ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನ

(ರಾಷ್ಟ್ರೋತ್ಥಾನ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರದ ಚಟುವಟಿಕೆ)

ಅಷ್ಟಾಂಗ - ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆ

ASTANGA - Souvenir

AGNIVESHA AYURVEDA ANUSHTANA

(AN ACTIVITY OF RASHTROTTHANA AROGYA SEVA KENDRA)

Keshava Shilpa, Kempegowdanagar, Bangalore - 19

©: 6612730, 6676558, 6601586 E-mail : parishat@blr.vsnl.net.in

ಹಾರ್ದಿಕ ಶುಭಾಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ

ಗುರುರಾಜ ಫಾರ್ಮಸಿ

ಧನ್ವಂತರಿ ರಸ್ತೆ, (ಟ್ಯಾಂಕ್ ಬಂಡ್ ರಸ್ತೆ)
ಸಿಟಿ ಬಸ್ ಸ್ಟ್ಯಾಂಡ್ ಸೇತುವೆ ಎದುರು
ಬೆಂಗಳೂರು - 560 009

ದೂರವಾಣಿ : 2875216, 2350038

Working Hours : Weekdays : 9-00 a.m. to 9.30 p.m.
Sunday 9-00 a.m. to 2-00 p.m.

ಸಂಪಾದಕೀಯ

ವೈದ್ಯ ಬಂಧುಗಳೇ,

1994ರಲ್ಲಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಖ್ಯಾತ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯ ವೈದ್ಯರುಗಳಾದ ಡಾ|| ಎಸ್. ಅನಂತರಾಮನ್ ಮತ್ತು ಡಾ|| ವಿ. ಆರ್. ಪದ್ಮನಾಭ ರಾವ್‌ರವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನವು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲನೇ ಶನಿವಾರದಂದು ಅನುಭವಿ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವುದು, ಪ್ರತಿ ವರ್ಷವು ಧನ್ವಂತರಿ ಜಯಂತಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿರುವುದು, ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ 'ಅನನ್ಯ' ಹಾಗೂ 'ಅಮೃತ' ಎಂಬ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಹಾಗೂ ಸಂಗ್ರಹಾರ್ಹ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವುದು ತಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರುವ ವಿಷಯ. ಅದೇ ರೀತಿ ಈ ವರ್ಷದ ಧನ್ವಂತರಿ ಜಯಂತಿಯ ಆಚರಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 'ಅಷ್ಟಾಂಗ' ಎಂಬ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆಯು ಮೂರು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರಥಮ ಭಾಗದಲ್ಲಿನ ಡಾ|| ವಿ. ಆರ್. ಪದ್ಮನಾಭರಾವ್‌ರವರ 'ಅಷ್ಟಾಂಗ ಆಯುರ್ವೇದ - ಒಂದು ಪಕ್ಷಿನೋಟ' ಎಂಬ ಲೇಖನ ಆಯುರ್ವೇದದ ಎಂಟೂ ಅಂಗಗಳ ಮಹತ್ವದ ಕಿರು ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದಲ್ಲದೇ 'ಆಯುರ್ವೇದದ ಅದ್ವಿತೀಯ ಅಷ್ಟಮಾಂಗ - ವಾಜೀಕರಣ' ಎಂಬ ಲೇಖನ ಸರ್ವರಿಗೂ ಸದಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕೆರಳಿಸುವ ವೃಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯದಾಗಿದೆ. ಇಂದು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸುವ 'ಬೃಹತ್ತ್ರಯಿಗಳ ಬೆನ್ನೇರಿ - ಮಧುಮೇಹ ಒಂದು ಅನುಭವ' ಎಂಬ ಡಾ|| ವಾಸುಕಿಶಯನರವರ ಲೇಖನವಿದೆ. ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳೇ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಜೆಗಳು, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪೋಷಿಸುವುದು, ರೋಗಗಳು ಬರದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ|| ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿಯವರ 'ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರ' ಹಾಗೂ ಡಾ|| ಶುಭಂಕರಿ ಪಿ. ರಾವ್‌ರವರ 'Ayurvedic Analysis - Anomalies due to mothers diet' ಎಂಬ ಲೇಖನಗಳಿವೆ. ಡಾ|| ರಾಘವೇಂದ್ರದವರ 'ಭೂತ ವಿಜ್ಞಾನ- ಕಿರು ಪರಿಚಯ' ಎಂಬ ಲೇಖನವು ಗ್ರಹಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಡಾ|| ಸುಚಿತ್ರಾರವರ 'ಊರ್ಧ್ವಾಂಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಹಾಗೂ ಕು|| ಶೃತಿಯವರ 'ಶಲ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸುವ ಲೇಖನಗಳಿವೆ. ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ವಿಷದ ಉಪಯೋಗಗಳು ಡಾ|| ಧರಣಿಯವರ 'ವಿಷವೆಂದು ವೈಷಮ್ಯ ಮಾಡದಿರಿ' ಎಂಬ ಲೇಖನದಲ್ಲಿದೆ. ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಡಾ|| ಆರ್. ವೀಣಾ ಗಂಗಾಧರ್‌ರವರ 'ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಲೇಖನವಿದೆ. ಹೀಗೆ ಪ್ರಥಮ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟಾಂಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಲೇಖನಗಳಿವೆ.

ದ್ವಿತೀಯ ಭಾಗವು ಹಿರಿಯ ಹಾಗೂ ಅನುಭವಿ ವೈದ್ಯರುಗಳ ಲೇಖನಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡಿದೆ. ನಮಗೆಲ್ಲ ಆಯುರ್ವೇದದ ಭೂತಕಾಲ (ಇತಿಹಾಸ) ಹಾಗೂ ವರ್ತಮಾನ ಕಾಲಗಳು ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಭವಿಷ್ಯ , ಉಹೂಂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. 'ಆಯುರ್ವೇದದ ಭವಿಷ್ಯ' ಎಂಬ ಕುತೂಹಲ ಕೆರಳಿಸುವ ಹಾಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಲೇಖನ ಡಾ|| ಎಸ್. ಅನಂತರಾಮನ್‌ರವರಿಂದ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ. ಚಿನ್ನ ತಯಾರಿಕೆಯ ಜಂಜಾಟದ ಬಗ್ಗೆ 'ರಸವಿದ್ಯೆ - ಜಾನಪದದ ಜ್ಞಾನ' ಎಂಬ ಡಾ|| ಎಚ್. ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶ್‌ರವರ ಲೇಖನವಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಬಾಬುರವರ ಲೇಖನಗಳಿವೆ. ಡಾ|| ಚಂದ್ರಕಲಾರವರು

ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಅಮೂಲ್ಯ ಗುಣಗಳನ್ನು 'ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಮಹತ್ತರ ಗುಣಗಳು' ಎಂಬ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸರ್ಪಗಂಧದ ಅನೇಕ ಉಪಯುಕ್ತ ಗುಣಗಳು ಡಾ|| ರಾಮದಾಸ್‌ರವರ 'ಬಹೂಪಯೋಗಿ ಸಸ್ಯ - ಸರ್ಪಗಂಧ' ಎಂಬ ಲೇಖನದಲ್ಲಿವೆ.

ತೃತೀಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮಾಸಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಲೇಖನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಡಾ|| ವಿ.ವಿ.ಎಸ್. ರಾಮಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ 'ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ', ಡಾ|| ಸುರೇಶ್ ಚತುರ್ವೇದಿ, ಡಾ|| ಶೇಷಾದ್ರಿ, ಡಾ|| ಗಣೇಶ್ ಪುತ್ತೂರ್, ಡಾ|| ನಾಗಶಯನ, ಡಾ|| ಮುರಳೀಧರ, ಡಾ|| ಕಾಂತಿಲಾಲ್‌ರವರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು. ಡಾ|| ಸುಧಾರಾಣಿಯವರ 'ಪಂಚಕರ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಸಂಪಂಗಿ ರಾಮಯ್ಯಶೆಟ್ಟಿಯವರ ಗ್ರಂಧಿಗೆ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿನ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳ ಕುರಿತಾದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು ಲೇಖನ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಯಶಗಳಿಸಲು ಅತ್ಯಂತ ಉಪಯುಕ್ತವಾದವುಗಳಾಗಿವೆ ಎಂದು ನಂಬಿರುತ್ತೇವೆ. ಒಟ್ಟಾರೆ 'ಅಷ್ಟಾಂಗ' ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆ ತಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸದುಪಯೋಗವಾದರೆ ನಮ್ಮ ಶ್ರಮ ಸಾರ್ಥಕವಾದೀತು.

ಅನುಭವಿ ವೈದ್ಯರ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಲೇಖನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ರಚಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಕು|| ಶೃತಿ ಹಾಗೂ ಡಾ|| ಧರಣಿರವರಿಗೆ, ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರಮ ವಹಿಸಿ ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆಗೆ ಮೆರಗು ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಕು|| ರಮ್ಯರವರಿಗೆ ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಈ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆಗೆ ಲೇಖನ ಬರೆದ ಎಲ್ಲಾ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರಿಗೆ, ನನಗೆ ಅಡಿಗಡಿಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡಿದ ಡಾ|| ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿ, ಡಾ|| ಅನಂತರಾಮನ್, ಡಾ|| ಪದ್ಮನಾಭರಾವ್‌ರವರಿಗೆ, ಅನುಷ್ಠಾನದ ಏಳ್ಗೆಗೆ ಸದಾ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ರಾಷ್ಟ್ರೋತ್ಥಾನ ಪರಿಷತ್ತಿಗೆ, ಅಂದವಾಗಿ ಮುದ್ರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ರಾಷ್ಟ್ರೋತ್ಥಾನ ಮುದ್ರಣಾಲಯಕ್ಕೆ, ಜಾಹಿರಾತು ನೀಡಿದ ಹಿತೈಷಿಗಳಿಗೆ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಹಾಗೂ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಸಹಕರಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನದ ಪರವಾಗಿ ನನ್ನ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ವಂದನೆಗಳೊಂದಿಗೆ,

ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಿ,

ಡಾ|| ಜೀವೇಶ್ ಕೆ. ಬಿ.
BAMS, MD (Ayu), YTOC
ನವರಂಗ್ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಹಾಸ್ಪಿಟಲ್
ನಂ. 50/2, 19ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 2ನೇ ಹಂತ
ರಾಜಾಜಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 010
ದೂರವಾಣಿ : 3526244 (ಮನೆ)
9844354613 (ಮೊಬೈಲ್)

ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನದ ಸದಸ್ಯರು

ನಿಂತಿರುವವರು : (ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ) ವೈದ್ಯರಾದ : ಹೆಚ್.ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶ್, ಶಂಕರ ಶೆಟ್ಟಿ, ವಾಸುದೇವರಾವ್, ಪ್ರಕಾಶ್, ರಾಮದಾಸ್, ನರಸಿಂಹಸ್ವಾಮಿ, ಸುಜಾತ, ಶುಭಂಕರಿ ಪಿ. ರಾವ್, ಪಾರ್ವತಿ, ಶಾರದ ಪಾಟೀಲ್
ಕುಳಿತಿರುವವರು : (ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ) ವೈದ್ಯರಾದ ವಿಶ್ವನಾಥ್, ಪದ್ಮನಾಭ ರಾವ್, ಬಸವರಾಜಪ್ಪ, ಅನಂತರಾಮನ್
ಕೆಳಸಾಲು : (ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ) ವೈದ್ಯರಾದ ಸುಪ್ರಿಯ, ಧರಣಿ, ಚಂದ್ರಕಲಾ, ಶೃತಿ, ಮಾಲಿನಿ

ಮಾಸಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸ

ಡಾ॥ ವೆಂಕಟಶಾಮಯ್ಯನವರು ತಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು.
ಇದೇ ರೀತಿ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಉಪನ್ಯಾಸ

ಲಾಲ್‌ಬಾಗ್ ನಡುಗೆಗಾರರ ಸಂಘದ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ಆಯುರ್ವೇದ ಉಪನ್ಯಾಸವನ್ನು ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನದ ಸದಸ್ಯರಾದ ಕು॥ ಶೃತಿಯವರು ನಡೆಸಿಕೊಡುತ್ತಿರುವುದು.
ಇದೇ ರೀತಿ 15 ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಅಗ್ನಿವೇಶ ಆಯುರ್ವೇದ ಅನುಷ್ಠಾನದ ಧ್ಯೇಯೋದ್ದೇಶಗಳು

1. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಪದವೀದರರು ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನೇ ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುವುದು.
2. ವೃತ್ತಿನಿರತ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಿಗಾಗಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತಜ್ಞವೈದ್ಯರಿಂದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.
3. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಿಗಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಾರ್ಯಗಾರ (Clinical Workshops)ಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.
4. ಸಾರ್ವಜನಿಕರಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಕುರಿತಂತೆ ಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.
5. ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ಕುರಿತಂತೆ ತಜ್ಞ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನೇರ್ಪಡಿಸುವುದು.
6. ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ (ಮನೋರಂಜನೆಯೊಂದಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ತಿಳುವಳಿಕೆ) ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಚಾರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು.
7. ಉಚಿತ ಆಯುರ್ವೇದೀಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಗಿಡಮೂಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ಹಂಚುವುದು.
8. ವೃತ್ತಿನಿರತರಿಗು ಹಾಗೂ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವಂತ ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳ ಪ್ರಕಟಣೆ.
9. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ಸಮ್ಮೇಳನಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಠ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಸನ್ಮಾನಿಸುವುದು.
10. ಆಯುರ್ವೇದದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದು.

ಪರಿವಿಡಿ

ಭಾಗ - 1

1. ASTANGA AYURVEDA - A BIRDS EYE VIEW - Dr. V. R. Padmanabha Rao
2. ಬೃಹತ್ರಯಿಗಳ ಬೆನ್ನೇರಿ - ಮಧುಮೇಹ ಒಂದು ಅನುಭವ - ಡಾ|| ಜಿ. ವಿ. ವಾಸುಕಿಶಯನ್
3. ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರ - ಡಾ|| ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿ
4. AYURVEDIC ANALYSIS - ANOMALIES DUE TO MOTHER'S DIET - Dr. Shubhankari P. Rao
5. ಭೂತ ವಿಜ್ಞಾನ -ಕಿರು ಪರಿಚಯ - ಡಾ|| ರಾಘವೇಂದ್ರ ಎಸ್.
6. ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ಗಂಟಲು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರವಿದೆಯೇ ? - ಡಾ|| ಸುಚಿತ್ರಾ
7. ಶಲ್ಯ ತಂತ್ರ - ಆಯುರ್ವೇದೀಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ - ಕು|| ಶೃತಿ ವೈ. ಎಂ.
8. ವಿಷವೆಂದು ವೈಷಮ್ಯ ಮಾಡದಿರಿ ! - ಡಾ|| ಧರಣಿ
9. ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ - ಡಾ|| ಆರ್. ವೀಣಾ ಗಂಗಾಧರ್
10. ಆಯುರ್ವೇದದ ಅದ್ವಿತೀಯ ಅಷ್ಟಮಾಂಗ - ವಾಜೀಕರಣ ! - ಡಾ|| ವಿ. ಆರ್. ಪದ್ಮನಾಭ ರಾವ್

ಭಾಗ - 2

1. ಆಯುರ್ವೇದದ ಭವಿಷ್ಯ - ಡಾ|| ಎನ್. ಅನಂತರಾಮನ್
2. ರಸವಿದ್ಯೆ (ಜಾನಪದದ ಜ್ಞಾನ) - ಡಾ|| ಎಚ್. ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶ್
3. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲೂ ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಔಷಧಿ ಪ್ರಯೋಗ (INJECTION) ಇದ್ದೀತೇ ? - ವೈದ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಬಾಬು
4. ಸ್ವರ ವ್ಯಾಯಾಮ (Sound Excercises) - ವೈದ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಬಾಬು
5. ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಮಹತ್ತರ ಗುಣಗಳು - ಡಾ|| ಚಂದ್ರಕಲಾ ಎನ್.
6. ಬಹೂಪಯೋಗಿ ಸಸ್ಯ ಸರ್ಪಗಂಧ - ಡಾ|| ರಾಮದಾಸ್

ಭಾಗ - 3

1. ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸ - ವಾತವ್ಯಾಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ - ಡಾ|| ವಿ.ವಿ.ಎಸ್. ರಾಮಾಶಾಸ್ತ್ರಿ
2. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ಸುರೇಶ್ ಚತುರ್ವೇದಿ
3. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ಶೇಷಾದ್ರಿ
4. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ಗಣೇಶ್ ಪುತ್ತೂರ್ ಭಟ್
5. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ನಾಗಶಯನ
6. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ಮುರಳೀಧರ
7. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು - ಡಾ|| ಕಾಂತಿಲಾಲ್
8. ಪಂಚಕರ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ - ಡಾ|| ಸುಧಾರಾಣಿಯ
9. ಸಂಪ್ರಾಪ್ತಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ - ಡಾ|| ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಬಿ. ಪಾಟಿಲ್
10. ಗ್ರಂಥಿಗೆ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿನ ಅನುಭವಗಳು - ಶ್ರೀ ಸಂಪಂಗಿ ರಾಮಯ್ಯ ಶೆಟ್ಟಿ

ಯಾವುದೆತ್ತರ .....?

ಒಂದಕಿಂತ ಒಂದು ಎತ್ತರ
ಭೂಮಿಗಿಂತ ಬಾನು ಎತ್ತರ
ಕಟ್ಟಕಡೆಗೆ ಯಾವುದೆತ್ತರ
ಇಲ್ಲ ನೋಡು ಇದಕೆ ಉತ್ತರ

ವಿಂಧ್ಯೆಗಿಂತಲೂ ಹಿಮಾಲಯ
ಚಂದ್ರಗಿಂತಲೂ ತಾರಾಲಯ
ಎತ್ತರದಿಂದೆತ್ತರ ಆ ಬ್ರಹ್ಮನ ಹತ್ತಿರ
ಸಿಗಲಾರದು ಈ ಮಾಯೆಯ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಸರಿಯುತ್ತರ

ತೊರೆಗಿಂತ ಕೆರೆಗಿಂತ
ಮುಂದೋಡುವ ನದಿಗಿಂತ
ನಿಂತಾ ಸಾಗರವು ಎತ್ತರ
ಧನಕನಕದ ಹೊರೆಗಿಂತ
ಸೌಂದರ್ಯದ ಸಿರಿಗಿಂತ
ಎಳೆಕಂದನ ನಗುವು ಎತ್ತರ

ಮಲ್ಲಿಗೆಂತ ಬೆಳ್ಳಿಗಿಂತ ಹೊಳೆವಾ ಬಂಗಾರಕಿಂತ
ನಲ್ಲೆಯ ತಿಳಿ ನೋಟ ಎತ್ತರ
ಮೌನದ ಎಲೆ ಮರೆಗಿಂತ ಮೋಹದ ಆಸರೆಗಿಂತ
ಸವಿ ಮಾತಿನ ಸಾರ ಎತ್ತರ

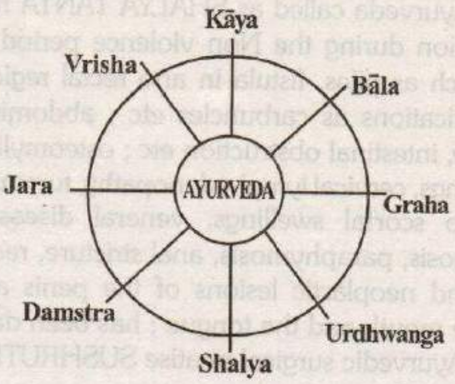
ಓದೀ ಅಜ್ಞಾನಕಿಂತ ಹೊರಮಾತಿನ ಮೋಡಿಗಿಂತ
ಬಡವರ ಸವಿ ಮಾತು ಎತ್ತರ
ಇಷ್ಟಕಿಂತ ಕಷ್ಟಕಿಂತ ಮುಂದಾಗುವ ನಷ್ಟಕಿಂತ
ಮಹದಾಸೆಯ ಬಿಡುವುದೆತ್ತರ

ಪಡೆದಷ್ಟೂ ಕಾಮನೆಯು ಕಡಿದಷ್ಟೂ ಚಿಗುರೆಲೆಯು
ಬಾಳಿಗೆ ತಿಳಿಭಾವ ಎತ್ತರ
ಜ್ಞಾನಾದಿನ ಧ್ಯಾನಕಿಂತ ಪಾಂಡಿತ್ಯದ ಬೋಧೆಗಿಂತ
ತ್ಯಾಗದ ಬಲಿದಾನ ಎತ್ತರ

ಡಾ|| ಎನ್. ರಾಘವೇಂದ್ರ
ಚಿಂತಾಮಣಿ

ಭಾಗ - 1

ASTANGA AYURVEDA - A BIRDS EYE VIEW



Ayurvedic system of medicine the oldest effective system of medicine has an existence of over 5000 years. What makes it different from other sciences is it's unique nature of understanding of the body physically, mentally and emotionally and thus its goal is physical, mental and spiritual health.

It is interesting to note that Ayurvedic medicine had the first medical university in the world and scholars from every civilization went there for education. The most significant milestone in the history of Ayurveda is it's vivid documentation which were collected and subjected to rigid tests of efficacy and systematically arranged in eight parts of branches and these are called as Asta Angas.

Manu aged 40 years felt he was 60 years. Since recent past he has been visiting consultants for his swollen joints where he was diagnosed as being a diabetic. "You need an Endocrinologists opinion for this'', said the orthopaedician. The endocrinologist did take a genuine interest in studying his endocrine system and prescribed him a list of medicines but Manu had to take an opinion from a dietician too ; to modulate his diet which works in controlling his diabetes and also his knee pain. This is how he has been shuffling around seeing the full retinue of the medical field. Finally he got an occasion to visit an Ayurvedic Physician. Who treated him in whole and structured his diet on a more profound level. The Physician adopted a psychosomatic approach taking note of the aggravation of humours, the tissues damaged, environmental influences, the patients vitality, digestive power, constitution, age, psychological factors, personal inclination and diet. KAYACHKITA that is the first section of the eight branches in Ayurveda just teaches this. They are guided in to the fundamental principles and explained the factor responsible for a disease with their role. Besides you have ample information about the signs, symptoms, methodology for examining the patients treatment, prognosis, dietic modes and detailing about life style. Ayurvedic medicines are derived from vegetable, mineral and animal kingdom. Out of the more than 20,000 species of medicinal plants available in India 2000 are used in medical preparations. A number of minerals and metals which are subjected to complex process of purification and oxidation are considered fit for internal usage.

Panchakarma therapy has five purificatory processes and the related follow up practices like Rasayana - rejuvenation also forms a part of this section.

Surgery was as its peak in ancient India. Sushrutha also called as 'Father of Surgery' has described various surgical process including abdominal operation like those for intestinal obstruction, stones in the bladder, C-section etc. Delineated surgery a special type of plastic surgery to bring that dramatic transformation in your beauty regime, gained efficacy. This second Anga of Ayurveda called as SHALYA TANTA had a period of evaporation and suffered destruction during the Non violence period of Buddhism. Operations for various diseases such as piles, fistula in ano rectal region, skin diseases including leprosy, and its complications as carbuncles etc ; abdominal enlargement like ascites, hepatc spleenomegaly, intestinal obstruction etc ; osteomylitis, cellulities, sinus, breast diseases, glandular swellings, cervical lymphadenopathy, tumours, goiter, including thyroid carcinoma, inguino scortal swellings, veneral diseases, elephantiasis, surgical lesions of the skin, phymosis, paraphymosis, anal stricture, rectal prolapse, prostrate enlargement, ulcerative and neoplastic lesions of the penis and diseases of lips, gum, teeth, palate, floor of the mouth and the tongue ; has been dealt in detail by Acharya Sushtrutha in his famous Ayurvedic surgical treatise SUSHRUTHA SAMHITA.

Surgery was completely erased from the minds of descendents of the surgeons ; and that has left myriad questions unanswered. Presently efforts are being made to revive certain techniques advocated by Susrutha. To name a few we have painless tooth extraction - a special technique by danta chatura vaidyas, who exert pressure on the nerves which transmit in the sensation of the pain from the tooth, there is desensitisation of this areas for half an hour during which time the tooth is extracted. These vaidyas speculate that the anesthesia given by the modern dentists also has a similar action. Ksara Sutra - non operative alkaline thread treatment is another example of Ayurvedic surgical grandeur in treating anorectal diseases like fistula in Ano, piles etc; say the reputed experts in this field. Most promising leech therapy for unhealing wounds and nagging skin disorders are in through the research pipeline today.

SHALAKYA TANTRA the third Anga is a branch of Ayurveda dealing with diseases of the eyes, nose, ears, head and throat, assures usually very effective remedy, if implemented properly in experienced hands even in chronic conditions where other systems have failed to achieve the desire results. In Ayurveda ample number of drugs and measurers described to manage these disorders include Snehana, Swedana, Vamana, Virechana, Sirovirechana, Dhoomapana, Kavalagraha, Gandusha, Shastra karma, Sandhana, Siravyadhana etc.

KAUMARABHRUTYA the fourth Anga - deals with prenatal and post natal baby care with the care of mother before conception and during pregnancy. Child life is one of the major divisions of Ayurveda special section devoted to child life, its upbringing and an emphasis on nutrition. The goal of childhood is to see that the child grows into a healthy, happy and useful citizen. So paediatric portion mentions all about what is beneficial and harmful to the child.

AGADATNTRA the fifth Anga - deals with the toxins of the vegetable, mineral and animal kingdom - all types of animate and inanimate poisons including Hydrophobia, snake bites, arrow poisoning, various special anti poisonous recipes, chemical warfare and poisoning, he also describes poison girls who adapting themselves to slow chronic poisoning became immune to even serious poison, but incidentally could be fatal to man who had intercourse with her. Most interesting part of this science is the knowledge of our Acharyas about pollution even in those times attributed to the cause of various epidemics and the collapse of civilizations. Precisely how a person could develop a violent swift and severe reaction to the sting of mosquitoes, bees, scorpions, snakes etc has been dealt with in detail. Effective and efficient treatments by which the dangerous effects of the stings can be neutralized are the highlights of this branch.

PSYCHIATRY - Bhutavidya the sixth Anga is dedicated to mental diseases and their treatment. It keeps track of interesting subjects relating to mental health, their treatment with diet herbs and some yogic methods for improving the condition of the mind.

THE SCIENCE OF REJUVENATION Rasayana the seventh Anga - is a 'Special therapeutic' means special branch of medicine devoted to prevent disease and for promotion and prolongation of a healthy life. Panchakarma is an essential prerequisite for rasayana. A code of right conduct in life has also been observed as part of the rejuvenation process. Dietics as a part of regimen has also been included.

THE SCIENCE OF APHARODISIACS (Vajikarana) also shares as a eighth Anga. This branch deals with the means of increasing sexual vitality and efficiency for achieving good healthy progeny. Vajikarana medicines also acts as rejuvenators, nourishes the seven dhatus (tissues) thereby keeping the body in a healthy condition. The healthy offspring is dependent on the equality of the semen, which is to fertilize the ovum. Different varieties of the semen derangements have been described. Vajikarana chikitsa corrects these ailments and enables man to fully enjoy the sexual pleasures.

This Astanga Ayurveda explained above is the one projected during the time of great Acharyas like Charaka and Sushrutha, a time when this science was in a full swing and perfection. The dust raised by foreign invaders has erased some of the special intricacies of this system. Ayurvedic system of medicine will be in the pinnacle of it's perfection.

Dr. V. R. Padmanabha Rao
BSAM, BAMS, MD (Ayu), FICA, FRAS (London)
AMRUT AYURVEDIC CENTRE
193, Shankarmutt Road, Chamarajpet
5th Main Road, Bangalore - 560 018
Ph : 6601586

ಬೃಹತ್ರಯಿಗಳ ಬೆನ್ನೇರಿ - ಮಧುಮೇಹ ಒಂದು ಅನುಭವ

"ವಾತವ್ಯಾಧೀರಪಸ್ಮಾರೀ ಕುಷ್ಠೀ ಶೋಫತಥೋದರಿ ।
ಗುಲ್ಮೀಚ ಮಧುಮೇಹೀಚ ರಾಜಯಕ್ಷ್ಮೀಚ ಯೋ ನರಃ

- ಚರಕ ಇಂದ್ರಿಯ

ವಾತವ್ಯಾಧಿ ಪ್ರಮೇಹಶ್ಚ ಕುಷ್ಠಮರ್ಶೋರ್ಭಗಂದರಂ ।
ಅಶ್ಮರೀ ಮೂಢಗರ್ಭಶ್ಚ ತಥೈವೋದರಮಷ್ಟಮಮ್ ।
ಅಷ್ಟಾವೇತ್ರೇ ಪ್ರಕೃತ್ಯೈವ ದುಶ್ಚಿಕಿತ್ಸ್ಯಾ ಮಹಾಗದಾಃ ॥

- ಸುಶ್ರುತ ಸೂತ್ರ

ಹೀಗೆಂದು ನಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರುಗಳು ಈ ಎಂಟು ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಎಂಟೂ ರೋಗಗಳು ವೈದ್ಯ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಣಬರುವಂತಹವೇ ಆಗಿವೆ. ಈ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮಗೆ ದೊರಕುವ ಚಿತ್ರಣವೇ ಬೇರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗಲಾಡಿಸುವಂತಹ ಹಾಗೂ ರೋಗಿಯನ್ನು ಹೊಸ ಮನುಷ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಪುನರ್ಜನ್ಮ ನೀಡುವಂತಹ ಆಶ್ವಾಸನೆಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇದರ ಅಸಾಧ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಸಹ ಉಲ್ಲೇಖವಾಗಿವೆ. ಈ ಎಂಟೂ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ಹರಿಸಿದ್ದು ಪ್ರಮೇಹದೆಡೆಗೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೂ ಸಹ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಯೇ ಇದೆ.

ಮೊದಲನೆಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಇಂದಿನ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ವಿಹಾರಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ವೈದ್ಯನಾಗಿ ನಾನು ನಡೆಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ರೋಗಿಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಎರಡನೆಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಸಹ ಹೊರ ರೋಗಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯದಲ್ಲೇ ನಡೆಸಬಹುದು. ಮೂರನೆಯ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಾನು ಪ್ರಮೇಹಿಯೆಂದು ತಿಳಿದ ಕೂಡಲೆ ಅತಿ ಭಯಗ್ರಸ್ತನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕಾರಣ ಇಂದಿನ ಆಲೋಪತಿಯ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿ ಈ ಭಯವನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಈ ಭಯ ಅವರನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಈ ಸಿದ್ಧತೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ಅನುಕೂಲ.

ಈ ಎಲ್ಲ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಗಮನವನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸೆಳೆದ ಶ್ಲೋಕಗಳೆಂದರೆ -

ಮಧುಮೇಹಿತ್ವ ಮಾಪನ್ನಂ ಭಿಷಗ್ಭಿಃ ಪರಿವರ್ಜಿತಮ್ ।
ಯೋಗೇನಾನೇನ ಮತಿಮಾನ್ ಪ್ರಮೇಹಿಣ ಮುಪಚಾರೇತ್ ॥
....
....
ವಪುರ್ವರ್ಣ ಬಲೋಪೇತೋ ಮಧುಮೇಹ ವಿವರ್ಜಿತಃ ॥
ಜೀವೇದ್ವರ್ಷ ಶತಂ ಪೂರ್ಣಮಜರೋಮರ ಸನ್ನಿಭಃ ।
....
....

ನ ಸೋಽಸ್ತಿ ರೋಗೋಽಯಂ ಚಾಪಿನಿಹನ್ಯಾನ್ನ .... ।

.... ಶಿಲಾಜತು।

ಸುಶ್ರುತ - ಮಧುಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸಾ - ಶ್ಲೋಕ - 3 ರಿಂದ 16

ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಶ್ಲೋಕ -

"ಮಧುಮೇಹತ್ವ ಮಾಪನ್ನ ಭಿಷಗ್ಭಿಃ ಪರಿವರ್ಜಿತಃ ।
ಶಿಲಾಜತು ತುಲಾಮಧ್ಯಾತ್ ಪ್ರಮೇಹಾತಃ ಪುನರ್ನವಃ ॥

- ವಾಗ್ಭಟ ಪ್ರಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಈ ಮೇಲಿನ ಎರಡು ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿರುವ ಪದಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿದರೆ ನಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಸಹ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದಿಷ್ಟು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಮಧುಮೇಹದ ಬಗ್ಗೆಯಾದರೆ ಉಳಿದ ಹತ್ತೊಂಬತ್ತು ರೀತಿಯ ಪ್ರಮೇಹಗಳಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ರೀತಿಯ ಕಫಜ ಪ್ರಮೇಹಗಳು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಧ್ಯ . ಆರು ರೀತಿಯ ಪಿತ್ತಜ ಪ್ರಮೇಹಗಳು ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯ. ಉಳಿದ ಮೂರು ವಾತಜ ಪ್ರಮೇಹಿಗಳು ಅಸಾಧ್ಯ ಎಂಬ ವರ್ಗೀಕರಣವಿದೆ. ಆದರೂ ಈ ವರ್ಗೀಕರಣದಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ನಡೆದರೆ ವಾತಜ ಪ್ರಮೇಹಗಳೂ ಸಹ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವೆಂದೇ ನನ್ನ ಭಾವನೆ.

ನಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರ ಈ ಶ್ಲೋಕಗಳ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಭರವಸೆ ಇಟ್ಟುಕಳೆದ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಡೆಸಿದ ನನ್ನ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಅನುಭವ ಹೀಗಿದೆ. ಎಲ್ಲ ರೋಗಿಗಳು ಪುರುಷರು - 35 ರಿಂದ 60 ವಯೋಮಾನ. ಶೇಕಡಾ 75 ರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳು ಅಲೋಪತಿ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಸೇವಿಸದವರಾಗಿದ್ದರು. ಕೃಶರೂ ಅಲ್ಲದ ಸ್ಥೂಲರೂ ಅಲ್ಲದ ಮಧ್ಯಮ ಕಾಯದವರು. ಸರಿ ಸುಮಾರು ಶೇ. 30 ರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮೇಹದ ಜೊತೆಗೆ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಮೂತ್ರಾಶ್ಮರಿ, ಯಕೃತ್, ಪ್ಲೀಹ, ವೃಕ್ಕ ಸಂಬಂಧಿ ವ್ಯಾಧಿಗಳು ಇದ್ದವು. ಶೇ. 60 ರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿದ್ದವು.

ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ :

1. ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ 2. ಆಹಾರ 3. ವಿಹಾರ

1. ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ :

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈಗ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಜಂಬೂ, ಮಧುನಾಶಿನಿ, ಅಮೃತ, ಏಕನಾಯಕ - ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ದ್ರವ್ಯಗಳ ಸಂಯೋಗ ಮಾಡಿ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಚೂರ್ಣ ರೂಪದಲ್ಲಾದರೆ - ಎಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ದಿನಕ್ಕೆ 20 ರಿಂದ 30 ಗ್ರಾಂ. ವರೆಗೆ ಅಥವಾ extract ರೂಪದಲ್ಲಾದರೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗ್ರಾಂಗೆ ಕಡಿಮೆಯಿಲ್ಲದಂತೆ ನೀಡಿದಾಗ ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರತಿಫಲ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಆರು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ರೋಗಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಟ್ಟು ಐದು ವರ್ಷಗಳಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ.

ಅತಿ ಕಠಿಣವಾದಂತಹ ಪ್ರಮೇಹಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ದಿನಕ್ಕೆ 4 ರಿಂದ 6 ಗ್ರಾಂ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿನ ಶಿಲಾಜತು ಪ್ರಯೋಗ ಅತ್ಯಂತ ಲಾಭದಾಯಕವಾದ ಫಲ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ನನ್ನ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪಾಲಿಸದೆ ಪ್ರಮೇಹ

ಉಲ್ಬಣಗೊಂಡ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಸಂತ ಕುಸುಮಾಕರ, ತ್ರಿವಂಗ ಇವುಗಳ ಉಪಯೋಗ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಿದೆ.

2. ಆಹಾರ :

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಮೇಹಿ ಎಂದ ಕೂಡಲೆ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಸಿಹಿಗಳನ್ನು ವ್ಯರ್ಜ್ಯ ಮಾಡುವುದು. ಎಲ್ಲ ವೈದ್ಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕ್ರಮ ಹಾಗೂ ಅಕ್ಕಿಯ ಉಪಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಸಹ ನಿಯಂತ್ರಣ ಹೇರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಬಹುಶಃ ಇದು ಆಲೋಪತಿಯ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಬಂದ ಬಳುವಳಿ. ಆಹಾರದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸಹ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಗೆ ತಿನ್ನದೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಆರು-ಏಳು ಬಾರಿ ತಿನ್ನಲು ಹೇಳುವುದೂ ಸಹ ಆಲೋಪತಿ ವೈದ್ಯರ ಬಳುವಳಿಯೆ. ಆದರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ರೀತ್ಯಾ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರೆ ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲವೂ ಸಹ ಅಸಂಬದ್ಧವೆನಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖವಾಗಿರುವುದು - (1) ಶಾಲಿ, (2) ಗೋಧೂಮ (3) ಯವ. ಯವವನ್ನು ಹೊರತು ಪಡಿಸಿ ಉಳಿದೆರೆಡು ಸಹ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ಅದನ್ನೇ ತಿನ್ನಲು ಹೇಳುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಉಳಿದಂತೆ ತೃಣಧಾನ್ಯಗಳ ಉಲ್ಲೇಖವಿದೆ. ತೃಣಧಾನ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವುದು ರಾಗಿಯೊಂದೆ. ರಾಗಿ ರೂಢಿಯಿರುವವರು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಕೆಲ ವೈದ್ಯರು- ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ರಾಗಿಯನ್ನೇ ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಹೇಳುವ ಪರಿಪಾಠವಿದೆ. ರಾಗಿ ರೂಢಿಯೇ ಇಲ್ಲದವರಿಗೆ ಅಥವಾ ಒಲ್ಲದವರಿಗೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಕ್ರಮ ಹಾನಿಕರ. ಈ ಕ್ರಮದಿಂದ ಪ್ರಮೇಹ ಉಲ್ಬಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು.

ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಿಹಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಾದರೂ ಒಮ್ಮೆ ಪ್ರಮೇಹ ಹತೋಟಿಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಮಿತವಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿಹಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಸಿಹಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಷೇಧಿಸುವುದು ಸಾಧುವಲ್ಲ. ಸಿಹಿಯಲ್ಲಿ ನಾನಾ ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ.

1. ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಭೇದಗಳು
2. ಬೆಲ್ಲ
3. ಸಿಹಿಯಿರುವ ಹಣ್ಣು ಹಾಗೂ ತರಕಾರಿಗಳು
4. ಮಧು

1. ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಗೂ ಅದರ ಇತರೆ ರೂಪಗಳಾದ ಸ್ಯಾಕರೀನ್, ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಇತ್ಯಾದಿ - ನಾವು ಈಗ ತಯಾರು ಮಾಡುವ ಅನೇಕ ಸಿಹಿ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಸಕ್ಕರೆಯೇ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿರುವಂತಹವು. ನಾವು ಈಗ ಸಕ್ಕರೆ ಎಂದು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಬಿಳಿಯ ಹರಳುಗಳು ಸುಮಾರು 19ನೇ ಶತಮಾನದ ಅಂತ್ಯ ಅಥವಾ 20ನೇ ಶತಮಾನದ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿರುವ Bleached Sugar. ನಮ್ಮ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ 'ಶರ್ಕರಾ' ಎಂಬುದಕ್ಕೂ ಈಗಿನ Bleached Sugarಗೂ ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ತಾಳೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಅನುಮಾನ.

ಈ ಬಗ್ಗೆ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಅತಿಯಾದ ಗುಡಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಪ್ರಮೇಹದ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಗುಡದ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಿ ನಂತರ ಹಿತ ಮಿತವಾದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಯಿಲ್ಲ.

ಹಣ್ಣು ಹಾಗೂ ತರಕಾರಿಗಳು : ಅವು ಎಷ್ಟೇ ಸಿಹಿಯಿದ್ದರೂ ಸಹ ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಅವುಗಳ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದು ಅತೀ ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಿಂದಲೇ ದಿನಕ್ಕೊಂದು ರೀತಿಯ ಹಣ್ಣು ಅಥವಾ ಬರಿಯ ಹಣ್ಣುಗಳ ಊಟ ಸಹ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶ ನೀಡಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ತರಕಾರಿಗಳೂ ಸಹ - ಅತಿ

ಸಿಹಿಯಾದ ಸಿಹಿಗುಂಬಳ, ಬೀಟ್‌ರೂಟ್, ಸಿಹಿಗೆಣಸು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ತರಕಾರಿಗಳೂ ಹಾಗೂ ಸೊಪ್ಪುಗಳ ಯಥೇಚ್ಛ ಬಳಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಮಧು : ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮಧು ಅನುಪಾನವಾಗಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಹಾಗೂ ಅಯಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಆಸವಾರಿಷ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಮಧುವಿನ ಬಳಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಧುಸೇವನೆ ವರ್ಜ್ಯವಲ್ಲ. ಧೂಮಪಾನ ಹಾಗೂ ಮದ್ಯಪಾನದ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಷೇಧ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

3. ವಿಹಾರ :

ಆಲಸ್ಯ ಪ್ರಮೇಹದ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೆಂದು ಉಲ್ಲೇಖವಾಗಿದೆ. ನೂರು ಯೋಜನ ನಡೆಯುವುದರಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾದ ಮಧುಮೇಹದಿಂದಲೂ ಸಹ ಮುಕ್ತಿ ಪಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಉಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಕಠಿಣ ಶ್ರಮ, ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಪ್ರಮೇಹಿಯು ಪಾಲಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ದಿನದ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಠಿಣ ಶ್ರಮ ಮಾಡಬಹುದಾದರೂ - 'ಬ್ರಾಹ್ಮೀ' ಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಹಾಗೂ ವೇಗದ ನಡಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಫಲದಾಯಕವಾಗಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ಮುಹೂರ್ತಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತು ನೀಡಿ ರೋಗಿಗೆ ಅದರ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಕೊಡುವುದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯಕ. ಉಳಿದ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ಮುಹೂರ್ತಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಫಲ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ನನ್ನ ವೃತ್ತಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಾಲಿಸಿ ಮಧುಮೇಹದಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ ಹಲವಾರು ರೋಗಿಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಂತಹ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಐದು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿನ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾತ್ರ ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದುವರೆವಿಗೂ ಸಹ ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಮೇಹ ಮರುಕಳಿಸಿಲ್ಲ. ವೈದ್ಯ ಬಾಂಧವರೇ ನೀವೂ ಹಠ ಹಿಡಿದು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಜಯ, ಯಶಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಕೀರ್ತಿ ಖಂಡಿತ ನಿಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ.

ಡಾ|| ಜಿ. ವಿ. ವಾಸುಕಿಶಯನ್
ಬಿ.ಎಸ್.ಎ.ಎಮ್., ಬಿ.ಎ.ಎಮ್.ಎಸ್.
ಮಾಳವಿ ಕ್ಲಿನಿಕ್
ನಂ. 1805, 18ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ
4ನೇ 'ಟಿ' ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ
ಬೆಂಗಳೂರು - 560 041
ದೂರವಾಣಿ : 6634452

ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರ

ಮಕ್ಕಳ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೇವಲ ಹಾಲು ಸೇವನೆಯ ಘಟ್ಟ, ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಮೃದುವಾದ ಅಲ್ಪ ಘನಾಹಾರವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಘಟ್ಟಮತ್ತುಘನಾಹಾರ ದ್ರವಾಹಾರಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ನೀಡುವ ಘಟ್ಟವೆಂದು ಮೂರು ವಿಭಾಗ ಮಾಡಬಹುದು. ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ತಾಯಿಯ ಹಾಲೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು. ತಾಯಿ ಹಾಲಿಗಿಂತ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದುದು ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ. ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ನಿದ್ದೆ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಎರಡು - ಮೂರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ, ಎರಡು - ಎರಡೂವರೆ ಗಂಟೆಗೊಮ್ಮೆ ಹಾಲುಣಿಸುತ್ತ ನಂತರ ಅಂತರವನ್ನು ಮೂರು ಗಂಟೆಗೇರಿಸಬಹುದು. ಜಾಹೀರಾತುಗಳಲ್ಲಿ ದಷ್ಟಪುಷ್ಟ ಮಕ್ಕಳ ಚಿತ್ರ ತೋರಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳೂ ಹಾಗೆಯೇ ಆಗಬೇಕೆಂದು ಕೃತ್ರಿಮ ಡಬ್ಬದ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಮೊರೆ ಹೋಗಬಾರದು. ಅಂತಹ ಕೃತ್ರಿಮ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ರುಚಿಗೆ, ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ, ಪರಿಮಳಕ್ಕೆಂದು ಸೇರಿದ ಅಂಶಗಳು ರಾಸಾಯನಿಕ ಮೂಲದವಾಗಿದ್ದು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಎಳೆಯ ಜೀರ್ಣಾಂಗಗಳಿಗೆ ಒಗ್ಗದ ಅಂಶಗಳಿರುವುವೆಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಮಕ್ಕಳು ರೋಗ ಪೀಡಿತರಾಗುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ. ಮಗು ತೆಳ್ಳಗಿದೆಯೆಂದು ಚಿಂತಿಸಬಾರದು. ಅದು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವುದು ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಮಗುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಬಯಸುವ ತಾಯಂದಿರು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಹಾಲು ಮತ್ತು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಆಹಾರ ಪೇಯಗಳನ್ನೇ ನೀಡಬೇಕು.

ಪಚನಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾದ, ರುಚಿಕರವಾದ, ಸೌಮ್ಯವಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನೇ ನೀಡಬೇಕು. ಮಗುವಿಗೆ ಎರಡು ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ಮೇಲೆ ಸಿಹಿಯಾದ ಮೂಸಂಬಿ ರಸ ಅಥವಾ ಒಣದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಿವುಚಿದ ರಸವನ್ನು ಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸದೇ ಒಂದು ಚಮಚೆಯಷ್ಟನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದಾಗ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೇಯಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ನೀಡುವುದಕ್ಕೆ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ಇವು ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಐದು ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ಮಗುವಿಗೆ ಅಕ್ಕಿ, ಗೋಧಿ, ರಾಗಿ, ಹೆಸರುಕಾಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಸಮಭಾಗ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಕೆಂಪಗೆ ಹುರಿಯಬೇಕು. ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಒಂದಕ್ಕೆ ಎರಡರಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ರುಚಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು, ತುಪ್ಪ ಬೆರೆಸಿ ಗಂಜಿಯಂತೆ ಮಾಡಿ ಮಗುವಿಗೆ ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು.

ಮಗುವಿಗೆ ಆರು ತಿಂಗಳಾದಾಗ ಇದೇ ರೀತಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪಚನವಾಗುವ ಬೇಯಿಸಿದ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಿವುಚಿ ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು. ಎಂಟು ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ನಂತರ ಪಾಲಿಶ್ ಮಾಡದಿರುವ ಅಕ್ಕಿಯ ಮೆದುವಾದ ಅನ್ನ ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮೆತ್ತನೆಯ ದೋಸೆ, ತಿಳಿಸಾರು, ಚಪಾತಿ, ಇಡ್ಲಿ ಮುದ್ದೆ, ರೊಟ್ಟಿ, ಹರಿವೆ, ಮೆಂತ್ಯ, ಬಸಳೆಸೊಪ್ಪುಗಳು, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಹೀರೇಕಾಯಿ, ಸೋರೆಕಾಯಿ, ಸೌತೆಕಾಯಿ, ಪಡವಲಕಾಯಿ, ಎಲೆಕೋಸು ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಉಪ್ಪು, ಖಾರ ಹಾಕಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಪಲ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಸಿಹಿ ಮೊಸರು, ಬೆಣ್ಣೆ ತೆಗೆದ ಸಿಹಿ ಮಜ್ಜಿಗೆ, ತುಪ್ಪ, ಬೆಣ್ಣೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಸಿಹಿಯಾದ ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಸೀಬೆ, ಸೇಬು, ಪಪ್ಪಾಯ, ಮಾವು, ಬಾಳೆ, ಮೂಸಂಬಿ, ಖರ್ಜೂರದಂತಹ ಆಯಾ ಋತುಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಜೀರ್ಣಕ್ಕೆ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ, ಅವರೆಬೇಳೆಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಎರಡು- ಮೂರು ವರ್ಷವಾಗುವವರೆಗೆ ಮಿತವಾಗಿ ನೀಡಬೇಕು. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀಡಬಾರದು. ಹಾಲು ಮತ್ತು ಸಿಹಿ ಹಣ್ಣಿನ ರಸಗಳು ಉತ್ತಮ ಪೇಯಗಳು. ಸಿಹಿಗಾಗಿ ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸಬಹುದು.

ಎರಡು - ಮೂರು ವರ್ಷ ತುಂಬಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಾದಾಮಿ, ಗೋಡಂಬಿ, ಉತ್ತುತ್ತಿ, ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ, ಏಲಕ್ಕಿ, ಕೇಸರಿಯಂತಹವುಗಳನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು. ಅರಳುಹಿಟ್ಟು, ಕಡಲೆಬೀಜ, ಕಡಲೆಪುರಿ, ಅವಲಕ್ಕಿ, ಎಳ್ಳು, ಹುರಿಗಡಲೆ, ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು, ಹೆಸರುಹಿಟ್ಟು ಇವುಗಳನ್ನು ಹುರಿದು ಅದಕ್ಕೆ

ಬೆಲ್ಲ, ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು, ಖಾರ ಹಾಕಿದ ಕಡಲೆಪುರಿ, ಅವಲಕ್ಕಿ, ಎಳ್ಳು, ಹುರಿಗಡಲೆ, ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು, ಹೆಸರುಹಿಟ್ಟು ಇವುಗಳನ್ನು ಹುರಿದು ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಲ್ಲ, ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಉಂಡೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು, ಖಾರ ಹಾಕಿದ ಕಡಲೆಪುರಿ, ಅವಲಕ್ಕಿಯಂತಹ ತಿಂಡಿಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರುಚಿಕರವೆನಿಸುತ್ತವೆ. ಇವು ಪುಷ್ಟಿಕರವಾಗಿದ್ದು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವುವು. ಇಂತಹ ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೋಟಿನ್, ಖಜಿನ ಲವಣಗಳು, ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳು ಇರುತ್ತವಾದ್ದರಿಂದ ಇವು ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ, ನರಮಂಡಲಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಮೂಳೆಗಳಿಗೆ ಬಲದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತವೆಯಲ್ಲದೆ ಬುದ್ಧಿ, ಸ್ಮೃತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂತಹವುಗಳಾಗಿದ್ದು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

ಆಹಾರ ಸೇವನಾ ಕ್ರಮ :

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತುತ್ತನ್ನೂ 30 ರಿಂದ 40 ಸಲ ಅಗಿದು ತಿನ್ನುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲೇ ಆರಂಭವಾಗಬೇಕು. ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿನ ಜೊಲ್ಲುರಸವು ಉತ್ತಮ ಪಾಚಕ, ಮಲ ವಿಸರ್ಜಕ, ಶಾಮಕ ಗುಣವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದ್ದು ಅತಿಯಾದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಹಂಬಲವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದಾಗಿದೆ.

ಯಾಮ ಮಧ್ಯೇ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ । ಯಾಮ ಯುಗ್ಮಂ ನ ಲಂಘಯೇತ್ ॥

ಎಂಬ ಸೂತ್ರದಂತೆ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದ ಬಳಿಕ ಮೂರು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಸಲ್ಲದು. ಅಲ್ಲದೇ ಆರು ಗಂಟೆಗಳಿಗೆ ಮೀರಿ ಉಪವಾಸವೂ ಬೇಡ. ಆಹಾರ ಪಚನವಾಗುವುದಕ್ಕೂ ಜೀರ್ಣಾಂಗಗಳ ವಿಶ್ರಾಂತಿಗೂ ಇದು ಉತ್ತಮ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಆಗಾಗ ಚಾಕೋಲೇಟ್, ಬಬಲ್‌ಗಮ್, ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಜೀರ್ಣಾಂಗಗಳು ಮತ್ತು ಯಕೃತ್ (ಲಿವರ್) ದಣಿದು ಮಗುವಿಗೆ ವಾಂತಿ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಅಲ್ಪ ಉಪಹಾರ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಹಾಗೂ ರಾತ್ರಿ ಊಟ ನೀಡುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಿತಕರ. ರಾತ್ರಿಯ ಊಟವನ್ನು ಏಳು ಗಂಟೆಯೊಳಗಾಗಿ ನೀಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಮಾನಸಿಕ ಆಹಾರ :

ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಕ್ಯಾಮರಾ ಮತ್ತು ಟೇಪ್‌ರೆಕಾರ್ಡರ್‌ನಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದಂತೆಯೇ ಕುಟುಂಬದ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣದ ಶಬ್ದ, ಮಾತು, ಆಚರಣೆ, ಜನರ ನಡೆನುಡಿಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ವೇಗವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾ ತಮ್ಮದೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಿಯೆ ಆರಂಭಿಸಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸವಿ ನುಡಿಗಳು, ವಿನಯದ ನಡವಳಿಕೆ, ಸೇವಾ ಮನೋಭಾವನೆಯು ಮನೆಯವರಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅಲ್ಲದೆ ಅಹಿಂಸೆ, ಧೈರ್ಯ, ಶೌರ್ಯ, ಪರಾಕ್ರಮ, ಪ್ರಾಣಿದಯೆ, ಶ್ರದ್ಧೆ ಪ್ರಕೃತಿ ಪ್ರೇಮ, ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ, ಭಕ್ತಿ ಸಹನೆ ಮುಂತಾದ ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುವ ಕತೆ, ಕವನ, ಇಂಪಾದ ಧಾಟಿ, ಲಯದ ಪದ್ಯಗಳು, ನಾಟಕ, ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವಂತಹ ವಾತಾವರಣ ಕಲ್ಪಿಸಿದರೆ ಇಂದಿನ ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಿತಿಮೀರಿದ ಚೇಷ್ಟೆ ಹಿಂಸಾಪ್ರವೃತ್ತಿ ದುಷ್ಟತನ, ಅಶಿಸ್ತು, ಅವಿಧೇಯತೆಯಂತಹವುಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಬಿದ್ದು ಶಾರೀರಕ ಆರೋಗ್ಯದೊಡನೆ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಡಾ॥ ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿ
ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ ಆಯುರ್ವೇದ ಕ್ಲಿನಿಕ್
ನಂ. 9, ಎಮ್.ಐ.ಜಿ., ಮೊದಲನೆ ಮಹಡಿ,
2ನೇ ಹಂತ, ಕೆ.ಹೆಚ್.ಬಿ. ಕಾಲೊನಿ,
ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 79
ದೂರವಾಣಿ : 3284893

AYURVEDIC ANALYSIS - ANOMALIES DUE TO MOTHER'S DIET

Last year Mumbai hosted the first world congress on foetal origins of adult disease. The findings and the observations presented at the conference created a startling discovery that the health of the baby is dictated by the mother's diet before and during pregnancy. The conclusion was that Diabetis or high blood pressure during your adult life could be due to what your mother ate during and before you were in her womb. The subject of discussion was the same during 1500 BC, the venue was a Gurukula where Lord Atreya (a great ayurvedic physician) answered to his student Agnivesha's query regarding the health of the baby dictated by the mother's diet before and during pregnancy. The great acharya clearly explained the effect of the role of genes and the lifestyle of the mother during pregnancy.

Modern experts thought these theories were only myth but gradually these theories proved to be established true and are documented.

The foetus carries a blue print for development in it's genes right from the time the soul along with the mind enters into the zygote (fertilized ovum) when they are inside the uterus. Some of these genes are derived from the mother, some from the father and some from the soul.

Conception is a sacred affair over which god's precide said lord Atreya. Here he was embarking on the genes derived from the soul. The sense organs of all the living beings are born out of soul. Their existence or otherwise is determined by the fate that is the result of the past action. Thus the offspring of blind parents need not necessarily carry this trait from their parents. Right from the time of conception till the delivery it is the mother who carries and nourishes the foetus. It is here that the foetus derives some of the merits and defects from the nourishment both physical and mental that she receives during this period.

About three decades back after my uncle landed up in Bangalore he realised he had forgotten to carry my dad's address. You can just imagine his confusion especially as telephones were a luxury during those days and my dad did not posses one. When he was just thinking a way out he heard a stranger's voice calling my dad's name. The stranger was a close acquaintance of my father who realised his folly and rendered an apology. He had mistaken my uncle for my father. My father has 7 brothers and all of them look alike with common factor of baldness distributed among them. On probing it was discovered that my grand mother during all these pregnancies was addicted in intake of excess of salt in her diet; and Ayurveda says intake of excess of salt makes her offspring prone to early onset of wrinkles in the skin, greyness of hair and baldness. When my grandmother consulted a physician with a desire to procure a female baby as she had all sons she was made to alter her diet and mind

you a daughter who was eventually born to her has long dark hairs even at the age of 50.

Our statistics showed that some type of skin diseases run in families. They have delicate papery skin prone to allergic skin disorders. Our team recorded the dietic theory of the mothers. It was seen that mothers whose children had skin infections in later life were addicted to excess intake of food dominating in sour taste. Sour taste stimulates appetite, nourishes, energises the body, enlightenes the mind, strengthens the sense organs but when diet predominates excessively with sour taste Ayurvedic acharyas say that the future offsprings in their later life will be prone to haemorragic disorders and diseases of the skin and eyes.

Sweet taste is wholesome to the body, builds up all the tissues and promotes strength and complexion. They are soothing, invigorating and nourishing but the study of mothers on excessive rich sweet diet showed that their children in later life turned out to be obese, some of them suffered from obstinate urinary disorders or they were diabetic and have lipid anomalies, which runs in tune with what the Acharyas said.

In our infertility workshop it was seen that there was a decline in fertility rate where the subjects mother devoured a lot of hot and spicy food. This was particularly seen in a certain race or a community who were addicted to a highly spicy non-vegetarian diet in every day use. Ayurvedic acharyas warn the mothers that, eating more of hot and spicy food could make your offspring infertile in the future. Astringent dominant food makes her offspring have a grey complexion and habitual constipation. Avoid food dominant with bitter quality they say, because it could make your offspring weak and emaciated.

So mothers beware! Eat right or you could be held responsible for the health problems your offspring could develop in later life.

Dr. Subhankari. P. Rao
BSAM, BAMS, FRAS (LONDON)
SHUBHA AYURVEDIC CENTRE
30/3, Patalamma Temple Street
Basavanagudi, Bangalore - 560 004
Ph : (080) 6578620
E-mail : drshubhankariprao@hotmail.com

ಭೂತ ವಿಜ್ಞಾನ -ಕಿರು ಪರಿಚಯ

'ಭೂತ ವಿಜ್ಞಾನ' ಅಥವಾ 'ಗ್ರಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಅಷ್ಟಾಂಗ ಆಯುರ್ವೇದದ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಅಂಗ.

ಅಷ್ಟಾಂಗದ ಉಳಿದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ತ್ರಿವಿಧ ಪರೀಕ್ಷೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಚತುಷ್ಪಾದಗಳ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸುಗಮವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಭೂತವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರವೇ ಬೇರೆ.

''ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ವಿಶೇಷ ವೈದ್ಯರೇ ಬೇಕು'' ಹಾಗಾಗಿ ಧೈರ್ಯ, ಸ್ಥೈರ್ಯ, ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞಾನ, ಯುಕ್ತಿ ಮುಂತಾದ ಗುಣಗಳುಳ್ಳ ವೈದ್ಯರೇ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲರು.

ಅವ್ಯಕ್ತ ಕಾರಣ ಹಾಗೂ ಲಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ಲಕ್ಷಣವಿದ್ದರೂ ಅವ್ಯಕ್ತ ಕಾರಣ ಇವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ವೈದ್ಯನ ಚರ್ಮ-ಚಕ್ಷುವಿಗಿಂತ ಜ್ಞಾನ ಚಕ್ಷುವೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಮಧ್ಯೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಉಳಿದೆಲ್ಲಾ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರೂ ಭೂತವಿಜ್ಞಾನದ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ಇದಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರ ಅಲಕ್ಷ್ಯವೋ, ಅಧೈರ್ಯವೋ ಕಾರಣವಿರಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲೂ ಸಹಾ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಗಬೇಕಿದೆ.

ಗ್ರಹ ಹಾಗೂ ಭೂತಕ್ಕಿರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು ?

ಗ್ರಹ : ಗೃಹ್ಣಂತಿ ಇತಿ ಗ್ರಹಃ : ಹಿಡಿಯುವುದು ಅಥವಾ ಬಾಧಿಸುವುದು ಎಂದರ್ಥ.

ಭೂತ : ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿರುವುದು, ಪಿಶಾಚಾದಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಅನೇಕ ಅರ್ಥಗಳಿವೆ.

ಆದುದರಿಂದ ಗ್ರಹ ಹಾಗೂ ಭೂತಕ್ಕೆ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಹ ಅಥವಾ ಭೂತಗಳು ಜಾತಿ ಬೇಧವಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೇ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಾಗಲಿ ಬಾಧೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಲ್ಲವು.

ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲುಂಟಾಗುವ ಗ್ರಹಾವೇಶಗಳನ್ನು 'ಬಾಲಗ್ರಹ'ವೆಂದೂ, ಅದೇ ದೊಡ್ಡವರಲ್ಲುಂಟಾಗುವುದನ್ನು ಭೂತವಿಜ್ಞಾನವೆಂಬ ವಿಶಿಷ್ಟ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಡಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಬಾಲಗ್ರಹ ವಿಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ಭೂತವಿಜ್ಞಾನದ ವಿವರಣಾ ಪಟ್ಟಿ; ಆಧಾರ (ಅ. ಹೃ. ಉ. ಅ. 3 :4)

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಶೀರ್ಷಿಕೆ	ಬಾಲಗ್ರಹ ವಿಜ್ಞಾನ	ಭೂತ ವಿಜ್ಞಾನ
1.	ಸಂಖ್ಯೆ	12 (ಹನ್ನೆರಡು)	18 (ಹದಿನೆಂಟು)
2.	ನಾಮಧೇಯ (5+7=12)	ಪುರುಷ ಶರೀರಧಾರಿ = 5 ಸ್ಕಂದ, ವಿಶಾಖ, ಮೇಷ, ಶ್ವಗ್ರಹ ಮತ್ತು ಪಿತೃಗ್ರಹ ಸ್ತ್ರೀ ಶರೀರಧಾರಿ = 7 ಶಕುನಿ, ಪೂತನ, ಶೀತಪೂತನ, ದೃಷ್ಟಿಪೂತನ, ಮುಖಮಂಡಿಕಾ, ರೇವತಿ ಹಾಗೂ ಶುಷ್ಕ ರೇವತಿ	ದೇವ, ದಾನವ, ಗಂಧರ್ವ, ಉರಗ, ಯಕ್ಷ ರಾಕ್ಷಸ, ಬ್ರಹ್ಮರಾಕ್ಷಸ, ಪಿಶಾಚ, ಪ್ರೇತ, ಕೂಷ್ಮಾಂಡಕ, ಕಾಲಾರ್ಧ, ಔಕಿರಣ, ಬೇತಾಲ, ಪಿತೃ, ಋಷಿ, ಗುರು, ವೃದ್ಧ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧ

3.	ನಿದಾನ	ಅಶುಚಿ, ಅಧರ್ಮಾಚರಣೆ ದೈವ ವಿರೋಧಿ ಕಾರ್ಯ ಮುಂತಾದವು	ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಥವಾ ಪೂರ್ವ ಜನ್ಮದ ಕರ್ಮಗಳು (ಅಶುಭ ಕರ್ಮ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾಪರಾಧ) ಮತ್ತಿತರ ಹೇಯ ಕೃತ್ಯಗಳು
4.	ಆವೇಶ ಕಾರಣ	ಬಲಿಹೋಮಾದಿಕಾಂಕ್ಷ ಮತ್ತು ಹಿಂಸಾಕಾಂಕ್ಷ	ಅದೇ (ಪೂರ್ವೋಕ್ತ)
5.	ಸಾಮಾನ್ಯ ಲಕ್ಷಣ	ಜ್ವರ ಮತ್ತು ಸತತ ರೋಧನ	ವಿಲಕ್ಷಣವಾದ ಜ್ಞಾನ, ವಿಜ್ಞಾನ, ವಾಕ್ (ಮಾತು) ಬಲ ಮತ್ತು ಪೌರುಷ
6.	ವಿಶೇಷ ಲಕ್ಷಣ	ಆಯಾಗ್ರಹಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ	ಅದೇ ರೀತಿ
7.	ಅಸಾಧ್ಯ ಲಕ್ಷಣ	ತಲೆಕೂದಲು ನಿಂತಿರುವುದು, ಅನ್ನಪಾನ ದ್ವೇಷ, ದೀನಸ್ವರ, ಶರೀರನಾನಾ ವರ್ಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದು ಸತತ ರೋಧನ, ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಿಂದಿರುವುದು, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ವಿವಿಧ ಗ್ರಂಥಿಗಳೇಳುವುದು ನಾನಾವರ್ಣದ ಮೂತ್ರ ಪುರೀಷ ವಿಸರ್ಜನೆ, ನಾಲಿಗೆ ಗುಳಿ ಬೀಳುವುದು, ಕಾಲು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ.	ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳು ಅವನನ್ನು ಸದಾ ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತ ನಗ್ನನಾಗಿ ಚೀರಾಡುತ್ತಾ ಓಡಾಡುವುದು, ತಲೆಯಕೂದಲು ನೇರವಾಗಿ ನಿಂತಿರುವುದು ಮನಸ್ಸು ಅತಿಯಾದ ಚಂಚಲತೆ ಹಾಗೂ ವಿಕೃತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದು ಮತ್ತು ದೀರ್ಘ ಕಾಲದಿಂದಿರುವುದು
8.	ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	ಬಲಿ, ಹೋಮ, ಹವನ, ಜಪ, ತಪ, ಮಣಿ ಮಂತ್ರ, ಔಷಧ ಮುಂತಾದ ರೀತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು.	ಅದೇ ರೀತಿ
9.	ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	ಆಯಾ ಗ್ರಹಾವೇಶಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ	ಆಯಾ ಭೂತಾವೇಶಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ

ಭೂತಾವೇಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣ, ಭೂತಾವೇಷದ ಸಮಯ, ತಿಥಿ ಹಾಗೂ ಕಾಲ, ಪೂರ್ವ ರೂಪ, ಲಕ್ಷಣ ಮುಂತಾದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪೂರ್ವೋಕ್ತ ಆಧಾರ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಭೂತ ಪ್ರತಿಷೇಧ (ಚಿಕಿತ್ಸೆ)

ಭೂತ ವಿದ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯನಿಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೂ ಇದೆ. ಆಪ್ತವಾಕ್ಯಗಳು ಎಂದೂ ಸುಳ್ಳಾಗಲಾರವು.

ಗುಹ್ಯಾನಾಗತ ವಿಜ್ಞಾನಂ ಅನವಸ್ಥಾ ಅಸಹಿಸ್ನುತಾ ।
ಕ್ರಿಯಾವಾಽಮಾನುಷೀ ಯಸ್ಮಿನ್ ಸ ಗ್ರಹಃ ಪರಿಕೀರ್ತ್ಯತೆ ॥

(ಸು. ಉ. ತಂತ್ರ. ಅ. 60)

ಅರ್ಥಾತ್ ಯಾವ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಗುಪ್ತ ವಿಚಾರಗಳು, ಭವಿಷ್ಯದ ಜ್ಞಾನ, ಅನವಸ್ಥತೆ, ಅಸಹಿಷ್ಣುತೆ, ಅಮಾನುಷ ಕ್ರಿಯೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಂಡಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲದೆ ಅವನಲ್ಲಿ ಗ್ರಹಾವೇಶ ಉಂಟಾಗಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಅದೇ ರೀತಿ ಆತ್ರೇಯ ಪುನರ್ವಸು ಮಹರ್ಷಿಗಳು ತಿಳಿಸುವಂತೆ

ವಾತಾದಿಕೃತಾಃ ಸರ್ವೇ ವಿಕಾರಾ ಯಥಾನ್ಯತ್ರ
ಅತ್ರ ವಾತಾದಿಕೃತಾ ಭೂತಾ ಕೃತಾಶ್ಚ ಪ್ರಸಿದ್ಧಾಃ ॥

ಎಲ್ಲಾ ವಿಕಾರಗಳು ವಾತಾದಿದೋಷ ಹಾಗೂ ಭೂತಗಳಿಂದಲೇ ಉತ್ಪನ್ನವಾದವುಗಳು.

ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಕೇವಲ ವಾತಾದಿ ದೋಷಗಳೇ ಸರ್ವ ವಿಕಾರಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಕೆಲವು ವೇಳೆ ತಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾಹರಣೆ : ಓರ್ವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ದೈಹಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿದ್ದು, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ಆರೋಗ್ಯವಿದ್ದು ಕೆಲವೊಂದು ನಿಶ್ಚಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ಅವನು ಉನ್ಮಾದಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಉನ್ಮಾದವು ಕೇವಲ ವಾತಪಿತ್ತಾದಿ ದೋಷದಿಂದಲೇ ಆದದ್ದು ಎಂದು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ದೋಷದ್ದೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಭೂತಾವೇಷವೇ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಭೂತಂ ಜಯೇದಹಿಂಸೇಚ್ಛಂ ಜಪಹೋಮ ಬಲಿವ್ರತೈಃ ।
ತಪಃ ಶೀಲಸಮಾಧಾನ ಜ್ಞಾನದಾನದಯಾದಿಭಿಃ ॥ **(ಅ. ಹೃ)**

ಹಿಂಸಾರ್ಥವಾಗಿ ಆವಿಷ್ಟವಾಗದ ಭೂತಗಳನ್ನು ಜಪ, ಹೋಮ, ಬಲಿ, ವ್ರತ, ತಪಸ್ಸು, ಶೀಲ, ಸಮಾಧಾನ (ಸಮಾಧಿ) ಜ್ಞಾನ, ದಾನ, ದಯಾದಿಗಳಿಂದ ಜಯಿಸಬೇಕು.

(ಮೇಲಿನ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಮಂತ್ರಶಾಸ್ತ್ರ ಭೂತ ವಿದ್ಯಾ, ಕರ್ಮಕಾಂಡ ಮುಂತಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ನಿಪುಣರಾದ ಆಪ್ತ ಪಂಡಿತರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಮಾಡಬೇಕು)

ಭೂತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕೆಲವೊಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ದ್ರವ್ಯಗಳು

ಹಿಂಗು, ಶುಂಠಿ, ಮೆಣಸು, ಹಿಪ್ಪಲಿ, ಹರತಾಳ, ಮನಃಶಿಲಾ, ಭೂತಕೇಶ (ಜಟಾಮಾಂಸಿ), ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಭೂತಘ್ನ (ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಭುಜಪತ್ರೆ), ಅಜಮೋದಾ, ಕುಂಕುಮ, ಹರಿದ್ರಾ, ವಚಾ, ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ, ಬಿಳಿ ಮೆಣಸು, ಸರ್ಪಗಂಧಾ, ನಿಂಬ, ಕರಂಜ, ಗುಗ್ಗುಲು, ಶಿರೀಷ, ಪ್ರಿಯಂಗು, ಮಧು, ತೈಲ, ಪುರಾಣಘೃತ, ಸುವರ್ಣಾದಿಲೋಹ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಬೆಕ್ಕು, ಕುದುರೆ, ಹಸು, ಕರಡಿ, ಕತ್ತೆ ಸಿಂಹ, ಶಾರ್ದೂಲ (ನರಿ) ಮತ್ತು ಸಮುದ್ರ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಪಿತ್ತಕೋಶ, ದಂತ ಹಾಗೂ ನಖಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಆಯಾ ಗ್ರಹಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿಯೂ ಸಹಾ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಯೋಗಗಳು :

1. ಸಿದ್ಧಾರ್ಥತೈಲಕೃತ ಅಗದ
2. ಕಾರ್ಪಾಸಾಸ್ಥ್ಯಾದಿ ಧೂಪ
3. ಭೂತರಾವಘೃತ, ಮಹಾಭೂತರಾವ ಘೃತ
4. ಹಿಂಗ್ವಾದಿ ಘೃತ

ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಸ್ಯ, ಅಂಜನ, ಅಭ್ಯಂಗ, ಘೃತಪಾನ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವರು.

ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಸತ್ಯ ಸ್ವಲ್ಪವಿದ್ದರೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಿಳಿಯದ ವಿಷಯಗಳು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಇರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಆಂಗ್ಲ ಉಕ್ತಿಯೊಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

"Known is a drop unknown is an ocean"

ತ್ರಿಕಾಲ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪನ್ನರಾದ ನಮ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಹೇಳಿರುವ ಮಾತುಗಳು ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕ ಸತ್ಯ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅದರಲ್ಲಿ ಶಂಕೆಗೆ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ.

'ವಿಧೇಯಃ ಪರಮಾದರಃ' ಎಂಬಂತೆ ಹೇಳಿದ್ದನ್ನು ವಿಧೇಯನಾಗಿ, ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪರಮ ಆದರಣೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ ಎಂತಹ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಹುದಲ್ಲವೇ ?

ಡಾ|| ರಾಘವೇಂದ್ರ ಎನ್.
ಬಿ.ಎ.ಎಂ.ಎಸ್.
ಆಯುರ್ವೇದಾಚಾರ್ಯ
ಚಿಂತಾಮಣಿ

ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ಗಂಟಲು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರವಿದೆಯೇ ?

ಭಾರತ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದೊರೆತ ನಂತರ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಯಿತು. ರಾಜ್ಯಗಳ ಪುನರ್ನಿರ್ಮಾಣ, ರಾಜಕೀಯ, ಶಿಕ್ಷಣ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಸಂಶೋಧನೆ, ಶಾಸ್ತ್ರಾನ್ವೇಷಣೆ, ನೀರಾವರಿ, ವ್ಯವಸಾಯ, ಕಾರ್ಖಾನೆ, ಕ್ರೀಡೆ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ವಿಕಾಸವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಈಗಲೂ ಆಗುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಈ ಮುಂದುವರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ದೇಶೀಯ ಪರಂಪರೆಗಳು ವಾಡಿಕೆಯಿಂದ ಕಣ್ಮರೆಯಾದವು. ಇದೇ ಗುಂಪಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ಗಂಟಲು ಹಾಗೂ ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಸೇರಿದೆ. ಈಗಲೂ ಹಲವಾರು ಆಯುರ್ವೇದದ ವೈದ್ಯರು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಈ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ವಾಸಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಈ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಕಾಸಗೊಂಡಿಲ್ಲ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಎಂಟು ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿರುವ ಈ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ 'ಶಾಲಾಕ್ಯ ತಂತ್ರ'ವೆಂದು ಹೆಸರು.

ಶಾಲಾಕ್ಯ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕತ್ತಿನ ಮೇಲಿರುವ ಅಂಗಗಳಾದ ಬಾಯಿ, ತುಟಿ, ಹಲ್ಲು, ವಸಡು, ನಾಲಿಗೆ, ಗಂಟಲು, ಮೂಗು, ಕಿವಿ, ಕಣ್ಣು ಹಾಗೂ ಶಿರಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಖಾಯಿಲೆ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಆಚಾರ್ಯರು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಕಾಷ್ಠೌಷಧಿ ಮತ್ತು ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಗವು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾಗಿರುವ ಕಾರಣ ಶಾಲಾಕ್ಯ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹೆಸರು ಉತ್ತಮಾಂಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಮಹಾರಾಜ ನಿಮಿ ಈ ತಂತ್ರದ ಆದಿಕರ್ತನೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ನಿಗ್ರಹಣೆ ಪುರುಷಾರ್ಥಗಳಾದ ಧರ್ಮ, ಅರ್ಥ, ಕಾಮ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಇಂದ್ರಿಯವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಮೂಗು :

ಮೂಗು ಈ ಇಂದ್ರಿಯವನ್ನು ನಾವು ವಿವಿಧ ಗಂಧಗಳ ಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇವೆ. ಹೊರಗಿನಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿ ಪುಪ್ಪುಸದೊಳಗೆ ಕಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆಚಾರ್ಯರು ಮೂಗನ್ನು ಯಾವಾಗಲು ಶುಚಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯ 31 ಮೂಗಿನ ರೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಪೀನಸ, ಪೂತಿನಾಸ, ರಕ್ತಪಿತ್ತ, ಪೂಯರಕ್ತ, ಕ್ಷವಥು, ಭ್ರಂಶಥು, ದೀಪ್ತ, ನಾಸಾನಾಹ, ಪರಿಸ್ರಾವ, ನಾಸಾಶೋಷ, ನಾಸಾರ್ಶ (4), ನಾಸಾಶೋಫ (4), ನಾಸಾರ್ಬುದ (7) ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಶ್ಯಾಯ (5) ಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ನೆಗಡಿ, ಸೈನಸೈಟಿಸ್, ಮೂಗಿನ ದುರ್ಮಾಂಸ, ರಕ್ತ ಸೋರುವಿಕೆ, ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಮೂಗಿನ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುವ ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

1. ಅತಿ ಶೀತ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಉಸಿರಾಡುವುದು.
2. ಧೂಳಿನಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಓಡಾಡುವುದು.
3. ಹೊಗೆ ಇರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು.
4. ಹೆಚ್ಚು ಮಾತಾಡುವುದು.

5. ಹೆಚ್ಚು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವುದು.

6. ಹಗಲು ಹೊತ್ತು ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುವುದು.

7. ರಾತ್ರಿ ಜಾಗರಣೆ

8. ತಲೆ ದಿಂಬು ಇಲ್ಲದೆ ಮಲಗುವುದು ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಎತ್ತರದ ತಲೆ ದಿಂಬಿನ ಮೇಲೆ ಮಲಗುವುದು.

9. ಯಾತ್ರೆಗೆ ಹೋದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಕಡೆ ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು.

10. ಅಳು ಬಂದಾಗ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ತಡೆಯುವುದು.

ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಮೂಗಿನ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಮೂಗಿನ ತೊಂದರೆಗಳು, ಬರದ ಹಾಗೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

1. ಪ್ರತಿದಿನ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿರುವ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ನಂತರ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬೇಕು.
2. ತಲೆಕೂದಲಿಗೆ ಎಣ್ಣೆ ಸವರಬೇಕು.
3. ಹಳೇ ಅಕ್ಕಿ, ಗೋಧಿ, ಜೋಳ, ಹಸುವಿನ ತುಪ್ಪ, ಹಾಲು, ಶುಂಠಿ, ಜೀರಿಗೆ, ಮೆಣಸು, ಅರಿಶಿನ, ಮೆಂತ್ಯ, ಹಿಂಗು, ಏಲಕ್ಕಿ, ಧನಿಯ, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಸೊಪ್ಪು, ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣು ಹಾಗೂ ಹೆಸರು ಬೇಳೆಗಳನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
4. ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವಾಗ ಬಿಸಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಗತಾನೇ ಮಾಡಿದ್ದಾಗಿರಬೇಕು.
5. ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಬೆಚ್ಚಗಿರಬೇಕು.
6. ಬೆಚ್ಚಗಿರುವ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಹಾಗೂ ವಾಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಬಾಳೇಹಣ್ಣು, ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಹಲಸು, ಬೆಂಡೇಕಾಯಿ, ತಣ್ಣೀರು, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಈ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಮಳೆ, ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಶೀತ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಓಡಾಡಬಾರದು.

ಮುಖಗತ ರೋಗಗಳು :

ಮುಖವೆಂದರೆ ಬಾಯಿ, ತುಟಿ, ಹಲ್ಲು, ವಸಡು, ನಾಲಿಗೆ ಮತ್ತು ಗಂಟಲು ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆಚಾರ್ಯ ಸುಶ್ರುತ 65 ಮುಖರೋಗಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬಾಯಿಯನ್ನು ಹಲವಾರು ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇವೆ. ರುಚಿ, ಚರ್ವಣ, ನುಂಗಲು, ಕಚ್ಚಲು, ಮಾತಾಡಲು ಹಾಗೂ ಹಾಡಲು ಇದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

8 ತುಟಿಯ ರೋಗಗಳು, 8 ಹಲ್ಲಿನ ರೋಗ, 15 ವಸಡಿನ ರೋಗ, 5 ನಾಲಿಗೆಯ ರೋಗ, 17 ಕಂಠದ ರೋಗ, 3 ಸರ್ವಸರ ರೋಗ, 9 ತಾಲು ರೋಗ ಸೇರಿ 65 ಮುಖಗತ ರೋಗಗಳಿವೆ.

ಇದರಲ್ಲಿ ತುಟಿ ಒಡೆಯುವುದು, ಹುಳುಕು ಹಲ್ಲು, ಹಲ್ಲು ನೋವು, ದಂತ ಶರ್ಕರ (tar-tar), ತುಂಡಿಕೇರಿ (tonsilitis), ರೋಹಿಣೀ (diphtheria), ಮುಖಪಾಕ (stomatitis) ದಂತಹ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ತುಟಿ ಒಡೆತ : ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶೀತಕಾಲದಲ್ಲಿ ತುಟಿ ಒಣಗಿ, ಅತಿನೋವು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾದಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಸಿಗುವ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯೊಟ್ಟಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಜೇನುಮೇಣ ಸೇರಿಸಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಎರಡೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಬೆರೆತ ನಂತರ ಒಲೆಯಿಂದ

ತೆಗೆಯಬೇಕು. ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಡಬ್ಬಿಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟು ಪ್ರತಿ ದಿನ ತುಟಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸವರಬೇಕು. ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತುಟಿಗಳು ಮೃದುವಾಗಿ ಅಂದವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ.

ಆಚಾರ್ಯರು ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಬಾರಿ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಲು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿದ ನಂತರ ಬಾಯಿಯನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಮುಕ್ಕಳಿಸಬೇಕು. ಶೀತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಲು ಬೆಚ್ಚಗಿರುವ ನೀರನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೇ ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು.

ಮೊಸರು, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಆನೂಪ ದೇಶದ ಮಾಂಸ ಅತಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮುಖಗಳ ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಕರ್ಣ (ಕಿವಿ) ರೋಗಗಳು :

ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯ ಒಟ್ಟು 28 ಬಗೆಯ ಕಿವಿಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕರ್ಣಶೂಲ, ಕರ್ಣಪ್ರಣಾದ, ಬಾಧಿರ್ಯ, ಕರ್ಣಕ್ಷ್ವೇಡ, ಕರ್ಣಸ್ರಾವ, ಕರ್ಣಕಂಡೂ, ಕರ್ಣವರ್ಚ, ಕ್ರಿಮಿಕರ್ಣ, ಪ್ರತಿನಾಹ, ವಿಧ್ರಧಿ (2), ಕರ್ಣಪಾಕ, ಪೂತಿಕರ್ಣ, ಕರ್ಣಾರ್ಶ (4), ಕರ್ಣಾರ್ಬುದ (7), ಕರ್ಣಶೋಫ (4). ಕಿವಿನೋವು, ಕಿವುಡು, ಕಿವಿಯಿಂದ ಕೀವು, ರಕ್ತಸೋರುವಿಕೆ, ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿಸುವ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕರ್ಣ ರೋಗ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

1. ಹೆಚ್ಚು ಶೀತ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸೇವನೆ.
2. ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಈಜುವುದು.
3. ಕಿವಿಯೊಳಗೆ ಕಡ್ಡಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದು ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ಕೆರೆಯುವುದು ಹಾಗೂ
4. ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ಮೂಗಿನ ಖಾಯಿಲೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಲ್ಲಿ ಕಿವಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ನೇತ್ರ ರೋಗಗಳು :

ಆಚಾರ್ಯಸುಶ್ರುತ 76 ಕಣ್ಣಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ವಾತಜನ್ಯ (10), ಪಿತ್ತಜನ್ಯ (10), ಕಫಜನ್ಯ (13), ರಕ್ತಜನ್ಯ (16), ಸರ್ವಜನ್ಯ (25), ಬಾಹ್ಯಜ (2). ಇದರಲ್ಲಿ ಅಂಜನನಾಮಿಕಾ (stye), ಅಭಿಷ್ಯಂದ (conjunctivitis), ಅರ್ಮ (pterygium), ಲಿಂಗನಾಶ (cataract) ನಂತಹ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಕಣ್ಣಿನ ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

1. ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಓಡಾಡಿ ಬಂದ ತಕ್ಷಣವೇ ತಣ್ಣೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು.
2. ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
3. ಶೋಕ.
4. ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಕ್ಲೇಶ.

5. ಹೊಗೆ ಇರುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದು.
6. ಮಲ, ಮೂತ್ರ, ನಿದ್ರೆ, ಹಸಿವು, ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಆಕಳಿಕೆ, ಕೆಮ್ಮು, ಸೀನು ಮುಂತಾದ ವೇಗಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವುದು.
7. ಅತಿಯಾಗಿ ಹುಳಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ತುಪ್ಪ, ಹಿಂಗು, ನುಗ್ಗೆ, ಜೀರಿಗೆ, ಶುಂಠಿ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಈ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಪಥ್ಯ.

ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೋಡುವುದು, ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಓಡಾಡುವುದು, ಮದ್ಯಪಾನ, ಉಪ್ಪು, ಖಾರ ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು ಅಪಥ್ಯ.

ಶಿರೋರೋಗ :

ಶಿರಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಆಶ್ರಯ ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮಾಂಗವೆಂದು ಘೋಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯ 11 ಶಿರೋರೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. (ಶಿರೋರೋಗವೆಂದರೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ತಲೆನೋವೆಂದು ಅರ್ಥೈಸಲಾಗಿದೆ). ವಾತಜ, ಪಿತ್ತಜ, ಕಫಜ, ರಕ್ತಜ, ಕ್ಷಯಜ, ಕ್ರಿಮಿಜ, ಸೂರ್ಯಾವರ್ತ, ಅನಂತವಾತ, ಅರ್ಧಾವಭೇಧಕ ಮತ್ತು ಶಂಖರೋಗ. ಮೈಗ್ರೇನ್‌ನಂತಹ ತಲೆನೋವು ಕೂಡ ಆಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ವಿವರಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಶಿರೋರೋಗ ಉಂಟಾಗುವ ಕಾರಣಗಳು ಹೀಗಿವೆ :

1. ಶಕ್ತಿ ಮೀರಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು.
2. ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಒಂದೇ ಕಡೇ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನೋಡುವುದು.
3. ಜೋರಾಗಿ ಮಾತಾಡುವುದು.
4. ಅಜೀರ್ಣ
5. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ತಲೆನೋವಿನ ಕಾರಣಗಳು.

ಹಾಲು, ತುಪ್ಪ, ಮಜ್ಜಿಗೆ, ಎಳನೀರು, ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು, ಕೆಂಪು ಅಕ್ಕಿ ಸೇವಿಸಲು ಹಿತಕರ.

ಆಯುರ್ವೇದ ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ವಿವರಣೆ, ಅವುಗಳ ರಕ್ಷಣಾ ಸೂತ್ರ, ಖಾಯಿಲೆ ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಾಹಿತಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸುಖವನ್ನು ಬಯಸುವ ಎಲ್ಲಾ ಮನುಷ್ಯರಿಗೂ ಅಪಾರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಏಳಿಗೆಗೆ ಬರೀ ವೈದ್ಯರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ ಜನರ ಸಹಕಾರವು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬನ್ನಿ ಎಲ್ಲರೂ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವ ದೀರ್ಘಾಯು ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಲಿತು, ಕಲಿಸಿ, ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗೋಣ.

ಡಾ|| ಸುಚಿತ್ರಾ
ನಂ. 506, ಆರ್.ಬಿ. ಐ. ಲೇಔಟ್,
7ನೇ ಘಟ್ಟ, ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ
ಬೆಂಗಳೂರು - 78
ದೂರವಾಣಿ : 6551335

ಶಲ್ಯ ತಂತ್ರ - ಆಯುರ್ವೇದೀಯ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ

ಆಯುರ್ವೇದವೆಂಬ ವಿಶಾಲವಾದ ಅಶ್ವತ್ಥವೃಕ್ಷವು ಕಾಯ, ಬಾಲ, ಗ್ರಹ, ಊರ್ಧ್ವಾಂಗ, ಶಲ್ಯ, ದಂಷ್ಟ್ರ, ಜರಾ, ವೃಷ ಎಂಬ ಎಂಟು ಮಹಾ ಶಾಖೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ಎಂಟೂ ಅಂಗಗಳಿಂದ ರೋಗವೆಂಬ ಮಹಾಘೋರ ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವ ಜನರನ್ನು ಮೇಲೆತ್ತಿ ಉದ್ಧರಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಈ ಎಂಟೂ ಆಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅತೀ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದೂ, ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳುವಂತೆ ಅಗ್ರಮಾನ್ಯವಾದುದು ಶಲ್ಯತಂತ್ರವೆಂಬ ಶಾಖೆ. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ ನಾನಾ ರೀತಿಯ, ಕಾರಣದ ಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ, ಫಲಕಾರಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಶಲ್ಯತಂತ್ರವೆಂಬ ಈ ಮಹಾ ಶಾಸ್ತ್ರವು ಮಹಾತ್ಮನಾದ ಭಗವಾನ್ ಧನ್ವಂತರಿಯ ಮುಖೇನ ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರಾದ ಸುಶ್ರುತ, ಔಪಧೇನವ, ವೈತರಣ, ಗೋಪುರರಕ್ಷಿತ, ಔರಭ್ರ, ಪೌಷ್ಕಲಾವತ, ಕರವೀರ ಇವರುಗಳಿಗೆ ಉಪದೇಶ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯಿತು. ಇವರೆಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಂಹಿತೆಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿದರಾದರೂ ಸುಶ್ರುತನೆಂಬ ಪಂಡಿತನು ರಚಿಸಿದ ವಿದ್ವತ್ಪೂರ್ಣವಾದ ಸಂಹಿತೆಯೊಂದೇ ಇಂದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿರುವುದು. ಹೀಗೆ ಶಲ್ಯತಂತ್ರವು ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಅಂಗವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನುಳ್ಳದ್ದಾದ್ದರಿಂದ 'ಶಲ್ಯ' ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಶಲ್ಯ ಎಂಬ ಸಂಸ್ಕೃತಪದವು 'ಶಲ್' ಎಂಬ ಧಾತುವಿನಿಂದ ಬಂದಿದೆ. ''ಶರೀರ ಮನಃ ಆಬಾಧಕರಾಣಿ ಶಲ್ಯಾನಿ'' ಎಂದು ಶಲ್ಯ ಶಬ್ದವನ್ನು ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯರು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಶರೀರಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಯಾವುವು ಬಾಧೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆಯೋ ಅವನ್ನು ನಾವು ಶಲ್ಯಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಶರೀರದ್ದಲ್ಲದ ಹೊರ ಮೂಲದ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳು ನಮ್ಮ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಬಾಧಿಸುವುದರಿಂದ ಅವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಶಲ್ಯಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಶಲ್ಯಗಳು ಎರಡು ವಿಧದವು - ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಎಂದು.

ಹೆಸರುಗಳೇ ಸೂಚಿಸುವಂತೆ ಶರೀರವನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವ ಶಲ್ಯಗಳು ಶಾರೀರಿಕ ಶಲ್ಯಗಳು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವಂಥವು ಮಾನಸಿಕ ಶಲ್ಯಗಳು. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ನಾವು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ತುತ್ತಾಗುವ ನಾನಾ ರೋಗಗಳು ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನೂ ತನ್ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಬಾಧಿಸುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳೂ ಸಹ ಶಲ್ಯಗಳೇ. ಇವೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯರು ತೃಣ (ಹುಲ್ಲು), ಕಾಷ್ಠ (ಕಟ್ಟಿಗೆ), ಪಾಷಾಣ (ಕಲ್ಲು), ಲೋಹ (ಧಾತು), ಲೋಷ್ಠ, ನಖ (ಉಗುರು), ಶೃಂಗ (ಕೊಂಬು) ಇತ್ಯಾದಿ ನಮ್ಮ ಶರೀರೇತರ ವಸ್ತುಗಳು ಶರೀರದಲ್ಲಿಸೇರಿ ವ್ರಣ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವನ್ನು ಶಾರೀರಿಕ ಶಲ್ಯಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ಮೋಹ, ಮದ, ಮತ್ಸರ ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಭಾವಗಳು ಮನಸ್ಸನ್ನು ದುಃಖದ ಕಡೆಗೆ ಎಳೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಗುಣವೇ ಆನಂದ. ಆನಂದದಲ್ಲಿಯೇ ಹುಟ್ಟಿ ಆನಂದವನ್ನೇ ಸೇರಬೇಕಾಗಿರುವ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಈ ಮಾನಸಿಕ ಭಾವಗಳು ಸಂಸ್ಕಾರಾಂತರದಿಂದ ಮೈಗೂಡಿ ಅಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ದುಃಖದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇವುಗಳು ಮಾನಸಿಕ ಶಲ್ಯಗಳು.

ಹೀಗೆ ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬಾಧಿಸುವ ಶಲ್ಯಗಳು ತಮ್ಮ ಇರುವನ್ನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿಯೂ ಸಾರಿ ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಕಾಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಆಮವಾಗಲಿ, ವಿಸರ್ಜನೆಯಾಗದ ಮಲವಾಗಲಿ, ಸ್ತ್ರೀರೋಗದ ಮೂಢಗರ್ಭವಾಗಲಿ, ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನಿರ್ಬಂಧಗೊಳಿಸುವ ಕರುಳಿನ ಗೆಡ್ಡೆ (tumour), ಮಾನವನನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಅಸ್ವಸ್ಥಗೊಳಿಸುವ ಮಿದುಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವನ್ನು ಹೊಕ್ಕ ಮುಳ್ಳು, ಬಾಣ, ಗುಂಡು

ಹೊಟ್ಟೆ ಸೇರಿದ ವಿಷ ಇವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಶಲ್ಯಗಳೇ. ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಹೋದ ಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು, ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅವುಗಳನ್ನು ವಂಧ್ಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ (aseptic condition) ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಹರಿತವಾದ ಶಸ್ತ್ರಗಳು (sharp instruments), ಮೊಂಡು ಯಂತ್ರಗಳು (blunt instruments), ಅನುಶಸ್ತ್ರಗಳು, ಉಪಯಂತ್ರಗಳನ್ನೂ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಅಚ್ಚರಿಯ ಸಂಗತಿ ಎಂದರೆ 3000 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅವರು ಹೇಳಿರುವ ಶಸ್ತ್ರೋಪಕರಣಗಳೇ ಇಂದೂ ಸಹ ಶಸ್ತ್ರಾಗಾರಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ಅಂದು ಸೋಂಕು ತಗುಲದಿರಲೆಂದು ಶಸ್ತ್ರೋಪಕರಣಗಳನ್ನು ಚಿನ್ನ ಅಥವಾ ಬೆಳ್ಳಿಯಿಂದ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವಾಗಲೂ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿತ್ತು. ಇದೇ ತತ್ವವು ಇಂದು sterilization ಎಂಬುದಾಗಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ.

ಶಸ್ತ್ರಕರ್ಮಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಶಸ್ತ್ರೋಪಕರಣಗಳು, ಔಷಧಿ ದ್ರವ್ಯಗಳು, ಪೀಠೋಪಕರಣಗಳು, ಜಾಗತಿಕ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೇ ಕೊಡುಗೆಯಾದ ಪೂರ್ವಕರ್ಮ, ಪ್ರಧಾನ ಕರ್ಮ, ಪಶ್ಚಾತ್ ಕರ್ಮಗಳು, ಅದರಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳು ಶಸ್ತ್ರಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಅರಿವಳಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಯೋಗ, ಶಸ್ತ್ರಕರ್ಮದ ನಂತರದ ಪಥ್ಯ ಆಹಾರ ಆಚಾರಗಳು ಪ್ರಕಾಶಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ.

ಶಲ್ಯತಂತ್ರದ ಪ್ರಣೀತರಾದ ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯರು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಮಹತ್ತರವಾದ ಕೊಡುಗೆ - ಸುರೂಪಿಕಾ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ (plastic surgery). ಅಭಿಘಾತ ಮುಂತಾದ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಮೂಗು ಮುಂತಾದ ಅಂಗಗಳು ನಾಶಹೊಂದಿದವರಲ್ಲಿ, ಮೊದಲು ಅರಿವಳಿಕೆಯುಂಟು ಮಾಡಿ ನಷ್ಟಗೊಂಡ ಚರ್ಮದ ಅಳತೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕತ್ತು, ತೊಡೆ ಮುಂತಾದ ಸ್ವಸ್ಥ ಅಂಗಗಳಿಂದ ಚರ್ಮ ತೆಗೆದು ನಂತರ ಅದನ್ನಿಟ್ಟು ಸೇರಿಸಿ ಹೊಲಿದು ಪಟ್ಟಿಕಟ್ಟಿ ವಿರೂಪವನ್ನು ಸುರೂಪವಾಗಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಪ್ರಪ್ರಥಮಬಾರಿಗೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದ ಸುಶ್ರುತಾಚಾರ್ಯರು ಸಮಂಜಸವಾಗಿಯೇ ''ಶಸ್ತ್ರಶಾಸ್ತ್ರದ ಪಿತಾಮಹ'' ಎಂದು ಬಿರುದಾಂಕಿತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಇವೇ ಅಲ್ಲದೆ ಶಲ್ಯತಂತ್ರವು

1. ಸಿಜೇರಿಯನ್ ಪ್ರಸೂತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಪ್ರಚುರ ಪಡಿಸಿತು.
2. ಮೂತ್ರಕೋಶದಲ್ಲಿಯ ಕಲ್ಲುಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು.
3. ಮೂಳೆ ಮುರಿತವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಪಟ್ಟಿ ಕಟ್ಟುವುದು (Fracture bandaging and splinting)
4. ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದು (Cataract management)
5. ವಂಧ್ಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ (aseptic) ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಸುವುದು.
6. ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮುನ್ನ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಅರಿವಳಿಕೆಗಾಗಿ ದ್ರಾಕ್ಷಾರಸ, ಗಾಂಜಾ, ಸೋಮರಸ, ಮದ್ಯ, ಮಾಂಸಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು.
7. ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ತಾನೇ ತಯಾರಿಸಿ, ಶೇಖರಿಸಿ, ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು.
8. ಶರೀರದ ಅವಯವದ ಆಕಾರಕ್ಕನುಗುಣವಾದ ಹೊಲಿಗೆಗಳನ್ನು ತಕ್ಕ ಸೂಜಿಯಿಂದ ಹಾಕುವುದು.

ಮುಂತಾದ ಹತ್ತು ಹಲವು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮ ಮಾಹಿತಿಗಳೊಡನೆ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕಾಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಂದ

(Internal medicine) ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳಾದ ಜಲೋದರ (Ascitis), ಅರ್ಶಸ್ (Piles) ಮೂಢಗರ್ಭ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳು ಶಲ್ಯತಂತ್ರದ ತತ್ವಗಳಿಂದ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗುಣಮುಖವಾದವು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಶಲ್ಯತಂತ್ರವು ತನ್ನದೇ ಆದ ಛಾಪನ್ನು ಮೂಡಿಸಲು, ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ಆದರೆ ಖೇದದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಸಾರ, ಉಪಯೋಗಗಳಿರುವ ಈ ಶಾಸ್ತ್ರವು ಇಂದು ಮೂಲೆ ಗುಂಪಾಗಿರುವುದು. ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೇ ಗುರುವಾಗಿದ್ದ ಭಾರತ ಇಂದು, ತನ್ನ ತನವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಪರರ ಹಂಗಿನಲ್ಲಿ ಪರಕೀಯರಂತೆ ಕಡೆಗಾಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವುದು. ಸುಶ್ರುತರು ನಿರ್ಮಿಸಿರುವ ಭದ್ರ ಬುನಾದಿಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ಉತ್ತಮವಾದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸೋತು ಶಾಸ್ತ್ರವು ನ್ಯೂನವಾಗಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾ ಆತ್ಮವಂಚನೆಗೈಯುತ್ತಾ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮುಂದೆಯಾದರೂ ನಾವು ಈ ಆಲಸ್ಯವನ್ನು ಮೈಗೊಡವಿ ಎದ್ದು ನಿಂತು ಶಾಸ್ತ್ರದ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡೆದು ಅಷ್ಟಾಂಗಾಯುರ್ವೇದವೆಂಬ ಕಿರೀಟದ ಅನರ್ಘ್ಯರತ್ನವಾದ ಶಲ್ಯತಂತ್ರಕ್ಕೆ ತಗುಲಿದ ಮಸಿಯನ್ನು ಒರೆಸಿ ನಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಸೇವೆಯನ್ನೂ, ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನೂ ಮಾಡಿ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಬೇಕು. ಹಿಂದೆ ಅಪ್ರತಿಮ ಕೀರ್ತಿಯಿಂದ ಬೆಳಗುತ್ತಿದ್ದ ಈ ಶಾಸ್ತ್ರವು ತನ್ನ ಹಳೆಯ ವೈಭವವನ್ನು, ವಿಜೃಂಭಣೆಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆದು, ಇದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಭಾವಿಯಾಗಿ ತಲುಪಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸೋಣ ; ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ.

ಕು|| ಶೃತಿ ವೈ. ಎಂ.
ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ
ಬೆಂಗಳೂರು
ಮನೆ : ನಂ. 42/5, 1ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ
ವಿಠ್ಠಲ ನಗರ, ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ
ಬೆಂಗಳೂರು - 560 018

ವಿಷವೆಂದು ವೈಷಮ್ಯ ಮಾಡದಿರಿ !

''योगादपि विषं तीक्ष्णमुत्तमं भेषजं भवेत् ।
भेषजं चापि दुर्युक्तं तीक्ष्णं संपद्यते विषम् ॥'' (च.सू. १/१२६)

'ಅತ್ಯಂತ ತೀಕ್ಷ್ಣ (ಉಗ್ರ) ವಾದ ವಿಷವೂ ಸಹ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಔಷಧವಾಗಬಲ್ಲದು. ಅಂತೆಯೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಔಷಧಿಯೂ ಸಹ ತಪ್ಪಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಘೋರ ವಿಷವಾಗಬಹುದು.

ಉದಾ : 1. ಅತ್ಯಂತ ವಿಷಕಾರಿಯಾದ ವತ್ಸನಾಭವನ್ನು ಶೋಧನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಅದು ಪ್ರಾಣದಾಯಕ ಔಷಧಿಗಳಾದ ಸಂಜೀವನಿ ವಟಿ, ಆನಂದಭೈರವ ರಸ, ತ್ರಿಭುವನ ಕೀರ್ತಿ ರಸಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

2. ಘನ ಘೋರವಾದ ಸರ್ಪದ ವಿಷವೂ ಸಹ, ಅಸಾಧ್ಯ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವ ಸನ್ನಿಪಾತದ ಉದರ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಬಹು ಉಪಯುಕ್ತವೆಂಬ ಉಲ್ಲೇಖ ಚರಕ ಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲಿದೆ.

3. ಹಾಗೆಯೇ ಅನ್ನವು ಜೀವನೀಯವೆಂದು ಹೇಳಿ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸೇವಿಸದೆ, ತಪ್ಪಾಗಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ, ಅದು ವಿಷ (ಆಮವಿಷ) ವಾಗುತ್ತದೆ.

4. ಮಾನವ ಲೋಕದ ಅಮೃತಗಳೇ ಆದ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪಗಳನ್ನು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಂಯೋಜಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ, ಅದೂ ವಿಷವಾಗಿ ಮಾರ್ಪಾಡಾಗುತ್ತದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಷ ಮತ್ತು ಔಷಧಗಳ ಮಧ್ಯೆ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧ ಜ್ಞಾನ ಎಷ್ಟು ಅಗತ್ಯವೋ, ವಿಷಗಳ ಬಗ್ಗೆಯ ಜ್ಞಾನವೂ ಅಷ್ಟೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಇಂತಹ ವಿಷಗಳ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವುದೇ ವಿಷತಂತ್ರ.

ವಿಷತಂತ್ರ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಆಯುರ್ವೇದಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಆಯುರ್ವೇದದ ಬುನಾದಿ ಗ್ರಂಥಗಳಾದ ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ, ಸುಶ್ರುತ ಸಂಹಿತೆಗಳು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಶಲ್ಯತಂತ್ರಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೂ ಸಹ, ವಿಷತಂತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ಕೆಲವಾರು ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದವು ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದಷ್ಟು (ಜನಪ್ರಿಯವಾದಷ್ಟು) ವಿಷತಂತ್ರ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಗಿಲ್ಲ. ಕಾರಣ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿಯ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ (ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ) ಜ್ಞಾನದ ಅಭಾವ. ಈಗಲೂ ಸಹ ವಿಷ ಪೀಡಿತರೋಗಿಯು ಮೊದಲು ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆಯೋ ಹೊರತು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವುದು ಅತ್ಯಂತ ವಿರಳ. ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳದ ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಉದಾ: ಅಂಜನ, ನಸ್ಯ, ಮೃತ ಸಂಜೀವಿನಿ ಇತ್ಯಾದಿ. ಆದರೆ ಈ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಕರಗತ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವವರು ಕೇವಲ ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯಷ್ಟು ವೈದ್ಯರು ಮಾತ್ರ. ಈ ವಿಷತಂತ್ರ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ, ಆಯುರ್ವೇದವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಒಂದು ಸವಾಲೇ ಸರಿ.

ವಿಷತಂತ್ರದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ (ಮೂಲಭೂತ) ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಜನತೆಗೆ ಒದಗಿಸುವ ಹಾಗೂ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಪ್ರಯತ್ನ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ವಿಷತಂತ್ರವನ್ನು, ಅಗದ ತಂತ್ರ, ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ದಂಷ್ಟ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

''विषाद जनकत्वात् विषम् ॥''

ವಿಷಾದವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವುದರಿಂದ ವಿಷವೆಂದು ಹೆಸರು. ವಿಷದ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಗಿಡ, ಮರ, ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಗಾಳಿ, ನೀರು, ಕನ್ಯೆ (ಮನುಷ್ಯ) ಗಳವರೆಗೂ ಇದೆ.

ವಿಷದ ಪೌರಾಣಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ :

ಸುರಾಸುರರಿಂದಾದ ಸಮುದ್ರ ಮಂಥನದಲ್ಲಿ ಅಮೃತ ಬರುವುದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಓರ್ವ ಭಯಂಕರ, ನಾಲ್ಕು ಕೋರೆ ಹಲ್ಲುಗಳುಳ್ಳ, ಗುಂಗುರು ಕೂದಲ, ಕೆಂಗಣ್ಣ ಪುರುಷನೊಬ್ಬ ಉದ್ಭವಿಸಿದ. ಅವನನ್ನು ನೋಡಿ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೇ ನಿರಾಶೆ (ವಿಷಣ್ಣ)ಯಾದ್ದರಿಂದ ಅವನನ್ನು ವಿಷನೆಂದು ಕರೆಯಲಾಯಿತು. ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ ಬ್ರಹ್ಮನು ಈತನನ್ನು ಮಾಡುವುದೇನೆಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಇವನನ್ನು ಕೆಲ ಗಿಡ, ಮರ, ಪ್ರಾಣಿ ಪಕ್ಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದನು ಎಂಬುದು ಹಿನ್ನೆಲೆ.

ವಿಷದ ವಿಂಗಡನೆ : ವಿಷಗಳು ಮೂರು ವಿಧ ;

1. ಸ್ಥಾವರ ವಿಷ : ಇವುಗಳ ಒಟ್ಟು10 ಅಧಿಷ್ಠಾನಗಳಿವೆ.

1. ಮೂಲ ವಿಷ (ಒಟ್ಟು8) : ಕ್ಲೀತಕ, ಅಶ್ವಮಾರ, ಗುಂಜ, ವಿಜಯ ಇತ್ಯಾದಿ
2. ಪತ್ರ ವಿಷ (5) : ವಿಷಪತ್ರಿಕ, ವರದಾರು, ಕರಂಭ, ಇತ್ಯಾದಿ
3. ಫಲ ವಿಷ (12) : ವೇಣುಕಾ, ರೇಣುಕಾ ಇತ್ಯಾದಿ
4. ಪುಷ್ಪ ವಿಷ (5) : ವೇತ್ರ, ವಲ್ಲೀಜ, ಇತ್ಯಾದಿ
5. ತ್ವಕ್, ಸಾರ, ನಿರ್ಯಾಸ ವಿಷ (7) : ನಂದನ, ಅಂತ್ರಪಾಚಕ ಇತ್ಯಾದಿ
6. ಕ್ಷೀರ ವಿಷ (3) : ಸ್ನುಹಿ, ಜಲಕ್ಷೀರಿ, ಕುಮುದಘ್ನಿ
7. ಧಾತು ವಿಷ (2) : ಫೇನಾಶ್ಮ, ಹರತಾಳ
8. ಕಂದ ವಿಷ (13) : ಕಾಲಕೂಟ, ವತ್ಸನಾಭ, ಇತ್ಯಾದಿ

ಸ್ಥಾವರ ವಿಷವನ್ನು ವಿಷ ಮತ್ತು ಉಪವಿಷಗಳೆಂತಲೂ ವರ್ಗೀಕರಣ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

2. ಜಂಗಮ ವಿಷ : ಇವುಗಳ ಅಧಿಷ್ಠಾನ 16. ದೃಷ್ಟಿ, ನಿಃಶ್ವಾಸ, ದಂಷ್ಟ್ರ , ನಖ, ಮೂತ್ರ, ಪುರೀಷ, ಶುಕ್ರ, ಲಾಲಾ, ಆರ್ತವ, ಮುಖ, ಸಂದಂಶ, ಪರ್ದಿತ, ಗುದಾಸ್ಥಿ ಪಿತ್ತ ಶೂಕ, ಶವ.

ಉದಾ : ಹಾವು, ಚೇಳು, ಹಲ್ಲಿ ಇತ್ಯಾದಿ

3. ಕೃತ್ರಿಮ ವಿಷ : ದ್ರವ್ಯಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ವಿಷ. ಇದು 2 ವಿಧ.

1. ನಿರ್ವಿಷ ದ್ರವ್ಯಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದಾಗುವ ವಿಷ. ಉದಾ : ತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ಜೇನನ್ನು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಂಯೋಜಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು.
2. ಸವಿಷ ದ್ರವ್ಯಗಳ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದಾಗುವ ವಿಷ. ಉದಾ : ಮದ್ಯವನ್ನು ವಿಷದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸುವಿಕೆ, ಮದ್ದೀಡು (ಕೈಮಸಕು) ಇತ್ಯಾದಿ.

ಇದಲ್ಲದೆ ಶಂಕ ವಿಷ, ದೂಷೀ ವಿಷಗಳೆಂದೂ ಇದೆ.

ಈಗ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗುಂಪನ್ನು ಒಂದೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಸಹಿತ ವಿವರಿಸಲಾಗುವುದು.

1. ಸ್ಥಾವರ ವಿಷ : ಕಂದ ವಿಷ : 'ವತ್ಸನಾಭ'

ಸಂಸ್ಕೃತ ನಾಮಗಳು : ವಿಷ, ಅಮೃತ

ಹಿಂದಿ : ಮೀಠಾ ವಿಷ್

ಕನ್ನಡ : ವತ್ಸನಾಭ

ಆಂಗ್ಲ: ಅಕೋನೈಟ್ (Aconite)

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು : Aconitum ferox wall

ಕುಲ : Ranunculaceae

ಗೋಸ್ತನಾಕಾರವಿದ್ದು 5 ಅಂಗುಲಕ್ಕಿಂತ ಉದ್ದವಲ್ಲದ, ತುಂಬಾ ದಪ್ಪವೂ ಅಲ್ಲದ, ಪಾಂಡುರ ವರ್ಣದ ವತ್ಸನಾಭ ಕಂದಗಳು (rhizome) ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ. ಇದರಲ್ಲಿ Pseudo-aconitine ಎಂಬ ವಿಷ ತತ್ವವಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಶೋಧನ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕು.

ಶೋಧನ ವಿಧಿ : ಇದರ ಕಂದವನ್ನು (rhizome) ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ಗೋಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ 7 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ನೆನೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಪ್ರತಿದಿನ ಗೋಮೂತ್ರ ಬದಲಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಂತರ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು, ಪೊಟ್ಟಲಿ ಕಟ್ಟಿ ಹಸುವಿನ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ 3 ಘಂಟೆ ಸ್ವೇದನ ಮಾಡಬೇಕು (ಬೇಯಿಸಬೇಕು).

ವಿಷ ಲಕ್ಷಣ : ವತ್ಸನಾಭವನ್ನು ಅತಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ, ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಯಿ, ಅನ್ನನಾಳ, ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಉರಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಜೊಲ್ಲು ಸೋರುವಿಕೆ, ಬೆವರುವಿಕೆ, ತ್ವಚೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಶ ಹೀನತೆ, ಹಳದಿ ಮಲ ಮೂತ್ರ - ನೇತ್ರ ಮಂದ ಹಾಗೂ ವಿಷಮ ನಾಡಿ, ಕಣ್ಣಿನ ಪಾಪೆ (pupil) ವಿಸ್ತಾರವಾಗುವಿಕೆ (dilation), ಕಣ್ಣುಗಳು ಸ್ತಬ್ಧವಾಗುವಿಕೆ, ಗ್ರೀವಾಸ್ತಂಭ, ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟ, ಅವಸಾದ, ಮೂರ್ಛೆ ನಂತರ ಹೃದಯ ಬಡಿತ ನಿಂತು ಮೃತ್ಯುವಾಗುತ್ತದೆ. ವತ್ಸನಾಭವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದ 5 ರಿಂದ 24 ಘಂಟೆಯೊಳಗೆ ಮರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ತ್ರಿಫಲಾ ಕಷಾಯದಿಂದ ಆಮಾಶಯ ಪ್ರಕ್ಷಾಲನ ಮಾಡಿ, ವಮನ ಮಾಡಿಸಿ ನಂತರ ಮತ್ತಿ ಚಕ್ಕೆ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ತುಪ್ಪ ಜೇನಿನೊಂದಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅರ್ಜುನಾರಿಷ್ಟ ಕೊಡಬಹುದು.

ಶೋಧಿತ ವತ್ಸನಾಭದ ಉಪಯೋಗ : ಇದು ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಔಷಧ. ಮೃತ್ಯುಂಜಯ ರಸ, ಆನಂದ ಭೈರವಿ ರಸ, ಹಿಂಗುಳೇಶ್ವರ ರಸಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶ. ಗೃಧ್ರಸೀ, ಆಮವಾತ, ಸಂಧಿವಾತ, ತಲೆನೋವುಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಲೇಪ ಮಾಡಿದರೆ, ನೋವು- ಊತಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.

ಪಕ್ಷಘಾತ, ಅಗ್ನಿಮಾಂದ್ಯ, ಶೂಲ, ಶ್ವಾಸ, ಕಾಸ, ಕುಷ್ಟಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಉಪಯುಕ್ತ.

2. ಸ್ಥಾವರ ವಿಷ : ಉಪ ವಿಷ : ಭಲ್ಲಾತಕ

ಸಂಸ್ಕೃತ ನಾಮಗಳು : ಅಗ್ನಿಕ, ಅರುಷ್ಕರ, ಅಗ್ನಿಮುಖ

ಹಿಂದಿ : ಬಿಲಾವಾ

ಕನ್ನಡ : ಕೇರು ಮರ

ಆಂಗ್ಲ : Marking nut

ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು : Semecarpus anacardium lin

ಕುಲ : Anacardiaceae

ಈ ಮರದ ಉಪಯುಕ್ತ ಭಾಗ - ಫಲ. ಈ ಫಲವು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದಾಗ ಮುಳುಗಿದರೆ ಅಂತಹುದನ್ನು ಔಷಧಿಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಅರ್ಹ. ಈ ಫಲದಲ್ಲಿ ಹೊಪ್ಪಳೆ (ಬೊಬ್ಬೆ) ಉಂಟು ಮಾಡುವ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ತೈಲವಿದೆ. ಈ ತೈಲ ಗಾಳಿಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದೊಡನೆ ಕಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ Bhilawanal, Semecarpol ಎಂಬ ತತ್ವಗಳೂ ಇವೆ. ಭಲ್ಲಾತಕ ಫಲ ಬಹಳ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಶೋಧನಗೊಳಿಸಿಯೇ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.

ಶೋಧನ ವಿಧಿ : ಫಲದ ಹೂಬಟ್ಟಲು/ ಪುಷ್ಪಪಾತ್ರ (calyx) ವನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ಫಲವನ್ನು ಇಟ್ಟಿಗೆ ಚೂರ್ಣದಲ್ಲಿ 7 ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಹೂಳಬೇಕು. ನಂತರ ಹೊರ ತೆಗೆದು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉಜ್ಜಿ ತೊಳೆದು, ಒಂದು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಇವನ್ನು ಪೊಟ್ಟಲಿಯಂತೆ ಕಟ್ಟಿ, ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಬೇಕು.

ವಿಷ ಲಕ್ಷಣ : ಅಶುದ್ಧ ಭಲ್ಲಾತಕ / ಅತಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಭಲ್ಲಾತಕವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಬೊಬ್ಬೆಗಳು, ಗುದ ಮತ್ತು ಶಿಶ್ನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ನವೆ (ಕಡಿತ), ಉರಿ, ವಿಪರೀತ ಬೆವರುವಿಕೆ, ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಅಲ್ಪ ಮೂತ್ರತೆ, ಮೂತ್ರ ಹಳದಿ ಅಥವಾ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುವಿಕೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗಂತೂ ಈ ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಹೋದರೆ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ನಿಂತರೆ ಸಾಕು ಮೈ ಕೈಗಳಲೆಲ್ಲಾ ನವೆ, ಉರಿ ಶುರುವಾಗಿ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಬೊಬ್ಬೆಗಳು ಏಳುತ್ತವೆ.

ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ಮೇಲಿನ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡೊಡನೆಯೇ ಭಲ್ಲಾತಕ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು ಇಲ್ಲವೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಪಿತ್ತ ಶಾಮಕ ದ್ರವ್ಯಗಳಾದ ಹಾಲು, ತುಪ್ಪ, ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಹೇರಳವಾಗಿ (ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಅನ್ನದ ಜೊತೆ) ಬಳಸಬೇಕು. ಮಧುರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆದ್ದಿರುವ ಬೊಬ್ಬೆಗಳಿಗೆ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ/ ತೆಂಗಿನೆಣ್ಣೆ/ ತುಪ್ಪ ಸವರುವುದರಿಂದ ಉರಿ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಬೊಬ್ಬೆಗಳು 2-3 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಯುತ್ತವೆ.

ಶೋಧಿತ ಭಲ್ಲಾತಕದ ಉಪಯೋಗಗಳು :

1. ಇಂದ್ರಲುಪ್ತದಲ್ಲಿ (ತಲೆ, ಗಡ್ಡ, ಮೀಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ರೋಮ ಉದುರುವಿಕೆ) ಭಲ್ಲಾತಕ ತೈಲವನ್ನು ಹತ್ತಿಯ ಸಹಾಯದಿಂದ ಕೂದಲು ಹೋಗಿರುವ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ, ಶಂಕೆಯಿಲ್ಲದೆ 8 ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕೂದಲು ಬರುತ್ತದೆ.

2. ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಕೊಕ್ಕೆ ಹುಳು (hook-worm) ರೋಗದಲ್ಲಿ ಭಲ್ಲಾತಕ ತೈಲವನ್ನು 5-6 ಹನಿ ಒಂದು ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್(capsule)ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟು, 2 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ತ್ರಿವೃತ ಅವಲೇಹ ಅಥವಾ ಬಿಸಿ ಹಾಲಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಕುಡಿಸಿದರೆ, ವಿರೇಚನ (ಭೇದಿ) ವಾಗಿ ಹುಳುಗಳೆಲ್ಲಾ ಹೊರ ಬೀಳುತ್ತವೆ.

3. ಬಾಣಂತಿಯರಲ್ಲಂತೂ ಈ ಗೇರು ಬೀಜದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಅಂಟಿನ ಉಂಡೆಯಂತೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಕೊಟ್ಟೇ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸೊಂಟಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಪುಷ್ಟಿದಾಯಕ. ಇದನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಸಹ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ರಸಾಯನವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

4. ಶುಷ್ಕಾರ್ಶಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವರ್ಧಮಾನ ಭಲ್ಲಾತಕ ಪ್ರಯೋಗ ಅತ್ಯುತ್ತಮ
5. ಇದು ಸ್ವೇದ ಜನಕವಾದ್ದರಿಂದ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ. ಅಲ್ಲದೆ ಗುಲ್ಮ, ಉದರ, ಗೃಹಣಿ ರೋಗದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
6. ಭಲ್ಲಾತಕ ಉತ್ತಮ ವಿಬಂಧಹರ, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಹಸಿವನ್ನು ವರ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.
7. ಕಷ್ಟಾರ್ತವ, ಶುಕ್ರದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಧ್ವಜಭಂಗ, ಗೃಧ್ರಸೀ, ಆಮವಾತ, ಪಕ್ಷಾಘಾತಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಇದರ ಬಳಕೆಯಿದೆ.

ಹಾಗಾಗಿ ವತ್ಸನಾಭ, ಭಲ್ಲಾತಕಗಳನ್ನು ವಿಷವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿ ವರ್ಜಿಸಿಬಿಟ್ಟರೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ತಮೋತ್ತಮ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳಿಂದ ನಾವು ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ವಿಷವೂ ಸಹ ಅಮೃತವಾಗಬಲ್ಲದು.

3. ಜಂಗಮ ವಿಷ : ದಂಷ್ಟ್ರ ವಿಷ : 'ಚೇಳಿನ ವಿಷ '

ಸಂಸ್ಕೃತ ನಾಮ : ವೃಶ್ಚಿಕ
ಹಿಂದಿ : ಬಿಚ್ಚೂ
ಕನ್ನಡ : ಚೇಳು

ಆಂಗ್ಲ : Scorpion

ಸಾಮಾನ್ಯ ಈ ಚೇಳುಗಳು ಹಳ್ಳಿಗಾಡು, ಹೊಲಗದ್ದೆ, ಕೆರೆ ಕುಂಟೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತವೆ. ಹಾವುಗಳು ಹೇಗೆ ತಮ್ಮ ಹಲ್ಲಿನಿಂದ ಕಚ್ಚುವ ಮೂಲಕ ವಿಷವನ್ನು ಸ್ರವಿಸುತ್ತವೆಯೋ, ಅಂತೆಯೇ ಈ ಚೇಳುಗಳು ತಮ್ಮ ಕೊಂಡಿಯಿಂದ ಚುಚ್ಚುವುದರಿಂದ (ಹೊಡೆಯುವುದರಿಂದ) ವಿಷವನ್ನು ಸ್ರವಿಸುತ್ತವೆ. ಚೇಳಿನ ವಿಷ ಹಾವಿನ ವಿಷದಷ್ಟೇ ವಿಷಕರ, ಉಗ್ರ. ಆದರೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಹಾವಿನ ವಿಷದಷ್ಟು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ, ಹಾಗೆಂದು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವಂತಿಲ್ಲ.

ವಿಷ ಲಕ್ಷಣ : ಚೇಳು ಕಡಿದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಅಪಾರವಾದ ಬೆಂಕಿಯಂಥ ಉರಿ ಹಾಗೂ ಗಿಂಡಿದಂತೆ ನೋವಿರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಈ ನೋವು ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಪಸರಿಸುತ್ತದೆ. ದಂಷ್ಟ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಊತ ಹಾಗೂ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದ ರಕ್ತದ ಸ್ರಾವವಿರುತ್ತದೆ. ಜ್ವರವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ವಿಷ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ, ಮರಣ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ : ಚೇಳು ಕಡಿದೊಡನೆಯೇ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ದೂರವಿದ್ದಾಗ, ಸಂಚಾರ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ, ರಾತ್ರಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ, ಯಾರೂ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ, ರೋಗಿಯು ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುವ ಮುಂಚೆ, ಸ್ವತಃ ತಾನೇ ಯಾವ ರೀತಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬುದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

1. ಮೊದಲು ಕಡಿದದ್ದು ಚೇಳೇ ಎಂದು ಖಾತ್ರಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಹೆಚ್ಚು ಗಾಬರಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೇ ಆದಷ್ಟು ಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
2. ತಕ್ಷಣವೇ ಒಂದು ದಾರವನ್ನು (ಕಟ್ಟಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತು ಇರಬಹುದು) ಚೇಳು ಕಡಿದ ಸ್ಥಾನಕ್ಕಿಂತ 3-4 ಇಂಚು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಉದಾ : ಚೇಳು ಕಾಲಿನ ಬೆರಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಕಚ್ಚಿದ್ದರೆ, ಆ ಬೆರಳಿನ ಬುಡದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಏನೂ ಸಿಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಕೈಬೆರಳುಗಳಿಂದಲೇ ಬೆರಳಿನ ಬುಡವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

3. ನಂತರ ಬುಡದಿಂದ (ಕಟ್ಟಿದ ಸ್ಥಾನದಿಂದ) ತುದಿಯವರೆಗೆ (ಕಚ್ಚಿದ ಸ್ಥಾನದವರೆಗೆ) ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಂಡಿ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದ ದೂಷಿತ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೊರಸುರಿಸಬೇಕು. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ರಕ್ತವು ಬರುವವರೆಗೆ ಹಾಗೂ ಒಳಗಿರುವ ಮುಳ್ಳು ಈಚೆ ಬೀಳುವವರೆಗೆ ಬೆರಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಿಂಡಬೇಕು.

4. ನಂತರ ಸುಟ್ಟ ಈರುಳ್ಳಿಯಿಂದ ಸ್ವೇದ ಮಾಡಿ (ಶಾಖ ಕೊಟ್ಟು), ಕೆಳಗೆ ಹೇಳಿರುವ ಯಾವುದಾದರೊಂದನ್ನು ಲೇಪ ಹಾಕಬೇಕು.

   ಅ. ಅತಸೀ ಅಥವಾ ಬಾಗೇ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಅರೆದು ಲೇಪ ಮಾಡಬೇಕು.

   ಆ. ಅಂಟುವಾಳದ ಕಾಯಿ/ ಕೆಂಪು ಉತ್ತರೇಣಿ ಬೇರು/ ಮುತ್ತುಗ ಮರದ ಅಂಟನ್ನು ಅರೆದು ಲೇಪ ಮಾಡಬೇಕು.

   ಇ. ಕಾಡಜೀರಿಗೆ ಎಲೆ ಮತ್ತು ಬೇರನ್ನು ಅರೆದು ಕಡಿದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಲೇಪ ಮಾಡಿದರೆ, ವಿಷದ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

5. ನಂತರ ತುಳಸಿ ಎಲೆ, ಅರಿಶಿನ, ಸೈಂಧವ ಲವಣ, ಎಣ್ಣೆ/ ಬೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕಾವಲಿಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ ಬಂದ ಧೂಮದಿಂದ ಕಡಿದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಧೂಪನ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಸುಮಾರು ಮುಕ್ಕಾಲು ಭಾಗ ಅಪಾಯ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ.

6. ಅಭ್ಯಂತರ ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಶಿರೀಷಾರಿಷ್ಟ, ಸಂಜೀವಿನಿ ವಟಿ (3-3 ವಟಿಗಳು), ಮುಳ್ಳು ಹರಿವೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ಸಮೂಲ ಕಷಾಯ ಪಾನವನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.

7. ಗರುಗದ ಸೊಪ್ಪಿನ ರಸವನ್ನು 3-3 ತೊಟ್ಟು ಮೂಗಿಗೆ ಬಿಡಬೇಕು (ನಸ್ಯ). ಇದರಿಂದ ವಿಷ ಪ್ರಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

4. ಕೃತ್ರಿಮ ವಿಷ : 'ಮದ್ದೀಡು' (ಕೈಮಸಕು)

ಇದು ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಪ್ರಚಲಿತದಲ್ಲಿದೆ. ಅಡುಗೆ ಮನೆ ವಿಭಾಗ ಹೆಂಗಸರದಾದ್ದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವರೇ ಇಂಥ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹೆಂಗಸರು ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯ ಸಾಧನೆಗಾಗಿಯೋ, ದ್ವೇಷದಿಂದಲೋ, ಅಸೂಯೆಯಿಂದಲೋ ತಮ್ಮ ಮುಟ್ಟಿನ ಸ್ರಾವ, ಮಲ, ಮೂತ್ರ, ಉಗುರು, ಕೂದಲು, ವಿವಿಧ ಲೋಹ ಚೂರ್ಣ ಮುಂತಾದ ವರ್ಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಡಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ, ತಮಗಾಗದವರಿಗೆ ಉಣ್ಣಲು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗೋಸುಂಬೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಪಚನವಾಗದೇ ಉದರದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದು ವಿಷವಾಗಿ ಮಾರ್ಪಾಡಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಸದ್ಯೋಮಾರಕವಲ್ಲ, ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ನಂತರ ತನ್ನ ಮಾರಕ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ತೋರುತ್ತದೆ.

ವಿಷ ಲಕ್ಷಣ : ಇದನ್ನು ಸೇವಿಸಿದವನು ರಕ್ತಹೀನತೆ, ನಿಶ್ಶಕ್ತಿ, ಜ್ವರ, ಕೆಮ್ಮುಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಾನೆ. ಊಟ-ಪಾಠ, ಕೆಲಸ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಹಸಿವು ತೀರ ಕ್ಷೀಣಿಸುವುದರಿಂದ ಊಟ ಸೇರದೆ, ದಿನೇ ದಿನೇ ಕೃಶನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯುಬ್ಬರ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೈಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಊತ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು, ಕಾಂತಿ ಹೀನನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಬೆಕ್ಕು, ನರಿ, ಮುಂಗುಸಿ, ಕೋತಿ, ಒಣಗಿದ ನದಿ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ.

ಕೈಮಸಕು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಬಗೆ :

1. ಮದ್ದೀಡಿಗೊಳಗಾಗಿರುವ ರೋಗಿಯು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅವನ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ತೊಂಡೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ರಸ/ ನುಗ್ಗೆಸೊಪ್ಪಿನ ರಸ/ ತುಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಇಟ್ಟರೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನ ನಂತರ ಅದು ಮೊಸರಿನಂತೆ ಒಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

2. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ 1 ಚಮಚ ಹುರಳೀಕಾಳನ್ನು ನೆನೆ ಹಾಕಿದರೆ, ಬೆಳಗಿನ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾಳೂ ಸಹ ಅರ್ಧ ಕಪ್ಪಗಾಗಿ, ಇನ್ನರ್ಧ ಹಾಗೆ ಹುರಳಿ ಬಣ್ಣವೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ :

1. ಮದ್ದಿಡೆಂದು ಖಾತರಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಪ್ರಥಮವಾಗಿ ರೋಗಿಗೆ ವಮನ ಮಾಡಿಸಿ (ಕೋಷ್ಠಶೋಧನೆ) ಮದ್ದು ಹೊರ ಬೀಳುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ವಮನ ಮಾಡಿಸಲು ಕೆಳಗೆ ಹೇಳಿರುವ ಯಾವುದಾದರೊಂದನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಅ. ನುಗ್ಗೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ರಸ 2 ತೊಲ (25 ಮಿ.ಲಿ.) ಮತ್ತು ಕಾಯಿಸಿದ ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಅರ್ಧ ಪಾವು ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಆ. ಆಡು ಮುಟ್ಟದ ಬಳ್ಳಿಯ ಬೇರು 1 ತೊಲ (12 ಗ್ರಾಂ) ಮತ್ತು ಅದರದೇ ಎಲೆ 1 ತೊಲವನ್ನು ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಇ. ಅಶುದ್ಧವಾದ ತಾಮ್ರದ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕು. ವಮನ ಮಾಡಿಸಲಾಗದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಈ ಕೆಳಗೆ ಹೇಳಿರುವ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಿಧಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

2. ಕಕ್ಕೆ ಮರದ ಬೇರು/ ಎಳೆ ಕುಡಿಯನ್ನು ಅರೆದು ಗಜ್ಜುಗದ ಗಾತ್ರ ಉಂಡೆ ಮಾಡಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿಟ್ಟು ನುಂಗಿಸಿ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕುಳ್ಳರಿಸಿದರೆ, ಭೇದಿಯಾಗಿ ಕೈ ಮಸಕು ಬಿದ್ದು ಹೋಗುತ್ತದೆ.

3. ಉತ್ತರಾಣಿಯ ಕ್ಷಾರವನ್ನು ಬೆಲ್ಲದೊಂದಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕು. ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಗ್ನಿದೀಪನ ಮಾಡಿ ರಸಾಯನಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

5. ಶಂಖ ವಿಷ :

ಭ್ರಮೆಯಿಂದ ಉಂಟಾದ ವಿಷ.

ಉದಾ : ಕತ್ತಲಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಜಂತು ಕಚ್ಚಿದರೂ ಸಹ, ಭಯದಿಂದ ಗಾಬರಿಗೊಂಡು, ತನಗೆ ಹಾವೇ ಕಚ್ಚಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿದು ಭ್ರಮೆಗೊಳಗಾಗಿ, ಆತನಲ್ಲಿ ವಿಷ ಲಕ್ಷಣಗಳು ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಶಂಕವಿಷ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅವನಿಗೆ ನಿಜವಾಗಿ ಹಾವು ಕಚ್ಚಿಲ್ಲವಾದರೂ ಸಹ, ಆತನಲ್ಲಿ ಜ್ವರ, ವಾಂತಿ, ಮೂರ್ಛೆ, ಮೈಕೈಯುರಿ, ಭೇದಿ, ಸುಸ್ತು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಬುದ್ಧಿವಂತ ವೈದ್ಯನು ಮೊದಲು ರೋಗಿಯನ್ನು ಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅವನಿಗೆ ನಿಜಾಂಶವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯ ಹೇಳಬೇಕು. ನಂತರ ಅವನಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಜೇನಿನಂತಹ ಸಿಹಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು (ಇಂದ್ರಿಯ ಪ್ರಭೋಧನೆಗಾಗಿ). ಅವನ ಕೈ ಕಾಲು ಮುಖಕ್ಕೆ ನೀರು ಚಿಮುಕಿಸಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಅವನನ್ನು ಸಂತೈಸಬೇಕು.

6. ದೂಷಿ ವಿಷ :

ಸೇವಿಸಿದ ವಿಷವು ಹಳೆಯದಾಗಿದ್ದಾಗ / ವಿಷನಾಶಕ ಔಷಧಿಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ವಿಷ ಶಕ್ತಿಹೀನವಾಗಿದ್ದಾಗ / ಗಾಳಿ, ಬಿಸಿಲಿನಿಂದಾಗಿ ಶೋಷಿತವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅದನ್ನು ದೂಷಿ ವಿಷ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಈ ವಿಷವು ಆನೂಪ ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಶೀತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಎಳ್ಳು-ಸುರ-ಹುರಳಿಯಂಥಹ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಹಗಲು ನಿದ್ರೆಯಿಂದಾಗಿ ದೂಷಿತಗೊಂಡು ರಸ ರಕ್ತಾದಿಗಳನ್ನು ದೂಷಿತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.

ವಿಷ ಲಕ್ಷಣ :

ಅತಿಸಾರ, ವಿವರ್ಣತೆ, ದೇಹ ದುರ್ಗಂಧತೆ, ಬಾಯಾರಿಕೆ, ಮೂರ್ಛೆ, ತಲೆ ಸುತ್ತು, ಕಿಟಿಭ (ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್), ಕೋಠ, ಅರುಂಷಿಕ (ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ರಕ್ತ ಸ್ರವಿಸುವ ಹುಣ್ಣು) ಮುಂತಾದವುಗಳು.

ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ :

ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸ್ವೇದನ ಮಾಡಿಸಿ, ವಮನ-ವಿರೇಚನದಿಂದ ಕೋಷ್ಠ ಶೋಧನೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ನಿತ್ಯವೂ ವಿಷಹರ ಔಷಧ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಕೃತ್ರಿಮ ವಿಷದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು.

ಇದು ವಿಷದ ಬಗೆಗಿನ ಒಂದು ಮೇಲ್ನೋಟ. ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಆತ್ಯಯಿಕ (emergency) ವಾದ್ದರಿಂದ ಉಳಿದ ಸಪ್ತ ಅಂಗಗಳಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಶ್ರಮ ಮಾಡಬೇಕಿದೆ. ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡು, ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಆಯುರ್ವೇದ ತತ್ವಗಳ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಮೊರೆ ಹೋಗಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಡಾ|| ಧರಣಿ
I yr. M.D. (Ayu)
G.A.M.C. Bangalore

With Best Compliments from

ESTD. 1890
Grams : SAFFARON
Shop : 2236336
✆ 2247846
Res : 6648312

ಅಮೃತ್ ಕೇಸರಿ ಡಿಪೋ
AMRUTH KESARI DEPOT
Dealers in : Ayurvedic, Agarbathi Raw Materials, Kirana, Dry Fruits, Dyes & Chemicals

No. 293 (Old No. 364), Avenue Road
BANGALORE - 560 002.
P. S. Ravishankar

With Best Compliments from

C.S. Kiran **C.S. Arun**

GEM Light & Co. SINCE 1928

Exclusive in Gift Articles and Handicrafts

Plaster of pairs Dolls, White Metal & Black Metal Statues, Paper Machine Idols, Artificial flowers, Poly Stone Dolls, Fancy Lamps, Feng Shui Articles & Torches,

Sri Dhanvantari Statues are available

660, Chickpet Circle,
Bangalore - 560 053 Ph : 2260844

ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಅಭ್ಯಂಗ, ಪಥ್ಯಸೇವನೆ ಅಥವಾ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ದಿನಚರ್ಯ ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಿರುವ ನಿತ್ಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು, ಋತುಚರ್ಯ ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಋತುವಿನಲ್ಲೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕಿರುವ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ಅಪಥ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಶಾರೀರಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳು ಶರೀರವನ್ನು ಮುತ್ತುತ್ತಿವೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾನೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಾಮಾನ್ಯದಿಂದ ವಿಶಿಷ್ಟತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನವೇ ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬರುವ ತೊಂದರೆಗಳೆಂದರೆ ಸಂಧಿವಾತ, ಚರ್ಮದ ಸುಕ್ಕುಗಟ್ಟುವಿಕೆ, ದೃಷ್ಟಿದೋಷಗಳು, ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಕುಂದುವುದು, ಆಲಸ್ಯ, ನಿದ್ರೆ ಬಾರದಿರುವಿಕೆ, ಧಾತುಕ್ಷಯ, ಮಲಬದ್ಧತೆ ಮುಂತಾದವು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹತ್ತರಲ್ಲಿ ಎಂಟು ಜನಕ್ಕೆ ಮಧುಮೇಹ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಯಾವಾಗಲೂ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮುಪ್ಪು ಬರುವ ಮೊದಲೇ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಈ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ಜರಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ವಿಧ.

1. ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ 2. ವಾಜೀಕರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ :

ಇದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧ. ಮೊದಲನೆಯದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ ದೇಹವನ್ನು ಶೋಧನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ರಸಾಯನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಎರಡನೆಯದು ಸಂಶಮನ ವಿಧಾನದಿಂದ ರಸಾಯನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ವಾಜೀಕರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ :

ಇದು ಮನುಷ್ಯನ ಆರೋಗ್ಯದ ಜೊತೆಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಆಸಕ್ತಿ ಕುಂದದಂತೆ ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಮನುಷ್ಯನು ಶತಾಯುಷಿ ಎಂದೂ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಮ್ಮ ಆಚಾರ್ಯರು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ರಸಾಯನದ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವೆಂದರೆ ಸರ್ವ ಧಾತುಗಳನ್ನು ಪೋಷಿಸುವುದು.

ಲಾಭೋಪಾಯೋ ಹಿ ಶಸ್ತಾನಾಂ ರಸಾದೀನಾಂ ರಸಾಯನಮ್ ।
ದೀರ್ಘಂ ಆಯುಃ ಸ್ಮೃತಿಮೇಧಾ ಆರೋಗ್ಯ ತರುಣಂ ವಯಃ ।
ಪ್ರಭಾ ವರ್ಣ ಸ್ವರ ಔದಾರ್ಯ ದೇಹೇಂದ್ರಿಯ ಬಲಂಪರಂ ।
ವಾಕ್ ಸಿದ್ಧಿಃ ಪ್ರಣತಿ ಕಾಂತಿ ಲಭತೆ ಸ ರಸಾಯನಾತ್ ॥

ಚ. ಚಿ. 1/3

ರಸಾಯನದಿಂದ ದೀರ್ಘ ಆಯುಷ್ಯ, ಸ್ಮೃತಿ, ಮೇಧ, ಆರೋಗ್ಯ, ತಾರುಣ್ಯ, ಪ್ರಭಾ, ವರ್ಣ, ಸ್ವರ, ಔದಾರ್ಯ, ದೇಹಬಲ, ಇಂದ್ರಿಯ ಬಲ, ವಾಕ್ ಸಿದ್ಧಿ ಕಾಂತಿಯು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಔಷಧಿಯೊಂದೇ ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ, ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಪಥ್ಯವಾದ ಆಹಾರ ಹಾಗೂ ವಿಹಾರ ಸೇವನೆ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಅಪಥ್ಯ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ದೊರಕುವ ತಿಂಡಿ - ತಿನಿಸುಗಳು, ಅದರಲ್ಲಿರುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ದೇಹಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಮುಪ್ಪಲ್ಲಿ ಬರುವ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತವೆ. ವಿಹಾರದಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಶ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ ಆಲಸ್ಯದಿಂದ ಇರುವುದು ರೋಗಗಳು ಶರೀರವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ತಿಳಿಯುವುದೇನೆಂದರೆ ಈಗಿನ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ವಿಹಾರಗಳಿಂದ ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿಯೂ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ಏರುಪೇರಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಅರ್ಬುದ, ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತವೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ಆಚಾರ್ಯ ಚರಕರು ಹೇಳಿರುವಂತೆ ರಸಾಯನಗಳನ್ನು ಪಥ್ಯದ ಜೊತೆ ಸೇವಿಸದಲ್ಲಿ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ರಸಾಯನಗಳು ವಿವಿಧ ತರವಾಗಿವೆ. ಬಲವರ್ಧನೆಗೆ ಅಶ್ವಗಂಧ ರಸಾಯನ, ದೇಹದ ವ್ಯಾಧಿ ಕ್ಷಮತ್ವ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅಮೃತ ರಸಾಯನ, ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಬ್ರಾಹ್ಮೀ ರಸಾಯನ, ದೇಹದ ಕಾಂತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಲು ಚಂದನ ರಸಾಯನ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಶತಾವರೀ ರಸಾಯನ ಮುಂತಾದವುಗಳು. ಬೇರೆಲ್ಲೂ ಉಲ್ಲೇಖವಿರದ ಆಚಾರ ರಸಾಯನವನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪಥ್ಯ ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಇದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿರಿಸಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿದೇಶದಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಶಾರೀರಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ದೂರವಿರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಾದಂತೆ ಧಾತುಕ್ಷಯವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಸ್ರೋತಸ್ಸುಗಳು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಮಾರ್ದವತೆ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ ಸಂಶೋಧನೆಯೆಂದರೆ ಸ್ನೇಹನ, ಸ್ವೇದನ, ವಮನ, ವಿರೇಚನ, ನಸ್ಯ, ಬಸ್ತಿ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ, ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ದೋಷಗಳನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹಾಕಿ, ಆಮೇಲೆ ರಸಾಯನ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಶರೀರಕ್ಕೆ ನವ ನವೀನ ಚೈತನ್ಯ ಒದಗಿ, ಹಿರಿಯರು ಆಶೀರ್ವಾದಿಸುವಂತೆ ಶತಾಯುಷಿಗಳಾಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಇದನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅರಿತುಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸ್ವಸ್ಥಸ್ಯ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ರಕ್ಷಣಂ ಆತುರಸ್ಯ ವಿಕಾರ ಪ್ರಶಮನಂ ಚ ॥

ಆರೋಗ್ಯವಂತರಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು, ರೋಗವಿದ್ದಲ್ಲಿ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿಶೇಷ.

ಡಾ|| ಆರ್. ವೀಣಾ ಗಂಗಾಧರ್
ಎಂ. ಡಿ. (ದ್ರವ್ಯಗುಣ)
ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು
ಐ.ಐ.ಎ.ಎಮ್.&ಆರ್, ಬೆಂಗಳೂರು
ದೂರವಾಣಿ : 98453 19337

ಆಯುರ್ವೇದದ ಅದ್ವಿತೀಯ ಅಷ್ಟಮಾಂಗ - ವಾಜೀಕರಣ !

ಇಂದಿಗೂ ಜನ ಮನ್ನಣೆಗಳಿಸಿರುವ ಆಯುರ್ವೇದದ ಎಂಟು ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ವಾಜೀಕರಣಕ್ಕೆ ಎಂಬುದು ನಿರ್ವಿವಾದವಾದ ಸಂಗತಿ. ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಹಾಗೂ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ವಿಭಾಗವು ಏನೇನೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗಿಲ್ಲವೆಂಬ ದೂರು ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯರಿಂದಲೇ ಬರುತ್ತಿದೆ.

ಮಾನವ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಅಸಿತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ದಿನದಿಂದ ಎಂದೆಂದಿಗೂ 'ಸುಖ'ದ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದಾನೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖಕ್ಕೆ ಅವನು ನೀಡಿರುವ ಮಹತ್ವ ಉಲ್ಲೇಖನಾರ್ಹ. ಇದು ಹಿಂದಿನ ವೇದಗಳ ಕಾಲದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಇಂದಿನ ವಯಾಗ್ರ ಯುಗದ ವರೆಗೂ ವಿಸ್ತರಿಸಿದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ವಾಜೀಕರಣ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಹಾಗೂ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಕುರಿತಂತೆ ಹೇರಳವಾದ ಮಾಹಿತಿ ಅಡಕವಾಗಿದೆ. ಈ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಕಾಲದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವಲೋಕಿಸಿದಾಗ ಪ್ರಾಯಶಃ ವಾತ್ಸಾಯನನ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಇದು ಒಂದು ಕಲೆಯ ರೂಪವನ್ನೂ ಸಹ ಪಡೆದಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ವಾತ್ಸಾಯನನ ಕಾಮಸೂತ್ರವು ಲೈಂಗಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ಕಲೆಯ ಸಮ್ಮಿಶ್ರಣವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ವಾತ್ಸಾಯನನು ಆಯುರ್ವೇದದ ವಾಜೀಕರಣವನ್ನು ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕದ ನಿರೂಪಣೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಯೋಗರತ್ನ ಗ್ರಂಥಕರ್ತನು ವಾಜೀಕರಣದ ಉದ್ದೇಶ ಹಾಗೂ ಲಾಭಗಳನ್ನು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾ ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ''ಯಾವ ಪುರುಷರು ವಿಲಾಸಿಯಾಗಿದ್ದಾರೋ (ಅಧಿಕ ಸ್ತ್ರೀಯರೊಡನೆ ಸಂಭೋಗಿಸುವ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೋ), ಧನವಂತರಾಗಿದ್ದಾರೋ, ರೂಪ ಹಾಗೂ ಯೌವನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೋ, ಬಹಳಷ್ಟು ಹೆಂಗಳೆಯರಿದ್ದಾರೋ ಅಥವಾ ವೃದ್ಧನಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಂಭೋಗಿಸುವ ಇಚ್ಛೆ ಹೋಗಿಲ್ಲವೋ, ಸ್ತ್ರೀಯರೊಡನೆ ಕೂಡುವುದರಿಂದ ಕ್ಷೀಣವಾಗಿದ್ದಾರೋ, ವೀರ್ಯಾಲ್ಪತೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ನಪುಂಸಕರಾಗಿದ್ದಾರೋ ಅಂತಹವರಿಗೆ ವಾಜೀಕರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಒಳಿತನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದೆ. ವಾಜೀಕರಣ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ, ಮಕ್ಕಳಾಗುತ್ತಾರೆ, ಶಾರೀರಿಕ ಬಲವು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಯಾನುಸಾರವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ದೇಹ ಧಾರ್ಢ್ಯವುಳ್ಳವರೂ ಸಹ ಈ ವಾಜೀಕರಣ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು'' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಔಷಧಿ ಕಂಪನಿಗಳು ಹಲವಾರು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಕ ಜಾಹಿರಾತುಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಉತ್ತೇಜಕಗಳೆಂದು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರ ಲೈಂಗಿಕ ದುರ್ಬಲತೆಗೆ ಆಯುರ್ವೇದವೇ ಪರಿಹಾರ ಎಂಬುವ ನಂಬಿಕೆ ಬಲವಾಗಿ ಬೇರೂರಿರುವುದರ ಕಾರಣ ಹಲವು ಔಷಧಿ ಕಂಪನಿಗಳು ಈ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನೇ ಬಂಡವಾಳವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕಳಪೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಮಾರುತ್ತಿರುವುದು ಖೇದಕರವಾದ ಸಂಗತಿ. ಲಾಭದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ವ್ಯಾಪಾರಕ್ಕಾಗಿ ಇಂಥಾ ಔಷಧಿಗಳು ತಯಾರಾಗುತ್ತಿದೆಯೇ ಹೊರತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಉದ್ದೇಶಗಳ ಸಾಫಲ್ಯಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದು ದುರದೃಷ್ಟಕರ ಸಂಗತಿ.

ಯಾವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಕುದುರೆಯಷ್ಟು ಬಲಶಾಲಿಯಾಗುತ್ತಾನೋ ಅದಕ್ಕೆ ವಾಜೀಕರಣವೆಂದು ಹೆಸರು 'ವಾಜಿ' ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ 'ವೀರ್ಯ' ಅಥವಾ 'ಶುಕ್ರಾಣು' ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಸಹ ಇದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಆಸಕ್ತಿಯುಳ್ಳ ಪುರುಷನು ಸದಾ ಸರಿಯಾದ ವಾಜೀಕರ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ವಾಜೀಕರಣ ಔಷಧಿಗಳ ಸೇವನೆ ''ತುಷ್ಟಿ (ತೃಪ್ತಿ), ಪುಷ್ಟಿ

(ಪೋಷಣೆ), ಅಪಥ್ಯ (ಮಕ್ಕಳು), ಅಪಥ್ಯ ಸಂತಾನಕರಂ (ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿ), ಸದ್ಯಾಸಂಪ್ರಹರ್ಷಣಂ (ಕೂಡಲೇ ಲೈಂಗಿಕ ತೃಪ್ತಿ)'' ಇವುಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದಿದೆ.

ಸರ್ವಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ವಾಂಸರೂ ಒಪ್ಪಿರುವ ಮಾತೆಂದರೆ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯವು ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂಬುದು. ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಿಂದ ಒಂಟಿತನ ಹಾಗೂ ಶುಚಿತ್ವಗಳು ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದರಿಂದ ತೃಪ್ತಿ, ಕೀರ್ತಿ ಹಾಗೂ ಆಯಸ್ಸು ಲಭಿಸುತ್ತದೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಇದು ಇಹದಲ್ಲೂ, ಪರದಲ್ಲೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಾಜೀಕರಣ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯಾರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆಯಿಲ್ಲವೋ, ಶಾರೀರಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಚಿಂತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಇನ್ನೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೋ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಅವರ ಶರೀರವು ಕ್ಷೀಣಿಸದಂತೆ ಕಾಪಾಡಲು ವಾಜೀಕರಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾರು ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಲ್ಲದೇ ಯುವಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ವಾಜೀಕರಣ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವರು ಎಲ್ಲ ಋತುಗಳ ಎಲ್ಲ ರಾತ್ರಿಗಳಲ್ಲೂ ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಅದಕ್ಕೆ ಅಭ್ಯಂತರವಿಲ್ಲ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ಗ್ರಂಥಗಳಾದ ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ದಂಪತಿಗಳನ್ನು ಒಣಗಿದ ರೆಂಬೆ ಕೊಂಬೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ, ನೆರಳು ನೀಡದ ಗಬ್ಬು ವಾಸನೆಯುಳ್ಳ ಹೂಗಳಿರುವ, ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರದ ಒಂಟಿ ಮರಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಮಕ್ಕಳಿಂದ ದೊರಕುವ ಆನಂದವನ್ನು ಕುರಿತು ವರ್ಣಿಸುತ್ತಾ ''ಮಕ್ಕಳು ನಡೆಯುವಾಗ ಪದೇ ಪದೇ ಬೀಳಬಹುದು. ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾತಾಡದೇ ತೊದಲು ನುಡಿಗಳನ್ನು ನುಡಿಯಬಹುದು. ತುಂಟುತನದ ಕಾರಣ ಅವರ ಶರೀರ ಮಣ್ಣು ಧೂಳುಗಳಿಂದ ಮುಚ್ಚಿರಬಹುದು. ಬಾಯಿಂದ ಜೊಲ್ಲು ಸೋರುತ್ತಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಅವರ ಸಾಮೀಪ್ಯವು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವಸ್ತು ಸ್ಥಿತಿ ಹೀಗಿರುವಾಗ ಇನ್ನು ಅದೇ ಮಗು ಬೆಳೆದು ದೊಡ್ಡವನಾಗಿ ವಂಶದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಯಶೋವಂತನಾಗಿ ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಗೌರವ, ಸಂಪತ್ತು ಹಾಗೂ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಆಗುವ ಆನಂದ ಊಹೆಗೂ ನಿಲುಕದು'' ಎಂದಿದೆ.

ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಸಂತಾನದ ಅಗತ್ಯ, ಮಹತ್ವದ ಅರಿವಿರುವ ಆಯುರ್ವೇದವು ದಂಪತಿಗಳು ದೃಢಕಾಯರಾದ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪಡೆಯುವಂತೆ ನೆರವಾಗುವ ಅನೇಕ ಔಷಧಿಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಈ ವಾಜೀಕರಣ ವಿಭಾಗದಲ್ಲೂ ನೀಡಿದೆ.

ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಗಂಡಸರ ನಿಸ್ಸಂತಾನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ನಿಖರವಾದ ಔಷಧಿ ಇಲ್ಲ. ಆಯುರ್ವೇದವು ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ಸಂತಾನ ಹೀನತೆಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಬಲ್ಯ (Sexual weakness), ಅಲ್ಪ ಶುಕ್ರತೆ (Oligospermia), ನಿರ್ವೀರ್ಯತೆ (Azoospermia), ಕುಂಠಿತ ಶುಕ್ರ ಚಲನಾ ಶಕ್ತಿ (Asthanospermia), ಶುಕ್ರ ಚಲನಾ ಶಕ್ತಿ ನಾಶ (Necrospermia), ಇತ್ಯಾದಿ ಪುರುಷ ವೀರ್ಯ ವಿಕಾರಗಳಿಗೆ ಯಶಸ್ವೀ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೊಂದಿದ್ದು ವೈದ್ಯ ಸಮುದಾಯದ ಪ್ರಶಂಸೆಗೊಳಗಾಗಿದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೆಸರಿಸಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ವಾಜೀಕರ ದ್ರವ್ಯಗಳು ಯಾವುವೆಂದರೆ 1. ಕ್ಷೀರವಿದಾರಿ, 2. ಶತಾವರಿ, 3. ಕಂಟಕಾರಿ, 4. ಜೀವಂತಿ, 5. ಮೇಧ, 6. ಮಹಾಮೇಧ, 7. ಕಾಕೋಲಿ, 8. ಕ್ಷೀರ ಕಾಕೋಲಿ, 9. ಆತ್ಮಗುಪ್ತ 10. ಬಲ, 11. ಗೋಕ್ಷೂರ, 12. ದ್ರಾಕ್ಷಿ, 3. ಅಶ್ವಗಂಧ, 14. ಖರ್ಜೂರ, 15. ಹಿಪ್ಪಲಿ, 16. ಮಾಷ, 17. ಪುನರ್ನವ, 18. ಗೋಧೂಮ, 19. ತಂಡುಲ, 20. ಹಾಲು, 21. ತುಪ್ಪ 22. ಮಾಂಸ ರಸ, 23. ಮೊಟ್ಟೆ, 24. ಮೊಸಳೆ ಮೊಟ್ಟೆ, 25. ಕುರಿ ಮೇಕೆಗಳ ವೃಷಣ, 26. ಗುಬ್ಬಚ್ಚಿ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಭಾಗ - 2

ಆಯುರ್ವೇದದ ಭವಿಷ್ಯ

ಈ ಲೇಖನದ ತಲೆಕಟ್ಟು ಓದಿದವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ತಲೆಕಟ್ಟಿನ ಲೇಖನವನ್ನು ಬರೆದ ಲೇಖಕನಿಗೆ ತಲೆ ಕೆಟ್ಟಿರಬಹುದು ಎಂದೂ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವಿಗೂ ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯವು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದದ ಭೂತಕಾಲ, ವರ್ತಮಾನ ತಿಳಿದ ನಾವುಗಳು ಅದರ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬಹುದಲ್ಲವೇ? ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು. ಯಾವ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಹುಟ್ಟು ಇದೆಯೋ ಆ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ, ಭವಿಷ್ಯಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಆಯುರ್ವೇದವು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದದ್ದಲ್ಲ. ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವೂ ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡನು ಎಂದು ಮೂಲಗ್ರಂಥಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಹೇಗೆ ನಾಲ್ಕು ವೇದಗಳು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿಲ್ಲವೋ, ಅಂತೆಯೇ ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಅಥರ್ವಣವೇದದ ಉಪಾಂಗವಾದ ಆಯುರ್ವೇದವು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರೂ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಚಾರವೆಂದರೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಕುಂಡಲಿಯ ಜೊತೆ ಲೇಖನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಕುಂಡಲಿಯನ್ನು ಬರೆದು ಅದರ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಲೇಖಕನಾದ ನನಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಎಳ್ಳಷ್ಟು ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಲೇಖನದ ಉದ್ದೇಶ ಆಯುರ್ವೇದದವರ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆಯೇ ಹೊರತು, ಶಾಸ್ತ್ರದ ಬಗ್ಗ ಭವಿಷ್ಯ ಕಥನವಲ್ಲ. ಮೂರು ದಶಕಗಳಿಗೂ ಮೀರಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿವಿಧ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವ ನಾನು ಕಂಡ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಈ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಕ್ಷೇತ್ರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಯೋಚನೆಗಳ ಅಲೆಗಳು ಎದ್ದರೆ ನನ್ನ ಶ್ರಮವು ಸಾರ್ಥಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯ :

ಆಯುರ್ವೇದ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯಲು ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಹಿಂದಿಗಿಂತಲೂ ಈಗ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕವನ್ನು ಪಡೆದು, ಹಿರಿಯ ಆಯುರ್ವೇದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅರಸಿ ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಇಂದು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಇವರ ಗುಣಮಟ್ಟ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕುಂಬಾರರ ಮಣ್ಣಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಈ ಮಣ್ಣನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸುಂದರವಾದ ಬೊಂಬೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ? ಎಂಬುದು ಆತ್ಮ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಮುಗಿಸಿ ಹೊರ ಬರುವವರಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯವು ಉತ್ತಮವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಅವರು ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

"ಉದ್ಧರೇತ್ ಆತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ।"

ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಉದ್ಧಾರವನ್ನು (ಭವಿಷ್ಯ) ನಾವೇ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ದೆಶೆಯಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ಮೂಲಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಬಲ್ಲವರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಮಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡದೇ, ಅಡ್ಡ ಮಾತುಗಳಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡದೇ ಜಟಕಾ ಬಂಡಿಯ ಕುದುರೆಯ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಅಡ್ಡಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗುವುದೊಂದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿರುವಂತೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಕಲಿಯುವ ಏಕೈಕ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ಭಾಗ - 2

ಆಯುರ್ವೇದದ ಭವಿಷ್ಯ

ಈ ಲೇಖನದ ತಲೆಕಟ್ಟು ಓದಿದವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತೂ ಕೆಲವರಿಗೆ ಈ ರೀತಿಯ ತಲೆಕಟ್ಟಿನ ಲೇಖನವನ್ನು ಬರೆದ ಲೇಖಕನಿಗೆ ತಲೆ ಕೆಟ್ಟಿರಬಹುದು ಎಂದೂ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವಿಗೂ ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯವು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದದ ಭೂತಕಾಲ, ವರ್ತಮಾನ ತಿಳಿದ ನಾವುಗಳು ಅದರ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸಬಹುದಲ್ಲವೇ ? ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ನಾವು ಮರೆಯಬಾರದು. ಯಾವ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಹುಟ್ಟು ಇದೆಯೋ ಆ ವಸ್ತುವಿಗೆ ಭೂತ, ವರ್ತಮಾನ, ಭವಿಷ್ಯಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಆಯುರ್ವೇದವು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದದ್ದಲ್ಲ. ಭಾರತೀಯ ದರ್ಶನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವೂ ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮನು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡನು ಎಂದು ಮೂಲಗ್ರಂಥಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ಹೇಗೆ ನಾಲ್ಕು ವೇದಗಳು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿಲ್ಲವೋ, ಅಂತೆಯೇ ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಅಥರ್ವಣವೇದದ ಉಪಾಂಗವಾದ ಆಯುರ್ವೇದವು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರೂ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಚಾರವೆಂದರೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಅಥವಾ ರಾಜ್ಯದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಕುಂಡಲಿಯ ಜೊತೆ ಲೇಖನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಕುಂಡಲಿಯನ್ನು ಬರೆದು ಅದರ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಲೇಖಕನಾದ ನನಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಎಳ್ಳಷ್ಟು ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಲೇಖನದ ಉದ್ದೇಶ ಆಯುರ್ವೇದದವರ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆಯೇ ಹೊರತು, ಶಾಸ್ತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಭವಿಷ್ಯ ಕಥನವಲ್ಲ. ಮೂರು ದಶಕಗಳಿಗೂ ಮೀರಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿವಿಧ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವ ನಾನು ಕಂಡ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಈ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಕ್ಷೇತ್ರದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಯೋಚನೆಗಳ ಅಲೆಗಳು ಎದ್ದರೆ ನನ್ನ ಶ್ರಮವು ಸಾರ್ಥಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯ :

ಆಯುರ್ವೇದ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯಲು ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಹಿಂದಿಗಿಂತಲೂ ಈಗ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕವನ್ನು ಪಡೆದು, ಹಿರಿಯ ಆಯುರ್ವೇದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅರಸಿ ಬರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಇಂದು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಇವರ ಗುಣಮಟ್ಟ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕುಂಬಾರರ ಮಣ್ಣಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಈ ಮಣ್ಣನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸುಂದರವಾದ ಬೊಂಬೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ? ಎಂಬುದು ಆತ್ಮ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಮುಗಿಸಿ ಹೊರ ಬರುವವರಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯವು ಉತ್ತಮವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಅವರು ಈ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

''ಉದ್ದರೇತ್ ಆತ್ಮನಾತ್ಮಾನಂ ।''

ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಉದ್ಧಾರವನ್ನು (ಭವಿಷ್ಯ) ನಾವೇ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ದೆಶೆಯಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ಮೂಲಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಬಲ್ಲವರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಮಯವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡದೇ, ಅಡ್ಡ ಮಾತುಗಳಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡದೇ ಜಟಕಾ ಬಂಡಿಯ ಕುದುರೆಯ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಅಡ್ಡಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗುವುದೊಂದೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿರುವಂತೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಕಲಿಯುವ ಏಕೈಕ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.

ಉಪನ್ಯಾಸಕರ ಭವಿಷ್ಯ :

ನಮ್ಮ ರಾಜ್ಯವನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಅನೇಕ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜುಗಳು ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಉಪನ್ಯಾಸಕರ ಭವಿಷ್ಯವು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಇವರು ತಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾದ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನ್ಯಾಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಇವರು ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ದೆಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಬರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಣ ಪಟ್ಟಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಪಾಠ ಹೇಳುವುದರೊಂದಿಗೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಬಗ್ಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಗೌರವ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದು ಉಪನ್ಯಾಸಕರ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿ ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದಂತೆಲ್ಲಾ ಆಳವಾದ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ನಿತ್ಯವೂ ಓದುವ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಉಪನ್ಯಾಸಕರು ಬೆಳೆಯಬೇಕು.

ವೃತ್ತಿಪರ ವೈದ್ಯರ ಭವಿಷ್ಯ :

ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವಾಗಿ ವೃತ್ತಿ ನಡೆಸುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಅತ್ಯಂತ ವಿರಳವಾಗಿದೆ. ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವಾದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ಬಂಡವಾಳವಾಗಿರಬೇಕು. ವೈದ್ಯ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಯಶಸ್ಸು ಆ ವೈದ್ಯನಿಗೆ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅಪಯಶಸ್ಸು ಸಿಕ್ಕರೆ ಅದು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಕಳಂಕವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಮರೆಯಬಾರದು. ತಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಾ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಯಶಸ್ವಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕೆಲವರು ಗುಟ್ಟಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಅಪಚಾರ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಹಾದಿಯನ್ನು ಯುವ ಪೀಳಿಗೆಯು ತುಳಿಯದೇ ತಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ಇತರ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆದರೆ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಕಳೆಗಿಡಗಳು ನಾಶವಾಗುವಂತೆ, ಯಶಸ್ವೀ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ಸೇವೆಯಿಂದ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಕುವೈದ್ಯರ ಪ್ರಮಾಣವು ತಗ್ಗುತ್ತದೆ. ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ತಾವು ಕೊಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವರಗಳನ್ನು ಮರೆಮಾಚದೇ ತಿಳಿಸಿ, ರೋಗವು ಗುಣವಾದ ಮೇಲೆ ಆರೋಗ್ಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಆರೋಗ್ಯ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಔಷಧ ತಯಾರಕರ ಭವಿಷ್ಯ :

ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ಬಗ್ಗೆ ಒಲವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಔಷಧ ತಯಾರಕರ ವ್ಯಾಪಾರವು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಔಷಧ ತಯಾರಕರೂ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಔಷಧಗಳ ಬದಲಾಗಿ ಪೇಟೆಂಟ್ ಔಷಧಗಳ ತಯಾರಿಕೆಗೆ ಇಳಿದಿರುವುದು ದುರ್ದೈವ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲು ಆಧುನಿಕ ಔಷಧ ತಯಾರಿಕಾ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಗ್ರಹಣಿರೋಗದ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಪರ್ಪಟಿ ಯೋಗಗಳನ್ನು ಎಂಟರಿಕ್‌ಕೋಟೆಡ್ ಮಾತ್ರೆಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸುವುದು; ತಮಕ ಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವ ಧೂಮಪಾನ ಯೋಗಗಳನ್ನು ಏರೋಸಾಲ್ ಸ್ಪ್ರೇಗಳಾಗಿ ತಯಾರಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಂತಹ ಶಾಸ್ತ್ರಸಮ್ಮತವಾದ, ಪ್ರಗತಿಪರ ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದರ ಬದಲಾಗಿ ಅಣಕು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಇಂದು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಒಂದು ಚಮಚದಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಬೇಕಾದ ಚೂರ್ಣಯೋಗಗಳನ್ನು ಐನೂರು ಮಿ. ಗ್ರಾಂ. ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಔಷಧ ತಯಾರಕರು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕಾದ ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಚಾರವೆಂದರೆ ಔಷಧಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು. ತಾವೇ ಬೆಳೆಸಿದ ಮೂಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಔಷಧವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದರಿಂದ ಔಷಧದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಔಷಧ ಮಾರಾಟಗಾರರ ಭವಿಷ್ಯ :

ಇವರ ಸಂಖ್ಯೆಯು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದು ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಗಳ ಮಾರಾಟ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವ ದ್ಯೋತಕವಾಗಿದೆ. ಈ ಮಾರಾಟಗಾರರು ತಮ್ಮ ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪತ್ರಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ನಂಬಿದ ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರ ಭವಿಷ್ಯ :

ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ನಂಬಿದ ಜನ ಎಂದರೆ ಈ ಪದ್ಧತಿಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಜನ ಎಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾವ ಯಾವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಜನರು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಆಯುರ್ವೇದವೇ ಆಗಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆತುರದಲ್ಲಿ ಜಾಹೀರಾತುಗಳ ಬಲೆಗೆ ಬಿದ್ದು ಜನರು ತೊಂದರೆ ಪಡುವ ಸಂದರ್ಭಗಳೂ ಇವೆ. ತಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು ಉದ್ಯೋಗ, ದೇಹ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಸೂಕ್ತವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು.

ಆಯುರ್ವೇದವು ಜನರಿಗೆ ವೈದ್ಯರ ಮೂಲಕವೇ ತಲುಪಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಾವು ಆಚರಿಸುವ ಹಬ್ಬ, ವ್ರತಗಳಲ್ಲಿ, ವಿವಿಧ ಋತುಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವ ಆಯುರ್ವೇದದ ತತ್ತ್ವಗಳು ಅಡಕವಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಜನರು ಗಮನಿಸಿ ವಿವೇಕ ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಅಡಿಗೆ ಮನೆಯ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಸುತ್ತ ಮುತ್ತ ಬೆಳೆಯುವ ಗಿಡಗಳು, ಗ್ರಂಧಿಗೆ ಅಂಗಡಿಯ ಸಾಮಾನುಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮನೆ ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಜನರು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ನಿರಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ಸುಲಭೌಷಧಗಳ ಮೂಲಕ ಆಯುರ್ವೇದವು ಜನರಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ನಂಬಿದ ಮೇಲಿನ ವಿವಿಧ ವರ್ಗಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರಿಗೆ ಮುಂದಿನ ಭವಿಷ್ಯವು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇವರಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂಘಟನೆಯಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಇವರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗಬೇಕು. ಹೀಗಾದಾಗ ಆಯುರ್ವೇದದ ಭವಿಷ್ಯವು ಉಜ್ವಲವಾಗುವುದಲ್ಲದೇ, ಅದನ್ನು ನಂಬಿದ ಜನರ ಭವಿಷ್ಯವೂ ಉಜ್ವಲವಾಗುವುದು.

ಡಾ|| ಎನ್. ಅನಂತರಾಮನ್
ಎಮ್. ಡಿ. (ಆಯುರ್ವೇದ)
ಅನಂತ್ ಆಯುರ್ವೇದಿಕ್ ಸೆಂಟರ್
3/89, ಬಸವನಗುಡಿ ರಸ್ತೆ
ಬೆಂಗಳೂರು - 19
ದೂರವಾಣಿ : 6676558 (C) /6679710 (R)
E-mail : ananthayurvedic@hotmail.com

ರಸವಿದ್ಯೆ (ಜಾನಪದದ ಜ್ಞಾನ)

ರಸವಿದ್ಯೆ. ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಅನ್ವೇಷಕರನ್ನು ತನ್ನ ಕಡೆಗೆ ಸೂಜಿಗಲ್ಲಿನಂತೆ ಸೆಳೆಯುವ ಒಂದು ಪ್ರಾಕಾರ. ಅದರ ಅರ್ಥವಿಷ್ಟೆ, ಅತ್ಯಂತ ಕೀಳು ಲೋಹವನ್ನು ಬೆಲೆ ಬಾಳುವ ಚಿನ್ನವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಒಂದು ವಿದ್ಯೆ. ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಅವಲೋಕಿಸಿದರೆ ಕಾಣುವುದು ನೂರಾರು ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯಗಳ, ಜನಾಂಗ ದ್ವೇಷದ, ಸರ್ವನಾಶದ ಕಾರಣವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಿರಿ ಅಥವಾ ಐಶ್ವರ್ಯವೂ ಒಂದು. ಅದೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಚಿನ್ನ.

ಇಡಿಯ ಭೂ ಭಾಗಗಳು ಕಗ್ಗತ್ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದಾಗಲೆ ಭಾರತೀಯ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪತ್ತು ತನ್ನ ಉಚ್ಛ್ರಾಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿತ್ತು. ಭಾರತೀಯರ ರಸವಿದ್ಯೆ ಇಂದೂ ಸಹ ''ನ ಭೂತೋ ನ ಭವಿಷ್ಯತಿ'' ಎಂಬಂತಿದೆ. ಅದರ ಒಳಹೊಕ್ಕು ನೋಡುವುದೇ ಆದರೆ ಇಂದೂ ಸಹ ಎಲ್ಲಾ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸತ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಡ್ಡು ಹೊಡೆದು ನಿಲ್ಲುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಅದೆ ಭಾರತೀಯರ ರಸ ವಿದ್ಯೆ ಅಥವಾ ಚಿನ್ನ ಮಾಡುವ ವಿದ್ಯೆ. ಒಂದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಯಂತ್ರಗಳು, ಗಣಿಗಳು, ತಾಂತ್ರಿಕ ನಿಪುಣತೆ ಒಂದೂ ಕಂಡು ಕೇಳರಿಯದ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ಚಿನ್ನದ ಹೊಗೆ ಏಳುತ್ತಿದ್ದ ಭಾರತೀಯರ ಸುವರ್ಣ ಯುಗವಿತ್ತು. Alchemy- ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರು ರಸವಿದ್ಯೆಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಹೆಸರು.

ರಸಶಾಸ್ತ್ರ ಓದಿದ ಆಯುರ್ವೇದದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ ರಸವೆಂದರೆ - ಪಾದರಸವೆಂದು. ಇದರ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನೂ ಓದಿರುತ್ತಾರೆ. ಹದಿನೆಂಟನೆ ಸಂಸ್ಕಾರವಾದನಂತರ ಬರುವ ಮೂರು ಹೆಸರನ್ನು ಮರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಶತಭೇದಿ, ಸಹಸ್ರಭೇದಿ, ಧೂಮ ಭೇದಿ ಅಥವಾ ಸ್ಪರ್ಶ ಮಣಿ. ತನ್ನ ತೂಕದ ನೂರರಷ್ಟು ಸಾವಿರದಷ್ಟು ತೂಕದ ನೀಚಲೋಹವನ್ನು ಚಿನ್ನವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದೆ ಶತಭೇದಿ, ಸಹಸ್ರಭೇದಿ. ಆದರೆ ಬರಿಯ ಸ್ಪರ್ಶ ಅಥವಾ ನೋಟದಿಂದಲೇ ಸಹಸ್ರ ಸಹಸ್ರ ಪಟ್ಟು ಚಿನ್ನವನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದೆ ಧೂಮ ಭೇದಿ ಅಥವಾ ಸ್ಪರ್ಶಮಣಿ. ಅನೇಕ ರಸಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರ ಅಂತಿಮಗುರಿ - ಅದನ್ನು ಹೊಂದುವುದು.

ಆಯುರ್ವೇದ ಬರಿಯ ಔಷಧ ಶಾಸ್ತ್ರವಲ್ಲ ಅದೊಂದು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯೆಂದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಉದ್ಭವಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯೆಂದರೆ ಈ ರಸ ವಿದ್ಯೆ ಜಾನಪದದ ಮಧ್ಯೆ ಪ್ರಚಲಿತವಿತ್ತೇ ? ಎಂಬುದು. ಬಹುಶಃ ಆಯುರ್ವೇದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಾದ್ದರಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ಕೆಳ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಈ ರಸವಿದ್ಯೆಯ ಜ್ಞಾನವಿತ್ತು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದೆ ಈ ಲೇಖನದ ಉದ್ದೇಶ. ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲೂ ರಸ ವಿದ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿತ್ತು. ಅದರಲ್ಲಿ ಬರಬಹುದಾದ ಆಪತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟ ಪರಿಜ್ಞಾನವಿತ್ತು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲದೆ ಅರಿಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ರಸವುಂಟಂಗಡಿಯಲಿ । ಕಿಸುವುಂಟು ಸಾಲೆಯಲಿ ।
ವಸುಭಟನಂ ಎಂಬ ಗಿಡನುಂಟು ವಾದಿಗಳು ।
ಹಸಿದರೇಕೆಂದ ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವರ ಕೇಳಿ. ರಸವೆಂದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತು. ಅದೇ ಪಾದರಸ. ಕಿಸುವೆಂದರೆ ಕೆಂಪು ಹಾಗೂ ತಾಮ್ರವೆಂಬ ಎರಡು ಅರ್ಥವಿದ್ದರೂ ಇಲ್ಲಿ ತಾಮ್ರವೆಂಬುದು ಉಚಿತ. ಸಾಲೆ ಎಂದರೆ ಅಕ್ಕಸಾಲೆ ಎಂದರ್ಥ. ಅಂದರೆ ಅಕ್ಕಸಾಲಿಗರಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಶುದ್ಧ ತಾಮ್ರ. ವಸಭಟವೆಂದರೆ ಅಡಸಲದಗಿಡ. ಇವುಗಳನ್ನು ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿದರೆ ಚಿನ್ನ ದೊರೆಯುವುದೆಂಬ ಅರ್ಥ. ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಚಾರವೆಂದರೆ ವಸುಹಟ್ಟನೆಂಬ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ವಸುಭಟ್ಟನೆಂಬ ಹೆಸರು ದೊರೆಯುತ್ತಿದೆ (ಆಯುರ್ವೇದೀಯ ಅರ್ಥ ಕೋಶ). ಅದು ಅಗಸ್ತ್ಯವೃಕ್ಷವೆಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಆಸಕ್ತರು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹುಡುಕಾಟ ಮಾಡಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಪುಷ್ಟಿಯಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದು ವಚನವಿದೆ.

ವೃಷಭನ ಕೊಂಬಿನಂ । ತೆಸೆದಿಪ್ಪುದದರ ಕಾಯ್
ವಸುಭಟನೆಂಬ ಗಿಡದಿಂದ ಕನಕವದು
ಹುಸಿಯಲ್ಲ ನೋಡ ಸರ್ವಜ್ಞ

ಇಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಗಿಡದ ವರ್ಣನೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ವೃಷಭನ ಅಂದರೆ ಎತ್ತಿನ ಕೊಂಬಿನಂತಿರುವುದರ ಕಾಯಿ. ಅದು ಎಲೆಯೋ ? ಗಿಡವೋ ? ಹೂವೋ ? ಮತ್ತೊಂದು ಗೂಢಾರ್ಥ ಶಬ್ದ. ಇಂತಹುದೇ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ.

ತಾಳಕದ ಸತ್ವವನು । ಮೇಳಯಿಸಿ ರಸದೊಳಗೆ
ಬಾಳದ ಬಿಳಿಲನೊಡಗೂಡೆ ತಾರೆ ತಾ ।
ಹೇಳಿದಂತಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಇಲ್ಲಿ ತಾಳಕದ ಸತ್ವವೆಂದರೆ ಗಂಧಕದ ಅರ್ಕ ಅಥವಾ ಆಧುನಿಕರು ಹೇಳುವ ಸಲ್ಫ್ಯೂರಿಕ್ ಆಸಿಡ್ - Sulphuric Acid. ಇದನ್ನು ಪಾದರಸ, ಬಾಳದ ಬೇರಿನ ಜೊತೆ ಮಿಶ್ರ ಮಾಡಿದರೆ ತಾರೆಯೆಂದರೆ ಬೆಳ್ಳಿಯೆಂದರ್ಥ ಹೇಳಿದಂತೆ ಬರುವುದಂತೆ.

ಗಂಧಕದ ತೈಲವನು । ಕುಂದದಲೆ ರಸಕಿತ್ತು
ಕಂದಿದ ತಾರೆಯೊಡಗೂಡೆ ಹೇಮ ತಾ
ಮುಂದೆ ಬಂದಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ

ಗಂಧಕದ ತೈಲ ಮತ್ತೆ ನಮಗೆ ದೊರೆಯುವ ಅರ್ಕ. ಕಂದಿನ ತಾರೆಯೆಂದರೆ ಕೀಳುತರದ ಬೆಳ್ಳಿ - Sulphuric Acid ಇದರಿಂದ ಹೇಮ ಬರುವುದಂತೆ. ಆದರೆ ರಸಕಿತ್ತು - ಎಂದರೆ ? ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅಯೋಮಯದ ಸ್ಥಿತಿ. ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಬಂಗಾರ ವಿದ್ಯೆ ಅಥವಾ ರಸವಿದ್ಯೆಯ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದ ಎಲ್ಲರದೂ ಹೌದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಇಂದೂ ಈ ವಿದ್ಯೆ ಗೂಢವಾಗಿದ್ದು ಆಕರ್ಷಣೆಯ ಕೇಂದ್ರ.

ಇಂಗುಳದ ತೈಲದಲಿ । ವಂಗ ಬೆರೆ ಬಂಗಾರ ।
ಅಂಗನೆಗುಂಟು ತನಗುಂಟು, ನೆರೆಮನೆಯ ।
ಸಂಗಾತಿಗುಂಟು ಸರ್ವಜ್ಞ

ಬಹುಶಃ ಈ ಇಂಗುಳವೆಂದರೆ ಹಿಂಗುಳವೆಂದು ನಾವು ಕರೆಯುವ cinnabar ಇರಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ತೆಗೆಯುವ ಪಾದರಸವೇ ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ಆಯುರ್ವೇದೀಯರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಕಾರಣ ಶುದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸೀಸ ಬೆರೆಸಿದರೆ ಬರುವುದೇ ಬಂಗಾರ.

ಹತ್ತಾರೆ ಕಾಯಿಂಗೆ । ಮತ್ತೆ ವಂಗವುಕೂಡೆ ।
ಉತ್ತಮದ ಲೋಹ ತನಗಕ್ಕು, ಲೋಕದಲಿ ।
ಸುತ್ತ್ಯತಾನಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನಂತಹ ಅಲ್ಪಜ್ಞರಿಗೆ ಉಳಿಯುವುದು ಒಂದೆ - ಪರಪರನೆ ತಲೆ ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಒಗಟಿನೊಳಗೊಂದು ಒಗಟು. ಈ ವಚನ ನೋಡಿ.

ತುತ್ತನಾಗವುನಾಗ । ಮತ್ತೆನಾಗವು ನಾಗ
ಉತ್ತಮದ ನಾಗ ಒಡಗೂಡೆ ಹೇಮವದು ।
ಹತ್ತಿ ಬಂದಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಎಷ್ಟುನಾಗ? ಅರ್ಥವಾಗದ ನಾಗ. ತಲೆಯೆ ಗಿರ್ರೆಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇರುವುದರಲ್ಲಿ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಅರ್ಥವಾಗುವುದು ಇದು.

ನಾಗ ಸತುವುಗಳೆರಡು । ನಾಗದ ರಸ ಮೂರು ।
ಮೇಗೆ ಅಂಜಿಯನು ಒಡಗೂಡೆ ಹೇಮ ತಾ ।
ನಾಗಲೇ ಬಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ನಾಗವೆಂದರೆ ಆನೆ, ಸರ್ಪ, ಆಕಾಶ, ಸಿಂಧೂರ, ಸೀಸ, ನಾಗದಾಳಿ ಬೇರು ಎಂಬೆಲ್ಲಾ ಅರ್ಥ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಸಿಂಧೂರ ಅಥವಾ ಸೀಸವೆಂದು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದೇನೋ, ನಾಗದರಸ? ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂಜೆ ಎಂದರೆ ಗಂಧಕದ ದೃತಿಯೆಂಬ ಶಬ್ದಾರ್ಥ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಬರಿಯ ಚಿನ್ನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರಾ ಗಮನ ಹರಿಸಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೊಂದು ಬೆಲೆ ಬಾಳುವ ಲೋಹವಾದ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ರಸವಂಗ ತಾರೆಗಳ । ಹಸುಗೆಗಳು ಒಂದೊಂದು ।
ಕಿಸುವೆಂಟು ತೆರದಿ ಒಡಗೂಡಲು ತಾರೆ ।
ಶಶಿಯಂದವಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಪಾದರಸ, ವಂಗ, ಬೆಳ್ಳಿಗಳು, ಒಂದೊಂದು ಭಾಗ (ಹಸುಗೆಯೆಂದರೆ - ಭಾಗ) ತಾಮ್ರ ಎಂಟು ಭಾಗ (ಕಿಸುವೆಂದರೆ - ತಾಮ್ರ) ಸೇರಿದರೆ ಚಂದ್ರನಂತಹ ಹೊಳಪುಳ್ಳ ಬೆಳ್ಳಿಯು ಬರುವುದಂತೆ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ನೋಡೋಣ ಅಲ್ಲವೆ.

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಆದರೆ ಬರುತ್ತದೆಂಬ ಮಾತಿದೆಯೆ ಹೊರತು, ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಎಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರುತ್ತದಲ್ಲವೇ ? ಹಾಗಾದರೆ ಇದನ್ನು ಓದಿ.

ಸೀಗೆ ಬಾಗೆಯ ಬೇರು । ಕಾಗೆ ಮೋರೆಯ ಗಡ್ಡೆ ।
ನಾಗರಪ್ಪ ಸತುಷ್ಕರನೊಡಗೂಡೆ ಹೇಮ ತಾ ।
ನಾಗಲೇ ಬಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಸೀಗೆ ಗೊತ್ತು. ಬಾಗೆಯ ಬೇರೆಂದರೆ - ಸಿರಸಲವೆಂಬ ಅರ್ಥವಿದೆ. ನಾಗ, ಸತು ಗೊತ್ತು. ಕಾಗೆ ಮೋರೆಯ ಗಡ್ಡೆ? - ದೇವರೇ ದಿಕ್ಕು - ಬಂಗಾರದ ಜಿಂಕೆಯ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದವರಿಗೆ - ಮತ್ತೊಂದು ತಲೆ ಕೆಡಿಸುವ ವಚನಬೇಕೇ ?

ಬಳ್ಳಿತುರುಚಿಯ ಬೇರ । ಒಳ್ಳಿತಾಗಿಯೆ ಹಣೆದು ।
ಬೆಳ್ಳಿಯ ರಸದಿ ಬೆರೆಯಚ್ಚಿ ಹೇಮ ತಾ ।
ಬಳ್ಳದಲ್ಲಿ ಬಕ್ಕು ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಓದಿದ ಮೇಲೆ, ಅಯ್ಯೋ ಇದೆಲ್ಲಾ ದಾರಿ ತಪ್ಪಿಸುವ ಮಾತು, ಸಾಧ್ಯವಾಗದ್ದು, ಬರಿಯ ಬುರುಡೆ, ಇದೆಲ್ಲಾ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ. ಸುಮ್ಮನೆ ಆಸೆ ಹುಟ್ಟುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ - ಎನ್ನುವ ನನ್ನಂತಹವರಿಗೆ, ಇವೆಲ್ಲಾ ಸತ್ಯ,

ಬೇಕಾದರೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಆಸಕ್ತಿ, ಪರಿಶ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ತಾಕತ್ತಿದ್ದರೆ ಈ ಒಂದನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿ ನಿಜ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂಬಂತಹ ಒಂದು ವಚನವಿದೆ.

ಕಂಡ ಕಂಡುದನೆಲ್ಲಾ । ಹಿಂಡಿ ಭಂಡಾಗದಲೆ ।
ಕುಂಡಲಿಯು ಇಪ್ಪಗಿಡವೊಂದ ವಂಗಕ್ಕೆ
ಹಿಂಡಿನೋಡೆಂದ ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಈ ಬಂಗಾರದ ಜಿಂಕೆಯ ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದು ಸರ್ವ ನಾಶವಾದವರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಒಂದು ಹಿತವಚನವಿದೆ.

ಓದಿ ವಾದಿಗಳೆಲ್ಲಾ । ಕಾದು ವಾದವ ಮಾಡಿ ।
ಊದಲು ಬೂದಿ ಒಳಸೇರಿ ಬಾಯಾರಿ ।
ಹೋದುದನು ಕಂಡೆ ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ಅದರಂತೆ ಹಾದಿ ಬೀದಿಯ ಸಾಧು ಸಿದ್ಧರನ್ನು ನಂಬುವ, ಬಂಗಾರಕ್ಕಾಗಿ ಬಾಯಿ ಬಿಡುವ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರನ್ನು ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾ,

ಸಾಧು ಸಿದ್ಧರ ನಂಬಿ । ಕಾದ ಒಡವೆಯ ಕೊಟ್ಟು ।
ಹೋದಲ್ಲಿ ಹೇಮ ಕೂದಲ್ಕೆ ಗೂಡೆ ತಾ ।
ಹಾದುದನು ಕಂಡೆ । ಸರ್ವಜ್ಞ ॥

ರಸವಿದ್ಯೆ ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲಿ ಇದ್ದುದೂ ನಿಜ, ದುರಾಸೆಯವರಗೆ ಅದು ದಕ್ಕದಿರುವುದೂ ನಿಜ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಶ್ರಮ, ಜ್ಞಾನವೂ ಬೇಕೆಂದು ಈಗ ಅರ್ಥವಾಗಿರಬಹುದಲ್ಲವೇ? ನೀವೇನಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಸಫಲರಾದರೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ಬಡಪಾಯಿಯನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿ.

ಡಾ॥ ಹೆಚ್. ಎಸ್. ವೆಂಕಟೇಶ್
ಅಯ್ಯರ್ಸ್ ಥೈರಾಯಿಡ್ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರ
ಹಾರೋಹಳ್ಳಿ - 562 112
ಬೆಂಗಳೂರು ಜಿಲ್ಲೆ
ದೂರವಾಣಿ : (080) 7562251

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲೂ ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಔಷಧಿ ಪ್ರಯೋಗ (INJECTION) ಇದ್ದೀತೇ ?

ಕೆಲವು ಶತಮಾನಗಳಷ್ಟು ಹಿಂದೆಯೇ, ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ವೈದ್ಯ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಬರುವುದಕ್ಕೂ ಮುಂಚೆಯೇ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಔಷಧ ಪ್ರಯೋಗವು ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವಂತದ್ದು ಇದ್ದವೆಂಬುದಕ್ಕೆ ಶಾರ್ಙ್ಗಧರಾಚಾರ್ಯರು ಹೇಳಿರುವ "ಸೂಚಿಕಾಭರಣ ರಸ" ಅಭಿನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ವತ್ಸನಾಭಿ (ಬಚನಾಗ) ಯೋಗಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಅವು :-

1. ಸೂಚಿಕಾಭರಣ ರಸ : ಇಂಗಳೀಕದಿಂದ ತೆಗೆದ ಪಾದರಸ - ಒಂದು ಶಾಣ, ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಿದ ವತ್ಸನಾಭಿ (ಬಚನಾಗ) - ಒಂದು ಪಲ ಇವೆರಡನ್ನೂ ಅರೆದು ಒಂದು ಮಡಕೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಅದರ ಮೇಲೊಂದು ಮಡಕೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ಕೆಮ್ಮಣ್ಣಿನ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಸೀಲುಮಾಡಿ, ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಿಂದ 2 ಯಾಮ ಪಾಕ ಮಾಡಿ, ತಣ್ಣಗಾದ ನಂತರ ಇಳಿಸಿ, ಸೀಲು ಬಿಚ್ಚಿ, ಮೇಲಿನ ಮಡಕೆಗೆ ಹೊಗೆಯ ಹಾಗೆ ಪಸರಿಸಿರುವ ಪಾದರಸವನ್ನು ಮೆಲ್ಲಗೆ ಗ್ರಹಿಸಿ ಸೀಸೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪಾಕ ಮಾಡುವಾಗ ಮೇಲೆ ಮುಚ್ಚಿರುವ ಮಡಕೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬಿಸಿಯುಂಟಾಗದಂತೆ ಆಗಾಗ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೋಯಿಸಿದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಲಿರಬೇಕು.

ಸರ್ಪದಂಷ್ಟ್ರ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ರೋಗಿಯು ಮೂರ್ಛೆ ಹೋಗಿದ್ದರೆ ರೋಗಿಯ ತಲೆಯ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೂದಲನ್ನು ತೆಗೆದು, ರಕ್ತ ಬರುವಂತೆ ಗಾಯ ಮಾಡಿ ಮೇಲಿನ ಔಷಧವನ್ನು ಸೂಜಿಯ ಮೊನೆಯಿಂದ ತೆಗೆದು ರಕ್ತದೊಡನೆ ಬೆರೆಯುವಂತೆ ತಿಕ್ಕಿದರೆ ರೋಗಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞೆಯುಂಟಾಗಿ ಜೀವಿಸುವನು. ಔಷಧ ಪ್ರಯೋಗಾನಂತರ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಉರಿ, ತಾಪ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲ, ಜೇನು ಮುಂತಾದ ಮಧುರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಬೇಕು ಮತ್ತು ಸೇವಿಸಲು ಕೊಡಬೇಕು.

2. ವತ್ಸನಾಭಯೋಗ : ಅಭಿನ್ಯಾಸ ಉಂಟಾಗಿರುವ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧ ವತ್ಸನಾಭವನ್ನು ತೇದು ರಕ್ತದೊಡನೆ ಸೇರುವಂತೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಜಂಗಮ ವಿಷ ದೋಷವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

3. ಹಾವು - ಚೇಳು ಕಡಿದು ವಿಷವೇರಿದಾಗ ಕಡಿದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ರಕ್ತ ಬರುವಂತೆ ಕೊಯ್ದು ಅರ್ಧ ಸಾಸುವೆಯಷ್ಟು ಶುದ್ಧ ರಸಕರ್ಪೂರವನ್ನು ಇಡಬೇಕು.

4. ಹಳ್ಳಿಗಾಡಿನ ಜನರು ಈಗಲೂ ಸಹ ಶಿರೋರೋಗಗಳುಂಟಾಗದಿರಲೆಂದು ಭಲ್ಲಾತಕ ಒಂದನ್ನು ಕಬ್ಬಿಣದ ಮೊಳೆ ಅಥವಾ ಶಲಾಕಿಯಿಂದ ಚುಚ್ಚಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಚುಕ್ಕೆಯಷ್ಟು ಇಟ್ಟು ಅದರ ಮೇಲೆ ಬೂದಿಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಗುಪ್ತ ಯೋಗಗಳು ಪ್ರಕಟಗೊಂಡು, ಸಂಶೋಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಡಲಿ.

ವೈದ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಬಾಬು
ನಂ. 400, 13ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ಲಕ್ಕಸಂದ್ರ
ಬಡಾವಣೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 30
ದೂರವಾಣಿ : (080) 2249500
ಮೊಬೈಲ್ : 94480 87927

ಸ್ವರ ವ್ಯಾಯಾಮ (Sound Excercises)

ಪಂಚಭೂತಾತ್ಮಕವಾದ ಮಾನವ ಯಂತ್ರವನ್ನು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ನಡೆಸಬೇಕಾದರೆ, ಆರೋಗ್ಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ''ಸ್ವರಮನ್ಯತ್ ಪರಿತ್ಯಜ್ಯ, ಶರೀರಮನುಪಾಲಯೇತ್ । ತದ್ಭಾವೇಹಿ ಭಾವಾನಾಂ ಸ್ವರ ಭಾವಾಃ ಶರೀರಿಣಾಂ॥''

ನಮ್ಮ ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಆಗಂತುಕಾದಿ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮಣಿ, ಮಂತ್ರ, ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ. ವಾತಪಿತ್ತಕಫಗಳೆಂಬ ಶಾರೀರಿಕ ದೋಷಗಳು, ರಜೋ - ತಮೋ ಗುಣಗಳೆಂಬ ಮಾನಸಿಕ ದೋಷಗಳು, ಈ 5 ದೋಷಗಳು ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಮನೋದೋಷ ''ಈರ್ಷ್ಯಾಭಯ ಕ್ರೋಧ ಪರೀಕ್ಷತೇನಲುಬ್ಧೇ ನರುಗ್ದೈನ್ಯನಿ ಪೀಡಿತೇ, ನ ಪ್ರದೇಶಯುಕ್ತೇ, ನ ಚ ಸೇವ್ಯಮಾನವನ್ನಂ ನಸಮ್ಯಕ್ ಪರಿಣಾಮೇತಿ॥'' ಈರ್ಷ್ಯಾ, ಭಯ, ಕ್ರೋಧ, ಲೋಭ, ದೈನ್ಯ, ದ್ವೇಷ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಆಹಾರವು ಸರಿಯಾಗಿ ಪಚನವಾಗದೆ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಫಲಕಾರಿಯಾದುದು ಅಥರ್ವವೇದದಲ್ಲಿ ''ರೋಗಸ್ತು ಪೂಜನ್ಯೈರ್ದ್ಧಾಪಿ ಸಹಸ್ರೈವೋಪಶಮ್ಯತಿ'' ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲೊಂದಾದ 'ಗ್ರಹಚಿಕಿತ್ಸಾತಂತ್ರ' (Demonical diseases) ಸಾವಿರಾರು ವರುಷಗಳಷ್ಟು ಹಿಂದೆಯೇ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತವೆ. ಅಷ್ಟಾಂಗ ತಂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ರಸಾಯನ ತಂತ್ರದ ಕಡೆಗೆ ಅನೇಕ ವೈದ್ಯರು ಗಮನವಿತ್ತಿರುವರು. ಈ ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಾಪ್ತಿಯುಳ್ಳ ಮಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯೋಗಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಬಲ್ಲವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಕಾಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನ ರೋಗವಾದ ಜ್ವರ ''ದೇಹೇಂದ್ರಿಯ ಮನಸ್ತಾಪೀ ಸರ್ವ ರೋಗಾಗ್ರ ಜೋ ಬಲೀ ಜ್ವರಃ ಪ್ರಧಾನೋ ರೋಗಾಣಾಂ ರೋಗೋ ಜ್ವರ ಪುರಸ್ಸರಃ॥ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮಂತ್ರ ಜಪ ಹೋಮ, ದಾನ ಪೂಜಾದಿಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೇಳಿರುತ್ತಾರೆ.

ನಾವು ಮಾತನಾಡುವ ಸ್ವರಗಳು 'ಅ'ಕಾರದಿಂದ 'ಕ್ಷ'ಕಾರ ಪರ್ಯಂತವಿರುತ್ತದೆ. ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರದ ಷಟ್ಚಕ್ರ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಶರೀರಾಂತರ್ಭಾವದಲ್ಲಿರುವ ಷಟ್ಚಕ್ರ ವಿವರ -

1. ಮೂಲಾಧಾರ ಚಕ್ರದಿಂದ - ವ, ಶ, ಷ, ಸ
2. ಸ್ವಾಧಿಷ್ಠಾನ ಚಕ್ರದಿಂದ - ಬ, ಭ, ಮ, ಯ, ರ, ಲ
3. ಮಣಿಪೂರ ಚಕ್ರದಿಂದ - ಡ, ಢ, ಣ, ತ, ಥ, ದ, ಧ, ನ, ಪ, ಫ
4. ವಿಶುದ್ಧ ಚಕ್ರದಿಂದ - ಕ, ಖ, ಗ, ಘ, ಙ, ಚ, ಛ, ಜ, ಝ, ಞ, ಟ, ಠ
5. ಅನಾಹತ ಚಕ್ರದಿಂದ - ಅ ಇಂದ ಅಃ ವರೆಗೂ
6. ಆಜ್ಞಾಚಕ್ರದಿಂದ - ಹಂ, ಕ್ಷ

ಈ ಸ್ವರಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಮನನ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ, ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿರುವ ದಳಗಳು (ಅಂತರವಯ) ಕದಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ವ್ಯಾಯಾಮವಾಗುತ್ತದೆ. ॥ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಾದಿಷ್ಟ ದೇವತಾ ಸಂಪ್ರಯೋಗಃ'' ಪ್ರಣವ ಪೂರ್ವಕವಾದ ಮಂತ್ರ ಜಪದಿಂದ, ಈಶ್ವರೋಪಾಸನೆಯಿಂದ ಚಿತ್ತ ನಿರ್ಮಲತ್ವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ''ಧೀ ಧೈರ್ಯಾತ್ಮಾದಿ ವಿಜ್ಞಾನಂ ಮನೋದೋಷೌಷಧಂ ಪರಂ'' ಹಿತಾಹಿತಗಳನ್ನು ವಿಭಜಿಸುವ ಬುದ್ಧಿ ದೃಢಚಿತ್ತ, ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮ ಸ್ವರೂಪವನ್ನರಿಯುವುದು - ಇವು ಮನೋದೋಷಜ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಔಷಧಗಳು.

ಸಂಗೀತದ 'ಸರಿಗಮಪದನಿ' ಎಂಬ ಏಳು ಸ್ವರಗಳ ಮೂಲಕ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳು ಗುಣವಾಗುವುವು. ಈ ಸಪ್ತ ಸ್ವರಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ರಾಗಗಳುಂಟಾಗಿ, ಶರೀರದ ಬಾಹ್ಯಾವಯವಗಳು ಕೆಲವು ಚಲಿಸಲ್ಪಡುವುದಲ್ಲದೆ ಸ್ವರ ಸ್ಥಾನಗಳಾದ ಚಕ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ದಳಗಳು ಚಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಬಲವುಂಟಾಗಿ, ಹಾಡುವಾಗ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಮಂದರ, ಮಧ್ಯ, ತಾರಕ ಸ್ಥಾಯಿಗಳಾಗಿ, ಪೂರಕ, ಕುಂಭಕ ರೇಚಕಾದಿಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಯಾಮವುಂಟಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ವರೋಚ್ಚಾರಣೆಯಿಂದ ಪರರಿಗೆ ಸಹಾ ಸಂತೋಷ, ದುಃಖ, ಉತ್ಸಾಹ ಮೊದಲಾದವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳು ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ.

ತ್ರಿಧಾತುಗಳಾದ ವಾತ, ಪಿತ್ತ, ಶ್ಲೇಷ್ಮಗಳ ವೃದ್ಧಿಕ್ಷಯಗಳಿಂದುಂಟಾಗುವ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಮಾನಸಿಕ ದೋಷ ಜನಿತ ರೋಗಹರಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ರಾಗಗಳನ್ನು ಹಾಡಲು ಕಾಲಗಳನ್ನು ಸಹಾ ನಿರ್ದೇಶಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಆರೋಗ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನಮಗುಪದೇಶಿಸಿರುವ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸುಸ್ವರದಿಂದುಚ್ಚರಿಸಿ (ಜಪಿಸಿ) ದೇಹಾರೋಗ್ಯವನ್ನು, ಮನೋಧಾರ್ಢ್ಯವನ್ನು ಮಾನವತಾತೀತ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು.

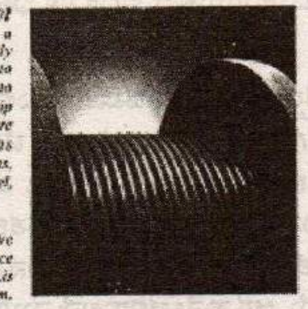
ವೈದ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಬಾಬು
ಬೆಂಗಳೂರು
ದೂರವಾಣಿ : 94480 87927

With Best Compliments From

Meet the specialists behind Speciality Cables

Reliance Engineers Limited. An ISO 9001 company. The country's finest source for a phenomenal range of technologically advanced speciality cables. Developed to international standards and customised to provide need-based solutions for blue-chip organisations at home and abroad. In core sectors of the economy such as telecommunications, power, space, oil, gas, petrochemicals, fertilisers, cement, steel, railways, electronics, and more.

Managed by a team of progressive technocrats and professionals, Reliance is powering into the new millennium.is powering into the new millennium.



Keeping pace with front line technological advancements worldwide, as well as client-specific requirements. And proudly dedicating its endeavors to the spirit of progress.

Reliance Engineers Limited
120, Cunningham Road, Bangalore 560 052
INDIA Tel: 91-80-2265651 / 2265723
Fax: 91-80-2203016
E-mail : reli@vsnl.com
: services@relianceengineers.com
http://www.relianceengineers.com

Reliance
Engineers Limited
An ISO 9001 Company

The Reliance Range: • Instrumentation Signal Cables • Telecommunications Cables • Jelly-filled telecommunication Cables • Fire Survival Cables • Thermocouple Extension / Compensating Cables • Control Cables • Co-axial Cables • Energy Cables • Rubber Insulated Cables • Lan Cables • Winding Wires • Flexible / Hookup Wires • Telephone Cords • Power Cards • Electrolytic Tin-plated Copper Wires

ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಮಹತ್ತರ ಗುಣಗಳು

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮಗೆಲ್ಲಾ ಕಳೆಗಿಡಗಳು ಅಂದರೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಅಪ್ರಯೋಜಕ ಹಾಗೂ ಉಪಯುಕ್ತ ಸಸ್ಯಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಕುಂಠಿತ ಮಾಡುವ ಗಿಡಗಳು ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸರಿಯಾದದ್ದಾದರೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೇ ಇರುವ ಅನೇಕ ಗಿಡಗಳು ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಹೊರತಾಗಿವೆ. ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದರೂ, ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿರುವಂತಹ ಅನೇಕ ಗಿಡಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡಬಹುದು.

''न अनौषधं जगति किञ्चित् '' ಅಂದರೆ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿರದ ವಸ್ತು ಅಥವಾ ದ್ರವ್ಯ ಯಾವುದು ಇಲ್ಲವೆಂದು. ಹಾಗೆಯೇ ಸಸ್ಯರಾಶಿಯಲ್ಲೂ ಕೂಡ. ನಾವು ಸರಿಯಾದಂತಹ ಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ಯುಕ್ತಿಯಿಂದ ಬಳಸಿದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಸ್ಯವೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸದೇ ಎಲ್ಲಂದರಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿಯೂ ತನಗೆ ತಾನೇ ಪೋಷಿಸಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುವ ಗಿಡಗಳು ಅನೇಕ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತವಾದಂತಹ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವಿರುವ ಕೆಲವು ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಪರಿಚಯ ಈ ಲೇಖನದ ಮುಂದಿನ ಸಾಲುಗಳಲ್ಲಿದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೂ ಉಂಟಾಗಬಹುದು ''ಕಳೆಗಿಡಗಳು ಅಂದ್ರೆನೆ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬಾರದ್ದು ಅಂತ, ಇನ್ನೂ ಈ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಗಿಡಗಳಿಂದ ಔಷಧೀಯ ಉಪಯೋಗ ಹೇಗೆ'' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯೂ ಉದ್ಭವಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕೆಲವು ಸಸ್ಯಗಳ ಪರಿಚಯ, ಗುಣ ಮತ್ತು ಉಪಯೋಗ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಬಗೆಗಳು ಒಂದು, ಎರಡು ರೀತಿಯದಲ್ಲ, ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಹಲವು ಬಗೆಗಳಿವೆ. ಸಣ್ಣ ಹುಲ್ಲಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಗಿಡಗಳವರೆಗೆ ಈ ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಸಂತತಿ ಇದೆ. ಇವು ಉಪಯುಕ್ತ ಸಸ್ಯಗಳ, ಬೆಳೆಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಕುಂಠಿತ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ, ಇವುಗಳನ್ನು ಕಂಡ ತಕ್ಷಣ ಕಿತ್ತು ಹಾಕುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಜನಗಳಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ಇನ್ನು ಮುಂದಾದರೂ ಕೀಳುವ ಮುನ್ನ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ, ಮಗದೊಮ್ಮೆ ಯೋಚಿಸುವ ತಾಳ್ಮೆ ಬೆಳೆದರೆ ನಾವು ಅನೇಕ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಕೂಡ ಪಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಎಕ್ಕದ ಗಿಡ :

ಇದನ್ನು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಅರ್ಕ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಸ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಕಾಲೋಟ್ರೋಪಿಸ್ ಜೈಗಾಂಟಿಕಾ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ.

ಇದು ಸುಮಾರು 8-10 ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯುವ ಗಿಡವಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಹಾಗೂ ನೀಲಿ ಹೂವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಎರಡು ಬಗೆಗಳಿವೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣಧ ಎಕ್ಕದ ಬೇರಿನಲ್ಲಿ ಗಣೇಶನಿರುವನೆಂಬ ಪ್ರತೀತಿ ಇದೆ ಹಾಗೂ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಇದರ ಹೂವು ಗಣೇಶನ ಪೂಜೆಗೆ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ. ಹೋಮ ಹವನಗಳಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಈ ಎಕ್ಕದ ಉಪಯೋಗವಿದ್ದು ಇದರಿಂದ ಪಸರಿಸುವ ಹೊಗೆಯು ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಗುಣವನ್ನು ಕೂಡ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ರಥಸಪ್ತಮಿಯಂದು ಈ ಎಕ್ಕದ ಗಿಡಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವವಿದೆ. ಅಂದಿನ ದಿನ ಎಕ್ಕದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹೆಗಲು, ಬೆನ್ನು, ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಇದ್ದು, ಆಗ ತಾನೇ ಚಳಿಗಾಲವು ಮುಗಿದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಬೇಸಿಗೆಯ ಕಾಲದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯೂ ಈ ಮೂಲಕ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಚಳಿಗಾಲದಂದು ಬೆವರದ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ, ರಂಧ್ರಗಳು ಸುಲಭವಾಗಿ ಶುದ್ಧಿಯಾಗಿ ನಂತರದ ಬಿಸಿಲಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಬೆವರಿನ ಉತ್ಪತ್ತಿಯು ಹೊರ ಬರಲು ಇದು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಇದರ ಉಪಯುಕ್ತ ಭಾಗಗಳು ತೊಗಟೆ, ಹೂವು, ಎಲೆ, ಹಾಲು.

- ಬೇರಿನ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಪುಡಿಯನ್ನು 2 ಚಿಟಿಕೆ ಹಾಗೂ 2 ಚಿಟಕಿ ಶುಂಠಿಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಸಂಧಿವಾತ, ಚರ್ಮರೋಗಗಳು ಗುಣಕಾಣುವುವು.
- ಚರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ಗ್ರಂಥಿಗಳಿಗೆ ಎಕ್ಕದ ಹಾಲು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ಎಲೆಯನ್ನು ಅರೆದು ತೆಗೆದ ರಸಕ್ಕೆ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿನ ಸೇರಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಎಕ್ಸಿಮಾ ಮುಂತಾದ ಚರ್ಮವ್ಯಾಧಿ, ಊತ, ನೋವುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.
- ಬೇರನ್ನು ಸುಟ್ಟು ತೆಗೆದ ಬೂದಿಯನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಹಚ್ಚುವುದು ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.
- ಅಂತೆಯೇ ಎಲೆಯನ್ನು ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿದ ನಂತರ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ನೋವಿನ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಪಟ್ಟು ಹಾಕುವುದರಿಂದ ನೋವು ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒಣಗಿದ ಎಕ್ಕದ ಹೂವನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ನೆಗಡಿ, ಕೆಮ್ಮು, ಉಬ್ಬಸದಂತಹ ಶೀತ ಸಂಬಂಧೀ ತೊಂದರೆಗಳು ನಾಶವಾಗುವುವು.
- ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಗಾಜು, ಮುಳ್ಳು ಹೊಕ್ಕಾಗ ಎಕ್ಕದ ಹಾಲನ್ನು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದಲ್ಲಿ ಒಳಗೆ ಸೇರಿರುವ ವಸ್ತು ಹೊರಗೆ ಬರುವುದು ಮತ್ತು ಗಾಯವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುವುದು.
- ಎಕ್ಕದ ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ದಂತಧಾವನಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಹುದು. ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಎಕ್ಕದ ಹಾಲು ಕಣ್ಣಿಗೆ ತಾಗಿದಲ್ಲಿ ಅದು ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಇದನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸೇವಿಸಬಾರದು.

ಉಮ್ಮತ್ತ / ಧತೂರಿ ಗಿಡ

ಇದನ್ನು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಧತ್ತೂರ ಎಂದೂ ಹಾಗೂ ಸಸ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಧತ್ತೂರ ಆಲ್ಬಾ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುವರು. ಈ ಉಮ್ಮತ್ತದ ಗಿಡ ಸುಮಾರು 1.5 ಮೀಟರ್‌ನಷ್ಟು ಎತ್ತರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಎಲೆಗಳ ತುದಿಯು ಹಲ್ಲಿನ ರೂಪದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಕಾಯಿ ಗುಂಡಗಿದ್ದು ಮುಳ್ಳುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಇದರ ಗುಣ ಚಿನ್ನಕ್ಕೆ ಸಮಾನವಾದ್ದರಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಕನಕ ಎನ್ನುವ ಪರ್ಯಾಯವೂ ಇದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪಾಳು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಹಾಗೂ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣದ ಹೂವಿನ ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ.

ಇದರ ಎಲೆ, ಕಾಯಿ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾದವು.

- ಇದರಲ್ಲಿ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಗುಣವಿದ್ದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವಂತಹ 'ಬೆಲಡೊನಾ ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್'ನಲ್ಲಿರುವ ಮುಖ್ಯವಾದ ಔಷಧೀಯ ಅಂಶವೂ ಧತೂರವೇ ಆಗಿದೆ.
- ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ, ನೋವಿನ ಸಂಧಿಗಳಿಗೆ ಹಾಕಿದಲ್ಲಿ, ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ನೋವು ನಿವಾರಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಧತ್ತೂರಿ ಎಲೆಯ ರಸ, ಬೀಜ ಹಾಗೂ ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ಇವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಎಣ್ಣೆ ಕೂದಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

- ಉಬ್ಬಸ, ಕಫದ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ 'ಕನಕತೈಲ'ವನ್ನು ಕಫವನ್ನು ಕರಗಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ 2-3 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಎದೆ, ಬೆನ್ನು ಭಾಗಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ ತೀಡಿ ನಂತರ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಬಿಸಿ ನೀರಿನ ಶಾಖವನ್ನು ಕೊಡುವುದು.
- ಇದೇ ಎಣ್ಣೆಗೆ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಗುಣವೂ ಇದೆ.
- ಎಲೆಯ ಸ್ವರಸ ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕನಕಲೇಪ ಸಂಧಿನೋವುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಒಣಗಿದ ಧತ್ತೂರದ ಎಲೆಯನ್ನು ಸುರಳಿ ಸುತ್ತಿ ಧೂಪನಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಶೀತಭಾದೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಹಾಗೂ ಉಬ್ಬಸದ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು.

ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ / ನಾಚಿಕೆ ಮುಳ್ಳು

ಇದು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಲಜ್ಜಾಲು' ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಮಿಮೋಸಾ ಪೂಡಿಕಾ' ಎಂದು. ಇದು ಮುಳ್ಳಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ನೆಲದಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಗಿಡ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಉಷ್ಣವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ ಎಂದರೆ, ಯಾವುದೇ ಸ್ಪರ್ಶವಾದಲ್ಲಿ ಬಿಡಿಸಿದ ಎಲೆಗಳು ತನಗೆ ತಾನೇ ಮುದುರಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಗೆಗಳಿವೆ. ಹೊರಗೆ ಮುದುಡುವ ಬಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಒಳಗೆ ಮುದುಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಬಗೆಯದು. ಇದಕ್ಕೆ ನಾಚುವ ಸ್ವಭಾವವಿರುವುದರಿಂದ ಲಜ್ಜಾಲು ಎಂದೂ ಹಾಗೂ ನಮಸ್ಕರಿಸುವ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಮುದುಡುವುದರಿಂದ ನಮಸ್ಕಾರಿ ಎಂದೂ ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಉಪಯುಕ್ತ ಭಾಗಗಳೆಂದರೆ - ಪಂಚಾಂಗಗಳು ಅಂದರೆ ಇಡೀ ಗಿಡವೆ ಔಷಧೀಯ ಗುಣದಿಂದ ಕೂಡಿದೆ.

- ಸುಮಾರು 1 ಭಾಗ ಎಲೆಗಳಿಗೆ 2 ಭಾಗ ನೀರು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಷಾಯವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಉರಿಮೂತ್ರ, ಮೂತ್ರದ ಕಲ್ಲು ಇವು ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ.
- ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮುಟ್ಟಿನ ಸ್ರಾವದ ತೊಂದರೆ ಅಂದರೆ ಅತಿಯಾದ ಸ್ರಾವವಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇಡೀ ಗಿಡವನ್ನೇ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಷಾಯಕ್ಕೆ 1 ಚಿಟಿಕೆ ಸ್ಫಟಿಕವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ರಕ್ತಸ್ತಂಭನವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎಲೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ನಂತರ ಅರೆದು ಅದನ್ನು ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ತಕ್ಷಣವೇ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.
- ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಇರುವ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯಲ್ಲಿ, ಅರೆದ ಕಲ್ಕವನ್ನೇ ಆಸನ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಲ್ಲದೆ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯು ಗುಣವಾಗುವುದು.
- ವಸಡಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಎಲೆಯ ಸ್ವರಸ ಅಂದರೆ ಕುಟ್ಟಿ ತೆಗೆದ ರಸದಿಂದ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸುವುದು ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

ಗರಿಕೆ ಹುಲ್ಲು

ಸಂಸ್ಕೃತ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ದೂರ್ವಾ ಹಾಗೂ ಸಸ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ಸಿನಡೋನ್ ಡಾಕ್ಟಿಲೋನ' ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಬೆಳೆಯುವಂತಹ ಪುಟ್ಟ ಸಸ್ಯ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಜನರಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ 'ತೃಣ ಸಮಾನ' ಎಂದು

ಬಳಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವಿದೆ. ಅಂದರೆ ಹುಲ್ಲಿನ ಸಮಾನವಾದದ್ದು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದು ಎಂದು. ಆದರೆ ಹುಲ್ಲಿನ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿದ ಈ ಗರಿಕೆಯು ಬಹಳ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿರುವ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಮಗೆಲ್ಲಾ ಗರಿಕೆಯ ವಿಚಾರ ಗೊತ್ತಿರುವುದು ಒಂದೇ ಅದು 'ಗಣೇಶನಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದದ್ದು' ಅಂತ. ಇದಲ್ಲದೆ ಗರಿಕೆಯ ಉಪಯೋಗ ಹೀಗಿದೆ.

- ಇದಕ್ಕೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾದ ಉಷ್ಣವನ್ನು, ಪಿತ್ತವನ್ನು ಶಮನ ಮಾಡುವ ಗುಣವಿದೆ.
- ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ರಕಸ್ರಾವವನ್ನು ಇದು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ.
- ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆದ, ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಿದ ಗರಿಕೆ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಕುಟ್ಟಿತೆಗೆದ ರಸಕ್ಕೆ (4 ಚಮಚ) ಸ್ವಲ್ಪ ಕೆಂಪು ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಾಗುವ ಉರಿ, ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮುಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆಯಾದ ಅತಿಸ್ರಾವವನ್ನು ಕೂಡ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಇದೇ ಗರಿಕೆಯನ್ನು ಅರೆದು ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಇರುವ ಗಾಯದ ಮೇಲೆ ಪಟ್ಟು ಹಾಕಿದಲ್ಲಿ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾಗಿದೆ.
- ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ನವೆ, ಉರಿಗಳಿಗೆ ಗರಿಕೆಯ ರಸದ ಲೇಪನ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಅಲರ್ಜಿಯ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಗರಿಕೆಯ ರಸದೊಂದಿಗೆ ಅರಿಶಿನವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.
- ಗರಿಕೆಯ ರಸ ಹಾಗೂ ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುದಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಎಣ್ಣೆ ತಲೆ ಕೂದಲಿನ ಹೊಟ್ಟು, ನವೆ, ಉರಿ ಇವುಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಪರಿಹಾರವಾಗಿದೆ.

ಹರಳು / ಔಡಲ - ಗಿಡ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣ ಸಿಗುವ ಪೊದೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ಗಿಡದ ಎತ್ತರ ಸುಮಾರು 15 ಅಡಿಗಳಷ್ಟು - ಚಿಕ್ಕ ಮರವೆಂದೇ ಹೇಳಬಹುದಾದ ಆಕಾರ ಇದಕ್ಕಿದೆ. ಇದರ ಎಲೆಗಳ ಆಕಾರ ಅಂಗೈಯನ್ನು ಹೋಲುವುದರಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಗಂಧರ್ವ ಹಸ್ತ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ. ಸಸ್ಯ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ 'ರೆಸಿನಿಸ್ ಕಮ್ಯೂನಿಸ್' ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ.

ಕಾಂಡದ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಇದು ಕೆಂಪು ಹಾಗೂ ಹಸಿರು ಎಂಬ ಎರಡು ಬಗೆಯಲ್ಲಿದೆ. ನಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿ ಜನಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಚಿರಪರಿಚಿತವಾದಂತಹ ಬೇಲಿಗಳಲ್ಲಿ, ರಸ್ತೆ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಗಿಡ ಈ ಹರಳು ಗಿಡ. ಇದರ ಉಪಯುಕ್ತ ಭಾಗಗಳೆಂದರೆ ಎಲೆ, ಬೀಜ, ಬೇರು.

- ಇದರ ಎಲೆಗೆ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನೇ ಸವರಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಕೀಲು ನೋವು ಹಾಗೂ ಊತಗಳಲ್ಲಿ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ನೋವು ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಬೇರಿನ ತೊಗಟೆಯ ಕಷಾಯ ತಯಾರಿಸಿ ಸುಮಾರು 3-4 ಚಮಚ ದಿನಕ್ಕೆ 3 ಬಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಹಸಿರು ಕಾಂಡವಿರುವ ಗಿಡದ ಎಲೆಯನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ ತೆಗೆದ ರಸವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ 2-3 ಚಮಚಗಳಷ್ಟು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಕಾಮಾಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವಂತಹ ಪದ್ಧತಿ ಅನುವಂಶಿಕ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿದೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ದೃಢಪಟ್ಟಿದೆ.
- ಎಳೆಯ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಮಲಬದ್ಧತೆ ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಆಸನ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

- ಇದೇ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಎಳೆ ಮಕ್ಕಳ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಶಾಖ ಕೊಡುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಕಳೆ ಗಿಡಗಳೆಂಬ ಹೀನ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಅದರಲ್ಲಿರುವಂತಹ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಸಾರಾಂಶವನ್ನು ಹೊತ್ತ ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಕೆಲವು ಸಸ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ನೂರಾರು, ಉಪಯೋಗ ಸಾವಿರಾರು ಇಂತಹ ಸಸ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ 'ಕಸದಲ್ಲಿ ರಸವೆಂಬಂತೆ' ಅಸಡ್ಡೆಗೊಳಗಾಗಿರುವ ಕಳೆಗಿಡಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಗೌರವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ಷಿಸುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಡಾ|| ಚಂದ್ರಕಲಾ ಎನ್.
ನಂ. 47, 'ಶಶಿನಿವಾಸ'
ರಾಘವ ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 26
ದೂರವಾಣಿ : 6747901

With Best Compliments From

Basavanagudi Ayurveda Bhavan

Gandhi Bazaar Main Road
Bangalore - 04
Phone : 6916616

Dealers in Ayurvedic Medicines of different companies

Consultation is also available

With Best Compliments From

Ph : 860 3113

Netaji Ayurvedic Trust®

Subhash Bhavan, 9th Main Road, Ideal Homes Township, Rajarajeshwari Nagar, Bangalore - 98

Manufacturer of Quality Ayurvedic Proprietary Medicine

Madhunashini : Anti-Diabetes Capsules

Products to be launched shortly

Mahabala : Multi Vitamin - for theat extra strength
Mahaprana : Anti-hypertension capsules
Mandara : Anti-pimples face cream
Mrudumoola : For Piles

ಬಹೂಪಯೋಗಿ ಸಸ್ಯ ಸರ್ಪಗಂಧ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವದಿಂದಲೂ ಸಸ್ಯಜನ್ಯವಾದ ಗಿಡ ಮೂಲಿಕೆಗಳಿಂದ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಸ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸರ್ಪಗಂಧವೂ ಒಂದು.

ಇದನ್ನು ಸಾಧಾರಣ ತಂಪು ಹವೆಯುಳ್ಳ, ಹೆಚ್ಚು ಮಳೆ ಬೀಳುವ ಹರಿದ್ವರ್ಣದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಗುಡ್ಡ ಗಾಡಿನಲ್ಲಿಯೂ, ಕರ್ನಾಟಕದ ಮಲೆನಾಡು ಪ್ರದೇಶಗಳಾದ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ, ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಕೊಡಗು ಹಾಗೂ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಇದು ಮನೆಯ ಅಂಗಳದಲ್ಲೂ ಹಿತ್ತಲಿನಲ್ಲೂ ಯಾವ ಖರ್ಚಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಎಲೆ 4 ರಿಂದ 6 ಅಂಗುಲ ಉದ್ದ ಸುಮಾರು ಒಂದೂವರೆಯಿಂದ 2 ಅಂಗುಲ ಅಗಲವಿದ್ದು, 2 ರಿಂದ 3 ಅಡಿ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಎಲೆಗಳು ಹಸಿರು ಹೊಳಪಿನಿಂದಿರುತ್ತವೆ. ಹೂಗಳು ಗೊಂಚಲು ಗೊಂಚಲಾಗಿದ್ದು ಸುಮಾರು ಕಾಲು ಅಂಗುಲ ಉದ್ದವಿದ್ದು ಬಿಳಿಯ ಅಥವಾ ಗುಲಾಬಿ ವರ್ಣದಿಂದಿರುತ್ತವೆ. ಕಾಯಿಗಳು ನಾಟಿ ಬಟಾಣಿಯ ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿದ್ದು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಹಸಿರಾಗಿದ್ದು ಹಣ್ಣಾದಾಗ ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ಬೇರು ಸುಮಾರು ಒಂದೂವರೆ ಅಡಿ ಭೂಮಿಯೊಳಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮೃದುವಾಗಿದ್ದು ಕೈಯಿಂದ ಮುರಿಯಬಹುದಾಗಿದೆ. ಇದರ ಬೇರು ರುಚಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕಹಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ''ಅಪೋಸೈನೇಸಿ'' ಸಸ್ಯ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು, ಸಸ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಕಾರ ಐದು ಪ್ರಬೇಧಗಳಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ರಾವಲ್ಫಿಯ ಸರ್ಪೆಂಟಿಯಾ ಮತ್ತು ರಾವಲ್ಫಿಯ ಕೆನೆಸೆನ್ಸ್ ಎರಡು ಮಾದರಿಗಳು ಕಂಡು ಬರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಎರಡರ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳೂ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಹದಿನಾರನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜರ್ಮನಿಯ ರಾಫುಲ್ಫ ಎಂಬ ವೈದ್ಯ ಹಾಗೂ ಸಸ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನ ಹೆಸರಿಡಲಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಸರ್ಪಗಂಧ, ಗರುಡ ಪಾತಾಳ ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ. ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ 'ಹುಚ್ಚರ ಔಷಧಿ' ಎಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಹೆಸರು ಇದಕ್ಕಿದೆ. ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಸರ್ಪೆಂಟ್ ವುಡ್ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಬೇರುಗಳು ಸರ್ಪದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ಸರ್ಪಗಳ ವಿಷ ಇಳಿಸುವುದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ ಇದನ್ನು ಸರ್ಪಗಂಧ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 3000 ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ಔಷಧ ರೂಪವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದುದಾಗಿ ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ ನಮೂದಿಸಿದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಔಷಧ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ 1931 ರವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ದೊರೆತಿರಲಿಲ್ಲ. ಸೇನ್ ಮತ್ತು ಬೋಸ್ ಎಂಬುವರು 1944 ರಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದ ಉಪಶಾಮಕ ಗುಣ ಕಂಡು ಹಿಡಿದ ಮೇಲೆ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶದವರು ಅದನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಂಡರು. ಮಾನವನ ಅನೇಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬಹಳ ಉತ್ತಮವಾದ ಒಂದು ಔಷಧ ಎಂದರೆ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಲ್ಲ. ಈ ಬೇರಿನಲ್ಲಿ 20ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ನಮೂನೆಯ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಕ್ಷಾರ (ಆಲ್ಕಲಾಯಿಡ್) ಇರುವುದರಿಂದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುವ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಈ ಬೇರಿನಲ್ಲಿ ನಿದ್ದೆ ಬರಿಸುವ ಉಪಶಾಮಕ ಸ್ತಂಭನ ಗುಣ ಇರುವುದರಿಂದ ಅಪಸ್ಮಾರ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ, ಉನ್ಮಾದ, ಚಿತ್ತಭ್ರಮೆ, ಹಾಗೆಯೇ ಕೋಪವನ್ನು ಶಮನ ಮಾಡುವ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಕಹಿ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಂಜು, ಇಸಬು, ತುರಿ ಕಜ್ಜಿ, ಸರ್ಪಸುತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ಚರ್ಮರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಇದಕ್ಕಿದೆ. ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ, ಬೂಸ್ಟು, ವೈರಸ್, ವಿಷ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳ ಮೇಲೆ ಅದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.

ಬೇರನ್ನು ನಿಂಬೆಹುಳಿ (ರಸ) ಅಥವಾ ಅಕ್ಕಚ್ಚು (ಅಕ್ಕಿ ತೊಳೆದ ನೀರು) ನಲ್ಲಿ ಗಂಧ ತೇಯ್ದು ಕೇವಲ ಕಡಲೆ ಕಾಳಿನಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಕೊಡಬೇಕಲ್ಲದೆ, ಸರ್ಪಸುತ್ತಿನ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಆಹಾರದ ನಂತರವೇ ಕೊಡಬೇಕು. ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ನರಮಂಡಲ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಈ ಔಷಧಕ್ಕಿದೆ.

ಭಾಗ - 3

ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳು

ಡಾ|| ವಿ.ವಿ.ಎಸ್. ರಾಮಾಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ ವಿಶೇಷ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಮಾಹಿತಿ

ವಿಷಯ : ವಾತವ್ಯಾಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ಇಂದಿನ ಯುವ ಶಕ್ತಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಂಕಣಬದ್ಧರಾಗಿ, ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಮುಂದಾಗುವುದು ಅತೀ ಅವಶ್ಯಕ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ಭಾಷಣವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ ಶ್ರೀಯುತರು ಹೈದರಾಬಾದಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜಿನ ಕಾಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಮುಖರು, ಅಲ್ಲಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಆಮಂತ್ರಣವನ್ನು ಮನ್ನಿಸಿ ಬಂದುದು ಅವರ ಸರಳತೆಯ ಪ್ರತೀಕ.

ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ ವಾತ (ದೋಷ) ಪ್ರಭುವಿದ್ದಂತೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡುವ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಸಹ ಇದು ಒಡೆಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ವಾತವನ್ನು ಮೂಲವಾಗಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುವ ಎಂಭತ್ತು ವಾತವ್ಯಾಧಿಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಘೋರವಾದವು. ಇವುಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲು ವಿಶೇಷವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹಲವಾರು ಉಪಯುಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ರಾಮಾಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ವಾತ ವ್ಯಾಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಔಷಧಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

ಪ್ರಭಂಜನ ವಿಮರ್ದನ ತೈಲ	ಸಹಸ್ರಯೋಗ
ಚಿಂತ್ಯಾದಿ ತೈಲ	ಸಹಸ್ರಯೋಗ
ಯೋಗೋತ್ತಮ ಗುಟಿಕಾ	ಸಹಸ್ರಯೋಗ
ನಾರಸಿಂಹ ಚೂರ್ಣ	ಸಹಸ್ರಯೋಗ
ಗುಡೂಚಿ ತೈಲ	ಗದನಿಗ್ರಹ
ನೀಲಸಹಚರಾದಿ ತೈಲ	ಗದನಿಗ್ರಹ
ಕಾಲಾಗ್ನಿರುದ್ರರಸ	ಬಸವರಾಜೀಯಂ
ಚಿತ್ರಕಾದಿ ವಟಿ	ವೈದ್ಯ ಚಿಂತಾಮಣಿ
ಶ್ಯೋನಾಕ ತೈಲ	ಗದನಿಗ್ರಹ
ಶ್ವದಂಷ್ಟ್ರಾ ತೈಲ	ಗದನಿಗ್ರಹ

ಆಯಾ ಸಂಹಿತೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ರೋಗಿಗಳ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿರುವ ಈ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ನಂತರ, ವಿಶೇಷ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಅನುಸರಿಸಬಹುದಾದ ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು. ಅರ್ದಿತರೋಗದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆಹಾರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಔಷಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿಭಜಿಸಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನೆಸಿ, ರುಬ್ಬಿದ ಉದ್ದಿನ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಆವಿಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ಅದನ್ನು ಬೆಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸುವುದು ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಇದಲ್ಲದೆ, ಗದನಿಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಶತಾವರೀಘೃತ ಪಾನ ಉಪಯುಕ್ತ. ಸಹಸ್ರಯೋಗದ (IMCOPS) ಕಾರ್ಪಾಸತ್ಯಾದಿತೈಲ ಪಾನಕ್ಕೆ, ನಸ್ಯ ಹಾಗೂ ಅಭ್ಯಂಗದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಫಲ ದೊರೆಯುತ್ತದೆಂದು ಹೇಳಿದರು.

- ಅಸ್ಥಿ ಹಾಗೂ ಮಜ್ಜಾಗತ ವಾತದಲ್ಲಿ ತ್ರಯೋದಶಾಂಗ ಗುಗ್ಗುಲು, ವಿಷ್ಣುತೈಲ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀಗೋಪಾಲತೈಲಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶ್ರೀಗೋಪಾಲತೈಲವು ಸಂಧಿವಾತದಲ್ಲಿ ಫಲಕಾರಿ.
- ಗೃಧ್ರಸೀವಾತದಲ್ಲಿ ವಸ್ತ್ರಗಾಲಿತ ಲಘುಪಂಚಮೂಲ ಕಷಾಯವನ್ನು ತ್ರಿವೃತ್ ಚೂರ್ಣದೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಯೋಗ ರತ್ನಾಕರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಈ ಔಷಧವು ಅತೀ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಆಮವಾತದಲ್ಲಿ - ಶಟೀ ಹಾಗೂ ಶುಂಠೀ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ಪುನರ್ನವಾಕ್ವಾಥದೊಂದಿಗೆ ಏಳು ದಿನಗಳ ಪರ್ಯಂತ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಆಮವಾತವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ (ಭೈ. ರ.)

ಗದನಿಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ನಾಗರಾದಿ ಅವಲೇಹ್ಯವು ಉಪಯುಕ್ತ.

ಸಮಪ್ರಮಾಣ ಶುಂಠೀ ಹಾಗೂ ಗುಡೂಚಿ ಚೂರ್ಣ ಸಿದ್ಧ ಕಷಾಯವು ಹಳೆಯದಾದ ಆಮವಾತವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. (ವೈ. ಚಿ.)

ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸಾಯಂಕಾಲ, ಊಟದ ಮೊದಲು ಸೇವಿಸಿದ ಮುಂಡೀ ಚೂರ್ಣವು ಆಮವಾತ, ಅಪಸ್ಮಾರ, ಗಂಡಾದಿ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ. ಸ್ವರ್ಣಭೂಪತಿ ರಸ, ಬೃಹತ್ ವಾತಚಿಂತಾಮಣಿ, ವಾತರಾಕ್ಷಸ, ವಾತಗಜಾಂಕುಶರಸಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.

ಗುಂಜಾ ಬೀಜದ ಲೇಪವು ಆಮವಾತದ ಶೂಲವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವಾರು ಬಾರಿ, ಕಂಡು ಬರುವ ಅತೀ ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಷಮುಷ್ಟಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದ್ದು. ರೋಗಿಯ ಸ್ಥಿತಿ ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ವಿಷ ಮುಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮಸಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡಬಹುದು.

- ಮಧುಮೇಹದಿಂದೊಡಗೂಡಿರುವ ವಾತವ್ಯಾಧಿತ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗೇಂದ್ರ ರಸವು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು.
- ಕಂಪವಾತದಲ್ಲಿ ಸಮಪ್ರಮಾಣ ಪಾರದ ಭಸ್ಮ ಹಾಗೂ ತಾಮ್ರ ಭಸ್ಮವನ್ನು ತ್ರಿಕಟು ಕಷಾಯದಲ್ಲಿ ಹನ್ನೆರಡು ದಿನಗಳವರೆಗೂ ಭಾವನೆ ನೀಡಿ ಬಳಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಫಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.
- ಮಾಷತೈಲದ ಪಾನ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಂಗ ಕಂಪವಾತಾರಿ (ಯೋ. ರ.)
- ಕುಮಾರ್ಯಾಸವವು ಪ್ರಮೇಹಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಪಾಂಡುರೋಗದಲ್ಲಿ ಯಷ್ಟೀಮಧು, ಗುಡಹರೀತಕಿಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಶರೀರದ ನಾನಾ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶೂಲದಿಂದ ಕುಬೇರಾಕ್ಷಾದಿ ಚೂರ್ಣ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಶೂಲದಲ್ಲಿ ಅದು ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ತ್ರವಿದ್ದಂತೆ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ವೈದ್ಯ ಚಿಂತಾಮಣಿ.
- ರಸಾಯನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ರಸ ರತ್ನ ಸಮುಚ್ಚಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿರುವ ರಸಾಯನಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಪಾಕ್ಷಿಕ ರಸಾಯನ - ತಾಮ್ರಭಸ್ಮ

ಮಾಸಿಕ ರಸಾಯನ - ವಂಗ ಭಸ್ಮ
ತ್ರೈಮಾಸಿಕ ರಸಾಯನ - ನಾಗಭಸ್ಮ
ಷಾಣ್ಮಾಸಿಕ ರಸಾಯನ - ಕಾಸೀಸ ಭಸ್ಮ
ಅಷ್ಟಮಾಸಿಕ ರಸಾಯನ - ಗೈರಿಕ
ಸಾಂವತ್ಸರಿಕ ರಸಾಯನ - ಭೃಂಗರಾಜರಸ ಭಾವಿತ ಕಾಸೀಸ ಭಸ್ಮ
ನಿತ್ಯ ರಸಾಯನ - ಕೈಶೋರಗುಗ್ಗುಳು

- ದಿನವೂ ಮೊಸರನ್ನು ಹಳೆಯ ಬೆಲ್ಲ, ಜೇನುತುಪ್ಪ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸುವುದೂ ರಸಾಯನವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಅಗಸ್ತ್ಯಹರಿತಕಿ, ಭೃಂಗರಾಜಾಸವಗಳು ಉತ್ತಮ ರಸಾಯನಗಳು.
- ವಂಧ್ಯತ್ವದಲ್ಲಿ, ವಾತಹರಗಳಾದ ಯೋಗರಾಜ ಗುಗ್ಗುಳು, ಮಹಾರಾಸ್ನಾದಿ ಕಷಾಯಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸಿರಾಗ್ರಂಥಿ (varicoseveins) ಗಳಲ್ಲಿ ಲಶುನಾದಿ ವಟಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸರ್ವ ಬಾಲರೋಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಪಿಪ್ಪಲಿ ಉತ್ತಮ ಭೇಷಜವು.

ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ವಾತವ್ಯಾಧಿಗಳ ಬಗೆಗೆ ನಮಗೆ ಅತೀ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ರಾಮಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರು ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಅವರ ಉತ್ತಮ ಭಾಷಣದಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ, ಅವರನ್ನು ಆನಂದದಿಂದ ಬೀಳ್ಕೊಟ್ಟೆವು.

With best compliments from

VIVEK

ವಿವೇಕ್ ಡಯಗ್ನಾಸ್ಟಿಕ್ ಸೆಂಟರ್

VIVEK DIAGNOSTIC CENTRE

Computerised Clinical Laboratory
Colour Doppler Ultrasound Scan and X-ray

No. 2, Sri Janakiram Complex, (Diagonally Opp. Uma Theatre)
Bull Temple Road, Chamarajpet, Bangalore - 560 018
Phone : 6523154/6621475

Dr. V. Keshav Murthy
Consultant Radiologist & Sonologist

Ultrasound Scanning : 9 a.m. to 2 p.m. & 6 p.m. to 8 p.m.
X-ray : 9 a.m. to 8 p.m.
Saturdays and Sundays : 9 a.m. to 1 p.m.

ಮಾಸಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು

ಜನವರಿ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಮಾನ್ಯ ಶ್ರೀ ಸುರೇಶ್ ಚತುರ್ವೇದಿ ಅವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ಹಬ್ಬದ ಶುಭ ಅವಸರದಂದು ಹಿರಿಯರೂ, ಅನುಭವಿಗಳೂ, ಚಿಂತಕರೂ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ವೈದ್ಯರೂ ಆದ ಶ್ರೀಯುತ ಸುರೇಶ್ ಚತುರ್ವೇದಿಯವರು ನಮ್ಮ ಅನುಷ್ಠಾನದ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಾಮೃತದಿಂದ ಮಾತನಾಡತೊಡಗಿದರು. ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ರಾಜ್ಯದ ಮಾನ್ಯ ರಾಜ್ಯಪಾಲರ ಖಾಸಗಿ ವೈದ್ಯರೂ, ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಫಾರ್ಮಸಿಗಳಾದ Lupin, Himani ಮುಂತಾದವುಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರೂ, ಪುನರ್ವಸು ಆಯುರ್ವೇದ ವಿದ್ಯಾಲಯದ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರೂ ಆದ ಇವರು, ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನೇ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹುರಿದುಂಬಿಸುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನಾರಂಭಿಸಿದರು. ಅವರ ಮಾತುಗಳ ಸಾರಾಂಶ ಹೀಗಿದೆ.

- ಮಾನವನ ಆಹಾರ (diet), ಕಾರ್ಯಗಳು (deeds) ಹಾಗೂ ಔಷಧಗಳು (drugs)- three-d's, ಅವನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿ.
- ಇಂದಿನ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯ ಅಲರ್ಜಿಗಳು ಅಸಾತ್ಮೇಂದ್ರಿಯಾರ್ಥ ಸಂಯೋಗದಿಂದುಂಟಾದಂಥವು. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ದಿನವೂ 4-5 ಬೇವಿನೆಲೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ತಿಳಿಸುವುದು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ತಮಕ ಶ್ವಾಸರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ 40 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ದಿನವೂ 10-20 ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ತಿಳಿಸಬಹುದು.
- ಮೂಗಿನ ಅಲರ್ಜಿಗಳಲ್ಲಿ ವನಪ್ಸಾದಿ ಕಷಾಯವನ್ನು 40 ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಬ್ರೆಸ್ಟ್ (Breast) ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ 11 ಕೃಷ್ಣ ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಮೊಸರಿನೊಂದಿಗೆ ಕೊಡಬಹುದು. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಪುನರ್ನವ ಘನವಟಿ, ಪುನರ್ನವಾಷ್ಟಕ ಕ್ವಾಥಾ, ಕಾಂಚನಾರಗುಗ್ಗುಳು, ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು, ಬೇವಿನೆಲೆಯ ರಸಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.
- ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದಲ್ಲಿ ವಸಂತ ಕುಸುಮಾಕರರಸ, ಶಿಲಾಜಿತ್ವಾದಿವಟಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. 5-10 ಬೇವಿನೆಲೆಗಳನ್ನು, 5-10 ಬಿಲ್ವಪತ್ರದೆಲೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ದಿನವೂ ಸೇವಿಸಲು ಹೇಳಬೇಕು. ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ಮಹಾಮಜ್ಜಕ, ವಿಜಯಸಾರ ಇವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಹೃದ್ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವಾಗ, ರೋಗಿಗೆ ಮೊದಲು ಆಶ್ವಾಸನೆ ನೀಡಬೇಕು. ನಂತರ ಹೃದ್ಯ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಮಾವು, ಹಾಲು, ತುಪ್ಪ, ಬೆಣ್ಣೆಗಳು ಹೃದ್ಯಗಳು. ಜಹರ್ ಮೊಹರಾವನ್ನು ಮಧುವಿನೊಡನೆ ನೀಡಬಹುದು. ಬೃಹತ್‌ವಾತ ಚಿಂತಾಮಣಿ, ಮುಕ್ತಾ ಪಿಷ್ಠಿ, ಅಭ್ರಕ ಭಸ್ಮಗಳೂ ಉಪಯುಕ್ತ.
- AIDS ರೋಗವನ್ನು ಸನ್ನಿಪಾತಜ ರಾಜಯಕ್ಷ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಅದು ಅನುಲೋಮ ರೀತಿಯ ರಾಜಯಕ್ಷ್ಮವೇ, ಪ್ರತಿಲೋಮ ರೀತಿಯದೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಇದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮೇಧ್ಯ ರಸಾಯನ, ಹೃದ್ಯ ರಸಾಯನ, ಓಜೋರಸಾಯನ ಬಳಸಬಹುದು. ಅನುಲೋಮ ಕ್ಷಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವರ್ಣಪರ್ಪಟಿಯನ್ನು, ಪ್ರತಿಲೋಮ ಕ್ಷಯದಲ್ಲಿ ಮಕರ ಧ್ವಜವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಏಕೌಷಧಿ ರಸಾಯನಗಳಾದ ಹರಿತಕಿ, ವಿಭೀತಕಿ, ಆಮಲಕಿ, ಶತಾವರಿ, ಗುಡೂಚಿ, ಜೀವಂತಿ ಅಷ್ಟವರ್ಗಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಮೂತ್ರ ಪಿಂಡದ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ವರುಣ, ಪುನರ್ನವ, ಶಿಲಾಜಿತು, ತ್ರಿಫಲಾಗುಗ್ಗುಳು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಪಿತ್ತಾಶ್ಮರಿಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಷಾಣಭೇದದ ಪುಡಿಯೊಂದಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿ, ಛರ್ದಿರಿಪು ಬಳಸಬಹುದು.

ಈ ವಿಷಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಹಾರ್ದಿಕವಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತಾ ಆದರದಿಂದ ನಮ್ಮಿಂದ ಬೀಳ್ಕೊಂಡರು.

ಫೆಬ್ರವರಿ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ|| ಶೇಷಾದ್ರಿ ಅವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಡಾ|| ಶೇಷಾದ್ರಿಯವರು ಮೂಲತಃ ಹಾಸನ ಜಿಲ್ಲೆಯವರು. ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮೈಸೂರಿನಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸಿದ ನಂತರ ಈಗ ಸದ್ಯ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿಯೇ ತಮ್ಮ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀಯುತರು ತಾವೇ ಸ್ವತಃ ರೋಗಿಯಾಗಿ ರೋಗವೊಂದರ ಬವಣೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿರಪರಿಚಿತರಾಗಿದ್ದು ಆಯುರ್ವೇದೋಪಚಾರಗಳಿಂದ ಗುಣಮುಖರಾಗಿ ತಮ್ಮದೇ ಅನುಭವಾಮೃತದಿಂದ ತಿಳಿಸಿದ ವಿಷಯಗಳ ಸಾರಾಂಶ ಹೀಗಿದೆ.

- ಆಮವಾತದಲ್ಲಿ ಊತವಿರುವ ಸಂಧಿಗಳ ಮೇಲೆ ಶುಂಠೀ ಲೇಪಹಾಕಬೇಕೆಂದೂ, ಔಷಧಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಗಂಧರ್ವಹಸ್ತಾದಿ ತೈಲವನ್ನು ಬಳಸಲು ಹೇಳಿದರು. ಏರಂಡ ತೈಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಶುಂಠೀ, ಪುದೀನ ಹಾಗೂ ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಾಯಿಸಿ ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದೆಂದರು. ಅಲ್ಲದೆ ವಾಲುಕಾಸ್ವೇದವನ್ನೂ ಬಳಸಬಹುದೆಂದರು. ಏರಂಡ ತೈಲದ ಮಾತ್ರಾಬಸ್ತಿಯೂ ಸಹ ಉಪಯುಕ್ತವೆಂದರು. ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಆಮವಾತದ ರೋಗಿಗಳು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದೂ, ತಂಗಳು ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ವರ್ಜಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದರು.
- ಗ್ರಹಣಿ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಗೋದಂತಿ ಮಿಶ್ರಣ ಉಪಯುಕ್ತವೆಂದರು.
- ಪರಿಣಾಮ ಶೂಲದಲ್ಲಿ ಸಂಶಮನೀವಟಿ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಆಮಲಕೀ ರಸಾಯನವನ್ನು 2 ಚಮಚದಷ್ಟು ದಿನಕ್ಕೆರೆಡು ಬಾರಿ ನೀಡಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ ಮೇದೋಹಾರಿ ವಿಡಂಗಾದಿ ಲೋಹವೂ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಗೌತಲಮ್ಮ (Mumps) ರೋಗದಲ್ಲಿ ಚಂದನದ ಲೇಪ ಹಾಕಿ, ಊತದ ಜಾಗದಿಂದ ನೆಲದವರೆಗೆ ಚಿನ್ನದ ಸರವೊಂದನ್ನು ನೀವಳಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ವೈರಸ್ ಹಾಗೂ ಫಂಗಸ್‌ನಿಂದುಂಟಾದ ಸೋಂಕುಗಳಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಸರದಿಂದ ಮೂರು ಬಾರಿ ತಿರುಗಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಲು, ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಲು ಹೇಳಬೇಕು.
- ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಒಳ್ಳೇಕುಡಿ ಎಂಬ ಸಸ್ಯದ ಸ್ವರಸ / ಕಲ್ಕವು ವಿಸರ್ಪ ರೋಗವನ್ನು ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ತಮಕ ಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ ಅಭ್ರಕ ಭಸ್ಮ + ಶೃಂಗ ಭಸ್ಮ + ಅರ್ಜುನ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ವ್ಯಾರಿಕೋಸ್ ವೇನ್ಸ್ (Varicose veins) ನಲ್ಲಿ ಸೈಂಧವ ತೈಲದ ಅಭ್ಯಂಗ + ನಿತ್ಯಾನಂದ ರಸ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಅರ್ಧಾವಭೇದಕ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಗೋಘೃತಪಾನ ಉಪಕಾರಿ. ಧಶಮೂಲ ಕಷಾಯ ಅಥವಾ ಷಡಂಗಪಾನೀಯ ಇತ್ಯಾದಿ ಉಪಯುಕ್ತ. ಕಷಾಯಗಳ ನಾಡೀಸ್ವೇದ (ಸ್ವೇದನಾಳ 1 ಮೀಟರ್‌ನಷ್ಟು ಉದ್ದವಿರಬೇಕು. ತಲೆಯಿಂದ 6 ಇಂಚ್‌ನಷ್ಟು ದೂರದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲೆ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು, ಮುಖದ ಮೇಲೆ ಒಂದು ತೆಳುವಾದ ಒದ್ದೆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಸ್ವೇದ ಕೊಡಬೇಕು) ನಂತರ ಮಂಜಿಷ್ಠಾ, ಮಧುಯಷ್ಠೀ, ರಾಸ್ನಾ, ವಚಾಗಳಿಂದ ಅರೆದು ತಯಾರಿಸಿದ ಲೇಪವನ್ನು ; ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಲೆ, ಶಂಖ ಹಾಗೂ ಗಂಟಲಿನ ಪ್ರದೇಶದ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ನಂತರ ಏರಂಡ ತೈಲದಿಂದ ವಿರೇಚನ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಅಣು ತೈಲ ಬಳಸಿ ಪ್ರತಿ ಮರ್ಷ ನಸ್ಯ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ 7 ದಿನಗಳವರೆಗೂ ನಸ್ಯ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಲಘು ಸೂತ ಶೇಖರ ರಸ ಹಾಗೂ ಶುಂಠಿಯನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಮಧುರ ರಸ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಥೈರಾಯ್ಡ್‌ನ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ಶಿವಗುಟಿಕಾ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಸೇವಿಸಲು, ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಲು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಮೂತ್ರಾಶ್ಮರಿಗಳಲ್ಲಿ ಭೃಂಗರಾಜಾಸವ, ಬಾಳೇದಿಂಡು, ಅಪಾಮಾರ್ಗಕ್ಷಾರ, ಯವಕ್ಷಾರ, ಉಶೀರಾಸವಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ॥ ಗಣೇಶ್ ಪುತ್ತೂರ್ ಭಟ್‌ರವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳ ನಮ್ಮ ಮಾಸಿಕ ಉಪನ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದವರು ಶ್ರೀ ಗಣೇಶ್ ಪುತ್ತೂರ್‌ರವರು. ತಮ್ಮ ಅಪ್ರತಿಮ ಪ್ರತಿಭೆಯಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚಾದ್ಯಂತ ಹಲವಾರು ದೇಶಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿಯಿತ್ತು, ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಪ್ರಚುರಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೆಸರಾಂತ ಮಹರ್ಷಿ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಬೆಂಗಳೂರಿನ I.I.A.M.&R. ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಪಾಠ ಮಾಡುವಾಗಲಾಗಲೀ, ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವಾಗಲಾಗಲಿ ಸದಾ ಹಸನ್ಮುಖಿರಾದ ಇವರು, ನಮ್ಮೊಂದಿಗೂ ಸಹ ಅತೀ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳ ಸಾರವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು.

- ವಾತದ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ದಶಮೂಲತೈಲವನ್ನು, ಪಿತ್ತದ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ಚಂದನಾದಿ ತೈಲವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಕಷಾಯಗಳನ್ನು ಕೊಡುವಾಗ, ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ 15 ಮಿ. ಲೀ. ನಷ್ಟಾದರೂ ಕೊಡಬೇಕು.
- ರಕ್ತ ಏರೊತ್ತಡದ (Hypertention) ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ 25 ಮಿ. ಲೀ. ದ್ರಾಕ್ಷಾದಿಕಷಾಯವನ್ನು, 50 ಮಿ. ಲೀ. ನಷ್ಟು ಕಾದಾರಿದ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ 3 ಬಾರಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಸರ್ಪಗಂಧವನ್ನೂ ಬಳಸಬಹುದು.
- ಪಕ್ಷಾಘಾತ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಉಪಯುಕ್ತ. ಇದರಲ್ಲಿ 5 ತಾಜಾ ದ್ರವ್ಯಗಳು (wet drugs) 5 ಶುಷ್ಕ ದ್ರವ್ಯಗಳು (dry) ಬೇಕು. ಅಗ್ನಿಮಂಥ, ನಿರ್ಗುಂಡಿ, ಕೃಷ್ಣ ತುಳಸಿ, ಪಾಪಟ, ಬಂಧಗಳ ಎಲೆಯನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ರುಬ್ಬಿ ಅದಕ್ಕೆ ಸಾಸಿವೆ(9ಗ್ರಾಂ), ಲವಂಗ (9), ಹರಿದ್ರ (9 ಗ್ರಾಂ), ಲಶುನ (9 ಎಸಳು), ಮರೀಚ (9ಗ್ರಾಂ)ಗಳನ್ನು ನುಣ್ಣಗೆ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಇದನ್ನು ಲೇಪದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಸ್ನಾನದ ನಂತರ ಮೈಗೆಲ್ಲಾ ಹಚ್ಚಿ, ಅದು ಒಣಗಿದ ನಂತರ, ತೆಳುವಾದ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಬೇಕು. ಏಳು ದಿನವೂ, ಇದನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು. ದಿನಕ್ಕೆ 2 ಬಾರಿ, ಅರ್ಧ ಚಮಚದಷ್ಟುಹೊಟ್ಟೆಗೂ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇದನ್ನೇ ಪಿಚು ರೀತಿಯಲ್ಲಿಮಾಡಿ, ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರದ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು, ಸಾಂಬಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಗಂಜಿ, ಖಿಚಡಿ ಉಪಯುಕ್ತ. ಅಲ್ಲದೆ ಏಕಾಂಗವೀರ ರಸ, ಸಾರಸ್ವತಾರಿಷ್ಟ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಶ್ವೇತ ಪ್ರದರದಲ್ಲಿ ಕುಟಜ ಘನವಟಿ, ಅವಿಪತ್ತಿಕರ ಚೂರ್ಣದೊಂದಿಗೆ ಪುಷ್ಯಾನುಗ ಚೂರ್ಣ ಉಪಯುಕ್ತ. ಸ್ರಾವವು ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ್ದಾದರೆ ಗಂಧಕ ರಸಾಯನ ಕೊಡಬಹುದು. ಟಂಕಣ ಜಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕ್ಷಾಲನ ಉಪಯುಕ್ತ. ಔಷಧಿಯೊಂದಿಗೆ ತಂಡುಲೋದಕವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.
- ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ ಮೃತ್ಯುಂಜಯ ರಸ, ಸೂತಶೇಖರ, ಗಂಧಕರಸಾಯನಗಳು ಸೈನಸ್ ರೀತಿಯ ತಲೆನೋವಿನಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಅಣು ತೈಲ ಅಥವಾ ಷಡ್‌ಬಿಂದು ತೈಲದಲ್ಲಿ ನಸ್ಯ ಕರ್ಮವು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸೀನು, ಪ್ರತಿಶ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಲಘುಸೂತಶೇಖರ ರಸ, ಪಿಪ್ಪಲಿ ಅಥವಾ ಮರೀಚ ಕ್ಷೀರಪಾಕ ಉಪಯುಕ್ತ. ಯಷ್ಟೀಮಧು ತೈಲ ನಸ್ಯವೂ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಕೆಮ್ಮು ರೋಗದಲ್ಲಿ ಪಿಪ್ಪಲ್ಯಾಸವ, ಮೃತ್ಯುಂಜಯ ರಸ, ತಾಲೀಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ಅಗಸ್ತ್ಯರಸಾಯನ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಖದಿರಾದಿವಟಿ, ಇರಿಮೇದಾದಿ ತೈಲ, ಕಾಮದುಘಾರಸ, ಸೈರೇಯಕ ಕಷಾಯ ಗಂಡೂಷ ಉಪಯುಕ್ತ. ಕಾಕಮಾಚೀ ಎಲೆಯ ತಂಬೂಳಿ ಮಾಡಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.
- ಗ್ರಹಣಿ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಆನಂದ ಭೈರವರಸ (ಅತಿಸಾರ) ಮತ್ತು ಸಾರಸ್ವಾತಾರಿಷ್ಟಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ॥ ನಾಗಶಯನ ಇವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಮೂಲತಃ ಮೈಸೂರಿನವರಾದ ವೈದ್ಯರು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜಿನ ಪದವೀಧರರು. ನಿಗೂಢವಾದ 'ಪಾರ್ಕಿನ್ಸನ್ಸ್' ವ್ಯಾಧಿಯ ಬಗೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. Indian Institute of Chemical Boilogy, C.G.H.S., NIMHANS ಮುಂತಾದ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಡನೆ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮೊಡನೆ ಅವರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು.

- ಅಲರ್ಜಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಪ್ಪಲಿ ಕ್ಷೀರಪಾಕ / ಚೂರ್ಣ / ವರ್ಧಮಾನ ಯೋಗದಲ್ಲಾಗಲೀ ನೀಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಆರೋಹಣ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 2ವಾರ ಅವರೋಹಣ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧವನ್ನು ನೀಡಿ 3 ವಾರಗಳ ಅಂತರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಪಿತ್ತಜ ಪ್ರಕೃತಿ, ಪಿತ್ತ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು.
- ಪ್ರಾಣವಹಸ್ರೋತಸ್ಸಿನ ವಿಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮಧುಯಷ್ಟಿ ಚೂರ್ಣ - 125mg, ತಾಲೀಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ಲಕ್ಷ್ಮೀವಿಲಾಸರಸ (ನಾರದೀಯ), ಚ್ಯವನಪ್ರಾಶ ಕೊಡಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಫಜ ಪ್ರಕೃತಿಯವರಲ್ಲಿ, ಕಫ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಧುಯಷ್ಟಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಅಗಸ್ತ್ಯ ಹರಿತಕಿ ರಸಾಯನವನ್ನು ತಾಲಿಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ಸಿತೋಪಲಾದಿ ಚೂರ್ಣ ಅಥವಾ ರಸಮಾಣಿಕ್ಯ (20-25mg) ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕುಠಾರ,ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕಾಸ ಚಿಂತಾಮಣಿಯೊಂದಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು.
- ಉದಕವಹಸ್ರೋತಸ್ಸಿನ ವಿಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಾಗರರಹಿತ ಷಡಂಗ ಪಾನೀಯವನ್ನು ತೃಷ್ಣಾಶಾಮಕವಾಗಿ ನೀಡಬಹುದು.
- ಕಾಮಲ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿ ಹಾಗೂ ಭೂಮ್ಯಾಮಲಕಿ ಹಾಗೂ ಕುಮಾರ್ಯಾಸವವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿಯು ತಾಮ್ರವನ್ನೊಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ರೋಗಿಯ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಧುರ ರಸ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನೂ ನೀಡಬೇಕು.
- ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಅಶ್ಮರಿಯಲ್ಲಿ (Gall bladder stones) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಅಶ್ಮವು ನೆಲೆಗೊಂಡಂತಹ ಸ್ಥಳ, ಅವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅಶ್ಮವು ಪಿತ್ತಕೋಶದ ನಾಳದಲ್ಲಿದ್ದರೆ (canal) ಮಾತ್ರವೇ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸಬೇಕು. ಅಶ್ಮರಿಯು ಚಲಿಸುವಂತಿದ್ದು, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅಶ್ಮರಿ ಪೀಡಿತ ರೋಗಿಯು ಮಧುಮೇಹಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಯೋಗ್ಯರಲ್ಲ.
- ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ರೋಗದಲ್ಲಿ 777 ಎಣ್ಣೆ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಲು, ಸೇವಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದು. ಪಂಚತಿಕ್ತ ಗುಗ್ಗುಳು ಘೃತ ಅಥವಾ ವಜ್ರಕಘೃತವನ್ನು ಮೂರು, ಐದು ಅಥವಾ ಏಳು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಪಾನ ಮಾಡಿಸಿ, ಪಟೋಲಕಟುಕಿಯಾದಿ ಕಷಾಯದಿಂದ ವಿರೇಚನ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಮಂಜಿಷ್ಠಾ, ಆರಗ್ವಧ ಚೂರ್ಣ ಅಥವಾ ಕಷಾಯವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸೂರಣವಟಕ, ಕಾಂಕಾಯನ ವಟಕ, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ತ್ರಿಫಲಾಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಾಂಕಾಯನ ವಟಿಯು ಮಧುಮೇಹ ಪೀಡಿತ ಅರ್ಶೋರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾ ಹಾಗೂ ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು ಆರ್ದ್ರ ಅರ್ಶಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಇವಲ್ಲದೆ ಅನುಲೋಮನೌಷಧಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಸಿಟ್ಜ್‌ಬಾತ್ (sitz bath) ಮಾಡಿಸಬಹುದು.
- ಬೊಜ್ಜು ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ (obesity) ಶಮನೌಷಧಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ಉತ್ತಮ. ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ಕೋಲಕುಲತ್ಥಾದಿ ಚೂರ್ಣದಿಂದ (ಕೊಟ್ಟಕ್ಕಲ್ ಫಾರ್ಮಸಿ) ಉದ್ವರ್ತನ, ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿವಟಿ, ಅಯಸ್ಕೃತಿ, ಗಂಧಕರಸಾಯನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ॥ ನಾಗಶಯನ ಇವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಮೂಲತಃ ಮೈಸೂರಿನವರಾದ ವೈದ್ಯರು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜಿನ ಪದವೀಧರರು. ನಿಗೂಢವಾದ 'ಪಾರ್ಕಿನ್ಸನ್ಸ್' ವ್ಯಾಧಿಯ ಬಗೆಗೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. Indian Institute of Chemical Boilogy, C.G.H.S., NIMHANS ಮುಂತಾದ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಡನೆ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮೊಡನೆ ಅವರು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು.

- ಅಲರ್ಜಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪಿಪ್ಪಲಿ ಕ್ಷೀರಪಾಕ / ಚೂರ್ಣ/ ವರ್ಧಮಾನ ಯೋಗದಲ್ಲಾಗಲೀ ನೀಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಆರೋಹಣ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ 2ವಾರ ಅವರೋಹಣ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧವನ್ನು ನೀಡಿ 3 ವಾರಗಳ ಅಂತರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಪಿತ್ತಜ ಪ್ರಕೃತಿ, ಪಿತ್ತ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು.
- ಪ್ರಾಣವಹಸ್ರೋತಸ್ಸಿನ ವಿಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮಧುಯಷ್ಟಿ ಚೂರ್ಣ - 125mg, ತಾಲೀಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ಲಕ್ಷ್ಮೀವಿಲಾಸರಸ (ನಾರದೀಯ), ಚ್ಯವನಪ್ರಾಶ ಕೊಡಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಫಜ ಪ್ರಕೃತಿಯವರಲ್ಲಿ, ಕಫ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮಧುಯಷ್ಟಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಅಗಸ್ತ್ಯ ಹರಿತಕಿ ರಸಾಯನವನ್ನು ತಾಲಿಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ಸಿತೋಪಲಾದಿ ಚೂರ್ಣ ಅಥವಾ ರಸಮಾಣಿಕ್ಯ (20-25mg) ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕುಠಾರ,ಅಥವಾ ಶ್ವಾಸಕಾಸ ಚಿಂತಾಮಣಿಯೊಂದಿಗೆ ನೀಡಬಹುದು.
- ಉದಕವಹಸ್ರೋತಸ್ಸಿನ ವಿಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಾಗರರಹಿತ ಷಡಂಗ ಪಾನೀಯವನ್ನು ತೃಷ್ಣಾಶಾಮಕವಾಗಿ ನೀಡಬಹುದು.
- ಕಾಮಲ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿ ಹಾಗೂ ಭೂಮ್ಯಾಮಲಕಿ ಹಾಗೂ ಕುಮಾರ್ಯಾಸವವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿಯು ತಾಮ್ರವನ್ನೊಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ರೋಗಿಯ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಧುರ ರಸ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನೂ ನೀಡಬೇಕು.
- ಪಿತ್ತಕೋಶದ ಅಶ್ಮರಿಯಲ್ಲಿ (Gall bladder stones) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮುನ್ನ ಅಶ್ಮವು ನೆಲೆಗೊಂಡಂತಹ ಸ್ಥಳ, ಅವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಅಶ್ಮವು ಪಿತ್ತಕೋಶದ ನಾಳದಲ್ಲಿದ್ದರೆ (canal) ಮಾತ್ರವೇ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸಬೇಕು. ಅಶ್ಮರಿಯು ಚಲಿಸುವಂತಿದ್ದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಅಶ್ಮರಿ ಪೀಡಿತ ರೋಗಿಯು ಮಧುಮೇಹಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಯೋಗ್ಯರಲ್ಲ.
- ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್ ರೋಗದಲ್ಲಿ 777 ಎಣ್ಣೆ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಲು, ಸೇವಿಸಲು ಬಳಸಬಹುದು. ಪಂಚತಿಕ್ತ ಗುಗ್ಗುಳು ಘೃತ ಅಥವಾ ವಜ್ರಕಘೃತವನ್ನು ಮೂರು, ಐದು ಅಥವಾ ಏಳು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಪಾನ ಮಾಡಿಸಿ, ಪಟೋಲಕಟುಕಿಯಾದಿ ಕಷಾಯದಿಂದ ವಿರೇಚನ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಮಂಜಿಷ್ಠಾ, ಆರಗ್ವಧ ಚೂರ್ಣ ಅಥವಾ ಕಷಾಯವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸೂರಣವಟಕ, ಕಾಂಕಾಯನ ವಟಕ, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ತ್ರಿಫಲಾಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಾಂಕಾಯನ ವಟಿಯು ಮಧುಮೇಹ ಪೀಡಿತ ಅರ್ಶೋರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತ, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾ ಹಾಗೂ ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು ಆರ್ದ್ರ ಅರ್ಶಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಇವಲ್ಲದೆ ಅನುಲೋಮನೌಷಧಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಸಿಟ್ಸ್‌ಬಾತ್ (sitz bath) ಮಾಡಿಸಬಹುದು.
- ಬೊಜ್ಜು ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ (obesity) ಶಮನೌಷಧಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ಉತ್ತಮ. ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ಕೋಲಕುಲತ್ಥಾದಿ ಚೂರ್ಣದಿಂದ (ಕೊಟ್ಟಕ್ಕಲ್ ಫಾರ್ಮಸಿ) ಉದ್ವರ್ತನ, ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿವಟಿ, ಅಯಸ್ಕೃತಿ, ಗಂಧಕರಸಾಯನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

- ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಖದಿರಕ್ರಮುಕ ಕಷಾಯ, ನಿಷಾಮಲಕಿ ಚೂರ್ಣ, ತ್ರಿಫಲಾ ಗುಗ್ಗುಳು, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ಜಂಬು ಆಸವಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನೀಡಬಹುದು.
- ಕಫಜ ರೀತಿಯ ತಲೆನೋವಿನಲ್ಲಿ, ತಲೆಭಾರ, ಸೈನಸ್‌ನಲ್ಲಿ, ಅರ್ಧಾವಭೇದಕದಲ್ಲಿ ನಿಂಬಾಸವ/ ನಿಂಬಾರಿಷ್ಠ, ವರುಣಾಸವ ಮತ್ತು ಕೈಶೋರಗುಗ್ಗುಳುವಿನ ಮಿಶ್ರಣ ಉತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.
- ಇರಿಟಬಲ್ ಬವೆಲ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್ (IBS) ನಲ್ಲಿ ಮುಸ್ತಾ ತಕ್ರಪಾನ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು.
- ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಬಾಲರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಇಂದುಕಾಂತ ಕಷಾಯ / ಘೃತದೊಂದಿಗೆ ತಾಲಿಸಾದಿ ಚೂರ್ಣ ಉತ್ತಮವಾದುದು.

ಇವೇ ಅಲ್ಲದೆ, Parkinson ಎಂಬ ನಿಗೂಢ ವ್ಯಾಧಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ವೈದ್ಯರು ವಿಶೇಷವಾದ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದವರಾಗಿ ತಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಅದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ತಿಳಿಸಿದರು.

- ಈ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಪಾನ ಉತ್ತಮವಾದುದು. ಕ್ಷೀರಬಲಾ ತೈಲ / ಸಹಚರಾದಿ ತೈಲವನ್ನು ಬಾಹ್ಯ ಸ್ನೇಹ ಹಾಗೂ ಆಭ್ಯಂತರ ಸ್ನೇಹವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ರಾಜಯಾಪನ ಬಸ್ತಿ / ಮಧುತೈಲಿಕ ಬಸ್ತಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ಉತ್ತಮವಾದುದು.
- ಬಲಾಮೂಲ ಚೂರ್ಣ - 19 ಭಾಗ, ಕಪಿಕಚ್ಛು ಬೀಜ ಚೂರ್ಣ 6 ಭಾಗ, ಪಾರಸೀಕಯವಾನಿ ಚೂರ್ಣ - 1 ಭಾಗ, ಅಶ್ವಗಂಧ - 19 ಭಾಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಕ್ಷೀರ ಇವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಊಟಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ 60 ದಿನಗಳವರೆಗೂ ನೀಡಬೇಕು.

With Best Compliments From

A. V. Nagabhusan

Krupa Industries

Pulvarisers of Herbal Drugs
Dealers in : Agarbathi Raw Materials & Chigere Powder

7/1, 1st Main Road,
New Timber Yard
(Opp. to Leathers & Leathers)
Byatarayanapura, Bangalore - 560 026
Ph : 6743896 (O) 6509301 (R)

With Best Compliments From

R. S. Narasimha

CUMI CARBORUNDUM UNIVERSAL LTD.
WALTER INDIA TOOLS & MACHINES PVT. LTD.
TITEX PLUS
KHIRA STEEL WORKS PVT. LTD.

ASHOK BROTHERS AGENCIES

59, Sadar Patrappa Road,
BANGALORE - 560 002.
✆ : 2223865, 2246475. Fax : 080 - 2246476
E-Mail : abrosagencies@yahoo.com

Bonded & Coated Abrasives, TC Cutting Tools, Drills/Taps, Endmills, Permanent Storage Solutions, Polyurethane-Elastomer, Diamond Dressers & Allied Products,

ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ|| ಮುರಳೀಧರ ಇವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಈ ತಿಂಗಳ ನಮ್ಮ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿದಂತಹ ಡಾ|| ಮುರಳೀಧರರವರು ಇಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯ ಹೆಸರುವಾಸಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಲ್ಲೊಬ್ಬರು. ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಕಿರಿಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಸಾಧಿಸಿರುವಂತಹ ಯಶಸ್ಸು . ವೈದ್ಯರಾಗಿ ಅವರು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸೇವೆ ಗುರುತರವಾದುದು. ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವೀಧರರಾದ ಇವರು, ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಅನೇಕ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯಕ ವೃತ್ತಿಯನ್ನು 'ಮಹರ್ಷಿ ವೇದಿಕ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿ' ಹಾಲೆಂಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್, ಜರ್ಮನಿ, ಸ್ಕಾಟ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನೂ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಸನದ ಎಸ್. ಡಿ. ಎಂ. ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಮುಖರಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ನಂತರ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಐ.ಐ.ಎ.ಎಂ. ಅಂಡ್ ಆರ್. ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿ, ಇತ್ತೀಚೆಗೆ 2001ರಲ್ಲಿ ನಾಮಿ-ಆಯು ವೈದ್ಯಕ ಕೇಂದ್ರ, ಮಾಸ್ಕೋದಲ್ಲಿ ಆರು ತಿಂಗಳು ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿ ಹಾಗೂ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಹಿಂದಿರುಗಿದ್ದಾರೆ. ಇಂತಹ ಅನುಭವೀ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಯುವ ವೈದ್ಯರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗಿದ್ದು ಹಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು.

- ಅತೀ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವಿದ್ದು ಅತೀವ ವಾಂತಿಯಾಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಮಯೂರ ಪಿಚ್ಛ ಭಸ್ಮವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಪಥ್ಯವಾಗಿ ಲಾಜಾಮಂಡ (ಭತ್ತದರಳು, ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ, ಏಲಕ್ಕಿಪುಡಿ) ವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.
- ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಉಂಟಾಗುವ ತೀವ್ರ ಅತಿಸಾರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಲ ಪಂಚಾಮೃತ, ಮುಸ್ತಾರಿಷ್ಠ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಹಲವಾರು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಅಜೀರ್ಣವೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಉದಾ : ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಉಂಟಾಗುವ ಆಸ್ಯಪಾಕ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಷ್ಟಬ್ಧಾಜೀರ್ಣದಲ್ಲಿ - ವೈಶ್ವಾನರ ಚೂರ್ಣ, ವಿದಗ್ಧಾಜೀರ್ಣದಲ್ಲಿ ಸೂತಶೇಖರ ರಸದೊಂದಿಗೆ ದ್ರಾಕ್ಷಾದಿ ಕಷಾಯವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಜೀರಕಾದಿ ಚೂರ್ಣವೂ ಉಪಯುಕ್ತ, ಅರಳು ಹಾಗೂ ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಗಂಜಿಯು ಉತ್ತಮ ಪಥ್ಯ. ಆಮಾಜೀರ್ಣದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಕಟು, ಅಗ್ನಿತುಂಡೀ ವಟಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಮೈಗ್ರೇನ್ ತಲೆನೋವನ್ನು ವಿದಗ್ಧಾಜೀರ್ಣದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸಬೇಕು.
- ಪ್ರಮೇಹ ಮತ್ತು ಮಧುಮೇಹಗಳಲ್ಲಿ ಅಸನಾದಿ ಕಷಾಯ, ಕದರಕ್ರಮುಕಾದಿ ಕಷಾಯ ಉಪಯುಕ್ತ. ಶಿರೋಧಾರಾಕ್ಕೆ ತಕ್ರ ಹಾಗೂ ಆರಗ್ವಧಾದಿ ಕಷಾಯ ಬಳಸಬೇಕು.
- ಅಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೂದಲು ಉದುರುವುದು, ನೆರೆಯುವುದು, ತಲೆಹೊಟ್ಟು ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಲು ತ್ರಿಫಲಾ ತೈಲ ಉಪಯುಕ್ತ. ವಿಪರೀತ ನವೆಯಿದ್ದು, ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಗುಳ್ಳೆಗಳಿದ್ದರೆ ದುರ್ದುರಪತ್ರಾದಿ ತೈಲ ಉಪಯುಕ್ತ. ಕೂದಲು ವಿಪರೀತವಾಗಿ ಉದುರುತ್ತಿದ್ದರೆ ರಾತ್ರಿ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ಸ್ವೇದಾವರೋಧವಾಗಿ ಕೂದಲುದುರುವುದು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಭೃಂಗಾಮಲಕ ತೈಲವೂ ಹಚ್ಚಲು ಉಪಯುಕ್ತ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ದಿನವೂ ಪಾದಾಭ್ಯಂಗ ಉತ್ತಮವಾದುದು. ಅಲ್ಲದೆ ರಕ್ತಪ್ರಸಾದಕಗಳಾದ ಲಘುಸೂತಶೇಖರ, ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿ, ಭೃಂಗರಾಜಾಸವ, ಮಹಾಮಂಜಿಷ್ಠಾದಿ ಕಷಾಯಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸ್ಕಾಲ್ಪ್ (Scalp) ನಲ್ಲಿ ಬೂಷಲುಂಟಾದರೆ (fungal infection) ಟಂಕಣ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಚಿಮುಕಿಸಬಹುದು. ಕಾಸೀಸಾದ್ಯ ತೈಲವೂ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಉಪಯೋಗಕರವಾಗಿದೆ.
- ಸ್ಕಾಲ್ಪ್‌ನ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಶಮನ ನಸ್ಯ ಉಪಯುಕ್ತ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯಷ್ಠೀಮಧು ತೈಲ ಅಥವಾ ಕ್ಷೀರಬಲಾ ತೈಲ ಅಥವಾ ಅಣು ತೈಲ ಬಳಸಬಹುದು.

- ಕಣ್ಣಿನ ಕೆಳಗೆ ಕಪ್ಪಗಿರುವ ಬಳೆಗಳುಂಟಾದಾಗ (black circles) ಮಹಾಮಂಜಿಷ್ಠಾದಿ ಕಷಾಯ, ರಕ್ತಾಮೃತ ಉಪಯುಕ್ತ, ಜೊತೆಗೆ ತಿಕ್ತಕ ಲೇಪದ ಲೇಪವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.
- ಪಿತ್ತಾಶ್ಮರಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತಾಮೃತ ಕಷಾಯ, ಪಟೋಲಕಟುಕಿಯಾದಿ ಕಷಾಯ, ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಿನಿ, ಆರಗ್ವಧಾರಿಷ್ಠ ವರುಣಾದಿಕಷಾಯ, ವರುಣಾದಿ ಘೃತಪಾನ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಹೈಪರ್ ಥೈರಾಯ್ಡಿಸಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಲು, ಯವೆ ಗಂಜಿ ಪಥ್ಯ. ವರ್ಧಮಾನ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪಿಪ್ಪಲಿ ಕ್ಷೀರಪಾಕ, ಕಾಂಚನಾರ ಗುಗ್ಗುಳು, ವರುಣಾದಿ ಕಷಾಯ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಹೈಪೋಥೈರಾಯ್ಡಿಸಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರಕಾದಿ ಕಷಾಯವನ್ನು ವರ್ಧಮಾನ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಅಪಾಮಾರ್ಗ ಬೀಜ ಕ್ಷೀರಪಾಕವೂ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸ್ಥೌಲ್ಯ ರೋಗದಲ್ಲಿ ವಿರೇಚನ, ಬಸ್ತಿ, ಮಧೂದಕ (ಪಾದಾವಶೇಷ ಜಲಕ್ಕೆ ಕಾಲು ಭಾಗದಷ್ಟು ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಿಂಡಿಗೆ ಬದಲು ದಿನವೂ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುವುದು) ಅಸನಾದಿಕಷಾಯ, ಮೇದೋಹಾರಿಗುಗ್ಗುಳು, ಶಿವಗುಳಿಕಾ, ಗೋಮೂತ್ರದೊಂದಿಗೆ ಹರಿತಕಿ ಕೊಡಬಹುದು. ಅವರಿಗೆ ಪಥ್ಯದಂತೆ 80 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಗೋಧಿಗೆ 20 ಪ್ರತಿಶತದಷ್ಟು ಯವೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಬೀಸಿ ಅದರ ಹಿಟ್ಟಿನ ಚಪಾತಿಯು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಶುಕ್ರಾಲ್ಪತೆಯೂ ಇದ್ದು ಅತೀವ ಹೊಟ್ಟೆನೋವಿದ್ದ ರೋಗಿಗೆ ಸುವರ್ಣಯುಕ್ತ ಸೂತಶೇಖರ, ಕಾಮದುಘಾ (ಮುಕ್ತಯುಕ್ತ)ದೊಂದಿಗೆ ಜೀರಿಗೆ ಇವನ್ನು ಮಾದೀಫಲ ರಸಾಯನದಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿ ನಾಲಿಗೆಯಡಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಫಲ ದೊರಕಿದೆ.
- ಆಸ್ಟಿಯೋಪೋರೋಸಿಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಏಕಾಂಗ ವೀರ ರಸ, ಸಮೀರಪನ್ನಗ ರಸ ನಾಲಿಗೆಯಡಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಸೇವಿಸಬಹುದು.
- ತೀವ್ರತರವಾದ ತಲೆನೋವಿನಲ್ಲಿ ಬಲಾಗುಡುಚ್ಯಾದಿ ತೈಲದ ಅಭ್ಯಂಗವನ್ನು ತಲೆಗೆ ಮಾಡಿಸಿ (ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಮೊದಲು) ನಂತರ ಕಚೋರಾದಿ ಲೇಪವನ್ನು ಲೇಪಿಸಬಹುದು.
- ಆಮವಾತದಲ್ಲಿ - ಅಮೃತಾದಿ ಗುಗ್ಗುಳು, ಅಮೃತೋತ್ತರ ಕಷಾಯ, ಸಿಂಹನಾದ ಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ., ಅಮೃತ ಸ್ವರಸ ಹಾಗೂ ಶುಂಠೀ ಸ್ವರಸ ಹಾಗೂ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೊಡಬಹುದು. ತೀವ್ರವಾದ ನೋವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಬೃಹತ್ ವಾತ ಚಿಂತಾಮಣಿ ಅಥವಾ ಮಹಾವಾತ ವಿಧ್ವಂಸ ರಸವನ್ನು ಶುಂಠೀ ರಸದೊಂದಿಗೆ ಕೊಡಬಹುದು.
- ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬರುವ ಆಣಿಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ತೆಳುವಾಗಿ ಯಾವುದೇ ತೈಲವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಸುಟ್ಟ ಗಜಪಿಪ್ಪಲಿಯಿಂದ ಅಗ್ನಿಕರ್ಮ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲವೇ ಕುಮಾರಿ ರಸ ಹಾಗೂ ಅರಿಶಿಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಆಣಿಯ ಮೇಲೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಕಟ್ಟಿ ನಂತರ ಅಗ್ನಿ ಕರ್ಮ ಮಾಡಬಹುದು. ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಗುಗ್ಗುಳುತಿಕ್ತಘೃತ ಉಪಯುಕ್ತ. ಜಲೌಕಾವಾಚರಣೆಯೂ ಫಲಕಾರಿ.
- ಅರ್ಶೋರೋಗದಲ್ಲಿ ಪಂಚವಲ್ಕಲಕಷಾಯ, ವಲ್ಲಭದ್ರರಸ, ಚಿರಬಿಲ್ವಾದಿಕಷಾಯ, ಕಾಂಕಾಯನ ವಟಿ, ಲಜ್ಜಾಲುಕಲ್ಕ ಅಂಕುರಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದು, ಅಭಯಾರಿಷ್ಟ ಇವುಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ತಮಕಶ್ವಾಸದಲ್ಲಿ ವಮನ ಉತ್ತಮ. ಪಿಪ್ಪಲಿ, ಹರಿದ್ರಾಖಂಡ, ಪ್ರವಾಳ ಭಸ್ಮ, ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ, ಶತಪುಟಿ ಅಭ್ರಕ ಭಸ್ಮ ಹಾಗೂ ಅಮೃತಸತ್ವ ಉಪಯುಕ್ತ. ಅಗಸ್ತ್ಯಹರೀತಕಿ ಫಲದಾಯಕ.
- ಗಲರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತ್ರಿಫಲಾ, ತ್ರಿಫಲಾಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಮೂತ್ರಾಶ್ಮರಿಗಳಲ್ಲಿ ಯವಕ್ಷಾರ, ಖಂಡ ಶರ್ಕರಾ, ಪುನರ್ನವಾಷ್ಟಕ ಕಷಾಯ ಉಪಯುಕ್ತ.

- ಸ್ಲಿಪ್ ಡಿಸ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಟಿಬಸ್ತಿ(ಕ್ಷೀರದಿಂದ) ರಾಸ್ನಾ ಏರಂಡಾದಿ ಕಷಾಯ, ಲಾಕ್ಷಾದಿ ಗುಗ್ಗುಳು ಫಲಕಾರಿ.
- ಬಾಲರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಲ ಚತುರ್ಭದ್ರರಸ, ಕಸ್ತೂರ್ಯಾದಿ ವಟಿಕ, ಸುವರ್ಣ ವಚ (ಅತೀ ಕಡಿಮೆ ಮಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ) ಲಾಭಪ್ರದ.
- ಮಲಬದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಲಪಂಚಾಮೃತ (ಮುಕ್ತಾಯುಕ್ತ), ಮಧೂಕಾಸವ ಅಥವಾ ಮುಸ್ತಕಾರಿಷ್ಟ, ತಕ್ರಾರಿಷ್ಟ ಉಪಯುಕ್ತ.
- Calcaneal spur ನಲ್ಲಿ ಕೈಶೋರಗುಗ್ಗುಳು, ಅಮೃತಾದಿ ಗುಗ್ಗುಳು, ಗುಗ್ಗುಳುತಿಕ್ತಘೃತದಿಂದ ಮಾತ್ರಾಬಸ್ತಿ ಹಾಗೂ ಇಷ್ಟಿಕಾಸ್ವೇದ ಉಪಯುಕ್ತ.

ಹೀಗೆ ವೈದ್ಯರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವದ ಹತ್ತು ಹಲವು ಮುಖಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

With Best Compliments From

THE NATIONAL CO-OPERATIVE BANK LIMITED

Admn. Office : 53/1, Bull Temple Road, Bangalore - 560 019 Phone : 6607778, 6521998 Fax : 6619950

Financial Position as on 30.06.2003

	Exceeds (Rs. in Lakhs)
Paid up Share Capital	692.72
Reserve and other funds	2800.30
Deposits	25864.64
Investments	17043.64
Loans and Advances	9888.25
Working Capital	30280.58
Net Profit	302.12 (31.03.2003)

1. The Bank has completed 27 years of dedicated service.
2. 2nd biggest Urban Co-operative Bank in Karnataka
3. Convenient Banking hours in the morning and evening.
4. "A" Audit Classification since the inception of the bank.
5. We issue Demand Draft throughout India under All India Mutual Arrangement Scheme.
6. Cheque drawing arrangements through ICICI Bank.
7. Collection of outstation cheques within 7 days and Foreign cheques within 20 days.
8. Authorised by Reserve Bank of India to accept and maintain NRO & NRE Accounts.
9. Over 26500 satisfied member and 1,50,000 customers.
10. Highest ever net profit before provisions in the history of Urban Banking Sector in Karnataka.

Branches at : Bull Temple Road, Jayanagar 9th Block, Banashankari II Stage, Koramangala, Sadashivanagar, Agrahara Dasarahalli, Banashankari III Stage

Directors : Sri V. S. Krishna Iyer, Sri Suresh Kashyap, Sri G. Jagannath, Sri B. R. Prakash, Sri P. Krishnan, Dr. N. Rampraksh, Sri Sridhara, Smt S. Prabha, Smt Y. K. Kamala, Sri A. S. Vijaya Kumar, Sri Y. V. Krishna Murthy, Sri G. S. Satyanarayana - Chief Executive Officer

Sri K. N. Shivarama Shastry
Chairman

Sri H. R. Suresh
Vice- Chairman

ಜೂನ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ॥ ಕಾಂತಿಲಾಲ್‌ರವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ಜೂನ್ ತಿಂಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿದವರು ಡಾ॥ ಕಾಂತೀಲಾಲ್‌ರವರು. ಶ್ರೀಯುತರು ತಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಲಂಡನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದು ಎಲ್.ಆರ್.ಸಿ.ಪಿ. ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ ಗುಜರಾತಿಗೆ ಬಂದು, ಅಲ್ಲಿದ್ದ ಗುರುವೊಬ್ಬರ ಶಿಷ್ಯರಾಗಿ ಹಲವು ಕಾಲ ಅಭ್ಯಸಿಸಿ, ಈಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಅಭ್ಯಸಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು.

- ಲೋಕದ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ಹಾರ್ಟ್ ಅಟ್ಯಾಕ್ (Heart attack) ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ - ಮಕರ ಧ್ವಜ, ತ್ರಿಫಲ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯ ಲಾಭವಿದೆ.
- ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಭಸ್ಮಗಳನ್ನಾಗಲೀ ಬಳಸುವಾಗ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಗುಡೂಚಿ ಸತ್ವವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಒಂದು ಭಾಗ ಭಸ್ಮವನ್ನು ಹತ್ತು ಭಾಗ ಗುಡೂಚಿ ಸತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಡುವುದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪಾರ್ಶ್ವ ಪರಿಣಾಮಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಮುಖದ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧನೆಗೆ ಕೆಂಪು ದಾಸವಾಳದ ಹೂವು, ಅದರ ಎಲೆ, ಕುಮಾರಿಯ ಲೋಳೆಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಹಾಲಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸೌತೆಕಾಯಿಯ ನೀರಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದ ಚಂದನ, ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗುವಾಗ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ತ್ರಿಫಲಾ ಕಷಾಯದಲ್ಲಿ ಮುಖ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಹೀಗೆ, ಐದು ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆಯಂತೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮುಖವು ಕಾಂತಿಯುತವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಡವೆಗಳ ಕಲೆಗಳು ಹೋಗಿ, ಚರ್ಮ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
- ಕೇಶ ಸಂವರ್ಧನೆಗೆ ಒಂದು ಸರಳ ಮನೆಯೌಷಧವನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಒಂದು ಚಮಚ ಮೆಂತ್ಯೆಯನ್ನು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ, ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ಬಿಡಬೇಕು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಆ ನೆಂದ ಮೆಂತ್ಯೆಯೊಡನೆ ಕುಮಾರಿ, ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ನುಣ್ಣಗೆ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ತಲೆಬುರುಡೆಗೆ(Scalp) ತಾಗುವಂತೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಅದರ ಮೇಲೆ ಒಂದು ತೆಳ್ಳಗಿನ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ಅದನ್ನು ತೊಳೆಯಬೇಕು.
- ತಲೆಯ ಹೊಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆಯುಳ್ಳವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಹೇನಿನ ತೊಂದರೆ ಇರುವವರಲ್ಲಿ, ಸಮ ಪ್ರಮಾಣ ತ್ರಿಫಲಾ ಚೂರ್ಣ ಹಾಗೂ ಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಸೇರಿಸಿ, ಅದರೊಂದಿಗೆ 4-5 ಚಿಟಿಕೆ ನಶ್ಯದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಎಳನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಲೆಸಿ, ಅದನ್ನು ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. 2-3 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ತೊಳೆಯಬೇಕು.
- ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಶತಾಯುಷಿ ಆಲದ ಮರದ ಚಕ್ಕೆಯ ಪುಡಿ - 2 ಚಮಚಕ್ಕೆ 1 ಚೊಂಬು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಅದನ್ನು ಪಾದಾಂಶಕ್ಕೆ ಇಳಿಸಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಷಾಯವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಕುಡಿದು ಒಂದು ಕಿ. ಮೀ.ನಷ್ಟು ಓಡುವುದು ಉತ್ತಮ.
- ಅಲ್ಲದೆ ಜಂಬುನೇರಳೆ ಮರದ ಸೌದೆಯನ್ನು ಸುಟ್ಟು, ಬೂದಿಗೈದು ಅದಕ್ಕೆ ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ ಸೇರಿಸಿ, ಮಧುವಿನೊಡನೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 45 ದಿನಗಳವರೆಗೂ ಸೇವಿಸಬೇಕು.
- ಹಲ್ಲು ನೋವಿನಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 3 ಚಮಚ ತ್ರಿಫಲಾ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ಒಂದು ಚಮಚ ಅಡಿಗೆ ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ನೋವಿರುವ ಹಲ್ಲಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಒಂದು ನಿಮಿಷದ ನಂತರ ತೊಳೆಯಬೇಕು.
- ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯಲ್ಲಿ, ಗುದದ್ವಾರದ ತುರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಗುದದಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಇರಿಮೇದಾದಿ ತೈಲದೊಂದಿಗೆ ತ್ರಿಫಲಾಗುಗ್ಗುಳುವನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಮಜ್ಜಿಗೆ ಅನ್ನವನ್ನು ಅನುಪಾನವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು.

ಹೀಗೆ ತಮ್ಮ ಅನುಭವದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸರಳವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ಜುಲೈ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ।। ಸುಧಾರಾಣಿಯವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ವಿಷಯ : ಪಂಚಕರ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಪದವಿಯನ್ನು ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸಿ, ನಂತರ ಮೈಸೂರಿನ ಆಯುರ್ವೇದ ವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ, ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಶ್ರೇಣಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತೀರ್ಣರಾಗಿ, ಈಗ ಸದ್ಯ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಆಯುರ್ವೇದ ವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಕಾಯಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ಬಿಡುವಿರದ ಚಿಕಿತ್ಸಾವಧಿಯಲ್ಲೂ ಸಹ ಹಸನ್ಮುಖರಾಗಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾಗಿ ಇರುವ ಶ್ರೀಮತಿ ಡಾ।। ಸುಧಾರಾಣಿಯವರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಈ ತಿಂಗಳ ಉಪನ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಬಂದು ತಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಈ ರೀತಿ ಹೇಳಿದರು.

- ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ವೃದ್ದಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಬರುವ ತೊಂದರೆಗಳಾದ ಸಂಧಿಶೂಲ, ಸಂಧಿವಾತದಲ್ಲಿ - ಕ್ಷೀರಬಲಾತೈಲ, ಮಾಷ ತೈಲ, ಅಶ್ವಗಂಧಬಲಾಲಾಕ್ಷಾದಿತೈಲ, ವಿಷಗರ್ಭತೈಲ, ಪಿಂಡತೈಲ ಇತ್ಯಾದಿ ಯಾವುದಾದರೂ ತೈಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಸ್ಥಾನಿಕ ಅಭ್ಯಂಗ ಮಾಡಬೇಕು. ನಂತರ ಸ್ಥಾನಿಕ ಸ್ವೇದನ ನೀಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಪತ್ರಪಿಂಡ ಸ್ವೇದವು ಉಚಿತವಾದುದು. ಪೊಟ್ಟಲಿಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು, 18 ಅಂಗುಲ (18") ದ ಚೌಕಾಕಾರದ ತೆಳ್ಳಗಿನ ಹತ್ತಿಯ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಏರಂಡ ಪತ್ರ, ಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪು, ಧತ್ತೂರ ಪತ್ರ, ಹುಣಸೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು ಹಿಡಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯ ಬಹುದಾದ ಒಂದು ಪೊಟ್ಟಲಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಬಳಸಬೇಕು. ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ರಾಸ್ನಾಕಷಾಯ, ಪುನರ್ನವ ಕಷಾಯ, ತ್ರಿಫಲಾ ಕಷಾಯ, ದಶಮೂಲ ಕಷಾಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ಒಂದು ವಾರ ಈ ರೀತಿ ಸ್ನೇಹ, ಸ್ವೇದಗಳ ನಂತರವೂ ನೋವು ಮುಂದುವರಿದರೆ, ಕ್ಷೀರಬಸ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಕಲ್ಕದ್ರವ್ಯವಾಗಿ ಅಶ್ವಗಂಧ, ಬಲ, ವಿದಾರಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. (25-30 ಗ್ರಾಂ), 40 ಮಿ. ಲೀ. ನಷ್ಟು ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಒಂದು ಚಮಚದಷ್ಟು ಸೈಂಧವಲವಣ, 50-60 ಮಿ. ಲೀ.ನಷ್ಟು ಗುಗ್ಗುಳು ತಿಕ್ತಕ ಘೃತ ಹಾಗೂ 500 ಮಿ.ಲೀ.ನಷ್ಟು ಹಾಲನ್ನು ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಬಸ್ತಿ ನೀಡಬೇಕು. ನೋವಿರುವ ಮಂಡಿಯ ಮೇಲೆ ಅತಸೀ ಉಪನಾಹವನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು. ಗುಗ್ಗುಳು ಕಲ್ಪಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
- ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಶ್ವಗಂಧದ ಬದಲು ನಾಗೋಲಿ ಅಶ್ವಗಂಧವನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ಆಮವಾತರೋಗದಲ್ಲಿ ಯೋಗರತ್ನಾಕರದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವಂತೆ

ಲಂಘನಂ ಸ್ವೇದನಂ ಕಟುತಿಕ್ತ ದೀಪನಾನಿ ಚ ।
ವಿರೇಚನಂ ಸ್ನೇಹಪಾನಂ ಬಸ್ತಯಶ್ಚಾಮಮಾರುತೇ ॥

ಎಂಬ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸೂತ್ರವನ್ನೇ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ರೋಗಿಯ, ರೋಗದ ಬಲಾಬಲಗಳನ್ನು ಪರಾಮರ್ಶಿಸಿ, ಲಂಘನವನ್ನು ಅಲ್ಪಾಹಾರ ರೀತ್ಯಾ ಅಥವಾ ನಿರಾಹಾರ ರೀತ್ಯಾ ಪ್ರಯೋಜಿಸಬಹುದು. ಸ್ವೇದ ಎಂಬುದು ರೂಕ್ಷಸ್ವೇದವೇ ಆಗಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾದ ಮರಳು (ದಪ್ಪ ಕಲ್ಲುಗಳು, ಗಲೀಜು ಇರದ ಮರಳು) ಅಥವಾ ಹದವಾಗಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ ಇಟ್ಟಿಗೆಯ ಪುಡಿಯನ್ನು ಒಂದು ಕೋರಾ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಪೊಟ್ಟಲಿಯಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ, ಇದರಿಂದ 3-5 ನಿಮಿಷದವರೆಗೂ ಸ್ವೇದನ (ಶಾಖ) ನೀಡಬೇಕು. ಇದಾದ ನಂತರ, ಆಮಪಾಚನಕ್ಕಾಗಿ ಕಟು, ತಿಕ್ತ ಹಾಗೂ ದೀಪನೀಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಉದಾ : ಅಜಮೋದಾದಿ ಚೂರ್ಣ, ನಾಗರಚೂರ್ಣ, ಹುರಿದ ಜೀರಿಗೆ, ಹಿಪ್ಪಲಿ, ಒಣಶುಂಠಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಹಾಗೂ ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆಗಳನ್ನು ಚೂರ್ಣ ಮಾಡಿ ಸಹ ಬಳಸಬಹುದು. ನಂತರ ವಿರೇಚನವನ್ನು ಸ್ನೇಹ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸುಮಾರು 50-60 ಮೀ. ಲೀ. ಗಳಷ್ಟು ಏರಂಡ ತೈಲವನ್ನು ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು. ನಂತರ ಆಗಾಗ ಹದವಾದ ಉಷ್ಣಜಲವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ಹೇಳಬೇಕು. 20-30 ವೇಗಗಳ ನಂತರ ಸಂಸರ್ಜನ

ಕ್ರಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ಅನುವಾಸನ ಬಸ್ತಿ ನೀಡಬೇಕು. ಇಷ್ಟು ಹೊತ್ತಿಗಾಗಲೇ ಆಮವೆಲ್ಲಾ ಪಚನಗೊಂಡು, ಉಚ್ಛ್ರಿತವಾದ ದೋಷಗಳು ನಿರ್ಮೂಲನಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅನುವಾಸನವು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಸೈಂಧವಲವಣ, ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಶತಪುಷ್ಪಚೂರ್ಣ ಜೊತೆಗೆ 100 ಮಿ. ಲೀ. ತೈಲ/ಘೃತ ಸೇರಿಸಬೇಕು. ಗುಗ್ಗುಳುತಿಕ್ತಘೃತ, ಬಲಾತೈಲ, ಸೈಂಧವಾದ್ಯತೈಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಸ್ಥಾನಿಕವಾಗಿ ಎಕ್ಕದೆಲೆಯನ್ನು ವಿಷಗರ್ಭತೈಲದಲ್ಲದ್ದಿ ಕಟ್ಟಬಹುದು. ಲೇಪನಕ್ಕಾಗಿ ಶೀಗ್ರುವಾದಿಲೇಪ, ಕನಕ ಲೇಪಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ರಾಸ್ನಾದಿ ಉಪನಾಹವೂ ಉಪಯುಕ್ತ.

- ಆಮವಾತದ ಮುಂದುವರಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯವೂ ಮೃದುವಿರೇಚನ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಫಲ ದೊರಕುತ್ತದೆ.
- ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಂಹನಾದ ಗುಗ್ಗುಳು, ಕೈಶೋರ ಗುಗ್ಗುಳು ಮುಂತಾದ ಗುಗ್ಗುಳು ಕಲ್ಪಗಳನ್ನು ರಾಸ್ನಾದಿ ಕಷಾಯ ಮುಂತಾದ ಕಷಾಯಗಳನ್ನು ನೀಡಬಹುದು.
- ಪ್ರವೃದ್ಧವಾದ ಆಮವಾತದಲ್ಲಿ ಕ್ಷಾರಬಸ್ತಿಯು ಅತೀ ಫಲಪ್ರದವಾದುದು. ಚಿಂಚಾಕ್ಷಾರ, ಗೋಮೂತ್ರ, ತ್ರಿಫಲಾ ಕಷಾಯಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಬಸ್ತಿ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಬಳಸಬೇಕು.
- ಗ್ರೀವಾಬಸ್ತಿ, ಕಟಿಬಸ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಷತೈಲ, ವಿಷಗರ್ಭತೈಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಹೀಗೆ ಅವಿರತವಾಗಿ ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯ ಮಿತ್ರರನ್ನೂ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನೂ ಕುರಿತು ಅವ್ಯಾಹತವಾಗಿ ಜ್ಞಾನಪೂರಕವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದರು.

With Best Compliments From

DELTA
Diagnostic Services

65/89, Gandhi Bazar Main Road
Near Ramakrishna Ashram
Bangalore - 560 004
Ph : 6618302, 6621491

ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಡಾ|| ಶ್ರೀನಿವಾಸ್ ಬಿ. ಪಾಟಿಲ್‌ರವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ವಿಷಯ : ಸಂಪ್ರಾಪ್ತಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

ಯಾವುದೇ ರೋಗವಲ್ಲಾಗಲಿ ದಶವಿಧ ಹಾಗೂ ತ್ರಿವಿಧ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು. ಕೇವಲ ಲಕ್ಷಣ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿಂದ ರೋಗನಿರ್ಣಯ ಮಾಡುವಿಕೆ ಎಂದಿಗೂ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ರೋಗದ ಉದ್ಭವ ಸ್ಥಾನ, ಸಂಚಾರ ಸ್ಥಾನ, ಆಶಯ, ಅವಯವ, ಸ್ರೋತೋದುಷ್ಟಿ, ದೋಷ, ದೂಷ್ಯ, ವ್ಯಾಧಿ ಪ್ರತ್ಯನೀಕ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸಲಾಯಿತು.

1. ಜ್ವರ :

ಉದ್ಭವ ಸ್ಥಾನ	-	ಆಮಾಶಯ
ಸಂಚಾರ ಸ್ಥಾನ	-	ರಸವಾಹಿನಿ
ಆಶಯ	-	ಸಂಪೂರ್ಣ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನ
ಅವಯವ	-	ಸರ್ವ ಶರೀರ
ಸ್ರೋತೋದುಷ್ಟಿ	-	ಸ್ವೇದಾವರೋಧ ರಸವಹಸ್ರೋತಸ್ಸು
ಸ್ಥಾನಿಕ ದೋಷ	-	ಪಾಚಕ ಪಿತ್ತ (ದ್ರವತ್ವ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ)
ದೂಷ್ಯ	-	ರಸ
ವ್ಯಾಧಿ ಪ್ರತ್ಯನೀಕ ಲಕ್ಷಣ	-	ದೇಹ - ಇಂದ್ರಿಯ - ಮನ - ಸಂತಾಪ
ವ್ಯಾಧಿ ಪ್ರತ್ಯನೀಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	-	ಲಂಘನ, ಆಮಪಾಚನ, ಶೋಧನ
ಮುಖ್ಯ ಔಷಧ	-	ಮುಸ್ತಾ, ಪರ್ಪಟ
ಆಹಾರ	-	ಗಂಜಿ (ಹಳೆ ಅಕ್ಕಿ, ಗೋಧಿ), ಹುರಳೀ ಸಾರು
ವಿಹಾರ	-	ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗದಿರುವುದು
ನಿಶಿದ್ಧ	-	ಸ್ನಾನ, ಅಭ್ಯಂಗ

ಆಮಜ್ವರದ ಔಷಧ ಸಂಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 90ರಷ್ಟು ಮುಸ್ತಾ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.

ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಅಟ್ರೋಪೀನ್ (Atropine) ಅಥವಾ ಏಕೋಪ್ರೈನ್ (Echoprine) ಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಜ್ವರದ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕೇವಲ ಉಷ್ಣತೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದೇ ಜ್ವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಲ್ಲ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ ಆಮ ಪಾಚನವಾಗಿ, ಸಮಾನ ವಾತದ ಕಾರ್ಯವು ಸರಿಯಾಗಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಅನ್ನ ಗ್ರಹಣ, ಪಾಚನ, ವಿವೇಚನ, ಮುಂಚನಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆದರೆ ಆಗ ಜ್ವರ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಾಸಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದರ್ಥ.

ಜ್ವರವು ಇಪ್ಪತ್ತೊಂದು ದಿನಗಳು ಮೀರಿದರೆ ರೋಗಿ ಮೃತ್ಯು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ವಾತಪಿತ್ತ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣತೆ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದಾಗ ಪರ್ಪಟವನ್ನು ಹಾಗೂ ಆಮ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಾಗ ಮುಸ್ತಾ ಕೊಡಬೇಕು.

ಪಿತ್ತ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪಿಪಾಸಯುಕ್ತ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಷಡಂಗಪಾನೀಯ ಉತ್ತಮ. ಕಫ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಕಪೋತ್ಲ್ಲಿಕ್ಷಿಷ್ಟ ಮಾಡಿ ನಂತರ ವಮನ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಶೋಧನ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ವಿರುದ್ಧ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ಉದಾ : ಮಧು - ಘೃತ, ಹರೀತಕಿ - ಕ್ಷೀರ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇವು ಜಠರಾಗ್ನಿಯ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದು ಪಾಚನಗೊಳ್ಳದೇ ವಮನದ ಮೂಲಕ ಹೊರ ಬರುತ್ತವೆ.

ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕೆಲ ಔಷಧಿಗಳು :

ಅಮೃತಾರಿಷ್ಟ, ಸುದರ್ಶನ ವಟಿ, ಗುಡೂಚ್ಯಾದಿ ಕಷಾಯ, ಗೋರೋಚನಾದಿ ವಟಿ, ಸೊಗದೇ ಬೇರಿನ ಶರಬತ್ತು, ದ್ರಾಕ್ಷಾದಿ ಕಷಾಯ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಯಾವುದೇ ರೋಗವು ಜೀರ್ಣಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಘೃತ-ಲೇಹಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಪಚ್ಯಮಾನಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಆಸವಾರಿಷ್ಟಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು.

ತಮಕ ಶ್ವಾಸವು ಮೂರು ವಿಧ - ಪ್ರತಿಶ್ಯಾಯ ಜನ್ಯ, ಆಧ್ಮಾನ ಜನ್ಯ ಹಾಗೂ ವಿಬಂಧ ಜನ್ಯ. ಇವುಗಳಿಗೆ ಕ್ರಮವಾಗಿ ವಮನ, ವಿರೇಚನ, ಬಸ್ತಿ ಕೊಡಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ಪಾಂಡು, ಕಾಮಾಲ, ಶ್ವಾಸರೋಗ, ಜ್ವರ ರೋಗಗಳ ಮೂಲಕ ರೋಗದ ಆಳ - ಉದ್ದಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಕಳಪೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಹಾಗೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು.

With Best Compliments From

SSMS CENTRE

Sri Sai Medical Specialists Centre

Facilities : Specialists Consultation in Medicine with alternative Medicine (Ayu/Homeo), Cardiology, Gynaecology, Paediatrics, ENT, Skin, Diabetology and Opthalmology etc.,

Investigations : Clinical Laboratories, ECG, X-ray, Bone Densitometry etc.,

Pharmacy attached

Timings : 7.00 am to 9.00 pm
Sunday : 8.00 am to 1.00 pm

672/D, 1st Floor, Ganapathi Complex,
11th Cross, K.R. Road, 7th Block,
Jayanagar West, Bangalore - 560 008
Ph : 6771834, 56698132
E-mail : ssmscentre@yahoo.co.in

With Best Compliments From

SHIVA TULASI MEDICALS

Chemists & Druggists

Dealers of Ayurvedic Medicines also

193, "Kaveri", 5th Main Road
Chamarajpet,
Bangalore - 560 018

Ph : 6614128 (Shop)
6608423 (Res)

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಶ್ರೀ ಸಂಪಂಗಿ ರಾಮಯ್ಯ ಶೆಟ್ಟಿಯವರ ಉಪನ್ಯಾಸದ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ವರದಿ

ವಿಷಯ : ಗ್ರಂಥಿಗೆ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿನ ಅನುಭವಗಳು

ಆಯುರ್ವೇದದ ಜೀವಾಳವಾದ ಆದರೆ, ಆಯುರ್ವೇದದ ಅಂಗವಾಗಿರದ 'ಗ್ರಂಥಿಗೆ ಅಂಗಡಿ' ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಚಿರಪರಿಚಿತ. ನಮ್ಮ ವನ್ಯ ಸಂಪತ್ತು, ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಇಂದು, ಹಿಂದಿನಂತಿರದೆ, ಜನತೆ ಔಷಧಿಗಳ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾದ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಂಜೀವಿನಿಯಂತಿರುವುದು ಈ ಗ್ರಂಥಿಗೆ ಅಂಗಡಿಗಳು. ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲ ಔಷಧಿಗಳು ಶ್ರೀ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ದೊರೆಯುವಂತಾಗಿರುವುದು ಈ ಗ್ರಂಥಿಗೆ ಅಂಗಡಿಗಳಿಂದಲೇ. ಅಂತಹ ಗ್ರಂಥಿಗೆ ವ್ಯಾಪಾರವನ್ನು ತಮ್ಮ ಕುಲ ಕಸುಬಾಗಿ ಅರ್ಧ ಶತಮಾನಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲದಿಂದ ಅನುಸರಿಸಿಕೊಂಡೇ ಬಂದಿರುವವರು. ಶ್ರೀ ಸಂಪಂಗಿರಾಮಯ್ಯನವರು. ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಓದದೆಯೂ ಅದರ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಈಜಾಡಿ ಅದರಿಂದ ಅವರಿಗುಂಟಾದ ಅನುಭವಾಮೃತವನ್ನು ಜ್ಞಾನದಾಹಿಗಳಾದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸರಳವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದರು.

- ಮುಸಾಂಬರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚುವುದು, ಮೊಡವೆಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದು ಮಧುಮೇಹ, ಆಮವಾತಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ, ಇದರ ವಿಧಿವತ್ತಾದ ಉಪಯೋಗವು ಕ್ರಿಮಿರೋಗಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಅಲ್ಲದೆ ಇದನ್ನು ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಬೆರಳು ಚೀಪುವುದನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ.
- ಜ್ವರ, ಜಂತುಹುಳ, ತ್ವಕ್ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಕಿರಾತತಿಕ್ತದ ಕಷಾಯ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಏಕನಾಯಕನ ಬೇರಿನ ಕಷಾಯವು ಮಧುಮೇಹಾರಿ.
- ಜಟಾಮಾಂಸಿ, ಬ್ರಾಹ್ಮೀ, ಶಂಖಪುಷ್ಪೀ, ಬಜೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ, ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಮನೋ ಒತ್ತಡಗಳು (Stress) ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಇವನ್ನು ತ್ರಿಫಲ, ಅಮೃತ, ಕಿರಾತತಿಕ್ತ, ಜಂಬುನೇರಳೆ, ಬೇವಿನೆಲೆ ಹಾಗೂ ಬಿಲ್ವಗಳೊಡನೆ ಬೆರೆಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ಶಮನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸ್ಥೌಲ್ಯ ರೋಗದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಫಲಾ, ಲೋಹ ಭಸ್ಮ, ಗುಗ್ಗುಳು ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಅತಿ ಮಧುರವನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ, ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಕಲೆಸಿ ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ತಲೆಹೊಟ್ಟಿನ ತೊಂದರೆ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದು ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣು, ಜ್ವರ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉರಿ, ಉಬ್ಬರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಕಸ್ತೂರಿ ಅರಿಶಿಣದ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ಕಚೋರ, ಚಾಕುಚೀಬೀಜ, ಶ್ರೀಗಂಧಗಳೊಡನೆ ಬೆರೆಸಿ ಹಚ್ಚುವುದು ತೊನ್ನು ರೋಗದಲ್ಲಿ (ಶ್ವಿತ್ರ) ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಪ್ರತಿಮಂಡೆಕಾಯಿಯನ್ನು ನಿಂಬೇರಸದಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚುವುದು ಇಂದ್ರಲುಪ್ತ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ನಿರಂಜನ ಫಲವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಮತ್ತೆ ಮರುದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಭಲ್ಲಾತಕ ಬೀಜದ ತೈಲವು ಕೂದಲು ಉದುರುವುದನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕೇರು ಬೀಜದ ಒಳಗಿರುವ ಬೀಜದ ಅಂಟಿನಿಂದ ಅಂಟುಂಡೆಯನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಬಾಣಂತಿಯರಿಗೆ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಅವರ ಸೊಂಟವು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ಕಟುಕರೋಹಿಣಿಯು ಅನೇಕ ವಿಧದ ಅಲರ್ಜಿ, ಕ್ರಿಮಿರೋಗದಲ್ಲಿ, ಕಾಮಾಲೆ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಅತೀ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಒಂಭತ್ತು ದ್ರವ್ಯಗಳು, ಮಕ್ಕಳ ಖಾರ ಎಂದು ಹೆಸರು ಪಡೆದಂತಹವು ಜಾಯಿಕಾಯಿ, ಮಾಸೀಕಾಯಿ (ಮಾಯಿಫಲ),

ಹರೀತಕಿ, ಬಜೆ, ಸಣ್ಣರಾಸ್ನೆ, ಹಿಪ್ಪಲಿ, ಚಿಳ್ಳೇಬೀಜ, ಶುಂಠಿ, ಕಟುಕಿಗಳು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕಫ ಪ್ರಧಾನವಾದ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.

- ನಾಗದಾಳಿ ಎಲೆ, ತುಳಸೀ, ವೀಳ್ಯೆದೆಲೆ, ಗೋರೋಚನಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಬಳಸುವುದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಉಬ್ಬಸವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತವೆ.
- ತಂಗಡೀ ಹೂವಿನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಗುಲ್ಕನ್ ಮಲಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸಕ್ಕರೆಯೊಂದಿಗೆ ನಾಗಕೇಸರವನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಅರ್ಶರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ.
- ಕಾಳುಮೆಣಸು ಬಾಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಚೀಪುವುದರಿಂದ ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ಉಬ್ಬಸಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.
- ಕಾಕಮಾರಿ ಬೀಜವನ್ನು (ಹೇನುಮಾರಿ ಬೀಜ) ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಕಾಯಿಸಿಡುವುದರಿಂದ ಹೇನಿನ ಸಮಸ್ಯೆ, ತಲೆಹೊಟ್ಟು, ತುರಿಕೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ.
- ರತನ್‌ಜೋದವನ್ನು ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಿಸಿ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಕೂದಲು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.
- ಮಧು ಅಥವಾ ಘೃತದೊಂದಿಗೆ ಪುರುಷರತ್ನವನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ ವಾಜೀಕರವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ಬ್ರಹ್ಮದಂಡೀ / ಗೌರಿಮುಡಿ/ ಗೌರಿಹೂವು ಇಸಬು, ಹುಳುಕಡ್ಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಮಂಗಾಲೆ (ಇಂಗುದಿ) ಯು ತುರಿಕೆ, ಕಾಮಾಲೆ, ತ್ವಕ್ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಆನೆಬೀಜ (ಗಜ್ಜುಗ)ವನ್ನು ತೇಯ್ದು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.
- ರುದಂತೀಕಾಯಿಯು ಕ್ಷಯರೋಗ ಹಾಗೂ ನವಜ್ವರದಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಗೈರಿಕವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಅತಿಸಾರವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚುವುದು ಸರ್ಪಸುತ್ತನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ಕೊಳವಳಿಕೆ ಬೀಜ (ಕೋಕಿಲಾಕ್ಷ) ದ ಲೇಪವು ಊತ (ಬಾವು) ರೋಗವನ್ನು ಶಮನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ತಾವರೆ ಕೇಸರಿಯ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮಗುವು ಶುಭ್ರವರ್ಣ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.
- ನವಸಾದರ ಹಾಗೂ ಸುಣ್ಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಅದನ್ನು ಮೂಸಿ ನೋಡುವುದರಿಂದ ಒಂದೇ ಪಕ್ಕದ ತಲೆನೋವು (ಮೈಗ್ರೇನ್) ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಇಸಬ್‌ಗೋಲ್, ಕಾಮಕಸ್ತೂರಿ ಬೀಜಗಳನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಸಿಟ್ಟು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಬಳಸುವುದು ಮಲಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ನೀಗುತ್ತದೆ.
- ಪೆಟ್ಲುಪ್ಪು ಮೂತ್ರರೋಗಗಳಲ್ಲಿ, ಮೂತ್ರ ಅಪ್ರವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.
- ಸಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಥೈಮಾಲ್, ಮೆಂಥಾಲ್, ಕರ್ಪೂರವನ್ನು ಬೆರೆಸಿ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ನೆಗಡಿ, ಕೆಮ್ಮು, ಉಬ್ಬಸಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ.
- ಹರತಾಳವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಅನಾವಶ್ಯಕವಾದ ಕೇಶಗಳನ್ನು ನಾಶಗೊಳಿಸಬಹುದು.
- ಬಳಗಾರದೊಂದಿಗೆ ಪಿಪ್ಪಲಿ ಮಸಿಯು ಬಾಲಕಾಸವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- ರುಮಿಮಸ್ತಕಿ ಸುಟ್ಟ ಗಾಯಗಳ ಮಾಯುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ.

ಹೀಗೆ, ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ, ಉತ್ಸಾಹಗಳಿಂದ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಗೋಚರವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸಂಪಂಗಿರಾಮಯ್ಯನವರು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

With Best Compliments From

From Nature, to Nature, for Nature

Hillgreen Herbals Pvt. Ltd.

No. 17, 13th Cross
Vasanthnagar East
Bangalore - 560 052 (India)

Phone : 91-80-2250717, 2264237
Fax : 91-80-2251307
E-mail : hillin@vsnl.com
www.hillgreen.com

Hillgreen for Herbs and Herbal Extracts

With Best Compliments From

S. N. PANDIT & SONS

The Mysore Ayurvedic Pharmacy
The Manufactures of Ayurvedic Medicines

Sales Office :
38, Lansdowne Buildings
Mysore - 570 024
Ph : 425249, 438977

Factory :
No. 183, S. N. Pandit Street
Mysore - 570 004
Ph : 445083, 521232

With Best Compliments From

PENTACARE AYURPHARMA

Your search for the best medicine ends here

Dear Doctor, next to understanding the disease, the epicentre of your successful paractice lies in the reliability of your medicine. Pentacare Ayurpharma is striving hard to provide you the best of all. Behind each drug there is total hard work and dedication to deliver the best. Whether classical or proprietary product, each one is evolved out of ingenuity and commitment with greater understanding of the science and practice of Ayurveda. The blend of contemporary science and traditional wisdom has made our medicines versatile in its class.

Committed to value based Ayurvedic Health Care

To know more about our product for treating commonly seen conditions like Diabetes, Bronchial asthama, Neuromuscular and Acid peptic disorders and much more please, do write to us and the rest we shall take care

No. 21/1, 3rd Main, Gandhigrama, Maruti Extension, Srirampuram,
Bangalore - 560 021 or call us at : 3322420 / 98452 84264

With Best Compliments From

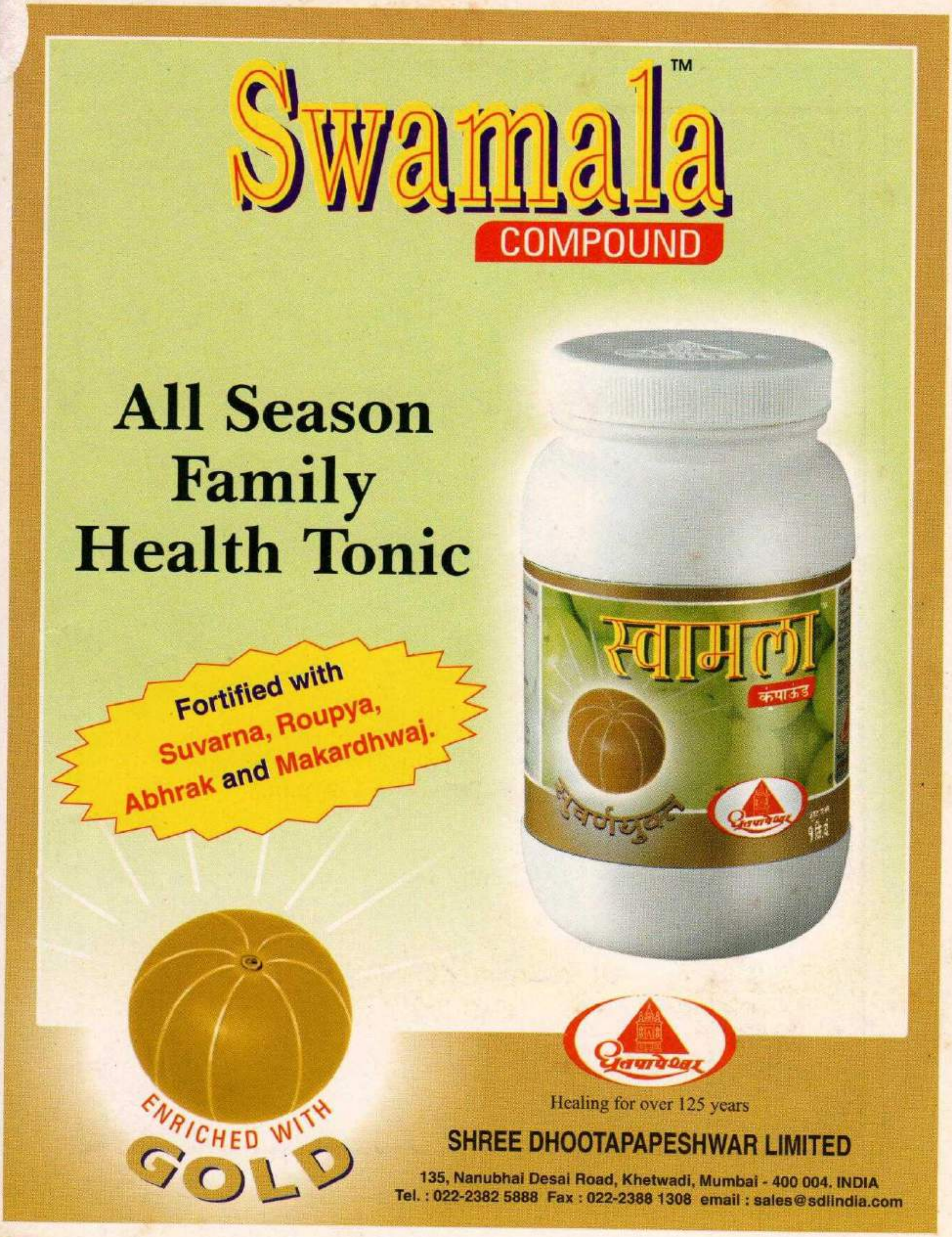
GURU AYURVEDA PHARMA

Shop No. 1, S.N. Complex, 3rd Main Road
Near Canara Bank, Hanumanth Nagar
Bangalore - 560 019

Working Hours : 9.00 a.m. to 2.30 p.m.
4.30 p.m. to 9.30 p.m.
Sunday : 9.00 a.m. to 1.30 p.m.

Ph : 652 4981

All Ayurvedic Medicines available


Swamala™
COMPOUND
All Season Family Health Tonic
Fortified with Suvarna, Roupya, Abhrak and Makardhwaj.
स्वामला
ENRICHED WITH GOLD
Healing for over 125 years
SHREE DHOOTAPAPESHWAR LIMITED
135, Nanubhai Desai Road, Khetwadi, Mumbai - 400 004. INDIA
Tel. : 022-2382 5888 Fax : 022-2388 1308 email : sales@sdlindia.com

The rich and rare
formulation used by Royalties
to fight ageing...
Now available for you
Baidyanath
KESARI
Kalp
ROYAL CHYAWANPRASH
Based on Kayakalp Siddhant Anti Ageing Formulation
Baidyanath
Kesari
Kalp
ROYAL
SWARNA BHASMA
PURE KESAR
CHANDI VARK