வர்ம மருத்துவம் கொள்கைகளும் கோட்பாடுகளும்

முனைவர் ந.சண்முகம். பிஎச். டி.,
முனைவர் மா.ரேணுகா. பிஎச். டி.,

அன்புள்ளம் கொண்ட அருளாளர்களால் வர்மமருத்துவம் மக்களுக்காகப் படைக்கப்பட்டது. இது இந்திய மருத்துவத்துள் தொன்மையான மருத்துவமாகும். இம்மருத்துவம் பற்றிய விரிவான சிந்தனை தமிழ் மொழியில்தான் உள்ளது.

இக்கலை வாழுமிடம்

வர்மக்கலையின் கூறுகள் இந்தியா முழுமையும் இருந்தாலும் இக்கலை முழுமையாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் இடம் தமிழகம்தான். தமிழகத்தின் தென்மாவட்டங்களில் குறிப்பாக குமரி, நெல்லை, தூத்துக்குடி மாவட்டங்களில் இக்கலை இப்பொழுதும் வாழ்கின்றது. இதுபோல கேரள மாநிலத்தின் தென் பகுதியிலும் இக்கலை இன்றும் உள்ளது.

வர்மக்கலையும் பிரிவுகளும்

வர்மக்கலை என்ற பொதுவான சொல்லுக்குள் தற்காப்பு வர்மம், ஆன்மிக வர்மம், யோக வர்மம், வானியல் வர்மம், தந்திர வர்மம், உணவியல் வர்மம், தத்துவ வர்மம், மருத்துவ வர்மம் எனப் பல்வேறு பிரிவுகள் உள்ளன. வர்மக் கலையின் எல்லாப் பிரிவுகளும் மக்கள்

1. இணைப் பேராசிரியர், ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மிஷன் வித்தியாலயக் கலை அறிவியற் கல்லூரி, கோவை–20.
2. உதவிப் பேராசிரியர், பூ.சா.கோ.அர. கிருஷ்ணம்மாள் மகளிர் கல்லூரி, கோவை–4.

நலனுக்குத் தேவைதான். இவற்றுள் வர்ம மருத்துவமே பிற அத்தனை வர்மக்கலை பிரிவுகளுக்கும் அடிப்படையானது. எனவே வர்ம மருத்துவத்தை முன்வைத்து இக்கருத்தரங்கின் மையப் பொருள் அமைந்துள்ளது.

வர்ம மருத்துவம்:

உடலில், நோய் வராமல் தடுப்பதற்கும் வந்த நோயை நீக்குவதற்கும் வர்ம மருத்துவமே அடிப்படை. இதுபோல உடலில் நோய் வருவதற்கும் உடலில் உள்ள வர்மப்புள்ளிகளின் இயக்கங்களின் மாற்றங்களே காரணங்களாகும். நோய் வராமல் தடுப்பதுவே வர்ம மருத்துவத்தின் அடிப்படைக் கொள்கையாகும்.

வர்ம மருத்துவத்தின் காலம்

'வர்மம்' என்ற சொல் 17–ஆம் நூற்றாண்டைச் சார்ந்தது. 'மருமம்' என்ற சொல் 12–ஆம் நூற்றாண்டைச் சார்ந்தது.[1] வர்மம், மர்மம் என்ற இரு சொற்களும் இன்று தமிழ் வழக்கில் உள்ளன. இரண்டு சொற்களும் ஆற்றல் என்ற ஒரே பொருளையே தருகின்றன. உறுபொருள், வேதசத்தி என்பன 5–ஆம் நூற்றாண்டில் வர்ம ஆற்றலைக் குறிக்கப் பயன்பட்ட சொற்கள்.[2] 'வளி ஆற்றல்' என்பது கி.மு.வில் தொல்காப்பியரால் வர்ம ஆற்றலை நினைவுபடுத்தும் வகையில் குறிப்பிடப்பட்டச் சொல்லாகும். இதனால்தான் வர்ம நூல்கள் வர்மம் என்பது காற்று எனப் பொருள் சொல்ல முயன்றன.

வர்மம் என்பது என்ன?

உடலுள் இயங்கும் சூக்கும ஆற்றல் வர்மமாகும். அதாவது பஞ்சபூதங்கள், வாயுக்கள், நாடிகள், வாசி, குண்டெலினி எனச் சொல்லப்படுகின்ற நுட்பமான ஆற்றலின் வெளிப்பாடுதான் வர்ம ஆற்றல். இவ்வாற்றல் தங்கி இருந்து உடல், உயிர் வேலைகளைச் செய்யும் இடங்களை வர்மப் புள்ளிகள் என்பர். இப்புள்ளிகள் நரம்பு, நாடி, தசை, எலும்பு என்ற இடங்களில் இருந்து உடல் தொழிலைச் செய்கின்றன.[3]

'வர்மவில்விசை' என்ற நூல் 8000 புள்ளிகள் உடலில் இருப்பதாகக் கூறுகின்றது.[4] 'கும்பமுனி நரம்பறை' என்ற நூல் 251 வர்மப்புள்ளிகளைக் குறிப்பிடுகின்றது. பொதுவாக வர்மங்கள் 108 எனப் பேசப்படுகின்றது.

மேலே சொல்லப்பட்ட 108 வர்மங்களும் படுவர்மம் 12, தொடுவர்மம் 96 என இரு பகுப்புகளாகப் பகுக்கப்பட்டுள்ளன. 'படுவர்மம்' என்றால் முதன்மையான வர்மம் எனக் கொள்ளலாம். 'படு' என்ற அடிச்சொல்லுக்குப் 'பேரறிவு' எனப் 'பிங்கல நிகண்டு' பொருள் தருகிறது. பேரறிவு என்பதை 'மூளை' எனப் பொதுவான பொருளில் கொள்ளலாம். எனவே படுவர்மம் என்பது மூளையோடு நேரடித் தொடர்பு கொண்டுள்ள வர்மம் எனப் பொருள் தரும். தொடுவர்மம் என்றால் இரண்டாம் நிலை வர்மம் எனக் கொள்ளலாம். 'தொடு' என்ற அடிச்சொல் தொடுதல், தொடர்பு உண்டாக்குதல் என்ற பொருள்களைத் தரும். எனவே தொடுவர்மம் என்பது தொடுதல் என்ற செய்கையால் ஒரு வர்மப் புள்ளியின் ஆற்றல் உடலில் உள்ள மற்றொரு வர்மப் புள்ளியோடு தொடர்பை ஏற்படுத்துவது எனப் பொருளாகும்.

தொடுவர்மம், படுவர்மம் என்பவை அடிப்படை வர்மங்கள். இவை போன்று நாற்பதுக்கும் மேற்பட்ட வர்ம வகைகளை வர்மக்கலை காட்டியுள்ளது. இவற்றின் விளக்கங்களை **வர்மம் சொற்பொருள் விளக்கம்** (2012) என்ற நூலுள் காண்க.

வர்மத்தின் இயக்கம்

வர்மப்புள்ளிகள் ஊதல், உறிஞ்சல் என்ற அடிப்படை செயல் முறைகளோடு இயங்குகின்றன. உறிஞ்சல் என்றால் ஆற்றலைத் தன்னை நோக்கி இழுப்பது. ஊதல் என்றால் உடல் தேவை கருதி ஆற்றலை அனுப்புவது. உதாரணமாக அடப்பக்காலம் என்ற வர்மம் காரீரல், இரைப்பை ஆகியவற்றில் இருந்து ஆற்றலை உறிஞ்சும். உறிஞ்சிய ஆற்றலை நுரையீரலுக்கும் இருதயத்திற்கும் அனுப்பும். இது ஒரு வர்மப் புள்ளியின் குறைந்தபட்ச வேலை. உறிஞ்சல், ஊதல், இயக்கல், இறைத்தல், உறுதியாக்கல், பிரித்தல், தோற்றுவித்தல்,

வளர்த்தல், மாற்றுதல், தாவல் என்னும் பத்துவித வேலைகளை வர்மப் புள்ளிகள் செய்கின்றன. உடல் உறுப்புகளின் தேவைக்கு ஏற்ப இவ்வேலைகளில் கூடுதல் குறைவு இருக்கலாம். எல்லா வர்மப் புள்ளிகளும் இந்த பத்து வேலைகளையும் செய்யும் என்று எண்ண வேண்டாம். ஒரு புள்ளி குறைந்தது இரு வேலையையாவது செய்யும்.

வர்மமும் கோணநிலையும்

ஒரு வர்மப்புள்ளி மற்றொரு வர்மப் புள்ளியோடு உரிய முறையில் தொடர்பு வைத்துக் கொள்வதால் தான் உடல் இயக்கம் நடைபெறுகின்றது. மனித உடலுள் வர்மங்கள் ஏற்படுத்திக் கொள்கின்ற தொடர்பை கோணநிலை என்பர்.

தலையில்–வட்டம், கழுத்தில்–பிறை, நெஞ்சில்–அறுகோணம், வயிற்றில்–சதுரம், அடிவயிற்றில்–முக்கோணம், முதுகில்–ஐங்கோணம் என்ற நிலையில் வர்மப் புள்ளிகள் இணைகின்றன.[5] இந்தக் கோணநிலையைத் தெரிந்து கொள்ள குறைந்த அளவு உடற்கூறியல் தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

வர்ம நோயும் சிகிச்சையும்

வர்மப் புள்ளியின் தொழில்களுள் ஏதாவது ஒன்று பாதித்தாலும் உடல் நோய்க்காட்படும். உதாரணமாக ஊதல், உறிஞ்சல் என்ற இரண்டு வேலைகளில் ஒன்று சரிவர செயல்படவில்லை என்றால் உடல், நோய் வாய்ப்படும். இதுபோலக் கோண இயக்கம் சரியாக நடைபெறாமல் மாற்றம் ஏற்பட்டு நடைபெற்றாலும் உடல் நோய்க்கு ஆட்படும். இந்த இடையூறைத் தான் வர்ம மருத்துவம் நோய் எனக் குறிப்பிடுகின்றது.

எந்த வர்மப் புள்ளி பாதிப்பு அடைகின்றதோ, அந்த வர்மப்புள்ளி இருக்கும் உறுப்பைச் சார்ந்த நோய்க்குறிகள் தோன்ற ஆரம்பிக்கும். உதாரணமாக அடப்பக்காலத்தில் காரீரல்–இரைப்பை தொடர்பை ஏற்படுத்துகின்ற ஆற்றலில் தடை ஏற்பட்டால் வயிறு பொருமல் முதலான உதர நோய்கள் ஏற்படும். அடப்பக் காலம்

நுரையீரல், இருதயத்திற்கு அனுப்ப வேண்டிய ஆற்றலில் தடை ஏற்பட்டால் இரைப்பு நோய் உண்டாகும். இந்நோயின் குறியை வைத்து நவீன மருத்துவம் Abdomen distension, Flatulence, Bronchial asthma எனக் குறிப்பிடுகின்றது. அடப்பக்காலத்தில் உள்ள இயக்கத்தை சரி செய்தால் மேற்குறிப்பிட்ட நோய்கள் குணமாகும். இதனை வர்மச் சிகிச்சை என்பர்.

கைபாகம் செய்பாகம்

வர்ம மருத்துவத்துள் நோய்களை நீக்க ஆறு விதமான மருத்துவ முறைகளைக் கையாளுகின்றனர். அவை,

1. உடல் ஆற்றலை இயக்கும் மருத்துவம்
2. மூலிகை மருத்துவம்
3. உலோக மருத்துவம்
4. உயிரின மருத்துவம்
5. வானியல் மருத்துவம்
6. தந்த்ரா மருத்துவம்

என்பனவாகும்.

இவற்றுள் 'உடல் ஆற்றலை இயக்குகின்ற மருத்துவம்' வர்மக்கலையுள் அடிப்படையானது. இதனை **வர்மஞானியர்கள்** கைபாகம் செய்பாகம் என அழைப்பர். அதாவது ஒரு வர்மப் புள்ளியில் எந்த விரலை வைப்பது எந்த முறையான அசைவுகளைக் கொடுப்பது என்பதுதான் கைபாகம் செய்பாகம். வர்ம மருத்துவக் கொள்கைப்படி ஒரு வர்மப் புள்ளியை 12 விதத்தில் இயக்கலாம். அவை வருமாறு:

அணுக்கல், அசைத்தல், தட்டல், தடவல், ஏந்தல், ஊன்றல், பிடித்தல், நழுக்கல், அமர்த்தல், பதுக்கல், கறக்கல், பின்னல் என்பனவாகும். இந்த 12 வகை கைபாக செய்பாகங்களை 4 விதமான மாத்திரை முறையால் பதிக்கணக்குச் செய்ய கைபாகம் செய்பாகம் 48 வகையில் விரியும். எனவே ஒரு வர்மம் 48 விதத்தில் இயக்கப்படும். இதற்கு நல்ல குருகுலப் பயிற்சி தேவை.

மாத்திரைக் கணக்கு–பதிக்கணக்கு

மாத்திரைக் கணக்கு, பதிக்கணக்கு என்ற இரண்டு அளவு முறைகளும் வர்ம மருத்துவக் கொள்கையுள் மிக முக்கியமானவை.

எந்த விரலால் எவ்வளவு ஆழம் தொட வேண்டும் என்பது மாத்திரைக் கணக்கு. அதில் எவ்வளவு அழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும் என்பது பதிக்கணக்கு. இதை அறிந்து கொள்ளவும் குருகுலப் பயிற்சி தேவை.

வர்மத்தின் அளவும் வடிவும்

மேற்சொல்லப்பட்ட கைபாகம் செய்பாகம், மாத்திரைக் கணக்கு, பதிக்கணக்கு இவற்றை ஒரு வர்மப் புள்ளியின் மேல் செயல்படுத்த வேண்டுமானால் வர்மப் புள்ளியின் அளவும் வடிவமும் தெரிந்திருத்தல் வேண்டும்.

ஒவ்வொரு வர்மப்புள்ளியும் அதற்குரிய நீள அகலத்தோடு ஒரு குறிப்பிட்ட வடிவத்தில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும். இந்த அளவு முறைகளைத் தெளிவாகத் தெரிந்து கொண்டால்தான் மேற் சொல்லப்பட்ட கைபாகம் செய்பாகங்களைப் பிழையறச் செய்ய முடியும். உதாரணமாக: கொண்டைக்கொல்லி என்ற வர்மப்புள்ளி இரண்டு விரல் அகலமும் வட்ட வடிவாகவும் உள்ளது. நேர்வர்மம் இரண்டு விரல் அகலமும் முக்கோண வடிவத்திலும் உள்ளது. இவற்றை 'வர்ம மாத்திரைக் கணக்கு' என்ற குறுநூலுள் கண்டு தெளிக.

வர்மப்புள்ளிகளும்முக்குற்றங்களும்

ஒவ்வொரு வர்மப்புள்ளியும் வாத, பித்த, சிலேத்துமம் என்ற மூன்று அடிப்படை தன்மையில்தான் இயங்கும்.[6] ஒரு வர்மப்புள்ளியில் உள்ள வாதத்தின் கூறு பாதிப்படைந்தால் அதன் குறிகுணம் அறிந்து அதற்கு சிகிச்சைக் கொடுக்க வேண்டும். ஒரு வர்மத்தின் எந்தக் கூறு பாதிப்படைந்துள்ளது எனக் குறிகுணம் ஆராய்ந்து அதற்கு ஏற்ப சிகிச்சைக் கொடுக்க வேண்டும். வாத, பித்த, சிலேத்துமம் என்ற முக்குணங்களின் அடிப்படையில்தான் இந்திய மருத்துவத் துறைகளான சித்த மருத்துவமும் ஆயுர்வேத மருத்துவமும் செயல்படுகின்றன. ஒவ்வொரு வர்மப் புள்ளியும் இந்த மூன்று கூறுகளையும் கொண்டு செயல்படுவதால் இந்த வர்மக்கலையை இந்திய மருத்துவத்திற்கு அடிப்படை எனக் கூறுவதில் தவறில்லை.

நோய்க்கணிப்பு

வாத, பித்த, சிலேத்துமத்தை அடிப்படையாக வைத்து நோயைக் கணிப்பது இந்திய மருத்துவத்தின் அடிப்படையாகும். வர்மத்தின் குறிகுணங்களும் வாத, பித்த சிலேத்துமத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டிருக்கும். உதாரணமாக; திலர்தக்காலம் பாதிப்படையும் நிலையில் வாதத்தின் குறிகுணம் மட்டும் வெளிப்படுவதாக சில வர்ம நூல்கள் காட்டுகின்றன. வேறு சில நூல்கள் வாத பித்தத்தின் குறிகுணங்களைக் காட்டுகின்றன. இன்னும் சில நூல்கள் இவற்றோடு சிலேத்துமக் குறிகுணத்தையும் காட்டுகின்றன. இதற்குக் காரணம் ஒரே வர்மப் புள்ளியினுள் மூன்று கூறுகளும் அடங்கி இருக்கும். எந்தக் கூறு எவ்வளவு பாதிப்பாகியுள்ளதோ அதற்கு ஏற்ப குறிகுணங்கள் வெளிப்படும். எனவே ஒரு மருத்துவன் வாத, பித்த, சிலேத்துமத்தின் குறிகுணங்களைத் தெளிவாகத் தெரிந்தால்தான் வர்ம மருத்துவத்தைச் சிறப்பாகச் செய்ய முடியும்.

வர்மப்புள்ளிகள் முக்குணங்களோடு இருப்பதால்தான் நாடி பரிசோதனையிலும் இக்குணங்களை அடிப்படையாக வைத்துப் பரிசோதனைச் செய்ய வேண்டியுள்ளது. சான்றாக, பித்தநாடி அளவுக்கு மீறி நடந்தால் உச்சி, நெற்றி, மூக்குப் பாலம், நெஞ்சுநேர்வர்மம் ஆகிய இடங்களில் ஆற்றல் குறைவு என அறிந்து கொள்ளலாம்.[7] கூம்பின் தாழே உள்ள வர்ம இயக்கம் பாதிப்படைந்தால் பித்தமும் சிலேற்பன நாடியும் மீறி நடக்கும். வாதநாடி குன்றி நடக்கும்.[8] இது போல எந்த வர்ம இடத்தில் ஆற்றல் குறைவு என்பதை நாடி பரிசோதனை மூலமும் அறிந்து கொள்ளலாம். பின் இவற்றை அடிப்படையாக வைத்து சிகிச்சையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

சிகிச்சை முறை

ஒவ்வொரு வர்மத்திற்கும் உரிய நன்மை தீமைகளைத் தெரிந்து சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.[9] ஒரு வர்மத்தில் உள்ள தீமை மற்றொரு வர்மத்திற்கு நன்மை செய்வதாய் இருக்கும். உதாரணமாக:

பிடரிக்காலம் அதிக அழுத்தம் பெற்றால் நாக்கு வெளியே நீண்டுவிடும். இது பிடரிக் காலத்தின் தீமையான அறிகுறி. ஒட்டு வர்மத்தில் அதிக அழுத்தம் பெற்றால் நாக்கு உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளும். இது ஒட்டுவர்மத்தின் அறிகுறி. பிடரிக்காலத்தின் தீமையை ஒட்டுவர்ம தீமையால் சரி செய்யலாம். ஒட்டு வர்ம தீமையைப் பிடரிக் காலத்தின் தீமையால் சரி செய்யலாம்.

வர்மப் புள்ளியில் உரிய ஆற்றலை நிலை பெறச் செய்தால் உடல் நோய் நீங்கும். இதற்கு ஒரு வர்மத்தின் **எதிர்காலம், மறுகாலம்** ஆகியவற்றை அறிந்து சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும்.[10] உதாரணமாக வலதுபக்க நட்சத்திரக் காலத்திற்கு இடதுபுற நட்சத்திரக்காலம் எதிர்காலம் ஆகும். வலதுபக்க நட்சத்திரக் காலம் பாதித்தால் இடப்பக்கத்தை மிதமாக அழுத்த இரண்டும் சமனாகும். மறுகாலம் என்பது, எதிர்காலத்தில் போதிய ஆற்றல் இல்லாத போது பிற ஒரு வர்மத்தில் இருந்து ஆற்றலை பெறுவதாகும். உதாரணமாக இரண்டு நட்சத்திரக் காலங்களும் பாதிப்படைந்தால் அதனைச் சரி செய்ய கொண்டைக்கொல்லி, கண்புகைச்சல் ஆகிய வர்மங்களை உரிய முறையில் இயக்கி நட்சத்திரக் காலங்களை ஆற்றலுடையதாக ஆக்கலாம்.

எதிர்காலம், மறுகாலம் ஆகிய இரு கொள்கைகளை ஒரு மருத்துவர் தெளிவாகக் கற்றுச் செயல்படுத்தல் வேண்டும். இதற்கு நீண்டநாள் பயிற்சி தேவை. அனுபவப் பயிற்சி மிகமிக அவசியம்.

அடங்கல்களும் திறவுகோல்களும்

அவசர சிகிச்சைக்கு வர்ம மருத்துவம் காட்டும் வர்மப் புள்ளிகள் அடங்கல்கள் எனப்படும். எந்த வர்ம ஆற்றல் உடலில் எங்கு பாதிப்படைந்து, ஒருவர் மயக்கமடைந்துள்ளார் என்று தெரியாத நிலையில், மயக்கம் அடைந்தவரை உணர்வு நிலைக்குக் கொண்டு வரும் வர்மப்புள்ளிகள் அடங்கல்கள். நோயின் பாதிப்பால் மயங்கியவரையும் உணர்வுநிலைக்குக் கொண்டுவர இந்த அடங்கல்கள் பயன்படும். அடங்கல்கள் செயல்படாத போது

திறவுகோல் என்ற செயல்முறையைச் செய்து அவசரச் சிகிச்சையை வர்ம மருத்துவம் வெற்றியடையச் செய்கிறது. வர்ம நூல்கள் 110 அடங்கல்களையும் 13 திறவுகோல்களையும் பற்றி விரிவாகப் பேசியுள்ளன.

வர்ம நூல்கள்

வர்மக்கலை பற்றி 120 தனித்தனி தலைப்புகளில் நூல்கள் கிடைக்கின்றன. இவை பெரும்பாலும் காகிதச் சுவடிகளாகவும் ஓலைச் சுவடிகளாகவும் கிடைக்கின்றன. சில நூல்கள் அச்சு வடிவில் கிடைக்கின்றன. இந்நூல்கள் பெரும்பாலும் தமிழ் மொழியில் உள்ளன. ஒரு சில நூல்கள் மலையாள மொழியில் உள்ளன. ஒரு நூல் மட்டும் வடமொழி தமிழ் கலப்புடன் காணப்படுகிறது. பரிபாசைகளோடு இந்நூல்கள் உள்ளன. இந்நூல்கள் அனைத்தும் அகஸ்தியர், போகர், ராமதேவர், தேரையார் வழியில் வந்தவையாகும். இந்நூல்கள் தமிழில் இருந்தாலும் 20% சமஸ்கிருத சொற்களும் 10% மலையாளச் சொற்களும், 2% அரபுச் சொற்களும் கலந்து காணப்படுகின்றன. ஒரு வர்ம நூல் ஒரு வர்மப் புள்ளியை எப்படி விளக்குகிறது என்று தெரிந்தால்தான் 'வர்மம்' மருத்துவத்திற்கு உரியதா? என அறிதல் முடியும். சான்றாக, அஸ்திக்காந்தாரி வர்மம் குறித்துக் காண்போம்.

1. விட்ட கமுக்கூடு குழிஉள்ளுள்ளாக புஜம்
   நெஞ்சு விலாக்கூடு சேரும் குண்டு
   நட்ட புஜஎல்லை வலுவாக்கிச் சார
   நயந்தெலும்பும் வில்லுவிசை நரம்பைத் தாண்டி
   அஷ்ட திசைமுனை உள்ளில் **அஸ்திக்காந்தாரி**
   இதின்வலிமை எவருரைக்க இயலுமோ கேள்
   முட்டும் இடைபின்கலைகள் கட்டொ டொன்றும்
   உயிர்நரம்பின் உயர்வான முடிச்சில் ஒன்று

2. வானான கரமதனை இயக்கும்சக்தி வல்லமைதான்
   செல்லுகின்ற நரம்பும் இங்கே

   கோனான பாயுரு உபஸ்தம் சட்சு
   கூறுசெய்து உலாவி நிற்கும் நிலையுமிங்கே
   தானான சிங்நுவை ஆக்கிரணம் மச்சை திடம்
   பெறச்செய் நிலையமதில் கலத்த லிங்கே
   ஊனான காந்தாரி புருடன் உற்ற
   இவைக்கு உறுதி புரிவாசி இங்கே

3. புரிவதெனும் மூளைச் சுக்லம் இறக்கஏற்ற
   அணுவுடலாம் அமைப்பினது நிலையும் இங்கே
   அறிவதெனும் அவஸ்தைகளுக்கு உணர்வு ஒன்றீயும்
   அற்புதமாம் அமுதநிலை வளமும் இங்கே
   நெறிதவறி குத்தியடியால் வர்மம் கொண்டால்
   நிசமான கலைகருவி நிலை மாறாகி
   பொறிபிசகி காயமேறி சன்னிகூடி ரெத்தாசய
   அறைவாசல் சந்திப்பு எங்கும்

4. ஏங்கியே ரத்தமது அனல்குன்றிப் போய்குளிர்
   கலந்த காற்றாலே கட்டி யாகும்
   தாங்கியே தலைநோவு மூளை மந்தம்
   தவறாமல் வந்தணுகும் திடம்தான் சொன்னேன்
   வாங்கியே கன்மேந்திரியம் ஞானேந்திரியம் ரண்டும்
   வகைக்கெட்டு நிலைகுலைந்து குழம்பிக் காணும்
   பாங்கியே இதனைந்த மயக்கம் மூர்ச்சை
   அணுஉடற்கு அதிஊனம் தரிப்புக் குத்தாம்

5. புகுமதிக தாகசுரம் மாந்தை விக்கல்
   கபவரட்சை வாதவகை வருமா மென்றேன்
   தகுமான தடவுமுறை சிகிச்சைப் போக்கு
   தாரணியோர்க்கு உரைப்பதும் உறுதியாகும்
   லெகுவான காயராஜாங்கம் ஒருகரண்டி ஊட்டி
   பெரியதிரு மேனிநன்றாய்த் தேய்த்து வைத்து
   வெகுவாக நாழிகைதான் மூன்றுக்கு உள்ளே
   எடுத்திருத்தி கையணைத்து விலாவைத் தேய்த்து

6. வைத்த இருகரங்களையும் இழுத்துத் தேய்த்து
இதமாக கழுத்துப் பட்டை ஏந்தித் தேய்த்து
நைந்த கழுத்திரு புறமும் ஏந்திவந்து
காதடியில் சென்னிப் பொறிஅலகு மோனில்
உற்றகவிழ் உண்ணாக்கு திலந்தம் உச்சி
பிடரிமுனை இவையிடத்தில் விரலா லூன்றி
முற்றநீ மறுபடியும் முன்போல் கீழாய்
உந்திவிலா கடைவிலா அழுத்தி நில்லே

7. மிகவான திருமேனி தேய்த்து வைத்து
விசைகொள்ள குக்கில்கிழி வெந்து ஊன்று
தகவான மயில்நெய்யை உள்ளுக்கீந்து
மேல்சற்று போட்டழுத்த விட்டுப் போகும்
உகவான கைதரிப்பு வெதனமாகில் கலப்பைநெய்
குருக்கெண் ணெய் தோயப் போடு
அகவான சகசராதி ஈராறு வேளை
அமைப்பாக உள்குடிக்க நன்றாம் காணே.

மேற்காட்டப்பட்ட 7 பாடல்களும் அஸ்திக் காந்தாரி வர்மத்தைப் பற்றிய விளக்கப் பாடல்களாகும். முதல் பாடல் அஸ்திக்காந்தாரியின் இருப்பிடத்தை உள்ளுறுப்பு நிலையிலும் வெளியுறுப்பு நிலையிலும் காட்டுகின்றது. இரண்டாவது மூன்றாவது பாடல்கள் அஸ்திக்காந்தாரி செய்கின்ற வேலைகளைக் காட்டுகின்றன. நான்காவது ஐந்தாவது பாடல்கள் அஸ்திக்காந்தாரி பாதிப்படைந்தால் ஏற்படுகின்ற உடல் நோய், குறிகுணங்களைக் காட்டுகின்றன. ஆறாவது பாடல் எவ்வாறு கைபாகம் செய்பாகம் செய்து அந்த வர்மம் வலுவடையக் காட்டுகின்றது. ஏழாவது பாடல் உள்மருந்து புறமருந்து கொடுத்து நலம்பெற வழிக் காட்டுகிறது.

கைபாகம் செய்பாகத்தில் நோய் சரியாகி விட்டால் மருந்து தேவையில்லை. கைபாக செய்பாக முறைகளுக்குப் பின்னரும் உடல்

உபாதைகள் இருந்தால் மருந்து கொடுக்க வர்ம மருத்துவம் கூறுகின்றது.

சிகிச்சை ஆதாரங்கள்

ஒரு வர்மத்தை 12 விதத்தில் இயக்கலாம் என்பது குருமுறைப் பயிற்சியில் தான் தெளிவு பெற முடியும். இங்கு அஸ்திக்காந்தாரியின் இயக்க முறைகளை நூல் ஆதாரம் படி காண்க.

'ஆகுமென்ற கைக்குழி நடுப்பகுதியில்
அஸ்தி என்ற காந்தாரி நடுப்பகுதியில்
தாகுமென்ற விரலதிலே நெல்லு வைத்து
தக்கபடி மேல்பக்கம் அமத்தி விட்டால்
தக்கபடி அலகுதான் மட்டில் ஆகும்
தவறாமல் கீழ்வசம் அமர்த்தும் போது
ஒக்குமே சோரையது மாறிப் போகும்
ஊன்றும் இடவலம் அமத்த இக்கிள்மாறும்
பக்குவமாய் வலது வசம் கறக்கித் தாக்க
பகர்ந்த சன்னி காதவழி ஓடும்பாரு
நோக்கமாகும் மேல்மூச்சு விட்டுப் போகும்
நுட்பமடா இன்னூலை அடக்கம் வையே"

என்ற பாடலில் அஸ்திக்காந்தாரியை மேல்பக்கம் அமர்த்திவிட்டால் தாடை ஒழுங்குபடும்; கீழ்வசம் அமர்த்தினால் வாயில், காதில் இருந்து வெளிப்படும் இரத்தம் நிற்கும்; வலமிடம் அமர்த்தினால் விக்கல் மாறும்; வலது பக்கம் கறக்கினால் சன்னி, மேல்மூச்சு சரியாகும் எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. இவற்றை எல்லாம் குருமுறையாகக் கற்றுச் செய்வது நல்லது.

புதிய நோய்க்கும் பழைய நோய்க்கும் சிகிச்சை

உடலில் ஏற்பட்டுள்ள அடி, இடிகளுக்கு மட்டும் தான் வர்மச் சிகிச்சை என வர்ம நூல்கள் கூறுகின்றன என்பது பலருக்கும் தெரியும். அதுபோல் பழமையான நோய்களுக்கும்

வர்ம நூல்கள் சிகிச்சை கூறியுள்ளன. சான்றாக,

"பண்டு நல்கழுத்தில் சங்கு அசைவது
அசையா வண்ணம்
வண்மையாய்ப் பிடிப்பாய்க் கண்டால் கைகளில்
காந்தாரி தாழ்வாய்த்
திண்ணமாய் இறுக்க மெல்ல விட்டிடும்"

என்ற வர்மக் காண்டப் பாடலடிகளால் வர்மச்சிகிச்சை பழமையான நோய்களுக்கும் செய்யப்படுகிற ஒன்று என்பது தெளிவாகிறது.

நரம்பு, எலும்பு, குடல், தசை, மூளை, இரத்தம், மனம் தொடர்பான நோய்களுக்கும் வர்ம மருத்துவம் சிகிச்சை அளிக்க ஆயத்தமாக உள்ளது.

மேற்கூறப்பட்ட அடிப்படையில் வர்ம மருத்துவத்தைச் செய்தால் எதிர்விளைவு, பக்கவிளைவு இல்லாமல் செய்யலாம். இதுவே இக்கலையைப் படைத்த சித்தர்களின் நோக்கமாகும்.

முடிவுரை

1. வர்ம மருத்துவத்தைப் பயில குருகுலப்பயிற்சியும் நூல் பயிற்சியும் தேவை.
2. வர்ம மருத்துவத்தின் உடற்கூறு பற்றிய அறிவு வர்ம மருத்துவருக்குத் தேவை.
3. நோய்க் கணித்தலின் நுட்பமும் வர்மப்புள்ளியின் தெளிந்த அறிவும் இருந்தால் வர்ம மருத்துவத்தைச் சிறப்பாகச் செய்யலாம்.
4. வர்ம மருத்துவத்தால் எதிர்விளைவு பக்கவிளைவுகள் இல்லை.
5. நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப சிகிச்சையின் கால அளவு அதிகமாகத் தேவைப்படவும் செய்யலாம்.
6. அவசர சிகிச்சைக்கும் இம் மருத்துவம் வழி கூறுகின்றது. நெடுநாள் நோய்க்கும் இம் மருத்துவம் வழி சொல்கிறது.
7. பல்துறை மருத்துவர்களும் இம் மருத்துவத்தைக் கற்று சிகிச்சை கொடுக்கலாம்.

8. எல்லாத் துறை சார்ந்த மருந்துகளோடும் இம்மருத்துவத்தை இணைத்துச் செய்யலாம்.
9. இந்தியாவில் உள்ள அனைத்துத் துறை மருத்துவர்களும் இணைந்து இவ்வர்மமருத்துவத்தை உலக மருத்துவ அரங்கிற்கு உயர்த்தவேண்டும். சேர்ந்து உழைப்போம். இந்திய மருத்துவமான வர்ம மருத்துவத்தை உலக அரங்கில் உலாவரச் செய்வோம்.

அடிக்குறிப்புகள்

1. 'எங்கும் மருமத்திடை குளிப்ப' (புறப்பொருள் வெண்பாமாலை–7:23)
2. திருமந்திரம், பா. 709, 723.
3. 'பாரப்பா தேகத்தில் நரம்பின் சுருளுகளும்
   குச்சம் தானும் பொய்கைகளில்
   பிரிந்த இடம் வர்மமென்று பேரும் ஆச்சே' (நரம்புச் சூத்திரம்–35, பா. 25)
4. பிரியுமென்ற தலமதனை அறிய வென்றால்
   பிரிவு எண்ணாயிரம் முடிச்சு தெரியவேண்டும், பா. 106
5. பஞ்சசூத்திரம்–500, பா. 43.
6. 'வற்மம் வற்மம் என்றால் வாதம் காற்றுதானே
   இன்னும் அதிலேதான் பித்தம் கூடி நிற்கும்
   சிலேர்பனமும் தொட்டு நிற்கும்
   இவர் மூன்று பேரையும் கணக்கறிந்து
   கசடற எண்ணிப் பார்த்து கையடங்கல் செய்க' (வ.வா.சூ. திறவுகோல்)
7. 'உச்சி நெற்றி உகந்த மூக்குப் பாலமது
   நெஞ்சு நேர்வர்மம் நெருங்கி காயம்
   மிகவந்தால் மீறும் பித்தம் . . . .' (வர்ம நிதானம்–308)
8. 'ஆமப்பா கூம்பின் தாழே வந்ததோர் காயத்திற்கு
   ஓமப்பா பித்த சிலேற்பனம் வீறிட்டு எழும்பி
   வாதம் குன்றி நடக்கும் . . . .' (வாகட நிதானம்–311)
9. 'கல்லென்ற உள்ளறிவால் தலத்தைக் கண்டு
   கருதிப்பார் நன்மை தீமை வெளியதாகும்' (சூடாமணி–199)
10. 'சிணமாக இருவழியும் ஆய்ந்து கொண்டு
    செய்திடுநீ மறுகாலம் செகத்துள் ளோர்க்கே'
    (வேதசத்தி என்னும் வர்மக்கலை, ஏப்ரல் 2009)

❆❆❆