

భారతీయ జానపదుల విజ్ఞాన సంప్రదాయం – ఒక పరిశీలన

డా., అశీర్వాదం

తాడిమిళ్ళ

తెలుగు

అధ్యాపకులు,

పిఠాపురం రాజా ప్రభుత్వ కళాశాల (అ),

కాకినాడ.

జానపదుల యొక్క సహజ విజ్ఞాన నిధి పరంపరానుగతమైనది. శతాబ్దాల తరబడి వారసత్వముగా ఒకరినుండి మరియొకరికి సంక్రమిస్తూ ప్రవహిస్తున్న సజీవ స్రవంతి. ఇది వారి విద్య, వైద్యం, ఆహారం, విహారం, వ్యవహారం మొదలైన రంగాలలో విశేషంగా కనిపిస్తుంది.

విద్య:

వీరి చాలవరకు వానాకాలం చదువులు, పల్లెజనులు సేద్యం వృత్తిగా గల రైతులు, రైతుకూలీలు. వీరికి సంవత్సరంలో వానాకాలం తీరిక. ఊడ్పులు పూర్తయి మరల పంట కోతకోచ్చే వరకూ పనిపాటులుండవు. ఈ సమయంలో వీడుల్లో అరుగులమీద పాఠశాలలు నిర్వహించే పంతుళ్ళ వద్ద ఓనమాలు ప్రారంభించి "ఓ.న.మః, శి,వా, యః శతకాలూ, పద్యాలూ కంఠస్థం చేస్తూ, పొలాల్లో స్వేచ్ఛగా గొంతెత్తి పాడుతూ శృతిలయలు తమంత తాముగా తమని వరించేటట్లు చేసుకుంటారు. సంగీత సాహిత్యాలు ఇలా వారి రక్తనాళాలలో ప్రవేశిస్తాయి. 'పెద్ద బాలశిక్ష' వీరి పారాయణ గ్రంథం. భారత, భాగవతాది పురాణాతిహాసాలు వింటూ, వాటిలోని నీతులను జర్జించుకుంటూ వాటిని తమ నిత్యజీవితాల మీదికి అనువర్తించుకొనేవారు. వృత్తులలో తండ్రి వృత్తి కొడుకు స్వీకరించేవాడు. సర్వులకూ వృత్తివిద్యలు శిరోధార్యం.. కమ్మరి, కుమ్మరి, కరణం, కంసాలి, సాలె, పురోహిత వృత్తుల వారు తమ పిల్లలను తమ వృత్తులలోనే ప్రవేశింపగా, ప్రజ్ఞావంతులుగా తీర్చి దిద్దేవారు.

వైద్యం: జానపదుల వైద్యం వారికి అనుభవం నేర్పిన విద్య. తమ పూర్వుల నుండి అందుకోబడిన నిధి. ఇంగ్లీషు వైద్యం రాకముందు పల్లె సీమల్లో ఆయుర్వేద వైద్యం ప్రసిద్ధిగా సాగింది. దీనికి ఆద్యుడు 'ధన్వంతరి' 'చరకసంహిత' ప్రమాణ గ్రంథం. దీనిలో పేరెన్నికగన్న వైద్యులకు మెడల్స్ యిచ్చి,

United International Journal of Multidisciplinary Research

ISSN: 3048-6726 (UIJMR) Impact Factor: 6.934 (SJIF)

An International Peer-Reviewed and Refereed Multidisciplinary Journal

www.ujmr.in Vol-3, Special Issue-II ,2026

బిరుదులిచ్చి పల్లకీలమీద కూడా ఊగించేవారు. ఆ రోజుల్లో రాజవైద్యులుకూడా వీరే. ఇప్పటికీ కూడా అల్లోపతి వైద్యానికి లొంగని దీర్ఘరోగాలకూ, మొండి వ్యాధులకూ ఇదే శరణ్యం.

వీటన్నిటికంటే ముందు సమాజానికి గొప్ప సేవచేసింది జానపదుల అనుభవ వైద్యం. ఇది నాటు వైద్యమనే. గచ్చాకు పుచ్చాకు వైద్యమనే కొట్టిపారెయ్యడానికి వీల్లేదు. నాడిచూసి రోగం నిర్ణయించే ప్రక్రియ జానపదుల సొత్తు. వీరు చేయి పట్టుకొని నాడిచూసి వాతం, పిత్తం, శ్లేష్మం, వగైరాలు హెచ్చు తగ్గులు గమనించి మందులిస్తారు. ఈ మందు కూడా అతితేలికగా లభ్యమయ్యేదే. చాలావరకు చిట్కావైద్యమే. ఉదాహరణకి తేలు కుడితే వెంటనే చింతపిక్క అరగదీసి కుట్టినచోట అంటిస్తే టక్కున అతుక్కుపోతుంది. పది నిమిషాలలో ఆ విషాన్నంతా పీల్చుకొని ఆ పిక్క ఊడిపోతుంది. దానితో బాధకూడా పోతుంది. దెబ్బతగిలి రక్తం కారుతుంటే దానిపై ముగ్గువేసి కిరసనాయిలు పోస్తారు. వెంటనే రక్తం కట్టడిపోతుంది. గుడ్డ కాల్చి ఆడిసి అంటిస్తారు దెబ్బ మాడిపోతుంది.

తలనొప్పికి ఆముదం ఆకుగానీ, నిమ్మ ఆకుగుండ కొట్టి గానీ తలపై కడతారు. నొసలుకు మంచిగంధంగానీ, మిరియాలు ఉడికించిగానీ పట్టువేస్తారు – కొదీనా పువ్వు, హారతికర్పూరం కలిపి నుదుటికి రాస్తారు. ఇది వేడిని తగ్గించేస్తుంది. తలనొప్పికి నర్సిని చంపి వాసన చూస్తే కూడా పోతుందంటారు. నోటికి పూతివస్తే పటిక రాయిస్తారు లేదా పుల్లటి మజ్జిగ పుక్కిట పట్టమంటారు, ఇగుళ్ళు రక్తం కారుతుంటే (పయోరియా) నేపాళంపుల్లతో పండ్లు తోమమంటారు. పళ్లసలుపులకు నీళ్లలో డామి ఆకులువేసి బాగా మరిగించి ఆ నునువెచ్చని నీటితో ప్రతిరోజూ మూడుసార్లు పుక్కిలించ మంటారు. పుప్పిపళ్లకు ఇంగువ పెడతారు.

ఆహారం:చేలో పండించుకున్న వడ్లు దంచుకుని చక్కగా బియ్యం చేసుకుని వండుకుంటారు. ఇది తవుడుతో కలిసివుంటుంది. 'బి'విటమిన్ సంపూర్ణంగా మినుములూ, పెసరూ చేలోనూ, కంది చేను గట్లమీద పెంచి మినప్పప్పుతో మినపరోట్టి, పెసలతో పెసరపప్పు, కందులతో కందిపప్పు వండుకుంటారు. కొందరు ఉదయం చోడి అంబలిలో మజ్జిగ, ఉప్పు కలుపుకు త్రాగుతారు. ఇది వారి ఉదయం టిఫిన్ అన్నమాట. చాలామంది చద్దన్నం తింటారు. సాయంత్రం ఉప్పు కలిపిన ఉడుకుగంజి త్రాగుతాడు. ఇది వారి సాయంత్రం కాఫీ. ఇవి దేహానికి తుష్టిని పుష్టిని కలిగించే బలిష్ఠమైన ఆహారం. వీరు వంటకు కాల్చిన మట్టికుండలు వాడతారు. ఇది ఖరీదు తక్కు వేకాకుండా యితర పాత్రలలోలాగ వేడి తగిలినప్పుడు వంటపదార్థంలో మరో రసాయనిక సంయోగం జరగదు. అందువల్ల ఆరోగ్యానికి హానీ

United International Journal of Multidisciplinary Research

ISSN: 3048-6726 (UIJMR) Impact Factor: 6.934 (SJIF)

An International Peer-Reviewed and Refereed Multidisciplinary Journal

www.ujmr.in Vol-3, Special Issue-II ,2026

ఉండదు. వంటకే కాకుండా నీళ్ళు తెచ్చుకోవడానికీ, చల్లకూ మట్టికడవలనే వాడతారు. జానపదులలో పాడి సమృద్ధి ఇంటికొచ్చిన అతిధికి మజ్జిగ దాహం యిచ్చి మర్యాద చేస్తారు. కాఫీ, టీల కంటే మజ్జిగ సేవనం మనిషికి ఆరోగ్యం. ఇక కావలసిన కూరా నారా యింటి పెరట్లోనే పండించుకుంటారు. ఈ జానపదుల పెరటిలోట నిజానికి ఆరోగ్య ఐశ్వరాల మూట.

తులసి: దీనిని పూజస్తే పుణ్యం పురుషార్థం వస్తుందనేది ఒక అలౌకిక దృష్టి. నైన్సు దృష్ట్యా యిది దోమల నివారిణి. దీని ఆకు జీర్ణకారి. పైత్య వికారం తగ్గిస్తుంది డజను తమలపాకులూ రెండు మిరియపుగింజలూ కలిపితింటే పడిశం తగ్గుతుంది. తులసిఆకు పసరు చర్మం మీది తెల్లమచ్చలకు, కురుపు లకు దివ్యోషధం.

ములగ: ములగకాడలో విటమిన్ 'ఎ' ఎక్కువ. ఖనిజలవణాలు, మాంసపు కృత్తులు సకృత్తుగా గల బలవర్ధకాహారం. రాలిపోయిన ములగపువ్వు ఏరి, పప్పులోవేసుకు వండుకుంటారు. ములగచెట్టు బెరడు గుండకొట్టి గుడ్డలోకట్టి జలుబు చేసినప్పుడు ముక్కుదగ్గర పెట్టుకు పీలిస్తే ఉపశమనం కలుగుతుంది. నడుము నొప్పుకి, ఇరుకు నొప్పులకి ములగాకు, వామ్ముకట్టు గొప్పగా పనిచేస్తుంది.

పసుపు: ఇది క్రిమిసంహారిణి. సెప్టిక్ ని నిరోధిస్తుంది. పూర్వకాలంలో మగవాళ్ళు పాముకోళ్ళు, పాదరక్షలు ధరించినట్లుంది గాని స్త్రీలు ధరించినట్లు లేదు. అందువల్ల కాలికి ఏదై నా దెబ్బతగిలినా సెప్టిక్ కాకుండా ముందుజాగ్రత్తగా పాదాలకు పసుపు పారాణి రాసేవారు. లివర్ జబ్బులకు మంచిమందు. స్త్రీలకు రోమనివారిణి జానపద స్త్రీలు ముఖానికి నిండుగా పసుపు రాసుకుంటారు. ఇది మంచి జీర్ణకారి కూడా - అందుకే ప్రతీకూరలోనూ వేస్తారు. దీనికి మలేరియా నిరోధక శక్తి వుంది. ఇళ్ళల్లో పసుపు నీళ్ళు చల్లడంలో శుభం మాట ఎలావున్నా క్రిములను చంపే శక్తిగా వినియోగించడం దీని వెనుకనున్న రహస్యం.

ఉసిరి: దీన్ని అమృత ఫలం అంటారు. దీని నిండా 'సి' విటమిన్. పాత ఉసిరికాయ పచ్చడి పత్త్యానికి మంచిది. మనకు ప్రాణభాషలో 'కరతలా మలకం' అనే మాటవుంది. దీనినర్థం 'అరచెతిలో 'ఉసిరికాయ' అని. 'సి' విటమిను సరిపడా లేకుంటే దేహంలో వ్యాధినిరోధక శక్తి తగ్గిపోయి ఏవ్యాధి అయినా యిట్టే సోకే ప్రమాదముంది.

కరివేపాకు: దీనిలో విటమిన్ 'ఎ' పుష్కలంగా వుంది. పైత్యహారి - జీర్ణకారి. కాని ఇప్పుడు దీనిని విస్మరించి మనవాళ్ళు కూరల్లో చారుల్లో ఏదో సువాసన కోసం వేసినట్లు భావించి తినేటప్పుడు

United International Journal of Multidisciplinary Research

ISSN: 3048-6726 (UIJMR) Impact Factor: 6.934 (SJIF)

An International Peer-Reviewed and Refereed Multidisciplinary Journal

www.ujmr.in Vol-3, Special Issue-II, 2026

ఎరిపారేస్తారు. అందుకే ఎవరినైనా నా అవసరమున్నప్పుడు వాడుకుని సమయానికి దూరంగా గెంటివేస్తుంటే వాడిది పాపం కరివేపాకు బ్రతుకురా అంటుండడం వాడుకలోకిచ్చింది.

నిమ్మ : ఈ పండు విటమిన్ 'సి'కి నిలయం. వేడిచేనే కూరలన్నిటిలోనూ ఇది వాడతారు చలవ చేస్తుంది. నిమ్మరసం ఒంటికిమద్ది కొంత సేపయ్యాక స్నానం చేస్తే వొంటికి మంచి ఛాయనిస్తుంది. నిమ్మకాయడిప్పలు ఎండబెట్టి నలుగుపిండిలో కలిపి రాస్తే శరీరానికి కాంతి వస్తుంది. వేడిచేసినప్పుడు నిమ్మరసంలో పంచదార వేసుకొని నీళ్ళలో కలిపి త్రాగితే చల్లబరుస్తుంది. ఉదయం పరగడుపున ఒక కాయ నిమ్మరసం చెంచాడు తేనెలో కలిపి త్రాగితే ఒళ్ళు తగ్గుతుంది. ధాతుపుష్టి కలిగిస్తుంది.

అరటి : అతిదులు, బంధువులు ఏ వేళ్ళోచ్చినా కంగారుపడకుండా అర్థంతుగా ఆదుకోవడానికి ఇంటిలోని అరటిచెట్టు పెద్ద అండ. చెట్టునున్న గెలనుండి కాయలుకోసి కూర వండి తృప్తిగా పెట్టవచ్చు. అరటిపువ్వు కడుపులోని అల్పర్కి మందు. అరటిదువ్వ తింటే చలువ చేస్తుంది. అరటిపండు సుఖ విరేచనకారి. అరటి పండులోని గింజల పొడరు తింటే మసూచిని దరికి రానివ్వదు. అరటి ఆకులు అన్నం, టిఫిను తినడానికి చాలా ఉపకరిస్తాయి. అరటి పువ్వు పరిచాక చివరన మిగిలిన లింగం నమిలితే కడుపులో నులి పురుగు చచ్చిపోతుంది. (ఎమిబియాసిస్) నోటిపూత కూడా పోతుంది.

కొబ్బరి : ఈ కాయను నారికేళ ఫలం అంటారు. కొబ్బరి నీరు నీరుడు దోషాన్ని తొలగిస్తుంది. చలువ చేస్తుంది. ఎండాకాలంలో దీని ప్రతిభ అద్భుతం. లోనిగుంజు మంచి బలవర్ధకాహారం. మహాత్మాగాంధీ దీన్నే ఎక్కువ భుజించేవారు. దురదలు కొబ్బరిపాలు రుద్దితేపోతాయి. కొబ్బరి పాలతో తల రుద్దుకుంటే అకాలపూతలు నెరవడం రాదు. వెంట్రుకలు ఊడి పోవడాన్ని ఆపు చేస్తుంది. కొబ్బరిడొక్క పోయ్యిలోకి ఉపయోగిస్తుంది. కొబ్బరిపీచు త్రాడుగా ఉపయోగపడుతుంది. కొబ్బరి ఆకు చాపలకు పని కొస్తుంది. కాయ అమ్మకానికి విలువైనది. అందుకే కొబ్బరిచెట్టును కొంగు బంగారమన్నారు.

వ్యవహారం

మర్కాదలు : అతిదులు వస్తే ముందుగా కాళ్ళు కడుక్కోవడానికి నీళ్ళు ఇస్తారు. వీధిలోనే వాళ్ళు కాళ్ళు కడుక్కొని లోనికి ప్రవేశించాలి. దీని వల్ల సూక్ష్మ క్రిములు వారి కాలిధూళితో ఇంటిలోనికి రాకుండా నిరోధించబడుతుంది. ఆ కడుక్కోనేటప్పుడు చిన్న పొడి కూడా ఉండకుండా కడుక్కోవాలి. ఈ పొడిగాని ఉంటే అందులో శని ప్రవేశిస్తుందట. దానికి జానపదులు సలదమయంతుల కథ ఉదహరిస్తుంటారు. నలుడు అన్నిట పరిశుద్ధుడేగాని ఒకరోజు కాళ్ళు కడుక్కోనేటప్పుడు మడమపై చిన్న పొడిభాగం ఉండి

United International Journal of Multidisciplinary Research

ISSN: 3048-6726 (UIJMR) Impact Factor: 6.934 (SJIF)

An International Peer-Reviewed and Refereed Multidisciplinary Journal

www.ujmr.in Vol-3, Special Issue-II ,2026

పోయిందట. ఎప్పుడెప్పుడా అని ఎదురుచూస్తున్న శని దీనిలో అవకాశం ఎక్కి ఆవహించి అష్టకష్టాలు పెట్టాడట.

పరిశుభ్రత : ఉదయం లేవగానే ప్రతివారూ వారి వీధి తుడిచి పేడలో కళ్ళాపు చల్లి దానిపై ముగ్గులు పెట్టడం మొదటి చర్య. దీనివల్ల పరిసర కాలుష్యం నివారించ బడుతుంది. ముగ్గువల్ల వీధికి అందం రావడమే కాక సూక్ష్మ క్రిమిసంహారం జరుగుతుంది. పండుగ పేరు చెప్పి తరుచు ఇల్లు అలుకుట కూడ ఇందుకోసమే.

రచ్చబండ తీర్పులు : కుటుంబ తగువులు, ఇంటి తగువులు, ఫొలం తగువులు, వ్యక్తుల మధ్య తగువులు వారిలోవారే పెద్దలను నిర్ణయించుకొని వారిద్వారా రచ్చబండ మీద పరిష్కరించుకుంటారు. దీనినే రచ్చబండ తీర్పులు అంటారు. పెద్దలు వీరి తగువులలోని లోతులు తెలుసుకొని నిష్పక్షపాతంగా తీర్పులు చెబుతారు. అందుకే అవి అందరికీ శిరోధార్యం ఖరీదులేనివి. "నిరక్షరాస్యులు అజ్ఞానులుకారు. కనుకనే జానపదులు అజ్ఞానులు కారు అనుభవజ్ఞులు. అనుభవం మనిషికి జ్ఞానాన్ని యిస్తుంది. తమ అనుభవాల వల్ల తమకు అందిన సంస్కారంలో ఎన్నో శారీరక, సాంఘిక, మానసిక సమస్యలకు పరిష్కారాలు కనుగొని తరతరాలుగా తమకు ఎదురౌతున్న ఇక్కట్లను ఎదుర్కొంటుంటారు"

సంఘ జీవన సరళి: కలిగినవాళ్ళలో స్త్రీలు కాళ్ళకు కడియాలు, నడుముకు వడ్డాణం, దండకు కడియం, చేతులకు మురుగులు, మెడలో కాసుల పేరు, నాను, పట్టిడ వగైరా వెండి, బంగారు ఆభరణాలు ధరిస్తారు. వివాహిత స్త్రీలు మెడలో బంగారంలో చేసిన మంగళసూత్రాలు కట్టుకుంటాడు. విధ్వులు పసుపుకొమ్ము కట్టుకుంటారు. భర్తయే స్త్రీకి సర్వస్వం. దీనివల్ల గృహజీవితం నిరపాయం. వీరిది సమష్టి కుటుంబపద్ధతి. కలిసి శ్రమించడం కలిసి జీవించడం వీరి జీవన సరళి.

ఆచారాలు : నిత్యజీవితంలో అలవాటుగా చేసేపనులు తరతరాలుగా ఆచరించబడటం వల్ల ఆచారాలుగా పిలవబడుతున్నాయి. జానపదులది కర్మసిద్ధాంతం. చెట్టుల్ని, పుట్టల్ని, రాళ్ళనీ, రప్పల్ని , సూర్యుణ్ణి, విగ్రహాల్ని అత్యంత భక్తిలో పూజిస్తారు. రావిచెట్టుకు, వేపచెట్టుకు పెళ్ళిచేసి పుణ్యకార్యం చేసినట్లు భావిస్తారు. ఈ చెట్లు ఔషధ పరంగా చాలా విశిష్టమైనవికదా ! ఆ విశిష్టతను గుర్తింపచెయ్యడానికే యిలాంటి క్రతువు ఏర్పరచడం.

ఈ విధంగా భారతీయ జానపదులు అనుభవ పూర్వకంగా నేర్చుకున్న విజ్ఞాన సంప్రదాయాలను తమ తర్వాత తరాలకు అందిస్తూ విజ్ఞానవంతులను చేస్తున్నారు.

United International Journal of Multidisciplinary Research

ISSN: 3048-6726 (UIJMR) Impact Factor: 6.934 (SJIF)

An International Peer-Reviewed and Refereed Multidisciplinary Journal

www.ujmr.in Vol-3, Special Issue-II ,2026

ఆధార గ్రంథాలు:-

1. ఆంధ్రుల జానపద విజ్ఞానము - డా,,ఆర్.వి.యస్.సుందరం గారు
2. ఆంధ్రుల చరిత్ర - సంస్కృతి - ఆచార్య ఖండవల్లి లక్ష్మీరంజనం గారు
3. ఆంధ్రుల వాఙ్మయ చరిత్ర - ఆచార్య దివాకర్ల వెంకటావధాని గారు
4. ఆంధ్రుల సాఘిక చరిత్ర - శ్రీ సురవరం ప్రతాపరెడ్డి గారు