आयुर्वेद - खंड १७ : मज्जासंस्थेचे विकार - १

निद्रानाश, डोकेदुखी, मूर्च्छा आदी विकारांवर आयुर्वेदीय उपचार

मराठी (Marathi)

लेखक

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‍गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले

(एम्.डी. [पीडिॲट्रिक्स], डी.सी.एच्., एफ्.ए.एम्.एस्.)

(‘संतपद’ वा ‘गुरुपद’ म्हणजे ७० टक्के, ‘सद्‍गुरुपद’ म्हणजे ८० टक्के, ‘परात्पर गुरुपद’ म्हणजे ९० टक्के, तर ‘ईश्वर’ म्हणजे १०० टक्के आध्यात्मिक पातळी !)

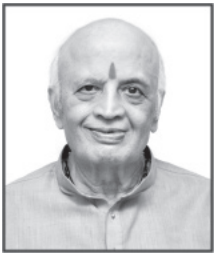
आणि डॉ. कमलेश वसंत आठवले

(एम्.डी. [पीडिॲट्रिक्स], डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.;
एफ्.ए.ए.पी. [पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी] [अमेरिका])

सनातन संस्था

卐 सनातनचे आयुर्वेदीय ग्रंथ 卐
वाचा, आचरणात आणा आणि रोग मुळापासून घालवा !

लेखकांचा परिचय



डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‌गुरु (कै.) वसंत बा. आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स), डी.सी.एच्., एफ्.ए.एम्.एस्. अन् ‘सनातन संस्थे’चे २७ वे संत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‌गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले हे एक प्रख्यात बालरोगतज्ञ होते. वर्ष १९५९ मध्ये त्यांनी मुंबई येथील ‘लोकमान्य टिळक महानगरपालिका रुग्णालया’त बालरुग्ण विभागाचा आरंभ केला. या विभागात १९६० ते १९९० ही एकतीस वर्षे ते ‘विभागप्रमुख’ आणि ‘प्राध्यापक’ होते. १९८० मध्ये बँकॉक येथे झालेल्या ‘पर्यायी पारंपारिक वैद्यकशास्त्राच्या आंतरराष्ट्रीय परिषदे’चे ते अध्यक्ष होते. १९९६ मध्ये त्यांना ‘आयुर्वेदविषयीच्या ग्रंथांचे सर्वश्रेष्ठ लेखक’ हा आंतरराष्ट्रीय पुरस्कार मिळाला. त्यांना २००१ मध्ये ‘आयुर्वेद ॲन्ड हिपॅटिक डिसऑर्डर्स’ या विषयावरील आंतरराष्ट्रीय परिसंवादामध्ये ‘जीवनगौरव’ पुरस्कार, तर २०१२ मध्ये ‘इंडियन अकॅडेमी ऑफ पीडिॲट्रिक्स’द्वारा ‘जीवनगौरव’ पुरस्कार मिळाला.

१. साधकत्वापासून शिष्यत्वापर्यंतचा प्रवास

१ अ. निःस्वार्थी वृत्ती आणि त्याग हे साधनेला आवश्यक असणारे गुण अंगी असणे : डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‌गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी १९८० पासून अध्यात्मातील उच्च तत्त्वविचार लिहून ठेवणे चालू केले होते. रात्रीचा दिवस करून अत्यंत कष्टपूर्वक अर्जित केलेले अध्यात्मातील हे विपुल ज्ञानभांडार त्यांनी १९९० मध्ये ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना झाल्यावर सनातनच्या ग्रंथांसाठी निःस्वार्थीपणे अर्पण केले. ते संत होण्याच्याही आधी त्यांनी केलेला हा त्याग त्यांची ‘साधना’ व ‘साधकत्व’ दर्शवतो. त्यांच्या या लिखाणामुळे आता सनातनचे ग्रंथ खऱ्या अर्थाने परिपूर्ण होत आहेत.

१ आ. ‘सनातन संस्था’ या आंतरराष्ट्रीय कीर्तीच्या आध्यात्मिक संस्थेचे संस्थापक, थोर संत आणि त्यांचे लहान बंधू सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले यांचे शिष्यत्व त्यांनी वर्ष २००४ पासून स्वीकारले.

२. संतपदी विराजमान !

मार्गशीर्ष शुक्ल पक्ष चतुर्थी, कलियुग वर्ष ५११४ (१६.१२.२०१२) या दिवशी ईश्वराप्रतीचा भाव, तीव्र तळमळ, जिज्ञासू वृत्ती आणि विनम्रता या गुणांमुळे ते संतपदी विराजमान झाले ! प्रत्येक जीव त्याच्या एखाद्या साधनामार्गानुसार साधना करून अंतर्मुखता आणि आध्यात्मिक प्रगती साधत संतपदाकडे वाटचाल करतो अन् संतपदावर विराजमान होतो; मात्र डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी रुग्णसेवेद्वारे कर्मयोग, ग्रंथलिखाणाद्वारे ज्ञानयोग, साधनेद्वारे भक्तीयोग आणि गुरुकृपायोग आचरून संतपद प्राप्त केले.

३. देहत्यागापर्यंत सनातनच्या कार्यासाठी सेवारत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले सनातनच्या कार्यात शेवटपर्यंत सेवारत होते. सनातनच्या आश्रमात मिळालेल्या दैवी कणांविषयी कळल्यावर त्यांनी सर्व विषय जिज्ञासेने जाणून घेतला आणि या विषयावर वैज्ञानिक दृष्टीकोनातून संशोधन कसे करू शकतो, याचे परिश्रमपूर्वक चिंतन करून त्यासंदर्भातील उपायही सुचवले.

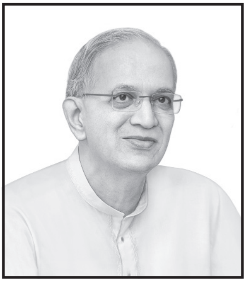
कार्तिक शुद्ध पक्ष सप्तमी, कलियुग वर्ष ५११५ (९.११.२०१३) या दिवशी, म्हणजे वयाच्या ८० व्या वर्षी वैद्याचार्य सद्गुरु वसंत आठवले यांनी देहत्याग केला.

डॉ. कमलेश वसंत आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स),
डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.; एफ्.ए.ए.पी.
(पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी) (अमेरिका).

या ग्रंथाचे दुसरे लेखक डॉ. कमलेश आठवले हे डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांचे सुपुत्र आहेत. ते बालरोगतज्ञ अन् नवजात शिशुरोगतज्ञ असून सध्या अमेरिकेतील ड्यूक युनिव्हर्सिटी मेडिकल सेंटरमध्ये नवजात शिशु रोगतज्ञ म्हणून कार्यरत आहेत. या व्यतिरिक्त ते 'नॅश जनरल' नामक रुग्णालयाच्या नवजात शिशु चिकित्सा-विभागाचे संचालक आहेत.

सनातन संस्थेचे संस्थापक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांचे अद्वितीय कार्य अन् वैशिष्ट्ये यांचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना (२२ मार्च १९९९)

२. धर्माधिष्ठित हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्घोष आणि कार्यारंभ (वर्ष १९९८)

३. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाची निर्मिती : गुरुकृपायोगानुसार साधना करून १.१२.२०२४ पर्यंत १३१ साधक संत झाले, तर १,०४७ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू.

४. देवता, साधना, आचारधर्मपालन, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर विपुल ग्रंथ-निर्मिती (वर्ष १९९५ पासून आरंभ)

५. शारीरिक, मानसिक, तसेच वाईट शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींचे संशोधन

६. आचारपालनातील कृती, धार्मिक कृती आणि बुद्धीअगम्य घटना यांचे वैज्ञानिक उपकरणांद्वारे संशोधन

७. चित्रकला, संगीत, नृत्य आदींच्या सात्त्विक सादरीकरणाविषयी संशोधन

८. हिंदुत्वनिष्ठ नियतकालिक ‘सनातन प्रभात’चे संस्थापक-संपादक (२८ एप्रिल १९९८ ते १९ एप्रिल २००० पर्यंत)

९. ‘हिंदु राष्ट्रा’च्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्वनिष्ठ आदींचे संघटन आणि त्यांना दिशादर्शन !

१०. भीषण आपत्काळ आधीच ओळखून त्या काळात जीवितरक्षणासाठी उपयुक्त ठरणारे मार्गदर्शन आणि ग्रंथ

११. भारतीय संस्कृतीच्या जागतिक प्रसारार्थ ‘भारत गौरव पुरस्कार’ देऊन फ्रान्सच्या संसदेत सन्मान (५ जून २०२४)

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

अनुक्रमणिका

卐 मनोगत १४

प्रकरण १ : मानवी मन व शरीर यांचे संबंध व निर्मिति १५

१. निर्मितीसंदर्भात दर्शन शास्त्रांचे विचार १५

२. मन, मज्जासंस्था व वातव्याधी १७

३. सर्वनियामक वायु १९

४. मज्जाधातु २०

५. निरनिराळ्या रोगांत मज्जाधातु दुष्ट झाल्याची लक्षणे २१

६. मज्जेला हितकर आहार २२

७. मज्जेला हितकर औषधे २२

प्रकरण २ : वातव्याधी – मज्जासंस्थेचे विकार व पंचप्राणांची कार्ये २३

१. पाच अवस्थांतील वायू २३

२. वायूचे गुण व कार्य २३

३. पाच प्राणांची कार्ये २४

४. वातविकारांतील लक्षणे २५

५. वातविकारांची कारणे २६

६. आध्यात्मिक कारणे २७

७. साध्यासाध्यता २८

८. वातव्याधि – चिकित्सासूत्रे २८

९. वातशामक आहार ३०

निद्रानाश, मूर्च्छा आदी विकारांवर उपचार ९

१०. औषधी उपचार ३१

११. औषधीसिद्ध तूप ३१

१२. औषधीसिद्ध तेल ३२

१३. गुग्गुळकल्प ३४

१४. वातव्याधीमध्ये उपयोगी चूर्णे ३५

१५. वातव्याधिनाशक बस्ति ३६

१६. वातव्याधीत उपयोगी काढे ३६

१७. वातव्याधिनाशक रसौषधी ३६

१८. शुद्ध वातरोगांवर ३७

१९. पित्तप्रधान वातरोगांवर ३७

२०. कफप्रधान वातरोगांवर ३७

२१. रसायनयोग ३७

प्रकरण ३ : बुद्धि ३८

१. बुद्धीची निर्मिति ३८

२. बुद्धि म्हणजे काय ? ३८

३. बुद्धिमत्ता कशावर अवलंबून असते ? ३८

४. बुद्धिमत्तेवर आहाराचा काय परिणाम होतो ? ३९

५. मुलांच्या बुद्धीचे मोजमापन कसे करतात ? ४०

६. बुद्ध्यांक-कसोटीच्या मर्यादा कोणत्या ? ४१

७. बुद्ध्यांक समजून घेण्याचे फायदे कोणते ? ४१

८. मंदबुद्धीची कारणे ४२

९. मंदबुद्धीच्या काही मुलांत आढळणारी शारीरिक लक्षणे ४४
१०. मंदबुद्धीच्या मुलांचे भवितव्य सांगता येते का ? ४५
११. मूल मंदबुद्धीचे होऊ नये यासाठी काय करावे ? ४५
१२. मंदबुद्धीच्या मुलांची काळजी कशी घ्यावी ? ४७
१३. बुद्धिमांद्य - आयुर्वेदीय औषधे ४८
१४. बुद्धिमांद्य - दैवी चिकित्सा ४९

प्रकरण ४ : डाऊन सिंड्रोम (मंगोलिझम) **५१**

१. डाऊन सिंड्रोम ५१
२. उशिराने लग्न करावे का ? ५२
३. उपचार ५३
४. प्रतिबंध ५३

प्रकरण ५ : शिरोरोग (डोकेदुखी) **५४**

१. डोकेदुखी ५४
२. डोकेदुखीची कारणे ५२
३. जीर्ण व वाढत जाणारी डोकेदुखी ५७
४. अर्धशिशी (मायग्रेन) ५८
५. डोकेदुखी - आयुर्वेदीय कारणे व उपचार ५९
६. डोकेदुखीचे प्रकार ५९
७. वातज डोकेदुखी ६०
८. अर्धशिशी (आयुर्वेदीय संकल्पना) ६०
९. पित्तज शिरोरोग ६१

निद्रानाश, मूर्च्छा आदी विकारांवर उपचार ११

१०. कफज शिरोरोग ६३
११. त्रिदोषज शिरोरोग ६३
१२. सूर्यावर्त ६५
१३. शिरोरोग – पथ्य ६५
१४. शिरोरोग – दैवी चिकित्सा ६५

प्रकरण ६ : झोप, निद्रानाश व स्वप्न ६६

१. झोप – निद्रा ६६
२. निद्रेचे प्रकार ६७
३. निद्रानाशाची कारणे ६९
४. निद्रानाशावर उपाय ६९
५. अतिनिद्रेची चिकित्सा ७१
६. झोपेसंबंधी कोणते विधीनिषेध पाळावेत ? ७१
७. झोप आणि समाधि ७२
८. स्वप्न ९. स्वप्नप्रकार ७४
१०. उपचार ७५

प्रकरण ७ : अतत्वाभिनिवेश, प्रलाप, मदात्यय, भ्रम, तंद्रा ७६

१. अतत्वाभिनिवेश ७६
२. प्रलाप ७७
३. मदात्यय ७७
४. भ्रम ५. तंद्रा ७७

प्रकरण ८ : उन्माद – वेड ८०

१. उन्मादाची कारणे २. उन्मादाची पूर्वलक्षणे ८०

३. उन्मादाची लक्षणे ४. उपचार ८१

५. पथ्यापथ्य ६. कर्मविपाक व दैवी चिकित्सा ८२

प्रकरण ९ : मूर्च्छा ८४

१. मूर्च्छा येण्याची कारणे ८४

२. प्रतिबंधक उपाय ८५

३. चिकित्सा - उपचार ८६

४. आहार ८८

प्रकरण १० : मुलांचे रडणे ८९

१. रडण्याचे प्रकार २. रडण्याचे प्रमाण ८९

३. रडण्याची कारणे ४. उपचार ८९

५. काही लहान मुले संध्याकाळच्या वेळी निष्कारण का रडतात ? ९३

प्रकरण ११ : हिस्टेरिया ९४

१. हिस्टेरिया ९४

२. अपस्मार व हिस्टेरिया यांमधील फरक ९६

३. उपचार ४. प्रतिबंध ९७

प्रकरण १२ : डोक्यात पाणी होणे - हायड्रोसेफॅलस १००

१. व्याख्या १००

२. मेंदूच्या पोकळीत तयार होणाऱ्या द्रवाचे (सी.एस्.एफ्.) चलनवलन १००

३. सी.एस्.एफ्.चे कार्य १०२

४. कारणे १०२

निद्रानाश, मूर्च्छा आदी विकारांवर उपचार १३

५. तपासणी १०३

६. उपाययोजना ७. साध्यासाध्यता १०३

प्रकरण १३ : मेनिंगोमायेलोसील १०४

१. मेनिंगोमायेलोसील १०४

२. शस्त्रक्रियेने होणाऱ्या फायद्यांच्या मर्यादा १०५

प्रकरण १४ : सेरेब्रल पाल्सी १०६

१. सेरेब्रल पाल्सी २. लक्षणे १०६

३. प्रतिबंध ४. उपचार १०८

卐 प्रस्तुत ग्रंथाचे अध्यात्मशास्त्रीय परिभाषेतील सार ! ११२

आयुर्वेदात मद्यपान आणि मांसाहार यांविषयी उल्लेख असल्याचे कारण

आयुर्वेद हे एक शास्त्र असल्यामुळे सर्व पदार्थांसह मांस आणि मद्य यांच्या गुणांचे वर्णनही यात आले आहे. 'या पदार्थांचा दैनंदिन जीवनात वापर करणे', हे हिंदु धर्मशास्त्राप्रमाणे आयुर्वेदातही निषिद्धच मानले आहे. व्यक्तीचे प्राण वाचवण्यासाठी शेवटचा पर्याय म्हणूनच यांचा उपयोग करण्याची पद्धत आयुर्वेदात पूर्वापार चालत आली आहे. प्रस्तुत ग्रंथात मांस आणि मद्य यांचे गुण आणि उपयोग यांचा आलेला उल्लेखही याच संबंधाने आहे.

प्रस्तुत ग्रंथात ठिकठिकाणी दिलेले काढे, घृत (औषधसिद्ध तूप), वटी (गोळ्या) इत्यादी औषधी कल्प कसे बनवावेत, यासंबंधीची सविस्तर माहिती सनातनचा ग्रंथ 'आयुर्वेदीय औषधांचे गुणधर्म आणि औषधनिर्मिती' यात दिली आहे.

मनोगत

मज्जासंस्था ही शरीरातील सर्वांत उन्नत संस्था आणि मेंदू हा सर्वांत उन्नत अवयव आहे. मेंदू हे मनाचे अधिष्ठान आहे आणि मन हे मेंदू अन् मज्जासंस्था यांच्या माध्यमातून सर्व शरिरावर नियंत्रण ठेवते. मन, मेंदू आणि शरीर हे संघटित रितीने कार्य करतात. मनाचा मेंदू आणि शरीर यांवर आणि शरिराचा मन आणि मेंदू यांवर सतत परिणाम होत असतो. हा परिणाम वायु तन्मात्रेतून, तसेच वाताच्या माध्यमातून होत असतो; म्हणून आयुर्वेदात मन आणि मज्जासंस्था यांच्या विकारांना वातव्याधींत अंतर्भूत केले आहे. वातव्याधींत मनाचे, मेंदूचे, मज्जारज्जूचे, मज्जातंतूंचे आणि स्नायूंचे विकार येतात.

आजकाल हृदय, मूत्रपिंड, यकृत् यांसारखे अवयव कार्यहीन झाले, तर अपघातात मेलेल्या किंवा एकाएकी मरण पावलेल्या व्यक्तीचा निरोगी अवयव रोग्याच्या शरिरात घालून कार्यरत करता येतो; पण मेंदूच्या संदर्भात तेही शक्य नाही; कारण मज्जातंतूंचे जाळे सर्व शरीरभर पसरलेले असते आणि चुकून कधीकाळी मेंदू पालटता येणे शक्य झाले, तर ज्या व्यक्तीचा मेंदू रोग्यास दिला असेल, त्या व्यक्तीचे मनही मेंदूसह रोग्याच्या शरिराचा ताबा घेईल. त्याचे व्यक्तीमत्त्व अन् आठवणी दुसऱ्याच्या रहातील.

या ग्रंथात डोकेदुखी, निद्रानाश, मूर्च्छा, वेड लागणे आदी मज्जासंस्थेच्या विकारांचे शास्त्रीय विवेचन आणि त्यांवरील आयुर्वेदीय उपचार दिले आहेत.

हा ग्रंथ वैद्यकीय विद्यार्थी, वैद्य अन् डॉक्टर यांना, तसेच सर्वांनाच उपयोगी आहे. सर्वांनीच आपले मन आणि मज्जासंस्था विकारमुक्त करून आरोग्यसंपन्न जीवन जगावे, हीच परमेश्वराजवळ मनःपूर्वक प्रार्थना ! – **लेखक**

टीप : ग्रंथातील काही सूत्रांच्या (मुद्यांच्या) शेवटी मराठी किंवा इंग्रजी अक्षरांत संकेतांक वा सांकेतिक चिन्हे कार्यालयीन सोयीसाठी दिली आहेत. त्यांचा लिखाणाशी संबंध नाही. काही अपरिहार्य कारणामुळे काही संकेतांक इंग्रजीत ठेवले आहेत.