



**Vatatapika** (તૂણાત પૃથ્વી તકથ્વાની ઉપચર પદ્ધતી) આયુર્વેદના પાઠગ્રંથસૂત્રામં "જલ્પિવહ્નિ હેનેશન (તૂણાતનું ટકી શ્હેવું)" ને "સાયન" કહે છે. આયુર્વેદમં "સાયન" ની વર્ણના આ પૃથ્વી અણે કથ્વામં આવી છે - "સાયન ણ ટલે જ ઉમ્બને ણ છી કથ્વી ણ ટલે તૂણાતને ટકાવી થખવું ત્થ જૂના થેગો (લાંબ સમ્યથી ચલી આવતે થેગનું ) નાશ કથે છે. "આમં વશિષ્ઠિ ણ ણ ષઢેનો સમવેશ કથ્વામં આવવો છે ઉ.દા. સ્વનપૃથ્વી થશ. આયુર્વેદ અનુસાર Rejuvenation ઉપયોગ સુદૃઢ/તુદ્ધસ ણ તથ્હેવા ત્થ ળેજાને મ્દ કથ્વા મટે થય છે. આનો ઉપયોગ કથી આપાણે આપાણી આઢ્યાત્મિક શક્તિ વધથી તેમો ઉપયોગ સમજ, દર્શી, ગથી, નશિ ણ, લોકો મટે કથ્વો. "સાયન" ઉપચર પદ્ધતીનો મુખ્ય ઉદ્દેશ મંસપેશમિ enzymes ના કાર્યને સંતુલિત્ત્વ કાર્યક્રમને ટકાવી થખવું. આ ઉપચર પદ્ધતીમં મંસપેશીને પુનઃજીવંતકથ્વામં આવે છે. આને લીઢેમ્બની શાંત ણાવી થખવા ત્થ હાડકાં અને મ્જ જાંતુમ્બી મુદ્ત ટકાવી થખવામં ઉપયોગી થય છે. આને લીઢેવૃદ્ધિ વની પૃથ્વી થયા થેકાય છે અને વધી વયમં વથ તય આવતં થેગોને દૂર કથ્વામં મ્દ કથે છે.

વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ - વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ - વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ

પંચકથ્મં દર્શી શાવના પૃથ્વી અણે વશિષ્ઠિ ણ ઉપચર દવાય શથીમં પાચનક્રમ થયાથી નશિ મણ ધ્માર નકામ પદાથ્મ અને કાઢી શથીએ અંદરથી સંવરણ કથ્વામં આવે છે. શથીમંથી જે (ખોથક દવાય થેગ નપિજાવુંતે - Toxins) ને કાઢી નાખવાં પછી "સાયન" નો ઉપચર કથ્વાથી અસથ્કાથ્ક પથણામ મો છે. તેઉપચંન તપણ આ પૃથ્વીયાનું અસથ્કાથ્ક પથણામ મ્બી શકે છે.

"સાયન" ઉપચરનો ઉપયોગ કથેલ વચક તિઆથેગ ગ્રંથપૃથ્વી સમજનું નશિ મણ કથે છે, વચિર, ળેલવાનું અને કાર્ય કથ્વાનું શખિવવામં આવે છે. વાસત્ત્વમં આ ઘટકને આયુર્વેદમં ખુબ મ્હત્વ આપવામં આવવું છે.

વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ - વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ - વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ

સાયન ઉપચર કથ્વામં આવતે હોવાથી દર્શી ળેને દવાખાનામં શ્હેવું પડે છે. વશિષ્ઠિ ણ પૃથ્વીકાથ્મની કૂટીર (ગ્રંપડી)/શ્ડાની વચવસ થ તેમો મટે કથ્વી પડે છે. ડકટથ્ના જણાવના પૃથ્વી અણે આહાર અને પથેજીનો દર્શી સંપૂર્ણ પણે પાલન કથ્વું પડે છે. સાયન (Rejuvenation) નો ઉપયોગ કથ્વં પહેલા દર્શી પંચકથ્મનો ઉપચર કથ્વો પડે છે. તેમો કાર્યે વચવસાય/નોકથી કથ્નાથ મટે આ પદ્ધતી યોગ્ય પૂથ્વાર થી નથી.

### વૈદ્યકીય સંસ્કૃતિ (Vatatapika)

(ઉચ્ચર - Vaa-taa-ta-pi-ka) જે વચક તેમો આયુર્વેદકિ દવાખાનામં શ્હેવા મટે સમ્ય નથી તેમો લોકો મટે આ ઉપચર પદ્ધતી અતિચંતયોગ્ય છે. સાઢથ્થથીતેથેજીદા કાર્યને નચિમતિથખવા મટે આ પદ્ધતીનો ઉપયોગ કથી શકાય. ડકટથ્ના જણાવના પૃથ્વી અણે આયુર્વેદક ષઢેમં સાયન/મશિ થ્થાનો સમવેશ હોય છે. આ ષઢેને સૂથચોદયના સમ્યે ખાલી પેટે લેવાની હોય છે. આ ષઢેનો ઉપચર પંચકથ્મનો ઉપચર ન કથ્ત પણ કથીશકાય છે.