आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय।
‘आयुर्हितं ’ आयुर्हिताय ।।

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष ११ • अंक ५ • भारतीय सौर ज्येष्ठ १, शके १९३६ • २२ मे २०१४

संपादक : *वैद्य प्रसन्न केळकर*

: सल्लागार मंडळ :

डॉ. गुरुनाथ म्हापसेकर, वैद्य राजन पाटणकर, वैद्य नरेंद्र कढे

श्री. प्रकाश मोडक, डॉ. प्रज्ञा आपटीकर, सौ. प्रिया घैसास

आता ‘आयुर्हित’ वाचा **www.ayurlink.com / Ayurhit_magazine** वर सुद्धा

संपादकीय

जगातील पुढारलेल्या देशांच्या तुलनेत आपल्याकडे मनुष्याच्या जीवाला कमी महत्त्व दिले जाते. वारंवार घडणाऱ्या अनेक घटनांनी हे सिद्ध झालेले आहे पण तरीही आपण व आपली व्यवस्था बदलत नाही. नुकतीच अशीच एक मोठी घटना उघडकीस आली पण आपल्याकडच्या सर्वच वृत्तपत्रे वा माध्यमांनी ‘एक दिवसाची हेडलाईन’ या पलीकडे त्याला फार महत्त्व दिले नाही की त्याचा पाठपुरावा केला नाही. घटना अशी होती – गर्भाशयाच्या तोंडाच्या (cervix) कॅन्सरचे निदान झालेल्या स्त्रियांमध्ये वापरण्यात येणाऱ्या एका औषधाचे परिणाम व दुष्परिणाम तपासण्याच्या एक प्रयोगात हे औषध वा दुसरे कुठलेच औषध जाणीवपूर्वक न दिलेल्या गटातील सुमारे अठ्ठावीस स्त्रियांचा मृत्यु झाला. आता कुठल्याही वैद्यकीय प्रयोगामध्ये ढोबळ मानाने दोन गट केले जातात. एका गटाला प्रयोग करण्याची औषधे दिली जातात व दुसऱ्या गटाला औषधे दिली जात नाहीत. सामान्यतः औषध न दिलेल्या गटापेक्षा औषध दिलेल्या गटात लक्षणे कशी व किती लवकर कमी होतात व औषधांचे दुष्परिणाम होतात का हे बघण्यासाठी ही पद्धती वापरली जाते. मात्र यासाठी रूग्णाची, त्यातले धोके समजावून देऊन परवानगी घ्यावी लागते (Informed consent). मात्र मुळात गर्भाशयमुखाचा कर्करोग हा चिकित्सा न केल्यास मृत्युला आमंत्रण ठरतो हे आता सिद्ध झाले असतानाही पुन्हा अशा प्रयोगाला परवानगी कशी दिली गेली हा पहिला प्रश्न. दुसरा भाग असा की या स्त्रियांची अशी Informed consent घेतली होती का तर याचे उत्तर नकारार्थी आहे. म्हणजे ‘श्वास’ चित्रपटात दाखवल्याप्रमाणे फक्त ‘येथे सही करा, ती करावीच लागते’ असे निव्वळ सांगून बाकी काहीही कल्पना या रूग्णांना दिली जात नाही. म्हणजे कुठल्यातरी बहुराष्ट्रीय कंपनीच्या औषधांचे प्रयोग करण्यासाठी, चिकित्सा न केल्यास मृत्यु निश्चित आहे हे माहित असताना एका गटाला जाणीवपूर्वक चिकित्सेशिवाय ठेवणे म्हणजे ही वैद्यकीय हत्याच म्हणायला हवी. आजार दुर्धर असतो, बरा होणार नाही हे माहित असते तरीही अशा रूग्णांचे शेवटचे दिवस सुसह्य करणे यासाठी आम्ही वैद्य व डॉक्टर्स धडपडत असतो परंतु जीवन सुसह्य करणे दूरच, प्रयोगासाठी जाणीवपूर्वक रूग्णांना वेदनादायी मृत्युला सामोरे जायला लावणारे सगळे दोषीच ठरतात. मग ते औषधी कंपनीचे अधिकारी, व्यवस्थापन आणि हे प्रयोग करणारे डॉक्टर्स

(पान ४ वर)

‘निदान’ चाचण्यांचे निदान

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर
बी.ए.एम्,एस्.(मुंबई), टी.टी.सी.(योग), एम्.ए.(संस्कृत)

गेल्या महिन्यात आपण क्षकिरण तपासणीबद्दल प्राथमिक माहिती बघितली होती. सर्वसाधारणतः क्षकिरण तपासणी ही हाडाच्या विकारासाठी म्हणजे अस्थिभग्न, सांधा निखळणे, सांध्यातील अंतर कमी वा जास्त होणे, हाडावरील सूज, आदींसाठी केली जाते. याशिवाय फुफ्फुसाच्या विकृती, जसे क्षय, दमा, न्यूमोनिया, इत्यादींची माहिती मिळवण्यासाठी, केली जाते. हृदयाचा आकार वाढणे, हृदय वा फुफ्फुसांभोवती पाणी वा रक्त जमा होणे आदिंसाठीही क्षकिरण तपासणीचा उपयोग होतो. याशिवाय किडनी, पित्ताशय, मूत्राशय, मूत्रनलिका आदि ठिकाणी जमा होणारे खडे बघण्यासाठी व त्यांचे निदान करण्यासाठी याचा उपयोग होतो. सर्वसाधारणतः हाडासाठीच्या क्षकिरण तपासणीसाठी कुठलीही तयारी आवश्यक नसते. मात्र मणक्यांचे, विशेषतः पाठ, कंबर या ठिकाणच्या मणक्यांतील विकृती तसेच खडे आदी तपासण्यासाठी पोट रिकामे असणे व साफ असणे आवश्यक असते. कारण पोटात गॅस धरला असेल तर त्याच्या सावलीमुळे या विकृती झाकल्या जाऊ शकतात व स्पष्टपणे लक्षात येत नाहीत. यामुळे शक्यतो पोट साफ असता व सकाळी रिकाम्यापोटी या तपासण्या कराव्यात.आतड्यांच्या क्षकिरण तपासण्या, मूत्र मार्गाच्या, पित्तनलिकेच्या, रक्तवाहिन्यांच्या आदि तपासण्यांसाठी विशेष तयारी आवश्यक असते. हे सर्व अवयव क्षकिरण अडवू शकत नसल्याने, क्षकिरण अडवू शकणारा द्राव (Radio opeque dye) शिरेतून दिला जातो वा पोटात पिण्यास दिला जातो व त्याल्या अवयवापर्यंत तो पोचल्यावर त्या अवयवाचे क्षकिरण फोटो घेतले जातात. हा द्राव क्षकिरण अडवत असल्याने त्याच्या भोवतालच्या अवयवात ज्या काही

(पान ३ वर)

आयुर्वेदातील त्रिदोष विचार

वैद्या सौ. मीनल बडवे
बी. ए. एम. एस; (मुंबई) एम.डी.(आयु)

परवा दिवशीचीच गोष्ट. दोन बायकांचा संवाद कानी पडला. 'अगं, मला ना नेहमी पित्त होतं आणि डोकं दुखायला लागतं गं।'. 'मला तर खूप गॅसेसचा त्रास होतो आणि रात्रीच्या वेळी तर वाताने पायही वळतात, खूप दुखायला लागतात.' मागच्याच आठवड्यात २ वर्षाच्या मुलाला घेऊन त्याची आई दवाखान्यात आली. 'बघा ना डॉक्टर, याला कालपासून २-३ वेळा उलटी झाली. दुधाबरोबर चिकट कफ पडतोय. श्वास घेताना पण त्रास होतोय त्याला.....काय असतात हे वात, पित्त आणि कफ?'

आपण आपल्या नेहमीच्या व्यवहारात अगदी नकळत या वात पित्त, कफांचा उल्लेख करत असतो. पण खरंच हे वात, पित्त, कफ म्हणजे आहेत तरी काय? आतापर्यंत आपल्याला जी माहिती मिळाली असते ती म्हणजे पोटातले गॅसेस म्हणजे वात, छातीत कफ होत असतो, पित्ताची उलटी होते इ. इ. पण ही फक्त या वातपित्त कफांची तोंडओळख असते. खरं तर यांचे स्वरूप खूप मोठे, खूप व्यापक असे असते. तुम्हांला कल्पना आहे की नाही, की समुद्रामध्ये जो हिमनगाचा भाग पाण्याच्या वर दिसतो, ते फक्त हिमनगाचे टोक असते. आतमध्ये समुद्रामध्ये तर तो बर्फाचा मोठा डोंगर असतो. तसंच आहे हे. या त्रिदोषांबद्दल आपल्याला अगदी जुजबी माहिती असते. पण शास्त्रामध्ये त्याबद्दल सखोल ज्ञान सांगितले आहे.

आयुर्वेदामध्ये याबद्दल काय माहिती दिली आहे? त्या वात पित्तकफांचे स्वरूप काय? त्यांचे गुण कोणते? ते शरीरात काय काम करतात? ते कसे तयार झाले?, त्यांचा शरीराला काय उपयोग होतो?, यांच्यामुळे होणाऱ्या त्रासासाठी काय उतारा असतो? या व अशा अनेक प्रश्नांची उत्तरे आपण आता मिळवणार आहोत.

त्रिदोष : वात, पित्त व कफ यांना त्रिदोष असे म्हणतात. त्यांना दोष का बरं म्हणतात? खरंच का ते वाईट आहेत? ते खूप त्रास देतात कां? मग ते शरीरात कशाला आहेत? ते शरीरातून नाहीसे करून टाकले पाहिजेत असंच सर्वांना वाटत असेल नाही!

पण खरं सांगू का? आपल्यापैकी कोण सर्वगुणसंपन्न आहे? प्रत्येकात काही गुण असतात तर काही दोष असतात. पण आपण त्यांच्या गुणांकडे लक्ष द्यावे आणि दोषांकडे काणाडोळा करावा किंवा ते सुधारण्यासाठी प्रयत्न करावा. संत ज्ञानेश्वरांनी म्हटलेच आहे ना!

'जे खळांचि व्यंकटी सांडो'

'जे दुष्ट आहेत, त्यांच्यातील दुष्टपणा नष्ट होऊ दे, दुष्ट माणसेच नष्ट होऊ दे असे नव्हे.' असो.

तर आपण विचार करत आहोत त्रिदोषांविषयी. प्रथम आपण हे बघूया की हे त्रिदोष आपल्या शरीरात आले कसे? वस्तुतः हे त्रिदोष नसून त्रिगुण आहेत. त्यामुळे खरं तर हा त्रिदोष विचार नसून त्रिगुण विचार आहे. या त्रिगुणांचे मूळ आहे पंचमहाभूतांमध्ये.

पंचमहाभूते आणि त्रिदोष -

आपल्या सगळ्यांना माहित आहे की आपले शरीर हे पंचमहाभूतांनी बनले आहे. कारण ही सृष्टी पंचमहाभूतात्मक आहे. आपलं शरीर म्हणजे या प्रचंड सृष्टीची छोटीशी प्रतिकृती आहे. ज्या गोष्टी या ब्रह्मांडात घडत असतात तशाच आपल्या शरीरातही (पिंड) घडतात. म्हणजेच 'पिण्डी ते ब्रह्माण्डी' आणि 'ब्रह्माण्डी ते पिण्डी' अशी अवस्था असते.

बाह्य सृष्टीमध्ये जसे पंचमहाभूतांचे कार्य घडत असते तसेच ते शरीरातही घडते. सृष्टी उत्पत्तीच्या वेळी फक्त आकाश महाभूत म्हणजे पोकळीच होती. नंतर त्यात बदल होत होत वायू महाभूत, नंतर तेज महाभूत, त्यानंतर आप (जल) महाभूत व सर्वात शेवटी पृथ्वी महाभूत तयार झाले.

याच पंचमहाभूतांचे शरीरात व्यक्त होणारे घटक म्हणजेच वात, पित्त व कफ, म्हणजेच,

आकाश + वायू = वात

तेज = पित्त

जल + पृथ्वी = कफ

अशी ही विभागणी झाली.

बाह्य सृष्टीतील वारा, सूर्य व चंद्र म्हणजेच शरीरातील वात, पित्त, व कफ आहेत.

म्हणजे बघा हं, वारा जसा इथून तिथे वाहत असतो, तसाच वात आपल्या शरीरात एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी जात असतो. सूर्य जसा आपल्याला उष्णता देतो तसेच पित्त शरीरात उष्णता उत्पन्न करण्याचे काम करते. चंद्र जसा शीतलता प्रदान करतो तसेच कफ ही शरीरात स्निग्धता, थंडावा आणत असतो.

सृष्टीमध्ये जसे चंद्र, सूर्य, वारा यांचे काम होणे अत्यंत आवश्यक आहे, तसेच शरीरात कफ, पित्त, वात हे अतिशय उपयुक्त असतात. खरं तर शरीरातील कोणतेही काम या त्रिगुणांच्या मदतीशिवाय होत नाही. चंद्र, सूर्य, वारा जसे या सृष्टीचे धारण करतात तसेच या शरीराचे धारण

(पान ४ वर)

स्वसंमोहन

रवि पटवर्धन
ज्येष्ठ अभिनेता व स्वसंमोहन अभ्यासक
एलिक्सिर संमोहन विकास अभ्यासक्रम पूर्ण केला आहे.

हातच्या कंकणाला आरसा कशाला असे आपण म्हणतो. तद्वतच व्यक्तीव्यक्तीच्या ज्या सवयी असतात, त्या सवयी ते व्यक्तिमत्व दाखवितात. जसं एखाद्याचं स्वतःच्या कामकाजातील वेळेचं व्यवस्थापन व त्या व्यवस्थापनामुळे खर्च झालेली आवश्यक व कमीतकमी ऊर्जा आणि एखाद्याची चुकीची बंधनं घालून केलेल्या कामकाजामुळे आलेली निराशा.

व्यक्तिमत्वातील दोषामुळे चुकीच्या पद्धतीची वागणूक होते व समोरचा माणूस नाहक दुखावला जातो किंवा व्यथित होतो, आणि चुकीचं वागणाऱ्या माणसाला, समोरच्या माणसाकडून प्रतिक्रिया म्हणून, नाराजीची अदृश्य चपराक मिळते. इच्छा नसताना मिळालेली समोरच्या माणसाची प्रतिक्रिया, या सदोष व्यक्तिमत्वाच्या माणसाला आणखीनच निराश करते. लोकांच्या अशा प्रकारच्या सततच्या प्रतिक्रियांमुळे अशा माणसांच्या अंतरंगात विविध प्रतिक्रिया जन्म घेतात. कधी कधी त्या माणसामध्ये कांही लकबी निर्माण होतात. उदाहरणार्थ उगीचच हातवारे करत, विनाकारण उंच स्वरात बोलणं, नेहमी कपाळाला आठ्या घालणं वगैरे, शिवाय ती व्यक्ति अहंमन्य किंवा हटवादी होऊ शकते. परंतु बऱ्याच जणांना आपल्यात झालेल्या या बदलांची जाणीव नसते.

स्वसंमोहनामुळे कल्पनाशक्तीला चालना मिळून ध्येयाप्रद जाण्याची संधी मिळते. कांही मंडळी या मार्गाच्या मागावर राहून आपली इच्छाशक्ती दृढ करायच्या प्रयत्नात असतात, आणि सातत्यानं चालना देत राहून आत्मोन्नतीचा कार्यक्रम सिद्ध करतात.

वेगळ्या शब्दात सांगायचं तर भावनिक प्रतिक्रियांचं शुद्धीकरण आत्मसंमोहनानी होऊ शकतं. न्यूनगंड(त्याचाच एक पैलू 'संकोच'), पराभूतता या नकारात्मक प्रतिक्रियांचं आत्मविश्वास, धैर्य, हसमुखता, सहनशीलता, दयार्द्रता या सकारात्मक प्रतिक्रियांमध्ये परिवर्तन होऊ शकतं. कुणीही असा गैरसमज करून घेऊ नये किंवा नकारात्मक विचार करू नये की संमोहनाचा उपयोग फक्त लक्षण बदलण्यासाठी आहे. शिक्षण घेण्यासंबंधीचे जे सिद्धांत आहेत, त्या सिद्धांतांशी असे बदल होणे हे सुसंगत आहे. त्यामुळे माणसांच्या नकारात्मक सवयी व नकारात्मक भावनिक प्रतिक्रिया कायमस्वरूपी असतात, असा चुकीचा विचार कुणी करू नये. कारण आत्मसंमोहनामुळे, बऱ्याच जणांच्या मूळ नकारात्मक प्रवृत्तीत कायमस्वरूपी सकारात्मक बदल झाल्याची उदाहरणे आहेत.

चमत्कार म्हणजेच तुम्ही स्वतः

मनुष्यजातीबद्दलच्या मूलतः दोन बोध कल्पना आहेत, ज्या प्रथमदर्शनी विसंगत वाटतात, परंतु दोन्ही कल्पना या समूहाच्या किंवा व्यक्तीच्या विकासाच्या संदर्भात अनिवार्य आहेत. एक कल्पना म्हणजे बंधुभाव, जी मानवजातीतील एकात्मता दर्शविते आणि दुसरी कल्पना वैयक्तिकता, जी मानवजातीतील विविधता दर्शविते.

बंधुभाव आणि वैयक्तिकता या मानव जातीतील भावनिक छटा आहेत आणि या शास्त्रीय निकषावर आधारलेल्या आहेत. वैश्विक एकात्मता व व्यक्तीव्यक्तीतील अद्वितीयता हे केवळ मानवजातीचे भावनिक पैलु नसून, निर्विरोध असं सत्य आहे.

मानवजातीच्या उगमशास्त्रानुसार, या विश्वात विविधतेमधे एकता दिसून येते, वेगवेगळी नैसर्गिक पार्श्वभूमि, वेगवेगळ्या संस्कृती, विविध भाषा, समाजरचना, पंथ, धर्म असं असतानासुद्धा, माणूस हा सर्व विश्वात सारखाच दिसतो.

अश्मयुग ते माहिती तंत्रज्ञानयुग, हा मानवजातीचा इतिहास पाहिला तर तो जास्त बंधुत्वाचा दिसतो. कधी कधी माणूस पशुसारखा, खलनायकासारखा वागतो, परंतु विशेषत्वानं पाहिलं तर माणूस हा त्याच्या चांगल्या आणि वाईट काळात म्हणजेच सुखदुःखाच्या काळात, बंधुत्वाच्या भावनेने वागत आलेला दिसतो. सर्व स्त्री, पुरूष कातडीच्या आत एकच आहेत असं दिसतं. बंधुत्वाच्या नात्याचा स्वीकार हा सर्वांच्या वैयक्तिक प्रगतीचा पाया आहे. शोषण आणि आक्रमकता स्वतःचा म्हणजेच सर्वांचा विनाश घडविते, त्यामुळे मानवजातीला प्रगतीसाठी विश्वबंधुत्वाशिवाय पर्याय उरत नाही, कारण हा सिद्धांत नैसर्गिक आहे. आणखी एक, मानवजातीच्या प्रगतीसाठी वैयक्तिकतेतील अद्वितीयता मान्य करायला हवी. तुम्हाला आत्मोन्नती घडवायची असेल तर या अद्वितीयतेबद्दल, पुसटशीही शंका तुम्हाला असता कामा नये. कारण प्रत्येक व्यक्तिमधील अद्वितीयता ही आत्मोन्नती साधण्यास असीमित शक्तीच्या आशेचं केंद्र आहे. ❁ ❁ ❁

(पान १ वरून)

रचनात्मक विकृति असतात त्या ठळकपणे दिसून येतात. अन्नमार्गासाठी करावयाच्या बेरियम तपासणीमध्ये हा द्राव जसाजसा अन्नमार्गात पुढेपुढे जातो तसतसे थोड्याथोड्या वेळाच्या अंतराने क्षकिरण फोटो घेतले जातात. यामुळे एकूण पूर्ण अन्नमार्गाच्या तपासणीसाठी काही तासांचा वेळ लागतो. रक्तवाहिन्यांच्या या प्रकारच्या तपासणीसाठी शिरेद्वारे एक नळी (Catheter) शरीरात घालून त्यातून विशिष्ट द्राव रक्तप्रवाहात सोडला जातो. याने त्या त्या भागातील रक्तवाहिन्यांचे जाळे स्पष्ट दिसू लागते व त्यांचे क्षकिरण फोटो वा हल्ली व्हीडीओ रेकार्डीगही करता येते. या तंत्राला ॲन्जिओग्राफी असे म्हणतात. (भारतात या तंत्राचा सर्वप्रथम वापर आपल्या ट्रस्टचे संस्थापक विश्वस्त कै. डॉ. माधव द. केळकर यांनी सुरु केला.) ❁ ❁ ❁

(पान २ वरून)

कफ, पित्त, वातच करत असतात.

आणि आपण मात्र या त्रिगुणांना त्रिदोष म्हणत असतो. असं का बरं ? आपण व्यवहारातलेच एक उदाहरण घेऊ या. रिक्शाची तीन चाकं जर एकाच पातळीत असली तरच रिक्शा नीट चालते. तसेच हे वात, पित्त, कफ एकमेकांना मदत करून जीवनाची गाडी, रिक्शा नीट चालवतात. खरं तर प्रत्येकाचे गुणधर्म वेगवेगळे आहेत. तरीही ते एकमेकांना सहाय्य करून आपला मार्ग आक्रमत असतात. एकमेकांवर कुरघोडी करत नाहीत. अशी ही गुणी बाळं सुखासमाधानात आपल्या शरीरात नांदत असतात.

पण ही स्थिती कायम राहत नाही ना ? जेव्हा ही 'सम' अवस्था बिघडते, जेव्हा दोष आपल्या मर्यादा सोडून वागतात, एकमेकांवर वर्चस्व गाजवण्याचा प्रयत्न करतात तेव्हा त्यांच्यातील दोषस्वरूप आपल्याला दिसू लागते. म्हणून असं म्हटलं आहे,

'दूषणात् दोषा:'

जे शरीराला दूषित करतात ते दोष. शरीराला दूषित करण्याचे, रोग उत्पन्न करण्याचे काम या दोषांशिवाय कुणीही करू शकत नाही. म्हणून त्यांचे गुणच मग त्याचे अवगुण ठरतात. यामुळेच त्यांचे त्रिगुण हे नाव नाहीसे होऊन त्रिदोष म्हणूनच ते जास्त लोकप्रिय आहेत.

'सर्व द्रव्यं पांचभौतिकं अस्मिन् अर्थे।'

'विश्वातील सर्व द्रव्ये पांचभौतिक म्हणजे पंचमहाभूतांपासून बनलेली आहेत', ही जी वेदातील संकल्पना आहे ती आपणा सर्वांना माहित आहे. फक्त त्याचा आपल्या शरीराशी संबंध कसा जोडला जातो हे समजण्यासाठी या त्रिदोषांचा विचार करणे आवश्यक ठरते. त्यासाठी आपल्याला या प्रत्येक दोषाचे गुणधर्म काय आहेत हे समजून घेतले पाहिजे.

❀ ❀ ❀

वैद्या कल्याणी केळकर यांचे
आहारगाथा हे सदर या अंकापासून नसेल.
वैद्या सौ. मीनल बडवे यांचे आयुर्वेदातील त्रिदोष विचार
हे नवे सदर या अंकापासून सुरू होत आहे.

(पान १ वरून)

सगळेच सारखेच दोषी ठरतात.

मुळात कर्करोगावरील आधुनिक औषधे ही वेदनादायक वा गंभीर दुष्परिणाम करणारी असतात तरीही रुग्ण ती घेण्यास तयार होतात कारण त्याने जीव वाचण्याची आशा असते. ज्या औषधांचे दुष्परिणाम खूप जास्त असतात अशा औषधांच्या प्राण्यांवरील प्रथमस्तरीय (First Level) प्रयोगांवरही जगभरात कडक निर्बंध आहेत. मानवावरील प्रयोगांना खूप कठोर चाचण्यांनंतर परवानगी दिली जाते. मात्र आपल्याकडे हा विषय पुरेशा गांभीर्याने घेतला जात नाही. अशा घटना दडपून टाकण्याकडेच नोकरशाहीचा व सरकारचा कल असतो. जगभरातील सरकारे याला अपवाद नाहीत. मात्र एखाद्या घटनेला सातत्याने बातमीमूल्य प्राप्त होत नाही तोपर्यंत आपल्याकडील माध्यमेही या घटनांकडे गांभीर्याने बघत नाहीत हेच या घटनेचे वार्तांकन ज्या पद्धतीने त्रोटकपणे केले गेले त्यावरून उघड होते. दुर्दैवाने मानवाधिकार आयोग, स्त्रीमुक्ती संघटना वा स्त्रियांच्या हक्कांसाठी लढणाऱ्या संघटनांनीसुद्धा या विषयात फारसे लक्ष घातलेले दिसत नाही. आणखी किती स्त्रिया मृत्युमुखी पडल्यावर हा विषय लावून धरला जाईल ते परमेश्वरालाच ठाऊक.

❀ ❀ ❀

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, अमरगॅन 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.

खाजगी वितरणासाठी संगणकीय मांडणी / अक्षरजुळणी : अजय रिसबूड : ९८२०७२६२२७