

संपादकीय

सध्या सर्वत्र आरक्षणावरून चर्चा सुरु आहे. मात्र हा सामाजिक व खोलवर गेलेला विषय असल्याने त्यावर या स्तंभातून भाष्य करणे उचित होणार नाही. मात्र हे आरक्षण विशेषत्वाने शैक्षणिक व त्यातही वैद्यकीय शिक्षणाशी थेट जोडले गेले असल्याने त्याचा मर्यादित उहापोह करणे औचित्याला सोडून होणार नाही. मुळात स्वातंत्र्यानंतर आरक्षणाची संकल्पना पुढे आली ती शतकानुशतके आर्थिक, सामाजिक, शैक्षणिक सर्वच दृष्ट्या मागास राहिलेल्यांना समाजाच्या मुख्य प्रवाहात सामील करून घेण्यासाठी व त्यासाठी त्यांना संधी उपलब्ध व्हाव्यात म्हणून. मुळात याची मुदत स्वातंत्र्यानंतर केवळ दहा वर्षांची होती. मात्र राजकीय स्वार्थासाठी वेळोवेळी सत्ताधाऱ्यांनी ती वाढवत नेली तसेच त्यामध्ये वेळोवेळी विविध समाजघटकांचा समावेश करून त्याची व्याप्ती व प्रमाण वाढवत नेले. मात्र या स्वार्थी व संकुचित राजकारणापोटी हा सर्व मागास समाज मुख्य समाजधारेशी जोडला जाणे, त्यात समाविष्ट होणे जे अपेक्षित होते ते मूळ उद्दिष्ट मात्र दूरच राहिले व नंतर तर सर्वच राजकीय पक्षांनी वेळोवेळी जाणीवपूर्वक हे उद्दिष्ट दूर ठेवण्याचाच प्रयत्न केला. मात्र हे करत असताना आपण सकल समाजाची गुणवत्ता ढासळवत आहोत, शैक्षणिक स्तर खालावत आहोत, याकडे सुरवातीस नकळत व नंतर जाणीवपूर्वक दुर्लक्ष करण्यात आले. यामुळे झाले असे की कागदोपत्री शिक्षितांची संख्या, पदव्यांची संख्या वाढली मात्र गुणवत्ता एवढी ढासळली की एकेकाळी दर्जेदार शिक्षणाकरता प्रसिद्ध असणारी विद्यापीठे ही दर्जाबाबत पार तळाशी जाऊन पडली. गेली काही वर्षे वैद्यकीय शिक्षणाबाबत जो अक्षम्य सावळा गोंधळ चालला आहे त्याने ही बाब प्रकर्षाने अधोरेखित होते. पूर्वी डॉक्टर म्हटला की आपोआप समाजात एक वलय प्राप्त होत असे. डॉक्टरच्या शिक्षण संस्थेचा शोध घेण्याची वेळच येत नसे. कारण ज्या थोड्या मोजक्या व त्याही पूर्ण सरकारी वैद्यकीय संस्था होत्या त्या सर्वच दर्जेदार शिक्षणाबाबत प्रसिद्ध होत्या. उलट त्याकाळी जास्तीत जास्त चांगले शिक्षण देऊन जास्तीत जास्त दर्जेदार डॉक्टर कसे आपल्या संस्थेतून बाहेर पडतील यावर कटाक्ष असे. मात्र आताच्या बाजारीकरणात खाजगी संस्थांचा मोठा वाटा आहे. यांनी जो जास्त पैसे दैर्घ्य त्याला प्रवेश असेच धोरण राबवले. मग त्यासाठी प्रवेश परिक्षांमध्ये गैर प्रकार

(पान ४ वर)



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष १३ • अंक १० • भारतीय सौर कार्तिक १, शके १९३८ • २३ ऑक्टोबर २०१६

संपादक : वैद्य प्रसन्न केळकर

: सल्लागार मंडळ :

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

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

पूजाविधींमधील औषधी वनस्पती

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर

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

शमी

नुकताच दसरा होऊन गेला आहे. आपण सर्वांनी एकमेकांना आपटा किंवा शमीची पाने दसऱ्याचे सोने म्हणून दिली आहेत. शमीवृक्षाची कथा आपल्याला सर्वांना माहित आहे. पांडवांनी अज्ञातवासात जातांना आपली शस्त्रे शमीच्या झाडावर लपवून ठेवली होती व अज्ञातवासातून परत आल्यावर दसऱ्याच्या मुहूर्तावर ती पुन्हा काढून घेतली व अज्ञातवास संपवला. तसेच रामायणात श्रीरामांनी वनवासाला निघण्यापूर्वी दसऱ्याला शमीचे पूजन केले होते. यामुळे दसऱ्याच्या दिवशी शमीच्या झाडाची पूजा करण्याची प्रथा आहे व हाती घेतलेल्या कामात यश मिळावे म्हणून शमीची पाने एकमेकांना देण्याची प्रथा आहे. या दिवशी सीमोल्लंघन करून गावाबाहेर जाऊन विजय प्राप्त करून परत येताना जिंकून आणलेले धन/सुवर्ण घरातील वडीलधाऱ्यांकडे सुपूर्द करण्याची प्रथा होती. गावात प्रवेश करताना शमीचे दर्शन घेऊन आपल्या शस्त्रांचे पूजन शमीच्या फुलांनी, पानांनी करून युद्धात काही पापे घडली असतील तर त्याचे क्षालन व्हावे अशी प्रार्थना करून गावात प्रवेश करत. यापाठी - 'शमी शमयते पापम्' । म्हणजे शमीचे दर्शन पापक्षालन करते असे संस्कृत वचन आहे-याचा संदर्भ असावा. नंतर प्रत्यक्ष सुवर्णाच्या ऐवजी त्याचे प्रतीक म्हणून शमीचीच पाने देण्याची प्रथा सुरु झाली व हल्ली तर शमीऐवजी त्याच्याच कुळातील आपटा किंवा कांचनार या वृक्षाचीच पाने सर्रास वापरली जातात. असो.

तर हा शमी वृक्ष त्याच्या औषधी गुणांकरताही प्रसिद्ध आहे. शमीची

(पान ४ वर)

स्त्रियांचे आरोग्य

वैद्य अरुणा टिळक

बी. ए. एम्. एस् (मुंबई)

अत्यार्तव

मागच्या वेळी आपण श्वेतप्रदराबद्दल माहिती बघितली. आता महिलांमध्ये नेहमी आढळणारा, किंवा आयुष्यात बहुतेक प्रत्येक स्त्री या त्रासाने त्रस्त झालेली असते. मासिक पाळीमध्ये अति रक्तस्राव होतो. “प्रकर्षण दीर्यते इति प्रदरः।” अवयव फाटल्याप्रमाणे अधिक मात्रेत रजःस्राव होणे म्हणजे रक्तप्रदर होय.

बऱ्याच मुलींमध्ये मासिक पाळी सुरु झाली की सुरवातीला अनियमित येते. नंतर १ ते २ वर्षे रक्तस्राव अधिक होतो व नंतर तो हळूहळू कमी होत जातो. परंतु काही मुलींमध्ये तसे न होता तो अधिकच होत रहातो.

माझी एक रुग्णा, तिला २-३ महिन्यांनी पाळी यायची. परंतु आली की जवळजवळ १ महिना अंगावर जात असे. त्यामुळे तिला इतका त्रास, थकवा जाणवत असे की जीवन नकोसे वाटू लागले होते. तिच्या अंगातले रक्त इतके कमी झाले होते की ती अगदी पांढरी फटक पडली होती. यामुळे तिला दररोजचा अभ्यास, कॉलेजला जाणेसुद्धा शक्य होत नसे. अशावेळी मात्र ५-६ दिवसांपेक्षा अंगावर जास्ती जात असेल तर लगेच डॉक्टरांकडे जाणे आवश्यक असते. कारण तिच्या व्याधीची कारणे कोणती आहेत हे त्यांनी तपासून ठरवणे गरजेचे असते.

याचा विचार केला असता लक्षात येते की आजच्या ‘तिचे’ क्षेत्र इतके व्यापक झाले आहे की तिचे शिक्षण, व्यवसाय, यासोबत तिचे घर या सर्व ठिकाणी तिला व्यग्र रहावे लागते त्यामुळे तिला स्वतःकडे लक्ष द्यायला फार कमी वेळ मिळतो. घर सांभाळण्यापासून ते दवाखाना चालवणे, शिक्षा, चालवणे, लोकल ट्रेन चालवणे, विमान चालवणे ते भारतीय सैन्यदलात सामील होणे अशी तिची क्षितिजे अमाप फैलावली आहेत. अशावेळी आपल्या जबाबदाऱ्या पार पडताना बऱ्याच वेळी तिच्या शारीरिक आजारांकडे तिला दुर्लक्ष करावे लागते. माझ्या काही रुग्णांनी सांगितले की त्यांच्या Drawing Interior परिक्षा ४-४ तास उभे राहून पूर्ण कराव्या लागतात. अशावेळी तिला स्वतःकडे किती दुर्लक्ष करावे लागते. त्या स्वतःचे नैसर्गिक Call सुद्धा attend करू शकत नाहीत.

या सर्वांमुळे अनियमित वेळी जेवणे, भूक नसतानाही खाणे, पाळी चालू असताना विश्रांती न घेता काम करणे. प्रसूतिपूर्व व प्रसूतिपश्चात देखील विश्रांती न घेणे, सध्याच्या चढाओढीमुळे सतत दडपण, चिंताग्रस्त रहाणे, यासोबतच फास्ट फूडचा जमाना. सर्वांनाच वडा पाव, भजी, मॅगी, पिझ्झा, बर्गर, चायनीज फूड, वेफर्स, कोल्ड ड्रिंक्स, चमचमीत मसालेदार पदार्थ, आंबवलेले पदार्थ खाण्याची आवड वाढली आहे. रात्री जागरण करणे, ट्रेनमध्ये उभ्याने तासनतास प्रवास करणे, वारंवार गर्भपात करून घेणे, संतती प्रतिबंधक उपायांचा वापर करणे. या सर्व गोष्टींच्या अति सेवनामुळे

वात व पित्ताचा प्रकोप होतो. गर्भाशयातील सिरांतील रक्ताचे प्रमाण वाढते व रक्तप्रदर व्याधी होतो. तसेच प्राकृत रजःप्रवृत्ती होण्यासाठी Pitutary-Hypothalamus-Ovarian axis प्राकृत असणे आवश्यक असते. याच्या कार्ययंत्रणेत बिघाड झाला असतानाही रक्तप्रदर व्याधी होतो

याशिवाय गर्भाशयात गाठी म्हणजे Fibroid असणे. अर्श (Polyp) असणे, गर्भाशयाचा आकार व मांसस्तर वृद्धि (Adenomyosis) होणे. तसेच गर्भाशयाचा कर्करोग यामध्ये प्रामुख्याने रजःस्राव अधिक प्रमाणात होतो. तसेच उच्च रक्तदाब, हृदरोग, मधुमेह व काही रक्तज विकार, हिमोफिलीया या विकारांमध्येही अति रजःस्राव आढळतो.

याचे विविध स्वरूप किंवा प्रकार पहायला मिळतात.

१) मासिक पाळीत अधिक रक्तस्राव होणे. २) पाळीमध्ये रक्तस्राव प्राकृत होतो. पण पाळीमधील अंतर कमी होते म्हणजे १५-२० दिवसांनीच पाळी येणे. ३) पाळीत अंगावर अधिक मात्रेत जाते व पाळी लवकर लवकर येते या दोन्ही गोष्टी एकदम होतात. ४) मासिक पाळीत रक्तस्राव हा सतत बरेच दिवस चालू रहातो तर काहीना परत पुढील पाळी परत लगेच महिन्यांनी येते. ५) कधी-कधी दोन पाळींच्या मध्ये थोडा थोडा रक्तस्राव चालू असतो. यात पहिला व तिसरा प्रकार हा साधारणतः गर्भाशयामध्ये गाठी असतात, तसेच गर्भाशयात सूज असते त्यावेळी पहायला मिळतो. दुसरा प्रकार हा ज्यावेळी रजःप्रवृत्ती निर्माण होणाऱ्या कार्ययंत्रणेत बिघाड झाल्याने होतो. चौथा प्रकार दोन्ही प्रकारच्या कारणानी होतो.

अशा वेळी त्या रुग्णेचा पूर्ण इतिहास (Case History) घेणे आवश्यक ठरते. तिच्या आहारातील, तिच्या दैनंदिन कामकाजातील कोणती कारणे या व्याधीसाठी कारणीभूत आहेत हे समजले की त्या गोष्टी करू नकोस असा सल्ला देऊ शकतो. तसेच तिचे मानसिक भावनिक आरोग्याकडे लक्ष देणे पण आवश्यक ठरते. त्यानंतर विवाहित स्त्रीमध्ये योनिपरिक्षण, सोनोग्राफी, रक्ताच्या काही तपासण्या कराव्यात. (PAP Smear) वयाच्या ४५ वर्षांनंतर प्रत्येक ३ वर्षांनंतर ही तपासणी आवश्यक असते. ज्यामुळे सध्याचा व्याधी व पुढे: होऊ घातलेल्या व्याधीची पूर्वकल्पना येऊ शकते.

गर्भाशयाच्या अंतःकलेची तपासणी म्हणजे बोलीभाषेत पिशवी साफ करून घेणे हे सुद्धा बऱ्याच वेळा तपासणी म्हणून व रक्तस्राव थांबविण्यासाठी असा दुहेरी उपयोगी पडते यात गर्भाशयाचा कॅन्सर ही आहे की नाही समजू शकते. चिकित्सा करताना प्रथम कारणे दूर करावीत.

१) आहारातील अति मसालेदार, तिखट, चमचमीत खाणे कमी करणे, जेवणाच्या वेळा पाळणे, उष्ण द्रव्ये, मेथी, कुळीथ, मासे, कोंबडीचे मटण, पपईचे अतिसेवन टाळणे, रोजच्या कामातील होणारी धावपळ कमी करण्याचा प्रयत्न करणे.

मानसिक शांतीसाठी योगाभ्यास करणे.

चिकित्सा : उंबराच्या फळाच्या रसात मध घालून द्यावा.

अडुळसा, गुळवेल काढा. अशोकारिष्ट, इ. तज्ज्ञ वैद्याच्या सल्ल्याने द्यावे. अशा वेळी योग्य चिकित्सा न केल्यास खूप त्रासदायक कष्टदायक ठरते. म्हणून वेळीच औषधोपचार करणे चांगले. ❀ ❀ ❀

काय, किती व का घ्यावे? आयुर्वेदानुसार शंका समाधान

वैद्य आनंद कुलकर्णी

M.D. (Med. Ayu), CYEd, DYA, MA (Sanskrit)

फळे (Fruits) भाग - २

फळांविषयी माहिती घेत असलेल्या लेखमालेमध्ये आपण पुढील विषय जाणून घेऊ.

जेवणानंतर की जेवणापूर्वी ?

फळे जेवणानंतर की जेवणापूर्वी घ्यावीत असा प्रश्न सर्वसाधारणपणे सर्वांच्याच मनात असतो. आणि हल्ली फळे ही जेवणानंतर खाण्याचा प्रघात रूढ झाला आहे. आता फळे खाणे काही वाईट नाही. त्याचा फायदाच होतो पण कधी, काय व किती खावे हे माहित असेल तर त्याचा जास्ती फायदा होण्यास नक्की मदत होते. म्हणून फळे ही आरोग्यास चांगलीच आहेत व ती खाल्लीच पाहिजेत. मग आताच्या जीवनशैलीनुसार निवांत वेळ जेवणानंतरच मिळतो, म्हणून फळे आजकाल जेवणानंतरच खाल्ली जातात. परंतु जेवणानंतर कफदोषाच्या वाढीचा काळ असतो. फळे कफ वाढवतात. एकूणच परिणाम कफाचे रोग होण्याकडे होतो. तसेच आयुर्वेदातील नियमानुसार गोड, आंबट हे रस जेवणाच्या सुरुवातीला व शेवटी कडू-तुरट रस घ्यायला सांगितले आहेत. फळे ही मुख्यतः गोड, आंबट याच दोन रसांची असतात. आता स्वीट डिश च्या नावाखाली जेवणामध्ये आपण नेमके उलटे करतो. गोड हे शेवटी खातो. व सर्दी, खोकला यापासून ते हृदयातील धमन्यात कोलेस्टेरॉल नामक कफाची संचिती होईपर्यंत सर्व रोगांना आमंत्रण देतो.

म्हणून जेवणाच्या सुरुवातीसच फळे खावी. किंवा जेवणाच्या मधेमध्ये (जेवणातील पदार्थ ज्याबरोबर फळे खावीत की नाहीत हे ठरवून - आयुर्वेदीय वैद्याचा सल्ला घेऊन) फळे खाण्यास हरकत नाही.

रिकाम्यापोटी (नुसती) फळे खावीत की नाही ?

फळांचा प्रकार, आपली प्रकृती व चालू ऋतुमान (सीझन) यानुसार ठरवून फळे खावीत. उदा. पित्त प्रकृतीच्या माणसाने अननस रिकाम्यापोटी खाल्याने काही जणांना पोटात जळजळ, वेदना जाणवते. म्हणून अगदी रिकाम्यापोटी फळे खालू नये.

काहीजण जेवणापूर्वी फळांचा रस घेतात कारण काय तर याने चांगली भूक लागते. पण सर्वांनाच हे मानवत नाही. उलट बऱ्याच जणांना याचा त्रासच होतो. भूक लागण्यासाठीच असेल तर फळांच्या रसाच्या ऐवजी आल्यास रस किंवा आलेपाक घ्यावा, त्याने भूक नक्की लागते, वाढते. (सर्वच गोष्टींचे समाधान लेखात करू शकत नसेन कदाचित पण शंका जरूर विचारू शकता.)

आईस्क्रीम :

हाही अतिशय रूढ असा परंतु धोकादायक प्रकार होय. एक वेळ

खाण्याने काय होणार आहे ? असा विचार करू नका. कारण एक आईस्क्रीम किंवा एक फ्रूट सलाड खाण्याने दमा असलेल्या किंवा ताप असलेल्या व्यक्तीचा जीव-प्राण कसा कंटाशी येतो हे बरेच अनुभवलेले आहे. (अर्थात कधी, काय, किती खावे याचा विचार न करता केलेले नुकसान करते - अविचार घटक ठरतो.) आईस्क्रीमचा वापर पूर्णपणे टाळावा असे म्हणत नाही परंतु तारतम्याने वापर करावा.

हल्ली प्रत्येक कार्यक्रमांमध्ये बुफे जेवणानंतर आईस्क्रीम खाण्याची पद्धत रूढ झाली आहे. एवढेच काय तर हॉटेलवालेच हा आमचा मेनू आहे असे म्हणून आईस्क्रीमशिवाय पूर्णत्वच नाही असे काहीसे झालेले आहे. हे सर्व एकदम घातक असे चाललेले आहे. यात आपण कधी, कसे गुरफटून गेलो हेच आपल्या लक्षात आले नाही. परंतु कार्यक्रमांमधील पनीर इ. जड जेवणानंतर, कफाच्या प्रचंड वाढीनंतर पुन्हा वरून आईस्क्रीम खाणे म्हणजे रोगांना विकतचे (वा फुकटचे कसेही असो) निमंत्रण दिल्यासारखेच होते. पूर्वीचे पान, बडीशेप इ. पाचक पदार्थ खाण्याचे सोडून आईस्क्रीम, मिल्कशेक, फ्रूटसलाड इ. चुकीच्या वस्तू यांचा वापर हा केवळ मूर्खपणाच होय व आपण त्याला आजकाल सभ्यतेचा भाग बनवून ठेवला आहे.

शिकरण/शिकरण :

दूध व केळी एकत्र करून खाणे म्हणजे शिकरण होय. यामध्ये केळी आंबट असल्याचा संबंध येत नाही परंतु थोडा अधिक काळ तसेच ठेवून पहा बघू हे मिश्रण, कसा बदल त्याच्यात पाहायला मिळतो. (रंग बदलतो, चिकट होते इ.) पोटात गेल्यावर तेच होणार आहे. वर दूध फळे, मिल्कशेक यामध्ये हे सांगितलेलेच आहे परंतु सध्या शिकरणाचा वापर समाजामध्ये जास्त असल्याने केवळ हा मुद्दा वेगळा नमूद केला आहे. म्हणजे त्याचे महत्त्व पटण्यास मदत होईल. म्हणून शिकरण सुद्धा न खाल्लेलेच बरे. (येथे सुद्धा भूक, प्रकृती, ऋतू इ. चा विचार करून खायला हवे - आयुर्वेदीय वैद्याचा सल्ला आवश्यक.)

फलाहार :

फळे ही आहाराच्या ऐवजी (नाश्ता म्हणत नाही) खाणे योग्य नाही. आहार तो आहारच. वैद्याच्या सल्ल्याशिवाय दिवसेंदिवस फक्त फळांवरच राहणे हेही योग्य नाही. कारण केवळ फलाहार करणे शरीरास फायदेशीर ठरेलच असे नाही. तथापि योग्य वैद्याच्या सल्ल्याने असे औषधी प्रयोग करणे हा भाग पूर्णतः वेगळा झाला, हे लक्षात घ्यावे.

सकाळी की संध्याकाळी ? :

येथेही पुन्हा तोच मुद्दा आपण लक्षात घ्यायला हवा की सकाळी कफाचा काल असतो म्हणून विकृत कफ वाढवणाऱ्या गोष्टी, थंड गोष्टी न घेतलेल्याच बऱ्या. संध्याकाळी म्हणजे सूर्यास्तापूर्वी वाताचा काल असतो त्यावेळी फळे खाणे चांगले म्हणता येईल. कारण संध्याकाळी नाश्ता म्हणून फळे खाण्याने वात दोषाला नियंत्रित ठेवणे शक्य होऊ शकते. पुन्हा रात्री फळे घेण्यासही तोच मुद्दा - कफाच्या वाढीचा. रात्री थंडपणामुळे व पचन शक्ती मंद असल्यामुळे फळे खाण्यास निषिद्धच होय. (प्रत्येक गोष्टीस

अपवाद व उपाय असतातच - अपवादाने खाल्यास उपाय करता येऊ शकतो) (आयुर्वेदीय वैद्यांचा सल्ला आवश्यक)

फळांचे वरीलप्रमाणे अनेक दुष्परिणाम आपल्याला पहायला मिळतात, त्यावरील उपायासाठी आयुर्वेदीय वैद्य / डॉक्टर सदैव तुमच्या मदतीसाठी तयार असतात. त्यांच्याशी संपर्क साधावा.

फळांविषयी आणखी माहिती आपण पुढील लेखात जाणून घेवू.



(पान १ वरून)

साले व पाने विशेषतः वापरली जातात. तसेच फळांचाही उपयोग केला जातो. साल व पाने कडु, तुरट व शीतल गुणधर्माची असतात. तोंडाला चव नसणे, मुखरोग आदिमध्ये याच्या काढ्याच्या गुळण्या करतात. अनेक प्रकारच्या त्वचा विकारांमध्ये तसेच कृमिमध्ये उपयुक्त आहे. मूळव्याधीमध्ये तसेच रक्तपित्त व्याधीमध्ये उपयुक्त. संडास/लघवीमधून रक्त जात असल्यास याच्या काढ्याचा उपयोग होतो. खोकला, दमा या व्याधीत कफ बाहेर काढण्यासाठी उपयुक्त. विषघ्न असल्याने दंशाच्या ठिकाणी विशेषतः विंचू दंशाच्या स्थानी याच्या सालीचा लेप लावला असता उपयोग होतो. रक्तशुद्धीकर असल्याने अनेक त्वचा विकारांत उपयुक्त आहे. शमीच्या पानांचा रस पाण्यात घालून त्याने स्नान केल्यास तसेच त्वचा विकाराच्या ठिकाणी रस लावल्यास फायदा होतो. शमीच्या शेंगांची भाजी अरुचि, कृमि, अतिसार आदि व्याधीमध्ये उपयुक्त आहे.

नवरात्राच्या आधी पावसाळा नुकताच संपलेला असतो. पावसाळ्यात कफाचे विकार, पचनाचे विकार तसेच त्वचा विकारांचे प्रमाण जास्त असते. कदाचित यामुळेही पावसाळ्यानंतर येणाऱ्या दसन्याला शमीचा या व्यधीमध्ये उपयोग करण्याचे प्रतीक म्हणून त्याची पाने देण्याची प्रथा सुरू झालेली असू शकते.



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.

वार्षिक वर्गणी : रु. ३००/-

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.

(पान १ वरून)

करून पैसेवाल्यांना प्रश्नपत्रिका पुरवणे, उत्तरे लिहून देणे, उत्तरपत्रिका बदलणे असे असंख्य प्रकार राजरोस घडू लागले. यात पुन्हा आरक्षण. या जागा रिकाम्या राहण्याचे प्रमाणही लक्षणीय. त्या पुन्हा पैसे घेऊन विकायच्या. या प्रकारांमुळे डॉक्टर कुठल्या संस्थेत शिकला याला वैद्यकीय क्षेत्रात महत्त्व प्राप्त होऊ लागले. लोकांना फक्त डिग्री दिसते. डॉक्टरच्या क्लिनिकचा, हॉस्पिटलचा भपका दिसतो मात्र त्या डिग्रीमागे प्रत्यक्ष अनुभव किती हे कळत नाही. यामुळे कधी एखादाही रुग्ण प्रत्यक्ष न तपासलेले सुद्धा मोठी हॉस्पिटल थाटून बसले. ज्यांना या चक्रात अडकायचे नव्हते व शक्य होते ते सरळ परदेशी निघून गेले. आज आपण ब्रेन-ड्रेन बदल बोलत राहतो. पंरतु या 'ब्रेनड्रेन'मागे मुख्य कारण आरक्षण व त्यामुळे गुणवत्ताधारक विद्यार्थ्यांचे होणारे नुकसान, त्यांच्या जाणाऱ्या संधी हे आहे.

जर आपल्या देशाला महासत्ता बनवण्याचे स्वप्न आपण नागरिक म्हणून, राज्यकर्ते म्हणून पाहात असू तर गुणवत्तेशी तडजोड नाही हे मूलभूत तत्त्व स्वीकारावेच लागेल. आर्थिक सवलती देणे, इतर सवलती देणे हे वेगळे व गुणवत्तेशी तडजोड करणे वेगळे. स्वातंत्र्योत्तर लगेचच्या काळात पहिला वर्ग म्हणजे साठ टक्के मिळवणे म्हणजे सुद्धा अप्रूप असे. कारण गुणवत्तेचा कस लागत असे. परिक्षेच्या अग्निदिव्यातून तावून सुलाखून बाहेर पडण्याने त्या मार्कांचे महत्त्व कळत असे. त्याकाळात कधी नापास झाल्याने वा मार्क कमी मिळाल्याने आत्महत्या केल्याच्या बातम्या येत नसत. मात्र आता प्रवेश पातळीच जर पस्तीस टक्क्यांहूनही खाली आणून ठेवली असेल तर गुणवत्ता येणार कुठून? याचा साकल्याने विचार करण्यात आपण सत्तर वर्षे घालवली आहेत. आता गुणवत्तेला प्राधान्य देण्यात जेवढा उशीर आपण करू तेवढे महासत्तेचे स्वप्न आपल्यापासून दूर जाईल.

