# ‘ शारदीय पंचकर्म उत्सव ः विरेचन व रक्तमोक्षण’

निरभ्र आकाश, पिठूर चांदणं, शीतल शर्वरी म्हणजे शरद् ऋतु.ही झाली काव्यमय पॉझिटिव्ह बाजू.दिवसाचं कडकडीत ऊन, उकाडा, ऑक्टोबर हीट, वाढणारे पित्त, बिघडणारे रक्त, नाकातून घोळणा, कावीळ, कांजिण्या, गोवर, टायफॉईड इ.उष्णतेच्या आजारांचा धोका ही निगेटीव्ह बाजू.वर्षाऋतुतील पावसाळी हवा, चिखल इ.नी पित्ताचा ‘चय’ (स्वतःच्या स्थानात, उपलब्ध मर्यादेपर्यन्त अधिकतम वाढ) होतो.त्यावर शरदाच्या उन्हाचा तडाखा बसल्या बसल्या त्याच पित्ताचा ‘प्रकोप’ (स्वतःच्या स्थानमर्यादेपलिकडे ओसंडून वाहणे, इकडे तिकडे पसरणे) होतो.आणि मग कावीळ, अम्लपित्त, नागीण, टायफॉईड, अंगावर गांधी, रक्त पडणे (नाक/संडासवाटे), डोळे/तोंड येणे, मळमळ, मूळव्याध, गळू यासारखे पित्त वाढून, रक्त बिघडून होणारे विकार होतात.‘गोवर कांजिण्या म्हणजे उष्णता बाहेर पडणे’ असा एक समज आहे.खरं पाहता, हे बाहेर पडणं नसून, इतस्ततः सैरावरा धावणं आहे.अशा धावणाऱ्या पित्ताला ‘शरीराबाहेर’ न काढल्यास पुढे वर्षानुवर्षे उष्णता-पित्त-रक्त पचनसंस्था यांचे आजार भोगावे लागतात.म्हणूनच हे रोग कायमचे व मुळापासून नष्ट करण्याचा सोपा उपाय म्हणजे अशा ‘मर्यादेबाहेर ओसंडून वाहणाऱ्या’ पित्ताला गोळा करून ‘शरीराबाहेर’ काढणे.या पंचकर्म उपचार पद्धतीस ‘विरेचन’ म्हणतात.कावीळीवर उपचार करणारे लोक जी ‘घरगुती’ ‘रामबाण’ औषधे देतात, ते असाच ‘विरेचक’ औषधांचा वापर करतात.नाकावाटे ‘पिवळे पाणी’ काढणारे लोकही पित्ताचे असे शोधनच (झाडून स्वच्छ करणे) करत असतात.पण हे बऱ्यापैकी वरवरचे ‘शोधन’ असते.तेच जर पंचकर्म विधिनुसार औषधि घृताने (तूप) ‘स्नेहन’ व औषधिक्वाथांच्या (काढा) बाष्पांनी (वाफ) ‘स्वेदन’ करून ‘विरेचन’ दिले तर पित्तनिर्हरणासाठी सर्वांगीण व मूलगामी परिणाम होतो.

‘विरेचनाइतकेच <u>रक्तमोक्षण</u> हेही पित्त व रक्तविकारांवर उपयुक्त होय.‘रक्तमोक्षण’ म्हणजे बिघडलेले रक्त काढून टाकणे.आजच्या आयुर्वेदीय व्यवहारात प्रायः <u>सिराव्यध व जलौकावचारण</u> या २ प्रकारे रक्तमोक्षण करतात.सिराव्यध ः सुई व सिरींजवाटे ५० ते ३०० मिलि. रक्त काढून टाकणे.जलौकावचारण ः जळू लावून स्थानिक रक्त काढणे.‘जलौका’ जळू हे श्रीधन्वन्तरिंच्या हातातील एक शस्त्र होय. यावर विस्तृत लेख पुढील अंकी.जसे ‘बस्ति’ ही अर्धी चिकित्सा मानली जाते तसे श्रीसुश्रुताचार्यांनी ‘रक्तमोक्षण’ ही अर्धचिकित्सा गणली आहे.श्रीचरकाचार्यांनी तर रक्तमोक्षण हा विसर्प (नागीण, धावरं, herpes) यावरचा सर्वश्रेष्ठ उपाय म्हटला आहे.अनेक प्रकारचे त्वचारोग, नेत्ररोग , तारूणपिटिका, मूळव्याध, गळू यावर रक्तमोक्षण (जलौका) हा उत्तम उपाय होय.

**स्नेहन स्वेदन न करता नुसतेच विरेचन कोणतेही पंचकर्म केले तर** ... ... चिकटलेले साठलेले दोष शरीरात तसेच राहतात.पूर्णतः बाहेर पडत नाहीत.उलट चाळवले जाऊन विकार वाढतात.<u>स्नेहना</u>ने चिकटलेले दोष **सुटतात मऊ होतात**.<u>स्वेदना</u>ने ते सुटलेले दोष **पातळ द्रवीभूत** होतात.त्यांना <u>पंचकर्मा</u>नी **बाहेर काढणं सोपं होतं.**

‘कार्बोरेटर पेट्रोलने का धुतात? फणस कापताना सुरीला, कुर्डया करताना सोऱ्याला, कणीक मळताना परात/हाताला ‘तेल’ का लावतात? मळलेले कपडे गरम पाणी व डिटर्जन्ट साबणाने का धुतात? चिकट भांडी नुसत्या पाण्याने का स्वच्छ होत नाहीत? ... ...

संक्षेपतः सूक्ष्म वाहिन्यांत चिकटलेल्या साठलेल्या दोषांना रोगनिर्मितीकारक घटकांना ‘सोडवण्यासाठी’ **स्नेहन** व त्या सोडवलेल्या दोषांना ‘पातळ द्रवीभूत’ करणेसाठी **स्वेदन** आणि अशा सुटलेल्या द्रवीभूत दोषांना <u>जवळच्या मार्गाने शरीराबाहेर</u> काढणेसाठी ५ शोधने ः **पंचकर्म**. ... “तो अब कोई शक ... ... ... ... ... तो पूछिए ... ...