உடலில் இயற்கையான செயல்கள் அனைத்தும் வாயு பித்த கபங்களால் நடைபெறுகின்றன, வாயு பித்தம் கபம் ஒவ்வொன்றுக்கும் ஐந்துவித உட்பிரிவுகள் உள்ளன, அதைப் பற்றிய விபரத்தைப் பின்னர் பார்ப்போம்,

வாதம் வாயு இரண்டும் ஒன்றே, பித்தத்திற்கு மாயு என்றும் ஒரு பெயருண்டு, ஆனால் இந்தப் பதம் அதிகம் பிரயோகத்தில் இல்லை, கபத்திற்கு மாற்றுப் பெயர் சிலேஷ்மா, சிலேஷ்மா என்ற சொல்லும் பிரயோகத்தில் நிரம்ப உள்ளது, சிலேஷ்மாவைத் தமிழில் சிலேத்துமம் என்றும் ஐயம் என்றும் கூறுவர்,

'வா' என்ற மூல தாதுவிலிருந்து வாயு வாதம் என்ற சொற்கள் உண்டாகின்றன, 'வா' தாதுவிற்கு(கதி) அசைவு. உத்ஸரஉறம் என்று இரண்டு அர்த்தங்கள், இதனால். உடலில் உண்டாகும் அசைவு கார்யங்கள் அனைத்தும். உள்ளத்தில் ரஜோ குணத்தில் ஏற்படும் உத்ஸாகமும் வாயுவினால் இயக்கப்படுகின்றன என்று 'வாயு' என்ற பெயரே அதன் ஸ்வரூபத்தையும் ஸ்வபாவத்தையும் சக்தியையும் அறிவிக்கின்றது,

பித்தம் என்ற பதம் 'தப' என்ற தாதுவிலிருந்து வந்தது 'தப' தாதுவின் பொருள் ஸந்தாபம் அதாவது ஷ்ணம், எந்த வஸ்து தேகத்தில் ஸகல தாதுக்களிலும் ஊடுருவி நின்று ஷ்ணத்தை உண்டாக்குகிறதோ, எந்த ஷ்ணம் அன்ன பானாதிகளையும் ரஸம் மாம்ஸம் முதலிய தாதுக்களையும் பக்குவப்படுத்துகிறதோ. எதனால் உடலில் இயற்கை ஷ்ணம் காக்கப்படுகிறதோ. இந்த ஸந்தாபம் பித்தம் / பித்தத்தின் சக்திகள் என்று 'தப' தாதுவிலிருந்து வந்த பித்தம் என்ற பெயரே விளக்கி விடுகிறது,

சிலேஷ்மா என்ற வார்த்தையின் மூலதாது 'சிலிஷ்' என்பது ச்லிஷ்தாதுவின் பொருள் ஆலிங்கனம் அதாவது பிணைத்தல், ஸகல தாதுக்களையும் ஸந்திகளையும் சிதறவிடாமல் ஒன்று சேர்த்துக் கட்டுதல். ஒட்டிக்கட்டுவதற்கு அவசியமான பசையும் நெய்யுப்பும் சேர்ந்த ஸ்வரூபம் உள்ளது சிலேஷ்மா.

'கப' என்ற வார்த்தை வந்த விதம். 'கம்' ஜலம், ஜலஸ்வரூபமேயாகவோ அல்லது செயலில் ஜலத்தின் சீதள கார்யத்தை விளை வின்விக்கின்றதோ இந்த இரண்டும் கபம்தான் என்று வார்த்தையின் விளக்கம்,

ஜலமயமான கபதாதுவினால் உடலில் தாதுக்களுடைய சந்தாபம் அதாவது ஷ்ணம் அளவுக்கு மீறிப் போகாமல் உடல் காக்கப்படுகின்றது என்ற தத்வத்தையும் 'சிலேஷ்மா' 'கபம்' என்ற வார்த்தைகளே ஐயமறப்போதிகக்கின்றன,

ஆதலால் இந்த வாத பித்த கபங்கள் மூன்றும் சரி ஸமமான இயற்கை நிலையிலிருப்பதே தேகத்தின் ஆரோக்கிய நிலை அப்பொழுது உடல் உள்ளம் இரண்டும் ஸுகமாய் தெளிவாய் விளங்கும், இவைகளுடைய ஸமநிலையி் மாறுபாடு ஏற்படின் உடலிலும் உள்ளத்திலும் துன்பம் பிடிக்கும், அது ஏதோ ஒரு வியாதியின் நிலை என்று அறியலாம்,

அதாவது வாயு பித்த கபங்களுடைய ஸமநிலை ஆரோக்யமளிக்கும், விஷம நிலை வியாதியைச் செய்யும், ஆரோக்யத்தின் அறிகுறி ஸுகம். இன்பம் வியாதியின் அறிகுறி துக்கம் = துன்பம் என்று தாத்பர்யம்,
இதில் விஷம நிலை இருவிதம், ஸமநிலை என்ற ஒரு அளவிலிருந்து அதிகமாய் வளர்ந்தாலும் சரி, குறைவாய் ஷீனித்தாலும் சரி இரண்டும் விஷம நிலையே, இரண்டும் கெடுதியை விளைவிக்கக் கூடியதேயாகும்,

வாதபித்த கபங்களுடைய ஷீணதசையை அதாவது குறைவைத் தெரிந்து கொள்வதற்குச் சுருக்கமான உபாயம் / இவைகளுக்கு உரிய இயற்கைக் காரியங்கள் ரூபங்கள் குறைந்து காணப்படின் அந்தந்த வஸ்து ஷீணித்துள்ளது என்று அறியலாம், உதாரணமாய் அசைவுகளின் வேலையில் பிரவிருத்திகளில் பேச்சில் குறைவு குறிகள் ஏற்படின். இக்கார்யக்ஙளைச் செய்யும் வாயு ஷீனித்துள்ளது எனத் தீர்மானம், உடலின் இயற்கை உஷ்னக்குறைவு. பசியின்மை. புத்தி சக்தியின் குறைவு இவை பித்தத்தின் குறைவைக் காட்டுபவை, உள்ளெரிச்சல். வரட்சி. பூட்டுகள் விட்டுப் போவது போன்ற உணர்ச்சி இவை ஏற்பட்டால் கபம் ஷீணித்துள்ளது என்று எளிதில் அறியலாம்,

அது போல. வாயுவின் சீற்றத்தில் உடல் இளைப்பு. தோலில் வரட்சி. வெடிப்புகள். தூக்கம் குறைதல். பலக்குறைவு. மலம் கறுகி இறுகி விடுதல் முதலியவை ஏற்படுகின்றன, பித்தத்தின் சீற்றத்தில் உடல் உஷ்ணம் அதிகரித்தல். எரிச்சல். வியர்வை அதிகம். மலம் மூத்திரங்களில் மஞ்சள் நிறம் முதலியவை தெளிவாய்க் காணலாம், கபத்தின் சீற்றத்தில் உடல் கனத்துப் பராமாயிருத்தல். அதிக சீதளமாகவிடுதல். சோம்பேறித்தனம். மார்பில் கபம் உரைந்து கனத்துப் போதல். தோல். மலம். சிறுநீரில் அதிக வெண்மை நிறம் இவை முதலில் உண்டாகின்றன,

இந்த விஷம நிலை ஏற்படுவதற்குக் காரணம் உணவு. உறக்கம். பிரம்மசர்யம் முதலிய நடத்தைகள். மழை வெய்யில் முதலிய காலம். இவைகளில் ஏற்படும் முறை தவறுதல்களும். மனதில் ஏற்படும் கோப தாபங்கள். விருப்பம் வெறுப்பு முதலிய கெடுதலான எண்ணங்களும் கார்யங்களும்தான் வாத பித்த கபங்களுடைய ஸமநிலையைக்குலைத்து விஷம நிலையை யும். அதன் மூலம் விதவிதமான பிணிகளையும் உண்டாக்குகின்றன, நோய் ஏற்படாமல் தடுப்பதற்கும். ஏற்பட்ட விஷம நிலையைப் போக்குவதற்கும் உபாயம் உணவு முதலியவைகளை ஆயுர்வேத உபதேசப்படி நல்ல முறையில் ஸேவிப்பதேயாகும்,