SANTHOSSI MEDICAL RESEARCH FOUNDATION & TRUST

Dr.L.Umaa Venkatesh, M.D., (Acu)

Chairman, Chief Doctor, Founder

Specialist in Pulse Balancing

SANTHOSH ACUPUNCTURE HOSPITAL

ఆంధ్రజ్యోతి
నవ్య
కుటుంబ కదంబం
5
16-3-2014
ఆదివారం

రాబోయే తరాలు మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యాలతో ఉండాలంటే 'పల్స్ బాలెన్సింగ్' చేయాల్సిందే అంటున్నారు డాక్టర్ ఉమా వెంకటేష్. ''పంచభూతాలైన గాలి, నీరు, నిప్పు, భూమి, ఆకాశాల్లో తేడా వాటిల్లితే భారీ భూకంపాలు, ఊళ్లు ముంచెత్తే వర్షాలు, చుక్కనీరు లేని పరిస్థితులు, సునామీల వంటి విపత్కర పరిస్థితులు వస్తాయి. అలాగే శరీరంలో కూడా... ఈ పంచభూతాల్లో ఏ ఒక్కటి సరిగా పనిచేయకపోయినా అనారోగ్య సమస్యలు దాడిచేస్తాయి. ఆ పరిస్థితి నివారించేందుకు చేయాల్సిందే పల్స్ బాలెన్సింగ్'' అని చెప్తున్న ఆమె మాటల్లోనే ఆ వివరాలు...

నాడీ వైద్యం

''ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యం చేయడం మొదలుపెట్టిన పన్నెండేళ్ల తరువాత నాకో ఆలోచన వచ్చింది. అదేమిటంటే... వ్యాధి బారిన పడి అప్పటికే నొప్పులతో ఇబ్బంది పడుతూ ఉన్న వ్యక్తికి మరిన్ని సూదులు గుచ్చి నొప్పులు తెప్పించడం ఎందుకని. ఒకే ఒక్క సూదితో వ్యాధుల్ని ఎలా నయం చేయొచ్చనే విషయంపై పరిశోధన చేయడం 2001లో మొదలుపెట్టాను. అలా కనుగొన్నదే 'పల్స్ బాలెన్సింగ్' ప్రక్రియ. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఈ ప్రక్రియను చేస్తున్నదాన్ని నేనొక్కదాన్నే అని గర్వంగా చెప్పగలను. ప్రాచీన కాలంలో చైనాలో ఒకరు చేశారు అంటారు కాని దానికి తగిన ఆధారాలు లేవు.

ఏం చేస్తామంటే...

నాడి పట్టుకుని చూస్తే శరీరంలో ఉన్న ఇబ్బందేమిటో తెలిసిపోతుంది. నాడి చూసేందుకు కూడా ఒక సమయమంటూ ఉంటుంది. ఎప్పుడంటే అప్పుడు కాకుండా ఉదయం తొమ్మిదిగంటలలోపే చూడాలి. ఆ వ్యక్తి అంతకుముందు రోజు రాత్రి ఎనిమిదిగంటల లోపే భోజనం తినేయాలి. ఖాళీకడుపుతో నా దగ్గరకు వచ్చిన వాళ్లకు నాడి పట్టుకుని చూస్తాను. దాని తరువాత ఒకే ఒక్క రాగి సూదితో చేతి లేదా కాలి గోళ్ల చర్మం కింద భాగాన ఉన్న మెరిడియన్స్‌ను ఉత్తేజం చేస్తాను. మెరిడియన్స్ అంటే శక్తి వాహకాలన్నమాట. ఈ చికిత్సను రోజూ తీసుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. వ్యక్తుల్ని బట్టి, సమస్యని బట్టి 15 లేదా నెలరోజులకి ఒకసారి తీసుకోవచ్చు. సూదితో గుచ్చడం వల్ల ఏ మాత్రం నొప్పి ఉండదు. దీనివల్ల నిజంగా ఫలితం ఉంటుందా అని మీకో అనుమానం కలగొచ్చు. ఆ అనుమానం తీరాలంటే మన శరీరంలో పంచభూతాల పాత్ర ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకోవాలి.

ప్రకృతి అర్థమయితే శరీరం అర్థమయినట్టే...

అగ్ని, భూమి, గాలి, నీరు, ఆకాశం పంచభూతాలు. వీటి మీద ప్రకృతి ఆధారపడుతుంది. అలానే మానవ శరీరంలోని భాగాలు కూడా ఆధారపడతాయి. అదెలాగంటే... ప్రపంచ సృష్టి నిప్పు గోళంగా వచ్చి పడింది. ఆ నిప్పుగోళం చల్లారాక బూడిద వచ్చి భూమిగా మారింది. ఆ తరువాత గాలి ఏర్పడింది. ఆ గాలి నల్లటి మేఘాలుగా మారి వర్షం కురిపించింది. వర్షం నుంచి మొక్కలు మొలిచాయి. ఆ మొక్కలు చెట్లయ్యి ఎండిపోయి మళ్లీ మంటగా మారిపోయాయి. ఇదంతా ఒక చక్రంలా ఎలా నడుస్తుందో మనిషి శరీరంలో కూడా ఒక చక్రం నడుస్తుంది. ఈ చక్రం ద్వారా శరీరానికి అందాల్సిన శక్తి సరిగా అందనప్పుడే, అంటే ఒక కారకం (ఎలిమెంట్) మరొక దాన్ని సమతులం చేయనప్పుడే పలు శారీరక, మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. నాడి ద్వారా ఏ కారకం సరిగా పనిచేయడం లేదో తెలిసిపోతుంది. దాన్ని ఉత్తేజం చేయగలిగితే నాణ్యమైన జీవితాన్ని గడపొచ్చు. ఈ చికిత్సను నెలల పిల్లల నుంచి ఆరవైయేళ్లు పైబడిన వాళ్లదాకా ఎవరైనా తీసుకోవచ్చు.

ప్రకృతి ప్రకారం శరీర భాగాలని పరిశీలిస్తే...

అగ్ని: గుండె, పెరికార్డియం, చిన్న పేగులు, నాలుక.

భూమి: ఉదరం (ఇందులో నోరు, పెదవులు, హార్మోన్స్, రక్తం, కణాలు, త్వచాలు వస్తాయి.)

గాలి: ఊపిరితిత్తులు, పెద్దపేగులు (ముక్కు, గోళ్లు, చర్మం కూడా వస్తాయి)

నీరు: మూత్రపిండాలు, మూత్రాశయం (చెవి, ఎముకలు, జుట్టు, ప్రత్యుత్పత్తి వ్యవస్థ, ఇతర అవయవాలు)

ఆకాశం: కాలేయం, గాల్‌బ్లాడర్ (కళ్లు, కండరాలు, నరాలు, ధమనులు, వ్యాధినిరోధక వ్యవస్థలు)

శరీరంలో ఉన్న పంచభూతాలు శక్తి అందిస్తున్నాయా లేదా, ఒక మూలకం లోంచి మరో మూలకానికి శక్తి ప్రసారమవుతున్నదా లేదా, ఒకదాన్నొకటి నాశనం చేయకుండా సమతుల్యం చేస్తున్నాయా లేదా అనేది నాడి పట్టుకుంటే తెలిసిపోతుంది. ఒక్కోసారి ఈ రోజు పుట్టిన బిడ్డలో కూడా శక్తి అందదు. దీనికి కారణం తల్లిదండ్రులు. వాళ్లలోనే శక్తి ప్రసరణ సరిగ్గా జరగనప్పుడు పిల్లలకి ఎక్కడి నుంచి వస్తుంది? అందుకనే నెలల పిల్లలకి కూడా పల్స్ బాలెన్సింగ్ చేస్తే ఆరోగ్యకరమైన ముందు తరాల్ని అందించొచ్చు. నా ప్రధాన లక్ష్యం అదే.

శక్తి నాశనం అయినప్పుడు వచ్చే సమస్యలు....

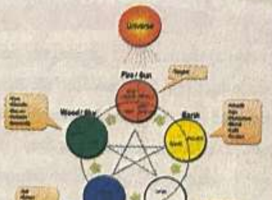
పంచభూతాల్లో ఏ శక్తిని సరిగా తీసుకోలేకపోయినా శరీరంలో దానికి సంబంధించిన అవయవాలు అనారోగ్యం బారిన పడతాయి. ఉదాహరణకి చెక్క శక్తిని తీసుకోలేకపోతే ఆ వ్యక్తి కాలేయం, గాల్‌బ్లాడర్, కండరాలు, ధమనులు, నేత్ర సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయి.

శరీరం ఎనర్జీని సరిగా తీసుకోకపోయినా, ఉత్పన్నమయిన శక్తిని సరిగా వినియోగించుకోకపోయినా, ఒక శక్తిని మరొటి నాశనం చేసినా ప్రమాదమే. మన శరీరంలోకి శక్తి ఆహారం సరిగా ప్రయాణించినంత కాలం ఎటువంటి సమస్యా లేదు. ఈ శక్తి చేతి, కాలి వేళ్ల గోళ్ల చర్మం అడుగున ఉన్న పొర నుంచి ప్రయాణిస్తుంది. దీన్ని మెరిడియన్స్ అంటాం. ఈ మెరిడియన్స్‌ను రాగి సూది ద్వారా ఉత్తేజపరుస్తాం. దానివల్లే ఆయా మూలకాలు ఉత్తేజమయి శరీరంలో శక్తి సరిగా విడుదలవుతుంది. అప్పుడే ఆరోగ్యంగా ఉంటారు'' అని చెప్పారు. తన కుటుంబ సభ్యులకి కూడా ఈ చికిత్స చేయడంలో శిక్షణ ఇచ్చారామె. హైదరాబాద్‌లోనే కాకుండా ముంబయి, చెన్నయ్, మలేషియాలలో కూడా వీళ్లు పల్స్ బాలెన్సింగ్ చికిత్స చేస్తున్నారు.

• కిరణ్మయి

ఫోటోలు: హరి

www.pulsebalancing.com



డాక్టర్ ఎల్ ఉమా వెంకటేష్ శ్రీలంకలోని కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి ఆక్యుపంక్చర్‌లో ఎండి చేశారు. ఆమెకు ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యంలో పద్నాలుగేళ్లు, పల్స్ బాలెన్సింగ్‌లో పన్నెండేళ్లు అనుభవం ఉంది. సంతోషి మెడికల్ రీసెర్చి ఫౌండేషన్‌ను నడుపుతున్నారు. ''మన ఆరోగ్యాన్ని శాసించే పంచభూతాలను సరిగా పనిచేసేలా చేస్తే చాలు కిడ్నీ వ్యాధులు, డయాబెటిస్, గుండె జబ్బులు, వంధ్యత్వం, థైరాయిడ్ వంటి వ్యాధులను అదుపులో ఉంచొచ్చు. అంతెందుకు ఈ పద్ధతిలో మూడేళ్ల తరువాత మీరెలాంటి జబ్బున పడతారో కూడా చెప్పొచ్చు. నాడి పట్టుకుని వ్యక్తుల ఫిట్‌నెస్ స్థాయిని అంచనా వేయొచ్చు'' అంటారు డాక్టర్ ఉమ.

ఈ ట్రీట్‌మెంట్ తీసుకుంటున్న వాళ్లలో కొందరి అభిప్రాయాలు..

తిమ్మిర్లు తగ్గాయి

''నాకు 56 యేళ్లు. పదేళ్లుగా డయాబెటిక్‌కి మందులు వాడుతున్నాను. ఏడు నెలలుగా పల్స్ బాలెన్సింగ్ చికిత్స తీసుకుంటున్నాను. నాడి చూశాక ఒక రాగి సూది గుచ్చుతారు. ఏమాత్రం నొప్పి ఉండదు. ఇంతకుముందు నాకు చేతులు, కాళ్లు విపరీతంగా తిమ్మిర్లు పట్టేవి. అది తగ్గింది. ముఖంలో మెరుపు వచ్చింది. 61కేజీలు ఉండేదాన్ని ఇప్పుడు 57 కేజీలకు వచ్చాను. డయాబెటిక్ మందులు రెండు నెలలు గ్యాప్ ఇచ్చి తీసుకుంటున్నా ఇబ్బంది అనిపించడంలేద''న్నారు లక్ష్మి.

స్కిన్ ఎలర్జీ తగ్గుతోంది

''నా ఐదేళ్ల కూతురు శాన్వికి పల్స్ బాలెన్సింగ్ చేయిస్తున్నాను. నాకు దీని గురించి మా పాప స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ చెప్పారు. నెలలో రెండుసార్లు చేయిస్తున్నాను. మా పాపకి బోర్డర్ లైన్ ఆటిజమ్ ఉంది. ఏడాది నుంచి ట్రీట్‌మెంట్ ఇప్పిస్తున్నాను. తనలో ఎదుగుదల బాగుంది. స్కిన్ అలర్జీ తగ్గుముఖం పట్టింది. దీంతోపాటు మెడిసిన్స్ కూడా వాడుతున్నాను. దీనివల్లే బాగుందా, మందులు పనిచేసాయా అని చెప్పలేను కాని పాప అయితే ఆరోగ్యంగా ఉంది'' అని చెప్పారు పాప తల్లి హారిత.

సమస్యలనేకం సూది ఒక్కటి

''నాకు షుగర్, అధికబరువు, మోకాళ్ల నొప్పులు ఉన్నాయి. మొదట్లో దీని గురించి నా స్నేహితులు చెప్పినప్పుడు నమ్మలేదు. అపనమ్మకంతోనే విజయవాడ నుంచి హైదరాబాద్‌కి ట్రీట్‌మెంట్‌కి వచ్చాను. మేడమ్ నాతో ''మీకే జబ్బులున్నాయో నాకనవసరం, రిపోర్టులు కూడా చూపించక్కర్లేద''ని ట్రీట్‌మెంట్ మొదలుపెట్టారు. రెండు సిట్టింగ్‌ల్లోనే బరువు తగ్గాను. నాలుగు సిట్టింగ్‌ల తరువాత షుగర్‌కి మందులు వాడడం మానేశాను. ఇప్పుడు నాకు 53 యేళ్లు. ఏడాదిగా పల్స్ బాలెన్సింగ్ చేయించుకుంటున్నాను. ఇప్పుడు నెలకోసారి వస్తున్నాను'' అని చెప్పారు గణపతి.

లెర్నింగ్ ప్రాబ్లమ్స్ కోసం...

''మా పదమూడేళ్ల అబ్బాయికి లెర్నింగ్ ప్రాబ్లమ్ ఉంది. మా బాబుకి గతేడాది జులై నుంచి ట్రీట్‌మెంట్ ఇప్పిస్తున్నాను. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరిగాయి. మా ఆయన ముఖం మీద నల్ల మచ్చలు వచ్చాయి. అవి చూసి కిడ్నీ సమస్యలుంటే ముఖం మీద మచ్చలు వస్తాయని చెప్పారు డాక్టరు గారు. చికిత్స మొదలుపెట్టిన రెండో సిట్టింగ్‌కే నలుపు తగ్గిపోయింది. వాళ్లిద్దరినీ చూసి నేను కూడా మొదలుపెట్టాను. నాకున్న సైనస్ సమస్య ఒక్క సిట్టింగ్‌తోనే తగ్గిపోయింది. ఇప్పుడిక మా ఎనిమిదేళ్ల చిన్న బాబుని కూడా తీసుకెళ్లాలి'' అన్నారు వనజాక్షి.

ఎన్నికల పేజీలు కారణంగా ఆదివారం వెలువడే 'డైలాగ్ గురూస్' శీర్షికను ఇవ్వలేకపోతున్నాం. - ఎడిటర్

உடலே உனக்குள் இத்தனையா?

6 இயற்கையை நோக்கி மீண்டும்...

டாக்டர் உமா, அஃகுபங்சர் நிபுணர்களில் தமிழ்நாட்டின் ஒரு முன்னணி மருத்துவர். நீரிழிவு, தைராய்ட் சிகிச்சைக்கு இந்தியா முழுவதும் அறியப்பெற்றவர்.

'இயற்கையை நோக்கி மீண்டும்...' தலைப்பில் இவரின் கருத்து, பார்வை என்ன?

டாக்டர் உமாவிடம் அக்குபங்சர் சிகிச்சை பெறுகிறார் பிரபல பாடகி ஜானகி

"நம்முடைய எல்லோரின் எதிர்பார்ப்பும், தேவையும், 'சுகமான, நிம்மதியான வாழ்க்கை நிலை' தான். ஆனால் தற்போது உள்ள நிலையோ அதற்கு எதிராக உள்ளது. இதற்குக் காரணம் என்ன?

நமது இயல்பான வாழ்க்கை முறை மாறி, வளர்ச்சி அல்லது உயர்ந்த செயல்கள் என்ற பெயரில் சில தேவையற்ற, வேண்டாத பழக்கங்களை நாம் ஏற்படுத்திக் கொண்டது தான்.

நமக்கு, நமது உடல் மற்றும் மனம் பற்றிய போதிய தெளிவு இல்லாமையும்... அதைப்பற்றிய அறிவும், அதை அறிய ஆவலும் இல்லாததும் நம் பிரச்சினைகளுக்கு முக்கிய காரணமாக இருக்கிறது.

சுகமும், நிம்மதியும், உடலும் மனமும் சார்ந்தது. சுகம் என்பது, உணர்வு சம்பந்தப்பட்டது. அதனால் இது உடலின் நிலைமையைப் பொறுத்தது. நிம்மதி என்பது எண்ணங்கள் தொடர்புடையது. அதனால் இது மன நிலையைப் பொறுத்தது.

உடல் ஆரோக்கியம்... மனதின் சாந்தியையும், தினசரி வாழ்க்கை முறையை நாம் சரியாக அமைத்துக் கொள்வதிலும்தான் உள்ளது.

உடலுக்கு தரமான இரத்தமும், சீரான இரத்த ஓட்டமும் தேவை. அதேபோல் மனதிற்குத் தெளிவான எண்ணமும், அதைக் கையாள சிறந்த உணர்வும் வேண்டும். இப்படி அடிப்படையான அறிவைப் பெற்று, நமக்கு வரும் குறைகளை, இடர்களை, நாமே கண்டுணர்ந்து அவற்றைப் போக்கிக் கொள்ள, நம்மைச் சீராக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதுவே நாம் ஒவ்வொருவரும் அறிய வேண்டிய அறிவாகும்.

தற்போதைய நடைமுறை வாழ்க்கை, நமது உடல் உழைப்பை மிகவும் குறைத்து விட்டது. மனதிற்குள்ளோ ஏகப்பட்ட எண்ணங்களையும், எக்கச்சக்க எதிர்பார்ப்புகளையும் உண்டாக்கிவிட்டது.

இப்படி அதிக ஆசைகளை வளர்த்துக் கொண்டு... உடல் உழைப்பு இல்லாமல் மற்றும் சரியான அணுகுமுறை தெரியாமல், முடிவுறாத செயல்களால், நம்மை நாம் வருத்திக் கொண்டு,

ఒక్క సూదితో... రోగాల నుంచి ఉపశమనం

డాక్టర్ ఉమావెంకటేశ్వర్లు

మానవశరీరం పంచభూతాల నిర్మితం, ఇది అందరూ అంగీకరించే వాస్తవం. అయితే ఈ పంచభూత నిర్మితమైన శరీరం రోగాలమయం కాకుండా ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ప్రకృతిలోని ప్రాణశక్తులు శరీరంలోకి ప్రవహించాలి. ఆ విధంగా ప్రకృతి, ప్రాణశక్తితో మమేకం అయినప్పుడే ఆరోగ్యవంతమైన జీవితం సాధ్యమవుతుంది అంటున్నారు పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ నిపుణురాలు, డాక్టర్ ఎల్. ఉమా వెంకటేశ్వర్లు. తమిళనాడులోని గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అనేక అవగాహన శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్న ఆమె హైదరాబాద్‌లోనూ ప్రతి నెల 23, 24, 25 తేదీల్లో వైద్య సేవలు అందిస్తున్నారు. ఆమెతో ఆంధ్రప్రభ వాయిస్ ప్రత్యేక ఇంటర్వ్యూ..

ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యవిధానంలో కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి మాస్టర్ డిగ్రీ పూర్తిచేసిన ఆమె గత 26సంవత్సరాలుగా ఆక్యుపంచ్చర్ వైద్యవిధానంలో ఎన్నో వ్యాధులను నయం చేస్తూ..రోగులకు స్వస్థత చేకూర్చుతున్నారు.

సహస్ర సంవత్సరాల క్రితం వేదాల్లో ఉన్న వైద్యవిధానాన్ని ఆకళింపు చేసుకుని ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యవిధానం కన్నా మరింత మెరుగైన వైద్యవిధానం పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ ను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారు. కేవలం ఒక్కే ఒక్క ఆక్యుపంక్చర్ నీడిల్ ను ఉపయోగించి అనేక రోగాల నుంచి విముక్తి కల్పించే విధానాన్ని ఉపయోగించి ఆమె అనేక వ్యాధులకు చికిత్స చేస్తున్నారు. చెన్నైలో సంతోషి మెడికల్ రిసెర్చ్ ఫౌండేషన్ స్థాపించి పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్, ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యవిధానంలో ఎందరికో చికిత్సను అందిస్తూ దీర్ఘకాలిక రోగాలను సైతం నయం చేస్తున్నారు. ఆక్యుపంక్చర్ అసోషియేషన్ నుంచి మందులేని వైద్యప్రపంచానికి వెలుగునిచ్చే దీపం, సాధనై చెమ్మల్, జాంబవా అవార్డులను అందుకున్నారు.

మీరు ఎన్ని సంవత్సరాల నుంచి ఆక్యుపంక్చర్ వైద్యాన్ని అందిస్తున్నారు?

గత 26సంవత్సరాల నుంచి ఆక్యుపంక్చర్ విధానంలో వైద్యం అందిస్తున్నాను. కాని ఈ విధానం చాలా వేల సంవత్సరాల నుంచే అందుబాటులో ఉంది. చైనా, జపాన్, తదితర దేశాల్లో చాలా ప్రాచుర్యం పొందింది.

మరి పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ విధానంలో ఎప్పటి నుంచి వైద్యసేవలు అందిస్తున్నారు?

ఆక్యుపంక్చర్ విధానంలో రోగికి త్వరగా స్వస్థత చేకూరుతుంది. అయితే బాధతో వచ్చే రోగికి మరింత బాధ కలిగించేలా చాలా సూదులను శరీరంపై గుచ్చాల్సిన అవసరం వస్తుంది. అప్పుడు ఎంతో బాధ కలిగేది. రోగికి తక్కువ శ్రమను ఇస్తూ ఎక్కువ ఫలితాన్ని ఇచ్చేలా వైద్యం ఉండాలన్న ఆలోచన కలిగింది. చాలా సంవత్సరాల అనుభవం తరువాత ఒక్కే ఒక్క నీడిల్ ద్వారా చికిత్స చేసే పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ విధానాన్ని ఉపయోగించి అనారోగ్యాన్ని తొలగించే ప్రయత్నం చేస్తున్నాను. చాలా మందికి ఈ వైద్యవిధానం వల్ల ఉపశమనం కలుగుతున్నది. పెరాలసిస్ వచ్చి మంచం పై నుంచి లేవలేని అస్సహాయ స్థితిలో ఉన్న రోగులు సైతం చికిత్స తరువాత సొంతంగా తమపనులు తాము చేసుకుంటున్నారు. చాలా మంది త్వరగా తమ అనారోగ్యం నుంచి , దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుంచి బయటపడుతున్నారు.

ఈ వైద్యవిధానంలో చికిత్స ఎలా ఉంటుంది.?

విశ్వంలోని ఏ ప్రాణి అయినా ప్రకృతిలోని పంచభూతాలలోని ప్రాణశక్తిని తీసుకునే జీవిస్తుంది. ప్రకృతికి తొలి ఆధారం నిప్పు..అది చల్లబడే క్రమంలో వచ్చే బూడిద భూమిగా మారింది. భూమిపై గాలి, ఆ గాలి తేమగా మార్పు చెందుతూ నీరు ఏర్పడింది. ఈ నీటి ఆవిరి నుంచి ఆకాశం(దీనిని ఆక్యుపంక్చర్ వైద్య పరిభాషలో ఉడ్‌గా పిలుస్తాం) ఏర్పడింది. విశ్వంలో ఉన్న ఈ పంచభూతాలే ప్రతిప్రాణితోనూ ఉంటాయి. ప్రకృతిలోని ఈ ఐదు శక్తులు ప్రాణి శరీరంలోకి నిరంతరం ప్రవహిస్తూ ఉంటాయి. ఈ నిరంతర ప్రసారమే ప్రాణశక్తిని పెంపొం దిస్తుంది. అయితే కొన్ని అనివార్యకారణాల వల్ల ప్రాణశక్తి ప్రవాహంలో ఏర్పడే అంతరాల వల్ల వివిధ జబ్బులు వస్తాయి. దాదాపుగా 4448 జబ్బులకు ఈవైద్య విధానంలో చికిత్స ఉంది.అనేక శారీరక, మానసిక సమస్యలకు కారణం అవుతాయి.

ఏయే శక్తి లోపిస్తే ప్రాణిలోని ఏయే రోగాలకు కారణం అవుతుంది.?

శరీరంలోని భాగాలు పంచభూతాలతో అనుసంధానమై ఉంటాయి.

నిప్పు - నాలుక, చిన్నపేగు, గుండె, పెరికార్డియం

భూమి- నోరు, పెదవులు, హార్మోన్స్, బ్లడ్, కణాలు, కణజాలాలు, ప్లీహం

గాలి - ముక్కు, గోళ్లు, చర్మం, ఊపిరితిత్తులు, పెద్దపేగు

నీరు - చెవి, ఎముకలు, జుట్టు, ప్రత్యుత్పత్తి అవయవాలు, కిడ్నీ, యూరీనరీ బ్లాడర్

ఉడ్ - కళ్లు, కండరాలు, నాడులు, ధమనులతో పాటు రోగనిరోధక శక్తి అనుసంధానమై ఉంటాయి.

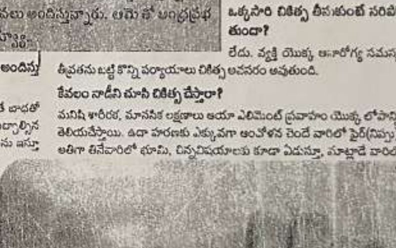
ఈ ఐదు శక్తుల్లో ఏ శక్తి ప్రసారంలో అంతరాయం ఏర్పడితే ఆయా శరీరభాగాల్లో అనారోగ్యం ఏర్పడుతుంది. నాడీని చూసి ఆ మనిషి శరీరంలో ఏ శక్తి ప్రవాహంలో అంతరాయం ఏర్పడుతున్నదో తెలుసుకుని,ఏర్పడిన అంతరాయాన్ని ఆక్యుపంక్చర్ నీడిల్ ద్వారా తొలగిస్తే అనారోగ్య సమస్య తీరిపోతుంది.

ఒక్కసారి చికిత్స తీసుకుంటే సరిపోతుందా?

లేదు. వ్యక్తి యొక్క అనారోగ్య సమస్య తీవ్రతను బట్టి కొన్ని పర్యాయాలు చికిత్స అవసరం అవుతుంది.

కేవలం నాడీని చూసి చికిత్స చేస్తారా?

మనిషి శారీరక, మానసిక లక్షణాలు ఆయా ఎలిమెంట్ ప్రవాహం యొక్క లోపాన్ని తెలియచేస్తాయి. ఉదా హరణకు ఎక్కువగా ఆందోళన చెందే వారిలో ఫైర్(నిప్పు), అతిగా తినేవారిలో భూమి, చిన్నవిషయాలకు కూడా ఏడుస్తూ, మాట్లాడే వారిలో



గాలి, భయస్తుల్లో నీరు, కోపం, నిద్రలేమి సమస్యలు ఉన్నవారిలో ఉడ్ ఎలిమెంట్స్ లోపించినట్లుగా తెలుస్తుంది. వారివారి శారీరక, మానసిక లక్షణాలను బట్టి ఏ ఎలిమెంట్ లోపించిందే తెలుసుకుని, నాడీ పరీక్షద్వారా నిర్ధారించుకుంటాను. ఆ తరువాత చికిత్స చేయడం ద్వారా క్రమంగా రోగ లక్షణాలు తగ్గుతాయి. అనారోగ్య సమస్య తీరిపోతుంది.

మీ చికిత్స తరువాత ఇక ఏ వైద్యం అవసరం లేదంటారా?

పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ ద్వారా శరీరంలోకి పంచభూతాల ప్రవాహానికి ఆటంకం లేకుండా చేస్తాం. అయితే శరీరంలో అప్పటివరకు ఉన్న వ్యాధులు ఉదాహరణకు మధుమేహం, గుండెజబ్బులు, మూత్రపిండాల వ్యాధి ఉంటే మందులు వాడటం అనేది తప్పనిసరి. అయితే ఆ మందుల ప్రభావం ఎక్కువగా ఉండి, త్వరగా ఉపశమనం లభిస్తుంది. చాలా మంది సంవత్సరాల తరబడి మందులు వాడినా శరీరంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడం సాధ్యం కాదు. కాని పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ తరువాత మంచి ఫలితాలు వస్తాయి. చాలా మంది రోగులు తమ అనుభవం తో చెప్పారు.

ఈ వైద్యవిధానాన్ని అభివృద్ధి పరచడంలో మీ లక్ష్యం?

తల్లిదండ్రులు ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే వారికి ఆరోగ్యవంతమైన పిల్లలు జన్మిస్తారు. వేలాది సంవత్సరాల క్రితం ఆహారం తీసుకోకుండా జీవించేవారు. కేవలం ప్రకృతిలోని శక్తులను తీసుకుని ప్రాణశక్తిని పెంపొందించుకోవడం ద్వారానే ఇది సాధ్యం అయ్యింది. కాని ఇప్పుడు మారిన జీవనవిధానం, జిహ్వచాపల్యం కోసం అనేక రకాల ఆహారపదార్థాలను తీసుకుంటున్నాం. ఈ కారణంగా ప్రస్తుతం మనుషులంతా అనారోగాలను కొనితెచ్చుకుంటున్నారు. ఈ జనరేషన్ ఇలాగే కొనసాగితే రేపటి తరం ఎలా ఉంటుంది. పుట్టుకతోనే రోగాలు..ఆసుపత్రుల చుట్టూ పరుగులు.. ఊహించడమే ఆవేదనకరంగా ఉంది. రేపటి తరం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఈ తరం యువతరం శారీరక, మానసికారోగ్యంతో ఉండాలి. ఈ లక్ష్యంతోనే వేదాల్లోని పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్‌ను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చాను.

మీరు ఎవ్వరి వద్ద నేర్చుకున్నారు? ఎవ్వరికైనా శిక్షణ ఇస్తున్నారా?

కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయంలో ఆక్యుపంక్చర్ నేర్చుకున్నప్పుడే ప్రొఫెసర్ల ద్వారా తెలుసుకున్నాను. మరింత మెరుగైన విధానం కోసం అనేక పుస్తకాలను అధ్యాయనం చేశాను. అనుభవం ద్వారానే పల్స్ బ్యాలెన్సింగ్ అనేది సాధ్యం అవుతుంది. ఈ విద్య నేర్చుకోవలన్న కృషి, నేర్పు కావాలి.

నేటి తల్లిదండ్రులకు, యువతకు మీరిచ్చే సలహా?

ప్రకృతి మనకు ఇచ్చిన ప్రాణశక్తిని కాపాడుకోవాలి. నియమిత ఆహారం తీసుకుంటూ వ్యసనాలకు దూరంగా ఉంటూ ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా కాపాడుకున్నప్పుడే భవిష్యత్ తరాలు ఆరోగ్యంగా ఉండి, దేశ ప్రగతికి దోహద పడుతారు.

- వి.యశోద

12 20

expresso

SIGNS OF GOOD HEALTH

A MAN'S HEALTH CAN BE JUDGED BY WHICH HE TAKES TWO AT A TIME - PILLS OR STAIRS

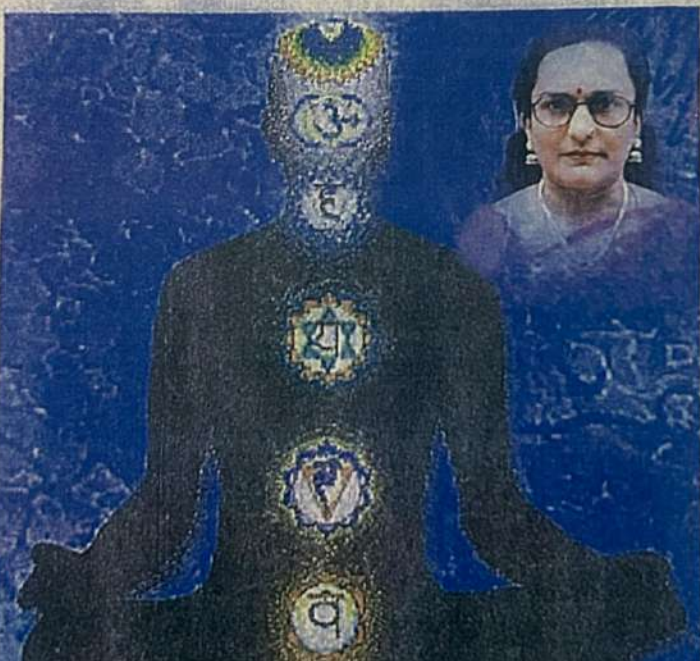
—JOAN WELSH

TRUE
TRUE EN
OF THE I
BODY; TI

fitness

Our ancestors lived with nature, while we in the name of advancement have changed our lifestyle, which has resulted in unwanted practices leading to various health problems

Health: A balance of energy



WHAT ever be the amount of exercise we do or the diet maintained, it's important to have our energies in balance and stay connected with the cosmic energy throughout the day, says Dr L Uma Venkatesh, renowned acupuncture specialist.

"Our ancestors lived with nature, while we in the name of advancement have changed our lifestyle which has resulted in unwanted practices leading to various health problems," she says.

Practising something called the classical single needle acupuncture, she says that our physical body is made up of five elements - earth, water, air, fire and space. Any imbalance in these energies leads to malfunctioning of some parts of the body, leading to diseases.

A workshop she conducted in her clinic in T. Nagar threw some light on how the cosmic energy is connected with different parts of the body. "All the energy that is needed for our health, wealth and success in life is derived from the microcosm of the universe to the microcosm of this body," she says. This applies to both living and non living things.

The fire energy has a direct impact on the heart, pericardium, small intestine and body temperature maintenance. The earth energy is connected with the proper functioning of the spleen and stomach. The air energy has a link with the lungs and large intestine, water energy with the kidney and the urinary bladder and the sky or wood energy as Chinese acupuncture calls it is connected with the gall bladder and liver.

In this manner, the nose has a relation to the air, eyes to space, ears to water, mouth to the earth and body heat to the fire. Water controls the skeletal system, space – the muscles, arteries and veins, air – skin, spleen and blood – earth.

Throughout the day the corresponding cosmic energy forces are shining on us and the respective part of the body is receiving it, she says. From 3 am to 5 am it is the turn for the lungs. While this is the ideal time to do Pranayama, people who suffer from asthma and wheezing are affected the most during this time as the body is unable to face the intake of pure energy at this time.

From 5 am to 7 am it is the turn for the large intestine to receive its quota and from a human perspective, this is the time to clear the bowels too. Between 7 am and 9 am the stomach receives energy and this is the ideal time to feed a breakfast of cucumber, butter milk and two boiled eggs. Not taking anything is like allowing the mixer to spin with no ingredients in it.

From 9 am to 11 am the spleen is at its peak, storing excess energy from the food. It is advisable not to eat at this time as the work of the spleen will get disturbed. From 11 am to 1 pm it is the time for the heart and from 1 pm to 3 pm the small intestine is at work. At 3 pm to 5 pm the urinary bladder begins its peak performance and 5 pm to 7 pm it is the kidneys, 7 pm to 9 pm the pericardium, 9 pm to 11 pm the body temperature 11 pm to 1 am is gall bladder time and 1 am to 3 am is the liver.

—Swahilya

Dr. L. Umaa Venkatesh

Doctor L. Umaa Venkatesh has done her MD in Acupuncture from the University Of Colombo, Sri Lanka, and has over 17 years of experience in clinical acupuncture and 6 years of experience in classical (single needle) acupuncture method which is absolutely pain free.

She runs a research foundation through her Santoshi Acupuncture hospital. She dedicated her life in doing research to find out a solution for health problems. Many questions arised to her such as what is the root cause of disease and why there is no permanent cure for diseases? Can't one remain healthy throughout his life? She studied many things and nature is one of them. Gradually she started understanding the nature and found out there is a relationship between nature and human body. She understood that human body is also made up of five elements just like nature. Our Siddhars have talked about this in detail in the past and this formed as a basis for her research. She then realized the root cause of a disease is due to the imbalance in the five elements in the human body.

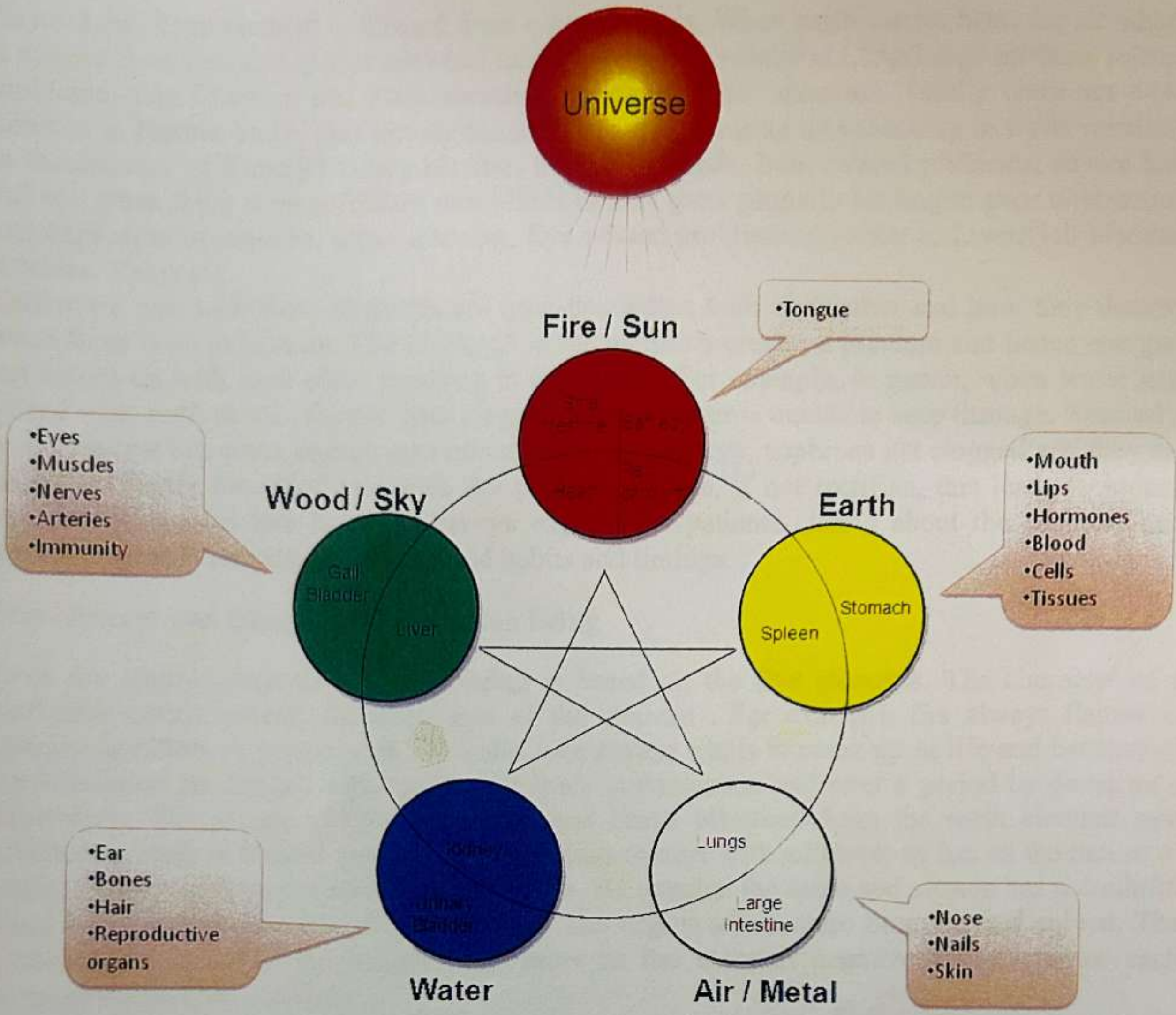
She implements an advanced technique of Acupuncture known as '*Pulse Balancing*'. Herein, the five elements are balanced for one to remain healthy.

Her track record includes curing a wide variety of incurable diseases such as kidney dysfunction, diabetes, heart disorders etc. While modern day science is unable to fathom some medical mysteries, she is able to identify diseases that a patient may probably be a victim of even 3 years later. A clear study of a patients '*naadi*' gives her insight into the fitness level of the person. She even treats infants less than 6-10 months old in her effortless easygoing attitude. The doctor has been extremely successful in curing hereditary diseases too. In addition she has achieved 100 percent cure for all chronic diseases.

Through her recent research breakthrough in pulse balancing she has proved that one can achieve health, wealth and success through this holistic treatment method.

She has received the 'Marundilla Maruthuva Ulagin Oli Vilakku 2003' award from the *Acupuncture Association*, 'Saadhanai Chemmal' award for her contribution to service by conducting more than 100 rural camps every year from *Maha Fine Arts*, and also the 'Jambhavan' award from *Press and Media Chennai* towards her contribution to the field of medicine.

She has written many articles in Newspapers, weekly magazines. She has appeared in TV programs. Now she wanted to spread this awareness across the society to create a disease free life for all human beings and does it through the trust.



Each Organ in the Human body is made up of a specific element. The element receives the corresponding energy from the Universe and energizes its organ. The Energy travels through a specific path called meridian which lies under the skin. Numerous meridians run throughout the body from head to toe. Mostly nail corners would be either the receiving or ending point of these meridians. There is a specific timing during which each organ receives energy from the Universe. For example Lungs receive during the morning hours 3 to 5 a.m. When all these five energies are balanced, the organs get rejuvenated and one remains healthy. Problem occurs when there is a blockage in the meridian path leading to imbalance in the energies and results in the formation of diseases. The imbalance can either be in the co-cycle or destructive cycle

Formation of diseases:-

Let's see co-cycle in detail. In co-cycle diseases are formed when there is a problem in the formation of the elements. Take earth as an example. For the formation of earth, fire has to completely cool. If the cooling process is incomplete then earth carries the heat in it. It results in either of the following

Burning sensation in stomach, Heamoglobin produced by the spleen gets destroyed immediately and gets accumulated in any part of the body or, improper cell growth or tissue growth or

Thyroid etc. Each element is formed from other element. When earth carries heat, the air which is formed from this also carries heat and tends to be hot. It results in Lung/Large intestine related problems, skin irritation etc. Each element can cause "888" diseases. Totally there are 4448 diseases in Human body. This hot air cannot bring rain, creating an imbalance in water resulting in the disorder of Kidney/Urinary bladder, irregular periods, bone related problems, severe hair fall etc. when there is no sufficient rain plants cannot grow properly leading to poor contraction and expansion of muscles, nerve disorder, Eye related problems, disorder in Liver/Gall bladder, Arteries, Veins etc

Earlier we saw how these elements are inter-dependant with each other and how they destroy when there is an imbalance. The blockage in the meridian creates a pressure and hence energies get mixed up with each other resulting in imbalance. For example, in nature, when water gets mixed with earth or soil, the soil gets clogged and the water is unable to seep through. Similarly, in our body when water energy gets mixed with earth energy, nephrons get clogged and they are unable to purify the blood and with the passage of time, if not rectified, this leads to kidney dysfunction. In the two hour session we explain the patients clearly about the co-cycle and destructive cycle and also about the food habits and timings.

Five element and Character of a Human being

Even the characteristic of a human being is based on the five elements. The character of a particular person reveals the imbalance of the element . For example, fire always flames in upward direction. A person with fire imbalance always wants to come up in life and because of the imbalance he doesn't achieve it so. It leads to frustration and over a period he develops a depression. The organs affected are Heart and Small intestine. Soon the earth element gets affected as earth is formed from fire. He becomes content with whatever he has as the nature of earth is content. He never takes any risk in life. He remains the same and always has a doubtful mind whether he will succeed in life or not. The organs affected are Stomach and spleen. The cycle continues, when the imbalance is more he has more of negative qualities since each element has its own qualities.

Methodology of Treatment

Only a mother can take care of a child. Universe is our mother (Macrocosm) and we are her children (Microcosm). The diseases can be cured only through universal energy. We ask the patients to come on an empty stomach. The pulse is checked and based on that a single needle is pierced at the corresponding point. The needle transmits energy. It removes the blockage and allows the energy to flow freely. The organ gets rejuvenated. A single needle is used even if the patients have more than one disease and the diseases are cured simultaneously. There are no side effects in this treatment. Even a patient who is undergoing other treatment can clear his blockages without stopping his medicines as it would fasten the process of recovering from the ailment. The vital path to the organ is cleared for the flow of energy and at a stage all these five energies are balanced and he stays healthy. The Benefits are

- Prevention of diseases and increase immunity power
- Identification of diseases in advance
- Cure of hereditary diseases
- Stress relief

Health-a back seat or a primary focus?

(a classical single needle treatment through pulse balancing)

She welcomes the patients who walk into her clinic with a warm smile. While the patients complain about the diseases they have, she checks the pulse "naadi" and pierces a single needle. After two or three sittings there is a change in their system and a few say they have come out of the illness. The patients repeatedly ask her if it is Acupuncture and she nods her head. She asks them to come for a two hour session in which she explains clearly about the Human body and the root cause of diseases. Here she talks.....

Universal Energy has **"Pancha Boodham"** and basis of all creations, living and non living including Human body is made up of five elements (Fire, Earth, Air, Water and Wood). Our Siddhars have already talked about this **"Andathil Ulladhey Pindathil Ulladhu".** Our Health mainly lies in balancing these five elements.

A detailed study about the five elements will give an insight about Human body and diseases. It's interesting to know about the sequence of formation of the five elements and it is known as **"Universal Co-cycle".**

- Earth came as a fire ball from the Universe. The first element formed was **"Fire"**
- This Fire completely cooled and **"Earth"** was formed
- The sand particles in the earth got mixed up with each other and **"Air"** was formed
- This air went up as dark clouds and came down as rain and thus **"Water"** was formed
- When water fell on earth, plants started to grow and **"Wood"** was formed

Similarly each element is inter-dependant with each other. For example earth requires water. Without water the earth dries up and at the same time too much of water will erode the soil away. Plants do not grow in either of these conditions. Fire requires Air. Either the absence of air or too much of air does not allow the fire to exist. So whenever there is an imbalance in these elements they destroy each other and this is known as **"Universal Destructive cycle"**

Below is the classification of Human body based on five elements. Nature and Human body has a similar process

உமா

> இயற்கையும்.. அதைப் புரிந்து அவற்றோடு இணைந்து வாழ்ந்த நம் மூதாதையர்களும்.. நமக்கு அளித்த கொடையே இந்த வழிமுறை!

உயிர்சக்தி எந்த அளவில் இருக்கிறது? அதை அப்படியே விட்டு விட்டால் என்னென்ன ஆபத்துக்கள் வரலாம்? என ரிப்போர்ட் தந்து விடுகிறது.

இந்த ரிப்போர்ட்டைப் பார்த்து பயப்படத் தேவையில்லை! அதே சமயத்தில் இதை உதாசீனப்படுத்தவும் கூடாது. மழை வரும்போல இருந்தால் குடை எடுத்துக் கொண்டு போவது மாதிரி... இதைக் கண்டு முன்னெச்சரிக்கையுடன் செயல்பட்டால் போதும்.

அதாவது-

கவனிக்கப்பட வேண்டிய பகுதி எதுவோ அந்தப் பகுதியை... அக்கறை எடுத்துக் கொண்டு சீர் செய்தால்... அதாவது அஃகுபங்சர் முறையில் 'நீடிலிங்' செய்தால் பிரச்சினை சரியாகும் அல்லது குறையும்.

இதில் தீராத பிரச்சினைகளே இல்லை! சர்க்கரை வியாதியா? சட்டென்று ஓடும்! தைராய்டு பிராப்ளமா? காணாமல் போகும்! மருந்தின்றி, பக்க விளைவுகள் இன்றி பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் மனிதனின் ஆதி முறை இது.

பலர், "அய்யய்யோ! நம் உடலில் ஊசிகளைக் குத்திக் கொள்வதா, நான் மாட்டேன் சாமி!"- என அலறுகிறார்கள்.

அனுபவம் வாய்ந்த முறைகளில், முக்கிய மூன்று புள்ளிகளில்... மெல்லிய ஊசிகளை, சில சமயம் ஒரே ஒரு புள்ளியில் ஒரே ஒரு ஊசியை மட்டும் வலியில்லாமல் போட்டுக் கொண்டு சில நிமிட சிகிச்சை எடுப்பதால்.... நம் எந்த உபாதைகளும் காணாமல் போகும்' என்று புரிந்து கொண்டால்.... இந்த பயம் எத்தனை அர்த்தமற்றது என்பதை உணர முடியும்!

இவ்வளவு ஏன்?

நடிகர் கமல் ஹாசன், சிறுநீரகத்தில் கற்கள் வந்து அவஸ்தைப்படுகிறாரே? அஃகுபங்சர் முறையில் மருந்து, அறுவை சிகிச்சை அல்லது அல்ட்ரா சவுண்ட் போன்ற சிரமங்கள் இன்றி... ஒருவார கால சிம்பிள் சிகிச்சையில்... கற்களா? போயே போச்சே!'' செய்திருக்கலாம் என்று தெரிவித்து, நம்மை ஆச்சரியத்தில் ஆழ்த்தி முடித்தார் டாக்டர் உமா.

அடுத்த வாரம் சந்திக்கும் முன் ஒரு சிறு தகவல், முக்கிய தகவல்: சாப்பாட்டில், முள்ளங்கியையும், பாலையும் அல்லது முள்ளங்கியையும் மீனையும் அடுத்தடுத்தோ, அல்லது ஒரு சேரவோ சாப்பிட்டு வந்தால்... அது 'லுகோடர்மா' ரீதி வெள்ளைப் புள்ளிகளை உங்கள் தோலில் ஏற்படுத்திவிடும், எச்சரிக்கை!

(தொடரும்)

-எஸ்.

ஒரே ஊசி... நிமிடம்...

தீராத நோயும் காணாமல்போகும்

மனித குலம் தோன்றிய நாள் முதல் இன்றுவரை அறிவியல் முன்னேற்றங்கள் பல மாறுதல்களை மனிதகுலமே வியக்கும் வகையில் ஏற்படுத்திக் கொண்டே இருக்கிறது.

அதிவேக அறிவியல் வளர்ச்சி ஒரு புறம் இருந்தாலும், மனிதகுலத்தை தாக்கும் நோய்களும் மிகுதியாகிக் கொண்டே செல்கிறது. மருத்துவத் துறையில் ஏற்பட்டிருக்கும் இதற்கான ஆராய்ச்சி போராட்டங்கள் சொல்லி மாளாது!

அறிவியல் வளர்ச்சியில் மனிதர்களை தாக்கும் நோய்களுக்கெதிரான தடுப்பு முறைகள் பல இருந்தாலும், இந்தியாவில் பிறந்து சீனாவில் காலூன்றிய விஷயங்களில் பௌத்தமும், அக்குபங்சரும்.

இதில் இயற்கையோடு இணைந்த மாற்று மருத்துவமுறை பற்றிய விழிப்புணர்வை வலியுறுத்தப்படும் இன்றைய சூழலில் மருந்தே இல்லாமல் ஊசியால் வலியின்றி நோய் தீர்க்க முடியும் எனக் கூறும் அக்குபங்சர் மருத்துவர் உமா வெங்கடேஷ் இம் மருத்துவ முறை குறித்து விளக்கம் தருகிறார் நமது வாசகர்களுக்கு:

"ஐந்தாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இந்தியாவில் தோன்றி காலப்போக்கில் சீனாவில் வளர்ந்து மீண்டும் நவீன முறையில் இந்தியாவிற்கே இறக்குமதியாகி இன்றைக்கு இம்மருத்துவம் பரவலாக பிரபலமாகி வருகிறது.

அக்குபங்சர் என்றால் உடல் முழுவதும் ஊசிகள் குத்தி சிகிச்சை அளிப்பது என்ற கருத்தை மாற்றி ஒரே ஊசி, ஒரே நிமிடம் என்ற நடைமுறைக்கு மாற்றப்பட்டு ஆய்வுகள் செய்து இப்போது சந்தோஷி மெடிக்கல் ரிசர்ச் பவுண்டேசன் என்ற பெயரில் மருத்துவம் செய்து வருகிறேன்.

வெளியில் உள்ள பஞ்ச பூதங்களின் கூட்டுப்போலவே மனித உடலிலும் பஞ்சபூதங்கள் ஆட்கொண்டு செயலாற்றி வருகிறது. அதாவது உடலுக்குள்ளும் நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் என உள்ளது.

நிலம் என்பது மண்ணீரல், வயிறு. நீர் என்பது கிட்னி, சிறுநீர்ப்பை. நெருப்பு என்பது இதயம், சிறுகுடல், இதய உறை தேக உஷ்ணகட்டுப்பாடு. காற்று என்பது நுரையீரல், பெருங்குடல். ஆகாயம் என்பது கல்லீரல், பித்தப்பை.

இதை அறிந்துதான் நோய்க்கு தகுந்த முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. இன்றைக்கு மனிதனைத் தாக்கும் நோய்களுக்கு பல பெயர்கள் வைத்து அழகு படுத்தப்பட்டுள்ளது. இந்த நோய்கள் எதனால் வந்தது என்பதை கண்டு சிகிச்சை அளிப்பதே எங்களது தனிச் சிறப்பு. அதாவது நோய்க்கு சிகிச்சை அல்ல, நோய்க்கு காரணமான உறுப்புக்கு மட்டுமே சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

மொத்தம் 4434 நோய்கள் இருப்பதாக அறியப்படுகிறது. இன்றும் புதுப்புது நோய்களும் மனித இனத்தை குறிவைத்து தாக்கத் துவங்குவதை தடுத்தபாடில்லை.

மனித உடலில் மொத்தம் உள்ள பன்னிரண்டு முக்கிய உறுப்புகளில் தான் இத்தனை நோய்கள்.

நோய்கள் உறுப்புகளை தாக்கும் போதுதான் அது வலியாக பிரதிபலிக்கிறது. இதை நாடி துடிப்பைக் கொண்டே கண்டுபிடித்து அதற்கேற்றாற்போல் சிகிச்சை அளித்தாலே நோய் குணமாகும்.

ஒவ்வொரு உறுப்பும் நாடித்துடிப்பை மையப்படுத்தியே செயல்படுவதால் எளிதில் கண்டுபிடித்துவிடலாம். ஒரு உறுப்புக்கு தேவையான சக்தி ஓட்டம் சரியான முறையில் செல்லவில்லை என்றால் அதனால் 370 வகையான பாதிப்புகள் ஏற்படும்.

நாங்கள் கையாளும் மும்முறையால் சர்க்கரை நோய் மட்டுமல்ல, மலட்டுத் தன்மை, தைராய்டு, ரத்தக் கொதிப்பு, சிறு நீரக பாதிப்புகள், ஆஸ்துமா, மஞ்சள் காமாலை, மாதவிடாய் உள்ளிட்ட எந்த நோயாக இருந்தாலும் நோயின் தன்மையை கண்டு அதற்கேற்றாற் போல் வெறும் வயிற்றில் காலையில் இரண்டு நிமிட சிகிச்சைதான். அப்புறம் சொல்லுங்கள் அக்குபங்சர் மருத்துவமுறையின் மகத்துவத்தை" என்று நோயில்லா உலகை உருவாக்குவதோடு, மருந்தில்லா மருத்துவத்தில் மகிமை என்கிறார் புதுப்புது கண்டுபிடிப்புகளை நிகழ்த்த புறப்பட்டிருக்கும் புதுத்தெம்புடன். படங்கள்: மீடியாராமு

ஆரோக்கியத்திற்கு

தினமும் காலை9 மணியிலிருந்து 11 மணி வரை எந்தவித ஆகாரமும் சாப்பிடாமல் இருந்தாலே நோய் நம்மை நாடாது.

காலை உணவை 8 மணிமுதல் 8.30க்குள் சாப்பிட்டு விடவேண்டும்.

உணவை நன்கு மென்று சாப்பிட வேண்டும். அதே போல் சாப்பிடும்முன்பு பத்து நிமிடம் முன்பாக தண்ணீர் அருந் தலாம். அல்லது சாப்பிட்டு முடித்து பத்து நிமிடம் கழித்து தண்ணீர் அருந்துவது உடலுக்கு ஆரோக்கியமானது.

சாப்பிடும்போதோ சாப்பிட்ட உடனேயோ தண்ணீர் அருந்துவதை தவிர்ப்பது நல்லது.

ஆரோக்கியமான மனிதனுக்கு பசியும், தாகமும் ஒரே நேரத்தில் இருக்காது. இவை இரண்டும் ஒரு சேர இருந்தாலே ஏதோ வியாதி இருப்பதாக மருத்துவரை நாடாமலேயே கண்டுபிடித்துவிடலாம்.

சந்தோஷ் மெடிக்கல் ரிசர்ச்
பவுண்டேசன் & ட்ரஸ்ட்,
32/25, தாமோதரன் [illegible]
தி.நகர், சென்னை–27. போன்: [illegible]5495749

டாக்டர் பாத்ரா சென்னையில் 2-வது கிளை திறப்பு

நாட்டின் முன்னணி ஹோமியோபதி மருத்துவ நிறுவனமான டாக்டர் பாத்ராஸ் பாஸிடிவ் ஹெல்த் கிளினிக் லிமிடெட்டின் 22- வது கிளையை சென்னை ஆழ்வார்ப்பேட்டை டி.டி.கே. சாலையில் சென்னை நகரின் இரண்டாவது கிளையாக துவங்கியுள்ளது.

ஹோமியோபதி சிகிச்சை முறை குடிநீர் மூலம் பரவும் காலரா, மஞ்சள் காமாலை, வாயுத் தொல்லையில் ஏற்படும் வயிற்றுப்பிரச்சினை போன்றவற்றை எந்தவித பக்க விளைவுகளும் இல்லாமல் குணப்படுத்துகின்றன.

சென்னை ஆழ்வார்பேட்டை டி.டி.சாலையில் தாக்கப்பட்டுள்ள நகரில் 2-வது கிளையை டாக்டர் ஷாலினி அல்மிடா மேற்பார்வையில் திறமையான டாக்டர்கள் மற்றும் பயிற்சி பெற்ற பணியாளர்களை கொண்டுள்ளது பாத்ரா மருத்துவமனை.

பத்திரிகையாளர்களுக்கு கண் சிகிச்சை முகாம் தேசிய பத்திரிகையாளர்கள் சங்கம் நடத்தியது.

சென்னையில் உள்ள பத்திரிகையாளர்களுக்கு தேசிய பத்திரிகையாளர்கள் சங்கமும், பிரேம் கண் மருத்துவமனையும் இணைந்து கண் சிகிச்சை முகாம் நடத்தியது.

முகாமில் சென்னை மாநகர காவல்துறை ஆணையர் நடராஜன் மற்றும் ஏடிஜிபி நடராஜ் ஆகியோர் கலந்து கொண்டு " இதுவரை பத்திரிகையாளர் சங்கங்கள் பல இருந்தாலும் இப்படியொரு பத்திரிகையாளர் தேவையான விசயங்களை செய்யவில்லை. தேசிய பத்திரிகையாளர்கள் சங்கமும், பிரேம் மருத்துவமனையும் இணைந்து இந்த முகாம் நடத்துவது மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது. பத்திரிகையாளர்களின் நலனை கருத்தில் கொண்டு இப்படி நல்ல காரியங்களை இச்சங்கம் தொடர்ந்து செய்யவேண்டும் என வாழ்த்துகிறோம்" என்று கூறியது தேசிய பத்திரிகையாளர் சங்கத்திற்கு கிடைத்த நற்சான்று.

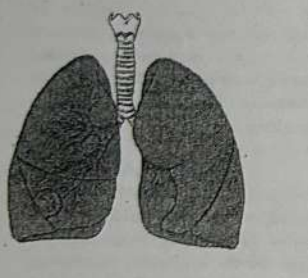
மருத்துவமுகாமில் நூற்றுக்கு மேற்பட்ட பத்திரிகையாளர்கள் கலந்து கொண்டு பயன்பெற்றனர்.

உயிரை உருவாக்கிய உயிர்சக்தி

Dr.L. உமா வெங்கடேஷ் M,D,.(Acu)

அக்குபஞ்சர் 2

"உருவான பொருளை உருவாக்கிய பொருளே குணப்படுத்த வேண்டும்" என்ற மூலக்கருத்தைக் கொண்டே அகுபஞ்சர் முறை கையாளப்படுகிறது என்பதை சென்ற மாத இதழிலேயே பார்த்தோம்.



அகுபஞ்சர் என்பது உதாரணமாக...

ஒரு மோட்டார் சைக்கிளை எடுத்துக் கொள்வோம். தேவை யான உதிரிபாகங்கள் இணைக்கப்பட்டு, தேவையான பெட்ரோல், ஆயில் நிரப்பியாயிற்று. இப்பொழுது வண்டி தானாகப் போகுமா? அதை ஒரு ஆள் இயக்க வேண்டியுள்ளது.

அதே சமயம் மனிதர்களுக்கும் விலங்குகளுக்கும் உட்கொள்வதும், உணவு செரிப்பதும், தூங்குவதும், நடப்பதும் என இந்த இயக்கத்திற்கான சக்தி எங்கிருந்து பெறப்படுகிறது? என்ற கேள்விக்கான பதில் இந்த பிரபஞ்சத்தில் இருந்து தான் என்பது ஊர்ஜிதமான உண்மை.

நமது உடலுக்குத் தேவையான சக்திகள் இயற்கையிலிருந்து நம் உடலுக்குள் ஊடுருவி வெளியேறுவதற்கான விதமாய் அவைகளுக்கென்று ஒதுக்கப்பட்ட சக்தி ஒட்ட பாதையில் சென்று வருகிறது.

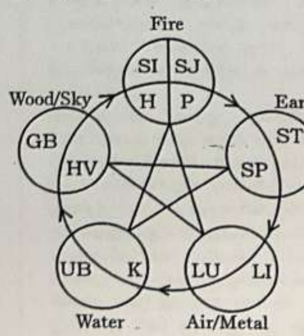
அப்படி நம் உடலுக்குத் தேவையான சக்திகளை உள்ளே வருவதற்குவிடாமல் உடலில் தடை ஏற்படும் போது நாம் நோய் வாய்ப்படுகிறோம். இந்த சக்திகள் முழுமையால் உடலுக்குள் செல்ல முடியாமல் தடுக்கப்படும் போது நாம் மரணமடைகிறோம்.

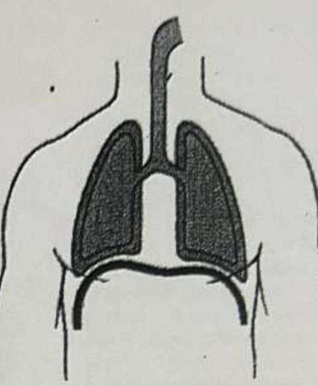
இப்போது இயற்கையாக நம் உடலுக்குத் தேவையான சக்தியை, இயற்கையிலிருந்து வந்து சேரவிடாமல் எந்த உறுப்பு தடைப்பட்டிருக்கிறதோ அல்லது தடைசெய்கிறதோ அல்லது எந்த புள்ளியில் தடைபடுகிறதோ அந்த புள்ளியை கண்டுபிடித்து செயலிழந்த செல்களை செயலுக்குக் கொண்டுவருவதும், ஓரிடத்திற்கு சேர வேண்டிய சக்தி தேவையில்லாமல் மற்றொரு உறுப்பில் போய் சேர்ந்திருப்பதை எங்கு போய் சேர வேண்டுமோ அங்கே அனுப்புவதும், அளவுக்கு அதிகமாக இருக்கின்ற செயலாக்கத்தை தேவையான அளவு செயலாக்கத்திற்குக் கொண்டுவருவதும் அகுபஞ்சர் மருத்துவ முறையாகும்.

உருவான பொருள் மனிதன் உருவாக்கிய பொருள் பிரபஞ்சம். பிரபஞ்சம் பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது. அதேபோல் மனிதனும் பஞ்ச பூதங்களான நீர், நிலம், நெருப்பு, ஆகாயம், காற்று இவற்றின் கூட்டே.

"அண்டத்திலுள்ளதே பிண்டத்திலுள்ளது"

அகுபஞ்சர், சக்தி ஒட்டபாதை (Merdian) என்பது உடலில் உள்ள தோலின் ஒரு குறிப்பிட்ட நேர்கோட்டில் உள்ள வியர்வைத் துவாரங்கள் (அகுபஞ்சர் புள்ளிகள்) மூலமாக ஈர்த்துக் கொள்கிறது.





இயற்கையின் பரிணாம வளர்ச்சியின் இறுதி அத்தியாயத்தில் இயற்கையின் முழுமைபெற்ற மொத்த உருவமாக மனிதன் இருக்கும் ஒரே காரணத்தினால்தான், பஞ்சபூதங்களின் மூலப்பொருட்கள் ஐந்தும் அடங்கப் பெற்றவனாக அமைந்திருக்கிறான்.

சீன சித்தாந்தத்தின்படி பஞ்சபூதங்களின் மூலப்பொருட்கள் நிலம், நீர், காற்று, நெருப்பு, ஆகாயம் அல்லது மரம் என்பன. ஒவ்வொன்றும் உடலில் உள்ள உறுப்புகளுடன் நேரடியாக தொடர்பு கொண்டுள்ளது. ஒவ்வொரு மூலப்பொருளும் எவ்வாறு உருவாகிறது என்பதை பார்த்தால் போதும் ஒரு நோய்க்கு என்ன மூலகாரணம் என்று கண்டுபிடித்துவிட முடியும்.

நெருப்பிலிருந்து நிலம் உருவாகிறது. நெருப்பை ஏன் முதலில் எடுத்துக் கொண்டோமென்றால், இவ்வுலகம் பூமியாக (நிலமாக) மாறுவதற்கு முன்னர் நெருப்புக் கோளமாகவே இருந்தது. பின்னரே படிப்படியாகக் குளிர்ந்து நிலமாக மாறியது.

நெருப்பு————நிலம்

நெருப்பிலிருந்து நிலம் தோன்றியது. எனவே நிலத்தை தோற்றுவித்த நெருப்பே நிலத்தை பாதுகாக்க வேண்டும். நிலத்தின் தாய் நெருப்பு.

இப்பொழுது "ஆஸ்துமா" எனப்படும் நுரையீரல் நோய்க்கான காரணத்தைப் பார்ப்போம்...

நிலம்:

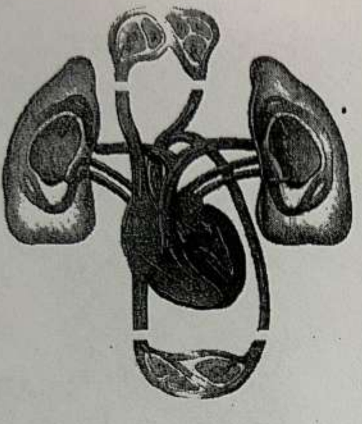
பூமியானது தன்னிடத்தில் உள்ள வாயுக்களை சுற்றுப் புறச்சுழலில் வெளியாக்கி பரப்பிக் கொண்டே இருக்கிறது. நிலம் எனும் மூலப்பொருள். காற்று எனும் இந்த மூலப்பொருளை உருவாக்குகிறது.

நெருப்பு–நிலம்–காற்று.

இப்பொழுது நமக்கு எளிதாக புரியும். நுரையீரல், பெருங்குடல் சம்பந்தப்பட்ட எந்த நோய்க்கும் நுரையீரல் காரணமல்ல. நேரடியான காரணம் நிலமே. நிலம் என்பது மண்ணீரலும், வயிறும் (Spleen and stomach). நிலத்தின் மூலப்பொருளான மண்ணீரல்–தாகத்துடன் சம்பந்தப்பட்டது. தாகம் ஏற்படும்போதும் அதிகமாக தண்ணீர் குடிக்கும்போதும், வெயில் காலங்களில் பெரும்பாலும் • சளி(கபம்), ஜலதோஷம் பிடித்துக் கொள்வதை நாம் அறிந்திருக்கிறோம்.

தாகம் மண்ணீரல் சம்பந்தப்பட்டது. மண்ணீரலின் இயக்கம் பாதிப்புற்ற நிலையில் தான் அருந்தும் நீர் சளியாக நுரையீரலில் தங்குகிறது. எனவே நெஞ்சு சளிக்கு (T.B.Asthma) எதற்குமே நுரையீரல் எந்த விதத்திலும் காரணமல்ல. நுரையீரலை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கும் மண்ணீரலின் திறனின்மையே காரணம்.

நுரையீரலின் திறனை உற்பத்தி செய்ய மண்ணீரலின் கடமையாகும். எனவே (Asthma) ஆஸ்துமாவை குணமாக்க



முதலில் (Spleen) உறுதியாக இருக்க வேண்டும்.

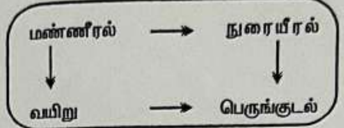
யாருக்கு Spleen and stomach பலவீனமாக உள்ளதோ அவர்களுக்கு மட்டுமே இவை ஏற்படும். நிலம் எனும் நுரையீரல் , மூலப்பொருள் உறுதியாக இயங்கும் நபர்களுக்கு, காற்றெனும் மூலப்பொருள் உறுதியுடன் இயங்குவதால் அவர்களுக்கு (sinus, Asthma) மூச்சிரைச்சல், ஆஸ்துமா போன்ற நோய்கள் அண்டுவதில்லை.

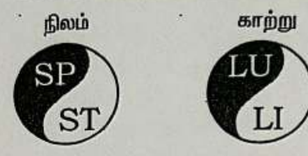
Spleen and Stomach பாதிப்படைந்தவர்களுக்கு தான் சளி, ஆஸ்துமா, மூச்சிரைச்சல், இளப்புவாங்குதல் (Asthma, sinus, veezhing, Alergy) போன்ற நொந்தரவுகள் ஏற்படுகின்றன. ஆக lungs–ல் ஏற்படும் எந்த உபாதைக்கும் lungs–ன் இயக்கக் குறையும் காரணமே. ஆனாலும் அதை பாதுகாக்க வேண்டிய தூய மூலப்பொருளான spleen and stomach மட்டுமே முக்கிய காரணம். தாய் மூலப்பொருள் சீரான இயக்கத்தில் இயங்கும் போது எந்த நோயும் வராது.

இதிலிருந்து நமக்கு Asthma–வை எவ்வளவு சுலபமாகக் குணமாக்க முடியும் என்று புரிகிறதல்லவா?

குழந்தைகள் முதல் பெரியோர்கள் வரை Lungs நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களே இல்லை.

படத்தைப் பாருங்கள்





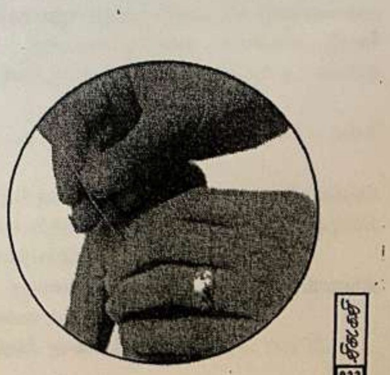
காற்று:

மூலப்பொருளை உருவாக்குவது. தூய மூலப்பொருள் நிலம். நிலம் மூலப்பொருளில் போதிய உயிரோட்டம் இல்லையெனில் அதனால் "காற்று" மூலப்பொருளை உருவாக்க முடியாது. நிலம் மூலப்பொருளான வயிறு, மண்ணீரல் உறுப்புகள் பலவீனமடைந்தால், காற்று மூலப்பொருளான பெருங்குடல், நுரையீரல் பாதிக்கப்படும்.

இந்நிலையில் "காற்று" மூலப்பொருள் தொடர்புடைய உறுப்புகளை எந்த நோயும் தொற்ற வாய்ப்புண்டு. அதே சமயம், காற்று எனும் மூலப்பொருள் பலப்படுத்தப்பட்டால் அதன் சார்புடைய உறுப்புகளின் நோய்களை குணபடுத்துவதும் சாத்தியமில்லை என்பதை பற்றியும் தெளிவடைய வேண்டும். Lungs–ல் தோன்றும் நோய்களுக்கு முக்கியக் காரணம் Spleen and stomach strength இன்றி இருப்பதே. சிலர் குளிர்ந்த நீர், ஐஸ்க்ரீம், குளிர்பானங்கள், திராட்சை போன்றவற்றை உட்கொண்டால் சளிப்பிடிக்கும், இளப்பு (wheezing) வருகிறது என்பார்கள். ஆனால் இவையனைத்தும் எடுத்துக் கொள்ளும் அனைவருக்கும் இந்நிலை ஏற்படுவதில்லை.

இதை குணப்படுத்துவதற்கு இருக்கின்ற அக்குபஞ்சர் முறைகளில் பல ஊசிகளை பயன்படுத்துவதும், ஒரு முறையாக இருந்தது. இந்த முறை நோயாளிகளுக்கு உபாதைகளை ஏற்படுத்துவதோடு பக்க விளைவுகளும் நிறைந்தது. எனவே இம்முறையிலிருந்து சற்று முன்னோடி முறையான ஒற்றை ஊசி முறையில் இதை குணப்படுத்துவது மிக எளிதாகும்.

இதில் நோய் குணப்படுவதோடு மட்டுமல்லாமல் மீண்டும் வராத வண்ணமும் பாதுகாத்துக் கொள்ள முடியும். நாடி பார்த்து எந்த உறுப்பினுடைய திறனின்மை கண்டுபிடிக்கப்படுகிறதோ அந்த பாதையிலிருக்கும் குறிப்பிட்ட புள்ளியை தேர்ந்தெடுக்கும் போது அந்த புள்ளியில் ஒரே ஒரு ஊசியை ஒரே நிமிடம் செலுத்தினாலே நிரந்தர தீர்வும் பலவீனமும் குணப்படும்.



மருத்துவ வாலாற்றில் அக்குபஞ்சர் முறையை பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் உலகளவில் முதன்முறையாக கையாண்டவர் "போகர்" எனும் சித்தர் என்பதை நூற்குறிப்புகள் தெளிவுப்படுத்துகிறது.

இந்த அக்குபஞ்சர் முறை என்பது பிரபஞ்ச சக்தியிலிருந்து (நீர், நிலம், காற்று நெருப்பு, மரம்) உடலுக்கு தேவையான உயிர்சக்திகளின் ஊடுருவலை அந்தந்த உறுப்புகளுக்கு சீராக கிடைக்க செய்வதாகும்.

நெருப்பு– Heart Pericridim

சிறுகுடல், தேக உஷ்ண கட்டுப்பாட்டறை.

நிலம் – Spleen மண்ணீரல், வயிறு

காற்று – நுரையீரல், பெருங்குடல்.

நீர் – சிறுநீரகம், சிறுநீரகப் பை.

மரம் – கல்லீரல், பித்தப்பை.

ஒரு மனிதனின் ஆரோக்கியத்திற்கும் உடல் இயக்கத்திற்கும் தேவையான வெப்பசக்தி, எரிபொருள் அல்லது குளுக்கோஸ் (Glucose) அவரவர் உடலிலேயே உருவாக்கப்படுகிறது.

நாம் குடிக்கக்கூடிய தண்ணீர் முதற்கொண்டு, எரிபொருளாக மாற்றப்படுகிறது. இந்த எரிபொருளிலிருந்து தான் நமது உடல் இயக்கத்திற்கு தேவையான "வெப்பசக்தியை" நாம் கிடைக்கப் பெறுகிறோம்.

இந்த வெப்பசக்தி தான் நம் உடலின் அனைத்து உறுப்புக்களின் இயக்கத்திற்கு தேவைப்படும் "இயக்க சக்தி"யாக மாற்றம் பெறுகிறது.

நமது உடலின் உறுப்புக்கள் ஒவ்வொன்றும் நமக்கு தேவையான வெப்பசக்தியின் அளவை நிர்ணயிக்கின்றன. உள் உறுப்புக்களின் தன்மையையும், அதனதன் வேலையின் இயக்கும் தன்மையையும் பொறுத்து வெப்ப சக்தியானது இயக்க சக்தியாக மாற்றப்படுகிறது.

இயக்க சக்திக்கு மூல காரணம் நாம் உண்ணும் உணவு மற்றும் ஜீரண உறுப்புக்களின் ஜீரணத் திறனை பொறுத்தே அமைகிறது. நாம் உண்ணும் உணவைப் பொறுத்து தான் நம் உணர்வுகள், தோற்றம், செயல்பாடு எல்லாமே அமைகிறது. உணவு தான் நம்மை உருவாக்குகிறது. நாம் எதை சாப்பிடுகிறோம்? என்பதைப் போலவே எந்த அளவு சாப்பிடுகிறோம்? எப்படி சாப்பிடுகிறோம்?எப்பொழுது சாப்பிடுகிறோம்? என்பதை கருத்தில் கொள்வது முக்கியம். உடலிலுள்ள செல்களுக்கு தேவையான சக்தியை உணவு தான் வகைப்படுத்தி தருகிறது. பழைய செல்களுக்கு புத்துயிர் அளிக்கிறது. அவற்றின் தற்காப்பு இயக்கத்திற்கு தளராமல் கை கொடுக்கிறது.

ஒரு உணவிலுள்ள எண்ணற்ற ஊட்டச் சத்துக்களும் உயிர் சத்துக்களும் எந்தவித பாதிப்புக்கும் ஆளாகாமல் உடலின் ஒட்டு மொத்த தன்மைக்கேற்றவாறு நமது ஜீரண உறுப்புக்களால் பிரிக்கப்பட்டு உடலுக்குள் கிரகிக்கப்பட வேண்டும். இவ்வாறு கிரகிக்கப்படும் உயிர் சத்துக்களே உடலின் இயற்கையோடு இசைந்து உடல் உறுப்புக்களுக்கு நன்மையைப் பயக்கும். எவ்விதம் உணவு இயற்கையோடு ஒத்திருக்க வேண்டுமோ? அது போல உணவிலிருந்து சக்தியை கிரகிக்கும் ஜீரண உறுப்புக்களின் திறன் இருக்க வேண்டும். ஜீரண உறுப்புக்களில் ஏதாவது பாதிப்பு ஏற்பட்டால் இயற்கையாக நாம் உண்ணும் உணவைக் கூட ஜீரணிப்பதில்லை. உணவை ஜீரண உறுப்புக்கள் ஜீரணிக்கவில்லையெனில் அவ்வுணவின் சத்துக்கள் உடலானது நிராகரிக்கிறது.

இவ்வாறு நிராகரிக்கப்பட்ட கெட்ட உணவு சத்தானது, உடலிலேயே தங்கி நோயை தோற்றுவிக்கின்றது.

எந்த உணவுப் பொருளும் வாயில் நன்றாக மென்று அரைக்கப்பட வேண்டும். அவ்வாறு அரைக்கப்பட போதுமான உமிழ்நீர் சுரந்தாக வேண்டும். உமிழ் நீரின் அளவும், வீரியமும் உணவுக்கு உணவு மாறுபடும்.

பசியில்லாத போது ருசிக்காக ஆசைப்பட்டு உண்பது, நல்ல நிலையில் இயக்கிவரும் நம் ஜீரண உறுப்புக்களை பாதிக்கும்.

இதில் நாக்கின் பங்கை பற்றிப் பார்ப்போம்...

நாக்கின் அமைப்பு

நாம் உண்ணும் எந்த உணவிலும் அறுசுவையும் அடங்கி உள்ளது.

தாரணமாக திராட்சைப் பழத்தை எடுத்துக் கொண்டோமேயானால் அதில் புளிப்போ அல்லது இனிப்போ மட்டுமே பிரதானமாக இருக்கும். ஆனால் அறுசுவையும் அடங்கப் பெற்றதே. மோரை மெதுவாக நுனி நாக்கின் மீது விட்டு சுவைத்துப் பாருங்கள். நுனி நாக்கில் பட்டவுடன் கசப்பு தெரியும். ஆனால் அதுவும் அறுசுவையும் அடங்கப் பெற்றதாக இருக்கும். நாம் உண்ணும் உணவிலிருந்து சக்திப் பிரிக்கப்படுகிறது. அந்தந்த உறுப்புகளுக்கு தேவையான சக்தி நாம் மென்று மெதுவாக நாக்கின் உமிழ் நீரோடு ஒன்றி சுவைக்கும் போது அறுசுவையும் அதனதன் உறுப்புக்களுக்கு சக்தி அலைகளாக சென்றடைகிறது. உணவை வாயில் போட்டு சுவைக்க ஆரம்பித்ததும், அதன் சுவையை நாம் உணருகிறோம். அந்த சுவையை நாக்கிலேயே நிறுத்தி உமிழ் நீரை அதிகமாக சுரந்து கலக்கும் போது அந்த உணவின் சுவை படிப்படியாக மறைந்து

நாக்கின் அமைப்பு

சுவையே இல்லாமல் வெறும் நீரை போய் ஆகிவிடும். அந்த சுவை அனைத்தும் எப்படி மறைந்தது? அது எங்கு போல் சேர்ந்தது? என்பது நமக்கு தெரியுமா?

நாக்கு உணரும் அந்த சுவை நாக்கிற்கு மட்டுமே சொந்தமானது. அந்த சுவையை நாக்கு மட்டுமே முழுமையாக கிரகிக்கும் சக்தி படைத்தது. இந்த "சுவை சக்தி" தான் உடல் உறுப்புக்கள் அனைத்தையும் பாதுகாக்கக் கூடியதாக உள்ளது.

உணவின் சுவை முதல் தரமாக நாக்கில் உமிழ் நீருடன் ஜீரணம் ஆகும் போது தான் நுரையீரல், இருதயம், வயிறு, மண்ணீரல் போன்ற ஜீரண உறுப்புக்கள் சுறுசுறுப்படைகிறது. தன் இயக்கத் திறனில் மேம்படுகின்றன. நாக்கில் தான் முதல் ஜீரணம் நடைபெற வேண்டும்". **"முதல் கோணல் முற்றிலும் கோணல்"** என்பது போல் நாக்கில் சரியான முறையில் ஜீரணம் நடைபெறவில்லையென்றால் ஜீரண உறுப்புக்களும் நாளடைவில் தத்தம் செயல் திறனை இழக்கும்.

Feb,05

எந்த ஒரு உணவும் வயிற்றுக்குள் சென்றால் அவ்வுணவின் உயிர் சக்தியை கிரகிப்பது மண்ணீரலின் விசேஷ செயல்பாடாகும். மண்ணீரலின் இந்த கிரகிப்பு சக்தியானது எங்கிருந்து கிடைக்கப் பெறுகிறதென்றால் உணவின் சுவை, வாயில் உமிழ் நீருடன் கரையும் போது தான். உணவு உமிழ் நீருடன் கரையத் தொடங்கிய உடனே இந்த சக்தியானது வயிறு, மண்ணீரல், நுரையீரல், இருதயம் ஆகிய 4 உறுப்புக்களின் இயக்கத்திற்கு உடனடியாக சக்தி அளிக்கிறது. இவ்வாறு வாயில் ஜீரணம் நடைபெறவில்லையாயின் அதனை தொடர்ந்து மண்ணீரலில் இயக்க குறைவு ஏற்படுகிறது. அதாவது ஜீரணத் திறன் குறைகிறது.

இதனால் மண்ணீரல் உணவிலிருந்து உயிர்சக்தியை பிரித்தெடுக்காது. இதனால் நமக்கு முறையாகக் கிடைக்க வேண்டிய ஊட்டச்சத்து நமக்கு கிடைக்காது. இவ்வாறு நாம் உண்ணும் உணவு, நாக்கில் முதல் தர ஜீரணம் நடைபெறாததால் அதைத் தொடர்ந்து இயங்கக்கூடிய இயங்கக் குறைவினால் சோர்வு அடையும் போது தான் நீரிழிவு நோய்க்கு ஆட்படுகின்றோம்.

உணவிலிருந்து மண்ணீரல் உயிர்ச்சக்தியை பிரித்தெடுக்கப்படவில்லையாயின் உயிர்சக்தி ஓட்டம், மண்ணீரல் சக்தி நாளத்திலுள் ஊடுருவாமல் மண்ணீரல் சக்தி நாளத்தின் மின்சக்தி கிரகிப்பின் தன்மையைப் பாதிக்கிறது. இந்த நிலை மண்ணீரலையும் பாதிக்கும்.

இவ்வாறாக தொடர்ச்சியாக சக்தி ஓட்டம், சக்தி நாளத்திலும் மண்ணீரலிலும் படிப்படியாகக் குறைந்து மண்ணீரலில் சோர்வை ஏற்படுத்தும். ஜீரணக் குறைவினால் மண்ணீரலில் உருவாகும் இந்த சோர்வு தான் பிற்காலத்தில் "நீரிழிவு நோய்" ஏற்படக் காரணமாக அமைகிறது.

எந்த உணவை உண்கிறோம்? என்பதை விட எவ்வாறு உண்கிறோம்? என்பது தான் முக்கியம். இயற்கை உணவாக இருந்தாலும் கூட அவ்வுணவின் சுவையை நாக்கால் உணர்ந்து கசப்பாயினும் அனுபவித்து, சுவைத்து உமிழ் நீருடன் கலந்த பிறகு தான் உண்ண வேண்டும். காரணம் நீரிழிவு நோய்க்கு காரணமான ஜீரண உறுப்புக்களையே இயக்க வைப்பது நாக்கில் உருவாகும் ஜீரண சக்திதான்.

ஆதலால் நாக்கில் ஏற்படும் முதல் தரமான ஜீரண சக்திக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து உணவை உண்ணுங்கள். நீரிழிவு நோயிலிருந்து மட்டுமல்ல இன்னும் பல அனைத்து நோய்களிலிருந்தும் தப்பிப்பதற்காக.

உண்ணும் உணவிலிருந்து பிரித்தெடுக்கப்படும் சக்தி ஒருபுறமிருக்க மண்ணீரல், நீரிழிவு நோய்க்கு எவ்வாறு காரணமாக அமைகிறது? ஏன் Pancreas இன்சுலினை சுரப்பதில்லை ஆகியவற்றை அடுத்த மாதம் பார்ப்போம்...

THIRUMANGALYAM
HANDICAPPED CHARITABLE TRUST
திருமாங்கல்யம்
உடல் ஊனமுற்றோர் அறக்கட்டளை
நன்கொடைக்கு 80G வரிவிலக்கு உண்டு
No.69, North Usman Road, T. Nagar, Chennai-17.
(Near Vasanth & Co) Ph : 2834 0663
Email : thirumangalyam_Chennai@yahoo.com

டாக்டர் டைம்ஸ்
DOCTOR TIMES

சந்தோஷி அக்குபஞ்சர் மருத்துவமனை
கிளாசிக்கல் (ஒரு ஊசி)
அஃகுபஞ்சர் மருத்துவமுறை
சந்தோஷி மெடிக்கல் ரிசர்ச் பௌண்டேஷன் & டிரஸ்ட்
எண் 36/23A தாமோதரன் தெரு,
தி. நகர், சென்னை – 600 017.
தொலைபேசி எண்: 55495749, 2433 2625.

நோயின்றி வாழ டாக்டர் டைம்ஸ் உங்களை நாடி வருகிறது

மலர் : 2 நலம் 11 அக்டோபர் 4 – 19 , 2005 THE NEIGHBOURHOOD NEWSPAPER & FORTNIGHTLY2 8 பக்கங்கள் விலை ரூ.3

தி.நகர், மேற்கு மாம்பலம், கோடம்பாக்கம், சைதாப்பேட்டை, அடையார், மயிலாப்பூர், அண்ணா நகர், முகப்பேர், கீழ்ப்பாக்கம்

நார்மல் வெயிட்டுக்கு சர்ஜரி அவசியம்

கொழு கொழு என்று அமுல்பேபி மாதிரி இருப் பதை குழந்தை பருவத்தில் மட்டுமே ரசிப்பார்கள். வயது ஆக, ஆக உடல் எடையும் கட்டுப்பாட்டிற் குள் இருக்க வேண்டும். வய துக்கு ஏற்றவாறு எடையும் கூடிக்கொண்டே போனால் அது ஆரோக்கியம் அல்ல.

ரோகத்தின் அறிகுறி என்பதை புரிந்து கொள்ள வேண்டும். 'F' TV யில் வரும் ஒல்லிக்குச்சி, பென்சில், ஊசி போல் இருக்கும் உடலுக்குத்தான் இப்போது மவுசு. ஆண், பெண், யாராக இருந்தா லும் சரி, உடல் பராமரிப்பில் ஆதீத கவனம் செலுத்த வேண் டியது கட்டாயம். எண்ணெய் பண்டங்கள், இனிப்பு வகைகள், பீட்சா உள்ளிட்ட கொழுப்புச்சத்து உணவுகள் மட்டுமின்றி நமது மாறிப்போன வாழ்க்கை முறையும் உடல் பருமனுக்கு தற்போது முக்கிய காரணிகளாக விளங்கு கின்றன.

ஆனால், உணவுக் கட்டுப் பாடு மற்றும் உடற்பயிற்சிகள் மட்டுமே உடல் எடையைக் குறைக்க முடியாது. அறுவை சிகிச்சை மட்டுமே இதற்கான நிரந்தர தீர்வாக இருக்கும் பரு மனை Body Mass Index மூலம் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

எடையை (கிலோவில்) உய ரத்தால் (மீட்டரில்) வகுத்தால் கிடைக்கும் அளவு 25–30 புள்ளி களுக்குள் இருக்க வேண்டும். இதற்குக் கூடுதலாக இருந்தால் அதிக எடை 40க்கு அதிகமாக இருந் தால் அபாயம் என அதா வது ஒபேசிட்டி.

சென்னை ரிஜிட் மருத்துவ மனையின் தலைமை மருத்துவர் டாக்டர் ஜே.எஸ். ராஜ்குமார், உடல் அபாய எடையில் இருக்கும் பருமனைக் குறைக்கும் Vertical Band Gastroplasty, ProRing or Long Roux-en-Y Gastro jejunal anaestomosis போன்ற சிறப்பு அறுவை சிகிச்சை முறைகளை பலருக்கு வெற்றிகரமாகச் செய்து முடித்துள்ளார்.

அபாய எடை உள்ளோ ருக்கு Veritcal Band Gastro-plasty அறுவை சிகிச்சை முறையில் வயிற்றின் சுற்றளவு 50–100 மி.மீ. அளவிற்கு குறைக்கப்படும். வயிற்றைச் சுற்றிப் பொருத்தப்பட்டுள்ள

டாக்டர் ராஜ்குமார்

பட்டை வயிறு மீண்டும் பெருக் காமல் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத் திருக்க உதவும். இதன் நவீன தொழில்நுட்பம் மிகுந்த அறுவை சிகிச்சை இதுவரை மூன்று நபர்களுக்கு வெற்றிகரமாக செய்து முடிக்கப்பட்டது. இதன் பயனாக இவர்கள் படிப்படியாக அடுத்த சில மாதங்களிலேயே 30–40 கிலோ எடை குறைந்து விட்டனர்.

ProRing அறுவை சிகிச்சை யும் மேற்கண்ட முறையிலேயே செய்யப்படுகிறது. முக்கிய வேறு பாடு பட்டைக்குப் பதில் வளை யம் வயிற்சைச் சுற்றி பொருத் தப்படும். இந்த அறுவை சிகிச் சையும் வெற்றிரமாக செய்து முடிக்கப்பட்டுள்ளது.

Long Roux-en-Y Gastroje-junostomy எனப்படும் மற்றொரு அதிநவீன அறுவை சிகிச்சை விரைவாக எடையைக் குறைக் செய்யப்படுகிறது. இதன் மூலம் நாம் உண்ணும் உணவில் உள்ள சத்துக்கள் நேரடியாக சிறுகுட லுக்குச் செல்லும் வகையில் குறுக்குப்பாதை அமைக்கப்படு கிறது. சிறுகுடல் இச்சத்துக்களை உள்ளிழுத்துக் கொள்வது மட்டு மின்றி ஆங்காங்கே கொழுப்பு கள் சேர்வதும் தடுக்கப்படுகிறது. இதன் மூலம் உடல் பருமன் ஏற்படுவதை முற்றிலுமாக நிற்பது மட்டுமின்றி எடையும் விரைவாக குறையத் தொடங்குகிறது. மேற்கூறிய இருவகை அறுவை சிகிச்சையின் மூலம் கிடைக்கும் எடைக் குறைப்பை விட சிகிச் சைக்கு ஆகும் செலவு ரூ. 75,000– ரூ1,00,000 மட் டுமே. ரிஜிட் மருத்துவமனையில் மட்டுமே சென்னை நகரில் வேறு எங்கும் இல்லாத அளவிற்கு குறைந்த செலவில் அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படுகிறது.

பின்விளைவுகள் ஏதுமின்றி 10 நபர்களுக்கு வெற்றிகரமாக இதுபோன்ற அறுவை சிகிச்சை களை ரிஜிட் மருத்துவமனை செய்து முடித்துள்ளது.

அதிக எடை (Mild Obesity)

Abdominoplastry அறுவை சிகிச்சை அபாய எடை இல்லா தோருக்கு ஆனால் அதிக எடை உள்ளோருக்கு நல்ல பயனைத் தரும் தொப்பை பெருத்தவர்கள் இதனை செய்து கொள்ளலாம். இந்த அறுவை சிகிச்சை மூலம் 7–8 கிலோ எடையைக் குறைப் பது மட்டுமின்றி குடலிறக்கம் இருப்போருக்கு அதற்கான பூரண சிகிச்சையும் வழங்கப் படும்.

கடந்த 9 ஆண்டுகளில் இதுவரை 700–800 பேரு இவ் வகை அறுசை சிகிச்சை வெற்றி கரமாக நடத்தி முடிக்கப்பட்டுள் ளது.

Liposuction அறுவை சிகிச்சை மூலம் கைகள், கால்கள், தொடைகள், பின்புறம் சேர்ந்துள்ள கொழுப்புகள், ஆங்காங்கே துளையிட்டு ஊசி மூலம் உறிஞ்சி எடுக்கப்படு கின்றன. இதன் மூலம் 7–8 கிலோ வரை எடை குறையும்.

ஒவ்வொருவரின் உடல் எடை மற்றும் தன்மையைப் பொறுத்தே அவரவருக்குத் தேவையான அறுவை சிகிச்சை முறை பரிந்து ரைக்கப்படும். நோயளி முழுமை யாக பரிசோதிக்கப்பட்ட பின்பே மருத்துவர் அவருக்கு எந்தவித மான சிகிச்சை பலனைத் தரும் என்பதை முடிவு செய்வார். மேலும் விவரங்களுக்கு டாக்டர் கே.எஸ். ராஜ்குமார், ரிஜிட் மருத்துவமனை சென்னை.

மேலும் விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

Dr.J.S.Rajkumar, M.S.,
FICS, Dip., N.B. (Surg) FRCS (Eng). FRCS (Edin), FRCS (Glasgow). FRCS (Ineland,) FIMSA FAIS, FRSM (London) FAGE (Gastro), FAIS, FRSM (Londan) FAGE (Gastro) FACG (USA), FICA (USA)
LIFELINE
Rigid Hospitals Pvt. Ltd.,
47/3 New Avadi Road, Kilpack, Chennai-10.
Ph: 26460771, 26444155, 264447747, 26450225.
Fax: 91-44-26449708.
E.mail: rigid@md2.vsnl.net.in
web: www.rigidhospitals.com

கிளாசிக் அக்குபஞ்சரின் அற்புத சிகிச்சை

நம் அனைவரின் எதிர்ப்பார்ப்பும் தேவையும் சுகமான நோயற்ற நிம்மதியான வாழ்க்கை நிலை தான். ஆனால், நமது தற் போதைய நிலையோ இதற்கு நேர்மாறாக உள்ளது. நம்மில் பல ருக்கு நமது உடல் மற்றும் மனம் பற்றிய போதிய தெளிவோ அல் லது அது குறித்து அறிந்துகொள்ள ஆவலோ இல்லாததும் நமது பிரச்சனை களுக்கு முக்கிய கார ணமாக உள்ளது. பல்வேறு நோய்களி னால் நாம் பாதிப்பிற் குள்ளாகும்போது பக்க விளைவுகள் இல்லா மருந்தில்லா மருத்துவ முறையை பயன் படுத்தி நீக்கிக்கொள் வது சாலச்சிறந்தது.

Dr.L. உமாவெங்கடேஷ்
M.D. (Acu)

இம்மருத்துவமனையில் பயன்படுத்தப்படும் கிளாசிக்கல் முறையின் சிறப்பு:

அஃகுபங்சரில் பல்வேறு மருத்துவ முறைகளில் சிகிச்சை யளிக்கப்படுகிறது. தற்போது பரவலாக நடைமுறையில் இருக் கும் கிளினிக்கல் முறையில் நோய் தீர்க்கப்பட 10 முதல் 30 ஊசிகள் வரை பயன்படுத்தப்படு கிறது. மற்றும் இம்முறை நோயின் அறிகுறிகளுக்கு மட் டுமே சிகிச்சையளிக்கிறது. ஆனால் சந்தோஷி மருத்துவ மனையில் கிளாசிக்கல் எனப் படும் அஃகுபங்சர் முறையில் நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை யளிக்கப்படுகிறது. இம்முறையில் நோயின் அறிகுறிகளுக்கு கார ணமான ஒரே ஒரு ஊசியை பயன்படுத் துவதன் மூலம் நோய் நிரந்தரமாக தீர்க்கப் படுகிறது.

இயற்கை என்பது பஞ்சபூதங்களான நீர், நெருப்பு, நிலம், காற்று, ஆகாயம் ஆகிய ஐந்தின் கூட் டமைப்பேயாகும் எல்லா உயிர்களும், பொருட்களும் இந்த ஐந்தின் சேர்க்கையால் உருவா னதே. இது சரிவிகிதத்தில் இருக்கும் வரை எல்லாம் சரியா கவே இயங்கும். •

மற்றும் சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் மிகவும் குறைந்த நாட்களில் பஞ்ச பூதங்களின் கூட்டமைப்பை உடலில் செலுத்தி ஊசிகள் இல்லாமல் 85% வரை பரிபூரணமாக குணமாக்க முடி யும். இது போன்றுதான்

தொடர்ச்சி –2ம் பக்கம்

Prems Eye Clinic
CENTER OF EXCELLENCE IN QUALITY EYE CARE
24 hrs a day, 365 days in a year
FACILITIES AVAILABLE
• Microincision Sutureless CATARACT Surgery with Foldable, Multifocal & Accommodative Intra Ocular Lenses.
• Refractive Surgery-LASIK Laser/Excimer Laser
• Glaucoma-Laser, Surgery & Digitised work up.
• State-of-the-art GDx VCC Retinal Nerve fiber analyzer for early diagnosis of glaucoma & retinal disorders (first in Tamil Nadu)
• Video Fundus Fluorescein Angiography for Retinal Disorders.
• Laser for Diabetic, Hypertensive Retinopathies.
• Colored Cosmetic Lenses, Toric & Bifocal Contact lenses
• Paediatric Ophthalmology & Squint correction
120A, Bazaar Road, Saidapet, Chennai-600 015.
Phone: 2432 (prem) ; Fax: 91-44-24321615
e.mail: info@premseyeclinic.com.
website: www.premseyeclinic.com
(in English & Tamil)

ஊசி முனை அற்புதம்!

மருந்து மாத்திரை எதுவுமின்றி சிகிச்சை அளிப்பது அக்குபஞ்சர் மருத்துவமுறை. இதில் பலவகை உண்டு. சுஜோக், ஆரிகுலோ, ஸ்கேல்ப், கிளினிகல்-இவ்வயனைத்திலும் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட 30 முதல் 40 வரையிலான ஊசிகள் உடலில் செலுத்தப்படும். கிளாசிக்கல் மருத்துவ முறையில் ஒரே ஒரு ஊசி ஒரு நிமிடம் மட்டுமே செலுத்தி உடனே நீக்கப்படும். Santhosh Medical Research Foundation Trust ஆராய்ச்சிகள் செய்து ஒரே ஒரு ஊசியில் அத்தனை நோய்களையும் குணப்படுத்தும் முறையை வெற்றிகரமாக கண்டு பிடித்து இருக்கிறார்கள்.

அக்குபஞ்சர் சிகிச்சை 5000 ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டது. இப்பிரபஞ்சம் நிலம், நீர், நெருப்பு, விண் (அ) மரம், காற்று என பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது. இதுதான் அக்குபஞ்சர் சிகிச்சையின் அடிப்படை. பஞ்சபூதங்களின் கூட்டே உயிர்கள்-மனிதன் உட்பட! உடல் உறுப்புகளுக்கு தொடர்ந்து சக்தி ஓட்டம் செல்ல வேண்டும். இது என்ன சக்தி? எப்படி உடலுக்குள் செல்லும்? நம் தோல் மூலமாக அந்தந்த பஞ்சபூதத்திலிருந்து சக்தி ஒரு பாதை வழியாக உடலுக்குள் எடுத்துச் செல்லப்படும். இப்பாதை "சக்தி ஓட்டப்பாதை" எனப்படுகிறது. இச்சக்தி ஓட்டப்பாதையில் ஏதேனும் அடைப்பு ஏற்படும் போதே முதலில் நமக்கு தோன்றுவது வலி. அதை நாம் உதாசீனப்படுத்தினால் அது வியாதியாய் விசுவரூப மெடுக்கிறது. சக்தி ஓட்டப்பாதையில் ஏற்படும் அடைப்பை நீக்குவதன் மூலம் அந்த வியாதி களை குணப்படுத்த முடியும். இதற்காகவே கிளினிக்கல் முறையில் பாதையில் எங்கெங்கு அடைப்பு உள்ளதோ அனைத்திற்குமாய் 30 முதல் 40 ஊசிகள் வரை போட்டு சரி செய்வார்கள்.

Santhosh Medical Research Foundation Trust மருத்துவமனையில் உபயோகிப்பது கிளாசிக்கல் முறை. அதாவது ஒரே ஒரு ஊசி போடுவது! இதன் அடிப்படையும் பஞ்ச பூத சங்கதிதான். இப்பொழுது இயற்கையான பஞ்ச பூதங்களில் ஏற்படும் மாறுதல்களைப் பார்த்தோமானால் நீர் நமக்குத் தேவையான ஒன்று. அதுவே அளவுக்கு அதிகமான மழையாக பெய்யும் போது மண் அடித்துச் செல்லப்படுகிறது. அதிக மழையில் இயல்பு நிலை பாதிக்கப் படு கிறது. மண் அடித்துச் செல்லப்பட்டால் செடிகள், மரங்கள் விழுந்து விடுகின்றன. காற்று அதிகம் அடிப்பதாலும் மரங்கள் சாயும். அதே காற்று அதிகமானாலும் நெருப்பு அணைந்துவிடும். எதுவுமே சரி சமமாக இருக்கும் போதே இயல்பு நிலை பாதிக்காமல் நம்மால் வாழமுடியும். இது நிலை பாதிக்காமல் நம்மால் வாழ முடியும். இது நிஜத்தில் சாத்தியமில்லை. நம் உடலில் அவ்வப்போது நோய்கள் தோன்றி மறையும். உடலில் தோன்றும் நோய்களும் நிரந்தரமல்ல. தானாகவே சரியாக கூடியவையே. ஆச்சரியமாக உள்ளதல்லவா? இதுதான் உண்மை. ஒரு வலியோ, நோயோ நீண்ட நாட்களுக்கு அப்படியே இருக்குமானால் இயற்கையான முறையில் எப்படி சரிசெய்வதென்று யோசிக்க வேண்டும். கைகளில் நாடி பார்த்து, இவற்றில் எங்கு அடைப்பு தோன்றியதோ அதன் மூல காரணத்தில் ஒரே ஒரு ஊசி செருகி அந்த அடைப்பை நீக்கும் போது நோயாளி, சர்க்கரை, B.P. மூட்டுவலி, இடுப்பு வலி, வயிற்று வலி, Thyroid என்று எத்தனை நோய்களை கூறினாலும் அனைத்தும் ஒரு சேர குணமாக தனித்தனியாக மருத்துவம் தேவையில்லை. அனைத்து நோய்களுக்கும் ஒரே ஒரு ஊசி போதுமானது.

Santhosh Medical Research Foundation Trust மருத்துவமனையில் பல தீராத நோய்களான சர்க்கரை நோய், B.P., Thyroid, Kidney Stone Liver Problem, தோல் சம்மந்தமான நோய்கள் அனைத்திற்குமே நல்ல முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. ஒரே ஒரு ஊசியில் அற்புதமாக குணமாகும். மேலும் விவரங்கள் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறவர்கள் தங்கள் கேள்விகளை எங்களுக்கு அனுப்பவும். அதற்கான பதில்கள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

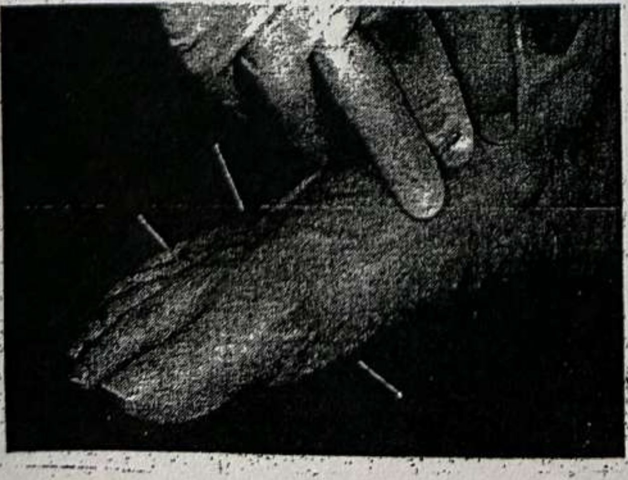
முகவரி : Santhosh Acupunture Hospital,k No. 36/23-A, Damodaran Street, T.Nagar, Chennai-600017. Ph: 55495749

ஊசி முனை அற்புதம்!

மருந்து மாத்திரை எதுவுமின்றி சிகிச்சை அளிப்பது அக்குபஞ்சர் மருத்துவமுறை. இதில் பலவகை உண்டு. சுஜோக், ஆரிகுலோ, ஸ்கேல்ப், கிளினிகல்-இவ்வயனைத்திலும் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட 30 முதல் 40 வரையிலான ஊசிகள் உடலில் செலுத்தப்படும். கிளாசிக்கல் மருத்துவ முறையில் ஒரே ஒரு ஊசி ஒரு நிமிடம் மட்டுமே செலுத்தி உடனே நீக்கப்படும். Santhosh Medical Research Foundation Trust ஆராய்ச்சிகள் செய்து ஒரே ஒரு ஊசியில் அத்தனை நோய்களையும் குணப் படுத்தும் முறையை வெற்றிகரமாக கண்டு பிடித்து இருக்கிறார்கள்.

அக்குபஞ்சர் சிகிச்சை 5000 ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்டது. இப்பிரபஞ்சம் நிலம், நீர், நெருப்பு, விண் (அ) மரம், காற்று என பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது. இதுதான் அக்குபஞ்சர் சிகிச்சையின் அடிப்படை. பஞ்சபூதங்களின் கூட்டே உயிர்கள்-மனிதன் உட்பட! உடல் உறுப்புகளுக்கு தொடர்ந்து சக்தி ஓட்டம் செல்ல வேண்டும். இது என்ன சக்தி? எப்படி உடலுக்குள் செல்லும்? நம் தோல் மூலமாக அந்தந்த பஞ்சபூதத்திலிருந்து சக்தி ஒரு பாதை வழியாக உடலுக்குள் எடுத்துச் செல்லப்படும். இப்பாதை "சக்தி ஓட்டப்பாதை" எனப்படுகிறது. இச்சக்தி ஓட்டப்பாதையில் ஏதேனும் அடைப்பு ஏற்படும் போதே முதலில் நமக்கு தோன்றுவது வலி. அதை நாம் உதாசீனப்படுத்தினால் அது வியாதியாய் விசுவரூப மெடுக்கிறது. சக்தி ஓட்டப்பாதையில் ஏற்படும் அடைப்பை நீக்குவதன் மூலம் அந்த வியாதி களை குணப்படுத்த முடியும். இதற்காகவே கிளினிக்கல் முறையில் பாதையில் எங்கெங்கு அடைப்பு உள்ளதோ அனைத்திற்குமாய் 30 முதல் 40 ஊசிகள் வரை போட்டு சரி செய்வார்கள்.

Santhosh Medical Research Foundation Trust மருத்துவமனையில் உபயோகிப்பது கிளாசிக்கல் முறை. அதாவது ஒரே ஒரு ஊசி போடுவது! இதன் அடிப்படையும் பஞ்ச பூத சங்கதிதான். இப்பொழுது இயற்கையான பஞ்ச பூதங்களில் ஏற்படும் மாறுதல்களைப் பார்த்தோமானால் நீர் நமக்குத் தேவையான ஒன்று. அதுவே அளவுக்கு



அதிகமான மழையாக பெய்யும் போது மண் அடித்துச் செல்லப்படுகிறது. அதிக மழையில் இயல்பு நிலை பாதிக்கப் படு கிறது. மண் அடித்துச் செல்லப்பட்டால் செடிகள், மரங்கள் விழுந்து விடுகின்றன. காற்று அதிகம் அடிப்பதாலும் மரங்கள் சாயும். அதே காற்று அதிகமானாலும் நெருப்பு அணைந்துவிடும். எதுவுமே சரி சமமாக இருக்கும் போதே இயல்பு நிலை பாதிக்காமல் நம்மால் வாழமுடியும். இது நிலை பாதிக்காமல் நம்மால் வாழ முடியும். இது நிஜத்தில் சாத்தியமில்லை. நம் உடலில் அவ்வப்போது நோய்கள் தோன்றி மறையும். உடலில் தோன்றும் நோய்களும் நிரந்தரமல்ல. தானாகவே சரியாக கூடியவையே. ஆச்சரியமாக உள்ளதல்லவா? இதுதான் உண்மை. ஒரு வலியோ, நோயோ நீண்ட நாட்களுக்கு அப்படியே இருக்குமானால் இயற்கையான முறையில் எப்படி சரிசெய்வதென்று யோசிக்க வேண்டும். கைகளில் நாடி பார்த்து, இவற்றில் எங்கு அடைப்பு தோன்றியதோ அதன் மூல காரணத்தில் ஒரே ஒரு ஊசி செருகி அந்த அடைப்பை நீக்கும் போது நோயாளி; சர்க்கரை, B.P. மூட்டுவலி, இடுப்பு வலி, வயிற்று வலி, Thyroid என்று எத்தனை நோய்களை கூறினாலும் அனைத்தும் ஒரு சேர குணமாக தனித்தனியாக மருத்துவம் தேவையில்லை. அனைத்து நோய்களுக்கும் ஒரே ஒரு ஊசி போதுமானது.

Santhosh Medical Research Foundation Trust மருத்துவமனையில் பல தீராத நோய்களான சர்க்கரை நோய், B.P., Thyroid, Kidney Stone Liver Problem, தோல் சம்மந்தமான நோய்கள் அனைத்திற்குமே நல்ல முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. ஒரே ஒரு ஊசியில் அற்புதமாக குணமாகும். மேலும் விவரங்கள் தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறவர்கள் தங்கள் கேள்விகளை எங்களுக்கு அனுப்பவும். அதற்கான பதில்கள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

முகவரி : Santhosh Acupunture Hospital,k No. 36/23-A, Damodaran Street, T.Nagar, Chennai-600017. Ph: 55495749

ஒற்றை ஊசி

“இந்த உலகில் வாழக்கூடிய அத்தனை உயிரினங்களும் பஞ்ச பூத சக்திகளின் சரிவிகிதக் கலவை தான். ஒருவருடைய உடல் வளர்ச்சிக்கும் நலத்துக்கும் வீழ்ச்சிக்கும் இந்தப் பஞ்சபூத சக்திகளே காரணம். அவை சரிவிகிதத்தில் உடலுக்குக் கிடைக்கக்கூடிய வகையில் உடலை நிர்வகிக்கத் தெரிந்தாலே போதும்; நலத்தோடு வாழலாம். இதில் ஏதாவது சிக்கல் ஏற்படும்போது தொந்தரவும், அதனைப் போக்க சிகிச்சைகளும் தேவைப்படுகின்றன'' என்கிறார் தி.நகர் சந்தோஷி மருத்துவமனையின் அக்குபஞ்சர் மருத்துவ நிபுணர் உமா வெங்கடேஷ்.

''நம் உடலுக்கு பஞ்சபூத சக்திகளைக் கடத்துகிற உயிர் சக்தி பாதைகள் இருக்கின்றன. இவை பெரும்பாலும் நகக் கணுக்கள், விரல்கள், மூட்டுப்பகுதி, தோள்... போன்றவற்றில் அதிகம் காணப்படுகின்றன. இவற்றில் அடைப்பு ஏற்பட்டாலோ அல்லது ஐந்து சக்திகளில் ஏதாவது ஒன்று இம்பேலன்ஸ் ஆனாலோ தொந்தரவு தொடங்குகிறது. இதனை பக்கவிளைவுகள் ஏதுமற்ற (ஒற்றை ஊசி மூலம் செய்யப்படும்) அக்குபஞ்சர் சிகிச்சை மூலம் முற்றிலும் குணப்படுத்த முடியும்'' என்றவரிடம், ''ஏன் அடைப்புகள் ஏற்படுகின்றன?'' என்று கேட்டால், ''மனிதனின் உணவு மற்றும் இதர பழக்கங்கள்தான் காரணம்'' என்கிறார்.

★ உமா வெங்கடேஷ்

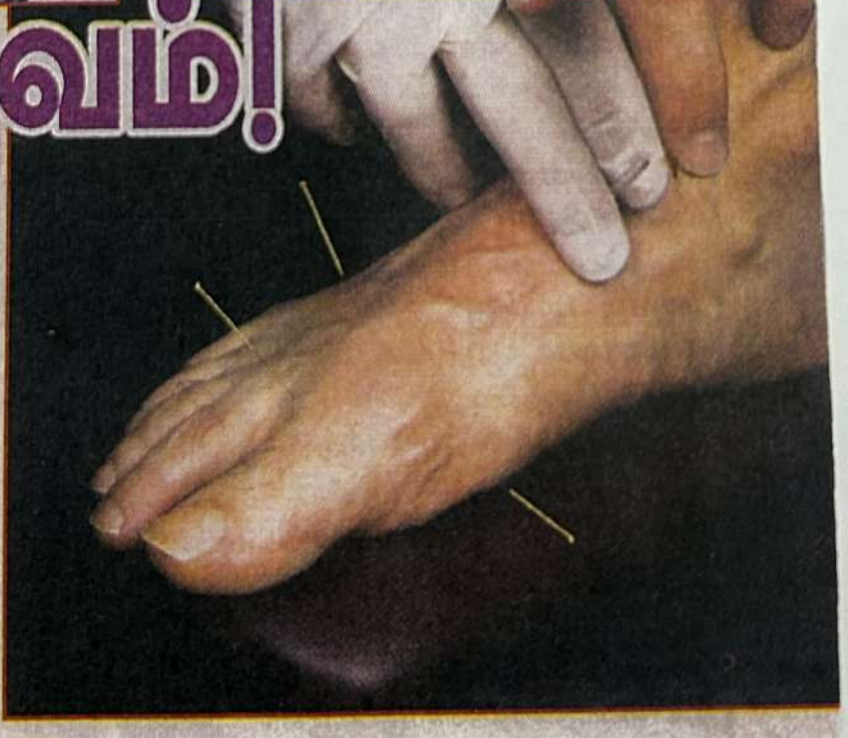
''இதயத்தோடு சம்பந்தப்பட்ட 'நெருப்பு' சக்தி சமச்சீரற்ற முறையில் உடலுக்குக் கிடைத்தால், இதயம் சம்பந்தமான நோய்கள் வரும். புகைப்பழக்கமுள்ள பெரும்பாலோர்க்கு நெருப்பு சக்தியின் இம்பேலன்ஸினால் இதயம் தொடர்பான பெருந் தொந்தரவுகள் வருகின்றன. 'நிலம்' சக்தி, வயிறு- மண்ணீரலோடு சம்பந்தப்பட்டது. 'காற்று' சக்தியின் சர்க்குலேஷனில் தடுமாற்றம் ஏற்பட்டால், நுரையீரல் சம்பந்தமான ஆஸ்துமா, வீஸிங் போன்றவை உண்டாகின்றன. 'நீர்' சக்தியின் கட்டுப்பாட்டில் இயங்கும் சிறுநீரகங்களின் உயிர்சக்தி பாதையில் அடைப்புகள் ஏற்படும்போது ஆரம்பக்கட்டத்தில் அவ்வளவாகத் தெரியாது. உன்னிப்பாகப் பார்க்கிற போதுதான் ஆபத்தான மாற்றம் தெரியும். 'ஆகாயம்' சக்தியோடு (இந்தச் சக்தியை சீனாவில் 'மரம்' சக்தி (wood element) என்பார்கள்) தொடர்புடைய கல்லீரல், கணையம், சுரப்பிகள் போன்றவை கண்ணுக்குத் தெரியாத உறுப்புகள் என்பதால் மாற்றங்களும் கொஞ்ச நாள் கழித்துத்தான் தெரியவரும். இவை அனைத்தையும்

குது, பெத்த வங்க சொல்லைக் கேட்கவே மாட்டேங்குறான், கொஞ்சம்கூட கான்ஃபிடன்ஸ் இல்லை' என்றெல்லாம் தங்கள் குழந்தைகளைப் பெற்றோர்கள் திட்டிக்கொண்டிருப்பார்கள். அவர்கள் எல்லாரும் தங்களின் குழந்தைகளுக்கு பஞ்சபூத சக்தி சரிவிகிதத்தில் இருக்கும்படி பார்த்துக்கொண்டால், எண்ணங்கள் ஷார்ப்பாக, ஃப்ரெஷ்ஷாக, பாஸிட்டிவ்வாக இருக்கும். மந்த புத்தி விலகி ஞாபகசக்தி அதிகமாகும்'' என்றவரிடம்,

''பஞ்சபூத சக்திகள் உடம்புக்குள் சரிவிகிதத்தில் இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்வது எப்படி?''

டாக்டர்
எல். உமா வெங்கடேஷ்

மருத்துவம்!



என்று கேட்டால்,

''அக்குபஞ்சர் மருத்துவ முறையின் மூலம் பஞ்சபூத சக்திகளைச் சரிவிகிதத்தில் பெற முடியும்.

ஒரே ஓர் ஊசி மூலம் உடம்பின் அனைத்துச் செல்களுக்கும் பஞ்சபூதங்களின் சக்திகளைச் செலுத்த முடியும்.

இந்த அக்குபஞ்சர் சிகிச்சைக்கு எந்தப் பத்தியமும் கிடையாது. பக்கவிளைவுகளும் கிடையாது.

வண்டிகளுக்கு சர்வீஸ் செய்வது மாதிரி குறிப்பிட்ட காலத்துக்கு ஒருமுறை இந்தச் சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்தச் சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்வதால் சித்தர்கள் வரையறுத்துள்ள 1436 வியாதிகளில் இருந்தும் தப்பிக்கலாம்'' என்கிறார் டாக்டர் உமா வெங்கடேஷ்!

''இந்தச் சிகிச்சை மூலம், நெகடிவ் மனிதர்களை உடனடியாகத் திருத்திவிட முடியாது. கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்தான் திருத்த முடியும். ஆனால், அவர்கள் மேலும் மேலும் தீய வழிகளில் ஈடுபடாமல் செய்வது சாத்தியம்'' என்கிறார்.

''தீயவராக ஒருவர் உருவாகுவதையே தடுக்கலாம். 'எந்தக் குழந்தையும் நல்ல குழந்தைதான் மண்ணில் பிறக்கையிலே. அது நல்லவர் ஆவதும் தீயவர் ஆவதும் அன்னை வளர்ப்பிலே' என்ற பாடல் வரிகள் சத்தியமானவை.

ஒவ்வொரு தாயும் தன் குழந்தைக்கு, குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே குறிப்பிட்ட காலத்துக்கு ஒருமுறை பஞ்ச சக்தி சிகிச்சையளித்து வந்தால், நல்லவர்களாகவே வளர்வார்கள்; நல்லவர்களாகவே வாழ்வார்கள்'' என்கிறார் டாக்டர் உமா வெங்கடேஷ், ஊசி முனையளவும் சந்தேகமின்றி!

– கதிரவன்

தினத்தந்தி

23-8-2009

வைத்துக்கொண்டால்...?

“சாப்பிட்ட இரண்டு மணி நேரத்திற்குள் உறவு வைத்துக்கொண்டால், கணவன்- மனைவி இருவருக்குமே வாயுத் தொந்தரவு ஏற்படும். உடலில் நிறைய கொழுப்பு சேரும். பின்பு தொப்பை ஏற்படும்”

இப்படி வாழ்க்கை பாடங்களை விலாவாரியாக விளக்கும் டாக்டர் உமா வெங்கடேஷ், இந்த வாழ்க்கை பாடங்களையே ஒரு புதிய பயிற்சி முறையாக்கி பெண்களுக்கு கற்றுக்கொடுத்து, வாழ்வியல் ஆலோசனைகளும் வழங்குகிறார். ஆந்திர மாநிலம் சித்தூரைச் சேர்ந்த இவர், குடும்பத்தோடு சென்னையில் வசித்து வருகிறார். அக்குபங்சர் மருத்துவத்தில் எம்.டி. பட்டம் பெற்றிருக்கிறார். தியானம், யோகாசனம் போன்றவைகளில் நிபுணத்துவம் பெற்றுள்ளார். இது தொடர்பான புத்தகங்கள் எழுதியுள்ளார். ஆத்ம திருப்திக்காக சமூக பணிகளிலும் ஈடுபடுகிறார்.

சூரிய ஒளி மூலம் நம் உடலுக்கு தேவையான சக்தியை பெறலாம் என்கிறார்களே அது சாத்தியமா?

“காலை 3 முதல் 5 மணி பிரணாயாமம் செய்ய மிக உகந்த நேரம். அந்த நேரத்தில் பிரபஞ்ச சக்தி நம் உடலுக்கு நிறைய கிடைக்கும். அதன் பிறகு யோகா செய்து சூரியனை தியானிக்க வேண்டும். உதயத்தின் போது சூரியனைப்பார்த்தால் 10 முதல் 15 நிமிடத்தில் சூரிய சக்தியைப் பெறலாம். அதுவே நம் உடலுக்குரிய சக்தியாகவும் மாறும்”

இதற்கு ஆதாரமாக நீங்கள் எதைக் குறிப்பிடுவீர்கள்?

“இந்த உலகம் பஞ்ச பூதங்களினால் ஆனது. ‘அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்திலுள்ளது’ என்ற கொள்கைக்கேற்ப நம் உடலும் பஞ்ச பூதங்களினால்தான் உருவாகியுள்ளது. அதனால் சூரியன் உள்பட்ட எல்லா பஞ்ச பூதங்களும் நமக்கு சக்தியை அளிக்கிறது. அந்த சக்தியால் நம்மால் இயங்க முடியும். பஞ்ச பூதங்களில் ஒவ்வொன்றிற்கும், நம் உடலில் உள்ள உறுப்புகளுக்கும் தொடர்பு இருக்கிறது. அவை சமச்சீராக இல்லாதபோதுதான் உடல் நலம், மனநலம் கெடுகிறது. அதைக் கண்டறிந்து சமன்செய்தால் உடல்- மன ஆரோக்கியம் கிடைக்கும். அக்குபங்சர், யோகா, தியானம் போன்றவை இதற்கு தீர்வுதரும். இப்போது கணவன், மனைவி பிரச்சினைகள், விவாகரத்துக்கள் பெருகிவருகிறது. பெண்கள் எளிதாக மன உளைச்சலுக்கு உள்ளாகுகிறார்கள். அவர்கள் தியானத்தில் தங்களை ஈடுபடுத்திக்கொள்ளவேண்டும்”

பெண்கள் தியானம் செய்யும்போது நிறைய எண்ணத் தடைகள் வருவதாக சொல்கிறார்களே, அதை தவிர்ப்பது எப்படி?

“நமக்கு தெரிந்தோ, தெரியாமலோ நிறைய விஷயங்கள் நம் ஆழ் மனதில் பதிந்து கிடக்கும். நாம் தியானத்திற்காக கண்களை மூடியதும் அந்த எண்ணங்கள்தான் சம்பந்தம் இல்லாமல் ஓடிவந்து கொண்டே இருக்கும். அதை ஒரு சினிமா படம் போல் பார்த்துக் கொண்டிருந்தால் அது தானாகவே மனக் காட்சிகளில் இருந்து நீங்கி விடும். ஒரு குப்பைக் கூடையில் மல்லிகைப் பூவைப்போட்டால் அது மணக்காது. குப்பையை சுத்தம் செய்துவிட்டால்தான் பூ மணக்கும். மனக்கண் முன்னே வரும் தேவையற்ற நினைவுகளை ஒருசில நாட்களிலே தவிர்த்திட முடியும். அதன் பின்பு இயல்பாக, விரைவாக தியான நிலைக்கு சென்றுவிட முடியும். தியானத்தை அன்றாடம் செய்யத் தொடங்கிவிட்டால், மனது பக்குவமாகி, மன அழுத்தங்கள் விலகி, சந்தோஷமாகவும், ஆரோக்கியமாகவும் வாழ்க்கை நடத்தலாம்”

டாக்டர் உமா வெங்கடேசின் கணவர் லங்கா வெங்கடேஷ்வரலு சினிமா தயாரிப்பாளர். மகன் நவீன்தேஜா நடிப்பு பயிற்சி பெறும் மாணவர். மகள் சந்தோஷி ‘மியாசி அகாடமி’ நிறுவனத்தில் கட்டிட வடிவமைப்புகலை மூன்றாம் ஆண்டு பயில்கிறார். யோகா, தியானம் போன்றவைகளில் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு கொண்ட சந்தோஷி குச்சுப்புடி, பரதம், மேற்கத்திய நடனம், இசை போன்றவைகளையும் முறைப்படி கற்றிருக்கிறார்.

மகன் மற்றும் மகளுடன் டாக்டர் உமாவெங்கடேஷ்

காருக்கு என்ஜின் மாதிரி

உடம்புக்கு கல்லீரல்

டாக்டர் எல்.உமா வெங்கடேஷ்

மே 1 உலக உழைப்பாளர் தினம், நமக்கு நினைவிருக்கும். அதே மே 19 இல் உலக கல்லீரல் நோய் தினமாக (ஹைபடைடிஸ் தினம்) கொண்டாடும் அளவுக்கு கல்லீரல் நோய் ஆகிவிட்டது. உலகில் ஏறக்குறைய 10 மில்லியன் மக்கள் இந்நோயினால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். ஆண்டுதோறும் லட்சக்கணக்கான மக்கள் இந்நோயினால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். உலகில் எச்.ஐ.வி. நோயாளிகளை விட 10 மடங்கு அதிகமாக இந்நோயினால் அவதிப்படுகிறார்கள்.

கல்லீரல் முழுவதுமாக பாதிக்கப்பட்டு விட்டால் மாற்று அறுவை சிகிச்சை செய்கிறார்கள். இந்த மாற்று அறுவை சிகிச்சை செய்வதற்கு இன்னும் போதிய வசதிகள் இல்லை. செலவு மட்டுமே 20 லட்சம் ஆகக்கூடிய இந்த மாற்று அறுவை சிகிச்சை இதுவரை இந்தியாவில் 60 நபர்களுக்குத்தான் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. வெளிநாடுகளில் இந்த மாற்று அறுவை சிகிச்சைக்கு 1 கோடி ரூபாய் வரை செலவாகிறது. 1963 இல் அமெரிக்காவில் கொலராடோ மாநிலத்தில் முதல் முதலாக கல்லீரல் மாற்று அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டது.

இறந்த பின்பு தானமாக தரக்கூடிய உறுப்பு கல்லீரல். கல்லீரலை 18 மணி நேரம் வரை பதப்படுத்தி வைக்கலாம். 1994 இல் முதன்முதலாக உயிருடன் உள்ள ஒருவர் தன்னுடைய கல்லீரலை தானமாக தந்தார். இந்தியாவில் வித்தியாசமான முறையில் மாற்று அறுவை சிகிச்சை நடந்தது. அதாவது ஒருவரின் கல்லீரலைப் பெற்று அதை

அடி வயிற்றை கலக்குவது ஏன்?

டாக்டர்
எல்.உமாவெங்கடேஷ்

அவன் பெயரைச் சொன்னாலே போதும், வயிற்றை கலக்க ஆரம்பிச்சுடும் என்பார்கள். பரீட்சை என்று சொன்னாலே வயிற்றை கலக்க ஆரம்பிச்சுடும் என்பார்கள். பகலில் தனியாக போகச் சொன்னாலே மந்திரிச்சு விட்டது மாதிரி ஆகி விடுவான். ராத்திரியில தனியா போகச் சொன்னா, ஒன் பாத்ரூமே போயிடுவான்.

சிலர் முக்கியமான நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ள தயங்குவார்கள். ஒன் பாத்ரூம் வந்து விட்டால் என்ன செய்வது என்று காரணம் சொல்வார்கள். இன்டர்வியூவில் எத்தனையோ பேருக்கு வயிற்றைக் கலக்கும், இல்லையேல் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க நேரிடும்.

இதற்கெல்லாம் சொல்லப்படுகிற ஒரே காரணம் பயம் ஒன்றுதான். பயம் என்ற உணர்வு சிறுநீரகங்கள் சம்பந்தப்பட்டது. பயத்தின் காரணமாக சிறுநீர் கழிக்க வேண்டி பாத்ரூம் செல்வார்கள். சிலருக்கு சிறுநீர் பிரிவதற்குப் பதிலாக பெருங்குடலில் அதிகமாக நீர் சுரந்து விடும். இதனால் வயிற்றைக் கலக்க ஆரம் பித்து, டாய்லெட் போக வேண்டிய சூழல் உண்டாகும்.

அக்குப்பஞ்சர் எனும் பஞ்சபூத சிகிச்சையால் இதை நிவர்த்தி செய்யலாம். பஞ்ச பூதங்களில் நீர்சக்தி பாதிக்கப் பட்டிருந்தால்தான் பயஉணர்வு வரும். சிறுநீரகங்களுக்கு தேவையான சக்தி நீர் சக்தி, இந்த நீர் சக்தி சரிவர கிடைக்காது போனால் சிறுநீரகம் பாதிக்கப்படும். பெருங்குடல் இயக்கம் காற்று சக்தியினால் இயங்குகிறது. இது பாதிக்கப் பட்டால்தான் வயிறு கலங்குகிறது.

காற்றிலிருந்துதான் நீர் உருவாகிறது. காற்றை உறுதிப்படுத்தினால் நீரும் உறுதிப்பட்டுவிடும். காற்று என்பது மண்ணிலிருந்து உருவாகிறது. எனவே மண் சக்தியை சரிப்படுத்துவது அவசியம். அக்குப் பஞ்சரில் ஒரே ஒரு ஊசியின் மூலம் நிலம், காற்று, நீர் சக்திகளை முறைப்படுத்தி விட்டால் பொதுவாகவே அடிக்கடி சிறுநீர் மலம் கழிக்க வேண்டிய நிலை வராது.

டாக்டர் எல்.உமா வெங்கடேஷ்

தோல்களில் அரிப்பு எரிச்சல் கருநிறம் ஏன் ?

பஞ்ச பூதங்களின் செயல்பாட்டின்படி நீர் அதிகமாகும் பொழுது, காற்று மூலப்பொருள் தன் சக்தியை பெருமளவில் நீர் மூலப் பொருளாக செயல்படுகிறது. இதில் இரண்டு விதமான தொந்தரவுகள் உருவாக உள்ளன.

1. காற்று மூலப் பொருள் குறைவதன் காரணமாக ஏற்படும் நோய்கள் பெருங்குடல், நுரையீரல்களில் உண்டாகும். நீர் மூலப்பொருள் அதிகமாவதன் காரணமாக நீர் மூலப்பொருளைச் சார்ந்த உறுப்புக்களான சிறுநீரகங்களும், சிறு நீர்ப்பையும் நோய்களுக்குள்ளாகின்றன. காற்று மூலப் பொருள் குறைவதன் காரணமாக மூச்சுத் திணறல் ஏற்படுகிறது. எவ்வளவு சுவாசித்தாலும் காற்று போதவில்லை என்ற உணர்வு ஏற்படுத்தும். ஆகவே பெருமூச்சு வாங்கிக் கொண்டிருப்பார்கள். மாடிப்படி, ஏறுவதும் இறங்குவதும் மேல் மூச்சின் காரணமாக பெரும் சிரமத்தைக் கொடுக்கும். காற்றுப் போதாத்தன்மையின் காரணமாக மூளைச் சோர்வும் ஏற்படும். அடிக்கடி தூங்குவதும், விழித்துக் கொள்வதுமாக இருப்பார்கள். சிறு தும்மலும், சளித் தொந்தரவாக மாறிவிடும்.

நுரையீரல் சம்பந்தமான ஆஸ்துமா உட்பட அடிக்கடி ஜுரம், மூக்கடைப்பு, நெஞ்சுச் சளி போன்ற தொடர்ச்சியான கஷ்டம் இருக்கும். ரத்தச் சோகை ஏற்படவும் வாய்ப்பு உண்டு. எப்பொழுதும் களைப்பாக உணர்வார்கள். பெருங்குடலில் காற்று மூலப் பொருளின் சக்தி குறையும் பொழுது மலச் சிக்கல் ஏற்படும். ஆட்காட்டி விரல், பெருவிரல்களுக்கிடையே மாறி, மாறி நகச்சுத்தி ஏற்படும். இந்த இரண்டு விரல்களின் நகங்களும் அதனுடைய இளஞ்சிவப்புத் தன்மை மாறி வெண்மை நிறமாக மாறிவிடும். நகங்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உரிந்து விழுந்து விடவும் வாய்ப்புண்டு. இவற்றை சரி செய்ய ஒரே ஒரு ஊசிமூலம் பஞ்ச பூதங்களை சரிப்படுத்துதலே சரியான முறை. (முற்றும்)

—மணவை.

மருத்துவம்

பஞ்ச பூத சிகிச்சை முறை

பஞ்ச பூத சிகிச்சை முறை இது என்ன? என்று யோசிக்க வைக்கிறதல்லவா? இந்த உலகம் பஞ்ச பூதங்களால் உருவானது என்று நமக்கு தெரியும். இந்த பஞ்சபூத சக்தியை கொண்டு நோய்களை எவ்வாறு சரி செய்ய முடியும் என்பதையே நாம் இங்கு பார்க்க இருக்கிறோம். அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்தில் உள்ளது.

"உருவான பொருளை உருவாக்கிய பொருளே பாதுகாக்க வேண்டும்" என்னும் பழமொழிகள் நாம் அறிந்தவையே பஞ்சபூதங்கள் உருவான விதத்தை நாம் சற்று பார்ப்போம். நம் பூமி முதலில் நெருப்புக் கோளமாக இருந்தது இந்த நெருப்பின் ஒரு பகுதி குளிர்ந்து பூமியாக உருவானது. பூமி என்னும் மன்னை கிளரும் போது காற்று உருவாயிற்று. இந்த காற்று கருமேகங்களாக மேலே சென்று மழை (நீர்) பொழிந்தது.

இந்த நீர் மண்ணின் மீது விழுந்த பொழுது மரங்கள் செடி, கொடிகள் உருவாயின. (இங்கு பஞ்சபூதங்களில் ஆகாயம் என்பதை மரம் என சினர்கள் வரையறுத்துள்ளனர்) மீண்டும் மரங்கள் சாய்ந்து எரிந்து நெருப்பு உருவாயிற்று. இவை ஒரு வரிசையில் தான் உருவாயின. அதாவது நெருப்பிலிருந்து மண்ணும், மண்ணிலிருந்து காற்றும், காற்றிலிருந்து நீரும், நீரிலிந்து மரம், செடி, கொடிகளும், மரத்திலிருந்து நெருப்பும் உருவாயிற்று.

இவை எவ்வாறு ஒன்றிலிருந்து ஒன்று உருவாயிற்றோ அதே போல் ஒன்றை ஒன்று அழித்துக் கொள்ளவும் செய்யும். இந்த ஆக்கும் சூழற்சியை பார்த்தோம். இவை ஒன்றை ஒன்று எப்படி அழித்துக் கொள்ளும் என்னும் அழிக்கும் சூழற்சியை பார்ப்போம்.

நமக்கு மழை தேவை. ஆனால் அந்த மழை அதிகமாகும் போது நிலத்திலுள்ள மண் அடித்து செல்லப்படுகிறது. அதே நீர் (மழை) இல்லையெனில் மண் வரண்டு பாளம் பாளமாக பிளக்கப் படுகிறது. காற்று இருந்தால் தான் மரங்கள் வளரும். ஆனால் அதே காற்று அதிகமானல் மரங்கள் சாய்ந்து விடும். ஒரு விளக்கில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு திரியை போட்டு ஏற்றும் போது அது சீராக எரியும். அதுவே என்னெய் இன்றி திரியை ஏற்றினால் அது உடனே எரிந்து அனைந்து விடும். காற்று (ஆக்ஸிஜன்) இருந்தால் தான் நெருப்பு எரியும். அந்தக் காற்றே அதிகமானால் நெருப்பு அனைந்து விடும்.

மண் ஒரு செடி வளர்வதற்கு தகுந்தாற்போல் இருக்க வேண்டும். செடியை மூடும் படி மண் இருந்தாலும் சரி, செடியின் வேர்மூடும் படி மட்டும் இருந்தாலும் சரி மரம் வளராது. பஞ்ச பூதங்கள் ஒன்றிலிருந்து ஒன்று உருவானதை போன்று ஒன்றை ஒன்று அழித்துக் கொள்ளவும் கூடும். சமநிலையில் இந்த சக்தி இருந்தால் மட்டுமே இயற்கை வளமாக இருக்கும். இது அத்தியாவசியமாக இல்லவே இல்லை. இதை போலவே நம் உடல்நிலையும் எப்பொழுதும் நலமாக இருப்பது சாத்தியமில்லை. இந்த பஞ்சபூத தத்துவத்திற்கும், மனிதனின் உடல்நிலைக்கும் என்ன சம்பந்தம்? குழப்பமாக உள்ளதல்லவா? இதைக் கொண்டு எப்படி நோய்களை குணமாக்க முடியும் என்று புரியவில்லை அல்லவா?

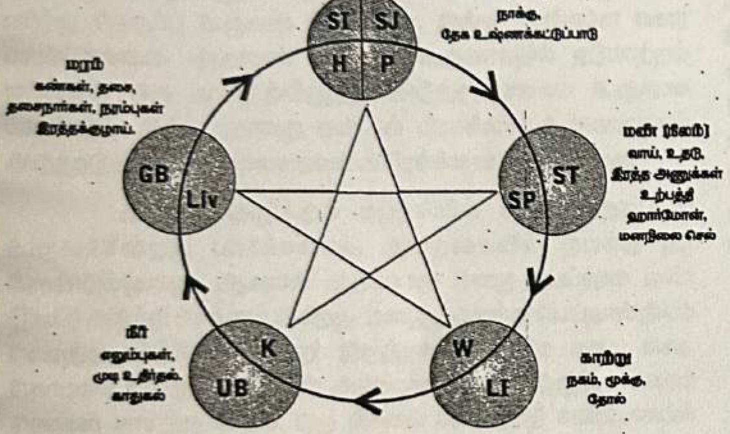
உருவான பொருளே உருவாக்கிய பொருளை பாதுகாக்க வேண்டும் என்னும் தத்துவத்தைக் கொண்டே குணமாக்க முடியும் என்று ஆராய்ச்சி செய்து கொண்டு வந்துள்ள உண்மைகளை அடுத்த இதழில் பார்ப்போம்.

பஞ்ச பூத சிகிச்சை முறை

டாக்டர். உமா வெங்கடேஷ்

சென்ற மாத தொடர்ச்சி...

"உருவான பொருளை உருவாக்கிய பொருளே பாதுகாக்க வேண்டும்" என்று சென்ற இதழில் பார்த்தோம், குழந்தைகளைப் பெற்று விட்டால் மட்டும் போதாது அக்குழந்தைகளின் உடல் நலம், எதிர்காலம், படிப்பு, நல்லது கெட்டது அனைத்தையும் தாய்தந்தையர் எங்ஙனம் பார்த்துக் கொள்கிறார்களோ? அதைப் போலவே பஞ்சபூதங்களிலிருந்து உருவான இந்த உயிரை உருவாக்கிய பஞ்சபூதங்களே பாதுகாக்க வேண்டும். இதுவே நியதி. இது விடுத்து நாம் அடுத்த முறைகள் கையாளும் போது சில தீர்வுகள் இருப்பது போல் தோன்றும், ஆனால் இருக்காது. இது எப்படி என்பதை பார்க்கலாம். பஞ்சபூதங்கள் ஒன்றிலிருந்து ஒன்று உருவாகிறது, ஒன்றை ஒன்று அழித்துக் கொள்ளக் கூடியது என்று பார்த்தோம். அதாவது ஆக்கும் சுழற்ச்சியும், அழிக்கும் சுழச்சியும் நமக்கு தெரியும் உலகிலுள்ள உயிருள்ளவையும் உயிற்ற பொருலும் அனைத்துமே பஞ்சபூதங்களின் கலவையே. இப்பொழுது மனிதனின் உடல் எவ்வாறு பஞ்சபூதங்களாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது என்று பார்ப்போம்.



மேலுள்ள படத்தை பாருங்கள் 1. கீழ் இதயம், இதயமேலுறை, சிறுகுடல், தேகஉஷ்னக்கட்டுப் பாடு பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. 2. மண்ணின் தன்மையை உயிரும், மண்ணீரலும் கொண்டுள்ளது. 3. காற்றின் கீழ் நுரையீரலும் பெருங்குடலும் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. 4. நீரின் தன்மையை கொண்டது கிட்னி, மூத்திரப்பையும் (Urinary bladda) 5. கல்லீரலும், பித்தப்பை (Gall Bladder) யும் மரம் என்றும் மூலகத்தோடு தொடர்புடையது. இவை மட்டுமே உள்ளவை நம் உடலில் இன்றும் உள்ள உறுப்புகள் எதனொடு தொடர்புடையவை பார்ப்போம். நாக்கு நெருப்போடும், வாயும், உதடும் மண்ணோடும், மூக்கு காற்றோடும், காதுகள் நீரோடும், கண்கள் மரத்தோடும் தொடர்பு கொண்டுள்ளன. இதைத் தவிர பஞ்ச பூதங்கள் நம் உடல் வேலையை எவ்வாறெல்லாம் பகிர்ந்து கொள்கின்றன பார்க்கலாம். நம் உடலின் தேக உஷ்னக் கட்டுபாட்டை அதன் கட்டுபாட்டிற்குள் வைத்திருப்பது நெருப்பு. ஹார்மோன்களின் சமநிலை செல்களின் உற்பத்தி மற்றும் அழிப்பது Tissues இரத்த அணுக்கள் உற்பத்தி, அழிக்கும் தன்மை மனநிலை இவற்றை பார்த்துக் கொள்வது மண் நகம் மற்றும் உடல் மீது போர்த்தப்பட்டுள்ள தோலை பார்ப்பது காற்று மூலகம் எலும்புக்கூடு ஆன உடலின் எலும்புகள்(மண்டை ஓடு உட்பட) அனைத்தும் முடி உதிர்தல், ஓவரி (Ovary) கருமுட்டைகள் உற்பத்தியை பார்த்துக்கொள்ளும் மூலகம் நீர். அடுத்ததாக உடலின் தசை, தசை நார்கள், இரத்தக்குழாய், நரம்புகள் இவற்றை மரம் மூலகம் தன் கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருக்கிறது. ஒன்றிலிருந்து ஒன்று உருவாகிறது என்று பார்த்தோம். இப்பொழுது நோய் உருவாகும் விதத்தை பார்க்கலாம் முதலில் ஆக்கும் சுழற்சியில் நெருப்பு குளிர்ந்து நிலம் உருவாகிறதல்லவா நெருப்பு சரிவர குளிராமல் நிலம் உருவானால் நிலத்தின் தன்மை எவ்வாறு இருக்கும்? சூடான மண் கிடைக்கும் அல்லவா? ஜிரம் என்றால் ஏன் நாக்கு நீட்டச் சொல்லி பார்க்கிறார் மருத்துவர். நாக்கு நெருப்பு மூலப் பொருளுடன் சம்பந்தப்பட்டதல்லவா? தேக உஷ்ணக் கட்டுப்பாடு மாறுவதை நாக்கின் மூலம் அறியமுடியும். மாறுபட்ட நெருப்பு மூலப்பொருளிலிருந்து உருவாகும் மண் (வயிறும், மண்ணிரலும்) பாதிப்புக்குள்ளாகிறது. அதாவது உலகிலுள்ள நோய்கள் 4444 என சித்தர்கள் வரையறுத்துள்ளார்கள். ஒவ்வொரு மூலகத்தின் மாறுபாடுகளால் உருவாவது 888 நோய்கள்ல்லவா?

இந்த சூடான மண் என்பது நமது மண்ணீரல், வயிரை குறிக்கிறது (Gastricis), Cells சீக்கிரமாக உற்பத்தியாகி, சீக்கிரமாக அழிந்து விடும். அழிந்த செல்கள் இரத்தத்துடன் சேர்ந்து சுற்றிக் கெண்டிருக்கும் இந்த செல்கள் ஏதாவது ஒரு இடத்தில் நின்றுவிட்டால் அதை தொடர்ந்து நிறைய செல்கள் அந்த இடத்தில் குவிக்கப்பட்டு ஒரு Cell Growth-யை ஏற்படுத்தும். இது சாதாரண கட்டியாகவோ, Cancer கட்டியாகவோ மாற வாய்ப்பு உண்டு. Hemoglobin குறையும். இன்னும் மண் மூலப் பொருட்கள் சம்பந்தப்பட்ட 888 நோய்களில் ஏதாகினும் உருவாகலாம். சிறியது முதல் மிகப்பெரும் நோய் வரை.

அடுத்துப் பார்க்கப் போவது காற்று மூலப்பொருள் எப்பொழுது சூடான மண் உருவாயிற்றோ அதிலிருந்து உருவாகக் கூடிய காற்று மிகவும் சூடாக இருக்கும். இங்கு Constipation or diasshea பார்க்க முடியும். தோல் எரிதல், தோல் மீது ஏதோ Patches, Rashes உருவாகலாம். காற்று மூலப் பொருள் சம்பந்தப்பட்ட 888 நோய்களில் ஏதாகினும் உருவாகலாம். இதை தவிர மண்ணின் தன்மையால் செல்களின் கூட்டு 'மரு' வாக காற்று மூலப்பொருள் உருவாகும்போது தோலின் மீது உருவாகிறது. காற்று சூடாக இருப்பதால் அதன் சம்பந்தப்பட்ட உறுப்புகள் நுரையீரல், பெருங்குடல் இவற்றில் நோய்களோ அதன் அறிகுறிகளோ உருவாகும். இதன் மூலம் உருவாகும் நோய்கள் 888 ஒரு மூலகத்திலிருந்து அடுத்த மூலகம் உருவாவதிலேயே பல பாதிப்புகள் உருவாகிறது. அடுத்த வாரம் நீரும், மரமும் உற்பத்தியில் ஏற்படும் மாற்றங்களை பார்க்கலாம்.

தொடரும்...