संपादकीय

नुकताच अरूणा शानभाग यांच्या संदर्भातील याचिकेवर सर्वोच्च न्यायालयाचा निकाल आला आहे. सन्माननीय सर्वोच्च न्यायालयाने अरूणा शानभाग यांना दयामरण देण्यासाठी पिंकी विराणी यांनी केलेली याचिका फेटाळून लावली हे योग्यच आहे. यासंदर्भातच काही मुद्दे मांडावेसे वाटतात.

मुळात पिंकी विराणी यांनी केलेली याचिका गैरलागू होती. त्यांचा हेतू कितीही चांगला व उदात्त असला तरी त्यांनी केवळ भूतदया दाखवणे एवढे सोडून अरूणासाठी काय केले ? अरूणासाठी झटले ते केईएम रूग्णालयाच्या परिचारिका व इतर कर्मचारी वर्ग. त्यांना वेळोवेळी मोलाची साथ दिली ती केईएमच्या (महापालिकेच्या नाही) प्रशासनाने व वैद्यकीय अधिकाऱ्यांनी. अरूणाच्या स्वतःच्या नातेवाईकांनीसुद्धा नंतर अंग झटकले. त्यामुळे अरूणाबद्दल काही निर्णय घेण्याचा अधिकार फक्त आणि फक्त केईएमच्या परिचारिका आणि प्रशासनाला आहे.

आज त्यांनी तिची जी काही सेवा केली व करत आहेत त्याला अनेक पैलू आहेत.

प्रथम आहे ती त्यांची कुठल्याही रुग्णाप्रती असणारी निखळ कर्तव्यभावना. दुसरी आहे ती त्यांच्याच एका सहकारी कर्मचाऱ्याप्रती असणारी त्यांची कर्तव्यभावना. यानंतर आहे ती निखळ भूतदया व एक जबाबदारी निभावण्याची भावना. परंतु या सर्वापेक्षा मोठी व कुठेही फारसा उल्लेख न झालेली अशी भावना मला जाणवली ती म्हणजे, केवळ सोहनलाल वाल्मिक या माणसाविरूद्ध नव्हे, तर एका पाशवी प्रवृत्तीविरूद्धचा संयमित लढा.

सोहनलालने केलेले कृत्य केवळ वासनेच्या आहारी जाऊन केले नव्हते तर अरूणाने त्याची चूक दाखवून त्याला रागावल्यामुळे, दुखावलेल्या त्याच्या पुरुषी अहंकाराचा तो डंख होता. अरूणाला धडा शिकवणे हा त्याचा हेतू होता. यासाठी पाशवी मार्ग वापरण्याला त्याच्या मनाची हरकत नव्हती. किंबहुना तिला कायमचा धडा शिकवणे हाच त्याचा हेतु होता हे त्याने तुरूंगातून सुटल्यावर पुन्हा अरूणाला, अशा बिछान्याला खिळलेल्या अवस्थेतही मारण्याचा जो प्रयत्न केला, त्यावरून दिसून येते. ही जी रानटी वृत्ती आहे, विरोध करणाऱ्यालाच संपवून टाकण्याची पाशवी प्रवृत्ती आहे, अरूणाच्या मृत्युमुळे या वृत्तीचाच विजय झाला असता. सोहनलाल वाल्मिकच्या रूपातील या वृत्तीविरोधात केईएमच्या परिचारकांनी व प्रशासनाने अरूणाला जगवून एक प्रकारे जो अत्यंत संयमित लढा दिला आहे त्याला तोड नाही. दुसरा मुद्दा आहे तो अरूणाची स्वतःची जगण्याची इच्छा आहे किंवा नाही हा, तसेच तिला या अवस्थेचा त्रास होत आहे का हा. आज तिला जबरदस्तीने जगवले जाते आहे हेच

(पान ४ वर)

आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय।
'आयुर्हितं ' आयुर्हिताय ।।

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष ८ • अंक ३ • भारतीय सौर चैत्र १, शके १९३३ • २२ मार्च ११

संपादक : *वैद्य प्रसन्न केळकर*

: सल्लागार मंडळ :

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

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

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

जीवनयोग निरूपण

- प्रसन्नानंद

गेल्या अंकात आपण कुठल्याही गोष्टींमध्ये क्रम महत्त्वाचा असतो हे पाहिले. एखाद्या कृतीमधून अपेक्षित परिणाम वेगळा हवा असेल तर कृतीचा क्रम बदलल्यास वेगळा परिणाम साधता येतो हे आपण पाहिले. तसेच धर्म, लक्षण व अवस्था या तीन परिणामांवर संयम केला तर भूतकाळ व भविष्यकाळातील घटनांचे ज्ञान होऊ शकते हेही बघितले पुढे भगवान पतंजली सांगतात,

शब्दार्थ प्रत्ययांना इतरेतर अध्यासात संकरः
तत्प्रविभागसंयमात सर्व भूतरूत ज्ञानम् ।।

शब्द, अर्थ आणि त्यांचा प्रत्यय हे एकमेकांवर आरूढ होत असल्याने त्यांचा एकमेकांशी संकर होतो व यांच्या प्रविभागावर (म्हणजे यापैकी प्रत्येकावर वेगवेगळा) संयम केला तर सर्व प्राणीमात्रांच्या शब्दाचे (आवाजाचे) ज्ञान होते.

आपण कुठलाही शब्द ऐकतो तेव्हा त्या शब्दाचा अर्थ प्रथम आपल्याला कळतो व त्यापाठोपाठ त्या अर्थामुळे विशिष्ट ज्ञान प्राप्त होते. म्हणजेच त्या शब्दाचा व त्याच्या अर्थाचा प्रत्यय येतो. एक उदाहरण बघूयात. हत्ती अशा शब्द ऐकला की एक मोठा शक्तिमान प्राणी, मोठे दात व सोंड असणारा प्राणी असा अर्थ आपल्याला कळतो व मनासमोर हत्तीची प्रतिमा उभी राहाते. वास्तविक हत्ती या शब्दाचा, त्यातील अक्षरांचा हत्ती या प्राण्याशी काहीही संबंध नाही, परंतु तो शब्द, त्याचा अर्थ आणि त्याचा प्रत्यय हे एकमेकांशी घट्ट निगडित आहेत, एकमेकांवर आरूढ आहेत. एकमेकांवर लादलेले आहेत. यांचा परस्परांत एकमेकांशी संकर, मिश्रण होऊन आपल्याला काही विशिष्ट ज्ञान होत असते. मानवाने विचारांची देवाणघेवाण सुरु केली त्या काळापासून ही प्रक्रिया सतत चालू आहे. या संकराच्या प्रक्रियेमुळेच मानवात ज्ञानाचा आविष्कार घडतो. मात्र पतंजली सर्व भूतरूत असा शब्दप्रयोग करतात. रूत म्हणजे आवाज करणे, ओरडणे. भूत म्हणजे सजीव, प्राणी. सर्व प्राण्यांच्या आवाजाचे

(पान २ वर)

आहार गाथा

वैद्या सौ. कल्याणी केळकर
बी.ए.एम.एस;पी.जी.डी.ई.एम्.एस्.

पुदिना

मागच्या महिन्यात आपण कोथिंबीरीचे गुणधर्म पाहिले. कोथिंबीरीप्रमाणेच त्याच्याबरोबरीने वर्षभर उपलब्ध वनस्पती म्हणजे 'पुदिना'.

पुदिन्याचे वैशिष्ट्य म्हणजे त्याचा नुसता गंध भूक वाढवतो. स्वयंपाकात वापरण्याने अन्नाला चव व गंध प्राप्त होतो. जगभर मिंट ह्या नावाने पुदिना प्रसिद्ध आहे.

विविध नावे : लॅटिन-मेन्या स्पाइकेटा, सं-पूतिहा, रोचनी, पोदीनक, हिं-पुदिना, म-पुदिना, इंग्रजी-Spear - mint, Garden Mint. भारतात पुदिना सर्वत्र उगवतो.

अन्नघटक : आर्द्रता - ८४.९ %, पिष्टमय पदार्थ - ५.८% प्रथिने - ४.८%, कॅल्शियम -२०० मि.ग्रॅ., मेद - ०.६%, फॉस्फरस - ६२ मि.ग्रॅ., खनिजे - १.९%, लोह - १५.५ मि.ग्रॅ., तंतुमय पदार्थ - २.०%, 'क' जीवनसत्व - २७ मि.ग्रॅ.

फायदे : पुदिना जंतुघ्न - जंतुनाशक आहे

पचनसंस्था - पुदिन्याच्या रसाने भूक लागते. अपचन, जठरातील जळजळ, सकाळी उठल्यावर मळमळणे, उन्हाळ्यात होणारे जुलाब ह्यात चमचाभर लिंबूरस व मध घालून पुदिन्याचा रस द्यावा. वेदनाशामक असल्याने पोटदुखी कमी करतो.

जंतुघ्न असल्याने पोटातील कृमी घालवतो. वातशामक असल्याने वाताचे प्रमाण कमी करतो. जिभेस रुची उत्पन्न करतो. चहा व दूध यात पुदिन्याची पाने टाकून गरम घेतल्यास पोटदुखी कमी होते.

मुखाच्या तक्रारी : ताजी पुदिन्याची पाने रोज चघळल्याने दंतक्षय थांबतो. पुदिन्यातील जंतुघ्न द्रव्ये व क्लोरोफिल यामुळे मुखदुर्गंधी नष्ट होते. हिरड्या बळकट होतात. दात किडत नाहीत. दातांमध्ये पू होत नाही. तोंड स्वच्छ व सुगंधि राहण्यासाठी तसेच जिभेची चव घेण्याची शक्ती कायम राखण्यासाठी, पुदिन्याची पाने घालून पाणी उकळवा व थंड झाल्यावर त्याने गुळण्या करा. तसेच घसा बसल्यास अशा पाण्याने गुळण्या केल्यास घसा मोकळा होण्यास मदत होते.

श्वसन मार्गाच्या तक्रारी : नियमित वापराने, त्याच्या गंधाने, साठलेला कफ मोकळा होतो. श्वसनमार्गातील सूज कमी होते. दमा, अस्थमा तसेच ब्राँकायटिससारख्या आजारात ह्याचा रस मधातून द्यावा.

त्वचेचे विकार : पुदिन्याचा रस चेहऱ्यावर लावल्यास चेहऱ्यावरील मुरमे, पुटकुळ्या कमी होतात. ह्याची पेस्ट चेहऱ्यावर लावल्यास चेहऱ्याची आर्द्रता टिकून राहते. ह्याचे क्रीम लावल्यास चेहऱ्यावरील स्नायुंची शिथिलता कमी होते.

डोकेदुखी व वेदना : वेदनाशामक गुणधर्म असल्याने ह्याचा उपयोग बऱ्याचशा वेदनाशामक औषधात करतात. काही बाम, mint oil ज्यात असते, ते डोक्याला लावल्यास वेदना कमी होतात.

कॅन्सरविरोधी कार्य : यात आढळणारी phytonutrients जसे Perillyl alcohol, प्रामुख्याने त्वचा, आतड्यांचा व फुफ्फुसांचा कॅन्सर टाळण्यात उपयोगी आहे. प्राण्यांवरील संशोधनाने हे सिद्ध झाले आहे.

व्याधिप्रतिकारक शक्ति वाढवतो : ह्यात असणारी विविध खनिजे व जीवनसत्वे, उदा- फॉस्फरस, कॅल्शिअम, Vit C, D, E ह्यामुळे व्याधिप्रतिकारशक्ति वाढते.

रक्तशोधक : जंतुघ्न तसेच रक्तशोधक असल्याने शरीराची कांती, त्वचा तेजस्वी बनवते.

कीटक दंश : कीटक दंशात ह्याची पेस्ट लावल्यास त्वरीत आराम पडतो.

अशा ह्या बहुपयोगी पुदिन्याचा उपयोग मोठ्या प्रमाणात टूथपेस्ट, चॉकलेटस, गम क्लिनर, माऊथ वॉश, लिपस्टिक्स, कॅण्डिज, आइसक्रिम, इनहेलर, माऊथ फ्रेशनरमध्ये आढळतो.

पुदिना अर्क हा विशिष्ट योग उपलब्ध आहे.

अशाप्रकारे विपुल प्रमाणात खनिजे, जीवनसत्वे असणाऱ्या ह्या आहाररूपी औषधाचे सेवन आपल्या आहारात नियमित असावे.

❀ ❀ ❀

(पान १ वरून)

ज्ञान होते. असे या सूत्रात पतंजली स्पष्टपणे सांगताहेत त्याअर्थी शब्द, अर्थ, प्रत्यय आणि त्यांचा संकर ही क्रिया मानवाव्यतिरिक्त इतरही सर्व प्राण्यांमध्येही होत असली पाहिजे. एखाद्या प्राणी आवाज करतो तेव्हा तो विशिष्ट प्राणी ओरडला असे जसे आपल्याला कळते तसेच इतर सर्व प्राण्यांनाही कळते. व त्यानुसार इतर प्राणी त्या आवाजाला प्रतिसाद देत असतात. उदा. मोराच्या, 'मिआऊँ'ला लांडोर प्रतिसाद देईल परंतु मांजराच्या 'म्याँव' ला देणार नाही, कारण तिला त्या शब्दाच्या अर्थामधून त्या प्राण्याबद्दलचा प्रत्यय आला आहे.

कुत्रा गुरगुरतो तेव्हा तो रागावला आहे असे समजून सर्व घाबरतात परंतु त्या गुरगुरण्यामध्ये वेगवेगळ्या छटा असतात. दात विस्फारून नांक फेंदारून केलेले 'गुर्र' राग दर्शक असते. याबरोबरच शेपटी ताठ केली असेल तर ते भीतीने केलेले गुर्र असते. परंतु शेपटी हलवून केलेले 'गुर्र' प्रेमाने केलेले असते. या 'गुर्र'ला 'कूं कूं'ची जोड असेल तर दुःखाने अथवा नाराजीने कुत्रा तसे करतो. याप्रमाणे शब्द, त्याच्याबरोबर होणारी हालचाल याचा अभ्यास केला तर आपल्याला त्याचा अर्थ समजून येतो व त्यावर संयम करावयास सुरवात केली तर त्या प्राण्याला नेमके काय म्हणायचे आहे तेही कळू लागते. म्हणूनच पतंजली म्हणतात की सर्व भूतांच्या रूताचे म्हणजे आवाजाचे ज्ञान होते.

❀ ❀ ❀

गर्भिणी परिचर्या

- वैद्या सौ. प्रज्ञा नितिन आपटीकर
एम्.डी. (स्त्रीरोग-प्रसूतितंत्र) एम्. ए. (संस्कृत)

मागील लेखात आपण पाहिलेच होते की, गर्भिणी अवस्थेची निश्चिती प्रथम मासात होणे, अवघड असते. परंतु दुसऱ्या महिन्यात मात्र, गर्भिणी अवस्थेचे निश्चित निदान करता येते. त्याबद्दलची माहिती आपण या लेखात बघणार आहोत.

मागील लेखात सांगितल्याप्रमाणे, आहारविहारादि नियम ९ महिन्यापर्यंत पाळायलाच लागतात. त्यामुळे त्याची पुनरुक्ति करीत नाही. परंतु जे काही विशिष्ट आहारविहार इ. प्रत्येक महिन्यात करावयाचे आहे, ते ते आपण प्रत्येक महिन्याच्या माहितीच बघणार आहोत.

गर्भावरील परिणाम - आयुर्वेदानुसार, या महिन्यात गर्भाला घन आकार प्राप्त होतो. पिंडाप्रमाणे आकार असल्यास पुत्र, पेशीप्रमाणे लांबट आकार असल्यास कन्या व अर्बुदाप्रमाणे लंबगोलाकार किंवा वाकडातिकडा असल्यास नपुंसक उत्पन्न होतो.

आधुनिक विज्ञानानुसार कन्या/पुत्र/ नपुंसक यांची निश्चिति प्रथम मासातच, जेव्हा स्त्रीपुरुषबीज संयोग होतो. तेव्हाच होत असते. या महिन्यामधे, सोनोग्राफीच्या मदतीने गर्भाची वाढ कळू शकते, तसेच गर्भातील हृदयाची स्पंदने दिसतात. तसेच गर्भ गर्भाशयातील कोठल्या भागात रुजला आहे, ते समजते. त्यानुसार, पुढे निर्माण होणाऱ्या वारेची जागा कळू शकते. (Placental site), त्यानुसार गर्भिणीला विशिष्ट काय काळजी घ्यायची ? ते सांगता येऊ शकते.

जर गर्भ गर्भाशयाच्या खालच्या भागात रुजला असेल तर, वारेची जागी खाली असू शकते (Placent aprevia). अशावेळी, गर्भिणीस योनिगत रक्तस्राव होऊ शकतो. तेव्हा गर्भिणीने विश्रांती घ्यावी, मैथून सर्वथा टाळावे, जड उचलू नये इ. सूचना द्याव्या लागतात.

तसेच इतर कारणांनीही, या महिन्यात योनिगत रक्तस्राव होऊ शकतो. गर्भिणी अवस्थेत, योनिगत रक्तस्राव होणे हे काही योग्य लक्षण नाही. अशावेळेस गर्भिणीने तज्ञांकडून तपासून घेणे महत्त्वाचे आहे.

गर्भिणीवरील परिणाम : १) काही स्त्रियांना उलटी, मळमळ होणे, चक्कर येणे, अतिप्रमाणात तहान लागणे, थकवा जाणवणे, अस्वस्थ वाटणे, भूक कमी किंवा जास्त प्रमाणात लागणे, सतत झोप येणे, अशी लक्षणे दिसतात. हे प्राकृतच आहे. थोडीफार औषधे दिल्यावर ही लक्षणे कमी होतात.

२) उलटी जर सतत होत असेल, पाणीही उलटून पडत असेल तर मात्र गर्भिणीला रुग्णालयात प्रवेशित करायला लागू शकते.

३) या महिन्यात भुकेवर परिणाम होत असल्याने व उलटी इ. त्रास होत असल्याने वजन मात्र फारसे वाढलेले दिसत नाही. क्वचित प्रसंगी कमी झालेले दिसते.

४) काही वेळेस रक्तदाबही कमी झालेला दिसतो. त्यामुळेच चक्कर येणे इ. लक्षणे दिसतात.

५) काही वेळेस अल्प प्रमाणात ओटीपोटात ओढल्याप्रमाणे दुखणे असेही लक्षण दिसते.

आहार : १) आयुर्वेदाने, गर्भिणीसाठी विशिष्ट औषधे न सांगता, औषधी सिद्ध आहार कल्पनाच सांगितलेल्या आहेत. यामधे मधुरऔषधी सिद्ध दुधाचे सेवन करण्यास सांगितलेले आहे.

उदा - शतावरी/ ज्येष्ठमध/ अश्वगंधा सिद्ध दूध इ.

२) शीतगुणात्मक, द्रवप्रधान, मधुर रसात्मक आहार घ्यावा. म्हणजेच निरनिराळी सरबते - कोकम, आवळा, लिंबु इ. मोरावळा, गुलकंद, दुध यांचे सेवन करावे. म्हणजे साखरेचा, मीठाचा योग्य प्रमाणात पुरवठा होऊन रक्तदाब नियमित राहतो व चक्कर येणे इ. लक्षणे कमी होतात. मोरावळ्याने उलटी, मळमळ ही लक्षणे कमी होतात. पाणीही भरपूर प्यावे. त्यामधे दुर्वासिद्ध / सुवर्णसिद्ध पाणी प्यायल्यास अजून उत्तम. धने/जिरे यांचा काढा, नारळाचे पाणी, फळांचे रस असेही सेवन करावे. (अननस, पपई, खरवस वर्ज्य)

३) तसेच पंचामृत (दूध + दही + तूप + मध + साखर यांचे मिश्रण ९ महिने घ्यावे, याने गर्भाची वाढ चांगली होते.

४) जंतुसंसर्ग होऊ नये म्हणून बाहेरील खाणे टाळावे. पाणीपुरी, पावभाजी इ. तिखट, मसालेदार पदार्थ टाळावेत.

विहार : गर्भाचे स्वरूप या महिन्यात अस्थिर असल्याने,

१) जड उचलू नये.

२) मैथून टाळावे.

३) प्रवास वर्ज्य

४) दगदग, जागरण वर्ज्य

५) जंतुसंसर्ग होऊ नये यासाठी सार्वजनिक शौचालयाचा वापर टाळावा.

औषधे : तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने फोलिक ॲसिड इ. गोळ्या घ्याव्यात. जर प्रथम / द्वितीय / तृतीय मासातील गर्भस्त्रावाचा इतिहास असेल तर तज्ज्ञांच्या सल्ल्याने आवश्यक त्या तपासण्या करून त्यानुसार चिकित्सा घ्यावी.

तपासण्या : या महिन्यात सोनोग्राफी, रक्तगट, हिमोग्लोबीन रक्तातील साखर, लघवीची तपासणी, HIV, UDRI व HIV, Hepatitis B या तपासण्या करणे जरुरीचे असते.

ज्वर, उदरशूल, योनिगत रक्तस्राव इत्यादि लक्षणे असल्यास तज्ज्ञांचा सल्ला घ्यावा. अशाप्रकारे, आपण द्वितीय मासाची परिचर्या बघितली. पुढील लेखात, तृतीय मासाबद्दल माहिती बघूयात.

❀ ❀ ❀

Pay your subcription in favour of 'Ayurved Hitaishani Trust & Samshodhan Kendra' SB A/c No. 16387, The Thane Janata Sahakari Bank, Panchpakhadi Branch, RTGS/NEFT/IFSC Code : TJSB0000008

(पान १ वरून)

मुळात चूक आहे. कुठलाही जीव जीवनेच्छा संपली की अन्नपाण्याचा स्वतःहून त्याग करतो. जबरदस्तीने दिलेले अन्नपाणी वा सलाईनमार्फत दिलेले पोषणदेखील काही काळाने शरीर नाकारते. मात्र अरूणाच्याबाबत केवळ ती स्वतःहून काही करू शकत नाही एवढेच. तिच्या आवडीचे पदार्थ खाऊन तिला आनंद होतो. ती गाणी आवडीने ऐकते. यासारख्या गोष्टींनी हेच सिद्ध होते की तिची जीवनेच्छा संपलेली नाही. आज एकाजागी पडून असलेले तिचे शरीर सदतीस वर्षे चांगले राहते - अशा स्थितीतील इतर रूग्णांना, त्यांची काळजी घेत असतानाही काही दिवसांत होणारे त्रास तिला होत नाहीत - यावरून तिची तीव्र जीवनेच्छाच लक्षात येत नाही कां ?

तिच्या गेल्या सदतीस वर्षांच्या परिस्थितीत ती कुठल्याही हालचाली करू शकत नाही किंवा कुठल्याही भावना तीव्रतेने व्यक्त करू शकत नाही याचा अर्थ तिला कोणत्याही संवेदना नाहीत असा काढणे चुकीचे आहे असे मला वाटते. कुणी सांगावे, कदाचित तिच्यावर अत्याचार करणाऱ्या सोहनलालला शिक्षा व्हावयास हवी या तीव्र भावनेच्या आधारेच, आता पावेतो तिचे शरीर तग धरून असेल. फक्त या भावना व्यक्त करण्याच्या वा आता जाणवण्याच्या परिस्थितीत तिचे शरीर नाही एवढेच. याच्याच अनुषंगाने येथे दयामरण व स्वेच्छामरण यातील फरक बघणे गैरलागू होणार नाही असे वाटते. आपल्याकडे पूर्वापार वानप्रस्थाश्रम सांगितला आहे. यामध्ये सर्वसंगपरित्याग करून, सर्व जबाबदाऱ्या पुढील पिढीकडे सोपवून वनामध्ये जाऊन रहात असत व ईश्वरचिंतनामध्ये उर्वरित आयुष्य व्यतीत करत असत. वैयक्तिक गरजा या कमी कमी करत जाऊन अगदी आवश्यक तेवढ्याच पातळीवर आणल्या जात असत. थोडक्यात निसर्गामध्ये विलिन होण्यापूर्वी निसर्गाच्या जास्तीत जास्त जवळ जाऊन अंतिम विलिनीकरणासाठी शरीर व मनाची तयारी करणे हा भाग यात असे. नंतर वनामध्ये प्रत्यक्ष जाण्याऐवजी, सर्वांमध्येच राहून केवळ मनाने विरक्त होणे, असा प्रघात पडला. यातही प्रायोपवेशन या प्रकाराचा अवलंब केला जात असे. म्हणजे आपले जीवनकार्य संपले, आता करण्यासारखे काही उरले नाही अशी जाणीव झाल्यावर, पुढील सर्व व्यवस्था लावून, परिवाराला समजावून व पूर्ण कल्पना देऊन स्वतःच अन्नपाणी पूर्ण वर्ज्य करणे. हळूहळू शरीर झिजत जाऊन एक दिवस आनंदाने मृत्युला सामोरे जाणे असा हा एकंदर प्रकार असे. ही एक नैसर्गिक प्रक्रिया असून मानसिक प्रगल्भतेचे व उच्च आत्मिक बळाचे निदर्शक आहे.(म्हणूनच सर्वोच्च न्यायालयाने अशा मार्गाचा अवलंब करणाऱ्यांना आत्महत्येची कलमे लावू नयेत असे निर्देश दिले आहेत असे मला वाटते.)

आपल्याकडे अजूनही काही व्यक्ती या मार्गाचा अवलंब करतात. हल्लीच्या काळात प्रायोपवेशनाचा अवलंब करणाऱ्या, सर्व लोकांच्या माहितीतील व्यक्ती म्हणजे आचार्य विनोबा भावे व स्वातंत्र्यवीर सावरकर हे होत. जैन समाजात आजही ही प्रथा संथारा किंवा संलेखना या नावाने चालू आहे. अगदी अलीकडेच काही महिन्यांपूर्वी किशनजी नावाच्या जैन उद्योगपतीने या मार्गाचा अवलंब केल्याचे अनेकांनी वाचले असेल. अनेक जैन साधू आजही या मार्गाचा अवलंब करतात. स्वतःच्या इच्छेने, स्वतःच्या सर्व जाणीवा शाबूत असताना, शरीर आता थकले म्हणून घेतलेल्या या निर्णयाला स्वेच्छामरण म्हणता येते. परंतु जेव्हा एखादा रूग्ण कोमात असतो, स्वतःचे निर्णय स्वतः घेण्याच्या परिस्थितीत नसतो आणि त्याची ही परिस्थिती सुधारण्याची कुठलीही शक्यता नसते, तसेच जीवरक्षक औषधे आणि उपकरणांच्या (लाईफ सपोर्ट सिस्टिम) सहाय्यानेच केवळ तो जिवंत असतो, अशावेळी त्याच्या जवळच्या व्यक्तींच्या व डॉक्टरांच्या समोर प्रश्न असतो की ही लाईफ सपोर्ट सिस्टिम किती काळ चालू ठेवावयाची ? आजच्या घडीला अगदी सरकारी रूग्णालयांतील लाईफ सपोर्ट सिस्टिमचा खर्चही बऱ्याचदा एका ठराविक मुदतीनंतर, सर्वसामान्यांच्या आवाक्याबाहेरचा असतो. अशा वेळी सर्वांनी मिळून एकत्र चर्चा करून लाईफ सपोर्ट चालू ठेवावयाचा कां काढायचा, हा निर्णय घेणे आवश्यक होते. तसेच बऱ्याचदा आजारामुळे निर्माण होणारे त्रास, औषधोपचारांमुळे आटोक्यात येण्यापलिकडचे असतात. वेदना सहन करण्यापलिकडच्या असतात. तसेच औषधोपचारांचे दुष्परिणाम त्यांच्या उपयोगापेक्षा जास्त त्रासदायक असतात. अशावेळी त्रासदायक उपचार न करता केवळ रूग्णाचा त्रास कमी करण्याचा प्रयत्न करणे व त्याची नीट काळजी घेणे एवढेच हातात असते. अशा अवस्थेत लाईफसपोर्ट काढणे किंवा त्रासदायक उपचार न करण्याचा निर्णय घेणे हे दयामरण या संकल्पनेत येऊ शकते. कारण रूग्णाच्या त्या सुधारण्यापलिकडच्या अवस्थेत त्याची एक प्रकारे केलेली ती सुटकाच असते. व आजच्या घडीलाही अशा अवस्थेतील अनेक रूग्णांबाबत हा निर्णय डॉक्टरांशी व नातेवाईकांशी सल्लामसलत करून घेतला जातो. मात्र सर्वोच्च न्यायालयाने स्पष्ट केल्याप्रमाणे रूग्णाला मृत्यु येण्यासाठी विषाचे वा अन्य मृत्यदायक औषधाचे इंजेक्शन देणे वा अन्य मार्गाने मृत्य लवकर येईल असे काही करणे हे गैर आहे आणि दयामरण या संकल्पनेत न बसणारे आहे.

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्रासाठी
कार्यकारी विश्वस्त, संपादक व प्रकाशक **वैद्य प्रसन्न केळकर** यांनी 'आयुर्हित' हे मासिक
साईनाथ प्रिंटर्स, वर्धमान इंडस्ट्रीयल इस्टेट, ठाणे येथे मुद्रित करून
५, दीनदयाळ सोसायटी, गुरुकुल सोसायटीजवळ, पांचपाखाडी, ठाणे (प) येथून प्रसिद्ध केले.
• दूरध्वनि : ०२२-२५३३ २४ २६ • Email : prasanna@bom8.vsnl.net.in

या अंकातील लेखांत व्यक्त केलेल्या मतांशी संपादक व आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट सहमत असतीलच असे नाही. ती त्या लेखकांची वैयक्तिक मते समजावीत.

खाजगी वितरणासाठी
संगणकीय मांडणी / अक्षरजुळणी : अजय रिसबूड - ९८२०७२६२२७