सुंदर ते ध्यान उभे 'घरोघरी', कर 'कटी'वरी ठेवोनिया

आई, पत्नी, सून या रूपांत घरात वावरणारी गृहिणी म्हणजेच 'चैतन्यमय घर'. 'आई हे एक नाव असतं, घरातल्या घरात गजबजलेलं एक गाव असतं'. अशा या गृहिणीने 'कंबर कसली' तर घर उभं राहातं. अन् तिची 'कंबर खचली' तर घर आडवं होतं. ... ...

कंबर हा शरीराचा खरा मध्यबिंदू. विशेषतः उभा पाठीचा कणा कंबरेच्या आडव्या पट्ट्याला जिथे जुळतो तिथे. शरीराची प्रत्येक हालचाल या बिंदूशी अनुलक्षून असते. भरलेली बादली एका हाताने उचलली की दुसरा हात भू-समांतर सरळ आडवा करून आपण वजन पेलतो. तो भार हात,खांदा,मान,कणा ते कंबर असा तोलला जातो. चालणे, पळणे, बसणे, उभे राहणे, वाकणे, इतकेच काय तर झोपणेसुद्धा याच बिंदूशी नाते सांगते. कंबर धरली तर सरळ पाठीवर झोपता येत नाही... ... 'करवटे बदलते रहे' ही स्थिती होते. पूर्वी खाली बसून स्वयंपाक होता तेव्हा उठबस करून आणि आता ओट्याजवळ तास न् तास उभे राहून ... ... पण कंबरेची 'सक्तमजुरी' काही संपत नाही. जोडीला धुणी, भांडी, झाडू ,पुसणे, भाजी आणणे, मुलांना शाळेत नेणे आणणे, बिलं भरणे, पाणी भरणे, वरच्या मजल्यावर घर- ऑफिस असणे, बस-रिक्षा-दुचाकी प्रवास इ. इ. असेल तर 'अष्टभुजा' गृहिणी काय काय सोसत असेल, तीच जाणो. शिवाय मासिक पाळीच्या दिवसात कंबर संप / बंद पुकारत असेल तर 'दुष्काळात तेरावा' ... ... बरे, हे सर्व 'चालायचेच... ... नॉर्मल आहे' असं समजायची मानसिकता! विश्रांती / सुटी / उपचार घेणे नाही "मला मेलीला काय धाड भरलीय" असं म्हणत अंगावर काढणे... ... ... नोकरी / व्यवसाय करते म्हणून घरकामातून सुटका-सवलत-इतरांची मदत मिळाली असं भारतात घडायला 'युगं' जायला पाहिजेत... मग यावर उपाय ... ... हीच सगळी कथा पुढील रूग्णानुभवात आहे.

अवघड रूग्ण यशस्वी चिकित्सा : रूग्णाच्या शब्दांत : "किमयागार"

सौ. मंदाकिनी मुळे आजी, वय ७२ वर्षे, राहणार : कोपरगाव. शब्दांकन : सौ. अलका काशीकर
प्लॉट २, स. नं. ४, 'स्वामी समर्थ',श्री शंकरदर्शन सह. सोसा. ,धनकवडी, पुणे ४३. फोन : ०२० ४३७२१७६

मी व माझ्या कुटुंबीयांना 'एक आयुर्वेदीय वैद्य' देवासारखे भेटले अन् किमया करून गेले. माझे आई-वडील, भावंडे अन् सासर-माहेरचे सारेच त्यांचे कायमचे ऋणी झालो.

तर त्याचे असे झाले. आम्हा साऱ्यांचं दैवत, माझी आई, जिला आयुष्यभरात घटकाभर निवांत बसलेलीसुद्धा पाहिली नाही, ती चक्क आडवी झाली कमरेच्या दुखण्याने. पण त्याआधी तिचा हा छोटासा परिचय. पहाटे ४ वाजता तिचा दिवस सुरू होताना मी अनुभवलंय गेली ५० वर्षे. त्याही आधी तिचा दिनक्रम हाच होता. पाणी भरणं, कपडे, भांडी, स्वयंपाक, पै-पाहुणा हे सर्व सांभाळून तिनं छोटासा व्यवसाय सुरू केला शिवणकामाचा. सुरूवातीला "पतीच्या पिठात मी मिठापुरतं कमावते" इतक्या लहान व्यवसायाचं रूपांतर शिवणकाम ते शिवणक्लास असं व्यापक बनलं. व्यवसाय व जीवन यातल्या चढ उताराची सारीच आव्हानं तिनं पेलली ती अथक परिश्रम, प्रसन्न उदार मन, क्षमाशीलता, परोपकारी वृत्ती या भांडवलावर. ४ मुली १ मुलगा या साऱ्यांना मोठं कर्तृत्ववान् बनवण्यात पतीला साथ देताना ही अर्धांगिनी चंदनासारखी झिजली. आणि वयाच्या ७२व्या वर्षी म्हणजे डिसेंबर२००१ मध्ये कमरेच्या गंभीर दुखण्याने आजारी पडल्याने तिला कोपरगावच्या एका रूग्णालयात भरती केले.

आजाराचे योग्य ते निदान न झाल्याने डॉक्टरांनी ट्रॅक्शन लावले. इथेच आजाराचे गांभीर्य वाढले. वेदना असह्य झाल्या. वेदनाशामक औषधांचाही उपयोग होई ना. यावर आम्ही तिला पुण्यात आणून एका प्रथितयश रूग्णालयात दाखल केले. तिथे एक्स रे, युरीन-ब्लड टेस्ट, सोनोग्राफी, स्कॅनिंग इ. सर्वप्रकारच्या टेस्ट्स झाल्या पण दुखण्याचे निदान झाले नाही. कमरेच्या मणक्यातील मज्जारज्जूचे ऑपरेशन करायला पाहिजे असे डॉक्टरांचे म्हणणे पडले. पण त्याचबरोबर "ऑपरेशनने बरे वाटेल याची खात्री नाही, उलट वय जास्त असलेने हाड तुटण्याची शक्यता आहे" हेही सांगायला ते विसरले नाहीत. यावर उपाय म्हणजे खुर्चीत बसून राहणे, झोपून राहणे, वेदनाशामक औषधे घेणे. आपण आता परस्वाधीन झालो, या कल्पनेने ती माऊली निराश झाली, खचली पण अर्थातच तिच्या स्वभावाप्रमाणे त्याची जाणीवही तिनं आम्हाला होऊ दिली नाही. निमूटपणे येईल त्या प्रसंगाला याहीवेळी तिनं धैर्यानं सामोरं जायचं ठरवलं.

याच वेळी माझी बहीण,सौ. अपर्णा फाटक हिनं तिला 'एका आयुर्वेदीय वैद्यांकडे' नेलं. तिच्या 'स्पॉण्डिलिसिस'वर याच वैद्यांनी उपचार केले होते. तो 'आश्चर्यकारक अनुभव' गाठीशी होताच. वैद्यांनी तिची तपासणी केली. योग्य ते निदान केले. अन् सांगितले "आई तुम्ही १५ दिवसात बऱ्या व्हाल. हिंडू फिरू लागाल." केवढा आत्मविश्वास! किती दिलासा देणारे शब्द! जणू अमृतवाणी कानी पडली. त्यानंतर आठच दिवसात **स्नेहन स्वेदन बस्ति** (पहा पृष्ठ)या आयुर्वेदीय पंचकर्म व औषधांनी फरक जाणवू लागला. पथ्यपाणी सांभाळले. औषधे योग्यवेळी घेतली. अन् आमची माऊली हसती खेळती झाली. ती पूर्ववत् शिवण सुद्धा करू लागली. दृष्ट लागेलसे कपडे ती शिवते. तिच्या हातच्या रूचकर पदार्थांचा प्रसाद आम्हाला लाभतो. ९ नातवंडे, १ पणतू ,४ मुली-जावई, १ मुलगा-सून अशा साऱ्या परिवाराला 'आईचं छत्र 'लाभलं अन् वडिलांना तिची साथसोबत लाभली याचं सारं श्रेय आहे, ते फक्त 'एका आयुर्वेदीय वैद्याला'. हा 'किमयागार' आम्हाला साक्षात् धन्वन्तरिच वाटला. आणि कृष्णानं मागितलेला वर 'मातृहस्तेन भोजनम्' आम्हाला लाभला. आमचे सारे कुटुम्बीय त्या 'एका आयुर्वेदीय वैद्याचे' व **'आयुर्वेदाचे'** कायमचे ऋणी झालोत. अर्थातच हे ऋण आम्ही अभिमानाने शिरोधार्य समजू.

"स्त्री जन्मा ही तुझी कहाणी" ... ... थोड्याफार फरकानं प्रत्येक घरातली 'आई' अशीच चंदनाप्रमाणे झिजत असते. पण तिच्यासाठी आपण काय करतो!? तिला देव बनवून देव्हाऱ्यात बसवण्यापेक्षा किंवा ती 'फोटोत गेल्यावर' फुलं उदबत्ती वहाण्यापेक्षा, तिच्या सेवेत आताच ४ क्षण मनापासून दिले तर ते अधिक हितकर ठरेल. **या देवी सर्वभूतेषु मातृरूपेण संस्थिता / नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः** //

अवघड रूग्ण यशस्वी चिकित्सा : वैद्यांच्या शब्दांत : कंबरदुखी व तिक्तक्षीरबस्ति

कारणे : वय : ७२ वर्षे. वातदोषाचा काळ म्हणून झीज अधिक
व्यवसाय : शारीरिक कष्टाचा, पाय-मांडी-कंबर या वात स्थानांत गतिमुळे 'चल'गुणाचा प्रकोप
प्रकृति : कृश
निदान : दोष : वात दूष्य : मांस , मेदस् , अस्थि
स्थान : कटी, जघन (कंबर व मांडीचे अस्थि.) हेच अस्थिवह स्रोतोमूल होय.

. चिकित्सा तत्त्व	. उपचार
. वात शमन	. स्वेदन
. मांस मेद यांचा क्षय भरून काढणे	. स्नेहन
अस्थि क्षयाची विशेष चिकित्सा (पहा पृष्ठ)	. तिक्त रसयुक्त औषधसिद्ध क्षीर व घृत यांचे बस्ति

वातस्योपक्रमः स्नेहः स्वेदः ... ... अस्थिक्षयजातान् क्षीरघृतैः तिक्तसंयुतैः बस्तिभिः - श्रीवाग्भट

याचसह वृद्धावस्थेत आवश्यक असणारी आपुलकीची ऊब (स्वेदन) व मायेचा ओलावा (स्नेहन) हेही कुटुंबीयांकडून मिळाले याचाही उपचारांच्या यशात वाटा आहेच.

ये तो सच है के भगवान् है, है मगर फिर भी अनजान है,धरती पे रूप मॉं बाप का उस विधाता की पहचान है.

© www.mhetreayurved.com, 9422016871