



ආයුර්වේද

ආහාර දෝෂ රෝග ඇති කිරීමේ ලා ප්‍රබල හේතුවකි.

"ආහාර සම්භවය වස්තු රෝගයට ආහාර සම්භව යනුවෙන් වර්ධ සංහිතාවේ. සුතුස්ථානයේ අන්ත පාන විධි අධ්‍යයයේ උගන්වා ඇත. මිනිසා ආහාර නිසා පිටවන්නේය. පැවැතෙන්නේය. බොහෝ රෝග ඇති වන්නේද ආහාර නිසාවෙනි. සැකෙවින් කිවහොත් සංකෘත, පරිපිච්ඡිත නිසාවන, අතිසාන්ප හා සාන්ප මානසික හේතූන් හැරෙන්නට අනෙක් සියලුම රෝග ආහාර දෝෂ නිසා වන්නේය. මානසික රෝගවලට ද සම ආකාරයක බලපෑමක් ඇත.

වැඩියෙන් ආහාර ගැනීම, අඩුවෙන් ආහාර ගැනීම වැරදි ලෙස ආහාර ගැනීම ආහාර දෝෂ වශයෙන් සලකනු ලැබේ. එය විමසිය යුත්තේය.

වැරදි ආහාර විනර්ණ හේතු ද්වය නිසා ආමාශයාශ්‍රිත දුෂිත වාත පිත්ත කච් දෝෂ සාමාන්‍ය ක්‍රියා වලකා, ජාධරාග්නිය නැති කොට රස ධාතුව අනුගතව උණ රෝගය ඇති කරයි. (මෙය එක් ප්‍රධාන හේතුවක් පමණි.) (මාධමනිදාන, සු:සු:අ: 46) බර ආහාර, රුක්ෂ ආහාර, අතිස්ථල අතිශීතල ආහාර විරුද්ධ ආහාර අපිරිණ ආහාර වැඩියෙන් ගැනීමෙන්ද, වතුර වද්‍ය අධිකව ගැනීමෙන්ද විචච්ඡිත නිසාද අතිසාර රෝගය ඇතිවන්නේය. (මාධම නිධාන) අතිසාර රෝගය වැළඳීමෙන් පසු වැරදි ආහාර විනර්ණ නිසාද ග්‍රහණ රෝගය වැළඳෙන්නේය. (මාධම ග්‍රහනි නිධාන)

වැඩියෙන් එක්වර වතුර බීම විෂම ආහාර පාන ගැනීම අතිශී මාන්ද්‍රය රෝගයට හේතු වන්නේය. (මාධම නිධාන) මෙසේ



මොවුද්‍රාචාර්ය

ගාමිණී විජේසිංහ
භවයේ ආයුර්වේද මහ චෝකල්
හිටපු ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරී
ආයුර්වේද වෛද්‍ය ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකයායි
බාහිර කවීන්ගේ
ගම්පහ වික්‍රමාර්චි විද්‍යාලයේ වෛද්‍යාගාරය,
කැලණිය විශ්ව විද්‍යාලය

වැඩි වශයෙන්ම රෝගවලට ආහාර දෝෂ බලපාන බව කිව හැකිය. මෙහි සඳහන් කළේ උදාහරණ වශයෙන් ස්වල්පයකි.

අග්නිය, අග්නි මාන්ද්‍රය, අපිරිණය රෝග හේතු වශයෙන් වන බලපෑම -

ජාධරාග්නිය (පංකාග්නිය) සජ්ඣ සාත්වග්නිය පංචගුණාග්නිය වශයෙන් අග්නිය දහතුන් වැද්දුරුම් ව උගන්වනු ලැබේ. ඉන් ජාධරාග්නිය (පංචකාග්නිය) ප්‍රධාන සේ සැලකේ. ජාධරාග්නිය විනාශ වූ විට අන්‍ය අග්නීය ද සමතාවයෙන් නොපැමිණෙන්නේය. ඒ නිසා ජාධරාග්නිය ප්‍රධාන සේ සැලකේ. ඒ නිසාම මිනිසාගේ ශරීර ශක්තිය සඳහා පදනම වන්නේද අග්නියයි. උගන්වා ඇත. (අග්නිමුලං බලං පු:සා: වර්ධ)

කච් අධිකතාවයෙන් මන්දාග්නිය ද,



"ධවේධිපිතිය හේතුකොටගෙන වාත රෝග ද ඇති වන්නේය.

විත්තාධිකතාවයෙන් නික්ෂණාග්නියද, වාතාධිකතාවයෙන් විෂමාග්නිය ද දෝෂ සමතාවයෙන් සමාග්නිය ද ඇති වන්නේය.

අග්නිය පිත්ත ක්‍රියාවන් නිසාම ඇතිවන්නේය.

ඒ ඒ ස්ථානයන්හි හෙවත් ආමාශය, පංචමානාශය, අග්නිනාශය යන ස්ථානවල පවත්නා විවිධ පිත්ත ක්‍රියා නිසා ආහාර පාකයට පත්කර පෝෂණය ලබා දෙන්නේය.

විෂමාග්නිය නිසා වාත රෝග ද, නික්ෂණාග්නිය නිසා පිත්ත රෝග ද මන්දාග්නිය නිසා කච් රෝග ද ඇති වන්නේය. සමාග්නිය නිසා සම මාත්‍රාවෙන් ගන්නා ආහාර ඇති වන්නේය. සමාග්නිය නිසා සම මාත්‍රාවෙන් ගන්නා ආහාරය නොදිග් පැසවා පෝෂණය ලබා දෙන්නේය.

එය මෙසේ ශරීරය පුරා පැතිරෙන අයුරු න්‍යායාත්මකව උගන්වා ඇත.

එන, කළේ කපෝත න්‍යාය, කේදාරු තුල න්‍යාය, කෂීර දධි න්‍යාය වශයෙනි.

පංචකාග්නිය හෙවත් ජාධරාග්නිය නිසියලුම නොපැවැතීමෙන් හෙවත් පාලනය නොකිරීමෙන් මැදගින්න ඇතිවේ. මැදගින්න ඇතිවනුම සෛම ප්‍රබලතාවය නිසා මන්දාග්නිය ද පිත්ත ප්‍රබලතාවය නිසා නික්ෂණාග්නියද වාත ප්‍රබලතාවය නිසා විෂ-ඊවේධිපිතී ද ඇති කරනු ලැබේ.

සෛම ප්‍රචපල නිසා ඇතිවන ආමාපිතියෙන් ආම රෝග ද පිත්ත ප්‍රබලතාවය නිසා වන නික්ෂණාග්නිය හේතු කොට ගෙන පිත්ත රෝග ද, වාත ප්‍රාචලතාවය නිසා වන විෂ-

රෝගාපහනය හෙවත් කාය විකිත්සාව යනු බඩගින්නට හෙවත් අග්නියට කරන ප්‍රතිකාරයයි. "කිත් රෝගාපහනයෙන්" යි කිවේ එහෙයිනි. තවද "කාය සජාන්ත රාග්නේන් විකිත්සා" යි ඉගැන්වූයේ ද කාය විකිත්සාවේදී අන්තරාග්නි පාලනයේ වැදගත්කම ඉගැන්වූයේ ද විකාතාග්නිය ප්‍රතිකාරයෙන් සුව වූ විට ආරෝග්‍යය ඇතිවන හෙයිනි.

අග්නිවේද සංහිතාව හෙවත් වර්ධ සංහිතාව රචනයේදී ස්වස්ථ සංරක්ෂණය පිළිබඳව සවිස්තරව උගන්වා ඇත. එසේම ස්වස්ථාව නිරන්තරයෙන් පවත්වාගෙන යාම සඳහා උපදෙස් ද රාසායන ප්‍රතිකාරද පවුල් සංරක්ෂණය සඳහා වාපිකරන ප්‍රතිකාර ද උගන්වා ඇත. ඉන් අනතුරුව නිරෝගීකම වෙනස්වීමට බලපාන හේතු සාදක මෑතවත් ඉගැන්වූයේය.

මන්දාග්නිය - එහිදී ප්‍රධාන වූත් පලමු සාධකය වශයෙන් ඉගැන්වූයේ මන්දාග්නියයි. මන්දාග්නියට නිසි ප්‍රතිකාර නොකලොත් ප්‍රවෘද්ධ වේ. අපිරිණ අවස්ථාවට පත් වන්නේය. සියළුම රෝග මන්දාග්නිය නිසා ඇති වේ. (රෝග: සර්වවිජි වන්දේ.....)

මන්දාග්නියට නිසි ප්‍රතිකාර හෝ රෝගියා විසින් ලබාගත් ප්‍රතිකාරය නොකලොත් හෝ එය අපිරිණ අවස්ථාවට වර්ධනය වන්නේය. සෛම ප්‍රබල ආමාපිතී නිසාද (ආමරෝග) නිසි ප්‍රතිකාර නොකලොත් හෝ රෝගා නිසි පරිදි ප්‍රතිකාර පිලි නොපැදීම නිසා හෝ එම අවස්ථාව විදග්ධාපිරිණ (ද්වන්ද්වප්) අවස්ථාවට පත්වන්නේය. එම ද්වන්ද්වප් අවස්ථාව (රෝගවලට) ප්‍රතිකාර නොකලොත් හෝ ලබාගත් ප්‍රතිකාරය පිළි නොපැදීම නිසා හෝ එම අවස්ථාද වාත ප්‍රබල අවස්ථාවට හෙවත් ප්‍රබල නිද්‍රෝෂ ධාතූගත රෝග බවට පත්වන්නේය.

ඒ නිසා කච් රෝග ඝාධි හෙවත් ඉකමන් සුවය ලබාදිය ලැබිය හැකිය. පිත්ත රෝග ද්වන්ද්වප් නිසා ප්‍රමාදව සුවවේ. හෙවත් ක්‍රැඩි සාධකයි. වාත රෝග නිද්‍රෝෂ හා ධාතූගත නිසා අසාධ්‍යන්පි හෝ වන්නේය.

අග්නිවේද විසින් කාය විකිත්සා විෂය විෂයානුක්‍රමිකව උගන්වා ඇත.

ඇඛ්ඞ්ඞ්

විදුලකාර්මිකයන්

සහ පුහුණුවන්නන් අවශ්‍යයි

විමසන්න

සුපිත් - 0432 922 427

