SOWA-RIGPA

Sowa-Rigpa (Science of Healing), commonly known as the Tibetan System of Medicine, is one of the oldest, living and well-documented medical traditions in the world. It has been originated from Tibet and popularly practised in India, Nepal, Bhutan, Mongolia and Russia. The majority of theory and practice of Sowa-Rigpa is similar to Ayurveda. The first Ayurvedic influence came to Tibet during 3rd century AD, but it became popular only after the 7th century with the arrival of Buddhism in Tibet. Thereafter, this trend of exportation of Indian medical literature, along with Buddhism and other Indian art and sciences, were continued till the early 19th century. India being the birthplace of Buddha and Buddhism has always been a favourite place for Tibetan researchers and scholars for learning Buddhist art, culture and history. (Ministry of Ayush, Govt of India)

തിബത്തൻ വൈദ്യശാസ്ത്രം

നൂറ്റാണ്ടുകളുടെ പാരമ്പര്യമുള്ള സമഗ്ര വൈദ്യശാസ്ത്രമാണിത്. ശാസ്ത്രീയമായ നാഡിപരിശോധനയിലൂടെ വ്യക്തിയുടെ ആന്തരിക ഊർജ്ജ-ചൈതന്യ പ്രവാഹ പഠനങ്ങൾ, മൂത്രവിശകലനം, തുറന്ന രോഗി-വൈദ്യ സംവദനം, അനുകമ്പാത്മക വൈദ്യസമീപനങ്ങൾ, ഭക്ഷണ-ജീവിതക്രമങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കൽ എന്നിവയിലൂടെയാണ് രോഗനിർണ്ണയം നടത്തുന്നത്. ഹിമാലയസാനുക്കളിൽ ഔഷധ-സസ്യ സത്തുക്കളും, ധാതുലവണങ്ങളും ചേർത്തുണ്ടാകുന്നവയാണ് മരുന്നുകൾ. സമ്യക്കായ ഭക്ഷണ-ജീവിതക്രമങ്ങൾക്കും മാനസികാരോഗ്യത്തിനും നിർണ്ണായക പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. ആയുർവേദം, ഗ്രീക്ക്, യുനാനി, ചൈനീസ്, വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങളുടെയും തദ്ദേശിയ തിബത്തൻ ചികിത്സാരീതികളുടെയും സമുചിത സംയോജനമാണിത്. തിബത്ത്, ഇന്ത്യ, ഭൂട്ടാൻ, സൈബീരിയ, ചീന, മംഗോളിയ എന്നീ രാജ്യങ്ങളിലും ഇപ്പോൾ യൂറോപ്യൻ, വടക്കെ അമേരിക്കൻ രാജ്യങ്ങളിലും പ്രചാരത്തിലുണ്ട്. ബുദ്ധതത്വങ്ങളേയും ശാസ്ത്രങ്ങളേയും ആധാരമാക്കി ചിട്ടപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളതാകുന്നു.

മനസ്സിന്റെ ത്രിദോഷങ്ങളായ അജ്ഞത, ആസക്തി, വെറുപ്പ് എന്നിവ മനോ-ശാരീരിക രോഗങ്ങളുടെ മൂലകാരണങ്ങളാണ് എന്ന ബൗദ്ധശാസ്ത്ര സത്യത്തിനു ഊന്നൽ നൽകുന്നു. ആയതിനാൽ മനസ്സും ശരീരവും ആന്തരിക ചൈതന്യവും/ആത്മാവും വ്യക്തിയുടെ രോഗമുക്തിക്ക് പരസ്പരപൂരകങ്ങളായി വർത്തിക്കുന്നു. വിശ്വത്തിലെ സകലതും നിരന്തരമായി ചലിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുവെന്ന ശാശ്വത ശാസ്ത്ര സത്യം ശ്രീബുദ്ധൻ 2500 വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ലോകർക്ക് വെളിവാക്കി. പ്രപഞ്ചമാകെ നിലനിൽക്കുന്ന അസ്ഥിരതയാണ് ഈ ചലത്തിനു കാരണം. ശ്രീബുദ്ധന്റെ ഒരു മുഖ്യ പ്രബോധനം വിശ്വത്തിൽ സ്ഥിരമായത് അസ്ഥിരത മാത്രമാണെന്നാണ്. അപ്പോൾ അസ്ഥിരത ലോകജീവിതത്തിൽ ഒരു യാഥാർഥ്യമാകുന്നു. അതിനാൽ എല്ലാം തന്നെ ക്ഷണികവുമാകുന്നു. ഈ അസ്ഥിരതയും ക്ഷണികതയുമാണ് സമസ്ത ജീവജാലങ്ങൾക്കും തങ്ങളുടെ ജീവിതകാലഘട്ടത്തിൽ എപ്പോഴെങ്കിലുമായി കഷ്ടങ്ങളും അസുഖങ്ങളും ഉളവാക്കുന്നതും. സമ്യക്കായ അറിവുകളും ശാസ്ത്രങ്ങളും അവയുടെ സമുചിത പ്രയോഗങ്ങളും ധമ്മ പരിശീലനങ്ങളും ഭക്ഷണ-ജീവിതക്രമീകരണങ്ങളും ചൈതന്യ ഉദ്ഗതി ചര്യകളും ഔഷധങ്ങളും ഈ കഷ്ടതകളിലും ആസാസ്ഥ്യങ്ങളിലും അസുഖങ്ങളിലും നിന്ന് മുക്തി നേടുവാൻ വ്യക്തിയെ സഹായിക്കുന്നു.

തിബത്തൻ ചരിത്രത്തിലെ അന്ധകാരയുഗം

1949ൽ തിബത്തിനെ കിഴക്ക് നിന്നും ചീന ആക്രമിക്കയുണ്ടായി. 1959 മാർച് 10ന് ചീന തിബത്തൻ തലസ്ഥാനമായ ലാസയിലെ ഒരു സമാധാനപരമായ പ്രക്ഷോഭം പീരങ്കിവെടിയും തോക്കുകളും മറ്റും ഉപയോഗിച്ച് ക്രൂരമായി അടിച്ചമർത്തി. തിബത്തൻ ആചാര്യനായ പതിനാലാം ദലൈലാമയും പിന്നീട് പതിനായിരക്കണക്കിന് തിബത്ത് നിവാസികളും ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഇന്ത്യയിലേക്ക് പാലായനം ചെയ്യേണ്ടി വന്നു. 1966-76 വരെ പത്ത് വർഷം നീണ്ടു നിന്ന ചീനയുടെ 'സാംസ്കാരിക വിപ്ലവ'ത്തിൽ ആറായിരത്തിലധികം വിഹാരങ്ങളും, അവയോട് അനുബന്ധിച്ച് നിലകൊണ്ടിരുന്ന പൈതൃക-സാംസ്കാരിക സ്ഥാപനങ്ങൾ, സർവ്വകലാശാലകൾ, വൈദ്യ-പഠന ഗവേഷണകേന്ദ്രങ്ങൾ ഇവയിലൊക്കെ ശേഖരിച്ചിരുന്ന തദ്ദേശീയ വിജ്ഞാനരേഖകൾ എന്നിവയെല്ലാം നശിപ്പിച്ചു. കൂടാതെ ഖനനങ്ങളിലൂടെയും മറ്റും തിബത്തിലെ സവിശേഷ പ്രകൃതിയെയും സമ്പൂർണ്ണമായി ചൂഷണം ചെയ്ത് നശിപ്പിക്കുകയാണ് ചീന ഇന്നും ചെയ്തുവരുന്നത്. അധാർമ്മിക അധിനിവേശത്തിലൂടെ ഒരു ദശലക്ഷത്തിലധികം വരുന്ന തിബത്തൻ വ്യക്തികളുടെ ക്രൂരഹത്യയും ചീന നടത്തി.

മെൻ-സെ-ഖാംഗിന്റെ പുനഃസ്ഥാപനം

തിബത്തൻ ജനതയുടെ സംസ്കാരവും വ്യക്തിത്വവും ഇല്ലാതാക്കുവാൻ ഇന്നും ചീനയുടെ സർക്കാർ എല്ലാ കുതന്ത്രങ്ങളും പ്രയോഗിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഈ വിഷമപ്രതിസന്ധികളെ അതിജീവിക്കുവാൻ തിബത്തൻ ജനതയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുവാനായി പ്രവാസത്തിൽ ഇന്ത്യയിൽ കഴിയുന്ന പതിനാലാം ദലൈലാമ തിബത്തൻ കേന്ദ്രങ്ങളും, വിഹാരങ്ങളും വിദ്യാലയങ്ങളും ഇന്ത്യയിൽ പുനഃസ്ഥാപിക്കുകയുണ്ടായി. അവയിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ് 1961ൽ ഹിമാചൽ പ്രദേശിലെ ധർമ്മശാലയിൽ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ട തിബത്തൻ ചികിത്സാ-ജ്യോതിഷകേന്ദ്രമായ മെൻ-സെ-ഖാംഗ് നൂതന വൈദ്യവിധികൾക്കായി ആഗോള ശാസ്ത്രജ്ഞരെ ഉൾപ്പെടുത്തിയുള്ള പഠന ഗവേഷണങ്ങൾ, അവയുടെ പ്രസാധനം, ഔഷധവിജ്ഞാന വികസനം എന്നിങ്ങനെ വിവിധ മേഖലകളിലേക്ക് വിപുലമായി വ്യാപിപ്പിച്ചതോടൊപ്പം വിദഗ്ധരായ തിബത്തൻ ശാസ്ത്രജ്ഞരെ വാർത്തെടുക്കാനായി ദീർഘവർഷക്കാല ദൈർഘ്യമുള്ള സമഗ്ര ഔഷധ-വിദ്യാഭാസ-ചികിത്സാ പരിശീലങ്ങളും ഇവിടെ നടത്തി വരുന്നു.

फ्रेंड्स ऑफ तिब्बत
FRIENDS OF TIBET
FOUNDATION

Friends of Tibet Foundation, PO Box 16674, Mumbai 400050, India.
Mobile: +91.9061354354 +91.9400354354 Email: foundation@friendsoftibet.org Web: www.friendsoftibet.org