એલોપથીને અમથી વગોવશો નહીં

બધી ચીકીત્સાપદ્ધતીઓમાં કશુંક અનોખું હોય છે

--ગુણવંત શાહ

દલાઈ લામાના મુખ્ય ડૉક્ટર યોશે દોન્દેને સ્વાસ્થ્યની મૌલીક વ્યાખ્યા આપી છે. માણસ એટલે માઈક્રોકોઝમ અથવા પીંડ. વીશ્વ એટલે મેક્રોકોઝમ અથવા બ્રહ્માંડ. ડૉક્ટર દોન્દેન કહે છે : 'પીંડ અને બ્રહ્માંડ વચ્ચેનો યોગ્ય સંબંધ એ જ આરોગ્ય અને એ સંબંધ ખોટકાઈ પડે તેનું જ નામ રોગ.' ભારતમાં સદીઓથી પ્રચલીત સુત્ર છે : 'પીંડે તે બ્રહ્માંડે.' પ્રત્યેક માણસને તંદુરસ્ત રહેવાનું ગમે છે. રોગ કોઈને ગમતો નથી. નીરોગી રહેવા માટે શું કરવું? માંડીને વાત કરીએ.

લોકો જેને દવા કહે છે તેનો ઈતીહાસ રસ પડે તેવો છે. ઈ.સ.પુર્વે ૨૦૦૦ના વર્ષમાં ઉદ્‌ગાર હતો : ' અલ્યા સાંભળ! આ મુળીયું ખાઈ જા.' ઈ.સ. ૧૦૦૦ના વર્ષમાં અભદ્ર આદીવાસીને કહેવામાં આવેલા શબ્દો હતા : 'અલ્યા સાંભળ! આ મંત્ર બોલવા માંડ.' ઈ, સ. ૧૮૫૦માં માણસને કહેવામાં આવ્યું : પ્રાર્થના કે મંત્ર તો વહેમ છે. અલ્યા સાંભળ! આ દવા પી લે.' ઈ.સ. ૧૯૪૦માં માણસને કાને શબ્દો અથડાયા : 'એ દવામાં તો સાપનું ઝેર છે. અલ્યા સાંભળ ! આ ગોળી ગળી જા.' ઈ.સ. ૧૯૮૫માં માણસને ચેતવવામાં આવ્યો : ' એ ગોળી અસરકારક નથી. અલ્યા સાંભળ! આ એન્ટીબાયોટીક લેવાનું રાખ.' ઈ.સ. ૨૦૦૦ના વર્ષમાં માણસને ડરાવવામાં આવ્યો : 'એ એન્ટીબાયોટીકની પ્રતીક્રીયા જબરી છે.અલ્યા સાંભળ : આ હર્બલ દવા મુળીયાંમાંથી બની છે તે સારી રહેશે.' ચાર હજાર વર્ષોનો આ ચકરાવો મુળીયાંથી શરુ થયો ને મુળીયાંમાં પુરો થયો.

લોકો એલોપથીને ગાળો ભાંડતા જાય છે અને એલોપથીની જ સારવાર લેતા જાય છે. ફ્લર્ટીંગ કરતી વખતે માણસ બ્રહ્મચર્યની પ્રશંસા કરતો રહે તેવી વીચીત્ર આ વાત છે. કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્રના સંનીષ્ઠ સંચાલક ઘુંટણના દુખાવાથી પીડાતા હતા. ઓપરેશન દ્વારા 'ની રીપ્લેસમેન્ટ' કરાવ્યું. પછી તેઓ સડસડાટ ચાલતા થયા. આવો જાદુ આયુર્વેદ કે હોમીયોપથી ન જ કરી શકે. ઝેરી મલેરીયા થાય ત્યારે સુદર્શન ચુર્ણ કામ ન લાગે. એલોપથી પાસે માઈક્રોસ્કોપ છે. એલોપથી પાસે બ્લડ પ્રેશર માપવાનું સાધન છે, એક્સ-રે છે, કાર્ડીયોગ્રામ છે, સ્થેટોસ્કોપ છે, કૃત્રીમ શ્વાસોચ્છ્‌વાસની તકનીક છે, ડાયાલીસીસ માટેનું મશીન છે, હૃદયમાં મુકી શકાય તેવો વાલ્વ છે અને બ્લડ ટેસ્ટ કરવા માટેની લેબોરેટરી છે. એલોપથી પાસે તત્કાળ રાહત આપનારી પેઈન કીલરની ગોળીઓ છે. ઓપરેશન માટે ક્લોરોફોર્મ અને લોકલ એનેસ્થેટીક માટેનું ઈન્જેક્શન છે. એલોપથીની દવા બજારમાં મુકાય તે પહેલાં વૈજ્ઞાનીક પ્રયોગોમાંથી પસાર થયેલી હોય છે, આમ છતાં બજારનાં બધાં દુષણોથી અને અવળી પ્રતીક્રીયાઓથી લથપથ એવી ઘણી દવાઓ ભોળા

દરદીઓને ડૉક્ટર પધરાવતા જ રહે છે. પરીણામે હારેલા-થાકેલા લોકો અન્ય ચીકીત્સાપદ્ધતીઓ તરફ વળે છે. એમને બાબા રામદેવની વાતોમાં શ્રદ્ધા બેસે છે અને એ શ્રદ્ધા ખોટી પણ નથી. કુદરતી ઉપચાર કે આયુર્વેદ જીવવાની રીત છે, જીવનશૈલી છે. બધી ચીત્સાપદ્ધતીઓમાં કશુંક અનોખું હોય છે.

આયુર્વેદ પાસે સદીઓનું સંગ્રહીત ચીકીત્સા વીજ્ઞાન છે અને હરડે, ઈસબગુલ, હળદર અને લીમડા જેવી અસંખ્ય અસરકારક ઔષધીઓના ઉપચારોનો ખજાનો છે. પશ્ચીમમાં આયુર્વેદની બોલબાલા વધતી જ જાય છે. અરડુસીમાંથી ગ્લાયકોડીન બને છે. વીલો નામના વૃક્ષની છાલમાંથી એસ્પીરીન બને છે. હૃદયરોગ માટે સાદળનાં પાવડરમાંથી બનતું ઔષધ અર્જુનારીષ્ટ અકસીર સાબીત થયું છે. સીંકોન (ક્વીનીન) નામની વનસ્પતીમાંથી બનતી દવા ક્લીનીડીન હૃદયના ધબકારાને સખણા રાખવા માટે ઉપકારક છે. એ જ રીતે ડીજીટાલીસ કોર્પોરા (ધંતુરા)માંથી બનતી ડીકોક્ષીનની ગોળી હૃદયની પંપીંગ ક્રીયા માટે અકસીર ગણાય છે. આ યાદી લાંબી થવા જાય છે. આયુર્વેદનું ભવીષ્ય એના ભુતકાળ જેટલું જ ઉજ્જવળ છે. આમ છતાં હૃદયરોગનો હુમલો થાય ત્યારે આયુર્વેદાચાર્યોને પણ આઈ.સી.સી.યુ.માં દાખલ થવું પડે છે. કેન્સરનું નીદાન થાય પછી વૈદરાજ પાસે ન જવાય. મોરારજી દેસાઈ શીવામ્બુના ઉપચાર માટે વધારે પડતા ઉત્સાહી હતા અને એનાથી કેન્સર પણ મટે એવો દાવો કરતા હતા. એ દાવો સાવ પોકળ હતો. જેને લોકો ઓલ્ટરનેટીવ મેડીસીન કહે છે તે અંગે અતીશયોક્તીભર્યા દાવા કરવાનું બહુ ચાલ્યું છે. એમાં શ્રદ્ધા ધરાવનાર લોકો કોઈ પણ જાતની વૈજ્ઞાનીક સમજણ વીના એલોપથીને વગોવતા રહે છે. દાક્તરી ક્ષેત્રમાં અંધશ્રદ્ધાનો કોઈ પાર નથી. એક્યુપ્રેશર કરી આપનાર પોતાને ડૉક્ટર ગણાવે એમાં જોખમ રહેલું છે. એ જ રીતે કુદરતી ઉપચાર પદ્ધતીની પુરતી તાલીમ લીધા વીના દરદીઓને સારવાર આપવામાં, ‘નીમહકીમ ખતરેમેં જાન’ જેવું રોકડું જોખમ છે. હોમીયોપથીની દવા પણ ક્યારે અકસીર સાબીત થતી સાંભળી છે; પરંતુ ટાઈફોઈડ થયો હોય ત્યારે બ્લડપ્રેશર કરાવીને એલોપથીની દવા લેવી સારી! માનવજાતી પર એલોપથીના ઉપકારો અનંત છે.

આયુર્વેદ, યુનાની, હોમીયોપથી નેચરોપથી અને તીબેટી ચીકીત્સા પદ્ધતીના ડૉક્ટરોએ પણ હવે સ્થેટોસ્કોપ, બ્લડપ્રેશરયંત્ર, બ્લડટેસ્ટનાં પરીણામો અને એક્સ-રે તથા કાર્ડીયોગ્રામ દ્વારા થયેલાં પરીક્ષણોનો સ્વીકાર કરી લેવો રહ્યો. લોકોએ એલોપથીની દવાઓ સંકટ સમયની સાંકળ તરીકે ન છુટકે જ લેવી જોઈએ. વાતે વાતે ગોળીઓ ગળવાનું ટાળવું જોઈએ. જે ડૉક્ટર પાસે સ્મીત ન હોય અને દરદી માટે બે હુંફાળા શબ્દ ન હોય તેને ત્યાં જવામાં માલ નથી. સારવાર કેવળ શરીર નથી માગતું, મન પણ માગે છે. હૉસ્પીટલમાં જવું જ ન પડે તે રીતે જીવવું;

પરંતુ જવું પડે ત્યારે એ હૉસ્પીટલ એટલી તો સ્વચ્છ, સુઘડ અને સુંદર હોવી જોઈએ કે દરદી પ્રસન્નતા પામે.

ફ્રાંસનો ક્રાંતીપુરુષ વોલ્ટેર કહે છે : 'જ્યારે કુદરત રોગને દુર કરી રહી હોય ત્યારે દવા ખાવાની કળા દરદીને મોજમાં રાખનારી છે.' ભ્રષ્ટાચારમાં આળોટતા કેટલાય ડૉક્ટરોએ ધોળે દહાડે લુંટવામાં કંઈ બાકી નથી રાખ્યું. પ્રામાણીક ડૉક્ટરને અડધો સંત જાણવો. પ્રસન્ન નર્સને અડધી સાધ્વી જાણવી. આઈન્સ્ટાઈન કહે છે : 'બે તત્ત્વો કુદરતમાં કોમન છે, એક છે હાઈડ્રોજન અને બીજું તત્ત્વ તે મુર્ખતા' ભારતમાં દરદીઓની મુર્ખતા અનંત છે. બાકી આપણા બે પગ આપણા બે ડૉક્ટરો છે. નીયમીત કસરત એ જ આપણા હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સનું પ્રીમીયમ છે. મનની શાંતી માટે ધ્યાન કરવું એ જ તાણગૌરીથી બચવાનો ખરો ઉપાય છે. રોગનું ચડી વાગે ત્યારે એન્ટીબાયોટીક દવા લેવામાં અપરાધભાવ રાખવાની જરુર નથી. વારંવાર ડૉક્ટરને ત્યાં જવું પડે એ અધુરા જીવનની નીશાની છે. બાબા રામદેવની શીખામણ શાણી છે. આયુર્વેદને આપણે ત્યાં ઉપવેદ કહ્યો છે.

પ્રત્યેક વૃદ્ધ વ્યક્તીએ સંતાનોને કહી રાખવું જોઈએ કે અંતકાળ નજીક જણાય ત્યારે પ્રાર્થનામંત્રોની કેસેટ ચાલુ કરવી. તે ક્ષણે એલ.એસ.ડી. જેવી ગોળી ગળી અધ્ધરતાની અનુભુતી કરવામાં કશું ખોટું નથી. સંતાનોને કહી રાખવું કે નાકમાંથી ઓક્સીજનની નળી કાઢી લેવી અને ચક્ષુદાન અને શક્ય હોય તો કીડનીદાન કરવાનો આગ્રહ રાખવો. સંતાનોએ મરણોન્મુખ માતા કે પીતાને પ્રણામપુર્વક કહેવું કે :'હે જીવ! રામજીનું રોકેટયાન તમારે માટે તૈયાર છે. તમારી અવકાશયાત્રા હવે શરુ થવાની તૈયારીમાં છે. તમને શાશ્વત શાંતી પ્રાપ્ત થાઓ.' વીદાય પ્રાર્થનાયુક્ત હોય તેથી રુડું શું?

કોઈ કલાકાર પોતાની કલાકૃતી પુર્ણ કરતી વખતે જે પ્રસન્નતા પામે તેવી પ્રસન્નતા સાથે વીદાય થવા માટે પ્રત્યેક દીવસને માંજીને સ્વચ્છ અને ચળકતો કરવો રહ્યો. સમય વેડફે તે માણસ જીવન વેડફે છે. આ કંઈ એલોપથી, હોમીયોપથી કે નેચરોપથીની વાત નથી. આ તો 'જીવનપથી'ની વાત છે. જીવન ઉત્સવ બને તો મૃત્યુ મહોત્સવ બને.

--ગુણવંત શાહ

તા. ૧૬ એપ્રીલ ૨૦૦૯ના **'સંદેશ'** દૈનીકની સાપ્તાહીક રવીવારીય પુર્તી **'સંસ્કાર'**માંથી **'સન્ડે ઈ-મહેફીલ-૪૮'** માટે **'ઉંઝાજોડણી'**માં અને **'વીજયા-કલાપી'** ફોન્ટમાં અક્ષરાંકન :

uttamgajjar@hotmail.com Currently at : Jackson, Mississippi-USA