உங்கள் கையில் உங்கள் சிகிச்சை

DR. S.ஜெயராமன், PhD., MD(Acu)
ISA Certified., BSS Certified

SBASAM ACADEMY

First Published

March 2024

© Copy Right to SBASAM PUBLISHER

SREE BHIRUKU ALTERNATE STUDIES AND MEDICAL THERAPHY

H73, MGR Street, Pallavan Nagar, Kanchipuram, TamilNadu, India –631501

மாற்று மருத்துவ சிகிச்சையின் வரலாறு

மனிதன் உடல் பஞ்ச பூதங்களால் கட்டமைக்கப்பட்டுள்ளது, மனிதனும் இயற்கைதான். எதை உணர்கின்றோமோ அது பிரபஞ்ச சக்தியின் துணையுடன் வடிவமைக்கப்படுகிறது. ஆகவே மனிதன் ஒரு சிறய பிரபஞசம், அண்டத்தில் உள்ளது பிண்டத்தில்

நம் தவறான பழக்க வழக்கத்தினால் நம் உடலில் நாமே பிணியை தேடிக் கொள்கிறோம். அதனை சரிசெய்துக் கொள்ள நம் உடலில் அமைக்கப் பட்டுள்ள சக்கரங்கள், பிரபஞ்ச சக்தியும் துணை புரிகின்றன. இதனை உணராமல் தொடர்ந்து நம் தவறான அனுகு முறையினால் உடலில் பிணியினை நாமே ஏற்படுத்திக் கொள்கிறோம்

மனிதன் ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் பிணிக்கு, இன்றைய அறிவியல், மருத்துவ துறையில் மிகப் பெரிய சிகிச்கை முறையை ஏற்படுத்தியுள்ளது. மனிதன் கண்டு பிடித்த இந்த செயற்கை மருத்துவ சிகிச்சை (தெராபி) உடன் பயன் அளித்தாலும், அது மனித உடலுக்குள் புதிய இராசயண கழிவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது.

மாற்று மருத்துவ சிகிச்சை (தெராபி), இயற்கை அமைத்துக் கொடுத்த உடல் அமைப்பின் தத்துவத்தை பின்பற்றி பிரபஞ்ச சக்தியை அதிகரிக்க உதவும் சிகிச்கை அளிப்பதனால் மாற்று மருத்துவ சிகிச்கை இயற்கையிலிருந்து முரண்படவில்லை. இதனை உணர்ந்த நம் சித்தர்கள், மகரிஷகள், ஞானிகள் இந்த மனித குலத்திற்கு மிகவும் பயன்படும் நூற்றுக்கும் மேற்புட்ட சிகிச்சை முறைகளை வடிவமைத்துக் கொடுத்துள்ளனர். அவைகளில் பெரிதுமாக செயல்படுத்தப்படும் சிகச்சை முறைகள் இவைகள்

அக்கு பஞ்சர் முறை , ஆரிகுலர் சிகிச்சை முறை, வர்ம சிகிச்சை முறை, சுஜோக் முறை, ரெய்கி ஈளிங், பிளவர் மெடிசன் முறை, நேச்சுரோபதி, ஹோமிபதி முறை, சித்த மருத்துவம், யுனானி சிகிச்சை முறை

இம் முறைகளை செயல்படுத்த முறையான பயிற்சி பெற வேண்டும். இதில் அடிப்படை சுஜோக் மட்டும் பயிற்சி பெற்றவர்கள் சொல்வதை நேரடியாகவோ அல்லது தொலைதூர வழியாக தகவலை பெற்று பிணியுற்றவரே சிகிச்கை மேற்கொள்ள முடியும் (**Basic Correspondence system**).

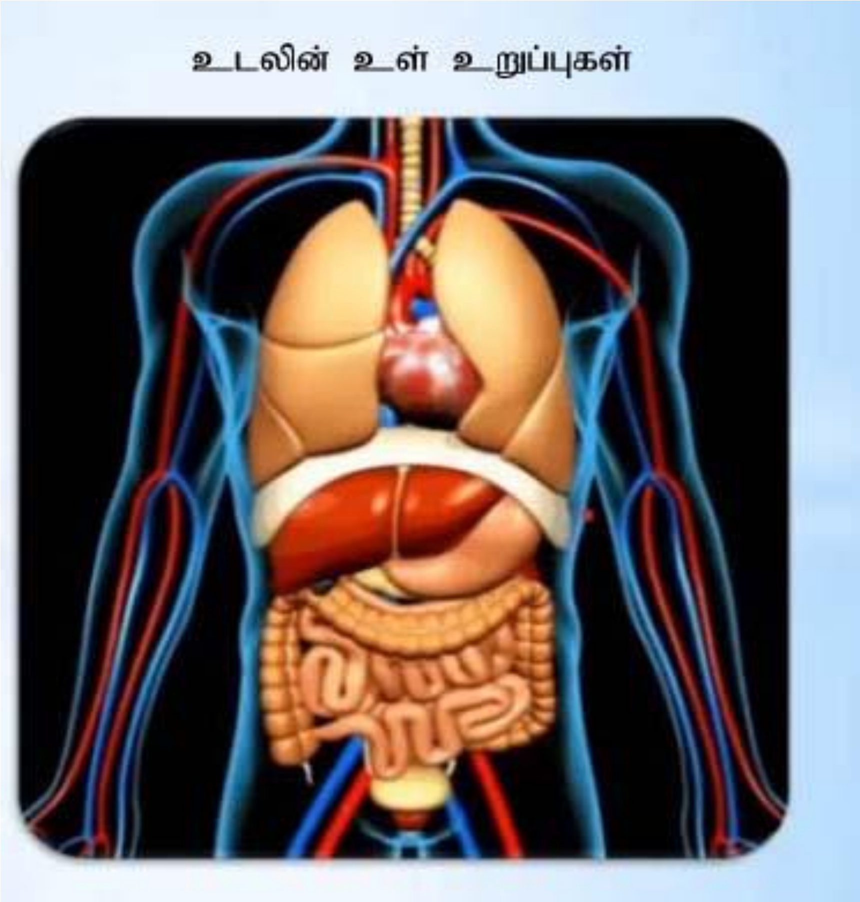
இயற்கையின் அற்புத படைப்பு

பிரபஞ்ச சக்தி மனிதனின் உடலில் உள்ள பகுதி அல்லது உறுப்புகளை அவனுடைய உள்ளங் கை, விரல்கள், கால் பாதம் விரல்களில் தொடர்பு படுத்தி அமைத்துள்ளது **(Correspondence system)** . எனவே மனிதனின் உள்ளங் கை மற்றும் கால்களில் அழுத்தம் கொடுப்பதன் மூலம் சிகிச்சை அளித்துக் கொள்ள முடியும்.

பிரபஞ்ச படைப்பின் மூலம் மனிதனின் கை, கால்களில் உடல் உறுப்புகளுக்கு தேவையான ஆற்றல் கிடைக்க அமைக்கப்பட்டுள்ளது. நம் உடலில் மொத்தம் 12 உறுப்புகள் இயங்குகின்றன. தலைப் பகுதியில் மூளை, மார்பு பகுதியில் நுரையீரல் இருதயம், இருதய மேல் உறை, வயிற்றுப் பகுதியில் வயிறு, கல்லீரல், மண்ணீரல், பித்த பை, பெருங்குடல், சிறு குடல், சிறுநீரகம். மூத்திர பை மற்றும் நம் உடலின் வெப்ப நிலையை சீராக வைத்திருக்க உதவும் மூவெப்ப அமைப்பு என. இந்த 12 உறுப்புகளும் 6 திண்மை உறுப்புகளாவும் 6 காலி இடம் கொண்ட உறுப்புகளாவும் இயற்கை நமக்கு தந்துள்ளது.

திண்மை உறுப்புகள்(**Solid organ**)	காலி உறுப்புகள்(**Hollow organ**)
1. மூளை (இருதய மேல் உறை)	7. தண்டுவடம் (மூ.வெ. ஊறை)
2. நுரையீரல்	8. பெருங்குடல்
3. இருதயம்	9. சிறு குடல்
4. கல்லீரல்	10. பித்தபை
5. மண்ணீரல்	11. வயிறு
6. சிறுநீரகம்	12. மூத்திர பை

திண்மை உறுப்புகளை இன் (Yin) உறுப்புகளாகவும், காலி உறுப்புகளை யாங்(Yang) உறுப்புகளாகவும் அக்குபஞ்சர் கருத்தாக கொள்கிறது.



எனவே இந்த புத்தகத்தில் அக்குபஞ்சர் மற்றும் சுஜோக் பற்றி தெரிந்துக் கொள்ளப் போகிறோம். அக்குபஞ்சர் சீன மருத்துவத்தையும், சுஜோக் கொரியன் மருத்துவத்தையும் அடிப்படையாக கொண்டது.

அக்கு என்றால் ஊசி பஞ்சர் என்றால் குத்துதல் என சீன மொழியில் சொல்லப்பட்டுள்ளது. சு என்றால் கை, ஜோக் என்றால் கால் என்பதாக கொரியன் மொழியில் சொல்லப்பட்டுள்ளது. சுஜோக் முறை புரபசர் பார்க் ஜேவோ (**Prof. Park Jae woo**) என்ற கொரியன் மருத்துவரால் உருவாக்கப்பட்டது. புல நாடுகளில் **ISA** (**International Sujok Association**) அமைப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது. இந்தியாவிலும் இவ்வமைப்பு உள்ளது.

Dr. பார்க் மின்சல், **Global Presiden, Dr.** பார்க் மின்கியு, **Global Vice President, Dr.** சங்கர் **TSR** மோகனசெல்வன் **Global General secretary** தலைமையில் சென்னை மற்றும் நாக்பூர் தலையிடமாக கொண்டு இயங்கி வருகின்றது.

பாரம்பரிய அக்குபஞ்சர் அமைப்பு (**TCM**)

BC 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பாக சியா கிங்டம் (**HSIA Kingdom**) காலம் முதல் அக்குபஞ்சர் முறை மனித குலத்திற்காக பயன் படுத்தப்பட்டுள்ளதை வரலாறு சான்றளிக்கின்றது. பிரபஞ்ச சக்தி நம் உடல் உறுப்புகளுக்கு மெரிடியன்கள் மூலம் கிடைக்கப் பெறுவதை அடையாளம் கண்டு அதை நம் பயன்பாடிற்கு அளித்தது **TCM** ஆகும். நம் உடலில் உள்ள 12 உறுப்புகளுக்கும் நம் உடலில் அமைந்துள்ள சக்கரங்களின் மூலமாக பிரபஞசத்திலிருந்து ஆற்றலை பெற்று எல்லா உடல் இயக்க அமைப்புகளுக்கும் சக்தியை தருகின்றன.

ஜோடி உறுப்புகள்

பித்த பை மற்றும் கல்லீரல் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு காற்று சக்தியை காற்று சக்கரம் (அனாதக) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

சிறு குடலும், இருதயமும் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு நெருப்பு சக்தியை நெருப்பு சக்கரம் (விசுஸ்தா) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

தண்டுவடமும், மூளையும் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு வெப்ப சக்தியை வெப்ப சக்கரம் (ஆஜனா) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

வயிறும், மண்ணீரலும் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு ஈரப்பதம் அல்லது மண் சக்தியை ஈரப்பத சக்கரம் (மணிபூரா) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

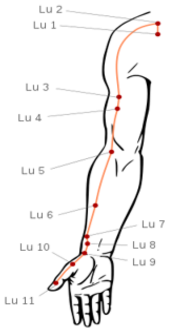
பெருங்குடலும், நுரையீரலும் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு உலர்ச்சி சக்தியை உலர் சக்கரம் (ஸ்வாதிஷடானம்) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

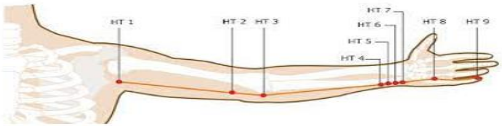
மூத்திர பை, சிறுநீரகம் ஜோடி உறுப்பாக செயல்பட்டு குளிர்ச்சி சக்தியை குளிர்ச்சி சக்கரம் (மூலாதாரம்) மூலம் பெற்று உடலுக்கு தருகின்றது.

நம் உடலில் உள்ள 12 உறுப்புகளுக்கும் 6 இன் மெரிடியன் , 6 யாங் மெரிடியன் என 3 இன் மெரிடியன்கள் கைகளிலிருந்து ஆரம்பித்து தலையிலும் 3 யாங் மெரிடியன்கள் தலையிலிருந்து ஆரம்பித்து கைகளிலும் முடிவடைகின்றன.

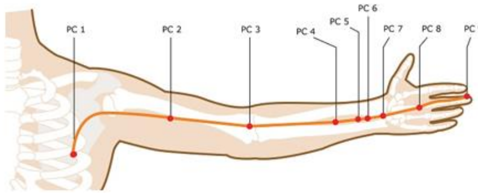
அடுத்த 6 மெரிடியன்கள், 3 இன் மெரிடியன்கள் கால் விரலிருந்து ஆரம்பித்து தலையிலும், 3 யாங் மெரிடியன்கள் தலையிலிருந்து ஆரம்பித்து கால் விரல்களிலும் முடிவடைகின்றன.

படம் -2





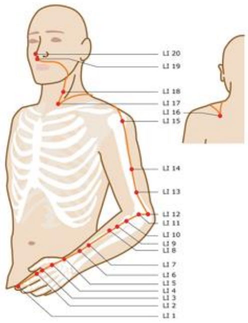
இருதயம்(**HT**) மெரிடியன்



மூளை (**PC**) மெரிடியன்

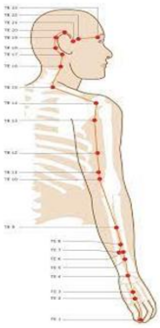
நுரையீரல்(**LU**)

பெருங்குடல்(**LI**) மெரிடியன்



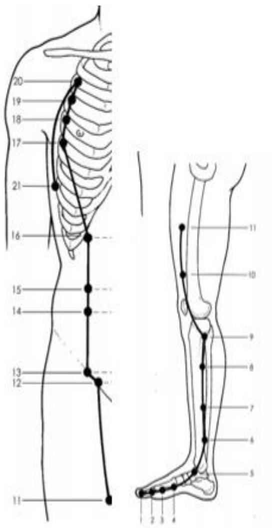
சிறுகுடல்(**SI**)

தண்டுவடம்(**TW**) மெரிடியன்

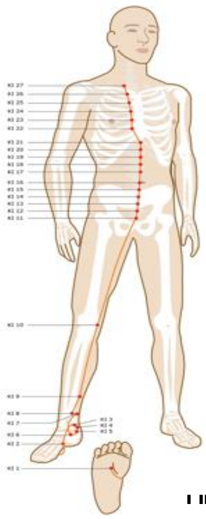


படம் - 3

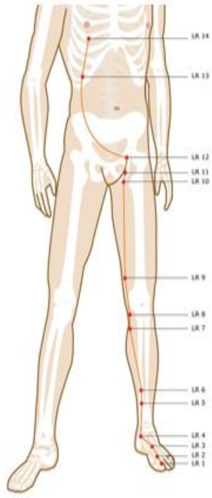
மண்ணீரல்(**SP**) மெரிடியன்



சிறுநீரகம்(**KI**) மெரிடியன்

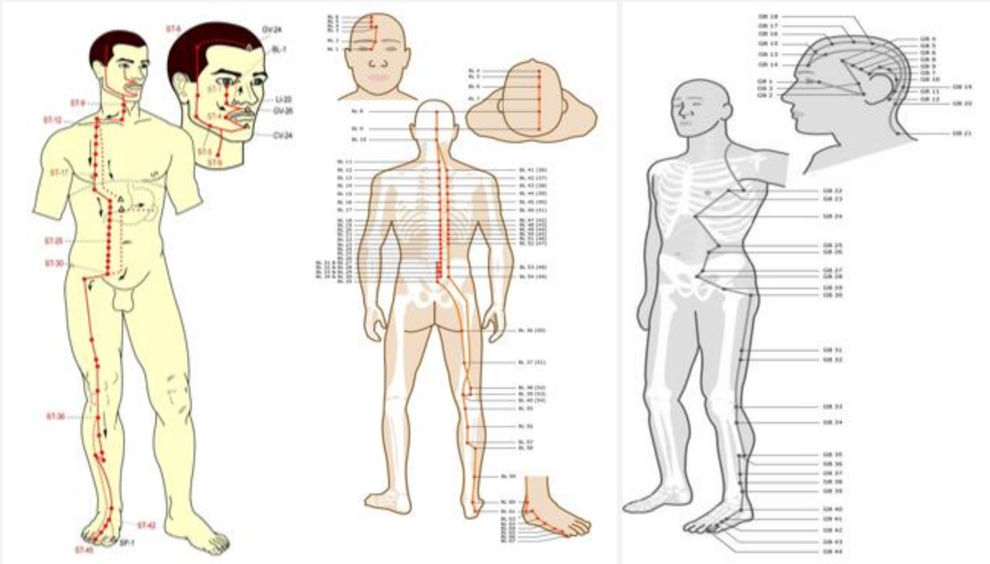


கல்லீரல்(**LR**) மெரிடியன்



படம் - 4

வயிறு (ST) மெரிடியன் மூ.பை (UB) மெரிடியன் பி பை GB) மெரிடியன்



மேலே உள்ள படங்களை பார்த்து நம் உடலில் எங்கெல்லாம் என்ன மெரிடியன் செல்கின்றன அடையாளம் கண்ட பிறகு, குறிபிட்ட மெரிடியனுக்குரிய உறுப்பிலோ அல்லது அவை செல்லும் இடத்தையும் பொறுத்து ஒத்த இடமான (**Correspondence system**) நம் கைகளிலோ அல்லது கால்களிலோ ஒரு ப்ரோப் (**Probe)** வைத்து மசாஜ் செய்து அந்த புள்ளியை தூண்டினால் பிணியானது குறைக்கவோ அல்லது முற்றிலும் நீக்கவோ செய்ய முடியும். கூடுதலாக மோக்ஸா வைத்தியமும் செய்யலாம்.

சுஜோக் முறைபடி உடலில் உள்ள உறுப்புகளை ஒத்த இடம் கைகளிலும் கால்களிலும் எங்கு அமைந்துள்ளது என்பதை மிக விரிவாக பார்ப்போம். முதலில் நம் தெரிந்துக் கொள்ள வேண்டியவைகள்

1. மசாஜ் செய்ய அதற்குரிய முனையில் குண்டு அமைப்புடன் கூடிய ப்ரோப் தேவை (**Probe)**

2. மோக்ஸா ஸ்டிக்

நம் உடல் உறுப்புகள் எங்கு அமைந்துள்ளது எப் பக்கமா உள்ளது என்பதை தெரிந்துக் கொள்வோம்.

நம் உடல் உதரவிதானத்திற்கு (**Diapharm**) மேல் உள்ள பகுதி மற்றும் உதரவிதானத்திற்கு கீழ் உள்ள பகுதி என்று பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இரண்டு கைகள் மற்றும் கால்கள் வெளி பகுதிகளாக (**Extremities**) அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

உதரவிதானத்திற்கு மேல் தலையில் மண்டைஒட்டின் உள் மூளை அமைந்துள்ளது. மார்பு பகுதியில் விலா எலும்பிற்குள் பாதுகாப்பாக நுரையீரல் உடல் முழுவதும் முன், பின், இடது, வலது என எல்லா பக்கங்களையும் ஒட்டியவாறு அமைக்கப்பட்டுள்ளது. மார்பு பகுதியின் நடுவில் சற்று இடப்புறமாக நம் இருதயம் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. அந்த இருதயத்தை சுற்றிலும் பெரிகார்டியம் உறை இருதயத்தை பாதுகாக்க அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த அமைப்பின் கீழ் உதரவிதானம் (**Diapharam**) டிரங் (**Trunk**) பகுதியை இரு அறைகளாக பிரிக்கின்ற வகையில் அமைந்துள்ளது.

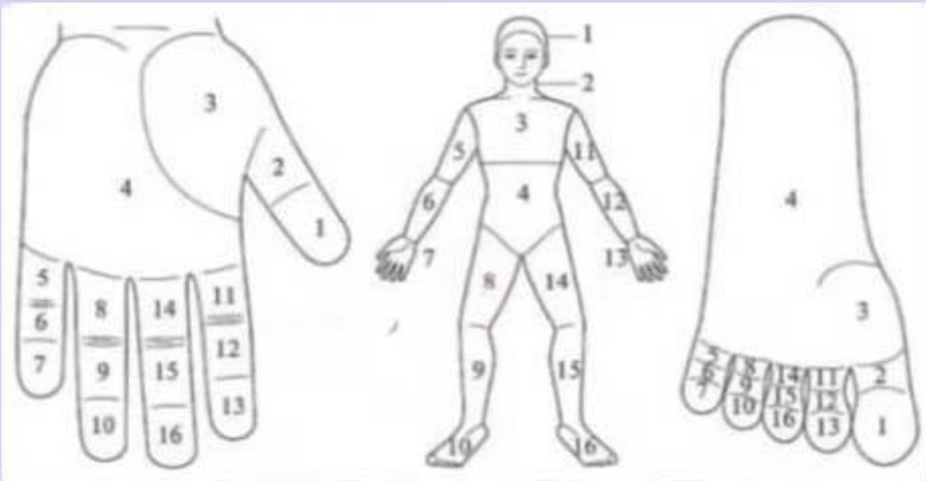
உதரவிதானத்தை ஒட்டியவாறு உடலின் வலப்பக்கத்தில் முன்பக்கமாக கல்லீரல் அமைந்துள்ளது அதை ஒட்டியவாறு பித்த பை அமைந்துள்ளது. உடலின் இடது புறமாக வயிறு அமைந்துள்ளது அதை ஒட்டியவாறு மண்ணீரல் உள்ளது. வயிறு பகுதிக்கும் கல்லீரல் பகுதிக்கும் பின் பக்கமாக கணையம் அமைந்துள்ளது. இவைகளை ஒட்டியவாறு வயிற்றில் இருந்து வரும் டியோடினம் சிறுங்குடலை இணைக்கின்றது இச்சிறுகுடல் அபன்டிக்ஸ் அருகே பெருங்குடலின் அஸன்டிங் காலன் (**Ascending colon**) உடன் இணைகின்றது பிறகு பெருங்குடல் டிரான்ஸ்வர்ஸ் காலன் மற்றும் டிஸன்டிங் காலன் என அமைக்கப்பட்டு கடைசியாக மலக்குடலுடன் ரெக்டம் (**Rectum**) வழியாக ஆனஸில் (**Anus**) முடிவடைக்கின்றது. புடம் 1, 6 காண்க.

நம் உடல் உதரவிதானத்திற்கு (**Diapharm**) மேல் உள்ள பகுதி மற்றும் உதரவிதானத்திற்கு கீழ் உள்ள பகுதி என்று பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இரண்டு கைகள் மற்றும் கால்கள் வெளி பகுதிகளாக (**Extremities**) அமைக்கப்பட்டுள்ளது. உதரவிதானத்திற்கு மேல் உள்ள பகுதி எப்படி கைகளில் தொடர்பு படுத்தப் பட்டுள்ளது என்பதை படம் - 7 விளக்குகின்றது.

உதரவிதானத்திற்கு மேல் நம் தலை, மார்பு பகுதியில் நுரையீரல், இருதயம் எப்படி தொடர்பு படுத்தப்பட்டுள்ளது என்பதை படம்-8 அறியவும். நான்கு எக்ஸ்ரீமிடிஸ் நடுவிரல், மோதிர விரல் நம்முடைய கால்களாகவும், சுண்டு விரல். ஆள்காட்டி விரல் நம்முடைய கைகளாகவும் தொடர்பு படுத்தப்பட்டுள்ளது. இது இயற்கையின் படைப்பாகும்.

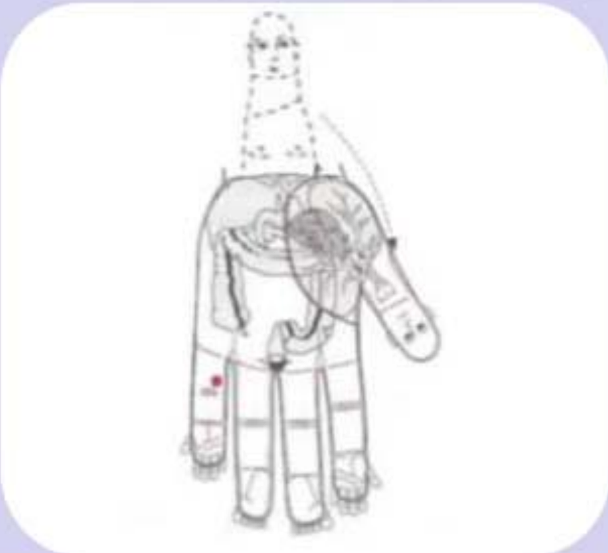
சிகிச்சை எங்கு மேற்கொள்ள வேண்டும்?

கை, பாதத்தில் உடம்பின் பாகங்கள் அமைந்துள்ள ஒத்த இடங்கள்



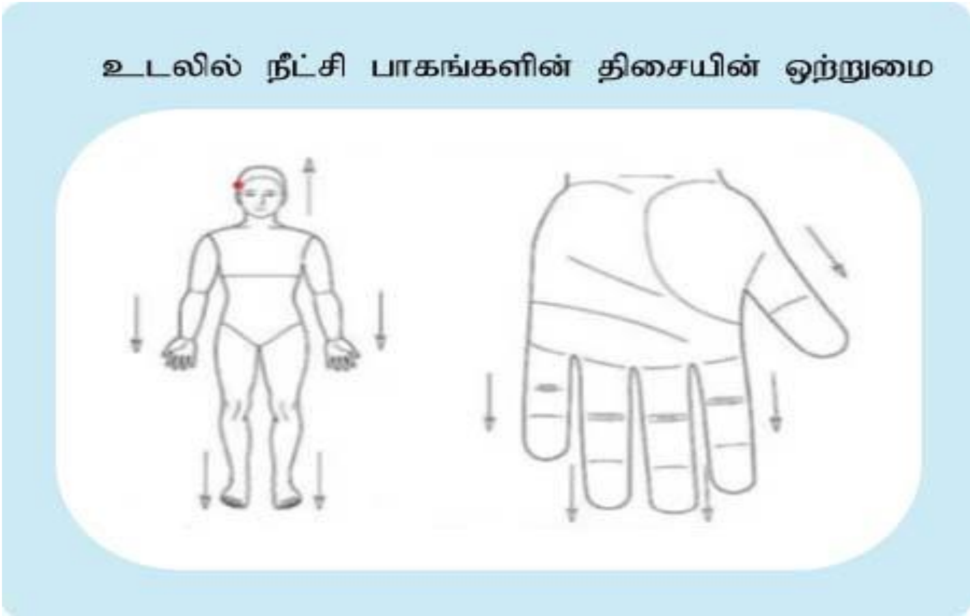
படம் - 7

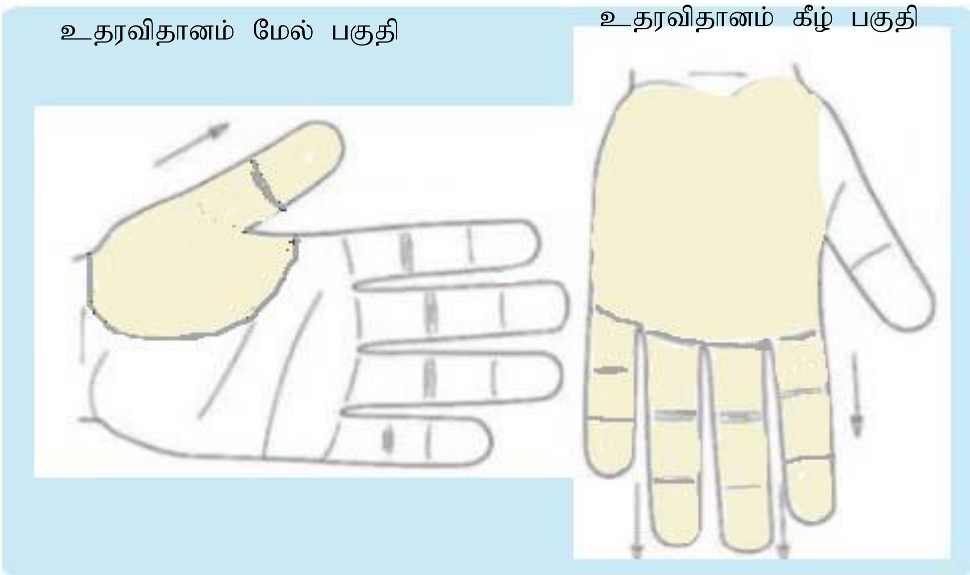
உள்ளங்கையில் தலைக்கு ஒத்த இடமான கட்டை விரலை நேராக நகற்றி பார்த்தல்



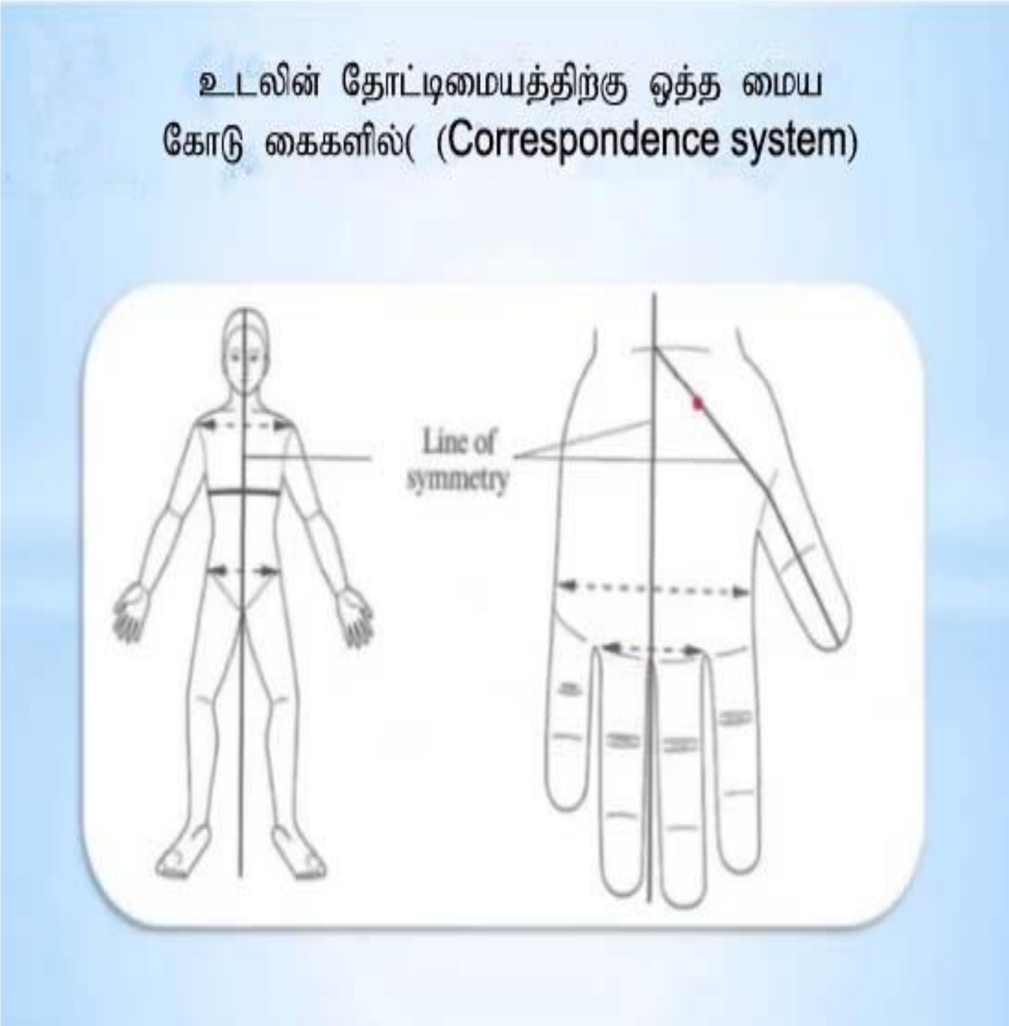
படம் - 8

நம் உடலின் தலை பகுதி மேல் நோக்கி உள்ளது போன்றே கைகளிலும் மேல் நோக்கியே உள்ளது. இரண்டு கைகளும், இரண்டு காலகளும் கீழ் நோக்கி உள்ளது போன்றே கைகளிலும் கீழ் நோக்கி உள்ளதை கவனிக்கவும்

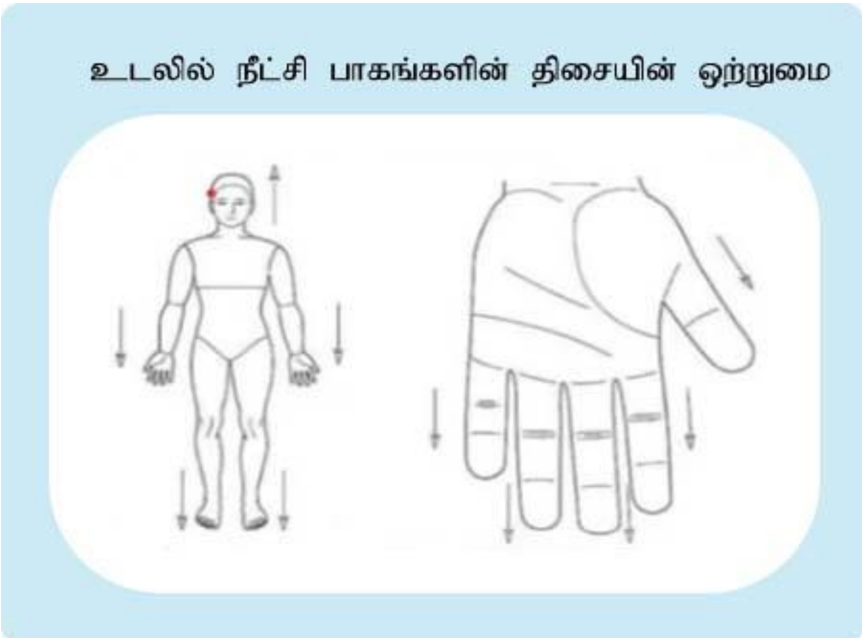




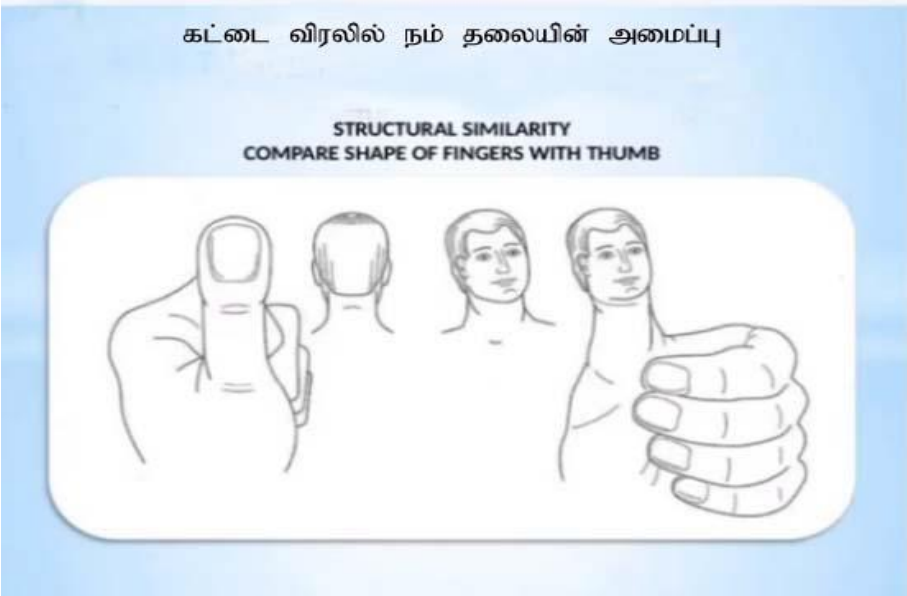
நம் உடலின் மையப் பகுதியான தண்டுவடத்திற்கு இடது பக்கம், வலப் பக்கம் கை கால்கள் அமைந்திருப்பது போல் மையப்பகுதி நம் கையிலும் அமைந்திருப்பதை கீழ் உள்ள படத்தின் மூலம் காண்க

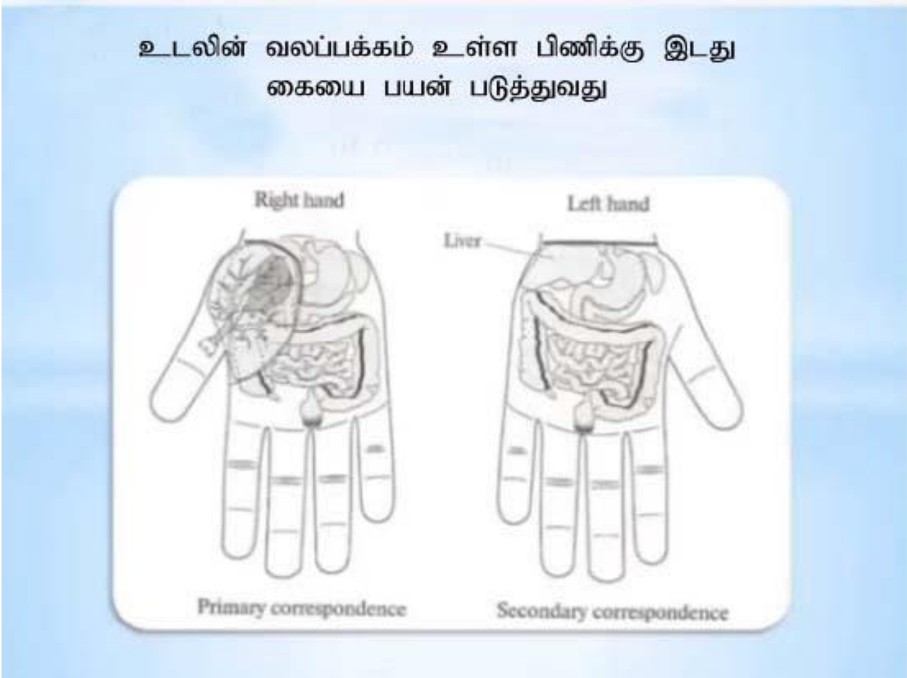


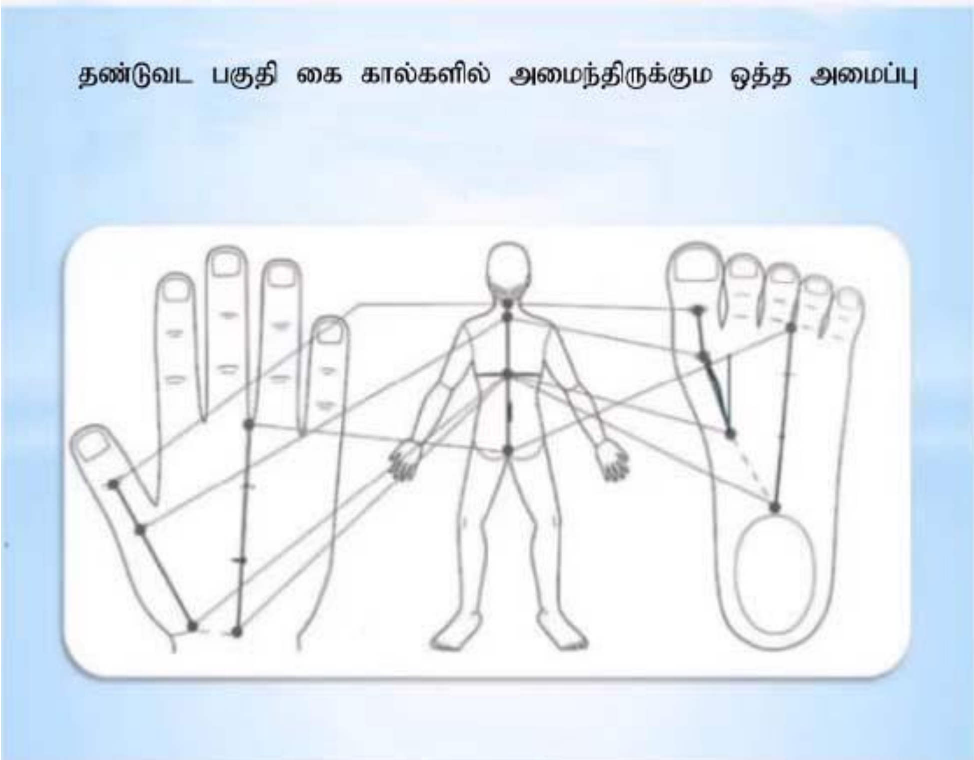
நம் உடலின் முன் பக்கம் பின் பக்கம் அமைந்திருப்பது போல் கைகளிலும் முன், பின் பக்கம் அமைந்திருப்பதை காண்க. **(Yin & Yang surface)** தண்டுவடப் பகுதிக்கு 5 வெளிப் பகுதிகளான தலை, கைகள் 2, கால்கள் 2 அமைந்திருப்பதை போன்று கைகளிலும் அமைந்திருப்பதை காண்க

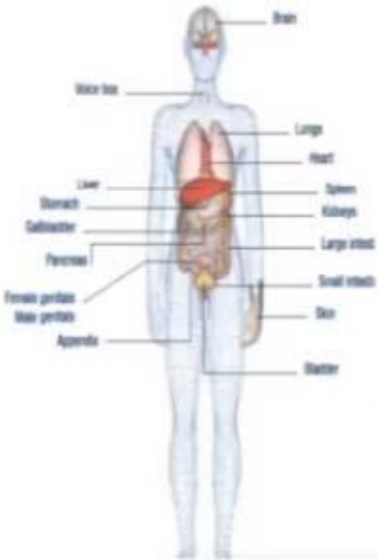


நம் தலைப் பகுதி கட்டை விரலுடன் ஒத்திருப்பதை காண்க

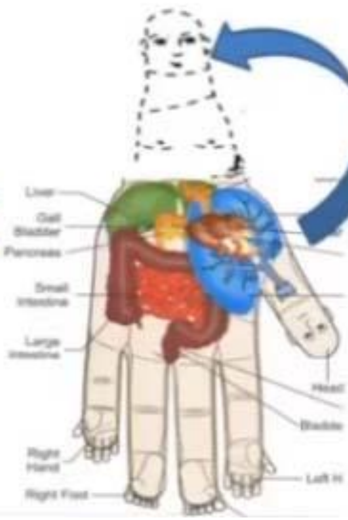




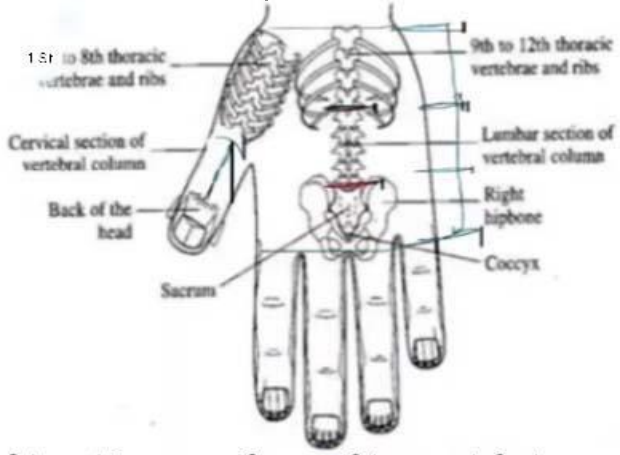

தண்டுவட பகுதி கை கால்களில் அமைந்திருக்கும ஒத்த அமைப்பு


Brain
Voice box
Lungs
Heart
Liver
Spleen
Stomach
Kidneys
Gallbladder
Pancreas
Skin
Appendix
Bladder

இன் (Yin)


Liver
Gall Bladder
Pancreas
Small intestine
Large intestine
Head
Right Hand
Right Foot

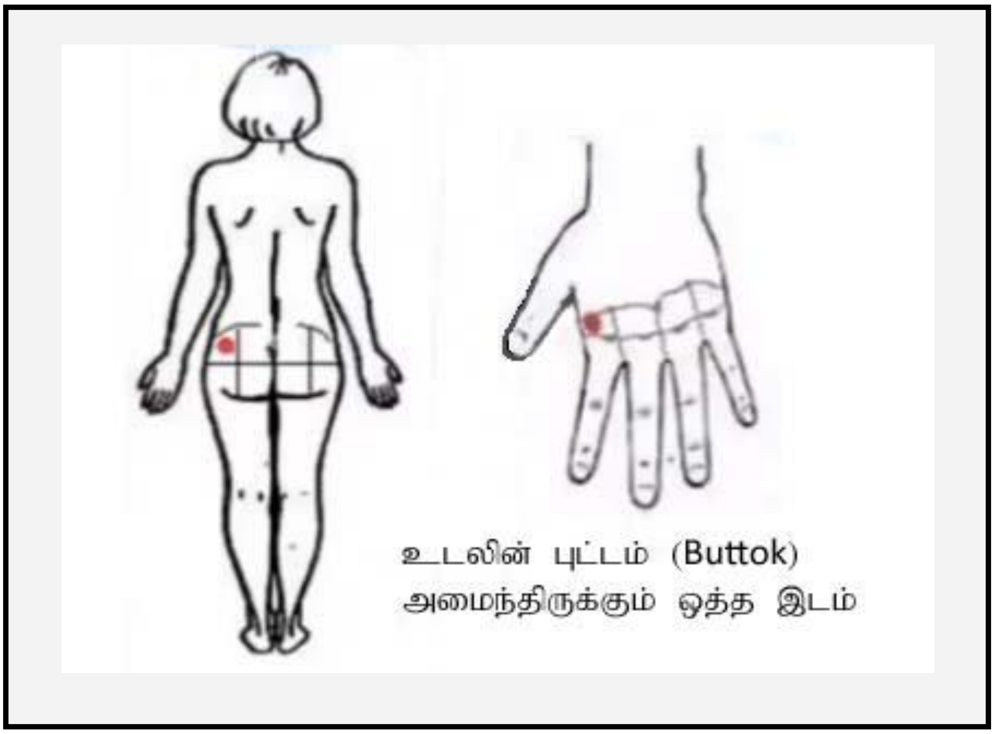
யாங் (Yang)

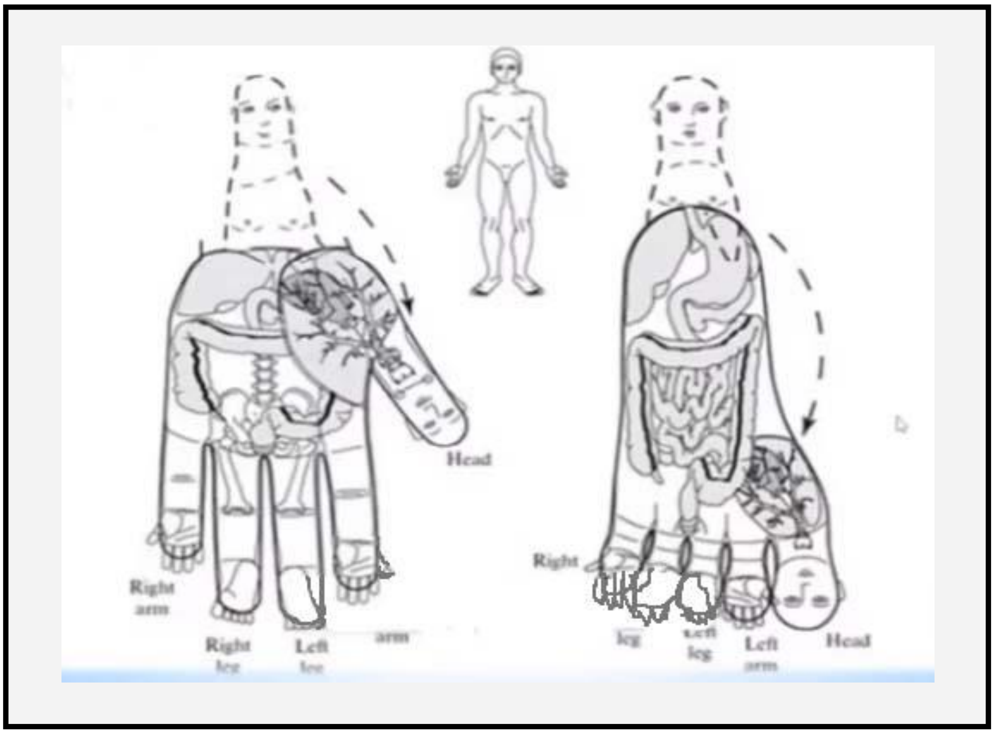


உடலின் தண்டு வட பகுதி கைகளில் அமைந்திருக்கும ஒத்த அமைப்பு

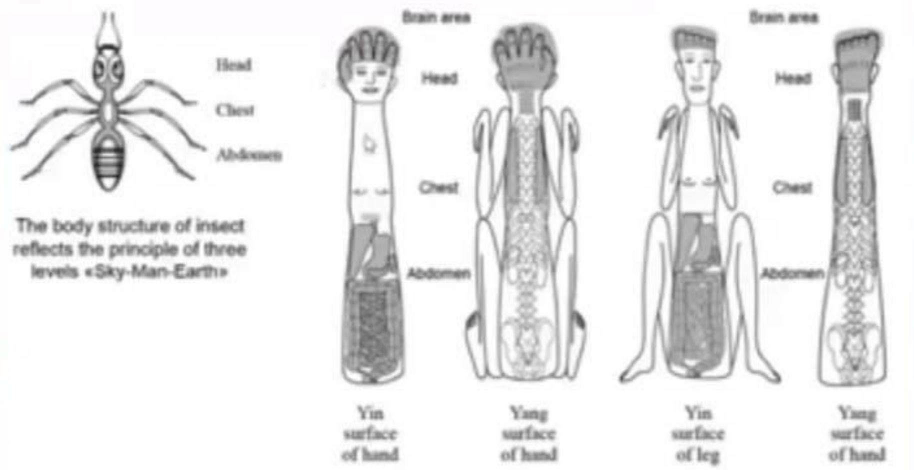
சிகிச்சை அளிப்பதற்கு முன் கடைபிடிக்க வேண்டிய வழி முறைகள்

1. உடலில் தலை பகுதி, தொராசிக் பகுதி(மார்பு) அப்டமினல்(வயிறு) பகுதி நான்கு எக்ஸ்ரீமீடீஸ்(கை,கால்) பகுதி என மொத்தம் 7 பகுதிகளில் எப்பகுதியில் பிணி ஏற்பட்டுள்ளது என்பதை சரியாக அடையாளம் காண வேண்டும்
2. உடலில் அடையாளம் காணப்பட்ட பகுதி கைகளில் அல்லது கால்களில்(**Correspondence points**) எங்கு உள்ளது என்பதை அடையாளம் காணவேண்டும்.
3. உடலில் அடையாளம் காணப்பட்ட பகுதி உடலின் முன் பக்கமா அல்லது பின் பக்கமா என்பதை அறிந்து, கைகளில், கால்களில் இன் (**Yin**) அல்லது யாங் (**Yang**) பரப்பை உறுதி செய்ய வேண்டும்.
4. அடையாளம் காணப்பட்ட பகுதி இடப்புறமா அல்லது வலப்புறமா என்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.
5. அடையாளம் காணப்பட்ட பகுதி தண்டு வடபகுதியாக இருக்கும் பட்சத்தில் அவை கால்விகுலா லைன், அக்ஸிலரி லைன், தொப்புள் ஆகியவற்றிக்கு எங்குள்ளது என்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.
6. மேற்குரியவாறு அடையாளம் காணப்பட்ட பகுதி ஒத்த பகுதியில் (**correspondence system**) எங்கு மிக அதிகமான வலி ஏற்படுகின்றது என்பதை புரோப் கம்பியால் அழுத்தி பார்த்து அடையாளம் காண வேண்டும்.


உடலின் புட்டம் (Buttok)
அமைந்திருக்கும் ஒத்த இடம்


Head
Right arm
Right
Left
arm
Right
leg
leg
Left arm
Head

பூச்சி (Insect) அமைப்பு கைகளில் கால்களில் இன் மற்றும் யாங் பரப்பில்

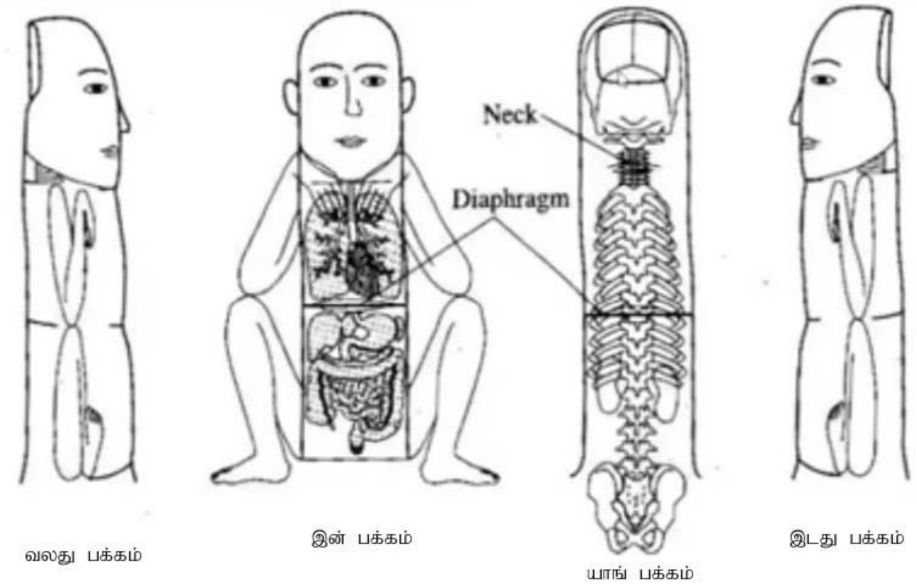


Each hand and foot is the location place of three-level body correspondence systems.

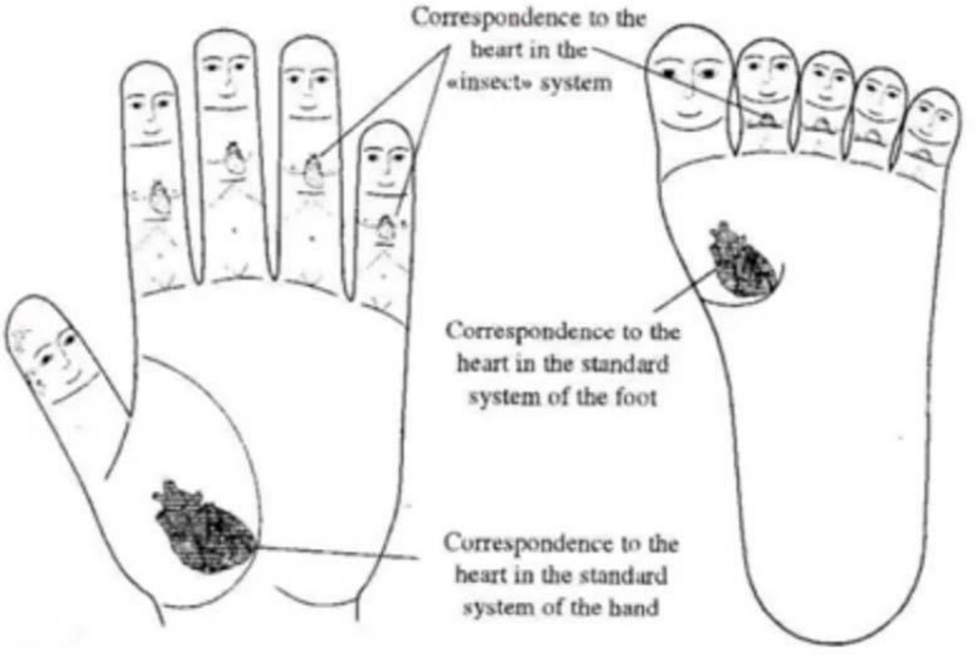
விரல்களில் வலது , இடது பக்கம் அடையாளம் காணல்

Location of the right (A) and left (B) limbs correspondences in «insect» system

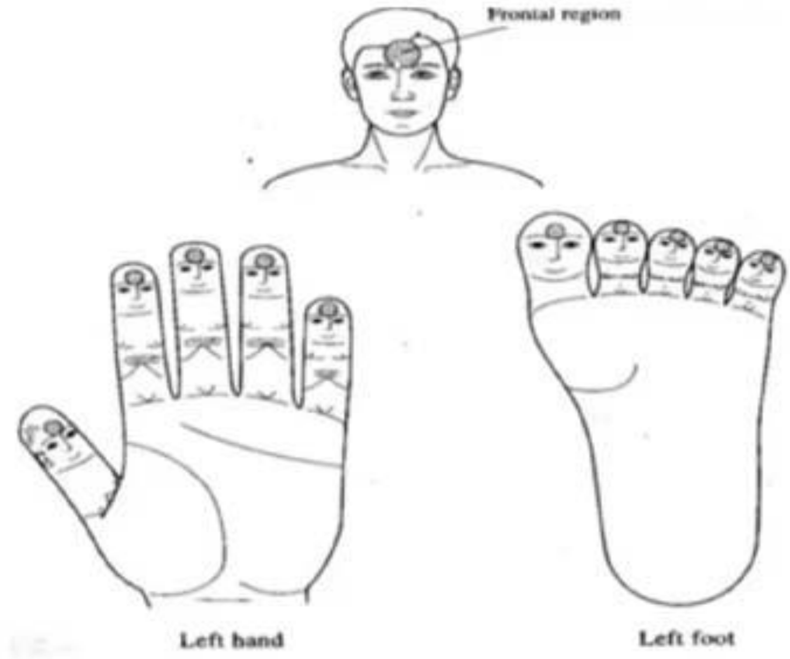
விரல்களில் ஒத்த உடல் அமைப்பு



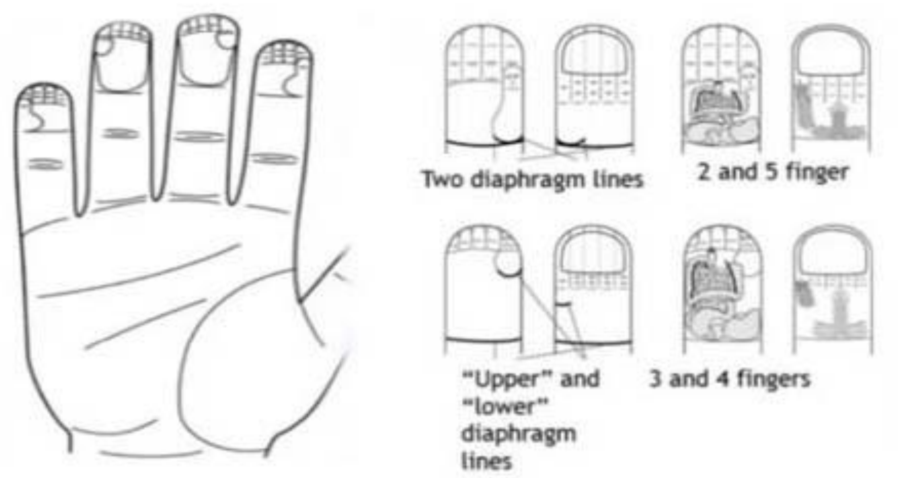
இருதயம் ஒத்த இடம் கை, கால, விரல்களில்



விரல்களில் தலை பக்க ஒத்த இடம்



விரல்களில் மினி அமைப்பு



SBASAM PUBLISHER

Mobile:9444728610

H73, MGR Street, Pallavan Nagar
Kanchipuram, Tamil Nadu, India