Vatatapika (તૂણત પ□થપ□તકથ્વાની ઉપચાથ પદ□ધ્ધિ) આયુથ□વેદના પાઠ□ચપુસ□તમાં "જયૂિવ□હેનેશન (તૂણતનું ટકી થ્હેવું)" ને "સાયન" ક્હે છે. આયુથ□વેદમાં "સાયન" ની વ□યાખ□યા આ પ□થ્મણે કથ્વામાં આવી છે - "સાયન □ટલે જ ઉમ્થ્ને □છી કથ્વી □ટલે તૂણતને ટકાવી થખવું ત્થા જૂના થેગો (લાંબ સમ્યથી ચલી આવતે થેગનું) નાશ કથ્ે છે. "આમાં વશિષિ□ટ □ષધેનો સમવેશ કથ્વામાં આવ□યો છે ઉ.દા. ચ્વનપ□થશ. આયુથ□વેદ અનુસાથ Rejuvenation ઉપ્યોગ સુદૃઢ/તંદુથ્સ□તથ્હેવા ત્થા બેજાને મ્દદ કથ્વા મટે થય છે. આનો ઉપ્યોગ કથ્ી આપાણે આપાણી આધ□યાત□મકિ શક□તવિધથી ત્મો ઉપ્યોગ સમજ, દથ□દી□ , ગથીબ, નથિ□બળ, લોકો મટે કથ્વો. "સાયન" ઉપચાથ પદ□ધ્ધિનો □મુખ□ય ઉદ□દેશ મંસપેશિમાં enzymes ના કાથ□યને સંતુલતિત્થ કાથ□યક□ષમ્તને ટકાવી થખવું. આ ઉપચાથ પદ□ધ્ધિમાં મંસપેશીને પુન:જીવંતકથ્વામાં આવે છે. આને લીધેમ્નની શાંત્તા બ્નાવી થખવા ત્થા હાડકાં અને મ્જ□જાતુંની મૃદુત ટકાવી થખવામાં ઉપ્યોગી થય છે. આને લીધેવૃદ□ધ્ધિ□વની પ□થ્ક□થિયા થેકાય છે અને વધ્ધી વ્યમાં વથ□તય આવતાં થેગોને દૂથ કથ્વામાં મ્દદ કથ્ે છે.

□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□

પંચ્કથ□મ્માં દથ□શાવ□યા પ□થ્મણે વશિષિ□ટ ઉપચાથ દ□વાથ શથીથ્માં પાચ્નક□થિયાથી નથિ□મણ થ્નાથ નકામ પદાથ□થ્ને કાઢી શથીથ્ને અંદથ્થી સ□વચ□છ કથ્વામાં આવે છે. શથીથ્માંથી જે (ખોથક દ□વાથ થેગ નપિજાવતું જે - Toxins) ને કાઢી નાખ□યાં પછી "સાયન" નો ઉપચાથ કથ્વાથી અસથ્કાથ્ક પથિણામ્ મ્ળે છે. તે ઉપથાંત□તપણ આ પ□થ્કયિાનું અસથ્કાથ્ક પથિણામ્ મ્ળી શકે છે.

"સાયન" ઉપચાથ્નો ઉપ્યોગ કથ્ેલ વ□યક□તિઆથેગ□યપૂથ□ણ સમજનું નથિ□મણ કથ્ે છે, વચિાથ, બેલવાનું અને કાથ□ય કથ્વાનું શખિવવામાં આવે છે. વાસ□ત્વમાં આ ઘટકને આયુથ□વેદમાં ખુબ મ્હત□વ આપવામાં આવ□યું છે.

□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□
□□□□□□□□□□□□□□□

સાયન ઉપચાથ કથ્વામાં આવતે હોવાથી દથ□દીને દવાખાનામાં થ્હેવું પડે છે. વશિષિ□ટ પ□થ્કાથ્ની કૂટીથ (ઝૂંપડી)/□થ્ડાની વ□યવસ□થ ત્મે મટે કથ્વી પડે છે. ડ□કટથ્ના જણાવ□યા પ□થ્મણે આહાથ અને પથ્ેજીનો દથ□દી□ સંપૂથ□ણ પણે પાલન કથ્વું પડે છે. સાયન (Rejuvenation) નો ઉપ્યોગ કથ્તાં પહેલા દથ□દી□ પંચ્કથ□મ્નો ઉપચાથ કથ્વો પડે છે. ત્મે કાથ્ણે વ□યવસાય/નોકથી કથ્નાથ મટે આ પદ□ધ્ધિ યોગ□ય પૂથ્વાથ થ્તી નથી.

□□□□□□□□□□ **(Vatatapika)**

(ઉચ□યાથ - Vaa-taa-ta-pi-ka) જે વ□યક□તિને આયુથ□વેદકિ દવાઆનામાં થ્હેવા મટે સમ્ય નથી ત્યા લોકો મટે આ ઉપચાથ પદ□ધ્ધિ અત□યંતયોગ□ય છે. સાધથ્ણથીતેથેજીંદા કાથ□યને નયિમ્તિથખવા મટે આ પદ□ધ્ધિનો ઉપ્યોગ કથ્ી શકાય. ડ□ક□ટથ્ના જણાવ□યા પ□થ્મણે આયુથ□વેદીક □ષધેમાં સાયન/મ્શિ□થ્ણનો સમવેશ હોય છે. આ □ષધેને સૂથ□યોદ્યના સમ્યે ખાલી પેટે લેવાની હોય છે. આ □ષધેનો ઉપચાથ પંચ્કથ□મ્નો ઉપચાથ ન કથ્ત પણ કથ્ીશકાય છે.