மனப்பதட்டம் - ஏன்? எப்படி?

பொறுமையோடு எந்த வேலையை செய்தாலும் அது வெற்றியில் முடியும். ஆனால் மனப்பதட்டத்துடன் செய்யும் பெரும்பாலான வேலைகள் தோல்வியில் முடியும்.

பயம், மனப்பதட்டம், குழப்பம், படபடப்பு, தாழ்வு மனப்பான்மை, கோழைத்தனம், தற்கொலை எண்ணங்கள், வாழ்வதற்கு பிடிக்காமை, இல்லற வாழ்க்கையில் தோல்வி போன்றவைகளால் மனப்பதட்டம் வருகிறது.

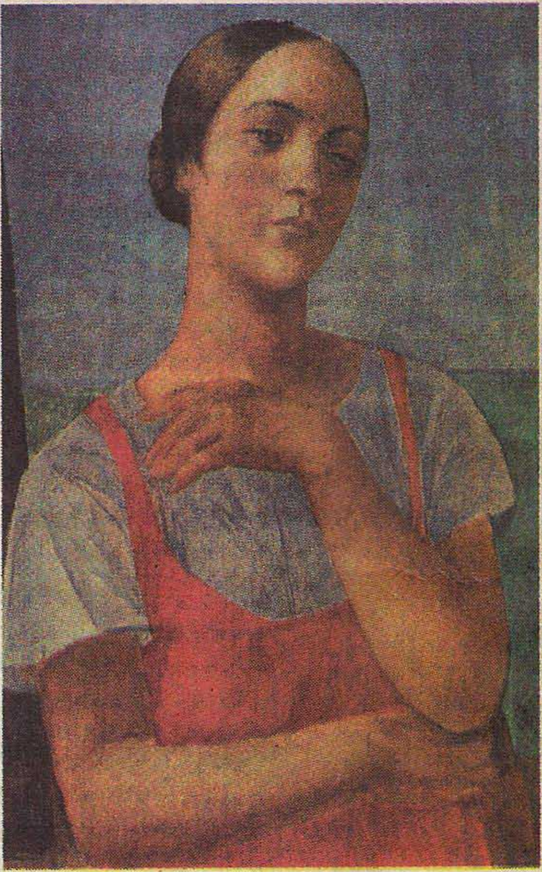
மனப்பதட்டத்தைப் போக்க ஆங்கில மருத்துவர்கள் தூக்க மாத்திரைகளைத் தான் தருவார்கள். அதைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்துவது பல கொடிய பின் விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடும்.

கிட்னி ஃபெயிலியர், ஆண்மைப் பிரச்சினைகள் போன்றவை ஏற்பட்டு இனிய வாழ்வு சோகத்திற்கு உரியதாக மாறிவிடும். சந்தோஷம் போய் விடும். அசதி, சோம்பல், வாழ்க்கையில் விரக்தி வந்து விடும். தன்னம்பிக்கை போய் விடும். எனவே மனப்பதட்டத்தை தணிக்கவும், எப்போதும் சந்தோஷமாக இருக்கவும் வேண்டும். கொடிய மருந்துகளுக்கு அடிமையாகி விடக்கூடாது.

யுனானி மருத்துவத்தில், மனப்பதட்டத்தைத் தணிக்க மிகச் சிறந்த மருந்துகள் கூறப்பட்டுள்ளது. அதை எடுத்துக் கொண்டு இனிய, மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையை வாழலாம்.

மனப்பதட்டத்தைப் போக்க உதவும் "அஸ்ரோல்" வேர்

"அஸ்ரோல்" என்கிற தாவரத்தின் வேரை "பைத்தியக்கார வேர்" என்றும் அழைப்பார்கள். இது வங்காளம், பீகார், நைனிடால், முதல் சிக்கிம் வரை ஹிமாலயப் பிரதேசங்களில் பரவலாக, இயற்கையாக வளர்கின்றன. இதனை தாவரவியலில் RAUWLFIA SERPENTINA என்று கூறுவார்கள்.



பயம், பிதற்றல், பிறரைக் கடித்தல், அடிதடி, கலாட்டாவில் ஈடுபடுதல், தூங்காமல் அங்கும் இங்கும் ஓடிக் கொண்டு இருத்தல், பயங்கர கனவுகள் ஏற்படுதல் ஆகிய மூளைக் கோளாறுகளைக் கொண்டவர்களுக்கு சில நாட்கள் தொடர்ந்து இம்மூலிகையால் செய்யப்பட்ட மருந்தைக் கொடுத்து வந்தால் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

அஸ்ரோல் வேரை பொடியாக்கி வஸ்திர காயம் (துணியால் சலித்தால்) வேளைக்கு ஒரு கிராம் வீதம் காலை, மாலை பாலுடன் அல்லது தண்ணீருடன் தர வேண்டும். இதில் குணம் தெரியவில்லை என்றால் சிறிது அளவு அதிகப்படுத்தி ஒன்றரை கிராம் வரை தரலாம் என்று யுனானி மருத்துவ நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

அஸ்ரோல் வேரைக் கொண்டு அஸ்ரோஃபீன், இக்ஸீர் ஷிஃபா, குர்ஸே தவாவுல் ஷிஃபா போன்ற மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவை யுனானி மருந்து கடைகளில் கிடைக்கிறது.

மனப்பதட்டத்துக்கு தயாரிக்கப்பட்ட யுனானி மருந்துகள்

* தவாவுல் மிஸ்க் மோத்ததில் சாதா ஜவாஹ்றர் வாலா இருதயம், மூளை, கல்லீரல் மற்றும் நரம்புகளுக்கு உடனடியாக சக்தி தருகிறது. கலாட்டா, குழப்பம், பயம், சந்தேகம், மூளைக் கோளாறுகள், பாரிச•வாயு, வாய் விளங்காமை, நடுக்கம், நரம்பு வியாதிகள், சளித் தொல்லைகள் ஆகியவைகளுக்கு அர்கே காவுஜபான் கஷாயத்துடன்