

ஆயர்வேதம் கூறும் காலநிலை விளக்கம்

பருவகாலங்கள்:

மாசி மாதம் முதல் இரண்டு மாதங்கள் சேர்த்து ஆறு பருவங்கள் கணக்கிடப்படுகின்றன. அவை-

1. பின்பனிக்காலம்
2. இளவேனிற்காலம்
3. முதுவேனிற்காலம்
4. கார்காலம்
5. இலையுதிர்காலம்
6. முன்பனிக்காலம்

இதில் பின்பனிக்காலம் முதல் மூன்று பருவங்களும் உத்தராயணம் எனப்படும். இக்காலத்தில் தினந்தேற்றும் மனிதருடைய பலம் குறைந்து போவதால் இது ஆதானகாலம் எனப்படும்.

குறிப்பு:

ஆதானகாலம்- இக்காலத்தில் சூரியன் பூமியில் உள்ள சாராம்சமான நீரை எடுத்துக் கொள்கிறார். ஆதானம் என்பதற்கு எடுத்துக் கொள்ளுதல் என்பது பொருள்.

ஆதான காலத்தின் தன்மை:

சூரியன் வடதிசை நோக்கிச்செல்வதால்(சூரியனும் வாயுவும்), அதன் பாதையின் பயணத்தின் விளைவாக ஊடுருவும் தன்மை,சூடு,வறட்சி ஆகியவை கூடிய நிலையில் இருக்கும். ஆகையால் சூரியனும் வாயுவும் பூமியின் குளிச்சியைப் போக்கி விடுகின்றன. கசப்பு,துவர்ப்பு,உறப்பு ஆகிய சுவைகள்,மூன்று பருவங்களிலும் முறையே பலம் பெறுகின்றன. ஆகையால் ஆதானகாலம் அக்னி குணமுள்ளதாகும்.

குறிப்பு:

வாயு குளிர்ச்சியான குணமுள்ளதாகக் கூறப்பட்டிருப்பினும், காலத்தின் இயற்கையினால் சூடான கதிர்களைத் தரும் சூரியனின் சேர்க்கையால் காற்று சூடாகிவிடுகிறது.

தகஷிணாயனம்-விஸர்க்காலம்:

கார்காலம் முதலான மூன்று பருவங்களும் சேர்ந்து தகஷிணாயனம் எனப்படும். பிராணிகளுடைய தேகபலத்தை விடுவிப்பதால் இக்காலம் விஸர்க்க காலம் எனப்படும்.

விஸர்கம்-விடுவித்தல்

விஸர்க காலத்தின் தன்மை:

இக்காலம் குளிர்ச்சியாக இருப்பதால் சந்திரன் பலம் பெற்று சூரியதாபம் குறைகிறது.

குளிர்ந்த மேகம், மழை, காற்று, ஆகியவற்றால் பூமியின் தாபம் குறைந்து விடுகிறது. அதனால் எண்ணைப் பசை நிறைந்த புளிப்பு, உப்பு, இனிப்புச் சுவையுள்ள பொருள்களும் மூன்று பருவங்களிலும் முறையே பலம் பெறுகின்றன.

காலத்திற்கேற்ப பலம்:

மனிதருக்கு முன்பனிக்காலம், பின்பனிக்காலங்களில் அதிக உடல் பலமும், கார்காலம், முதுவேனிற்காலத்தில் குறைந்த பலமும், இலையுதிர்காலம், இளவேனிற்காலத்தில் மத்திய பலமும் உண்டாகிறது.

முன்பனிக்காலத்தில் செய்ய வேண்டியவை:-

முன்பனிக்காலத்தில் மனிதர் நல்ல பலம் பெற்றிருப்பார். மிகுந்த குளிர்ச்சியால் உடலில் ரோமங்கள் கூட மறைக்கப்படுவதால் பசித்தீ எனும் ஜடராக்னியின் ஜ்வாலை (வெளியேராமை

காரணமாக) அதிகரிக்கிறது. போதுமான அளவு உணவு உட்கொள்ளாவிடில், வாயுவால் தூண்டப்பட்ட பசித்தீ(ஐடராக்னி)தாதுக்களை எரிக்க ஆரம்பிக்கும்.

ஆகையால் ஹேமந்த ருதுவில் இனிப்பு, புளிப்பு, உவர்ப்புச் சுவை உள்ள பொருள்களை உபயோகிக்க வேண்டும்(இச்சுவையுள்ள பொருள்கள் வாயுவைக் கண்டிக்கும் தன்மையும்,எளிதில் செரிக்காத குணமும் உள்ளவை. அதனால் பசித்தீயைத் தணித்து வாயுவை சரிபடுத்தும்.

தொடரும்.

Kamakoti.Org