இலக்கியம் என்பது நாட்டுப்புறப் பழக்கவழக்கங்கள், நாட்டுப்புறக் கலைகள், நாட்டுப்புற அறிவியல், தொழில் நுட்பம் என்னும் நான்கு பெரும் பிரிவுகளைக் கொண்டுள்ளது. நாட்டுப்புற மருத்துவம் என்பது நாட்டுப்புற அறிவியலின் ஒரு உட்பிரிவாக உள்ளது. நாட்டு மருத்துவம் என்பது மனிதனின் பட்டறிவு வாயிலாக வந்த மருத்துவ முறையாக விளங்குகிறது. வீட்டில் நாம் தினந்தோறும் பயன்படுத்தும் பொருட்களான சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், கொத்தமல்லி, மஞ்சள்தூள், போன்ற பொருள்களையே நாட்டுப்புற மக்கள் மருந்தாக பயன்படுத்துகிறனர்.

மேலும் சில கிராமத்து மக்கள் காடு மற்றும் வயல்வெளிகளில் உள்ள வேர்கள், பட்டைகள், விதைகள், கொட்டைகள், பச்சிலைகள் ஆகியவற்றை ஒன்று திரட்டி அதனை மருந்தாக தயாரித்து மக்களுக்குக் கொடுத்து நோயை குணப்படுத்துகிறனர். கிராமப்புற மக்கள் தங்களின் மரபுவழித் தோன்றலின் வழியாகவும், செவிப்புலன் வழிச் செய்தியாகவும், சூழ்நிலையாலும் இம்மருத்துவத்தில் நம்பிக்கைவைத்து பயனடைந்து வருகிறனர்.

சித்தமருத்துவம் பெயர்வரக் காரணம்

தமிழ் மருத்துவ முறையை சித்த மருத்துவ முறை என்றும் கூறுவர். மூவகை சித்திகளான கர்ம சித்தி, யோக சித்தி, ஞான சித்திகளைப் பெற்றவர்களை சித்தர்கள் என்பர். ***“முக்தி உலகத்துக்கு தத்துவ நூல்கள் கூறும் தெய்வீக ஆற்றலால் தூண்டப்பட்டு, தம் ஞானத்தினால் அறிந்து***

மனித வாழ்வுக்கு வழிவகுத்துக் கொடுத்தவர்கள் சித்தர்கள். மனிதன் என்று தோன்றினானோ அன்றே நோயும் உடன் தோன்றியது என்பர். சித்த மருத்துவமுறை தோன்றிய காலத்தை வரையறுத்துக் கூறுவது என்பது மிகக் கடினம். ஆகையால் காலம் கடந்த ஒரு அபூர்வ சிகிச்சை முறை சித்த மருத்துவ முறையாகும். இதை பூரண சாத்திரம் என்று அறிஞர் கூறுவர்."(1)

சித்த வைத்திய சிரோண்மணி என்ற பட்டம் பெற்ற டாக்டர் துர்க்காதாஸ், எஸ்.கே. சுவாமி என்பவர்கள் உலகில் நாட்டு வைத்தியம் என்பது சித்த வைத்தியம், ஆயுர்வேத வைத்தியம், யுனானி வைத்தியம், அலோபதி வைத்தியம், ஹோமியோபதி வைத்தியம் என்னும் ஆறு வைத்திய முறைகளில் பயன்பட்டு வருகின்றன என்பார்கள். ***"அவற்றுள் மிகவும் தொன்மை வாய்ந்தது சித்த வைத்தியமாகும். மற்ற வைத்திய முறைகளை அவை எப்போது தோன்றியது என்று வரையறுத்துக் கூற முடியும். ஆனால் சித்த வைத்திய முறையை மட்டும் எப்போது தோன்றியது என்று கூற இயலாது. இது தமிழ்நாட்டில் வாழ்ந்த சித்த பெருமக்களால் உருவானது. அது பாரம்பரிய மரபு முறைப்படி பரவி வந்துள்ள வைத்தியமாகும்".(2)*** *என்பர்.*

சித்த மருத்துவ முறையும், ஆயுர்வேத மருத்துவ முறையும் இமயம் முதல் குமரி வரையிலுள்ள மக்களால் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. சித்த மருத்துவ முறையை தமிழ் மருத்துவம் என்றும் கூறுகிறார்கள்.

மேலும் ***"உலகில் காணப்படும் மருத்துவ முறைகள் அனைத்திற்கும் முன்னோடியாக சித்த மருத்துவம் திகழ்கிறது. எனவே சித்த மருத்துவம் தாய் மருத்துவம் என்று போற்றப்படுகிறது. சித்த மருத்துவ நூல்கள் தமிழில் மட்டுமே அதிகமாகக் காணக் கிடைப்பதாலும், சித்த மருத்துவ முறை பண்டை நாள் முதல் இன்றுவரை தமிழ்நாட்டிலேயே பயிலப்பட்டு வருவதாலும் சித்த மருத்துவத்தை தமிழ் மருத்துவம் என்பர்".(3)***

நாட்டு மருந்தின் இலக்கணம்

நோய்களைக் குணப்படுத்தும் மருந்தைப் பற்றி குறிப்பிடும்போது திருவள்ளுவர் மருந்தின் இலக்கணமாக

மருந்தானது உடலை காப்பதாக இருக்க வேண்டும் என்பதை,

> ''மருந்தோமற்று ஊனோம்பும் வாழ்க்கை பெருந்தகைமை
> பீடு அறிய வந்த இடத்து'' (திருக்குறள், 968)

என்ற குறளிலும், மருந்தானது மிக்க துன்பத்தை நீக்கி பலன் அளிக்கக் கூடியதாய் இருக்க வேண்டும் என்பதை,

> ''செறிதொடி செய்த இறந்த காலம் உறுதுயர்
> தீர்க்கும் மருந்தொன்று உடைத்து'' (திருக்குறள், 1275)

என்ற குறளிலும் விளக்கியுள்ளார். தமிழ் சித்தராகிய திருமூலர் திருமந்திரத்தில்,

> ''மறுப்பது உடல்நோய் மருந்தெனவாகும்
> மறுப்பத உளநோய் மருந்தெனவாகும்
> மறுப்பது இனிநோய் வாராதிருக்க
> மறுப்பது சாவை மருந்தெனலாமே''(4)

என்று குறிப்பிட்டுள்ளார். எனவே மருந்தின் நான்குவித செயல்களை நோக்கும்போது மருந்தானது உடல்நோய், உள்ளநோய் தீர்ப்பதாகவும், மறுபடியும் நோய்வராமல் தடுப்பதாகவும் இருக்க வேண்டும் என்பது புலனாகிறது.

தமிழ் இலக்கியங்களில் நாட்டுப்புற மருத்துவம்

சங்க காலத்தில் வாழ்ந்த மக்கள் மருத்துவம் செய்வதை அறமாக மேற்கொண்டுள்ளார்கள். பதினெண்கீழ்கணக்கு நூல்களில் உள்ள சில நூல்களின் பெயர்கள் மருத்துவ மூலிகைகளின் அடிப்படையில் அமைந்துள்ளன. பண்டையகால கல்வெட்டுகள், செப்பேடுகள், மருத்துவத்தின் வளர்ச்சியை எடுத்துக்கூறுவதாக அமைந்துள்ளது. சிற்றிலக்கியங்கள் பல நாட்டு மருத்துவ செய்திகளை நாட்டுப்புற இலக்கியங்கள் வாயிலாக எடுத்தியம்புகிறது. மருத்துவம் பற்றிய அடிப்படைக் கருத்துக்களைத் தொகுத்துத் தருவதில் உலக பொதுமறையாகிய திருக்குறள் முதலிடத்தைப் பெறுகிறது.

நாட்டு மருத்துவத்தின் சிறப்புகள்

நவீன மருத்துவத் துறையில் விஞ்ஞான வளர்ச்சி தான் முதன்மையானதாகக் காணப்படுகிறது. ஆனால் நாட்டு மருத்துவத்தில் விஞ்ஞானமும், மெய்ஞ்ஞானமும் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. "சித்தர்கள் இயற்கையில் நிகழும்

சில நிகழ்ச்சிகளைப் பெற்று சில கோட்பாடுகளை நிறுவினர் என்பர். நவீன அறிவியல் அறிஞர்கள் ஒரு கோட்பாட்டை அல்லது ஒரு வரையறையை எடுத்துக் கொண்டு அதற்கான சோதனைகள் செய்து முடிவில் நிகழ்ச்சிகளைப் பெற்று உண்மை என்பதை உறுதி செய்கின்றனர். சான்றாக மெய்ஞ்ஞானம் என்பது லென்சில் சூரிய ஒளியைத் திரட்டி ஒரு புள்ளியாக்குவது போன்றது. விஞ்ஞானம் என்பது சூரிய ஒளியில் இருந்து கதிர்கள் விரிந்து செல்வதைப் போன்றது. இதன்மூலம் விஞ்ஞானமும் மெய்ஞ்ஞானமும் ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புடையது என்பது புலப்படுகிறது"(5). இதன் அடிப்படையில் தான் நாட்டு மருத்துவம் பல சிறப்பு அம்சங்களை தன்னகத்தே கொண்டு மிகப்பெரிய வளர்ச்சியினை பெற்றுள்ளது.

நாட்டு மருந்துகளின் வகைகள்

நாட்டு மருத்துவர்கள் மருந்தை அகமருந்து, புறமருந்து என இரண்டாக வகைப்படுத்தியுள்ளனர். இதில் அகமருந்து முப்பத்திரெண்டு, புறமருந்து முப்பத்திரெண்டு எனவும் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

அகமருந்துகள் தயாரிக்கப்படும்போது கருக்கல், அரைத்தல், கசக்குதல், கலக்குதல், வறுத்தல், கழற்றுதல், உருக்குதல், இறுத்தல், உலர்த்தல், உரைத்தல், குழப்புதல், உருட்டுதல், நசுக்குதல் பொசுக்குதல், நனைத்தல், எரித்தல், வழித்தல், இறுக்குதல், இழைத்தல், குழைத்தல், எடுத்தல் போன்ற இருபத்திநான்கு செயல்முறைகளில் தயாரிக்கப்படுகின்றது.

புற மருந்துகள் கட்டுதல், பற்று, ஒற்றடம், பூச்சு, வேது, பொட்டணம், புகை, மை, பொடி, நிமிர்த்தல், கலிக்கம், நசியம், ஊதல், நாசிகாபரணம், சீலை, நீர், வர்த்தி, அட்டிகை, சலாகை, பசை, களி, பொடி, முறிச்சல், கீறல், அட்டை விடல், அறுவை, கொம்பு கட்டல், உறிஞ்சல், குருதி வாங்கல், பீச்சு போன்ற வகைகளில் வகைப்படுத்துவர்.(6)

மருந்துகள் பயன்படுத்தும் முறைகள்

நாட்டுமருந்துகள் பயன்படுத்தும் முறை ஆங்கில மருத்துவ முறையிலிருந்து முற்றிலும் வேறுபட்ட ஒன்றாகும். நாட்டுமருத்துவத்தில் மருந்துகள் கசாயம், மாத்திரை, சூரணம், தைலம், எண்ணெய், குழம்பு என்ற முறையில்

தயாரிக்கப்பட்டு ஒரு நோய்க்கு ஒரு மருந்து, ஒரு நோய்க்கு பல மருந்து, பல நோய்க்கு ஒரு மருந்து என்ற முறையிலும், நோயைக் கூறி நோய்க்கு மருந்து கூறல் என்ற முறையிலும், மருந்து தயாரிக்கின்றனர்.

உடற்பயிற்சி

நாட்டு மருத்துவத்தில் உடற்பயிற்சி மிக முக்கியமான ஒன்றாகும். ஒரு பொருளை பயன்படுத்தாவிட்டால் எவ்வாறு அது துருப்பிடித்து பயன் இல்லாமல் போகின்றதோ, அதுபோல மனித உடலில் பயிற்சி இல்லாத உறுப்புகளும் சிறுக சிறுகச் சக்தியை இழந்து பயனில்லாமல் போய்விடும்.

பழங்காலத்தில் "மனிதன் தான் பின்பற்ற வேண்டிய நெறிமுறைகள், ஒழுக்கங்கள், உடல் ஓம்பல், உடலின் சக்தியைச் சிதறவிடாமல் ஒன்று சேர்த்து பயன்படுத்துதல், உடலின் ஒவ்வொரு இயக்கம் மற்றும் மனதின் செயல்கள், உள்மனதின் விழிப்பு நிலையை மேம்படுத்துதல், மூளையின் ஆற்றலை முறையாக பயன்படுத்துதல் போன்ற ஒவ்வொரு வகியிலும் தன்னை உணர்ந்து, தன்னுள் அடங்கியுள்ள சக்தியினைப் பயன்படுத்தும் உயர்நெறிகளை,உயிரின் ஆற்றலை பயன்படுத்திக் கொண்டான்".(7)

ஆனால் இக்காலத்து மக்கள் சிறு வேலைகளுக்குக் கூட கருவியின் உதவியை நம்பி காலங்கழித்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். அக்காலத்தில் பெண்கள் மாவு அரைத்தல், மசாலா அரைத்தல், துணி துவைத்தல்,நெல் குற்றுதல், அறுவடை செய்தல் போன்ற பல வேலைகளை தாங்களே தங்கள் கைகளால் செய்தனர். ஆனால் இக்காலத்தில் எல்லா வேலைகளுக்குமே இயந்திரங்களை பயன்படுத்தி தங்கள் வேலைகளை முடித்துவிடுகின்றனர்.

இதனால் அதிக ஆற்றலும் திறமையும் படைத்த மக்கள் உடல்நலம் குன்றி அதிக நோய்க்கு ஆளாகின்றனர். இதனால் எதற்கெடுத்தாலும் மருந்து, ஊசி, மாத்திரை என்று தன் உடலை கெடுத்துக் கொள்கிறார்கள். எனவே முடிந்த அளவு வீட்டு வேலைகளை தானே செய்து கொண்டு சிறு சிறு உடற்பயிற்சிகளின் மூலம் நோயின்றி ஆரோகியமாக உயிர் வாழ முடியும்

மருந்தில்லா மருத்துவ முறைகள்

- ❖ அதிகாலை துயிலெழுதல் வேண்டும்
- ❖ காலையில் எழுந்தவுடன் மலம், ஜலம் கழிக்க வேண்டும்
- ❖ உடற்பயிற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்
- ❖ நன்றாக உடற்பயிற்சி செய்ய வேண்டும்
- ❖ எண்ணெய் தேய்த்து குளிக்க வேண்டும்
- ❖ சுத்தமான காற்றை சுவாசிக்க வேண்டும்
- ❖ பசிக்கும் முன் உணவு உண்ணக்கூடாது
- ❖ அதிக அளவு கோபப்படவோ, கவலைப்படவோ கூடாது
- ❖ வாழ்க்கையில் நடப்பது நன்மையோ, தீமையோ எது நடந்தாலும்அதிக மகிழ்ச்சியோ, கவலையோ கொள்ளக்கூடாது.
- ❖ பொறுமை, உண்மை, அறிவு, தெய்வபக்தி, அமைதி, அடக்கம் இவை அனைத்தும் மனிதனின் ஆயுளை பண்புகளாகும்.

இவற்றையெல்லாம் கடைபிடித்து வாழ்வது நமது கடமையாகும்.

நாட்டுப்புற மருத்துவத்தில் நம்பிக்கைகள்:

நாட்டுப்புற மக்கள் மருத்துவரை விட இறைவனை அதிகமாக நம்புகின்றனர். பண்டை காலத்தில் இருந்தே இந்திய மருத்துவ முறைகளில் நம்பிக்கை மருத்துவம் இடம் பெற்று வருகின்றது. நோய்களைத் தீர்ப்பதற்குப் பெரும்பாலும் மந்திர வழிபாடுகளும், தாயத்துகளும் பயன்படுகின்றன. ஈராயிரம் ஆண்டுகட்கு முற்பட்ட இலக்கண நூலாகிய தொல்காப்பியத்தில் வெறியாட்டு, ஓரைபார்த்தல் போன்ற நம்பிக்கைகளைப் பற்றிய குறிப்புகள் கூறப்பட்டுள்ளன.

நாட்டு மருத்துவத்தில் கிராமத்தில் வாழுகின்ற மக்கள் அதிக நம்பிக்கை உடையவர்களாக காணப்படுகிறார்கள். கண்ணேறு கழித்தல், சீர் பார்த்தல், கொதிக்குட் பார்த்தல் குடலேற்றம் தட்டுதல், வர்மப்பிடி தடவுதல் போன்றவை கிராமப்புற மக்களின் நம்பிக்கையாக உள்ளது.

முடிவுரை

பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பே பழங்குடி வாழ்க்கை வாழ்ந்த மனிதன் நோயினால் துன்புற்றபோது தாம் வாழும் வாழ்க்கைச் சூழலில் கிடைக்கும் தாவரப் பொருள்களைக் கொண்டு தன் நோயைப்போக்கி கொண்டான். தன்னைச்

சுற்றி வாழ்ந்த விலங்குகளிடமிருந்தும், பறவைகளிடமிருந்தும் மூலிகைகள், மருத்துவமுறைகள் ஆகியவற்றை அறிந்துகொண்டான்.

நாட்டுப்புற மருத்துவத்தில் மூலிகையும் மருத்துவரும் பாதி நோயைக் குணப்படுத்தினால் 'நோய் குணமாகி விடும்' என்று நம்பும் நோயாளியின் அம்பிக்கையே மீதி நோயை குணமாக்கி விடுகிறது. இறைவழிபாடு, மந்திரம் ஆகியவை சார்ந்த நம்பிக்கைகள் மருந்தாக அமைந்து மக்களின் நோயை குணமாக்குகிறது. மக்களிடையே நிலவும் நம்பிக்கைகள் வெறும் மூடநம்பிக்கைகளாக மட்டும் இல்லை. பலவித நோய்களை குணப்படுத்தும் அறிவியல் அடிப்படைகளும் அவற்றில் பொதிந்துள்ளன.

ஆங்கில மருத்துவத்தில் ஒவ்வொரு நோய்க்கும் மருத்துவம் பார்க்கும் மருத்துவர்கள் தனியாக இருப்பதைப் போன்று நாட்டுப்புற மருத்துவத்தில் இல்லை. ஆனால் எலும்பு முறிவு, மஞ்சள் காமாலை, சரும வியாதிகள் ஆகியவற்றிற்கு மருத்துவம் பார்க்கும் மருத்துவர்கள் நாட்டுப்புற மருத்துவத்தில் இன்றளவும் சிறப்பு பெற்றவர்களாகவே உள்ளனர்.

அடிக்குறிப்புகள்

1. முனைவர் ந.கடிகாசலம், தமிழும் பிறத் துறைகளும், ப. 110
2. டாக். துர்க்காதாஸ், இரத்தக்கொதிப்புச் சித்த வைத்தியம், ப. 60
3. கலைக்களஞ்சியம், தொகுதி 4, ப. 642
4. கீ.ஆ.பெ. விசுவநாதம், தமிழ் மருந்துகள், ப. 3
5. டாக். அரசு, சித்தர்களும், நோய் தீர்க்கும் சித்த மருத்துவமும், ப.30
6. மு. பசுமலையரசு, செந்தமிழும், சித்த மருத்துவமும், ப. 44
7. டாக்டர். சிற்சபை, சித்த முறையில் நோய் வராது காக்கும் வழி,ப. 371

♦ ♦ ♦