<u>आयुर्वेदात शोधकार्याची गरज</u>

(या लेखात मी मांडलेले विचार हे पूर्णतः मी गेली ३५-४० वर्षे निसर्गोपचाराचा अभ्यास व त्या द्वारे स्वास्थ्य संस्काराचे जे कार्य करीत आहे, त्या पार्श्वभूमीवर मला जे वारंवार जाणवत आले, त्यावर आधारीत असून ते वाचकांस पटलेच पाहिजेत असा माझा आग्रह नाही. गेली अनेक वर्षे मी या विषयी विचार मंथन करीत आलो असून आयुर्वेद हा माझ्या अधिकाराचा विषय नसल्याने त्यावर लेखन केले नाही इतकेच. मा. सौ. लीनाताई मेहेंदळे यांच्या ई-मेलमुळे ती प्रेरणा मिळाली, त्याबद्दल त्यांचे शतशः धन्यवाद ! विषय मांडताना न कळत व अपरिहार्यपणे निसर्गोपचार व आयुर्वेदातील समान व मतभेदांच्या मुद्यांवर चर्चा होणे साहजिकच आहे. एखाद्या मुद्यावर मत मतांतर - मतभेद नव्हे - होऊ शकते. परंतू, त्यात कोणावरही टीका, अपमान किंवा भावना दुखावण्याचा हेतू नसून मूळ विषयामागील हेतूंच्या प्रामाणिकतेस पूष्टी असाच हेतू मानावा. तरीही तसे वाटल्यास क्षमस्व !)

माझ्या मते आज बहुसंख्य आयुर्वेदतज्ज्ञ आयुर्वेदाचे जे कार्य करीत आहेत तो खरा आयुर्वेद आहे का? किंवा तोच खरा आयुर्वेद आहे, असे आपण गृहीत धरावे का? हाच सर्वप्रथम चर्चेचा मुद्दा आहे. सर्वप्रथम मिश्र आयुर्वेदाचा अभ्यासक्रम होता. तो करण्यामागे आधुनिक विज्ञान व त्यावर आधारीत असे पाश्चात्त्य वैद्यकशास्त्र यांचा मेळ घालून आपले परंपरागत वैद्यक जगासमोर आणावे हाच हेतू होता. सर्वसामान्य माणसाची मानसिकता सद्य परिस्थितीत अशी आहे की जर एखाद्याला डॉक्टर व्हावयाचेच असेल तर ते ॲलोपथिक डॉक्टरच व्हावयाचे असते. तेथे प्रवेश न मिळाल्याने तो आयुर्वेद , होमिओपथी इ. (अगदी निसर्गोपचारक सुद्धा, बी. एन्. वाय्. एस्. क्षमस्व !) पद्धतींकडे ती व्यक्ती प्रवेश घेते. मिश्र आयुर्वेदाचे हेच झाले. त्यामुळे, त्यातील बहुसंख्य उपचारक आयुर्वेदिक संकल्पना व उपचारांचा जो वापर करीत असत तो अगदी नगण्यच असे. मला चांगलेच आठवते आहे की, काही ॲलोपथिक डॉक्टरांचे तोंडी मी त्यांचा उल्लेख तुच्छतेने <u>**टोचे डॉक्टर**</u> असा ऐकलेला आहे. पुढे त्यांनी आम्हालाही ॲलोपथिक डॉक्टरांच्या बरोबरीने सर्व हक्क, अधिकार मिळावेत म्हणून संप केला व शासनाने मिश्र आयुर्वेदाचा अभ्यासक्रम बंद करून शुद्ध आयुर्वेदाचा अभ्यासक्रम सुरू केला व मिश्र आयुर्वेदाचा अभ्यासक्रम केलेल्यांना ॲलोपथिक डॉक्टर होण्याची संधी दिली. आता त्यातीलच काही डॉक्टर आयुर्वेदावर कडाडून टीका करताना दिसतात. परंतू, ते हे कसे विसरू शकतात की, आपल्याला ॲलोपथिक डॉक्टर होण्यासाठी प्रवेश न मिळाल्यामुळे आपण मिश्र आयुर्वेदास प्रवेश घेतला व म्हणूनच आज आपण ॲलोपथिक डॉक्टर आहोत ? अन्यथा, आपण डॉक्टर होऊच शकलो नसतो !

त्यामुळे, आज ज्या पद्धतीने आयुर्वेद बोलला किंवा वापरला जातो तो बऱ्यापैकी ॲलोपथिक आयुर्वेदच असतो व शुद्ध आयुर्वेद कमीच. तरीही एक मात्र नक्की की, आज शुद्ध आयुर्वेदाची प्रॅक्टीस करणाऱ्यांची संख्या पूर्वीपेक्षा खूप वाढलेली आहे. प्रत्येक भाषेचे व्याकरण ठरलेले असते व ती भाषा बोलताना त्या व्याकरणाप्रमाणेच आपण ती भाषा बोलू शकतो. उदा. मराठी व्याकरणाच्या नियमांनुसार आपण कानडी बोलू शकत नाही व कानडी व्याकरणाचे नियम मनात रूजलेल्यांना मराठी शिकणे किती जड जाते ते आपण व्यवहारात पाहतोच आहोत. हा प्रकारही बऱ्यापैकी तसाच आहे. प्रत्येक उपचार पद्धतीची स्वतःची अशी एक परिभाषा , संकल्पना आहे व त्या त्या उपचार पद्धतीचा विचार करताना त्या भूमिकेचाच विचार प्रामुख्याने करावयास हवा. सर्व आयुर्वेदतज्ज्ञ आधुनिक तपासणीची सर्व उपकरणे, प्रयोगशाळेतील तपासण्यांच्या पद्धती इ. वापरीत तर आहेतच परंतू, नोंदणीही (डॉक्युमेंटेशन इ.) आधुनिक वैद्यकाप्रमाणेच वापरीत आहेत. आयुर्वेदाबद्दल बोलतानाही ते आधुनिक वैद्यकाच्या भाषेत बोलतात, बोलू शकतात हे नाकारून चालणारच नाही. इतकेच नव्हे तर, आयुर्वेदामध्ये पी. एच्. डी. केलेले म्हणजेच संशोधन केलेलेही कित्येक आयुर्वेदतज्ज्ञ आहेतच की ! परंतू, त्याचा एक उलटा परिणाम असा झाल्याचे जाणवते की, अन्यथा आयुर्वेदाच्या मूळ ग्रंथांमध्ये ज्या रोग, विकारांबद्दल निश्चित असे उपचार, औषधोपचार दिलेले आहेत व

ॲलोपथिकदृष्ट्या जे विकार बरे होऊच शकत नाहीत, त्याबद्दल ही आयुर्वेदतज्ज्ञ मंडळी तितक्या आत्मविश्वासाने बोलताना किंवा उपचार करताना आढळत नाहीत, बिचकतात किंवा ॲलोपथीचीच री ओढताना दिसतात. माझा स्वतःचा विश्वास आहे की आयुर्वेदाने असे अनेक तथाकथित असाध्य आधुनिक विकार पूर्णपणे बरे होऊ शकतील. उदा. मधुमेह, दमा, संधिवात आणि अगदी एडस् (ज्या **लक्षण समूहास** आयुर्वेदात ओजक्षय असे अधिकृत नाव व अधिकृत उपचारही आहेत तो) सुद्धा. काही आयुर्वेदतज्ज्ञ मंडळी हे उपचार करीत आहेत व असतीलही. परंतू, आधुनिक वैद्यकतज्ज्ञ काय म्हणतील, पटवून घेतील की नाही ? अशा भावनेने ते बहुधा हे अनुभव प्रकाशित करीत नसतील. अशा वेळी संबंधितांनीही आमच्याच पद्धतीने बोला, लिहा असा आग्रह न धरता आयुर्वेदाची परिभाषा जाणून घेऊन त्यांच्या अनुभव व प्रयोगांचा मान ठेवला पाहिजे. अनेक वेळा हे लोक **टॉल क्लेम्स** करतात असे त्यांचे काहीही न ऐकता, समजून न घेता म्हणताना मी स्वतः ऐकलेले आहे. येथे हे लक्षात घेतले पाहिजे की, **विश्व स्वास्थ्य संघटनेने** पर्यायी उपचार पद्धती ही संकल्पना मान्य केली असून त्याचा अर्थच मुळी प्रस्थापित उपचार पद्धतीने असाध्य म्हणून जाहीर केलेले रूग्ण किंवा त्यांचे आजार या इतर उपचारांनी बरे झाले. अनेक वेळा त्यांचा उल्लेख कॉम्प्लिमेंटरी उपचार पद्धती , सपल्मिेंटरी उपचार पद्धती, होलिस्टिक उपचार / ॲप्रोच इ. नावांनी केला जातो. त्या त्या शब्दांच्या अर्थानुसार प्रस्थापित उपचार पद्धतीने या उपचार पद्धतींची मदत घेतल्यास नेहमीपेक्षा लवकर व चांगले फायदे या उपचार पद्धतींमुळे अनुभवास येऊ शकतात असाच याचा अर्थ निघतो.

आयुर्वेद हे स्वस्थ जीवन जगण्याचे शास्त्र आहे असे वारंवार ऐकण्यात येते, ऐकवले जाते. परंतू, व्यवहारात किती आयुर्वेद वैद्य स्वास्थ्यसल्ला देताना, आजारीच पडू नये, आजारी पडण्याची वेळच येऊ नये यासाठी काय करावे हे रूग्ण आजारी पडण्यापूर्वी सांगताना आढळतात ? वास्तविक पाहता आयुर्वेदाच्या अभ्यासक्रमातील विषयांची क्रमवारी लावू पाहिले तर पहिला क्रमांक **स्वस्थवृत्त** या विषयाचाच लागला पाहिजे.

आरोग्यवान् माणसाने कोणे एके दिवशी सकाळी झोपेतून उठल्यापासून दुसऱ्या दिवशी सकाळी पुनः त्याच वेळी झोपेतून उठेपर्यंत आजारी पडू नये यासाठी काय करावे व काय करू नये याचे विवेचन म्हणजे स्वस्थवृत्त होय,

अशी स्वस्थवृत्ताची आयुर्वेदकृत व्याख्या आहे. आज आधुनिक वैद्यकशास्त्रातील खुल्या विचाराचे तज्ज्ञ चुकीची जीवनशैलीच सर्व आधुनिक शहरी रोगांचे कारण आहे असे जे वारंवार जोर देऊन सांगत आहेत ते व स्वस्थवृत्ताची ही आयुर्वेदकृत व्याख्या एकच आहे, नव्हे का ?

लङ्घन (उपवास) हा पंचमहाभूतांमधील आकाश तत्त्वांतर्गत मोडणारा सर्वप्रथम व अत्यंत नैसर्गिक असा उपचार आहे. आयुर्वेदातील त्याचे अनन्यसाधारण महत्त्व आयुर्वेदाच्या पूर्वाचार्यांनी **लङ्घनम् परमौषधम् ।** या सूत्रातून दर्शविलेले आहे. व्यवहारात आपलाही हा अनुभव आहे की, आपण आजारी असल्याची पहिली जाणीव आपल्याला होते तीच मुळी अन्नावरची वासना, भूक मेल्यामुळे. लङ्घन हा कृतीशील उपचार आहे. तो पुस्तके वाचून सांगता येत नाही. सांगणाऱ्याने तो किमान १०-१२ वेळा केला असेल तरच रूग्णाची अवस्था, पूर्वपिठीका, रोगाचा प्रकार व स्वरूप पाहून, त्यातील फायदे, तोटे,काळजी, धोके इ.चा साकल्याने विचार करूनच आयुर्वेद वैद्य ते सांगू शकतील. आयुर्वेदाच्या अभ्यासक्रमात असे लङ्घनाचे प्रॅक्टिकल आहे का ? असल्यास किती वेळा ? माझ्या माहितीप्रमाणे ते तसे नाही. ज्यांनी प्रत्यक्षात जो उपचार स्वतः केलेलाच नाही तो उपचार ते रूग्णाकडून कसा करून घेणार ? आणि तो तर सर्वप्रथम व परमोपचार , परम औषध आहे!

पथ्य पाळले तर(आयुर्वेदिक) औषधांची गरज नाही व पथ्य पाळले नाही तर (आयुर्वेदिक) औषधांचाही उपयोगच नाही. हेही आयुर्वेदातील एक महत्त्वाचे तत्त्व आहे.

आचार्य चरकांनी असे म्हटले आहे की, **काही वैद्यांच्या मते बस्ति ही अर्ध चिकित्सा आहे आणि काही वैद्यांच्या मते तर ती पूर्ण चिकित्सा आहे.** १९८५ साली पुण्यातील वैद्य खडीवाले आयुर्वेद संशोधन संस्थेने प्रकाशित केलेल्या **मलावरोध** या भल्यामोठ्या ग्रंथामध्ये स्वमूत्र चिकित्सा व कुंडलीशास्त्रासह एकूण ११ उपचार पद्धतीतील तज्ज्ञांचे लेख आहेत. त्यात

नाशिकचे सुप्रसिद्ध आयुर्वेदतज्ज्ञ वैद्य श्री. त्र्यं. म. गोगटे यांचा बस्ति या विषयावर ११ पानी लेख असून तो खास आयुर्वेदिक वैद्यांच्यासाठी लिहीलेला आहे. त्यात त्यांनी बस्ति या महत्त्वाच्या उपचाराकडे आयुर्वेदतज्ज्ञांनी केलेल्या अक्षम्य दुर्लक्षाकडे लक्ष वेधून खरमरीत टीका केली आहे व तो मूळचा आयुर्वेदातील उपचार असून निसर्गोपचारक त्याचे पूर्ण श्रेय घेत असल्याचेही निदर्शनास आणून दिले आहे. हा जणू त्या संदर्भातला ऐतिहासिक पुराव्याचा दस्तावेजच ठरावा. त्यानंतर सुमारे १०-१५ वर्षांनंतर बस्ति हा उपचार वैद्य वापरू लागले आहेत व तो सुद्धा स्वतंत्रपणे निव्वळ बस्ति म्हणून नव्हे तर पंचकर्माचा एक भाग म्हणून.

वर म्हटल्याप्रमाणे खरा किंवा मूळ आयुर्वेद कोणता ? तर ही ४ तत्त्वे हाच खरा आयुर्वेद आहे आणि १९ व्या शतकाच्या पुर्वार्धात जर्मनी व युरोपातील सामान्य माणसांनी प्राण्यांच्या सवयींच्या निरीक्षणातून संकलित केलेली व नंतर अमेरिका व जगभर पसरून मान्यता पावलेली निसर्गोपचार ही पद्धती दुसरी तिसरी काही नसून आयुर्वेदाचीच एक प्रगत प्रणाली आहे. त्यात पंचमहाभूतांची भाषा तर आहेच. परंतू, पंचमहाभूतात्मक औषधे मात्र नाहीत. तर, पंचमहाभूतांचाच प्रत्यक्ष औषध म्हणून उपयोग अशी ही संकल्पना आहे. संपूर्ण तथाकथित औषधोपचार विरहीत. वर म्हटल्याप्रमाणे वेगवेगळ्या जनसामान्यांनी प्राण्यांच्या सवयींच्या निरीक्षणांवरून स्वतःवर व इतरांवर प्रयोग करून सिद्ध केल्यावर जर्मनीतीलच लुई कुन्हे यांनी त्या सर्वांचे अनुभव संकलित करून त्याचे प्रमाणिकरण करून त्याला **न्यू सायन्स ऑफ हिलिंग** असे नाव दिले. ते पुस्तक वाचून म. गांधीजींनी आफ्रिकेमध्ये आपल्या आश्रमात त्याचे प्रयोग करून त्यांच्या परिणामकारकतेची खात्री करून घेतली व भारतात परतताना तो विचार ते आपल्याबरोबर घेऊन आले व स्वतःच्या व्यक्तिगत, सामाजिक, सांस्कृतिक व राजकीय जीवनात पदोपदी त्यातील तत्त्वांचा पुरेपूर वापर करून घेतला. ते भारतात येण्यापूर्वी येथेही अनेकांनी व्यक्तिगत पातळीवर लुई कुन्हेंचे हे उपचार अवलंबले होतेच, महात्माजींमुळे व त्यांच्या आत्मचरित्रातील त्यांच्या उल्लेखांमुळे त्याचा भरपूर प्रचार व प्रसार झाला. तामिळनाडूमधील पुदुक्कोट्ट्टाई या शहरातील गांधीजींचे अनुयायी व रमण महर्षींचे पट्टशिष्य आचार्य लक्षण शर्मा यांचा वेद, उपनिषदे, पुराणे, गीता इ. ग्रंथांचा अभ्यास असल्याने त्यांनी भारतातील व जगातीलही निसर्गोपचारकांना उदाहरणांसह दाखवून दिले की, हे सर्व आपल्या / आमच्या परंपरेत होतेच. म्हणूनच त्या नंतर त्यांना **भारतीय निसर्गोपचाराचे पिता, फादर ऑफ इंडियन नेचर क्युअर** असे मानले जाते. त्यांनी तर निसर्गोपचार अगदी मोजक्या चार शब्दात सूत्रबद्ध केला आहे **फाइव्ह फोल्ड फुड मेडिसिन, (प्रत्यक्ष) पंचमहाभूते हीच आहार व तीच औषधेही**.

आता जो विचार आयुर्वेदाच्या बाबतीत आपण करीत आहोत तोच निसर्गोपचाराचे बाबतीतही. ही पूर्णपणे औषधोपचार विरहीत उपचार पद्धती (नव्हे ! तिच्या तत्त्वप्रणालीनुसार स्वस्थ जीवन जगण्याची जीवन पद्धती) असल्याने इतर कोणत्याही औषधोपचार पद्धतीच्या शास्त्रीय सिद्धतेचे निकष तिला लागू पडूच शकत नाहीत. ज्यांना तिच्या शास्त्रीय सिद्धतेची गरज भासते त्यांना भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र, जीवशास्त्र इ. सर्व शास्त्रांचे जे नियम व जी तत्त्वे मान्य व ज्ञात आहेत त्यांच्या आधारे व अनुभवसिद्ध ही संकल्पना ही मान्य असेल तर त्यांच्या संकलित, एकत्रित विचारांच्या आधारे हे उपचार व त्यांची शास्त्रीयता सिद्ध करता येते.

शिवाय, हेही विचारात घेणे अत्यावश्यक आहे की, आयुर्वेद, निसर्गोपचाराकडे येणाऱ्या रूग्णांमध्ये फर्स्ट हॅंड पेशंटचे प्रमाण खूप खूप कमी असते. प्रत्येक रूग्ण प्रथम ॲलोपथी जातो, काही कारणांमुळे तेथे कंटाळला की मग आयुर्वेद किंवा होमिओपथी, काही कारणांमुळे तेथे कंटाळला की मग होमिओपथी किंवा आयुर्वेद, काही कारणांमुळे तथेही कंटाळला की मग देव, देवस्की, नवस-सायास, मंत्र-तंत्र, गंडे, दोरे, ताईत, छा-छू, फा-फू, इ. इ. आणि त्या नंतर त्याची अवस्था अक्षरशः शरीर, मन व खिसा यांचा खुळखुळा, डॉक्टर, औषधे, उपचार, स्वतः व अगदी देवावरचाही विश्वास उडालेला अशी असते.

त्यानंतर कोणी तरी सुचवल्यामुळे तो निसर्गोपचाराकडे येतो. अशा वेळी ज्या उपचारांकडे त्याला अपेक्षित फायदा झाला नसेल व तोच त्याला आयुर्वेद किंवा निसर्गोपचाराने झाला असेल तर त्या अपयशी उपचार पद्धतीचे निकष लावूनच हे उपचार सिद्ध झाले पाहिजेत, केले पाहिजेत असा आग्रह आपण का धरावा ? त्या त्या उपचार पद्धतीच्या तज्ज्ञांना त्याचे त्यांच्या पद्धतीने विश्लेषण मांडू द्यावे, ते जाणून घ्यावेत व या उप्पर पटले नाहीत तर अनुभव सिद्धतेच्या सिद्धांतानुसार त्या रूग्णाला झालेला फायदा तर नाकारू शकत नाही. मग, त्यांनी खुशाल त्यावर संशोधन करीत बसावे.

वर्गात पहिल्या आलेल्या विद्यार्थ्याने माझी अभ्यासाची पद्धत योग्य आहे म्हणून मी वर्गात पहिला आलो हे नापास झालेला विद्यार्थी मान्य करीत नाही म्हणून डोक्याला हात लावून बसण्यासारखेच हे झाले. खरे तर हे उलट असावयास हवे.

डॉ. रा. चिं. ढेरे हे महाराष्ट्रातील एक विचारवंत साहित्यिक. सुमारे १२-१५ किंवा त्याहीपेक्षा जास्त वर्षांपूर्वी दै. सकाळ मध्ये वाचकांच्या पत्रव्यवहारात आयुर्वेदासंबंधी त्यांचे एक पत्र आले होते. त्याचा सर्वसाधारणपणे गोषवारा असा होता.

आजकाल आयुर्वेदाचा भरपूर प्रचार चालू असून आयुर्वेदाचे उपचार घेणाऱ्यांची संख्याही वाढत आहे व त्या संदर्भात खूप लेखही प्रकाशित होत आहेत. माझ्यासारख्यालाही ते लेख समजत नाहीत तर, जनसामान्यांचे काय? हे लेख आयुर्वेदतज्ज्ञ का लिहीत आहेत याचा ते खुलासा करतील का ?

त्यावर खुलासा आल्याचे काही माझ्या वाचनात नाही.

त्यानंतर काही वर्षांनी पुण्यात पहिली आंतरराष्ट्रीय आयुर्वेद परिषद झाली. तिचे उद्‌घाटन एका परकीय (हॉलंड की, स्विडन लक्षात नाही) आयुर्वेदतज्ज्ञांच्या हस्ते झाले होते. आपल्या उद्‌घाटनाच्या भाषणात त्यांनी डॉ. ढेरेंचाच मुद्दा वेगळ्या भाषेत मांडला होता.

जोवर आयुर्वेद सामान्य माणसांना कळेल अशा भाषेत लिहिला जात नाही तोवर खऱ्या अर्थाने आयुर्वेदाचा प्रचार, प्रसार होणार नाही.

याच परिषदेच्या निमित्ताने दै. सकाळ मध्ये आलेल्या दुसऱ्या एका लेखात त्या आयुर्वेदतज्ज्ञांनी तर चक्क आरोप केला होता की,

मी आयुर्वेद प्रचाराच्या निमित्ताने परदेशात गेल्यावर मला जाणवले की, आयुर्वेद प्रचाराच्या निमित्ताने परदेशात गेलेल्या आयुर्वेदतज्ज्ञांनी प्रचार, प्रसाराऐवजी फक्त आपला व्यवसायच केला.

आयुर्वेद आणि संशोधन या निमित्ताने चर्चा होणारच असेल तर अशी विनंती करावीशी वाटते की, वरील व या सारख्या अन्य बाबींचाही अत्यंत गांभीर्याने विचार व्हावा.

गैरसमज नसावा. चूकभूल देणे घेणे. धन्यवाद !

लेखक : डॉ. अशोक बाबुलाल झंवर,
स्वास्थ्य-संस्कार व निसर्गोपचार तज्ज्ञ,
६८६/२अ/२ब, फ्लॅट क्र. ७, गंगा जमुना,
बिबवेवाडी, पूणे ४११०३७.
फोन - (०२०) २४२१४०८५.
मोबाईल - ९९२२७६००९५.
ई-मेल - ashokbj49@yahoo.co.in