RNI - MPBIL/2008/26448

डाक पंजीयन- म.प्र./भोपाल/4-167/2024-26

नवलय अनुबोध

वैशाख-ज्येष्ठ, युगाब्द 5126, वर्ष 17 अंक 03, प्रेषण तिथि 15 मई 2024, पृष्ठ 36
मूल्य 25/- रु., प्रकाशन तिथि 14 मई 2024, ISSN No. 2456 - 0499

193 वाँ अंक

चिकित्सा पद्धति अंक

ॐ नमो भगवते महासुदर्शनाय वासुदेवाय धन्वन्तराये:
अमृतकलश हस्ताय सर्व भयविनाशाय सर्व रोगनिवारणाय्
त्रिलोकपथाय त्रिलोकनाथाय श्री महाविष्णुस्वरूप
श्रीधनवन्तरी स्वरूप श्री श्री श्री औषधचक्र नारायणाय नमः।।

अर्थात परम भगवन को, जिन्हें सुदर्शन वासुदेव धन्वंतरि कहते हैं, जो अमृत कलश लिए हैं, सर्वभयनाशक हैं,
सर्व रोग का नाश करते हैं, तीनों लोकों के स्वामी हैं और उनका निर्वाह करने वाले हैं, उन विष्णु स्वरूप धन्वंतरि को नमन है।

नवलय का मासिक प्रकाशन

नवलय अनुबोध

वर्ष 17 अंक 03, मई -2024

संपादक
आशीष शर्मा

संपादक मण्डल
दीपक भसीन, राकेश कुमार जैन,
डॉ. पूर्णिमा दाते,

प्रबंधक
अनिल नेमा

प्रकाशक व मुद्रक
राकेश कुमार जैन

स्वामित्व
नवलय
54, जोन-2, महाराणा प्रताप नगर,
भोपाल - 462011
E-mail :
navalayaanubodh@gmail.com
Web.: www.navalaya.org
फोन : 9425005033, 9425011865

प्रेषण व्यवस्था
सत्येन्द्र श्रीवास

मुद्रण
श्री श्रद्धा ऑफसेट प्रिंटर्स,
एस–बी– लोअर ग्राउण्ड, विजय स्तम्भ, भोपाल
फोन : 0755–4235459

मूल्य : रू 25/-
वार्षिक शुल्क : रू 300/-
द्विवार्षिक शुल्क : रू 500/-

ISSN No. 2456 - 0499

मासिक पत्रिका

नवलय अनुबोध का इंटरनेट संस्करण हमारी वेबसाइट : www.navalaya.org पर उपलब्ध है।

सम्पादकीय	04
अभिमत	05
नज़रिया	06
सरल भाषा में	06
भारतीय आयुर्वेद का इतिहास	07
आयुर्वेद ग्रन्थ एवं उनके रचनाकार	08
एलोपैथी -कुशलता-इतिहास...	10
होमियोपैथी चिकित्सा	11
यूनानी चिकित्सा पद्धति	12
रसाहार - योग और स्वास्थ्य	13
एक्यूप्रेशर और एक्यूरपंक्चर से...	14
भारत के प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र	15
उपचार - झाड़ फूंक से	16
बायोकेमिक थेरेपी	17
स्वमूत्र चिकित्सा	18
रेकी हीलिंग	18
आयुष्मान भारत योजना	19
भारत में सस्ते उपचार के केंद्र	20
जापान और दीर्घजीवन	21
भारत का मेडिकल माफिया	22
भारत में सरकारी डॉक्टर्स द्वारा...	23
क्या है इंडियन मेडिकल एसोसिएशन	24
झोला छाप डॉक्टर	25
बाबा रामदेव- कथा सफलता और...	26
देवभूमि की चार धाम यात्रा	28
लीक से हटकर	30
शाब्बाश	31
सामयिकी	32
संदर्भवश	33
हमारा शहर	34

प्रस्तुत विचार लेखकों के अपने विचार हैं। नवलय अनुबोध का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है

सम्पादकीय

किसी हिंदी फिल्म का, एक ग्रामीण परिवेश में किसी झोला छाप डॉक्टर का बड़ा रोचक चित्रण था, जिसमें रोगी की एक्स रे मशीन से जाँच के लिए एक स्क्रीन पर स्थाई रूप से फिल्म लगाई गई थी व जाँच के अभिनय के दौरान डॉक्टर उस रोगी को सांस खींचने का निर्देश देकर उसकी छाती पर स्टेथोस्कोप रखता है लेकिन ध्यान से उस फिल्म की तरफ देखता है जिसके पीछे प्रकाश की व्यवस्था है.

भारत में स्वास्थ्य, स्वास्थ्य सुविधाएँ और रोगों और रोगियों के आंकड़े विश्लेषण मांगते हैं. सबसे पहले संयुक्त राष्ट्र संघ के मानक प्रति 10,000 जनसँख्या पर उपलब्ध एक चिकित्सक की बात करें तो भारत में यह अनुपात 1.854 है जो निश्चित ही संतोष का विषय है. भारत की राज्य स्वास्थ्य मंत्री भर्ती प्रवीण की मानें तो देश में 34.33 पंजीकृत नर्सिंग और 13 लाख अनुषांगिक स्वास्थ्य सेवा कर्मी उपलब्ध हैं. चिकित्सा सेवाओं के आधारभूत ढांचे में कितना निवेश हुआ है और कितना होना है, परिदृश्य इतना स्पष्ट है कि मेडिकल शिक्षा प्राप्त करने के बाद जब एमबीबीएस युवा ग्रामीण क्षेत्र में शासकीय सेवा पर जाने से मना करता है तो उसपर आर्थिक दंड लगाने का प्रावधान है. महाराष्ट्र सरकार ने करोड़ों का जुर्माना वसूल लिया उन छात्रों से, जो एमबीबीएस करने के उपरांत अड़ गए ''हम गाँव में नहीं जायेंगे नौकरी करने''. ईश्वर का धन्यवाद है कि यह प्रथा सैन्य बलों में अनुमत नहीं है. आईएमए के उन मापदंडों को भी पुनरीक्षा की आवश्यकता है. उल्लेखनीय है कि कैरिबियन द्वीप समूह के छोटे छोटे संस्थानों के निकले विशेषज्ञ आज अमेरिका में गुणवत्ता की विशेषज्ञ चिकित्सा के चिकित्सक की संख्या प्रदान कर रहे हैं रंज़ाप भारत में मेडिकल कॉलेज में इतने अधिक बिस्तरों की संख्या के चलते मेडिकल शिक्षा इतनी मंहगी है जो न सरकार के बस की है और निजी क्षेत्र का चिकित्सा शिक्षा में प्रवेश उसे अत्यंत मंहगा बना रहा है.

स्वास्थ्य पर भारत सरकार कुल बजट का 2 प्रतिशत होना, इस बात की ओर स्पष्ट संकेत है कि स्वास्थ्य सेवाएं किस सूरते हाल में हैं.वर्तमान में एक आम सहमति के अभाव में विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों पर एक सार्थक चर्चा के बजाय स्वार्थों की आर्थिकी के वशीभूत होकर समूहों में सर फुटौव्वल नए कीर्तिमान बना रही है. मीडिया हमेशा की तरह एक गैरजिम्मेदार उत्प्रेरक के रूप में तो न्यायालय कभी कभी, न्याय न केवल हो लेकिन होता दिखे भी के आयाम से बाहर जाकर बयानबाजी से अपनी गरिमा से समझौता करती देखी गयी हैं. वर्तमान आयुर्वेद और एलोपैथी का विवाद इसका उदाहरण है. आवश्यकता इस बात की है कि सभी चिकित्सा पद्धतियों के तुलनात्मक प्रभाव के वैज्ञानिक विवेचना के बाद भारत जैसे बहु वैचित्र्य के देश में किसी पद्धति तक पहुँच कर उसे, आम जान के स्वास्थ्य के लिए चिन्हित किया जाए बिना किसी विवाद के, जो पद्धति कम खर्चीली और प्रभावी हो, को सर्वमान्य रुप से मान्यता दी जाए. आवश्यक यह भी होगा कि छोटी मोती बीमारियों को प्रारंभिक स्थिति में नियंत्रण हेतु जान स्वास्थ्य रक्षक जैसी योजनाओं को प्रभावी बनाया जाए जैसे कि चीन में होता है. इससे शहरों में स्थित स्वास्थ्य सेवा पर दबाव कम होगा. आवश्यकता इस बात की भी है कि नागरिक स्तर पर बीमारियों के बचाव के लिए उचित अधोसंरचना को विकसित किया जाए.

नवलय अनुबोध का चिकित्सा पद्धतियों का नीर क्षीर विवेचन है. विश्व में स्वास्थ्य सेवाओं की तुलना में भारत और भारत के राज्यों में स्वास्थ्य सेवाओं की क्या स्थिति है, अधोसंरचना के क्या हाल हैं, और मेडिकल शिक्षा किस स्थिति में है. विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों के दावों, प्रति दावों से लेकर, गाल बजाने और एक दूसरे पर लानत मलामत के पार उन सत्यों की खोज कि इस द्वन्द का क्या हल है, स्वास्थ्य सेवाओं को कैसे सुधारा जाए. चर्चा होगी उन सभी चरित्रों की जो इस पूरे मसले में चर्चा में रहे. एक प्रयास है यह अंक, जो स्वास्थ्य जैसे महत्वपूर्ण विषय पर एक स्पष्ट अंतर्दृष्टि विकसित करने का प्रयास है. इस अंक से नवलय अनुबोध प्रेरक व्यक्तित्व शीर्षक से एक स्तम्भ का पत्रिका में सम्मिलित किया जाना प्रस्तावित है. अल्पज्ञात लेकिन भारत के इतिहास में स्वर्णाक्षरों में अंकित होने योग्य व्यक्तित्वों को इस अंक में सम्मिलित किया जायेगा.

पाठकों की प्रतिक्रियाओं की प्रतीक्षा रहेगी. ■

वर्मा

कालजयी कथन

युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु।
युक्तस्वप्नाव बोधस्य योगो भवति दुःख।।

(संतुलित आहार, आरामपूर्ण विहार, सही कर्म, और अच्छी नींद से योग होकर दुखों से मुक्ति प्राप्त हो सकती है।) ■

– श्रीकृष्ण अर्जुन संवाद – महाभारत – श्रीमद्भागवत गीता

अभिमत

चिकित्सा पद्धतियों का परिणाम, हमारी बढ़ती आयु

–राकेश कुमार जैन

मानव जाति ने अपने विकास के क्रम में स्वस्थ बने रहने, रोगों के उपचार, दुर्घटनाओं से हुई शारीरिक अपंगता या क्षति के निदान और अपनी आयु बढ़ाने के लिए निरंतर उपाय किए हैं। इन्हीं उपायों का परिणाम है विश्व के अलग–अलग स्थान में चिकित्सा और उपचार की अलग–अलग पद्धतियों की उपस्थिति। वैसे तो उपचार की हर पद्धति अपने गुण दोष लिए रहती है लेकिन वर्तमान काल में विचारों के प्रसार की गति और दुनिया के लगातार छोटे होते जाने में सहायक बनी संचार क्रांति ने विश्व के लगभग प्रत्येक नागरिक को अनेक प्रकार की उपचार पद्धतियों से परिचित करा डाला है। हम अपने देश की ही बात करें तो हमारे यहां आयुर्वेद और योग का जन्म हजारों हजार साल पहले हुआ उसके बाद अन्य देशों से संपर्क में यूनानी, होमियोपैथी चिकित्सा पद्धति आई, बाद में एलोपैथी से लेकर विभिन्न प्रकार की पद्धतियों ने हम सबके जीवन को प्रभावित किया है। निस्संदेह हम सबने अलग–अलग पद्धतियों का उपयोग कर उसका लाभ उठाया है, भले ही इन पद्धतियों के आविष्कारक, प्रणेता, मानने वाले या कुछ हद तक उनमें अंधविश्वास रखने वाले लोग या चिकित्सक एक दूसरे की पद्धतियों को गलत या दोषपूर्ण ही क्यों न समझते हों।

वास्तव में देखा जाए तो हर चिकित्सा पद्धति ने हमारा कुछ ना कुछ भला ही किया किया है। ज्ञान को चारों दिशाओं से ग्रहण करने और जो भी भले के लिये हो, उसे अपनाने की हमारी सांस्कृतिक परम्परा का ही परिणाम है कि स्वतंत्रता बाद के इन 77 वर्षों में हमारी औसत आयु 32 साल से बढ़कर आज 69.7 साल हो गई है। इस उपलब्धि का श्रेय किसी एक पद्धति को नहीं दिया जा सकता। यह श्रेय वास्तव में योग, आयुर्वेद, होम्योपैथी से लेकर एलोपैथी सहित उन सैकड़ों चिकित्सा पद्धतियों को जाता है जिनमें से प्रत्येक के गुण को अपनाने में हम भारतीयों ने किसी भी प्रकार का परहेज नहीं किया। यही कारण है कि हम भारतीयों की औसत आयु दुनिया में औसत आयु 72 साल 6 महीने के करीब तक पहुंच चुकी है।

हमने अपनी आयु में तो इजाफा किया ही है एक और मोर्चे पर काम हुआ है वह है शिशु मृत्यु दर में कमी। इस कारण से हमारी आबादी की जीवन प्रत्याशा बहुत अधिक हो चुकी है और वह भी उस स्थिति में जबकि हम विश्व की सर्वाधिक जनसंख्या वाले देश हैं और हमारे यहां लगभग हर व्यक्ति अपने देश में उपलब्ध चिकित्सा सुविधाओं को लेकर दिन में कई बार प्रतिक्रिया व्यक्त करने और उससे भी आगे बढ़कर गरियाने का काम निरन्तर करता रहता है। तमाम विपरीत परिस्थितियों जैसे कि देश में अस्पतालों, डॉक्टर, नर्स, दाइयों की ग्रामीण क्षेत्र में अनुपलब्धता, दवा कंपनियों द्वारा मनमाने दामों का निर्धारण व वसूली, निजी नर्सिंग होम की लूट, दवा कम्पनियों–चिकित्सकों–नर्सिंग होम–स्वास्थ्य जांच संस्थानों की मिलीभगत के रहते हुए भी हमने अपने स्वयं के स्वास्थ्य स्तर में निश्चित तौर पर बढ़ोतरी की है। आज इसका कुछ श्रेय पिछले दो दशकों से देश में होने वाले इस अभियान को भी जाता है कि बीमारी के निदान से अच्छा है कि हम बीमार ही ना पड़ें। उसके लिए समय रहते अपनी दैनिक दिनचर्या और खान–पान के तरीकों तथा रहन–सहन की आदतों में सुधार लाएं। गत दो तीन वर्षों से उत्तम स्वास्थ्य के लिये मोटे अनाज (मिलेट) के उपयोग में भी बढ़ोत्तरी हुई है। पुराने अखाडों और व्यायाम केन्द्रों के कम हो जाने के बदले आज देश के प्रत्येक जिले तक जिम केन्द्र खुल गये हैं। इस सब प्रचार का असर युवाओं से लेकर वृद्धों तक में पड़ा है और यह कहने में कोई गुरेज नहीं कि अब हमारे देश के लोग, आज से 75 साल पहले स्वास्थ्य को लेकर जितनी जागरूकता रखते थे उससे कहीं अधिक जागरूकता आज रखते हैं। गूगल के प्रसार का एक अच्छा परिणाम यह भी देखने को मिल रहा है कि अब हम चिकित्सकों द्वारा लिखी गई दवाइयों के गुण दोषों की जानकारी भी अपने मोबाइल फोन पर कुछ क्षणों में ही प्राप्त कर लेते हैं। इसका एक रूप यह दिख रहा है कि हम सभी के पास सोशल मीडिया के माध्यम से प्रतिदिन स्वास्थ्य सम्बन्धित जागरूकता या उपायों को लेकर प्रतिदिन अनेक संदेशों का आदान प्रदान होता है।

अब जरूरत सिर्फ इस बात की है कि हम भ्रामक सन्देशों से दूरी बनायें, बीमार होने के पहले ही ऐसी जीवन पद्धति अपनाऐं कि उपचार के लिये कहीं जाना न पड़े, योग व व्यायाम को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनायें। सरकार की ओर से जो करणीय है वह यह कि मेडिकल माफिया, दवा कम्पनियों पर प्रभावी नियंत्रण हो, दवाओं के साथ साथ सर्जरी, अन्य जांचों व मशीनों के प्रयोग पर वसूली जाने वाली दरों पर नियंत्रण व उसका प्रत्येक नर्सिंग होम में पट पर प्रदर्शन अनिवार्य हो, बीमा कम्पनियों और नर्सिंग होम के गठजोड़ पर रोक लगे। इन सबके साथ सरकार का दायित्व है कि वह देश के प्रत्येक नागरिक को उचित दरों पर स्वास्थ्य बीमा प्रदान करवाये व अनेक चिकित्सा पद्धतियों के बीच भेदभाव न कर सभी की अच्छी बातों को ग्रहण कर मिली जुली, सस्ती और सुलभ चिकित्सा देश के प्रत्येक नागरिक को उपलब्ध कराये ■

– मो. 9425005033 Email- bankchetna@gmail.com

मधुमेह का प्रकोप विश्व में सबसे अधिक चीन में (14 करोड़), भारत (7 करोड़) और पाकिस्तान (3 करोड़) है.

नज़रिया

स्वास्थ्य सेवाएं और हम

– दीपक भसीन

स्वास्थ्य के बारे में ओशो ने एक प्रवचन में बताया कि चिकित्सा विज्ञान की समस्या यह है कि उसमें केवल रोग उनके कारणों और ऐसी दवाओं का वर्णन है जिससे वह रोग ठीक होता है. यह पूरा विज्ञान, स्वास्थ्य क्या है इसे समझाने में असफल रहा है. स्थिति यह है कि कुछ रोगों को कुछ लोग अपनी प्रतिरोधक क्षमता से रोके रखने में सफल हैं तो कुछ लोग नहीं हैं. प्रतिरोधक क्षमता बनाये रखने के नियम बड़े सहज और सरल हैं, सुपाच्य स्थानीय रूप से प्राप्त सब्जियों और फलों का संतुलित आहार, पर्याप्त सूर्य प्रकाश और पर्याप्त नींद और एक प्रसन्नता से भरी मानसिकता, ये सब प्रकृति द्वारा प्रदत्त प्रतिरोधक क्षमता बनाये रखने का मार्ग प्रशस्त करते हैं.

स्वास्थ्य के साथ आहार की गुणवत्ता भारत में समय के साथ एक विवाद का विषय रहा है. शिशु के प्रथम आहार और वयस्कों के पोषण का स्त्रोत दूध को ही लें तो भारत में दुग्ध उत्पादन के लिए देसी गाय की अपेक्षा विदेशी गाय को प्राथमिकता इसलिए दी गयी कि उसका दुग्ध उत्पादन अधिक है. लेकिन आज वैज्ञानिक इस निर्णय पर पहुंचे हैं कि ए–1 दूध जो पश्चिम देशों की गाय से लिया जाता है भारतीय गाय से प्राप्त दूध ए–2 से रासायनिक संरचना में अलग है और ए–1 दूध में पाया जाने वाला बीटा–केसीन दिल की बीमारी, टाइप–1 डायबिटीज का खतरा बढ़ाता है ए–2 की तुलना, ए–1 दूध पाचन में भी दिक्कतें पैदा करता है। लेकिन इन दोनों में लैक्टॉस की मात्रा समान होती है। यही कारण है कि ए–2 को ए–1 की तुलना बेहतर और स्वस्थ विकल्प है. इस वैज्ञानिक तथ्य के अलोक में इंटेंसिव कैटल डवेलपमेंट जैसे महत्वाकांशी शासकीय कार्यक्रमों का क्या अर्थ रह जाता है जिसमे हमने दशकों के समय और संसाधनों को बर्बाद किया है. इसी प्रकार माइनर मिल्लेट्स (मोटे अनाज) जो काम वर्षा कम सिंचाई में उत्पन्न होते हैं और पशुधन के चारे का अच्छा स्त्रोत हैं, को आहार में सम्मिलित करने के निर्णय को हमें कार्यान्यवित करने में 7 से अधिक दशकों का समय लगा.

स्वास्थ्य का आधार है चिकित्सा व्यवसाय में प्रशिक्षित मानव शक्ति और सुसज्जित अस्पताल. राष्ट्रीय बजट आवंटन का 2 प्रतिशत स्वास्थ्य सेवाओं के लिए तय करना अपने आप में स्थिति को गंभीरता को दर्शाता है. भारत में 705 मेडिकल कॉलेज हैं, सर्वाधिक 74 तमिलनाडु में, कर्णाटक में 70 और उत्तर प्रदेश में 68 मेडिकल कॉलेज हैं. कुल 386 मेडिकल कॉलेज शासकीय और 320 निजी क्षेत्र में हैं. मेडिकल कॉलेज की संख्या के अनुसार भारत की विश्व में वरीयता 66/195 है. देश के 25 राज्यों में विशेषज्ञ चिकित्सकों की घोर कमी है, मध्य प्रदेश में 95 प्रतिशत, गुजरात में 90 प्रतिशत राजस्थान में 79 प्रतिशत, उत्तर प्रदेश में 72 प्रतिशत बिहार में 70 प्रतिशत केरल में 94 और बंगाल में 93 प्रतिशत विशेषज्ञ चिकित्सकों के पद रिक्त हैं. इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के मेडिकल शिक्षा में अधोसंरचना के प्रतिमान इतने ऊंचे हैं कि उन्हें विकसित करने के लिए पैसा सरकार के पास है नहीं, और अधिक खर्च कर ये सुविधाएँ जब निजी क्षेत्र जुटाता है तो मेडिकल शिक्षा और मंहगी होती है और इस प्रकार विशेषज्ञ एक खर्चीली पढ़ाई के बाद अपनी सेवाओं की दर भी ऊंची रखते हैं, जो आम भारतीय के वश की बात नहीं है.

स्वास्थ्य का एक अनिवार्य पहलू है सस्ती और गुणवत्ता की दवाओं का देश के हर कोने में उपलब्ध होना. विश्व स्तर पर, हर देश घटिया या नकली दवाओं का शिकार है, जो जीवन के लिए खतरा, उपभोक्ता और निर्माता की वित्तीय हानि और स्वास्थ्य प्रणाली पर विश्वास में कमी का कारण है. सरकारी और गैर–सरकारी अध्ययन, साहित्य और समाचार पत्रिकाओं और प्रामाणिक वेबसाइटों से एकत्र किए गए। भारत में खराब गुणवत्ता वाली दवाओं की वास्तविकता को उजागर करने के लिए 2000 से 2013 तक के सभी डेटा को संकलित और विवेचना की गयी थी. नकली/झूठे लेबल वाली/झूठी/नकली दवाओं या मानक गुणवत्ता वाली दवाओं को कम करने के लिए, समस्या के खिलाफ अधिक कठोर विनियमन और कानूनी कार्रवाई की तत्काल आवश्यकता है। हालाँकि, भारत ने सार्वजनिक स्वास्थ्य की रक्षा और प्रचार के लिए खराब गुणवत्ता वाली दवाओं से लड़ने के लिए देश में कुछ निवारक कदम उठाए हैं। भारत में आवश्यकता है रोगों के न होने के लिए एक स्वास्थ्य वर्धक भोजन, समय पर चिकित्सा सुविधाओं का उपलब्ध होना, एक कुशल अधोसंरचना और गुणवत्ता की दवाओं का उपलब्ध होना जिसके लिए अभी भी, बहुत काम करने की आवश्यकता है. ■

– मो. 9425011865. Email : deepak_bhasin35@hotmail.com

सरल भाषा में

मटेरिया मेडिका

रोग के उपचार में उपयोग की जाने वाली दवाओं के अध्ययन से संबंधित चिकित्सा विज्ञान की एक शाखा है जिसमें फार्माकोलॉजी, क्लिनिकल फार्माकोलॉजी और दवाओं का इतिहास और भौतिक और रासायनिक गुण सम्मिलित हैं और रोग के उपचार में प्रयुक्त औषधियों का वर्णन होता है. ■

भारत में हृदय आघात के सबसे अधिक प्रकरण केरल, तमिलनाडु और पंजाब में देखे गए हैं.

भारतीय आयुर्वेद का इतिहास

– अतुल कोठारी

विभिन्न धार्मिक विद्वानों ने इसका रचना काल 5,000 से लाखों वर्ष पूर्व तक का माना है। चरक, सुश्रुत, काश्यप आदि मान्य ग्रन्थकार आयुर्वेद को अथर्ववेद का उपवेद मानते हैं। इस परम्परानुसार आयुर्वेद के आदि आचार्य अश्विनीकुमार माने जाते हैं जिन्होने दक्ष प्रजापति के धड़ में बकरे का सिर जोड़ा था। अश्विनी कुमारों से इन्द्र ने यह विद्या प्राप्त की। इन्द्र ने धन्वन्तरि को सिखाया। काशी के राजा दिवोदास धन्वन्तरि के अवतार कहे गए हैं। उनसे जाकर सुश्रुत ने आयुर्वेद पढ़ा। अत्रि और भारद्वाज भी इस शास्त्र के प्रवर्तक माने जाते हैं। चरक मत के आत्रेय सम्प्रदाय अनुसार, आयुर्वेद का ज्ञान सर्वप्रथम ब्रह्मा से प्रजापति ने, प्रजापति से अश्विनी कुमारों ने, उनसे इन्द्र ने और इन्द्र से भारद्वाज ने प्राप्त किया। आयुर्वेद के विकास में ऋषि च्यवन का अति महत्त्वपूर्ण योगदान है। तदनन्तर पुनर्वसु आत्रेय ने अग्निवेश, भेल, जतू, पाराशर, हारीत और क्षारपाणि नामक छः शिष्यों को आयुर्वेद का उपदेश दिया। इन छः शिष्यों में सबसे अधिक बुद्धिमान अग्निवेश ने सर्वप्रथम एक संहिता अग्निवेश तंत्र का निर्माण किया जिसका प्रतिसंस्कार बाद में चरक ने किया और उसका नाम चरकसंहिता पड़ा, जो आयुर्वेद का आधार स्तंभ है. सुश्रुत मतानुसार भगवान धन्वंतरि ने लोगों को उपदेश करते हुए कहा कि सर्वप्रथम स्वयं ब्रह्मा ने सृष्टि उत्पादन पूर्व ही अथर्ववेद के उपवेद आयुर्वेद को एक सहस्र अध्याय– शत सहस्र श्लोकों में प्रकाशित किया और पुनः मनुष्य को अल्पमेधावी समझकर इसे आठ अंगों में विभक्त कर दिया। आयुर्वेद के इतिहास को मुख्यतया तीन भागों में विभक्त किया गया है –

संहिताकाल : संहिताकाल का समय 5वीं शती ई.पू. से 6वीं शती तक माना जाता है। यह काल आयुर्वेद की मौलिक रचनाओं का युग था। इस समय आचार्यो ने अपनी प्रतिभा तथा अनुभव के बल पर भिन्न–भिन्न अंगों के विषय में अपने पाण्डित्यपूर्ण ग्रन्थों का प्रणयन किया। आयुर्वेद के त्रिमुनि–चरक, सुश्रुत और वाग्भट, के उदय का काल भी संहिताकाल ही है। चरक संहिता ग्रन्थ के माध्यम से कायचिकित्सा के क्षेत्र में अद्‌भुत सफलता इस काल की एक प्रमुख विशेषता है।

व्याख्याकाल : इसका समय 7वीं शती से लेकर 15वीं शती तक माना गया है तथा यह काल आलोचनाओं एवं टीकाकारों के लिए जाना जाता है। इस काल में संहिताकाल की रचनाओं के ऊपर टीकाकारों ने प्रौढ़ और स्वस्थ व्याख्यायें निरुपित कीं। इस समय के आचार्य डल्हड़ की सुश्रुत संहिता टीका आयुर्वेद जगत् में अति महत्वपूर्ण मानी जाती है। शोध ग्रन्थ 'रसरत्नसमुच्चय' भी इसी काल की रचना है, जिसे आचार्य वाग्भट ने चरक और सुश्रुत संहिता और अनेक रसशास्त्रज्ञों की रचना को आधार बनाकर लिखा है।

विवृतिकाल : इस काल का समय 14वीं शती से लेकर आधुनिक काल तक माना जाता है। यह काल विशिष्ट विषयों पर ग्रन्थों की रचनाओं का काल रहा है। माधवनिदान, ज्वरदर्पण आदि ग्रन्थ भी इसी काल में लिखे गये। चिकित्सा के विभिन्न प्रारुपों पर भी इस काल में विशेष ध्यान दिया गया, जो कि वर्तमान में भी प्रासंगिक है। इस काल में आयुर्वेद का विस्तार एवं प्रयोग बहुत बड़े पैमाने पर हो रहा है। ■

वेदों में आयुर्वेद

वेद प्राचीन काल से ही मानव–सभ्यता के प्रकाश–स्तम्भ रहे हैं। वेद की परम्परा में रुद्र को प्रथम वैद्य स्वीकार किया गया है। वेद आयुर्वेदशास्त्र के लिए एक महत्त्वपूर्ण संकेतक तथा स्रोत हैं।

ऋग्वेद में आयुर्वेद : आयुर्वेद के महत्वपूर्ण तथ्यों का वर्णन ऋग्वेद में उपलब्ध है। ऋग्वेद में आयुर्वेद का उद्देश्य, वैद्य के गुण–कर्म, विविध औषधियों के लाभ तथा शरीर के अंग और अग्नि चिकित्सा, जल चिकित्सा, सूर्य चिकित्सा, शल्य चिकित्सा, विष चिकित्सा, वशीकरण आदि का विस्तृत विवरण प्राप्त होता है। ऋग्वेद में 67 औषधियों का उल्लेख मिलता हैं। अतः आयुर्वेद की दृष्टि से ऋग्वेद बहुत उपयोगी है।

यजुर्वेद में आयुर्वेद : यजुर्वेद में आयुर्वेद से सम्बन्धित निम्नांकित विषयों का वर्णन प्राप्त होता है। विभिन्न औषधियों के नाम, शरीर के विभिन्न अंग, वैद्यक गुण–कर्म चिकित्सा, नीरोगता, तेज वर्चस् आदि। इसमें 82 औषधियों का उल्लेख दिया गया है।

सामवेद में आयुर्वेद : आयुर्वेद के अध्ययन के रूप में सामवेद का योगदान कम है। इसमें मुख्यतया आयुर्वेद से सम्बन्धित कुछ मन्त्रा में वैद्य, तथा अत्यल्प रोगों की चिकित्सा का वर्णन प्राप्त होता है।

अथर्ववेद में आयुर्वेद : आयुर्वेद की दृष्टि से अथर्ववेद का स्थान अत्यन्त महत्वपूर्ण है। इसमें आयुर्वेद के प्रायः सभी अंगों एवं उपांगों का विस्तृत विवरण मिलता है। अथर्ववेद ही आयुर्वेद का मूल आधार है। अथर्ववेद में आयुर्वेद से सम्बन्धित विभिन्न विषयों का वर्णन उपलब्ध है जिनमें से मुख्य है– 'वैद्य के गुण, कर्म या भिषज, भैषज्य, दीर्घायुष्य, बाजीकरण, रोगनाशक विभिन्न मणियां, प्राणचिकित्सा, शल्यचिकित्सा, वशीकरण, जलचिकित्सा, सूर्यचिकित्सा तथा विविध औषधियों के नाम, गुण, कर्म आदि।

स्पष्ट है कि वेदों में आयुर्वेद से सम्बन्धित सैकड़ों मन्त्रों का वर्णन है, जिसमें विभिन्न रोगों की चिकित्सा का उल्लेख है। ■

मोटापे के रोगी सर्वाधिक संख्या में अंडमान, पुडुचेरी, सिक्किम और आंध्र प्रदेश में हैं.

आयुर्वेद ग्रन्थ एवं उनके रचनाकार

आयुर्वेद के मूल ग्रन्थों में कश्यप संहिता, चरक संहिता, सुश्रुत संहिता, भेलसंहिता तथा भारद्वाज संहिता में से कश्यप संहिता को अति प्राचीन माना गया है। इसमें महर्षि कश्यप ने शंका समाधान की शैली में दुःखात्मक रोग, उनके निदान, रोगों का पश्रिहार तथा रोग परिहार के साधन (औषध) इन चारों विषयों का भी प्रकार प्रतिपादन किया गया है। इसके पश्चात जीवक ने कश्यप संहिता को संक्षिप्त कर 'वृद्ध जीवकीय तंत्र' नाम से प्रकाशित है। इसके 8 भाग हैं – 1. कौमार भृत्य, 2. शल्य क्रिया प्रधान शल्य, 3. शालाक्य, 4. वाजीकरण, 5. प्रधार रसायन, 6. शारीरिक–मानसिक चिकित्सा, 7. विष प्रशमन तथा 8. भूत विद्या। इसी से यह 'अष्टांग आयुर्वेद' कहलाता है। पुनः इन विषयों को प्रतिपादन के अनुसार आठ स्थानों में विभक्त किया गया। इनमें सूत्र स्थान में 30, निदान स्थान में 12, चिकित्सा स्थान में 30, सिद्धि में 12, कल्प स्थान में 12, तथा खिल स्थान/भाग में 80 अध्याय है। इस प्रकार आचार्य जीवक ने कुल 200 अध्यायों में वृद्ध जीवकीय तंत्र को संग्रहीत कर आर्युविज्ञान का प्रचार प्रसार किया। वृद्ध जीवकीय तंत्र नेपाल के राजकीय पुस्तकालय में उपलब्ध है।

ईसा पूर्व 2350–1200 के लगभग शालिहोत्र नामक अश्व विशेषज्ञ हुए है जिन्हें पशु चिकित्सा का ज्ञान था। इन्होंने ही आयुर्वेद, अश्व प्राशन तथा अश्व लक्षण शास्त्र की रचना की। इसे 'शालिहोत्र संहिता' भी कहा जाता है। इसमें 12000 श्लोक है। इन्हें विश्व का प्रथम पशु चिकित्सक माना जाता है। मुनि पालकाप्य का काल 1800 वर्ष ईसा पूर्व माना जाता है जिन्हें विशाल ग्रन्थ 'हस्ति आयुर्वेद' की रचना की थी। इसमें चार खण्ड तथा 152 अध्याय है। महाभारत काल में आयुर्वेद अपने चरम पर माना गया है। यह काल 1000 से 900 वर्ष ईसा से पूर्व का माना जाता है। इस समय में नकुल, अश्व चिकित्सा तथा सहदेव गो चिकित्सा के विशेषज्ञ थे। इस काल में विभिन्न प्रकार की औषधियों से घायल सैनिकों के उपचार का वर्णन मिलता है।

चरक संहिता के रचयिता महर्षि चरक, महर्षि आत्रेय, महामेघा, अग्निवेश तथा दृढबल रहे हैं मगर महर्षि चरक का नाम विशेष रूप से प्रतिष्ठित हो गया। ये संहिताकार ऋषि एक उच्च कोटि के वैज्ञानिक थे। महर्षि चरक ने वनस्पतिजन्य विभिन्न दवाओं के निर्माण एवं उन्हें लिपिबद्ध करने के अतिरिक्त उनका घूम–घूमकर प्रचार–प्रसार भी किया। इसी कल्याणकारी विचरण क्रिया से उनका नाम चरक विश्व प्रसिद्ध हो गया। चरक संहिता के अध्ययन से पूरी जीवन शैली आहार चर्या ऋतु चर्या, रात्रि चर्या आदि का सम्यक ज्ञान हो जाता है तथा तदनुसार यदि व्यक्ति अनुसरण करे तो वह सदा निरोग रह सकता है। यह काल गुप्त वंश के शासन काल का रहा है व सन् 300 से 500 ई. के बीच का है।

आचार्य सुश्रुत प्राचीन काल के एक उच्च कोटि के

आयुर्वेदाचार्य एवं शल्य चिकित्सक व विश्वामित्र के पुत्र थे। इन्होंने धन्वन्तरि से शल्य–शास्त्र की शिक्षा ग्रहण की थी। ऐसा विश्वास है कि पृथ्वी पर शल्य तन्त्र के जनक यही सुश्रुत है। इन्होंने भी एक ग्रन्थ की रचना की जिसका शीर्षक 'सुश्रुत संहिता' रखा। इस पुस्तक में 5 अध्याय हैं जिनमें सूत्र स्थान, निदान स्थान, शरीर स्थान, चिकित्सा स्थान तथा कल्प स्थान आदि शामिल है। सुश्रुत के अनुसार मन एवं शरीर को पीड़ित करने वाली वस्तु को 'शल्य' कहा जाता है। तथा इस शल्य को निकालने के साधन 'यंत्र' कहलाते है। आयार्य सुश्रुत ने अपने इस ग्रंथ में 100 से भी अधिक शल्य यंत्रों का वर्णन किया है तथा उनके गुणों के विषय में विस्तार से प्रकाश डाला है। आचार्य सुश्रुत आँखों के मोतियाबिन्द की शल्य क्रिया के विशेषज्ञ थे। यदि माता के गर्भ से शिशु योनि मार्ग से न आता हो तो गर्भस्थ शिशु को शल्य क्रिया द्वारा माता के गर्भ से सुरक्षित निकालने की कई विधियों सुश्रुत अच्छी तरह जानते थे। आजकल जिन यंत्रों का उपयोग शल्य क्रिया में होता है उनमें से अधिकांश यंत्रों का वर्णन सुश्रुत संहिता में मिलता है। आयुर्वेद को अथर्ववेद का उपवेद कहा जाता है। आयुर्वेद तथा शल्य चिकित्सा शास्त्र के जिन आचार्य गणों का महान योगदान है उनके नाम हैं :

ब्रहमा, आचार्य सिद्ध नागार्जुन, दक्ष प्रजापति, आचार्य क्षारपाणि, भगवान भाष्कर, आचार्य निमि, अश्वनी कुमार, आचार्य भद्रशौनक, इन्द्र, आचार्य काकांयन, महर्षि कश्यप, आचार्य गार्म्य, महर्षि अत्रि, आचार्य गालव, महर्षि भृगु, आचार्य सात्यकि. महर्षि अंगिरा, आचार्य औषधेनव, महर्षि वरिष्ठ, आचार्य सौरभ, महर्षि अगस्त्य, आचार्य पौठक लावत, महर्षि पुलस्त्य, आचार्य करवीर्य, ऋषि वाम देव, आचार्य गोपरु रंक्षित ऋषि गौतम, आचार्य वैतरण, ऋषि असित, आचार्य भोज, ऋषि भारद्वाज, आचार्य भालुकी, आचार्य धन्वन्तरि, आचार्य दारूक. आचार्य पुनर्वसु आत्रेय, आचार्य कौमार भृत्य, आचार्य अग्निवेश, आचार्य जीवक आचार्य भेल, आचार्य कश्यप, आचार्य जतूकर्ण, आचार्य उशना, आचार्य पाराशर, वृहस्पति, आचार्य हारीत और आचार्य पतजंलि.

आयुर्वेद के इतिहास पुरूष जीवक कौमारभच्च का कालखण्ड लगभग 500 वर्ष ई0 पू0 माना जाता है, जब मगध के सम्राट बिम्विसार थे। सम्राट बिम्विसार को भगन्दर हो गया।

अंधत्व के रोगी विश्व में 3 करोड़ हैं जिनमें भारत में इनकी संख्या 1.5 करोड़ है.

परन्तु जीवक द्वारा निर्मित औषध के एक ही लेप से सम्राट ने रोग से मुक्ति पा ली। इसी प्रकार जीवक ने नगर सेठ की खोपड़ी का सफल आपरेशन कर फिर सी दिया व उसमें से मवाद और कीड़े निकाल दिये। सभवतः यह मस्तिष्क की पहली शल्य क्रिया थी। जीवक की शल्य चिकित्सा के विषय में और भी प्रमाण मिलते है। उन्होने वाराणसी के नगर सेठ के पेट से आँतों की गाँठों का शल्य क्रिया द्वारा सफल उपचार किया। पेट को चीरकर आँतें बाहर निकाली तथा आँतों के खराब भाग को काटकर फैंक दिया तथा शेष को पुनः सीकर ठीक कर दिया। जीवक ने भगवान बुद्ध का भी उपचार किया था।

आयुर्वेद में जिन तीन आचार्यो की गणना मुख्यरूप से होती है उनमें चरक, सुश्रुत के बाद वाग्भट का नाम आता है। इन्होंने अष्टांग हृदय ग्रन्थ की रचना की। इनका कालखण्ड छठी सदी का माना जाता है। यह पूरा ग्रन्थ सूत्र स्थान, शरीर स्थान, निदान स्थान, चिकित्सा स्थान, कल्प स्थान तथा उत्तर स्थान आदि में विभक्त है। आचार्य माधव ने एक विशिष्ट ग्रन्थ का लेखन किया जिसका नाम 'रोग विनिश्चय' रखा। यह ग्रन्थ माधव निदान के नाम से प्रसिद्ध है। आचार्य माधव का समय छठी सदी के अन्त का बताया जाता है। आचार्य माधव ने अतिसार, पाण्डुरोग, क्षय रोग आदि का विस्तृत वर्णन किया है। आचार्य शार्ङ्गधर को नाड़ी शास्त्र का विशेषज्ञ माना गया है। इन्होंने 13 वीं – 14वीं सदी के दौरान दो ग्रन्थों 'शार्ङ्गधर संहिता' तथा 'शार्ङ्गधर पद्धति' की रचना की। आचार्य हाथ में कच्चे धागे के सूत्र के एक सिरे को बांधकर दूसरे सिरे को पकड़कर नाड़ी गति का ज्ञान करके रोग एवं रोगों के सम्बन्ध में सब कुछ सत्य–सत्य बना देते थे। आयुर्वेद की आचार्य परम्परा में श्री भावमिश्र का नाम भी विशेष महत्त्व रखता है। इन्होंने भाव प्रकाश ग्रन्थ की रचना की। इनका कालखण्ड 16वीं सदी का माना गया है। इन्होंने समस्त व्याधियों को (1) कर्मज अर्थात् जो दुष्कर्म के परिणाम स्वरूप फलित होती है तथा भोग/प्रायश्चित से उनका विनाश होता है। (2) इसके विपरीत दूसरे प्रकार की दोषज व्यधियाँ हैं जो मिथ्या आहार–विहार करने से कुपित हुए वात, पित्त एवं कफ से होती है। सोलहवीं शताब्दी में आंध्रप्रदेश के आचार्य बल्लभाचार्य द्वारा तेलुगू लिपि में लिखी गयी पुस्तक वैद्यचिन्तामणि का आयुर्वेद में विशिष्ट स्थान है। यह ग्रन्थ 26 भागों में विभक्त है। नाड़ी का जितना विस्तार से वर्णन यहां मिलता है उतना अन्य किसी प्राचीन ग्रन्थ में शायद नहीं मिलता। हाथ के साथ–साथ पाँव के मूल नाड़ी परीक्षा, स्त्रियों के बायें तथा पुरूषों के दांये हाथ की नाड़ी परीक्षा का विधान बताया गया है। वैद्य लोलिम्बराज का समय 17वीं शताब्दी के पूर्वार्ध का माना गया है। इन्होंने 'वैद्य जीवन' नामक शास्त्र की रचना की। लोलिम्बराज कवित्व सम्पन्न व्यक्ति थे। उन्होने वैद्य–जीवन पाँच भागों में विभक्त है इसमें ज्वर, ज्वरातिसार, ग्रहणी, कास–श्वास, आमवात, कामला, स्तन्यदुष्टि, प्रदर, क्षय, व्रण, अम्लपित्त, प्रमेह आदि रोगों तथा वाजीकरण और विविध रसायनों का उल्लेख है।

आधुनिक काल में आयुर्वेदिक ब्रिटिश राज ने आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति को अवैज्ञानिक, रहस्यमयी और केवल एक धार्मिक विश्वास माना। इसके विपरीत अंग्रेजों ने एलोपैथी को राज्य का संरक्षण प्रदान किया व आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति को नष्ट करने का प्रयास किया। परिणामस्वरूप अनेकों महान आयुर्वेदिक ग्रन्थ, वैद्य और प्रक्रियाएँ दबकर रह गयीं। आयुर्वेद उन ग्रामीण क्षेत्रों में जीवित रहा जो 'आधुनिक सभ्यता' की पहुँच से दूर थे। वर्ष 1835 में कलकत्ता मेडिकल कॉलेज में आयुर्वेद के शिक्षण कार्य को निलंबित कर दिया गया था। हालाँकि औपनिवेशिक शासन के दौरान कई प्राच्यविदों ने वैदिक ग्रंथों को पुनर्प्राप्त करके आयुर्वेद को अप्रत्यक्ष रूप से लाभान्वित भी किया। अंग्रेजी उपनिवेश के विरुद्ध भारत का संघर्ष जब 'नवजागरण' का रूप ले रहा था तब उसकी एक लड़ाई चिकित्सा के क्षेत्र में भी लड़ी जा रही थी। इसे 'आयुर्वेदिक राष्ट्रवाद' भी कह सकते हैं। पाश्चात्य चिकित्सकीय ढांचे का उपयोग कर आयुर्वेद अपने को बदल रहा था। इस विषय पर कार्य करने वाले विद्वान डैविड आर्नोल्ड के अनुसार आयुर्वेद के मूल संस्कृत ग्रंथों के अंग्रेजी अनुवाद ने इस आंदोलन को शास्त्रीय वैधता प्रदान की और उसे विशाल समुदाय तक पहुंचाया, वहीं आयुर्वेद ने औषधालयों की स्थापना करते हुए अपनी जड़े मजबूत की।

19वीं सदी के उत्तरार्द्ध एवं 20वीं सदी के पूर्वार्ध में आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति से संबंधित पुस्तिकाओं, पत्रिकाओं, संदर्भ–ग्रंथों एवं सम्मेलनों की एक लंबी शृंखला देखने मिलती है। इसका मूल उद्देश्य भारत में पाश्चात्य चिकित्सा पद्धति (अथवा ऐलोपैथी) के बढ़ते प्रभुत्व के विरुद्ध स्वदेशी चिकित्सा पद्धति के रूप में आयुर्वेद को पुनर्जीवित एवं पुनः स्थापित करना था। पहला आयुर्वेदिक औषधालय 1878 में कविराज चंद्र किशोर सेन ने कलकत्ते में खोला था उसके बीस साल बाद तेलुगु वैद्य पंडित डी. गोपालाचारलू ने मद्रास में प्रथम औषधालय की स्थापना की। उत्तरी भारत में यशोदा देवी ने प्रयाग में जहाँ 'स्त्री–औषधालय' की स्थापना की। उनकी इस विषय पर लिखी 108 पुस्तकें बताई जाती हैं। शंकरदाजी शास्त्री पदे ने आयुर्वेद के विकास के लिए 1907 में 'निखिल भारतवर्षीय वैद्य सम्मेलन' किया तथा अखिल भारतीय आयुर्वेद महासम्मेलन एवं विद्यापीठ की स्थापना की। इसी के माध्यम से अनेक आयुर्वेदिक कॉलेजों की स्थापना हुई और आयुर्वेद के पठन–पाठन का कार्य प्रारम्भ हुआ। औपनिवेशिक शासन के अधीन तत्कालीन संयुक्त प्रांत (आज का उत्तर प्रदेश) आयुर्वेद के इस समकालीन उभार का एक प्रमुख केंद्र था। आयुर्वेद की प्राचीन यात्रा अनेक परिवर्तनों को पार करके बीसवीं शती तक पहुँची। इस काल में हाराचन्द्र चक्रवर्ती, योगीन्द्रनाथ सेन, ज्योतिषचन्द्र सरस्वती, दत्ताराम चौबे, जयदेव विद्यालंकार, अत्रिदेव विद्यालंकार, रामप्रसाद शर्मा, गोविन्द घाणेकर, दत्तात्रेय अनन्त कुलकर्णी, लालचन्द्र वैद्य आदि प्रसिद्ध आयुर्वेदाचार्य हुए हैं, जिन्होंने आयुर्वेद के मूलतत्वों को बरकरार रखते हुए उन्हें विकसित किया। इनके अतिरिक्त पंडित मदनमोहन मालवीय, सम्पूर्णानन्द, पंडित शिवशर्मा, पण्डित रामरक्षा पाठक, श्री विश्वनाथ द्विवेदी, पं. रमानाथ द्विवेदी, आचार्य प्रियव्रत शर्मा, पं. सत्यनारायण शास्त्री, हरिदत्त शास्त्री आदि अनेक महापुरूषों का भी आयुर्वेदोत्थान की दिशा में अमूल्य योगदान है।■

एलोपैथी -कुशलता-इतिहास और विवाद

एलोपैथी और आयुर्वेद के बीच उपजा विवाद कम होने की बजाए बढ़ता जा रहा है. योग गुरु रामदेव ने बीते दिनों एलोपैथ पर विवादित बयान देते हुए उसे कम कारगर बताया. साथ ही कोरोना के इलाज के दौरान दवाओं की ऊंची कीमत को लेकर भी हमलावर हैं. साथ ही उन्होंने एलोपैथ को नई विधा कह दिया. वैसे ये बात किसी हद तक सही भी है कि एलोपैथ, आयुर्वेद की तुलना में ज्यादा आधुनिक है.

एलोपैथ शब्द का सबसे पहले उपयोग वर्ष 1810 में हुआ था, जिसे जर्मन चिकित्सक सैमुअल हेनिमैन ने दिया था. ये शब्द ग्रीक टर्म से आया, एलोस यानी अलग और पैथोज यानी सफरिंग. इसके तहत जो दवाएं दी जाती हैं, वो होमियोपैथी (वैकल्पिक चिकित्सा) से एकदम अलग होती हैं. होमयोपैथी में उस तत्व की हल्की खुराक दी जाती है, जिसके कारण बीमारी होती है. वहीं एलोपैथी में लक्षण के विपरीत यानी उसे दबाने की दवा दी जाती है. जैसे कब्जियत के मरीज को लैक्जेटिव दिया जाता है. या फिर शरीर का तापमान बढ़ने पर बुखार घटाने की दवा देते हैं.

शुरुआत में लोग इलाज के इसके तरीकों से दूर भागते लेकिन कुछ ही समय में ये लोकप्रिय विधा हो गई. इसे आधुनिक या पश्चिमी चिकित्सा विज्ञान भी कहते हैं. कई बार इसे ऑर्थोडॉक्स मेडिसिन भी कहा जाता है. इसके तहत डॉक्टर, नर्स, फार्मासिस्ट, और दूसरे हेल्थकेयर प्रोफेशनल डिग्री–डिप्लोमा लेकर और फिर लाइसेंस लेकर प्रैक्टिस कर सकते हैं. इसके तहत दवाएं, सर्जरी, रेडिएशन और दूसरी तरह की थैरेपी आती हैं. सर्जरी एलोपैथी की सबसे अहम खूबी मानी जाने लगी है, जो चिकित्सा के दूसरे किसी वैकल्पिक प्रणाली में नहीं. होमयोपैथी, नैचुरोपैथी, यूनानी या आयुर्वेद में फिलहाल सर्जरी नहीं होती है.

उपचार के इस दायरे को बढ़ाकर देखें तो इसके तहत एंटीबायोटिक, ब्लड प्रेशर से जुड़ी दवाएं, डायबिटीज की दवा, कीमोथैरेपी जैसी चिकित्सा विधियां अपनाई जाती हैं. हॉर्मोन से जुड़ी समस्याओं का इलाज भी एलोपैथी में खूब होता है. ये तो वे दवाएं हुईं, जिन्हें चिकित्सक अपने प्रिस्क्रिप्शन में लिखता है. इसके अलावा कई ओवर–द–काउंटर दवाएं भी होती हैं, यानी वो दवा जो दवा दुकान से सीधे खरीदी जा सकती है. जैसे दर्द की दवा, कफ और दूसरी तरह की ड्रग्स.

एलोपैथी में हमेशा कोई न कोई शोध होती रहती है ताकि दवाओं में मुताबिक बदलाव हो.एलोपैथी में प्रिवेंटिव मेडिसिन का भी बंदोबस्त है. इसका अर्थ है, बीमारी से पहले ही उसे रोका जा सकना. ये काम एलोपैथी की शुरुआत में नहीं होता था. अमेरिकन कॉलेज ऑफ प्रिवेंटिव मेडिसिन ने अपनी स्टडी में पाया कि तब वैक्सीन या ऐसी दवाएं नहीं थीं, जिससे किसी बीमारी को आने से रोका जा सके.

फिलहाल एलोपैथिक दवाओं पर भरोसा करने वाले लोग काफी ज्यादा हैं तो इसकी वजह भी है. असल में इसका पूरा हेल्थकेयर व्यवस्था है, जिसमें पढ़ाई और अनुभव के साथ लोग डॉक्टर, नर्स या फॉर्मासिस्ट बनते हैं. किसी दवा को देने से पहले उसकी क्लिनिकल रिसर्च और फिर ह्यूमन ट्रायल होता है ताकि दवा से कोई खतरा न हो. अलग–अलग चरणों के ट्रायल में तय किया जाता है कि किस आधार पर, किसे दवा की कितनी खुराक दी जानी चाहिए.

एलोपैथी दवाओं और उपचार पर वैश्विक संस्थाएं कड़ी निगरानी रखती हैं.साथ ही इसपर नजर रखने के लिए कई संस्थाएं हैं, जिन्हें न्यूट्रल माना जाता है. फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन और अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन ऐसी ही संस्थाएं हैं. वहीं आयुर्वेद, होमियोपैथी, या नैचुरोपैथी में इस तरह की रिसर्च और संस्थाओं का अभाव दिखता है.

वैसे एलोपैथी के बारे में एक बात दिलचस्प है कि इसका नामकरण उस चिकित्सक ने किया, जिसे होमियोपैथी का जनक कहा जाता है. जर्मन वैज्ञानिक और चिकित्सक सैमुअल हेनिमैन ने होमियोपैथी की जोड़ पर ये नाम दिया. मॉर्डन चिकित्सा विज्ञान के अलावा बहुत से लोग वैकल्पिक तरीकों पर भी भरोसा करते हैं. इसे कॉम्प्लिमेंटरी एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन कहते हैं. हॉपकिन्स मेडिसिन वेबसाइट के मुताबिक अकेले अमेरिका में ही 38 प्रतिशत व्यस्क और 12 प्रतिशत बच्चे ये इलाज लेते हैं. इनमें आयुर्वेद, होमियोपैथी, नैचुरोपैथी, एक्युप्रेशर, एक्युपंक्चर और चाइनीज मेडिसिन आते हैं.■

जनस्वास्थ्य रक्षक योजना- असफल परिणीति

जनता पार्टी के 1977 में सत्ता सम्हालने के बाद ग्रामीण क्षेत्रों में जन स्वास्थ्य रक्षक योजना प्रारम्भ की गयी. ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों को घर–घर जाकर स्वास्थ्य सुविधाएं देने के उद्देश्य से यह योजना शुरू की गयी थी, जिसमें मलेरिया जैसी जानलेवा बीमारी के प्रचार–प्रसार, रोकथाम व परिवार नियोजन कार्यक्रम को सफल बनाने में जन स्वास्थ्य रक्षकों ने बेहतर काम किया था और अनेक जन स्वास्थ्य रक्षकों को पुरस्कृत भी किये गए थे,

ग्रामीण क्षेत्रों में लोगों को घरद्वार पर स्वास्थ्य सुविधाएं देने के लिए 18 प्रकार की एलोपैथी व आयुर्वेदिक दवाइयों की किट दी जाती थी। 50 रुपये के मासिक वेतन पर कार्य करने वाले जन स्वास्थ्य रक्षकों ने कई साल कार्य किया. लेकिन कालांतर में सरकारों की उदासीनता के चलते यह योजना बंद कर दी गयी. ■

होमियोपैथी चिकित्सा

होम्योपैथी की कल्पना 1796 में जर्मन चिकित्सक सैमुअल हैनिमैन ने की थी जो स्वयं एक स्थापित एलोपैथ चिकित्सक थे. होमियोपैथी की मान्यता है कि एक पदार्थ जो स्वस्थ लोगों में किसी बीमारी के लक्षण पैदा करता है, वह बीमार लोगों में समान लक्षणों को ठीक कर सकता है। इस सिद्धांत को सिमिलिया सिमिलिबस क्यूरेंटूर या "जैसा इलाज वैसा" कहा जाता है। होम्योपैथिक तैयारियों को उपचार कहा जाता है और इन्हें होम्योपैथिक तनुकरण का उपयोग करके बनाया जाता है। इस प्रक्रिया में, चयनित पदार्थ को बार–बार पतला किया जाता है जब तक कि अंतिम उत्पाद रासायनिक रूप से मंदक से अप्रभेद्य न हो जाए। अक्सर उत्पाद में मूल पदार्थ का एक भी अणु बचे रहने की उम्मीद नहीं की जा सकती। प्रत्येक तनुकरण के बीच होम्योपैथ उत्पाद को मार सकते हैं और/या हिला सकते हैं, उनका दावा है कि इससे हटाने के बाद तनुकारक मूल पदार्थ को "याद" रखता है। चिकित्सकों का दावा है कि ऐसी तैयारी, मौखिक सेवन पर, बीमारी का इलाज या इलाज कर सकती है.

होम्योपैथी ने 19वीं सदी में अपनी सबसे बड़ी लोकप्रियता हासिल की। पहला अमेरिकी होम्योपैथिक स्कूल 1835 में खोला गया था। 19वीं शताब्दी के दौरान, यूरोप और संयुक्त राज्य अमेरिका में दर्जनों होम्योपैथिक संस्थान सामने आए। इस अवधि के दौरान, होम्योपैथी अपेक्षाकृत सफल दिखाई देने में सक्षम थी, क्योंकि उपचार के अन्य रूप हानिकारक और अप्रभावी हो सकते थे। 1970 के दशक के दौरान, होम्यापैथी ने महत्वपूर्ण वापसी की, कुछ होम्योपैथिक उत्पादों की बिक्री दस गुना बढ़ गई। यह प्रवृत्ति नए युग के आंदोलन के उदय के अनुरूप है और आंशिक रूप से कीमोफोबिया, सिंथेटिक रसायनों के प्रति अतार्किक घृणा और होम्योपैथिक चिकित्सकों द्वारा प्रदान किए जाने वाले लंबे समय तक परामर्श के कारण हो सकता है।

हैनिमैन ने 18वीं शताब्दी के उत्तरार्ध की मुख्यधारा की चिकित्सा को तर्कहीन और अनुपयुक्त बताकर खारिज कर दिया, क्योंकि यह काफी हद तक अप्रभावी और अक्सर हानिकारक थी। उन्होंने कम मात्रा में एकल दवाओं के उपयोग की वकालत की और जीवित जीव कैसे कार्य करते हैं, इसके बारे में एक सारहीन, जीवनवादी दृष्टिकोण को बढ़ावा दिया। होम्योपैथी शब्द हैनीमैन द्वारा गढ़ा गया था और पहली बार 1807 में छपा था। उन्होंने "एलोपैथिक चिकित्सा" शब्द भी गढ़ा था, जिसका इस्तेमाल पारंपरिक पश्चिमी चिकित्सा को अपमानजनक रूप से संदर्भित करने के लिए किया गया था। हैनिमैन ने स्कॉटिश चिकित्सक और रसायनज्ञ विलियम कुलेन के एक चिकित्सा ग्रंथ का जर्मन में अनुवाद करते समय होम्योपैथी की कल्पना की थी। कलन के इस सिद्धांत पर संदेह होने के कारण कि सिनकोना कड़वा होने के कारण मलेरिया ठीक हो जाता है, हैनीमैन ने विशेष रूप से यह जांचने के लिए कि क्या होगा, कुछ छाल खा ली। उन्हें बुखार, कंपकंपी और जोड़ों में दर्द का अनुभव हुआ : लक्षण मलेरिया के समान थे। इससे हैनिमैन को यह विश्वास हो गया कि सभी प्रभावी औषधियाँ स्वस्थ व्यक्तियों में उन बीमारियों के समान लक्षण उत्पन्न करती हैं जिनका वे इलाज करते हैं, इससे "होम्योपैथी" नाम पड़ा, जो ग्रीक से आया है .

हैनीमैन ने यह परीक्षण करना शुरू किया कि विभिन्न पदार्थ मनुष्यों में क्या प्रभाव उत्पन्न कर सकते हैं, इस प्रक्रिया को बाद में "होम्योपैथिक प्रूविंग" कहा गया। उन्होंने 1805 में प्रमाणों का एक संग्रह प्रकाशित किया, और 65 तैयारियों का दूसरा संग्रह उनकी पुस्तक, मटेरिया मेडिका पुरा (1810) में प्रकाशित हुआ। होम्योपैथी एलोपैथी की भयावहता को देखती है, 1857 में अलेक्जेंडर बेयडमैन की एक पेंटिंग, जिसमें 19वीं सदी की चिकित्सा की क्रूरता को देखते हुए होम्योपैथी के ऐतिहासिक आंकड़े और व्यक्तित्व दिखाए गए हैं। होम्योपैथी की बढ़ती लोकप्रियता का एक कारण संक्रामक रोग महामारी से पीड़ित लोगों के इलाज में इसकी स्पष्ट सफलता थी। 19वीं सदी में हैजा जैसी बीमारियों की महामारी के दौरान, होम्योपैथिक अस्पतालों में मृत्यु दर अक्सर पारंपरिक अस्पतालों की तुलना में कम थी।

लोकप्रियता में वृद्धि के दौरान भी, होम्योपैथी की वैज्ञानिकों और चिकित्सकों द्वारा आलोचना की गई थी। महारानी विक्टोरिया के चिकित्सक सर जॉन फोर्ब्स ने 1843 में होम्योपैथी की बेहद छोटी खुराक को नियमित रूप से बेकार कहकर उपहास किया और इसे "मानवीय कारण का अपमान" माना। जेम्स यंग सिम्पसन ने 1853 में अत्यधिक पतला दवाओं के बारे में कहा: "कोई भी जहर, चाहे कितना भी मजबूत या शक्तिशाली हो, जिसका अरबवां या दसवां हिस्सा किसी व्यक्ति को कम से कम डिग्री में प्रभावित करेगा या मक्खी को नुकसान पहुंचाएगा।" उन्नीसवीं सदी के अमेरिकी चिकित्सक और लेखक ओलिवर वेंडेल होम्स भी होम्योपैथी के मुखर आलोचक थे और उन्होंने होम्योपैथी एंड इट्स किंड्रेड डिल्यूजन्स (1842) शीर्षक से एक निबंध प्रकाशित किया था। 21वीं सदी की शुरुआत के बाद से, मेटा–विश्लेषणों की एक श्रृंखला ने आगे दिखाया है कि होम्योपैथी के चिकित्सीय दावों में वैज्ञानिक औचित्य का अभाव है। 2010 की एक रिपोर्ट में, यूनाइटेड किंगडम हाउस ऑफ कॉमन्स की विज्ञान और प्रौद्योगिकी समिति ने सिफारिश की कि वैज्ञानिक विश्वसनीयता की कमी

के कारण होम्योपैथी को अब राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (एनएचएस) फंडिंग नहीं मिलनी चाहिए। 2015 में, ऑस्ट्रेलिया के राष्ट्रीय स्वास्थ्य और चिकित्सा अनुसंधान परिषद ने पाया कि ''ऐसी कोई स्वास्थ्य स्थितियाँ नहीं हैं जिनके लिए विश्वसनीय सबूत हों कि होम्योपैथी प्रभावी है''। अमेरिकी गैर–लाभकारी सेंटर फॉर इंक्वायरी (सीएफआई) ने 2018 में होम्योपैथिक दवाओं की बिक्री पर उपभोक्ता धोखाधड़ी के लिए सीवीएस फार्मेसी के खिलाफ मुकदमा दायर किया। 2021 में, फ्रांसीसी स्वास्थ्य सेवा मंत्री ने होम्योपैथिक दवाओं के लिए सामाजिक सुरक्षा प्रतिपूर्ति को चरणबद्ध तरीके से समाप्त कर दिया। स्पेन न भी होम्योपैथी और अन्य छद्म चिकित्सा पर प्रतिबंध लगाने की घोषणा की है। 2016 में, स्पेनिश स्वास्थ्य मंत्रालय की सलाह के बाद, बार्सिलोना विश्वविद्यालय ने ''वैज्ञानिक आधार की कमी'' का हवाला देते हुए होम्योपैथी में अपनी मास्टर डिग्री रद्द कर दी।

होम्योपैथी अपनी तैयारियों में पशु, पौधे, खनिज और सिंथेटिक पदार्थों का उपयोग करती है, आमतौर पर लैटिन नामों का उपयोग करके उनका उल्लेख किया जाता है। उदाहरणों में आर्सेनिकम एल्बम, नैट्रम म्यूरिएटिकम, लैकेसिस म्यूटा (बुशमास्टर सांप का जहर), अफीम और थायरॉइडिनम शामिल हैं। होम्योपैथ कहते हैं कि यह सटीकता सुनिश्चित करने के लिए है। होम्योपैथिक गोलियां एक अक्रिय पदार्थ (अक्सर शर्करा, आमतौर पर लैक्टोज) से बनाई जाती हैं, जिस पर तरल होम्योपैथिक तैयारी की एक बूंद रखी जाती है और वाष्पित होने दिया जाता है। आइसोपैथी होम्योपैथी से प्राप्त एक चिकित्सा है जिसमें रोगग्रस्त या रोग संबंधी उत्पादों जैसे कि मल, मूत्र और श्वसन स्राव, रक्त और ऊतक से तैयारी की जाती है। इन्हें नोसोड (ग्रीक नोसोस, बीमारी से) कहा जाता है और ''स्वस्थ'' नमूनों से बनी तैयारी को ''सरकोड'' कहा जाता है।

भारत सरकार होम्योपैथी को अपनी राष्ट्रीय चिकित्सा प्रणालियों में से एक के रूप में मान्यता देती है और उन्हें चिकित्सा दावों के साथ बेचा जाता है. इसने स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के तहत आयुर्वेद, योग और प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध और होम्योपैथी (आयुष) विभाग की स्थापना की है। दक्षिण भारतीय राज्य केरल मं भी कैबिनेट स्तर का आयुष विभाग है। होम्योपैथी में उच्च शिक्षा की निगरानी के लिए 1973 में केंद्रीय होम्योपैथी परिषद की स्थापना की गई थी, और 1975 में राष्ट्रीय होम्योपैथी संस्थान की स्थापना की गई थी। होम्योपैथिक उत्पादों के सिद्धांत और मानक भारत के होम्योपैथिक फार्माकोपिया के अंतर्गत आते हैं। भारत में होम्योपैथी का अभ्यास करने के लिए होम्योपैथी में न्यूनतम मान्यता प्राप्त डिप्लोमा और राज्य रजिस्टर या होम्योपैथी के केंद्रीय रजिस्टर पर पंजीकरण आवश्यक है। होम्योपैथी वैकल्पिक दवाओं के सबसे अधिक इस्तेमाल किए जाने वाले रूपों में से एक है और इसका दुनिया भर में एक बड़ा बाजार है। सटीक आकार अनिश्चित है, लेकिन होम्योपैथिक बिक्री पर उपलब्ध जानकारी से पता चलता है कि यह चिकित्सा बाजार का एक बड़ा हिस्सा है। भारत में ही 206 होम्योपैथिक चिकित्सा प्रशिक्षण के कॉलेज हैं और 31,12,000 होम्योपैथिक चिकित्सक हैं. ■

यूनानी चिकित्सा पद्धति

यूनानी चिकित्सा पद्धति को यूनानी या हिकमत के नाम से भी पुकारा जाता है। इसे ''यूनानी–तिब'' या केवल ''यूनानी'' के नाम से भी जाना जाता है। यूनानी तिब में यूनानी शब्द मूलतः ''लोनियन'' का अरबी रूपांतरण है जिसका अर्थ ग्रीक या यूनान है। भारत में सौ से अधिक यूनानी चिकित्सा विश्वविद्यालयों में यूनानी चिकित्सा पद्धति सिखाया जाता है। यह प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धति आयुर्वेद के करीब है। इसे भारत में भी वैकल्पिक चिकित्सा माना गया है। यूनानी चिकित्सा छद्म वैज्ञानिक है। 460 –377 ईसा पूर्व में यूनानी चिकित्सा विधि का पता चलता है। बुकरात (अंग्रेजी में हिप्पोक्रेट) नामक दार्शनिक को यूनानी चिकित्सा विधि का जन्मदाता माना जाता है। बुकरात को बाबा–ए–तिब यानी चिकित्या के पूर्वज भी माना जाता है। हिप्पोक्रेट ने मिश्र और मेसोपोटामिया यानी वर्तमान ईराक, शाम और तुर्की के दजला–फुरात नदियों के मध्य की सभ्यता, संस्कृति और चिकित्सा पद्धति को समीप से देखा। उस समय की चिकित्सा व्यवस्था को पुनः जीवित करने का प्रयास किया। इनके बाद 129 से 200 ई. में हकीम जालीनूस का कालखंड आया इन्हें अंग्रेजी में गेलन के नाम से भी जाना गया। हकीम जालीनूस ने प्राचीन यूनानी दर्शन और दवाईयों को पारदर्शिता से पहचान और परिचय दिया। हकीम जालीनूस के बाद जाबिर–इब–हयात और हकीम–इब–सीना का भी जिक्र आता है। आधुनिक भारत में यूनानी चिकित्सा का इतिहास को देखें तो भारत में यूनानी चिकित्सा पद्धति की शुरूआत 10 वी शताब्दी से मानी जाती हैं किंतु भारत में यूनानी चिकित्सा पद्धति को पुनर्जीवित कर आधुनिक रूप देनें का श्रेय हकीम अजमल खान को जाता है। हकीम अजमल खान के प्रयासो से ही दिल्ली में यूनानी चिकित्सा में पढाई हेतू ''तिब्बतिया कालेज'' की स्थापना हुई। हकीम अजमल खान के प्रयासो को मान्यता देते हुये भारत सरकार ने उनके जन्मदिवस 11 फरवरी को 'राष्ट्रीय यूनानी दिवस' के रूप में मनाने का निर्णय लिया गया जिसकी शुरूआत सन् 2016 स हुई थी.

यूनानी चिकित्सा पद्धति भारतीय चिकित्सा विधि का ही एक रूप है। दम (खून), बलगम (कफ), पीला पित्त (सफरा) और काला पित्त (सौदा) प्रधानता के आधार पर रोग के लक्षणों का पता किया जाता है। इसे भारतीय चिकित्सा दर्शन के करीब माना जाता है। मानव शरीर में आग, जल, पृथ्वी और वायु प्रधानता का मानव शरीर पर प्रभाव ही मूल रोग लक्षण और निदान देखा गया है। यूनानी चिकित्सा के अनुयायियों के अनुसार इन तत्वों के विभिन्न तरल पदार्थ में और उनके शेष राशि की उपस्थिति से स्वास्थ्य के असंतुलन का सुराग लगता है। इन पदार्थो का प्रत्येक आदमी में अनूठा मिश्रण उसके स्वभाव और रक्त की विशेषता तय करता है। कफ की प्रधानता वाला व्यक्ति ठंडे स्वभाव का होता है। ■

ब्लूमबर्ग की रिपोर्ट में स्पेन को विश्व का सबसे स्वस्थ देश माना गया था जिसकी जनसँख्या लगभग 4 करोड़ है. ।

रसाहार - योग और स्वास्थ्य

– डा. पूर्णिमा दाते

मानव जीवन भर स्वस्थ रहने की आकांक्षा करता है। मानव की इसी इच्छा ने आयुर्वेद को जन्म दिया है। स्वस्थ व्यक्ति का उत्तम स्वास्थ्य बना रहे एवं रोगग्रस्त लोगों को रोगों से मुक्ति मिले, यही आयुर्वेद का मूल उद्देश्य है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए आयुर्वद मनुष्य के लिए सही दिनचर्या, ऋतुचार्य, पथ्य और अपथ्य भी बताता है। ईश्वर द्वारा प्रदत्त इस शरीर का कैसे, कितना, कहां उपयोग करना है, मन पर बुद्धि के नियंत्रण के उपाय और यह हो सके, ऐसा करने के लिए योग, सभी एक दूसरे से जुड़ी हुई बातें हैं।

रसाहार : भारतीय संस्कृति में कहा गया है कि जैसा होगा अन्न वैसा होगा मन। इस हेतु आयुर्वेद में सात्विक आहार, सात्विक वनस्पतियां, भोजन बनाने और करने की विधियां, आदि का भी विस्तृत वर्णन मिलता है। आयुर्वेद में यह बताया गया है कि किसी भी वनस्पति का सर्वश्रेष्ठ रूप उस वनस्पति का स्वरस अर्थात ताजा रस होता है। रसाहार उपचार का यही आधार है। यूं तो यह एक साधारण बात है कि किसी भी वनस्पति के सर्वश्रेष्ठ रूप को ही उपयोग में लाया जाए तो वह अधिक लाभ पहुंचाएगी। परंतु यह लाभ हमें किस तरह शरीर में मिलता है, इसे जानने के लिए इन बिंदुओं पर ध्यान देना चाहिये –

शोधन – जब हम किसी भी वनस्पति का ताजा रस सेवन करते हैं, तो उसकी प्रक्रिया शरीर में सामान्य से तीव्र होती है। सबसे पहले यह ताजा रस हमारे आहार नलिका में जाकर वहां से शोधन अर्थात सफाई की क्रिया शुरू करते हैं। इसलिए मलमूत्र और कभी – कभी उल्टी के रूप में भी शरीर की शुद्धी हो जाती है। उल्टी उस अवस्था में होती है, जब हमारी आहार नली के आमाशय या उसके ऊपर वाले भाग में ही अत्यधिक विजातीय द्रव्य भरे हों। ऐसी स्थिति में पहले बड़ी आंत की सफाई अथवा पंचकर्म से शोधन कर के रसाहार शुरू किया जाता है, ताकि उल्टी के कष्ट न हों।

कोशिकाओं द्वारा अवशोषण – जब शरीर इस योग्य हो जाता है कि, वह स्वरस को पचा सके, तब रसाहार सेवन करने पर यह हमारे शरीर की प्रत्येक कोशिका तक पहुंचकर उनके द्वारा बड़ी शीघ्रता से अवशोषित कर लिया जाता है। वनस्पति का सबसे सरल रूप होने के कारण हमारी कोशिकाएं इसे सहर्ष स्वीकार करके अपनी कोशिका भित्ति के अंदर ले लेती हैं।

पोषण – कोशिकाओं के अंदर पहुंच कर ताजा रसों में स्थित सूक्ष्म तत्व उन कोशिकाओं का पोषण करते हैं जिसके कारण यह कोशिकाएं स्वस्थ और सक्रिय हो जाती हैं ।

रक्तप्रवाह में वृद्धि – शरीर की सभी कोशिकाओं के समान ही रक्त कोशिकाओं का भी पोषण और सक्रियकरण हो जाता है , जिसके कारण शरीर में रक्तप्रवाह की गति बढ़ जाती है।

सप्तधातुओं का पोषण – मानव शरीर सात धातुओं से मिलकर बना है। यह है, रस (यहां पर रस का अर्थ है शरीर में उपस्थित रस जैसे पाचक रस इत्यादि), रक्त, मांस, मेद, अस्थि, मज्जा और वीर्य। रक्त संचार बढ़ने के कारण इनमें से प्रत्येक धातु से

संबंधित अंग और कोशिका का पोषण होता है और इस कारण इन धातुओं का भी पोषण होता है। जैसे अस्थि अर्थात हड्डी की कोशिकाएं पोषित होने से हड्डी मजबूत बनती है।

महत्वपूर्ण अंगों और तंत्रों का पोषण – जब सभी सातों धातुएं पोषित और शक्तिशाली हो जाती हैं। तब उनसे संबंधित अंगों और तंत्रों का पोषण भी होने लगता है, जैसे लिवर, पेनक्रियाज या कंकाल तंत्र, रक्त संचार तंत्र पाचन तंत्र इत्यादि। शरीर निर्मल स्वस्थ एवं हल्का हो जाता है। नियमित रसाहार सेवन करते हुए मनुष्य स्वयं को स्वस्थ एवं हल्का अनुभव करता है। उसकी दैनिक गतिविधियों सहज और सरल हो जाती हैं। जिसके कारण दैनिक जीवन भी सहज और सरल हो जाता है।

मन बुद्धि तथा चित्त की शुद्धता एवं सात्विकता – जब शरीर हल्का स्वस्थ एवं सहजता से उपयोग करने योग्य हो जाता है, तो मन प्रसन्न रहता है। विचार सकारात्मक होते हैं और धीरे–धीरे हमारे अंदर सात्विक गुणों की वृद्धि होने लगती है। इस प्रकार बुद्धि का मन पर नियंत्रण भी हो जाता है और हम योग मार्ग पर भी आगे बढ़ पाते हैं। इसीलिए रसाहार को सात्विक आहार माना गया है।

योग : मानव के स्वरुप को सम्पूर्ण रुप से जानना है तो योग के अनुसार बताई गई मानव के स्वरुप की परिभाषा को समझना होगा। योग के अनुसार मानव मात्र पंच कोषों का समन्वय है। अन्नमय कोष, प्राणमय कोष, मनोमय कोष, विज्ञानमय कोष तथा आनन्दमय कोष। हम जिस शरीर को अपनी आँखों से देख पाते हैं वह अन्नमय कोष का स्वरुप है। अन्नमय कोष के प्रबन्धन से इसका पाषण किया जा सकता हैं। हम जिस प्राण वायु को अपने अन्दर लेते और प्रवाहित करते हैं। उसके पोषण और नियंत्रण से प्राणमय कोष का प्रबन्धन होता है। हम जिन विचारों को अपने अन्दर अनुभव करते हैं, उनका प्रबन्धन करने से मनोमय कोष का पोषण होता है। हमारी बुद्धि और विवेक के प्रबन्धन से सही अथवा गलत निर्णय की अपनी क्षमता ने निर्धारण स विज्ञानमय कोष का प्रबन्धन होता है जब की सबसे अन्तिम एंव सूक्ष्मतम है आनन्दमय कोष। यह किसी भी भौतिक विचार या अनुभूति से परे एक अनन्त आनन्द की स्थिति है जो ईश्वर से एकाकार होने की अनुभूति का परिणाम है। आनन्द

की इस अपरिभाषित चरम अवस्था से आनन्दमय कोष का प्रबन्धन हो सकता है। यह पांचों योग से सम्भव है किन्तु आधुनिक युग में योग को केवल अन्नमय कोष के प्रबन्धन अर्थात स्वास्थ्य से ही जोड़ कर देखा जाता है। अधिक से अधिक इतना ही आधुनिक विज्ञान समझ पाया है कि प्राणायाम और सकारात्मक विचारों से स्वास्थ्य में सुधार आ सकता है।

महाभारत युद्ध में विषाद से ग्रस्त अर्जुन को जब भगवान कृष्ण कर्तव्य करने के लिये प्रेरित कर रहे थे तब अर्जुन के मन मे भी यह बहुत बडा प्रश्न था कि इस चंचल और वायु के समान गतिशील मन को वश में कैसे किया जाए ? भगवान कृष्ण ने उसका उत्तर दिया था कि अभ्यास और वैराग्य से ही मन को वश किया जा सकता है। विज्ञानमय कोष के उपयोग का अर्थ है व्यक्ति यह समझने लगता है कि उसके लिये उचित और अनुचित क्या है। बुद्धि पर नियंन्त्रण उसके आगे की स्थिति है। एक व्यक्ति यदि यह जानता है कि देर से सो कर उठना अथवा असमय खाना उसके स्वास्थ्य के लिये हानिकारक है तब भी ऐसा करने से स्वयं को रोकने के लिये उसे कठिन प्रयत्न करने पड़ते हैं। आलस्य को त्याग कर अभ्यास के प्रति दृढनिश्चय रखना तथा भोगों के प्रति वैराग्य रखना ही उसे अपने प्रयत्नों में सफल बना सकता है। यह दोनों सफलता पूर्वक प्राप्त करने के लिये या तो ईश्वर के प्रति सम्पूर्ण समर्पण का भाव होना चाहिये या फिर प्राण और अपान के नियंत्रण से वह अपने मन और शरीर पर नियन्त्रण प्राप्त कर सकता है। मानव तथा अन्य जीव जन्तुओं के जीवन में यही अन्तर है। विवेक ज्ञान का उपयोग करके मानव स्वयं का उद्धार कर सकते हैं। अपना आने वाला जन्म सुधार सकते हैं और मोक्ष की प्राप्ति भी कर सकते हैं। योग उसके लिये साधन है। अतः इसका उपयोग केवल स्थूल शरीर मात्र के लिये न हो कर सूक्ष्म शरीर के जानने और शुद्ध चेतन को समझकर अनन्त आनन्द की प्राप्ति तक के मार्ग को पूरा करने के लिये होना चाहिये।

जिस तरह योग को स्वास्थ्य लाभ का साधन मानना योग को बहुत छोटा कर के आँकना है, इस तरह रसाहार का उपयोग रोगों के उपचार के लिए करने की सोचना भी उसका निम्नतम उपयोग है। वास्तव में रसाहार तो मनुष्य को योग मार्ग पर आगे बढ़ने का एक श्रेष्ठ साधन है। इसलिए सभी को नियमित ताजा रसों का सेवन अवश्य करना चाहिए। ताजा रसों का सेवन प्रातःकाल करने हमें नाश्ता करने की आवश्यकता नहीं पड़ती। यह तो सभी जानते हैं कि, एक बार खाए वह योगी, दो बार खाए वह भोगी और तीन बार खाए वह रोगी होता है। तो क्यों न हम ताजा रसों का सेवन कर के केवल दो आहार का जीवन अपनाएँ! साथ ही योग को अपने दैनन्दिन जीवन का नियमित उपक्रम बनायें। इसके लिए समय निकालना चाहिए, इसे सीखना चाहिए और अपने घर परिवार में इसका प्रबंध करना चाहिए। ■

– मो. 9425027273 Email - purnimadatey@gmail.com

एक्यूप्रेशर और एक्यूरपंक्चर से उपचार

एक्यूप्रेशर (Acupressure) और एक्यूरपंक्चर (Acupuncture) का उपचार के लिये इन दिनों खूब प्रयोग किया जा रहा है. ये दोनों ही पद्धतियां पारंपरिक चीनी चिकित्सां पद्धति से आई हैं जहां इनका प्रयोग करीब 6000 साल से किया जा रहा है. आज ये पद्धति पूरी दुनिया में प्रचलित हो चुकी है. एक्यूपंक्चर और एक्यूप्रेशर से कई बीमारियों का इलाज किया जा रहा है. एक्सपर्ट्स मानते हैं कि इलाज के इन तरीकों में ज्यादा वक्त जरूर लगता है लेकिन इनका साइड इफेक्ट नहीं होता.

क्या है एक्यूजपंक्चर - एक्यू चीनी भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है पॉइंट. हमारे शरीर में कुल 365 एनर्जी पॉइंट होते हैं. इन पॉइंट्स पर बारीक सूई से पंक्चर (छेद) कर इलाज किया जाता है. इसलिए इसे एक्यूपंक्चर कहा जाता है. एक्यूपंक्चर को मेडिकल साइंस माना जाता है. डब्ल्यूएचओ ने भी एक्यूपंक्चर को असरदार बताया है. इसकी मदद से इलाज करने के लिए लाइसेंस होना जरूरी होता है.

क्या है एक्यूर प्रेशर - एक्यूप्रेशर में अंगूठों और उंगलियों की मदद से शरीर के खास पॉइंट्स को दबाया जाता है. ऐसा करने से अगर नर्व या नसों की समस्यां है तो एक्यूप्रेशर से फायदा हो सकता है. एक्यूप्रेशर में हर पॉइंट को दो–तीन मिनट दबाना होता है जिसे आप खुद भी सीख कर कर सकते हैं. आमतौर पर पांच से छह सेशन में इसका असर दिखने लगता है और 15 से 20 सिटिंग्स में पूरा आराम मिलता है.

किन चीजों में फायदेमंद - इन दोनों की मदद से पुराने सिर दर्द, बैक पेन, नेक पेन, अर्थराइटिस, नौसिया, इनसोम्निया, पीरियड पेन, माइग्रेन आदि का इलाज कर सकते हैं. इसके अलावा आप अपने इमोशन डिसऑडर यानी एनजाइटी, डिप्रेशन आदि का भी इलाज इससे करा सकते हैं. इन विधियों के अनुसार हमारे शरीर के कुल 365 पॉइंट्स में से कुछ ऐसे हैं जो काफी असरदार हैं और कई तरह की बीमारियों में राहत दिलाते हैं. मिट्टी में रोजाना 10–15 मिनट नंगे पैर चलें. नंगे पैर चलने से तलुवों में मौजूद पॉइंट्स दबते हैं जिससे खून का दौर बढ़ता है. हफ्ते में दो बार सिर में 5–10 मिनट अच्छी तरह तेल से मसाज करें. डिप्रेशन से लेकर मेमरी लॉस, पार्किंसंस जैसी दिक्कतों में मदद मिलती है. कान के नीचे वाले हिस्से (इयर लोब) की रोजाना पांच मिनट मालिश करें तो याददाश्त बेहतर होती है. नहाते समय रोज तलवों को ब्रश से 4–5 मिनट तक अच्छी तरह रगड़ें. जीभ रोजाना अच्छी तरह ब्रश या उंगलियों से रगड़ें. यहां हार्ट, किडनी आदि के पॉइंट होते हैं. रोजाना 5–7 मिनट तालियां बजाएं. हाथों में भी एक्युप्रेशर पॉइंट होते हैं जो कई तरह से सेहत को ठीक करते हैं. ■

अफ्रीका के गरीब देश रिपब्लिक ऑफ चाड में औसत आयु मात्र 53 वर्ष है.

भारत के प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

आधुनिक जीवन शैली और खानपान के तरीके ने जीवन को एक तरफ जहां आसान बनाया है, वहीं दूसरी तरफ कई तरह के शारीरिक विकार भी पैदा किये हैं। यही कारण है कि लोग मानसिक और भौतिक सुख शांति के लिये परम्परिक और प्राकृतिक जीवन की तरफ लौट रहे हैं जिसमें नेचुरोपैथी भी एक है। ऐसा माना जाता है कि शरीर हर तरह के रोग से लड़ने में सक्षम है। प्राकृतिक चिकित्सा में मिट्टी, पानी, धूप, हवा व आकाश को आधार मानकर इलाज किया जाता है। इस प्रक्रिया में शरीर को अपने आप से हील करने के लिए कई तरह की प्राकृतिक रेमेडीज जैसे कि थेरेपी, हर्ब्स, एक्यूपंक्चर, मसाज, एक्सरसाइज और खानपान से सम्बंधित काउंसलिंग शामिल होती है। यह कोई नई चिकित्सा पद्धति नहीं है बल्कि इसका प्रयोग प्राचीन समय से किया जाता रहा है। भारत में स्वस्थ्य लाभ के नेचुरोपैथी केंद्र इस प्रकार हैं :

निर्वाण प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र, दिल्ली : यह केन्द्र स्लिप डिस्क, गठिया रोग, साइटिका, मानसिक तनाव, पीठ दर्द और ऑस्टियोपोरोसिस जैसी शरीर की समस्याओं के लिए एक समग्र दृष्टिकोण और समाधान प्रदान करता है। इस सेंटर में मसाज थेरेपी, योग सत्र, एक्यूप्रेशर, डाइट थेरेपी, हिप बाथ, स्पाइनल बाथ, स्पाइनल स्प्रे, इमर्शन बाथ, आर्म्स एंड फुट बाथ, व्हर्लपूल बाथ, कोलन हाइड्रोथेरेपी, वॉटर थेरेपी और शिरोधारा जैसी क्रियाएँ कराई जाती हैं।

हिमालयन रिसर्च इंस्टीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी, काँगड़ा : हिमाचल प्रदेश के काँगड़ा जिले में स्थित विवेकानंद मेडिकल रिसर्च ट्रस्ट प्राकृतिक उपचार और आयुर्वेद के लिए अत्याधुनिक उपचार सुविधा प्रदान करता है। इस सेंटर में योग, प्राणायाम, ध्यान, प्राकृतिक चिकित्सा, पंचकर्म, फिजियोथेरेपी, एक्यूप्रेशर, मैग्नेटोथेरेपी, डाइट थेरेपी की सुविधायें दी जाती हैं।

नेचर क्योर सेंटर, जयपुर : राजधानी जयपुर में स्थित नेचर क्योर सेंटर में गठिया, अस्थमा, ब्रोंकाइटिस, कोलाइटिस, मधुमेह, हृदय, मोटापा, एसिडिटी, पीलिया तथा सांस से जुड़ी सभी तरह की बीमारियों का इलाज किया जाता है। इस केंद्र में दिया जाने वाला उपचार पंचतत्वों अर्थात पृथ्वी, अग्नि, जल, वायु और आकाश पर आधारित होता है। उपचार में उपवास, धूप सेंकना, कीचड़ स्नान, गीली चादर की पैकिंग, भाप स्नान, जल चिकित्सा और इलेक्ट्रोथेरेपी शामिल हैं।

ब्रह्म योग संस्थान, ऋषिकेश : यह संस्थान तन और मन की तंदरुस्ती के लिए तरह तरह की चिकित्सा कराता है जिससे शरीर को बिना किसी बाहरी रसायन के ठीक होने की शक्ति है। यह सेंटर आयुर्वेद जीवन शैली, आयुर्वेद मर्म चिकित्सा, आयुर्वेद मालिश, समग्र मालिश, फुट रिफ्लेक्सोलॉजी, एक्यूप्रेशर, योग, प्राणायाम, ध्यान, भावनात्मक रुकावट से सम्बंधित विषयों अथवा क्रियाओं पर काम करता है।

जिंदल नेचरक्योर इंस्टीट्यूट, बैंगलोर : इस संस्थान में शरीर के विषहरण और जीवन शैली में संशोधन के माध्यम से पुरानी बीमारियों की रोकथाम और इलाज किया जाता है। यह सेंटर आयुर्वेद मालिश, फुट रिफ्लेक्सोलॉजी, एक्यूप्रेशर, योग, प्राणायाम, ध्यान, आयुर्वेद जीवन शैली, आयुर्वेद मर्म चिकित्सा, भावनात्मक रुकावट से सम्बंधित सेवा प्रदान करता है। ■

गंभीर रोगों में मन्त्र चिकित्सा

सनातन धर्म में मंत्र जाप का बहुत महत्व माना गया है। युगों पहले भी हमारे ऋषि–मुनि सदैव मंत्र जाप करते थे। आज के समय में भले ही आधुनिकता में किसी के पास इतना समय न हो कि वह मंत्र जाप आदि के लिए समय निकाल सकें लेकिन आज भी मंत्रों की शक्ति उतना ही महत्व रखती है। हमारे ग्रंथो में ऐसे मंत्र बताए गए हैं जिनका जाप करने से जीवन की नकारात्मकता को दूर करके सकारात्मकता लाई जा सकती है और सभी मनुष्य सभी समस्याओं से मुक्ति पा सकते हैं। हमारे ग्रंथों में कुछ ऐसे मंत्रों के बारे में जानकारी दी गई है, जिनका यदि नियमित जाप किया जाए तो गंभीर रोगों से भी लाभ प्राप्त किया जा सकता है.

अच्छे स्वास्थ्य के लिए दुर्गासप्तशती में बताए गए मंत्र का नियमित रूप से जाप करना चाहिए। इसके लिए प्रातःकाल उठकर स्नानादि करें और फिर एक ऊनी आसन बिछाकर मां दुर्गा के समक्ष इस मंत्र का एक माला यानी 108 बार जाप ''देहि सौभाग्यमारोग्यं, देहि मे परमं सुखं। रूपं देहि, जयं देहि, यशो देहि, द्विषो जहि।'' के बाद मां से अच्छे स्वास्थ्य की प्रार्थना करें। इसी प्रकार हृदय रोग की समस्या में ऋगवेद में बताए गए इस मंत्र जाप से लाभ प्राप्त किया जा सकता है. **''क्क घन्नघ मित्रामहः आरोहन्नुत्तरां दिवम। हृद्रोग मम् सूर्य हरिमांण् च नाश्यं'** का जप सुबह जल्दी उठकर स्नानादि करने के पश्चात सूर्य के समक्ष करें। ज्योतिष के अनुसार आरोग्यता प्राप्त करने के लिए भगवान शिव के इस मंत्र का जाप करना बहुत उपयोगी रहता है। **''क्क जूं सः माम्पालय पालय सः जूं क्क'** ''इस मंत्र का जाप ऊन के आसन पर उत्तर दिशा की ओर मुख करके करना है। सबसे पहले भगवान शिव के समक्ष दीपक प्रज्वलित करें और फिर रूद्राक्ष की माला से कम से कम एक माला लाभकारी बताया जाता है. ज्योतिषशास्त्र के अनुसार किसी गंभीर रोग में गायत्री मंत्र का जाप करना बहुत लाभकारी होता है. गायत्री मंत्र को श्रेष्ठ माना गया है।। **ऊं भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।** रोग से मुक्ति के लिए प्रतिदिन गायत्री मंत्र का कम से कम पांच माला जाप करना चाहिए और अधिक से अधिक आठ माला जाप किया जा सकता है। मान्यता है कि इस मंत्र का जाप यदि नियम और निष्ठा के साथ किया जाए तो यह गंभीर रोगों से भी राहत दिला सकता है। ■

(मन्त्रों द्वारा रोग चिकित्सा मन्त्र विज्ञान का एक प्राचीन भाग है, जिसे वैज्ञानिक मान्यता प्राप्त होना बाकी है, पाठकों की इस विषय में रूचि के लिए यह लेख पत्रिका के इस अंक में सम्मिलित किया गया है)

वर्ष 2023 तक, भारत में 543 मेडिकल कॉलेज और 64 अकेले पीजी संस्थान हैं जिनकी योग्यता राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग द्वारा मान्यता प्राप्त है।

उपचार - झाड़ फूंक से

वर्ष 2019 की एक रिपोर्ट के अनुसार दिल्ली के बड़े सरकारी अस्पताल लोकनायक अस्पताल के बाहर इन दिनों देसी डॉक्टर झाड़–फूंक के जरिए मरीजों का इलाज कर रहे हैं। ये झोलछाप डॉक्टर सिर्फ बीमारियों का ही नहीं बल्कि पारिवारिक और जीवन की निजी परेशानियों को दूर करने का भी दावा करते हैं।

दिल्ली के बड़े सरकारी अस्पतालों में एक लोकनायक अस्पताल के बाहर इन दिनों 'झाड़–फूंक' का धंधा जोरों से चल रहा है। जिसे अस्पताल में इलाज नहीं मिलता, वह अस्पताल के बाहर बैठे देसी डॉक्टर से झाड़–फूंक के जरिए इलाज करवा रहे हैं। ये झोलाछाप डॉक्टर भी सिर्फ एक बीमारी का नहीं, बल्कि 3 हजार से ज्यादा बीमारियों के इलाज का दावा करते हैं। एक तरफ कहा जाता है कि डॉक्टर के अलावा किसी और से इलाज न करवाया जाए, दूसरी तरफ अस्पताल के बाहर बैठकर ही कैंसर से लेकर बांझपन तक का इलाज झाड़ फूंक से कर रहे हैं. इतना ही नहीं, इलाज करने वाले का दावा है कि वह सारा इलाज पानी से करते हैं। पूछने पर 'देसी डॉक्टर' ने बताया कि झाड़ और पानी के द्वारा यहां 3 हजार से ज्यादा बीमारियों का इलाज किया जाता है। कैंसर, पीलिया, पथरी, बिच्छू काटा, सांप का झाड़, बवासीर, बांझपन, दिल की बीमारी, दांत का दर्द और छाती के दर्द सहित कई अन्य बीमारियां सम्मिलित हैं. बीमारियों के इलाज के साथ यहां दुश्मन को बर्बाद करने से लेकर जालिम को खत्म करने तक का दावा भी किया जा रहा है। इनके पोस्टर पर यह सफलता के लिए पढ़ाई में मन लगाने के लिए, दोस्ती के लिए, रोजी में तरक्की, लापता का पता लगाने और चोर की पहचान करने तक का दावा कर रहे हैं। अस्पताल के बाहर खड़े रेहड़ी–पटरियों वालों से जब इनके बारे में पूछा गया, तो उन्होंने बताया कि यह पिछले कुछ दिनों से यहां आकर बैठ रहे हैं। रोजाना एक या दो लोग इनके पास आ ही जाते हैं। खास बात तो यह है कि काम भले ही इनका देसी हो लेकिन फीस इनकी डॉक्टरों वाली है। मेडिकल डायरेक्टर, लोकनायक अस्पताल ने कहा, यह काम अस्पताल की बाउंड्री के बाहर चल रहा है। इसलिए अस्पताल की कोई जिम्मेदारी नहीं है क्योंकि अस्पताल के बाहर के ऐसे काम को एमसीडी देखती है. ■

उपचार नजर उतारने से

असफलता, कठिनाइयों और रोगों के निवारण में निरंतर असफलता की स्थिति में नजर लगने को कारण माना जाना एक पुरानी असत्यापित किन्तु एक सामाजिक मान्यता है. बुरी नजर दोष के कारण व्यक्ति को जीवन में कई सारी कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। जीवन में नकारात्मक विचारों के उत्पन्न होने की वजह से कोई काम नहीं बन पाता है। ऐसे में शास्त्रों में जिन्हें करने से नजर दोष से बचा जा सकता है। बुरी नजर एक प्रकार का दोष होता है जिसके लगने से जीवन में कई प्रकार की रुकावटें आती हैं। बने बनाए काम बिगड़ जाते हैं, असफलता हाथ लगती है, मन अशांत रहता है और नकरात्मक विचार से मन भर जाता है। मान्यता है कि बुरी नजर ज्यादातर व्यक्ति की सफलता, उसके धनवान बनना और उसकी यश–कीर्ति के प्राप्त होने पर लग जाती है। बुरी नजर किसी व्यक्ति या वस्तु के प्रति किसी की नकारात्मक भावनाओं या इच्छाओं के कारण एक ऋणात्मक प्रभाव माना जाता है। इसे नजर दोष या काली नजर भी कहा जाता है। ऐसे में शास्त्रों के अनुसार कुछ विशेष उपाय और पूजा पाठ करने से बुरी नजर के दोष से बचा जा सकता है। इन उपायों को आजमाने से जीवन में खोई हुई खुशियां वापस आ जाती हैं और घर–परिवार में सुख–शांति बनी रहती है।

बुरी नजर से बचने के लिए विशिष्ट उपायों में, हनुमान चालीसा का पाठ, बजरंग बाण का पाठ, शनिवार के दिन पंचमुखी हनुमान का लाकर पूजा करके उसे धारण करना एक उपाय माना जाता है. लाल रंग को मां आदि शक्ति और सुरक्षा का प्रतीक माना जाता है। बुरी नजर से बचने के लिए लाल रंग के वस्त्र, लाल रंग का रूमाल, आदि सहायक होते हैं ऐसी मान्यता है. शास्त्रों में भैरो बाबा को भी बुरी नजर से बचाने वाला देवता माना जाता है। मोरपंख भी बुरी नजर के दोष को दूर करने में बड़ा उपयोगी माना जाता है। आप अपने घर में किसी पवित्र स्थान पर मोरपंख को रख दें। आपने अक्सर देखा होगा मंदिरों में लोग मोर पंख की झाड़ू रखते हैं और जो भक्त दर्शन करने आते हैं उनके ऊपर मोरपंख के गुच्छे वाली झाड़ू उनकी पीठ पर फेहरायी जाती है। मान्यता है कि मोरपंख में दैवीय शक्तियां होती है, इसकी पूजा कर इसे सिद्ध कर के घर में रखने के बाद नकारात्मक ऊर्जा का दमन होता है। बुरी नजर दूर करने में भगवान शिव की शरण और और प्रतिदिन रुद्राक्ष की माला से ॐ नमः शिवाय मंत्र का जाप भी एक निदान है. बुरी नजर से बचने के लिए नींबू और नमक का उपाय सबसे कारगर माना जाता है। यह नजर उतारने में काम आता है इसलिए नींबू और नमक को एक साथ बांधकर अपने घर के प्रवेश द्वार पर टांगना, मान्यताओं के अनुसार बुरी नजर से बचाव का एक मार्ग है. ■

(यहां दी गई दोनों जानकारियां धार्मिक आस्था और लोक मान्यताओं पर आधारित हैं। इसका कोई भी वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है। विश्वास पर आधारित मान्यताओं की नवलय पुष्टि नहीं करता, किन्तु इन बातों का युगों से निरंतर रूप से स्थापित रहने के कारण इन्हें इस अंक में सम्मिलित किया गया है.)

बायोकेमिक थेरेपी

बायोकेमिक थेरेपी को 'टिशू साल्ट थेरेपी' के नाम से भी जाना जाता है जिसका काम स्व–उपचार को बढ़ावा देने के लिए शरीर की कोशिकाओं को स्वाभाविक रूप से संतुलित, विनियमित और पुनर्स्थापित करना है। खनिज ऊतक लवण शरीर के 'महत्वपूर्ण, आवश्यक खनिज' निर्माण खंड हैं। वे हमारे दैनिक आहार में उपभोग किए जाने वाले पोषक तत्वों के इष्टतम अवशोषण और उपयोग को बढ़ावा देते हैं और बढ़ाते हैं. ऊतक लवण अकार्बनिक खनिज पदार्थ हैं, बिल्कुल वैसे ही जो हमारी पृथ्वी और उसकी मिट्टी का निर्माण करते हैं। 1873 में एक जर्मन चिकित्सक डॉ. विल्हेम हेनरिक शूसेलर ने देखा कि जब कोशिका चयापचय सामान्य था या कोशिका पोषण पर्याप्त था तो बीमारी नहीं होती थी। डॉ शूसेलर ने पाया कि मृत्यु के बाद मानव रक्त और राख के अवशेषों का विश्लेषण करके और इन विभिन्न ऊतकों से खनिजों को अलग करके, नमूनों द्वारा पाया गया कि ये खनिज लवण शरीर का महत्वपूर्ण हिस्सा थे। उन्होंने इन 12 खनिज यौगिकों को ऊतक लवण नाम दिया। मानव शरीर में ये बारह महत्वपूर्ण अकार्बनिक तत्व होते हैं, जो शरीर में प्राकृतिक रूप से पाए जाते हैं जो सामान्य कोशिका कार्य के रखरखाव के लिए जिम्मेदार होते हैं। जैव रासायनिक थेरेपी कोशिका स्वास्थ्य को सामान्य करने, असंतुलन को दूर करने और शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली प्रतिक्रिया को उत्तेजित करने के लिए 12 डॉ. शूसेलर साल्ट का उपयोग करती है। मानव शरीर का स्वास्थ्य उसकी प्रत्येक कोशिका के स्वास्थ्य, कोशिकाओं के भीतर उसकी चयापचय प्रक्रियाओं पर निर्भर करता है। जब इनमें से एक या अधिक तत्वों की कमी हो जाती है तो सामान्य कोशिका कार्य या चयापचय गड़बड़ा जाता है। इसे रोग के नाम से जाना जाता है। जब कुछ खनिज घटकों – खनिज ऊतक लवण – की कमी हो गई, तो कोशिकाओं की पोषण को आत्मसात करने, उत्सर्जित करने और उपयोग करने की क्षमता खराब हो गई। कम क्षमता (आमतौर पर 6•) होम्योपैथिक रूप में सही खनिज ऊतक नमक की आपूर्ति करके कोशिका पोषण और कोशिका चयापचय को सामान्य किया जा सकता है।

12 डॉ. शूस्लर साल्ट का उपयोग करके जैव रासायनिक थेरेपी शरीर की कोशिका को बिना किसी जोखिम या दुष्प्रभाव के सही संतुलन हासिल करने में मदद करेगी क्योंकि ये खनिज ऊतक लवण पहले से ही शरीर के घटक हैं।

डॉ. शूसेलर साल्ट मानव शरीर को शरीर के ऊतकों के भीतर उनके वितरण को पुनर्गठित करने के लिए उत्तेजित करके ग्रहण किए गए भोजन से खनिजों की कमी के अवशोषण में सुधार करते हैं। आत्मसात करने के लिए आवश्यक खनिजों की उपस्थिति के बिना विटामिन अक्सर बेकार होते डॉ शूसेलर खनिज लवण कोशिकाओं में रासायनिक प्रक्रियाओं में सामंजस्य स्थापित करते हैं और उन्हें नियंत्रित करते हैं। इन्हें इस तरह से तैयार किया जाता है कि ये शरीर की सभी कोशिकाओं के लिए आसानी से उपलब्ध हो जाएं, ये तब उपयोगी होते हैं जब आहार से खनिज नदारद हों या कुशलता से अवशोषित न किए जा रहे हों।

बायोकेमिकल थेरेपी एक निवारक, पूरक थेरेपी है जो विकास के सभी चरणों और गर्भधारण से पहले, गर्भावस्था और जन्म, मांसपेशियों में ऐंठन (कष्टार्तव), ऐंठन और प्रसव पूर्व और प्रारंभिक प्रसव के दौरान दर्द सहित सभी उम्र के लिए उत्कृष्ट है। ऊतक लवण तनाव, चिड़चिड़ापन, तनाव और अवसाद जैसी स्थितियों में भी लाभ और राहत देते हैं। डॉ. शूसेलर के टिश्यू साल्ट ओवरडोज के कारण शरीर में विषाक्त नहीं हो सकते क्योंकि वे केवल कमी की पूर्ति करते हैं, शरीर किसी भी अतिरिक्त को बाहर निकाल देगा। ■

भारत में सुलभ चिकित्सा के आयाम

आधुनिक युग में मुख्य चिकित्सा पद्धति ऐलोपैथिक चिकित्सा को ही माना जाता है। इसके अलावा बहुत सी पद्धतियां प्रचलित हैं, जिन्हें वैकल्पिक चिकित्सा की संज्ञा दी गयी है। निम्न सूची इन्हीं वैकल्पिक चिकित्सा पद्धतियों को गिनाती है यथा एक्यूप्रेशर, सुजोक एक्यूप्रेशर चिकित्सा, एक्यूपंक्चर, आध्यात्मिक चिकित्सा,जल चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा (नेचुरोपैथी), होमियोपैथी, आयुर्वेद, सूर्य चिकित्सा, मेथी चिकित्सा, नाभि चिकित्सा, तेल चिकित्सा, मस्तिष्क शोधन चिकित्सा, खिंचाव चिकित्सा, मुद्रा चिकित्सा, रंग चिकित्सा, पंचतत्व चिकित्सा, हास्य चिकित्सा, अंग–संतुलन चिकित्सा, स्वर चिकित्सा, अति तापमान चिकित्सा, अस्थि चिकित्सा, आयुर्वेदिक चिकित्सा, आहार चिकित्सा, उपवास चिकित्सा, ऊर्जा चिकित्सा, हीलिंग चिकित्सा, एपी थेरेपी चिकित्सा, एलेक्जेंडर पद्धति चिकित्सा, एस्टोन पैटर्निंग चिकित्सा, ऑक्सीजन चिकित्सा, किण्वक चिकित्सा, घरेलू चिकित्सा, चुंबकीय चिकित्सा, चेलेशन चिकित्सा, जल तंत्रिका चिकित्सा, ता ची चिकित्सा, ध्यान चिकित्सा, ध्वनि चिकित्सा, निर्देशित कल्पना चिकित्सा, परावर्ती विज्ञान चिकित्सा, पुष्प चिकित्सा, पेशीय चिकित्सा, प्रकाश चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा, बायोकैमिक चिकित्सा, बृहदांत्र सिंचन चिकित्सा, मनो चिकित्सा, मनोकायिक चिकित्सा, मालिश चिकित्सा, मूत्र चिकित्सा, यूनानी चिकित्सा, योग चिकित्सा, रस चिकित्सा, रेकी चिकित्सा, विष मुक्तिकरण चिकित्सा, शाकाहार चिकित्सा, सम्मोहन चिकित्सा, सुई चिकित्सा, सुगंध चिकित्सा, स्पर्श चिकित्सा, हर्बल चिकित्सा और होम्योपैथी चिकित्सा. ■

भारत में एलोपैथी पढ़कर प्रतिवर्ष लगभग 90,000 नये टाक्टर निकलते हैं।

स्वमूत्र चिकित्सा

स्वमूत्र चिकित्सा का अर्थ है स्वयं के मूत्र द्वारा विभिन्न बीमारियों का उपचार। इस चिकित्सा की तह में जाएं, तो पता चलता है कि इसका इतिहास काफी पुराना है। आयुर्वेद में कुल आठ जानवरों के मूत्र के इस्तेमाल के बारे में बताया गया है। इसमें शामिल है मानव मूत्र भी। लगभग 5000 साल पहले लिखी गई डामर तंत्र की लिपियों में भी मूत्र चिकित्सा का जिक्र है। इस शिवाम्बु यानी शिव के जल के तौर पर बताया गया है। इसमें लिखा गया है कि योगी इसका सेवन ध्यान बढ़ाने और ब्रेनवेव गतिविधि को धीमा करने के लिए करते थे। वैदिक काल के सात ऋषियों में से एक थे महर्षि भृगु। उन्होंने भृगुसंहिता लिखी। इसके एक श्लोक में लिखा गया है कि अपने मूत्र को एक साफ बर्तन में एकत्रित करें। खाली पेट एक से दो तोला मूत्र का सवन लगभग 42 दिनों तक करना चाहिए। इस दौरान सही खानपान और अच्छी जीवनशैली को भी अमल में लाना चाहिए।

डामर तंत्र में कहा गया है कि गिलोय के साथ अपने मूत्र को छह महीने तक पीने से कई गंभीर बीमारियां दूर हो सकती हैं। माना जाता है कि इजिप्ट के लोग, माओरी और जिप्सी भी स्वमूत्र चिकित्सा का प्रयोग करते थे। कहा जाता है कि एस्किमो जनजाति के लोग अपने शैम्पू में यूरिन मिलाते थे। इसका मकसद बालों में अतिरिक्त चमक हासिल करना होता था। चीनी लोग तो यूरिन का इस्तेमाल करते थे गन पाउडर बनाने में। नासा ने एक तंत्र विकसित किया है, जिससे इंसानी यूरिन और पसीने को पीने लायक बनाया जा सके। इसे अंतरराष्ट्रीय स्पेस स्टेशन में रहने वाले वैज्ञानिकों के लिए तैयार किया गया है। बेल्जियम के वैज्ञानिकों ने भी कुछ ऐसा ही प्लान तैयार किया। उन्होंने ऐसी मशीन विकसित की है, जो खेल के मैदानों और एयरपोर्ट्स पर लगाई जाएंगी। यहां पेशाब को फिल्टर कर इसे बीयर प्रोडक्ट्स में इस्तेमाल किया जा सकेगा।

हमारे पूर्व प्रधानमंत्री मोरारजी देसाई ने उस समय के मशहूर टीवी शो 'सिक्स्टी मिनट्स' में बताया कि वह स्वमूत्र चिकित्सा में विश्वास रखते हैं और इसका अभ्यास भी करते हैं। आज भी कई नामचीन हस्तियां ऐसी हैं, जो अपने यूरिन का इस्तेमाल करती हैं। मशहूर हॉलिवुड गायिका मैडोना अपने पैर को दुरुस्त रखने के लिए अपने पांव पर ही पेशाब करती थीं। यही नहीं, उन्होंने खुलासा किया था कि वह रोजाना अपना एक कप यूरिन पीती थीं। उनके अलावा सारा माइल्स भी यूरिन थिरेपी में विश्वास रखती थीं। उन्होंने बताया था कि वह 30 बरसां तक रोजाना स्वमूत्र पान करती रहीं। उनका कहना था कि इससे एलर्जी ठीक होती है और यह कैंसर के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है। कई बार कुछ लोग स्वमूत्र चिकित्सा को लेकर कई दावे करते हैं। हालांकि विज्ञान इन तथ्यों का समर्थन नहीं करता।

आयुर्वेद विशेषज्ञों का कहना है कि स्वमूत्र चिकित्सा पहले के समय में अधिक व्यावहारिक थी। लेकिन, आज गलत खानपान, खराब जीवनशैली के चलते इस पद्धति का सहारा लेना ठीक नहीं। वे कहते हैं कि यूरिन का नेचर एसिडिक होता है। पुराने समय में इससे पेट की समस्या का निवारण किया जाता रहा होगा, लेकिन आजकल तो जंक फूड खाने से पहले ही लोगां क शरीर में एसिड की मात्रा ज्यादा है। आज यूरिन इंफेक्शन और अन्य बीमारियां आम हैं। ऐसे में यूरिन थिरेपी व्यावहारिक नहीं। ■

रेकी हीलिंग

रेकी हीलिंग तकनीक में विशेषज्ञ अपने हाथ मरीज के शरीर पर रखते हैं या फिर ऊपर से फेरते हैं, महज इस स्पर्श की मदद से मरीज के शरीर में ऊर्जा का संचार किया जाता है. यह एक जापानी तकनीक है, जो दुनिया के दूसरे हिस्सों में भी इस्तेमाल होती है. इसके जरिए प्राकृतिक तरीके से तनाव को खत्म किया जा सकता है और मन को पूरी तरह शांत किया जा सकता. रेकी हीलिंग तकनीक, तनावग्रस्त लोगों के लिए एक बेहतरीन विकल्प हैं. रेकी हीलिंग तकनीक को पूरी तरह से सुरक्षित माना जाता है.

साल 1920 के दशक में रेकी की शुरुआत जापान में हुई थी. रेकी वर्ड दो जापानी शब्दों को मिलाकर बना है "रे" (Rei) जिसका अर्थ है एक उच्च शक्ति और "की" जिसका अर्थ है जीवन की ऊर्जा. इस हीलिंग प्रोसेस में ट्रेंड रेकी प्रैक्टिशनर अपने हाथों की मदद से मरीज के पूरे शरीर में ऊर्जा का संचार करते हैं. इस प्रोसेस के दौरान हाथों को एक खास ढंग से रखा जाता है, हालांकि इसके तरीके अलग-अलग भी हो सकते हैं. इसमें मरीज को पहले लिटा दिया जाता है. अगर मरीज को अच्छा लगे तो हल्की आवाज में कोई मधुर संगीत भी बजाया जा सकता है. फिर रेकी प्रैक्टिशनर अपने हाथों को हल्के से रोगी के सिर, धड़ या बाहों पर रखते हैं और हर 2 से 5 मिनट के अंदर अपने हाथों की पोजीशन को बदलते रहते हैं. वे रोगी के शरीर के किसी निर्दिष्ट क्षेत्र के ऊपर अपने हाथ रखते हैं या हल्के से स्किन को छूते हैं, तो ऊर्जा संचारण की प्रक्रिया शुरू हो जाती है. इस समय मरीज को प्रैक्टिशनर के हाथ कुछ गर्म लग सकते हैं या फिर उनसे झुनझुनी महसूस हो सकती है. जब प्रैक्टिशनर को ऐसा फील होता है कि उनके हाथों में एनर्जी कम हो गई है, तो वे अपने हाथों को शरीर के किसी दूसर हिस्से पर रखते हैं. शरीर का शांत करने, शरीर में भावनात्मक, मानसिक और आध्यात्मिक शक्ति को विकसित करने में रेकी हीलिंग तकनीक मदद करती है. इन रोगों या समस्याओं में इससे फायदा होता है. ■

आयुष्मान भारत योजना

आयुष्मान भारत योजना या प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना, भारत सरकार की एक महत्वकांक्षी स्वास्थ्य योजना है जिसे वर्ष 2018 में पूरे भारत में लागू किया गया था। इस योजना का उद्देश्य आर्थिक रूप से कमजोर लोगों को स्वास्थ्य बीमा मुहैया कराना है। इसके अन्तर्गत आने वाले प्रत्येक परिवार को 5 लाख तक का कैशरहित स्वास्थ्य बीमा उपलब्ध कराया जायेगा। 10 करोड़ बीपीएल धारक परिवार (लगभग 50 करोड़ लोग) इस योजना का प्रत्यक्ष लाभ उठा सकेगें। इसके अलावा बाकी बची आबादी को भी इस योजना के अन्तर्गत लाना प्रस्तावित है. इसका उद्देश्य व्यक्तियों और उनके परिवारों को सस्ती दरों पर गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा प्रदान करना है ताकि लोग बिना किसी परेशानी के बेहतर स्वास्थ्य सेवाएँ प्राप्त कर सकें। आप स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंचने के लिए कार्ड का उपयोग कर सकते हैं। कार्ड में आपका पूरा मेडिकल इतिहास और स्वास्थ्य रिकॉर्ड भी होता है, जिसे बीमा कंपनियां और अस्पताल एक स्थान पर पहुच सकते हैं।

केंद्र सरकार की ओर से योजना के तहत परिवारों को 5 लाख रुपये तक का स्वास्थ्य बीमा उपलब्ध कराया जाता है. पात्र परिवारों को आयुष्मान गोल्डन कार्ड दिया जाता है। पूरे देश में 13,000 से भी ज्यादा सरकारी और निजी अस्पतालों में आयुष्मान गोल्डन कार्ड से इलाज कराया जा सकता है।

आयुष्मान भारत में दो प्रमुख तत्व सम्मिलित हैं, राष्ट्रीय स्वास्थ्य सुरक्षा योजना और आयुष्मान भारत–राष्ट्रीय स्वास्थ्य सुरक्षा योजना, जो 10 करोड़ गरीब और कमजोर परिवारों (लगभग 50 करोड़ लाभार्थियों) को कवर करेगी। वह हर परिवार के लिये, प्रति वर्ष 5 लाख रुपये के मूल्य के लिए माध्यमिक और तृतीयक स्थर पर अस्पताल में देखभाल के लिये कवर प्रदान करती है।

योजना के लाभ पूरे देश में कहीं भी प्राप्त किये जा सकते हैं, और इस योजना के अंतर्गत आने वाले लाभार्थी को देश भर के किसी भी सार्वजनिक या निजी अस्पताल से कैशलेस (बिना पैसे दिये) लाभ लेने की अनुमति होगी। ■

मेडिकल पर्यटन - संभावनाएं

वर्ष 2022–23 में भारत में 14 लाख विदेशी पर्यटक मात्र इलाज के लिए भारत आए. भारत में सस्ते और गुणवत्ता के इलाज के लिए कई विकसित देशों के मरीज भी भारत का ही रुख कर रहे हैं. भारत में इलाज कराने आने वाले विदेशी लोगों की यात्रा को कई बार मेडिकल टूरिज्म के नाम से जाना जाता है. ऐसे में केंद्र सरकार मेडिकल टूरिज्म को बढ़ावा देने और इलाज के लिए आने वाले लोगों की सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए कई रणनीति पर काम कर रही है.

इस मामले में भारत सरकार ने चिकित्सा और कल्याण पर्यटन के लिए एक राष्ट्रीय रणनीति और रोडमैप तैयार किया है. रणनीति के तहत प्रमुख स्तंभों की पहचान की है जैसे भारत को एक वेलनेस डेस्टिनेशन के रूप में एक ब्रांड विकसित करना, चिकित्सा और कल्याण पर्यटन के लिए पारिस्थितिकी तंत्र को मजबूत करना, ऑनलाइन मेडिकल वैल्यू ट्रैवल (एमवीटी) पोर्टल स्थापित करके डिजिटलीकरण को मजबूत करना, मेडिकल वैल्यू यात्रा में वृद्धि, वेलनेस टूरिज्म को बढ़ावा देना, शासन और संस्थागत ढांचा विकसित करना.

भारत सरकार के आंकड़ों के मुताबिक, मेडिकल ट्रीटमेंट के लिए रोगियों की संख्या के मामले में थाईलैंड, मैक्सिको, अमेरिका, सिंगापुर, भारत, ब्राजील, तुर्की और ताइवान पहली पसंद हैं. मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, भारत में हार्ट सर्जरी का खर्चा लगभग 4 लाख रुपये है. जबकि थाईलैंड में यह लगभग 15 लाख रुपये है, और अमेरिका में यह करीब 80 लाख रुपये में होता है. 2017 से 2020 के बीच, बांग्लादेश से सबसे अधिक मरीज इलाज के लिए भारत आए. ताजा सरकारी आंकड़ों के अनुसार, इराक, अफगानिस्तान और मालदीव दूसरे स्थान पर हैं. ओमान, केन्या, म्यांमार और श्रीलंका से आने वाले रोगियों की संख्या भी काफी ज्यादा है. वर्तमान में चल रही गतिविधियों के हिस्से के रूप में पर्यटन मंत्रालय देश के विभिन्न पर्यटन स्थलों और उत्पादों को बढ़ावा देने के लिए 'अतुल्य भारत' ब्रांड–लाइन के अंतर्गत, विदेशों में महत्वपूर्ण और संभावित बाजारों में मेडिकल टूरिज्म विषय सहित विभिन्न विषयों पर मंत्रालय के सोशल मीडिया अकाउंट के माध्यम से डिजिटल प्रचार भी नियमित रूप से किया जाता है जिसमें मुख्य हैं ई–मेडिकल वीजा और ई–मेडिकल अटेंडेंट वीजा की सुविधा जहाँ भारत सरकार द्वारा कैबिनेट की मंजूरी के अनुसार ई–टूरिस्ट वीजा योजना को उदार बनाया और ई–टूरिस्ट वीजा (ईटीवी) योजना का नाम बदलकर ई–वीजा योजना कर दिया गया और वर्तमान में इसमें ई–मेडिकल वीजा और ई–मेडिकल अटेंडेंट वीजा शामिल हैं जो कि ई–वीजा की उप–श्रेणियां हैं. ई–मेडिकल वीजा और ई–मेडिकल अटेंडेंट वीजा के मामले में ट्रिपल एंट्री की अनुमति है और विदेशी क्षेत्रीय पंजीकरण अधिकारियों (एफआरआरओ)/संबंधित विदेशी पंजीकरण अधिकारियों द्वारा प्रत्येक मामले के आधार पर और साथ ही मामले की योग्यता के आधार पर 6 महीने तक का विस्तार दिया जा सकता है. मेडिकल अटेंडेंट वीजा प्रमुख ई–वीजा धारक की वैधता के साथ सह–टर्मिनस था. इसके अलावा केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय अन्य मंत्रालयों और हितधारकों जैसे अस्पतालों, मेडिकल वैल्यू ट्रैवल (एमवीटी) सुविधाप्रदाताओं, बीमा कंपनियों और एनएबीएच के साथ देश में चिकित्सा मूल्य यात्रा को बढ़ावा देने के लिए काम कर रहा है. ■

प्रतिवर्ष भारत में 53,000 आयुष विद्यार्थी स्नातक डाक्टर बनकर निकलते हैं।

भारत में सस्ते उपचार के केंद्र

कुछ बीमारी इतनी ज्यादा खतरनाक और जानलेवा होती है कि इसका इलाज करवाते-करवाते इंसान सड़क पर आ जाए. लेकिन भारत के कुछ ऐसे हॉस्पिटल भी हैं, जिसमें कैंसर, आंख से जुड़ी बीमारी, दिल की बीमारी, पैरालिसिस (लकवा), पेट की समस्या समेत कई गंभीर बीमारियों का इलाज निःशुल्क या कम पैसे में होता है. दिल से जुड़ी बीमारी का इलाज या ऑपरेशन में लाखों रुपये खर्च होते हैं. भारत में मिल रही ऐसी सुविधाओं के बारे में बताएंगे है जहां पर गंभीर से गंभीर बीमारी का उच्च गुणवत्ता का क्लास इलाज तो मिलता ही है बाकी दूसरे हॉस्पिटल के मुकाबले मुफ्त या या सस्ता भी पड़ता है.

''सत्य साई इंस्टिट्यूट ऑफ हायर मेडिकल साइंस'' बेंगलुरु : के सुपर स्पेश्यलिटी हॉस्पिटल 'सत्य साईं इंस्टिट्यूट ऑफ हायर मेडिकल साइंस' की. इस हॉस्पिटल में विश्वस्तरीय सुविधाएं मिलती है. यहां हर साल डेढ़ हजार हार्ट और 1700 सौ न्यूरो सर्जरी होती हैं. अगर आप दूसरे हॉस्पिटल में हार्ट सर्जरी के लिए जाएंगे तो ऑपरेशन में 4-5 लाख खर्च लग जाएगा. लेकिन इस हॉस्पिटल में फ्री में इलाज होता है. इस हॉस्पिटल की सबसे खास बात यह है कि इसमें मरीज की उम्र या कमाई कितनी भी हो उनका इलाज फ्री में होता है. रिपोर्ट के मुताबिक मरीज जब तक हॉस्पिटल में है उसे दी जाने वाली हेल्थ सलाह, दवाईयां और खाना का कोई पैसा नहीं लिया जाता है.

टाटा मेमोरियल अस्पताल : वर्तमान में कैंसर का इलाज करने में 10-15 लाख रूपये का खर्च आता है. लेकिन भारत में कुछ ऐसे हॉस्पिटल हैं जहां पर इसका इलाज मुफ्त में होता है. टाटा मेमोरियल अस्पताल में कैंसर का इलाज मुफ्त किया जाता है. यहां पर 70 प्रतिशत मरीजों का मुफ्त में इलाज किया जाता है.
किदवई मेमोरियल इंस्टीट्यूट ऑफ ऑन्कोलॉजी : यहां पर कैंसर के मरीजों का मुफ्त में इलाज होता है. भारत सरकार इस हॉस्पिटल को फंड देती है. साथ ही यहां पर दवाएं भी सस्ते दामों पर मिलती है.

रीजनल कैंसर सेंटर, तिरुवनंतपुरम : इस हॉस्पिटल में 60 प्रतिशत कैंसर के मरीज ऐसे हैं जिनका मुफ्त में इलाज किया जाता है. यहां पर इसोटोप, सीटी स्कैनिंग के साथ-साथ कीमोथेरेपी मुफ्त में किया जाता है. वहीं मध्यम श्रेणी आय वर्ग के कैंसर के मरीजों को सब्सिडी दी जाती है. जो बच्चे कैंसर की बीमारी से जूझ रहे हैं वह भी यहां इलाज करवा सकते हैं.

टाटा मेमोरियल हॉस्पिटल कोलकाता : कैंसर का सस्ता इलाज के साथ-साथ यहां कैंसर की दवाएं सस्ती मिलती है.

राजीव गांधी कैंसर संस्थान और अनुसंधान केंद्र : राजीव गांधी कैंसर संस्थान और अनुसंधान केंद्र को ऑन्कोलॉजी का एक विश्वसनीय हॉस्पिटल में से एक है. यहां पर ऑन्कोलॉजिस्ट, नर्स और हाई क्लास टेक्नोलॉजी के जरिए इलाज किया जाता है. साथ ही सस्ती कीमत पर दवाई दी जाती है.

बेस्ट आई केयर सेंटर : देशभर की आधी आबादी आंख की बीमारी से जूझ रही है. जिसमें आंखों का कैंसर, काला मोतिया यानि ग्लूकोमा, मोतियाबिंद, रेटिनोब्लास्टोमा, रेटिनोपैथी जैसी बीमारियां शामिल हैं. इन आंख की बीमारी का इलाज इन हॉस्पिटल में मुफ्त और कम खर्च किया जाता है. बेस्ट आई केयर सेंटर नॉर्थ इंडिया से लेकर साउथ इंडिया तक फैले हुए हैं. जहां पर आंखों का इलाज फ्री या सस्ता में होता है. यह देश के कई राज्यों में स्थित है.

शंकर नेत्रालय : इन अस्पतालों अभी तक मोतियाबिंद के अलावा पीडियाट्रिक कैटरेक्ट, रेटिना सर्जरी, रेटिनोब्लास्टोमा, आई कैंसर के लिए 25 लाख फ्री सर्जरी कर चुका है. इस अस्पताल की कुल 13 ब्रांच में से एक आणंद, न्यू बॉम्बे, तमिलनाडू में तीन, गुंटूर, हैराबाद, कानपुर, इंदौर, जयपुर, लुधियाना, कर्नाटक में तीन हैं इसके अलावा वाराणसी में 14वीं ब्रांच बन रही है.

हैदराबाद का एलवी प्रसाद आई इंस्टीट्यूट : आई केयर सुविधाओं के साथ ही ऑक्यूलर टिश्यू इंजीनियरिंग रिसर्च सेंटर के रूप में काम करता है. इन हॉस्पिटलों में एडवांस टेक्नोलॉजी, बेस्ट ऑप्थेल्मोलॉजिस्टों, आंखों को चेक करने के लिए बेहतरीन मशीनों और सुविधाओं से लैस हॉस्पिटल में है. ■

गुणवत्ता चिकित्सा केंद्र के भारतीय शहर

भारत के अनेक शहरों में उच्च गुणवत्ता वाले चिकित्सा केन्द्र हैं। इनमें से कुछ के नाम इस प्रकार हैं – अहमदाबाद में स्टर्लिंग, अपोलो और जाइडस, जयपुर में फोर्टिस, अपोलो और मणिपाल, चंडीगढ़ में पोस्ट ग्रेजुएट इंस्टिट्यूट, मैक्स सुपर स्पेशलिटी अस्पताल, दिल्ली में आल इंडिया मेडिकल इंस्टिट्यूट, अपोलो, फोर्टिस, और मैक्स अस्पताल, पुणे में जहांगीर अस्पताल, रूबी हॉल अस्पताल दीनानाथ मंगेशकर अस्पताल, हैदराबाद में यशोदा और अपोलो अस्पताल,, बंगलौर में अपोलो, फोर्टिस और मणिपाल, मुंबई में लीलावती, कोकिलाबेन अस्पताल के अतिरिक्त टाटा अस्पताल और चेन्नई में अपोलो और फोर्टिस अस्पताल. ■

भारत में एलोपैथी के पंजीकृत डाक्टर्स की संख्या वर्ष 2021 में 12.68 लाख थी।

जापान और दीर्घजीवन

विश्व में सबसे ज्यादा जापान के लोग लंबी उम्र जीते हैं। जापान में लोगों की औसत आयु भी 80 साल के ऊपर है और वहां आपको कई ऐसे लोग मिल जाएंगे जो कि 100 साल या इससे ज्यादा उम्र के हैं। दरअसल, इन सबका कारण हैं उनकी स्वास्थ्य भरी आदतें है। जापानी लोगों की दिनचर्या जो कि सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। इतना ही नहीं उनकी स्किन और बाल भी जीवन के अंत तक खूबसूरत रहते हैं। आइये जानते हैं कि जापान के लोग ज्यादा क्यों जीते हैं और क्या हैं उनकी सात आदतें :

माचा ग्रीन टी का प्रयोग : जापान के लोग माचा ग्रीन टी का प्रयोग करते हैं. इसमें पॉलिफेनॉल्स की अच्छी मात्रा होती है जो कि वजन नियंत्रित करने में सहायक होती है. ये शरीर में टॉक्सिन्स को साफ करता है और फिर पेट और लिवर के काम काज को बेहतर बनाता है।

मीठे का प्रयोग न करना : जापान के लोगों की लंबी उम्र का सबसे बड़ा कारण ये है कि यहां के लोग मीठा नहीं खाते। इससे उनका शरीर डायबिटीज जैसी बीमारियों से बचा रहता है। इसके अलावा भी शरीर मोटापा और दिल की बीमारियों से भी बचा रहता है।

अधिकतम समय वन में बिताना : जापान के लोग अधिकतम समय वनों में बिताते हैं. यह सर्वोत्तम नेचर थेरेपी है.

कीगई : इसका अनुवाद है ''होने का कारण''। ये जीवन के प्रति एक समग्र दृष्टिकोण है। यह व्यक्तियों को अपने जुनून के बीच संतुलन खोजने के लिए प्रोत्साहित करता है। इसके अलावा ये जीवन को तनाव मुक्त करने में सहायक है.

सुबह जल्दी उठना : जापान में, जिसे अक्सर उगते सूरज की भूमि कहा जाता है, वहां जल्दी उठना एक व्यापक प्रथा है। बहुत से लोग अपने दिन की शुरुआत सूर्योदय से करते हैं और यही आपको स्ट्रेस फ्री जीवन जीने में सहायक है. जल्दी उठने, सुबह के सूरज के संपर्क में आने से, आपकी प्राकृतिक घड़ी रीसेट हो जाएगी और दिनभर ऊर्जा बनी रहती है।

खाने में छोटी प्लेटों का प्रयोग करना : खाना खाने के लिए छोटी प्लेटों का प्रयोग करना. जापान के लोग छोटी प्लेटों का उपयोग करते हैं जो लगभग चार से छह इंच आकार की होती हैं। इसी के जरिए जापानी लोग अपने भोजन की मात्रा को सीमित करते हैं। यानी कम खाएं और लंबे समय तक जीवित रहें।

कार्ब का न्यूनतम सेवन : जापान में लोग कार्बोहाइड्रेट से भरपूर चीजों का सेवन कम करते हैं। इसकी जगह प्रोटीन से भरपूर सब्जियों, सी फूड और हर्ब्स का सेवन ज्यादा करते हैं। इससे वो एक लंबी उम्र जीते हैं और बीमारियों से बचे रहते हैं। ■

ओशो-स्वास्थ्य पर

स्वास्थ्य एक शारीरिक घटना ही नहीं है। यह मात्र इसका एक आयाम है, और वह भी ऊपरी आयाम, क्योंकि मौलिक रूप से देह तो मरणधर्मा है। स्वस्थ या अस्वस्थ, यह क्षणभंगुर है। वास्तविक स्वास्थ्य को तो कहीं तुम्हारे भीतर घटित होना है, तुम्हारी अंतरात्मा में, तुम्हारी चेतना में, क्योंकि चेतना का कभी जन्म नहीं होता, मृत्यु नहीं होती। यह शाश्वत है।

चेतना में स्वस्थ होने का अर्थ है : प्रथम, जागरूक होना, द्वितीयः लयबद्ध होना, तृतीयः आनंदित होना और चतुर्थ करुणावान होना। यदि यह चार बातें पूरी हो जाती हैं तो व्यक्ति भीतर से स्वस्थ हुआ। और सन्यास इन चारों बातों को पूरा कर सकता है। यह तुम्हें और अधिक जागरूक करता है, क्योंकि सभी ध्यान विधियां तरीके हैं तुम्हें और अधिक जागरूक करने के, यह पद्धतियां हैं तुम्हें आध्यात्मिक निद्रा से बाहर लाने के लिये और नृत्य, गायन, उत्सव तुम्हें अधिक लयबद्ध बना सकते हैं।

एक क्षण आता है जब नर्तक खो जाता है और केवल नृत्य शेष बचता है। उस विशिष्ट अंतराल में व्यक्ति लयबद्धता का अनुभव करता है। जब गायक पूर्णतः खो जाता है और केवल गीत शेष बचता है। जब कोई केन्द्र कार्य नहीं कर रहा होता और केवल गीत शेष रह जाता है,जब कोई केन्द्र मैं की भांति कार्य नहीं कर रहा होता। मैं पूर्णतः अनुपस्थित होता है, और तुम एक प्रवाह में होते हो, तो वह बहती चेतना लयबद्धता होती है। जागरूक और लयबद्ध होना संभावना पैदा करता है आनंद घटित होने की। आनद का अर्थ है परम सुख, अकथनीयय कोई भी शब्द इसके बारे में कुछ कहने के समर्थ नहीं और जब व्यक्ति आनन्द को उपलब्ध हो गया है, जब व्यक्ति ने परम सुख के शिखर को छू लिया हो, तो करुणा एक परिणाम के रूप में आती है

जब तुम्हें वह आनंद उपलब्ध हो जाता है तो तुम उसे बांटना चाहते हो, तुम बांटे बिना नहीं रह सकते, बांटना अपरिहार्य है। यह होने का तर्कयुक्त परिणाम है। यह छलकने लगता हैय तुम्हें कुछ करना नहीं पड़ता। यह स्वयं ही घटने लगता है। यह चार स्वास्थ्य के चार स्तंभ हैं। इन्हें प्राप्त कर लें। यह हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है। हमें सिर्फ इसे प्राप्त करना है। ■

(डोण्ट लेट योरसैल्फ बी अपसेट बाय दि सूत्र, रादर अपसेट दि सूत्र योरसैल्फ से साभार)

भारत में आयुष के पंजीकृत डाक्टर्स की संख्या वर्ष 2021 में 5.65 लाख थी।

भारत का मेडिकल माफिया

जिंदगी एक बार मिलती है और इसका कोई मोल नहीं होता। लेकिन जब जीवन बीमारियों और वह भी असाध्य कही जाने वाली बीमारियों में फंस जाए तो जीवन ही नहीं, एक सहज मौत की भी अपनी कीमत होती है।

कैंसर को आज भी आमतौर पर इसे सजा–ए–मौत का ऐलान ही माना जाता है। कैंसर दुनिया की सबसे महंगी बीमारी है। इसकी आम दवा 30 से 40 हजार रुपये से कम की नहीं आती और उससे भी ज्यादा खर्चा अस्पताल का होता है। कैंसर की एक दवा हैं सेट्यूक्सीमेब। देखने में बड़े मामूली से इस इंजेक्शन का दाम ढाई लाख रुपये है. माफिया सीधे मरीज के परिवार को फोन कर के 25 से 50 हजार रुपये तक का डिस्काउंट अगले इंजेक्शन पर देने की मेहरबानी का वादा करते हैं। यह इंजेक्शन लेने के पहले ग्राफील इंजेक्शन लेना पड़ता है, जिसकी कीमत 10 हजार रुपये है और एक साथ तीन इंजेक्शन लेने होते हैं। महंगी दवाइयों की बात करें तो हमारे खून में लाल ब्लड सेल्स को ठीक करने के लिए सोलाइरिस नाम की दवा है, जिसका एक साल का खर्च 1.87 करोड़ रुपये है। फोर्ब्स मैगजीन के अनुसार शरीर के केमिकल बदलावों को नियंत्रित करने वाली शाइर फार्मास्यूटिकल्स की दवा एलप्रेज का एक साल का खर्च 1.71 करोड़ रुपये है। डॉक्टर अगर चाहे तो कंपनी से रिश्ता निभाकर उससे एक–चौथाई या उससे भी कम दाम पर दवा मरीज को दिलवा सकता है। भारत में मेडिकल माफिया के आतंकवाद का नमूना यह है कि एक अस्पताल में एक ही दवा दो मरीजों को दी गई। पहले को यह दवा 40 हजार रुपये की और दूसरे को 18 हजार रुपये की दी। खोजबीन करने पर पता लगता है कि इस दवा का लागत मूल्य सिर्फ 1600 रुपये है।

इंडियन मेडिकल एसोसिएशन और भारत सरकार के स्वास्थ्य मंत्रालय ने डॉक्टरों की एक आचार संहिता तैयार की है। जिसमें दवा कंपनियों से डॉक्टरों को उपहार या किसी भी किस्म का लाभ नहीं लेने की कसम खाई जानी है। वैसे भी डॉक्टरों की जो शपथ होती है, उसमें उनकी जिम्मेदारी प्राथमिक और अंतिम रूप से मरीज के प्रति होती है और कायदे से उन्हें इस बात से कोई मतलब नहीं होना चाहिए कि कौन–सी कंपनी किस दाम पर क्या बेच रही है ? उन्हें तो एक्सपर्ट के तौर पर जो सबसे बेहतर और आसानी से मिलनेवाली दवा समझ में आती हो, वह लिखनी चाहिए। लेकिन ऐसा होता नहीं है। सभी बीमारियों के और खासतौर पर कैंसर के डॉक्टर अक्सर विदेशों में नजर आते हैं, जहां बहाना सेमिनार वगैरह का होता है लेकिन असली खेल मौज–मस्ती का होता है। यही डॉक्टर एक शहर से दूसरे शहर जाते हैं तो यात्रा निजी हो या काम के सिलसिले में, हवाईजहाज के टिकट से लेकर लोकल टैक्सी और होटल तक का भुगतान करने की कंपनियों में होड़ शुरू हो जाती है। भारत में इस बात पर अंकुश लगाने के कोई प्रामाणिक उपाय नहीं किए। संविधान में सबके लिए स्वास्थ्य की व्यवस्था है। सरकार या सरकारें जितना कर सकती हैं, उतना करती हैं। केंद्रीय स्वास्थ्य योजना का सालाना बजट अरबों रुपये का है, लेकिन यह योजना और कर्मचारी बीमा योजना जैसी योजनाएं सिर्फ सरकारी कर्मचारियों के लिए उपलब्ध हैं, यानि जिनको भाग्य से रोजगार मिल गया, वे इन योजनाओं का लाभ उठा सकते हैं, वरना आम आदमी के लिए जिंदगी महंगी है.

कीमोथेरपी में एक्लारबिसिन, काइलैक्स, साइफ्रावाइव, एटोपोसाइड उन दवाओं में से हैं, जो आप दुकान के आधार पर और सौदा करने की शक्ति के दम पर 10 हजार से लेकर 50 हजार रुपये तक में खरीद सकते हैं। फिर कीमोथेरपी कोई अंतिम उपचार नहीं है। कीमो के रसायनों वाली जेफ्टिब गोली रोज एक खानी पडेगी और एक महीने के पैकिट पर दाम 10 हजार रुपये लिखा है, मेडिकल माफिया के गुर्गे इसे ढाई से तीन हजार रुपये में मिल जाएगी। सच यह है कि घाटा उठा कर कोई कुछ नहीं बेचता। दवा के असली और विक्रय मूल्य का अंतर इस बात से समझा जा सकता है. यह पापी खेल सिर्फ एलोपैथी में चल रहा है, ऐसा नहीं है। केंद्र सरकार में आयुष नाम का एक विभाग है, जो समानांतर यानी आयुर्वेदिक दवाओं के विकास को प्रोत्साहन देने के लिए है। ज्यादातर पैसा आयुष के प्रचार पर और जाने–अनजाने वैद्य–हकीमों के नीम के पत्तों से लेकर मूली और गाजर के आयुर्वेदिक गुणों पर रिसर्च करने में चला जाता है। आयुर्वेद की सदियों पुरानी परंपरा के लिए आयुष के पास कोई जगह नहीं है।

लाइलाज बीमारियों का इलाज करने का दावा होम्योपैथी और आयुर्वेद दोनों करते हैं, लेकिन कुल मिलाकर बात इतनी–सी है कि एलोपैथी का असर सबसे पहले होता है। कंपनियों के एजेंट दिन डॉक्टर के पास बैठे रहते हैं और कई बार उनका हौसला इतना बढ़ जाता है कि वे अस्पताल के रजिस्टर की जांच करके देखते हैं कि किस डॉक्टर ने किस कंपनी की दवा लिखी। उसी के आधार पर डॉक्टर पर आर्थिक और दूसरे उपकार करने का फैसला होता है। इस गोरखधंधे का तीन खरब डॉलर का अनियंत्रित बाजार है, जहां जिंदगी अलग–अलग दामों पर नीलाम की जाती है और दूसरी तरफ कई डॉक्टरों का यह दावा है कि जब आप वकीलों और चार्टर्ड अकाउंटेंटों की फीस पर अंकुश नहीं लगा सकते तो उनकी कमाई पर अंकुश क्यों लगाया जाए ? ज्यादातर एक जैसी दवा बनाते हैं और अलग–अलग नामों से अलग–अलग दामों पर बेचते हैं। अस्पताल पांच सितारा हो रहे हैं, मेडिक्लेम और मेडिकल इंश्योरेंस की दूसरी कंपनियां सिर्फ लोगों को डराकर धंधा कर रही हैं। ■

विश्व स्वास्थ्य संगठन के मानक अनुसार प्रति 1000 आबादी पर 1 डाक्टर होना चाहिये।

भारत में सरकारी डॉक्टर्स द्वारा आत्महत्या

भारत में विश्व के सबसे ज्यादा डॉक्टर हैं। अनुमान है कि भारत में 10 लाख से अधिक डॉक्टर हैं। भारत के मेडिकल कॉलेजों से हर साल 80,000 से अधिक मेडिकल छात्र डॉक्टर के रूप में स्नातक होते हैं। चिकित्सा पेशे को अधिक तनावपूर्ण माना जाता है, लेकिन भारतीय संदर्भ में चिकित्सा पेशे में मानसिक स्वास्थ्य अभी भी वर्जित विषय है। डॉक्टरों में आत्महत्या का जोखिम सामान्य आबादी की तुलना में 2.5 गुना अधिक है। 2016 मार्च से 2019 मार्च के बीच तीस आत्महत्याएं हुईं, जिनमें से 18 महिलाएं और 12 पुरुष थे। 80 प्रतिशत से अधिक 40 वर्ष से कम उम्र के थे। बाईस चिकित्सा शिक्षा संस्थानों से थे। सत्रह दक्षिण भारत से और 13 उत्तर भारत से थे। आठ एमबीबीएस छात्र थे और दस स्नातकोत्तर छात्र थे। डॉक्टरों के बारे में आत्महत्या की उस रिपोर्टों में उल्लेख किया गया है कि वे अवसादग्रस्त थे।

भारतीय डॉक्टरों की आत्महत्या चिंता का विषय है. अधिकांश युवा स्नातक और स्नातकोत्तर मेडिकल छात्र हैं। पुरुष डॉक्टरों की तुलना में महिला डॉक्टरों की संख्या अधिक थी। बताया गया कि अधिकांश डॉक्टर अवसादग्रस्त थ और उन्होंने फाँसी और दवाएँ जैसे घातक तरीकों का इस्तेमाल किया। इंस्टीट्यूशन एथिक्स कमेटी के गठन के बाद, ऑनलाइन प्लेटफॉर्म पर उपलब्ध अंग्रेजी में प्रकाशित सभी भारतीय समाचार पत्रों की वर्ष मार्च 2016 से मार्च 2019 तक डॉक्टरों के बीच आत्महत्या की रिपोर्ट के लिए चार लेखकों द्वारा स्वतंत्र रूप से जांच की गई। इस्तेमाल किए गए प्रमुख शब्द थे आत्महत्या, डॉक्टर, रेजिडेंट, मेडिको और डेथ। केवल एलोपैथिक चिकित्सा से संबंधित व्यक्तियों की पूर्ण आत्महत्याओं को शामिल किया गया था। पर सुसाइड या जानबूझकर खुद को नुकसान पहुंचाने को बाहर रखा गया। आचार समिति को सूचित किया गया कि व्यक्तिगत डॉक्टर के नाम और व्यक्ति के विशिष्ट संस्थान या कार्यस्थल के बारे में गोपनीयता बनाए रखी जाएगी। इसके अलावा, उस शहर का खुलासा नहीं किया जाएगा जहां आत्मघाती कृत्य किया गया था।

वैज्ञानिक अध्ययन का एकमात्र उपलब्ध तरीका समाचार पत्रों की रिपोर्टों से उपलब्ध जानकारी है, विशेषकर अंग्रेजी समाचार पत्रों के ऑनलाइन संस्करण से। भारत से हमारे अध्ययन मं मार्च 2016 और मार्च 2019 क बीच तीस डॉक्टरों की आत्महत्या का पता चला। यूनाइटेड किंगडम में, वर्ष 2011 और 2015 के बीच 430 डॉक्टरों ने आत्महत्या की और चीन में 51 डॉक्टरों ने वर्ष 2008 और 2016 के बीच अपना जीवन समाप्त कर लिया. यूनाइटेड किंगडम की तुलना में भारत में कम मौतें और चीन की तुलना में अधिक मौतें डेटा संग्रह के लिए उपयोग की जाने वाली पद्धति के अलावा और अधिक मूल्यांकन की आवश्यकता है। भारत में आत्महत्या को व्यक्ति और परिवार के लिए कलंक माना जाता है, डॉक्टरों के बीच यह अधिक हो सकता है और इसलिए इसे कम रिपोर्ट किया जा सकता है।

मेडिकल पेशा एमबीबीएस चरण से शुरू होता है, वे उभरते डॉक्टर हैं और उन्हें स्नातकोत्तर मेडिकल छात्र और अभ्यास करने वाले डॉक्टरों के अलावा पेशे पर लक्षित किसी भी अध्ययन में शामिल किया जाना चाहिए। हमारे अध्ययन में, आत्महत्या करने वालों में से एक–चौथाई एमबीबीएस छात्र थे, एक–तिहाई स्नातकोत्तर मेडिकल छात्र थे और बाकी अभ्यास करने वाले डॉक्टर थे। अध्ययन के निष्कर्ष डेटा के साथ पुष्टि करते हैं कि अवसादग्रस्त नवोदित डॉक्टर जीवन समाप्त कर सकते हैं यदि रोकथाम की रणनीतियां जल्द से जल्द नहीं अपनाई गईं। कुछ नवीन निवारक रणनीतियाँ हैं जो अवधारणा पुस्तक जितनी सरल हैं जो मेडिकल छात्रों को पेशेवर जीवन के शुरुआती चरण में मार्गदर्शन करती हैं। उदासी से निपटने के लिए छात्रों के नेतृत्व वाला समूह दृष्टिकोण भी अनुकरणीय मॉडल हो सकता है। हमारे अध्ययन में डॉक्टरों की आत्महत्या के 30 प्रतिशत से अधिक मामले स्नातकोत्तर मेडिकल छात्रों के हैं। पोस्टग्रजुएशन में व्यक्तियों के लिए अतिरिक्त तनाव भी हो सकता है जैसे वित्तीय बोझ, अधिक पेशेवर जिम्मेदारी, और कई लोग अपना परिवार शुरू करने के लिए शादी कर लेते हैं।

अवसाद को आत्महत्या के महत्वपूर्ण कारणों में से एक माना गया है, और भारतीय डॉक्टरों की आत्महत्या पर हमारे अध्ययन में, 60 प्रतिशत से अधिक समाचार रिपोर्टों में इसका कारण अवसाद बताया गया है। रिपोर्ट में बताया गया है कि दो इलाज करा रहे थे। डॉक्टरों पर किए गए कई अध्ययनों में जलन और अवसाद पर ध्यान दिया गया है, निष्कर्ष वास्तव में चिंता का विषय हैं, और हमारा अध्ययन चिंता की पुष्टि करता है। अध्ययन में, मेडिकल छात्रों के बीच, अवसाद कुछ विशिष्ट कारणों के साथ समाचार रिपोर्टों में आमतौर पर उल्लिखित कारण के रूप में प्रकट होता है जो भिन्न होता है। उल्लिखित कारण थे ''एमबीबीएस में रुचि नहीं'' ''रैगिंग'' ''बदमाशी'' ''परीक्षा की चिंता'' ''परीक्षा में विफलता।'' ये निष्कर्ष अन्य अध्ययनों के अनुरूप हैं, जिन्होंने भारत में मेडिकल छात्रों के बीच मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों की व्यवस्थित रूप से समीक्षा की है। अध्ययन में, 20 प्रतिशत डॉक्टरों की आत्महत्या के लिए वैवाहिक कलह को कारण बताया गया। तीन रिपोर्टों में आत्महत्या का कारण उत्पीड़न बताया गया है। कुछ मामलों में, आत्महत्या का कारण कभी भी पहचाना नहीं जा सकता।

भारतीय डॉक्टरों में आत्महत्या एक चिंता का विषय है। अधिकांश युवा स्नातक और स्नातकोत्तर मेडिकल छात्र हैं। संस्थानों और पेशेवर संगठन दोनों में निवारक रणनीतियों को शुरू करने की तत्काल आवश्यकता है। ■

75,000 भारतीय डाक्टर्स, विकसित देशों में काम कर रहे हैं, जो किसी देश के सर्वाधिक प्रवासी हैं।

क्या है इंडियन मेडिकल एसोसिएशन

इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (आईएमए) भारत में चिकित्सकों का एक राष्ट्रीय स्वैच्छिक संगठन है। इसकी स्थापना 1928 में ऑल इंडिया मेडिकल एसोसिएशन के रूप में की गई थी, और 1930 में इसका नाम बदलकर इंडियन मेडिकल एसोसिएशन कर दिया गया। यह भारतीय सोसायटी अधिनियम के तहत पंजीकृत एक सोसायटी है। इसके भारत में 29 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में 1,700 सक्रिय स्थानीय शाखाओं में लगभग 350,000 सदस्य डॉक्टर हैं। यह भारत में चिकित्सा डॉक्टरों का सबसे बड़ा संघ है जिसका मुख्यालय नई दिल्ली में है। स्थानीय शाखाए, एक केंद्रीय परिषद में प्रतिनिधि भेजती हैं जिसकी वार्षिक बैठक होती है। परिषद एक कार्य समिति को सौंपती है जो सभी राज्य शाखाओं का प्रतिनिधित्व करती है और वर्ष में कम से कम तीन बार मिलती है।

इंडियन मेडिकल एसोसिएशन वर्ल्ड मेडिकल एसोसिएशन के 27 संस्थापक सदस्यों में से एक है, जो 1948 में शामिल हुआ था। आईएमए ने 1985 में डब्ल्यूएमए द्वारा दक्षिण अफ्रीका को अपने कब्जे में रखने के कारण संगठन छोड़ दिया था, जो उस समय रंगभेद का समर्थक था। IMA 1993 में WMA में फिर से सम्मिलित हो गया. 2015 की एक रॉयटर्स जांच रिपोर्ट में पाया गया कि IMA ने WMA को गलत बताया था कि पूर्व IMA अध्यक्ष केतन देसाई के खिलाफ केंद्रीय जांच ब्यूरो द्वारा लगाए गए भ्रष्टाचार के आरोप वापस ले लिए गए हैं।

आईएमए ने अक्सर ''मिक्सोपैथी'' शब्द का उपयोग करके, भारत में पाठ्यक्रम, अभ्यास और अनुसंधान में एकीकृत चिकित्सा या चिकित्सा प्रणालियों के एक साथ मिश्रण पर विरोध व्यक्त किया है. आईएमए ने कई राष्ट्रव्यापी विरोध प्रदर्शन किए हैं। इनमें नवंबर 2016 और मार्च 2017 के बीच कई विरोध प्रदर्शन शामिल हैं जिसमें राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग के निर्माण के लिए उठाए गए बिलों पर आपत्ति जताई गई थी जिसने मेडिकल काउंसिल ऑफ इंडिया की जगह ली थी। 25 सितंबर 2020 से दिसंबर 2020 में, लगभग दस लाख डॉक्टरों ने एक संघीय सरकार के नियम का विरोध करने के लिए आईएमए द्वारा आयोजित एक दिवसीय हड़ताल में भाग लिया, जो भारतीय चिकित्सा पद्धति आयुर्वेद के चिकित्सकों को छोटी सर्जरी करने की अनुमति देता है। 2021 की शुरुआत में, आईएमए ने आयुर्वेद के स्नातकोत्तर छात्रों के लिए सर्जिकल प्रशिक्षण के लिए सरकार के समर्थन के विरोध में दो सप्ताह की राष्ट्रव्यापी भूख हड़ताल की। ■

हिपोक्रीटज शपथ

(ऐलोपैथ चिकित्सकों द्वारा ली जाने वाली शपथ)

मैं अपोलो वैद्य, अस्क्लीपिअस, ईयईआ, पानाकीआ और सारे देवी–देवताओं की शपथ लेता हूँ और उन्हें साक्षी मानकर कहता हूँ कि मैं अपनी योग्यता और शक्ति के अनुसार इस शपथ को पूरा करूँगा।

– जिस व्यक्ति ने मुझे यह पेशा सिखाया है, मैं उसका उतना ही गहरा सम्मान करूँगा जितना अपने माता–पिता का करता हूँ। मैं जीवन–भर उसके साथ मिलकर काम करूँगा और उसे अगर कभी पैसों की जरूरत पड़ी, तो उसकी मदद करूँगा। उसके बेटों को अपना भाई समझूँगा और अगर वे चाहें, तो बगैर किसी फीस या शर्त के उन्हें सिखाऊँगा। मैं सिर्फ अपने बेटों, अपने गुरू के बेटों और उन सभी विद्यार्थियों को शिक्षा दूँगा जिन्होंने चिकित्सा के नियम के मुताबिक शपथ खायी और समझौते पर दस्तखत किए हैं। मैं उन्हें चिकित्सा के सिद्धान्त सिखाऊँगा, मौखिक रूप से हिदायतें दूँगा और जितनी बाकी बातें मैंने सीखी हैं, वे सब सिखाऊँगा।

–रोगी के स्वास्थ्य के लिये यदि मुझे खान–पान में परहेज करना पड़े, तो मैं अपनी योग्यता और शक्ति के अनुसार ऐसा अवश्य करूँगा, किसी भी नुकसान या अन्याय से उनकी रक्षा करूँगा।

–मैं किसी के माँगने पर भी उसे विषैली दवा नहीं दूँगा और ना ही ऐसी दवा लेने की सलाह दूँगा। उसी तरह मैं किसी भी स्त्री को गर्भ गिराने की दवा नहीं दूँगा। मैं पूरी शुद्धता और पवित्रता के साथ अपनी जिंदगी और अपनी कला की रक्षा करूँगा।

–मैं किसी की सर्जरी नहीं करूँगा, उसकी भी नहीं जिसके किसी अंग में पथरी हो गयी हो, बल्कि यह काम उनके लिए छोड़ दूँगा जिनका यह पेशा है। मैं जिस किसी रोगी के घर जाऊँगा, उसके लाभ के लिए ही काम करूँगा, किसी के साथ जानबूझकर अन्याय नहीं करूँगा, हर तरह के बुरे काम से, खासकर स्त्रियों और पुरुषों के साथ लैंगिक संबंध रखने से दूर रहूँगा, फिर चाहे वे गुलाम हों या नहीं।

–चिकित्सा के समय या दूसरे समय, अगर मैंने रोगी के व्यक्तिगत जीवन के बारे में कोई ऐसी बात देखी या सुनी जिसे दूसरों को बताना बिलकुल गलत होगा, तो मैं उस बात को अपने तक ही रखूँगा, ताकि रोगी की बदनामी न हो।

–अगर मैं इस शपथ को पूरा करूँ और कभी इसके विरुद्ध न जाऊँ, तो मेरी प्रार्थना है कि मैं अपने जीवन और कला का आनंद उठाता रहूँ और लोगों में सदा के लिए मेरा नाम ऊँचा रहेय लेकिन अगर मैंने कभी यह शपथ तोड़ी और झूठा साबित हुआ, तो इस प्रार्थना का बिलकुल उल्टा असर मुझ पर हो। ■

प्रति 10 हजार आबादी पर 78 डाक्टर्स के साथ कतर विश्व में शीर्ष पर है।

झोला छाप डॉक्टर

ग्रामीण भारत में स्वास्थ्य कर्मियों की भारी कमी है। ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में काफी अंतर है। शहरी क्षेत्रां में ग्रामीण की अपेक्षा डॉक्टरों की संख्या चार गुना ज्यादा है। खराब ग्रामीण स्वास्थ्य ढांचा और ग्रामीणों के जागरुकता कमी के कारण झोलाछाप डॉक्टरों द्वारा संचालित क्लीनिकों में वृद्धि हुई है जो दवा देने के लिए अधिकृत भी नहीं हैं। एक कमरे में एक टेबल–कुर्सी और दो–तीन चारपाईयों व जेनरिक दवाओं की व्यवस्था करके झोलाछाप डॉक्टर अपना क्लिनिक शुरू कर देते है। ये न मरीजों का कोई रिकॉर्ड रखते है और ना ही दवाओं का। कई प्रतिबंधित दवाएं भी ये रखते है। ग्रामीण भारत की आबादी का एक बड़ा हिस्सा अभी भी अयोग्य चिकित्सकों पर निर्भर है, जिन्हें झोला छाप या बंगाली डॉक्टर के नाम से जाना जाता है।

ग्रामीण भारत में स्वास्थ्य के लिए मानव संसाधनों की भारी कमी है, जिसे आमतौर पर एचआरएच कहा जाता है। भारत महत्वपूर्ण एचआरएच की कमी वाले 57 देशों में से एक है जैसा कि जनवरी 2022 के एक रिपोर्ट में बताया गया जिसका शीर्षक है, एक शोध अध्ययन के अनुसार विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की 44.5 की सिफारिश की तुलना में डॉक्टरों, नर्सों और दाइयों का राष्ट्रीय घनत्व प्रति 10,000 लोगों पर 20.6 पाया गया। इसके अलावा एचआरएच में महत्वपूर्ण शहरी–ग्रामीण अंतर हैं और शहरी क्षेत्रों में ग्रामीण क्षेत्रों की तुलना मं चार गुना अधिक डॉक्टर घनत्व है। स्वास्थ्य सेवाओं को बढ़ाने और ग्रामीण भारत में एचआरएच पहुंच में सुधार करने के लिए, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने 2005 में राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन (एनआरएचएम) शुरू किया। इसके कार्यान्वयन के कई वर्षों के बावजूद, ग्रामीण क्षेत्रों में एचआरएच की कमी अभी भी बनी हुई है और ग्रामीण या तो झोलाछाप या स्वास्थ्य कर्मियों पर निर्भर हैं ताकि वे बीमारियों के इलाज सहित अपनी चिकित्सा जरूरतों को पूरा कर सकें।

भारत में लगभग 15,00,000 स्वास्थ्य कर्मचारियों के पास प्राथमिक चिकित्सा और स्वास्थ्य देखभाल का अनुभव है, लेकिन उनके पास कोई प्रमाण पत्र नहीं है। इसलिए सरकार ने ऐसे पेशेवरों को प्रमाणित करना शुरू किया। हालांकि ये लोग केवल प्राथमिक चिकित्सा प्रदान कर सकते हैं और रोगियों को उच्च अधिकारियों या संस्थानों में भेज सकते हैं। अगर ये लोग मरीजों को दवा मुहैया करा रहे हैं तो यह पूरी तरह गलत है।' मनसा इंस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल एंड हेल्थ साइंसेज जयपुर के निदेशक विजय भूषण ने बताया कि इनके पास मरीजों को दवाएं देने का अधिकार नहीं है। लेकिन, जमीनी हकीकत बहुत अलग है। राजस्थान के उदयपुर जिले के गोगुन्दा कस्बे में एक क्लिनिक अधेड़ उम्र के डॉक्टर द्वारा चलाया जाता है। डॉक्टर की मेज के बगल में एक हरे रंग का पर्दा होता है जिसके पीछे छोटे–छोटे बेड होते हैं जिनका उपयोग मरीजों को इंजेक्शन और ड्रिप लगाने के लिए किया जाता है। अक्टूबर 2019 मं चिकित्सा, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग में तत्कालीन ब्लॉक मुख्य चिकित्सा और स्वास्थ्य अधिकारी उदयपुर के नेतृत्व में हुई जांच में पाया गया कि इस क्लिनिक को चलाने वाला डॉक्टर 10वीं कक्षा तक स्कूल गया है। हालांकि, पूछताछ करने पर कथित डॉक्टर ने बताया कि उन्होंने बी–एस–ए–एम नामक एक पाठ्यक्रम का अध्ययन किया था, लेकिन संक्षिप्त नाम का क्या मतलब था इसका जवाब नहीं दे सका। इस बीच 'डॉक्टर' के खिलाफ जांच का नेतृत्व करने वाले अधिकारी ने अफसोस जताया कि इन धोखाधड़ी वाले डॉक्टरों के खिलाफ ज्यादातर जांच 8 सितंबर 2015 के सरकारी आदेश के कारण अनिर्णायक थी। ''जब हम ग्रामीण क्षेत्रों में ऐसे क्लीनिकों पर छापा मारते हैं तो प्रभारी डॉक्टर हमें एक स्वास्थ्य कार्यकर्ता होने का प्रमाण पत्र दिखाते हैं जो सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों द्वारा जारी किया जाता है। राज्य सरकार ने एक नोटिस में उल्लेख किया है कि ऐसे श्रमिकों को नीम हकीम, पारंपरिक चिकित्सा व्यवसायी, या झोलाछाप के रूप में नहीं जोड़ा जाना चाहिए, उन्हें इलाज प्रदान करने से रोकने के लिए क्या किया जाना चाहिए, जिसके लिए वे अधिकृत नहीं हैं, इसका उल्लेख सरकारी आदेश में नहीं किया गया है। जब उदयपुर के झोला छाप डॉक्टर से ऐसा ही एक प्रमाण पत्र प्राप्त किया गया तो पता चला कि ये स्वास्थ्य कार्यकर्ता शुरुआती स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने, बच्चे और मातृ स्वास्थ्य की देखरेख करने और उन क्षेत्रों में आपात स्थिति के दौरान प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने के लिए प्रमाणित हैं, जहां पर्याप्त औपचारिक चिकित्सा कर्मचारी उपलब्ध नहीं हैं।

2019 में स्वास्थ्य विभाग द्वारा उनके खिलाफ जांच के बावजूद, डॉक्टर अपना क्लिनिक चला रहा है। चित्तौड़गढ़ स्थित चिकित्सा व्यवसायी और प्रयास एनजीओ के सदस्य ने बताया कि इन अनधिकृत स्वास्थ्य सेवा देने के कामकाज में शामिल घातक जोखिमों के बावजूद उनकी भूमिका लगभग अनिवार्य हो गई है, खासकर ग्रामीण और आदिवासी क्षेत्रों में जहां सरकार की स्वास्थ्य सेवाएं न के बराबर हैं।राजस्थान राज्य में जितने गाँव हैं उतने ही झोलाछाप हैं। कई मरीजों की जान भी चली जाती है। रिश्तेदार शिकायत नहीं करते हैं क्योंकि यह उनके लिए चौबीस घंटे उपलब्ध स्वास्थ्य देखभाल का का एकमात्र साधन वही है। अधिकांश झोलाछापों को ग्रामीण लोग उनके काम के लिए सम्मानित करते हैं. यही स्थिति भारत के अन्य राज्यों की है. प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों में प्रशिक्षित डॉक्टर पदस्थी के बाद भी आना नहीं चाहते हैं जिससे ग्रामीण अंचल में झोला छाप डॉक्टर फल फूल रहे हैं. ■

प्रति 10 हजार आबादी पर 72 डाक्टर्स के साथ मोनाको विश्व में दूसरे स्थान पर है।

बाबा रामदेव- कथा सफलता और विवादों की

मूल नाम रामकृष्ण यादव, जन्म वर्ष 1965 में हरियाणा के अली सैयदपुर नामक गाँव में हुआ, सरकारी स्कूल से आठवीं कक्षा तक पढाई पूरी करने के बाद रामकृष्ण ने खानपुर गाँव के एक गुरुकुल में आचार्य प्रद्युम्न व योगाचार्य बल्देव जी से वेद संस्कृत व योग की शिक्षा ली। युवावस्था में ही सन्यास लेने का संकल्प के साथ बाबा रामदेव नाम से लोकप्रिय हुए. उन्होंने योगासन व प्राणायामयोग के क्षेत्र में योगदान दिया। रामदेव जगह–जगह स्वयं जाकर योग–शिविरों का आयोजन करते हैं, जिनमें प्रायः हर सम्प्रदाय के लोग आते हैं। रामदेव अब तक देश–विदेश के करोड़ों लोगों को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से योग सिखा चुके हैं। बाबा रामदेव ने 1995 में दिव्य योग मंदिर ट्रस्ट की स्थापना की। 2003 से आस्था टीवी ने हर सुबह बाबा रामदेव का योग का कार्यक्रम दिखाना शुरू किया जिसके बाद बहुत से समर्थक उनसे जुड़े। योग को जन–जन तक पहुँचाने में बाबा रामदेव ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई. बाबा रामदेव से योग सीखने वालों में अभिनेता अमिताभ बच्चन और अभिनेत्री शिल्पा शेट्टी का नाम उल्लेखनीय है। बाबा रामदेव ने पहली बार देवबंद (उत्तर प्रदेश) में मुस्लिम समुदाय को संबोधित किया। इसके बाद योग और आयुर्वेद को बढ़ावा देने के लिए बाबा रामदेव ने पतंजलि योगपीठ की स्थापना की। ब्रिटेन, अमेरिका, नेपाल, कनाडा और मारीशस में भी पतंजलि योगपीठ की दो शाखाएँ हैं।

हरिद्वार स्थित पतंजलि योगपीठ ट्रस्ट में स्वामी रामदेव ने सन् 2006 में महर्षि दयानन्द ग्राम हरिद्वार में पतंजलि योगपीठ ट्रस्ट के अतिरिक्त अत्याधुनिक औषधि निर्माण इकाई पतंजलि आयुर्वेद लिमिटेड नाम से दो सेवा प्रकल्प स्थापित किये। इन सेवा–प्रकल्पों के माध्यम से स्वामी रामदेव योग, प्राणायाम, अध्यात्म आदि के साथ–साथ वैदिक शिक्षा व आयुर्वेद का भी प्रचार–प्रसार कर रहे हैं। उनके प्रवचन विभिन्न टी.वी. चैनलों जैसे आस्था टीवी, आस्था इण्टरनेशनल, जी–नेटवर्क, सहारा–वन तथा इण्डिया टी.वी. पर प्रसारित होते हैं। भारत में भ्रष्टाचार और इटली एवं स्विट्जरलैण्ड के बैंकों में जमा लगभग ४०० लाख करोड़ रुपये के ''काले धन'' को स्वदेश वापस लाने की माँग करते हुए बाबा ने पूरे भारत की एक लाख किलोमीटर की यात्रा भी की। भ्रष्टाचार के खिलाफ बाबा रामदेव जी अनवरत लड़ाई की है और राष्ट्र निर्माण में भी वो प्रमुख भूमिका निभा रहे हैं। इसके अलावा स्वामी रामदेव ने स्वच्छ भारत अभियान में भी भाग लिया। इतना ही नहीं उन्होंने इस अभियान के तहत हरिद्वार और तीर्थ नगरी ऋषिकेश को गोद लेने की घोषणा की।

बाबा रामदेव ने जब 27 फरवरी 2011 को रामलीला मैदान में जनसभा की थी उस जनसभा में स्वामी अग्निवेश के साथ–साथ अन्ना हजारे भी पहुँचे थे। इसके बाद दिल्ली के जन्तर मन्तर पर 5 अप्रैल 2011 से अन्ना हजारे सत्याग्रह के साथ आमरण अनशन की घोषणा की जिसमें एक दिन के लिये बाबा रामदेव भी शामिल हुए। 4 जून 2011 को प्रातः सात बजे सत्याग्रह प्रारम्भ हुआ। रात को बाबा रामदेव पांडल में बने विशालकाय मंच पर अपने सहयोगियों के साथ सो रहे थे चीख–पुकार सुनकर वे मंच से नीचे कूद पड़े और भीड़ में घुस गये। 5 जून 2011 को सुबह 10 बजे तक बाबा को लेकर अफवाहों का बाजार गर्म रहा। यह सिलसिला दोपहर तब जाकर रुका जब बाबा ने हरिद्वार पहुँचने के बाद पतंजलि योगपीठ में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस करके अपने बच कर निकलने की पूरी कहानी सुनाई।

बाबा रामदेव समय–समय पर योग शिविरों का आयोजन करते रहते हैं। अपने योग शिविरों के माध्यम से बाबा रामदेव भारतीय संस्कृति और योग के महत्व को विदेशों में भी जन–जन तक पहुंचाने का काम कर रहे हैं। अपने इसी क्रम को आगे बढ़ते हुए उन्होंने ऑस्ट्रेलिया का दौरा कर भारतीय संस्कृति का और योग का प्रचार–प्रसार किया, जिससे वहाँ पर भी लोग उनसे काफी प्रभावित हुए। बाबा रामदेव का एक संकल्प है कि पूरा देश स्वस्थ हो और पूरे देश को स्वस्थ बनाने की कड़ी में बाबा रामदेव ने अब सेना के जवानो को भी योग सिखना शुरू किया है। जिसकी शुरुआत उन्होंने जैसलमेर में जवानों को योग सिखाने से की। इसके अलावा बाबा रामदेव ने दिल्ली में भी सैनिक और उनके परिवारजनों के लिए योग शिविर का आयोजन किया।

बाबा रामदेव का विवादों और आलोचना से भी नाता रहा है। मार्च 2005 में, दिव्य योग मंदिर ट्रस्ट के 113 कर्मचारियों ने भविष्य निधि और कर्मचारी राज्य बीमा योजनाओं के तहत कवरेज जैसे न्यूनतम वेतन और कर्मचारियों के अधिकारों के लिए एक आंदोलन शुरू किया। एक बैठक के परिणामस्वरूप प्रबंधन न्यूनतम वेतन देने और प्रदर्शनकारियों के खिलाफ अनुशासनात्मक कार्रवाई शुरू नहीं करने के लिए सहमत हुआ और बदले में, श्रमिक इस बात पर सहमत हुए कि वे कार्यस्थल पर सामान्य स्थिति बहाल उनका मामला भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी मार्क्सवादी सीपीआई (एम) से संबद्ध भारतीय व्यापार संघ सीटू द्वारा लिया गया था। अप्रैल 2020 में, रूचि सोया इंडस्ट्रीज, जिसे 2019 में पतंजलि आयुर्वेद द्वारा अधिग्रहित किया गया था, को भारत के शीर्ष 50 विलफुल लोन डिफॉल्टर्स में से एक था.

रामदेव हिंदू पौराणिक कथाओं को इतिहास मानते हैं। गोमूत्र और गोबर से होने वाली बीमारियों के इलाज के कई वैज्ञानिक शोध पात्र प्रकाशित हो चुके है जो इस बात का समर्थन करते है की आयुर्वेद और योगाभ्यास से मानवों का का

सफल इलाज किया जाता है। उन्होंने यह भी दावा किया कि ब्ट्प्फ.19 को सांस लेने पर नियंत्रण करके आत्म निदान किया जा सकता है और सरसों का तेल वायरस को मारता है। बयानों या प्रथाओं में उनके विश्वास के लिए उनकी आलोचना की गई है। फिर भी वे इनके वैज्ञानिक और तथ्यात्मक दोनों होने का दावा करते हैं। वैज्ञानिक तौर पर भी ज्यादातर आयुर्वैदिक दवाईया और योगाभ्यास कारगर साबित हो चुका है जून 2020 में, पतंजलि ने कोरोनिल और श्वासारि को लॉन्च किया, जिसमें उन्होंने दावा किया कि ब्ट्प्फ.19 के लिए एक आयुर्वेदिक उपचार प्रदान किया गया है। घंटों बाद, आयुष के केंद्रीय मंत्रालय ने एक बयान जारी कर रामदेव से ब्ट्प्फ.19 के इलाज के रूप में दवा का विज्ञापन बंद करने को कहा। पर वैज्ञानिक शोधो के बाद भी इन दोनों दवाईयों का मनुष्यो पर कोई दुष्प्रभाव नहीं देखा गया। इस दवा की घोषणा के एक दिन बाद रामदेव और उनके सहयोगी बालकृष्ण के खिलाफ सामाजिक कार्यकर्ता तमन्ना हाशमी द्वारा बड़ी संख्या में लोगों को गुमराह करने और जान जोखिम में डालने के लिए एक द्वेषपूर्ण आपराधिक शिकायत दर्ज की गई। बाद में जांच में तमन्ना हाशमी की शिकायत सुनवाई योग्य नहीं पाई गई। महाराष्ट्र के पूर्व मंत्री अनिल देशमुख ने महाराष्ट्र में कोरोनिल की बिक्री पर प्रतिबंध लगाते हुए कहा कि राज्य 'नकली दवा' की बिक्री की अनुमति नहीं देगा। बाद में अनिल देशमुख खुद भ्रष्टाचार के मामले में जेल जाना पड़ा। इसके बाद, कोरोनिल को आयुष मंत्रालय द्वारा बेचे जाने के बाद बेचे जाने की अनुमति मिली, इसे एक प्रतिरक्षा बूस्टर दवा कहा जाता है, जिसे ब्ट्प्फ.19 प्रबंधन के लिए उपयोग किया जा सकता है। मई 2021 में, इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ नवजोत सिंह दहिया ने स्वामी रामदेव के खिलाफ कोविड–19 रोगियों के इलाज के बारे में कथित रूप से आतंक पैदा करने और डॉक्टरों के प्रति मानहानि/अपमानजनक भाषा का उपयोग करके आतंक पैदा करने के लिए एक आवेदन प्रस्तुत किया। ■

पतंजलि भ्रामक विज्ञापन मामला और सर्वोच्च न्यायालय

पतंजलि भ्रामक विज्ञापन प्रकरण में सुप्रीम कोर्ट में जो माननीय न्यायधीशों की टिप्पणियां आयी हैं वे इस मामले की गंभीरता को बताती हैं. बाबा रामदेव और आचार्य बालकृष्ण की क्षमा याचना के हलफनामा पेश किए गए उन पर कोर्ट ने सख्त टिप्पणी की है. एक माफीनामा पतंजलि की ओर से था और दूसरा बाबा रामदेव की ओर से व्यक्तिगत था। सुप्रीम कोर्ट ने माफीनामा को स्वीकार करने से मना कर दिया। जस्टिस कोहली ने कहा, हम इसे स्वीकार करने से इनकार करते हैं, हम इसे अदालत की अवमानना मानते हैं। अब आप अगली कार्यवाही के लिए तैयार रहें। 'हम अंधे नहीं, इस मामले में उदार नहीं होंगे'

सुप्रीम कोर्ट में बाबा रामदेव का हलफनामा पढ़ा गया। बाबा रामदेव की ओर से बिना शर्त माफी भी मांगी गई। जस्टिस अमानुल्लाह ने कहा, 'हम अंधे नहीं हैं।' जस्टिस कोहली ने कहा पकड़े जाने के बाद केवल कागज पर माफी मांगी गई है। हम इसे स्वीकार नहीं करते। जस्टिस अमानुल्लाह ने कहा कि ये स्वीकारने लायक नहीं है, ऐसा तीन बार किया जा चुका है। बाबा के वकील रोहतगी ने कहा पेशवेर वादी नहीं है, लोग जीवन में गलतियां करते हैं। बेंच ने कहा, हमारे आदेश के बाद भी गलती? इस मामले में हम इतना उदार नहीं होना चाहते।

सुप्रीम कोर्ट में जस्टिस कोहली ने कहा कि अवमानना के केस में जब आप यह कहकर छूट मांगते हैं कि आपके पास विदेश यात्रा का टिकट है। आपने देश से बाहर जाने के अपने एक कार्यक्रम की जानकारी दी है, इसे देखकर लगता है कि आप सारी प्रक्रिया को हल्के में ले रहे हैं। जस्टिस अमानुल्लाह ने सुनवाई के दौरान कहा, कोर्ट से झूठ बोला गया।

सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि केंद्र ने ये मामला 2020 में उत्तराखंड सरकार को भेजा था। लेकिन उन्होंने इसमें निष्क्रियता दिखाई। अब कार्रवाई उन अधिकारियों पर भी कार्रवाई होनी चाहिए। अदालत ने अधिकारियों से पूछा आपने अब तक इनके खिलाफ मुकदमा दर्ज क्यों नहीं करवाया। यह क्यों न माना जाए कि आपकी इनसे मिलीभगत है। कोर्ट ने कहा इन अधिकारियों का अभी निलंबन होना चाहिए। जस्टिस कोहली ने पूछा कि ड्रग ऑफिसर और लाइसेंसिंग ऑफिसर का क्या काम है? आपके अधिकारियों ने कुछ नहीं किया है। जस्टिस अमानुल्लाह ने कहा, हमें अधिकारियों के लिए 'बोनाफाइड' शब्द के इस्तेमाल पर कड़ी आपत्ति है। हम हल्के में नहीं लेंगे। हम इसकी धज्जियां उड़ा देंगे।

जस्टिस कोहली ने सरकार से फटकार लगाते हुए कहा, 'कोई मरे तो मरे... लेकिन हम चेतावनी देंगे'। जस्टिस अमानुल्लाह ने कहा आपने हमें उकसाने का काम किया। ये तो अभी शुरुआत है। केंद्र सरकार की ओर पेश हुए सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता ने कहा, ये तो बस गलतियां हैं। जस्टिस कोहली ने कहा, ये मूर्खताएं हैं। मेहता ने कहा, हम एक पार्टी नहीं थे। इसके जवाब में सुप्रीम कोर्ट ने कहा, वाह! कोई भी पार्टी आपको आपके सार्वजनिक कर्तव्य से मुक्त नहीं कर सकती! यह बिल्कुल अप्रासंगिक बात है। जब मेहता ने कार्रवाई का आश्वासन दिया तो कोर्ट ने कहा, उन सभी अज्ञात लोगों के बारे में क्या जिन्होंने इन बीमारियों को ठीक करने वाली पतंजलि दवाओं का सेवन किया है जिन्हें ठीक नहीं किया जा सकता है.. क्या आप किसी सामान्य व्यक्ति के साथ ऐसा कर सकते हैं ? व्यापारिक नैतिकता, स्वास्थ्य जैसे संवेदनशील विषय पर, सम्बंधित उत्पादकों को और उत्तरदायित्यपूर्ण रवैया रखने की आशा की जानी चाहिए. ■

देवभूमि की चार धाम यात्रा

– श्याम कस्तूरे

देवभूमि उत्तराखण्ड की चार धाम यात्रा करना हम में से किसी के लिये भी जीवन की एक उत्कट अभिलाषा का पूरा होना है। इस यात्रा में हिमालय स्थित चार–धाम यानि गंगोत्री, यमुनोत्री, बद्रीनाथ और केदारनाथ का समावेश होता है। ये सभी चारों धाम उत्तराखण्ड राज्य के गढ़वाल क्षेत्र में स्थित हैं, जो कि उत्तरकाशी, रूद्रप्रयाग और चमोली जिलों में है। यह यात्रा हिमालय स्थित पवित्र तीर्थों का धार्मिक पर्यटन सर्किट है। ऐसा माना जाता है कि प्रत्येक हिन्दू को जीवन में कम से कम एक बार इन तीर्थ स्थलों पर विराजमान देवताओं का आशीर्वाद प्राप्त करने हेतु, चार धाम यात्रा करनी चाहिये।

चारधाम यात्रा सडक मार्ग से या वायु मार्ग से की जा सकती है। सडक मार्ग का रूट दिल्ली– हरिद्वार– बरकोट–यमुनोत्री–उत्तरकाशी–गंगोत्री–गुप्तकाशी–केदारनाथ–रूद्रप्रयाग–बद्रीनाथ–जोशीमठ–हरिद्वार–दिल्ली इस प्रकार है। ये यात्रा पैकेज औसतन रूपये 45000/– से रूपये 60000/– प्रतिव्यक्ति, के आसपास होता है।

बॉर्डर रोड आर्गेनाईजेशन द्वारा निर्माण किया जा रहा ऋषिकेश से आरम्भ दो लेन का 889 कि.मी. का चार धाम नेशनल हाईवे प्रोजेक्ट करीब–करीब 70 प्रतिशत से अधिक पूरा हो चुका है, बाकी मार्ग भी चालू है। आमतौर पर उत्तराखण्ड शासन की पर्यटन नीति के अनुसार यात्रियों का और उनके वाहनों का रजिस्ट्रेशन करना आवश्यक है। रजिस्ट्रेशन ऑनलाईन वेव पोर्टल के द्वारा, मोबाइल एप द्वारा और व्हाटसऐप द्वारा कर सकते हैं। तीर्थ स्थलों पर वेरिफिकेशन किया जाता हैं।

चारधाम यात्रा हर वर्ष छः माह चलती है। सामान्य रूप से अक्षय तृतीया पर अप्रैल के अन्तिम सप्ताह या मई के प्रथम सप्ताह में प्रारम्भ होकर दिवाली पर अक्टूबर के अन्तिम सप्ताह/नवम्बर के प्रथम सप्ताह तक चलती है। उसके बाद मन्दिरों के पट बन्द हो जाते हैं। यात्रा का सबसे अच्छा समय अप्रैल से अक्टूबर के बीच है। बरसात के महीनों में भूस्खलन का खतरा होता है। शीत ऋतु में बर्फबारी के कारण मन्दिरों के मुख्य देवताओं को कम ऊँचाई पर स्थित बेहतर मौसम वाले स्थानों पर स्थापित किया जाता है। गर्मियों के आते ही उन्हे मूल स्थान पर पुनः स्थापित कर देते हैं। उत्तराखण्ड एक सुरम्य प्रदेश है, जिसकी बानगी के रूप में रोड ट्रेवल में अनुपम प्राकृतिक सौन्दर्य के दर्शन होते है।

वरिष्ठ जनो के लिये चारधाम यात्रा थोडी सी कठिन यात्रा है, एकदम आसान नहीं। कहीं कहीं ऑक्सीजन की कमी का अनुभव होता है। मन्दिरों में जाने का रास्ता चढाई वाला है, मौसम खासा ठण्डा होता है और अनिश्चित भी मौसम का मिजाज तेजी से बदलता है। सडक मार्ग से यात्रा करने हेतु

शारीरिक फिटनेस बहुत जरूरी है। ठंड से बचने के लिये उचित गर्म कपडे और ऑक्जीसन की कमी से निपटने हेतु कपूर साथ रखना आवश्यक है, जिसे सूघने से आप ठीक से सांस ले सकते है। यदि सांस सम्बन्धी समस्या हो तो तो छोटा ऑक्जीसन सिलिंडर साथ रखना उचित होगा। चढाई वाले रास्तों पर चढने हेतु– (1) पैदल, (2)घोडे पर बैठकर (3) पालकी में बैठकर (4) पिटटू पर बैठकर। इन माध्यमों से मन्दिरों में पहुंचते हैं। वायु मार्ग से चार–धाम यात्रा अपेक्षाकृत सुगम होती है। यह हेलिकॉप्टर से की जाती है। हेलिकॉप्टर से यात्रा कराने वाली 8–9 हेलिकॉप्टर कम्पनियां हैं। जो औसत 1.75 लाख रूपये प्रतिव्यक्ति के खर्च पर यात्रा सम्पन्न कराती है। देहरादून से 4 रातें और 5 दिन का टूर होता है। एक दिन मौसम की अनिश्चितता के कारण अतिरिक्त रखा जाता है।

सर्वप्रथम यमुनोत्री की यात्रा की जाती है। सड़क मार्ग से हरिद्वार से उत्तरकाशी जिले के बरकोट जो कि समुद्र तल से 1220 मीटर की ऊँचाई पर पर्यटन के लिये लोकप्रिय स्थानों में से एक है, कई ट्रैक और व्हाइटवाटर राफ्टिंग, मनमोहक दृश्य, पवित्र यमुना नदी और सेब के बगीचों के लिये जाना जाता है, वहाँ जाना होता है। यमुनोत्री देहरादून से 136 कि.मी., उत्तरकाशी से 61 कि.मी. और बरकोट से 50 कि.मी. दूर है। बरकोट से जानकी चट्टी लगभग 45 कि.मी. अंतर पर है, जिसे बस, जीप, कार, बाईक से जा सकते हैं। करीब एक–डेढ घंटे में पहुंच सकते है। पैदल तीन–साढे तीन घंटे लगते है। जानकी चटटी से यमुनोत्री मंदिर 6 कि.मी. की चढ़ाई है।

हेलीकॉप्टर से यात्रा देहरादून से शुरू होती है। देहरादून एक रात अच्छे होटल में ठहरने के बाद आपको पूरी यात्रा की सम्पूर्ण जानकारी दी जाती है तथा एक डफल बैग दिया जाता है जिसमें पांच किलो तक सामान रख सकते है, बाकी सामान होटल में छोडना होता है। अगले दिन आपको हेलीपेड पर ले जाया जाता है। यहाँ आपका वजन लिया जाता है और वजन के हिसाब से कौन यात्री हेलिकॉप्टर में कहां बैठेंगे यह तय होता है। हेलिकॉप्टर में चढ़ने, उतरने और बैठने में क्या सावधानी बरतनी है ये जानकारी दी जाती है। आमतौर

पर हेलीकॉप्टर में पायलट के अलावा छः यात्री बैठते हैं। देहरादून से करीब–करीब 30 मिनट की वायु यात्रा के बाद खरसाली नामक छोटे से गांव में उतरते है। हेलीपैड से होटल तक पगडंडी नुमा गांव के रास्तों से होकर होटल पहुंचते है। अधिकांश होटल घरों में ही खोले गये है और घरेलू सा माहौल है। होटल से हिमालय की पर्वत श्रृंखलाओं के मनोरम दर्शन होते है।

अगली सुबह युमनोत्री मंदिर जाने के लिये प्रस्थान होता है। खरसाली से मंदिर हेतु छः कि.मी. की कठिन सी चढाई का रास्ता है। स्वस्थ युवा पैदल ऊपर चढ सकते है। अधेड व बुजुर्गों के लिये घोडा, पालकी जिसे 3 या 4 लोग उठाते है तथा पिठठू या कैण्डी जो टोकरीनुमा कुर्सी होती है, उसमें यात्री को बिठाकर एक व्यक्ति उसे अपनी पीठ पर ले जाता है, उपलब्ध है। 6 किलोमीटर की चढ़ाई करीब 03 घंटे में तय की जाती है जिसमें 2 जगह बीच में चाय पानी का ब्रेक होता है।

यमुनोत्री मंदिर समुद्र तल से 3300 मीटर/ 10800 फिट की ऊँचाई पर स्थित माँ यमुना का धाम है। यहाँ माँ यमुना साक्षात रूप में विराजमान है। कालिन्दी पर्वत से निकलने के कारण इसे कालिन्दी भी कहते है। माना जाता है कि जगत गुरू शंकराचार्य ने इस धाम की खोज की। पौराणिक कथा अनुसार यमुनोत्री असित ऋषि का स्थान था, जो माँ यमुना के परम भक्त थे। प्राचीन हिन्दू ग्रन्थों में इस स्थल का उल्लेख किया गया है। यह स्थान प्राकृतिक सुन्दरता, आध्यात्मिकता और संस्कृति का अनोखा मिश्रण है।

मन्दिर की सीढियां चढकर परिसर में पहुंचने पर कुछ यात्रियों को ऑक्सीजन की कमी का अनुभव होता है। जिससे उबरने हेतु कपूर सूंघने से आप ठीक से सांस ले पाते है। यहाँ स्नान का महत्व है। मन्दिर में एक गर्म पानी का कुण्ड भी है जिसमें चावल पकाने की परम्परा है। बहुत ऊँचाई के कारण कभी भी बरसात हो जाती है, जिससे बचने के लिये सस्ते रेनकोट मिलते है। बारिश होने पर रास्ते पर कुछ फिसलन होती है और खड़ी चढ़ाई और उतार पर चढ़ने उतरने में उन मजदूरों का कौशल काम आता है जिनके कन्धों पर आप यात्रा का पुण्य अर्जित करते है। उतरने में करीब डेढ घंटे का समय लगता है। इस दुर्गम पवित्र धाम के दर्शन कर यात्री धन्य हो जाते है। ■

अन्य 3 धामों की रोमांचक यात्रा का वृत्तान्त अगली बार।

– मो. 9425006242 ईमेल – kasture.shyam@gmail.com

प्रेरक व्यक्तित्व - सत्यजीत रे

पूरा नाम सत्यजित 'सुकुमार' राय, और अन्य नाम सत्यजित रे, शॉत्तोजित रॉय के नाम से लोकप्रिय फिल्मों में योगदान के बड़े नाम का जन्म जन्म 2 मई, 1921 को कलकत्ता में हुआ. मूलतः कर्म–क्षेत्र फिल्म निर्माता–निर्देशक, गीतकार, साहित्यकार और चित्रकार। उनकी मुख्य फिल्में थीं, पाथेर पांचाली, अपुर संसार, अपराजितो, जलसा घर, अभियान आदि। भारत रत्न, पद्म विभूषण, दादासाहब फालके पुरस्कार के अतिरिक्त प्रसिद्धि सन 1992 में विश्व सिनेमा में अभूतपूर्व योगदान के लिए सत्यजित राय को मानद ऑस्कर अवॉर्ड से अलंकृत किया गया। फिल्मकार के अलावा वह कहानीकार, चित्रकार और फिल्म आलोचक भी थे। बीसवीं शताब्दी के विश्व की महानतम फिल्मी हस्तियों में से एक थे, जिन्होंने यथार्थवादी धारा की फिल्मों को नई दिशा देने के अलावा साहित्य, चित्रकला जैसी अन्य विधाओं में भी अपनी प्रतिभा का परिचय दिया।

सत्यजित राय प्रमुख रूप से फिल्मों में निर्देशक के रूप में जाने जाते हैं, लेकिन लेखक और साहित्यकार के रूप में भी उन्होंने उल्लेखनीय ख्याति अर्जित की है। सत्यजित राय फिल्म निर्माण से संबंधित कई काम खुद ही करते थे। इनमें निर्देशन, छायांकन, पटकथा, पार्श्व संगीत, कला निर्देशन, संपादन आदि शामिल सत्यजित राय कथानक लिखने को निर्देशन का अभिन्न अंग मानते थे। सत्यजित राय ने अपने जीवन में 37 फिल्मों का निर्देशन किया, जिनमें फीचर फिल्में, वृत्त चित्र और लघु फिल्में शामिल हैं। इनकी पहली फिल्म 'पाथेर पांचाली' को कान फिल्मोत्सव में मिले "सर्वोत्तम मानवीय प्रलेख" पुरस्कार को मिलाकर कुल ग्यारह अन्तर्राष्ट्रीय पुरस्कार मिले। और उनके काम ने कुल 32

राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार प्राप्त किये। विश्व सिनेमा के पितामह माने जाने वाले महान् निर्देशक अकीरा कुरोसावा ने राय के लिए कहा था ''सत्यजित राय के बिना सिनेमा जगत वैसा ही है जैसे सूरज–चाँद के बिना आसमान''.

एक बंगाली आलोचक द्वारा अपुर संसार की कड़ी आलोचना के बाद रे ने इसका बचाव करते हुए एक लेख लिखा। अपने फिल्म निर्माण करियर के दौरान उन्होंने आलोचकों को शायद ही कभी जवाब दिया, लेकिन बाद में उन्होंने अपनी निजी पसंदीदा फिल्म चारुलता का बचाव भी किया। रे की सफलता के बावजूद, आने वाले वर्षों में उनके निजी जीवन पर इसका बहुत कम प्रभाव पड़ा। वह अपनी पत्नी और बच्चों के साथ दक्षिण कलकत्ता में लेक एवेन्यू पर एक किराए के मकान में रहते रहे, अपनी माँ, चाचा और अपने विस्तारित परिवार के अन्य सदस्यों के साथ। यह घर वर्तमान में इस्कॉन के स्वामित्व में है। ■

पिछले दो दशकों में भारत में हृदय रोगियों की संख्या में 40 प्रतिशत से अधिक की वृद्धि देखी गई है।

लीक से हटकर

चांपा, छत्तीसगढ़ का कुष्ठरोग निवारण संघ

छत्तीसगढ़ जो भारत में ''धन का कटोरा'' (चावल का कटोरा) के नाम से प्रसिद्ध है, जांजगीर चांपा जिले में एक शहर चंपा–नगर है। भारतीय कुष्ठ निवारक संघ, कात्रे नगर एक पवित्र सेवा स्थल है जो केवल 8 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। चंपा–नगर से दूर. विश्व का पहला कुष्ठ रोग निवारण संगठन यहीं स्थित है, जिसकी स्थापना सदाशिव गोविंद कात्रे जी ने की थी, जो स्वयं एक कुष्ठ रोगी थे। कात्रे जी यद्यपि एक बहुत प्रतिष्ठित परिवार से थे और झाँसी में रेलवे अधिकारी थे, दुर्भाग्य से कुष्ठ रोग के शिकार हो गये। कुष्ठ रोगी होने के कारण उन्हें सामाजिक बहिष्कार, अपमान और मानसिक पीड़ा का सामना करना पड़ा। कुष्ठ रोग के इलाज के लिए वे बैतालपुर में ईसाई मिशनरी द्वारा संचालित केंद्र में चले गये। वहां उन्होंने सेवा के बहाने धर्म परिवर्तन कराने का विरोध किया और दो महीने तक धरने पर रहे. बाद में कात्रे जी ने अपने दम पर कुष्ठ रोग निवारण सेवा शुरू करने का कार्य किया। उन्होंने बलिहार सिंह, छोटेलाल स्वर्णकार, जीवनलाल साव, से मिलने और काम करने के लिए कहा। वैद्य गोदावरीश, जो कुष्ठ रोग प्रभावित क्षेत्रों में रोग के संपर्क और सेवा कार्य में लगे हुए थे। बैतालपुर के क्रिश्चियन हॉस्पिटल में कात्रेजी ने देखा कि कुष्ठ रोग से पीड़ित व्यक्ति को समाज से ऐसे व्यवहार का सामना करना पड़ता है कि उसके पास अपनी आजीविका के लिए भीख मांगने के अलावा कोई अन्य विकल्प नहीं बचता है और वह अपना आत्मसम्मान पूरी तरह से खो देता है। दूसरा, कुष्ठ रोग से पीड़ित व्यक्ति को हमेशा यह चिंता सताती रहती है कि जिस परिवार और समाज ने उसे जीते जी अकेला छोड़ दिया, क्या वे मृत्यु के बाद उसके शरीर का अंतिम संस्कार ठीक से करेंगे या नहीं ?

इन कड़वे अनुभवों और एक महान उद्देश्य के साथ उन्होंने 5 अप्रैल 1962 को ''भारतीय कुष्ठ निवारक संघ'' की स्थापना की कि प्रत्येक कुष्ठ पीड़ित को एक आत्म–सम्मानित जीवन और एक सम्मानजनक मृत्यु मिले। संस्था (संस्था) तो स्थापित हो गई लेकिन आगे का रास्ता अभी भी कठिन था। बीमारी के कारण उसके हाथ–पैर की उंगलियां गल गई थीं और शरीर भी विकृत हो गया था। सार्वजनिक परिवहन कम ही उपलब्ध था लेकिन कुष्ठ रोगी होने के कारण उन्हें बस में बैठने की अनुमति नहीं थी। अतः कात्रेजी ने 55 वर्ष की उम्र में साइकिल चलाना सीखा। इस उम्र में वे चंपा और आसपास के इलाकों में रहने लगे। जब उन्होंने गांवों से पैसे और भोजन के लिए सहयोग मांगा तो लोगों ने यह कहकर उपहास उड़ाया कि 'आजकल कुष्ठ रोगी साइकिल पर भीख मांग रहे हैं।' जब वे चांपा में लोगों से मिलते थे तो लोग कहते थे कि कुष्ठ रोगी स्मार्ट बनने की कोशिश कर रहे हैं। लेकिन, कात्रेजी के समर्पण और उनके उद्देश्य के प्रति कड़ी मेहनत से प्रभावित होकर, ग्राम लखुर्री के श्री साधराम साव केशरवानी ने इस नेक काम के लिए पानी के कुएं के साथ एक घर (धर्मशाला) दान कर दिया। इसके साथ ही 'भारतीय कुष्ठ निवारक संघ' अस्तित्व में आया और शुरुआत में तीन रोगियों की सेवा की।

ईश्वर की कृपा से काम फला–फूला और 1963 में कात्रेजी ने भारत के तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. राधाकृष्णन जी को पत्र लिखकर इस काम के लिए सहयोग मांगा। जवाब में उन्हें रुपये की मदद मिली. एक हजार। एक वर्ष की अल्प अवधि में कात्रेजी भारत के प्रथम नागरिक से लेकर अंतिम व्यक्ति तक का सहयोग प्राप्त करने में सफल रहे। 1972 में दामोदर गणेश बापटजी 'वनवासी कल्याण आश्रम जशपुर' से यहाँ आये और इस भागीरथी प्रयास को स्थायित्व प्रदान किया। बापट जी पूर्णतः स्वस्थ व्यक्ति थे और उनके आगमन से एक उत्साहजनक माहौल बना कि एक स्वस्थ व्यक्ति कुष्ठ रोगियों के बीच सेवा दे रहा है और वह इस बीमारी से प्रभावित नहीं है। इसका सकारात्मक असर यह हुआ कि परियोजना में काम करने वाले लोगों को बस में सीट मिलने लगी और कात्रे नगर में जनता को पानी मिलना शुरू हो गया। 1974 में कात्रेजी ने कुष्ठ रोग केंद्र की पूरी जिम्मेदारी बापट जी को सौंप दी और 16 मई 1977 को उन्होंने अंतिम सांस ली। स्वर्गीय कात्रेजी के सपने को साकार करने के लिए बापट जी ने अपने निरंतर प्रयासों और सरल व्यवहार से संस्थान में नए शुभचिंतकों को जोड़ा। कुष्ठ रोग के बारे में भ्रम को दूर करने के लिए चलाया गया सार्वजनिक अभियान संस्थान के कैदियों में आत्मविश्वास पैदा करने में सक्षम था।

वर्तमान में 20 बिस्तरों वाले अस्पताल में बंदियों (महिला एवं पुरूष दोनों) को आवास एवं भोजन की सुविधा के साथ उपचार उपलब्ध कराया जा रहा है। इसके अलावा गांवों में रहने वाले 300 मरीज भी इलाज करा रहे हैं। यहां निःशुल्क इलाज एवं दवा उपलब्ध है। मरीज की शारीरिक विकलांगता को भी ऑपरेशन के माध्यम से ठीक किया जा रहा है। इसमें लगभग ग्रामीणों को मोबाइल अस्पताल इलाज मुहैया करा रहा है। संस्थान के पास वर्तमान में 60 एकड़ कृषि भूमि है। इसमें लगभग 1000 क्विंटल चावल का उत्पादन हो रहा है. 35 एकड़ भूमि में गेहूं का उत्पादन किया जा रहा है। 3 एकड़ भूमि में बागवानी की जा रही है जिसमें वर्ष भर विभिन्न सब्जियां, लहसुन, हल्दी आदि का उत्पादन किया जा रहा है। इसके अतिरिक्त केला, संतरा, ब्लैकबेरी, अमरूद, पपीता, नींबू, बेर, कस्टर्ड सेब आदि विभिन्न फलों का भी उत्पादन किया जाता है। ■

लीक से हटकर किये गये इस कार्य के लिये नवलय का इस कार्य में लगे लोगों का अभिनन्दन। इच्छुक पाठक संस्था की वेबसाइट पर जाकर अपना सहयोग प्रदान कर सकते हैं।

भारत में प्रति लाख आबादी में 209.1 हृदय रोगी हैं।

शाब्बाश

बंग दंपत्ति

अभय बंग और रानी बंग भारतीय कार्यकर्ता और सामुदायिक स्वास्थ्य शोधकर्ता हैं जो भारत के महाराष्ट्र के गढ़चिरौली जिले में काम कर रहे हैं साथ में, उन्होंने एक ऐसे कार्यक्रम की देखरेख की है जिससे शिशु मृत्यु दर में काफी कमी आई है, जिसे विश्व स्वास्थ्य संगठन और यूनिसेफ ने समर्थन दिया है और पूरे भारत और अफ्रीका के कुछ हिस्सों में चलाया जा रहा है। अभय और रानी बंग ने गैर–लाभकारी सोसायटी फॉर एजुकेशन, एक्शन एंड रिसर्च इन कम्युनिटी हेल्थ की भी स्थापना की, जो ग्रामीण स्वास्थ्य सेवा और अनुसंधान में सम्मिलित है.

उन्होंने महाराष्ट्र भूषण पुरस्कार जीता और उन्हें लखनऊ में संजय गांधी स्नातकोत्तर आयुर्विज्ञान संस्थान से मानद डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया गया। एसएनडीटी महिला विश्वविद्यालय, मुंबई ने भी रानी बंग को मानद उपाधि से सम्मानित किया है। 2016 में, जॉन्स हॉपकिन्स विश्वविद्यालय ने उन्हें विशिष्ट पूर्व छात्र पुरस्कार से सम्मानित किया। अभय बंग का जन्म 1950 में वर्धा, महाराष्ट्र, भारत में ठाकुरदास बंग और सुमन बंग के घर हुआ था। उनके माता–पिता महात्मा गांधी के विचारों से प्रेरित सर्वोदय आंदोलन के अनुयायी थे ।

अभय और रानी ने नागपुर विश्वविद्यालय में अध्ययन किया और दोनों ने 1972 में एमबीबीएस की उपाधि प्राप्त की। वे नागपुर विश्वविद्यालय में ही रहे और रानी ने 1976 में एमडी (ओबी–जीवाई) की उपाधि प्राप्त की, जबकि अभय ने 1977 में एमडी (मेडिसिन) की उपाधि प्राप्त की। अपनी पढ़ाई पूरी करने के बाद एमडी, उन्होंने 1977 में शादी की। अभय बंग एमबीबीएस में विश्वविद्यालय में प्रथम थे और उनके पास तीन स्वर्ण पदक थे। अपनी मेडिकल पढ़ाई के बाद, उन दोनों ने 1984 में जॉन्स हॉपकिन्स यूनिवर्सिटी, बाल्टीमोर, संयुक्त राज्य अमेरिका से सार्वजनिक स्वास्थ्य में मास्टर डिग्री पूरी की। गांधीवादी सिद्धांतों का पालन करते हुए, दंपति गरीबों के साथ काम करने के लिए भारत लौट आए। भारत लौटने के बाद वे गढ़चिरौली में काम करने लगे। उन्होंने दिसंबर 1985 में SEARCH (सोसाइटी फॉर एजुकेशन, एक्शन एंड रिसर्च इन कम्युनिटी हेल्थ) की स्थापना की और गढ़चिरौली के आदिवासी और ग्रामीण इलाकों में सामुदायिक स्वास्थ्य समस्याओं पर काम करना शुरू किया।

भारत ने शिशु मृत्यु दर को कम करने के लिए इस मॉडल को 12वीं राष्ट्रीय पंचवर्षीय योजना में शामिल किया है। यह दृष्टिकोण, जिसने ग्रामीण गढ़चिरौली में शिशु मृत्यु दर को 121 प्रति 1000 जीवित जन्मों से घटाकर 30 कर दिया, को 2005 में द लैंसेट द्वारा विंटेज पेपर्स में से एक के रूप में सम्मानित किया गया था। अभय और रानी बंग गढ़चिरौली जिले में प्रतिबंध के लिए प्रेरक शक्ति थे। गढ़चिरौली महाराष्ट्र का पहला जिला है जहां जनता की मांग के कारण शराब पर प्रतिबंध लगा दिया गया है। 1990 में इस जोड़े ने गढ़चिरौली जिले में शराबबंदी के लिए आंदोलन खड़ा किया. बंग ने गढ़चिरौली के लोगों को शराब के दुष्प्रभावों के बारे में जागरूक किया , जिसके कारण लोगों ने गढ़चिरौली में शराब पर प्रतिबंध लगाने की मांग की।

रानी बंग 1990 में ब्राजील के रियो डी जनेरियो में टिट्ज संगोष्ठी में प्रमुख वक्ताओं में से एक थीं। 2008 में, रानी बंग को अनुसंधान के एक अभिनव और शक्तिशाली दृष्टिकोण के माध्यम से ग्रामीण भारत में महिलाओं के स्वास्थ्य में सुधार पर पिछले ढाई दशकों से उनके उत्कृष्ट और अग्रणी योगदान के लिए विज्ञान और प्रौद्योगिकी के अनुप्रयोग के माध्यम से महिला विकास के लिए राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया था। लोगों के साथ और लोगों के लिए। यह पुरस्कार उन्हें भारत के राष्ट्रपति द्वारा नई दिल्ली में महिलाओं द्वारा अत्याधुनिक विज्ञान और प्रौद्योगिकी के प्रदर्शन पर राष्ट्रीय सम्मेलन में प्रदान किया गया।

इस दंपत्ति ने अपने संगठन 'सर्च' के माध्यम से गढ़चिरौली के ग्रामीण और आदिवासी लोगों के लिए मां दंतेश्वरी अस्पताल का निर्माण किया। इस सेटअप में ओपीडी और आईपीडी देखभाल के साथ–साथ कई तरह की सर्जरी भी की जाती हैं। पूरे महाराष्ट्र राज्य से डॉक्टर इस सेटअप में आते हैं और ऑपरेशन करते हैं। सर्च के संस्थापक निदेशक होने के अलावा, अभय और रानी बंग ने विभिन्न राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय समितियों में काम किया है। उनमें से कुछ इस प्रकार हैं: भारत में जनजातीय आबादी के लिए स्वास्थ्य देखभाल की योजना बनाने के लिए विशेषज्ञ समूह के अध्यक्ष, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार। भारत के विशेषज्ञ सदस्य, केंद्रीय स्वास्थ्य परिषद, स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय की सर्वोच्च संस्था, भारत सरकार, सदस्य, राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन संचालन। ■

पतंजलि के इन उत्पादों पर पाबन्दी

पतंजलि के इन उत्पादों के उत्पादन और विक्रय की अनुमति को निरस्त कर दिया है. ये उत्पाद हैं :

स्वसारी गोल्ड, स्वसारी वटी, ब्रांचों, स्वसारी प्रवाही, स्वसारी अवलेह, मुक्त वटी एक्स्ट्रा पावर,लिपिडोम, बीपी ग्रिट, बीपी ग्रिट, मधुग्रत, मधुनाशनी वटी एक्स्ट्रा पावर, लिवामृत एडवांस, livogrit Eyegrit गोल्ड और पतंजलि दृष्टि ऑय ड्राप. ■

अमेरिका में हृदय रोगियों की संख्या में 1990 कें बाद से 41 प्रतिशत की गिरावट आई है।

सामयिकी

भ्रामक विज्ञापन, अहले दानिश ने ...

– दिलीप जैमिनी

ओशो ने एक बार एक प्रवचन में कहा था कि व्यवसायी का बस चले तो वह विज्ञापन में लिख दे, इस साबुन से न नहाने वाले नर्क में जायेंगे. भ्रामक विज्ञापनों का सीधा अर्थ है ऐसे दावे जो ग्राहकों को आकृष्ट तो करें लेकिन ऐसी कोई व्यवस्था या मानक कोई संस्थान नहीं जो इनकी सत्यता की परीक्षा कर सके. केवल शिकायत होने की स्थिति में जाँच का प्रावधान है लेकिन इसमें समय इतना लगता है कि तब तक विज्ञापन अपना लक्ष्य पूरा कर चुका होता है. हॉर्लिक्स और वजन बढ़ाने ऊंचाई बढ़ाने जैसे अनेक उत्पाद बिना किसी वैज्ञानिक जाँच के मीडिया में छाये हुए हैं. ऑर्बिट च्युइंग गम चबा कर अँधेरे में प्रकाशित करने योग्य दन्त पंक्ति को इतनी धवलता देता है यह विज्ञापन बताता है. एक व्यक्ति घंटो से मछलियां पकड़ने का प्रयत्न कर रहा था, पर उसके कांटे मे कोई मछली फंस ही नहीं रही थी, तभी एक दूसरा व्यक्ति आता है, अपनी एक छड़ी पर 5–6 जगह रुफेविक्विक की 5–6 बूँदे रखी पानी मे छड़ी को डाला और 2 सेकंड मे 5–6 मछलियां उसकी छड़ी मे चिपक गई. पहला व्यक्ति पूरे अचम्भे मे आ जाता है. पहले भारत मे कमर दर्द होना आम बात थी, लेकिन जैसे ही लोगो ने मूव लगाना शुरू किया, कमर दर्द भारत छोड़कर चला गया फेयर एंड लवली इस बात का उदाहरण है कि एक सामान्य वैनिशिंग क्रीम को चमत्कारी रूप से रंग गोरा करने का साधन बताया गया. अनेक वर्षों की मुकदमे बाजी के बाद कंपनी को उत्पाद का नाम बदलना पड़ा.

बाबा रामदेव ने कहा के अश्वगंधा को दूध के साथ लेने से वजन बढ़ाया जा सकता है, एलोवेरा, गिलोय का जूस बेहतरीन इम्युनिटी बूस्टर है आदि, बात अदालत को भ्रामक लगने लगी, तार्किक रूप से देखें तो काल के अनुरूप करोनिल को इम्युनिटी बढ़ाने और इस प्रकार किसी भी रोग के प्रति प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के दावे से आगे बढ़ते हुए इसे कोरोना का इलाज बताने का कोई वैज्ञानिक आधार नहीं था. अदालत की नाराजगी स्वाभाविक है जब मामला अदलात से उत्तराखंड सरकार को इस प्रकार के विज्ञापनों की जाँच करने और इन्हें रोकने के निर्देश दिए गए तो सरकार फाइल इधर उधर सरकाती रही. ऐसा नहीं है कि आयुर्वेद उत्पादों के लिए पतंजलि इकलौती कंपनी है, डाबर 1884 से आयुर्वेद उत्पाद बना रही है, ऐसी अनेक कम्पनिया हैं जो पतंजलि से पुरानी हैं. बाबा की माफीनामे से मामला रुकता नहीं दीखता. सुप्रीम कोट के विद्वान न्यायाधीशों ने स्पष्ट कहा कि आवेदक (आईएमए) को अपना घर सुधारने की आवश्यकता है (पुट योर हाउस इन आर्डर). आईएमए इस बात के लिए जवाबदेह है कि कालांतर में सर्जरी से बच्चे पैदा होन की संख्या में इतनी वृद्धि क्यों है ? इतिहास में सीजेरियन जन्म के एक दो उदाहरण हैं जिसमें बिम्बिसार का नाम उल्लेखनीय है. जब बिम्बिसार की मां ने भूलवश विषयुक्त भोजन कर लिया तो चाणक्य की सलाह पर बिम्बिसार की माता की सर्जरी की गयी थी. एलोपैथ डॉक्टर्स के पास जब जेनेरिक दवाएं लिखने का विकल्प है तो मांगी दवाएं क्यों लिखी जाती हैं ? क्यों और कैसे दवा कम्पनिया मांहि भेंट उपहार देकर डॉक्टर्स को विशिष्ट दवाएं लिखने के लिए प्रोत्साहित कर रही हैं ? ह्रदय में लगने वाली स्टंट की कीमतें हजारों गुना लाभ पर बेचने में किसका हित साधा जा रहा है ?

बाबा रामदेव की क्षमा मांगने से यह प्रकरण समाप्त नहीं होगा. कौन सी चिकित्सा पद्धति श्रेष्ठ है या कौन सी दवा उत्तम है के मामले में लालू प्रसाद का वह व्यक्तव्य प्रासंगिक है जो उन्होंने पतंजलि की दवाओं में मानव अस्थियों के प्रयोग पर उठे मामले पर दिया था, ''हड्डी मानव की हो या दानव की, रोगी ठीक होना चाहिए.'' उल्लेखनीय है कि आईएमए कोई सरकारी संस्थान नहीं है, इनके एक डायरेक्टर धर्मान्तरण के आरोप झेल चुके हैं.

कुल जमा, बाबा की भूलों में सबसे बड़ी बात यह थी कि वे आयुर्वेद के पुरोधा बने, करोनिल जैसी दवा की शीशियों पर एक्सपायरी की दिनांक मार्च 18 में अप्रैल 18 छाप दी, आटा नूडल्स में प्रतिबंधित रसायनों का प्रयोग किया और बिना किसी प्रमाण के कोरोनिल को कोरोना की दवा निरूपित किया, और बाद में उसे इम्युनिटी बढ़ाने की दवा बताया. दाढ़ी बढ़ाये गेरुआ पहने किसी व्यक्ति के लिए भारत के जनमानस में जो सम्मान था उससे छल कर 250 करोड़ के कोरोनिल और गिलोय का व्यवसाय कर अपना साम्राज्य 5,000 करोड़ तक बढ़ाया.

दो गलत एक सही नहीं होते. बाबा के क्षमा मांगने और उत्पादों के विज्ञापनों में सहायक उन मंत्रियों और मीडिया पर कार्यवाही आवश्यक है तो उन सभी उत्पादों की निष्पक्ष जांच की आवश्यकता है जो बाजार में झूठे सच्चे विज्ञापनों से जान सामान्य को ठग रहे हैं. बहुराष्ट्रीय कंपनियों ने हॉर्लिक्स और कॉम्प्लान जैसे उत्पाद भी ऐसे ही दावों के आधार पर वर्षों बेचे हैं जिन दावों का कोई वैज्ञानिक आधार नहीं था. अपना घर सुधारो पहले की अदालत की टिप्पणी केवल आईएमए ही नहीं, खाद्य विभाग और सरकारी नियंत्रण के संगठनों तक विस्तारित होनी चाहिए. काम आसान नहीं लेकिन असंभव भी नहीं है. शायर के शब्द हैं ''नामुमकिन है कि कोई नतीजा निकले, अहले दानिश ने बहुत सोचकर उलझाया है ..!''■

2020 के आंकड़ों के अनुसार भारत में 43,486 निजी नर्सिंग होम हैं जिनमें 11,80,000 बिस्तर हैं।

संदर्भवश

–हो न्ग कोंग के खाद्य गुणवत्ता नियंत्रक ने भारत के प्रसिद्ध एम् डी एच और एवेरेस्ट के मसालों में ईथीलीन ऑक्साइड का होना पाया है जो लम्बे प्रयोग के बाद कैंसर का कारण बन सकता है. नियंत्रक ने एम् डी एच के करी पाउडर, मिक्स मसाला पाउडर और सांबर मसाला और एवेरेस्ट के फिश करी मसाला की बिक्री को प्रतिबंधित करने का निर्णय लिया है.

–लोकसभा चुनाव 2024 के दूसरे चरण के लिए 26 अप्रैल को वोटिंग होनी है. फिलहाल चौथे चरण के लिए नामांकन जारी है. चुनाव में कुछ ऐसे उम्मीदवार भी सामने आ रहे हैं, जिनकी संपत्ति करोड़ों में नहीं अरबों में है. अब तक जितने उम्मीदवारों ने हलफनामा दाखिल किया है, उनमें तेलुगू देशम पार्टी के डॉ पेम्मासानी चंद्रशेखर सबसे धनी हैं. शपथ पत्र के अनुसार उनकी कुल संपत्ति 5,785 करोड़ रुपये है. अर्थात इस चुनाव में वे अब तक सबसे अमीर प्रत्याशी हैं.

–पश्चिम बंगाल के मंत्री पार्थ चटर्जी अपने घर में छापे के समय एक बड़ी धनराशि बरामद होने के लिए समाचार की सुर्खी बने थे. राज्य स्तरीय चयन के बाद 26,000 के लगभग शिक्षकों की भर्ती घोटाले के सिलसिले में अनेक अधिकारी भी बंदी बनाये गए थे. अब पश्चिम बंगाल उच्च न्यायालय ने इन नियुक्तियों को रद्द कर, इन शिक्षकों से उन्हें दी गयी वेतन की धनराशि की वसूली का आदेश दिया है. 2018 में हुई इस भर्ती से अब तक का जोड़ लगाया जाए वेतन का तो लगभग प्रति शिक्षक उसके वेतन के अनुसार, 24 से 38 लाख रूपये शासन को वापिस करेंगे. अदालत ने स्कूल सेवा आयोग को नयी भर्ती शुरू करने और जाँच में दोषियों को चिन्हित करने के लिए मामला सीबीआई को देने का आदेश दिया है. राज्य सरकार इस निर्णय के विरुद्ध उच्चतम न्यायालय में जाने की बात कह रही है.

–मध्य प्रदेश पर्यटन का एक गीत बड़ा लोकप्रिय हुआ जिसके बोल हैं ''एमपी गजब है''. इसे चरितार्थ करते हुए, मध्य प्रदेश में जब नर्सिंग प्रशिक्षण संस्थांनो में गड़बड़ियों के चलते जांच शुरू हुई तो 4 वर्ष तक इन सभी संस्थानों में एक भी डिग्री या डिप्लोमा नहीं दिया गया है. उल्लेखनीय यह है कि राज्य में 600 से अधिक नर्सिंग प्रशिक्षण संस्थान हैं, जिपर फर्जी होने, डमी प्रशिक्षक होने का आरोप भी है.

–लोक सभा चुनाव में ''हम भारत के लोग'' की भावना के विपरीत, ''तुम और हम भारत के लोग'' की भावना बलवती हो रही है, जो दुर्भाग्य पूर्ण है. चुनाव प्रचार के नाम पर बिहार में स्वर्गीय रामविलास पासवान ओसामा बिन लादेन जैसे दिखने वाले एक व्यक्ति को लेजाकर दर्शकों से सभा में अमरीका मुर्दाबाद के नारे लगवाते थे. स्वर्गीय मनोहर महाजन के टोकने पर यह प्रथा बंद की गयी. इस चुनाव में संपत्ति के बंटवारे जैसे कपोल कल्पित कांग्रेस के मुद्दे को उछाल कर मंगल सूत्र छीनने तक ले आना निश्चित ही एक परिपक्व लोकतंत्र के लिए अच्छा नहीं है. भारतीय लोकतंत्र का सौंदर्य इसमें रहने वाले विभिन्न समूहों में सामंजस्य में है. आज का मुद्दा यह है कि मतदान प्रतिशत तेजी से गिरा है जो सामूहिक चिंता का विषय है. पाकिस्तान के लेखक हसन निसार के शब्द हैं, प्रजातंत्र को बचाने का उत्तरदायित्व सरकारों का नहीं है, देश के नागरिक जिस दिन प्रजातंत्र के लाभ समझ जायेंगे, वे स्वयं उसकी रक्षा कर लेंगे, बड़ा प्रासंगिक है.

–सत्तारूढ़ दल द्वारा 70 वर्ष की आयु के बाद नागरिकों को आयुष्मान योजना में सम्मिलित किये जाने का आश्वासन स्वागतेय है. वरिष्ठ नागरिकों को रेलवे किराये में छूट पर भी घोषणा प्रतीक्षित है.

–खुल्ला खेल फर्रुखाबादी एक जुमला मूर्त रूप लेता दिख रहा है इस चुनाव में. बलिया से समाजवादी पार्टी के सनातन पांडेय ने जिला सपा प्रत्याशी सनातन पांडे ने जिला प्रशासन को खुली धमकी दी है. उन्होंने कहा कि ''अगर इस बार काउंटिंग में गड़बड़ी हुई तो काउंटिंग स्थल से या तो उनकी लाश बाहर आएगी नहीं तो कलेक्टर की.'' स्पष्ट है कि 4 जून के पूर्व सब कुछ शांति पूर्ण होगा इसकी आशा कम है. मध्यप्रदेश के पन्ना जिले के एक चुनाव में दीवारों पर लिखी इबारत ''मोहर लगाना हाथी पे नहीं तो गोली खाना छाती पे, लाश मिलेगी घाटी पे, देश भूला नहीं है.

–आयाराम गयाराम का सिलसिला निरंतर जारी है राजनीति में. इंदौर लोक सभा सीट से कांग्रेस पार्टी के उम्मीदवार अक्षय कांति बम ने अपना नामांकन वापस ले लिया है भारतीय जनता पार्टी की सदस्यता ले ली है. इंदौर में कांग्रेस के प्रत्याशी ने नाम वापसी के दिन नामांकन वापस लेकर भाजपा की सदस्यता लेना भी एक उदाहरण है.

–पिछले दो दशकों में भारत में दिल की रोगियों की संख्या लगभग 40 से 45% तक बढ़ गई है, जबकि इसी समय में अमेरिका में हृदय रोग लगभग 41% घटा है. अमेरिका मे हृदय रोगों से होने वाली मृत्यु दर साल 1990 के बाद से 41 प्रतिशत घटी है, वहीं भारत में इसी अवधि में यह दर 155.7 से बढ़कर 209.01 प्रति लाख की आबादी पर हो गई है.

–संघ लोक सेवा आयोग की परीक्षा में तीसरा स्थान पाने के बाद दोनुरू अनन्य रेड्डी ने साइबर पुलिस की मदद मांगी है चूंकि इंटरनेट पर उनका प्रोफाइल बना कर यह परीक्षा कैसे पास करें का तरीका बताने के लिए पैसों की मांग की जा रही है.■

भारत के निजी नर्सिंग होम में 29,631 वेंटिलेटर और 59,264 आईसीयू हैं

हमारा शहर

प्राकृतिक औषधियों का स्त्रोत- खरगोन

खरगोन जिला मध्यप्रदेश की दक्षिणी पश्चिमी सीमा पर स्थित है। इसका क्षेत्रफल लगभग 8030 वर्ग कि०मी० है। इस जिले के उत्तर में धार, इंदौर व देवास, दक्षिण में महाराष्ट्र, पूर्व में खण्डवा, बुरहानपुर तथा पश्चिम में बड़वानी है। नर्मदा घाटी के लगभग मध्य भाग में स्थित इस जिले के उत्तर में विंध्याचल एवं दक्षिण में सतपुड़ा पर्वतश्रेणियां हैं। नर्मदा नदी जिले में लगभग 50 कि०मी० बहती है। कुंदा तथा वेदा अन्य प्रमुख नदियां हैं। देजला–देवड़ा, गढ़ी गलतार, अंबकनाला तथा अपर वेदा प्रमुख सिंचाई परियोजनाएं हैं।

इस जिले का क्षेत्रफलः 6477.89 वर्ग की.मी, और जनसंख्याः 18,72,413 है. यहाँ हिन्दी, निमाड़ी, गुजराती, बारेली बोली जाती है, इस जिले में 1421 गाँव हैं.

सतपुड़ा की पहाड़ियों में न जाने कितने औषधीय पौधों व पेड़ों का अकूत भंडार है, जिसकी हम लोग कल्पना भी नहीं कर सकते। समय काल के इस चक्र में कई औषधियां चाहे विलुप्त हो गई हों, लेकिन जिले की सीमा में फैली सतपुड़ा की दुर्गम पहाड़ियों में दुर्लभ व विलुप्त होते पीले पलास का अस्तित्व आज भी बरकरार है। वैसे तो केसरिया रंग का पलास पूरे भारत वर्ष में पाया जाता है, लेकिन पीला पलास दुर्लभ हो गया है। केसरिया रंग का पलास न सिर्फ पहाड़ी अंचलों में, बल्कि मैदानी क्षेत्रों में भी प्रायः देखने को मिलता है, लेकिन पीला पलास वास्तव में विलुप्त होते जा रहा है। पीला पलास छिंदवाड़ा, मंडला और बालाघाट के घने जंगलों में महज एक–एक पेड़ ही दिखाई देते है, जिनका उल्लेख अखबारों या पत्रिकाओं में होता रहा है। खरगोन में पीला पलास पीपलझोपा रोड़ पर बन्हुर गांव की ढ़लान पर और भीकनगांवधझिरन्या के काकरिया से गोरखपुर जाने वाली सड़क पर खेत की मेढ़ पर पनप रहे है।

पलास को टेसू, खाकरा, रक्तपुष्प, ब्रह्मकलश, कींशुक जैसे अनेकों नाम से भी जाना जाता है। इसका वानस्पतिक नाम ब्यूटीका मोनास्पर्मा ल्यूटिका है। पलास को उत्तर प्रदेश का राजकीय पुष्प भी माना जाता है। पलास न सिर्फ देखने में सुंदर और आकर्षक है, बल्कि इसके सभी अंग मानव के लिए औषधीय रूप में काम आते है। साथ ही "ढाक के तीन पात" मुहावरा इसी पलास की पत्तियों के कारण बना है। पलास के पत्ते, डंठल, छाल, फली, फूल और जड़ों को भी आयुर्वेद में महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। कुछ वर्षों पूर्व होली के समय अक्सर पलास के फूलों से रंग बनाया जाता रहा है, लेकिन आज कैमिकल रंगों के आ जाने से इस फूल के रंग का उपयोग सीमित मात्रा में किया जाता है। पलास के पांचों अंग तना, जड़ा, फल, फूल और बीज से दवाईयां बनाने की कई तरह की विधियां है। पलास के पेड़ से निकलने वाले गोंद को कमरकस भी कहा जाता है।

पहाड़ी अंचलों में प्रमुखता से पाए जाने वाला केसरिया रंग का पलास ग्रामीणों के जन जीवन में रचा बसा है। इसका उपयोग न सिर्फ रंग के रूप में काम में लिया जाता है, बल्कि स्वास्थ्य वर्धक गुणों के आधार पर कई बीमारियों में ग्रामीणजन अक्सर काम में लाते है। मोतियाबिंद या आंखों की समस्या होने पर काम में लिया जाता है। पलास की ताजी जड़ों का अर्क निकालकर एक–एक बूंद आंखों में डालने से मोतियाबिंद व रतोंधी जैसी बीमारियों में कारगर साबित होता है। इसी तरह नाक से खून बहने पर भी इसका उपयोग होता है। वहीं गलगंड या घेंघा रोग में भी इसकी जड़ को घीसकर कान के नीचे लेप करने से लाभ होता है। इनके अलावा भूख बढ़ाने में, पेट के दर्द और पेट के कीड़े निकालने में भी इसका उपयोग खासकर ग्रामीण अंचलों में किया जाता रहा है। ■

आपके पत्र

आदरणीय संपादक जी

दि. 9 मई 2024

नवलय अनुबोध

नवलय अनुबोध का अप्रैल, 2024 अंक पहली बार देखा। पढ़ा। 'देखन में छोटे लगै, घाव करें गंभीर' की तर्ज पर अनमोल उपहार है। बोली और भाषा के बारे में जानकारियों का जखीरा है। मेरी मातृभाषा सिंधी है। मातृभाषा में होती है, मिट्टी की महक। सौंधी–सौंधी सुगंध। इसके बावजूद हिंदी के प्रति बचपन से ही मेरा गहरा लगाव–जुड़ाव है। मुझ जैसे भाषा प्रेमी के लिए पूरा अंक रोचक–मनोरंजक–ज्ञानवर्धक लगा। वाकई संपादकीय टीम की मेहनत का सुपरिणाम है। मैं किसी भी भाषा का विरोधी या निंदक नहीं हूँ। लेकिन हिंदी भाषा को जो मान–सम्मान, आदरभाव मिलना चाहिए, वो नहीं मिलता है तो ये देखकर दुख होता है। विविधता विशिष्टता वाले हमारे देश की खूबी, खासियतें हैं ये भिन्न–भिन्न भाषाएं ।

अशोक वाधवाणी
गांधी नगर, कोल्हापुर, महाराष्ट्र, संपर्कः 9421216288, ई मेल – ashok-wadhwani57@gmail-com

भारत में 25,778 सार्वजनिक क्षेत्र के अस्पताल हैं जहां 7,13,986 बिस्तर और 17,850 वेंटिलेटर हैं।

क्या आप

प्रतिदिन 2.75 रू. वंचित वर्ग के बच्चों की शिक्षा के लिये दान कर सकते हैं?

यदि हाँ ! तो इस अभियान का अंग बनिये।
कम से कम 1000 रू. वार्षिक दान करें।

नवलय ज्ञानदान

चलो जलायें दीप वहाँ जहाँ अभी भी अंधेरा है।

योजना प्रारम्भ से अब तक, वंचित वर्ग के बच्चों की शिक्षा हेतु ₹ 5,37,344/- की सहायता दी जा चुकी है

इस माह सहयोग राशि भेजने वाले
1. श्री हजारीलाल मीणा, जयपुर

वार्षिक सहयोग राशि का भुगतान सेन्ट्रल बैंक ऑफ इण्डिया की किसी भी शाखा में / नेट बैंकिंग / गूगल पे / पेटीएम से कर सकते हैं

खाते का नाम - नवलय ज्ञानदान (Navalaya Gyandan)

खाता क्र. - 3164047076

बैंक - सेन्ट्रल बैंक ऑफ इण्डिया, जेल रोड, भोपाल

IFSCode – CBIN 0283134

क्यू आर कोड को स्केन कर राशि प्रेषित कर सकते हैं।

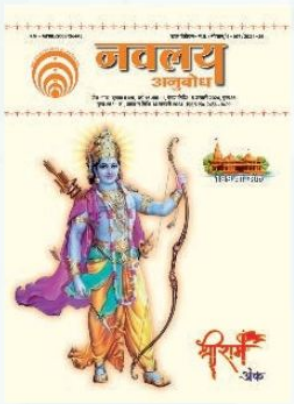
आपके द्वारा दिया गया दान आयकर धारा 80/जी के अन्तर्गत छूट प्राप्त होगा

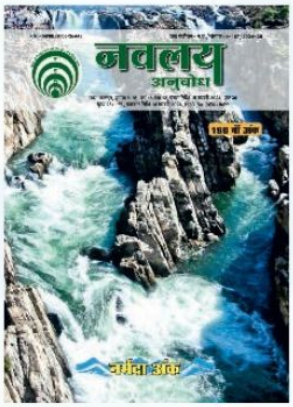
सम्पर्क करें : 9425005033, 9300494833

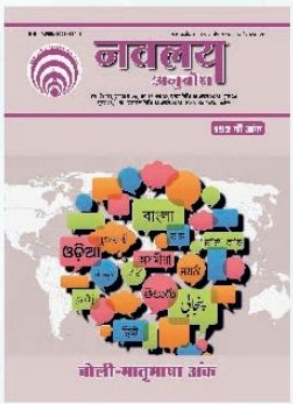
डाक पंजीयन- म.प्र./भोपाल/4-167/2024-26

RNI - MPBIL/2008/26448

नवलय अनुबोध







राष्ट्रवाद और संस्कृति के पोषण तथा समाज में सकारात्मक परिवर्तन के सार्थक अभियान का हिस्सा बनने के लिये नवलय अनुबोध पत्रिका के सदस्य बनकर सहभागी बनिये

इस माह सहयोग राशि भेजने वाले

1. श्री मोहन राजौरिया, भोपाल 2. श्री अशोक वाधवाणी, कोल्हापुर

द्विवार्षिक रू. 500/- वार्षिक सहयोग राशि रू. 300/- का भुगतान

सेन्ट्रल बैंक ऑफ इण्डिया की किसी भी शाखा में/ नेट बैंकिंग/गूगल पे/पेटीएम से कर सकते हैं

खाते का नाम - नवलय अनुबोध (Navalaya Anubodh)

खाता क्र. - 3018974905

बैंक - सेन्ट्रल बैंक ऑफ इण्डिया, जेल रोड, भोपाल

IFSCode – CBIN 0283134

क्यू आर कोड को स्केन कर राशि प्रेषित कर सकते हैं।

पत्रिका की मुद्रित प्रति के लिये

आपका डाक का पता व प्रेषित राशि की सूचना मो. क्र. 9755380050 पर भेजें

प्रकाशक एवं मुद्रक राकेश कुमार जैन द्वारा स्वामित्व नवलय के लिए 54, जोन-2, महाराणा प्रताप नगर, भोपाल-462011 से प्रकाशित एवं श्री श्रद्धा ऑफसेट प्रिंटर्स, एस-बी-2, लोअर ग्राउण्ड, विजय स्तम्भ, एम.पी. नगर, भोपाल द्वारा मुद्रित