

சீன பாரம்பரிய மருத்துவம்



சிந்துஜா

எமது மனதில் தோன்றும் உணர்ச்சிகள் பகிரப்பட வேண்டும் அல்லது அவற்றை வெளிப்படுத்துவதற்கான வடிவம் ஒன்று இருக்க வேண்டும்.

மாறாக இந்த உணர்வுகளை அது கோபமாக இருந்தாலென்ன அழகையாக இருந்தாலென்ன சிரிப்பாக இருந்தாலென்ன அவற்றை எமக்குள்ளேயே பூட்டி வைப்பது உசிதமானதல்ல. இவ்வாறு அடக்கி வைப்பதால் மன உளைச்சலும் உளரீதியான சிக்கல்களும் ஏற்படக் கூடும்.

சரி, உடலுக்கும், மனதிற்கும், அதாவது உடல் மற்றும் உளம் இரண்டுக்கும் தொடர்பு உண்டு என்பதையும், நமது உணர்ச்சிகள் உடலுக்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்தக்கூடியவை என்பதையும், உடல் நலத்திற்கு சிறப்பு மருத்துவர்களும் உளநலத்திற்கு சிறப்பு மருத்துவர்களும் இருப்பதையும் நாம் அறிவோம் ஆனால் பாரம்

பரிய மருத்துவத்தில் உளவியலை புகுத்தி உடல் உள நலனை ஒன்றாக கையாளும் மருத்துவ முறையை அறிந்ததுண்டா?

இதில் என்ன வித்தியாசம் இருக்கிறது மருத்துவம் என்றால் எல்லாம் ஒன்றுதானே என்று கேட்பவர்கள் இனி நான் சொல்லப் போவதை கூர்ந்து கவனியுங்கள்.

சைக்கோலஜி, மனோதத்துவம் அல்லது உளவியல் என்பது ஒரு தனிப்பட்ட அறிவியல் என்று ஐரோப்பிய தத்துவ அறிஞர்கள் வகுத்தனர்.

ஆனால் உடலுக்கும் உளத்திற்கும் உள்ள நெருங்கிய தொடர்பு நாளடைவில் உளவியல் தனி அறிவியலாக இருந்தபோதும் மருத்துவ இயலின் அங்கமாக கருதப்படத் தொடங்கியது. ஆனால் இன்றைக்கும் உளவியல் ரீதியிலான சிகிச்சை என்பது உளவியல் நிபுணர், ஆற்றுப்படுத்துனர் ஆகியோரால் மேற்கொள்ளப்படுகிறது, உடல் ரீதியிலான சிகிச்சை

மற்ற மருத்துவர்களால் மேற்கொள்ளப்படுகிறது என்பது உலகறிந்த உண்மை.

இந்த இரண்டு வகை நிபுணர்களும் பல வேளைகளில் ஒருவர் மற்றவரோடு கலந்தாலோசித்து சிகிச்சையளிக்கும் வழக்கமும் உண்டு. இதில் பாரம்பரிய மருத்துவத்தையும், உளவியலையும் ஒன்றிணைத்து மருத்துவம் செய்வது என்பது புதிய விடயம்தான்.

1985ல் பாரம்பரிய சீன மருத்துவத்துறையினர் உளவியலை தங்கள் மருத்துவத்தில் உள்ளடக்கி பாரம்பரிய சீன மருத்துவ உளவியல் என்பதை அறிமுகப்படுத்தினர்.

அமெரிக்கா, ஐரோப்பா மற்றும் ஜப்பான், சிங்கப்பூர் ஆகிய நாடுகளின் சீன பாரம்பரிய மருத்துவர்கள் மற்றும் உளவியல் நிபுணர்கள் கடந்த பல ஆண்டுகளில் சீன பாரம்பரிய மருத்துவ கருத்துக்களையும் மேற்கத்திய உளவியல் கருத்துக்களையும் ஒன்று சேர்த்துள்ளனர்.

சீன பாரம்பரிய மருத்துவ பழமைவாய்ந்த குறிப்புகள், ஏடுகளில் உளவியல் என்ற வார்த்தையன்பாடுகாணப்படவில்லை என்றாலும், உளவியல் ரீதியிலான சிக்கல்களை, பிரச்சனைகளை தீர்ப்பதில் சீன மருத்துவர்கள் நிறைய செல்வாக்கு பெற்றிருந்தனர் என்று இவர்கள் நம்புகின்றனர்.

மனித உடலின் பல்வேறு உறுப்புகள் மீதும், நோய்களின் உருவாக்கம் மற்றும் வளர்ச்சி மீதும் மனித உணர்ச்சிகளின் செல்வாக்கை சீன பாரம்பரிய மருத்துவம் வலியுறுத்துகிறது. ஹவாங் தி நேய் சிங் எனப்படும் மருத்துவத் திரட்டில் காணப்படும் விடயங்கள் இன்றைய மேற்கத்திய உளவியல் தொடர்பான கருத்துக்களும், அறிஞர்களும் 2000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே இருந்ததை உணர்த்துகின்றன.

சீன பாரம்பரிய மருத்துவத்தின்படி மற்ற மனிதர்களை எதிர்கொள்ளும்போது உடலுக்குள் உண்டாகும் 'ச்சி' எனும் அசைவுகளே உணர்ச்சிகளாகும். இந்த 'ச்சி' அசைவுகள்

அல்லது இயக்கங்கள் மனித உடலின் உறுப்புகளுக்கு ஆக்கப்பூர்வமான பாதிப்புகளையும் ஏற்படுத்தலாம் அல்லது அழிவுப்பூர்வமான பாதிப்புகளையும் ஏற்படுத்தலாம்.

மனிதர்களுக்கு ஏற்படும் அனைத்து உடல் சார் நோய்களுக்கும் 7 முக்கிய உணர்ச்சிகளே காரணம் என சீன பாரம்பரிய மருத்துவம் கருதுகிறது. கோபம், அதிர்ச்சி, மகிழ்ச்சி, பயம், ஏக்கம், ஆவல் அல்லது எதிர்பார்ப்பு, துக்கம் ஆகிய உணர்ச்சிகள் ஒவ்வொன்றும் அதை ஒத்த நல்ல பண்பையும் தீய பண்பையும் கொண்டுள்ளன. சீன பாரம்பரிய மருத்துவர்களின் பணி நோயாளியின் நோயோடு தொடர்புடைய தீய பண்புடைய உணர்ச்சியை அதன் நற்பண்புடைய உணர்ச்சியாக மாற்றுவதாகும்.

உடலுக்குள் உண்டாகும் 'ச்சி' அசைவுகளை கட்டுப்படுத்தி, சீராக்கி, இசைவடைச் செய்யும் பல சீன பாரம்பரிய மருத்துவ சிகிச்சை முறைகள் இன்றளவும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. மூலிகை மருத்துவம் ஆழ்ந்த சுவாசப் பயிற்சி, அக்குபஞ்சர், இசை சிகிச்சை ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

மன அழுத்தம் அல்லது மனநிலை அடிக்கடி மாற்றம் ஆகியவை பொதுவாக கல்லீரலிலான 'ச்சி' அசைவின் தேக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன, இது நெஞ்சில் பாரமாக அல்லது கடினமான ஒரு உணர்வை ஏற்படுத்தும். இந்த கல்லீரல் 'ச்சி' அசைவை சீர்படுத்த உரிய மூலிகை மருந்து உட்கொண்டால் நெஞ்சில் பாரமாக உணர்வதை சரிசெய்யலாம்.

அதேபோல இறுக்கத்தை தளர்த்தல் மற்றும் மன அழுத்தத்தை எதிர்கொள்ளல் ஆகியவற்றில் சீகாங் எனப்படும் ஆழ்ந்த சுவாசப்பயிற்சி பரவலாக பயன்படுத்தப்படுகிறது. பதட்டம், மன அழுத்தம், போபியா எனப்படும் அச்ச உணர்வு நோய் ஆகியவற்றை குணப்படுத்த இந்த சுவாசப்பயிற்சி முறை நல்ல பலனளிக்கிறதாகக் கூறப்படுகிறது.

நன்றி : மகியின் உலகம்

Kerala Ayurvedic Health Clinic (Near Wembley)

1 Odean Parade, Sudbury Heights Avenue, Greenford, Middlesex UB6 0NA
5 mins walk from Sudbury Town - Piccadly Line



- ▲ Massage Therapies by experienced and highly skilled therapists
- ▲ Treatment is designed around your individual health needs
- ▲ Safe and effective Ayurveda supplements/ medicines for your needs
- ▲ Only natural medicines are used
- ▲ No side effects at all
- ▲ Wide range of therapies

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| ▲ Arthritis | ▲ Back Pain |
| ▲ Frozen Shoulder | ▲ Whiplash |
| ▲ High Blood Pressure | ▲ Obesity |
| ▲ Pulled Muscles | ▲ Joint Pain |
| ▲ High Cholesterol | ▲ Digestive Disorders |
| ▲ Trapped Nerve | ▲ Diabetes |
| ▲ Paralytic Conditions | ▲ Sleeplessness |
| ▲ Certain Skin Conditions | ▲ Stiffness |
| ▲ Stress and Strain | ▲ Migraine |

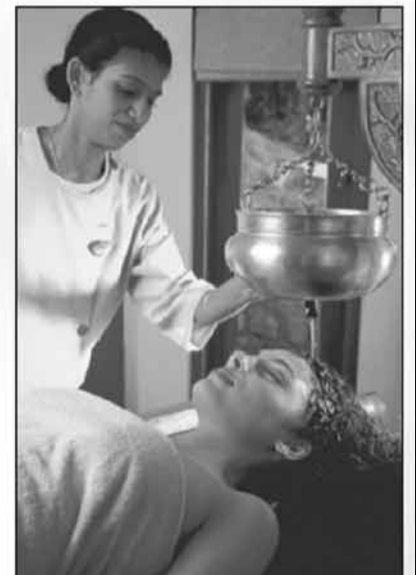
FREE Consultation

Authentic and Effective Kerala Ayurvedic Treatments

Qualified and Registered Ayurvedic Physicians

Affordable Prices

- * Providing Free Steam Bath, Shower, Towels, Shampoo etc.,
- * Male and Female therapists available
- * Can speak in Hindi Tamil or English & Malayalam
- * Free Parking



உங்கள் நோய்க்கு ஏற்ப அனுபவம் மிக்க பிரத்தியேக ஆலோசனைகளுக்கும், மருத்துவ சிகிச்சைக்கும் கேரளா ஆயுர்வேத மூலிகை மருத்துவரை நாடுங்கள்.....

20%
Discount
as
Summer Special

Call 020 8902 1104 / 020 8902 1707

