புதிய அவையம்

Vol. 09, Issue – 02, December - 2025

கட்டுரை பெறப்பட்டது : November - 2025 கட்டுரை ஏற்கப்பட்டது : December – 2025

பசிப்பிணிதீர்க்கும் மரங்கள்

சிவ. பூங்கோதை எம்.ஏ., எம்.ஃபில்.,
முழுநேர முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர்.
தூயநெஞ்சக் கல்லூரி (தன்னாட்சி)
திருப்பத்தூர்.

முன்னுரை:

மரங்கள் வீடுகளில் வளர்க்கப்படும், நிலங்களில் தோப்பாகவும், காடுகளிலும் வளர்க்கப்படுகின்றன. மக்களுக்கும், பறவைகளுக்கும் பயன்படும் பழவகைகள் என்பதால் மரங்களை வீட்டில் வளர்க்கும் மரங்கள் மா, பலா, வாழை, மாதுளை, தென்னை, கொய்யா, பப்பாளி, பாக்குமரம், சீத்தாப்பழ மரம், இழந்தை போன்ற தனிபட்ட மரங்கள் வீட்டு உபயோகத்திற்காக வளர்க்கப்படுவது மருத்துவ பண்புடையவை ஆகும். "கிளி வளர்த்தேன் பறந்து விட்டது! அணில் வளர்த்தேன் ஓடி விட்டது! மரம் வளர்த்தேன் இரண்டும் திரும்பி வந்துவிட்டது!!" அப்துல்கலாம் ஐயா அவர்களின் அழகிய பொன்மொழி நான் இப்பொழுது வீட்டிற்கு ஒரு மரம் வளர்ப்போம் என்பது அன்றைய வாசகம் ஆனால் ஆளுக்கு ஒரு மரம் வளர்க்க வேண்டிய தேவை இன்று ஏற்பட்டுள்ளது மரங்கள் இயற்கையின் கொடை இயற்கை அன்னையின் மடியில் மலர்ந்த முதல் குழந்தை மரம்மாகும். "மரங்கள், செடிகள், கொடிகள், அனைத்தும் இயற்கையின் கொடையே, மனிதன் உட்பட்ட அனைத்து உயிரினங்களையும் ஆரோக்கியத்தோடு வாழ வைக்கும் தன்வந்திரியாகவும்

திகழ்கிறது. மரங்கள் ஓசோன் மற்றும் துகள்கள் உள்ளிட்ட காற்று மாசுக்களை வடிகட்டுகின்றன.

மரம் மனிதனின் மூன்றாவது கரம்

மரம் மனிதனின் வெளிப்புற நுரையீரல்

தோட்டம் அல்லது தோப்பு:

பல வகையான மரங்கள் தோப்பாகவும் நிலங்களில் பயிரிடப்பட்டு வருகிறது. இது வியாபாரம் வருவாய்யீட்டவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இது மருத்துவ பண்புடையவையாகவும் உள்ளன. தென்னந்தோப்பு, மாதோப்பு வாழைத்தோப்பு, கொய்யாத் தோப்பு, மாதுளை மற்றும் முருங்கை தோட்டம், எழுமிச்சம் தோட்டம் இப்படி தோட்டமாக அமைக்கப்படும் மரங்கள் தரக்கடிய நன்மைகள் வீடுகட்டபயன்பட்டன வீட்டு உபயோக பொருட்களாகவும், மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. மலர்கள், காய் கனிகள் தருகிறது. நிழல், குளிர்ச்சி மழை தருகிறது. காற்றை சுத்தப்படுத்துகிறது. நாம் வெளியிடும் கார்பன்-டை-ஆக்சைடை கிரகித்துக் கொள்வதால் புவி வெப்பமடையும் விளைவை குறைக்கிறது. மரங்கள் மண்ணில் வேரோடி இருப்பதால் மண் அரிப்பைத் தடுக்கிறது. நிலச்சரிவுகளை தடுக்கிறது பறவைகளின் வாழ்விடமாக அமைகின்றது. நாம் வெளியிடும் கார்பன்-டை-ஆக்சைடை கிரகித்து கொண்டு நமக்குத் தேவையான ஆக்சிஜனை வெளியிடுகிறது மரத்தைச் சுற்றி நீர் சேகரிப்பதால் நிலத்தடிநீர் அதிகரிக்கிறது.மரங்களின் காய்ந்த இலைகள் சருகுகள் தழை உரமாகவும் மண்ணுக்கு பயன்படுகிறது விவசாய நிலத்திற்கு பயன்படுகிறது.

மரங்களின் வரலாறு:

மரங்கள் இயற்கையின் வரங்கள் மனிதனின்றி மரங்கள் வாழும் மரங்களின்றி மனிதனால் வாழ முடியாது. நாம் வாழும் இந்த பூமி சுத்தமாகவும் வாகன புகை, தொழிற்சாலைகளின் கழிவுகள் மூலமும், வாயுக்களின் மூலம் காற்றின் மூலம் மாசுக் கெட்டுவிடுகிறது. மக்களுக்கு பலவிதநோய்கள் வருகிறது அதனை தடுப்பதற்கு மரம் தேவை நிலத்தடி நீரை உறிஞ்சி காற்றில் கலந்து மேகமாக மழைப்பொழிகிறது. மரம் காசு வாங்காமல் நுரையீரலை சுத்தமாக்கும், மரங்கள் ஆஸ்துமா அறிகுறிகளைக் குறைக்கின்றன, மரங்கள் புற ஊதா கதிர்வீச்சின் வெளிப்பாட்டைக் குறைக்கின்றன இதனால் தோல் புற்று நோயைக் குறைக்கிறது. 2010 ஆம் ஆண்டு நிலவரப்படி கலிபோர்னியாவில் உள்ள நகரங்களில் சமூக காடுகளில் முதலீடு செய்வதன் மூலம்

வேலை உருவாக்கம் மற்றும் பொருளாதார வளர்ச்சியைத் தொடரலாம். நகர்புற மற்றும் சமூக வனவியல் துறைகள் 53.29 பில்லியன் வருவாயை ஈட்டி, மாநிலத்தின் பொருளாதாரத்தில் 53.899 பில்லியன் மதிப்பைச் சேர்த்தன. மரங்களில் 50 தொழில்கள் கொர்னின் மர அறக்கட்டளையால் உருவாக்கப்பட்டது. "உயர்ந்த அடுக்குமாடி குடியிருப்புகளில் எவ்வளவு மகிழ்ச்சி அடைகிறார்கள் என்பதை நம்மில் பலர் ஜன்னல்களில் இருந்து பார்க்கலாம்.

மாமரம்:

முக்கனிகளில் ஒன்று இதை வீட்டிலும், தோட்டத்திலும் வளர்க்கப்படுகிறது. மாம்பழம், மாங்கொட்டை, மரப்பிசின், பூ, இலை அனைத்தும் மருத்துவ குணம் வாய்ந்தது. மாம்பழம் சாப்பிடப் பயன்படும் பழத்தில் பொட்டாசியம் மற்றும் மக்னீசியம் சத்துக்கள் நிறைந்த பழமாகும். இது இரத்த அழுத்தத்தை கட்டுப்படுத்த பெரிதும் உதவுகிறது. இவை உடலில் கெட்ட கொலஸ்ட்ராலைக் குறைக்க ஏதுவாக அமைகிறது. மேலும் இது இரத்த நாளங்களை ஆக்ஸிஜனேற்ற அழுத்தத்திலிருந்து பாதுகாப்பாக வைக்கவும் இதயத்தை ஆரோக்கியமாக வைக்கவும் உதவுகிறது. தனிபட்ட வீட்டு பயன்பாட்டிற்கும் பயன்படுகிறது.

பலா மரம்

பலா முக்கனிகளில் இரண்டாவது கனியாக பலாப்பழம் உள்ளது. பலத்திற்காக வீட்டிலும், தோட்டத்திலும் தோப்பாக வளர்க்கப்படுகிறது பலாமரம் இலை, பட்டை, பலாபிஞ்சு, பழம், விதை ஆகியவை மருத்துவத்திற்கு பயன்படுகிறது. இதனை சக்கை பலவு, பலாசம், வருக்கை, ஏகாரவல்லி என பல பெயர்களில் அழைக்கின்றனர். பலா இலையை காயவைத்து இடித்து பொடியாக்கி அதனை தேனில் கலந்து காலை வேலையில் அருந்தி வந்தால் வயிற்றுப்புண் ஆறும், வாயுத் தொல்லைகள் நீங்கும். பலா இந்தியாவில் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் வளரும் மரமாகும். இதில் ஆசினிப்பலா, கூழைப்பலா வருகைப்பலா என பல வகைகள் உண்டு.

வாழைமரம்

முக்கனிகளில் மூன்றாவது வாழைப்பழம் இவை இந்தியாவில் அதிகம் விளையக்கூடியது. அனைத்து சுபநிகழ்விற்கும் பயன்படும் மரம்மாகும். தமிழர்களுக்கான உறவு வாழையடி வாழையாகத் தொடர்கிறது. மக்களுக்கு உணவாகவும், மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. வாழை மரத்திற்கு இலைகளே கிளைகள் ஆகும். வாழை மரத்தில் நூறுக்கும் மேற்பட்ட வகைகள் உள்ளன. வாழை மரத்தின் பூ,

தண்டு, இலை, காய், கனி, போன்ற அனைத்தும் மருத்துவ குணம் வாய்ந்தது. பாம்பு கடிக்க சிறந்த மருத்துவ குணம் வாழை மரமாகும்.

தென்னைமரம்

ஒவ்வொரு கொட்டையிலும் மனிதனின் முகம் இருந்தது. மேலும், தென்னை மரம் அப்படித்தான் உருவாக்கப்பட்டது. தேங்காயின் நெற்றியில் மூன்றாவது கண்ணைக் கவனியுங்கள். மரம், ஓலை, இளநீர், தேங்காய் அனைத்தும் பல விதங்களில் தனிபட்ட முறையிலும் மருத்துவப் பண்பாகவும் பயன்படுகிறது. இதன் எண்ணை உணவுப்பொருளாகவும், மருத்துவப் பொருளாகவும், எரிப் பொருளாகவும் பயன்படுகிறது. இலங்கை, இந்தியா போன்ற வெப்ப மண்டல நிலப்பரப்புகளில் வளரும் மரம் தென்னை ஆகும். தேங்காய் தென்னிந்திய சமையலில் முக்கிய இடத்தைப் பெறுகிறது. தென்னையைப் பெற்றால் இளநீரு! பிள்ளையை பெற்றால் கண்ணீரு .... பாடல்.

பனை மரத்தின் பயன்கள்

பனைமரம் நம்நாட்டு தேசிய மரமாக அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது. பனைமரம் நீர்மேலாண்மை மேம்படுத்தும், மண்ணரிப்பை தடுக்கவும் உதவுகிறது. பனை கம்பு, களி என்பார்கள். ஐம்பது ஆண்டுகளுக்கு முன்பு மனிதர்களின் வாழ்விடமாக வீடு கட்ட பயன்படும். மாடு, ஆடுகளின் இருப்பிடம் அமைக்கவும் பனை ஓலை பயன்படும். வெயில் காலங்களில் நுங்கு சாப்பிடவும் பயன்படும், பழமாகவும் பயன்படும். மருத்துவ குணம் வாய்ந்த நுங்கு மற்றும் பனம்பழம்மாகும், பதனநீர் என்று சொல்லக் கூடிய கல் மதுபோதையாகவும், காசாநோய் என்று சொல்லக்கூடிய கொடிய நோய்க்கு மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. பனங்கிழங்கு நார்சத்தாகவும், கால்சியம் சத்தாகவும் பல நன்மைகள் கொடுக்கும் மருத்துவ பயனாகவும் பனைமரம் பயன்படுகிறது.

வில்வம்

வில்வம் மரம் சித்தர்களின் கற்பகம், சிவபெருமானுக்குரிய அர்ச்சனைப் பொரும் வில்வம். கோவில்களின் தல விருட்சகமாகவும் அமைந்துள்ளன. இதனை ரிஷிகள் சஞ்சீவி என்பது போல் சித்தர்கள் கற்பகம் என்பார்கள். செந்தமிழ்ச் செல்வர்கள் கூவிளம், கூவிளை என்றும் அழைப்பார்கள் இதன் பொருள் எல்லாப் பிணிகளையும் நீக்கி வாழ்நாளை நீட்டிக்கும் என்பதாம்.வில்வத்தின் எல்லா பாகங்களுமே மருந்து, வில்வப்பழம் காய் சூரணம் மற்றும் லேகியமாகப் பயன்படுகிறது. காமாலைக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

முடிவுரை

ஒரு நாடு நலமும், வளமும் பெற்று வாழ வேண்டும் என்றால் வீட்டிற்கு ஒரு மரம் வளர்க்க வேண்டும் ஒவ்வெரு தனிமனிதனும் மரங்களை தோட்டமாகவும், காடாகவும் அமைக்க முன்வந்து உணவு, உற்பத்தியில் தன்னிறைவு பெற மரம் அவசியமாகும். பசுமைப் புரட்சி ஏற்பட மழை தான் உதவிச் செய்கிறது. எனவே மரம் வளர்ப்பு மிகவும் நன்மை திருகிறது. மரத்தை நாம் வளர்த்தால் மரம் நம்மை வளர்க்கும் என்ற முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் கருத்தாகும்.

துணை நூற்பட்டியல்

1.காடுகளும் மூலிகை மரங்களும்

2.வாழ்வு தரும் மரங்கள்