சிறப்பு கட்டுரை

தமிழ் இலக்கணம் படித்தோர் 'புணர்ச்சி விதிகள்' என்றொரு அதிகாரத்தைப் படித்திருப்பர். மொழியிலுள்ள எழுத்துகள் ஒன்றுடன் ஒன்று இணைந்து பொருள் தருவதை இலக்கணம் இத்தலைப்பில் சுட்டுகிறது.

ஆண், பெண் உணர்ச்சி வழியே நடத்தும் கிளர்ச்சியையும் மருத்துவ நூல்கள் புணர்ச்சி என்கின்றன. மனித இனம் தழைத்தோங்க இந்த உணர்ச்சிப் புரட்சி அவசியம் தேவை. இதன் விதிமுறைகளை சிதித்ஸாதிலகம், பாவப்பிரகாசம், அஷ்டாங்கஸங்கிரஹம், ஷேமகுதூஹலம், ஸுஸ்ருதஸம்ஹிதா, காச்யஸம்ஹிதா, கல்யாணகாரகம், சரகசம்ஹிதா, பேலசம் ஹிதா, அஷ்டாங்க ஹிருதயம் முதலிய பண்டைய மருத்துவ நூல்கள் கூறுகின்றன.

எப்போது புணர்ச்சி : மனிதனுக்கு எப்பொழுதும் உடற்புணர்ச்சியில் விருப்பமுண்டாகிறது. அவன், இரவில்தான் தன் மனைவியுடன் புணரவேண்டும். பகலில் ஒருபோதும் பெண்ணை நுகரக் கூடாது. ஆண் இருபத்தைந்தாவது வயதிலும், பெண் பதினாறாம் வயதிலும்தான் முற்றிலும் பெறப்பட்ட சக்தியுடையவர்கள் ஆகிறார்கள்.

எங்கே புணர்ச்சி ? :

மிகவும் மறைவானதும், அழகானதும், இனிமையான பாடலுடன் கூடியதும், நறுமணமுடையதும், இதமான காற்றுள்ளதுமான இடத்தில் கூடவேண்டும். பெரியோர் அருகில் இருக்கும்போது, வெளிப்படையானதும், வெட்கத்தை அளிக்கக்கூடியதும், துன்பத்திற்கு ஏதுவான சொற்கள் கேட்கக்கூடியதுமான இடங்களில் எப்போதும் மனைவியுடன் சேரக் கூடாது.

புணர்ச்சிக் கேற்றவ(ள்)ன் :

குளித்து முடித்தவனும், அமைதி கொண்ட மனத்தினனும், நறுமணம் பூசியவனும், தூய்மையான ஆடை உடுத்தி, ஆண்மைக்கேதுவான பொருட்களை உண்டவனும், மனைவியிடம் மிகுந்த காதல் கொண்டவனும், மிக்க மன எழுச்சி கொண்டவனுமே பெண்ணுடன் கூடத் தகுதியானவர்கள்.

புணர்ச்சியின் பின்னே :

கூடிய பிறகு குளித்து நறுமணப் பொருளைப் பூசுதல், குளிர்ந்த காற்றைக் கிரகித்தல், நீர் சேர்த்த அன்னத்தைப் புசித்தல், கற்கண்டினால் செய்த சிற்றுண்டியைச் சுவைத்தல் முதலியவற்றைச் செய்யவேண்டும். இவைகள் ஆணின் சுக்கிலத்தை விரைவாக மீண்டும் உற்பத்தி செய்து விடுகின்றன.

புணர்ச்சியின் பின் ஆகாதவை : மேற்கூறியவற்றைச் செய்யாதவன் ஆயுள், ஓஜஸ் (உடலின் ஏழு தாதுக்கள்) விந்து முதலியவற்றை இழக்கிறான். இதனோடு ஆண் குறியில் நோய்களையும், வாயுவின் கிளர்ச்சியையும் சந்திக்கிறான். இன்னும், நெருப்பினருகில் வேலை செய்வதைத் தவிர்க்கவும், தேகப் பயிற்சி, துக்கம் இவற்றைக் கைவிடவும் வேண்டும்.

புணர்ச்சியின் காலம் :

மனிதன் எல்லா ருதுக்களிலும் மூன்று நாட்களுக்கு ஒருமுறை வீதம் பெண்ணைக் கூடலாம். கோடையில் மட்டும் பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒருமுறைதான். ஆடியில் புணர்ச்சியைக்

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

கைவிட வேண்டும்.

அதிக புணர்ச்சி ஆகாது :

கால நியமங்களை மீறி பெண்ணைச் சேர்பவனுக்கு தலைச்சுற்றல், உடல் வாட்டம், தொடையில் வலு குறைவு, தாதுக்கள் அழிவு இவை தோன்றும். அகால மரணம்கூட அழைப்பதுண்டு. மேலும், வயிற்றுவலி, இருமல், ஜுரம், சுவாச நோய், இளைப்பு, சோகை, வலிப்பு இவையும் வந்து வாட்டும்.

அளவான புணர்ச்சியின் பலன் : பெண்களிடம் அளவுடன் கட்டுப்பாட்டை கடைப்பிடிப்பவன் ஞாபக சக்தி, தாரணா சக்தி, ஆயுள், நோயின்மை, வளர்ச்சி, திறமை, புகழ் இவைகளைப் பரிசாகப் பெறுகிறான். இளமை வளர்ந்து ஓங்க, கிழட்டுத்தனம் ஒதுங்கி வழிவிடும்.

பதினாறாயிரம் பேரை தசரதன் புணர்ந்த காலத்திலேயே ஒருத்தியோடு மட்டுமே வாழ முற்பட்ட ராமன் கதாபாத்திரமும் இந்திய சமுதாயத்தில் உண்டு. மனிதகுலம் நலம் பெற ஒழுக்கம் சார்ந்த வாழ்வையும், ஒருவனுக்கு ஒருத்தி என்ற தத்துவத்தையும் தமிழ் மறையான திருக்குறளும் வலியுறுத்துகிறது. இன்று பலவித நோய்ச் சிக்கல்கள்கூட (எய்ட்ஸ்) இந்த உயரிய பண்பால் விடைபெறும் என்பது திண்ணம்.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com