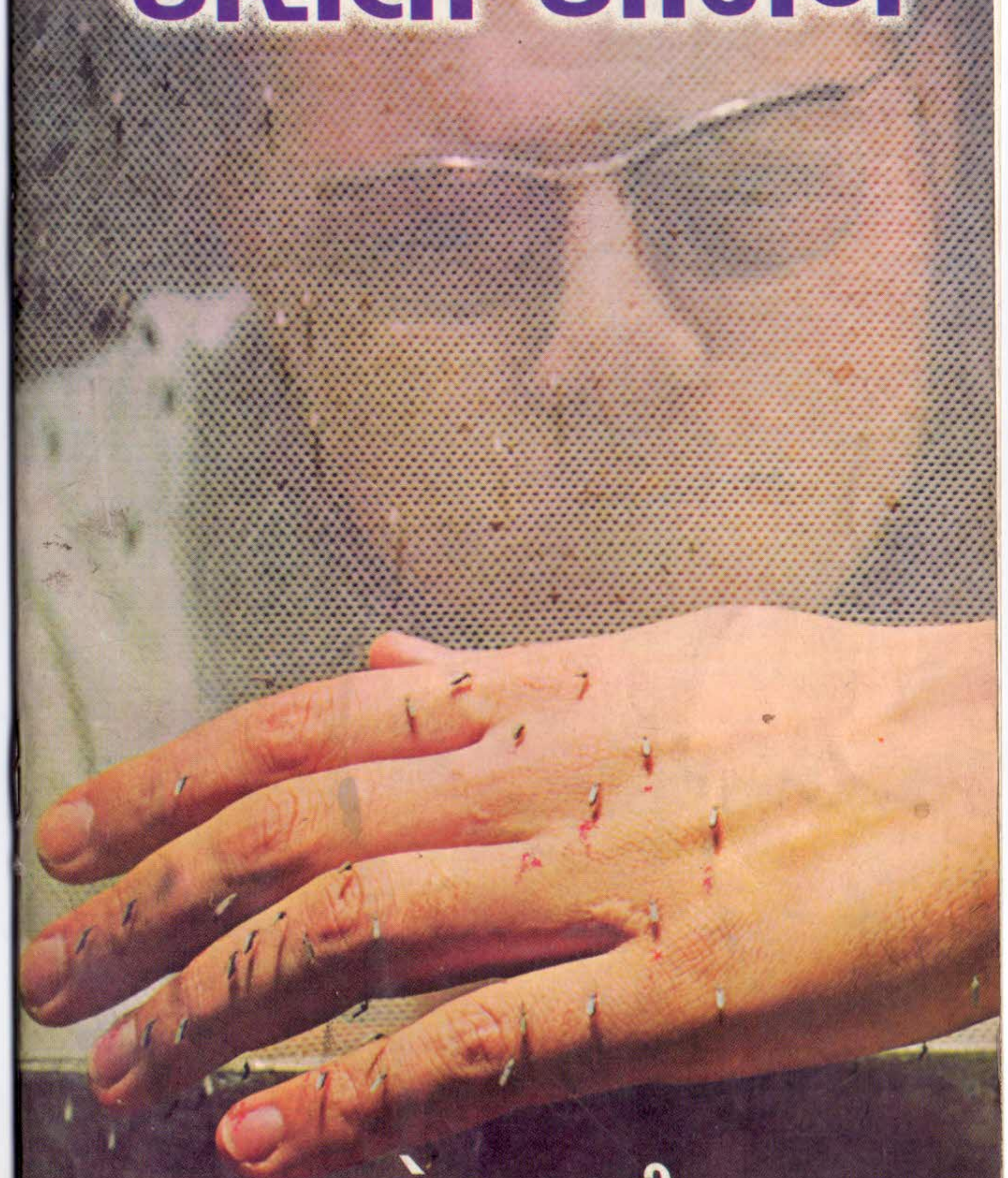
એલર્જીની અસલી ઓળખ



ડૉ. મનુ જપી

ઍલર્જીની અસલી ઓળખ

ઍલર્જી જીવ માત્રની તારક છે - મારક નથી...

'ઍલર્જી જીવો જીવસ્ય જીવનમ્'ના મૂળભૂત સિદ્ધાંતનો પાયો છે જે સમગ્ર જીવ સૃષ્ટિને એકબીજા સાથે તાલ-મેલથી જીવવામાં મદદરૂપ થાય છે.

ડૉ. મનુ જપી

ડૉ. મનુ જપીએ ગુજરાતી વાચક વર્ગમાં એક સમુળગી ક્રાંતિ લાવી દીધી છે.

ગૂઢ લાગતા વૈદકીય પ્રશ્નોની સર્વગમ્ય અને સર્વપ્રિય છણાવટ કરી, તે ક્ષેત્રે શું કરવું અને શું ન કરવું, તેની સાદી સમજ તેમણે ઘેર ઘેર પહોંચતી કરી છે.

સામાન્ય માનવ માટે સરળ ભાષામાં અટપટા વૈદકીય વિષયોને સટપટા કરી, તે વિષયોને સર્વલભ્ય તથા સર્વભોગ્ય કરવાની તેમની સેવા એક વિશિષ્ટ પ્રકારની મા સરસ્વતી સ્તુતિ જ છે.

વૈદકીય પુસ્તકો બહુધા BEST SELLERS થતા નથી. પરંતુ તેમાં ડૉ. જપીની કૃતિઓ આપવાદરૂપ પુરવાર થઈ છે, તેટલું જ નહીં, ભારત તેમજ વિદેશોમાં પણ તેમનાં પુસ્તકો લોકપ્રિય થયાં છે.

[સૌજન્ય : ડૉ. મનુ કોઠારીએ લખેલ ડૉ. મનુ જપીના પુસ્તકોની પ્રસ્તાવનામાંથી સાભાર.]

ડૉ. જપીનાં ૪૫ ઉપર પુસ્તકો પ્રગટ થયાં છે. શરીરસ્વાસ્થ્ય અંગેના એમના વિચારો જરા હટકે હોય છે, છતાં પ્રશંસા પામ્યા છે. આ પુસ્તકમાંનાં એમના એ રીતના વિચારો એમના પોતાના છે.

અનુક્રમણિકા

૧. મારે કંઈક કહેવું છે / ૫
૨. મુફ્ત હુએ બદનામ / ૬
૩. ઍલર્જી / ૬
૪. એક માત્ર કાર્ય કરે છે... કયું ? / ૮
૫. OUTLETS - લાલ-પીલા દરવાજા / ૧૦
૬. મુફ્ત હુએ બદનામ-૨ / ૧૦
૭. ઘરમાં માળિયું છે ? / ૧૧
૮. દરિયાનો કચરો - કિનારે / ૧૨
૯. એક કદમ આગે / ૧૪
૧૦. એક અફલાતૂન ઑટોમેટિક એક્શન / ૧૭
૧૧. દેખાય છે, પણ જોવું નથી / ૧૮
૧૨. ગાંઠ છે ? ખલ્લાસ ! / ૧૯
૧૩. LYMPH GLANDS / ૨૦
૧૪. એક્શન રિપ્લે / ૨૧
૧૫. ઍલર્જીની અસલી ઓળખ / ૨૩
૧૬. કોઈ પૂછનેવાલા હૈ ? / ૨૩
૧૭. મન Vs મગજ / ૨૪
૧૮. મેલ્યા ભડવા... / ૨૫
૧૯. અને ફરી મળીએ તે પહેલાં / ૨૮
૨૦. એન્ટી ઍલર્જીની દવાઓ / ૩૦

૧. મારે કંઈક કહેવું છે

'મારે એક શરીર છે. એને 'કંઈક' થાય છે.
બધા જ કહે છે : 'કંઈક કરો, કુછ કરતે ક્યું નહીં ?'
અને મારે પણ 'કંઈક' કરવું છે, બોલો ને ?
'શું કરવું ?'

અરે ! ઘરગથ્થુ ઉપચારો કરો, ડોસીમાનું વૈદું કરો, અડોશપડોશમાં પુછો, સગાંવહાલાં કે સંબંધીઓને પુછો, છાપાની સ્વાસ્થ્યની કૉલમોમાં પુછો, ટીવીના પડદે, ઘેરબેઠાં ડૉક્ટર ઑન લાઈન પર ફોન કરો, 'ફેમિલી ડૉક્ટર' નામનું જાનવર તો બિચારું.... પણ યાર, હવે તો સ્પૅશિયાલિસ્ટોના રાફડા ફાટી નીકળ્યા છે, માથાના વાળથી પગની પાની સુધી, બોલો ક્યાં તકલીફ છે ? અરે, ડાબા નસ્કોરામાં ફોડી થઈ હશે, તો જમણા નસ્કોરાવાળો તમને, એને ત્યાં ધકેલશે, ભિતર તો પુછો જ ના, જમણું ફેફસું, ડાબી કિડની, મોટું આતરડું કે નાનું, જઠરનો જુદો, ને લીવરના જુદો, અરે લીવરમાંય ગોલબ્લેડરવાળો જુદો, અવાજ કરો, શરીરમાં ક્યાં તકલીફ છે ?

ફાઈવ સ્ટાર હૉસ્પિટલોમાં ટેન સ્ટાર સ્પૅશિયાલિસ્ટો, ત્રેવડ હોય તો ચાર્ટર્ડ પ્લેનમાં, ભેજાથી માંડી ગર્ભાશય આખું ટ્રાન્સ્પ્લાન્ટ કરી શકાય છે, ઔર ક્યા ચાહિયે ?

એલોપેથીની બીક લાગે છે ? નો ફિકર, બસો વૈકલ્પિક સારવારો તમારી સેવામાં ખડે પગે હાજર છે, ને એટલી ઓછી પડતી હોય, તો બીજી બે હજાર પાછળ લાઈન લગાડીને તૈયાર છે. ઔર ક્યા ચાહિએ ?

'CHOICE IS YOURS, MONEY IS YOURS
AND OFCOURSE BODY IS YOURS, એટલે શું કરવું એ નિર્ણય પણ તમારો જ હોય ને ?...

PIN DROP SILENCE - એક સૉલિડ બ્રેક લાગી ગઈ....
'પણ...પણ...પણ...'
'પણ શું ?'
'પણ હું કંઈ ડૉક્ટર થોડો જ છું ? શું કરવું તે મને શું ખબર પડે ?'
આટલું હજમ થયું હોય તો ? તો ?
'મારે કંઈક કહેવું છે.'

પચાસ વર્ષો પૂર્વે, આ દલીલ સાવ સાચી હતી. આજે નથી. કારણ ?

કારણ ડૉક્ટર અને પેશન્ટ વચ્ચે ધંધા સિવાયનો એક અચૂક અટલ-અતૂટ 'ભરોસાનો નાતો હતો' ત્યારે ડૉક્ટરોને 'કાકા' કહી બોલાવતા, ને નર્સોને સિસ્ટર કહેતાં કહેતાં સગી બહેન કરતાંય વધુ વહાલ ઊભરાઈ જતું. ડૉક્ટર એટલે જ ફૅમિલી ડૉક્ટર, બીજા બધા...

યાદ હશે, મારી પેઢીનાં ભાઈ-બહેનોને, કે ત્યારે પણ... ડૉક્ટરો પોતાની ગાડીમાં ફરતા ને પોતાના બંગલા બંધાવતા. પરંતુ કોઈ એમની ઈર્ષ્યા કે ટીકા નહોતું કરતું કે ના કોઈ ડૉક્ટરના બિલ ડુબાવતું. ઘરમાં રેશન મોડું આવે, ડૉક્ટર કાકાનું બિલ વેળાસર જ ચૂકવાય.

કહાં ગયે વો દિન ?

જમાના બદલાયા, ઉસુલો બદવાયા... કબૂલ. શરીર તો એનું એ જ છે ને?

૨. મુફ્ત હુએ બદનામ-૧

જે, જીવમાત્રની રક્ષક છે, ભક્ષક નથી,
મિત્ર છે, દુશ્મન નથી,

જે ક્ષણે માના ઉદરમાં ગર્ભ ફલિત થાય છે, તે જ ક્ષણેથી છેક છેલ્લા શ્વાસ સુધી આપણી પોતાની જાણ બહાર કે આપણી પણ મદદ વિના, સતત આપણને સાવચેત રાખે છે, બદલાતી ઋતુઓ, વાતાવરણ કે વિપરિત પરિસ્થિતિઓમાં સાવ સરળતાથી આપણને પસાર થવામાં મદદરૂપ થાય છે, અરે, આપણા શરીરના જ દુશ્મનો બનીને આવનારા આક્રમણ કરનારાં અણજાન, આવારા તત્ત્વોને એ ઓળખી લે છે, જરૂરત પડે તો એની સાથે લડી લે છે કે ભગાડી મુકે છે કે મારી નાંખે છે. એ સદા હોશિયાર, ખબરદાર ઈમાનદાર અને વફાદાર, ઍલર્જી

ઍલર્જી, જેને વિનાકારણ બદનામ કરવામાં, દુશ્મન સાબિત કરવામાં, દુનિયાભરના સારવારિયાઓ અને એમના આડતિયાઓએ જરાય શરમ રાખી નથી. એટલુંય ઓછું પડતું હોય તેમ આ આપણી અંગત મિત્ર-હિતેચ્છુ, અદ્ભુત, અલૌકિક, ઍલર્જીને પદ્ધતિસર દબાવવામાં, મારવામાં, જુઠ્ઠી, બુઠ્ઠી, જડ અને નકામી બનાવવામાં ભ્રષ્ટાચારથી ખદબદતા મૅડિકલ શાસ્ત્રે રાક્ષસી ફાળો નોંધાવ્યો છે અને શરીરમાં બીજી અનેક ઔષધજન્ય ડૉક્ટરજન્ય બિમારીઓ ઘુસાડી દીધી છે.

ચાલ્યા આવો, મારી સાથે, આ પુસ્તકનાં પાને પાને આપણે આ આપણી માનીતી અને જાણીતી ઍલર્જીને એના અસલી સ્વરૂપમાં આપણી નજરે જોઈ લઈએ, ઓળખી લઈએ અને અહોભાવથી એનો આભાર માની આજીવન 'આપણી સમજીને અપનાવી લઈએ.'

શરત ફક્ત એટલી જ છે કે પુસ્તક પૂરું થાય ત્યાં સુધી મૅડિકલ મિથ્યાલૉજીના ધુરંધરોએ, તમારી આંખો પર ભય અને શંકા નામનાં કાળાં ચશ્માં ફિટ કર્યાં છે, એને ઉતારી દો.

સાથે સાથે, શરૂઆતમાં એ પણ ચોખવટ કરી જ લઉં કે આ પુસ્તકમાં લખાયેલ એક એક શબ્દ, મૅડિકલ શાસ્ત્રના ઉજ્જવળ પાસાને ખબર છે, જાણે છે, પણ ઈરાદાપૂર્વક, સગવડતાપૂર્વક આપને જણાવતા નથી, તેવું પથ્થર કી લકીર જેવું સત્ય છે.

જે મૅડિકલ શાસ્ત્ર, ફક્ત દર્દી-માનવજાતના ભલા માટે જ નિર્માણ થયું છે, એ જ શાસ્ત્રમાં હજુ પણ પોતાનું અડીખમ અસ્તિત્વ ધરાવનારા, વિદ્વાન નિષ્ણાતોનાં લખાણો પર આધારિત છે, જેને સિક્કાની બીજી બાજુ કહેવાય, તેવું ઉજ્જવળ પાસું છે.

૩. ઍલર્જી

એલોપેથિક મૅડિકલ શાસ્ત્રમાં વપરાતા બધા જ અટપટા શબ્દોનું મૂળ ગ્રીક અને લેટિન ભાષામાંથી ઊતરેલું છે. અને એનો એટલો બધો છૂટથી બેફામ દુરુપયોગ થયો છે કે લગભગ દરેક સરળ અર્થ પણ એક ભયાનક

રોગમાં ફિટ થઈ ગયો છે.

ઉદાહરણ : ASTHMA એ ગ્રીક શબ્દ છે જેનો અર્થ 'હાંફવું' PANTING એવો થાય છે. દાદરા ચડતાં હાંફ ચડે કે દોડીને આવો ત્યારે હાંફો, એ રોગ નથી. પરિસ્થિતિ છે, પણ 'તમને અસ્થમા છે' એમ ડૉક્ટર કહે, એટલે તમને 'દમ લાગુ પડી જ જાય.'

ઍલર્જીનું પણ કંઈક આવું જ બતંગડ છે. ગ્રીક ભાષાના બે શબ્દો ALLOS + ERGON ની સંધિથી, ALLERGY શબ્દ બન્યો છે, જેનો અર્થ થાય છે ALLOS = OTHER = અન્ય, પારકું, અજાણ્યું, બહારનું. Ergon = (ઉચ્ચાર અર્જન) = WORK, કાર્ય, પરાક્રમ, ડખલ. આપણી કાઠિયાવાડી ભાષામાં 'પારકી પંચાત-ડખલ કહી શકાય. મૅડિકલ ડિક્ષનરીમાં ALLERGY શબ્દનું વર્ણન આ પ્રમાણે છે :

Quote

An altered or exagerated Susceptibility to Various foreign Substances or physical agents, which are HARMLESS TO THE GREAT MAJORITY OF INDIVIDUALS

It is due to an ANTIGEN-ANTIBODY REACTION, though the antibody formed is not always demonstrable.

Hay fever, asthma, urticaria infantile eczema, are allergic conditions and are familial in origin.

ગુજરાતીમાં ઉપરના લખાણની બે લીટી વચ્ચેનો ભાવાનુવાદ કંઈક આવો થાય :

'શરીરમાં, અંદર કે બહાર, બહારનું કંઈ પણ- (જરૂરી નથી કે એ રોગનું જંતુ કે કિટાણુ-વિષાણુ જ હોય) પ્રવેશે, વળગે, ચોંટે, ઘૂસે, આપણને મહેસૂસ થાય, (આંખમાં કચરો પડે કે પગમાં કાંટો વાગે તે પણ આમાં આવી જાય) એ ભૂલમાં પ્રવેશ્યું હોય, આપણી જાણ બહાર હોય, કે જાણીને લીધું હોય, (દાગેલી કેરી હોય કે દારૂની પેગ હોય) તો ? તો ? તો શું થાય, એ પહેલાં એમની ભાષામાં સમજીએ, એમનું કહેવું છે : (ખૂબ ધ્યાનથી વાંચો)

આ પ્રવેશેલી ચીજ જ, આ માનવી સિવાયના બીજા હજારો માનવીઓમાં પ્રવેશે, તો એમાંના એકેયને એણે નુકસાન ના પણ પહોંચાડ્યું હોય, (અર્થાત્ એ બધાનાં શરીરે એને અપનાવી લીધું હોય.) છતાં...છતાં છતાં.....

કોઈ એકાદ માનવીને એ વિતાડે. એને ઉબકા આવે, ઊલટી થાય, શરીરે ફૂટી નીકળે, એકાદ ઉધરસના ઠસકાથી માંડી એનો શ્વાસ રૂંધાવીને મારી પણ નાંખે.

વીસમી સદીના ઉત્તરાર્ધમાં (૧૯૫૦ પછીનાં વર્ષોમાં) પેનીસીલીનનાં રિએક્શન, પરાક્રમો યાદ આવે છે ? કેટલાય પેશન્ટોને આખે શરીરે ફૂટી નીકળતું કે ફક્ત એકાદ ઈન્જેક્શન શરીરમાં ઘુસાડી, હજુ તો સોય બહાર કાઢે તેટલામાં જ રામ બોલો ભાઈ રામ થઈ જતો. **મૅડિકલ ડેથ સર્ટિફિકેટમાં CAUSE OF DEATH : 'ANAPHYLAXIS SHOCK' એવું રૂપાળું નામ આપવામાં આવતું.**

ઍલર્જીના એમના વર્ણનની બે લીટી વચ્ચે વાંચશો તો, એનો સીધો

અર્થ એ જ થાય કે, શરીરમાં આપમેળે ઘુસાડેલા કોઈપણ તત્ત્વ સાથે, એમણે સારવારના નામે, રોકડા લઈને ઘુસાડેલાં X-Ray નાં રેડીયેશનો, લોહીના બાટલાઓ, દવાઓ, ઈન્જેક્શનો, બધે બધું જ માનવીના ટોળાંને કદાચ હજમ થાય, માફક આવે, પણ અમુક જણને મારી નાખે કે વહેલી મોડી આડ અસરો ફૂટી નીકળે.

આ મહાશયો એક હકીકત 'નરો વા કુંજરો વા'ની જેમ ગુસપુસ કરે છે, જે વધુ ઉપયોગી અને સમજવા જેવી છે તે છે : ANTIGEN-ANTIBODY REACTION. અર્થાત્ જે ઍલર્જીક રિએક્શન મહેસૂસ થાય કે દેખાય, તે એટલા માટે થાય છે કે તે વેળાએ 'ન જાન ન પહેચાન-માન ન માન મૈ તેરા મહેમાન' બનીને શરીરમાં ઘૂસતા-પ્રવેશતા alien-પરદેશીની સાથે લડી લેવા, ભગાડવા કે મારવા, શરીરના પોતાના Anlibody પ્રતિકારક કોષો સજ્જ હોય છે તે કામે લાગી જાય છે- યુદ્ધ થાય છે. કોષો ઓછા પડે તો વૃદ્ધિ થાય છે, ઘવાયેલાઓને ખસેડાય છે, મરેલાનો નિકાલ કરાય છે. આ ક્રિયાનું જે પરિણામ મહેસૂસ થાય છે, તે ઍલર્જી.... એ રોગ નથી. શરીરની આપણને જિવાડવાની બેમિસાલ ક્રિયાનું રૂપાળું નામ છે, ઓળખ છે.

૪. એકમાત્ર કાર્ય કરે છે... કયું ?

માનવીનું આ શરીર,

માના ગર્ભમાં પાંચમે મહિનેથી બાળકનું હૃદય ધબકવાનું શરૂ થાય છે, એ પ્રથમ ધબકારાની શરૂઆતથી એનો છેલ્લો ઉચ્છ્વાસ બહાર ફેંકે ત્યાં સુધી આ શરીરના સમગ્ર તંત્રનું અણુએ અણુ, કોષેકોષ, એક એક ગ્રંથિ, અવયવ, ફક્ત એક જ, ફક્ત એકમાત્ર કાર્ય કરે છે.

તે કાર્ય કયું ?

આગળ વાંચતાં પહેલાં અહીં થોભી જાઓ. ઈમાનદારીથી આ પ્રશ્નનો ફક્ત એક જ વાક્યમાં તમારો જવાબ આ પુસ્તકના છેલ્લા પાના પર લખી દો.

અને, અગર હવે પછીના મારા લખાણ સાથે તમારો જવાબ મળતો આવે તો ? તો ?

બિનધાસ્ત એક વાત સમજી જ લો કે ખાતરીપૂર્વક તમે સાચા અર્થમાં 'ઍલર્જી સ્પેશિયાલિસ્ટ છો', પ્રોમિસ !

આવો, હવે મૅડિકલશાસ્ત્ર, દર્દીના, માનવીના ભલા માટે, ફાયદાકારક જે ઘણું બધું, પોઝિટિવ જ્ઞાન ધરાવે છે, જાણે છે પણ જણાવતાં શરમાય છે, લાજી મરે છે, એક વિચિત્ર પ્રકારની લઘુતાગ્રંથિથી પીડાય છે (એમની MR. KNOW ALL ની ઈમેજ ખરડાઈ જાય છે) તે સત્યમ્, શિવમ્, સુંદરમ્, સનાતન સત્ય એ છે કે :

'THE HUMAN BODY IS MUCH MORE WISER, MORE

ACCURATE, MORE METICULOUS, MORE PERFECT, MORE CAPABLE, THAN A DOCTOR.'

અર્થાત્ માનવીનું શરીર જ, એનું અણુએ અણુ, કોષેકોષ જ માનવીને જિવાડે છે. 'કેમ જિવાડવું ?' એ ફક્ત સારી પેઠે જાણતું જ નથી, કરે છે, અમલમાં મુકે છે - તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના. WITHOUT YOUR KNOWLEDGE OR HELP.

હવે આપણા પેલા અસલી પ્રશ્ન 'કયું એકમાત્ર કાર્ય ?' એનો જવાબ આપી આગળ વધીએ. (તમારો જવાબ પાછળના પાને લખી લીધો છે ને ?)

શુદ્ધીકરણ - PURIFICATION

શરીર આપણને જિવાડવા માટે જે એક માત્ર કાર્ય કરે છે, તે કાર્ય છે, શુદ્ધીકરણ-PURIFICATION.

ફક્ત થોડાક જ નમૂના પૂરતાં ઉદાહરણો આપીશું તો સમજાઈ જશે.

૧. શ્વાસ લીધો, O_2 અશુદ્ધ લોહી શુદ્ધ થયું.

ઉચ્છ્વાસ Co_2 બહાર પડ્યો- એમાં શું હતું. વપરાયેલા O_2 નો ધુમાડો= Co_2 કાર્બનડાયોક્સાઈડ હતો.

નતીજો : લોહી શુદ્ધ થયું.

૨. પાણી પીધું-પેટમાં પડ્યું-પછી લોહીમાં ભળ્યું, લોહીમાંથી વધારાના ક્ષારો એમાં ઓગળ્યા, કિડનીમાં ફિલ્ટર કર્યું. ટીપે ટીપે કચરો-પેશાબ બ્લેડરમાં ભર્યો, પેશાબ કર્યો. શું થયું ? શુદ્ધીકરણ.

નતીજો : લોહીમાંના ટોક્સીન્સ બહાર ફેંકાઈ ગયા.

૩. ભૂખ લાગી, ખાવાનું પેટમાં નાંખ્યું ? એમાં શું હતું ?

રાસાયણિક ખાતરો, જંતુનાશક દવાઓ, ઉપરથી વિટામિનની ગંદી ગોળીઓ, દવાઓ નાંખી પકવેલાં ફ્રૂટ્સ, બિમારીઓની દવાઓ, તમાકુ, બીડી, સિગારેટ, દારૂ- બધું જ જઠરમાં તો પડ્યું. પછી ?

શરીરની પાચનક્રિયાએ, એ બધાંને Receive કર્યું. વિણી વિણીને જરૂર પૂરતું ચૂસી લીધું, વાપરવા મોકલ્યું, વધારાનું સંગ્રહ કર્યું - જે સમાય તેવું ન હતું, એને Concentrate કરી Compact કર્યું. (e.g. Sugar, biles etc.) અને વધારાનું આગળ ખસેડી બીજે દિવસે ગુદા વાટે બહાર ફેંક્યું. શું કર્યું ? શુદ્ધીકરણ.

નતીજો : તમે IRON ની ગોળી ખાધા પછી બીજે દિવસે તમારા મળને જોયો છે ? કાળો કોલસા જેવો ને લોખંડ જેવો કડક. આટલા નમૂનાથી ના સમજાય, તો તમને ખુદા બી ના બચાવે.

આવો, હવે જેને મૅડિકલ શાસ્ત્ર શરીરની આ સાફસૂફીની ક્રિયા વખતે શરીરની ઉપર અને ભીતર જે કંઈ સંજ્ઞા-નિશાનીઓ અસુવિધા-DIS-EASE નજરે પડે છે અને જેને આ ઉસ્તાદો એમની સગવડિયા ભાષામાં 'SYMPTOMS' એવું રૂપાળું નામ આપે છે- એવા શરીરના શુદ્ધીકરણના થોડા નમૂના જોઈ જ લઈએ. Ready? 'નાક હોય તો શરદી થાય.' પાણીનાં ટીપાં પડે, રેલા ઊતરે કે શીખંડ જેવો રગડો નીકળે - ગળામાંથી ગળફો-કફ

પડે, ખાધા પછી એકાદ ઓડકાર આવે કે ભરી સભામાં હવા છૂટે.

પસીનો થાય, આંખમાં ચીપડા થાય, સવારે જીભ પરની ઉલ ઊતરે, ખોંખારો તો ગળફા કે પિત્ત જેવું નીકળે, માથામાં ખોડો થાય, સ્ત્રીઓને પ્રદર થાય, આ બધું શું થાય છે ? યે ક્યા હો રહા હૈ ?

શુદ્ધીકરણ-PURIFICATION. ઔર કુછ નહીં.

૫. 'OUTLETS'-લાલ-પીળા-દરવાજા

શુદ્ધિકરણ માટે હંમેશાં કોઈ ને કોઈ આઉટલેટ જોઈએ. મિલનાં ભૂંગળાં હોય, મોટરમાં Exhaust Pipe હોય, એન્જિનમાં વરાળના આઉટલેટ હોય એમ શરીરનાં જે આપણને નજરે દેખાય છે તે નાક, કાન, મોઢું, છિદ્રો, સંડાસ, પેશાબ ઈ. આપણે જોયાં.

હવે, આપણે આપણી મહેબુબાની વાત કરીએ.

શરીરમાં હવા, પાણી અને ખોરાક લેવાનાં Inlets છે એમ બહાર ફેંકવાનાં outlets છે, અને એ operate કરવાનું એક જબરજસ્ત Automatic Mechanism છે.

પરંતુ ?

'ન જાન ન પહેચાન, માન ન માન, મૈં તેરા મહેમાન'ની અદાએ, આ હવા, પાણી અને ખોરાક ઉપરાંત પણ, અન્ય કુરિયરની મદદથી કે સ્વયં સાહસ કરી - પેલા આરબના ઊંટની જેમ તંબુમાં ઘૂસી જનારા જીવાણુઓ, વિષાણુઓ પણ શરીરમાં ઘૂસી ઘર વસાવવા તત્પર હોય છે. સબ ભૂમિ ગોપાલ કી-ના સિદ્ધાંત મુજબ.

આવા સાહસિકોને મેડિકલશાસ્ત્ર - શરીર સિવાયના-બહારનાં ALIENS = ALLOS તરીકે ઓળખે છે.

અને શરીર જ્યારે આવા પરાણે પધારતા પાહુણેને આવકારવા, જાકારો આપવો કે લડી લેવું - 'માર દીયા જાય કે છોડ દીયા જાય ?' એ ચક્કરમાં હોય છે, અને શરીરમાં એ વેળાએ જે પ્રક્રિયાઓ થાય છે, એના પરિણામ, નિશાનીઓ મહેસુસ થાય કે દેખાય એને ALLERGY એવું નામ તો રૂપાળું આપે છે પણ એની સાથે વર્તાવ માત્ર દુશ્મનથી પણ બદતર કરે છે. આ એલર્જી રિએક્શન પણ PURIFICATION શુદ્ધીકરણનો એક પ્રકાર જ છે. ઔર કુછ નહીં.

૬. મુફ્ત હુએ બદનામ-૨

લાલ-પીળા સિવાયના દરવાજા. OUTLETS.

શરીરમાં પધરાવેલી કે અજાણતાં ઘૂસી ગયેલી પ્રતિકારશક્તિ દ્વારા લડાઈ-યુદ્ધમાં થયેલી કાપાકૂપી-મડદાં-ફડદાં અને અલબત્ત પેલી વિષારી, ઝેરી, નશીલી, મારક, તોડફોડક, ગંધાતી સારવારની દવાઓ-ઈ.ઈ.ઈ.ઈ. અગર શરીર આટલી બધી ગંદકી નોર્મલ આઉટલેટ વાટે કાઢવા જાય

તો આખું શરીર એક ગટરખાનું બની જાય, અને આ શુદ્ધીકરણની ક્રિયા કરનારાં અવયવો, ગ્રંથિઓમાં ન રિપેર થાય એવી તૂટફૂટ થાય.

પરંતુ **YOUR BODY IS WISER THAN YOU.**

એ સનાતન સત્ય મુજબ શુદ્ધીકરણનું મેકેનિઝમ એક અદ્‌ભુત બેમિસાલ, લાજવાબ કાર્ય કરે છે.

ચાલો, એ પણ જોઈ જ લઈએ. આપણી નજરે...

'ગણપતિ બાપા મોરિયા, પુઢચા વર્ષી લવકર યા'

વાજતે ગાજતે બાપાની મહાકાય, લાખો મૂર્તિઓને મહાસાગરના મધ્યમાં લઈ જઈ ડુબાડી તો આવ્યા... પછી ? અનંત ચતુર્દશીના પછીના દિવસોમાં રોજ સવારે દરિયાકિનારે વૉકિંગ કરવા જનારા વૉકિંગ મેનીઆક્સને જરા પુછી જુઓને-ક્યા દેખા થા કિનારે પર ?

અરે, બાપા તો માટીના ઘડેલા હતા અને મધદરિયે તો પાણીના ભંડાર ભર્યા પડ્યા છે, એમાં ઓગળીને એ માટી તળિયે કેમ ના ચોંટી ગઈ ? ઘસડાઈને કિનારે કેમ આવી?

એ એટલા માટે, કારણ કે મહાસાગરનું પણ પોતાને સતત શુદ્ધ રાખનારું એક સ્વયં સંચાલિત મેકેનિઝમ છે.

તમે જે નજરે દરિયા કિનારે સરકીને આવતાં મોજાં જુઓ છો એ તો ફક્ત શરીરનાં છિદ્રો વાટે બહાર ફેંકાતાં પસીનાનાં બુંદો છે. સાગરના પેટાળમાં તો આ શુદ્ધીકરણની ક્રિયા સતત સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિથી નિર્માણ થયેલી છે, ને યાવત્ ચંદ્ર દિવાકરૌ સુધી ચાલવાની છે. તમારી કે કોઈ વૈજ્ઞાનિકની ચમચાગીરી સિવાય.

ઠીક, આ જ સિદ્ધાંત મુજબ શરીરના ત્વચાના કિનારા પર દેખાતી ને મહેસૂસ થતી બધી જ નિશાનીઓ, એ ફક્ત, ફક્ત, ફક્ત **'તમારું શરીર એકધારું તમને જિવાડવા માટે, તમારી જાણ બહાર કે તમારી મદદ વિના-ફક્ત શુદ્ધીકરણનું અદ્‌ભુત-બેમિસાલ કાર્ય ખૂબ જ પદ્ધતિસર, ચોક્કસાઈપૂર્વક કરી રહ્યું છે એનો પુરાવો છે, ઔર કુછ નહીં.'**

મિલના ભૂંગળામાંથી ભક્‌ભક્ ધૂમાડાના ગોટેગોટા નીકળે છે, એ મિલ ધમધોકાર ચાલી રહી છે એનો પુરાવો છે. SYMPTOM PROOF છે. તમારા શરીર પર ઊપસી આવેલ ફોડી, ફુણસી, દાદર, ખરજવું, શીતળાનાં ઢીમડાં, એ બધી પેલી એલર્જી મેકેનિઝમની વફાદારીના નમૂના છે. એનાથી તમને થોડી અસુવિધા-DIS-EASE થાય છે, તે કબૂલ, પણ એ DIS-EASE-DISEASE-રોગ નથી. એ સમજી લો અને તમારા સારવારિયાને સમજાવી દો. નહીં તો, નહીં તો ? નહીં તો ? મિલના ભૂંગળામાં ડૂચો મારી દો કે બંબાવાળાને પાણીનો ફુવારો છોડવા કહો... સબ સમજમેં આ જાયેગા!

૭. ઘરમાં માળીયું છે ?

બાપા તો વરસમાં એક વાર પધારે ને એક વાર પધરાવાય, પરંતુ દરિયામાં તો દુનિયાભરની ગટરો, ગંદકી, રસાયણો ઈ. સતત ઠલવાય છે.

પણ, દરિયો કિનારાના એક કિલોમીટર પછી નીચે નજર કરો તો તળિયું સ્પષ્ટ દેખાય એવો સ્વચ્છ અને નિર્મળ હોય છે.

અહીં પેલી કુદરતની કરામત-કરિશ્મા સમજાય છે. IN NATURE, EVERYTHING IS PERFECT, PERFECT AND NOTHING BUT PERFECT, એ મિસાલે બધું સ્વમેળે, આપણી જાણ બહાર સહજ રીતે સરળતાથી સરક્યા જ કરે છે.

દરિયાઈ જીવો, વનસ્પતિ, શંખ, પરવાળા, સ્પંજ ઈ. ઈ. જે આપણને સમજાતું નથી, એ એથીય વધુ ગહન અને મહાન છે, એમ સમજી એની પ્રત્યે આશ્ચર્ય અને અહોભાવથી જોવાની પણ એક કળા છે.

એ હિસાબે તમે મને પૂછી શકો છો કે :

અગર શરીરના શુદ્ધીકરણનું મેકેનિઝમ નોર્મલ OUTLETS દ્વારા અશુદ્ધિ બહાર ફેંકે છે, કિનારે લાવે છે, તો દરિયામાં ભીતર ઠાંસીને ભરેલી અશુદ્ધિ ક્યાં જાય છે ? અર્થાત્ -

શરીર જે ત્વચા દ્વારા બહાર ફેંકી શકતું નથી, એનું શું થાય છે ? ક્યાં જાય છે ?

સવાલ થાય જ છે, પણ અઘરો તો નથી જ કે મારે એનો જવાબ આપવા ભેજું કસવું પડે. અરે, તમારાં શ્રીમતિજીને પૂછશો તો એ પણ કહી દેશે.

શું પૂછશો ?

ઘરમાં ચાર જણાં છે. નવાં, જૂનાં, ખરીદેલાં કે ભેટ સોગાદમાં આવેલાં કપડાંનાં કબાટ ભરાયાં છે. વાપરવાનાં બહાર છે, પણ જૂનાં, જીર્ણ થયેલાં ફાટેલાં, સારાં હોય પણ ખાસ વપરાતાં ના હોય, સાડીઓના ઢગલા થયા હોય, બ્લાઉઝ, ચણિયા કે અંડરવેર, છોકરાનાં શર્ટ, ફ્રોક, પેન્ટ્સ, જીન્સ...

સાવ નકામાં બધાં ક્યાં ગયાં ? ક્યાં મુકાયાં ?

શ્રીમતિજીને પૂછતા હો, તે જ વેળાએ તમારા ઘરમાં કામ કરવાવાળી ગંગુતાઈ ગોટાળે હાજર હોય તો, એ જ તમને પૂછ્યા વગર તમારા સવાલનો જવાબ આપશે...

'કાય શેઠ, એવડા પણ માહિત પડત નાહીં, જુન્ને કપડે, ગઠરી બાંધુન માળિયા વર ચડવલેલે આહે, ભાંડીવાલા આલા તો ભાંડી ઘેણાર, કીવાં માલા ચાલેલ તર માલા સાડ્યા - પરકર દેણાર, નાહીતર ? નાહીતર....

'દે દાન છૂટે ગિરાણ' તર આહેચ કી !

૮. દરિયાનો કચરો - કિનારે

દરિયાનો કચરો તો કિનારે આવ્યો... પણ... કિનારાનો કંદડો દરિયામાં ઘુસાડ્યો ત્યાલા જવાબદાર કૌન ?

શરીરનું શુદ્ધીકરણનું બેમિસાલ મેકનિઝમ, ખોપરીથી માંડી પાની સુધી, કચરો બહાર ફેંકે છે - એને તો આપણે મલમો, લોશનો અને ગોળી, ઈન્જેક્શનો ખાઈ ખાઈને પેલા બહાર નીકળતા કચરા સાથે વધારાનો ઝેરી કદડો ભીતર ધકેલીએ જ છીએ.

પણ... કિનારા પર, ભેળપુરીના કચરા, નાળિયેરનાં છીલકા કે મળમૂત્ર

ઈરાદાપૂર્વક દરિયામાં પધરાવીએ છીએ એનું શું ?

ના સમજ્યા ? આવો સમજાવું.....

માના ઉદરમાંથી સાવ તાજું શુદ્ધ-નિર્મળ શરીર લઈને હજુ તો બાળક જન્મ્યું છે, માથી વિખૂટું પડ્યું છે, ને નર્સ એને નવડાવવા, સાફ કરવા લઈ જાય છે. એ હજુ લઈને આવે.....

..... એ પહેલાં તો, બાળકનો બેવકૂફ બાપ, એ બાળકની ત્વચાને, શરીરના સ્વચ્છ કિનારાને કાદવમાં રગદોળવાનું શરૂ કરી દે છે.

બેબીસોપ, બેબી પાઉડર, બેબી લોશન, બેબી ઓઈલ, બેબી ક્રીમ, પ્લાસ્ટિક શીટ્સ, મેકીન્ટોશ રબર, ટાઈટ, નાયલોન વૉટરપ્રૂફ કસકસાવીને વોલ્કોથી ચોટાડવામાં આવતા નેપીઝ, બાળકનું ફક્ત માથું જ હાલે, હાથ પગનાં આંગળાં પણ જકડાઈ જાય એવું AIRTIGHT પેકિંગ-પોટલું, એટલે માના પાસે સુવાડેલું બાપડું-બિચારું બાળક : આખી દુનિયા તો આ માનવશરીરની દુશ્મન બનવાની હશે ત્યારે બનશે, શરૂઆત તો એનાં જ માબાપથી થાય છે, ને અલબત્ત એને જન્મ અપાવનાર ડૉક્ટરથી પણ, હું જેને CRIMINAL, UNFORGIVABLE OFFENCE કહું છું એનો પુરાવો પણ આપું છું.

પેલું નવજાત શિશુ હવે પોતાના જ શરીરની શુદ્ધીકરણની બધી જ જવાબદારી જેની પોતાની જ છે, એના શરીરમાં કુદરતે ફક્ત માનો સ્પર્શ અને માનું ધાવણ, એ બે જ ચીજો મંજૂર કરી છે. કારણ હજુ એ સ્વયં શુદ્ધીકરણનું મેકેનિઝમ વધારાની અશુદ્ધિ શુદ્ધ કરવાની કેપેસિટી ધરાવતું થયુ નથી.

છતાં કિનારા પરથી ઘુસાડવામાં આવેલાં પેલાં બેબી કોસ્મેટિક્સ ઉપરાંત માના ધાવણ સિવાયનાં વિટામિનનાં ટીપાં, ઘૂંટ્ટી, ગ્રાઈપવૉટર્સ- અરે રબરની ટોટીવાળા દૂધના બાટલા શરૂ થઈ જાય. મા-સાસુ-નણંદ-ભાભીથી માંડી અડોશપડોશીઓ બળતામાં ઘી, ના.... ઘાસલેટ રેડે - શું થાય ? તમે જોયું છે ? તમે તો તમારા ઘરનું જ જોયું છે, મેં તો દુનિયાભરનાં ઘરોમાં જોયું છે ને....

પણ જવા દો. આપણે ફક્ત એક દાખલો આપી પૂરું કરીએ.

ઍલર્જીના હેડિંગવાળા પ્રકરણમાં ઍલર્જીના શુદ્ધીકરણની નજરે પડતી (Demonstrable શબ્દ વાપર્યો છે) નિશાનીઓમાં એકનું નામ છે INFANTILE ECZEMA. બાળકનું ખરજવું.

ગુનાહિત અત્યાચારોના પરિણામે, શરીરમાં ઠાંસીને ભરેલી-ઊભરાતી અશુદ્ધિ, બાળકનું શરીર સંડાસ, પેશાબ વાટે જ કાઢે તો, એની કિડની, લીવર કે હૃદય પણ ડેમેજ થાય, એટલે એ બિચારું ત્વચા પર, કિનારા પર, ખરજવાના રૂપમાં લઈ આવે ને... ? ને... ? આ ઉસ્તાદો પાછા એને પણ

બાળકને Allerggy થઈ છે, કહી એના પણ ઈલાજ શરૂ કરી દે. એક આજીવન પેશન્ટ તૈયાર હો ગયા.

સામાન્ય માનવી એમ જ સમજે છે કે, શરીરની ઉપર જ લગાડ્યું છે ને ? લુછાઈ જશે કે ધોવાઈ જશે. શરીરની અંદર થોડું જ જવાનું ?

તમાકુ ફક્ત મોઢામાં મુકાય છે, ને નશો ચઢે છે. પેલી સૉરબીટ્રેટ નામની ગોળીને તો હવે બચ્ચે બચ્ચું જાણે છે. એને ફક્ત જીભની નીચે મૂકે છે, તો હાર્ટ એટેક-એન્જાઈના પેઈન નથી આવતાં.

જે તેલને માથામાં ઘસવાથી જ ઊંઘ આવે, એમાં શું હોય ? ગાંજો, અફીણ કે નશાની દવાઓ જ હોય.

ફક્ત સાત દિવસમાં કૂંડળી બદલાઈ જાય, ને મુરતિયાની લાઈન લાગે, કે એરહૉસ્ટેસની નોકરી મળી જાય, એ શ્યામ ત્વચાને યુરોપિયન બનાવનારી ક્રીમમાં બ્લીચિંગ પાઉડર કે એસિડ જ હોય.

ફક્ત રંગીન તેલનું માલિસ કરવાથી, મુન્નો ઊભો થઈ દોડવા લાગે, એમાં આખા મગજને કે શરીરને ઉત્તેજના કરવાવાળી, નશીલી દવાઓ Slimulants જ હોય. હોય, હોય ને હોય.

ચામડીને છીદ્રો છે અને એક એક છિદ્ર ફક્ત ચૂસતું જ નથી, શ્વાસ પણ લે છે. SKIN BREATHES. નાયલોન ટૅરિલિનના પેન્ટ-શર્ટોએ જ ચામડીના મોટા ભાગના રોગોને પેદા કર્યા છે. નવજાત શિશુની ત્વચા પર બાળપણમાં કરવામાં આવેલા અત્યાચારો-ઉપચારો એને જીવનભરનો રોગિષ્ટ બનાવે છે - આ જ સનાતન સત્ય. બાકી ધંધા કરવા માટે જાહેરખબરોએ મારી મચડીને ઊભી કરેલી ભયાનક ભ્રમણા.

૯. એક કદમ આગે

'INFANTILE ECZEMA' બાળપણનું ખરજવું એ તમે નવજાત શિશુના શરીરમાં જબરજસ્તી ઘુસાડેલી અશુદ્ધિની શરીરના મેકનિઝમે કરેલી AUTOMATIC શુદ્ધીકરણની જ ક્રિયા હતી. આટલું ભેજામાં ઊતરે, તો પછીનું સમજવું ખાસ અઘરું ના પડે. આટલું ના સમજાય, તો કશું ના સમજાય.

માની લઈએ કે તમે સમજ્યા અને બાળકની ચામડી પર અશુદ્ધિના લપેડા લગાડવાના બંધ કર્યા કે ખરજવાના મલમ, દવાઓ ખવડાવીને વધુ અશુદ્ધિ થતી આટકાવી- તો ? તો ?

સૌપ્રથમ શરીર તમારો આભાર માને.

અને પછી, એના નિયમ અને તમને જિવાડવાના ધર્મને આધારે, થયેલી અશુદ્ધિને શુદ્ધ કરવાનું, ને તૂટફૂટ થયેલી રિપેર કરવાનું કામ શરૂ કરે... બરાબર યાદ રાખો, આ કાર્ય પણ તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના જ થાય.

ફક્ત એક જ મૅડિકલ ઉદાહરણ આ હકીકતને સત્ય પુરવાર કરવા પૂરતી છે.

- ઑપરેશન કરી પેટ ચીરી, ૨૫ ટાંકા મારી ચામડી સીવી દીધી. અઠવાડિયા પછી ટાંકા ખોલ્યા... ચામડી JOINT કોણે કરી ?

હાડકું તૂટી બે ટુકડા થયા. હાડવૈદે ખટાક કરી છૂટા પડેલા બે ટુકડા ભેગા કર્યા, ઉપર કસીને પાટો બાંધ્યો, ત્રણ-ચાર અઠવાડિયા ઝોળી પર લટકાવ્યો. પછી ખોલ્યો :

બે ટુકડા વેલ્ડિંગ કરે એમ ભેગા કરી ફ્રૅક્ચર રીપેર કોણે કર્યું ?

ત્રણ કલાક મેજર ઓપરેશન ચાલ્યું. સતત અડધો અડધો કલાક એનેસ્થેસિયા સૂંઘાડી દર્દીને જબરજસ્તી હોશમાં હતો તે બેહોશીમાં રાખ્યો. ઓપરેશન પૂરું થયું. પાટાપીંડી થઈ ગયાં. ટ્રોલી પર મૂકી વોર્ડમાં ખાટલામાં નાખી આવ્યા, બેહોશ હાલતમાં....

ધીરે ધીરે અડધા કલાકમાં ભાનમાં, હોશમાં શી રીતે આવ્યો ? કયું ઈન્જેક્શન આપ્યું ? બોલો, બોલો...

'શરીર જ તમને જિવાડે છે' એ સમગ્ર મૅકનિઝમ તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના એના કામે લાગી જ જાય છે.

મૅડિકલશાસ્ત્ર જાણે છે, પણ તમને જણાવતું નથી. એ સત્ય એ છે કે: (ખૂબ જ ધ્યાનથી વાંચશો)

શરીરમાંના અબજો કોષોમાંના અમુક ઠરાવિક પ્રકારના કોષો, હાડકાંને રિપેર કરવાનું કામ કરે છે. આ કોષો પણ બે પ્રકારના છે : (૧) OSTEOBLASTS (૨) OSTEOCLASTS

પ્રથમ પ્રકારના કોષો, એન્જિનિયર્સ, ડિઝાઈનર્સ, આર્કિટેક્ટ્સ, શિલ્પીઓ છે. જે તૂટફૂટનું એસ્ટિમેટ કાઢે છે, કેવી રીતે રિપેર કરવું તે નક્કી કરે છે, એની એક ડિઝાઈન બનાવે છે - (BLUEPRINT). કેટલું રૉ મટિરિયલ RAW MATERIAL, ક્યાંથી લાવવું તે નક્કી કરે છે અને ફટાફટ ઑર્ડર આપવાનું શરૂ કરે છે.

OSTEOCLASTS - આ કોષો કામગાર, મજૂર, શ્રમજીવી છે. સુપરવાઈઝરની દેખરેખ હેઠળ પેલા હુકમોનું પાલન કરે છે અને કુશળતાથી તૂટેલાં હાડકાંને જોડે છે. એવું સોલિડ જોડે છે કે એનો સાંધોય X-Ray માં દેખાતો નથી. અને હા, આ બધું જ AUTOMATIC તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના જ થાય છે.

વાચકને મૅડિકલ ભારેખમ શબ્દો લખી, ફાલતુ મૅડિકલ શાસ્ત્રનું 'જ્ઞાન આપવાની' કોઈ હોશિયારી કરવી નથી પરંતુ આ બધું જ અભ્યાસ દરમિયાન તમને શિખવવામાં આવે છે. એ જ વ્યક્તિ ફક્ત પોતે જ ડાહી છે, પેશન્ટ કે એનું શરીર મૂર્ખ છે, એમ ઠસાવી ઉપચારોના નામે જે અત્યાચારો, આતંકવાદ ફેલાવે છે, એ હકીકતની જવાબદારીપૂર્વક રજૂઆત કરવી છે.

પેલા ફ્રૅક્ચર રિપેરિંગમાં નક્કી કરેલાં Raw Material કાચો માલ,

શરીરમાંથી જ ક્યાંથી મળશે ? કેવી રીતે મેળવવો ? ફ્રેક્ચર સુધી કઈ રીતે કેટલા પ્રમાણમાં કેટલા વખતમાં પહોંચાડવો ? આ બધી જ ક્રિયાઓ અલગ અલગ કોષોમાં કાર્યની વહેંચણીથી આપમેળે થઈ જ જાય છે. આ સમગ્ર ક્રિયાને મેડિકલ શાસ્ત્ર ABSORPTION-શબ્દ પરથી ઊતરી આવેલ RESORPTION ના નામે ઓળખે છે.

હવે પછીના લખાણમાં લેખકની સંવેદનાના પડઘા પડશે. BE READY FOR THE SHOCK.

આ બધું જ સુવ્યવસ્થિત રીતે જ્યારે થઈ રહ્યું હોય છે, એ જ કટોકટીની વેળાએ તમે 'આ માણસ મારું ભલુ કરશે' એમ સમજી નાણાં આપો છો, એ શું કરે છે એ જુઓ.

હાડકું તૂટ્યું છે એ જોવા માટે X-Ray બે-ચાર, આઠ-દસ કઢાવાય-Radiation (રેડીએશન)થી સાજા, સારા, તંદુરસ્ત કોષો મરી ગયા, બળી ગયા, રાખ થઈ ગયા.

જાહેર છે, કે ફ્રેક્ચર થયું છે, એટલે શરીરનો રિપેરિંગ FORCE લશ્કર સાથે ત્યાં એકઠો થયો છે એટલે એ જગ્યા પર સોજો આવ્યો છે.

સોજો ઉતારવાની પાવરફુલ દવા અપાય.

દુઃખાવો થાય છે, એટલે PAIN KILLERS અપાય. જે BRAIN KILLERS છે, મગજને જુઠ્ઠું, બુઠ્ઠું ને જડ કરે છે, એટલે દુઃખાવો મહેસૂસ થતો નથી. (મટતો નથી.)

આવી દવાઓને મૅડિકલ શાસ્ત્ર વહાલથી પાળેલા પોપટની માફક ANTI-RESORPTION DRUGS તરીકે ઓળખે છે.

આવી દવાઓમાં OESTROGEN-(એસ્ટ્રોજન) નામનાં હૉર્મોન્સ, CALCITONIN-કેલ્સિયમનો એક પ્રકાર અને ETIDRONATE ટાઈપની દવાઓ અપાય છે.

હવે જરા છાતી કઠણ કરી આગળ વાંચો.

મૅડિકલ શાસ્ત્રના ભ્રષ્ટાચારમાંથી હજુ પણ પોતાની જાતને બચાવી શકેલા, ઈમાનદાર અને વ્યવસાયને વફાદાર નિષ્ણાત વિદ્વાનોનું કહેવું છે : (ભાવાનુવાદ)

'આવી જાતની દવાઓ આપવાથી પેલી RESORPTION ની કુદરતી રીતે શરીરમાંથી Raw Material મેળવવાની આખી ક્રિયામાં CONFUSION ઊભું થાય છે. કુદરતી Raw Material અને Synthetic નું મિશ્રણ, બીજા અનેક પ્રોબ્લેમ્સ ઊભા કરે છે, પ્રમાણ જળવાતું નથી. બ્લુપ્રિન્ટ છિન્નભિન્ન થઈ જાય છે. CHAOS ઊભો થાય છે - એક સુંદર આકૃતિના ઘડતરમાં વિકૃતિ પેદા થાય છે.

(REF : BRITISH MEDICAL JOURNAL : 1996 : 312, 1254-8)

૧૦. એક અફલાતૂન ઓટોમેટિક એક્શન

'તમને તો ઍલર્જી થઈ ગઈ છે. ઍલર્જીક રિએક્શન છે.' આવા ફાલતુ મહાબકવાસો સાંભળી સાંભળીને ભય અને શંકાથી પેલી છઠ્ઠી ઈન્દ્રિય સાવ ઠપ ના થઈ હોય, તો આવો, તમારા શરીરની ઍલર્જીનું જબરજસ્ત મેકેનિઝમ પેલી ઈમ્પ્યોરિટી-અશુદ્ધિને સાવ સહજ રીતે પ્યુરિફિકેશન-નિર્મળ કેવી રીતે કરે છે, તે બતાવું ?

ધારો કે તમારા શરીર પર એક બારીક ફુણસી ઊપસી આવે છે. (શુદ્ધીકરણના શ્રી ગણેશાય નમઃ) અર્થાત્ પેલા નોર્મલ આઉટલેટ્સમાં ન નીકળી શકેલી અશુદ્ધિ હવે શરીરે કિનારા પર ઘસેડવાની શરૂઆત કરી છે.

એક-બે દિવસ પંપાળો એટલે ખાસ્સી લખોટી જેવડી ગોળાકાર પકડે, લાલચટક, કડક, તંગ બને.

'મુરખ કો બોલના નહીં આતા, ઔર ફોડા કો હોના નહીં આતા' એ યુ.પી.ની કહેવત પ્રમાણે, આવી ફોડીઓ બહુધા બેઠકની જગ્યા જ પસંદ કરે. એનું બીજું કારણ એ હોય કે, તમે ચોવીસ કલાક એને પોપટની જેમ સાચવો. નહીં તો 'ભરી સભામાં ઇજ્જત લે, હા...'

પંપાળેલો પાળેલો પોપટ, હવે એનાં પરાક્રમ શરૂ કરે. પેલી લખોટીમાંથી લખોટા જેવડી ગોળી પર એક મગના દાણા જેવડું ટપકું ઊપસે. એકાદ દિવસમાં એનો રંગ પીળો થાય ને એની આજુબાજુનો ગોળાકાર લાલમાંથી ડર્ટી પીળો થતો જાય.

બસ, હવે ઊલટી ગિનતી શુરૂ હો જાય.

બીજા કે ત્રીજા દિવસે તો, આખો ગોળાકાર પાકેલી કેરી જેવા રસથી તરબતર Ready to.... ફૂટવા તૈયાર હોય.

કેરીને જરા પ્રેમથી ધોળો ને ઉપરનું ડીંટડું નખેથી ઉખેડો, એટલામાં તો માલમલીદાના રેલા ઊતરે. તાકાત હોય તો તમે દબાવો, નહીં તો કોઈની મદદ માંગો. આઉંઉં વાઉંઉંઉં કરતા જાઓ, ઔર રગડા બહાર નીકાલતા જાઓ- અલ્લા કસમ, ચાર દિવસ વેંઢારેલો ભારેખમ બોજ હળવોફુલ થઈ જ જાય. એક ખાસ્સું આંગળીનું ટેરવું ઘૂસી જાય એવડો ખાડો પડી જાય..

ફક્ત સ્વચ્છ કપડાથી કે કાપુસથી પ્રથમ સાફ કરો, પછી જરા નવસેકા પાણીથી ધોઈ નાંખો, અને સાધારણ ટેલકમ પાવડર દબાવી દો ને ઢીલો પાયજામો, લૂંગી કે ધોતિયું-ગાઉન લટકાવી દો. બે-ત્રણ દા'ડામાં ખાડો પુરાઈ જ જાય. ઉપરનું મોઢું બંધ થાય, નીચેથી માંસ, ચરબીને અલબત્ત સાવ BRAND NEW ચામડી આવી જ જાય. નો ડ્રેસિંગ, નો એન્ટીસેપ્ટિક્સ, નો ક્રીમ, નો એન્ટીબાયોટિક્સ, નો નથિંગ અને FOR YOUR KIND INFORMATION આ બધું જ અશુદ્ધિને શુદ્ધ કરવાનું પરાક્રમ, ફક્ત તમારા શરીરે, શરીરના અણુએ અણુએ, એક સીસ્ટેમેટિક તાલબદ્ધ, ડિસિપ્લિનથી તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના કર્યું હોય.

શરીરને તમે સમજી શું બેઠા છો, હેં ?

૧૧. દેખાય છે, પણ જોવું નથી

'શરીર જ તમને જિવાડે છે,' પણ એની એક શરત છે.

'તું આમ કેમ કરે છે ?' એમ પૂછવાની મનાઈ છે.

અને અગર પૂછવું જ હોય, તો એ અધિકાર શરીરે ફક્ત જેનું શરીર છે, એ વ્યક્તિને જ આપેલ છે. બીજા કોઈને નહીં.

પછી મનુનું શરીર છે, એટલે મનુ એના શરીરને પૂછે, 'ભઈ શરીર, ગરમ કેમ થયું ?'

એટલે શરીર એને જવાબ આપે. આપે જ આપે. આપે જ આપે.

પણ અહીં પણ એક વણલખ્યો નિયમ છે, શરત છે કે એ જવાબ CODED LANGUAGE માં જ હોય. એ હિંદી, મરાઠી, ગુજરાતી કે ઉર્દુ ભાષામાં ના હોય અને એ CODED ભાષાનો અર્થ-DECODE ની ફૉર્મ્યુલા ફક્ત જેનું શરીર છે, એની SIXTH SENSE પાસે જ હોય. અર્થાત્ પેલા રેડિયો કે ટીવી ચેનલની માફક, દરેક જીવમાત્રની ચેનલ આગવી, અંગત અને અલગ હોય. એકની બીજાને લાગુ ના પડે કે ના સમજાય.

અને કમબખ્તી એ છે કે, કીડીથી હાથી, કે નજરે ના દેખાતું કીટાણુ-જડ લાગતાં ઝાડપાન, પશુ, પક્ષી, અરે અબજો કોષોમાંનો એક એક કોષ, આ હકીકત જાણે છે, એના શરીર સાથે ગર્ભાવસ્થામાં હોય ત્યાંથી વાર્તાલાપ, સંવાદ કરે છે અને જીવનની ક્ષણેક્ષણ સાવ સહજતાથી જીવે છે. એકમાત્ર બેવકૂફ-Idiot માનવી સિવાય.

પૂછવું જ છે ? તમારા શરીરને જ પુછો.

YOUR BODY IS THE BEST CONSULTANT, ALWAYS! બાકી બધા ?....

ગાંઠશાસ્ત્ર :

ત્વચા પર ફૂટી નીકળતી જાતજાતની અને ભાતભાતની કહેવાતી બિમારીઓ, પણ અસલમાં ઍલર્જીનાં તમને જિવાડવાનાં એક્શનો તો આપણે બધા જાણીએ છીએ, પણ હું તમને નવેસરથી જણાવું છું, કારણ કે આટલે સુધીનું લખાણ તમે હજમ કર્યું હશે તો, એક વાતની પાકી ખાતરી થઈ જશે કે ઍલર્જીનાં એક્શનથી શરીર પર દેખાતી કે માત્ર મહેસૂસ થતી બધી જ નિશાનીઓને આખું મેડિકલ શાસ્ત્ર ફક્ત પૈસા બનાવવા ખાતર કેટલું ભયનાક સ્વરૂપ આપી બિવડાવે છે, બ્લેકમેલ કરે છે.

'INFATILE ECZEMA થી શરૂઆત કરી, પછી નેપીરેશનેસ, ઑરી MEASLES, અછબડા, Small Pox, Chickeu Pox-' આપણા પૂર્વજો-વડીલો આપણા કરતાં વધારે શાણા, ડાહ્યા અને વ્યવહારુ હતા. એટલે જ આવી બિમારીઓને 'દેવીનો પ્રકોપ' છે, કહી એના ઉપચાર કરવાની મનાઈ ફરમાવતા હતા.

મને બરાબર યાદ છે, પચાસ વર્ષો પૂર્વે, M.B.B.S. ડૉક્ટરો પણ કમળો-Jaundiceને રોગ નહોતા ગણતા. એક પિત્તનો વિકાર ગણતા અને સારવાર

કરવાનું ટાળતા. ફક્ત દર્દી[illegible] એટલા પૂરતું ગ્લુકોઝનું પાણી કે એકાદ બે B. Complex ના ઈન્જેક્શનો આપતા. શેરડીનો રસ પીવાની સલાહ આપતા. Animal Fat, ઘી, દૂધ કે તળેલું ના ખાવા દેતા અને આરામ કરવાની સલાહ આપતા. એની સરખામણીમાં આજે JAUNDICE નું HAPATITIS માં રૂપાંતર થઈ ગયું છે ને એના પણ A To Z પ્રકારો પાડવામાં આવ્યા છે.

આ જ નિયમ પ્રમાણે ત્વચા પર ઊપસી આવતી કોઈપણ પ્રકારની ગાંઠને કેન્સરમાં ફેરવી નાખવામાં નહોતી આવતી. ગાંઠ છે. એક બાજુ પડી રહી છે. કોઈ અવરોધ નથી કરતી, દુઃખતી નથી, પડી રહેવા દો ! પાકશે તો ફૂટી જશે, નહીં તો પાછી બેસી જશે. પાકે તેવી લાગતી હોય તો, પાકવામાં મદદરૂપ થવા માટે ANTIPHLOGESTIN-અળસીનો ગરમ લેપ કે બેલાડોના સ્ટિક BALLADONA STICK ને મીણબત્તી પર ગરમ કરી લીન્ટ પર પાથરી, ગરમ ગરમ ગાંઠ પર દબાવતા બે-ત્રણ પટ્ટીમાં, ગુમડું પાકીને ફૂટી જતું કાં તો ઊપસેલું બેસી જતું- ભીંડી બજારના પ્રખ્યાત બકરી મલમ પટ્ટીવાલાને ત્યાં લાઈન લાગેલી મેં જોઈ છે.

ત્વચા પર ઊપસેલી ગાંઠ કે શરીરની ભિતર FORM થતી ગાંઠમાં મૂળભૂત કોઈ ફરક નથી. પેલા 'બાંધ ગઠરિયાં' જેમ નકામું છે, પોટલું બાંધી માળિયા પર ચડાવી દો, જેવી સાવ સહજ PRACTICAL ક્રિયા છે.

Even, કેન્સરના ઇમાનદાર સર્જનો કહે છે કે, જે ગાંઠ શરીરના મેકનિઝમમાં કોઈ અવરોધ કરતી નથી- OBSTRUCTIVE નથી, એને વિના કારણ કાપકુપ કરી છંછેડવાની ઉતાવળ કરવાની જરૂર નથી, પેલી કહેવત **પ્રમાણે ગૂંચળું વાળીને પડેલા સાપને કાંકરીચાળો ના કરો** (વધુ વિગતો મેં 'કેન્સર ગીતા'માં આપી છે.)

પરંતુ આ પ્રકારની ગાંઠ સિવાયની જે ગાંઠની હું હવે વાત કરું છું એ વાત કદાચ આજ સુધી આખી દુનિયાની કોઈપણ ભાષામાં કોઈએ આપને નહીં જણાવી હોય અને જે જાણવી એટલી બધી આવશ્યક છે કે.... એમાંથી LIFE & DEATH જેટલો ફરક પડી શકે છે.

૧૨. ગાંઠ છે ? ખલ્લાસ !

એલોપેથી સિવાયની અન્ય સેંકડો પદ્ધતિઓ પણ, અરે સામાન્ય માનવી સુધ્ધાં 'ગાંઠ' શબ્દ માત્રથી પેલું લાલ કપડું જોઈને ગોધો ભડકે એમ ઊછળીને છલાંગ મારે છે.

'ગાંઠ થઈ છે ?' ખલ્લાસ ! વધી જશે, પાકી જશે, ફાટી જશે, કપાવી નાખો, કઢાવી નાખો, જરાય વિતાડતી ના હોય, અરે, દુઃખતીયે ના હોય, કોઈ અવરોધ તો કરતી જ નથી, પણ છે તો ખરી ને ? આજે નહીં તો કાલે... વિ.વિ.

બકવાસો તો તમે સાંભળી ચૂક્યા હશોને, તમારા ભેજામાં જ ગાંઠનું ભૂત ગંઠાઈને ચોંટી ગયું હશે. **હવે, યે ભી સુન હી લો !**

પ્રથમ તો કોઈપણ ગાંઠ હોય, એટલે એ ગાંઠ ટી.બી., કેન્સર કે ટાટા

બીરલાની સગી હોતી જ નથી. હોવી જ જોઈએ એ જરૂરી પણ નથી.

મોટા ભાગની અપવાદ સિવાય બધી જ ગાંઠો BENIGN-નિર્દોષ, નિરુપદ્રવી અને સૌમ્ય પ્રકૃતિની જ નહીં, તમને મદદ કરનારી કે ઉપયોગી પણ હોય છે.

ગાંઠ શેની છે, એની તપાસણી અને બાયોપ્સીની કાપકૂપી પશ્ચાત જેની ગાંઠ હોય તે દર્દી અડધો શંકા, ભય અને કેન્સર-ટી.બી.ના નામથી ભડકીને મરે છે ને બાકીનો અડધો સારવાર કરાવીને રિબાઈ રિબાઈને મરે છે. આ પુસ્તકના વાચકોમાંના એકસો ટકા આ વાતના એક યા બીજી રીતે સાક્ષી હશે જ.

એટલે આવો, હવે આપણે પેલી ઉપયોગી ફાયદાકારક શરીરની મિત્ર-હિતેચ્છુ ગાંઠને ઓળખી લઈએ.

'વળ ગાલી ?'

આ શબ્દ અમારી સાબરકાંઠાની તળપદી ભાષાનો છે. સુધરેલા કન્વેન્ટિયાઓને કદાચ એ શબ્દનું નામ પણ નવું હશે.

'પગમાં ઠેસ વાગી ? મચકાઈ ગયો ?

સાથળમાં વેળ ઘાલી, એક સોપારી જેવડી ગાંઠ બાઝી ગઈ.

આંગળા પર જખમ થયો ? પાકી ગયો ?

બગલમાં વેળ ઘાલી, એક સોપારી જેવડી ગાંઠ બાઝી ગઈ.

ગરમીમાં તડકે તપી, ટીવી સ્ટાઈલમાં ચીલ્ડ કોલાની જમ્બો સાઈઝ બાટલી ગટ ગટ, ગટ ગટ, ગટગટાવી ગયા.

બીજે દા'ડે અવાજ બેસી ગયો. કાનની નીચે ગળામાં વેળ ગાલી. બે આંગળી ને અંગૂઠામાં પકડાય એવી લખોટી જેવડી...

બગલ, જાંગ કે ગળાની ગાંઠ તો દેખી શકાય છે, feel કરી શકાય છે, પરંતુ શરીરમાં રક્તભ્રમણના જુદા જુદા માર્ગો પર, આ રીતે કુદરતે ગોઠવેલા એ બધા Check-Post છે, તમને સતત જીવવામાં મદદ કરનાર પેલા જબરજસ્ત મેકેનિઝમનો એક વિભાગ છે. જે શરીરમાં જાણ્યે અજાણ્યે થયેલી તૂટ-ફૂટ રિપેર કરવા લાગી જાય છે - તમારી જાણ બહાર કે મદદ વિના.

અને એમાંય તમે અને પેલા સારવારિયાઓ હમેશાં ડખલ, ચમચાગીરી અને વધુ તોડફોડ કરો છો. તમે અજાણતાં- બીજા જાણી જોઈને- ઈલાજોના ઓઠા હેઠળ.

૧૩. LYMPH GLANDS

LYMPH- Latin Word LYMPHA પરથી ઊતરેલ છે, જેનો અર્થ WATER = પાણી એવો થાય છે.

લિમ્ફ, ગ્રંથિઓનું નામ છે. એ ફક્ત એક જ પ્રકારના પ્રતિકારક કોષો બનાવે છે, જેને મૅડિકલ શાસ્ત્ર LYMPHOCYTES ના નામે ઓળખે છે. આ લિમ્ફ ગ્રંથિમાં સાફ, નિર્મળ, આરપાર જેઈ શકાય તેવું પ્રવાહી હોય છે. લિમ્ફ ગ્રંથિઓ જરૂરત પ્રમાણે લિમ્ફોસાઈટ્સ કોષોની ગુણાકાર પદ્ધતિએ વૃદ્ધિ કરે છે અને જ્યાં જ્યાં તૂટફૂટ થઈ હોય ત્યાં કે ALIENS બહારનાં તત્ત્વો સાથે લડી લેવાનું હોય ત્યારે, એ ઠરાવિક જગ્યાએ, એની ખાસ બનાવેલી

LYMPHATIC VESSELS- વાહિનીઓ દ્વારા પહોંચાડે છે.

જ્યારે જ્યારે આ વૃદ્ધિની ક્રિયા ચાલતી હોય છે, એટલા વખત પૂરતી, લિમ્ફ ગ્રંથિ એની અસલ સાઈઝ કરતાં મોટી થાય છે, મહેસૂસ થાય છે, ઊપસે છે તો દેખાય છે અને થોડો દુઃખાવો પણ થાય છે, જેને આપણે 'વળ ઘાલી' શબ્દથી ઓળખીએ છીએ.

તમારા CBC = COMPLETE BLOOD COUNT ના રિપોર્ટમાં W.B.C. = WHITE BLOOD CELLS ના D.C. = DIFFERENTIAL COUNTS માં, બીજા અન્ય WBC કોષોની સાથે લીમ્ફોસાઈટસની સંખ્યા પણ જણાવેલી હોય છે. અને, અને આ સંખ્યા જ્યારે જ્યારે જરૂરત પ્રમાણે વધે છે તે શરીરનું પેલું ઍલર્જી સાથે સંકળાયેલું તંત્ર જ વધારે છે અને એ ફક્ત તમારી જાણ બહાર, તમારી મદદ વિના જ કરવામાં આવતું હોય છે. પરંતુ ? પરંતુ ? પરંતુ ?

પરંતુ - આખી દુનિયાના, તમારા સ્વાસ્થ્યનો ઈજારો અને પરવાનો લઈને બેઠેલા સારવારિયાઓ :

૧. આ ગાંઠ મોટી થાય છે જ કેમ ? અમે બેઠા છીએ છતાં ?

૨. તપાસણી કરો, ટી.બી. હશે, કેન્સર હશે, નહીં હોય તો થઈ જશે- મારો, કાપો, બાળી નાખો, છૂંદી નાખો.... બ્લા બ્લા બ્લા. આ બધું તમે જોયું કે અનુભવ્યું હશે, કર્યું પણ હશે.

આ તો થઈ શરીર પર દેખાતી ગાંઠની દાસ્તાન.

જરા છાતી કઠણ કરી, યે ભી સુન હી લો, યારોં....

સોનોગ્રાફી - X-Ray - સ્કૅનિંગ, એમારાઈ, ડોપ્લર-ઠોફલર... જ્યાં જ્યાં, ભિતર ગાંઠ (?) દેખાય, એ પણ તમારા શરીરની દુશ્મન જ છે એમ ઠસાવવામાં આવે.

ઑવરિયનસિસ્ટ, ગર્ભાશયનાં ફાઈબ્રોઈડસ, સ્તનની ઊભરતા, ધાવણની સુકાયેલી ગાંઠ કે ગળાની થાયરોઈડ ગ્રંથિ, નામ આપો એટલાં ઓછાં પડે. અરે, ભેજાની, મગજની એમારાઈએ કેટલી લીલાઓ ભજવી છે ? એ તમારા જ કોઈ વિશ્વાસુ નિષ્ણાત મિત્રને છાનામાના પૂછી જોજો ને ?

અને હા... ! આવા આતંક ફેલાવવામાં, આપણા ટેકનીકલર સિનેમાઓનો ને હીરો હીરોઈનોનો ખુબ ખુબ મસમોટો રાક્ષસી ફાળો છે - યાદ છે તમને?

પેલો આનંદવાળો રાજેશ ખન્નાનો બાબુમોશાય ? પેલા 'દિલ એક મંદિર'ની મીનાકુમારીવાળી 'રૂક જા રાત- ઠહર જા રે ચંદા'........

૧૪. એક્શન-રિપ્લે

ALLOS + ERGON = ALLERGY

ERGON = પારકું-બહારનું - ERGON = કાર્ય, પરાક્રમ, ડખલ.

SUSCEPTIBILITY TO VARIOUS FOREIGN SUBSTANCES, OR PHYSICAL AGENTS, WHICH ARE HARMLESS TO THE GREAT MAJORITY OF INDIVIDUALS.

આવો, હવે આપણે બની બેઠેલા આપના હિતેચ્છુઓની અને ઍલર્જીના!

દુશ્મનોની 'બાલની ખાલ' ઉતારીએ.

આખું મેડિકલ શાસ્ત્ર એક વાત બરાબર જાણે છે અને નાછૂટકે કબૂલ કરે છે કે :

'માનવીમાત્રનું શરીર બીજા, અન્ય કરોડો, અરબો, ખર્વો માનવીઓ કરતાં, બધી જ રીતે ભિન્ન છે, આગવું છે, UNPARALLEL છે, UNCOMPARABLE છે, FINGER PRINT જેવું સ્વતંત્ર છે.

એનો સાદી ભાષામાં એક જ અર્થ થાય.

૧. છગન નામનો શખ્સ મુંબઈ શહેરની દોઢ કરોડની વસ્તીમાં આગવી પ્રકૃતિનો છે, અલગ છે.

૨. આ છગનને રીંગણાંનું નામ પડે છે, તોય આખા શરીરે શીળશ ફૂટી નીકળે છે - ઍલર્જી થાય છે.

તો શું કરવું ?

૧. છગનને શા માટે રીંગણાંની ઍલર્જી થાય છે ? એ ગમે તેમ કરીને શોધી કાઢવું. આકાશ પાતાળ એક કરવાં, દેવું કરવું, ઘરેણાં વેચવાં વિ. વિ. વિ.

૨. છગનની ઍલર્જીને ANTI ALLERGIC દવાઓ આપી રીંગણાં ખાતો કરી દેવો ?

અર્થાત્ - શું કરવું ? એ કોણ નક્કી કરે ?

જવાબ - ફક્ત આ એક જ જવાબ સાચો - બાકી બધા... બકવાસ. છગનનું શરીર જ નક્કી કરે. છગનના શરીરની પોતાની મિત્ર, રક્ષક, હિતેચ્છુ, સદા હોશિયાર, ખબરદાર 'ઍલર્જી' જ જ્યાં સુધી છગનને રીંગણાંના નામથી એના શરીરનાં રૂંવાડાં ટાઈટ થઈ જાય ત્યાં સુધી રીંગણાંને હાથ પણ ના લગાડે, અરે જુએ પણ નહીં. 'મારી મરજી'. ક્યું કી યે હૈ મેરી ઍલર્જી.' તું તારી ઍલર્જી સંભાળ, મારી ઍલર્જી મને સંભાળે છે, ને મને એ જ મંજૂર છે.

ઔર એક બાત-ખાસ બાત-

ઍલર્જી નામની અંગત આગવી બાબત જે કદાપિ-કદાપિ GENERALISE ના કરાય. પબ્લિક મુતરડીની માફક કે સુલભ શૌચાલયની જેમ. ANTI ALLERGY ની દવાઓ ના બનાવાય. લાખો, કરોડો, અબજો ઈન્સાનોની નિજી જિંદગીઓ ઍલર્જીને દબાવવાથી થયેલી અન્ય હજારો બિમારીઓના બલિ-શિકાર ના બનાવાય.

છતાં આમ કરવામાં એ મહાશયો કામિયાબ રહ્યા છે અને એનો જીવંત, સળગતો, ભડકે બળતો પુરાવો છે.

HIV + Ve યાને કી AIDS

ANTIBIOTICS INDUCED DEFICIENCY SYNDROME

ANTI-ALLERGICS INDUCED DEFICIENCY SYNDROME

બિનધાસ્ત બોલો.

ALLERGY-MY FAIR LADY - I LOVE YOU !

૧૫. ઍલર્જીની અસલી ઓળખ

પંચેન્દ્રિઓ આંખ, કાન, નાક, જીભ અને ત્વચા...

નજર, શ્રવણ, સુગંધ, સ્વાદ અને સ્પર્શ - આ બધાનો સહી અર્થમાં રોજેરોજના વ્યવહારમાં આપણે સરળતાથી ઈસ્તેમાલ કરીએ છીએ અને કંઈક અંશે આ બધી જ ઈન્દ્રિયો સાથે સંકળાયેલાં કાર્યો કરતાં, કુદરતે આપણને ભરપૂર પ્રમાણમાં આપેલી છઠ્ઠી ઈન્દ્રિય - SIXTH SENSE = INSTINCT, નો પણ આપણે ઉપયોગ-ઈસ્તેમાલ કરીએ જ છીએ.

પરંતુ...

હવે જરા ભેજામાંથી બધું ખાલી કરી, ફક્ત આટલા જ શબ્દો વાંચો અને છઠ્ઠી ઈન્દ્રિયથી મનન કરો - એને કરવા દો.

તમે ભર ઊંઘમાં ઘસઘસાટ સૂતા છો. તમારા શરીરની બધી જ ઈન્દ્રિયો TOTAL સ્વિચ ઑફ છે. અને તમને કંઈક થાય છે. વિચારો + સ્વપ્નાંઓ + ભ્રમણાઓ + ભણકારા + ચેતવણીના સૂરો, કંઈ કંઈ કંઈ કંઈ- સમજાતું નથી પણ થાય છે નિશ્ચિત :

અને... અને...

સવારે સુષુપ્તાવસ્થામાં અનુભવેલા પ્રસંગોને અનુરૂપ, કોઈ સમાચાર સાંભળવા મળે છે. ટેલિપથી, કે જે નામ આપો તે. અસ્તિત્વ છે. ફક્ત એને સતત સિતારના તાર જેમ ટ્યુનિંગ કરેલું રાખો. ન ઢીલું પડવા દો, ના ખૂબ તંગ રાખો. હવાની એક લહરી પણ એમાંથી સૂરોના વલય લહેરાવે તેમ. ભૂલમાં પણ એને તૂટવા તો ના જ દ્યો...

૧૬. કોઈ પૂછનેવાલા હૈ ?...

માનવશરીરમાં અન્ય જીવોની મિસાલે જીવવા માટે આવશ્યક હવા-પાણી-ખોરાક અને એમાંય ઠાંસીને ભરેલી અશુદ્ધિ વિશે તો આપણે બધા, ઘણું બધું જાણીએ છીએ.

આ ઉપરાંત એક્સરેનાં રેડીયેશનો, વિશારી દવાઓ, ઈ. પણ ઘેર ઘેર ચર્ચાનો વિષય છે, ને બાળકો પણ જાણે છે.

પરંતુ જેને 'રક્તદાન એટલે જીવતદાન' એમ કહી મફતમાં દાનમાં હજારો-લાખો-કરોડોના હિસાબે ઉદારદિલ દાતાઓનાં શરીરમાંથી બાટલા ભરી ભરીને, ટેન્કરો ભરાય એટલું લોહી ચૂસીને એકઠું કરાય છે અને એ મફતમાં ચૂસેલા લોહીનો એક એક બાટલો, બે પાંચ હજારથી વીસ પચીસ હજારે કાળાં બજારમાં ધમ-ધોકાર વેચાય છે. એ વિશે કાળજું કંપાવે એવું સત્ય જાણવાની તમારી તૈયારી હોય, તો જ આગળ વાંચજો. નહીં તો પડતું મૂકજો, પ્લીઝ !

હવે પછીના લખાણના અનુવાદમાં ભૂલથી પણ કંઈ ખોટું ના લખાય,

એટલે ફક્ત અક્ષરેઅક્ષર ખૂબ જ ઉચ્ચ કક્ષાના રેફરન્સ આપીને અસલી લખાણ અંગ્રેજીમાં જ લખું છું.

Quote : It may well be, as one study Concluded that, BLOOD, LIKE FINGERPRINTS IS UNIQUELY, UNTRANSFERABLY INDIVIDUAL.

The unavoidable biological (and now legally recognized) fact is that each person's blood coutains Multiplicity of antibodies, antigens and infeetious agents, **many of Which have yet to be identified by Scientists and cannot presently be detected**

PURE BLOOD IS FINALLY UNDERSTOOD BY COURTS TO BE IMAGINARY

Ref. : BRITISH MEDICAL JOURNAL 1986 : 293,530-2

2. Quote : Besides giving blood for the wrong reason, doctors often give out the wrong blood.

Ref. W.D.D.T.Y. Page 276.

3. Quote : Like much of Modern Medicine, What Porobably is a useful court of last resort, has been introduced and adopted as a FIRST LINE STANDARD PRACTICE on the prior assumption of benifit without oue shred of scientific proof.

Ref. : W.D.D.T.Y. Page 277.

૧૭. મન V/s મગજ

MOTOR CO-ORDINATION

પંચેન્દ્રિયો દ્વારા મોકલાતા સંદેશાઓ પ્રમાણે એના પ્રતિભાવ સ્વરૂપે આપણે જે કંઈ કાર્યો કરીએ છીએ એ સમગ્ર વિષયનો સંબંધ સીધો આપણા મગજ-BRAIN સાથે છે.

સંદેશાઓ ઝિલાય-Receive થાય, એનું Editing છટણી થાય, મગજની બુદ્ધિ INTELLIGENCE કહે તે પ્રમાણેનાં રિએક્શનો મુજબ સંદેશાઓ RELAY થાય અને વિવિધ અવયવો દ્વારા/ઇન્દ્રિયો દ્વારા અમલમાં મુકાય.

મગજ પ્રેક્ટિકલ છે, વ્યવહારુ છે અને શરીરને બધા જ સંજોગોમાંથી હેમખેમ પસાર થવા માટેની જવાબદારી નિભાવનારું છે. એટલે એના નિર્ણયો પોલિટિશિયન જેવા ગણતરીપૂર્વકના હોય છે. CALCULATED હોય છે.

પરંતુ શરીર એકલી બુદ્ધિ પર જીવતું નથી. એનામાં મન - MIND નામની પણ કોઈ ચીજ છે. એનું અસ્તિત્વ છે, પણ શાંત છે, અદૃશ્ય છે, અસ્પૃશ્ય છે, એના કોઈ I. Q. TEST કરી શકાતા નથી.

અને બુદ્ધિ જો મગજનો વિષય છે, તો મન MIND એ ફક્ત હૃદયનો જ નહીં, શરીરના સમગ્ર અસ્તિત્વનો વિષય છે. એ વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ છે, ઓળખ છે IDENTITY છે, પહેચાન છે - સર્વસ્વ છે.

મેડિકલ વિજ્ઞાન જે કંઈ ફુટકળિયું જ્ઞાન આ મન વિષે ધરાવે છે એમાં

મગજના આગળના ભાગે, બરાબર આપણે કપાળ પર ચાંદલો-બિંદી-ટીકી લગાવીએ છીએ ત્યાં છે. નાકની દાંડી ઉપર, બે ભ્રમરની વચ્ચે, કપાળના મધ્યમાં, મગજ આગળ બટનની માફક ઊપસેલી એક ગ્રંથિ છે, જેને વિજ્ઞાન PINEAL GLAND ના નામે ઓળખે છે.

માનવીના અસ્તિત્વનું અમૂલ્ય અંગ લાગણીઓ અને બુદ્ધિનું અક્કલ, હોશિયારી, ચાલાકી, ઉસ્તાદી ઈ. ઈ. ના સંગમનું સ્થાન, આ પિનિયલ ગ્લેન્ડ હોવાનું માનવામાં આવે છે. (વધુ વિગતો મારા 'મન દરપન' પુસ્તકમાંથી મળશે.)

પંચેન્દ્રિયો દ્વારા મોકલાયેલા સંદેશાઓ પહેલાં મન પર પડે છે, પછી મગજને પહોંચે છે અને મગજ એનાં જે વ્યવહારુ આચરણ કરે છે તે હંમેશાં મનને મંજૂર હોતા નથી. કારણ મન એ માનવીની લાગણીઓનું કેન્દ્ર છે.

આમ લાગણીઓ Emotions V/s ACTIONS આચરણ માનવી જીવનની ક્ષણે ક્ષણે કરતો જ હોય છે.

અને જ્યાં જ્યાં, જ્યારે જ્યારે મનની મરજી મુજબ મગજ કાર્યો કરતું નથી, ત્યાં ત્યાં, ત્યારે ત્યારે, મન દ્વારા જે SILENT PROTESTS થાય છે એનું નામ જ ALLERGY સંતાપ, અસંતોષ, મન ખાટું થવું, ચૈન ખોયા, નિંદ ઊડી, ભૂખ મરી ગઈ, ઈ. ઈ. ઈ.

૧૮. મેલ્યા ભડવા !

માગશર મહિનાની એક ફૂલગુલાબી ઠંડીથી તરબતર પ્રભાતની આ વાત છે.

રાત્રિનો અંધકાર પ્રભાતના ઉજાસમાં ઓગળી રહ્યો છે. સૂર્યનાં કિરણોએ હજુ આકાશને લાલીથી રંગ્યું નથી. એવા મુંબઈ જેવા શહેરમાં ભાગ્યે જ અનુભવવા મળતો નીરવતાનો અહેસાસ છે.

પરેલ ટી.ટી.ના બસ સ્ટૉપ પરથી હું 7. LTD ની વિક્રોલી જતી બસમાં બેસું છું. બસમાં હજુ ફક્ત બારી પાસેની સીટો પર જ પેસેન્જરો બેઠેલા છે. નવા આવનારા ડબલ સીટની ગેંગવે વાળી સીટ પર બેસે છે. ડાબી બાજુથી ત્રીજી આવી ડબલ સીટ પર હું બેસું છું. મારી જમણી તરફની આવી જ ડબલ સીટ પર એક ઢીંચણિયું બેઠું છે.

ચાલીસેકની આસપાસની ઉંમર. પગનાં ચપ્પલ નીચે કાઢેલાં, ઢીંચણથી બે પગ વાળી આગળની સીટની પાછળ ટેકવેલા. કમ્મર ખેસવી અડધો સરકીને બેઠેલો, બે પહોળા કરેલા હાથમાં મુંબઈ સમાચારનું આખું છાપું વચ્ચેથી ઉઘાડી પહોળું કરી વાંચે છે. એની જમણી બાજુ બેઠેલા પેસેન્જરને છાપાના પાનાએ અડધો ઢાંકી દીધો છે ને ગેંગ વેમાંથી પસાર થનારને ડાબા હાથનું પાનું ઘસાય છે.

પરેલ સ્ટૉપ વટાવી હિંદમાતાનું સ્ટૉપ આવ્યું. એક પેસેન્જર લઈ બસ ઊપડી ન ઊપડીને........ને......

આખી બસના વાતાવરણમાં મનને તરબતર ભરી દેતી, મસ્ત અત્તરની

ખુશબો ફેલાઈ જાય છે..

પ્રવેશદ્વારથી ડ્રાઈવરની સીટ સુધી બેઠેલા એકએક પેસેન્જરનાં માથાં ૪૫° થી ૯૦° ગરદનમાંથી ટ્વીસ્ટ થાય છે.

મારી જમણી બાજુથી એક નવ-વારી પૈઠણી સાડી પસાર થાય છે. એના પલ્લુનો છેડો પેલા ઢીંચણિયાના છાપા સાથે ઘસડાય છે અને એ છાપાની આગળની જ ખાલી સીટ પર ગોઠવાય છે. આખી બસનું વાતાવરણ એક ઈલેક્ટ્રિક કરંટ પસાર થયું હોય તેમ CHARGE થઈ જાય છે.

સહેજે બાર-પંદર હજારની કિંમતની સાડી, એટલું જ સુંદર મેચિંગ શરીરને લપેટાઈને ચીપકેલું બ્લાઉઝ-મરમરી ગરદનના ગોળાકાર પર પાંચ સેરના સુવર્ણ મંગળસૂત્રની કડી અને એ કડી વચ્ચેથી રેશમી ઝુમખાવાળી મલમલી ખુલ્લા બદન પર ઝૂલતી સેર. જેટલાં સાડી ને બ્લાઉઝ સુંદર એટલી જ એને ધારણ કરનાર કોંકણની જ માટી ઘડી શકે તેવી સારસ્વત ઠસ્સેદાર ચાળીસેકની વયની મહિલા સુંદરી. બે કાનમાં ઝુલતાં લટકણિયાં, કલાત્મક આકર્ષક અંબોડો, ને.....

ને એ અંબોડામાં બે તાજી પ્રભાતનાં ઝાકળનાં બિંદુથી ચળકતી પત્તીઓ સાથે પૂર્ણકળાએ ખીલેલું એક ગુલાબ.

દાદર ટી.ટી.ના બસ સ્ટોપ પર બસ ઊભી રહી, ત્યારે તો ડ્રાઈવર પણ એની સીટ પર આખો ફરીને આ અદ્ભુત શિલ્પને નયનોથી ઘૂંટડે ઘૂંટડે પીવા લાગ્યો. કંડક્ટરે બે વાર ડબલ ઘંટી મારી, ત્યારે ગાડી ગીઅરમાં લીધી.

દાદર સ્ટૉપ પરથી બસ ઊપડી એ જ વેળાએ પેલા ઢીંચણિયાએ પહોળા કરેલા છાપાનું પાનું ફેરવ્યું ને....

ને ધક્કાથી જરા પાછળ ઝૂકેલી ગરદન ઉપરના ગુલાબને અડેલી છાપાની કિનારે, ગુલાબની એક ભીની પાંખડીને ખેરવી, પેલા ગુલબદન પર પડી.

જરાપણ વિચલિત થયા વિના પૈઠણી સાડીનો ડાબો હાથ ઊંચકાયો, પાછળના છાપાને પાછળ ધકેલ્યું ને એટલામાં કપોળ નિવાસનું સ્ટૉપ આવ્યું.

ટીન ટીન, ડબલ ઘંટી, વળી પાછો બસનો ઝટકો ને છાપાનું અડવું-ગુલાબની પાંખડીનું ખરવું ને, ગુલબદન પર પડવું... ને...

એક્શન રિપ્લેની જેમ જ, પૈઠણી સાડીનો ડાબો હાથ ઊંચકાવો - પણ આ વેળા છાપાને હળવાને બદલે ફટકા જેવો ઝાટકો મારવાનો અવાજ, ને કિંગસર્કલ સ્ટોપ પર બસ થોભી.

ટીન ટીન... પેલું ઢીંચણિયું કંઈ સમજે કે શું થઈ રહ્યું છે એ પહેલાં તો, બસના ઝટકાથી વધુ ઝડપે પૈઠણી સાડી એની સીટ પરથી ઊઠે છે, હાથમાંની પર્સ એની સીટ પર મૂકે છે, એક ડગલું પાછળની સીટ આગળ ભરે છે. પેલા ઢીંચણિયાના હજુય અડધા નમેલા શરીર પર ઝુકે છે, એના હાથમાંના 'મુંબઈ સમાચાર'નાં પહોળાં કરેલાં પાનાં ખેંચીને ઝુંટવી લે છે, બે હાથે બિલાડી કબૂતર પીંખી નાખે તેમ પીંખે છે, એક મોટો ડૂચો-ગોળો બે હાથની હથેળીઓ વચ્ચે દબાવીને વાળે છે, ઔર થોડી પેલા ઢીંચણિયાના હવે સાવ સીટ પર

ડઘાઈને નમી પડેલા શરીર પર વાંકી વળીને એની બાજુની સીટ પર બેઠેલા પેસેન્જરની પાસેની બારીમાંથી ધક્કો મારી ડૂચો બહાર ફેંકતાં ફેંકતાં સોળે શણગાર સજીને ચાચર ચૌકમાં ગરબે ઘૂમવા નીસરેલી જગતજનની જગદંબા, અચાનક રાક્ષસ મહિસાસુર મર્દિનીનું સ્વરૂપ ધારણ કરી, પેલા ઢીંચણિયાને કહે છે :

'મેલ્યા ભડવા ! પેપર ધરાયલા યેત નાહી
તર વાંચતોસ કશાલા ?'

મન V/s બુદ્ધિ.

Emotions V/s Actions નો આ પહેલો પ્રકાર, જેમાં મન દ્વારા વ્યક્ત કરાતી લાગણીઓની, બુદ્ધિએ કદર કરી અને એને એની ઈચ્છા પૂર્ણ કરવામાં સાથ સહકાર આપી, એ પ્રમાણે ACTION કર્યું **એટલે હકીકતમાં ALLERGIC REACTION થયું પણ શમી ગયું. આ ચેપ્ટર અહીં પૂરું થયું. પૈઠણી સાડીએ ખાધું પીધું, મૌજ કરી.**

હવે આવો Emotions V/s Actions નો બીજો પ્રકાર જોઈએ.

ચાળીસેકની આવી જ એક ખૂબસૂરત, પ્રેમાળ, વફાદાર અને સમજદાર ગૃહિણીને આપણે માનસીને નામે ઓળખીએ.

સંસ્કારી ગૃહની ગૃહિણી, બે સુંદર વહાલાં લાગે તેવાં ભૂલકાંઓની માતા. ખાધેપીધે અને પૈસેટકે સુખી, સમૃદ્ધ અને તંદુરસ્ત.

'ટ્રીન ટ્રીન, ટ્રીન ટ્રીન, ટ્રીન ટ્રીન'

એના ઘરના ફોનની ઘંટડી વાગે છે ને....

પ્રથમ 'ટ્રીન ટ્રીન' થી જ એના શરીરના અણુએ અણુમાં ઍલર્જીક રિએક્શનની શરૂઆત થાય છે.

એના હૃદયના ધબકારા અચાનક હથોડાની માફક ટિચાય છે. લમણાની નસો ખેંચાઈને તંગ થાય છે. ને બ્લડપ્રેશર ચાબકા મારે છે. પેટમાં ધ્રાસકો પડે છે, એક વિચિત્ર પ્રકારનું વેક્યુમ Create થાય છે, શરીરનાં રૂંવેરૂંવે આગની જ્વાળાઓ લપેટાતી હોય તેવી બળતરા થાય છે.... ઈ.ઈ.ઈ.

એને ખબર છે, એના પતિદેવ મનોજનો ફોન છે, મારે અરજન્ટ મીટિંગ છે, ઘેર આવતાં મોડું થશે, તું જમી લેજે, હું બહાર જમીને જ આવીશ....વિ. વિ. વિ. આવું જ કંઈક કહેવાનો છે.

એને એ પણ બરાબર ખબર છે, એ અત્યારે ક્યાં છે ? કોની સાથે છે? જમવાનો ક્યાં છે ? ને અત્યારે એ શું કરી રહ્યો છે ?

આ ખાનદાની, સંસ્કારી, પ્રેમાળ પત્ની ફક્ત એનાં બે બાળકોનું ભવિષ્ય ના રગદોળાય એટલા ખાતર મૂંગે મોઢે અવાજ કે પ્રતિકાર વિના કોઈ અણગમો નહીં, ઝઘડો નહીં, કશું જ નહીં. ફક્ત એ જે કંઈ કરે છે એ બધું જ રજેરજ એની લાગણીઓ જે કરવા માગે છે, ચીસો પાડીને કરવા માંગે છે, એના શરીરની સમગ્ર તાકાત અજમાવીને કરવા માગે છે, બધાં જ પરિણામો ભોગવવાની પૂર્વ તૈયારી સાથે કરવા માગે છે, એમાંનું કશું જ કરતી નથી. Emotions ને કોઈ Action નું OUTLET મળતું જ નથી. બંધ

આવાસમાં ધુમાડાના ગોટેગોટા ઘૂંટાય એમ ઘૂંટાય છે, શ્વાસ રૂંધાય છે, હોશમાં બેહોશ થવાય છે.

પાંચેક વર્ષો પૂર્વે આ ખેંચતાણીની શરૂઆતમાં એના જીસ્મ પર જે કંઈ નિશાનીઓ, ઍલર્જી રિએક્શનની દેખાઈ, એ બધાં માટે, મોટામાં મોટા, મોંઘામાં મોંઘા, નિષ્ણાતોની સલાહો લેવાઈ, મોંઘામાં મોંઘા રીપોર્ટો કઢાવાયા, મોંઘામાં મોંઘી ટ્રીટમેન્ટ કરવામાં આવી. કોઈ કસર ના છોડી.

એન્ટી ઍલર્જીક દવાઓથી માંડી, એન્ટી બી.પી., એન્ટી હાર્ટ, એન્ટી એવરીથિંગ. જેટલાએ જેટલું કહ્યું એ કર્યું. પછી આવ્યો ટ્રાન્કવીલાઈઝર્સ અને સીડેટીવ્ઝનો પિરિયડ, પછી મેન્ડ્રેક્સ જેવી નશીલી ચીજો-વેલીયમ ને ટેલિયમ, હવે ઈલેક્ટ્રિકના શોક સુધી વાત પહોંચી છે. કોઈ થાકતું નથી, માનસી હારી ગઈ છે. **એનું મન દબાઈ, કચડાઈ, ટિચાઈ, પિટાઈ ને છૂંદાઈ ગયું છે.**

Emotions V/s Actions - મન વિરુદ્ધ મગજના આ ઘમાસાણ યુદ્ધમાં- અગર જો ઈમાનદારીથી કબુલ જ કરવું હોય તો, મન જ જીતે છે - બુદ્ધિ હારે છે - કારણ...

બુદ્ધિએ જે સતત ના કરવા દીધું એ હવે મન સ્વયં કરે છે. મન મજબૂત કરીને. ઢીલા પડેલા મનને કઠણ કરીને એ કાં તો કોઈનું ખૂન કરે છે કે કાં તો સ્વયં આત્મઘાત કરે છે. અર્થાત્ બુદ્ધિની દાદાગીરી કે બળાત્કાર એને મંજૂર નથી. પેલી -

'કુદ પડી થી યહાં હઝારો
પદમિનિયાં અંગારોમે !'

સાર : જે જીવન મનને ધૂત્કારે છે, અવગણના કરે છે, એને મૃત્યુ ઈજ્જતથી આવકારે છે, અપનાવે છે- બેડી તોડી મુક્તિ અપાવે છે.

૧૯. અને ફરી મળીએ તે પહેલાં

ધૃતરાષ્ટ્ર તો જન્મથી જ આંધળો હતો. એટલે જ એને પોતાના હક્કનું ઘણું બધું, અનિચ્છાએ લાચારીથી ગુમાવવું પડ્યું હતું.

સામાન્ય માનવી પોતાના શરીરની રચના વિશે અંધ છે. એ કશું જ જાણતો નથી. જે કંઈ ઈરાદાપૂર્વક એને સ્વાર્થી, મતલબી અને તકસાધુઓ મારફત જણાવવામાં આવે છે, એમાં એના શરીરની કમજોરી અને વિકૃતિ જ મેગ્નિફાય કરીને જણાવવામાં આવે છે.

'પછી આવે છે, રોગોની ભયાનકતા. નહીં હોય તો થઈ જશે ને હશે તો વધી જશે.' ફરી લાચારી.

રોગો નથી, છે તો કેટલા પ્રમાણમાં છે ? રિપોર્ટો કઢાવો. અમે કહીશું છે કે નહીં- ફરી પાછી-અંધાપો-BLANK. કોઈ ભરોસાપાત્રતા નહીં, જે કહે તે સાચું માની જ લેવાનું-કોઈ જ રીતે ક્રોસ ચેકિંગ કે ખાતરી તો કરી શકાય જ નહીં. BLIND.

પછી ? અરે યાર, તમારી એક એક બિમારી માટે એક એક લાખ દવાઓ છે, સેંકડો જાતની પદ્ધતિઓ છે. અમે છીએ ને ? તમે શેની ફિકર કરો છો ? તમારી ગાદી સલામત છે. ફક્ત અમે કહીએ તેમ કરો. BLIND TREATMENT.

આ સાવ આંધળા, અધૂરિયાના જીવનમાં પછી ગાંધારીની એન્ટ્રી થાય છે.

સાજી નરવી છે, હોશિયાર, અક્કલમંદ ને ચાલાક છે, ભણેલી ગણેલી ને બુદ્ધિમાન છે અને છતી આંખે દેખે છે.

પતિનું અડધું અંગ પત્ની છે, એમ કહે છે એટલે આ આંધળાને દેખતી બૈરી મળી, તો એની ઊણપ દૂર થવી જોઈએ.

ગાંધારીએ અગર આંખે પટ્ટી બાંધી સ્વેચ્છાએ અંધાપો ના વહોર્યો હોત તો ધૃતરાષ્ટ્રને એના હક્કની હસ્તિનાપુરની ગાદી પર બેસાડી દીધો હોત. પાંડવો અને કૌરવોમાં ભાઈચારાનો ભાવ પેદા કરી શકી હોત. એ બન્ને તાકાતો ભેગી કરી, આખા ભારત દેશ પર સામ્રાજ્ય ફેલાવી શકી હોત.

એણે ધાર્યું હોત તો શકુનિ અને દુઃશાસનો જેવા તકસાધુ ચમચાઓને બે પિત્રાઈઓમાં દુશ્મનાવટ ઊભી કરતા અટકાવ્યા હોત, અને તડીપાર કરી દીધા હોત.

કાશ ! તો મહાભારતનો વિનિપાત ના થયો હોત.

મને ધૃતરાષ્ટ્રોને ન સમજાવી શકવાનો અફસોસ નથી.

જે ગાંધારીઓ સમજી શકે છે, છતાં સમજવા માંગતી નથી, એવી ગાંધારીઓને પણ મારે કશું જ કહેવું નથી. એમની પટ્ટી એમને મુબારક હો...

પણ... જે ગાંધારીઓ સ્વેચ્છાએ એમની પટ્ટી ઉખેડીને ફેંકી દેવા માંગે છે, પોતાની જ નરી આંખે જોઈને 'સત્ય શું ? અને ભ્રમણા કેટલી ? એ જાણવા માંગે છે એમને મારે ઘણું બધું કહેવું છે - ભરપૂર પ્રમાણમાં કહેવું છે.

કારણ ? કારણ મૅડિકલ સાયન્સ, જેને માટે નિર્માણ થયું છે, એ દર્દી સામાન્ય માનવીના ભલા માટે ઘણું બધું પોઝિટિવ જાણે છે. પણ ઈરાદાપૂર્વક આમ જનતાને જણાવતું નથી. જણાવે છે તો ભ્રષ્ટાચારીઓએ ઊભા કરેલા ભય-શંકા-ભ્રમણાની કસીને બાંધેલી પટ્ટીઓ એમને જોવા દેતી નથી.

ભ્રષ્ટાચારથી ખદબદતા પ્રત્યેક સૌમ્ય, ધર્મ, શિક્ષણ કે સારવાર જેવા ક્ષેત્રોમાં સદ્ભાગ્યે હજુ પણ પોતાના વ્યવસાયને વફાદાર અને દર્દીઓ પ્રત્યે ઈમાનદાર વ્યવસાયના નીતિનિયમોનું (ETHICS) સ્વેચ્છાએ પાલન કરનાર સજ્જનોનું અસ્તિત્વ છે. ટકાવારી સૂક્ષ્મ છે, પણ છે ખરી.

આવા દુનિયાભરના વિદ્વાન, નિષ્ણાતોનાં મતવ્યો, સામાન્ય માનવી સરળતાથી સમજી શકે, એ ભાષામાં હું આપની સમક્ષ એક ધર્મ-ફરજ સમજીને રજૂ કરું છું અને મનોમન પ્રાર્થના કરું છું કે વાચકને આ વાંચ્યા પછી :

પોતાની અને પોતાનાં સ્વજનોની સારવાર કરવામાં સક્રિય ફાળો નોંધાવવાનું આત્મબળ પ્રાપ્ત થાય.

અસ્તુ- શુભમ્ ભવતું !

૨૦. એન્ટી ઍલર્જીની દવાઓ

સીરપ, ગોળીઓ, કેપ્સુલ્સ, ઇન્જેક્શન્સ ઈ. ઈ.
આ તે ઔષધિઓ કે ઉપાધિઓ ?

મૅડિકલ શાસ્ત્ર કાયદા પ્રમાણે આવી દવાઓની સાથે ફરજિયાત બિડવા પડતા લિટરેચરોના કાગળિયામાં જે કંઈ ફરજિયાત લખવું જ પડે છે તે લખીને છુટી જાય છે. એમાંનું ફક્ત ઘર ઘરમાં વપરાતી, જાણીતી અને માનીતી સ્વઉપચાર તરીકે લેવાતી અને છૂટથી ડૉક્ટરો દ્વારા આપવામાં-વાપરવામાં આવતી ફક્ત બે જ દવાઓનાં લિટરેચરોમાંથી આ દવાનાં પરાક્રમો વાચકને જણાવું છું. હેતુ સ્પષ્ટ છે :

ગાંધારીની પટ્ટી કાઢીને જોવાનો.

SIDE EFFECTS : & ADVERSE REACTIONS.
HEART PROBLEMS
CONVULSIONS
ACUTE JAUNDICE-HAPATITIS
GASTRO INTESTINAL DISORDERS
HEADACHE
DROWSINESS
DIZZINESS
WEIGHT GAIN
ARRYTHMIAS
NAUSEA-DRY MOUTH-DIARRHOEA
SEDATION
PORPHYRIA
IRRITABILITY
RENAL DYSFUNCTION
BLOOD DYSCARIASIS
CENTRAL NERVOUS SYSTEM DISORDERS
DEPRESSION
CONFUSION
BLURRED XISION
GLAUCOMA

આ બધી જ તકલીફો પણ ઘરગથ્થુ જાણીતી છે. એટલે ગુજરાતીમાં જણાવવી જરૂરી નથી. અગત્યનું જાણવાનું એ છે કે આ અને આવી કોઈપણ જાતની તકલીફ આ દવાઓ ખાધા પછી થાય અને તમે એ દવા ખવડાવનારને જઈને જણાવો તો... તો... તો...

કોઈપણ એ કબૂલ ના કરે કે આ દવાઓનું રિએક્શન છે. ના તો એ દવાઓ બંધ કરે. ઊલટ આ બધી તકલીફોને અલગ અલગ બિમારીઓ બતાવી એના વળી અલગ રિપોર્ટો કઢાવાય, સારવારો થાય... વિ. વિ. વિ. (જૂજ અપવાદ હશે એમ માની લઈએ)