

اصول نبض خوانی در آیورودا

نوشته‌ی

جمشید شیخ لار آبادی

انتشارات فراروان

(روان‌شناسی، فراروان‌شناسی و عرفان)

سرشناسنامه : شیخ لارآبادی، جمشید، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور : اصول نبض خوانی در آیورودا
مشخصات نشر : تهران: فراروان، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری : ۲۰۰ص. مصور.
شابک : 978-964-2842-66-7
وضعیت فهرست نویسی : فیپای مختصر
یادداشت : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی:
<http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است
شماره کتابشناسی ملی : ۳۸۳۹۰۸۷

اصول نبض خوانی در آیورودا

نوشته‌ی جمشید شیخ لارآبادی
ویراسته‌ی فرزانه خونگرم لاکه
طراح و صفحه آرا: ساناز قهرمانی
چاپ اول ۱۳۹۴، شمارگان ۱۰۰۰، چاپ فرا
شابک ۷ - ۶۶ - ۲۸۴۲ - ۹۶۴ - ۹۷۸

تمام حقوق برای انتشارات فراروان محفوظ است
دفتر مرکزی: تهران، تلفن ۶۶۴۳۷۷۵۳ و ۶۶۹۲۱۳۷۸ نمابر ۶۶۹۰۰۲۹۹
کتابکده فراروان: خ ستارخان، پل یادگار امام، بازار سنتی، فاز ۱، شماره ۱/۱۱۸
تلفن ۱۷-۴۴۲۴۶۷۱۵ نمابر ۴۴۲۴۶۷۱۴
info@fararavan.com

قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

فهرست

۷	پیش‌گفتار
۹	مقدمه
۱۳	فصل اول: آناتومی و فیزیولوژی قلب
۳۵	فصل دوم: اصول اولیه‌ی نبض‌خوانی در آیورودا
۷۹	فصل سوم: نبض اندام‌های مختلف بدن و بیماری‌های مرتبط با هر یک
۱۱۹	فصل چهارم: عوامل تأثیرگذار بر نبض
۱۳۳	فصل پنجم: چند کاربرد دیگر نبض‌خوانی
۱۳۵	روش تعیین سیاره، سنگ و رنگ
۱۳۷	نبض بیماری‌های مختلف
	پیوست‌ها:
۱۴۹	آشنایی با بیماری‌ها
۱۷۷	واژه‌نامه
۱۹۵	منابع

پیش‌گفتار

به نام خداوند جان و خرد

سپاس بسیار خداوندی را که گوهری ارزشمند به نام عقل و معرفت به انسان هدیه نمود. انسان هر اندازه به کاوش بپردازد، باز از این دریای بیکران دانش، قطره‌ای بیش بهره نخواهد برد. این جاست که می‌توان پی به عظمت خالق هستی برد و سر تعظیم فرود آورد. عظمت علم و معرفت را تنها با جرعه‌ای از شراب عشق خداوند متعال می‌توان به دست آورد که این خود عاشق می‌طلبد و غیر از آن، مجاهدت و تلاش. پس از کسب این معرفت، مسئولیتی بزرگ‌تر بر دوش انسان قرارداد و آن مسئولیت نشر دانسته‌های خود است.

نگارنده در مسیر کسب علم و دانش، بهره‌ای اندک از دانش کهن آیورودا برده و بسیار باعث مسرت است که به هدف اصلی کتاب قبلی خود «آیورودا، اصول و مبانی مقدماتی» که معرفی این علم به جامعه‌ی دانشگاهی اعم از اساتید و دانشجویان رشته‌های پزشکی و علوم تغذیه و سلامت بوده، رسیده است. هم اکنون این منبع در دانشکده‌های فوق‌الذکر، با استقبال مناسبی مواجه شده است. این امر وظیفه‌ی بیشتری پیش روی نگارنده قرار می‌دهد. از آن‌جا که مخاطب این کتب، علاوه بر عموم مردم، قشر تحصیل کرده و متخصص جامعه هستند، در نتیجه باید با دقت و وسواس علمی بیشتری به نگارش درآیند.

کتاب حاضر در ادامه‌ی مباحث علم آیورودا نوشته شده است. یکی از مباحثی که در کتاب اصول و مبانی آیورودا، مطرح شده است، روش‌های هشت‌گانه‌ی تشخیص بیماری‌هاست و یکی از تخصصی‌ترین و قوی‌ترین روش‌های تشخیص، نبض‌خوانی است.

در رابطه با آیورودا آثار بسیاری به زبان‌های مختلف نوشته شده است. ولی به‌طور تخصصی در رابطه با نبض‌خوانی تا چندی پیش کتابی را سراغ نداشتیم. اما پس از نگارش کتاب، مطلع شدم که یکی از اساتید بزرگ آیورودا، آقای دکتر واسانت لد که کتاب‌های بسیاری

از ایشان مطالعه کرده بودم، کتابی به عنوان «secret of the puls» به رشته‌ی تحریر درآورده است. اما متأسفانه هنوز هم هیچ نسخه‌ای از آن به دست بنده نرسیده است. ولی با مختصر اطلاعاتی که از سرفصل‌های این کتاب از طریق سایت ناشر آن به دستم رسید، متوجه شدم که در کتاب حاضر نیز همان سرفصل‌ها موجود است. در هر حال اگر خواننده‌ی محترم کاستی و فقدان‌ی در این اثر ملاحظه نمود، بر بنده‌ی حقیر منت گذاشته و نقد و نظر خود را به آدرس زیر ارسال نماید تا در نگارش‌های بعدی، اصلاحات لازم صورت گیرد.

Jamshid_sheikh@yahoo.com

در اینجا بر خود واجب می‌بینم از معلم عزیزم جناب آقای پورمهرام قدردانی ویژه‌ای داشته باشم، شخصی که برای اولین بار مرا با وسعت آبرودا آشنا نمود و نقطه‌ی شروعی گردید برای مطالعات و تحقیقات بعدی من در آبرودا. در انتها از تمامی دست‌اندرکاران نشر فراروان که با زحمات و تلاش‌های خود نوشته‌های بنده را به کتابی زیبا تبدیل کردند، تشکر نموده و هم‌چنین از سرکار خانم فرزانه خونگرم که ویرایش کتاب را بر عهده داشتند، تشکر ویژه به عمل می‌آورم.

جمشید شیخ لارآبادی

مقدمه

آیورودا، کهن‌ترین سیستم پیشگیری و درمان بیماری‌ها است. این علم قدمتی بیش از پنج هزار سال دارد، چرا که اصول آن در وداها و به ویژه در ریگ ودا و آتھاروا ودا که کهن‌ترین دست‌نوشته‌های یافته شده بشریت هستند، ذکر شده است.

آیورودا، دانشی است که نه تنها سلامت جسمانی انسان‌ها، حیوانات و گیاهان در آن در نظر قرار گرفته شده، بلکه سلامت ذهنی و معنوی انسان نیز در آن لحاظ گردیده است. چاراکا در کتاب چاراکا سامهیتا در تعریف آیورودا چنین می‌گوید: «دانشی که به شما می‌آموزد چه چیزی خوب یا بد است، چه چیز باعث شادکامی و چه چیز باعث رنج می‌شود و مدت زمان و کیفیت زندگی چگونه است.»

بدین ترتیب آیورودا دانشی است که برای تمامی مردم از هر ملیت و مذهبی کاربرد دارد. این کاربرد به این معنا نیست که همه می‌توانند با یک نسخه‌ی یکسان و ثابت به سلامتی برسند. تنها نسخه‌ی ثابت در آیورودا، ثابت نبودن هیچ نسخه و یا الگویی برای همگان است. در آیورودا یاد می‌گیریم که با شناخت طبیعت هر فرد، او را جزئی از کل طبیعت محسوب کنیم و برای حصول سلامتی، باید دید کل نگرانه‌ای به مداوا و حفظ سلامتی افراد داشته باشیم.

آیورودا به همراه دو علم دیگر که عبارت‌اند از جیوتیش که همان علم ستاره‌شناسی است و واستو که علم طراحی و معماری محسوب می‌شود، مجموعه‌ای از علم کل‌نگر را ارائه می‌دهد که برای داشتن یک زندگی سالم و شاداب، بسیار مفید است.

واژه‌ی آیورودا

واژه‌ی آیورودا (که آ-یر - ودا تلفظ می‌شود) واژه‌ای است سنسکریت که از دو ریشه‌ی آیوش به معنای طول زمان زندگی و ودا به معنای دانش گرفته شده است. معنی تحت‌اللفظی آن دانش زندگی و طول عمر است.

بخش‌های اصلی آیورودا

آیورودا دانشی است کامل و گسترده، با شاخه‌های تخصصی خاص که به هشت بخش اصلی تقسیم شده است. دانش پژوهان در مراکز آموزش آیورودا در هند باستان، باید یکی از این هشت شاخه‌ی تخصصی را انتخاب می‌کردند. البته امروزه نیز چنین مراکزی در دانشگاه‌های هند و انگلستان و چند کشور دیگر به‌صورت تخصصی و آکادمیک وجود دارد. هشت شاخه‌ی تخصصی آیورودا عبارت است از:

۱. کایاچیکیتسا (طب داخلی)
۲. شالیا چیکیتسا (جراحی)
۳. شالاکیا تانترا (درمان بیماری‌های سر، گردن، چشم، گوش، حلق، بینی، دهان و...)
۴. آگادا تانترا یا ویشاگارا وایرودها تانترا (سم شناسی)
۵. ماناسا روگا یا بهوتا ویدیا (روان درمانی)
۶. کومارا بهریتیا یا بال تانترا (اطفال)
۷. راسایانا تانترا (روش‌های مختلف پیش‌گیری از بیماری‌ها)
۸. واجی کارانا تانترا (درمان ناتوانی جنسی)

ویژگی‌های درمان‌های آیورودایی

ماندگاری آیورودا در طول چند هزارسال، نشان‌دهنده‌ی کارایی آن به عنوان یک طب و روش درمان سنتی و هم‌چنین به دلایل زیر است:

۱. جامع بودن روش‌های درمان آیورودایی
۲. ماهیت روان - تنی بیماری‌ها
۳. مقوی بودن تمامی داروهای این روش درمانی
۴. تقویت سیستم ایمنی بدن با کنترل رژیم غذایی
۵. نقش رژیم غذایی و مصرف غذای ساده
۶. درمان‌های ساده و ارزان
۷. درمان ریشه‌ای بیماری‌ها
۸. طبیعی بودن درمان‌ها و در دسترس بودن آن‌ها

روش‌های تشخیص بیماری‌ها

در آیورودا روش‌های تشخیص هشت‌گانه یا به عبارتی آشتاویده پاریکشا، عبارت‌اند از:

۱. نبض‌خوانی (نادی پاریکشا)
۲. بررسی ادرار (موتراپاریکشا)
۳. بررسی مدفوع (مالا پاریکشا)
۴. بررسی زبان (جیوا پاریکشا)
۵. بررسی صداها و گفتار (شیدا پاریکشا)
۶. بررسی توسط لمس کردن (اسپارشا پاریکشا)
۷. بررسی از روی چشم (دریکا پاریکشا)
۸. بررسی از روی چهره (آکریتی پارکشا)

هم‌چنان که در طب نوین، برای تشخیص دقیق‌تر بیماری‌ها از ابزارآلات، تجهیزات و امکانات آزمایشگاهی پیشرفته استفاده می‌شود، در آیورودا هم روش‌هایی برای تشخیص دقیق بیماری‌ها به کار می‌رود، که البته نبض‌خوانی در این سیستم، دقیق‌ترین و جامع‌ترین روش تشخیص به شمار می‌آید. باقی روش‌ها به کمک تشخیص نهایی می‌آیند. موضوع اصلی کتاب حاضر نبض‌خوانی در آیورودا است.

ذکر این نکته مهم است که برای ورود به مبحث نبض‌خوانی در آیورودا، خواننده باید آشنایی مناسبی با مفاهیم اولیه‌ی آیورودا داشته باشد. چون در کتاب اول «آیورودا، اصول و مفاهیم مقدماتی» که توسط نشر فراروان به چاپ رسیده، تمامی اصول به شکل کامل آورده شده است و طرح مجدد آن‌ها تنها به حجیم شدن کتاب منجر می‌گردد، لذا درخواست دارم قبل از مطالعه‌ی فصول بعدی، نگاهی دقیق به آن کتاب داشته باشید تا بتوانید موارد مطرح شده در این کتاب را با دیدگاهی آیورودیک و فنی دنبال کنید. بدون آشنایی با اصول اولیه‌ی آیورودا، امکان استفاده‌ی مناسب از آموزه‌های این کتاب وجود نخواهد داشت.

روش نگارش کتاب حاضر به گونه‌ای است که خواننده در فصل اول، ابتدا با آناتومی و فیزیولوژی قلب بر اساس علم امروز آشنا می‌شود. حسن کار در این است که علاوه بر آشنایی خواننده با این مبحث بر اساس علم نوین، در ادامه با دیدی مناسب در قسمت‌هایی که

آیورودا وارد مبحث قلب و نبض می‌شود، موضوع را دنبال کرده و با عظمت آیورودا بیش‌تر آشنا می‌شود. این واقعیت که در ۵ هزار سال پیش امکانات پزشکی و دستگاه‌های پیشرفته‌ی امروزی وجود نداشته است، وسعت و دقت این علم را نشان می‌دهد.

www.ketab.ir