कष्टकरी जनता, भूषण भारता । वंदन करितो पददलिता ॥

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेचे नियतकालिक

संपादक
रामचंद्र मुटाटकर

हाकारा (त्रैमासिक)

कार्यकारी संपादक
ग. शां. पंडित

वर्ष : ३२ वे | **एप्रिल-सप्टेंबर २०११** | **अंक : दुसरा व तिसरा**

अनुक्रमणिका

संपादकीय २

१) पर्यावरण साक्षरता आणि जैवविविधता : प्रा. एम. डी. देसाई ५

२) वैदू परंपरा आणि पर्यावरण : पी. एफ. डॉन्टस ७

३) वैदू परंपरा : स्वरूप आणि संस्कृती : डॉ. जी. ए. बुवा ९

४) आधुनिक युगातील हर्बल क्रांती : डॉ. विनायक नाईक ११

५) वैदू परंपरा आणि आधुनिक वैद्यकीय ज्ञानाच्या मिलाफाची गरज : सुभाष पुराणिक १३

६) पारंपरिक वैद्य आणि मानवी रोग प्रतिकार शक्ती : दिलीप दत्ताराम नेवगी १५

७) सिंधुदुर्गात वनौषधी लागवड-संधी आणि समस्या : डॉ. चंद्रकांत सोनारे १८

८) औषधी निर्माण प्रक्रिया पध्दती : डॉ. शैलेश दळवी २१

९) महाराष्ट्रातील प्रमुख आदिवासी समाजातील आरोग्य परंपरा : डॉ. शैलेश दळवी २६

१०) पारंपारिक वैदू साठी आयुर्वेदिक औषधी प्रक्रिया व शिक्षण : नागेश क. बांगारे ५६

परिशिष्ट-१ : कोचरे (सिंधुदुर्ग)-कार्यशाळेतील सहभागी वैदू ५८

परिशिष्ट-२ : आदिवासी भागातील वैदू ६८

◆ **पत्रव्यवहाराचा पत्ता**
महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद
२०१, आकांक्षा रेसिडेन्सी,
शिवाजी पुतळ्याजवळ, औंधगाव,
पुणे - ४११ ००७.
टेलिफॅक्स (०२०)२५८९७२९८

अंक मूल्य ८०/- रूपये

◆ **अक्षर जुळणी**
नंदू हि. दिघे

◆ **मुद्रण स्थळ**
ओम एंटरप्राईजेस, पुणे

◆ **संपादन सहाय्य**
डॉ. शैलेश दळवी

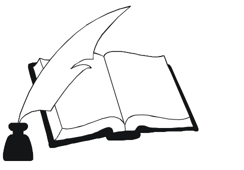
◆ **मुद्रक व प्रकाशक**
रा. के. मुटाटकर
अध्यक्ष, महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद

◆ **मुखपृष्ठ व आतील छायाचित्र**
आदिवासी उत्थान कार्यक्रम व
संस्थेच्या संग्रहातील छायाचित्रे

या अंकात व्यक्त झालेल्या लेखकांच्या विचारांशी संपादक मंडळ सहमत असेलच असे नाही.

या अंकास महाराष्ट्र राज्य साहित्य व संस्कृती मंडळाने अनुदान दिले असले तरी अंकात व्यक्त झालेल्या लेखकांच्या विचारांशी मंडळ व राज्य शासन सहमत असेलच असे नाही.

या अंकाच्या प्रकाशनासाठी **भारतीय सामाजिक विज्ञान अनुसंधान परिषद, पश्चिम विभागीय केंद्र** यांचेकडून अनुदान मिळाले आहे.



संपादकीय

मानव, निसर्गनिर्मित जैवसृष्टीतील एक प्राणी आहे. तो पंचमहाभूतांचा बनलेला आहे व पंचमहाभूतात विलीन होतो. वनस्पतीजन्य अन्न-संकलन करणाऱ्या प्राचीन मानवाची परंपरा आजही चालू आहे. संस्कृतीच्या विकासाबरोबर अन्न-उत्पादनाचे ज्ञान माणसाने मिळवले.

पिकांची, फळझाडांची लागवड हे शेतीप्रधान समाजांचे वैशिष्ट्य मानले जाते. अन्नाने शरीराचे पोषण होते. अन्न हे औषधही आहे. त्याशिवाय शरीरास काही व्याधी झाल्यास वनस्पतीजन्य औषधही आहे. अजूनही औषधी वनस्पतींचे संकलन वैदू करतात. त्या वनस्पतींवर फारशी प्रक्रिया न करता औषध म्हणून वापर करतात. मानवजातीच्या शारीरिक विकास व उत्क्रांतीत प्रक्रिया केलेल्या अन्नाचा सिंहाचा वाटा आहे. अग्निनिर्मितीचा शोध व अन्न-प्रक्रिया करण्यासाठी त्याचा वापर यामुळे माणसाच्या तोंडाची हाडे, कवटीचा विकास व वृध्दी व अन्न-पचनाची आतड्यांची क्षमता यात मूलभूत फरक झाला. तरी अजूनही बऱ्याच भाज्या व प्रामुख्याने फळे आपण न शिजवता खातो. प्राणीज अन्न साधारणत: न शिजवता भक्षण केले जात नाही.

औषधी वनस्पतींची ओळख, त्यांचे गुणधर्म व त्याचा वापर हे सांस्कृतिक परंपरेनुसार वैदू करत असतात. ज्या समूहांचा संबंध किंवा निवास जंगलात असतो, जसे धनगर किंवा आदिवासी, यांना औषधी वनस्पतींची जास्त ओळख असते. जेव्हापासून वनांचे प्रशासन वनविभागांची निर्मिती करुन शासनाकडे आले व वनांकडे उत्पन्नाचे साधन म्हणून पाहण्याचा दृष्टिकोन रुजला, तेव्हापासून वनांची नैसर्गिक वृध्दी संकुचित होऊन लागवडीकडे लक्ष केंद्रित झाले. इमारती लाकडांच्या लागवडीसाठी औषधी वनस्पतींची झुडपे नष्ट व्हावयास लागली. रसायनशास्त्राच्या प्रगतीनुसार, कृत्रिम पध्दतीनुसार औषधांची निर्मिती कारखान्यात व्हावयास लागली. त्यामुळे वैदू परंपरा मागे पडली. तरी पारंपरिक, प्राचीन वैद्यक पध्दती जसे आयुर्वेद, युनानी, सिध्द इत्यादींना जगविण्याचे कार्य वैदू परंपरेने केले. महाविद्यालयात शिकलेले बरेच वैद्य, हकीम वैदू परंपरेचा मान राखीत नाहीत. आयुर्वेद झाड-पाल्याचे शास्त्र नाही व वैदू परंपरेशी संबंध राखल्यास, तशी ओळख निर्माण होते असे त्यांना वाटते.

वैदू परंपरेचा शास्त्रशुद्ध अभ्यास करुनच चरकासारख्या आयुर्वेद महर्षिंनी चरकसंहितेचे संकलन केले. मानवशास्त्राच्या सिध्दांतानुसार वैदू परंपरा ही लघु परंपरा आहे व चरक-सुश्रुत-वाग्भट यांनी बृहत् परंपरा विकसित केली. या दोन्ही परंपरा परस्परपूरक आहेत.

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेच्या आदिवासी उत्थान कार्यक्रमा अंतर्गत व अलीकडे भारत सरकारने अनुदानित केलेल्या 'सार्वजनिक आरोग्यात आयुष' या केंद्रात वैदू परंपरेचा उपयोग व अध्ययन करण्याचा प्रयत्न केला आहे. प्रथम हिमाचल प्रदेशातील हमीरपूर जिल्हा, मध्यप्रदेशातील सागर जिल्हा, छत्तीसगढमधील बिलासपूर जिल्हा व महाराष्ट्रातील सात आदिवासी जिल्हे येथे घरगुती पातळीवर औषधी वनस्पतींचे ज्ञान व त्याचा वापर या माहितीचे संकलन करण्यात आले. तसेच त्या त्या भागातील वैदूंना वनस्पतींचे ज्ञान काय आहे याची माहिती घेण्यात आली. त्यानंतर वैदू प्रशिक्षक श्री नागेश कमळु बांगारे व आयुर्वेद वैद्यक डॉ. डाखोरे यांच्या मदतीने महाराष्ट्रातील आदिवासी तालुक्यांतील बऱ्याच वैदूंना वनौषधींवर प्रक्रिया करुन औषध निर्मितीचे प्रशिक्षण देण्यात आले.

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेस अलीकडे सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील कोचरे गावात माजी खासदार श्री सुरेश प्रभू यांनी खासदार निधीतून एक प्रशिक्षण केंद्रासाठी छोटेखानी इमारत दिली आहे. कोचरे ग्रामस्थांनी त्यासाठी जमीन देणगीदाखल दिली. त्याचा योग्य वापर करण्याचा उद्देशाने तेथील पारंपरिक वैदू व इतर वनौषधींचा वापर करणारे इच्छुकांसाठी औषध प्रक्रियेचे प्रशिक्षण घेण्यात आले. हाकाराच्या या अंकात त्याबद्दल सविस्तर माहिती दिली आहे. या अंकातील माहितीचा प्रेरक म्हणून उपयोग व्हावा अशी अपेक्षा आहे. त्यानुसार वाचकांनी या विषयावर माहिती संकलित करावी. वैदूपरंपरेचा प्रसार व प्रगतीसाठी सूचनांचे स्वागत होईल. त्यानुसार कार्यक्रमांचे आयोजनही करता येईल.

प्रा. रामचंद्र मुटाटकर

संपादक

सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील सावंतवाडी येथील संपादक, साप्ताहिक सरहद्द व निसर्गरुप पर्यावरण प्रतिष्ठान यांनी सरहद्द साप्ताहिकात प्रसिध्द झालेल्या लेखांच्या पुनर्मुद्रणास परवानगी दिली त्याबद्दल त्यांचे आम्ही आभारी आहोत.

– संपादक 'हाकारा'

।। श्रध्दांजली ।।

डॉ. रजनीकांत आरोळे, पद्मभूषण

महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेचे आधारस्तंभ (पेट्रन), आदिवासी उत्थान कार्यक्रमाचे संचालक, मॅगसेसे ॲवार्डने सन्मानित, पद्मभूषण आदरणीय डॉ. रजनीकांत आरोळे यांचे २५ मे २०११ रोजी निधन झाले. त्यांनी दीन, दलित व पद्दलितांसाठी केलेल्या रचनात्मक कार्याचा, सर्वांगीण ग्रामीण आरोग्याचा घालून दिलेला आदर्श कायम मार्गदर्शक राहील. जामखेड प्रतिमानावर आधारित आदिवासी उत्थान कार्यक्रम आदिवासी विकासाचे प्रतिमान ठरण्याचा प्रयत्न करण्यास आम्ही कटिबध्द आहोत.

हीच भावपूर्ण श्रध्दांजली.

कार्यकारी मंडळ व सभासद
महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद (मास)
ग्रामीण आरोग्य प्रकल्प, जामखेड
सर्व कार्यकर्ते व समन्वयक, आदिवासी उत्थान कार्यक्रम

पर्यावरण साक्षरता आणि जैवविविधता

प्रा. एम. डी. देसाई

निसर्ग हा मानवाला आजवर भरभरून देतच आलेला आहे. 'देणाऱ्याने देत जावे' ही त्याची नैसर्गिकवृत्ती अनादी काळापासून सुरूच आहे. दाता मुक्त हस्ते देत राहिला की घेणाराही घेत जातो; पण तो हे विसरतो की, घेता घेता आपणही काही देणे लागतो. ती परतफेड नसते तर ती असते एक नैतिक आणि निर्मळ वृत्ती ! कृतज्ञतेची वृत्ती. पण दुर्दैवाने या चराचरातील सर्वात अधाशी प्राणीमात्र आपल्या अधाशीवृत्तीने निसर्गाला ओरबाडून लुटत चालला आहे. कृतज्ञतेपेक्षा तो कृतघ्न होत चाललेला आहे. जेव्हा कृतघ्नता फोफावते तेव्हा विनाशाची वाटचाल जवळ येवून ठेपते आणि अवघ्या अप्रुपाचे अस्तित्वच धोक्यात येते.

मानवास निसर्गाने 'बौद्धिक क्षमता' दिली. त्याच्या बौद्धिकतेचा जसजसा विकास झाला तसतशी मानवाची ही बौद्धिक क्षमता कृतघ्नतेची वाट चालू लागली. विज्ञानाने त्याला सृष्टीच्या अनेक गुढांचे रहस्य समजले. तंत्रज्ञानाने तो रहस्य उकलण्याच्या टप्प्यापर्यंत पोहोचला. परंपरागत जे नैसर्गिकपणे 'निर्मिती आणि ऱ्हासाचे' कार्य चालू होते तेच त्याने हातात घेतले यामुळे नैसर्गिक निर्मितीत मानवाने केलेली ढवळाढवळ आज त्याच्या अस्तित्वास आव्हान देऊ लागली आहे. विज्ञान आणि तंत्रज्ञान क्रांतीमुळे त्याने अनेक चंगळवादी उपक्रम हाती घेतले. वाहतूक, औषधनिर्मिती, अणुऊर्जा, जैवतंत्रज्ञान अशा नवनव्या शोधवाटांनी त्यास जरूर नवे मार्ग दाखविले; पण या साऱ्यातून जी अपायकारक द्रव्ये निर्माण झाली त्यांची विल्हेवाट कशाप्रकारे लावावी याकडे स्वार्थापोटी त्याने दुर्लक्ष केले. इंधन व खनिजासाठी मानवाकडून भूपृष्ठाचे खणन सतत सुरू आहे. इंधनातून बाहेर पडणाऱ्या कार्बनडाय ऑक्साईड, सल्फरडाय ऑक्साईड सारख्या अनेक घातक व विषारी वायूंचे प्रमाण वातावरणात वाढले आहे. रासायनिक मूलद्रव्यांचा वापर औद्योगिक क्षेत्रात वाढला आहे. औषध निर्मिती, अणुऊर्जा वापर, प्लास्टिक उद्योग या साऱ्यातून प्लास्टिक, कचरा, मेडीकल वेस्ट, सांडपाणी, ऊर्जेतील हानीकारक उष्णता आणि अपायकारक वायू, धुलीकरण, हरितगृहातील नायट्रोजन डायऑक्साईड सारखे वायू मुक्त होऊन त्याचा परिणाम भूपृष्ठांतर्गत जलस्त्रोत प्रदूषण, वायू प्रदूषण यावर होत आहे.

समुद्रातील अमाप जलसंपदा ही प्रदूषित होऊन तेथील जलचरांची जैविक शृंखला नष्ट होत आहे. काही प्रजातींचे अस्तित्व धोक्यात आल्याने त्यांची प्रजनन व्यवस्था विस्कळीत झाली. अवाजवी वृक्षतोड व प्रदूषण यामुळे वनसपंदा व त्या अंतर्गत प्राणीसंपदा यांचेही अस्तित्व धोक्यात आले आहे. डिटर्जंटस्, रासायनिक द्रव्ये यांच्या अमाप वापरामुळे नदी, नाले, विहिरी, तलाव यातील पाणी पिण्यायोग्य राहिलेले

नाही. सागराचा जलसाठा प्रदूषित होऊन येथील जलसृष्टीचे व प्राणी संपत्तीचे अस्तित्व धोक्यात आले आहे. आपल्याला या विस्तृत सागरी किनाऱ्यातील सागरीसंपदा व त्यातील नैसर्गिक औषधी वनस्पतींचे साठे नष्ट होऊ लागले आहेत. पृथ्वीवरील नैसर्गिक गोष्टीचा अशाप्रकारे नाश होत असताना मानव या सगळ्याकडे कानाडोळा करत आहे. शास्त्रज्ञ व काही पर्यावरणवादी याबाबत वेळोवेळी सर्वांना सावधानतेचा इशारा देत असून यामुळे काही वर्षात पृथ्वीतलावर निर्माण होणाऱ्या नैसर्गिक आपत्तीबाबत माहिती देत आहेत. पण त्यांची दखल घ्यायला आज चंगळवादी व स्वार्थी राजकीय पुढारी यांना वेळ नसून प्रत्येकजण विकासाच्या मागे धावत आहे. विकास, ऐशोआराम, तांत्रिक विकास, संगणक, ऊर्जा निर्मिती प्रकल्प, मायनिंग यामुळे होणारा पर्यावरणाचा ऱ्हास याकडे कोणाचेच लक्ष नाही.

पर्यावरण रक्षणाच्या दृष्टीने जागतिक पातळीवर जरूर चर्चा झाली. निर्बंध घातले गेले. आपल्या देशात १९७२ मध्ये वन्यजीवांच्या संरक्षणासाठी कायदा केला गेला व १९९२ मध्ये पुन्हा त्यात दुरुस्ती केली गेली. १९८२ मध्ये जंगलसंरक्षण कायदा झाला. टाकाऊ कचरा, विषारी पदार्थ यामुळे होणाऱ्या प्रदूषणाला आळा बसावा म्हणून १९८६ मध्ये प्रदूषण कायदा अंमलात आला. मासेमारीकरिता स्फोटके व तत्सम पदार्थाच्या वापरास प्रतिबंध करणारा कायदा १९८७ मध्ये अस्तित्वात आला. पण या साऱ्या कायद्याचे पालन करेल तर तो मानव कसला ?

त्यातून आपल्या देशातील नागरिकांची वृत्ती तर जगभर सर्वश्रुत आहे. एकूणच या नियमास प्रतिबंध घालण्यासाठी महाराष्ट्र सरकारने २००६ ला जैवविविधता अधिनियम लागू केला. पण सारे 'पालथ्या घड्यावर पाणी' ! या साऱ्याची दखल जागतिक पातळीवर घेऊनच युनेस्कोने जैविक २०१० हे वर्ष आंतरराष्ट्रीय जैवविविधता वर्ष म्हणून साजरे करण्याचे ठरविले. व्यक्ती स्वातंत्र्यातून स्वैराचार आणि स्वार्थात मोकाट सुटल्यामुळे आज जागतिक तापमान प्रती वर्षी वाढत आहे. यामुळे पृथ्वीची तापमान नियंत्रण व्यवस्था बिघडत असून जैवविविधता नष्ट होत आहे. भविष्यात हे तापमान असेच वाढणार असल्याचा जागतिक स्तरावर अहवाल प्रसिद्ध झाला आहे.

सागरात उसळणाऱ्या त्सुनामी लाटा, सातत्यपूर्वक भूपृष्ठावर जाणवणारे भूकंप, ज्वालामुखीचे उद्रेक, ढगफुटीसारखा कोसळणारा विध्वंसक पाऊस, फयान सारखी जीवन उद्ध्वस्त करणारी वादळे, प्रचंड स्वरूपात पडणारी थंडी यावरून पृथ्वीवरील पर्यावरण समतोल बिघडत चालल्याचे निदर्शनास येत आहे. एकूणच निसर्गचक्रात मानवाने अडथळे आणल्यामुळे हे सारे घडत आहे. मानवाचे असे स्वैर वागणे भयानक महापूर, भीषण दुष्काळ, साथीच्या रोगांचा फैलाव या साऱ्याला आमंत्रण ठरणारा आहे. जर हे असेच चालत राहिले तर मानवी हव्यासापोटी केवळ मानवाचे नव्हे, तर पशुपक्षी, प्राणी व अवघी जीवसृष्टी नष्ट होऊन या पृथ्वीचे उजाड वाळवंटात रुपांतर होईल.

(पृष्ठ क्र. ८ वर)

वैदू परंपरा आणि पर्यावरण

पी. एफ. डॉन्टस

आपल्या प्राचीन परंपरेमध्ये जैवविविधतेस अनन्यसाधारण महत्त्व देण्यात आलेले असल्याने ''जिवो, जिवस्य, जीवनम्'' जगा आणि जगायला द्या असा संदेश दिलेला आहे. साधुसंतानीही 'वृक्षवल्ली आम्हा सोयरे'' असा मैत्रीचा संदेश देऊन मानव हा या सृष्टीचाच एक घटक आहे ही भूमिका मांडलेली आहे. 'वृक्षवल्ली आम्हा सोयरे' असे नाते समोर ठेवून आपल्या सांस्कृतिक परंपरेमध्ये वृक्ष आणि सण यांना महत्त्वाचे स्थान दिले आहे. परंपरागत जीवनपद्धतीचा आधारच मुळी कृषि आणि वन्यजीवन असाच होता. विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाचे युग अवतरले आणि यातून नवनवीन साधने मानवाच्या हाती आली. मुळातच मर्कट कुळापासून विकसित झालेला मनू 'माकडा हाती कोलीत' दिल्यासारखे वागू लागला.

पूर्वंपार जीवनपद्धतीचा विचार करता आरोग्य आणि वनौषधी यांचे अत्यंत जवळचे नाते होते. आश्रमातील ऋषिमुनी आणि त्यांचे शिष्यगण हे कंदमुळे, फळे यावर आपली उपजीविका करीत. सर्वसामान्य जगही जवळपास अशाच आहाराचा आधार घेत असे. यातूनही प्रकृती अस्वास्थ्याची घटना घडली तर निसर्गातच वावरुन वनौषधींचे सम्यक ज्ञान असणारा वैदू गावोगावी जाऊन तेथील सामान्य जनतेच्या आजारांवर उपचार करत असेल. अशा वैदूंच्याबद्दल समाजात आस्था, आदर आणि विश्वास होता. सेवेच्या बदल्यात वस्तू वा धान्य यांच्या स्वरुपात मोबदला दिला जाई. यामध्ये केवळ प्रेमादर होता. कोणतीही व्यावसायिक भावना नव्हती. सरदार, राजेमहाराजे यांच्याकडे वैद्य हे राजवैद्य म्हणून लोकदारास पात्र असत. त्यांना दरबारात मान होता.

मूलत: आयुर्वेदाचा औषधी उपयोग आपल्या देशाबरोबरच इतर अनेक देशात पूर्वी केला जाई. याचा उल्लेख अथर्ववेदामध्ये सापडतो. अथर्ववेदाबरोबरच औषधी वनस्पतींचे महत्त्व स्पष्ट करणारा

'सिंहस्येव स्तनथो: सं विजन्सेऽग्रेरिव विजन्स आभृताभ्य: । गंवो यक्ष्म: पुरूषांणां वीरू भ्दिरतिमुमो नाव्या एक स्त्रोत्या:।।

म्हणजेच गर्जना करणारा सिंह आणि अग्नीला सर्वजण घाबरतात तसेच औषधी वनस्पतींना घाबरुन मनुष्य आणि गाई मधील रोग दूर निघून जातो.

वेद वाङ्मयापासून उपलब्ध असलेल्या या ज्ञानाकडे ॲलॉपथिक म्हणजेच कृत्रिम औषध निर्मितीनंतर त्याचा झटपट गुण येणाऱ्या गुणधर्मामुळे आयुर्वेद मागे पडला. वैदू परंपरेचे अस्तित्व धोक्यात आले. परंपराच कालबाह्य ठरली. कृत्रिम औषधांच्या अनिष्ट परिणामामुळे नवनवीन रोगांचा प्रादुर्भाव वाढला. पुढे तर अतिरिक्त संपत्तीच्या हव्यासापोटी खाणकाम व्यवसाय, ऊर्जा प्रकल्प यांच्या विकासाकरिता जोरदार प्रचार होऊन अशा विनाशकारी प्रकल्पामुळे वृक्षतोड व जमिनीतील खनिजांचे साठे वारेमापपणे खोदून काढण्यात आले. अशा सगळ्या स्वैरवर्तनामुळे जागतिक तापमानात वाढ झाली. प्रचंड प्रमाणात जल व वायू प्रदूषण होऊन नैसर्गिक आपत्तीचे संकट म्हणून त्सुनामी, भूकंप, ज्वालामुखी, वादळ, ढगफुटी यासारखी अतिरेकी

वृष्टी, अवर्षण वाढून अवघे 'निसर्गचक्र' बिघडले आणि यामुळे मानवी जीवनच धोक्यात येऊ लागले आहे.

जागतिक स्तरावर फार मोठ्या प्रमाणात याची दखल घेण्यात आलेली आहे. आज आपल्याकडे मात्र अशा जनजागरणाकडे जेवढ्या गांभीर्याने पाहणे गरजेचे आहे तेवढ्या गांभीर्याने पाहिले जात नाही. त्यातच कोकण सारखा निसर्गसंपन्न असा भूप्रदेश सर्वांनाच आता खुणावू लागला आहे. येथील खनिज साठे, औषधी वनस्पती, विपुल जलसंपदा व सागरी संपदा या सगळ्यांचेच सर्वांना आकर्षण वाटू लागले आहे. खरे तर 'पश्चिम घाट' हा एक संरक्षित पट्टा असतानाही याकडे सोईस्कार दुर्लक्ष करून येथे अनेक विनाशकारी प्रकल्प येऊ लागले आहेत. यामुळे येथील नैसर्गिक चक्र बिघडू लागले असून येथील जैवविविधतेचे अस्तित्वच धोक्यात येऊ लागले आहे. अनेक प्राणी नष्ट होत आहेत. जंगली प्राण्यांना जंगलातील अन्नसाठा अपुरा पडू लागल्यामुळे ते मनुष्यवस्तीकडे वळत आहेत. हा धोक्याचा इशारा केव्हाच लक्षात घेणे गरजेचे होते; पण अजूनही वेळ गेलेली नाही.

वनसंवर्धनातील या वैदू परंपरेचे स्थान हे पूर्वंपार सिद्ध झालेले आहे. अवघ्या सिंधुदुर्गातच नव्हे तर सर्व स्तरावर पर्यावरण प्रेमी लोकांकरिता एका नव्या 'लोकजागरणाला' सुरुवात होईल असा आम्हास विश्वास वाटतो.

• • •

(पृष्ठ क्र. ६ वरुन)

या पाश्वभूमीवर सुंदर निसर्ग संपन्न कोकण भूमीकडे एकदा नजर टाकली पाहिजे. येथे सुरू असलेली अनधिकृत जंगलतोड, वाढते शहरीकरण व त्यातील अनधिकृत बांधकामे, सांडपाण्याचे नियोजन नसणे, त्यातच भविष्यात विकासाचा दृष्टिकोन ठेवून येऊ घातलेले ऊर्जा प्रकल्प, खाण व्यवसाय हे सर्वांनीच समजून घेणे आवश्यक आहे. हे माझे काम नव्हे, मी एकट्यानेच का करावे ? इतरांनी चैन का करावी व मी त्याग का करावा असा स्वैर विचार प्रत्येकानेच केला तर बेदरकारपणे आजवर चालू असलेला विजेचा वापर, सुसाट धूर ओकणारी वाहने, सांडपाणी, वनराईची बेफाम तोड असा सर्वच अतिरेकी वापर सुरू राहील आणि कोकण उजाड होईल. म्हणून प्रत्येकाने अशा अतिरेक वापराचा प्रतिबंध करण्याची सुरूवात स्वत:पासूनच केली पाहिजे. स्वयंशिस्तीनेच पर्यावरण करताना त्याची चळवळ खेड्यापाड्यांपासून शहरापर्यंत उभी केली पाहिजे. परिसराची स्वच्छता, प्लास्टिकचा वापर टाळणे, सेंद्रिय खतांचा वापर करणे, सांडपाण्याबद्दलची सावधगिरी, वृक्षतोडीस प्रतिबंध, वृक्ष लागवड, याचबरोबर विकासासाठी प्रकल्प बदलाची जागृती असे अभियान राबविणे गरजेचे आहे. याकरिता संघटीत पातळीवर आणि शालेय स्तरावर प्रयत्न होणे गरजेचे असून प्रत्येकाने तळमळीने व जीव ओतून हे काम हाती घेतले पाहिजे. ही लढाई आहे अस्तित्वाची, कोकणाच्या अस्मितेची, मानवी संरक्षणाची, निसर्ग संरक्षणाची हे साक्षरतेतून सर्वांच्या मनावर बिंबवली पाहिजे. अशा पर्यावरण साक्षरतेमुळेच कोकणचे निसर्गसौंदर्य अबाधित राहील. येथील भूमीपुत्र सुखी होईल.

• • •

वैदू परंपरा : स्वरूप आणि संस्कृती

डॉ. जी. ए. बुवा
सावंतवाडी

प्रबोधनाद्वारे जनजागृती करुन भविष्यात होणारा पर्यावरणाचा विनाश निश्चितच थांबवणे शक्य आहे. पण प्रश्न आहे की, हे कार्य कोणी करायचे ! प्रत्येकजण दुसऱ्याला उपदेश करत असतो, कारण उपदेश करणे सोपे असते; पण हे आचरणात आणणे कठीण असते. या सर्वांचाच विचार करुन सावंतवाडीत कार्यरत असणाऱ्या 'निसर्गरुप पर्यावरण प्रतिष्ठान संस्थेने' गेली काही वर्षे हे अभियान सुरु ठेवले आहे. 'पर्यावरण साक्षरता' ही नवीन संकल्पना या संस्थेने आता समर्थपणे उचलून धरलेली आहे. पारंपरिक वैदूंनी आधुनिक चिकित्सेतून नव्याने शोधून काढलेल्या ज्ञानाचा आणि आपल्या जुन्या ज्ञानाचा मिलाफ करुन काही बदल करणे गरजेचे आहे, जेणेकरुन समाजातील वैदूंबद्दलचे समज-गैरसमज दूर होतील.

प्राचीन काळापासूनच आपल्या देशामध्ये वन-औषधी वापराची परंपरा जोपासण्यात आली होती. विशेषत्वाने दुर्गम प्रदेशातील डोंगरदऱ्यात व धनदाट जंगलामध्ये राहणारे आदिवासी व तत्सम स्वरुपाच्या लोकांना जंगल परिसरातील विविध वनस्पतींचे व त्यांच्या औषधी गुणधर्माचे पिढीजात ज्ञान होते. ही औषधी परंपरा, परंपरागत पद्धतीने झाडपाल्याचा वापर करुन फिरणारे हे लोक त्या त्या प्रदेशात एकत्र राहात असत. यामध्ये साधारत: धनगर लोकांचा प्रामुख्याने समावेश होता. कालौघात भोई, धनगर, कोळी, माळी हे लोक यामध्ये सामावले गेलेले आढळतात.

निसर्गातील विविध प्रकारचा झाडपाला, फुले, फळे, खोड, मुळे या सर्वच घटकांचा वापर ते औषधोपचारासाठी करत असत. या औषधांमध्ये विविध अर्क, पुड, मलमे, भस्मे यांचा वापर ते औषधोपचारासाठी करत असत. अशा प्रकारे ही सर्व सामग्री घेऊन ते लोक गावोगावी फिरत असत. एकत्रित फिरणारा हा समाजातील गट पुढे एक जातच म्हणून अस्तित्वात आला. महाराष्ट्रातील पुणे, अहमदनगर, नाशिक, खानदेश या परिसरातील या लोकांची वस्ती अधिक प्रमाणात आढळते. ही औषध परंपरा गुरू परंपरेने चालत राहिल्याने आजही ते या परंपरेचे पाईक आहेत. या लोकांचे मूळ वस्तीस्थान हे हैद्राबाद जवळील कुडेरमट्टी हे गाव होय. या गावातील एका धनगरालाच हे मूळ गुरूचा मान देतात. तिरुपतीचा व्यंकोबा हे त्यांचे उपास्य दैवत असून आजही हे लोक बोलत असलेल्या भाषेचे साधर्म्य तेलगू भाषेशी आहे.

कालौघात मनुष्य वस्ती विस्तारत गेल्यावर हे लोक अन्यत्र विखुरले गेले व त्या त्या प्रदेशाची बोलीभाषा बोलू लागले. प्राचीन परंपरेने धनगर समाजाचे लोक तीन प्रमुख उपजातीत किंवा पोटजातीत विभागले गेल्याचे आढळते. यामध्ये झोळीवाले, दाढीवाले, चटईवाले या उपजातीत होय. यातील काही वैदू परंपरेने दाढी राखतात. आपल्या झोळीमध्ये पूर्वापार विविध

औषधी वनस्पती घेऊन गावोगावी फिरत असत. पुढे काही बाजार, जत्रा, उत्सव अशावेळी ते आपल्या कडील औषधे रस्त्यावर मांडून बसताना आढळतात. सर्दी खोकल्यापासून ते क्षय, कॅन्सर अशा दुर्धर रोगांवर देखील आपल्याकडे औषध असल्याचे ठासून सांगतात.

वनऔषधी बरोबर विविध प्राण्यांचे विष, चरबी इत्यादीचा वापरही प्रसंगी औषधोपचारासाठी करतात. अशा उपायांमध्ये जळवा लावून रक्त काढणे, प्राण्याची चरबी व तेलापासून मॉलीश करणे, याचबरोबर सरड्याचे कातडे, साळींदराची काटेरी पिसे, वाघनखे, अस्वलाचे केस, दात अशा वस्तू आपल्याबरोबर ठेवतात. गावागावातून फिरताना हे लोक नाडी परीक्षा वैद्य, मंडूर वैद्य, गर्मी वैद्य, वाताला ओखाद, सर्दीला ओखाद अशा विविध रोगांची नावे घेऊन ओरडत जातात. त्यांच्या कुटुंबातील महिला ही औषधे विकत असतात. इतर फुटकळ वस्तूंची ते विक्री करतात. त्यांच्या या पोटजातीमध्ये वैदू परंपरेचा विचार करता अळंबी, चिटकळ, मांगपाटी, सिगडे, मोरे, शितोळे, पवार, जाधव, शिंदे, माळी, कोळी, परीट अशी आडनावे आढळतात. समान देवक असलेल्या व एकाच आडनावाच्या घराण्यात लग्न करण्याची परंपरा त्यांच्यात रूढ नाही. पूर्वीच्या काळात या मूळ वैदू जातीत कुणबी, धनगर इ. जातीच्या लोकांना प्रवेश दिला जात असे. जातीमध्ये प्रवेश देताना या व्यक्तीला एक झोळी दिली जात असे. त्याने त्या झोळीची विधीवत पूजा केल्यावर त्याचा या वैदू परंपरेत प्रवेश झाला की मान्यता देऊन औषध व रोग परीक्षणाची माहिती दिली जात असे. नंतर अशा नवप्रवेश व्यक्तीने सर्व जाती-बांधवांना भोजन देणे आवश्यक असते.

कुटुंबाने एकत्रित फिरणारे हे लोक रानात जाऊन उंदीर, घूस, ससे, तरस, घोरपडी, साप, माकडे, बेडूक, रानमांजरे, कटींदर पकडून त्यांचे मांस खात. तसेच या प्राण्यांच्या मांस, रक्त, चरबी, कातडे याचाही औषधाकरिता उपयोग करत. या वैदू परंपरेतील व्यक्ती गाव-गावातून आपली पाले टाकून औषधोपचार करत फिरत असताना स्थानिक पातळीवरील लोकांशी त्यांचा संबंध आला. ज्या लोकांनी त्यांना गावपातळीवर सहकार्य केले अशा कुटुंबातील एखाद्या व्यक्तीस प्रसंगी त्यांनी काही वनौषधींचे उपयोग व त्यांच्या वापराची पद्धती याबद्दल माहिती दिली. या माहितीचा वापर करून संबंधितांनी वैदू आपल्या आपल्या गावी परत गेल्यावर प्रसंगानुसार उपचार म्हणून वापर करून पाहिला आणि ही परंपरा समाजातील इतर प्रवर्गातील लोकांकडे आली. त्यातील काही व्यक्तींनी विशेष रस घेऊन अनुभवाद्वारे अधिकाधिक वनौषधीचा वापर करून स्वत: त्या औषधोपचार पद्धतीत भर घातली. पुढे कालौघात हे स्थान पिढ्यान्‌पिढ्या जपले गेले.

आजही काही गावांतून असे वैदू औषधोपचार करताना आढळतात. विशेषत्वाने ज्या ज्या ठिकाणी विपुल वनसंपदा आहे त्या त्या ठिकाणी या व्यक्ती विविध ठिकाणी आपली परंपरा जोपासत असल्याचे आढळते. सिंधुदुर्ग जिल्ह्यामध्ये वनसंपदा तसेच भूपृष्ठाअंतर्गत खनिज संपत्तीही विपुल आहे. यामुळे येथील वनस्पतींमध्ये अधिकाधिक वनऔषधी गुणधर्म असल्याचे आढळते. म्हणून या परिसरात ग्रामीण परिसरातील वैदूच्या उपचाराने रोग्यांना गुण येत असल्याने त्यांच्याकडे रूग्णांची गर्दी होत असल्याचे आढळते.

• • •

आधुनिक युगातील हर्बल क्रांती

डॉ. विनायक नाईक
वैज्ञानिक - पिरामल लाईफ सायन्सेस लि.
गोरेगाव, मुंबई

आज जगाची लोकसंख्या पाच अब्जच्या जवळपास आहे. प्रजोत्पादनाचा वेग असाच राहिला तर सन २०२० पर्यंत जगाची लोकसंख्या ही साडेसात ते आठ अब्ज होईल. जागतिक आरोग्याविषयक निष्कर्षावरुन असे आढळून आले की, जगाच्या एकूण लोकसंख्येच्या अर्धी लोकसंख्या ही पाश्चिमात्य देशांनी अत्याधुनिक तंत्रज्ञान वापरून तयार केलेल्या किंमती औषधापासून वंचित राहाते. म्हणून त्या लोकांना स्थानिक व पारंपरिक पद्धतीने बनवलेल्या औषधांवर अवलंबून राहणे स्वाभाविकच आहे, असे हे जागतिक आरोग्य संघटनेचे म्हणणे आहे. म्हणूनच त्यांनी जवळ-जवळ २०,००० औषधी वनस्पतींच्या नावांची यादी तयार करून त्या वनस्पतींपासून औषध निर्मिती कशी करता येईल, या विषयी चर्चासत्रे आयोजित करून विकसनशील देशांना याची जाणीव करून दिली. त्यामुळे विकसनशील राष्ट्रांवरील औषधांचा बोजा कमी झाला. कारण ही औषधे कृत्रिम व खर्चिक औषधांच्या मानाने कमी खर्चाची म्हणून परवडणारी, गुणकारक शिवाय कोणताही अपाय न करणारी असतात. म्हणून वनौषधींना मोठ्या प्रमाणात स्थान दिले. यामुळे आता युरोपियन तसेच इतर राष्ट्रांमध्ये ''वनस्पतीजन्य औषधे'' ही लोकप्रिय होऊन दैनंदिन वापरात येऊ लागली.

औषधी वनस्पतींचा उपयोग हा आयुर्वेद, युनानी व सिद्धा पद्धतीत होतो. औषधी वनस्पतींचे विविध भाग हे अनेक रोगांवर गुणकारी ठरतात. विविध औषधी वनस्पती त्यांचे उपयोगी भाग कंपनीच्या मागणीनुसार पुरवठा करून औषधनिर्मितीसाठी वापरात येऊ शकतात. औषधनिर्मितीसाठी वनस्पतींची फुले ५ टक्के, पाने ६ टक्के, मुळे २९ टक्के, कंद ४ टक्के, पूर्ण वनस्पती १६ टक्के, फळे १० टक्के व फांद्या ६ टक्क्यांपर्यंत वापरल्या जातात. पण आताच्या युगात औषधी वनस्पतींचा वापरात येणारा योग्य भाग पुरवठ्याअभावी तसेच दर्जानुसार उपलब्ध होत नाही. पर्यायी त्याऐवजी बदली वनस्पती किंवा त्या वनस्पतीचा दुसराच भाग वापरून औषध निर्मितीतली उणीव काही वेळेपुरती पूर्ण केली जाते. उदाहरण द्यायचे झाल्यास आयुर्वेदिक औषध निर्मितीनुसार ''दशमूलारिष्ट'' हे पाचक, रक्तदोषावरील गुणकारी औषध बनवण्यासाठी वापरलेल्या १० औषधी वनस्पती पुढीलप्रमाणे १. बेल मूळ, २. पाडळ मूळ ३. शिवण मूळ ४. टेटू मूळ ५. अग्नीमंथा मूळ ६. सालवण मूळ ७. पिठवण मूळ ८. गोखरू मूळ ९. कंटकारी मूळ १०. उभीवांगी मूळ वापरायचे; पण आजकाल मुळाऐवजी वनस्पतींच्या साली तसेच पूर्ण वनस्पती औषधनिर्मितीसाठी वापरतात.

भारताची वनसंपदा विविधतेने नटलेली आहे. निसर्गात उगवणाऱ्या विपुल वनस्पतींचा उपयोग करून अगदी दुर्धर व्याधीसुद्धा पूर्णपणे बऱ्या होतात. त्यांचे शरीरावर इतर दुष्परीणाम होत नाहीत हे आपल्या पूर्वजांपासून पिढ्यान्‌पिढ्या सर्वांना परिचित आहे.

औषधनिर्मितीच्या क्षेत्रामध्ये आयुर्वेदाव्यतिरिक्त कृत्रिम औषध पद्धतीचा (ॲलॉपॅथी) उगम झाला. या औषधांपासून झटपट गुण मिळू लागला. परिणामी उशिरा गुण देणारा व त्यासाठी कडू काढे, कडू गोळ्या वापरावा लागणारा आयुर्वेद मागे पडू लागला. आयुर्वेदाचे महत्त्व कमी होऊ लागले. ॲलोपॅथी म्हणजे सुधारित विज्ञान व आयुर्वेद म्हणजे झाडपाला अशी आयुर्वेदाची हेटाळणी होऊ लागली. साहजिकच आयुर्वेदाचा सरासरी वापर कमी होऊ लागला. कालांतराने डॉक्टर तसेच उपचार घेणारे रुग्ण दोघांच्या लक्षात ॲलोपथीचे दुष्पपरिणाम आले आणि अगदी याच कारणामुळे आयुर्वेदाचा पुनर्जन्म झाला.

मधल्या शोकांतिकेमुळे आयुर्वेदाकडे दुर्लक्ष झाले. औषध निर्मितीसाठी लागणाऱ्या वनस्पतींची कमतरता जाणवू लागली. वनस्पती संदर्भातील संशोधन मंदावले.

सध्या एकीकडे आयुर्वेदाचे महत्त्व व दुसरीकडे औषधी वनस्पतींची नगण्य उपलब्धता अशी एक मोठी दरी निर्माण झालेली आहे. ती दरी भरून काढणे काळाची गरज आहे. त्यासाठी औषधी वनस्पतींची शास्त्रीय पद्धतीने वाढ होणे आवश्यक आहे. शासनानेही त्यासाठी विशेष उपक्रम हाती घेणे गरजेचे आहे.

औषध निर्मितीच्या क्षेत्रात आयुर्वेदीय वनस्पतींना भरपूर मागणी आहे. आजच्या घडीला या क्षेत्रात मागणीनुसार मालाचा दर्जा मिळत नाही. भेसळयुक्त माल किंवा बराच सारखा दिसणारा माल पुरवला जातो. औषध निर्मिती क्षेत्रातील येणाऱ्या अडचणी सोडवण्यासाठी औषधी वनस्पतीच्या शेतीशिवाय पर्याय नाही. औषधी वनस्पतीच्या लागवडीने आपणास या भेडसावणाऱ्या सगळ्या अडचणी दूर होऊन मालाचा दर्जा, पाहिजे तेवढी उपलब्धता, रासायनिक द्रव्याची उपलब्धता सोडवू शकतो आणि यातून मिळणाऱ्या मिळकतीतून शेतकऱ्यांना अधिक लाभ होईल.

कोकणात या शेतीला भरपूर वाव आहे. मुळातच कोकण विविध औषधी वनस्पतींच्या उपलब्धतेने समृद्ध आहे. येथे पडणारा विपुल पाऊस, जमिनी अंतर्गत खनिज संपत्तीचा समृद्ध साठा आणि सदैव पाण्याचा निचरा होणारी जमीन यामुळे निसर्गत:च येथील वनस्पतींमधील औषधी गुणधर्माचे प्रमाण मोठ्या प्रमाणात आढळते. फक्त औषधी वनस्पतींची जोपासना व काळजी घेऊन यांना नामशेष होण्यापासून वाचविण्याची गरज आहे आणि ही त्यांच्यावरील जबाबदारी कोकणाचा सुजाण नागरीक पेलवेल यात तीळमात्र शंका नाही.

औषधी वनस्पती नष्ट होण्यास अनेक कारणे आहेत. मानवाने स्वत:च्या विकास वाटचालीसाठी केलेली अतोनात वृक्षतोड, गरजेपेक्षा जास्त हव्यास, फळबागांची जोपासना करण्यासाठी सफाईच्या नावाखालील अवाजवी झुडपांची तोड. या झुडपांच्या वृक्षतोडीमध्ये सर्पगंधा, वाघनखी, ब्राह्मी, कालमेध, अनंतमूळ, वाघनखी इत्यादी बहुमूल्य वनस्पती नष्ट होतात. यांची होणारी अतोनात वृक्षतोड थांबवणे गरजेचे आहे. त्याशिवाय औषधी वनस्पतींचा ऱ्हास होणे थांबणार नाही. यासाठी मिश्रशेतीतून तसेच आयुर्वेदीक शेती लागवडीतून आपण आयुर्वेदीक वनस्पतीची कमतरता व उणीव कमी करू शकतो व निसर्गाचा बिघडलेला समतोल सावरु शकतो.

• • •

मूळ चरक संहिता इ. स. पूर्व ६०० वर्षापूर्वी लिहिली असावी असे वाटते. त्यावर त्या शतकात चक्रदत्तपाणी यांनी विस्तृतपणे समालोचन करून चरक संहिता लिहिली आहे. चरक संहिता ही रसगुणकर्म यावर आधारित आहे. चरक संहिता ५० गणांमध्ये विभागली गेली आहे. प्रत्येक गणामध्ये १० औषधी

वनस्पती दिल्या आहेत. या मूलभूत गोष्टींचा विचार करून अनेक ठिकाणी आज चरक उद्यान स्थापन करण्यात येत आहे.

आपल्या संस्कृतीत साजऱ्या केल्या जाणाऱ्या सण, उत्सव प्रसंगोत्सवात विधी यांच्याशी निगडीत करण्यामागे एक विशिष्ट दृष्टी आहे. प्रत्येक ऋतुमध्ये आपल्या शरीरात असंतुलन निर्माण होते. याचा विचार करून त्या असुंतलनाचे निर्मूलन करण्यासाठी त्या त्या वनस्पतीचा विचार त्या त्या वेळी केला आहे. त्यामुळे त्या वनस्पतींचा आहारात वापर केल्यास आरोग्य निकोप राहू शकते. निसर्गाने घालून दिलेले नियम आपण पाळले तर आपले आरोग्य उत्तम राहील.

अशा प्रकारे आपण आपल्या आरोग्यसंपदेसाठी फार पूर्वीपासून वृक्षावर अवंलून आहोत. ही बाब खरेतर निरीक्षणानेच आपल्याला प्राप्त झालेली आहे. कारण ज्यावेळी उमसत असते तेव्हा कुत्रा गवत आणि मांजर दुर्वा खाऊन ''वमन'' करतात तर काही पक्षी चोचीने एलिमा घेतात हे आज सिद्ध झाले आहे. हृदयाच्या आकाराची पाने असणारी गुळवेल हृदयरोगावर गुणकारी आहे; तर मुळव्याधीवर येणारा मोडासारखा कोंब सुरणाच्या कांद्याला येतो आणि हा कांदा मुळव्याधीवर गुणकारी औषध आहे.

हा सर्व उतारा देण्याचा उद्देश म्हणजे पृथ्वीवरील वनस्पती आपणाला कशा उपयोगी आहेत याचा अर्थ फार प्राचीन काळी आपणाला ज्ञात झालेला होता. मानवाच्या अन्नात ८० टक्के घटक हे आजच्या घडीला वनस्पतीजन्य आहेत. आयुर्वेद, युनानी, होमिओपॅथी या औषधी पद्धतींमध्ये ९० घटक वनस्पतीजन्य आहेत. तर आजच्या फार पुढारलेल्या वैद्यकीय शास्त्रातल्या पहिल्या प्रमुख औषधांत ५ वनौषधी आहेत.

अशा प्रकारच्या औषधींचा वापर गावागावातून सर्रास केला जातो. वनस्पतींची ओळख असणारे आणि व्याधींची जाण असणारे लोक यांचा यथोचित वापर करीत होते आणि आजही करीत आहेत. अशा प्रकारचे पारंपरिक वैद्यकशास्त्र जंगलांनी समृध्द असलेल्या भारतातील महाराष्ट्र, कर्नाटक, हिमाचल, केरळ, तमिळनाडू, मध्यप्रदेश येथे जास्त टिकून असल्याचे दिसून येते.

अतिदुर्गम भाग, जेथे वीज, पाणी, रस्ते या सुविधा नाहीत तेथे अशा औषधोपचारांची माहिती प्रकर्षाने जाणवते. तसेच ही औषध पद्धती कमी खर्चाची आणि मुबलक उपलब्धतेची असते. वनस्पतींच्या रक्षणाकरिता त्यांच्या वापरासाठी देवराई आल्या असाव्यात, म्हणजे पूजेसाठी गरज असल्याने अशा वनस्पती घराभोवती लावल्या जातील हे निक्षून पाहिले पाहिजे. त्याहीपेक्षा महत्त्वाच्या वनस्पतींना ग्रामदेवतांच्या मंदिरांच्या सभोवताली देवराईत स्थान दिलेले आढळते. मात्र जे पारंपरिक वैदू आहेत त्यांनी आधुनिक चिकित्सेतील नव्या शोधून काढलेल्या ज्ञानाचा आणि आपल्या जुन्या ज्ञानाचा मिलाफ करून काही बदल करणे गरजेचे आहे.

वाढते शहरीकरण, आत्मकेंद्री वृत्ती आणि बदलेली जीवनशैली यामुळे आपल्याला नानाविध प्रकारे वृक्षतोड करावी लागत आहे. अशा वृक्षांच्या नाशामुळे संपत्तीचा खजिना आपण रिता करत चाललेलो आहोत. आधुनिकीकरण आणि पाश्चात्यांचे

(पृष्ठ क्र. १७ वर)

पारंपरिक वैद्य आणि मानवी रोग प्रतिकार शक्ती

दिलीप दत्ताराम नेवगी
सावंतवाडी

मानवाने आपले जीवन सुखी समृद्ध आणि निरोगी व्हावे या हेतुने ज्या ज्या काही उपाय योजना केल्या त्यातूनच नवे नवे शोध विकसित होत गेले. गरज ही शोधाची जननी आहे असे म्हटले जाते. पण अन्न, वस्त्र, निवारा या प्राथमिक गरजा भागवल्यानंतर मानवी मन समृद्ध जीवनाची अपेक्षा करू लागते. साध्या कौलारू घरांऐवजी आलीशान बंगला, प्रवासासाठी गाडी, मनोरंजनासाठी रेडिओ, टी. व्ही., माहितीसाठी इंटरनेट इत्यादी सुविधांसाठी अट्टाहास केला जात आहे.

मानवी गरजा अनंत पण पूर्ततेची साधने मर्यादित आणि त्यातूनच स्पर्धात्मक जीवनमान सुरू झाले. वर्षागणिक विज्ञान, तंत्रज्ञान विकसित होत गेले. नवीन नवीन साधन सामुग्री वाढली. मानवी कष्ट कमी झाले. पण यातूनच मानव मूळ उद्दिष्टांपासून दूर दूर होत गेला. सुखी, समृद्ध आणि निरोगी जीवन आज तो जगतो आहे काय ? ही चिंतेची व चिंतनाची बाब आहे.

केवळ पारंपरिक वैद्याच्या दृष्टिकोनातून आरोग्य या संकल्पनेवर विचार करावयाचा झाल्यास असे लक्षात येते की, वेळोवेळी आरोग्य याविषयी संकल्पना बदलत गेल्या. व्याख्याही बदलत गेल्या. आरोग्य विषयक जुन्या व्याख्येनुसार मानसिक आणि आध्यात्मिक समाधान म्हणजे आरोग्य, असे म्हटले तर तेही खरे आहे. कारण मानसिक समाधानाशिवाय माणूस निरोगी राहू शकत नाही. पण आता कुठे जागतिक आरोग्य संघटनेने शारीरिक, मानसिक, आर्थिक आणि आध्यात्मिक समाधान वा संतुलन म्हणजे आरोग्य अशी व्याख्या रूढ अर्थाने प्रचारात आणली आहे.

मानव आणि पशुपक्षी विचार – मानव आणि पशुपक्षी यांच्या तुलनेत मानव किती दुबळा आहे हे आपल्याला विचारांती लक्षात येईल. कारण पहिली गोष्ट म्हणजे मानव सोडून इतर कोणताही पशू वा पक्षी गरम केलेले, फिल्टर केलेले, ॲक्वागार्ड वा बाटली बंद पाणी पीत नाही. सहज उपलब्ध असलेले कोणतेही पाणी त्यांना तहान भागवण्यास चालते. दुसरी गोष्ट म्हणजे मानव सोडून इतर शरीरावर बरावाईट परिणाम होत असतो. हे तिन्ही घटक शरीरात सममात्रेमध्ये असल्यास शरीर निरोगी राहते. मात्र त्यातील एखादा घटक वाढला वा कमी झाला तर मात्र त्याचा शरीरावर घातक परिणाम होतो. अपचन, बद्धकोष्ठता, ज्वर, डोकेदुखी इत्यादी बारीकसारीक व्याधींनी मनुष्य हैराण होतो. मानसिक संतुलन बिघडते, वेळोवेळी उपचार न केल्यास त्यातूनच मूळव्याध, हृदयविकार, मधुमेह, मुतखडा, नेत्रविकार यांसारख्या व्याधी होऊन शरीर दुबळे होते; किंबहुना मानवी आयुष्य संपुष्टात येते.

आहार, विहार आणि विश्रांती

आहार, विहार आणि विश्रांती या गोष्टी तर मानवी जीवनात फार महत्त्वाच्या आहेत. जसे अति

आहाराने बद्धकोष्ठता वा अतिसार यासारखी व्याधी जडू शकते. तसेच विहार म्हणजे नित्य कर्म. अति श्रमाने सुद्धा शरीरावर अतिरिक्त ताण येऊन दुर्बलता येऊ शकते आणि अति विश्रांती, झोपाळूपणा यामुळे निर्णयक्षमता कमी होऊन बुद्धीभ्रंशादी व्याधी निर्माण होऊ शकतात.

मानवाने मांसाहार घ्यावा किंवा शाकाहार करावा, यात वेगवेगळी मतभिन्नता, वेगवेगळे मतप्रवाह असू शकतात. पण भूक लागल्यावर खाणे, भूक भागवण्यासाठी श्रम करणे व श्रम परिहारासाठी विश्रांती घेणे यातच निरोगी आयुष्याचे रहस्य दडले आहे.

मानवी जीवन वा आयुष्य किती यावरही मतभिन्नता आहे. पारंपरिक वैद्य या वादात पडत नाही. कारण जो जन्मला त्याला मरण हे अटळ आहे. जन्मल्यापासून मरेपर्यंत हे आयुष्य असते. ते किती याला उत्तर नाही; परंतु हे आयुष्य समाधानाने जगता यावे याचसाठी खटाटोप असतो. जगात वा समाजात जेवढी जीवित हानी, रोग, आजार वा व्याधी होत असते. त्याच्या शेकडो पटीने, निसर्ग प्रकोप, मारामारी, लढाई, घातपात वा अपघात यानी होत असते. दरवर्षी अपघात वा मानवी घातपाताने लाखो लोक मृत्यू पावतात. त्यामानाने आजाराने वा साथीच्या रोगाने मृत्यू पावण्याचे प्रमाण नगण्य एवढे आहे. उदा. बॉम्बस्फोटाने एकाच वेळी शेकडो निरपराध लोकांचा बळी जातो. पण व्याधींच्या आजाराने मरणाऱ्यांचे प्रमाण कमी असते. रोग टिकाऊ असतात तर अपघात, घातपात क्षणीक असतात. रोगावर वा व्याधींवर औषधोपचाराने नियंत्रण आणता येते पण अपघात वा घातपात यावर नियंत्रण आणता येत नाही. जागतिक स्तरावर बऱ्याच रोगांचे निर्मूलन झाले आहे. पारंपरिक वैद्य हेही जाणून आहे की, या गोष्टी लपून राहणाऱ्या नाहीत. पारंपरिक चिकित्सा पद्धतीमध्ये मानवी मनाचा फार विचार केला जातो. उदा. एखाद्या व्यक्तीस एखादा आजार असेल तर वैद्य त्याला त्याची मानसिक तयारी पाहूनच प्रत्यक्ष त्याला त्यासंबंधी सांगतात. अन्यथा त्याची वाच्यता सुद्धा करत नाहीत. केवळ घरातील संबंधित माणसांना सूचना करतात. आजारी व्यक्तीस सरळ सरळ त्याच्या तोंडावर सांगितल्यास ती व्यक्ती धास्तावते व इलाजाला प्रतिसाद देत नाही. अशा वेळी वैद्याला कसब वापरून त्याला विश्वासात घेवून इलाज करावा लागतो. म्हणूनच मानवी मनाची किमया अगाध आहे. कधी कधी एखादी व्यक्ती केवळ दैवावर विश्वास ठेवून (देवदर्शन, तीर्थ, जपजाप्य इ.) व्याधी मुक्त होते. तर कधी कधी हजारो रूपये खर्चून खर्चीक औषधोपचार करून सुद्धा बरा होत नाही; पण एखाद्या गावातील वैद्याने दिलेला झाडपाला वा मुळी त्याला व्याधीमुक्त करू शकते अशी उदाहरणे आहेत.

वैद्याची मानसिकता – वैद्याने केवळ अर्थाजनाच्या हेतूने केलेला इलाज जसा व्यक्तीला व्याधी मुक्त करू शकत नाही, त्याचप्रमाणे व्याधीग्रस्ताने आपण होऊन मनापासून औषधोपचार वा इलाज न स्वीकारणे हेही व्याधी मुक्ततेत अडचण असू शकते. म्हणूनच वैद्याने मनापासून व्याधीग्रस्तास व्याधीमुक्त करण्याचा प्रयत्न करावा, याचबरोबर आजाऱ्याने सुद्धा विश्वास ठेवून मनापासून इलाजास प्रतिसाद द्यावा, हे वैद्य आणि व्याधीग्रस्त यातील महत्त्वाचे परस्पर नाते आहे.

उपरोक्त विधानाप्रमाणे माणूसच वैद्य वा डॉक्टर

यांच्या इलाजाची अपेक्षा करतो. इतर पशुपक्षी आपले आपणच व्याधीमुक्त होतात. ही जशी उपजत शक्ती इतर प्राण्यात होती, तद्वत मानवामध्ये सुद्धा ही शक्ती होती; पण कालपरत्वे ही शक्ती मानव गमावून बसला. त्याला स्वत:च्या मनाकडे आत्मचिंतनाकडे स्वत:च्या शरीराकडे त्रयस्तपणे लक्ष द्यायला या धकाधकीच्या जीवनात वेळ नाही. झटपट इलाज, पटपट व्याधी मुक्त असे वैद्यकीय आणि आर्थिक समीकरण उदयास आले. यात संपन्न आरोग्य ही संकल्पनाच धोक्यात आली. कारण या वरवरच्या इलाजांनी एका व्याधीतून बरे होता होता दुसरी व्याधी कधी जडली गेली हेच त्याला समजेनासे होते. दिवसागणिक मानवी रोगप्रतिकार शक्ती कमी कमी होत चालली आहे. एके काळी घरगुती इलाजासाठी असलेला कोपऱ्यात ठेवलेला 'आजीबाईचा बटवा' कोठे आणि आज घराघरात दिवाणखान्यात खेळण्याच्या कपाटासमोर औषधाच्या बाटल्या आणि गोळ्यांनी भरलेली कपाटे कोठे ? खरंच हीच खरी आधुनिक औषध योजनेची हार नव्हे काय ?

शेवटी त्या औषधांच्या देवतेला धन्वंतरीला नमन करून एकच मागणे मागतो की, हे देवा त्यांना क्षमा करा आणि मानवी रोगप्रतिकारक शक्ती अशी वाढवा की एक ना एक दिवस त्याला बाह्य औषधोपचाराची गरज सुद्धा न लागता तो आपणच व्याधीमुक्त होईल.

• • •

(पृष्ठ क्र. १४ वरुन)

अंधानुकरण यामुळे आपण आपली पूर्वापार चालत आलेली निसर्गाशी मिळती जुळती दिनचर्या संपूर्ण बदलून अत्यंत तकलादू असा कृत्रिम आहार विहार पसंत करीत आहोत. याचाच परिणाम म्हणजे २००० साली महासत्ता बनण्याच्या साखरझोपेतील स्वप्नातून जागे होण्यापूर्वी आपण जगातील हृदयरोगी आणि मधुमेही यांच्या संख्येत आघाडी घेतलेली आहे.

पाश्चात्यांना त्यांच्या सर्वसुखांच्या काळोखातील घोळ आज लक्षात येऊ लागला आहे. मात्र हातचे सर्व हरवले गेल्यामुळे ते अजूनही सर्व प्रकारच्या सुविधा सुखाच्या शोधात फिरत आहेत. त्यांच्या पावलावर पाऊल टाकून आपणही आपले निसर्गसौंदर्य आणि वैभव नाशाच्या किनाऱ्यावर आणून ठेवलेले आहे. यासाठी वेळीच उपाय-योजना करणे गरजेचे वाटते.

त्यामुळे घर-परड्यात आवडीप्रमाणे औषधी झाडे-झुडपे लावून ती जोपासणे, देवराया आणि राखलेली जंगले परत समृद्ध होण्यासाठी वृक्षारोपण करणे, कुऱ्हाडबंदी, चराईबंदी असे उपाय राबविणे अत्यंत आवश्यक आहे.

अत्यंत सुशिक्षित, विज्ञानाधिष्ठित व सर्व सुविधांनी सुसज्ज असलेल्या आपल्या सारख्यांना यासाठी मात्र थोडा वेळ द्यावा लागेल. नाहीतर 'बैल गेला आणि झोपा केला' अशी आपली अवस्था होईल.

• • •

सिंधुदुर्गात वनौषधी लागवड संधी आणि समस्या

डॉ. चंद्रकांत सोनारे
सावंतवाडी

सह्याद्रीचाच एक भाग असलेला, तळकोंकण म्हणून ओळखला जाणारा आपला सिंधुदुर्ग जिल्हा विपुल वनसंपदेने समृद्ध आहे. परंतु विकासाच्या वाटेवर असलेला हा जिल्हा योग्य नियोजनाअभावी आणि दूरदृष्टीच्या अभावामुळे भकास तर होणार नाही ना, असे वाटण्यासारखी परिस्थिती आहे. येथील निसर्ग उपलब्ध साधनसामुग्रीचा योग्य आणि पुरेपूर वापर करताना अत्यंत जबाबदारपणे करणे आवश्यक आहे. या जिल्ह्यात विविध वनौषधींच्या प्रजाती उपलब्ध आहेत. जमीन आणि वातावरणाच्या अनुकलतेमुळे अनेक दुर्मिळ वनौषधी या सह्याद्रीच्या पट्ट्यात आढळतात. पण या प्रजातीचे संरक्षण आणि संवर्धन आवश्यक आहे. ज्या वनौषधींच्या मुळांना मोठ्या प्रमाणात मागणी आहे, अशा निसर्गत: उपलब्ध वनौषधींचे उच्चाटन न करता त्यांची मोठ्या प्रमाणात लागवड होणे गरजेचे आहे.

केवळ लागवड होऊन चालणार नाही तर त्यावर आधारित प्रक्रिया उद्योगांबद्दलचे मार्गदर्शन, मार्केटिंग विषयक ज्ञान, मिटकॉन, औषधी वनस्पतींची निवड मंडळं, साखर संकुल शिवाजीनगर पुणे, फळ संशोधन केंद्र, वेंगुर्ला यांसारख्या संस्थांमार्फत उपलब्ध होणे गरजेचे आहे. असे मार्गदर्शन उपलब्ध झाले तरच वनौषधीपासून निर्माण होत असलेल्या उत्पादनाची वाढती बाजारपेठ लक्षात घेऊन अनुकुलता असलेल्या आपल्या जिल्ह्यात या लागवडीला व्यावसायिक तत्त्वावर उत्तेजन मिळेल अशी अपेक्षा आहे. औषधी वनस्पती निवड मंडळामार्फत वनौषधी लागवड आणि संवर्धन करण्यासाठी अनुदान प्राप्त करण्यासाठीच्या अटी शिथिल करण्यात आल्याचे कळते. तेथे शेतकऱ्यांना वनौषधींच्या बाजारपेठेविषयी व मार्केटिंगविषयी मार्गदर्शन उपलब्ध होणे आवश्यक आहे. वनौषधी लागवडीच्या अनुषंगाने स्थानिक व जागतिक बाजारपेठ मिळावयाची असेल तर सेंद्रियशेती पद्धतीनेच वाढविणे आवश्यक आहे. हे करीत असतानाच जिल्ह्यात विविध दुर्मिळ होत चाललेल्या वनौषधींच्या प्रजातींचे जतन करण्यासाठी 'जनुक बँक' निर्माण होणे आवश्यक आहे. त्याचप्रमाणे एका वनस्पतींची असंख्य रोपे तयार करण्यासाठी टिश्यु कल्चर लॅब तयार होणे आवश्यक आहे. हे कार्य वेंगुर्ला फळ संशोधन केंद्रातंर्गत होऊ शकते.

वनौषधींच्या जागतिक बाजारपेठेवर उत्तरेकडील देशांचे वर्चस्व आहे. जवळजवळ वनौषधी व्यापारामध्ये ५० टक्के बाजारपेठ त्यांनी काबिज केली आहे. उर्वरीत ५० टक्क्यांपैकी अर्ध्यापेक्षा जास्त व्यापारावर चीनचे

अधिपत्य आहे. वनौषधींच्या जागतिक व्यापारात भारताचा सहभाग केवळ १ ते २ टक्के एवढाच आहे. या व्यापारात भारताला प्रचंड संधी आहेत. आजच्या काळात जीवनाच्या सर्वच क्षेत्रात औषधी आणि सुंगधी वनस्पतींचा वापर मोठ्या प्रमाणात वाढला आहे. यामध्ये दंतमंजन, टूथपेस्ट, माऊथवॉश, दाढीसाठीचे स्मूथ क्रिम्स, माईश्चरायझर, फोमक्रीम्स, ॲन्टीसेप्टिक क्रीम्स, आप्टरशेव्ह लोशन, मसाज तेल, बाथ साबण, टॉयलेटरीज, डीसन्फेक्यंटस, हेयर शाम्पू, हेअर ऑईल, फेस ॲण्ड बॉडी डस्टिंग पावडर्स, डिओडरंटस्, कॉस्मेटीक्स मध्ये फेस पावडर, क्रिम्स फेशियल, सनलाईट प्रोटेक्टर्स, सनस्क्रीन लोशन, व्हॅनिशिंग पिंपल्स क्रिम, क्रॅक्स फिलर्स, कुमकुम डिस्क, नेलपॉलीश स्प्रे, मेहंदी, मॉस्क्युटो रिपेलंटस्, कॉक्रोच किलर्स, टीक किलर्स, उदबत्ती, स्प्रे, हर्बल पेस्टीसाईड्स आणि सर्वात जास्त प्रमाणात आयुर्वेदीक शास्त्रोक्त व पेटेंट औषधे व एकलद्रव्ये स्वरूपात स्वत: वैद्य रूग्णांना देतात.

अशा विविध प्रकारे वनौषधींची मागणी वाढलेली आहे. या शिवाय होमियोपॅथी, सिद्ध चिकित्सा प्रणाली, युनानी, निसर्गोपचार यांसारख्या उपचार पद्धतींमध्ये सुद्धा वनौषधी आणि सुगंधी वनस्पतींचा मोठ्या प्रमाणात वापर होतो. ॲलोपथींमध्ये सुद्धा वनौषधींच्या मूळ, खोडाची साले, पाने, फुले, फळे इ. मध्ये आढळणारे सक्रिय घटक वेगळे करून बाजारात उपलब्ध केले जातात. अनेक वनौषधींची सक्रिय तत्वे कृत्रिमरित्या निर्माण करून उपयोगात आणली जातात. त्यामुळे त्यांची शरीरावर निर्धारीत क्रिया तर जलदगतीने होते; परंतु त्यांचे होणारे ईफेक्टस् थांबवणे शक्य होत नाही.

सुशिक्षित लोक आयुर्वेद उपचारपद्धतीकडे आकृष्ट होत आहेत. दिवसेंदिवस शेतकऱ्यांच्या वाढत चाललेल्या आत्महत्या, पारंपरिक पिके घेऊन पुरेसे उत्पादन न होणे, बाजारभाव न मिळणे यामुळे कंटाळलेले शेतकरी या अवस्थेत बदल घडावयाचा असेल तर भात, नाचणी, वरी ही पारंपरिक पिके आणि फक्त आंबा, काजूवर आधारीत फळबाग याखेरीज अन्य पर्याय सुद्धा विचारात घेणे गरजेचे आहे. यामध्ये एक पर्याय म्हणजे औषधी व सुगंधी वनस्पतीची शास्त्रीय पद्धतीने लागवड करणे होय. मात्र एखाद्या पिकाची लागवड करून उत्पादन वाढविणे हा एक भाग आणि त्या उत्पादनाची योग्य त्या बाजारपेठेत योग्य त्या दरात विक्री करून त्यातून फायदा मिळविणे हा त्याहूनही महत्त्वाचा भाग आहे. अन्यथा कपाळावर हात मारून घेण्याची वेळ येईल.

कोकणातल्या आजही टिकून असलेल्या देवरायांमधून व थोड्याफार खाजगी जंगलांमधून, डोंगरशेतीच्या सोडून दिलेल्या तुकड्यांवर वाढलेल्या रानातून कुडा, अनंतमूळ, वावडींग यांसारख्या अनेक औषधी वनस्पती गोळा केल्या जातात. जवळच्या मोठ्या गावात वा तालुक्याच्या ठिकाणी अशा गोळा केलेल्या वनस्पती किरकोळ स्वरूपात विकल्या जातात. बऱ्याचदा गोळा करणाऱ्या गावातील किराणा दुकानदार अल्प किंमतीत हा माल विकत घेतो. या व्यतिरीक्त अशा अनेक वनऔषधी आहेत ज्यांची मुळे, पाने, खोडांच्या साली, फुले-फळे औषधनिर्मितीसाठी वापरली जातात. यासाठी महत्त्वाची बाब म्हणजे त्यांची अचूक ओळख असणे आवश्यक आहे. त्याचप्रमाणे अशा कालावधीत ती गोळा करावी की जेणेकरून त्यामध्ये

औषधी कार्य घडवून आणणारे सक्रीय घटक या वनस्पती कशा गोळा कराव्यात, कशा सुकवाव्यात, कुठे साठवाव्यात या संदर्भात संशोधन शिवाजीनगर पुणे येथे इंडियन ड्रग रिसर्च इन्स्टीट्यूटने केलेले आहे. आयुर्वेदिय ग्रंथात सुद्धा द्रव्यसंग्रहकाल व विधी वर्णन केलेला आहे.

दुसऱ्या बाजूला महागड्या व साईड ईफेक्ट्स असलेल्या अत्याधुनिक उपचारांना दाद न देणाऱ्या विकारांवर तुलनेने कमी दुष्परिणाम असलेल्या नैसर्गिक अशा आयुर्वेदीक आणि अन्य पारंपरिक उपचार पद्धतीकडे लोकांचा कल वाढतो आहे. त्यामुळे दिवसेंदिवस वनौषधींची मागणीसुद्धा वाढते आहे. शिवाय जागतिक बाजारपेठ काबीज करण्यासाठी भारत सरकारने या क्षेत्राकडे लक्ष केंद्रित करून 'औषधी वनस्पती निवड मंडळ' स्थापन केलेले आहे. हे केंद्रिय व राज्य स्तरावर कार्यरत आहे. एकीकडे मागणी वाढत असली तरी दिवसेंदिवस कमी होत जाणारी नैसर्गिक वनसंपत्ती आणि पर्यावरणाची हानी, बदलते हवामान यामुळे वनौषधींची नैसर्गिक उत्पादनक्षमता खुंटलेली आहे. भारतासारख्या विकसनशील देशातील शेतकऱ्यांसाठी वनौषधींची लागवड ही फार मोठी संधी आहे. कोकणामध्ये औषधी वनस्पतींच्या लागवडीसाठी भरपूर पडीक जमीन उपलब्ध आहे. येथील हवामान सुद्धा औषधी वनस्पतींसाठी पोषक आहे. अशोक, सीतेचा, अर्जुन, हिरडा, बेहडा, बेल, टेंटू, पाडळ, मोठी अरणी (अग्निमंथ), शिवण, यांसारख्या दशमूळांमध्ये उपयुक्त झाडांची वने निर्माण करता येईल. कारण आज दशमूळातील दहा झाडांच्या मुळांची साल औषध निर्मितीसाठी उपलब्ध होत नाही. त्याऐवजी खोडांची साल मिसळतात. अशोकारिष्टामध्ये वापरल्या जाणाऱ्या अशोक खोडाच्या सालीऐवजी बहुतांशी ठिकाणी शोभेचा अशोक अथवा कांचनारायणाच्या सालीची भेसळ करतात. त्यामुळे त्या त्या औषधांचा अपेक्षित परिणाम दिसून येत नाही. ही झाडे वृक्षवर्गातील आहेत. पर्यावरण संरक्षणास उपयोगी आहेत. अडुळसा, पिंपळी, माका, ब्राम्ही, अश्वगंधा, शतावरी, सर्पगंध, वावडींग, श्वेतमुसळी या झुडुपवर्गातील वनौषधी असून यांचे पीक ६-७ महिन्यात येते. त्यामुळे यापासून झटपट उत्पादन व उत्पन्न मिळू शकते. आता कोकणात दळणवळणाची साधने, रस्ते, रेल्वे असल्याने कोल्हापूर, पुणे व सर्वात मोठी बाजारपेठ मुंबई येथे तयार झालेला माल सहज पाठविता येतो. झुडुप प्रकारातील वनौषधींची लागवड भाताचे पिक काढून झाल्यावर त्याच जागेत करता येते. जमिनीतील ओलाव्यावर माका, ब्राह्मी, वाळा, वेखंड, कर्पूरकाचरी, नागरमोथा, कुळींजन यासारखी पिके घेता येईल. नारळ, पोफळी यांच्या बागांमध्ये आंतरपिक म्हणून सुद्धा घेता येईल.

उपलब्ध असलेल्या जमिनीचा दर्जा आणि पाण्याची व्यवस्था लक्षात घेऊन त्याप्रमाणे लागवडीसाठी वनौषधींची निवड करता येईल. बहुतांशी वनौषधी कडू चवीच्या व उग्रवासाच्या असतात. त्यामुळे जनावर त्यांना तोंड लावत नाहीत. इतर पिकांच्या तुलनेत या लागवडीला गुरांचा उपद्रव आणि तो थांबविण्यासाठी लागणारा खर्च सुद्धा कमी होतो. रोगराईचा व कीडीचा उपद्रवही पारंपरिक पिकांच्या मानाने कमी होतो. यामुळे ही लागवड किफायतशीर ठरू शकते. योग्य त्या काळात, योग्य त्या पद्धतीने

(पृष्ठ क्र. २५ वर)

औषधी निर्माण प्रक्रिया पध्दती

डॉ. शैलेश दळवी

प्रस्तावना

मनुष्य हा निसर्गातूनच निर्माण झाला असल्याने त्याची वाढ ही निसर्गात उपलब्ध पदार्थांपासून होत असते. त्याच्या शरीरात ज्या कमतरता निर्माण होतात, व्याधी होतात, त्यांच्यावर उपचार पण सभोवतालच्या निसर्गातच उपलब्ध आहेत. अशा औषधी वनस्पतींची ओळख सामान्य लोकांना असतेच. वैदूंना पारंपरिक ज्ञानातून अशा अनेक वनस्पतींच्या औषधी उपयोगां-बाबत माहिती असते. परंतु वनस्पतींवर शास्त्रीय रित्या प्रक्रिया करुन त्यांची टिकाऊ औषधे तयार करुन वापरण्याची माहिती वैदूंना नाही. वैदू त्यांच्या परंपरेनुसार ताज्या वनस्पतींचा रस, सरबत वापरतात. ह्या करिता वैदूंना वनस्पतींवर प्रक्रिया करण्याचे प्रशिक्षण देणे गरजेचे आहे.

याशिवाय काही औषधी वनस्पती नष्ट होण्याच्या मार्गावर आहेत. ह्या वनस्पतींचे महत्त्व समजल्यास वैदूंना या वनस्पती मोठ्या प्रमाणावर लागवड करुन संवर्धन करता येतील. त्याचप्रमाणे लोकांच्या परसात अशा वनस्पती लावल्यास त्यांचा वापर आरोग्य संवर्धनासाठी होईल. ह्या सर्व गोष्टीतून समाजाचा फार मोठा फायदा होईल व निसर्ग संवर्धनास मदत होईल.

हाच उद्देश समोर ठेवून वैदूंना औषधी वनस्पतींवर प्रक्रिया करुन औषध तयार करण्याचे चार दिवसांचे प्रशिक्षण दिनांक २४ ते २७ मे २०११ रोजी सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील वेंगुर्ला तालुक्यातील कोचरे या गावी महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषदेच्या संशोधन व प्रशिक्षण केंद्रात घेण्यात आले. या कार्यशाळेत २६ वैदू उपस्थित होते.

सर्व वैदूंना एकूण ९ प्रकारच्या औषध निर्माण प्रक्रिया चार दिवसात शिकविण्यात आल्या. ह्या प्रक्रिया प्रत्यक्ष चुलीवर पातेले ठेवून स्थानिक उपलब्ध वनस्पती पासून पुढीलप्रमाणे ९ प्रकारच्या औषधी तयार करण्याचे प्रशिक्षण वैदू श्री नागेश बांगारे यांनी दिले.

१) बलातेल	६) लघूसूतशेखर
२) कुडाघनवटी	७) शतावरी कल्प
३) निर्गुडी तेल	८) गंधर्व हरितकी
४) कृमिघ्न वटी	९) हिंगवाष्टक चूर्ण
५) राळा मलम	

१. बलातेल

घटकद्रव्ये व प्रमाण

बलामूळ - १ किलो, पाणी - ८ लिटर

तीळ तेल - १ लिटर

कृती : एका मोठ्या भांड्यात बलामूळ बारीक तुकडे करुन ८ लिटर पाणी मिसळून रात्रभर भिजत घालावे. दुसऱ्या दिवशी मंदाग्नीवर उकळत ठेवून २ लिटर शिल्लक राहिल्यावर गाळून घ्यावे. चोथा फेकून द्यावा. पितळी भांड्यात तीळ तेल टाकून तापवावे व नंतर त्यात बलामूळ काढा मिसळावा व मंदाग्नीवर उकळत ठेवावे. फक्त तेल शिल्लक राहिल्यावर उतरवून घ्यावे. थंड झाल्यावर बाटलीत भरावे.

उपयोग : लहान मुलांच्या अंगाला बला तेलाने मॉलिश करावे व नंतर कोमट पाण्याने आंघोळ घालावी. त्यामुळे त्यांच्या स्नायुंची ताकत वाढण्यास मदत होते.

२. कुडा घनवटी

घटकद्रव्ये व प्रमाण

१) कुडा मूळ साल	२०० ग्रॅम
२) मुरुडशेंग	२०० ग्रॅम
३) कुंभईची साल	२०० ग्रॅम
४) जांभळाची साल	२०० ग्रॅम
५) सावर साल	२०० ग्रॅम
६) सुंठ	२०० ग्रॅम

कृती : वरील सर्व सामुग्रीचे बारीक-बारीक तुकडे करुन घ्यावेत व १६ लिटर पाण्यात मंदाग्नीवर उकळावेत. पाणी ८ लिटर शिल्लक राहिल्यावर गाळून घ्यावे. गाळलेला काढा मंदाग्नीवर आटवत ठेवावा. मधाप्रमाणे घट्ट झाल्यावर भांडे खाली उतरावे व त्यात वरील वनस्पतींचे वस्त्रगाळ चूर्ण थोडे थोडे मिसळून घट्ट गोळा तयार करावा. त्याच्या वाटाण्या एवढ्या गोळ्या करुन सावलीत वाळवाव्यात.

उपयोग : आव पडणे, पातळ जुलाब, पोटाला मुरडा येणे इत्यादी.

प्रमाण : २ ते ३ गोळ्या दिवसातून ३ ते ४ वेळा ताकाबरोबर किंवा पाण्याबरोबर घ्याव्या. ७ दिवस या गोळ्या घ्याव्यात.

टीप : काढा तयार करताना वापरण्यात आलेली औषधी वनस्पती टाकून द्यावी व चूर्णासाठी नवीन वनस्पती वापराव्यात.

३. निरगुडी तेल

घटक द्रव्ये व प्रमाण

१) मोहरी तेल	५ लिटर
२) निरगुडी पाने	२ किलो
३) शेवगा पाने	२ किलो
४) एरंड पाने	२ किलो
५) रुई पाने	२ किलो
६) निवडुंग कांड्या	२ किलो

कृती : निवडुंगाच्या कांड्यांसहित सर्व पानांचे बारीक तुकडे करुन खलबत्यात घालून बारीक ठेवावे. त्यात पाणी मिसळून कुस्करावे. नंतर हे सर्व पिळून त्याचा रस काढावा आणि गाळून घ्यावा. पितळी भांड्यात मोहरी तेल टाकून चुलीवर गरम करावे. चांगले तापल्यावर त्यात हा रस टाकावा. मंदाग्नीवर हे मिश्रण उकळत ठेवावे. सगळे पाणी आटून गेल्यावर गाळून भरुन ठेवावे.

तेल परीक्षण : निखाऱ्यावर तेलाचे २-३ थेंब टाकावे. चर-चर आवाज न येता धूर निघाल्यास तेल सिद्ध झाले असे समजावे.

उपयोग :

१) वातरोग असताना सर्वांगाला ह्या तेलाने मालीश करावे. नंतर १ तासाने पाण्यात निरगुडीची पाने टाकून उकळून त्या पाण्याने अंघोळ करावी.

२) कान दुखत १-१ थेंब कानात घालावा.

३) कानातून पू येत असल्यास बहव्याच्या सालीच्या काढ्याने कान धुऊन कापसाने कोरडा करावा नंतर २-२ थेंब घालावे.

४) कोरडा इसब असल्यास त्यावर हे तेल लावावे.

५) हातापायाचे सांधे दुखत असल्यास त्यावर हे तेल चोळावे.

४. कृमिघ्न वटी

घटकद्रव्ये व प्रमाण

१) कडू जिरे	१०० ग्रॅम
२) वावडिंग	२०० ग्रॅम

३) पळस पापडी	२०० ग्रॅम
४) करंज बी	२०० ग्रॅम
५) हळद	१०० ग्रॅम
६) कुडा बी	१०० ग्रॅम

कृती : करंज बी आणि पळस पापडी रात्रभर पाण्यात भिजत घालून दुसऱ्या दिवशी बियांवरील टरफल काढून टाकून उन्हात सुकवावी. हे तुकडे लोखंडी कढईत कोळसा होईपर्यंत भाजावे. नंतर त्याची पूड करावी. ही पूड आणि कुडा बी, कडूजिरे, वावडिंग आणि हळद याचे वस्त्रगाळ चूर्ण करुन एकत्र मिसळावे. पितळी भांड्यात गोमुत्र उकळत ठेवावे. आटून अर्धे झाल्यावर हरभऱ्याएवढ्या गोळ्या उन्हात कडकडीत वाळवाव्यात.

उपयोग : १) बारीक जंत निघून जातात व अन्नपचन होते. (तोंडाला दुर्गंधी येणे, मळमळणे, मंद ताप येणे, मूल किडकिडीत असणे, मूल रात्री दचकून उठणे इत्यादी व्याधींवर उपयुक्त) २) वयोमानानुसार १ ते ४ गोळ्या दिवसातून २ वेळा गरम पाण्याबरोबर रिकाम्या पोटी घ्याव्या. कमीतकमी ७ दिवस नियमितपणे गोळ्याचे सेवन करावे. पोट साफ करण्यासाठी एरंड तेल वगैरे घेण्याची गरज नाही.

५. राळा मलम

घटकद्रव्ये व प्रमाण

१) राळ	२०० ग्रॅम
२) तीळ तेल	१/२ लिटर

कृती : मोठ्या पितळेच्या किंवा स्टीलच्या भांड्यात तीळ तेल घेऊन मंदाग्नीवर तापवावे. चांगले तापल्यावर त्यात राळेचे चूर्ण मिसळावे. राळ विरघळल्यानंतर त्यात थोडे थंड पाणी टाकावे. पाणी जिरल्यानंतर परत थंड पाणी टाकावे अशा प्रकारे जोपर्यंत त्यात पाणी जिरणार नाही तो पर्यंत पाणी टाकतच राहावे. काही वेळाने सुटे राहायला सुरुवात होऊन लोण्याप्रमाणे पांढरा गोळा तयार होईल. त्यावेळी भांडे खाली उतरवून राहिलेले पाणी काढून टाकून थंड पाणी मिसळावे. हि क्रिया तीन ते चार वेळा करावी. काचेच्या बरणीत पाणी घालून त्यातच हा गोळा ठेवावा.

उपयोग : भाजणे, मूळव्याधीवर, आग, प्रदर, पाय-ओठ फुटणे

६. लघुसुतशेखर

घटक द्रव्ये व प्रमाण

१) सुंठ	१०० ग्रॅम
२) गेरू	१०० ग्रॅम
३) विड्याची पाने	१००

कृती : गेरूचे चूर्ण तुपात भाजून घ्यावे. त्यात सुंठीचे चूर्ण मिसळावे. ते भिजेल एवढा विड्याच्या पानांचा रस मिसळावा व एकत्र घोटावे. घोटून कोरडे झाल्यावर परत विड्याच्या पानांचा रस मिसळावा. असे ७ वेळा करावे. नंतर हरभऱ्याएवढ्या गोळ्या करून सुकवाव्यात व बाटलीत भरून ठेवाव्यात.

उपयोग : अजीर्ण, अन्न नीट न पचणे, पोटात जडपणा येणे, संडासला साफ न होणे ह्यावर अर्धा चमचा अद्रकरस, १ चमचा मध, रोगानुसार ३-४ गोळ्यांचे चूर्ण मिसळून दिवसातून ३-४ वेळा चाटावे व वर गरम पाणी घ्यावे. ताप नुकताच सुरू झाला असल्यास अर्धा चमचा अद्रकरसासह २-३ गोळ्या, ७ दिवस, सकाळ-संध्याकाळ घ्याव्यात.

अंगात नेहमी कणकण वाटणे, भूक न लागणे,

तोंडाला चव नसणे, किडकिडीतपणा, डोके, पाठ कंबर, छाती यात चमका मारणे, संडासला कधी पातळ तर कधी घट्ट होणे, इ. वर तव्यावर भाजलेल्या शहाजिऱ्यांचे चूर्ण १ चिमूट घेऊन वरील ३ गोळ्यांचे चूर्ण मिसळावे व गुळासह ३ महिने सकाळ-संध्याकाळ घ्यावे.

खोकला, डोके व मान आखडणे, पडसे, घशात घरघर होणे, तोंडाला कोरड पडणे ह्यासाठी अर्धा चमचा अद्रकरस, १ चमचा मध व १ चिमूट पिंपळी चूर्ण यात ६ गोळ्या मिसळून एकत्र कराव्यात. ३ आठवडे नेहमी घ्यावे. (पथ्य : तेलकट, आंबट खाऊ नये)

उलटी होत असल्यास अर्धा चमचा मध व ४-५ गोळ्या चूर्ण करून वारंवार चाटण घ्यावे. उलटी थांबेपर्यंत सतत दर १५ मिनिटांनी घ्यावे. औषध उलटून पडल्यास परत घ्यावे.

पाण्याप्रमाणे पातळ संडास होत असल्यास तांदळाचे धुवण व मधाबरोबर ४-५ गोळ्यांचे चूर्ण वारंवार घ्यावे. जुनाट पोटदुखी असल्यास दिवसातून ३ वेळा गोळ्या घ्याव्यात. नवीन पोटदुखी असल्यास मधासह गोळ्या दिल्यास तत्काळ बरे वाटते.

७. शतावरी कल्प

घटकद्रव्ये व प्रमाण

शतावरी भरड	१ किलो
पाणी	१६ लिटर
साखर	५ किलो

कृती : शतावरीच्या मुळांच्या वरची साल काढून मधला जाड दोऱ्यांप्रमाणे असणारा भाग काढून टाकून नंतर मुळाचे तुकडे किंवा भरड करावी. त्याचा काढा करुन घ्यावा. १ लिटर होईपर्यंत हा काढा आटवावा व गाळून घ्यावा. नंतर एका जाड पितळी भांड्यात थोडा थोडा काढा व साखर एकत्र करुन मंदाग्नीवर हलवत राहावे. काढा आटून साखरेचे बारीक कण कोरडे होणे आवश्यक आहे. गार करुन वापरावे. भांड्याच्या तळाशी पाक लागणार नाही याची काळजी घ्यावी.

उपयोग : बाळंतपणानंतर अंगावर दूध कमी असणे. अंगावरुन जास्त जाणे, अंगाची आग होणे, थकवा येणे ह्यासाठी तयार कल्प २ चमचे १ कप दुधात मिसळून सकाळ-संध्याकाळ घ्यावा.

८. गंधर्व हरितकी चूर्ण

घटक द्रव्ये व प्रमाण :

१) बाळहिरडा (आख्खा)	१ किलो
२) एरंड तेल	१ लिटर
३) सैंधव	५० ग्रॅम

कृती : कढईत एरंड तेल घेऊन त्यात बाळ हिरडा तळून घ्यावेत. तळताना बाळ हिरडे व्यवस्थित फुलू द्यावे व नंतर त्यांचे बारीक चूर्ण करावे व त्यात ५० ग्रॅम सैंधव चूर्ण मिसळावे.

उपयोग : आमवात, अर्धांगवात कंबरदुखी, कावीळ, आव पडणे, सांधेदुखी, वाताचे रोग, संडास साफ होणे.

प्रमाण : २ ते ३ ग्रॅम चूर्ण रात्री झोपताना गरम पाण्याबरोबर घ्यावे.

९. हिंग्वाष्टक चूर्ण

साहित्य : खलबत्ता, स्वच्छ कापड/चाळणी, काचेची बाटली, कढई

घटक द्रव्ये व प्रमाण

सुंठ चूर्ण	५० ग्रॅम
मिरे चूर्ण	५० ग्रॅम
पिंपळी चूर्ण	५० ग्रॅम
जिरे चूर्ण	५० ग्रॅम
शहाजिरे चूर्ण	५० ग्रॅम
ओवा चूर्ण	५० ग्रॅम
सैंधव	५० ग्रॅम
खडा हिंग	५० ग्रॅम

कृती : गाईचे तूप कढईत तापवून घ्यावे. त्यात हिंग बारीक कुटून भाजून घ्यावा व त्याची पावडर करावी. नंतर पावडर कापडातून/चाळणीने चाळून घ्यावे. नंतर इतर घटक द्रव्यांचे चूर्ण त्यात मिसळावे. काचेच्या बाटलीत भरुन ठेवावे.

उपयोग : अजीर्ण, भूक न लागणे, पोटदुखी करिता, जेवणा अगोदर घेतल्यास उपयुक्त. प्रमाण २ ते ५ ग्रॅम म्हणजे पाव चमचा दोन वेळा (सकाळी, संध्याकाळी).

प्रशिक्षणादरम्यान स्थानिक वैंदूकडून आलेल्या सूचना व प्रस्ताव

१) या विभागामध्ये वैद्य व्यवसायिकांची एकदा मध्यवर्ती संस्था संघटना स्थापन करण्यात यावे असे वाटते.

२) आयुर्वेदिक औषधांची निर्मिती होण्यासाठी एखादे युनिट येथे प्रस्थापित करण्यात यावे.

३) वैद्यमंडळीची मासिक-बैठक आयोजित करावी.

४) वैद्यांच्या अडीअडचणींची सोडवणूक करण्याची व्यवस्था.

५) औषधी वनस्पतींची लागवड देखभाल करण्यासाठी एखादे कार्यकारी मंडळ बनविण्यात यावे.

• • •

(पृष्ठ क्र. २० वरुन)

संग्रह व संरक्षण, वाळवणी आणि दर्जानुसार वर्गीकरण करता आले तर शेतकऱ्याला जास्त दर मिळण्याची शक्यता आहे. या उत्पादनाचा दर्जा आयुर्वेदिक फार्माकोपियानुसार पाहण्यासाठी महाराष्ट्राच्या विविध भागांमध्ये उदा. नाशिक, पुणे, रायगड या जिल्ह्यातील औषधी उत्पादकांनी एकत्र येऊन नवी दिल्ली येथील कुटुंब कल्याण व आरोग्य विभागातंर्गत आयुष विभागाच्या अनुदानातून प्रयोगशाळांचे क्लस्टर निर्माण केले जात आहे. याद्वारे उत्तम दर्जाच्या कच्च्या मालाला व त्यापासून तयार केलेल्या Concentratec ना देशातंर्गत व जागतिक स्तरावर मार्केट उपलब्ध आहे. औषधी वनस्पती विक्रीबाबतच्या समस्या वनौषधी शेती ही पारंपरिक पिकांना पर्याय देवू शकते ही माहिती माध्यमांच्याद्वारे लोकांपर्यंत पोहोचली आहे. सुशिक्षित शेतकरी या वनौषधीबद्दल जास्तीत जास्त माहिती जाणून घेत आहेत. औषधी वनस्पतींच्या बाजारपेठेत अनेक वेळा मागणी जास्त व पुरवठा कमी अशी स्थिती असते. तरीसुद्धा त्यांच्याकडे उत्तम दर्जाचा स्वच्छ, भेसळ नसलेला माल असेल तर त्याला सर्वत्र मागणी असते. पुणे, मुंबई, नागपूर, नाशिक यांसारख्या शहरातसुद्धा शुद्ध आयुर्वेदिक व्यवसाय करणारे असंख्य डॉक्टर आहेत.

• • •

महाराष्ट्रातील प्रमुख आदिवासी समाजातील आरोग्य परंपरा

'Main streaming of AYUSH' प्रकल्पांतर्गत माहे जून व जुलै २०१० मध्ये महाराष्ट्रातल्या ९ आदिवासी तालुक्यांतील व १३ आदिवासी समाजांतील आरोग्यविषयक परंपरांचा अभ्यास करण्यात आला. हा अभ्यास करण्यासाठी सर्वेक्षण पध्दतीचा वापर करण्यात आला. या सर्वेक्षणात कुटुंब, दाई, प्राथमिक आरोग्य केंद्र, उपकेंद्र, वैद्यकीय अधिकारी, ए.एन.एम, आशा कार्यकर्ती, अंगणवाडी व अंगणवाडी कार्यकर्ती, गाव/पाडा माहिती, आयुर्वेदिक/होमिओपॅथिक/युनानी दवाखान्याची माहिती असे ११ प्रकारचे मुद्दे सर्वेक्षणासाठी वापरले गेले. सर्वेक्षणातील कुटुंब, दाई व वैदू यांच्या संदर्भात जी माहिती उपलब्ध झाली त्यावरून आदिवासी आरोग्य परंपरांची माहिती होते.

तक्ता क्र. १ – सर्वेक्षणांतर्गत कार्यक्षेत्र निहाय उपलब्ध कुटुंब, दाई, वैदू संख्या

अ.क्र.	जिल्हा	कुटुंब संख्या	दाई	वैदू
१	गडचिरोली	१९६	६	४
२	ठाणे	१००	१०	१०
३	अहमदनगर	४७	५	६
४	नंदूरबार	४४	६	१३
५	यवतमाळ	३९	४	६
६	अमरावती	५०	५	४
७	रायगड	१३	७	५
	एकूण	**४९०**	**४३**	**४८**

वरील सात जिल्हयात ज्या कुटुंबांची माहिती घेतली आहे त्या सर्वांचा उदरनिर्वाह शेतीवर आहे. जिल्हा, विभाग व भौगोलिक परिस्थितीनुसार शेती मध्ये पिकविण्यात येणारे धान्य वेगवेगळे आहे. गडचिरोली जिल्हयातील क्षेत्रात भात, यवतमाळ – कापूस, ज्वारी व तूर, अमरावती – कापूस, तांदूळ, तूर, सोयाबीन, गहू, ठाणे – भात, नागली, अहमदनगर – भात, गहू, नाचणी, नंदूरबार जिल्हा –मका, ज्वारी, वरई, भात, रायगड जिल्हा – तांदूळ, नाचणी,गहू.

सर्व आदिवासी भागातील घरे कच्ची असून बांबूच्या पट्टया, कुडाच्या भिंती, मातीच्या भिंती व वर कौले असतात. पिण्याच्या पाण्याची सुविधा विहीर, नदी किंवा हातपंपाद्वारेच आहे. शौचालयाची सुविधा राजूर जि. अहमदनगर, ठाणे जिल्हा व कर्जत जिल्हा रायगड मध्ये तुरळक ठिकाणी आहे, इतर कार्यक्षेत्रात शौचालय सुविधा नाही.

कुटुंबांची माहिती

तक्ता क्र. २ – जिल्हानिहाय समाज

अ.क्र.	जिल्हा	आदिवासी समाज
१	गडचिरोली	माडिया, गोंड, परधान, गोंडगोवारी, ओरॉव
२	ठाणे	ठाकर, कातकरी, ढोरकोळी, महादेव कोळी, वारली
३	अहमदनगर	महादेव कोळी
४	नंदूरबार	भिल्ल, पावरा
५	यवतमाळ	कोलाम, गोंड, परधान
६	अमरावती	कोरकू
७	रायगड	ठाकर, कातकरी

तक्ता क्र. ३ कुटुंब सर्वेक्षणानुसार कुटुंबामध्ये सर्वसाधारण होणारे आजार

अ.क्र.	जिल्हा	प्राधान्यक्रमाने लोकांना होणारे सामान्य आजार
१	गडचिरोली	ताप, सर्दी, जुलाब, खोकला, मलेरिया, गुडघेदुखी
२	ठाणे	सर्दी, खोकला, ताप, जुलाब, सांधेदुखी
३	अहमदनगर	सर्दी, खोकला, जुलाब, कावीळ, अंगदुखी, कंबरदुखी
४	नंदूरबार	सर्दी, खोकला, जुलाब, अंगदुखी
५	यवतमाळ	सर्दी, खोकला, जुलाब, अंगदुखी, त्वचारोग
६	अमरावती	खोकला, ताप, सर्दी, जुलाब
७	रायगड	कावीळ, जुलाब, ताप, हातपाय दुखणे

वरील सर्व आजार हे जास्तीत जास्त कुटुंबांनी सांगितलेले व होणारे सामान्य आजार आहे. जो आजार जास्तीत जास्त कुटुंबांनी सांगितला आहे, त्याला अग्रक्रम दिलेला आहे. हया सर्व आजारांवर लोक घरगुती उपचार घेतात व हे उपचार आसपास उपलब्ध वनस्पतींद्वारा घेतले जातात. घरगुती उपचाराने बरे न वाटल्यास लोक प्राथमिकतेने वैदूकडे उपचार घेतात.

तक्ता क्र. ४ : आजारानुसार घरगुती उपचारात वापरल्या जाणाऱ्या वनस्पती व इतर पदार्थ

आजार	गडचिरोली	ठाणे	अहमदनगर	नंदूरबार	यवतमाळ	अमरावती	रायगड
खोकला	आले, काळे मिरे, तुळस, ओवा, हिरडा	बाभूळ, अडुळसा, कोरफड, ओवा, हळद, बोराची साल	बाळहिरडा, मध, अडुळसा, लका मिरी, सुंठ, हळद कापूर,	गुगला (वनस्पतीचे आदिवासी भाषेतील नाव)	रूईची फुले, नागवेलीच्या पानातून तुळस, अडुळसा	बाजरीच्या पिठाची धुरी आले, मध हळद, गूळ	अडुळसा, तुळस, मिरी
सर्दी	तुळस गवती चहा, हळद	गुळ, कांदा, तुळस, ओवा,आले	बाजरीच्या पिठाची धुरी, ओवा धुरी, लसून+मीठ	पाण्याची वाफ	पाण्याची वाफ	पाण्याची वाफ	पाण्याची वाफ
ताप	भूनिंबाच्या पानांचा रस	पापडा, तुळस आले, कुडाबीज	सतापाच्या पानांचा रस, तुळस, पुदीना	भूनिंबाच्या पानांचा रस	लवंग, सुंठ, मिरी, पिंपळी काढा, कडुनिंब, भूनिंबाच्या पानांचा रस	*	गूळवेल, मोडीचे तेल, तुळस
जुलाब	बोरीची साल	फांगळयाच्या पानांचा रस, सावर साल, कुंभई, मीठ साखर पाणी	चित्रकमळ उगाळून वापरतात	गेणा वनस्पतीची साल *	सावरसाल, कडूनिंब, सदाफुलीच्या मुळांचा रस	लिंबू सरबत, दही+साखर	सावरसाल, फांगळयाच्या पानांचा रस

उलटी	लिंबू सरबत	फांगळयाच्या पानांचा रस	कोरफड,मुरूड शेंग, लिंबू	हळद उगाळून पिणे	लिंबू सरबत	लिंबू सरबत	
डोकेदुखी	काळा चहा आवळा+तूप		शेंदेलोण, लसून, कपाळाच्या दोन्ही बाजूस चुना लावणे, चित्रकमूळ उगाळून कपाळावर लावणे	हुजा * मूळ कुटून पाण्यातून घेणे	लसून कपाळावर लावणे	लसणाचा रस नाकात सोडणे	
सांधेदुखी अंगदुखी कंबरदुखी	निरगुडीच्या पानांचा काढा करून त्याने आंघोळ घालणे	निरगुडीतेल, सागरगोटा बी	अर्जुन सादडा साल	देवहळद उगाळून लावणे, मिर्ची कंद	शेवग्याची पाने निरगुडी पाने, टाकळा, मेळसिंग वनस्पतीचा पाला पाण्यात उखळून ते पाणी शेकण्या करिता वापरतात	सरसो तेल/ रॉकेलने मालीश	निरगुडी तेलाने मालीश

पोटदुखी	चुलीतली राख मीठ ओवा, काळे मीठ	मुरूडशेंग, कोरफड गर, सोडा आंबाडीची	निलगिरी पाने उकळून त्याचे पाणी सुंठ+धणे+ गुळ+ आळीव+ सागरगोटा चूर्ण एकत्र	कोडवा वनस्पतीची पाने खाणे	*	गोडे तेलाने पोट चोळणे	*
जंत	पळसबी, कुडाबी, बाहवा मगज	पाचरकांदा, रानकांदा, शेवगा बी	शेवगा बी, सागरगोटा चुर्ण	दाती वनस्पतीचे मूळ	कडूनिंबाची साल उगाळून	*	पळसबी, मुरूडशेंग बांबूच्या पानाचा रस
कावीळ	भुईआवळा, अशोकाची साल	आंबासाल, गोमूत्र	धोतरा, एरंडपानाचा रस दूधातून	खेकडा उसाच्या मूळाचा रस	*	एरंडपानांचा रस	एरंड, गूळवेल, रूई चिक

तक्ता क्र ४ : मध्ये '*' या चिन्हाने दाखविलेली माहिती उपलब्ध होऊ शकली नाही. संबंधित रोगावरती वनस्पती किंवा अन्य प्रकारचे उपचार केले जातात, हे इतर सर्व तक्त्यात दाखविले आहे.

याशिवाय त्वचारोगावर कडुनिंबाच्या पानांचा लेप, बेशुध्द पडल्यावर नाकाला कांदा लावणे, अशक्तपणा वर सफेद मुसळी, शतावरी मूळ चूर्ण वापरतात.

तक्ता क्र. ५ : कुटुंबाच्या पातळीवर सामान्य आजारावर उपचारासाठी माहिती असलेल्या वनस्पती

गडचिरोली	ठाणे	अहमदनगर	नंदूरबार	यवतमाळ	अमरावती	रायगड
भुईआवळा	हिरडा	हिरडा	सागरगोटा	रूई	निरगुडी	ओवा
जंगलीहळद	बेहडा	अर्जुन	जिरम्या	तुळस	बला	कोहळा
निरगुडी	आवळा	टंटणी	वाघनख्या	अडूळसा	सावरसाल	आंबा
निरगुडी	मोह	धोतरा	रक्तरोहिडा	नागवेली	कुंभईसाल	आले
बला	पानफुटी	शतावरी	गोरमल	लवंग	पळसबी	अक्कलकाडा
गुळवेल	शेवगा	रानकांदा	मिरचीकंद	सुंठ	जास्वंद	सुरण
सावरसाल	कोरफड	कळलावी	उखीवळा	मिरी	शतावरी	गुळवेल
कुभईसाल	कडूनिंब	पांढरी जास्वंद	गुगला	पिंपळी	पळस	चिंच
कुडा	पाचरकांदा	कोळसुना	कडूनिंब	भूनिंब	एरंड	तुळस
पळसबी	निरगुडी	लिंबू	कुडा	कडूनिंब	सागरगोटा	कुडा
भुनिंब	मुरूडशेंग	हळद	कुंभा	सदाफुली	मुरुडशेंग	निरगुडी
शतावरी	अर्जुन	एकडीचापाला	बला	लसून	सदाफुली	पुदीना
हिरडा	आंबा	रक्तरोहिडा	जांभूळ	निरगुडी	शेवगा	शेवगा
बेहडा	हाडसांदी	पुदीना	हरीयो	टाकळा	पपई	बोर
आवळा	शतावरी	सुंठ	भुंगली	मेळसिंग	हळद	बाळंतशेपा
अशोक	फणस	कोरफड	मोदलो	शेवगा	कांदा	
गवतीचहा	पळस	धणे	पळस	सावर	आंबा	
तुळस	सावरसाल	एरंड	मोरीचा	रक्तरोहिठा		
कडूनिंब	सिदाची मूळी	पळस	आळहाकला	महारूख		
बाहवा	बाहवा	चित्रक	लिंबू	जांभूळ		
वड	कोशिंब	अळाव	रोणा	वाघाटी		
जांभूळ	लिंबू	सागरगोटा	हळदकोडवा	हळद		
कंबरमोडी	कढीपत्ता	नागवेली	दाती	पळस		
मुंगणा	करंज	मुरूडशेंग	सिदामूळ	पिंपरखेड		
रानआंबा	चिंच	गुजपाला	सफेदमुसळी			

गडचिरोली	ठाणे	अहमदनगर	नंदूरबार	यवतमाळ	अमरावती	रायगड
पानफुटी	बोर	आवळा	काळी मुसळी	नरगुडी	शतावरी	रानभेंडी
गुळनिळी	कुसर	रिठा	लोध्रा कांदा	आवळा	गोरमल	शतावरी
नागवेली	रानशेवगा	भारंगी	खेकडाउस	टंटणी	लवंग	शिकेकई
पुदीना	फांगळा	बाहवा	उंबर नोरबो	वाघनख्या	पळसबी	आंबा
वागोटी	चाफा	लोहगोवल		अडूळसा	शेवगा	
रक्तरोहिडा	एरंड	तावरा		सावरसाल	रानकांदा	
कुडा	मोहींदी			धोतरा	मिरचीकंद	
बी	सागरगोटा			रक्तरोहिडा	सुंठ	
मेकड	भूसकूट			कुंभईसाल	जास्वंद	
रानकांदा	अंबाडी			आले	शतावरी	
बोर	कुयरी			पानफुटी	पांढरी जास्वंद	
पेडमा	सागवान बी				गुगल	
अलंटू	हरळी कंद					
टेंटू	उंबरसाल					
पपई	जांभूळसाल					
आले						
सफेदमुसळी						
वावडींग						
मुरूडशेंग						
टोंडबी						
मच्छीचे पिल						
ज्येष्टमध						
उद						

कौटुंबिक स्तरावर गरोदरपण, बाळंतपण व नंतरची काळजी.

गडचिरोली–गरोदरपणाच्या चौथ्या महिन्यापासून दाई घरी येऊन गरोदर स्त्रीच्या पोटावरून तपासणी करते. गरोदर स्त्री पपई खात नाही, त्याने गर्भ पडतो असा समज आहे. कोहळा, काकडी, शेंगदाणे देत नाहीत,त्याने गर्भ मोठा होतो, असा समज प्रचलित आहे.

बाळंतपणानंतर शतावरी मुळी खातात. आहारात भात, मीठ व तिळाची चटणी खातात. बाळाची नाळ सुकेपर्यन्त असा आहार घेतात. जन्मानंतर अर्ध्या तासात बाळाला आंघोळ घालतात व अंगावर दूध पाजतात. यानंतर दररोज बाळाच्या अंगाला मोहाचे तेल लावून कोमट पाण्याने आंघोळ घालतात. मुलांच्या वयाच्या

सहाव्या महिन्यानंतर रोज हातापायांना कडुनिंबांचा रस लावतात.

बाळंतपणानंतर १५ दिवस दाई दररोज बाळाला आंघोळ घालण्यासाठी घरी येते. आंघोळीसाठी गरम पाणी वापरतात.

ठाणे – गरोदरपणात स्त्रिया पपई, फणस, शेंगदाणे खात नाहीत. दोन वेळा पूर्ण पोटभर जेवण घेतात. गरोदरपणात विश्रांती मिळत नाही. बाळंतपणानंतर पाच दिवस नाचणी किंवा वरईची पेज देतात. यानंतर नेहमीचा आहार सुरू करतात; पण त्यात वांगी, वाटाणा, पावटा असे पदार्थ वर्ज्य करतात. अंगावरचे दूध वाढण्यासाठी शतावरी मुळी खाण्यासाठी देतात.

जन्मानंतर बाळाला अर्ध्या तासाच्या आत अंगावर पाजण्यासाठी घेतात. बाळाला गरम पाण्याने आंघोळ घालतात व कपडयात गुंडाळून ठेवतात.

बाळंतपण केल्यानंतर दाई न बोलवता पाच दिवस बाळंतीण स्त्री व बाळाला आंघोळ घालण्यासाठी घरी येते. दाई स्वत: बाळाचे व आईचे कपडे धुते. दाईला बाळंतपण व पुढील काळजी घेतल्याबद्दल ती घरी येते तोपर्यंत जेवण व एकूण ५० ते १०० रूपये मिळतात.

अहमदनगर – गरोदरपणात पपई, केळ खाऊ देत नाहीत. स्त्री गरोदर असताना विश्रांती मिळत नाही. बाळंतपणानंतर पहिले पाच दिवस नागली, बाजरीच्या पिठाची पेज करून देतात. मच्छी करून देतात. शतावरी मुळीचा काढा करून देतात.

बाळंतपणानंतर दाईला पाच दिवस घरी बोलावतात. दाई बाळाला तेलाने मालीश करून आंघोळ घालते. बहुतेक ठिकाणी दाईला एकच दिवस बोलविले जाते व नंतरची काळजी घरातील महिलाच घेतात. बाळाला पहिल्या महिन्यापासून पाणी पाजण्यास सुरूवात करतात. सहा महिन्यांपर्यंत अंगावरचे दूध पाजतात.

नंदूरबार – गरोदर स्त्रिया कोणतेही पथ्य पाळत नाहीत. सर्व उपलब्ध पदार्थ खातात. नंदूरबार जिल्हयातील धडगाव, अक्कलकुवा क्षेत्रात पुरूष दाई आहेत. या भागात परंपरेने काही पुरूष दाई (म्हणजे बाळंतपण करण्याचे) काम करतात. गरोदरपणात विश्रांती मिळत नाहीत.

बाळंतपणानंतर उपलब्ध असेल ते जेवण करतात. बाळ रडले की अंगावर पाजायला घेतात. बाळंतपणानंतर सात दिवस दाई (स्त्री) घरी येते व बाळंतीणीला अंगाला तेल लावून आंघोळ घालते. बाळंतपणानंतर जास्तीत जास्त १० ते १५ दिवस विश्रांती मिळते.

मुलांना ६ महिन्यानंतर पूरक आहार सुरू करतात.

यवतमाळ – गरोदर स्त्रिया विशेष पथ्य पाळत नाहीत. बाळंतपणासाठी दाईला घरी बोलवावे लागते. बाळंतपणानंतर अर्ध्या तासात बाळाला आईकडे पाजण्यासाठी देतात. बाळाला पहिले पाच दिवस गुळाचे पाणी तयार करून देतात. जुलाबासारख्या आजारात बाळाला पहिल्या महिन्यात सुध्दा पाणी पाजतात.

बाळंतपणानंतर बाळाच्या आईला भगर (वरई) व गूळ शिजवून खाण्यास देतात.

अमरावती – तरूण मुली व स्त्रिया मासिक पाळीत त्रास होऊ नये व रक्त शुध्द राहावे म्हणून कडुनिंबाच्या पानांचा रस पितात. गर्भावस्थेत पपई

खात नाहीत. गरोदर स्त्रिया सावऱ्याचे तांदूळ (तांदळाचा प्रकार), भाजी, भाकरी व डाळ खातात. गरोदरपणात शतावरी मुळी खातात.

बहुतेक बाळंतपणे घरीच होतात. बाळंतपण दाई घरी येऊन करते. बाळंतपणानंतर लगेच आई बाळाला दूध पाजण्यासाठी घेते. बाळाला व आईला अंगाला तेल लावून आंघोळ घालण्यासाठी दाई न बोलावता घरी येते. बाळ रडेल त्यावेळी त्याला स्तनपान दिले जाते.

अंगावर पाजणाऱ्या स्त्रीला दूध कमी येत असेल तर मोहाची फुले तुपात भाजून खाण्यास देतात व बरोबर गुळाचा चहा देतात. अंगावर सूज असल्यास उमरवेलीची वाफ देतात.

रायगड – गरोदर स्त्री चौथ्या किंवा पाचव्या महिन्यात काही त्रास असेल तर दाईकडे तपासून घेण्यास जाते. बाळंतपण करणे व बाळंतपणानंतर ४ ते ५ दिवस बाळंतीणीला आंघोळ घालण्याचे काम दाई करते. जन्म झाल्यावर लगेच बाळाला आंघोळ घालतात व दूध पाजण्यासाठी आईकडे देतात बाळंतपणानंतर एक महिना आईला नागली, तांदूळ किंवा कोंबडीच्या मासाची पेज करून देतात. त्यानंतर जेवण देण्यास सुरूवात करतात.

सर्वच भागातील आदिवासी समाजात गरोदर-पणात स्त्रीला विश्रांती मिळत नाही. शेतीवर उदरनिर्वाह अवलंबून असल्याने शेतीचे काम व लाकूड फाटा गोळा करण्याचे काम करावेच लागते. एकत्र कुटुंब पध्दती नसल्याने बाळंतपणानंतर पण काम करावेच लागते. मुलांची, गरोदर स्त्रियांची काळजी घेणे शक्य होत नाही. शेतीवर उदरनिर्वाह असल्याने बरेचसे प्रश्न निर्माण होतात. निसर्गाच्या सान्निध्यात राहिल्याने वनस्पतीचा उपयोग प्रत्येक आजारात करतात तसेच गरोदर स्त्रीच्या आरोग्य रक्षणासाठी सुध्दा वनस्पतींचा वापर होतो.

शासनाच्या आरोग्य व्यवस्थेकडून लसीकरण, गरोदर स्त्रियांची तपासणी होते. परंतु त्याची व्याप्ती पुरेशी नसल्याने पारंपरिक उपचार व चालीरीती दृढपणे पाळल्या जातात.

तक्ता क्र ६ : माता व बाल आरोग्याच्या परंपरा

क्र.	कृति	तपशील
१.	बाळंतपणानंतर दाईची भेट	५ ते १५ दिवस
२.	बाळंतपण सुरळीत होण्यासाठी उपाय, पारंपरीक उपचार	काळेमिरे व जिरे यांचा काढा करून देणे.
३.	बाळंतपणानंतर मातेची काळजी	खोबरेल तेल किंवा मोहाच्या तेलाने अंगाला मसाज करून आंघोळ (गरम पाण्याने)
४.	अंगावरील दूध वाढविण्यासाठी उपाय	• शतावरी मुळी

		● मोहाची फुले व गूळ ● भात , मीठ व तिळाची चटणी ● आले, लसूण, सुंठ, मिरची मीठ घालून केलेली गांडुळाची चटणी ● गांडुळाची पुरचुंडी बांधून कोळंबी (माशांचा प्रकार) आमटी ● हाळीवाचे लाडू
५.	स्तनपान	जन्मांनंतर अर्ध्यातासात बाळासला अंगावर पाजण्यास घेतात
६.	पूरक आहार	६ महिन्यानंतर किंवा दात येऊ लागल्यावर वरचा आहार देतात.
७.	बाळाच्या अंगाला मसाज	खोबरेल तेल, मोहाचे तेल
८	बाळंतपणानंतर ताकद येण्यासाठी	मेथी लाडू, हाळीव लाडू, सुकामेवा लाडू

दाई –

तक्ता क्र. ७ : दाई विषयी सर्व सामान्य माहिती

अ. क्र.	जिल्हा	नाव	वय वर्षे	समाज	अनुभव
१	गडचिरोली	पोवरी पुसु हिचामी	५२	माडीया	७
२	गडचिरोली	बिच्चे बोरका सेडमेक	६०	गोंड	१२
३	गडचिरोली	रूक्मी मासा तलांडी	५५	माडीया	१३
४	गडचिरोली	रूकमाबाई मुन्सी पोटामी	५०	माडीया	१५
५	गडचिरोली	बुरशी फकीस मडावी	५६	माडीया	९
६	गडचिरोली	वैसे कोलू वेळदा	५२	माडीया	१३
७	ठाणे	यमुना यशवंत पिठाले	४५	वारली	४
८	ठाणे	आनंदी यशवंत वारघडे	७५	महादेव कोळी	२२
९	ठाणे	पार्वती किसन नवल	५८	महादेव कोळी	४
१०	ठाणे	वेणुबाई पांडुरंग खुताडे	३८	वारली	८
११	ठाणे	चांगुणा गोविंद डामसे	५२	महादेव काळी	४

१२	ठाणे	राही लक्ष्मण गवळी	६०	कोकणा	१७
१३	ठाणे	वासंती पांडूरंग खुताडे	५७	ढोरकोळी	१३
१४	ठाणे	विमल सुरेश माडी	३५	ठाकर	३
१५	ठाणे	जानी जानु गवते	६३	ठाकर	१०
१६	ठाणे	शांती कृष्णा मोरे	५७	ढोरकोळी	८
१७	अहमदनगर	जनाबाई रामदास भारमल	४२	महादेव कोळी	१८
१८	अहमदनगर	जनाबाई सावळीराम रोंगट	६६	महादेव कोळी	४०
१९	अहमदनगर	लक्ष्मी मारूती करवंदे	२३	महादेव कोळी	४
२०	अहमदनगर	गंगुबाई सोमा रोंगटे	४५	महादेव कोळी	४
२१	अहमदनगर	अनुसुया दामोदर जगताप*	५४	चांभार	७
२२	नंदूरबार	टिडबी रूमा वसावे	४०	भिल	१०
२३	नंदूरबार	कोडवी टुक्या वसावे	५०	भिल	१३
२४	नंदूरबार	टिडवी इरमा तडवी	५८	भिल	१४
२५	नंदूरबार	गुजराबाई माकत्या वळवी	३४	भिल	१०
२६	नंदूरबार	मोजाबाई इरमा वळवी	५६	भिल	१२
२७	नंदूरबार	जेबलीबाई दोहऱ्या राउत	५०	भिल	२०
२८	यवतामळ	सुनिता मोरे	४०	गोंड	१०
२९	यवतमाळ	कुसूम भास्कर आत्राम	४३	कोलाम	१२
३०	यवतमाळ	चंद्रकलाबाई मेश्राम	५०	कोलाम	४
३१	यवतमाळ	भिमबाई पोतू आत्राम	४८	कोलाम	६
३२	अमरावती	सावित्री श्रीपाल पटोरकर	४५	गवलान	१२
३३	अमरावती	मल्ली देवसू जांबेकर	६०	कोरकू	२५
३४	अमरावती	शबो बाटू भिलावेकर	५५	कोरकू	२५
३५	अमरावती	भोराबाई बाबू कासदेकर	५५	कोरकू	१६
३६	अमरावती	रूपी सुखराम भिलावेकर	६०	कोरकू	२०
३७	रायगड	आवडी हिरू धोरोड	७०	ठाकूर	३०
३८	रायगड	हिरा परसू शिंगवा	४५	ठाकर	१५
३९	रायगड	कुसी ओबो घोराड	६५	ठाकर	३०
४०	रायगड	नामाबाई बाबु मसणे	५५	आग्री	२०
४१	रायगड	काळीबाई चांगो भगत	६०	ठाकर	१३
४२	रायगड	जिपू मनू आगिवले	६२	ठाकर	२०
४३	रायगड	रामी दामू पारधी	६०	ठाकर	२५

दाईंची कार्यपध्दती

सर्व दाई साधारणत: ४० वर्षे वयाच्या पुढे आहेत. आदिवासी भागात सर्व साधारणपणे प्रत्येक गाव/पाडयात एक तरी दाई असतेच. दाई गावातच असल्यामुळे स्त्री गरोदर राहिल्यास त्या स्त्रीला तपासण्यासाठी घरी जाते. सर्वच दाईंनी दिलेल्या माहिती–नुसार गरोदर स्त्रीच्या घरी जाऊन तिची पोटावरून तपासणी करतात. हातापायावर सूज येणे, पोट प्रमाणापेक्षा मोठे असणे, झटके येणे, रक्त स्त्राव होणे इ. गरोदरपणातील धोक्याची लक्षणे दाईना माहिती आहेत. गरोदरपणात धोक्याचे लक्षण असता दाई स्त्रीला दवाखान्यात नेऊन तपासणी करून घेते. तपासणीच्या वेळी दाई उपस्थित असते.

परंपरेने चालत आलेल्या पथ्यापथ्याच्या कल्पनां नुसार दाई गरोदरपणात ठराविक पदार्थ टाळण्यास सांगतात.

गरोदरपणात टाळण्याचा पदार्थ	कारण
कांदा	बाळंत रोग होतो
पपई	गर्भपात होतो
शेंगदाणे	गर्भ मोठा होतो
कोहळा	गर्भ मोठा होतो
काकडी	गर्भ मोठा होतो

स्त्री गरोदर असताना दोन तीन महिन्यांतून एकदा दाई स्त्रीचे पोट तेलाने चोळून देते. पोट चोळताना गर्भ ठीक असल्याची खात्री करून घेते. गरोदर स्त्रीचे नाव दाई अंगणवाडीत नोंदवते. जव्हार तालुक्यामध्ये दाईने गरोदर स्त्रीला तपासल्यानंतर भगत औषधे ठेवलेली एक कापडाची पुडी बनवतात. भगताच्या पध्दतीने काही बाबींचा विचार करून सुरक्षित गरोदरपणासाठी कोंबडा किंवा बकऱ्याची बोली लावतात व जी बोली लागेल (कोंबडा किंवा बकरा) त्याचे मांस संपूर्ण गरोदरपणात वर्ज्य करतात.

बाळंतपण – गरोदर स्त्रीच्या पोटात दुखू लागल्यानंतर एक खोली सफाई करून ठेवतात. दाई व तिची मदतनीस (पोट धरी) त्या ठिकाणी येतात. खोलीमध्ये पुरेसा उजेड केला जातो. एक स्वच्छ फडके जमिनीवर टाकून त्यावर स्त्रीला झोपविले जाते. नवीन ब्लेड व दोरा दुकानातून आणून ठेवलेले असते. बाळंतपणाच्या कळा सुरू झाल्यावर त्या स्त्रीला मलमूत्र प्रवृत्ती होत असल्यास बाहेर जाऊन यायला सांगतात. पोटात दुखणे वाढते तशा त्या महिलेला कळा देण्यास सांगतात. दाई व बरोबरची महिला सतत ओरडून बाळंत होणाऱ्या स्त्रीला जागे ठेवतात. पाण्याची पिशवी फुटल्यानंतर बाळ हळूहळू बाहेर येते. बाळ पूर्ण बाहेर आल्यावर नाळ दोऱ्याने बांधून ब्लेडने कापली जाते.

नाळ कापल्यानंतर बाळाचे कान फुकणे, तोंडात बोट घालून तोंड साफ केले जाते. त्यानंतर दाई त्या बाळाला गरम पाण्याने आंघोळ घालते व कोरडे करून कपडयात गुंडाळून अंगावर पाजण्यासाठी मातेकडे देते.

बाळंतपणानंतर दाईच्या भेटी

बाळंतपणानंतर दाई बाळाला व त्याच्या आईला आंघोळ घालण्यासाठी रोज घरी येते बाळाला संपूर्ण अंगाला तेलाने मसाज करून गरम पाण्याने आंघोळ घालते. बाळाच्या आईला कंबर व पोटावर तेलाने चोळून गरम पाण्याने आंघोळ घालते. बाळाचे व आईचे कपडे धुण्याचे काम पण दाईच करते.

दाईंना माहिती असलेली धोक्याची लक्षणे

गरोदरपण

१) हातापयावर सुज येणे

२) योनी भोवतीची शीर फुगणे

३) आडवे बाळ, जुळे बाळ

४) झटके येणे, दातखीळ बसणे

५) कमी उंचीची बाई

६) पोटात जास्त पाणी असणे

७) अंग पिवळे पडणे

बाळंतपण

१) वार बाळाच्या आधी बाहेर येणे

२) पायाळू बाळ

धोक्याचे लक्षण दिसल्यास दाई गरोदर स्त्रीला दवाखान्यात घेऊन जाते. स्वत: कोणताही उपचार करत नाही.

वैदू परंपरा

या सर्वेक्षणांतर्गत सात आदिवासी बहुल जिल्हयांतील ४८ वैदूंची माहिती घेतली. जिल्हानिहाय वैदूंचे संक्षिप्त माहिती.

तक्ता क्र. ७ : वैदूंची माहिती

अ.क्र.	जिल्हा	वैदूचे नाव	वय वर्षे	समाज	कामाचा अनुभव
१	गडचिरोली	ढिवरा देवराम दुर्वा	४६	माडिया	१८ वर्षे
२	गडचिरोली	नवलू पेका कोरसामी	३५	माडिया	७ वर्षे
३	गडचिरोली	इग्ण्यायूस केरकेटा	५२	ओराव	८ वर्षे
४	गडचिरोली	राजू कोरसामी	३७	गोंड गोवारी	११ वर्षे
५	ठाणे	यशवंत गोविंद खानझोडे	६५	वारली	१२ वर्षे
६	ठाणे	यशवंत रामा पिठोले	४४	वारली	६ वर्षे
७	ठाणे	सयाराम काकड दाहवाडे	३४	वारली	८ वर्षे
८	ठाणे	देवराम नरसू पाहू	७५	वारली	१५ वर्षे
९	ठाणे	देवराम यशवंत मिरके	३५	महादेव कोळी	१२ वर्षे
१०	ठाणे	लासू डोके	७०	कोकणा	३० वर्षे
११	ठाणे	शंकर लक्ष्मण डोके	६०	कोकणा	१५ वर्षे
१२	ठाणे	अनंता कृष्णा चावरे	६३	ढोरकोळी	२२ वर्षे
१३	ठाणे	झिपर नवसू बांबरे	३५	ठाकर	१० वर्षे

अ.क्र.	जिल्हा	वैदूचे नाव	वय वर्षे	समाज	कामाचा अनुभव
१४	ठाणे	शिवराम लक्ष्मण पवार	६१	ढोरकोळी	२१ वर्षे
१५	अहमदनगर	चिंतू देवू माळी	३८	ठाकर	१२ वर्षे
१६	अहमदनगर	किसन शंकर भांगरे	३८	महादेव कोळी	१३ वर्षे
१७	अहमदनगर	रामभाउ भिवा भांगरे	३६	महादेव कोळी	१२ वर्षे
१८	अहमदनगर	सोमनाथ भाउ बारमते	२८	महादेव कोळी	१० वर्षे
१९	अहमदनगर	शांताराम बुधा सुपे	५५	महादेव कोळी	१६ वर्षे
२०	अहमदनगर	पांडूरंग तुळशिराम रोंगटे	५०	महादेव कोळी	१५ वर्षे
२१	नंदूरबार	प्रदिप गोपाळ भांगरे	४४	महादेव कोळी	७ वर्षे
२२	नंदूरबार	भरत कागडा वसावे	२९	भिल्ल	६ वर्षे
२३	नंदूरबार	सत्या बुल्या वसावे	६२	भिल्ल	३० वर्षे
२४	नंदूरबार	भामरा चदया तडवी	६८	भिल्ल	२५ वर्षे
२५	नंदूरबार	शिवराम हुन्या वळवी	५०	भिल्ल	३० वर्षे
२६	नंदूरबार	आमशा बाबल्या वळवी	४५	भिल्ल	४५ वर्षे
२७	नंदूरबार	वन्या वेस्ता तडवी	३७	भिल्ल	१० वर्षे
२८	यवतमाळ	देहल्या सारपा वसावे	५४	भिल्ल	२० वर्षे
२९	यवतमाळ	मारूती संभा राऊत*	५२	माळी	१९ वर्षे
३०	यवतमाळ	भिमराव महादेव शेंडे	५२	गोंड	३२ वर्षे
३१	यवतमाळ	धोंडीबा मारूती टेकाम	५६	कोलाम	२० वर्षे
३२	यवतमाळ	बाबाराव चेंडकू टेकाम	४७	कोलाम	२० वर्षे
३३	यवतमाळ	जनार्दन मरापे	६९	गोंड	३९ वर्षे
३४	अमरावती	चिन्मु बापूराव नैताम	४६	कोलाम	१५ वर्षे
३५	अमरावती	नकुल बाळू खेडकर	४५	कोरकू	१० वर्षे
३६	अमरावती	सिताराम सातू भिलावेकर	३६	कोरकू	७ वर्षे
३७	अमरावती	जोहन नाना नागले *	५३	बलई	१२ वर्षे
३८	रायगड	छोटे सानु कास्देकर	५५	कोरकू	१० वर्षे
३९	रायगड	भाउ पालु लोभी	४०	ठाकर	१५ वर्षे
४०	रायगड	नागेश कमळू बांगरे	४१	ठाकर	२० वर्षे
४१	रायगड	पालू रामू भला	४५	ठाकर	५ वर्षे

अ.क्र.	जिल्हा	वैदूचे नाव	वय वर्षे	समाज	कामाचा अनुभव
४२	रायगड	काळूराम महिन थोरात	३३	ठाकर	५ वर्षे
४३	नंदूरबार	वाळकु आंबो पादीर	५१	ठाकर	१० वर्षे
४४	नंदूरबार	धरमसिंग बामण्या वसावे	३३	भिल्ल	१० वर्षे
४५	नंदूरबार	गणपत जेरमा वसावे	३५	भिल्ल	१० वर्षे
४६	नंदूरबार	दामा दित्या वळवी	५०	भिल्ल	२५ वर्षे
४७	नंदूरबार	कागरा बासरा पाडवी	६८	भिल्ल	४० वर्षे
४८	नंदूरबार	मालसिंग ठाणक्या राउत	३६	भिल्ल	१० वर्षे

** अशी खूण असलेले वैदू हे आदिवासी समाजातील नाही.*

वैदू जंगलात जाऊन वनस्पती गोळा करतात. वनस्पती गोळा करण्यासाठी काही वेळा २० ते ३० किलोमीटरपर्यंत पायी प्रवास करावा लागतो. जंगलामध्ये कोणत्या वनस्पती कुठे सापडतात ते वैदूंना माहिती आहे. काही वनस्पती फक्त पावसाळयात सापडतात. सर्वच वनस्पती ताज्या स्वरूपात वापरण्यावर वैदूंचा भर आहे. बरेच वेळा वैदू रूग्ण आल्यावर जंगलात जाऊन वनस्पती आणतात. कर्जत जि. रायगड, अकोले जि. अहमदनगर येथील काही वैदूंनी स्वत:चे दवाखाने काढले आहेत. या क्षेत्रात शिक्षणाचे प्रमाण बरे असून वैदूंचा जवळच्या शहरातील लोकांशी संपर्क येतो. काही स्वयंसेवी संस्थांनी प्रशिक्षण दिल्याने व त्यांना दवाखाना काढण्यास प्रोत्साहीत केल्याने दवाखाने सुरू केले आहेत. हे वैदू उपचार करण्यासाठी पैसे घेतात. औषधी वनस्पती आयुर्वेदिक औषधांच्या दुकानातून खरेदी करतात.

जे भाग शहरी संस्कृतीपासून दूर आहेत त्या ठिकाणी वैदू कोणत्याही मोबदल्याची अपेक्षा न ठेवता उपचार करतात. रूग्ण बरा झाल्यावर स्वखुशीने धान्य, कोंबडी किंवा दारू देतात. काही ठिकाणी वैदू उपचार करण्यास एस.टी. ने आल्यास त्याचे भाडे रोख स्वरूपात दिले जाते.

वैदूंना औषधोपचार करताना अनेक समस्यांना समोरे जावे लागते. वैदूंच्या मते पूर्वी (१० ते १५ वर्षापूर्वी) ज्या वनस्पती जंगलात जवळपास सापडत असत, त्यासाठी आता सहा ते सात किलोमीटर जंगलात जावे लागते. आदिवासी समाजातील काही लोक शेती करण्यासाठी जंगल तोडतात. त्यामुळे वनस्पतीची हानी होते. जंगल खात्याकडून आग लावली जाते. या आगीत अनेक वनस्पती नष्ट होतात. काही विभागात वैदू किंवा अन्य कोणत्याही व्यक्तीला जंगलात प्रवेश करण्याची परवानगी नाही. त्यामुळे वनस्पती माहिती असूनही त्याचा वापर करता येत नाही. ज्या आजारांवर उपचार करण्यात वैदूंना यश येत नाही त्या रूग्णांना सरकारी किंवा खाजगी दवाखान्यात पाठवून देतात.

गडचिरोली मधील वैदूंचे मत केवळ कडुनिंबाचे किंवा उंबराचे गुण वेगळे व कडूनिंबाचे झाड आणि

उंबराचे झाड जवळजवळ उगवले असेल तर त्याचे गुण वेगळे असतात. आजारांवर उपचार करतांना दोन्ही वनस्पती म्हणजे वेगवेगळया उगवलेल्या व एकाठिकणी उगवलेल्या वनस्पती वेगवेगळया आजारांवरील उपचारासाठी वापरतात. नैसर्गिकरित्या वनस्पती उगवताना त्या विशिष्ट ठिकाणीच उगवतात त्याचे कारण त्या जमिनीतील गुण वनस्पतीला पोषक असतात. म्हणून हा विषय विचार करण्यासारखा असून व्यवसायिक स्तरावर वनस्पतींच्या लागवडीने त्यांच्या गुणात काही फरक पडतो का? हे अभ्यासण्यासारखे आहे.

तक्ता क्र. ८ : वैदू कोणकोणत्या आजारांवर उपचार करतात ?

गडचिरोली	ठाणे	अहमदनगर	नंदूरबार	यवतमाळ	अमरावती	रायगड
गोवर	पोटदुखी	मुळव्याध	फिट येणे	ताप	कुत्रा चावणे	संधीवात
ताप	कावीळ	मुकामार	हातपाय दुखणे	मुळव्याध	पिलीया	रक्तदाब
खोकला	जुलाब	हाडमाडणे	अंगावर सूज	जुलाब	शरीरावर सुज	मधुमेह
सर्दी	खवडे	पोटविकार	कंबरदुखी	हमी	फोड	पोटदुखी
अशक्तपणा	फोडया	ताप	पोटदुखी	अंगदुखी	पोटदुखी	डोकेदुखी
लकवा	सर्दी	जुलाब	एकदिवसाआड	पाठदुखी	जुलाब	ताप
बेशुध्दी	खोकला	मुड्डुस	येणारा ताप	विंचु दंश	सांधेदुखी	आतडयाला
सर्पदंश	जंत	अर्धांगवायू	मासीकपाळी	सर्पदंश	ताप	सुज
विंचू दंश	अंगावरून जाणे	कावीळ	संदर्भातीलतक्रारी	मुतखडा	मासीक	मुळव्याध
मासीक पाळीचे	सांधेदुखी	विंचू दंश	दमा सर्पदंश	मासीकपाळी	पाळीचे	मुतखडा
आजार	सर्पदंश	सर्पदंश	विंचू दंश	संदर्भातील	आजार	दमा
पोटदूखी	विंचूदंश	दातदुखी	काटा रूतणे	आजार		मणक्यामध्ये
कानदुखी	मुकामार	नायटा	त्वचारोग	पोटदुखी		गॅप
अर्धाशिरी	स्तनदा स्त्रीला	मुतखडा	कावीळ गोवर	सांधेदुखी		मासीक
उन्हाळे	दूध न येणे	स्त्रियांचे आजार	डिलेव्हरी	हाडमोडणे		पाळीचे
पोटात गोळा	लहान मुलांचा	डायबेटीस	टि.बी. खरूज	विषमज्वर		आजार
येणे	अशक्तापणा	काटा रूतने	डोण्यात फुल	पडणे		नागीण
		गुप्तरोग	कॅन्सर	जनावरांचे		गाठी
				आजार		दातदुखी
				हाड मोडणे		लकवा
						रक्तप्रदर
						श्वेतप्रदर
						मुडदूस

वरील तक्त्यामध्ये आजारांची नावे वैदूंनी जी सांगितली ती तशीच ठेवण्यात आली आहेत. आजारांची नावे सांगण्यावरून सुध्दा काही भागातील वैदू व लोकांचा शहरी, नागरी संस्कृती बरोबरचा संपर्क लक्षात येतो. यातील काही वैदू जंगलात न उपलब्ध होणाऱ्या वनस्पतीचे चूर्ण आयुर्वेद औषधी दुकानातून खरेदी करून उपचारासाठी वापरतात. काही वैदूंना आयुर्वेद औषधी प्रक्रिया वेगवेगळया प्रशिक्षणातून शिकायला मिळाल्याने ते औषधे तयार करून वापरतात.

वैदूंच्या औषधी देण्याच्या पध्दती

गडचिरोलीतील वैदू औषधे वापरताना प्राथमिक स्वरूपात म्हणजे कुटून, रस काढून, लेप किंवा चूर्ण स्वरूपात वापरतात. या भागात भाजण्याचे प्रकार जास्ती प्रमाणात आढळून येतात. येथील लोक भाजलेल्या भागावर लावण्यासाठी पारंपरिक पध्दतीने मलम तयार करतात.

एका पातेल्यात मोहाचे तेल घेऊन चुलीवर गरम करत ठेवतात. त्यामध्ये उद विरघळून घेतात. नंतर हा विरघळलेला उद मडक्यातील थंड पाण्यात टाकतात. मडके पानाने झाकतात. थंड झाल्यावर त्या उदाचे मलम तयार होते. यानंतर देवाची प्रार्थना करून हे मलम पक्ष्याच्या पिसाने भाजलेल्या भागावर लावतात.

ठाणे जिल्हयातील वैदू जंगलातून ताज्या वनस्पती आणून वापरतात. रूग्ण जास्ती आजारी असेल तर वैदू त्याच्या घरी जातात व उपचार करतात. वनस्पतीची साल, मूळ, शेंग, फूल औषधात वापरतात. वनस्पती शिजवून, ठेचून, रस काढून वापरतात.

अहमदनगर जिल्हयातील अकोले तालुक्याच्या आदिवासी क्षेत्रात दोन वैदू आयुर्वेदिक दवाखाना चालवतात. लेप करणे, तेल मालीश, वाफारा, वमन देणे असे उपचार केले जातात. वैदूंकडे स्वेदन पेटी, कॉट, स्टोव्ह वगैरे साहित्य आहे. दवाखान्यात सुतशेखर, योराज गुग्गुळ, रास्नादी चूर्ण, अश्वंकचुकी, दशमुळारिष्ट इत्यादी तयार उत्पादने वापरतात.

नंदूरबार जिल्हयातील वैदू वनस्पतींचे पंचांग वापरतात. आवश्यकतेनुसार औषधाचे स्वरूप बदलण्याचे ज्ञान वैदू जवळ आहे. औषध चूर्ण स्वरूपात द्यायचे की रस स्वरूपात दयायचे ते आजाराच्या अवस्थेवर ठरवतात. वैदू आजारी माणसाच्या घरी जाऊन उपचार करतात.

यवतमाळ मधील वैदू झाडाचे पंचांग औषधात वापरतात. वनस्पती चूर्ण, कुटून रस या पध्दतीनेच वापरतात. औषध उपचारासाठी वैदू लोकांच्या घरी जातात. ज्या आजारावर उपचार होऊ शकत नाही त्यांना रूग्णालयात पाठवून देतात. माथार्जुनचे वैदू श्री. मारूती संभा राउत यांचेकडे पंच क्रोशीतील लोक उपचार घेण्यास येतात. पाठदुखी, कंबरदुखीवर उपचार करणारे ते हाड वैदू आहेत. विशिष्ट प्रकारे मसाज व त्याबरोबर पोटात घेण्यासाठी काही वनस्पती व कंद देऊन उपचार करतात.

अमरावती – इतर क्षेत्रांप्रमाणेच येथील वैदू वनस्पती पंचांग कुटून रस काढून किंवा लेप स्वरूपात वापरतात.

कर्जत – येथे स्वयंसेवी संस्थेने पंधरा ते वीस वर्षापूर्वी वैदू प्रशिक्षण कार्यक्रम सुरू केल्याने बहुतेक वैदूंना वनस्पतींवर प्रक्रिया करण्याचे ज्ञान आहे. हे वैदू अनेक व्याधींवर उपचार करतात व औषधे तयार करून ठेवतात.

तक्ता क्र. ९ : वैदूंना माहिती असलेली औषधी वनस्पती व मिश्रणांची संख्या

आजाराचे नाव	औषध संख्या	आजाराचे नाव	औषध संख्या
खोकला	२१	अशक्तपणा	६
सर्दी	१०	मार लागणे/जखम	८
ताप	१०	स्त्रीयांचे आजार	४
उलटी	१३	हाड मोडणे	३
जुलाब	१३	त्वचारोग	५
डोकेदुखी	७	मुतखडा	१
अंगदुखी	१४		
सांधेदुखी	१४		

तक्ता क्र. १० : वैदूंना माहिती असलेल्या वनस्पती, उपयोगी अंग व आजार

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१	अनंतमूळ	मूळ	रक्त शुध्दीवर, फुरशाचे (सापाचा प्रकार) दंशावर,
२	आवळा	पान, फळ, साल	पातळ जुलाब थांबविणे, नेत्ररोग, रसायन
३	आंबा	पान, फळ, साल	कोवळी पाने जुलाबासाठी, कावीळ
४	आळीव	पाने, फळ, साल	पोटदुखी, जखम
५	अननस	फळ	पोटात केस गेल्यावर
६	आळू	कंद	सुजेवर लेप करण्यासाठी
७	अर्जुन	साल	जखम हदयविकार
८	आईन	साल	जखम, हदयविकार
९	आसाना	साल फळ	मूळव्याध
१०	अक्कलकारा	फळ	बुध्दीवाढण्यासाठी, बोबडेपणा
११	आमटी फटाकरी	मुळ फळ	सर्पदंश, कृमीनाशक,
१२	अमरकंद	कंद	दमा, कॅन्सर, टी.बी.
१३	भुई कोहळा	कंद	अंगावरचे दूध वाढण्यासाठी

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१४	ओवा	बी	वात व्याधी
१५	आले	कंद	मुळव्याधी
१६	आवडा	पाने-फळे	भूक न लागणे, चिखल्या
१७	आवांडी	पाने	पचन होण्यासाठी
१८	आमरवेल	वेल	पित्तनाशक
१९	आवटा	पाने साल	जुलाब, डोळयात फुल पडणे
२०	हादगा	साल	पोषण, कडकी
२१	आकोल	मुळ	सर्पदंश
२२	पांढरा आघाडा	मुळ पान	विंचू चावणे, कुत्रा चावणे
२३	वारतोंडी	फळ	काखमांजरी
२४	आशोक	साल	प्रदर रोग
२५	कुडा	साल मूळ	मुळव्याध, जुलाब
२६	कुडई	पाने	त्वचाविकार
२७	कुडू	मूळ, बी	मुतखडा
२८	करटोला	कंद	सर्पदंश
२९	कवठ	फळ	पित्त कावीळ
३०	कांदा	कंद	धातूवर्धक
३१	कांचनार	साल	गाठी, सूज
३२	कोथिंबीर	पाने, बी	भाजणे, आमपाचक
३३	कोशीब	साल	प्रदर विकार
३४	कपीला	बी	जंत
३५	काकड	खोड	डोळणातून पाणी येणे
३६	कडू किरायता	पंचांग	ताप, त्वचा विकार
३७	कोकम	फळ	आम्लपित्त, पचन
३८	कळलावी	मूळ , बी	केसतुड, बाळंतपण लवकर होणे साठी
३९	कडूनिंब	साल, पाने	त्वचाविकार, विषनाशक
४०	पीवळी कण्हेर	मूळ, पाने	वातव्याधी
४१	कडू करवंद	फळ , मूळ	सर्पदंश, पौष्टीक
४२	करमेळ	पाने, मुळ	गोम चावणे, मुळव्याध
४३	कटंकारी	पंचांग	दमा, खोकला

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
४४	कळंब	साल	जुलाबावर
४५	काटे निवडूंग	खोड	वातव्याधी
४६	कापसी	पाने	धुपणीवर, सर्पदंश
४७	कापूर तुळस	पाने	दमा, खोकला, सर्दी
४८	कुंभा	पाने, पंचांग	अर्धे डोके दुखी, ताप
४९	कुंभई	साल, फळ	जुलाब, प्रदर, मेद
५०	कसई	बी	मेदनाशक
५१	पांढरी कण्हेर	मुळ	मुळव्याध, मोडावर लावणे
५२	कण्हेरी	फळ	पित्तशामक
५३	कोहळा	फळ	पौष्टीक
५४	कडू इंद्रायण	फळ मुळ	सर्पदंश, चामखीळ
५५	कासस्तूर	पाने	त्वचाविकार, नायटा
५६	कंडळ	गवत	दमा
५७	केळी	मुळकंद	पित्तनाशक
५८	कुडळ	साल, पाने	कावीळ
५९	कडू जिरे	बी	कृमिध्न
६०	काटे कोवळा	बी	मेदनाशक, भस्मक रोग
६१	काकडी	बी, साल	मुतखडा, सुज
६२	काळेतीळ	बी	केस गळणे
६३	कोरफड	पान	भाजणे कावीळ
६४	करंज	साल बी	आव, त्वचा विकार
६५	कमळ	फुल	वातरोग, दमा
६६	चीरोटे	फळ	उबाळ, केसतुड
६७	कामोणी	बी	जंतासयाठी
६८	कुंकु	बी, फळ	रंग देण्यासाठी
६९	केवडा	मुळ	मुतखडा
७०	काळी सारीवा	मुळ	सुज, सर्पदंश
७१	कडदोडी	पाने, मुळ	सर्पदंश, सुज
७२	कडू दोडका	फळ	कावीळ
७३	करळे	पंचांग	मधुमेह, ताप

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
७४	कवडळ	साल, बी	प्रदर पायाला भेगा पडणे
७५	कपाळ कोडी	पाने	सुजेवर लेप
७६	कायफळ	फळ	झोप लागणेसाठी
७७	काखी	खोड किडया घर	कानाला जखम
७८	कोष्ठ कोळीजंन	मूळ	गाठी साठी
७९	कापुर भेंडी	मुळ	धातुवर्धक
८०	कस्तर भेंडी	मुळ	कावीळ, जुलाब
८१	काजु आंबा	बी, फळ	पौष्टीक विंचुदंश
८२	पांढरी कावळी	मुळ शेंग	डोकेदुखी, त्वचाविकार
८३	कृष्ण कमळ	फुल देठ	दमा
८४	पाचर कांदा	कंद	जंत, चाई
८५	किनई	साल	कावीळ
८६	कोकडूक	कंद	नारू
८७	जंगली कांदा	कंद	जंत, कॅन्सर
८८	कडूकंद	कंद	मधुमेह
८९	कडीपत्ता	पाने	रक्तवाढीसाठी
९०	काटेमाठ	मुळ	बेंड फोडणेसाठी
९१	कापुर काचरी	कंद	खोकला
९२	कटोली	कंद	सर्पदंश, सुज
९३	कामोठी	साल	त्वचा विकार
९४	गाजर	मुळ, बी	रक्तवाढीसाठी, मुतखडा
९५	गुळवेल	वेल	ताप, कावीळ, मधुमेह
९६	गुलाब	फुल	डोळयांचे आजार
९७	गुळमास	कंद	कस नाहीसे करण्यासाठी
९८	गुग्गुळ	डींक	वातव्याघी
९९	गहु	बी	पौष्टीक, हदयविकार
१००	गजगा	बी, पान	पोटदुखणे, कावीळ
१०१	गोकर्णी	मूळ	बुध्दीवर्धक
१०२	गजपिंपळी	फळ	दमा, खोकला
१०३	लालगुंज	मुळ	दमा, सर्पदंश

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१०४	पांढरी गुंज	मुळ, बी	दमा, गर्मीचे चट्टे
१०५	गोरखमुंडी	पंचांग	रक्तकृमी
१०६	गोरखचिंच	फळ	दमा, जुलाब
१०७	गोखरू	पंचांग	मुतखडा
१०८	गेळफळ	फळ, मुळ	उलटी करणे, गळू फोडणे
१०९	खाजकुहीली	मुळ, बी	केशवर्धक, धातुवधृक
११०	खरशिंग	खोड, शेंग	त्वचा विकार, कुमीघ्न
१११	खसरा	कंद	बलवर्धक
११२	खरमाटी	दुध चीक	अन्डवृध्दी, सुज
११३	खजूर	फळ	भूक वाढणे
११४	काळा खैर	साल, खोड	रक्त शुध्दीविकार
११५	पांढर खैर	साल	अंगावरून पांढरे जाणे
११६	खानदोडी	पाने	बेलाचा खांद आल्यावर पाने बांधावीत
११७	चिंच	पाने,मूळ,फळ	सांधे दुखी, बध्दकोष्ठ
११८	चित्रक	मुळ	वातनाशक, गळू फोडणे
११९	चिल्हार	पाने, साल	तोंडाचे रोग
१२०	चिकणा	मुळ, पंचोग	वातनाशक, बलवर्धक
१२१	चेरा	साल	धातुवर्धक, जखमेवर
१२२	चमेली	पाने	जखम
१२३	चादवा	पाने	जखम
१२४	चंदरजोत	चिक, बी	दातदुखी
१२५	चाफा	पाने	भाजी करून खातात
१२६	पांढरे चंदन	खोड	दाहनाशक, पित्त
१२७	लालचंदन	खोड	डोळयाची लाली कामी करणे
१२८	चिकू	चिक	गाठीवर लेप करणे
१२९	लाल जास्वंद	पाने फले	केस वाढणे
१३०	पांढरी जास्वंद	फुले	अंगावरून पांढरे जाणे
१३१	जटामांसी	कंद	झोप येण्यासाठी
१३२	जायफळ	फळ	झोप येण्यासाठी
१३३	जुई	पाने	जखमेवर

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१३४	जंगली द्राक्ष	वेल	वात रोग
१३५	हाळीव	बी	कफनाशक
१३६	जंगली तुळस	बी	गर्भधारणेसाठी
१३७	जंगली मिरे	मुळ	वातनाशक
१३८	जलब्राहमी	पंचांग	बुध्दीवर्धक
१३९	जांभुळ	पाने बी	जुलाब, मधुमेह
१४०	तमालपत्र	पाने	दमा, खोकला
१४१	तोरण	साल, बी, पाने	जुलाब, तोंड येणे
१४२	तांबोळी	मुळ	हाड मोडणे
१४३	तांदुळजा	पंचांग	विषघ्न
१४४	तालीमखाना	मुळ, बी	धातुवर्धक, मुतखडा
१४५	तुर	पाने	जखमेवर
१४६	तोंडली	पाने, फळ	तोंड येणे वर
१४७	तांबडा भोपळा	पान फळ	विंचु दंशावर
१४८	ताग	बी	वांझपणासाठी
१४९	रान ताग	बी	वांझपणासाठी
१५०	तुळस	पाने बी	दमा, खोकला, गर्मी
१५१	तिळ	पंचांग	दातविकार, दमा
१५२	ताड	मुळ, फळ	भुतबाधा, बलवर्धक
१५३	दंतीमुळ	मुळ	जुलाब करण्यासाठी
१५४	देवदारू	खोड	वातनाशक
१५५	दारू हळद	खोड	रक्तशुध्दी, डोळयांचे आजार
१५६	दुर्वा	पंचांग	गर्मी, पित्तनाशक, विंचु चावल्यावर
१५७	दाडवशी	साल	दातदुखीसाठी
१५८	द्रोणपुष्पी	पाने, पंचांग	अर्धे डोके दुखी, ताप
१५९	धावडा	बी, डिंक	त्वचा विकार, कंबर दुखी
१६०	धामण	बी, पाने	बलवर्धक
१६१	धाबा	पाने, बी	सुज, दमा
१६२	ढोरभुज	साल	विष नाशक
१६३	डिकेमली	डिंक	कृमीघ्न, दातदुखी

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१६४	डिना	मुळ	रक्त शुध्दीकर
१६५	नादनवेल	वेल	शुभ कामासाठी
१६६	नागवेल	पाने	दमा, खोकला
१६७	नारळ	फळ	पित्तशामक, मुतखडा
१६८	नारळी	मुळ	हाड मोडणे
१६९	निलगिरी	तेल, पाने	डोकेदुखी, पोटदुखी, वातरोग
१७०	नाना	साल	विषनाशक
१७१	नागदावण	पाने मुळ	सर्पदंश, पित्त
१७२	नादुरखी	साल	जखमेवर
१७३	नाई	पंचांग	वातविकार
१७४	नागरमोथा	कंद,मुळ	पित्तशामक आमपचन
१७५	निगरुडी	पाने, मुळ	वातनाशक, बुध्दीवर्धक
१७६	काळी निरगुडी	पाने	रातआंधळेपणा
१७७	परिपाठ	पंचांग	गोवर, कावीळ, ताप
१७८	पारिजातक	पाने, बी	ताप, केस वाढणे
१७९	पळस	पान, साल, फुल, शेंग	गर्भस्तंभक, मुखरोग, डोळयांचे आजार
१८०	पडवळवेल	मुळ	हदयविकार, सर्पदंश
१८१	पांढरा कुडा	साल	त्वचाविकार,अंगावर पांढरे जाणे
१८२	पिंपळ	साल	त्वचाविकार, अंगावर पांढरे जाणे
१८३	पांगारा	साल	कृमिघ्न
१८४	पानफुटी	पाने	मुतखडा, जुनाट जखम
१८५	पिंपळी	फळ	दमा, भूक लागणेसाठी
१८६	पिंपळमूळ	मुळ	झोप येण्यासाठी
१८७	पिठवण	पंचांग	वातनाशक
१८८	पेवा	मुळ	गाठी, नागीण
१८९	पाडळ	मुळ	वातनाशक
१९०	पांढरी	पाने खोड	पोटदुखी, जखम
१९१	फटाकरी	फळ, बी	मण्यार विषावर
१९२	फटाकरी लवंगी	फळ, बी	सर्पदंश
१९३	पित्तपापडा	पंचांग, पाने	आम्लपित्त

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
१९४	पळसवेल	पाने	पौष्टीक
१९५	पुष्करमुळ	मुळ	खोकला
१९६	पपई	फळ	गर्भनाशक, भूकलागणेसाठी
१९७	पुभाजिवा	मुळ, साल	विषनाशक, जखम
१९८	पिंगी	फळ, बी, पाने	लखवा, बुध्दी वर्धक
१९९	पुदीना	पाने	दमा, खोकला
२००	पेटारी	मुळ	
२०१	फांगळी	पाने, मुळ	मुतखडा, पोटदूखी, लघवी लाल होणे
२०२	बाहवा	पाने, साल, शेंग	नायटा,रक्तशुध्दी करणे, संडास साफ होणे
२०३	बेल	पाने, मुळ, फळ	कान दुखणे, वातनाशक, जुलाब थांबवणेसाठी
२०४	ब्राह्मी	पंचांग	बुध्दीवर्धक
२०५	बीट	कंद	रक्तवाढीसाठी
२०६	बटाटा	कंद	डोळे निरोगी ठेवणे
२०७	बीबा	फळ, बी	पौष्टीक, जखम
२०८	बकुळ	साल	दाताचे विकार
२०९	बीबला	साल	प्रदर, मधुमेह)
२१०	बला(नाग)	मुळ	बलवर्धक
२११	बोर	साल, फळ	खोकला
२१२	बदाम	फळ	बलकारक
२१३	बकाणानिंब	साल	त्वचाविकार
२१४	बाळंतशेपा	बी	डांग्या खोकला
२१५	बांडगुळ	पंचांग	लघवी प्रमाण वाढणेवर
२१६	ब्रह्न्ती	पंचांग	वातनाशक
२१७	बाफळी	फळ	जंतुनाशक
२१८	बाकुची	बी	पांढरे फोड
२१९	बटई	बी, फळ	अंड वृध्दीसाठी
२२०	बांबु	पाने	गाईची वार पडत नसल्यास
२२१	भारंग मुळ	मुळ	कफ, दमा, उचकी
२२२	भुई आवळा	पंचांग	कावीळ
२२३	भुतकुस	पाने	गुराचे पोट फुगी

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
२२४	भुरभेन्डी	मूळ	धातुवर्धक
२२५	भुईउंबर	चिक	अंड वृध्दीसाठी
२२६	भुईरिंगणी	पंचांग	खोकला, दमा
२२७	मधुरा	मूळ	गर्मी
२२८	मंजिष्ठा	मूळ	रक्तशुध्दी, डोळयांची लाली
२२९	महाळुंग	फळ, बी	गर्भधारणेसाठी
२३०	महारूख	साल, पाने	गुरांचे आजार
२३१	मेडशिंगी	पाने	पोटाचे विकार
२३२	मिरे	फळ	दमा, खोकला
२३३	माथेशुळ	खोड	माथा शूळावर
२३४	मोखा	पाने	कृमी नाशक
२३५	माड	मूळ	मुतखडा
२३६	मोगरा	फुल	डोळयांची लाली कमी करणे
२३७	मोरवेल	पाने, मुळ	कावीळ, पित्त
२३८	मोह	साल, बी, फळ	मधुमेह, जखम, भूक लागणेसाठी
२३९	मोगली एरण्ड	मुळ, पाने	वातनाशक, कावीळ
२४०	माकडनिंब	पाने	वातनाशक, सुज
२४१	बेडकीचा पाला	पाने	मधुमेह
२४२	मेहंदी	पाने	कावीळ, पांढरा प्रदर
२४३	मायफळ	फळ	पचनासाठी, झोपेसाठी
२४४	पांढरी मुसळी	मूळ	धातुवर्धक, बलवर्धक
२४५	काळी मुसळी	मुळ	गर्भधारणेसाठी
२४६	माका	पंचांग	केसांसाठी
२४७	रानताग	बी	गर्भनाशक
२४८	रतनजोत	मूळ	डोळे साफ करण्यासाठी
२४९	गमेठा	साल	दात काढण्यासाठी
२५०	रानभेंडी	मूळ	पौष्टीक
२५१	राबान	कणीसकेस	रक्तस्त्राव थांबवण्यासाठी
२५२	रामफळ	पाने	करणीवर पोटीस
२५३	रूई	पान, मुळ	मलेरिया दमा
२५४	रामनुग	पंचांग	वातघ्न

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
२५५	रानहुलगा	बी	जंतासाठी
२५६	रानचवळी	कंद	पौष्टीक, दुधवाढ
२५७	रानकेळ	मुळ, बी	गोवरा, कांजीण्या, कुत्र्याचे विष
२५८	रताळी	कंद	पौष्टीक
२५९	रानघेवडा	मुळ	जुलाब, पांढरा प्रदर
२६०	लाजाळु	पाने	पोटदुखी
२६१	लोध	पाने	पोटदुखी
२६२	लवंडी	कंद	पोटदुखी
२६३	लसूण	कंद	वाजनाशळा, पोटदुखी
२६४	जंगली लसुण	कंद	केसतुड
२६५	लोखंडी	साल	दाढदुखीवर
२६६	जंगली लाजाळु	पान	मोहिनी घालण्यासाठी
२६७	वेखंड	कंद	गॅस, ताप, डोकेदुखी, बुध्दीवर्धक
२६८	विलायची	फळ	उचकी, पाचक, खोकला
२६९	वड	पान, साल, पारंब्या	गर्भधारणा, केस वाढ, त्वचा रोग
२७०	बावळा	पाने, बी, साल	सांधेदुखी, गर्भवात
२७१	वारंगी	साल	प्रदर, सूज कमी करणे
२७२	वाघोटी	मुळ	संधीवात
२७३	वागे	मुळ	भाजी
२७४	वाळा	मुळ	पित्तशामक
२७५	वाचवणी	साल	मुतखडा, वातरोग
२७६	वासनवेल	मुळ	रक्तस्तंभक
२७७	वाघनखी	पाने	ढेकुण मारणेसाठी
२७८	वेलकरंज	पाने मुळ	सुज, दुध वाढवणे
२७९	वावडींग	फळ, मुळ	कृमीघ्न, सर्पदंश
२८०	उंबर	मुळ, पान, पाणी, चिक त्वचाविकार,	गोवर, कांजण्या, जुलाब
२८१	उस	कांड	मुतखडा
२८२	उदाळा	मुळ	हाड मोडणे, धातु वर्धक
२८३	उगाशी	पाने पाणी	दमा, केस वाढ

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
२८४	शतावरी	मुळ	शक्तीवर्धक भूक वाढवणे, दूध वाढणे
२८५	शिसव	खोड, साल	धुपणी, गर्मीचे चट्टे
२८६	शिवण	मुळ, फळ	वातनाशक, नागीण
२८७	शिकेकाई	शेंग	केस धुणेसाठ
२८८	शवलिंगी	फळ, बी	गर्भधारणेसाठी
२८९	शेंदरी	बी, कुस	जंतासाठी
२९०	शिरीष	साल	सर्पदंश
२९१	शंखपुष्पी	मुळ	बुध्दीवर्धक
२९२	शरणी	मुळ	भाजणे, जखम
२९३	शेवगा	मुळ, शेंग, पान	हदयविकार, वातघ्न, पौष्टीक
२९४	शिरदोडी	मुळ	सुजेवर
२९५	शारपुंखा	मुळ	कुत्र्याच्या विषावर
२९६	सावर	साल मुळ फुल	जुलाब धातुवर्धक
२९७	सुरण	कंद	मूळव्याध
२९८	साग	पान बी	दमा मुतखडा
२९९	सब्जा	पान बी	ताप, पित्तनाशक
३००	सर्पगंधा	मुळ	सर्पदंश, ब्लडप्रेशर
३०१	सदाफुली	फुल मुळ	मधुमेह, रक्तदाब
३०२	सालवन	पंचांग	वातरोग
३०३	सिंगाड	कंद	पौष्टीक
३०४	पिवळा धोतरा	मुळ, पंचांग	कावीळ, जंत
३०५	सुपारी	फळ	कफनाशक
३०६	सिताफळ	पान, फळ	जखमेवरील किडे मारणे, उवा मारणे
३०७	सहदेवी	मुळ	जखमेसाठी
३०८	सुर्यफुल	बी	विंचू दंशावर
३०९	धोबेडा	पाने	सर्पदंशावर
३१०	टिकळी	मुळ, साल	सूज, खोकला
३११	दाववसी	साल	दाडदुखी कमी करणेसाठी
३१२	चिरमट फांगळी	मुळ, पान	कावीळ, पानाच्या धुराने डास जातात
३१३	हरण खुरी	पंचांग	धातुवर्धक

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
३१४	हाडसांधी	कांड	हाड मोडल्यास लेप करणेसाठी
३१५	हाडजोडी	कांड	हाड मोडल्यास खाणेसाठी
३१६	हेदू	पाने, साल	अर्ध डोके दुखीवर, पित्तावर
३१७	हळद	कंद	रक्तशुध्दीवर, पित्तावर
३१८	हळद पिवळी	कंद	दमा, खोकला, मोहिनी
३१९	आंबेहळद	कंद	सुज मुकामार
३२०	काळी हळद	कंद	सिध्दी प्राप्त होण्यासाठी, सुज
३२१	हिरडा	फळ	खोकला, पोट साफ करणेसाठी
३२२	हंसपदी	पंचांग	दमा, खोकला
३२३	हुलगा	बी	जंतासाठी
३२४	हुब	फळे, पाने	भुतबाधा होऊ नये म्हणून, आग्याचा मध काढण्यासाठी
३२५	एरण्ड	पंचांग, पाने, बी	वात, कावीळ, जुलाब करणे साठी
३२६	इसफ	पंचांग	इसब रोगावर लेप लावण्यासाठी
३२७	भुईआवळा	पंचांग	कावीळ
३२८	कोपरा	पंचांग	भाजी, पौष्टीक
३२९	म्हातारी	फुल	जखमेतील किडे जाण्यासाठी
३३०	कोळती	पंचांग	वातव्याधी
३३१	कडूइंद्रावण	फळ मुळ	सर्पदंश, चामखीळ
३३२	दिवाळकाठी	कंद	सर्पदंशाच्या सुजेवर
३३३	टेंमरूण	फळ	खोकला, पोटदुखी
३३४	टणटणी	पाने	भुतबाधा, जखमेवर
३३५	टाकळा	बी, पंचांग	डोकेदुखी, रक्तशुध्दीवर, नायटा
३३६	टेंटू	साल, मुळ	पांढरे कोड, सुज, वातविकार
३३७	विंचु (बांदे)	पाने	कानदुखी
३३८	घायापात	कंद	गर्भपात करण्यासाठी
३३९	घोसाळी	पाने	कुत्र्याच्या विषावर
३४०	कडू दोडका	फळ	कावीळ
३४१	चाई	कंद	भस्मक रोग
३४२	केवण	फळ	धातुवर्धक

क्र.	वनस्पतीचे नाव	उपयोगी अंग	कोणत्या रोगासाठी
३४३	वाजकंद	कंद	नशा येण्यासाठी, गुंगी
३४४	भतरकंद	कंद	भुतगाळ, भुतरा
३४५	घेडर	चिक	जखम फोडण्यासाठी, गळू फोडण्यासाठी
३४६	गैरी	कंद	मुळव्याधाच्या कोंबासाठी
३४७	पुनर्नवा	पंचांग	संपुर्ण अंगावरील सूज कमी करणे
३४८	कामोठी	साल	दातदुखी
३४९	झेंडू	पाने	डोकेदुखी
३५०	पाचरी	मुळ	हाड जोडण्यासाठी
३५१	बोडारी	साल	पोटात विष गेल्यास
३५२	भराठी	फळ, फुल	धातु स्तंभक
३५३	कोंबडनखी	मुळ	गाठी, विंचु दंश

आदिवासी भागातील वैदू गावातील लोकांवर उपचार करण्याबरोबरच पाळीव प्राणी व जनावरांवर पण उपचार करतात. काही वेळा जनावरांना साथीचे आजार सुरू झाल्यावर त्यावरून हा आजार माणसांना पण होण्याची शक्यता असेल तर वैदू औषधे देऊन तत्काळ प्रतिबंधात्मक उपचाराची तयारी करतात. वैदूंना असलेले वनस्पती ज्ञान हे परंपरेने मिळालेले व प्रत्यक्ष असे आहे. वैदू हया वनस्पती स्वत: औषधासाठी वापरतात, त्या वनस्पती त्यांना ओळखता येतात काही वनस्पती काळाच्या ओघात नष्ट होत चालल्याची खंत वैदूंच्या मनात आहे. वनस्पतीचंचे संरक्षण व संवर्धन न झाल्यास त्याचा विपरीत परिणाम वैदू परंपरेवर होईल.

• • •

(पृष्ठ क्र. ५७ वरुन)

(२) बाळंतपण झाल्यावर ५ दिवस कोणतेही काम करत नाही तसेच जेवण हलके असते. झोपण्याची जागा गरम ठिकाणी असते, तसेच ओटी पोट फडक्याने घट्ट बांधतात. तिखट व वातुळ जेवण देत नाहीत. १५ दिवस भाताची पेज व पातळ भात खाण्यास देतात. तुरीचे किंवा मुगाचे जेवण देतात. १५ दिवस हलकाच आहार असतो.

बाळंतीण बाईला अंगावरचे दूध कमी असल्यास घरगुती पध्दतीने वैदू औषध देतो, उदा. दुधकंद किसून गाईच्या दुधात गुळ टाकून खायला देतात व मोठे जाते घेऊन त्या बाळंतीण बाईला काहीतरी वस्तू जात्यामध्ये दळायला देतो म्हणजे शरीर गरम होते व अंगावरचे दूध येते असा अनुभव आहे. लहान मुले आजारी असतील व ते आईच्या अंगावरचे दुध पित असतील आणि ते औषध घेतांना उलटी करत असतील तर त्यांना औषध कसे द्यावे. औषध बाळाच्या आईला पिण्यास देतात. त्याला दूध कटवणे असे म्हणतात.

• • •

पारंपरिक वैदूंसाठी आयुर्वेदिक औषधी प्रक्रिया व शिक्षण

नागेश क. बांगारे

काही वैदू चुकीच्या पध्दती वापरतात उदा. काढा करून घेतात व १० ते १५ दिवस वापरतात तो खराब होतो व त्याचा पेशंटवर वाईट परिणाम होऊ शकतो. त्यासाठी वेगळया पध्दतीने म्हणजेच आयुर्वेदिक पध्दतीने ताजा काढा करून वापरावयास शिकवणे गरजेचे आहे. काही वैदूंना किंबहुना सर्वच पारंपरिक वैदूंना औषधी टिकवून ठेवण्याचे ज्ञान नाही किंवा औषधी प्रक्रिया करायचे माहीत नाही. वैदू लोकांना सहज औषधे देता येत नाहीत. ते जुन्या त्याच्या परंपरेनुसार चालत आलेली परंपरा वापरतात. उदा मुळी उगाळून देणे किंवा साल कुटून पाणी गाळून पिण्यास देणे अशा पध्दती करतात, त्यामुळे त्यांना औषधी गुण चांगल्या पध्दतीने मिळत नाहीत.

त्याच वनस्पती वापरून काढा किंवा गोळया बनवून ठेवल्यावर त्यांना सहज पेशंटला औषध देता येईल किंवा त्याचे गुण अधिक चांगले येतील असे माझे मत आहे. त्याच पध्दतीने वैदूचे ज्ञान वाढवणे गरजेचे आहे. कारण काही वनस्पती नष्ट होण्याच्या मार्गावर आहेत. उदा. शतावरी, सफेद मुसळी इत्यादी वनस्पती दुर्मिळ झाल्या आहेत, त्या जर वैदूंनी आपल्या जागेत लागवड केली तर त्यांना त्या वनस्पतीचे संगोपन होईल व त्यांना त्या सहज जवळ पासच उपलब्ध होतील आणि नष्ट होण्यापासून वाचवता येतील. त्याच पध्दतीने त्यांना सहज व सोप्या आयुर्वेदिक पध्दती शिकवाव्या लागतील उदा. (१) काढा करणे (२) कल्प बनवणे (३) क्षार करणे (४) तेल बनवणे (५) सिरफ बनवणे (६) अर्क बनवणे (७) लेह बनवणे (८) भस्म बनवणे (९) चुर्ण बनवणे (१०) गुग्गुळ बनवणे अशा काही पध्दती शिकवणे गरजेचे आहे. त्यामुळे वैदूंचे ज्ञान चांगल्याप्रकारे वाढेल व ते लोकांना चांगल्या पध्दतीचे उपचार करतील व त्यामुळे वैदूला आर्थिक लाभ होईल. कारण वैदूच्या औषधाने गुण आला तर लोक सहज २० ते ५० रूपये खुशीने देतील किंवा मागून घेता येतील व त्यांच्या कुटुंबाचे आर्थिक पाठबळ सुधारेल. शासन दरबारी वैदू लोकांना काही आर्थिक मदत करता आली तर अधिक फायदेशीर ठरेल. ज्या परंपरा आहेत व त्या चांगल्या आहेत त्या नष्ट होणार नाहीत व आयुर्वेद जिवंत राहायला मदत होईल, नाही तर ॲलोपॅथीची लोक किंवा डॉक्टर ह्यांचे मत आहे की ही परंपरा चुकीची आहे, त्यामुळे विरोध करतात असा अनुभव आहे.

वैदूंना चांगल्या परंपरा जतन करायच्या असतील तर त्यासाठी वैदूंना प्रशिक्षण द्यावे लागेल. उदा. (१) डाग देणे (२) नसे करणे (३) मॉलीश करणे (४) वाफारा देणे (५) विरेचन देणे (६) एनिमा देणे (७) रक्त काढणे (८) जळवा लावणे (९) हाड जोडणे (१०) चटका देणे हया चांगल्या आहेत. त्या उपयोगात आणाव्या लागतील. काही चुकीच्या परंपरा आहेत त्या चुकीच्या आहेत हया समजावून सांगावे लागेल. उदा. तापात तेल लावणे, देवीचा घट भरणे, व दुसऱ्याला औषध सांगितल्यावर गुण येत नाही असा समज असणे, अशा काही परंपरा आहेत त्या परंपरा चुकीच्या आहे. वैदू लोकांना मानाचे स्थान देण्याचे असेल तर शासन दरबारी त्यांना मान्यता व परवाना मिळायला पाहिजे. फॉरेस्ट मधील लोक वनस्पती काढून देत नाही व पकडतात. परवाण्यामुळे त्या अडचणी दूर

होतील व वैदू आपल्या समाजासाठी किंवा पेशंटसाठी लागणाऱ्या वनस्पती वापरतील. कोणत्याही प्रकारची त्याच्या मनात भीती राहणार नाही. वैदू लोकांना जे औषध बनवायचे असते, त्यासाठी चांगल्या धातूचे साहित्य असायला पाहिजे उदा. लोखंड, पितळ, तांबे, स्टिल हया धातूची भांडे वापरावीत असे आयुर्वेदाचे मत आहे. वैदुला औषधी ठेवण्यासाठी साहित्य पाहिजे. डबे, पॅलस्टीक पिशव्या व ठेवण्याची एक स्वतंत्र जागा पाहिजे, एक छोटासा रूम पाहिजे. कारण त्यांना तेथे राहत्या घरातच उपचार करतात. त्यामुळे त्यांची वनस्पती ठेवण्यासाठी व पेशंटला तपासण्यासाठी जागा नसते, त्यासाठी स्वतंत्र रूम पाहिजे.

एखादा वैदू पारंपरिक आयुर्वेदिक पध्दतीने औषध उपचार करत असेल तर त्याला स्वत: २ रूमची गरज असते. कारण तेथे महिलांसाठी वेगळी तपासणी करावी लागते, मॉलीश वाफारा करावा लागतो. पारंपरिक वैदूचे संगोपन करायचे असल्यास किंवा त्या परंपरा जोपासायच्या असल्यास जे वैदू आहेत त्यांना चांगल्या परंपरा शिकवायला हव्यात किंवा नव वैदू म्हणून तरूण मुलांना किंवा मुलींना पारंपरीक व आयुर्वेदिक वन–औषधी व औषधी प्रक्रिया शिकवायला हव्यात. नवीन पिढीला पण पारंपरिक काही गोष्टी शिकवाव्या लागतील उदा. ज्या सिझनमध्ये जंगली पाले भाज्या मिळतात त्या खाणे उदा. शेवळी, कोळु, वेळीची टेभरूण अशा अनेक जंगली भाज्या आहेत, त्या खाणे. त्यामुळे आरोग्याला फायदेशीर आहेत. म्हणून त्या परंपरा जतन करून ठेवणे गरजेचे आहे. वैदुंनी संघटीत होऊन वनस्पतीची लागवड करणे देवराई पध्दतीने त्यामध्ये दुर्मिळ वनस्पती लागवड करणे, व त्या वाढवणे असे करावे. खालील वनस्पती लावाव्यात अर्जुन, अडुळसा, सफेद मुसळी, शतावरी, निरगुडी काळी, सफेद रूई, अमरकंद, कोरफड, वेलकरंज, दुधकंद इत्यादी वनस्पती लावाव्यात. तसेच प्रत्येकाच्या परसबागेमध्ये काही तात्काळ लागणाऱ्या वनस्पती लावता येतील, उदा. भाजणे, मुकामार हयासाठी सर्दी, खोकला, ताप, हगवण हयासाठी सहज मिळणाऱ्या परसबागेत खालील वनस्पती लावाव्यात उदा. कोरफड, तुळस, अडुळसा, कुडा, गवतीचहा, आंबेहळद, कडूकिरायत हया वनस्पती लावाव्यात.

स्वयंपाक घरात असलेल्या नेहमीच्या वस्तुंचा वापर आरोग्यासाठी करता येईल. हळद, जिरे, धणे, ओवा, मोहरी, लसून, कांदा, हिंग ह्यापण औषधात वापरात येतील. हया गोष्टींचे पण वापर करायला वैदुंना शिकवावे लागेल.

तसेच आपल्या परंपरेमध्ये पूर्वी बाळघुटी म्हणून वापरात होती. ती प्रथा बंद होण्याच्या मार्गावर आहे, त्यासाठी वैदू, सुईनी, गृहिणी, स्तनदा माता यांना त्याचे प्रशिक्षण देण्याची गरज आहे.

ती परंपरा चांगली आहे, कारण त्यामुळे लहान मुलांना रोगापासून वाचवता येते. त्यामध्ये खालील वनस्पतींचा वापर करावा. उदा. कुडामुळ, मुरुडशेंग, हिरडा, बदाम, वेखंड अतिविष, मायफळ, जायफळ हया वनस्पती वापरत व मुले सुदृढ होण्यासाठी मदत होत असे, अशा पध्दती शिकवाव्या लागतील.

पारंपरिक पध्दती

आदिवासी ठाकूर समाजाची परंपरा खालील प्रमाणे आहे –

(१) मासीक पाळी आलेल्या बाईला ४ दिवस स्वयंपाक घरात जात नाही व ती पाणी व जेवण बनवत नाही.

(पृष्ठ क्र. ५५ वर)

परिशिष्ट–१ : कोचरे (सिंधुदुर्ग)–कार्यशाळेतील सहभागी वैदू

नाव : श्री. लक्ष्मण तुकाराम गावडे

पत्ता : कोचरा, मायणेवाडी, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ६६ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : काविळ, नागिन, जुलाब, वांत्या, मुतखडा, कानदुखी

अभिप्राय

आपल्या या उपक्रमाबद्दल आम्हाला समाधान वाटले. कारण चांगल्या प्रकारे आपल्याकडून माहिती मिळाली. काही वनस्पतींचा उपयोग कसा करावा हे आम्हाला समजून सांगून औषध कसे बनवावे हे दाखविले व त्याचा कोणत्या आजारावर कसा उपयोग करावा हे शिकावयास मिळाले.

असेच वरच्यावर शिबीर घेऊन आम्हास आणखी मार्गदर्शन केल्यास ज्ञानात भर पडेल व गरीब लोकांना त्याचा फायदा होईल. ही आमची इच्छा आहे. आमच्या विनंतीला आपले वरिष्ठ मान देतील अशी आशा वाटते.

नाव : श्री. ज्ञानेश्वर अर्जुन कोचरेकर

पत्ता : कोचरा, मायणेवाडी, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ६५ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : श्वानदंश, मोडशी (आव पडणे), पित्ताच्या आजारावर, कान, दाढ दुखी, विषारी सर्पदंश

अभिप्राय

आपण आम्हाला प्रथम औषधी वनस्पतींची ओळख करुन दाखविली व त्या वनस्पतींचा कोणत्या आजारावर उपयोग कशा प्रकारे करावाही माहिती देऊन ते कसे बनवावे, लहान मुलांना कशा प्रमाणात द्यावे हे सांगितले. त्यामुळे आमच्या ज्ञानात भर पडली, असेच उपक्रम राबवून आम्हाला आणखी माहिती द्यावी व गरीब लोकांना त्याचा फायदा मिळावा असे वाटते. या तुमच्या उपक्रमामुळे खरोखरच एक नवी संजीवनी मिळाल्यासारखे झाले आहे. अशीच वेळोवेळी शिबीरे भरून आपल्या वरिष्ठ मंडळीनी आम्हाला सहकार्य करावे आणि गरजूंना त्याचा लाभ मिळावा, हीच आमची आपल्याजवळ विनंती आहे.

नाव : श्री. सुभाष महादेव राऊळ

पत्ता : कोचरा (मायणे), ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४९ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : मुतखडा, धावरे, नागिन, तांदळी, विषारी सर्पदंश

अभिप्राय

आम्हाला चांगल्या प्रकारे माहिती देऊन आमच्या ज्ञानामध्ये भर पडली. प्रत्यक्ष वनस्पतींची माहिती देऊन औषधे करुन दाखविली. अशीच शिबीरे करुन गोर-गरिब लोकांना सहकार्य करावे अशी इच्छा व्यक्त करीत आहे.

हे आपले कार्य चांगल्या प्रकारचे असून लोकांना प्रेरणादायक आहे, यात शंका नाही.

आम्ही तुमचे ऋणी आहोत.

नाव : श्री. काशिराम विजय राऊळ

पत्ता : कोचरा, मायणेवाडी, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : २० वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : नव्याने सुरुवात

नैसर्गिक वनस्पतींपासून औषधी बनविण्याची प्राचीन परंपरा आजही जोपासत असल्याबद्दल मी प्रथम महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद, पुणे यांचा आभारी आहे. या चार दिवसीय शिबिरामध्ये मला आयुर्वेदिक औषधांबद्दल बहुमोल मार्गदर्शन मिळाले. वेगवेगळ्या औषधी वनस्पती, त्यांचे गुणधर्म ओळखण्याची पद्धती, त्यांचे उपयोग इत्यादीची माहिती मिळाली. या माहितीचा उपयोग मी समाजातील लोकांसाठी करीन. तसेच ही प्राचीन भारतीय आयुर्वेदिक पद्धती जागती ठेवण्याचा प्रयत्न करीन. या उपक्रमाबद्दल मी या संस्थेचा ऋणी राहील.

नाव : श्री. आनंद वामन कोचरेकर

पत्ता : कोचरा, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४२ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : कावीळ आणि खर

अभिप्राय : या संस्थेमार्फत आयुर्वेदिक औषध निर्मिती कार्यशाळेमध्ये अनेक जंगली व बागेतील वनऔषधी वनस्पतींची ओळख होऊन त्या वनस्पतींपासून चूर्ण, गोळ्या, काढा बनविणे हा उपक्रम खूपच चांगला वाटला.

तसेच त्यांचे प्रमाण, साध्या रोगावर घरगुती उपाय, प्रमाण फार सोपे आहेत. ही संशोधन प्रक्रिया व भविष्यात होणारी औषधी वनस्पती लागवड लवकरच चालू व्हावी आणि माणूस सदा निरोगी राहावा असे वाटते. मी या आयुष इन पब्लिक हेल्थ व महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद पुणे व मला मार्गदर्शन देणाऱ्या सरांचा मी खूप-खूप आभारी आहे.

नाव : श्री. राजेंद्र लाडोबा मांजरेकर

पत्ता : आंदुर्ले, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ३६ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : खोकला, सर्दी

अभिप्राय : महाराष्ट्र मानव विज्ञान संस्था, पुणे व बहुउद्देशीय प्रशिक्षण व संशोधन केंद्र-कोचरा यांच्या विद्यमाने घेण्यात येणाऱ्या दिनांक २४ ते २७ मे या कालावधीत ग्रामीण वैद्यांसाठी कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले.

या कार्यशाळेत आम्हा सर्व वैद्यांना वेगवेगळ्या वनस्पतींची ओळख तसेच त्यांचे उपयोग व वनस्पतींपासून वेगवेगळी औषधे, काढा, गोळ्या व ऑईल प्रात्यक्षिकांसह शिकविण्यात आले. या कार्यशाळेचा आम्ही सर्व वैदू विद्यार्थ्यांनी भरपूर आनंद लुटला, तसेच सर्व डॉक्टर, त्यांचे सहकारी व संस्था पदाधिकारी यांच्यासह औषधे बनविताना जो आनंद मिळाला तो अवर्णनिय होता. या कार्यशाळेमुळे आमच्या ज्ञानात भरपूर भर पडली, भरपूर काही शिकता आले. सर्व मंडळींचे वेगवेगळे अनुभव मिळाले. याबद्दल मी या दोन्ही संस्थांचे-महाराष्ट्र मानव विज्ञान संस्था, पुणे व बहुउदेशीय प्रशिक्षण व संशोधन केंद्र, कोचरा यांचा आभारी आहे.

नाव : श्री. रमाकांत यशवंत कीर

पत्ता : मु. पो. ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ६२ वर्षे   **शिक्षण :** १० वी

उपचार : मधुमेह, काविळ, हृदयरोग

अभिप्राय : आपण आयोजित केलेल्या ग्रामीण वैद्यांसाठीच्या कार्यशाळेचे आयोजन केल्यामुळे आपले सर्वप्रथम अभिनंदन असेच कार्य करुन सतत आमच्या ज्ञानांत भर घालून आम्हा सर्व वैद्यांना ज्ञानार्जन करुन उपकृत करावे. तसेच ह्या ठिकाणी वारंवार अशी कार्यशाळा संपन्न करावी. तुम्हा सर्व संस्था प्रतिनिधी व स्थानिक कमिटी सभासदांचे अभिनंदन.

नाव : श्री. भिवा राजाराम गावडे

पत्ता : कोचरा, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ५२ वर्षे   **शिक्षण :** १० वी

उपचार : काट्यावर, श्वानदंश

अभिप्राय : आपण आमच्या कोचरे गावामध्ये दि. २४ ते २७ मे २०११ या चार दिवसांमध्ये आयुर्वेदिक औषध निर्मिती केल्याबद्दल आम्हाला माहीत असणाऱ्या व माहीत नसणाऱ्या वनस्पतींपासून कोणत्या रोगांवर कोणते औषध द्यायचे, यांचे ज्ञान आम्हाला आपल्या या कार्यशाळेमुळे मिळाले.

आम्हाला बऱ्याच वनस्पतींची जाण आहे; पण कोणत्या वनस्पतीपासून कोणत्या रोगावर कसे औषध बनवायचे याचे प्रात्यक्षिक करुन आपण आम्हाला मार्गदर्शन केल्याबद्दल आम्ही आपले व आपल्या संस्थेचे आभार मानतो.

तसेच आमच्या गावामध्ये वर्षातून किमान दोन वेळा तरी आयुर्वेदिक औषध निर्मिती कार्यशाळा घ्यावी ही आपल्या संस्थेला विनंती आहे.

नाव : एम. अमीन अे. हकिम

पत्ता : ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ३९ वर्षे **शिक्षण :** फार्मासिस्ट

उपचार : नवीन

नाव : श्री. चुरमुरे कृष्णा वसंत

पत्ता : कालवंड, ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४२ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : कावीळ, धावरे, हाड फ्रॅक्चर, खर पडणे, संडास

नाव : श्री. नारायण लक्ष्मण राऊळ

पत्ता : मु. केळुस - कालवीवाडी, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४८ वर्षे **शिक्षण :** ८ वी

उपचार : कावीळ, माशाचा काटा गळ्यास लागणे

अभिप्राय : तारीख २४ ते २७ मे २०११ पर्यंतच्या अनुभव असा की आपली संस्था लोककल्याणाच्या हेतुने मनापासून कोणत्याही आर्थिक फायद्याची अपेक्षा न करता, स्वयंसेवी व स्वखर्चाने सर्व प्रकारे औषध निर्मितीची प्रक्रिया करीत आहे. समाजातील तळागाळातील लोक नजरेसमोर ठेवून त्यांच्या आरोग्याची काळजी घेण्याच्या हेतुने कार्यक्रम राबवीत आहे याची मला साक्ष पटली. पुण्यासारख्या दूरवरच्या ठिकाणावरुन सिंधुदुर्गात आपण येऊन वैद्यकीय व्यवसायिकांना जमवून जे कार्य करीत आहात ते खरोखरच अद्वितीय आहे. यापूर्वी अशाप्रकारचे कोणतेही काम कधी झालेले आठवत नाही. यापुढेही आपले कार्याचा विस्तार असाच होत राहून जनता जनार्दनाची सेवा आपल्याकडून घडावी, लोकांचे आयु-आरोग्य अबाधित राहो अशी परमेश्वराजवळ नम्र प्रार्थना करुन हे निवेदन पुरे करतो.

नाव : विजय कृष्णा कोचरेकर

पत्ता : कोचरे, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ३८ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : सरपटणारे प्राणी, कावीळ, सर्दी, खोकला

नाव : श्री. चंद्रकांत वसंत म्हापणकर

पत्ता : परुळ, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ५५ वर्षे **शिक्षण :** ८ वी

उपचार : काविळ, मुतखडा, वेचवी, एकशिर्षदाह, धुपणी, खर पडणे

नाव : श्री. बाबुराव बाळकृष्ण सावंत

पत्ता : परोळे (गव्हाणवाडी)ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ७३ वर्षे **शिक्षण :** ९ वी

उपचार : अंगावर जाणे, खर पडणे, जखम झाल्यावर

नाव : श्री. सुधीर सुरेश कोनकर

पत्ता : आंदुर्ले, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : २८ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

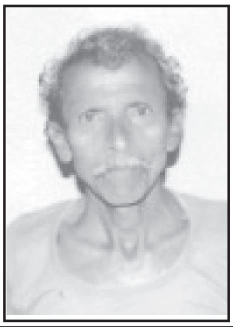
उपचार : कावीळ, श्वानदंश, गुरांच्या आजारावर

नाव : श्री. श्रीनाथ भिकाजी फणसेकर

पत्ता : कोचरा (शिलामवाडी), ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४० वर्षे **शिक्षण :** बी.ए., बी.कॉम

उपचार : सर्दी, ताप, खोकला



नाव : श्री. शांताराम जिवाजी परुळेकर

पत्ता : परुळे, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ५६ वर्षे **शिक्षण :** ३ री

उपचार : माणसांच्या सांधेदुखीवर, कावीळ, स्त्रियांच्या सफेद स्त्रावावर, कुत्रा चावल्यावर व जनावरांच्या कोणत्याही आजारावर, लहान मुलांच्या दम्यावर.

नाव : श्री. रमेश तुकाराम वेंगुर्लेकर

पत्ता : केळुस-तळीवाडी, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ५५ वर्षे शिक्षण : १० वी

उपचार : उल्टी-जुलाब, दात दुखी, कान दुखी

अभिप्राय : तारीख २४ ते २७ मे २०११ पर्यंतच्या शिबीराचा अनुभव असा की आपली टीम/मंडळी पुण्यासारख्या दूरच्या प्रदेशातून आमच्या सिंधुदुर्गात येऊन तळा-गाळातील लोकांच्या आरोग्याच्या संबधी कार्यशाळा घेऊन येथील रहिवाशांसाठी एक प्रकारची सुवर्णसंधी उपलब्ध केली आहे.

आपल्या सोबत आलेल्या वैद्यराजांनी तसेच त्यांच्या सहाय्यकानी औषध निर्मितीची जी प्रक्रिया चालू केली ती खरोखरच आदर्श अशी आहे. याप्रकारचे कार्य आम्ही यापूर्वी कधीच प्रत्यक्षपणे पाहिले नव्हते. आमच्यासाठी हे एक नाविण्यपूर्ण काम होते. सर्व कार्य खेळीमेळीने, हास्य विनोदात चालले आहे. वैद्य मंडळींची आपसात ओळख झाली-संपर्क झाला, हे एक फार मोठे समाधान देणारे कार्य आपण केले. त्याबद्दल आपले या विभागातले सर्व लोक अत्यंत आभारी आहोत. अशा प्रकारे हे कार्य अधिक प्रमाणात पुढेही चालू राहावे याबद्दल ईश्वराकडे प्रार्थना आहे.

नाव : श्री. महेश गणपत राणे

पत्ता : कोचरा (शेळपी), ता. वेगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : २१ वर्षे **शिक्षण :** एफ.वाय.बि.अे.

उपचार : सर्दी, खोकला

अभिप्राय : मी असे सांगू इच्छीतो की, कोचरे गावातील नवीन इमारतीचे उद्‌घाटन करुन भारत सरकार आयुष विभाग पुरस्कृत सेंटर ऑफ एक्सलन्स: आयुष इन पब्लीक हेल्थ, महाराष्ट्र मानव विज्ञान परिषद पुणे ही नवीन संस्था चालू करुन गावातील सुशिक्षीत बेरोजगारांसाठी नवीन प्रकल्प राबवून आम्हाला संगठीत केल्याबद्दल आम्ही तुमचे आभारी आहोत.

मला दिनांक २४/५/२०११ पासून आज दिनांक २७/५/२०११ पर्यंत आयुर्वेदिक औषध प्रकल्प राबवून त्यापासून वेगवेगळ्या वनस्पतींपासून रोगांवर निदान म्हणून उपयुक्त घटक समजावून सांगितले व त्याप्रकारे रोगावर होणारा उपचार ज्ञात करुन दाखविले, त्यातून मला पुरेपुर प्रोत्साहन मिळाले.

आमच्या गावात अशाच प्रकारे वेगवेगळ्या प्रकल्पांचे ज्ञान करुन विविध रोजगार उपलब्ध करुन द्यावेत व दरमहा ३ ते ४ दिवस प्रशिक्षण सुरु करावे.

आपण चार दिवसांमध्ये वेगवेगळ्या आयुर्वेदिक रोगांवरचे निदान (औषध प्रक्रीया) करुन दाखविली, त्यातून मला वनस्पतींपासून होणारा रोगनिदान ही माहिती मिळाली. त्यापासून मी माझ्या गावात वनस्पतींपासून होणारा आयुर्वेदिक रोगनिदान लोकांना सांगून जणतेची सेवाशुश्रृषा करेन. अशाच प्रकारे आणखीनच या प्रकल्पाची माहिती मिळाली तर माझ्या गावात वैद्यक केंद्र चालू करुन रुग्णांची सेवा करेन. आम्हाला तुमचे सहकार्य असेच पुढे चालू ठेवून वेळोवेळी मार्गदर्शन करावे ही विनंती.

नाव : श्री. शिवराम भालचंद्र खुळे

पत्ता : भोगवे, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४१ वर्षे **शिक्षण :** ९ वी

उपचार : कावीळ, धावरा, दाढदु:खी

नाव : श्री. संजोग म. साळसकर

पत्ता : वालावल ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ३७ वर्षे **शिक्षण :** बी.ए., ए. डी.

उपचार : वात विकार

नाव : शैलेश सूरेश नाईक

पत्ता : बिबवणे, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : २८ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : बाल विकार

नाव : श्री. भास्कर भगवान चव्हाण

पत्ता : परुळे चिपी, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ६५ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

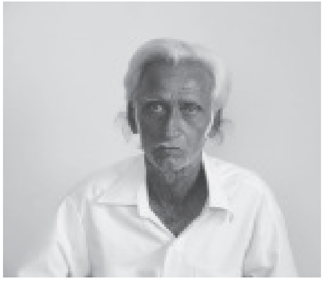
उपचार : सर्व वातविकार, मांत्रिक असून विषारी सर्प, इतर सरपटणारे प्राणी

नाव : श्री. विठ्ठल राजाराम गोडे

पत्ता : खवणे (मळई), ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ४६ वर्षे **शिक्षण :** १० वी

उपचार : सर्पदंश, त्वचा विकार



नाव : श्री. वसंत नारायण धुरी

पत्ता : खवणे (मळई), ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग

वय : ६९ वर्षे **शिक्षण :** ४ थी

उपचार : मुळव्याध, कावीळ, पोटदुखी, आमांश

नाव : श्री. कृष्णा भिकाजी गावडे

पत्ता : मु. केळस - कलवी, ता. वेंगुर्ला, जि. सिंधुदुर्ग - २०

वय : ७४ वर्षे **शिक्षण :** एफ.वाय.बी.कॉम

उपचार : मूळव्याध, काविळ, पोटदुखी, आमांश, स्त्रियांच्या गुप्तरोगावर, विषारी प्राणी दंश

अभिप्राय : मी कृष्णा भि. गावडे आपणास या निवेदनाद्वारे ता. २४ ते २७ मे २०११ रोजी संचालित केलेल्या आयुर्वेदिक औषधी निर्माण कार्यशाळेच्यासंबंधी मला आलेले अपूर्व अनुभव शब्दबद्ध करीत आहे.

आपली संस्था ही एक अद्वितीय अशी समाजसेवक संस्था असल्याची खूण पटली. कारण पुण्यापासून सिंधुदुर्गपर्यंत दूरवरचा प्रवास करुन आमच्या दुर्गम भागात प्रथमच अशी एक कार्यशाळा पाहण्याचा, भाग घेण्याचा, अनुभवण्याचा एक दुग्धशर्करा योग आम्हाला लाभला, याबद्दल आपले आभार मानावे तितके थोडेच.

आयुर्वेद हे जीवनाचे शास्त्र आहे याची जाण पुन्हा एकदा जनसामान्यांना होण्याची गरज आहे, त्याची पूर्तता आपल्या अशा प्रकारच्या प्रयत्नांनी होण्याची फार मोठी शक्यता आहे.

आपली टीम मनोभावे कार्य करीत असल्याचे दिसून आले. औषध निर्मिती ही एक जटिल प्रक्रिया असते. सर्वसाधारण लोकांना-वैद्यांनाही त्याची माहिती फारच कमी असून अशाप्रकारचे कार्य पाहण्याचे भाग्य प्रथमच लाभले. यापुढेही अशीच शिबीरांची योजना करण्यात येईल, अशी अपेक्षा व्यक्त करुन काही नम्र सूचना करु इच्छितो.

१) या विभागामध्ये वैद्यक व्यवसायिंकाची एकदा मध्यवर्ती संस्था स्थापन करण्यात यावे असे वाटते.

२) आयुर्वेदिक औषधांची निर्मिती होण्यासाठी एखादे युनिट येथे प्रस्थापित करण्यात यावे.

३) वैद्यमंडळीची मासिक-बैठक भरण्यात यावी.

४) वैद्यांच्या अडीअडचणींची सोडवणूक करण्याची व्यवस्था.

औषधी वनस्पतींची लागवड देखभाल करण्यासाठी एखादी कार्यकारी मंडळ-बॉडी बनविण्यात यावी.

परिशिष्ट–२ : आदिवासी भागातील वैदू परंपरा

नाव : श्री. दाजी आंबो शिगवे

पत्ता : आनंदवाडी, ता. कर्जत, जि. रायगड

वय : ५५ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : संधीवात, रक्तदाब, मधुमेह, हाड मोडणे, ताप

नाव : श्री. लक्ष्मण भागा मुकणे

पत्ता : सिंगडोळ, ता. कर्जत, जि. रायगड

वय : ४३ वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : अंगावरुन जाणे, नागीण, खोकला, गाठी,

नाव : श्री. सोमनाथ भाऊ बारामते

पत्ता : धामणवन, ता. अकोले, जि. अहमदनगर

वय : २७ वर्षे **शिक्षण :** ६ वी

उपचार : कावीळ, डोळ्यातील बुरशी, टी. बी., कॅन्सर

नाव :	श्री. आनंदा कृष्णा चावरे
पत्ता :	साखरशेत, ता. जव्हार, जि. ठाणे
वय : ६३ वर्षे	**शिक्षण :** निरर्क्षर
उपचार :	स्त्रियांचे आजार, कावीळ, टी. बी., खोकला

नाव :	श्री. रामभाऊ भिवा भांगरे
पत्ता :	गोंदोशी, ता. अकोले, जि. अहमदनगर
वय : ६० वर्षे	**शिक्षण :** १० वी
उपचार :	चमक निघणे, डोकेदुखी, ब्लड प्रेशर

नाव :	श्री. तुळा धर्मा वाघले
पत्ता :	खंबाळा, ता. जव्हार जि. ठाणे
वय : ४५ वर्षे	**शिक्षण :** निरक्षर
उपचार :	पोटदुखी, लघवीचे आजार, कावीळ, ताप,

नाव :	श्री. सखाराम काकडू दाव्हाड
पत्ता :	दांडवळ, ता. मोखाडा, जि. ठाणे
वय : ३२ वर्षे	**शिक्षण :** निरक्षर
उपचार :	लवघीचे आजार, कावीळ, स्त्रियांचे आजार, ताप

नाव : श्री. यशवंत रामा पिठोले

पत्ता : दांडवळ, ता. मोखाडा, जि. ठाणे

वय : ५६ वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : डोके दुखी, जखम

नाव : श्री. सोमनाथ परशुराम भांगरे

पत्ता : लव्हाळी (ओतूर), ता. अकोले, जि. अहमदनगर

वय : ४१ वर्षे **शिक्षण :** ४ वी

उपचार : सर्पदंश, हाड मोडणे, जुलाब, सांधेदुखी

नाव : श्री. देवराम यशवंत मीरके

पत्ता : दांडवळ, ता. मोखाडा, जि. ठाणे

वय : ३३ वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : पोटाचे विकार, हाड मोडणे, जुलाब, सांधेदुखी

नाव : श्री. देवाजी पत्रु आलाम

पत्ता : पुरसलगोंदी, ता. एटापल्ली, जि. गडचिरोली

वय : २५ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : जुलाब, उलटी, पोटात दुखणे, मासिक पाळीचे आजार

नाव : श्री. मारोती संभा राऊत

पत्ता : माथार्जुन, ता. झरीजामणी, जि. यवतमाळ

वय : ६० वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : हाडमोडणे, ताप, स्त्रियांचे आजार, डोकेदुखी

नाव : श्री. फाबीयानुस बी. खलको

पत्ता : पुरसलगोंदी, ता. एटापल्ली, जि. गडचिरोली

वय : ४० वर्षे **शिक्षण :** ९ वी

उपचार : हाड मोडल्यास, सर्पदंश, स्त्रियांचे आजार, कावीळ

नाव : श्री. रमेश फकिरा धाडसे

पत्ता : टिंगऱ्या, ता. धारणी, जि. अमरावती

वय : ५० वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : फोडे, पोटदुखी, जुलाब

नाव : श्री. शिवराम सानु भिलावेकर

पत्ता : टेंबली, ता. धारणी, जि. अमरावती

वय : ३५ वर्षे **शिक्षण :** ५ वी

उपचार : ताप, अंगावर सुजन, उतराची जड

नाव : श्री. धोंडबा मारोती शेंडे

पत्ता : गवारा, ता. झरीजामणी, जि. यवतमाळ

वय : ६५ वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

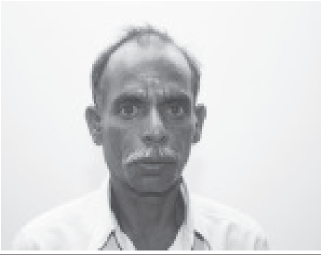
उपचार : जुलाब, स्त्रियांचे रोग, डोकेदुखी, पोटदुखी

नाव : श्री. भिमराव कानूजी कुमरे

पत्ता : राजनी, ता. झरीजामणी, जि. यवतमाळ

वय : ६५ वर्षे **शिक्षण :** ७ वी

उपचार : ताप, डोकेदुखी, विषमज्वर, जुलाब, उलटी



नाव : श्री. दामा दित्या वळवी

पत्ता : पिंपळखुटा, ता. अक्कलकुवा, जि. नंदुरबार

वय : ५० वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

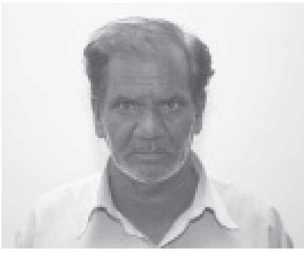
उपचार : कावीळ, मासिक पाळी, लखवा, केसतोडा, डोकेदुखी

नाव : श्री. शिवराम हुन्या वळवी

पत्ता : मुंदलवड, ता. धडगाव, जि. नंदुरबार

वय : ५६ वर्षे **शिक्षण :** ४ थी

उपचार : सर्पदंश, फिट, महिलांचे आजार, बाळंतपण करणे



नाव : श्री. कागडा बासरा पाडवी

पत्ता : सिसा, ता. धडगाव, जि. नंदुरबार

वय : ६८ वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : सर्पदंश, गोवर, डोके दुखी, ताप, जुलाब, खोकला

नाव : श्री. शिवराम लक्ष्मण पवार

पत्ता : दाभोसा, ता. जव्हार, जि. ठाणे

वय : ४५ वर्षे **शिक्षण :** निरर्क्षर

उपचार : सर्पदंश, जुलाब, पोटदुखी, ताप

नाव : श्री. सोमजी शोभाराम उईके

पत्ता : टेंबली, ता. धारणी, जि. अमरावती

वय : ५० वर्षे **शिक्षण :** निरक्षर

उपचार : पोट दुखी, ताप, सांधे दुखी, अंगदुखी