

ஐந்தாம் பருவம் மூலக்கல்பம்

- ஐந்தாம் பருவம் மூலக்கல்பம்

உண்ணாநோன்பு மருத்துவம் மிகப் புராதனமானதோர் இந்தியமுறையாகும். இப்போது மீண்டும் அது ஓர் அறிவியல் அடிப்படையைப் பெற்று ரபிசிய நாட்டிலிருந்து இந்தியா வந்துள்ளது என்று நான் ஒருமுறை இந்தியாவாக்கு வந்திருந்த போது பல இந்திய மருத்துவர்கள் என்னிடம் கபினர்.

உண்ணாநோன்பு மருத்துவம் பல நோய்களாகக் காண மருத்துவமுறையாக நடுங்கு காலத்திற்கு முன்னரே எகிப்து, இந்தியா, கிரேக்கதேசம், ஆகிய நாடுகளில் வழங்கிவந்தது. வரலாற்றிற்கு முற்பட்ட புராதன - மிகப் பழங்காலத்திலேயே மக்கள் இந்த முறையைக் கடைப்பிடித்தனர் என்பதற்கான சான்றுகளும் கிடைத்துள்ளன. விலங்குகளின் உடல்நலம் கெட்டால், உடல் நலம் சீரடையும் வரலாறு, அவை தாமாகவே உணவு ஏற்படுத்தி விடுகின்றன என்பதையும் நாம் அறிவோம்.

ஐந்தாம் பருவம் மூலக்கல்பம் :

இந்தியாவில் ஆயுர்வதே முறைப்படி உண்ணாவிரத சிகிச்சை பழங்காலத்திலிருந்தே இருந்த வரலாறு. உடலிலுள்ள நச்சுப் பொருட்களை மூலத்தில் அகற்றுவதற்கான ஒருவழி முறையே உண்ணாநோன்பு! அதைத் தொடர்ந்து, பின்னர் நோயைத் தீர்க்கப் பல்வற்று மருந்துகள் கொடுக்கப் படுகின்றன. உண்ணாநோன்பு, யோகப் பயிற்சியிலும் ஓர் அம்சமாகும்.

18ம் நூற்றாண்டில் மொஸ்கோ பல்கலைக்கழகப் பேராசிரியர்களான பிவெனியானொவ், ஐஸ்ராஸ்கி ஆகியோர் பல்வற்று வகையான நோய்களைத் தீர்ப்பதில் பட்டினி சிகிச்சையின் பயன்கள் குறித்த பல்வற்று ஆய்வுகளை நடத்தி வற்றிப் பெற்றார். வளர்சிதை மாற்றக் கோளாறுகள் - குறிப்பாக கொழுப்புப் பொருள்களின் வளர்சிதை மாற்றம், பல்வற்று இரத்தவோட்ட மண்டல நோய்கள், நுரையீரல், ஆஸ்துமா, தோல் நோய்கள், ஆகியவற்றை குணப்படுத்துவதில் கட்டப்படுதல் உண்ணாவிரத முறை அளிக்கும் பயன்கள் குறித்து சோவியத் மருத்துவரான, என். நார்ப்கோன் தமது ஆய்வுக்கட்டுரையில் விளக்கமாக எழுதியுள்ளார். முன்சிறுகுடல் வளவை, இரப்பை ஆகியவற்றிலுள்ள புண்களை ஆற்றுவதில் அப்படிப்பட்ட உண்ணாவிரதச் சிகிச்சையின் வற்றிகள் பற்றி ஏ.பாகுலவே என்பவர் ஆய்வுகள் நடத்தி வற்றிகள் கண்டள்ளார்.

Written by
Wednesday, 09 July 2008 12:23 -

தளர்ந்து பசியுணர்வு மறந்துவிடுகிறது. உணவின் மணமோ அதைப் பார்ப்பதோ அவர்களையப் பாதிப்பதில்லை. எனினும் உணவுக் குறைந்த இனிய நினைவுகள் இருக்கத்தான் செய்கின்றன அதிலும் நோயாளி அதற்கைய நினைவுகளிலிருந்து விடுபடாதிருந்தால் அவைமனே மலேவும் அவனைப் பாதிக்கவே செய்யும். மருத்துவரும் உளவியல் சிகிச்சையாளரும் இந்தக் கட்டத்தில் நோயாளிக் கு உதவுகின்றனர்.

000000 000000 000000 000000 தான் மிக்க கடும்மையான அனுபவம் ஏற்படும். அப்பொழுதுதான் உடல் தன்னுள்ளேயுள்ள அற்றல் சமீப்புகளையே உணவாகப் பயன்படுத்தத் தொடங்குகின்றது. இந்த நெருக்கடியான கட்டமும் குறுகிய கால அளவுக்கே நீடிகும். அதன் பின்னர் நோயாளிக் கு அவ்வளவு சிரமம் இருக்காது. அவனது மன உணர்வும் பலமும் அதிகரிக்கும். அவனிடமிருந்து முதன்மையான நோய் குறையைத் தொடங்குகிறது. உடலின் ஆற்றல் சமீப்புகள் அனாதையும் தீர்வு வர இந்நிலை நீடிகும். உடல் புனரமைக்கப்படுகிறது.

000000 000000 00000000000000 00000000 ஒருவர் இந்த நிலையை அடக்கின்றார். இதற்குள்ளாக அந்த நோயாளியின் நாக் கு தயமையடைந்து தோலும் ஒருவித இளஞ் சிவப்பு நிறத்தை அடக்கிறது. வாயிலுள்ள துர்நாற்றம் நீங்கி அவனுக்குக் கோரப் பசி உணர்வு மலேடுகின்றது. இந்தக் கட்டத்தில் தான் அடுத்த மிக முக்கியமான புனரமைப்பு நிகழ்ச்சி தொடங்கப்படுகின்றது.

முதலில் நோயாளிக் கு நீர்த்த பழச்சாறு கொடுக்கப்படுகிறது. பின்னர் பரிப்படியாக நீர்ச் சரேக் காத பழச்சாறும் அதன் பின்னர் கஞ்சி வகைவதைத் தாய் கறிச்சுப்போன்றவை மெல்ல மெல்லக் கொடுக்கப்படுகின்றது.

0000000000 00000000 00000000 00000000 000000000000 00000000 அவனுக்கு வழக்கமான முழு உணவு கொடுக்கப்படுகின்றது.

உண்ணாநோன்பு காலத்தில் ஒரு நோயாளி மொத்தத்தில் சராசரி பதினாந்து முதல் இருபது சதவிகித எடையை இழக்கின்றார். ஆனால் மிகவும் பருமனானவர்கள் எடையைக் குறைப்பிற் காவே இந் தச் சிகிச்சை முறையைக் கடைப்பிடித்தால் இழப்பு அதிகமாக இருக்கும்.

0000000000
இந்த முறையில் ஜந்து உயிரியல் அம்சங்கள் உள்ளன. 00000000 நரம்பு மண்டலத்திற்கும் மடிகைக்கும் தற்காப்பு அடங்கல் என்ற நிலைக்கு முழு ஓய்வு கிடைக்கின்றது. 00000000

000
உடலிலிருந்து நச்சுப்பொருள் நீங்க உடல் தயமையே செய்யப்படுகின்றது.

0000000000
ஒருவிதக் கர்மையான உள் அடங்கல் ஏற்படுவதானது பின்னர் ஏற்படும் புனரமைவுக்குத் துண்டுவதலாக ஆகின்றது.

0000000000
திசுக்கள் தீவிரமாகத் தாமதே புதுப்பிக்கப்படுகின்றன.

0000000000
உடலின் எல்லா உறுப்பும் மண்டலங்களும் குறிப்பாக நாளமில்லாச் சூர்ப்பு மண்டலம்

Written by
Wednesday, 09 July 2008 12:23 -

ஓரு விதத் தகவையு நிலகைக்கு உட்படும் தபு படுகின்றது. பிற எல்லா உறுப்புகளையும்
போன்றே உண்ணாநோன்பு சிகிச்சையின் போது மௌனமும் அதிலுள்ள நச்சுப்
பொருள்களை இழந்து புத்தியுயிர் பெறுகின்றது. மலேமும் அதற்கு கணிசமான அளவு
ஓய்வுமும்
தரப்படுகின்றது. மௌன ஆற்றலின் பெருமளவைப் பயன்படுத்தக் கட்டியது
சுரேமான் மண்டலமயோதலால் உணவின்றி இருக்கும் போது அது நல்ல ஓய்வு பெறுவது
இயல்பே. இதுதான் உளவியல் கோளாறுகள் சீரடவைதன் அடிப்படையிலே இரத்தநாள இறுக்க
நோயாளிகள் நல்ல நினவைற்றலைப் பெறுவதுடன் உணர்ச்சிப் பாதிப்புகளினின்றும்
விடுபடும்படி உணர்ச்சிப் பாதிப்புகளினின்றும்

- பரோசிரியர் யுரி நிக் கோலயவே
நன்றி: நல்வழி

<http://maruththuvam.blogspot.com/search/label/%E0%AE%86%E0%AE%AF%E0%AF%81%E0%AE%B0%E0%AF%8D%E0%AE%B5%E0%AF%87%E0%AE%A4%E0%AE%AE%E0%AF%8D>