நாலடியார் பாடல்களில் தமிழ் மருத்துவம்

Tamil Medicine in Naladiyar

பிரேமளா விஜயன் / Premella Vijaihian[1]
இரா. சீதாலட்சுமி இராதாகிருஷ்ணன் / R.Seeta Lechumi Ratha Krishnan[2]

Date of submission: 2024-11-18
Date of acceptance: 2024-12-01
Date of Publication: 2024-12-30
Corresponding author's Name:
Premella Vijaihian
Email: p_premella@yahoo.com

Abstract

In the changing human living environment, medicine has become an important aspect. Although human beings are progressing gradually, physical health continues to pose many challenges to human beings. In general, irregular eating habits and an undisciplined lifestyle are the reasons for deterioration of physical health. Although modern medicine provides solutions for diseases that arise from time to time, there is no doubt that following the right way of life as prescribed by ancient medicine helps one to lead a healthy life throughout their lifetime. In this regard, the medical treatment practices followed by people in their daily life during various periods can be known through the study of literature that emerged during those times. Tamil literature also contains many medical references necessary for the people. The *Patinenkilkkanakku* texts are the compilations made during the Sangam period. The *Patinenkilkkanakku* texts are generally texts that preach moral values. However, many verses contain references to ancient medicine. This article aims to study the medical-related practices found in the three texts called Naladiyar - among the *Patinenkilkkanakku* Texts. The ancient Tamils gave great importance to maintaining a healthy physical lifestyle in their daily life. They inculcated good conduct and discipline in people's minds and thereby enabled them to lead a disease-free life. By reading the Naladiyar, we can understand that they made people lead a life free from diseases through inculcating good conduct and discipline. We can appreciate the greatness of these texts as they reveal medical thoughts that are relevant even for today's people.

Keywords: Modern Literature, Ethnography elements, Ethnic life, People's culture

ஆய்வு அறிமுகம்

நோய்களைப் பற்றியும் நோய் தீர்க்கும் முறைகள் பற்றியும் தமிழர்கள் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பே நன்றாக உணர்ந்திருந்தனர் என்பதற்குத் தமிழ் இலக்கியங்களும், அக்கால கல்வெட்டுகளும் சான்று பகிர்கின்றன (சாமி சிதம்பரனார், 1986, ப.52). குறிப்பாகத் தொல்காப்பியம், சங்கக் கால இலக்கியங்கள்,

[1] The author is a Ph.D candidates in the Department of Indian Studies, Universiti Malaya, Malaysia. p_premella@yahoo.com

[2] The author is a senior lecturer in the Department of Indian Studies, Universiti Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia. rseeta@um.edu.my

சங்கம் மருவியக் கால இலக்கியங்கள் கற்கும் போது தமிழர்களின் பண்டைய மருத்துவக் குறிப்புகள் பல காண முடிகின்றன. சங்கம் மருவிய கால நூல்கள் பதினெண்கீழ்க்கணக்கு நூல்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. பதினெண்கீழ்க்கணக்கு நூல்களில் ஒன்றான நாலடியார் பாடல்கள் பொதுவாக அறத்தைக் கூறும் பாடல்களாக அமைந்தாலும் மருத்துவம் தொடர்பான பல குறிப்புகள் இந்நூலின் பாடல்களில் காண முடிகின்றன. இந்த மருத்துவக் குறிப்புகள் மக்கள் நோயின்றி ஆரோக்கியமான வாழ்வு வாழ பேருதவியாக அமையும் என்பதில் எவ்வித ஐயமுமில்லை. நாலடியார் பாடல்களில் காட்டப்படும் மருத்துவக் கூறுகளான நோய், பிணி, நோய்களுக்கான காரணங்கள் அவற்றைத் தடுக்கும் வழிமுறைகள் போன்றவை இக்கட்டுரையில் ஆய்வுச் செய்யப்படுகிறது.

ஆய்வு நோக்கம்

இவ்வாய்வின் நோக்கம் நாலடியார் நூல்களில் காணப்படும் மருத்துவக் கூறுகளை ஆய்வுச் செய்வது மட்டுமின்றி இவ்வகைச் சிந்தனைகள் மக்களுக்கு எவ்வாறு தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதை ஆய்வுச் செய்வதாகும். இதன்வழி, பாரம்பரிய தமிழ் மருத்துவங்கள் மக்கள் உடல் ஆரோக்கியத்துடன் நீண்ட நாள் வாழ உறுதுணையாக இருப்பதை உறுதிப்படுத்தலாம்.

ஆய்வு முறைமை

இவ்வாய்வானது தரப்பகுப்பாய்வு முறையில் மேற்கொள்ளப்பட்டது. இவ்வாய்வில் நூலாய்வு அணுகுமுறையும் கையாளப்பட்டது. ஆய்வுக்குத் தொடர்பான மருத்துவப் புத்தகங்கள், ஆய்வுக் கட்டுரைகள், ஆய்வேடுகள் ஆழ்ந்து ஆராயப்பட்டுக் குறிப்புகள் சேகரிக்கப்பட்டன. நாலடியார் நூலில் 400 பாடல்களைக் கொண்டுள்ளன. இவ்வனைத்துப் பாடல்களும் இவ்வாய்விற்குப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

தமிழ் மருத்துவம் அறிமுகம்

பன்னெடுங்காலமாக பழந்தமிழர்களால் வழக்கத்தில் கையாளப்பட்ட தமிழ் மருத்துவம் அல்லது கை மருத்துவத்தைச் ‘சித்த மருத்துவம்’ என்றும் குறிப்பிடுவர் (நாராயணசாமி, 1975, ப.4). பல சித்தர்களால் செம்மைப்படுத்தப்பட்டு வளர்க்கப்பட்டதுதான் தமிழ் மருத்துவம். தமிழ் மருத்துவம், ‘மொகென்ஜொ டரோ’ மற்றும் ‘ஹராப்பா’ நாகரீகத்தில் திராவிடர்களால் தென் இந்தியாவிற்கு 2500 ஆண்டுகளுக்கு முன் கொண்டு வரப்பட்டதாகக் ஆய்வுகள் மூலமாகவும், சங்க இலக்கிய சான்றுகள் மூலமாகவும் அறியமுடிகிறது (ஜோசப்டாஸ், ஜெ., 1996, ப.95). சித்தர்களின் ஞானத்தால் சிறப்படைந்த தமிழ் மருத்துவம் சைவ சித்தாந்தத்தின் அடிப்படையானது என்று ஆய்வாளர்கள் கூறுகின்றனர் (கந்தசாமி பிள்ளை, ந., 1979, ப.95). சித்த மருத்துவம் தமிழ் மண்ணில் தோன்றிய மிகவும் தொன்மையான மருத்துவமுறை என்பது மட்டுமின்றி சித்தர்களின் பாடல்களையே மூலமாகவும், தமிழில் மட்டும் மூல நூல்களைக் கொண்டு வளர்ந்ததாகவும் காணமுடிகிறது (கந்தசாமி பிள்ளை, 1979, ப.95). நந்தி, அகத்தியர், திருமூலர், புலிப்பாணி, போகர், காளாங்கி, கமலமுனி, கோராக்கர், பாம்பாட்டிச் சித்தர், ராமதேவர், மச்சமுனி, அழகண்ணர், புண்ணாக் கீசர், சட்டை நாதர், கருவூரார், குதம்பை சித்தர், தேரையர், சுந்தரானந்தர், இடைக்காடர் ஆகிய பதினெட்டு சித்தர்கள் தவிர இன்னும் இதர சித்தர்களும் சித்த மருத்துவத்தை வளர்த்தனர் என்று ஆய்வுகள் காட்டுகின்றன (கோமதி நாயகன், 2008, ப.7). பதினெட்டு சித்தர்களுள் அகத்தியர், திருமூலர், போகர் ஆகியோர் முக்கியமானவர்கள் ஆகும்.

இயற்கை பொருள்களான மண், கல், உப்பு, தாவரங்களின் வேர், பட்டை, பூ, இலை, காய், கனி, விதைகள் போன்றவற்றைக் கொண்டே சித்த மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவ்வாறு இயற்கை மருத்துவமான சித்த மருத்துவம் ஐம்பூதங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது (பசுமலையரசு, 1979, ப.16). ‘அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டம், பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டம்’ என்பது சித்த மருத்துவக் கோட்பாடாகும். அதாவது, உலகத்தை ஆளும் ஐந்து பஞ்சபூதங்களான மண், நெருப்பு, நீர், காற்று, ஆகாயம் மனித உடலிலும் காணப்படுகின்றன. இதனை, வாதம், பித்தம்,

கபம் என்று சித்த மருத்துவம் கூறுகிறது. இம்மூன்றின் அடிப்படையில்தான் சித்த மருத்துவமும் செயல்படுகிறது. வாதம், பித்தம், கபம் ஆகியவற்றை ‘முக்குற்றம்’ என்றே திருக்குறள் பகர்கின்றது. வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய இம்மூன்றில் ஏதேனும் அதிகமானாலும் குறைந்தாலும் நோய்கள் உண்டாகும் என்று பின்வரும் திருக்குறள் கருத்துரைக்கிறது.

‘மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்

வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று’ (குறள். 941)

திருக்குறளின் இக்கருத்தானது சித்த மருத்துவத்தோடு ஒப்புமைக்கொள்ள முடிகிறது. ஆக, சித்த மருத்துவத்தின் துள்ளியமான அறிவியல் சிந்தனையே தமிழ் மருத்துவத்தைச் சிறப்படையச் செய்கிறது எனலாம். தமிழ் மருத்துவத்தின் சிறப்பினைத் தமிழ் இலக்கியங்கள் மூலமாக கற்றுத் தெளியலாம் என்பதற்குச் சான்றாக இவ்வாய்வு செய்யப்படுகிறது.

நாலடியார் நூலின் அறிமுகம்

நாலடியார் பாடல்கள் அனைத்தும் வெண்பாக்களால் ஆனது. இந்த வெண்பாக்கள் நான்கு அடிகளால் அமைந்ததால் இந்நூலுக்கு ‘நாலடி’ என்றும்; இந்நூலின் சிறப்பு கருதி ‘ஆர்’ விகுதி சேர்ந்து நாலடியார் எனவும் குறிப்பிடப்படுகிறது (மாணிக்கவாசகம், 2014, ப.4). மேலும், நாலடியாரில் நானூறு பாக்கள் உள்ளதால் ‘நாலடி நானூறு’ எனவும் வழங்கப்படுகிறது (மாணிக்கவாசகம், 2014, ப.4). நாலாடியார், திருக்குறள் போன்று முப்பால் நூலாக அமைந்துள்ளது. அறத்துப்பால் பதிமூன்று, பொருட்பால் இருபத்து நான்கு, காமத்துப்பால் மூன்று எனும் முப்பிரிவும் நாற்பது அதிகாரங்களும் கொண்டது. சமண முனிவர்களால் பாடப்பெற்ற பாடல்களைக் கொண்டு தொகுக்கப்பட்ட நூல் நாலடியார் என்ற கூற்றிற்கு நச்சினார்க்கினியரின் சீவகசிந்தாமணி உரையில் சான்று உள்ளது என குறிப்புகள் காட்டுகின்றன (ராஜாராம் துரை, 1993, ப.82). நாலடியார் நூல் எழுந்த விபரங்களை இலக்கிய வரலாற்றில் காணலாம். தங்கள் நாட்டில் பஞ்சம் ஏற்பட்டதால், எண்ணாயிரம் சமண முனிவர்களும் பாண்டிய நாட்டில் தஞ்சம் புகுந்த போது, பாண்டிய மன்னன் அவர்களுக்கு அடைக்கலம் தந்தான். பஞ்சம் தீர்ந்தவுடன் புலவர்கள் தத்தம் ஊர்களுக்குச் செல்வதை ஏற்காத மன்னன் அவர்களைத் தடுத்து நிறுத்தினான். மன்னனுக்குத் தெரியாமல் அவர்கள் ஆளுக்கொரு பாட்டாக எண்ணாயிரம் பாடல்களை எழுதி விட்டு ஊருக்குப் புறப்பட்டுச் சென்று விட்டனர். இதனால் வருத்தமடைந்த பாண்டிய மன்னன் அப்பாடல்கள் அனைத்தையும் வையையில் எறியுமாறு வேண்ட, அவ்வாறு செய்தப்பின், அவற்றில் நானூறு பாடல்கள் எதிரேறிக் கரையில் ஒதுங்கின. அதிர்ச்சிக்கு உள்ளான மன்னன், புலவர்கள் எழுதிய பாடல்களின் சிறப்பை உணர்ந்து, அவற்றை ஒரு நூல் தொகுப்பாக அமைத்தான் என்று இலக்கிய வரலாறு குறிப்பிடுகிறது. இந்நூலுக்குக் கடவுள் வாழ்த்து அமைத்து, இயல் வகுத்துத் தொகுத்தளித்தவர் பதுமனார் என்னும் புலவர் என்பர் (மாணிக்கவாசகம், 2014, ப.4). நாலடியார் பாடல்களில் அதிக வடச்சொற்களைக் காணலாம். ‘முத்தரையர்’ என்ற அரசப் பரம்பரைப் பற்றி பாடல்கள் 200-லும், 296-லும் குறிப்பு வருவதால் நாலடியார் நூலின் காலத்தைக் கொண்டு கால ஆராய்ச்சி செய்து, இந்நூல் 7-ஆம் நூற்றாண்டையது என்று இலக்கிய வரலாறு குறிப்பிடுகிறது (ராஜாராம் துரை, 1993, ப.132).

நாலடியார், திருக்குறளோடு இணைந்து பேசப்படும் பெருமை உடையது. *‘நாலும் இரண்டும் சொல்லுக்கு உறுதி’*; *‘பழகு தமிழ்ச் சொல்லருமை நாலிரண்டில்’* என்னும் அடிகள் இதன் பெருமையைக் காட்டுகின்றன. பரிமேலழகர், நச்சர், அடியார்க்கு நல்லார் போன்ற உரையாசிரியர் பலரால் இந்நூலுக்கு உரை எழுதப்பட்டுள்ளது. மேலும், திருக்குறளுக்கு நிகராக போப்பையரால் ஆங்கிலத்தில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டுள்ளது நாலடியாரின் பெருமையை மேலும் சிறப்பிக்கிறது. நாலடியாருக்கு நாலடி நானூறு, வேளாண்வேதம் என்ற வேறு பெயர்களும் உண்டு (மாணிக்கவாசகம், 2014, ப.5).

நாலடியார் பாடல்களில் ‘நோய்’ சொல்லாட்சி

தமிழ் அகராதி, ‘நோய்’ என்ற சொல்லுக்குத் துன்பம், வருத்தம், வியாதி, குற்றம், அச்சம், துக்கம், நோவு என்று பொருள் தருகிறது (கழக தமிழ் அகராதி, 1956, ப.235). ‘நோய்’ என்பதன் அர்த்தத்தை மேலும் தெளிவுப்படுத்திய செம்மொழி அகராதி, அதற்குத் தளர்ச்சி, மெலிவு, துன்பம், வருத்தம், வியாதி, குற்றம், அச்சம், துக்கம், நோவு என்று பல பொருள்களைத் தருகிறது (கந்தையா, 2009, ப.267). பழம்பெரும் இலக்கண நூலான தொல்காப்பியப் பாடல்கள், ‘நோய்’ என்பதற்கு வருத்தம், துன்பநிலை, மனவருத்தம் என்ற பொருள்களில் அமைந்துள்ளன. ‘நோய்’ அல்லது ‘துன்பம்’ பிறரால் காண இயலாதப் பொருட்களுள் ஒன்று என்றும் அத்துடன் நோயென்பது எல்லா இடங்களிலும் இருப்பது என்றும் தொல்காப்பியரின் பின்வரும் பாடல் விளக்குகிறது.

‘நோயும் வேட்கையும் நுகர்வும் என்றாங்கு

ஆவயின் வரூஉங் கிளவி எல்லாம்

நாட்டியல் மரபின் நெஞ்சுகொளின் அல்லது

காட்ட லாகப் பொருள் என்ப’ (தொல்.:பொருள்:51)

இப்பாடல் வழி மனிதனுடைய உடலையும் உள்ளத்தையும் தாக்குவதே நோய் என்னும், அடிப்படை கருத்தை அறியமுடிகிறது.

‘நோய்’ என்ற சொல் இலக்கியங்களில் பல சூழல்களில் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. குறிப்பாக, ‘நோய்’ ‘பிணி’ என்ற சொற்கள் பரவலாகத் தமிழ் இலக்கியங்களில் காணப்படுகின்றன. நாலடியார் பாடல்களை ஆயும் பொழுது ‘நோய்’ என்ற சொல்லும் ‘பிணி’ என்ற சொல்லும் பல பாடல் வரிகளில் வெவ்வேறு சூழல்களில் விளக்கப்பட்டுள்ளன என்பது புலனாகுகிறது. நாலடியார் பாடல்களில், ‘நோய்’ என்ற சொல் பல இடங்களில் மனிதனின் துன்பமான சூழலை விளக்கப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளதை ஆய்வின் மூலம் அறியலாம். ஒருவருக்கு நோய் வருவதற்குப் பல காரணங்கள் இருக்கின்றன. நோய் ஒருவருக்கு எவ்விதத்திலும் வந்து சேரும் என்பதனை நாலடியார் பாடல் ஒன்று குறிப்பிடுகிறது.

‘நிழலும் நீரும் கூடப் பிணியைத் தோற்றுவிக்கும்’ (நாலடி.17)

என்ற நாலடியார் பாடல், ஒருவருக்கு அவருடைய நிழலும், அவரைச் சார்ந்திருக்கும் நீரும் கூட நோய் வரக் காரணமாக அமைந்து விடுவதாகத் தெரிவிக்கிறது. தொடர்ந்து, துன்பத்தை ‘நோய்’ என்று கூறும் வகையில் சில நாலடியார் பாடல்கள் அமைந்திருப்பதையும் காணலாம். அப்பாடல்கள் கீழ்வருமாறு அமைந்துள்ளன.

‘தெரியத் தெரியுந் தெரிவிலா தாரைப்

பிரியப் பிரியுமாம் நோய்’ (247)

‘உரையாமை முன்னுணரும் ஒண்மை யுடையார்க்கு

உரையாரோ தாமுற்ற நோய்’ (292)

‘இனியார்தம் நெஞ்சத்து நோயுரைப்ப அந்நோய்

தணியாத உள்ளம் உடையார்’ (369)

மேற்கண்ட நாலடியார் பாடல் வரிகளில் காணப்படும் ‘நோய்’ என்ற சொல், ஒருவரின் துன்பத்தை வெளிக்காட்டுவனவாக அமைந்துள்ளதைக் காணலாம். மற்றொரு நாலடியார் பாடல்,

‘நிலையாமை நோய்மூப்புச் சாக்காடென் றெண்ணித்

தலையாயார் தங்கருமம் செய்வார் – தொலைவில்லாச்

சத்தமும் சோதிடமும் என்றாங் கிவைபிதற்றும்

பித்தரின் பேதையார் இல்’ (பாடல் 52)

என்று வருகிறது. இப்பாடல் வரிகளில் வரும் நோய் என்னும் சொல் பிணி, மூப்பு (முதுமை), சாக்காடு (இறப்பு) போன்றவை மனித உடலில் நிலையாக உள்ள கூறுகளாக அமைந்திருக்கின்றன என்பதனைக் குறிக்கின்றன. நோய், முதுமை,

சாக்காடு ஆகியவை ஒருவருக்குத் துன்பத்தையே தரும் என்பது இதன் மூலம் அறியலாம்.

அடுத்து ஒரு பாடலில், கற்பவர்கள் பல வியாதிகளுக்கு ஆளாகின்றனர்

என்பதனைக்,

‘கற்பவர் நாள்சில; மெல்ல நினைக்கின் பிணிபல’

(நாலடியார் 135)

எனக் கூறப்படுகிறது. ‘பிணி’ என்று இங்கு குறிப்பிடுவது கற்றவர் மனதில் எழும் பல வித எண்ணங்கள் என்று விளக்கம் தரப்படுகிறது. கற்றவர்கள் அன்னம் போல் நல்லது கெட்டது எனப் பிரித்து நல்லவற்றை மட்டும் எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும் என்று இப்பாடல் உணர்த்துகின்றது. ஆக, இங்கு ‘பிணி’ என்ற சொல் ஒருவரிடத்தில் எழும் தீய எண்ணங்களைக் குறிக்கிறது எனலாம். ஒருவரின் தீய எண்ணங்கள் அவரைத் துன்பத்தில் ஆழ்த்திவிடும் என்பதால் ‘பிணி’ என்கிற சொல் இங்கு கையாளப்பட்டுள்ளது எனலாம்.

மேலும், அதிகாலையில் எழுந்து கணவனுக்கு உகந்த உணவைச் சமைத்து

பரிமாரத் தவறிய மனைவியின் செயல் கணவனுக்குச் சினத்தை மூட்டுவதால் அதுவே அவனுக்குப் பிணியாகவும் மாறுகிறது என்கிறது நாலடியாரின் அடுத்த பாடல்.

‘சிறுகாலை அட்டில் புகாதாள் அரும்பிணி’ *(நாலடியார், 363)*

அதாவது, நல்ல மனையாள் என்பவள் கணவனுக்குத் தேவையானவற்றை உகந்த நேரத்தில் செய்து வந்தால் இல்லறம் செழிப்பாக இருக்கும் என்ற மறைமுகக் கருத்து இப்பாடல் மூலம் உணர்த்தப்படுகிறது.

நாலடியார் பாடல்கள் வெளிகாட்டும் நோய்களுக்கான காரணங்கள்

தமிழ் மருத்துவம், ஒருவருக்கு ஏற்படும் நோய்களுக்கான காரணத்தை அறிவியல் சிந்தனையோடு கூறியிருப்பது தமிழர்களின் அறிவு முதிர்ச்சியை வெளிகாட்டுகின்றது எனலாம். முறையற்ற உணவு முறை, வாழ்க்கை முறை நோய்களுக்கு முக்கியக்காரணமாக இருந்தாலும் ஒருவரின் மனதைச் சீர்குலையச் செய்யும் அதிக சினம், ஆசை, காமம், போன்ற கூறுகளும்தான் நோய்களுக்கு மூலமாக அமைகின்றன என்பதனைத் தமிழ் மருத்துவம் கூறுகின்றது. இது ஒருவகை மனநோயாக வகைப்படுத்துகிறது தமிழ் மருத்துவம். ஆத்திரம், பயம், கவலை போன்ற மனித இயல்புகள் இரத்த அழுத்தம், இருதய நோய்களை உருவாக்குகிறது என்று நவீன மருத்துவமும் உறுதிசெய்கின்றது. ஆதலால்தான், திருக்குறள் போன்ற தமிழ் இலக்கியங்கள் சினம் கொள்வதை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும் என அறிவுரைக் கூறுகின்றன. நாலடியார் பாடல்களிலும் இக்கருத்தினைக் காணலாம். திருக்குறள் போன்று நாலடியாரும் தமது ‘சினமின்மை’ என்னும் பகுதியின் கீழ் அதிக சினம் கொள்வதால் துன்பமே ஏற்படும் என்பதனைச் சுட்டிக்காட்டியுள்ளது. நாலடியாரின், ‘காயும் கதமின்மை நன்று’ (பாடல் 61) என்ற பாடல் வரி இதற்குச் சான்றாக அமைகிறது. இங்கு, ‘கதம்’ என்றால் சினம் என்று பொருள் படும். கடும்படியான கோபம் இல்லாதிருப்பது நன்று என்பது இப்பாடல் வரியின் பொருளாகும்.

மேலும், அதிக காமம், ஆசை இவை யாவும் தீங்கையே வரவழைக்கும்

என்பதால் நாலடியார் பாடல்கள் இவற்றை முற்றாக அழித்து விட வேண்டும் என்று அறிவுறுத்துகின்றன. அதிக காமம் ஒரு நோய் என்று கூறுகிறது நாலடியார். அதாவது,

‘சொல்தளர்ந்து கோல்ஊன்றிச் சோர்ந்த நடையினராய்ப்

பல்கழன்று பண்டம் பழிகாறும் – இல்செறிந்து

காம நெறிபடருங் கண்ணினார்க் கில்லையே

ஏம நெறிபடரு மாறு’

(நாலடியார் பா. 13)

என்ற பாடல் வரிகள், பேச்சின் வலி குறைந்து, கையில் கோல் ஊன்றித் தள்ளாடிய

நடையை உடையவராய், பற்கள் உதிர்ந்து, இவ்வுடல் பழிக்கப்படுமளவும் மனைவியோடு பற்றுக்கொண்டிருந்து காமவழியில் செல்லும் சிற்றறிவுடையருக்கு மெய்யின்ப வழியில் செல்லும் வகையில்லை என்பதனைப் புலப்படுத்துகின்றன. சிற்றின்பம் என்றென்றும் உண்மையான மனமகிழ்வைத் தாராது என்பது இப்பாடல் மூலம் புலனாகிறது. இதே கருத்தினை நாலடியார் தமது பாடல் 60-லும் புலப்படுத்துகிறது. தொடர்ந்து, மனிதன் மன உணர்வுகளுக்கு அதிக இடம் கொடுக்காமல் ஐம்புலன்களையும் அடக்கி ஆள வேண்டும் என வழியிறுத்துகிறது நாலடியார்.

'மெய்வாய்கண் மூக்குச் செவியெனப் பேர்பெற்ற

ஐவாய வேட்கை அவாவினைக்-கைவாய்

கலங்காமற் காத்துய்க்கும் ஆற்ற லுடையான்

விலங்காது வீடு பெறும்'

(நாலடியார் பா.59)

என்ற நாலடியார் பாடல், ஆசைகளை அடக்குபவனே இறைவனடி சேர்வர் என்கின்றது. ஐம்புலன்களை ஒழுக்கநெறியில் செலுத்துதல் நன்று என்கின்ற கூற்றானது தமிழ் மருத்துவத்தை ஒத்த இருக்கிறது. ஐம்புலன்களை அடக்கத் தவறியவர் வாழ்க்கை கெட்டழியும் என்பது சித்தர்களின் கருத்தாகவும் இருக்கிறது. ஐம்புலன்களை அடக்கியாள தெரியாதவன் பல உடல் கேடுகளுக்கு ஆளாகிறான் என்பதனைச் சித்த மருத்துவம் கூறுகிறது. நோய்களிலிருந்து விடுபடவே ஒருவன் ஐம்புலன் அடக்கத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்கிற அறக்கருத்தை நாலடியார் பாடல் உணர்த்துகிறது எனலாம்.

அடுத்து, மனித உடல் நோய்வாய்ப்படுவதற்கு அவரவர் எடுத்துக்கொள்ளும் உணவே முதற்காரணமாக உள்ளது என்று மருத்துவ ஆராய்ச்சிகள் கூறுகின்றன (இரத்தினவேலனார், 2001, ப.14). புலால், கள் போன்ற உணவுகளை உட்கொள்வதால் மனித உடலில் நோய்கள் ஏற்படுகின்றது. அதிகளவு புலால் உண்பதும் கள் குடிப்பதும் மனித உடலுக்கு ஒவ்வாத ஒரு நிலையாக மாறுகிறது; உடலில் கொழுப்புகள் அதிகமாகிறது; அதுவே பல நோய்களுக்குக் காரணமாகும் விளங்குகிறது. ஆதலால்தான், மருத்துவர்கள் அதிக புலால் உண்பதையும் கள் குடிப்பதையும் தடுக்கின்றனர். தமிழ் இலக்கியங்கள் புலால் உணவை மறுத்தலைப் பற்றி பரவலாகப் பேசியுள்ளன. நாலடியார் பாடல் ஒன்று,

'அக்கேபோல் அங்கை யொழிய விரலழுகித்

துக்கத் தொழுநோய் எழுபவே - அக்கால்

அலவனைக் காதலித்துக் கான்முரித்துத் தின்ற

பழவினை வந்தடைந்தக் கால்'

(நாலடியார் பா.123)

என்று வருகிறது. அதாவது, முற்பிறவியில் நண்டை ஒடித்து தின்றவர் கடுந்துயர் கொடுக்கும் நோயான குட்ட நோய்க்கு ஆளாவர் என்று புலால் உண்பதைக் கண்டித்து கூறுகிறது இப்பாடல். இதன் வழி, நாலடியார் புலால் உணவைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்றக் கருத்தினைக் கூறுகிறது.

முடிவுரை

இதுகாறும், நாலடியார் பாடல்களில் இடம்பெற்றுள்ள தமிழ் மருத்துவம்

சார்ந்த பதிவுகளை இவ்வாய்வில் அடையாளம் காட்டப்பட்டுள்ளன. இவ்வாய்வு செய்தப்பின், நாலடியாரின் நூற்சிறப்பினை நன்கு விளங்கிக் கொள்ள ஏதுவாக அமைகிறது. கட்டுப்பாடுகளை மக்கள் மனதில் விதைத்து அதன் மூலமாக அறவொழுக்கத்தையும் நோயில்ல வாழ்வையும் பெறுவதற்கு நாலடியார் பாடல்கள் பெரிதும் உதவியாக இருக்கின்றன. நாலடியார் பாடல்கள் அற பாடல்கள் என்பதைத் தவிர அவை யாவும் மக்கள் நலனுடன் வாழ ஒரு சிறந்த மருத்துவக் குறிப்புகளை அடக்கியுள்ளதைக் காணலாம். மக்கள் நலமுடன் வாழ பாரம்பரிய மருத்துவம் சிறந்த ஒரு வழிகாட்டியாக அமைந்திருப்பதில் எவ்வித ஐயபாடுமில்லை.

References

Josephdass, J. (1996). *Siddha Maruththuva Aivu Kovai Vol.1*. Chennai.

Kanthaya, N.C. (1974). *Kazhaga Tamizh Agarathi*. Chennai: Kazhaga Veliyeedu, Southindia Saiva Siddhantha.

Kanthaya, N.C. (2009). *Senthamizh Agarathi*. Chennai: Ulaga Tamizharaichi Niruvanam.

Kanthasamy, N. (1995). *Tamizh Bakhti Ilakkiyam*. Kuala Lumpur: Thirumagal Publication.

Kandaswamy Pillai, N. (1979). *History Of Siddha Medicine*. Chennai: Directorate Of Indian Medicine.

Komathy Nayagan, I. (2008). *Siddharkal Kattum Vazhviyal Kalvi*. Chennai: Santha Patippagam.

Manickavasagam, Nya. (2014). *Naaladiyar (Moolamum Uraiyum)*. Chennai: Uma Patippagam.

Narayansami, V. (1975). *Introduction To The Siddha System Of Medicine.* T.Nagar: Anandam Research Institute Of Siddha Medicine.

Pasumalaiyarasu, M. (2006). *Senthamilum Siddha Maruthuvamum*, Chennai: Geethai Patippagam.

Rajaram Durai. (1993). *Patinenkilkkanakku (Moolamum Uraiyum)*. Chennai: Mullai Nilayam.

Rajenthiran, P. (2009). *Ariviyalum Tamizhum*. Tanjavoore: University Of Tamil.

Ratthinavelanar (2001). *Siddha Maruthuvak Kural Nul*. Chennai: Rasalakkumi Patippagam.

Sithambaranar Samy (1986). *Pattinenkilkanukku Tamilar Vazhvu*. Chennai: Ilakkiya Nilayam.

Subramaniam, S.V. (2012), *Patinenkilkanakku Nulkal (Moolamum Uraiyum)*. Chennai: Manickavasagar Patippagam.

Vengadesan, K. (1998). *Tamil Ilakkiyaththil Siddha Maruthuvam*. Chennai: Sri Sakti Patippagam.

Vasanda Kumar Nadarajah, Silllalee S.Kandasamy, Ravindaran Maraya. (2013). Malaysiavil Siddha Maruththu*vam. Journal Of Tamil Peraivu, 12*, 95-103.