

## संपादकीय

नुकत्याच दोन वेगवेगळ्या परंतु अप्रत्यक्षरित्या एकमेकांशी संबंधित बातम्या वाचण्यात आल्या. पहिली बातमी होती आयआयटीचा निकाल जाहीर झाल्यावर लगेचची. आयआयटीला हमखास प्रवेश मिळण्यासाठी प्रसिद्ध असलेल्या राजस्थानातील कोटा येथे चार विद्यार्थ्यांनी आयआयटी प्रवेश मिळू न शकल्यामुळे आत्महत्या केल्या. गेल्या काही वर्षांपासून 'कोटा पॅटर्न' एवढा प्रसिद्ध आहे की आयआयटीचे इच्छुक विद्यार्थी दहावीपासूनच कोट्याला जाऊन राहतात. दिवसाचे अठरा अठरा तास मेहनत करतात. यापैकी बऱ्याच जणांना कुठेना कुठे आयआयटीत प्रवेश मिळतो. मात्र या Rat Race मुळे मुलांवर मानसिक दडपण येवढे असते (कारण कोट्याच्या अभ्यासवर्गाची फी काही लाखांत जाते.) की हा ताण सहन न होऊन अनेकजण नैराश्याने ग्रस्त होतात. व त्यापैकी काही दुर्देवी असे आत्महत्येसारखे टोकाचे पाऊल उचलतात.

दुसरी बातमी सुमारे आठवड्यांनंतरची. यावर्षी आयआयटी प्रथम प्रवेश फेरीनंतर सुमारे पाचशेहून अधिक जागा रिकाम्या! यापैकी अनेक जागा या राखीव वर्गातील असल्याने राखीव जागांसाठी किमान पात्रता निकष ६% मार्क एवढा कमी करणार! म्हणजे ५०४ एकूण मार्कांपैकी ३१ मार्क मिळालेल्या विद्यार्थ्याला प्रवेश मिळू शकणार. म्हणजे एकीकडे अर्ध्या-अर्ध्या मार्कासाठी विद्यार्थी प्राणांची बाजी लावताहेत तर दुसरीकडे पात्रता नसलेले विद्यार्थी प्रवेश पटकावत आहेत. हे आता अति होत आहे. राखीव जागांचा हा खेळ कुठेतरी थांबायला हवा आहे. यामुळे आपण आपला सर्वांगीण दर्जा किती खाली नेत आहोत याचा विचार सर्व समाजाने करणे गरजेचे आहे. स्वातंत्र्य मिळण्याच्या काळात घटनेने आरक्षण दिले त्याला काही विशिष्ट परिस्थिती कारणीभूत होती. पण त्यालाही दहा वर्षांची मर्यादा घटनाकारांनी घातली होती. मात्र राजकारणी व नेत्यांनी मतांच्या हव्यासापोटी, समाजसंतुलनाचा कुठलाही विचार न करता, ही मर्यादा वेळोवेळी वाढवत नेली. शेकडो वर्षे

( पान ४ वर )



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।  
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

# आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व  
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष १२ • अंक ७ • भारतीय सौर श्रावण १, शके १९३७ • २३ जूलै २०१५

संपादक : वैद्य प्रसन्न केळकर

: सल्लागार मंडळ :

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

आता 'आयुर्हित' वाचा [www.ayurlink.com](http://www.ayurlink.com) / Ayurhit\_magazine वर सुद्धा

## 'निदान' चाचण्यांचे निदान

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर

बी.ए.एम्.एस्.(मुंबई), टी.टी.सी.(योग), एम्.ए.(संस्कृत)

गेल्या अंकात आपण कर्करोगासंबंधीच्या विविध Tumor Markers बदल माहिती बघितली. या Markers मुळे शरीरातील एखाद्या अवयवात वाढणारी गाठ वा एखादी होणारी अनैसर्गिक वाढ ही कर्करोगाची आहे किंवा नाही एवढेच कळू शकते, किंवा त्याचा अंदाज बांधता येतो. मात्र याबद्दल निश्चित खात्री करण्यासाठी, त्या गाठीचा वा वाढलेल्या अवयवाचा एखादा तुकडा वा अंश काढून सूक्ष्मदर्शकाखाली तपासावा लागतो. यावरून कर्करोगाच्या प्रकाराची माहिती तर मिळतेच पण त्याच्या अवस्थेबद्दलची माहितीही मिळते. यामुळे औषधोपचार करण्यासाठी किती वेळ उपलब्ध आहे वा औषधोपचारांचा उपयोग होणार की नाही याचा अंदाज घेता येतो. याला Biopsy असे म्हणतात. याचे मुख्यतः दोन प्रकार असतात. १) गाठ शस्त्रकर्माद्वारे काढून मग प्रयोगशाळेत तिची तपासणी करणे. ज्यावेळेस कर्करोगाची गाठ असल्याचे निश्चित झालेले असते किंवा रोग झपाट्याने वाढणारा असण्याची शक्यता असते तेव्हा मुळावर घाव घालून प्रथम ती गाठ व आजूबाजूचा भाग काढून टाकला जातो व त्यानंतर औषधी उपाययोजना काय करावयाची त्याच्या निश्चितीसाठी प्रयोगशाळेत त्या गाठीची तपासणी केली जाते. २) FNAC (Fine needle aspiration cytology) ज्या वेळेस गाठ कर्करोगाची आहे वा नाही हे नक्की झालेले नसते त्यावेळेस शस्त्रकर्म करायचे वा नाही, गाठ काढायची की नाही याचा निर्णय घेण्यासाठी सहाय्यभूत म्हणून ही तपासणी करतात. यात एका बारीक सुईने गाठीतील काही अंश किंवा द्रवभाग असेल तर द्राव बाहेर काढला जातो, गाठ लहान व खोलवर असेल तर यासाठी सोनोग्राफी वा सीटीस्कॅनच्या मदतीने हे काम केले जाते. मग हा अंश सूक्ष्मदर्शकाखाली तपासल्यावर कर्करोग आहे वा नाही, असल्यास त्याचा प्रकार व अवस्था याचे निदान करण्यास मदत होते. तसेच शस्त्रकर्माची आवश्यकता आहे वा औषधांनी गाठ कमी होईल हेही ठरवता येते.

\*\*\*

# आयुर्वेदातील त्रिदोष विचार

वैद्या सौ. मीनल बडवे

बी. ए. एम्. एस् (मुंबई); एम्.डी.(आयु) (मुंबई)  
एम्. ए. (संस्कृत), डिप्लोमा इन योग (मुंबई)

पंचकर्मांपैकी वमन, विरेचन आणि बस्ती या ३ कर्मांबद्दल आपण आतापर्यंत माहिती घेतली. आता उरलेली २ कर्मे - नस्य व रक्तमोक्षण यांची सविस्तर माहिती आपण या लेखात करून घेऊ या.

नस्य म्हणजे नाकात औषध टाकणे व दोष बाहेर काढणे. मानेच्या वरील सर्व विकारांमध्ये, शिरोरोगांमध्ये नस्याचा अतिशय उत्तम उपयोग होतो. कारण नाक हे या सर्व प्रदेशाचे प्रवेशद्वारच आहे.

**‘नासा हि शिरसो द्वारम्।’**

म्हणूनच नाकावाटे प्रविष्ट केलेली औषधे मान व डोके या अवयवातील रोग नष्ट करतात. नस्यासाठी तेल, तूप, दूध, काढा, औषधींचा ताजा रस, चूर्ण, औषधी धूर इ. विविध द्रव्यांचा वापर केला जातो. रुग्णाची अवस्था व रोगाची अवस्था बघून त्यानुसार योग्य ते औषध नस्यासाठी प्रयोगात आणले जाते. काही रुग्णांच्या केसेसवरून आपल्याला या कर्माची उपयुक्तता नक्कीच कळेल.

**केस नं. १ :** ३५ वर्षांची महिला. शाळेत शिक्षिका. मानदुखीचे त्रस्त (cervical spondylosis). पेपर तपासणीच्या दिवसांमध्ये अधिक त्रास. त्यांना औषधोपचार करून नंतर औषधी तेलाचे नस्य केले. मानेची वेदना आटोक्यात आली. नंतर फक्त नस्याचा प्रयोग चालू ठेवला. त्यामुळे आता जेव्हा कधी जास्त काम (पेपर तपासणे इ.) असेल तर आधीपासून नस्य चालू केल्यास त्रास होत नाही.

**केस नं. २ :** ४५ वर्षांचे गृहस्थ. जीर्ण सर्दीने त्रस्त (Chronic Rhinitis) औषधोपचाराने थोडा आराम पडला पण नंतर नस्य चिकित्सा दिल्यावर खूपच आराम मिळाला.

या व अशा अनेक रोगांमध्ये नस्य चिकित्सा लाभदायक ठरते.

**नस्य योग्य व्याधी :** डोकेदुखी, डोके जड होणे, डोळ्यांचे विकार, सर्दी, कानात आवाज येणे, अर्धशिशी, नाकाचे रोग, नाकाचे हाड वाढणे, मानदुखी, दातांचे रोग, केस गळणे, केस अकाली पांढरे होणे, आवाज बसणे, अपस्मार (फीट येणे), पक्षाघात यासारख्या अनेक आजारात नस्य उपयुक्त ठरते.

**नस्य पूर्वकर्म :** रोग्याला झोपलेल्या स्थितीत किंवा आरामशीरपणे टेकून बसलेल्या स्थितीतही नस्य करता येते. नस्य करण्यापूर्वी रुग्णास हलका आहार घेण्यास सांगितले जाते. कपाळ, डोके, नाक, मान या ठिकाणी तेलाने हलका मसाज केला जातो व नंतर या भागी वाफेने किंवा गरम पिशवीने शेकून काढले जाते.

**नस्य प्रधानकर्म :** मान किंचित मागे करून, खांद्याखाली उशी ठेऊन औषध प्रत्येक नाकपुडीत सोडले जाते. तेल, काढा किंवा

ताजा रस इ. द्रवस्वरूपी औषध असेल तर झोपण्याच्या मदतीने किंवा बोंडले (लहान मुलांना औषध पाजल्याचे छोटे भांडे) वापरून नस्य देता येते. रुग्ण व रोगाची अवस्था पाहून ४ थेंबांपासून १६ थेंबांपर्यंत औषध प्रत्येक नाकपुडीत घातले जाते. चूर्णाचे नस्य करायचे असल्यास त्यासाठी आवश्यक असलेल्या यंत्राने हा विधी पूर्ण केला जातो. औषधी धुराचे नस्य करण्यासाठी विशिष्ट यंत्र वापरले जाते.

**नस्य पश्चात कर्म :** नस्यानंतर रुग्णाला थोडा वेळ विश्रांती घेण्यास सांगितले जाते. नाक, कपाळ या ठिकाणी पुन्हा हलक्या हाताने मर्दन केले जाते. नस्य द्रव्य नाकातून घशात उतरले असल्यास थुंकून टाकण्यास सांगितले जाते.

रोज फक्त २ थेंब इतक्या प्रमाणात तेल वापरून लहानांपासून वृद्धांपर्यंत कोणालाही नस्य करता येते. कफज विकारांसाठी सकाळी, पित्तविकारांसाठी दुपारी व वातज विकारांवर संध्याकाळी किंवा रात्री नस्य केले जाते. शिरोभागी मुख्यतः कफदोषाचे प्राधान्य असते. म्हणून तेलाचा उपयोग करणे अधिक श्रेयस्कर असते. कारण तेल हे कफघ्न व वातघ्न असे दोनही प्रकारे कार्य करते.

**रक्तमोक्षण** म्हणजे साक्षात रक्तधातू शरीराबाहेर काढून टाकणे. रक्तावरच मनुष्याचे जीवन अवलंबून असते.

**रक्तं जीव इति स्थितिः।’**

असे ग्रंथवचन आहे. हे रक्त जर वातादि दोषांमुळे दूषित झाले तर अनेक रोग निर्माण होतात. हे दूषित रक्तच शरीराबाहेर काढून टाकले तर त्यामुळे खूप फायदा दिसून येतो. शरीरातील रक्तधातू आणि पित्त दोष यांचा खूप जवळचा संबंध आहे. काही वेळ इतर अनेक उपाय करूनही बरे न होणारे अनेक रोग रक्तमोक्षणाने त्वरित बरे होतात.

पंचकर्मांपैकी वमन, विरेचन, बस्ती व नस्य या उपक्रमात दोषांचे शोधन केले जाते. पण साक्षात धातू शोधन करणारा हा एकमेव उपक्रम आहे. रोगाची अवस्था पाहून रक्तमोक्षण केव्हाही करता येते पण शरद ऋतूत (ऑक्टोबर हीटचा काळ) पित्त प्रकुपित झालेले असते. म्हणून दुष्ट पित्ताने रक्त दूषित होऊन उत्पन्न होणाऱ्या सर्व व्याधीत याच काळात रक्तमोक्षण करणे उपयुक्त ठरते. त्यासाठी जळवा लावणे (जलौकावचारण), तुंबडी लावणे, किंवा शिरेतून रक्त काढणे (सिराव्यध) या क्रियांचा अवलंब केला जातो. उदाहरणादाखल आपण या केसेस बघूया.

**केस नं. १ :** एक ६० वर्षांचे गृहस्थ. मधुमेहाचा इतिहास. पाठीवर मोठे, वाटीच्या आकाराचे गळू (Abscess) प्रचंड ठणका, ताप येत होता डॉक्टरांनी operation करण्यास सांगितले. पण रक्त तपासणीत जास्त साखर आल्याने रुग्णाचीही तयारी नव्हती. त्यांना माझ्याकडे आणले, तेव्हा लगेच त्या गळवाच्या ठिकाणी ५-६ जळवा लावल्या. खराब रक्त निघाल्यामुळे ठणका कमी झाला. दुसऱ्या दिवशी घरी आपोआपच

( पान ४ वर )

## योग : एक जीवनशैली

वैद्य सौ. नम्रता गोरे

बी.ए.एम्.एस्. (मुंबई),

बी.ए.(योगशास्त्र) एम्.ए.(ऑनर्स) (योगशास्त्र)

पी.जी.डिप्लोमा (क्लिनिकल रिसर्च), डिप्लोमा योगशास्त्र

योग साधनेच्या महामार्गाला येऊन मिळणाऱ्या कर्म योग आणि भक्तियोग या दोन मार्गिका आपण गेल्या वेळी जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला. आता आपण राजयोग व ज्ञानयोग या मार्गिका पाहू.

राजयोग म्हणजे पतंजलींनी सांगितलेला अष्टांगयोग. हा चंचल मनाला, उनाड मनाला आवर घालून त्याला शांत, संयमित, संतुलित करण्याचा लगाम आहे. राजयोगाच्या साधनेद्वारे संयमित झालेल्या मनात प्रचंड शक्ती निर्माण होते. ज्याच्यामुळे मनुष्याची अध्यात्मिक क्षेत्रात प्रगती होते. पतंजलींनी सांगितल्याप्रमाणे राजयोगाचे आचरण केले तर मनोनियंत्रण निश्चितच साधले जाते. आणि समाधीचा अनुभव ही प्राप्त होऊ शकतो.

**योगाङ्गानुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिराविवेक ख्यातेः ॥**

योगाच्या विविध अंगांची साधना केल्याने चित्ताची अशुद्धी दूर होते, ज्ञानाची ज्योत प्रकाशित होते आणि त्यातून जीवाची विवेक ख्याती पर्यंत मजल जाते. म्हणजे द्रष्टा (पुरुष) हा दृश्य (प्रकृती) पासून वेगळा आहे हा प्रत्यक्ष बोध होतो.

पतंजलींनी केवळ १९५ सूत्रांमध्ये राजयोग सूत्रबद्ध केला आहे, व या सूत्रांचे चार पादात विभाजन केले आहे.

**१) समाधि पाद :** योग मार्गाची रुपरेषा यात सांगितली आहे

**२) साधन पाद :** समाधि अवस्थेपर्यंत पोहोचण्यासाठी शरीररूपी साधनाचा उपयोग यात सांगितला आहे. तसेच साधनेसंबंधी माहिती दिली आहे.

**३) विभूती पाद :** योगमार्गाचे फायदे व सिद्धी यांचे वर्णन केले आहे.

**४) कैवल्य पाद :** योगांगांच्या आचरणाने मिळणाऱ्या सिद्धींपासून लांब राहून समाधीत उत्तरोत्तर प्रगती करत मोक्ष किंवा मुक्ती कशी मिळते याचे वर्णन केले आहे. कैवल्य म्हणजे काय याचे वर्णन केले आहे.

यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारण, ध्यान, समाधि अशा अष्टांगांनी युक्त असा हा कैवल्यप्राप्तीचा मार्ग आहे.

या अष्टांगांचे एकत्रित पालन अधिकाधिक उन्नत अवस्थेकडे व्यक्तिची प्रगती करते.

श्री संत गजानन महाराज राजयोगाविषयी सांगतात. “आता योगमार्ग तिसरा। सांगतो मी एक खरा

**या योगमार्गाचा पसारा। दोघांपेक्षा ज्यास्त असे ॥१६॥**

**परी हा पसारा निश्चयेसी। आहे ज्याचा त्याचे पासी।**

योग मार्ग साधण्यासी। बाहेरचे न काही लागे ॥१७॥

जेवढे आहे ब्रह्मांडांत। तेवढे आहे पिण्डात।

त्या पिण्डातील साहित्य। घेऊन योग साधावा ॥१८॥

आसने रेचक कुंभक। इडापिगलेचे भेद देख।

धौती मुद्रा त्राटक। कळले पाहिजे मानवां ॥ १९ ॥

कुंडली आणि सुषुम्ना। यांचे ज्ञान पाहिजे जाणा।

आधी योग करणारांना। तरीच तो साधेल ॥१००॥

**४) ज्ञान योग :** ज्ञानामुळे साध्य होतो त्याला ज्ञानयोग असे म्हणतात. हा योगाचा आणखी एक मार्ग म्हणावा का ? असा प्रश्न पडतो. कारण श्री गजानन महाराजांनी म्हटल्याप्रमाणे.

“या तिन्ही मार्गांचे। अंतिमफळ ज्ञान साचे।

परि ते ज्ञान प्रेमाचे। वीण (शिवाय) असतां कमा नये ॥१०१॥

जे जे कृत्य प्रेमावीण। तेते अवघे आहे शीण।

म्हणून प्रेमाचे रक्षण। करणे तिन्ही मार्गात ॥१०२॥ ”

तसेच गीतेच्या पहिल्या, दुसऱ्या, चौथ्या अध्यायात याचा उल्लेख सापडतो. **कोऽहं?** मी कोण या प्रश्नाचे उत्तर जेव्हा साधनेने **सोऽहं** असे मिळते, अनुभवास येते, प्रत्ययास येते तेव्हा ज्ञानाचा उदय झाला असे समजावे. हे ज्ञान मिळविण्यासाठी जे प्रयत्न केले जातात तो ‘ज्ञानयोग’ होय.

मी कोण (कोऽहं) ---> श्रवण ---> मनन ---> निधिध्यास ---> ज्ञान ---> जीवनमुक्ती ---> सिद्धस्थिती ---> मोक्ष ---> सोऽहं.

असे ज्ञान मिळविण्यासाठी श्रवण, मनन, निधिध्यास असे उपाय सांगितले आहेत.

**श्रवण :** म्हणजे आत्म्याविषयीची वर्णने ऐकणे अगर वाचणे.

**मनन :** वाचलेल्या, ऐकलेल्या गोष्टींचे चिंतन करणे त्यावर विचार करणे.

**निधिध्यास :** या मनन, चिंतनाचा परिणाम म्हणून त्या आत्मतत्त्वाची जाणीव व्हावी हा ध्यास लागणे.

**ज्ञान :** या ध्यासाच्या पूर्तीसाठी सद्गुरूंचे मार्गदर्शन घेऊन त्यावर एकाग्र होणे. त्या आत्मतत्त्वाच्या बोधाची जाणीव होणे म्हणजेच ज्ञान.

**जीवनमुक्ती :** हे ज्ञान झाल्याने येणारे अलिप्तत्व म्हणजे जीवन मुक्ती.

**सिद्धस्थिती :** त्या अलिप्तत्वाच्याही पलिकडे जाऊन निरामय शांतीची प्राप्ती.

**मोक्ष :** या शांतीसागरात राहणे म्हणजे मोक्ष.

अष्टावक्र व राजा जनक हे ज्ञानयोगाच्या मार्गाने मोक्षाप्रत पोहोचल्याची उदाहरणे आहेत.

शंकराचार्य म्हणतात, आत्मारूपी सूर्यावर मायेचे ढग जमा झालेले असतात. स्वतःच त्या ढगांना, मायेला दूर केले की त्या आत्म्याचे दर्शन होते. हेच ‘सोऽहं’ ज्ञान होय. कुठल्याही मार्गाचा अवलंब केला तर शेवटी हेच ज्ञान होते. ‘स्व’ रूपाचे ज्ञान होते. ❀ ❀ ❀

( पान १ वरून )

उच्च वर्गीयांनी दलित, शोषित वर्गाला मागासच ठेवले परंतु याच उच्च वर्गातील अनेक विचारवंतांनी मागास वर्गाला पुढे आणण्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्नही केले. शोषितांना समाजधारेत सामावून घेण्यासाठी समानता, आर्थिक सवलती, तसेच त्यांना सोयी-सुविधा उपलब्ध करून देणे येथपर्यंत ठीक आहे. त्यांच्यातील जे बुद्धिमान आहेत त्यांना जरूर अधिक सवलती द्या. सुरवातीच्या काळात त्यांना प्रमुख मसाजधारेत आणण्यासाठी शैक्षणिक सवलतीही देणे भाग होते. पण हे दुधारी शस्त्र आहे. अंतिमतः दर्जा टिकवण्यासाठीच नव्हे तर तो उंचावण्यासाठी या सवलती अडथळा ठरू शकतात याची जाणीव असल्यानेच घटनाकारांनी ही दहा वर्षांची मर्यादा घातली होती तसेच आरक्षणाच्या प्रमाणावरही मर्यादा घातली होती. मात्र हीन राजकारणापोटी ही मर्यादा आणि आरक्षणाचे प्रमाण हे वेळप्रसंगी घटनेत दुरुस्ती करून वाढवत नेले गेले. त्याचे परिणाम आज दिसून येत आहेत. नुसते विद्यार्थ्यांतील नैराश्य वाढते आहे असे नव्हे तर एकंदर दर्जा खालावतो आहे. आज आयआयटीसारख्या देशातील सर्वोत्तम संस्था सुद्धा जागतिक पातळीवर पहिल्या पाचशे संस्थामध्ये स्थान मिळवू शकत नाहीत ही नुसती दुर्दैवी गोष्ट नसून अतिशय गांभीर्याने यावर विचार करायला हवा आहे. ❀ ❀ ❀

आपण आपली वर्गणी रोख, धनादेशाद्वारे किंवा 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 : ३००/- व पंचवार्षिक : १२००/-

कार्यकारी विश्वस्त, संपादक व प्रकाशक वैद्य प्रसन्न केळकर यांनी 'आयुर्हित' हे मासिक श्रीगणेश प्रिंटर्स, अमरग्यान इंडस्ट्रीयल इस्टेट, ठाणे येथे मुद्रित करून आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र - 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.

गळू फुटून त्यातून सर्व घाण (पू खराब रक्त) निघून गेली. त्यानंतर योग्य ती औषधे दिल्यावर त्रास संपूर्ण नाहिसा झाला.

**केस नं. २ :** एक ३० वर्षांचा तरुण डोकेदुखीने त्रस्त. ताप नाही. सर्दी नाही. अचानक डोके दुखणे सुरु. औषधे देऊन थोडा फरक पडला. पण पूर्ण बरे वाटले नाही. त्याला रक्तपेढीमध्ये जाऊन रक्तदान करायला सांगितले. आणि चमत्कार झाल्याप्रमाणे डोकेदुखी गायब.

**केस नं. ३ :** एक ४० वर्षांची महिला. त्वचा विकाराने त्रस्त पायांवर, छोट्याच्या ठिकाणी psoriasis ने खाज, आग होणे. त्यांना औषधे व त्याबरोबर जळवा लावल्यानंतर त्रास खूप कमी.

या व अशा अनेक रोगांमध्ये रक्तमोक्षणाने उत्तम उपयोग होतो.

**रक्तमोक्षण योग्य व्याधी :** त्वचारोग, गळवे, अंगाची आग होणे, भूक कमी होणे, लघवीला आग होणे, अंगावर गांधी उठणे, पांढरे कोड, चाई पडणे, वातरक्त (गाऊट), तोंड येणे, गुदभागी आग, मूळव्याध, शिरोरोग इ. अनेक विकारात रक्तमोक्षणाने फायदा दिसून येतो.

**पूर्वकर्म :** शिरेतून रक्त काढण्यापूर्वी योग्य प्रमाणात औषधी तूप पिण्यास दिले जाते. हलका आहार किंवा दूध, सरबत असा द्रव आहार घेण्यास सांगितले जाते.

**प्रधान कर्म :** स्थानिक भागातील रक्तदुष्टीसाठी त्या भागी जळवा लावल्या जातात. या प्रकारात १० सी. सी. ते ५० सी.सी. इतकेच रक्त निघते. मात्र सार्वदेहिक रक्तदुष्टी असल्यास शिरेतून १०० सी. सी.-३५० सी.सी. इतक्या प्रमाणात रक्त काढतात. म्हणूनच अशा वेळी Blood bank मध्ये जाऊन रक्तदान करणे केव्हाही श्रेयस्कर. आपल्या शरीराला त्रासदायक ठरणारे रक्त इतरांना जीवनदान देऊ शकते.

**पश्चात कर्म :** जळवा लावलेल्या ठिकाणचे रक्त थोडा वेळ वाहून जाऊ देऊन नंतर व्यवस्थित dressing केले जाते.

अशा पद्धतीने जळवांनी किंवा शिरेतून थोड्या प्रमाणात रक्त काढून टाकले की दूषित रक्ताबरोबर पित्त दोषाचेही शोधन होते. नवीन रक्त निर्मिती अधिक चांगल्याप्रकारे होते व रक्ताचे गुणवर्धन होते. त्यामुळे शरीराचे पोषण, बल वाढणे इ. कार्ये अधिक वेगाने होऊ लागतात.

चला तर मग! प्रत्येकाने रक्तदान करून स्वार्थ आणि परमार्थ एकत्र साधूया ! ❀ ❀ ❀