

संपादकीय

जी एम् खाद्यपदार्थांबद्दल आपण पूर्वी या स्तंभातून चर्चा केलेली आहे. जी एम म्हणजे जनुकीय बदल घडवलेल्या फळे, भाज्या इ. खाद्यपदार्थांचा मानवी शरीरावर कसा परिणाम होतो याबद्दल आजही मतभिन्नता आहेत. पण मानवच जर जी एम म्हणजेच जेनेटिकली मॉडीफाईड - जनुकीय बदल घडवलेला निर्माण केला तर? कालपरवापर्यंत कथा कादंबऱ्यांचा विषय ठरू शकणारी ही कल्पना प्रत्यक्षात उतरू पाहात आहे. मुळात जनुकीय दोष दूर करून चांगले सकस बीज व त्यापासून चांगले कीड न लागणारे खाद्यपदार्थ बनवणे या संकल्पनेतून जनुकीय बदल करण्याचे संशोधन सुरु होते. मात्र गेल्या काही वर्षांपासून असे प्रयोग मानवांवरही होत असल्याबद्दल संशय व्यक्त केला जात आहे. नुकत्याच संपलेल्या लंडन ऑलिम्पिकच्या निमित्ताने हा विषय पुन्हा ताजा झाला. गेल्या काही वर्षांपासून इतर सर्व क्षेत्रांबरोबरच क्रीडा क्षेत्रातही चिनी खेळाडू भरीव कामगिरी करत आहेत. यात त्यांची स्वतःची मेहनत तर आहेच परंतु राष्ट्रीय पातळीवर त्यांना दिली जाणारी मदत तसेच सर्व प्रकारच्या सुविधा यांचाही वाटा त्यात आहे. चिनी खेळाडूंची निवड सरकारी प्रक्रियेतून लहानपणातच केली जाते व लहानपणापासून त्यांना कुटुंबापासून वेगळे ठेवून विशेष प्रशिक्षण दिले जाते. याचा फायदा जसा मिळतो तसे या व्यवस्थेचे तोटेही समोर दिसतात. परंतु चिनी पोलादी पडद्याआड सर्व दडपले जाते. मात्र गेल्या काही वर्षांपासून अचानक चिनी खेळाडूंची कामगिरी उंचावत आहे. चीनमधूनच मिळणाऱ्या छुप्या बातम्यांमधून चिनी खेळाडूंवर जनुकीय बदल घडवले जात असावेत अशी शंका घेतली जात आहे. आज कुठल्याही मोठ्या स्पर्धेत सर्व खेळाडूंची उत्तेजक चाचणी रक्त व लघवीच्या नमुन्यांमार्फत केली जाते. आंतरराष्ट्रीय निकषांनुसार वर्ज्य ठरवलेल्या उत्तेजकांचे प्रमाण यात आढळल्यास त्यांना बाद ठरवले जाते. मात्र अशी कोणतीही तपासणी जनुकीय बदलांबाबत करण्याची व्यवस्था सध्या नाही. असा प्रवाद आहे की विशिष्ट स्नायूंना ताकद देण्याच्या दृष्टीने जनुकीय बदल केलेल्या पेशींची इंजेक्शन या खेळाडूंना (बहुधा लहान वयातच) देण्यात येतात. यामुळे विशिष्ट स्नायूंची वाढ त्यांच्या वयाच्या मानाने जास्त होऊन

(पान ४ वर)



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष ९ • अंक ८ • भारतीय सौर भाद्रपद १, शके १९३४ • २३ ऑगस्ट २०१२

संपादक : वैद्य प्रसन्न केळकर

: सल्लागार मंडळ :

डॉ. गुरुनाथ म्हापसेकर, वैद्य राजन पाटणकर, वैद्य नरेंद्र कठे
श्री. प्रकाश मोडक, डॉ. प्रज्ञा आपटीकर, सौ. प्रिया घैसास

आता 'आयुर्हित' वाचा www.ayurlink.com / Ayurhit_magazine वर सुद्धा

जीवनयोग निरूपण

- प्रसन्नानंद

गेल्या अंकात भूतजयानंतर प्राप्त होणाऱ्या अष्टसिद्धींची माहिती घेतली. तसेच कायसंपत म्हणजे शरीराचे संपन्नत्व कशात आहे, म्हणजेच शरीराची संपत्ती कोणती याची माहिती घेतली. यापुढे भगवान इंद्रियजयाबद्दल माहिती देतात.

ग्रहणस्वरूपास्मितान्वयार्थवत्त्व संयमादिन्द्रिय जयः ॥

ग्रहण, स्वरूप, अस्मिता, अन्वय, अर्थवत्त्व यावर संयम केला तर इंद्रियजय प्राप्त होतो.

इंद्रियांवर विजय प्राप्त करायचा तर त्यासाठी संयम करणे गरजेचे आहे पण हा संयम कुणावर करायचा याबद्दल पातंजली येथे विवेचन करत आहेत.

ग्रहण म्हणजे त्या त्या इंद्रियाची विषय ग्रहण करण्याची क्षमता व पद्धत. स्वरूप म्हणजे इंद्रियाची रचना. अस्मिता म्हणजे त्या त्या इंद्रियाचे अस्तित्व कसे व कुठे आहे हे बघणे. अन्वय म्हणजे इंद्रियांचा एकमेकांशी संबंध व अर्थवत्त्व म्हणजे सार्थता किंवा उपयुक्तता किंवा कारण.

शरीरातील पंचज्ञानेंद्रियांचे बाबत वरील गोष्टी थोडक्यात बघू. यात प्रथम त्यांचे ग्रहण, स्वरूप व अस्मिता बघू व नंतर एकत्रितपणे अन्वयार्थ बघू.

शब्द, स्पर्श, रूप, रस व गंध हे पांच ज्ञानेंद्रियांद्वारे ग्रहण होणारे विषय असून त्याच त्यांच्या अस्मिता आहेत. कान, त्वचा, डोळे, जीभ व नाक ही त्यांची अधिष्ठाने आहेत.

कर्ण : सर्व प्राण्यांच्या डोक्याच्या दोन्ही बाजूंस एक भोक असते. त्यावर एक पडदा ताणून बसवलेला असतो. त्याला लागून आतमध्ये हाडांची एक छोटी साखळी असते. ती नसेद्वारे मेंदूशी जोडलेली

(पान ४ वर)

आहार गाथा

वैद्या सौ. कल्याणी केळकर

बी.ए.एम.एस.;पी.जी.डी.ई.एम.एस्.

काकडी

भारतात सर्वत्र लोकप्रिय आहे. आरोग्यासाठी आवश्यक सर्व घटक काकडीत आढळतात. उष्ण व दमट हवामानात सर्वत्र काकडी पिकते.

काकडीत खनिज विपुल आहेत. तिच्या सालीत क्षार व जीवनसत्वे अधिक आहेत त्यामुळे शक्यतो साल काढू नये.

काकडीतून पोटॅशियम, मीठ, मॅग्नेशियम, गंधक, सिलिकॉन, क्लोरिन, फ्लोरिन इ. द्रव्ये मिळतात.

अन्नमूल्ये :

आर्द्रता - ९६.३%	कॅल्शियम १० मि.ग्रॅ.
प्रथिने - ०.४ %	फॉस्फरस २५ मि.ग्रॅ.
मेद - ०.१%	लोह १.५% मि. ग्रॅ.
खनिजे ०.३%	'क' जीवनसत्त्व ७ मि.ग्रॅ.
तंतुमय पदार्थ ०.४%	'ब' जीवनसत्त्व
पिष्टमय पदार्थ २.५%	

काकडीतील खनिजांत अल्कली गुणधर्म ६४.०४% तर अम्लगुणधर्म ३५.९६% आहे. त्यामुळे औषधि म्हणून ती बहुमोल आहे.

काकडी कच्ची खावी, कारण शिजवताना तिच्यातील पोटॅशियम व फॉस्फरस नष्ट होतात. आरोग्यदायी फायदे खालील प्रमाणे आहेत.

● मूत्रमार्गाच्या तक्रारीत उपयुक्त :

काकडी शरीरातील अंतर्गत स्त्राव व मूत्रप्रमाण वाढवते. मूत्रमार्गाची जळजळ, मूतखडा अशा विकारात ह्याचे अधिक सेवन करावे. ह्याच्या सेवनाने रक्तातील Uric acid चे प्रमाण कमी होते. काकडीच्या बिया, जिरे व साखर वाटून त्यात पाणी घालून प्यायल्यास लघवी साफ होते व मूतखडा असल्यास पडून जाण्यास मदत होते.

● पोटाच्या तक्रारीवर उपयुक्त :

आम्लपित्त, गॅसेस, आतड्यातील व्रण ulcers यांवर काकडी उत्तम कार्य करते. काकडीचा रस घेतल्यास पोटातील उष्णता व जळजळ कमी होते.

● बद्धकोष्ठता :

काकडी सारक आहे. त्यामुळे बद्धकोष्ठतेची सवय असणाऱ्यांनी नियमित रोज काकडी खावी.

● सांधेदुखी :

काकडीत Silica असल्याने ते सांध्यांना बळकटी आणण्यास उपयुक्त ठरते. काकडी, बीट, गाजर व कोथिंबीर यांचा रस

एकत्र करून घेतल्यास शरीरात युरिक अॅसीड साठून रहात नाही. व त्यामुळे गाउट, सांधेवात व सांधेदुखी असे रोग सहसा होत नाहीत.

● त्वचाविकारात उपयुक्त :

त्वचेवर 'पुरळ' अथवा खाज येत असल्यास काकडीचा रस घ्यावा. तसेच काकडी मूत्रल असल्यामुळे कांती चांगली राहते. काकडीचा कीस चेहरा, मान व डोळे यांवर लावून १५-२० मिनिटे ठेवावा. हे चेहऱ्याचे उत्तम टॉनिक आहे. चेहऱ्यावर येणारी मुरुमे, पुटकुळ्या, सुरकुत्या व कोरडी त्वचा हे दोन्ही कमी होऊन चेहरा कांतिमान होतो.

● केस वाढवणारा :

काकडीत सिलिकॉन व गंधक आहे. त्यामुळे काकडीचा रस गाजर व पालक रसाबरोबर घेतल्यास हे केसांचे उत्तम टॉनिक आहे.

● कॉलरामध्ये उपयुक्त :

कॉलरा या व्याधिमध्ये शरीरातील जलांश कमी होतो अशावेळी काकडीचा रस व नारळाचे पाणी एकत्र पाजत राहिल्यास तो भरून निघल्यास मदत होते.

● रक्तदाब नियंत्रण :

काकडीत विपुल प्रमाणात पोटॅशियम व मॅग्नेशियम असल्याने रक्तदाब नियंत्रणास मदत करते.

● डायबेटिस मध्ये उपयुक्त :

मॅग्नेशियम अधिक असल्याने इन्शुलिन निर्मिती करण्यास उपयुक्त आहे. त्यामुळे मधुमेही रुग्णाने नियमित सेवन करावे.

● कोलेस्टेरॉल नियंत्रण :

काकडीमध्ये तंतुमय पदार्थ अधिक असल्यामुळे ते रक्तातील कोलेस्टेरॉल कमी करण्यास मदत करतात.

● नेत्रास उपयुक्त :

काकडीत विपुल प्रमाणात Vit A असल्यामुळे डोळ्यांची दृष्टि चांगली राहण्यास उपयोगी. तसेच कॅटरॅक्ट नियंत्रण करण्यास उपयुक्त आहे. डोळे लाल होणे, आग होणे ह्यावर काकडीचे काप डोळ्यांवर ठेवावे.

● वजन कमी करण्यास उपयुक्त :

काकडीत तंतुमय पदार्थ अधिक असतात. हे शरीरातील मेद कमी करण्यास उपयुक्त आहेत.

● कर्करोग प्रतिबंधक :

काकडीमध्ये काही phytonutrients आहेत. त्यातील Cucurbitacins आणि lignans ही द्रव्ये कर्करोग प्रतिबंधक आहेत. संशोधनाने सिद्ध झाले आहे की Oestrogen संबंधित

(पान ३ वर)

शोध आणि बोध मनाचा

- वैद्या सौ. केतकी रानडे

बी.ए.एम्.एस्., एम्.एस्सी.(अप्लाइड सायकॉलॉजी)

आत्तापर्यन्त आई सतत मुलांच्या मागे मागे असते; पाल्याचे वेळापत्रक सांभाळणे त्याचे खाणे, पिणे, अभ्यास, आवडी-निवडी आजारपण यात गृहिणी असलेल्या स्त्रिया तर दिवसाचे २४ तास सतत बांधलेल्या असतात किंवा त्या स्वतःला बांधून घेतात आणि जेव्हा ही मुले घरट्यातून उडून बाहेर जातात तेव्हा अचानकपणे त्या स्त्रियांना एका मोठ्या पोकळीची जाणीव होते. आपला पाल्य बाहेर जाणार म्हणून कितीही मनाची तयारी केलेली असली तरी प्रत्यक्षात जेव्हा त्या गोष्टीला सामोरे जावे लागते, ती परिस्थिती जगण्याची प्रक्रिया सुरू होते तेव्हा बऱ्याचवेळा स्त्रिया या 'एम्प्टीनेस सिन्ड्रोम'च्या विकाराच्या विळख्यात सापडतात.

आता हा विकार म्हणजे काय ते बघू. आत्तापर्यन्त आईने मुलांच्या व्यतिरिक्त स्वतःच्या जीवनाचा काही वेगळा विचारच केलेला नसतो. स्वतःच्या आवडी, निवडी, छंद, कर्तृत्व यांचा विसर पडलेला असतो. स्वतःच्या तब्येतीकडे दुर्लक्ष केलेले / झालेले असते आणि मुले बाहेर गेल्यामुळे तिच्या जीवनात पोकळी निर्माण होते आणि अचानकपणे सर्व बाजूंनी कोंडीत सापडल्यासारखी अवस्था होते. वय साधारणपणे ४० ते ५० च्या दरम्यान असेल तर मेनॉपॉजचे आजार संभवतात, त्यामुळे आणखीनच एकटेपणा सहन करावा लागतो. नवरा स्वतःच्या उद्योग, व्यवसाय, नोकरी यात गुरफटलेला असतो आणि आपण आता एकटेच पडलो ही जाणीव निर्माण होते आणि सगळ्या प्रकारचे आजार डोकी वर काढतात. म्हणून यावेळेपूर्वीच स्वतःचा मोकळा वेळ, स्वतःचा छंद जोपासणे, अर्धवेळ एखादी नोकरी करणे, समाज उपयोगी कामांची आवड असेल तर समाजसेवा करणे यासारख्या गोष्टींची नियोजनपूर्व आखणी करावी म्हणजेच आपण आपल्या विचारांवर काबू ठेवू शकतो. आधीच नियोजन नीट असेल तर नवरा बायकोपण नव्याने आयुष्याचा आस्वाद घेऊ शकतात. पूर्वी करायच्या न जमलेल्या अथवा राहून गेलेल्या गोष्टी म्हणजेच सिनेमा, नाटक पाहणे, प्रवास, चांगल्या पुस्तकांचे वाचन, नातेवाईकांकडे जाणे यासारख्या गोष्टींचा आस्वाद घेऊ शकतात.

आजकालच्या बऱ्याच पालकांना संगणक चांगल्या प्रकारे हाताळता येतो आणि ई मेल, स्कायपी, यासारख्या सुविधांमुळे ते आपल्या पाल्यांशी पण व्यवस्थित संपर्कात राहू शकतात.

ज्या मुलांची नोकरीची सुरुवात झालेली असते त्यांचेही आता एक नवीन आयुष्य सुरू होते. इतके दिवस आपल्या म्हणण्याप्रमाणे घर चालत होते, आता आपण कोणाच्या तरी हाताखाली काम करणार आहोत याचे भान ठेवावे लागते, नाहीतर त्याची सवय नाही म्हणून बाहेर दबलेले आणि घरात आल्यावर स्फोट अशी परिस्थिती निर्माण होते.

बऱ्याच वेळा खूप लांबवर जावून नोकरी करावी लागते. प्रवास, नोकरीतील स्पर्धा यातपण खूप शक्ती खर्च होते.

नोकरी करणे ही गरजच असेल तर कित्येक वेळा ती मिळवताना आपले शिक्षण नसलेली नोकरी पत्करावी लागते, अशावेळेला नव्याने गोष्टी शिकाव्या लागतात. त्यात सुरुवातीला चुका होण्याचा धोका असतो. छोट्या प्रमाणातील नोकरी असेल तर कष्ट जास्त पण त्या प्रमाणात मोबदला मिळत नाही, त्यामुळे घुसमट खूप होते.

कधी कधी आपल्या वरच्या हुद्यावर असणाऱ्या माणसांकडून अतिशय वार्ड्ट प्रकारे मानसिक छळ सोसावा लागतो. मोठ्या कंपन्यांतून पगार जास्त मिळत असला तरी चढाओढही तितक्याच जास्त प्रमाणात असते. त्यामुळे कष्ट, व्यवस्थित काम करणे, हसतमुखपणा, सर्वांना सांभाळून घेण्याची कला या गोष्टी अंगात बाणवाव्या लागतात आणि तरच तुम्ही तुमच्या सहकाऱ्यांच्यात टिकू शकता.

जितके तुम्ही वरवर जाता तेवढी स्पर्धाही जास्त जास्त निर्माण होते. प्रमोशनसाठी कित्येक वेळा वार्ड्ट राजकारणालाही तोंड द्यावे लागते. तेव्हा आपली कामावरील सचोटी या गोष्टींमुळेच मार्ग निघू शकतो.

डॉक्टर, सी.ए. इंजिनिअर यासारख्या व्यवसायाभिमुख लोकांना तर सतत स्पर्धेत टिकायचे तर नवीन निर्माण होणारे ज्ञान, शोध यात सतत स्वतःला update म्हणजेच अद्ययावत ज्ञान आत्मसात करावे लागते.

तसेच नोकरीच्या टिकाणी लिंगभेदाने होणारे अनेक अत्याचारही सहन करावे लागतात. विशेषतः स्त्रियांना सहकाऱ्यांकडून, वरिष्ठांकडून मानसिक व शारीरिक त्रासांना सामोरे जावे लागते. अशावेळेला खंबीरतेने अशा प्रसंगांना तोंड द्यावे. घरातल्यांना सर्व गोष्टींची स्पष्ट कल्पना द्यावी. गरज पडल्यास कायद्याची मदत घ्यावी पण मूकपणे अत्याचार सहन करू नयेत.

❀ ❀ ❀

(पान १ वरून)

कर्करोग जसे स्तनाचा, ओव्हरिचा, गर्भाशयाचा व प्रोस्टेटचा कॅन्सर ह्यांच्या नियमित सेवनाने टाळता येतो.

कच्ची काकडी अधिक पौष्टिक व पचण्यास सुलभ असते. काकडी वर्षभर उपलब्ध असते.

काकडीचे सेवन आपल्या रोजच्या आहारात कोशिंबीर, घावन, थालीपिट तसेच भाजी अशा विविध पद्धतीने करता येते.

अशा या आरोग्यदायी काकडीचे आहारात नियमित सेवन करावे.

❀ ❀ ❀

आपण आपली वर्गणी इलेक्ट्रॉनिक पद्धतीनेही भरू शकता.

आपल्या बँकेतून "आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र, बचत खाते क्र.१६३८७"

दि. ठाणे जनता सहकारी बँक, पांचपाखाडी शाखा,
ठाणे या खात्यात

RTGS/NEFT/IFSC CODE: TJSB0000008

द्वारे भरू शकता.

वर्गणी - वार्षिक : २००/- व पंचवार्षिक : ८००/-

असते. ही झाली कानाची रचना. या भोकाच्या बाहेर, बाहेरून येणाऱ्या शब्द संवेदना ग्रहण करण्यासाठी एक कर्ण्याच्या आकाराची झडप असते. या झडपेद्वारे बाहेरून येणारे शब्द कर्णपटलाकडे पाठवले जातात. या पडद्यावर आपटून त्यावर जी कंपनी निर्माण होतात त्यांच्या संवेदना हाडांच्या साखळीद्वारे मज्जातंतू व नसेद्वारे मेंदूपर्यंत जातात. कानाद्वारे होणारे हे शब्द संवेदनेचे ग्रहण आहे.

कानाची अस्मिता म्हणजे शब्द. आवाज ऐकण्यासाठीच कान या इंद्रियाची निर्मिती आहे.

त्वचा : त्वचेद्वारे स्पर्शाचे ग्रहण होते. यामुळे स्पर्शग्रहण या अस्मितेसाठी त्वचा ही सर्व शरीरव्यापी असते. त्वचेवर असणारे सूक्ष्म व स्थूल केस, त्वचेतील रंध्रे, त्वचेखाली असणारे सूक्ष्म मज्जातंतूंचे जाळे हे सर्व सूक्ष्मातील सूक्ष्म स्पर्श ग्रहण करण्याचे काम करतात. या स्पर्श संवेदना मज्जातंतूंमार्फत मेंदूपर्यंत पोचवल्या जातात व त्यानुसार मेंदू पुढील कार्यवाही करतो.

डोळे : बाह्य जगताच्या दृश्य स्वरूपाचे ज्ञान ग्रहण करणारे हे इंद्रिय आहे. सर्वसाधारणतः सर्व प्राण्यांच्या डोळ्यांची रचना गोलाकार असते. बहुतेक प्राण्यांना दोन डोळे असतात तर कोळ्यासारख्या काही प्राण्यांना आठ किंवा जास्तही डोळे असतात तर काही जातीच्या प्राण्यांना एकच डोळा असतो. यामध्ये आत जलीय द्रव भरलेला असतो. मध्यभागी एक भिंग असून स्नायुंच्या धाग्यांनी ते जोडलेले असते. यासमोर एक पडदा असून त्यात मध्यभागी असलेल्या भोकातून प्रकाशकिरण भिंगावर पडतात. प्रकाशाच्या तीव्रतेनुसार हे भोक लहानमोठे होते. भिंगातून गेलेला प्रकाश मागच्या भिंतीवरील नेत्रपटलावर पडतो व त्याला जोडलेल्या मज्जातंतूंमार्फत दृश्य ज्ञान संवेदना मेंदूपर्यंत पोचतात. बघणे ही डोळ्यांची अस्मिता आहे.

नाक : हे घ्राणेंद्रियाचे अधिष्ठान आहे. श्वास घेणे व गंधज्ञान ही याची दोन कामे आहेत. नाकाच्या आतील त्वचा अत्यंत संवेदनाक्षम असते. हवेतून येणारा कुठलाही वास या त्वचेतील मज्जातंतू ग्रहण करतात व त्याचा संदेश मेंदूपर्यंत पाठवतात. माणसाचे नाक तुलनेने इतर प्राण्यांपेक्षा कमी संवेदनाक्षम असते. परंतु निसर्गातील बहुतेक सर्व प्राण्यांची घ्राणेंद्रिये अतिशय प्रबल असतात. केवळ वासावरूनच भक्ष्य, मित्र, शत्रू, नर, मादी अशा अनेक जाणीवा त्यांना होतात. नाकाचे ग्रहण व स्वरूप अशा प्रकारचे असून गंध ही त्याची अस्मिता आहे. ही पृथ्वी तत्त्वाची आहे.

जिह्वा : रसना हे इंद्रिय चवीचे ज्ञान करून देते. तोंडातील हा एक प्रमुख अवयव असून अन्न गिळणे, तसेच तोंडात चर्वणासाठी सर्व दिशांना फिरवणे ही कामे प्रामुख्याने जीभ करते. तसेच शब्दोच्चारणासाठी जिभेचा मुखाच्या वेगवेगळ्या भागांवर आघात होणे आवश्यक असते. जिभेवर बारीक फोडांसारख्या अनेक रचना असतात. तसेच बारीक काटे सुद्धा असतात. या भागात चवीचे ज्ञान मेंदूला करून देणारे विशेष मज्जातंतू असतात. चव कळण्यासाठी पदार्थात ओलेपणा असणे गरजेचे असते. यासाठीच लाळेमार्फत सतत तोंड व जीभ ओली ठेवली जाते. चवीच्या ज्ञानाची क्रिया जलतत्त्वामुळे व रसामुळे होते म्हणून या इंद्रियाला रसनेंद्रियही म्हणतात. याचे ग्रहण व स्वरूप याप्रमाणे असून अस्मिता चव ही जलतत्त्वावर अधिष्ठित आहे.

येथे आपण पाचही इंद्रियांचे ग्रहण, स्वरूप व अस्मिता बघितली आहे. आत्म्याला बाहेरच्या जगाचे सांगोपांग ज्ञान होण्यासाठीच या ज्ञानेंद्रियांची योजना आहे, यामुळे हेच त्यांचे अर्थवत्त्व आहे. यांचा आता परस्पर संबंध म्हणजे अन्वय पुढील अंकी बघू. ❀ ❀ ❀

त्यांना जास्त ताकद मिळते. यामुळे हे खेळाडू पुढे त्यांच्या क्षेत्रात इतरांपेक्षा सरस कामगिरी करू शकतात. उदा. धावपटूंना पायाचे स्नायु जास्त मजबूत व लवचिक बनवण्याच्या दृष्टीने बदल केलेल्या जनुकांची इंजेक्शन दिल्याने ते इतरांपेक्षा जास्त वेगाने व जास्त क्षमतेने धावू शकतात. अर्थात आज याची खातरजमा करण्याचा एकमेव मार्ग म्हणजे सर्व खेळाडूंची नियमित जनुकीय चाचणी घेणे. हीच मागणी या ऑलिंपिकच्या वेळी प्रकर्षाने करण्यात आली आहे. आज सर्व क्षेत्रात वर्चस्व मिळवण्यासाठी चीन भलेबुरे सर्व मार्ग अवलंबतो आहे. मात्र ही एक दूरगामी परिणाम करणारी साखळी प्रक्रिया आहे. इतर क्षेत्रांत व इतरही देशांनी, विशेषतः गुन्हेगारी प्रवृत्तीच्या व्यक्तींनी या तंत्रज्ञानाचा वापर करण्यास सुरवात केली तर जगात अंधाधुंद बेदिली माजू शकेल. यामुळेच अशा संशोधनावर कडक निर्बंध ठेवणे गरजेचे आहे. तसेच या प्रकारच्या संशोधनाचा गैरवापर होणार नाही हे तपासण्याची यंत्रणा निर्माण करण्याची आवश्यकता आहे. ❀ ❀ ❀

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्रासाठी

कार्यकारी विश्वस्त, संपादक व प्रकाशक **वैद्य प्रसन्न केळकर** यांनी 'आयुर्हित' हे मासिक साईनाथ प्रिंटर्स, वर्धमान इंडस्ट्रीयल इस्टेट, ठाणे येथे मुद्रित करून ५, दीनदयाळ सोसायटी, गुरुकुल सोसायटीजवळ, पांचपाखाडी, ठाणे (प) येथून प्रसिद्ध केले.

● दूरध्वनि : ०२२-२५३३ २४ २६ ● Email : ayurhit@ayurlink.com

या अंकातील लेखांत व्यक्त केलेल्या मतांशी संपादक व आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट सहमत असतीलच असे नाही. ती त्या लेखकांची वैयक्तिक मते समजावीत.