

શ્રવણજળ



GJ
891.478
D 272 J

ગ

ભાવાનુવાદ :
ચંદુલાલ દવે

શિવામ્બુ ચિકિત્સા સંશોધન મંડળ
દુજરાત પાગા, વડોદરા-૧



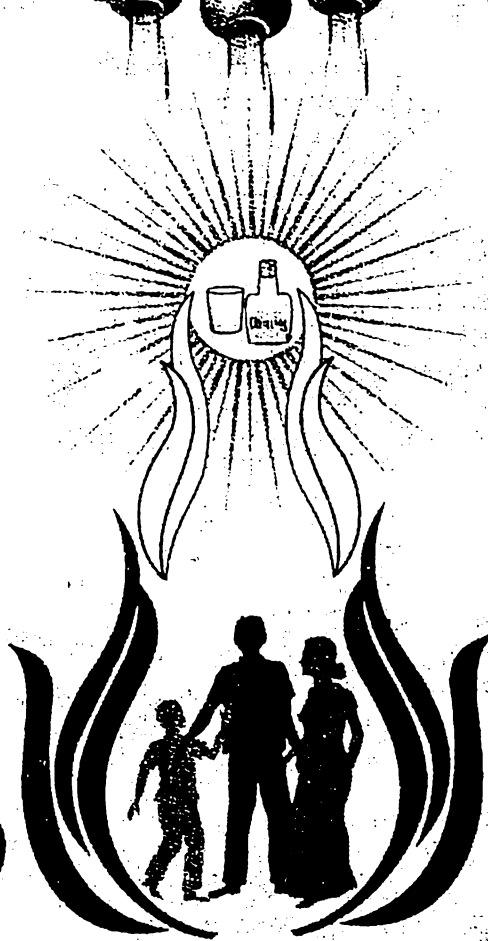
**INDIAN INSTITUTE
OF
ADVANCED STUDY
LIBRARY, SHIMLA**

આ કાર્ય કરવાની શક્તિ કેવળ સ્વમૂત્રમાં જ છે. પૃથ્વીને સમુદ્રનો જેટલો આધાર છે, તેટલો જ આધાર માનવશરીરને તેના મૂત્રનો છે. પૃથ્વીનું ઘડતર અને જીવનમાં સમુદ્રનું જે સ્થાન છે તે સ્થાન માનવદેહમાં તેના મૂત્રનું છે. અને જેમ બધાયે મહાત્મ્યોને આત્મસાત્ કરવાની શક્તિ જળમાં છે તેમ શરીરમાં રહેલાં બધાંયે તત્ત્વોનું આત્મસાત્ કરવાની શક્તિ તેના મૂત્રમાં છે. આવા કારણે જ માનવશરીરનું બગડેલું સ્વાસ્થ્ય પાછું સંપાદન કરવાને જીવમાત્ર માટે તેનું પોતાનું મૂત્ર કુદરતી બક્ષિસ છે.

જે સત્ય માનવદેહને લાગુ પડે છે તે સત્ય જીવમાત્રના દેહને લાગુ પડે જ.

- રાવજીભાઈ મણિભાઈ પટેલ

શ્રવણજળ



મૂળ લેખક :
પદોન કબલુ,
ગામસ્ત્રોત્ર



ભાવનુવાદ :
ચંદુલાલ દવે

શિવામ્બુ ચિકિત્સા સંશોધન મંડળ
તુષારાત પાગા, વડોદરા-૧

○ Jeevanjal : A Book on Urine Therapy.

○ प्रथम आवृत्ति : मार्च-१९८२ : प्रत : २०००.

○ पुनर्मुद्रण : १९८५-२००६ : प्रत : २०००.

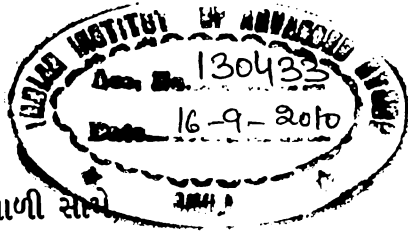
○ कीमत : २० रुपिया.

○ टाईप सेटींग : हरेश धोणकिया,
न्यू मिन्ट रोड, लुज-कच्छ (३७०००१)

○ प्रकाशक :

भारत सेवक समाज वती
जयंतीभाई त्रिवेदी,
नशाबंदी कम्पाउन्ड, बहुभाणी सोय
लाल दरवाजा, अमदावाद-३८० ००१.

फोन: ०७९-२५५११७९६.



○ मुद्रक :

रसिकभाई पटेल,
महेश प्रिन्टरी,
धोबी घाट, दूधेश्वर,
अमदावाद ३८० ००१.



Library

IIAS, Shimla

GJ 891.478 D 272 J



00130433

આમુખ....

ઈંગ્લેંડના શ્રી ડબલ્યુ. આર્મસ્ટ્રોંગ નામના વિદ્વાને ૧૯૪૪માં મનુષ્ય શરીરના આરોગ્ય વિશેના તેમના અનુભવને આધારે "વોટર ઓફ લાઈફ" (જીવનજળ) નામનું નાનું પુસ્તક લખી પ્રસિધ્ધ કર્યું.

તેઓ પોતે ડિગ્રીધારી ડોક્ટર ન હતા, પણ પ્રાકૃતિક ઉપચારોના ઊંડા સમર્થ અભ્યાસી હતા. તેમણે જોયું કે અનેક દવાઓ અને તેનો ઉપયોગ કરનારા અનેક ડોક્ટરો અને દવાખાનાં, હોસ્પિટલો હોવા છતાં, દિનપ્રતિદિન, જુદા જુદા રોગોનું પ્રમાણ અને લંબાણ વધતાં જ જાય છે.

દવાઓની નવી નવી શોધો થતી જાય છે, છતાં માણસનું સ્વાસ્થ્ય-તંદુરસ્તી-જાળ વવાની અને દર્દો મટાડવાની શક્તિ (અસરકારકતા) ઘટતી જાય છે. અનેક અનુભવો પછી તેમણે જોયું કે મોટા ભાગની આ દવાઓ શરીરમાં થતાં બાહ્ય ઉપલક ચિહ્નોને તાત્કાલિક દબાવી દેવાનું કામ કરે છે. તેથી દર્દનાં ચિહ્નો તરત પૂરતાં મટી ગયાં દેખાય છે, પણ થોડા જ સમયમાં બીજા રોગો કે તેનો તે રોગ ફરીથી શરીરને જકડે છે.

એટલે જ્યાં સુધી ગયેલાં દર્દનાં મૂળ કારણને દૂર કરવામાં ન આવે, ત્યાં સુધી મોટે ભાગે ચીલાચાલુ દવા- દર્દને જડમૂળથી દૂર કરી શકે નહીં અને વારંવાર આ રીતે ફક્ત ઉપલકિયા ઉપચારથી દબાવી દેવામાં આવેલ દર્દો ફરી એક કે બીજા રુપે બહાર આવે.

શરીરમાં થતાં દર્દો એકાએક, ઓચિંતા કે કારણ વિના થતાં નથી. કુદરતમાં તો માણસને સૃષ્ટિનાં બધાં જીવ-જંતુઓની જેમ જ સ્વસ્થતા અને તંદુરસ્તીની બક્ષીસ આપેલી છે. પણ, ખાસ કરીને, મનુષ્યની જાત કુદરતનાં ખાનપાન, હરવાફરવાના અને વાતાવરણના નિયમોની વિરુદ્ધ વર્તીને જુદી જુદી બિમારીઓનો ભોગ બને છે. અને મછી આ બિમારીઓ થવાનાં કારણો દૂર કરવાને બદલે તેનાં ઉપલક દેખાતાં ચિહ્નોને ઈન્જેક્શન કે જલદ દવાઓથી મટાડી-દબાવી દેવાનો નિષ્ફળ પ્રયાસ કરે છે. તેને પરિણામે બિમારી દૂર થવાને બદલે શરીરમાં વધુ ઊંડી પેસતી જાય છે અને પછી એક યા બીજા રુપે ફરી બહાર આવે છે.

કેટલીક વખત કુદરત પોતે આ બિમારીઓને દૂર કરવા માટે પ્રયત્ન કરે છે. તેમાં તે સફળ થાય છે ત્યારે આ સફળતાનો યશ ડોક્ટરો કે વૈદો લે છે. સામાન્ય પ્રજા પણ તેમ માની લે છે.

મોટા ભાગની બિમારીઓ ખાણી-પીણી, હરવા-ફરવાની ખોટી ટેવોને કારણે લાગુ પડે છે. તેને દૂર કરવા માટે આ કુટેવો છોડવી જોઈએ અને કુદરતી ઉપાયો લેવા જોઈએ.

આ બિમારીઓ શું છે, તે શાથી થાય છે અને તેને કેવી રીતે દૂર કરી શકાય તેનું સ્વાનુભવ પર આધારિત વર્ણન આ પુસ્તકમાં આપેલું છે જેનો લાભ કોઈ પણ પ્રકારનાં દર્દથી પડાતી વ્યક્તિ ઘેર બેઠા, વિના ખર્ચે લઈ , પોતાનાં સ્વાસ્થ્યને પુનઃ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

- ચંદુભાઈ દવે.

સંપાદકીય.....

ઈંગ્લેંડના જે. ડબલ્યુ. આર્મસ્ટ્રોંગે લખેલાં પુસ્તક "વોટર ઓફ લાઈફ" (જીવનજળ) પર આધારિત પુસ્તિકાનું પ્રકાશન સામાન્ય જનતાને ખૂબ ઉપયોગી થશે એ દષ્ટિએ પ્રસિધ્ધ કરવામાં આવે છે.

જૂના સમયથી આપણા દેશમાં આયુર્વેદનાં અને બીજાં પુસ્તકોમાં મૂત્ર ચિકિત્સાનો ઉલ્લેખ છે. અને તે "શિવામ્બુ" તરીકે જાણીતું હતું.

મનુષ્યને થતાં દર્દો મટાડવા માટે સ્વમૂત્રનો ઉપયોગ પ્રચલિત હતો. પણ છેલ્લાં સો વર્ષ દરમ્યાન પશ્ચિમના દેશોની પ્રબળ અસરને કારણે આ ચિકિત્સા ધીમે ધીમે ભુલાઈ અને ભુંસાઈ ગઈ અને એલોપેથિક પદ્ધતિનું વર્ચસ્વ ધીમે ધીમે જામ્યું. સાથે ખાવાપીવા અને રહેણીકરણની રીતરસમો વધુને વધુ કૃત્રિમ બનતી ગઈ અને દર્દ મટાડવા માટે અનેક પ્રકારની દવાઓ, ઈન્જેક્શનો અને રસીઓની શોધ થઈ. દર્દને તાત્કાલિક મટાડી દેવાની વૃત્તિથી એલોપેથિક દવાઓનો પ્રચાર અને પ્રસાર વધતો ગયો. તેમાં દર્દને તાત્કાલિક દૂર કરવાને મહત્વ વધતું ગયું, પણ આ વૃત્તિ અને પદ્ધતિનું પરિણામ બૂરું આવ્યું.

એલોપેથિક પદ્ધતિમાં, મોટા ભાગે, દર્દનાં ઉપલક્ષ્ય ચિહ્નોને ધ્યાનમાં લઈ દવાઓથી તે ચિહ્નોને દબાવી દેવાના પ્રયાસો થાય છે. તેને પરિણામે દર્દ ઉપરથી તો મટી ગયેલું લાગે છે, પણ, મોટા ભાગે, તે પરિણામ ઉપલક્ષ્યું હોય છે. દર્દ મટવાને બદલે, દબાઈ જઈ, થોડા સમય પછી એક યા બીજા સ્વરુપે ફરીથી ઊપસી આવે છે. કેટલીક વખત સામાન્ય દર્દોમાં કુદરત જ દર્દોને મટાડે છે. એટલે દવાથી દર્દ મટ્યું એમ માની લેવામાં આવે છે, પણ ઘણી વખત આ રીતે દર્દ મટવાને બદલે ઊંડું જઈ ફરીથી જુદા જુદા રુપે દેખાય છે. જ્યાં સુધી બિમારીનું મૂળ કારણ શોધી તે કારણને દૂર નહીં કરવામાં આવે, ત્યાં સુધી કાયમી ફાયદો થઈ શકે નહીં એ દેખીતું છે.

જુદાં જુદાં દર્દો થવાનું મુખ્ય કારણ ખાણી-પીણી અને હરવા ફરવાની ખોટી ટેવોને આભારી છે. સાદો પૌષ્ટિક આહાર, યોગ્ય પ્રમાણમાં મહેનત-કસરત, માનસિક સ્વસ્થતા વગેરેની ખામીને કારણે સ્વાસ્થ્ય બગડે છે અને પરિણામે જુદા જુદા રોગોનો ભોગ માણસ બને છે. એટલે, આ દર્દોને મૂળમાંથી દૂર કરવા માટે યોગ્ય, સહેલાઈથી પચી શકે તેવો અને તેટલો ખોરાક, યોગ્ય પ્રમાણમાં શારીરિક શ્રમ અને માનસિક સ્વસ્થતા અપનાવીને બહારથી જુદી જુદી દેખાતી બિમારીઓને મૂળમાંથી દૂર કરી શકાય.

સ્વમૂત્રોપચારમાં આ બાબતોને જ મહત્વ આપવામાં આવે છે. શરુઆત ફક્ત તાજાં સ્વમૂત્ર અને ઉકાળેલાં પાણી પર થઈ શકે તેટલા ઉપવાસ કરવા. ત્યારબાદ સ્વમૂત્રપાન ચાલુ રાખી થોડા પ્રમાણમાં સાદું, પૌષ્ટિક ભોજન લેવું, જૂનાં સ્વમૂત્રથી માલિસ કરવી, જરુરિયાત મુજબ સ્વમૂત્રનો વરાળિયો શેક અને નાસ લેવો, બંધકોશ હોય તો એરંડિયું કે એનિમા લઈને પેટ સાફ રાખવું. આ રીતે શરીરમાં એકઠા થયેલા મળ-કચરાને બહાર કાઢી નાખવાથી શરીર ધીમે ધીમે નિરામય થતું જશે.

અનેક પ્રકારનાં જદાં જુદાં દર્દોને મટાડવાના સ્વાનુભવ પર આધારિત કિસ્સાઓ અને માહિતીથી પૂર્ણ આ પુસ્તિકા અનેક દર્દીઓને આશીર્વાદરુપ નીવડે તેવી શુભેચ્છા.

પુનર્મુદ્રણ વેળાએ....

સ્વમૂત્ર-ચિકિત્સા-Auto-Urine Therapy-નો વ્યાપ માત્ર ભારતમાં જ નહીં, વિશ્વના ૫૬ જેટલા દેશોમાં છે તેની જાણ થઈ છે. છેલ્લાં ૧૫ વર્ષોમાં આ વિષેનાં આંતરરાષ્ટ્રીય સંમેલનો ભારત, જર્મની, બ્રાઝીલમાં થઈ ચૂક્યાં છે. હવે ૨૦૦૭માં કોરિયામાં થનાર છે.

આમ તો ભારતના તાંત્રિક સાહિત્ય 'ડામરતંત્ર'માં 'શિવામ્બુ કલ્પ'નામે ૧૦૭ શ્લોકના શંકર-પાર્વતીના સંવાદને આ ચિકિત્સાનો પાયો ગણવામાં આવે છે. પણ આપણા ગુજરાતમાં તો ૧૯૫૦-૬૦ના ગાળામાં ગાંધીજીના સાથી અમદાવાદના શ્રી રાવજીભાઈ પટેલ અને વલસાડના આંખના નિષ્ણાત એલોપથીના ડોક્ટર પરાગજીભાઈ દેસાઈ દ્વારા તેનો પ્રારંભિક પ્રચાર થયો હતો. બન્નેને પ્રેરણા ઈંગ્લેંડના જહોન આર્મસ્ટ્રોંગના પ્રયોગોથી મળી હતી.

ભારતની પ્રાચીન ચિકિત્સા-પદ્ધતિ આયુર્વેદના પુરાણા ગ્રંથોમાં, જૈન, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી ધર્મોનાં પુસ્તકોમાં અને એલોપથી પ્રચલિત થઈ તે અગાઉથી જનજીવનમાં ભારતમાં અને એશિયા, યુરોપ, અમેરિકામાં આ પદ્ધતિ પ્રચલિત હતી અને છે.

દાકતરી વિજ્ઞાને મૂત્રને શરીરનો કચરો ગણી તેની ચિકિત્સાને નકારી છે, પણ ભારતના માજી વડાપ્રધાન શ્રી મોરારજીભાઈ દેસાઈ સહિત અનેક સત્યશોધક, હિંમતવાન, સંસ્કૃતિ-પ્રેમી મહાનુભાવોએ જાત પર પ્રયોગ કરી તેને નાણીને તેનો જાહેરમાં પ્રચાર કર્યો છે.

સ્વ. રાવજીભાઈ પટેલ પોતે ભારત સેવક સમાજના વડા હતા. તેમણે પોતાની જાત પર પ્રયોગ કરી, પોતાના દર્દમાં સાજા થઈ એક મિશન તરીકે સ્વમૂત્ર-ચિકિત્સાનો પ્રચાર કર્યો. તેમણે ગાંધી આશ્રમના લાલ બંગલામાં થોડાં વર્ષો સુધી મૂત્ર-ચિકિત્સાલય પણ ચલાવેલું. તેમણે તે અંગે પુસ્તકો પ્રકાશિત કરી, દાકતરો-વૈદો અને પ્રબુદ્ધ નાગરિકોનાં સંમેલનો-પરિસંવાદો યોજી

પ્રચારને વ્યાપક ક્ષેત્રમાં ફેલાવ્યો હતો. તેમની પ્રેરણાથી 'સંયુક્ત સદાચાર સમિતિના ભદ્રના કાર્યાલયમાં વર્ષો સુધી સ્વમૂત્ર-ચિકિત્સા સલાહ કેન્દ્ર પણ ચાલેલું.

શ્રી આર્મસ્ટ્રોગનાં પુસ્તકનું વાચન ભલભલા શંકાશીલનેય શ્રદ્ધાવાન બનાવે તેવું, સ્વાનુભવથી તારવેલું છે. તેની અંગ્રેજી નકલ ભારતમાં છપાઈ છે. પણ સૌને માટે તે ભાષા સુલભ ન હોઈ આજથી ૨૫-૨૭ વર્ષ અગાઉ સંયુક્ત સદાચાર સમિતિએ શ્રી ચંદુભાઈ દવે પાસે તેનો સારાનુવાદ કરાવી પ્રગટ કરેલો.

અત્યારે વર્ષોથી તે અપ્રાપ્ય હોઈ શિવામ્બુ ચિકિત્સા સંશોધન મંડળ (હુઝરાત પાગા, વડોદરા-૩૯૦૦૦૬) ના સહયોગથી ભારત સેવક સમાજ તેનું પુનર્મુદ્રણ કરે છે. આ વિષેના જિજ્ઞાસુઓ અને દર્દીઓને તેનું વાચન શ્રદ્ધા પ્રેરશે.

છેલ્લે એ જણાવવું જરૂરી છે કે ભારત સેવક સમાજ - ગુજરાતના પ્રથમ અધ્યક્ષ શ્રી રાવજીભાઈ પટેલ, સ્વમૂત્રોપચાર પદ્ધતિના પણ સ્થાપક કહી શકાય. તેમણે જહોન આર્મસ્ટ્રોગના પુસ્તકમાંથી પ્રેરણા મેળવી સ્વાનુભવ આધારિત "સ્વમૂત્રોપચાર" ઉપર પુસ્તક લખવું. જેની ગુજરાતી, અંગ્રેજી અને હિન્દીમાં બે લાખ ઉપરાંતની નકલો વેચાઈ ગઈ છે. તે જ તેની ઉપયોગીતા પુરવાર કરે છે.

આ પુસ્તકનું સર્વોદય મંડળ હુબલી તરફથી કમ્પ્લેટ ભાષામાં પણ પ્રકાશન શરૂ થયેલું છે.

સ્વ. રાવજીભાઈના પુસ્તકમાંથી પ્રેરણા મેળવી ત્યાર પછી ઘણાં પ્રકાશનો થયા છે અને મુત્રોપચાર ને શાસ્ત્રીય ઉપચાર પદ્ધતિ તરીકે વિકસાવવા માટે કેટલાક મંડળો પણ દેશભરમાં સ્થપાયા છે, આશારાખીએ કે આગામી વર્ષોમાં આ પદ્ધતિને વિવિધ રોગોપચાર પદ્ધતિમાં તેનું યોગ્ય સ્થાન મેળવશે.

જગદીશ શાહ
મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી
શિ.ચિ. સં. મંડળ

જંયતિભાઈ ત્રિવેદી
અધ્યક્ષ
ભારત સેવા સમાજ - ગુજરાત

જહોન આર્મસ્ટ્રોંગની રજૂઆત

પ્રસ્તાવના:

આ પુસ્તકમાં આલેખાયેલ ચિકિત્સા પદ્ધતિ સંપૂર્ણ રીતે દવા વિના રોગ મટાડી સ્વાસ્થ્ય બક્ષવાની ખાસ પદ્ધતિ છે. એ કોઈ અમુક દર્દ માટે નહીં હોવાથી તેની સારવારમાં નિદાનની જરૂર નથી. એટલે, જો કે આ પુસ્તકનાં પ્રકરણોનાં મથાળાં વિવિધ વ્યાધિઓનાં આપેલાં છે, પણ એ માત્ર સામાન્ય જનતાને ખ્યાલ આવે કે જુદા જુદા કોઈ રોગમાં તે કઈ રીતે ઉપયોગી છે.

જ્યાં ચીલાચાલુ ડોકટરી ચિકિત્સા નિષ્ફળ નીવડી હોય તેવાં દર્દો મટાડવામાં પ્રાકૃતિક ઉપચારો અને સ્વમૂત્રોપચાર ઉપયોગી નીવડે છે. પણ આ પ્રાકૃતિક ઉપચાર પદ્ધતિ (Nature cure) જો કે શરીરમાંથી જેરી તત્ત્વો કાઢી શરીરને શુદ્ધ કરે છે, પણ ક્ષય અને બીજાં એવાં ગંભીર દર્દોમાં જે શરીર—ઘટકો નકામાં થઈ ગયાં હોય તેમની જગ્યાએ બીજાં ઘટકો તૈયાર કરી શકે છે એ તો ત્યારે સાબિત થાય કે પુરાણી પ્રાકૃતિક ઉપચાર પદ્ધતિને ઝીણવટથી તપાસવામાં આવે. એટલે, આ પ્રાકૃતિક ઉપચાર પદ્ધતિ અધૂરી ગણાય. આ માટે તો સ્વમૂત્રોપચાર ચિકિત્સા અપનાવવી જરૂરી છે. આની વિગત આગળ આપવામાં આવશે. જુદાં જુદાં દર્દોથી પીડાતા હજારો દર્દોઓ પર સ્વમૂત્રોપચાર પદ્ધતિ સફળતાથી અપનાવી છે. માનવીનાં શરીરમાં જ પોતાનાં દર્દોને મટાડવાનો ઉપાય પડ્યો છે, પછી એ દર્દ ગમે તેવું શરીરને ક્ષીણ કરનારું હોય. એ હું અનેક કેસોથી સાબિત કરવા માગું છું.

મારી પાસે કોઈ ગુપ્ત ઉપાય નથી અથવા કોઈ પેટન્ટ દવા વેચવાની નથી. જો કે હું કોઈ દાકતર નથી. પણ એ જ નીતિ અનુસરી રહ્યો છું કે જે દાકતરી વ્યવસાયવાળા સર્વે પ્રમાણિક ડોકટરો પાસેથી આશા રાખી શકાય—કે તેઓ રોગ—નિવારણમાં ઉપયોગી થાય તેવાં સંશોધનને ગુપ્ત રાખવા માગતા નથી. આમાંના ઘણાં કે બધાં દર્દોની સફળ સારવાર કોઈ પણ ખર્ચ વિના ઘેર બેઠા થઈ શકે તેમ છે.

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	પ્રકરણ	પાનાં નંબર
	આમુખ.	
	સંપાદકીય.	
	પુનર્મુદ્રણ વેળાએ.	
	જહોન આર્મસ્ટ્રોંગની રજૂઆત.	
૧.	જીવનજળ.	૧
૨.	કેટલાક વાંધાઓના જવાબ.	૪
૩.	મારા પોતાના રોગોનું નિવારણ—સ્વાનુભવ.	૯
૪.	ગેઝીન !! (કોહવાટ): કેટલાક રોગોનો ઈતિહાસ.	૧૨
૫.	શરીરના કોશોની અસામાન્ય વૃદ્ધિ અને કેન્સર.	૧૫
૬.	મૂત્રપિંડના રોગો.	૧૭
૭.	બરોળનો પાંડુરોગ.	૨૦
૮.	હૃદયરોગ.	૨૩
૯.	મેલેરિયા અને બીજી વિવિધતાઓ.	૨૫
૧૦.	વૃષણનો સોજો.	૨૭
૧૧.	મૈથુનથી થતા ચાંદીના ચેપી રોગો.	૨૯
૧૨.	ન રુઝાય તેવા ઘાનો ઈલાજ: દાઝયાની સારવાર.	૩૨
૧૩.	કેટલાક પરચુરણ કેસો.	૩૪
૧૪.	સામાન્ય શરદી.	૪૩
૧૫.	પ્રાણીઓ પર મૂત્ર— ચિકિત્સા.	૪૫
૧૬.	મૂત્ર ઘસવાનો અને તેનાં પોતાં મૂકવાનો સિધ્ધાંત.	૪૭
૧૭.	દર્દીનું પ્રાથમિક કારણ : ખોટો આહાર.	૪૯
૧૮.	કેટલાંક વ્યવહારુ સૂચનો.	૫૨
૧૯.	અગમ્ય માનવી.	૫૫
૨૦.	ઉપસંહારરુપ વિચારણા.	૫૭

૧. જીવનજીવ

ગઈ સદીના પ્રારંભમાં " એક હજાર નોંધપાત્ર પદાર્થો" એ નામનું પુસ્તક ઈંગ્લેંડ, સ્કોટલેન્ડ અને આયર્લેન્ડમાં એકી સાથે પ્રગટ થયું. આ પુસ્તકમાં નીચે મુજબનું વિચિત્ર અવતરણ દેખાયું. " અંદરનાં તેમ જ બહારનાં બધાં દર્દો માટે સાર્વત્રિક સર્વોત્તમ ઉપાય એ છે કે સતત નવ દિવસ સુધી સવારે તમારે તમારું પોતાનું પાણી-સ્વમૂત્ર પીવું." તે રક્તપિત મટાડે છે અને શરીરને હળવું અને સ્ફૂર્તિવાળું બનાવે છે. જલંદર અને કમળો તેનાથી મટે છે. એ ગરમ કરી તેનાથી તમારા કાન ધૂઓ અને તમારી બહેરાશ અને કાનના બીજા ઘણા ખરા રોગો મટશે. તમે એનાથી તમારી આંખો ધૂઓ અને તેનાથી આંખે સોજો હશે તો તે ઊતરી જશે અને આંખની દષ્ટિ સારી થશે. તમારા હાથ તેનાથી ધૂઓ અને ઘસો. તેનાથી ચાંદાં, ફોલ્લા અને તેની જડતા દૂર થશે. કોઈ પણ તાજો ઘા તેનાથી રુઝાશે. કોઈ પણ ભાગમાં ખંજવાળ આવતી હોય, તો તેનાથી મટશે. મસાને માટે પણ તે સારું છે.

૧૬૯૫માં પ્રગટ થયેલાં સેલોમનનાં "અંગ્રેજ ડોક્ટર"નામનાં પુરાણાં પુસ્તકમાં માનવીનું અને ઘણાં ચોપગાં પ્રાણીઓનું મૂત્ર ઉપયોગમાં લઈ શકાય એવો ઉલ્લેખ છે. તેમ જ માનવીનું મૂત્ર પદાર્થવિજ્ઞાન અને રસાયણશાસ્ત્રમાં મુખ્યત્વે વપરાય છે. સ્ત્રી કે પુરુષનાં લોહીના પ્રવાહી ભાગરુપે છૂટું પડતું મૂત્ર શરીરના ગરમ, ખરાબ તત્વોને ઓગાળી નાખીને શરીરને સ્વચ્છ કરી સડો દૂર કરવાનું કામ કરે છે. તેને પીવાથી લિવર (યકૃત), સ્પ્લીન (બરોળ)નાં દર્દો, કમળો, સ્ત્રીનાં માસિકનાં દર્દો, પ્લેગ અને બધી જાતના તાવને મટે છે.

મૂત્રના બહારના ઉપયોગથી ચામડી સાફ અને મુલાયમ થાય છે. ઘા અને ઝેરી હથિયારોથી વાગ્યા હોય તો પણ તેમને સાફ કરી, સૂકવી નાખી મટાડે છે. એ માથાંનો ખોડો, પોપડી મટાડે છે. તાવની ગરમી શાંત કરે છે.

ધુજારી, જડતા, લકવાને માટે ઉત્તમ છે. બરોળનો દુઃખાવો હોય તો તેને દૂર કરે છે.

મૂત્રમાં રહેલ જલ્દી હવામાં ઉડી જાય તેવા કારોના ગુણો.

એ ખટાશવાળાં દ્રવ્યોને જલ્દી શોષી લે છે અને ઘણાંખરાં દર્દોનો મૂળ માંથી નાશ કરે છે. ગર્ભાશયમાં કોઈ અંતરાય હોય તો દૂર કરે છે. શરીરમાં રહેલ તમામ લોહીને શુદ્ધ કરે છે. રોગ, ભ્રમિત દશાથી થતી વ્યાધિઓ, સંધિવા, ફેફરું, સોજા, તાણ, ચકકર, આધાશીશી, કોઈ પણ અંગનું પાંગળાપણું, ક્ષીણતા, માથાના, મગજના, જ્ઞાનતંતુના, સાંધાના અને ગર્ભાશયનાં દર્દોને મટાડે છે. પેશાબના માર્ગમાં કોઈ અંતરાય હોય તો તે દૂર કરે છે. પથરી થઈ હોય તો ઓગાળી કાઢી નાખે છે.

૧૮મી સદીમાં પેરિસના એક દાંતના ડોક્ટરે મોં સાફ કરવાના સાધન તરીકે તેની ભારે પ્રસંશા કરી હતી.

હવે કેટલાક આધુનિક અભિપ્રાયો જોઈએ. પ્રો. જીન રોસ્ટેન્ડ જીવવિદ્યાની દૃષ્ટિએ 'અંતઃસ્ત્રાવની' નોંધપાત્ર અગત્યતા પર ભાર મૂકે છે. તે લેખનો ભાવાર્થ ટૂંકમાં નીચે મુજબ છે:

હોર્મોનની ક્રિયા વિશેની આધુનિક શોધે તે વિશેના અભ્યાસમાં પૂર્ણ ક્લાન્તિ આણી છે. તેમાનાં અમુક હોર્મોન મૂત્રપિંડ(કિડનિ)મારફતે ગળાઈ પેશાબમાં નીકળે છે. એડ્રિનલ અને જનનેન્દ્રિય અંતઃસ્ત્રાવની ગ્રંથિઓનો સ્ત્રાવ જે પ્રકારનો હોવો જોઈએ તેવો મૂત્રમાં માલુમ પડે છે. આ સંશોધનનાં પરિણામો ઘણાં દૂરગામી છે. મૂત્ર પૂરતા પ્રમાણમાં આ પ્રકારની વસ્તુ પૂરી પાડે છે. ચિકિત્સાની દૃષ્ટિએ માનવ-શરીરનાં તંત્ર પર આ હોર્મોનનો ઉપયોગ ભારે અસરકારક નીવડશે તેમ લાગે છે. મીએલીસ બાકેરે લખ્યું છે કે આપણું શરીર એવા પદાર્થો ઉત્પન્ન કરે છે જે રોગ-પ્રતિકારક તત્ત્વો પૂરાં પાડે છે.

માનવમૂત્રમાં રહેલ દ્રવ્યો દર્દીના રોગ પ્રમાણે જુદાં જુદાં હોય છે, પણ તેનો ઉપયોગ બધાં દર્દોમાં થઈ શકે છે. માત્ર કોઈ અંગ ભાંગ્યું હોય તેમાં તેનો ઉપયોગ ન થાય. ત્રણ હજાર જેટલી દવાઓમાંથી કોઈ દવા પસંદ કરવાની કપરી કામગીરીની દાકતરને જરૂર પડતી નથી. " શરીરમાં રહેલી શક્તિથી જે ન મટે, તે શરીર બહારની શક્તિથી મટતું નથી."

સ્વ . મોરિસ વિલ્સને હિમાલયના માઉન્ટ એવરેસ્ટ ચડવાનો જબરદસ્ત પ્રયાસ કર્યો હતો. ત્યારે સામાન્ય દર્દોથી તે મુક્ત રહ્યા. તેનું કારણ તેમણે એ

બતાવ્યું કે માત્ર પોતાનાં મૂત્રપાન પર રહી ઉપવાસ કરતા અને શરીર પર મૂત્ર ઘસતા. માઉન્ટ એવરેસ્ટ ચડતાં પહેલાં તે તિબેટના લામાઓને અને યોગીઓને મળેલા ત્યારે તેમણે એવો દાવો કરેલો કે તેઓ સ્વમૂત્રના ઉપયોગથી લાંબું જીવતા. એ જ રીતે સામાન્ય માણસોને માટે અશક્ય એવાં રણોમાંથી સહિસલામત રીતે પ્રવાસ કરી શકતા.

૧૮૬૦ થી ૧૮૭૦ના દશકમાં કમળા માટે સ્વમૂત્રપાન એ જાણીતો ઉપાય હતો. કેટલાક દાકતર હિંમતપૂર્વક તેનો ઉપયોગ સૂચવતા. મેં મારા એક દર્દી પાસેથી જાણ્યું કે જ્યારે તેને નાની ઉમરમાં કમળો થયેલો ત્યારે એક ડોક્ટરની સલાહ મુજબ તેની ચાર દિવસની માંદગી દરમ્યાન બધો જ પેશાબ પીવડાવી તેને રોગ મુક્ત કરેલો.

એમ સવાલ પૂછવામાં આવે કે મૂત્ર ચિકિત્સાનો ઉપયોગ આધુનિક જમાનામાં કરવામાં આવેલો કે કેમ ? તેના જવાબમાં કહી શકાય કે લીડઝ અને હેરોગેટના ડબલ્યુ. એચ. બેક્સ્ટર જે.પી. પોતાનું મૂત્ર પીતા એટલું જ નહીં, પણ તેમણે સંખ્યાબંધ પત્રિકાઓ તે વિષય પર લખેલી. મિ. બેક્સ્ટરે, જે પાકટ વય સુધી જીવ્યા હતા, જાહેર કર્યું હતું કે તેમને થયેલું કેન્સર તેમણે સ્વમૂત્રનાં પોતાં મૂત્ર અને પોતાનું મૂત્ર પીને મટાડ્યું હતું. તેમણે જાહેર કર્યું કે એ સર્વોત્તમ રોગપ્રતિરોધક છે. એ પોતે એટલા માટે વ્યાધિને થતો અટકાવવા માટે રોજ ત્રણ લોટ પોતાનું મૂત્ર પીતા. એ પોતાની આંખોને નીરોગી રાખવા લગાડતા અને હજામત કર્યા પછી તેના ચહેરાનો રંગ સુધારવા લગાડતા. ઘા, સોજા, ગુમડાં પર લગાડવાનું પણ તે સમર્થન કરતા. તે મારો પોતાનો દર્દી થોડો વખત હતો. એટલે તેની સચ્ચાઈ માટે ખાતરીપૂર્વક કહી શકું. સારવાર દરમ્યાન એ મૂત્ર અને પાણી પર ઉપવાસ કરતો. આ પ્રકારના ઉપવાસ ગંભીર દર્દોમાં આવશ્યક છે.

કેટલાક ગ્રામ્ય પ્રદેશોમાં ગુમડાં માટે કેટલાક દાકતરો ગોમૂત્રની ભલામણ કરે છે. એક દર્દીને તેના હાથ નીચે પીડાકારક ગુમડાં થયાં હતાં. તે ગોમૂત્રનાં પોતાં મૂત્રવાથી મટી ગયાં હતાં.

કેટલાક ખાસ અને ખર્ચાળ સાબુ, ઘાસ પર રહેતી ગાયોનાં મૂત્રમાંથી બનાવવામાં આવે છે. વિશેષમાં મુખ પર લગાડવાની ક્ષીમમાં પણ માનવમૂત્રનાં હોમોન્સનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

૨. કેટલાક વાંધાઓના જવાબો

કેટલાક વાંધાઓ ઉઠાવાય છે કે જો સ્વમૂત્રપાન કુદરતી પ્રક્રિયા હોત તો તે પીવાની સાહજિક વૃત્તિ માણસને જન્મથી હોવી જોઈએ. પણ એમ તો એવી દલીલ પણ થઈ શકે કે ઊંડા શ્વાસોચ્છવાસની અથવા એવા બીજા તંદુરસ્તીના ઈલાજોની સાહજિક વૃત્તિ લઈને માનવી જન્મ્યો નથી માટે એ અર્થ વગરના—નકામા છે. દા.ત. ભારતમાં યોગીઓ પ્રાણાયામ અને કેટલાંક આસનોના અભ્યાસથી સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે, એટલું જ નહીં, પણ વૃષ્ટિ લાંબું જીવી શકે છે. ૧૫૦ વર્ષની વયે સિદ્ધ હઠયોગીના માથાનો એક પણ વાળ ઘોળો નથી હોતો. (સ્વામી વિવેકાનંદનો 'રાજયોગ' વાંચો) એ ખરું છે કે યોગશાસ્ત્ર તેના સંપૂર્ણ જાણકાર પાસેથી શીખી શકાય, પણ એ તો સાહજિક વૃત્તિની સામે બીજી દલીલ છે. જ્યારે ઘરુ પીવાનું મન થાય છે ત્યારે કુદરતી સાહજિક વૃત્તિની દલીલ નથી થતી. ટૂંકમાં, પોતાને માટે ખતરનાક વસ્તુઓ લેવાનું મન થાય છે ત્યારે શરુઆતમાં તો એની સાહજિક વૃત્તિ તેની સામે બળ વો પોકારે, છતાં ધીમે ધીમે તેમાં આનંદ અનુભવાય છે.

હવે બીજા વાંધાનો જવાબ : શરીર જે દેખીતી રીતે બહાર કાઢી નાખે છે તેને શરીરની અંદર પાછું લેવું એ બરાબર છે ?

ઠીક. તો પછી કુદરત તરફ જુઓ. ત્યાં આપણને શું માલુમ પડે છે ? ત્યાં આપણે બનાવટી અને વૈજ્ઞાનિક કહેવાતાં રાસાયણિક ખાતરી કરતાં સુકાઈ ગયેલાં પાંદડાં પાછાં ખાડા કરી જમીનમાં નાખીએ છીએ. પરિણામે ફૂલો ખૂબ સુગંધીદાર થાય છે. ફળો પણ વિશેષ મધુર અને વૃક્ષો વધુ તંદુરસ્ત થાય છે. તેનાથી ઉલટું સૂકાં પાંદડામાંથી ઉત્પન્ન થતાં રાસાયણિક દ્રવ્યો નાશપામ્યાં હોય તો તે ભૂમિમાં ઊગતાં વૃક્ષો એવાં બેડોળ થઈ ગયાં હોય છે કે જાણે તેમને કેન્સર થયું હોય. જે મરેલાં પાંદડાંને આપણે નકામાં ગણવા ટેવાયેલા છીએ, તે

એનાથી ઉલટું અને ઉપયોગી છે અને તેથી તેમને ફેંકી દેવાને બદલે તેમને પાછાં જમીનમાં દાટી દેવાં જોઈએ જેથી તેમાંથી ઉપયોગી ખાતર બને.

કુદરત નકામાને સંઘરે છે એ ખ્યાલ જ ભૂલભરેલો છે. આપણે કુદરતનાં કાર્યને સમજતા નથી. એ સૂકાં મરેલાં પાંદડાં જમીન માટે ઘણા કિંમતી ક્ષારો ઉત્પન્ન કરે છે. બળેલાં સૂકાં પાંદડાં અને બળેલાં લાકડામાંથી થયેલી રાખ પણ ઘણી કિંમતી છે. તેથી એ કુદરતમાં જે સિધ્ધાંત લાગુ પડે છે, તે સિધ્ધાંત, અમુક અપવાદ બાદ કરતાં, માનવ— શરીરને પણ કેમ લાગુ ન પડે ?

આ પ્રશ્નોના જવાબ જો આપણે મૂત્રમાં રહેલાં તત્ત્વોને ઓળખીએ તો તરત મળી રહે છે. છતાં એ જાણતાં પહેલાં નિદાનના સાધન તરીકે ફક્ત મૂત્રનાં પૃથક્કરણ પર જ વિશ્વાસ રાખી શકાય કેમ કે એ વિશે થોડું કહેવાની જરૂર છે. જો કે હજી રૂઢિચુસ્ત દાકતરોમાં હજી પણ મૂત્રનું પૃથક્કરણ કરવાનું ચાલુ છે. તો પણ એમ માલૂમ પડ્યું છે કે મૂત્ર— દ્રવ્યોનો અને મૂત્રની સામાન્ય સ્થિતિનો દર્દની ખાણીપીણી પર જેટલો આધાર રહે છે તેટલો માની લીધેલાં કે ખરાં દર્દની સ્થિતિ પર નથી. પેશાબમાં સાકર હોય તો પણ તે મધુપ્રમેહની અચૂક ખાતરીનું ચિહ્ન ન ગણી શકાય. આ બાબત મેં મારા પોતાના સંતોષ પૂરતી જાત અનુભવથી એક દિવસ રાસાયણિક મધુર ભૂકીઓમાંથી બનાવેલાં પીણાં અને આઈસ્ક્રીમ સિવાય કંઈ પણ નહીં લઈ પુરવાર કરેલ છે. આવા આહાર પર બાર—ચૌદ કલાક રહ્યા બાદ બીજી રીતે તંદુરસ્ત હોવા છતાં તે માણસનો પેશાબ સાકરથી ભરેલો જણાવાથી એ માણસને મધુપ્રમેહ હશે એમ દાકતરને લાગ્યું. આવી જ ભૂલો અસમતોલ આહાર લેવાને પરિણામે પેશાબમાં આલ્બુમેન દેખાવાથી થાય છે.

ફીઅર્સનના જીવરસાયણશાસ્ત્રની પ્રસ્તાવનામાં સામાન્ય માણસના મૂત્રમાંની રચનામાં ૧૦૦ સી.સી.માં નીચેનાં તત્ત્વો સરેરાશ મિલીગ્રામમાં હોય છે:

તત્ત્વ	મિલિગ્રામ
યુરિયા એન. (નાઈટ્રોજન)	૬૮૨.૦૦
યુરિયા	૧૪૫૯.૦૦
ક્રિએટીનીન એન.	૩૬.૦૦
ક્રિએટીનાઈન	૯૭.૨.૦૦
યુરિક એસીડ એન.	૧૨.૩.૦૦

યુરિક એસીડ	૩૬.૯૯.૦૦
એમઈનો એન.	૯.૭.૦૦
એમોનીયા એન.	૫૭.૦૦
સોડિયમ	૨૧.૨
પોટાશિયમ	૧૩૭.૦૦
કેલ્શિયમ (ચૂનો)	૧૯.૫૦.
મેગ્નેશિયમ	૧૧.૩
કલોરાઈડ	૩૧૪.૦૦
કુલ સલ્ફેટ	૯૧.૦૦
નિરીન્દ્રિય ફોસ્ફેટ	૮૩.૦૦
સીસી. મુજબ કુલ ખટાશ પ્રમાણે પી.એચ.	૬.૪.
એસીડ એન. ૧૦.	૨૭.૮.૦

તંદુરસ્ત માણસના પેશાબમાં ઉપર મુજબનાં કિંમતી ખનીજ કારો રહેલા છે એ બીના નોંધપાત્ર છે. આની કદર કરવા માટે જીવરસાયણશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરવાની જરૂર છે. જે ખોરાક અને પીણાં લીધાં હોય તે પ્રમાણે મૂત્રની રચનામાં તેનાં દ્રવ્યોમાં ફરક પડે છે. લીધેલ ખોરાકના પ્રમાણ પર અને ઋતુ પર પણ મૂત્રના પ્રમાણમાં ફરક પડે છે. દિવસે થાય તેના કરતાં રાત્રે પેશાબનું પ્રમાણ (૧/૪ થી ૧/૨) ચોથાથી અર્ધા ભાગનું હોય છે.

મૂત્રનાં ઉપલાં પૃથક્કરણને ધ્યાનમાં લેતાં આપણા મનમાં એ પ્રશ્ન થાય કે જે દ્રવ્યો મૂત્રમાં જણાય છે, તે શરીરને જરૂરનાં હોય, તો પછી આપણા આહારના રસાયણશાસ્ત્રીઓ અને જીવન રસાયણશાસ્ત્રીઓ તે દ્રવ્યનાં મહત્વ પર ધ્યાન કેમ ભાર દે છે અને શરીરના નિભાવ માટે તે આવશ્યક છે એમ કેમ કહે છે ?

મૂત્રમાં ઝેરી તત્ત્વો છે અને તે તત્ત્વો શરીર બહાર કાઢી નાખવા માગે છે એ ખ્યાલ માત્ર એવી માન્યતા પર બંધાયેલો છે, પણ એ વાસ્તવિક પુરવાર થયેલ નથી. ખુલ્લા વહાણમાં અને તરાપામાં પ્રવાસ કરનારમાંથી જે જીવતા રહ્યા તે માણસો તેમની પાસે રહેલ પાણીનો પુરવઠો ખૂટે ત્યારે તેમનો પેશાબ પીને જીવતા. એમનો એ પેશાબ ઝેરી હોય તો તે બધા મરી જાય અને ઘણા માંદા પડી જાય. આને બદલે સ્વમૂત્ર એ નિર્દોષ છે એમ નૌકાસૈન્યના મેડિકલ ખાતાએ એક પત્રકારને જણાવેલું. સૌથી મહત્વની વસ્તુ એ છે કે મૂત્ર ગમે

તેટલું ઘટ્ટ, ઓછું અને દેખીતું ઝેરી લાગે, તો પણ કિડનિના રોગો, ફલુ અને બીજાં દર્દોનો હુમલો થાય ત્યારે ગળાઈને આવે છે અને છૂટથી પીવામાં આવે તો પ્રમાણ પણ વધે છે.

બીજો વાંધો એ ઉઠાવાય છે કે જો એક વખત મૂત્રનો આવો કિંમતી ઉપાય જણાવાયેલો, તો પછી પાછળથી કેમ બદનામ થયું ? આવો પ્રશ્ન પૂછનારાને ખબર નહીં હોય કે રૂઢિચુસ્ત દાકતરી તવારીખમાં કેટલીય દવાઓ અને ઉપચારોમાં કેટલાય ફેરફારો થયા છે અને પુરાણાં તત્વો ખોટાં સાબિત થયાં છે. કેટલીય દવાઓ વર્ષો સુધી પ્રચલિત હતી તે ત્યાર પછીનાં થોડાં વર્ષોમાં નકામી ગણી બંધ કરવામાં આવી છે.

સર્જન જનરલ સર વોટસન ચેઈને તા. ૧ ઓક્ટોબર, ૧૯૧૮ના રોજ કિંગ્ઝ કોલેજની એચ.એમ.સ્કૂલમાં વિદ્યાર્થીઓને ભારપૂર્વક જણાવ્યું હતું કે, " ઔષધશાસ્ત્ર એ ચોકકસ વિજ્ઞાન નથી. જે તેમને શીખવવામાં આવતું તેમાનું ઘણું ય સાચું ન હતું. જ્યારે પણ તેમને જીવન સાથે કામ પડતું, ત્યારે તેઓ જીવંત શરીર વિશે એટલું ઓછું જાણતા કે તે પોતાનું કથન સાચું છે કે નહીં તે ચોકકસ કહી ન શકતા. તે તેને માત્ર કલ્પેલી વાત માનતા, જે ત્યારે બંરી લાગે અને થોડાં વર્ષ પછી ખોટી ઠરે."

આ કથનની માન્યતા ૧૯૧૮માં જેવી હતી એ આજે પણ તેવી જ, બલ્કે એથી ય વધારે, સાચી છે. ઔષધશાસ્ત્ર એ ચોકકસ વિજ્ઞાન નથી એ કહેવામાં જરાય અતિશયોક્તિ નથી. આજે પણ કહેવાતી "વૈજ્ઞાનિક" કસોટીઓ દર્દીઓને લાગુ પાડવામાં આવે છે, છતાં અલગ અલગ દસ ડોક્ટર માથાના દુઃખાવાના સાધારણ દર્દમાં પણ જુદું જુદું નિદાન કરતા જણાય છે. છતાં એ માથાનો દુઃખાવો કાયમ રહે છે.

એક દાકતરે કહ્યું કે તેના નાકમાં કોઈ અવરોધ આવે છે માટે તેણે કોઈ નાકના દર્દના નિષ્ણાત દાકતર પાસે જવું જોઈએ. બીજાએ કહ્યું કે નાકમાં કંઈ નથી. પણ તેણે આંખના દાકતર પાસે જવું જોઈએ. ત્રીજાએ કહ્યું કે તેને લોહીનું નીચું દબાણ છે, તેથી તેણે તેનાં ઈન્જેક્શન લેવાં જોઈએ. ચોથાએ કહ્યું કે તેને ઊંચું દબાણ છે અને તે મટાડવા તેણે ખોરાકમાં ફેરફાર કરવો જોઈએ. પાંચમાએ કહ્યું કે તેનું લિવર મોટું થયું છે, તેથી તેણે વીજળીની સારવાર લેવી જોઈએ. છઠ્ઠાએ કહ્યું કે લિવર વધ્યું નથી, પણ તેમાંથી પૂરું પિત્ત થતું નથી. સાતમાએ કહ્યું કે તેની પિચ્યુટરી ગ્રંથિ બરાબર કામ કરતી નથી. તેથી તેણે ગ્રંથિનાં

ઈન્જેક્શન લેવાં જોઈએ. આઠમા ડોક્ટરે કહ્યું કે આંતરડામાં ઝેર થવાથી તે પિડાય છે. તેથી તેણે ખોરાકમાં અને સિગરેટ પીવામાં કાપ મૂકવા જોઈએ. નવમાએ કહ્યું કે જ્ઞાનતંત્રની નબળાઈ છે, માટે તેણે ગોળીઓ લેવી જોઈએ. દસમાએ કહ્યું કે ખરી રીતે કશુંય નથી, છતાં માથું દુઃખ્યા કરે છે.

છેલ્લે વાંધો ઉઠાવવામાં આવે છે કે મૂત્રનો સ્વાદ ખરાબ હોવો જોઈએ. જે બહાદુર હોય તે જ પી શકે. આ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. તંદુરસ્ત માનવીનો પેશાબ જુલાબની દવા જેટલો ખરાબ નથી. સવારનું તાજું મૂત્ર થોડું જ કડવું અને ખારું લાગે છે. પણ જેમ જેમ તેને વધારે વાર પીવામાં આવે, તેમ તે નિરુપદ્રવી થાય છે. તેનો સ્વાદ જે ખોરાક લેવામાં આવે છે તે પ્રમાણે દિવસે દિવસે, બલકે કલાકે કલાકે, બદલાય છે. ગંભીર દર્દોમાં જે પેશાબ થાય છે તે તેનો દેખાવ લાગે છે તેવો સ્વાદમાં ત્રાસદાયક હોતો નથી.

હવે મૂત્રના પ્રાચીન અને અર્વાચીન ચિકિત્સા— મૂલ્યનાં પરિણામો જાણ્યાં પછી તેમ જ ઉપર મુજબ વર્ણવેલા વાંધાવચકાના જવાબ આપ્યા પછી વર્ષોની પ્રેક્ટીસમાં જે લોકો વાસ્તવિક જાણતા હોય તેવાઓના પુરાવા ટાંકવામાં આવે છે.

મૂત્ર પીવામાં આવતાં તે ગળાય છે, અને એક દિવસ ફક્ત તેના પર અને જરુર લાગે તો વધારામાં પાણી પર રહેવાથી વધુ ને વધુ શુદ્ધ થાય છે. પ્રથમ તે શરીરને શુદ્ધ કરે છે, અડચણો દૂર કરે છે અને રોગમાં ખરાબ થયેલ ઉપયોગી અવયવોને ફરી સુધારે છે. વસ્તુતઃ તે ફેફસાં, પેન્ક્રિયાસ, લિવર, મગજ, હૃદય વગેરેને ફરીને બરાબર કામ કરતાં કરે છે. ઉપરાંત, મગજ, આંતરડાં વગેરેના ભયંકર રોગોમાં ત્વચાનાં પડને સુધારે છે. ટૂંકમાં, નિસર્ગોપચારકો ફક્ત પાણીના અથવા ફળના રસ પર ઉપવાસ કરવાની ભલામણ કરે છે. તેનાથી સફળતા ન સધાય તે મૂત્રપાનથી સધાય છે. તે અંગેના પુરાવાઓ અને ખ્યાલ હવે પછીનાં પ્રકરણમાં આપવામાં આવેલ કેસોના રિપોર્ટો પરથી આવશે.

૩. મારા પોતાના રોગોનું નિવારણ-સ્વાભુત્ત્વ

મને પ્રથમ પોતાની જાત પર જ મૂત્રપ્રયોગ કરવાનો પ્રસંગ આવ્યો. એવું બન્યું કે વિશ્વયુદ્ધ વખતે, એટલે કે ૧૯૧૪ના અરસામાં, મારી ૩૪ વર્ષની વયે સૈન્યમાં સૈનિક તરીકે જોડાવા ચાર ડોક્ટરો પાસે દાકતરી તપાસ માટે ગયો. હું ક્ષયરોગી છું એ મુદ્દા પર ડોક્ટરોએ મને ગેરલાયક ઠરાવ્યો. આથી ક્ષયરોગના નિષ્ણાત પાસે ગયો. તેણે કહ્યું કે ક્ષય નથી, માત્ર શરદી છે. એટલે તેણે સલાહ આપી કે સારો પૌષ્ટિક ખોરાક, પુષ્કળ તાજી સ્વચ્છ હવા અને સૂર્ય -પ્રકાશ લેવો. એ કરવાથી એક વર્ષમાં ૨૮ રતલ વજન વધ્યું.

છતાં એટલેથી મને સંતોષ નહીં થતાં બીજા નિષ્ણાતની સલાહ લીધી. એણે તપાસીને કહ્યું કે બન્ને ફેફસામાં ક્ષયની અસર છે. તેથી ખાંડ અને સ્ટાર્ચના વધુ પ્રમાણવાળો આહાર લેવો. તે પ્રમાણે લેતાં મને ડાયાબિટીસ થયો. તેથી તેમાંથી મુક્ત થવા માટે મારે આકરા ખાનપાન પર રહેવું પડ્યું. તેમાંથી અઠવાડિયામાં ચાર દિવસ ફક્ત સવા લિટર ઠંડું પાણી ધીમે ધીમે પીને રહેવું અને બાકીના ત્રણ દિવસ મારો જઠરાગ્નિ સહેજ તેજ થાય તેવો અલ્પાહાર આપવામાં આવતો. ઉપરાંત, મને ફરમાવ્યામાં આવ્યા પ્રમાણે મારે દરેક કોળિયો એટલો ચાવવો પડતો કે તેનાથી મારા મોંની ચામડી છોલાતી, દાંત દુઃખતા, અવાળાં ફૂલી આવતાં અને જીભ સૂઝી જતી. આ સાથે મને ઊંઘ પણ નહોતી આવતી. મારાં જ્ઞાનતંતુ ક્ષીણ થયા અને સ્વભાવ ચીડિયો થઈ ગયો. આ પ્રકારનો આહાર લગભગ સોળ અઠવાડિયાં સુધી ચાલ્યો. આનાથી જો કે મારો કફ મટી ગયો અને પીડાકારક રાંઝણ હતી તે પણ મટી ગઈ, પણ આ રાહત મને દર્દ કરતાં પણ આકરી લાગી.

આનું પરિણામ એ આવ્યું કે બે વર્ષની સારવાર બાદ દાકતરોમાંથી મારો વિશ્વાસ ઉઠી ગયો અને તેમની સલાહની વિરુદ્ધ મેં મારી જાત પર

હિંમતપૂર્વક પ્રયોગ કરવા માંડ્યો. હું જ્યારે ઘણો અશક્ત થઈ ગયો ત્યારે મને બાઈબલના પાંચમા અધ્યાયનું વાક્ય યાદ આવ્યું કે, "તું તારી ટાંકીનું પાણી પી." આ પરથી મને એક પ્રસંગ યાદ આવ્યો કે એક નાની છોકરી ગળામાં શ્વાસની નળીના સોજાથી પીડાતી હતી, ત્યારે તેના બાપે એ છોકરીને પોતાનું મૂત્ર પાયું હતું. તેને તેનાથી દર્દ મટી ગયું હતું. બીજા કેસો પણ મને યાદ આવ્યા કે તેનાથી એક જણને કમળો મટેલો. મને બીજું યાદ આવ્યું કે થોડા વર્ષ પહેલાં જ્યારે ડોક્ટરે મને કહેલું કે મારાં ફેફસાં અને પેન્ક્રિયાસની ગ્રંથિ રોગિષ્ટ છે, ત્યારે મેં તેને પ્રશ્ન પૂછેલો કે મારાં મૂત્રની તપાસ પરથી તેણે કેમ જાણ્યું કે મારાં અંગો રોગિષ્ટ છે અને ગળતાં જાય છે.

તેને મેં નિર્દોષ ભાવે કહ્યાનું યાદ છે. જો કે હું મારાં મૂત્ર દ્વારા મારા શરીરનાં અગત્યનાં દ્રવ્યો અને ખાંડનું તત્વ ગુમાવતો હોઉં તો મારે એ જ મૂત્ર પીને તે તત્વો પાછાં કેમ ન મેળવવાં ? તેના જવાબમાં તેણે કહેલ કે આવાં મૃત દ્રવ્યોને મારું શરીર આત્મસાત નહીં કરી શકે. પણ એ માન્યતા ખોટી જ છે એ મેં પુરવાર કર્યું છે.

હું સ્વીકારું છું કે બાઈબલનાં સૂત્રનો અમુક અર્થ જ હોવો જોઈએ એવો દુરાગ્રહ સેવવો એ હહાપણભર્યું નથી, કેમ કે ઘણા લોકો બાઈબલમાંથી પોતાને મન ફાવે તેવા અર્થ બેસાડે છે. આમ છતાં હું માનતો, અને હજુ માનું છું, કે જે સૂત્ર મેં સ્વીકાર્યું છે તે અને બીજાં ઘણાં સૂત્રોનો ઉલ્લેખ આપણા શરીરમાં રહેલાં અને તેમાંથી નીકળતાં એ જીવન— ઉપયોગી પ્રવાહીને ઉદ્દેશીને જ છે.

આ વાત પરથી એ સૂત્રને શ્રદ્ધાપૂર્વક માનીને મેં ફક્ત સ્વમૂત્ર અને નળના પાણી પર રહી પિસ્તાલીસ દિવસના ઉપવાસ કર્યા. ખોરાક વિનાના ઉપવાસ બહુમાં બહુ અગિયાર દિવસ થઈ શકે એમ દાકતરના કથન છતાં મેં તો આમ જ કર્યું. મેં મારાં મૂત્રથી માલિસ પણ કરી. આ માલિસ પણ અગત્યની છે. જો કે ઉપવાસમાં મને આકરી ભૂખ સિવાય બીજી કોઈ તકલીફ થઈ નહીં.

ત્યાર પછી કેટલીક મુદત સુધી હું ખોરાક લેવામાં સાવધ રહ્યો અને સ્વમૂત્ર પીવાનું ચાલુ રાખ્યું. તે પીતાં પીતાં તેના પ્રમાણમાં સ્વાદ અને દેખાવ વગેરેમાં જે ફેરફારો થતા ગયા તેનો ઠીક ઠીક મને અનુભવ થયો. આ ફેરફારો હું મુખ્યત્વે જે ખાતોપીતો અને જે પ્રમાણમાં શ્રમ કરતો, તેના પર આધારિત હતો.

આ સારવારને અંતે મને નવજીવન મળ્યું એમ લાગ્યું. મારું વજન

ઘટીને ૧૪૦ રતલ થયું. હું ઉત્સાહથી ભરેલો લાગ્યો. તેનાથી હકીકતમાં હતો તેના કરતાં અગિયાર વર્ષ નાનો હોઉં એમ અનુભવતો. મારી ચામડી નાની છોકરી જેવી સુંવાળી થઈ. તે વખતે હું છત્રીસ વર્ષનો હતો. આજે હું સાઠ વર્ષ ઉપરની વયનો છું. મારાં મૂત્રનું ટીપે ટીપું પીવાથી અને સંતુલિત આહાર લેવાથી અને શરીરને જરૂર હોય તેનાથી કદી વધુ ખોરાક ન લેતાં મારી વયના માણસ કરતાં ઘણો નાનો લાગું છું અને કોઈ પણ જાતની બીમારીથી મુક્ત છું.

આ રીતે મારા પ્રયોગની આવશ્યક વિગતો વર્ણવી હું માત્ર એટલું જ ઉમેરવા માગું છું કે ૧૯૧૮માં મારું

મેળવેલું જ્ઞાન મારે ગુપ્ત ન રાખવું જોઈએ, પણ બીજાને તેમાં ભાગીદાર બનાવવા એમ જાણી એ જ લાઈન પર બીજાઓને ઉપવાસની સલાહ આપવાનું અને તેમના ઉપવાસ પર દેખરેખ રાખવાનું મેં શરુ કર્યું.

આ પુસ્તકના હવે પછીના ભાગમાં મોટે ભાગે જેઓ વિવિધ પ્રકારના રોગોથી પિડાતા હતા તેમના પર કરેલા પ્રયોગોનાં પરિણામોની વિગત આપવામાં આવી છે. આમાં દાકતરી નિદાન પ્રમાણે કે કેન્સર શરીરના કોઈ પણ ભાગનું નકામું થવું, કિડનિનો રોગ અને બીજા એવા રોગો જેમને દાકતરો અસાધ્ય માને છે તેવા રોગોનો સમાવેશ થાય છે.

૪. ગેબ્રીન : કેટલાક કેસોનો ઇતિહાસ.

આ રોગને રુઢિચુસ્ત દાકતરો અસાધ્ય માને છે. જે અંગમાં તે થયો હોય તેને કાપી નાખવું પડે એમ મનાય છે. છતાં મેં તો પુરવાર કર્યું છે કે તે મટી શકે છે. ૧૮૯૧માં જ્યારે હું દસ વર્ષનો હતો ત્યારે મારા એક નિકટના મિત્રને એક દાંતના દાકતરને ત્યાં દાંત કઢાવવા લઈ જવામાં આવ્યો. તે અગાઉ તેને મોંની પીડા હતી. દુર્ભાગ્યે દાઢ કઢાવવી પડી. તેમાંથી તેને મોંનો રોગ લાગુ પડ્યો. સોજો ઉતારવાની દવાઓ અને મલમ આપ્યાં, છતાં એ છોકરો દસ દિવસ પછી ગુજરી ગયો.

એ જ અરસામાં મારો ગાલ સૂઝેલો. મને તો મધમાખીઓનો ડંખ લાગેલો. મારી મા તો એક ખેડૂતની દીકરી હતી. તેણે મારું મો મારા જ પેશાબથી ઘોઈ નાખ્યું અને પેશાબનો પાટો મારા ગાલ પર બાંધી દીધો.

થોડા કલાકોમાં મારો સોજો ઊતરી ગયો. આ સારવાર મારા મિત્રનાં મા-બાપને સૂચવેલી, પણ તેમણે તેનો અનાદર કરેલો. તે વખતથી મને લાગેલું કે મૂત્રનું પોતું મૂકવાથી, મૂત્રપાનથી અને ઉપવાસથી મારા મિત્રની જિંદગી બચી શકી હોત. આ રોગના પહેલા કેસની સારવાર મેં ૧૮૨૦માં કરી. ૫૩ વર્ષની બહેન હતી. તે એક જાણીતા ડોક્ટરની સંભાળ નીચે હતી. ડોક્ટર ઉપવાસ અને આહારશાસ્ત્રના નિષ્ણાત હતા. દર્દીને પાંડુરોગ થયો. તેના ફેફસામાં ગંભીર અંતરાયો ઊભા થયા. એક પગમાં ગેબ્રીન જણાયું. બન્ને પગ પર નાના મોટા ફોલ્લા થયા હતા. કમળો થયો હતો. આંખો પીળી પડી ગઈ હતી. પેડુ કઠણ અને ફૂલેલું હતું. શરીર સાવ સુકાઈ ગયું હતું.

તેના ડોક્ટરે મને એક મહિનો મારી રીત અજમાવવા કહ્યું. પણ મને લાગ્યું કે દર્દીને સાજો કરવો હોય તો સાઠ કે સિત્તેર દિવસ લાગે તેમ હતા. આમ છતાં મને અજાયબી લાગી કે જલદીથી તેની તબિયત સુધરતી જણાઈ.

દર્દીએ પોતાનાં મૂત્ર પર અને પાણી પર ઉપવાસ કર્યા. તેના સાથે શરીર પર મૂત્રની માલિસ કરી. તેનાં પોતાં મૂક્યાં. દસ દિવસના અંતે ઝાડો-પેશાબ છૂટથી આવવા લાગ્યાં. જોકે ચામડી પર ફોલ્લા વધ્યા હતા, પણ તે પીડાકારી ઓછા હતા. શ્વાસોરછવાસ સરળ અને રાબેતા મુજબ થયો. દર્દીને ઊંઘ સારી આવવા લાગી. ગેંગ્રીનવાળા પગમાં મટવાનાં ચિહ્નો જણાવા લાગ્યાં. ઉપવાસના અઢારમા દિવસે તો પગ તદ્દન સારો થઈ ગયો. મૂત્રથી નવી ચામડી આવી હતી. પગ પર કોઈ પણ જાતનો ડાઘો રહ્યો નહીં.

આ કેસની સફળતાને પરિણામે બીજી એક ચાલીસ વર્ષની મહિલાનો કેસ મળ્યો. તેનો જમણો પગ એટલો સડી ગયેલો કે તેના ડોક્ટરે પગ કાપી નાખવાની સલાહ આપી હતી. લગભગ બે વર્ષ પહેલાં ઘૂંટણ પર સોજા આવેલા. તેનું કારણ એ માનવામાં આવેલ કે તેને તેના ઘંઘા અંગે સખત પથ્થર પર વાંકું વળવું પડતું હતું. આની ડોક્ટરોની અને બીજી ઘણી સારવારો કરી, પણ તેનાથી તો તેનું દર્દ વધ્યું. તેને સખત કબજિયાત રહેતી અને ખરજવું, પાંડુરોગ અને અનિદ્રા, ઉદાસીનતા, સૂઝેલું મો અને જીભ તથા હોઠના બન્ને ખૂણામાં સોજા રહેતા. આ ઉપરાંત રોગવાળા પગમાં ઘણા ખાડા પડ્યા રહેતા. આવી સ્થિતિ છતાં બહેન હિંમતવાળી હતી. તેથી તે મારી સારવાર લેવા તૈયાર થઈ ગઈ.

તેણે મારી સૂચના મુજબ તેનો જેટલો પેશાબ થાય તેના પર અને સાડા ત્રણ લિટર ઠંડા પાણી પર ઉપવાસ શરુ કર્યા. પ્રથમ પાંચ દિવસ દરમ્યાન તેના સોજા ઊતરવા માંડ્યા. આખા શરીરની ચામડી બધી રીતે તંદુરસ્ત જણાવા લાગી. ચહેરાનો સોજો તો બીજા દિવસે જ ઊતરી ગયો. ત્રીજી રાત્રે તેને ઘસઘસાટ ઊંઘ આવી. અઠવાડિયાને અંતે તેનો ઝાડો-પેશાબ સારી રીતે થયા. મસા પણ મટી ગયા. પખવાડિયામાં તો રોગની કોઈ પણ નિશાની જ ન રહી. ખાડાની જગ્યાએ નવી ચામડી આવી. ગેંગ્રીનવાળો પગ બીજા પગથી બમણો સૂઝેલો હતો. તે સાજા પગ જેવો થઈ ગયો. ક્યાંય એક ડાઘો સરખો ન રહ્યો.

પછી મેં તેને માત્ર દ્રાક્ષ, કેળાં અને કાચા ટમેટાના અલ્પાહાર પર એક અઠવાડિયું મૂકી બીજે અઠવાડિયે થોડું તાજું પેશ્ચુરાઈઝ્ડ નહીં કરેલ દૂધ ઉમેર્યું. અને ત્રીજે અઠવાડિયે રાબેતા મુજબના આહાર પર ચડાવી.

મારા અનુભવ પ્રમાણે બીજાં ઘણાં મોટાં દર્દો કરતાં ગેંગ્રીન જલ્દી મટે છે. એના સમર્થનમાં હું થોડા દાખલા ટાંકીશ. આ બધા કેસો લગભગ એવા છે

કે દાકતરોએ જેમાં ઓપરેશન કરવાની સલાહ આપી હતી.

શ્રીમતિ ઈના ગેંગ્રીન થયેલ પગ સાથે આવી. તેનાં આંગળામાં શીતળા ટકાવ્યા પછી લકવો થયેલ. ૪૮ દિવસના ઉપવાસ કરાવ્યા. તેનાં આંગળાંને માત્ર મૂત્ર પરના ઉપવાસથી પ્રથમ વીસ દિવસમાં જ પગ અને આંગળામાં રૂઝા આવી.

શ્રીયુત ડી.ને મધુપ્રમેહને લીધે ડાબા હાથના આગળના ભાગમાં ગેંગ્રીન થયેલ. ૪૮ દિવસના ઉપવાસ કરાવ્યા. માત્ર ૧૮ દિવસમાં જ હાથ પૂર્વવત થઈ ગયા. એક પણ નિશાન રહ્યું નહીં.

શ્રીમતિ જે.ડબલ્યુ. બી. (ઉંમર-૬૦)ને કડિયાકામમાં હથોડાનો ઘા લાગેલો. તેથી અંગુઠાનું પહેલા અને બીજા સાંધાનું ગેંગ્રીન થયેલું. લીડઝ જી. આઈ.માં બહારના દર્દી તરીકે ૧૮ અઠવાડિયાની સારવાર લીધી. પહેલા સાંધા સુધીનું હાડકું કાઢી નાખ્યું. કાંડા તરફથી હાથનો રંગ બદલાઈ ગયો. આને મેં મારી પદ્ધતિ મુજબ ઉપવાસ કરાવ્યા. આખા હાથે મૂત્રનાં પોતાં મૂક્યાં. અઠવાડિયામાં મટી ગયું.

કુમારી સી.એ.(૧૯૩૦માં ૩૦ વર્ષની)ને પાંડુ રોગ થયો હતો. પગની બન્ને પીંડીઓ પર સડાને કારણે ચામડી પર માંસના લોચા ઊપસી આવ્યા હતા. દાકતરોએ તો ખસ કે ખંજવાળ સમજી દવા કર્યે રાખી. તેને ૧૮ દિવસના મૂત્ર સાથેના ઉપવાસથી બિલકુલ આરામ થયો. પાંડુરોગ ન રહ્યો. ખસ કે ખંજવાળ પણ ન રહી. એક ચાકું પણ ન રહ્યું. ઉપવાસના દિવસોમાં તે છોકરી દોઢ ઈંચ ઊંચી વધી.

શ્રીમતિ એલ. (ત્યારે ૪૮ વર્ષ) બન્ને પગ પર ઊકળતા પ્રવાહી પદાર્થથી ભરેલ વાસણ પડવાથી દાઝી ગયેલ. દાકતરોએ ત્રણ અઠવાડિયાં સુધી પ્લાસ્ટર અને પાટાપીંડી કર્યાં. પણ દશા વધારે ભયંકર બની. અંતે બન્ને પગને ગેંગ્રીન લાગુ પડ્યો. તે ૨૮ દિવસના મૂત્ર- પ્રયોગથી તદ્દન મટી ગયો. આમ ભયંકર ગેંગ્રીનના ઘણા દર્દીઓને મૂત્ર- પ્રયોગથી આરામ થયો છે.

હવે કેન્સરના રોગથી પીડાનારા રોગીઓને મૂત્ર- પ્રયોગથી આરામ થયો તેવા કેટલાક દાખલા જોઈએ.

પ. શરીરના કોશોની અસામાન્ય વૃદ્ધિ અને કેન્સર.

જુદા જુદા રોગોને કારણે કોશોની થયેલી વૃદ્ધિ—કેન્સર પણ આ જ છે. આવાં બધાં ગંભીર દર્દો સંતુલિત આહારની ખામીને કારણે થાય છે. માનવી તેના આહારમાં શરીરને જોઈતા ક્ષારો લે, તો તેને આવા રોગો થવાનો સંભવ નથી. કેન્સર ખાસ કરીને પોટાશિયમ ક્ષારોની ઊણપને લીધે થાય છે. આ ક્ષાર શાકભાજી અને ફળોમાંથી સહેજે મળી રહે છે. કેન્સર શરીરના જુદાં જુદાં ભાગોમાં થાય છે. તે ભયંકર અને અસાધ્ય મનાય છે. તેની ગાંઠ શરીરના અંદરના ભાગોમાં શરુ થાય છે. પછી તે બહાર ઊપસી આવે છે.

૧૯૧૨માં લંડનના ડૉ. એફ. ફોર્બસ રોઝે પોતાના પચીસ વર્ષના લાંબા અનુભવ પછી લખેલ " કેન્સર: તેની ઉત્પત્તિ અને સારવાર" નામના પુસ્તકમાં પુરવાર કર્યું છે કે પોટાશ ક્ષારો જેમાં હોય તેવા સંતુલિત ખોરાક પર દર્દીઓને મૂકવામાં આવે તો તે જ દર્દી કેન્સરમુક્ત થાય છે. આવા ઘણા કેસો સારા કર્યા છે.

પેશાબના પ્રયોગમાં કેવું દર્દ છે તેનું નિદાન કરવાની જરુર નથી. તે કોઈ દર્દીનો ઉપચાર નથી. તે તો સ્વાસ્થ્ય મેળવવાનું સાધન છે. એટલે સામાન્ય રીતે દર્દીને પેશાબ પીવડાવવામાં આવે તો તેને થોડા જ દિવસોમાં સંપૂર્ણ આરામ થઈ જાય છે.

શ્રીમતિ આર.ને ૧૯૨૩માં ૪૦ વર્ષની વયે પાંદુરોગ થયો હોય તેવું પીળાશ પડતું ફિક્કું શરીર, વજન સરેરાશથી ઓછું હતું. મરઘીનાં ઈંડાં જેટલી ગાંઠ તેનાં સ્તન પર ઊપસી આવેલી. કેન્સરના નિષ્ણાત ડૉ. રાબાગ્લીઆરીએ કેન્સર હોવાનું નિદાન કરેલ. તેણે તરત જ ઓપરેશન કરાવવાની સૂચના કરી. દર્દીએ ઘસીને ના પાડી. તેણે પેશાબ સાથે ઉપવાસ કર્યા. સાથે દરરોજ આશરે પોણા ચાર શેર પાણી પીધું. પેશાબની રોજ બે કલાક માલિસ કરી. છાતીના બન્ને ભાગ પર તેનાં પોતાં દિવસ—રાત મૂક્યાં. દસ દિવસમાં તેને આરામ થઈ

ગયો. પછી તે બહેન ડો. રાબાગ્લીઆરી પાસે ગઈ. ડોક્ટરે તેની છાતી પર ગાંઠની કોઈ નિશાની ન જોઈ. પાંદુરોગ મટી ગયો. એ બહેન સંપૂર્ણ સાજી થઈ ગઈ.

આવો જ બીજો કેસ ૧૯૨૫માં મધ્યમ વયની એક બહેનનો છે. તેને બગલ પાસે ગાંઠ થઈ હતી. બે ડોક્ટરોએ ઓપરેશનની સલાહ આપી. પણ એ સ્ત્રીની પુત્રીની વિનંતિથી દર્દીને થોડા દિવસનો આરામ મળે અને સહેજ શક્તિ આવે એવો ખોરાક આપ્યા પછી ઓપરેશનનો નિર્ણય કર્યો.

અઠવાડિયાં પછી ઓપરેશન થવાનું હતું. પણ તેની પુત્રીને મૂત્ર-પ્રયોગનો સારો અનુભવ હોવાથી પોતાની માને ઓપરેશન પહેલાં આ પ્રયોગ કરવા સમજાવી. પાંચ જ દિવસમાં થયેલ ગાંઠની નિશાની ન રહી. કુટુંબના ડોક્ટરને જ્યારે તે મળવા ગઈ અને ડોક્ટરે તેને તપાસી, ત્યારે ગાંઠને મટી ગયેલ જોઈ. ડોક્ટરને તે તંદુરસ્ત જણાઈ. તેથી તેણે તેને કંઈ જ ન કરવાનું કહ્યું.

બીજી એક દર્દી બહેન મારી પાસે ૧૯૨૭માં આવી. ૪૫ વર્ષની, મજબૂત બાંધાવાળી તે બહેનને તેની ડાબી છાતીમાં ગાંઠ ઊપસી આવેલ. આવી જ ગાંઠ બે વર્ષ પહેલાં જમણી છાતીમાં થયેલ. તે ઓપરેશનથી કાઢી નાખેલ. આ બહેને બીજી વખત ઓપરેશન ન કરાવતાં પેશાબનો પ્રયોગ કર્યો. ૧૯ દિવસના ઉપવાસ અને માલિસથી તે ગાંઠ તદ્દન મટી ગઈ. તેના શરીર પર મેદ ખૂબ હતો. તેથી મેં તેને ઉપવાસ ચાલુ રાખવાનું કહ્યું. ૨૮ દિવસે તેનું શરીર પણ જોઈએ તેટલું ઊતરી ગયું.

હવેનો કેસ નોંધપાત્ર છે. જુદાં જુદાં દર્દો—જેમને એકબીજા સાથે સંબંધ પણ ન હોય—પણ સ્વમૂત્રના પ્રયોગથી સુધરે છે. એક યુવતીને જમણી બાજુ સૂજી ગયેલ છાતી પર વચ્ચે ખરાબ અને શંકા પડતાં ગુમડાં હતાં. તેને વધારાનો જૂનો ઉદરગુહાનો સોજો (પેરીટોનાઈટીસ)નો રોગ હતો. એપ્રેન્ડિકસનું ઓપરેશન કરાવેલ, પણ કંઈ સુધારો થયો ન હતો.

તેણે ૧૯ દિવસ પોતાનો પેશાબ પી ઉપવાસ કર્યા. એ દિવસના અંતે તો છાતી પરની કે બગલની કોઈ ગાંઠ રહી નહીં. પણ એપ્રેન્ડિકસનાં ઓપરેશનની કયાશને કારણે આંતરડાનું દર્દ ચાલુ રહ્યું. એટલે તેણે બીજા ઉપ ઉપવાસ કર્યા. તેનાથી તેને સંપૂર્ણ આરામ થયો.

આથી વધુ કેસોની જરૂર નથી. અહીં વર્ણવેલ કેસો સ્વમૂત્ર-પ્રયોગથી સફળ થયા એ બતાવવા આ હકીકત પૂરતી છે.

૬. મૂત્રપિંડના રોગો

મૂત્રપિંડમાં થયેલા બગાડને કારણે આ રોગ થાય છે. આમાં મૂત્રપિંડનાં ઉગ્ર અને જીર્ણ રોગનાં કેટલાંક સ્વરૂપોનો સમાવેશ થાય છે. કેફી અને શરીરતંત્રને ઉશ્કેરનારાં દ્રવ્યો, સ્કાયલેટ જેવા ઝેરી તાવને લીધે અને ઠંડી તથા ભીનાશને કારણે પણ થાય છે. જળોદર જેવા રોગોનો પણ આ રોગ સાથે સંબંધ છે.

યૂનો અને ફોસ્ફરસ જેવા અગત્યના ક્ષારો ખૂટી જવાથી આ રોગ થાય છે. એટલે આનો ઉપાય એ છે કે આ ક્ષારોવાળો ખોરાક બહુ સૂક્ષ્મ સ્વરૂપમાં આપવો.

જે દર્દીઓ માટે ડોક્ટરોએ હાથ ધોઈ નાખેલા એવા બે-ત્રણ દર્દીઓને આરામ થયાની હકીકત મેં આપેલી છે તે જોઈએ. એક દર્દી મહિલા ચાલીસ વર્ષની વયની. તેનાથી શ્વાસ પણ મુશ્કેલીથી લેવાય. પેશાબ થોડો અને રગડા જેવો, લોહી અને પરુ મિશ્રિત હતો. એક વર્ષ પહેલાં બહેન ખૂબ જ તંદુરસ્ત હતી. તેની ઊંચાઈ પ્રમાણે આદર્શ વજન ૧૪૪ રતલ હોવું જોઈએ. પણ બીમારી પછી વજન વધીને આશરે ૨૮૦ રતલ જેટલું થઈ ગયેલ. ડોક્ટરોએ તેની આશા છોડી દીધી. તેની સારવાર કરનારી નર્સોને પણ તેની આશા ન હતી. દર્દીની એટલી બધી અવળી-સવળી દવાઓ થયેલી કે એ નર્સોને પણ દવાઓમાંથી વિશ્વાસ ઊઠી ગયેલો. પણ તેની ચિકિત્સા કરતાં મને લાગ્યું કે તેને જલ્દી સારું થઈ જશે.

તેણે ઉપવાસ શરુ કર્યા. પ્રથમ પેશાબ ૫૦ મિ.લિ. થયો. તે ગરમ, ઘટ્ટ, ડહોળાયેલ અને લોહી-પરુવાળો હતો. છતાં તે પીવાથી ચોવીસ કલાકમાં ૫ લિટર પેશાબ થયો. આ એક નવાઈની છતાં સાચી હકીકત છે કે પોતાના પેશાબમાં એવી શક્તિ છે કે તે પીવાથી શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં નુકસાનકારી દ્રવ્યો મળી ગયાં હોય તો તેને સાફ કરી બહાર કાઢી નાખે

છે. પછી તે બહેનને જેમ જેમ વધુ પેશાબ થવા માંડ્યો, તેમ તેમ તે સ્વાદ અને ગંધરહિત અને વરસાદનાં તાજાં પાણી જેવો અને કોઈ પણ જાતના વાંધા પડતો રહ્યો નહીં.

પેશાબ ઉપરાંત તે બહેનને રુચિ પ્રમાણે દંડું પાણી ધીમે ધીમે પીવાની રજા આપવામાં આવી. ચોવીસ કલાકમાં તેણે સાડા પાંચ લિટર પાણી પીધું. ત્રણ દિવસ પછી તેની તરસ પણ છીપી હતી. ચાર દિવસ પછી તો તેની ચિંતા કરવા જેવું ન રહ્યું.

તેવામાં એક મુશ્કેલી આવી પડી. ઉપવાસના ત્રેવીસમા દિવસે એક નર્સના કહેવાથી તેને એક ગાજરને છીણીને લીંબુના રસ સાથે આપ્યું. પરિણામે બે કલાકમાં તેને બન્ને હાથમાં ચકામા ઊપસી આવ્યાં. હાથ પર ખૂબ ખંજવાળ આવવા લાગી. સાથે પેશાબ બંધ થઈ ગયો. પેડુ પર સોજો દેખાયો. તરત જ એક પરિચારિકાના પેશાબથી ભીંજવેલાં પોતાં પેડુ પર મૂકવા માંડ્યાં અને બન્ને હાથ પર હળવા હાથે પેશાબ ચોળવા માંડ્યો. થોડા કલાકમાં પેશાબનાં પોતાંમાંથી પેડુએ ભીનાશ ચૂસી લેવાથી પેશાબ શરુ થયો અને ધીમે ધીમે દર્દી સાજી થવા લાગી.

સ્વમૂત્ર— ચિકિત્સાનો એક ખાસ મુદ્દો એ છે કે દિવસમાં બે કલાક દર્દીનાં શરીર પર લગલગાટ પેશાબ ચોળવો. તેમાં એટલી કાળજી રાખવી કે દર્દી શ્રમ ઉઠાવી શકે તેવી શક્તિવાળો હોય. એ પ્રમાણે આ દર્દી બહેનને તેની નર્સ રોજ પોતાનાં મૂત્રથી માલિસ કરતી. ૪૮ દિવસના ઉપચાર પછી બહેન એટલી સારી થઈ ગઈ કે તેણે મોસંબીનો રસ લઈ ઉપવાસ છોડ્યા. સપ્તાહ પછી તેનું વજન ૧૧૯ રતલ થવાથી એક વર્ષ પહેલાંનાં જૂનાં વસ્ત્રો પહેરી તેણે ઓરડામાં ઘૂમવા માંડ્યું. તેને આરામ થઈ ગયો છતાં પોતાનો પેશાબ પીવાનું અને શરીર પર માલિસ કરવાનું ચાલુ રાખ્યું. તેથી ચામડી, વાળ, મુખાકૃતિ અને સામાન્ય દેખાવમાં અજબ ફેરફાર થઈ ગયો.

આ કેસ સુધરવાથી આમજનતાનું ધ્યાન વધારે ખેંચાયું, પણ ડોકટરોનું રૂંવાડું ય ન ફરક્યું. આમજનતાનું તો માનસ એવું છે કે એ તો જે માનવું હોય તે માને. વળી આપણે કોઈ સાધ્ય કે અસાધ્ય રોગથી પીડાતા દર્દીને કહીએ કે તમે મૂત્ર—પ્રયોગથી તમારું દર્દ મટાડી શકશો, તો તે આપણને હા કહેશે, પણ પછી ડોકટરને ત્યાં જ જશે અને પૂછશે. ડોકટર કોઈ હા કહે ખરો ? તેથી મૂત્ર—ચિકિત્સા જેવાં ભૂંસાઈ ગયેલાં વિજ્ઞાન માટે સેવાભાવી સેવકો તરફથી દર્દીઓમાં, ખાસ કરી ગરીબ દર્દીઓમાં, રાહતના હેતુથી પૂરતો પ્રચાર ન થાય ત્યાં સુધી આમ જનતા આ વિજ્ઞાનને અપનાવશે નહીં.

શ્રી બી.ને ઘણો તીખો અને સ્વાદવાળો પણ શરીરને પોષણ થાય તેવાં તત્ત્વો વિનાનો ખોરાક ખાવાની ટેવ હતી. સાદા સ્વાદિષ્ટ ખોરાકમાં પણ મરી મસાલા મેળવીને ખાવાનો શોખ. રોજ આઠ-દસ કપ ચા પીએ. પચીસેક સિગરેટ પીએ. આ ભાઈ માંદા પડી મારી પાસે આવ્યા. તે પહેલાં તે બે ડોક્ટરની સારવાર નીચે હતા. આ દરમ્યાન તેનું વજન ૨૮૦ રતલથી વધી ૪૨૦ રતલ થયું હતું. ડોક્ટરોએ તો તેને મૃત્યુઘંટ સંભળાવી દીધેલ.

મેં તેને ૧૯૨૦ના જૂનમાં ૪૯ દિવસના ઉપવાસ શરુ કરાવ્યા. ચોથે દિવસે જ તેનો પેશાબ સ્વાદરહિત અને ચોખ્ખો થવા લાગ્યો. શરીર પરના સોજા ઝડપથી ઊતરવા લાગ્યા. પાંડુરોગ થયેલો તે સાત દિવસમાં મટી ગયો. ઉપવાસના અંતે તેનું વજન ઊતરી ૧૦૫ રતલ થઈ ગયું. બીમારી મટ્યા પછી વીસ વર્ષ પહેલાં જેવો તંદુરસ્ત હતો તેવો જ થઈ ગયો. સ્વાદિષ્ટ ખોરાક ખાવાની અને જીભના ચટકાને વશ થવાની ભૂરી ટેવો છોડી દીધી. વ્યસનો છોડ્યાં અને રોજ સ્વમૂત્ર પીવાનું ચાલુ રાખ્યું. તેનાં સુંદર પરિણામ જીવનભર ભોગવ્યાં.

હવે એક વધુ નોંધપાત્ર કેસ વર્ણવીને આ પ્રકરણ પૂરું કરીએ. ૬૦ વર્ષની વયના એક દર્દી સતત બે વર્ષથી ડોક્ટરની સારવાર નીચે હતા. તે સમયે ડોક્ટરોએ તેના હૃદયરોગની સારવાર કરી. એ રોગ તો ન મટયો, પણ તેમાંથી કિડનિનો રોગ લાગુ પડ્યો. સાથે જળોદર જેવો ભયાનક રોગ પણ લાગુ પડ્યો. બે ડોક્ટરોએ તો આ કેસ છોડી જ દીધો.

હવે આ રોગના નિષ્ણાત ડોક્ટરને બોલાવવામાં આવ્યા. તેમણે તપાસ કરી અને જોયું કે દર્દીની સ્થિતિ બધી રીતે ખરાબ થઈ ગઈ હતી. તેથી તેમણે પણ સુધારાની આશા છોડી દીધી.

મેં તે કેસ મારા હાથ પર લઈ મારી પ્રચલિત રીત પ્રમાણે મૂત્ર-પ્રયોગ શરુ કર્યો. પાંચમા દિવસ પછી તો તેને સવા બે લિટર જેટલો પેશાબ થયો. છ અઠવાડિયાં પછી તો તેની સ્થિતિ પ્રથમના જેવી જ તંદુરસ્ત થઈ ગઈ અને રાખેતા મુજબ જીવન જીવવા લાગ્યો. તેનું વજન પહેલાં ૧૬૮ રતલ હતું. ઉપવાસ દરમ્યાન એકસો સાડા નવ રતલ થઈ ગયું. તેણે સારવાર દરમ્યાન બીડી પીવાનું ચાલુ રાખેલું, તેથી આરામ થવામાં વિલંબ થયેલો. તેના જૂના ડોક્ટરો તો તે ગુજરી જશે તેમ માનતા હા, પણ તેને આરામ થયો છે તે જાણી નવાઈ પામેલા.

હૃદયરોગ થવાના મૂળમાં કેટલાંક ઝેરી દ્રવ્યોનાં ઈન્જેક્શનો અને શીતળાની રસી છે.

૭. બરોળનો પાંડુરોગ

જાણીતા કુદરતી સારવારના પ્રણેતા લુઈ કુનેએ પુરવાર કર્યું છે કે દર્દ ગમે તે હોય, તેનાં નામ ગમે તે અપાય, રોગ ગમે તે જગ્યાએ હોય, પણ તેનું મૂળ તો એક જ છે. અને તેની સારવાર પણ એક જ છે. રોગ શરીરમાં બહારનાં બીન જરૂરી તત્વ દાખલ થવાથી થાય છે. ખાસ રોગના નિષ્ણાતો ખાસ અંગને અનુલક્ષીને દવા આપે છે તે ખોટું છે, કારણ કે કોઈ પણ અંગ કે અવયવ શરીરનો એક અભિન્ન ભાગ છે. તેથી આંખ, હાથ કે પગને જુદાં ગણી ઉપચાર કરવો તે કેવળ વૈજ્ઞાનિક મૂર્ખતા છે. જો આંખનો રોગ થયો હોય તો સમજવું કે શરીરમાં જ એવું કંઈ ભરાયું છે જેથી આંખે પીડા થઈ છે. એટલે, નિસર્ગોપચારક તેની આંખની સારવારને કરવા બદલે આ અડચણ કરનાર તત્વને દૂર કરે છે. પરિણામે તેની આંખ આપોઆપ સારી થઈ જાય છે.

કુનેએ પોતાની સારવારથી ઘણા નોંધપાત્ર કેસો સાજા કર્યા છે. તેમને સ્વમૂત્રનાં મૂલ્યની ખબર હોત, તો એથીયે વધારે કેસો સાજા કર્યા હોત. છતાં તેમણે જાહેર કર્યું કે બધાં દર્દો એક જ ઉપચારથી મટે, ત્યારે તે સાચા હતા. વ્યાધિનું નામ એ માત્ર તાત્વિક ચર્ચા માટે જાણવું ઠીક છે, બાકી કુદરતી સારવારમાં તે જાણવાની જરૂર નથી. છતાં સગવડતા ખાતર મેં સમજપૂર્વક જે વ્યાધિના ઉપચાર સ્વમૂત્રના પ્રયોગથી કર્યા છે તેમનાં નામ આપ્યાં છે. એ રીતે બરોળના પાંડુરોગના કેસો વર્ણવીશ.

દર્દી શ્રી પી.સી.ને ટેકસીમાં મારે ઘેર મારા બે શિષ્યો લાવ્યા. આ દર્દી એટલો માંદો હતો કે ટેકા વિના તે મારા રૂમમાં ચાલી શકે નહીં. તેનું મો ક્રિકકું અને નૂર વિનાનું હતું. તેની વય ૪૮ વર્ષની હતી. તેણે એક વર્ષમાં ૨૫

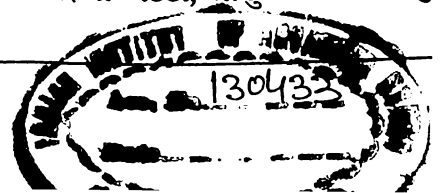
કિલોગ્રામ વજન ગુમાવ્યું હતું. મેં તેને તપાસીને કહ્યું કે ડોક્ટરી ભાષામાં તમારા રોગને પાંડુરોગ કહે છે. ડોક્ટરના કહેવા પ્રમાણે તમે હવે માત્ર ત્રણ માસ જીવી શકશો. તમારો રોગ અપૂરતાં તત્વોને કારણે થયો છે. અલબત્ત, તમે ઉપવાસ અને સ્વમૂત્ર ચિકિત્સાથી સાજા થઈ શકશો.

પછી દર્દીએ પોતાનાં દર્દની વાત કહેવા માંડી. ૧૯૨૭માં ઈસ્ટર પહેલાં મને શરદી થયેલી. તેનો ઉપાય મેં જ કર્યો. ગૂડ ફ્રાઈડે આવ્યો તે પહેલાં તો મારી દશા એવી થઈ ગઈ કે મારી પત્ની અને મારા ભાઈ ભયગ્રસ્ત થઈ તરત એક યુવાન ડોક્ટરને તેડી આવ્યા. તેણે કહ્યું કે મને લોહીનું ઊંચું દબાણ છે. પછી તેના નિષ્ણાત ડોક્ટરને બોલાવ્યા. તેણે તપાસીને પેલા ડોક્ટરને બરોળનો સૂઝેલો ભાગ બતાવ્યો અને કહ્યું કે આ કેસ સૂઝેલ બરોળનો છે. આવા કેસ ઈંગ્લેંડમાં ભાગ્યે જ થાય છે. તેના સગાને કહેવામાં આવ્યું કે તેના જીવવાની કોઈ શક્યતા નથી. છતાં દર્દીને ઊંડા એકસ-રેની સારવાર, દવાઓ અને ઈન્જેક્શનો આપવામાં આવે, તો તે ત્રણથી છ માસ જીવી જશે.

દર્દી આ માટે સ્થાનિક હોસ્પિટલમાં જતો. ત્યાં તેને મુલાકાતી ડોક્ટરો વખતો વખત તપાસતા. દર્દીનું દર્દ શું છે અને તે કેટલું જીવશે તે વિશે ઘણા ડોક્ટરો એકમત હતા. તેનું લોહી તપાસતાં તેમાં સફેદ કણો લાલ કણો કરતાં દર ઘનમીટરે ૫,૫૬,૦૦૦ વધુ હતા.

પાંચ અઠવાડિયા પછી દર્દીને મારી પાસે લાવવામાં આવ્યો. ત્યારે પણ એ જ સ્થિતિ હતી. દર્દી સીધો-કહ્વાગરો ન હતો. હું કહું તેટલીવાર લગલગાટ તે ઉપવાસ કરવા તૈયાર ન હતો. છતાં તેણે માત્ર એક અઠવાડિયું ઉપવાસ કર્યાં. આ દરમ્યાન તેની પત્નીએ પતિનાં મૂત્રથી તેનું શરીર યોળ્યું. તેને મૂત્ર પાચું પણ. તેથી તેની તબીયત એટલી સુધરી કે તે મારાં ઘરમાં મદદ વિના ચાલી શકતો. તેનો સુધારો એટલો નોંધપાત્ર હતો કે હું તેનાં દબાણથી તે ઉપવાસ છોડે તે માટે સંમત થયો, પણ હું કહું તે પ્રમાણે આહાર લે અને સ્વમૂત્ર પીવાનું ચાલુ રાખે એ શરત રાખી.

આ પ્રમાણે બીજાં અઠવાડિયાં પછી તેનો ખોરાક આ પ્રમાણે રહ્યો : તાજાં અને રાંધ્યા વિનાનાં ફળો, ખાસ કરીને સફરજન, સંતરાં, કેળાં, કચુંબર, પાકાં ટમેટાં, બાફેલાં શાકભાજી, છાલ સાથે બાફેલા બટેટા, તાજું રાંધ્યા વિનાનું



અને પેશ્ચુરાઈઝ્ડ કર્યા વિનાનું દૂધ અને મધ. આ બધો આહાર અલ્પ પ્રમાણમાં લેવાનો હતો. પછી તેને વરાળથી બાફેલી માછલી, માંસ વગેરે લેવાની છૂટ આપવામાં આવી. આ સાથે તેણે સ્વમૂત્રપાન તો કરવાનું જ હતું. પણ આ બધું તેણે નિષ્ઠાપૂર્વક કર્યું.

છ અઠવાડિયાં પછી તેનું લોહી તપાસવામાં આવ્યું. તેમાં જણાયું કે તેનાં લોહીમાં પહેલાં કરતાં ક્યુબિક મિલિ મીટરે સફેદ કણો રક્ત કણો કરતાં અર્ધા કરતાં પણ ઓછા હતા. ત્રીજી અને છેલ્લી લોહી તપાસમાં હવે તદ્દન હોવા જોઈએ તેટલા જ હતા. બાર અઠવાડિયાની સારવાર પછી દર્દી તદ્દન સાજો થઈ તેના કામે વળગ્યો.

આમ છતાં તેનો અંત સારો ન નીવડ્યો. મારી વારંવારની ચેતવણી છતાં તેણે અસંતુલિત આહાર લેવાનું શરૂ કર્યું. પોતાને મન ફાવે તેમ ખાવા માંડ્યું. અને છેવટે છ વર્ષ પછી ફક્ત તાવની સારવારમાં મૃત્યુ પામ્યો.

૯. હૃદયરોગ

જો કે એલિસ બાર્કર ઉત્સાહપૂર્વક લખે છે કે હૃદયના વાલ્વના દર્દીઓ સભાળથી અને સંતુલિત આહારથી ૯૦ વર્ષ સુધી જીવી શકે છે, પણ છતાં આ દર્દ ન મટે તેવું મનાયું છે. મૂત્ર ચિકિત્સાથી આ દર્દ તદન મટે છે. એ રીતે નીચેનો કેસ નોંધવો જોઈએ.

પ્રૌઢ વયના પી. હૃદયના વાલ્વનાં દર્દથી એક વર્ષથી ડોક્ટરની સારવાર નીચે હતા. પેટના પાછલા ભાગમાં આવેલ મજજાતંતુની જાળ ગ્રંથિના પ્રદેશમાં વહેમ પડતું ગુમડું શાના કારણે છે તે શોધી કાઢવા માટે ઓપરેશન કરાવવાનું હતું. ઘણીવાર તે શેરીમાં ચાલતાં પડી જતા અને નજીકની દવાવાળાની દુકાને લઈ જવા પડતા. ત્યાં તેમને દવાની ટીકડીઓ આપવામાં આવતી જે હમેશાં તે પોતાનાં ગજવામાં રાખતા. તેનાં કપડાં પર એક પટ્ટી રાખવામાં આવતી જેના પર આ સૂચના રાખી હતી. તેથી રસ્તે જનારા લોકોને ખબર પડે કે આ માણસ હૃદયના હુમલાને કારણે બેભાન થઈ પડેલ હોય તો તેની શું સારવાર કરવી. પછી તો દર્દના હુમલા વધી પડ્યા. આડોશપડોશના લોકો તેની દયા ખાવા લાગ્યા.

આ દર્દી મારા પાસે આવ્યો ત્યારે તેની આ સ્થિતિ હતી. પહેલું જ મેં તેને જેટલો પેશાબ થાય તે બધો પીવાનું કહ્યું. મેં ધારેલું તે પ્રમાણે પેશાબ ગંધાતો થવા લાગ્યો. પણ થોડા જ સમયમાં તે સુધરી ગયો. પછી મેં તેને પેશાબ ચોળવાનું શીખવ્યું. ત્યાર પછી મારો પોતાનો પેશાબ બે કલાક તેને ચોળ્યો. ચોળવા માટે ખાસ અગત્યનાં અંગો મો, ગરદન અને પગનાં તળિયાં છે. ચોળ્યા પછી સાદાં ગરમ પાણીથી તે અંગો ધોઈ નાખ્યાં. બીજા દિવસે આ સારવાર કેટલાક કલાકો સુધી ચાલી. પછી તો દર્દી રોજ મારા ઘરે સવારે આ માટે આવતો. હવે તે હોસ્પિટલે ગયો જ નહીં. ખોરાકની બાબતમાં મેં તેને રોજ

એક જ વખત ખાવાનું કહ્યું અને તે ખોરાક તેણે મારી સલાહ પ્રમાણે લેવાનો હતો. એક મહિનાની સારવારથી તેની તબીયત એટલી સુધરી કે તે પોતાના કામ પર જવાને શક્તિમાન થયો. બાર અઠવાડિયામાં તો તે તદ્દન સાજો થઈ ગયો અને હૃદયના વાલ્વની તેને કોઈ પીડા રહી નહીં. તેના ડોક્ટરે પણ આ વાત કબૂલ કરી.

મારા જેવા સ્વમૂત્ર-ચિકિત્સા કરનારા બીજા પણ હતા. શ્રી આર.ને જલોદર સાથે હૃદયરોગ હતો. તેના પગ અને પેડુ બન્ને સૂઝેલાં હતાં. ડોક્ટરે તો કહ્યું કે આ દર્દી એક માસથી વધુ જીવશે નહીં. દર્દીએ હિંમતવાન નિસર્ગોપચારક શ્રી ઓ. લીવર વોર્નો ફિલ્ડેનેની મૂત્ર-ચિકિત્સાની સારવાર લીધી. પરિણામે છ અઠવાડિયામાં સાજો થઈ ગયો. ઉપવાસ દરમ્યાન તેનું વજન ૭૬ કિલોગ્રામથી ઊતરીને આશરે ૪૪ કિલોગ્રામ થયું. દર્દી અતિશય સિગરેટ પીનાર હતો અને ડોક્ટરી સૂચના છતાં ઉપવાસ દરમ્યાન કેટલેક અંશે પીવાનું ચાલુ રાખેલ. તેથી તેના સાજા થવામાં વિલંબ થયેલ.

આ પ્રકરણના અંતે હું એક જ વાત ઉમેરવા માગું છું કે આજના અર્વાચીન સમયમાં હૃદયરોગનું મુખ્ય કારણ અનેક જાતની રસીઓ છે. ડો. બેન્ચેટ્ટીટના કહેવા મુજબ હૃદયરોગ અને કેન્સર જેવા ભયંકર રોગોમાં વધારો થવાનું અગત્યનું કારણ આ રસીઓ જ છે.

ડો. બેન્ચેટ્ટીટ ઉપરાંત ડો. એસ.એસ. ગોલ્ડવોટર-જે ન્યૂયોર્ક હોસ્પિટલમાં કમિશનર છે-એ પણ મોડર્ન હોસ્પિટલ મેગેઝીનમાં સૂચવ્યું છે કે ચેપી રોગોને અટકાવવા જે ઉપાયો કરવામાં આવે છે, તેનાથી દીર્ઘ જીવન મળતું હશે, પણ સ્વસ્થ અને મજબૂત જીવન નહીં મળતું હોય. વધારામાં એ લખે છે કે જીર્ણ રોગો અમેરિકામાં એટલા વધતા જાય છે કે કદાચ અમેરિકા માંદલા લોકોનો દેશ બની જાય. અમેરિકાની અર્ધા કરતાં વધારે હોસ્પિટલોની પથારીઓ જીર્ણ માનસિક અને શારીરિક રોગોના દર્દીઓથી રોકાયેલી છે. આ દર્દીઓ માત્ર પ્રૌઢ અને વૃદ્ધજનો નથી, પણ બાળકો પણ છે.

મોટા મોટા પ્રખ્યાત ડોક્ટરોએ જાહેર કર્યું છે કે ગમે તેવાં જીવલેણ જંતુઓ પણ તંદુરસ્ત શરીરમાં કશું જ નુકસાન નથી કરી શકતાં. પ્રો. મેચનીકોરે કહ્યું છે કે ઘણાં સ્થાનોમાં કોલેરાનાં જંતુઓ હોય તો પણ તેઓ કોઈ જાતનો રોગચાળો ફેલાવતાં નથી. પ્રો. ટેન્ટેન કોફર કોલેરાનાં કેટલાંય જંતુઓ ગણી ગયો હતો, પણ તેને કંઈ થયું ન હતું. આમ છતાં જાહેર જનતાને આ વાતો જણાવવામાં આવતી નથી.

૯. મેલેરિયા અને બીજા વિવિધ અસામાન્ય તાવ— (જે આફ્રિકામાં થાય છે, પણ ઈંગ્લેન્ડમાં વિરલ.)

દર્દી : ૧૭ વર્ષની છોકરી. ઘણી નબળી પડી ગયેલી. તાવ ૧૦૫ ડિગ્રી. એમ.ડી. ડોક્ટરને બોલાવ્યા. તેણે કહ્યું કે દર્દી છ માસ સુધી માંદી રહેશે. પછી નવ માસે તબીયત સુધરશે. તેના પિતા મૂત્રોપચારમાં માનતા હોવાથી મને બોલાવ્યો. પહેલાં મને દર્દી સાથે કામ કરવું મુશ્કેલ લાગ્યું, પણ છેવટે તે સ્વમૂત્રપાન અને સાદું પાણી પીવા તૈયાર થઈ ગઈ. મારી સારવાર શરૂ કર્યા પછી તાવ ઊતરી ૧૦૧ ડિગ્રી થયો. પેશાબ ચોખ્ખો થતો ગયો. ત્રણ દિવસમાં તો ગરમી ૯૭ ડિગ્રી થઈ ગઈ અને પાંચ દિવસમાં ૯૫ થઈ ગઈ. દર્દી આનંદી અને ઉત્સાહી લાગી. અઢાર દિવસના અંતે ઉપવાસ બંધ કર્યા. દર્દીની ચામડી નાનાં બાળક જેવી ચોખ્ખી હતી. તેણે મૂત્રપાન કરવાનું ચાલુ રાખ્યું. આજે તે નીરોગી અને બળવાન બની છે.

મેલેરિયા ચેપી રોગ છે. વચ્ચે વચ્ચે ગમે ત્યારે ઉછાળો મારે. ઘડીકમાં શરીર ગરમ થાય અને પછી પરસેવો વળી તાવ ઊતરી જાય. ત્યારે દર્દીને ઠીક લાગે.

બધી જાતનાં મેલેરિયાનાં જંતુઓ લોહીમાં રહેલ બીજાં જંતુઓ પર જીવે છે. મચ્છરો માનવીનું લોહી ચૂસીને ચેપી બને છે અને પછી બીજાને કરડી ચેપ લગાડે છે. મેલેરિયાનાં દુઃખદાયી લક્ષણ, જેને ડોક્ટરો કવીનાઈન આપી દબાવી દે છે, ફરી ફરી આવ્યા કરે છે; કેમ કે ડોક્ટરની દવાથી એ દબાઈ જાય છે, જડમૂળથી નથી જતાં. મૂત્રોપચારથી તે હમેશ માટે મટે છે. અત્યાર સુધી જે કેસોમાં તેનો ઉપચાર કર્યો છે, તે બધામાં મૂત્ર અને સાદું પાણી પીવાથી દસ દિવસમાં કેસો સારા થયા છે.

બ્લેક વોટર તાવ: એક લશ્કરી માણસને જંગલમાં રહેનારા લોકોએ બેભાન અવસ્થામાં લવારો કરતો જોયો. તેમણે તેને દસ દિવસના ઉપવાસ કરાવ્યા. તેને પાણીનાં પોતાં મૂક્યાં અને સમજાવીને પોતાનું મૂત્ર અને સાદું પાણી પીવડાવ્યું. હું આ દાખલો ટાંકી ભારપૂર્વક સમજાવવા માગું છું કે સ્વમૂત્રની શોધ મેં નથી કરી. મારા પહેલાં પણ તે જાણીતી હતી.

હવે હું તાવ વિશે કેટલીક ચર્ચા કરી મારું મંતવ્ય પૂરું કરીશ. તાવ ખરી રીતે કુદરતી શુદ્ધિની પ્રક્રિયા છે જેમાં શરીરમાં ઉત્પન્ન થયેલ ઝેરી તત્ત્વોનો નાશ થાય છે. અનુભવે મને શીખવ્યું છે કે તાવનો ઉપચાર કરવાનો એક માત્ર સલામત માર્ગ એ છે કે એ શુદ્ધિની ક્રિયા હોઈ એને યોગ્ય રીતે હાથ ધરવામાં આવે. તો એ અસાધ્ય નથી કે નિષ્ફળ જાય તેમ પણ નથી.

તાવમાં પેશાબ ઘટ્ટ, ગંધાતો અને થોડો થવાનું કારણ એ છે કે શરીરમાં કેટલાક ઉપયોગી ક્ષારોની ખોટ પડી છે. તેથી જ દર્દીને નબળાઈ લાગે છે. માથું ખાલી લાગે છે. લવારો કરે છે કે ખરાબ સ્વપ્નાં આવે છે. ડિપ્થેરિયા (ગળા—ના સોજાનો એક ભયંકર રોગ), અછબડા જેમાં તાવ ઘણો હોય, ઓરી, ફ્લુ વગેરે વિવિધ પંકારના ગંભીર રોગો જેમાં તાવ ઘણો હોય છે તે પણ સફળતાથી સાજા કર્યા છે. તેની કોઈ પણ જાતની ખરાબ અસર પાછળથી રહી નથી. આવી અસરો આવા તાવોને દાબી દેવામાં જ થાય છે.

૧૦. વૃષણો સોજો

બન્ને વૃષણો સૂઝી જાય અને કેટલીક વખત તેમાં ચાંદી પડે છે. એ કંઈક વાગવાથી અથવા પ્રમેહનાં દર્દથી અથવા તો ગાલપચોરિયાનાં દર્દના હુમલાં દરમ્યાન થાય છે, જે ડોક્ટરની મેં સલાહ લીધી, તેણે તો કહ્યું કે દર્દી થોડા દિવસ જીવશે. આ ૧૯ વર્ષના દર્દીને જોયો ત્યારે અઠવાડિયાંથી તેને ઝાડો થયો ન હતો અને ત્રણ દિવસથી પેશાબ થયો ન હતો. તેના શરીરની એક બાજુ એટલી સૂઝેલી હતી કે જાણે કોઈકે અર્ધો ફૂટબોલ તેના શરીરમાં મૂક્યો હોય. તેમાં વૃષણો ટેનીસ બોલ જેટલાં મોટાં હતાં. તેની જનનેન્દ્રિય ૧૪ ઈંચ લાંબી અને લખવાની પેન્સિલ જેવી કઠણ અને બૂચ ખોલવાનાં સ્કૂ જેવી વળેલી અને કાળી પડી ગયેલી હતી. દર્દીની પીડા હૃદય ચીરી નાખે તેવી દયાપાત્ર હતી. તેણે ત્રણ દિવસથી કંઈ ખાધું ન હતું. માત્ર થોડું પાણી પીધું હતું. છતાં સોજો વધ્યો હતો. તેને પેશાબ થતો ન હતો, તેથી મારે મારો ૭૦૦ મિ.લિ. જેટલો પેશાબ તેને પીવડાવવો પડ્યો.

પહેલો ઘૂંટડો પીધાના બે કલાક પછી તેની જનનેન્દ્રિયમાં એટલો ફેરફાર થયો કે તેને થોડાં ટીપાં પેશાબ થયો. એ ઘટ્ટ કચરાવાળો અને લોહીયાળ રાબ જેવો હતો. છતાં તેણે જરા ય બડબડાટ વિના પીધો. ચાર કલાક પછી તેને લગભગ ૬૦૦ મિ.લિ. જેટલો અને ચીતરી ચડે તેટલો અને ગંધાતો પેશાબ થયો. એ પણ મો ચડાવ્યા વિના પી ગયો. તેણે મને કહ્યું કે તેના જઠરમાંથી જે એસિડ પેદા થયા તેને કારણે તેની જીભમાં સ્વાદ નહોતો લાગતો. ઉપવાસમાં આવું બને છે.

કલાક પછી તેને સારી પેઠે ગંધાતો ઝાડો થયો. ઝાડાની સાથે તેને થોડો પેશાબ થયો. ત્યાર પછી તેને પથારીમાં સુવાડતાં તે સારી રીતે લાંબા પગ કરી સૂઈ શક્યો. પહેલાં તેનાં ઢીંચણ પણ પેડુમાં વળેલાં રહેતાં, જાણે કે

એપેન્ડિક્સનો દુઃખાવો થતો હોય ! હવે તે પીડામાંથી લગભગ મુક્ત થયો. આઠ કલાક પછી તેણે પહેલો પેશાબ પીધો. મેં તેના જૂના પેશાબથી ભીંજવેલાં કપડાં પેડુ અને છાતી પર મૂક્યાં. તેના હાથ અને પગ પર તે પ્રમાણે જ કર્યું. એને વધારે પેશાબ થતો ગયો અને તે બધો જ પીતો ગયો. તેને ઝાડો પણ છૂટથી થવા લાગ્યો.

ચોથે દિવસે તેને ચોવીસ કલાકમાં ૧૨ લિટર પેશાબ થયો. એ બધો પી ગયો. પાંચમે દિવસે મારે કામસર મેન્ચેસ્ટર જવાનું થયું. મારી ગેરહાજરીમાં એક ઓળખીતા ડોક્ટરે તેને પાણીમાં દળેલ ઘઉં એક ચમચો લેવા લલચાવ્યો. અને તે લેવાથી ભયંકર પરિણામ આવ્યું. બધો પેશાબ બંધ થઈ ગયો. એને સોળ કલાકમાં બધાં પાઇલાં ચિહ્નો જણાયાં. પછી આખીય સારવાર ફરી કરવી પડી.

દર્દીએ સતરમે દિવસે બપોરના બાર વાગ્યે એક સંતરાનો રસ લઈ ઉપવાસ છોડ્યો. બે વાગ્યે અને ચાર વાગ્યે એક એક સંતરું લીધું. રાત્રે આઠ વાગ્યે એક ગ્લાસ તાજું દૂધ લીધું. એ રાતે તેને નિરાંતની ઊંઘ આવી.

અઢારથી પચીસમા દિવસ સુધી તેનો ખોરાક આ પ્રમાણે હતો : છાલ સાથેના રાંધેલા બટેટા, બાફેલાં ફોડીને રાંધેલાં ઈંડાં, જામફળ જેવું ફળ અને બીજાં તાજાં ફળો, ક્યુંબર અને પાકાં ટમેટાં. આ સિવાય બીજું કશું ન હતું.

૨૬મા દિવસે દર્દી તદ્દન સાજો થઈ કામે ગયો. તે અત્યારે ચાલીસ વર્ષનો છે. સંતુલિત આહાર પર રહે છે. સ્વમૂત્ર પીએ છે અને સારી તંદુરસ્તી ભોગવે છે.

૧૧. મૈથુનથી થતા ચાંદીના ચેપી રોગો

ડો. બોસન કવેટ અને આયર તેમનાં " સીરમ વેક્સિન્સ એન્ડ ટોક્સિન્સ"નામનાં પુસ્તકમાં લખે છે કે તેમને ના છૂટકે માનવાની ફરજ પડે છે કે કેટલાક કેસોમાં ગળાના સોજામાં ઝેર કાઢવા માટે આપેલાં સીરમનાં ઈન્જેક્શનને કારણે મૃત્યુ થાય છે.

સૌથી પહેલો અને કરુણ પ્રસંગ બર્લિનના ડો. લેન્ગન હાન્સનો બન્યો. તેના એક નોકરને ગળામાં સોજો આવ્યો. અગમચેતીનાં પગલાં તરીકે તેણે તે નોકરના પોણા બે વર્ષનાં સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત બાળકને ઈન્જેક્શન આપ્યું. થોડી જ ક્ષણોમાં તે બાળક મરી ગયું. કમનસીબી એ છે કે એ બાળકને દર્દ લાગુ પડશે તેવી જરા પણ શક્યતા ન હતી. તદ્દન તંદુરસ્ત માણસોના ગળામાં આ રોગનાં જંતુઓ હોય છે. ગળાના સોજા માટે વપરાતાં ઈન્જેક્શનોથી જ સેંકડો મૃત્યુ થાય છે એવું નથી. સાલવરસન નામની દવાનું પણ આ પરિણામ હોય છે. સીફીલીસ રોગની સારવારમાં સાલવરસનનો ઉપયોગ થાય છે. તેને આ રોગના ઉત્તમ ઉપાય તરીકે મનાય છે.

ચાંદી વિશે આપણને વાચવા મળે છે કે તેના દર્દીની સારવાર થાય કે ન થાય, પણ તેનાં જ્ઞાનતંતુઓ પર તેની અસર વર્તાય છે. ચાંદીમાં ઘણા ગંભીર પ્રકારની વિકટ પરિસ્થિતિ થાય છે. લકવો થાય છે. ચેપ લાગ્યા પછી આશરે દસ વર્ષ પછી તે દેખાય છે. બોલવામાં જીભ થોથવાય છે. તેમાં ધ્રુજારી દેખાય છે. દર્દી નંખાઈ જાય છે. આ ઘણું દુઃખદ ચિત્ર છે. છતાં હું સૂચવું છું કે આ મૈથુનનાં દર્દો રોગને દબાવી દેનાર સારવારની જ અસરો છે. કેમ કે આખરે આ ચાંદીની ગરમીનો રોગ છે શું? શરીરમાં એક પ્રકારનું ઝેર દાખલ કરાયું છે તેનું જ પરિણામ છે. જે ડોક્ટરો આ રોગની સારવાર કરવા માટે અધિકારી ગણાય છે, તેવો હું કોઈ ડોક્ટર નથી. હું તો માત્ર ડોક્ટરી ધંધાની બહારનો

કુદરતી ઉપચાર કરી શકું.

૧૮૧૮નાં છેલ્લાં યુદ્ધમાં ફ્રાન્સના એક માણસને આ પ્રકારનો રોગ થયેલો તેનો દાખલો આપું. એ માણસ સોરાયસિસથી પીડાતો હતો. રોગને તેણે વનૌષધિના મલમથી દબાવી દીધો. આ માણસ યુવાન હતો. ત્યારે કુદરતી ઉપચાર વિશે કંઈક જાણાતો હતો. તેણે તે રોગની સારવાર માત્ર ઠંડાં પાણી પર રહી કેટલોક વખત કરી. આવા અગિયાર ઉપવાસના અંતે તેનાં ચિહ્નો તો સુધરવાને બદલે બંગડયાં. એ વખતે તેણે બેક્ટરની એક પુસ્તિકા વાંચી અને પોતાનું મૂત્ર પીવા તથા શરીરે યોગવાનું નકકી કર્યું. તેનાં પરિણામ ઘણાં સંતોષકારક આવ્યાં. દસ દિવસનાં અંતે તેના આ રોગનાં બધાં ચિહ્નો લુપ્ત થયાં. સોરાયસિસમાં પણ સ્થિતિ સુધરી. તેણે જ્યાં સુધી ચામડી પર કોઈ જ નિશાન ન રહે ત્યાં સુધી મૂત્રના ઉપવાસ ચાલુ રાખ્યા. તેમાં એક અઠવાડિયાં પછી બધી પીડાઓ ગઈ, એટલું જ નહીં, પણ આંખની દષ્ટિ સુધરી, સાંભળવાની શક્તિ સુધરી અને સ્વાદ તથા ગંધની ઈન્દ્રિયો પણ વધારે તેજસ્વી બની.

ઘણાખરા લોકો આ દર્દ માટે રૂઢિચુસ્ત ડોકટરી પદ્ધતિથી પરિચિત છે. આ રોગથી પીડાતા માણસોને દવાખાનામાં બોલાવવામાં આવે છે. ત્યાં તેમને ઈન્જેક્શનોની સારવાર અપાય છે. આ સારવાર ઘણાં અઠવાડિયાંઓ સુધી કે મહિનાઓ સુધી ચાલે છે. જો કે ગરીબ વર્ગના લોકો, ખાસ કરીને શહેરમાં, આ દવાખાનામાં જાય અને પોતાના ડોકટરોની જ સારવાર લેવાનું પસંદ કરે, કેમ કે જ્યાં પોતાને ઓળખતા હોય ત્યાં બતાવવામાં તેમને ગભરાટ ન થાય.

ગમે તેમ પણ ગંભીર પ્રશ્ન એ છે કે ઈન્જેક્શનોની સારવારથી આડ અસરો કઈ થાય છે ? વ્યાધિની સારવાર કરવી એ જ અગત્યની બાબત નથી. દર્દીને કાયમ સાજો કરવો એ મહત્વનું છે. ડો. ડબલ્યુ. એચ. વ્હાઈટ રૂઢિચુસ્ત એલોપેથ ડોકટરે લખ્યું છે કે દવાવાદ વ્યક્તિની તંદુરસ્તીની દરકાર નથી કરતો અને દર્દ અને દર્દીને જુદી વસ્તુ લેખે છે. આ પ્રમાણે સંધિવાથી સીફીલીસ સુધી બધાં દર્દોના વિવિધ ઉપાયો કરવામાં આવે છે, પણ હોમિયોપથી બતાવે છે કે જેને એલોપથી સંધિવા કહે છે, તે જુદાં જુદાં વીસ કારણોથી થઈ શકે છે. એટલે વ્યાધિનું નામ ખરેખર અગત્યનું નથી. મારાં દષ્ટિબિંદુથી તો એટલું ઉમેરું કે દર્દ કેમ થયું તે પણ અગત્યનું નથી, કેમ કે રોગ મટાડવાની પદ્ધતિ એક જ છે.

ગરમીનાં આ દર્દના કેસને ફરી વિચારીએ. જે યુવકની વાત આપણે

કરી, તેણે કહેવાંતા બીજા કુદરતી ઉપચારોને બદલે પહેલેથી મૂત્ર-ચિકિત્સા કરી હોત, તો મને ખાતરી છે કે તેને વધુ ઝડપથી સારું થયું હોત. જેમણે પોતાની મેળે મૂત્ર-ચિકિત્સા અજમાવી છે તેમની પાસેથી સાંભળીને હું તો એમ સમજ્યો છું કે જ્યાં આ ઉપાય શરૂઆતથી જ હાથમાં લીધો હોત, તો ૪૮ કે ૯૬ કલાકમાં તે મટી શકત. પણ આ પુરાણાં દર્દની સારવાર કરવાનું મારે માટે અધિકૃત ન હોવાથી મેં મટાડેલા કેસો આપતો નથી. ઘણાં ખરાં આંધળાં, બહેરાં, માનસિક રીતે અપૂર્ણ અને લુલાં-પાંગળાંની અપૂર્ણતા આ રોગને લીધે છે. આપણે એટલું યાદ રાખવું જોઈએ કે આ રોગ અને બીજા રોગોની સારવાર માટે લીધેલા ઉપાયો અસંતોષકારક લાગ્યા હોય અને પછી બીજા ત્રીજા ઉપાયો લીધા હોય તેમ બને.

એ શંકાસ્પદ છે કે ડોકટરો તેમના દવાખાનામાં મૂત્ર-ચિકિત્સા અપનાવવા તૈયાર થાય કે કેમ ! છતાં કોઈ ખાનગી ડોકટર એવા હોય કે તેને અપનાવવા ખુશી હોય. હું એટલું ઉમેરું કે જો કે ડોકટરો મૂત્રની પૂરી ઉપયોગિતા જાણતા નથી, છતાં કેટલાક એવા છે જેમણે એમ બતાવ્યું છે કે સંભોગ પછી તરત જ માણસો પેશાબ કરે તો આ જાતીય રોગ લાગુ પડવાનું જોખમ ઘણું ઓછું થાય. સ્વ. બેક્ટર જે.પી.એ જ્યારે એ બાબત પ્રગટ કરી કે મૂત્રમાં આ રોગનો ચેપ મટાડે તેવા ગુણો છે, ત્યારે તે સાચા હતા.

૧૨. ન રૂઝાય તેવા ઘાનો ઇલાજ, દાઝયાની સારવાર

કેટલાંક વર્ષો પર અકસ્માતથી મારાં પગનાં આંગળાં, ઢીંચણ અને પગના નીચેના ભાગ સખત છોલાવાથી ગંભીર ઈજા થઈ હતી. ત્યારે મૂત્ર-ચિકિત્સાનું મૂલ્ય પુરવાર કરવાની મને તક મળી. પગનાં આંગળાનાં નખ ઊખડી જઈ પગના નીચલા માંસલ ભાગમાં પેસી ગયા હતા. સ્વાભાવિક રીતે જ આનો આંચકો અને પીડા સખત હતાં. છતાં મેં ડોક્ટર મિત્રની મદદ લેવાની ના પાડી અને સ્વમૂત્રની અસર પુરવાર કરવાનો નિશ્ચય કર્યો. મારા પગના ઈજા પામેલા ભાગોને મારો અકસ્માત નજરે જોયો હતો તેવા કેટલાક ડોક્ટર મિત્રોએ તે ભાગોને બરાબર બેસાડયા. પછી લાગેલા આંચકા માટે મેં ચાર દિવસના ઉપવાસ કર્યા. વાગેલા ભાગ પર મારાં જૂનાં મૂત્રમાં ભીંજવેલા કપડાંના પાટા બાંધ્યા. આ પાટા સુકાઈ ન જાય તે માટે તેમને ભીંજાયેલા રાખતો. પાંચ દિવસ સુધી એ પાટાને છોડયા નહીં. જ્યારે તેમને છોડયા ત્યારે પરિણામ આશ્ચર્યકારક હતું. વાગ્યાની નિશાની સુધ્ધાં રહી નહીં. યુવાનીમાં મારો પગ હતો તેવો તંદુરસ્ત થઈ ગયો હતો.

મેં કરેલી સારવારના ઘણા કિસ્સાઓમાંથી ૧૯૧૮માં આવેલ એક ખરાબ કેસનો ઈતિહાસ હું કહીશ. બત્રીસેક વર્ષના એક માણસને ઉપલી ભૂજામાં ગોળી વાગેલી. તેના ઘા માટે સ્થાનિક દવાખાનામાં સારવાર ગાટે આવતાં દર્દીને એક વર્ષ પહેલાં ઘા થયેલો, છતાં હજી રુઝાવાનાં ચિહ્ન જણાતાં ન હતાં. આ ઘા દસ ઈંચ લાંબો અને સાડા ત્રણ ઈંચ પહોળો હતો. તેમાંથી પરુ વહેતું. તેના સલાહકાર ડોક્ટરોને ભય હતો કે આ ઘા કોહી જશે. તે અટકાવવા તેઓ ઝેરી મલમો અને પાટા બાંધતા.

મારા મદદનીશોએ પ્રથમ બધા પાટા ચીરી નાખ્યા અને ઘા લાગેલા હાથને દિવસમાં ત્રણ વખત જૂના પેશાબથી ધોતા. એ જ મૂત્રથી લાંબા વખત

સુધી માલિસ કરતા. દર્દીને ત્રણ દિવસ સુધી એના પેશાબ અને ઠંડા પાણી પર રાખ્યો. થોડા વખત ફૂણાં સૂર્ય-સ્નાનનો લાભ અપાતો. અઠવાડિયામાં માત્ર ચાહું જ રહું.

ત્યાર પછી તો આવી સારવારથી સંખ્યાબંધ કેસો સારા કર્યા. આમાં પીડાકારક ઘા, કાપા, સોજા, જેરી ઘા વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. જે કેસો તરત આવે તે તો ત્રણ-ચાર દિવસમાં જ સાજા થઈ જતા. પણ જે કેસો ડોકટરી સારવાર લીધા પછી આવતા, તેમને દસથી બાર દિવસ લાગતા.

કેટલાક ડોકટરો ખુલ્લાં માનસવાળા અને ઉદાર વિચારવાળા હોય છે જેઓ સ્વમૂત્ર ચિકિત્સા અપનાવે છે. આ વિશે મારા પર ૧૯૩૫માં અમેરિકાના ટેક્સાસના ડો. જી.ઓ.એસ.કોટન તરફથી મળેલ પત્ર પરથી અભિપ્રાય

મળેલ છે. તે લખે છે, " થોડા મહિના પહેલાં મેં મૂત્ર-ચિકિત્સા અજમાવી હતી. તેનાં પરિણામ આશ્ચર્યકારક હતાં. ઘાની સારવારમાં મૂત્ર-ચિકિત્સાને કોઈ હરાવી શકે તેમ નથી. હું મૂત્રથી દર્દને જડમૂળથી ઉખેડવા માટે તેનો ઉપયોગ કરવા માગું છું. તેથી હું તમને પૂરી ખબર મોકલીશ. મને લાગે છે કે તમે વિશાળ સત્યની સેવા કરી રહ્યા છો. તેથી પીડાતી માનવજાતને જે લાભ થશે તેનો મોટા પાયા પર પ્રચાર કરવો જોઈએ."

૧૩. કેટલાક પરચૂરણ કેસો

★ પથારીમાં પેશાબ થવો.

નાનાં બાળકોને ઊંઘમાં પથારીમાં પેશાબ થઈ જાય છે. આમાં જ્ઞાનંતંતુની નબળાઈ અને લોહી ઓછું હોય એવા પાંડુરોગવાળાં બાળકોમાં આવું થતું હોય છે. નબળાઈ એ મોટું કારણ છે. કેટલીક વાર કૃમિને કારણે પણ થાય છે. બાળકો ઘણુંખરું મોટાં થાય છે ત્યારે આ ટેવ છૂટી જાય છે. પણ કેટલાકને ચાલુ રહે છે.

નવ વર્ષનાં બાળકને આ વ્યાધિ હતો. ડોક્ટરી સારવાર લાંબા વખત સુધી ચાલી. બાળક ઘણું દૂબળું—પાતળું હતું. તેના આ રોગને માટે તે દુઃખી હતું. તેણે અગિયાર દિવસ સુધી સ્વમૂત્રપાન પર ઉપવાસ કર્યા. પરિણામે સાવ સાજું થઈ ગયું.

★ સ્ત્રીઓને રજોદર્શનની પીડા:

દર્દીને બે વર્ષથી ઘણા લાંબા સમય સુધી અને વારંવાર આ પીડા થતી. તેણે પહેલાં એલોપથી ઉપચારો અજમાવ્યા. તે નિષ્ફળ ગયા પછી વૈદકીય ઉપચારો અજમાવ્યા. તેનાથી માત્ર થોડો લાભ થયો. તેની ફરિયાદ માત્ર શારીરિક ન હતી, તેની માનસિક સમતુલાને પણ તે અસર કરતી હતી. એક વાર આ દર્દ પંદર દિવસ સુધી લાંબાયું. ત્યારે તેણે સ્વમૂત્ર લેવાનું નક્કી કર્યું. જો કે તેનો પેશાબ માસિક અટકાવનાં લોહીથી સારી રીતે ભરેલો હતો, છતાં તેણે હિંમતથી પીધો. તેના ઉપવાસમાં તે રોજ બેથી ત્રણ ગ્લાસ સાદું ઠંડું પાણી પણ પીતી. ત્રણ દિવસમાં તેનો પેશાબ સુધરી રાબેતા મુજબનો થયો. ૨૮ દિવસ સુધી તેણે આ ઉપવાસ ચાલુ રાખ્યા. આ દરમ્યાન તેણે તંદુરસ્ત માણસનો પેશાબ એક કલાક સુધી યોળાવવાનું પણ રાખ્યું. આથી તેને આ દર્દ તો તદન નાબૂદ થયું. ઉપરાંત, તેને લાંબા સમયથી નાકે શરદી રહેતી હતી તે પણ ગઈ.

બહેરાશ વધતી હતી તે પણ લુપ્ત થઈ ગઈ.

★ મૂત્રપિંડનો સોજો:

એક યુવાન સ્ત્રી કેટલાક અઠવાડિયાંથી બે ડોક્ટરોની સંભાળ નીચે હતી. આ જ રોગના નિષ્ણાતને તેણે બતાવેલ હતું. તેણે તેની માને કહેલ કે તેની પુત્રીનો કેસ નિરાશાજનક છે. આ દર્દીને મારી પાસે લઈ આવવામાં આવી. તેને સ્વમૂત્ર પીવા ઉત્તેજવા મેં મારો પેશાબ પી બતાવ્યો. મૂત્ર અને ઠંડા પાણી પરના ત્રીસ દિવસના ઉપવાસ પછી અને તંદુરસ્ત માણસના પેશાબની રોજ માલિસ પછી દર્દીને આ રોગ મટી ગયો. મેં તેને શરૂમાં જોઈ ત્યારે તેનું વજન ૧૦૬ રતલ હતું. પછી ચાર માસ સુધી રોજ બન્ને વખતના સમતોલ આહાર પછી અને સ્વમૂત્રના ઉપયોગથી અને માલિસ કરવાથી તેનું વજન કપડાં વિના ૧૩૬ રતલ થઈ ગયું. આ વજન તેના જેટલી ઊંચાઈ અને શરીરના બાંધા પ્રમાણે બરાબર હતું.

★ આમ અને મોટાં આંતરડાનો સોજો:

છ વર્ષનાં બાળકને વખતો વખત સંડાસમાં આમ પડતો હતો. આ સિવાય રોગનાં બીજાં કોઈ ચિહ્ન ન હતાં. ડોક્ટરને પૂછતાં તેણે કહ્યું કે આ દર્દ તો પ્રચલિત છે. તેણે તેને દિવેલ લેવા કહ્યું. તેના પિતા મને ઓળખતા હતા. તેણે મને તરત બોલાવ્યો. મેં તેને સ્વમૂત્રના ઉપવાસ પર રાખ્યો. બે જ દિવસમાં તેની બધી પીડા ચાલી ગઈ. છતાં એકદમ ખોરાક ચાલુ કરવાનું યોગ્ય ન હોવાથી તેને ચાર દિવસ ઉપવાસ કરાવ્યા.

બે દિવસ પછી છોકરાની માને ને માસીને આ દર્દ થયું. મેં એ બન્નેને મારી પધ્ધતિ પ્રમાણે આઠ દિવસના ઉપવાસ કરાવ્યા. જો કે રોગનાં ચિહ્નો તો પાંચ દિવસમાં બંધ થઈ ગયાં હતાં.

★ આંખની ઈજા:

૧૯૨૦માં એક બહેનને લાકડાંની કરચ આંખની કીકીમાં પેસી ગયેલી. મેં તેને થોડાં અઠવાડિયાં સ્વમૂત્ર અને પાણીના ઉપવાસ કરાવ્યા. તેની આ પીડા દૂર થઈ ગઈ અને બરાબર દેખાવા લાગ્યું.

★ સોરાયસિસ :

૬૦ વર્ષના દર્દીએ ૧૯૨૦ના જૂનમાં એક અઠવાડિયાના સ્વમૂત્ર અને પાણી પર ઉપવાસ કર્યા. ફરી એક અઠવાડિયું સપ્ટેમ્બરમાં કર્યા. ઉપવાસ દરમ્યાન અને વચ્ચે રોજ ત્રણ વખત તેનું મૂત્ર ચોળ્યું. દર્દ તન મટી ગયું. સિત્તેર

વર્ષનો થયો ત્યારે પણ છપ્પન વર્ષનો લાગતો હતો. આ દર્દની અને ખરજવાની સારવાર વખતસર કરવામાં આવે તો બન્ને સ્વમૂત્રના ઉપવાસથી સરળ રીતે મટી જાય છે.

★ ફલુ પછીનો સંધિવાનો થનારો રોગ:

સ્ત્રી દર્દી: ૧૦૧ કિલોગ્રામ વજન. તે મને મળી ત્યારે ૧૨ કિલોગ્રામ વજન ગુમાવેલ. ખૂબ કબજિયાત હતી. ઊંઘ આવતી ન હતી અને ચિંતા, પાંદુરોગ, પીઠ, પગ અને પેડુ સૂઝેલાં રહેતાં. એક પખવાડિયું સ્વમૂત્ર અને પાણી પર ઉપવાસ કર્યા. રોજ મારી પદ્ધતિ પ્રમાણે શરીરે ચોળતી. એક મહિનામાં તદ્દન આરામ થયો અને તેના કામ પર ચડી ગઈ.

★ દાંતમાં પરુ:

દર્દી દર છ માસે દાંતના ડોક્ટરને દાંત બતાવતો. દર્દીએ સ્વમૂત્ર-પ્રયોગ વિશે જાણેલું. એટલે ડોક્ટરને કહ્યા વિના રોજ સવારે અર્ધા પીન્ટ જેટલો પેશાબ પીતો. સ્વમૂત્રથી મો પણ સાફ કરતો. નવ અઠવાડિયામાં તેનું દર્દ તદ્દન મટી ગયું. આ દર્દ સ્થાનિક છે અને તે માટે બધા દાંત કાઢી નખાવવા જોઈએ એ વાત ખોટી છે. કોઈ પણ દર્દ સ્થાનિક નથી. માત્ર તે જ જગ્યાએ તેનાં ચિહ્નો દેખાય છે એટલું જ. સ્વમૂત્ર-પાન અને પાણી પર ઉપવાસ કરી શરીરનો બગાડ કાઢી નખાય તો આ દર્દ મટી જશે. મેં કેટલાય દર્દીઓને આ રીતે ઉપચાર કરી દર્દ મટાડ્યું છે. સંતુલિત આહાર અને સ્વમૂત્ર-પ્રયોગે મારા દાંત જાળવ્યા છે.

★ મેદવૃદ્ધિ:

ત્રીસ વર્ષની પરિણિત સ્ત્રી. ૭૮ કિલોગ્રામ વજન. તેને કોઈ બાળકો ન હતાં. રાબેતા મુજબનો અસંતુલિત આહાર લેતી. છતાં ખાઉંધરી ન હતી. તેનો આહાર બરાબર ચાવીને લેતી. ભોજન દરમ્યાન અને ભોજન વચ્ચે અને પછી માત્ર પાણી પીતી. પહેલાં તેણે વિવિધ આહારો અજમાવ્યા, પણ તેની કંઈ અસર થઈ નહીં. સાદા પાણીના ઉપવાસ પણ કર્યા, પણ જેવું ખાવાનું શરુ કરતી કે તરત ઉપવાસ પહેલાં હોય તેનાથી વજન વધી જતું.

છેવટે તેણે મારી સલાહ લીધી. મેં તેને સ્વમૂત્રપાન અને સાદા પાણીના ઉપવાસ પર રહેવાની અને રોજ મૂત્ર ચોળવાની સલાહ આપી. તેનું વજન ૬૪ કિલોગ્રામ થઈ ગયું. પછી મેં તેને તેનો ખોરાક સુધારી આપી સંતુલિત આહાર પર મૂકી અને રોજ માત્ર બે વખત ભોજન લેવાનું સૂચવ્યું. આ રીતે ભોજન

અને સ્વમૂત્ર લેવાથી તેનું વજન ૬૪ કિલોગ્રામ રહ્યું છે અને ૫૦ વર્ષની થઈ ગઈ હોવા છતાં તે ૩૩ વર્ષ જેવડી લાગે છે.

★ પુરુષની જનનેન્દ્રિયગ્રંથિની તકલીફ (પ્રોસ્ટેટ) :

ઘણા વૃદ્ધ પુરુષોમાં આ ગ્રંથિ વધે છે. આ રોગમાં ખાસ આગળ પડતું ચિહ્ન પેશાબ અટકી અટકીને આવે છે અને છેલ્લે બંધ થઈ જાય છે. આ ગાંઠ કદમાં ખૂબ વધે છે. મૂત્રની કોથળી પર તેનું દબાણ આવવાથી જનનેન્દ્રિયમાંથી પેશાબ બહાર આવતાં અટકાવે છે.

આવો એક દર્દી પ્રારંભિક સ્થિતિમાં હતો. તેના મિત્રે તેને સવારે ઊઠતાં જ સ્વમૂત્ર પીવાની સલાહ આપી. જમતી વખતે પૂરું જમવાને બદલે હળવો નાસ્તો લેવાની સલાહ આપી. પરિણામે એક મહિનામાં તેનું દર્દ મટી ગયું.

★ શ્વાસનળીનો દમ :

એક બહેનને આ રોગ થયેલો. તેને ક્ષયની શરુઆત હતી. શ્વાસ લેતાં મુશ્કેલી પડતી હતી. બહુ નબળાઈ આવી ગઈ હતી. સ્વમૂત્ર--ઉપચાર વિશે તેણે સાંભળેલું. એક અઠવાડિયું સ્વમૂત્રના ઉપવાસ કર્યા. પણ શરીરે યોગ્યું નહીં. ત્રણ દિવસમાં તો એટલો સુધારો થયો કે શ્વાસ છૂટથી લઈ શકવા લાગી. રાત્રે પણ સારી રીતે ઊંઘ આવવા લાગી. પછી તેણે ઉપવાસ છોડ્યા અને બે વખત રોજ ખાવાનું ચાલુ રાખ્યું. પણ આ ઉપવાસ દર્દ મટાડવા પૂરો સમય અને લાંબો વખત ન કરવાથી દર્દ ફરી ચાલુ થયું. પછી તેણે મારી સલાહ માગી. મેં તેને કહ્યું કે ઉપવાસની સાથે સ્વમૂત્ર શરીરે માલિસ કરવું જોઈએ. મેં તેને ઉપવાસ દરમ્યાન શું આહાર લેવો તે પણ કહ્યું. આના છેવટનાં પરિણામે તે બહેન દર્દમુક્ત થઈ ગઈ. તેણે દરરોજ સ્વમૂત્ર પીવાનું ચાલુ રાખ્યું. સાથે ક્યારેક ટૂંકા ઉપવાસો પણ કરતી. પરિણામે સ્વસ્થ રહેતી હતી.

★ ગેન્ડ્રીન :

૪૦ વર્ષની સ્ત્રી. ૧૫ વર્ષની હતી ત્યારથી ડોક્ટરની દવાઓ લેતી હતી. પહેલાંનાં વર્ષોમાં થાઈરોઈડ ગ્રંથિની વધુ પડતી સક્રિયતાને કારણે વર્ષો સુધી તેણે ઈન્જેક્શન લીધેલાં. શરદી પણ રહેતી, તેથી પણ ઈન્જેક્શનો લેવાં પડતાં. રક્તભ્રમણ સુધરે તે માટે તેણે તાજેતરમાં ઓપરેશન કરાવેલ, એમ સમજીને કે ઠંડી પડે ત્યારે તેના હાથ લોહી વિનાના વાદળી ન થઈ જાય. ઓપરેશન પછી પણ કંઈ સુધારો ન થયો. ડોક્ટરે કેસ સુધરવાની આશા છોડી દીધેલી. આવી સ્થિતિમાં આ કેસ મારી પાસે આવ્યો.

હાથ મેં લગભગ ચામડી વિનાના જ જોયા. બન્ને હાથને કાપી નાખવાની જરુર જણાઈ. પણ તે પહેલાં ગરમ પાણીનો શેક, ઠંડા પાણીનાં પોતાં, સ્વમૂત્રનાં પોતાં અને થોડા પ્રમાણમાં સ્વમૂત્રપાન તથા અત્યંત થતી પીડા શમાવવા જંતુનાશક મલમ લગાડવાની શરુઆત કર્યા પછી મેં તેને છેલ્લે સાદા પાણી પરના ઉપવાસ પર રહેવાનું કહ્યું. આ ઉપવાસ ત્રણ અઠવાડિયાં ચાલ્યા. પણ તે પહેલાં પખવાડિયામાં તો દર્દી પોતાના હાથનો ઉપયોગ કરતી અને ગુંથતી થઈ ગઈ. આમાં ત્રણ અઠવાડિયાના ઉપવાસે નિર્ણાયક ભાગ ભજવ્યો.

★ હાથ પર ફોલ્લીઓ:

એક બહેનને ત્રણ વર્ષથી હાથ પર ફોલ્લીઓ થઈ હતી. વિવિધ પ્રકારના મલમ લગાડેલા, પણ કંઈ જ ફાયદો થયો ન હતો. છેલ્લે તેને સ્વમૂત્રોપચાર અજમાવવાનું સમજાવવામાં આવી. રોજ રાતે તેણે ફોલ્લીઓ પર સ્વમૂત્ર લગાડવાનું શરુ કર્યું. થોડા અઠવાડિયામાં ફોલ્લીઓ તદ્દન અદૃશ્ય થઈ ગઈ. આ કેસમાં ઉપવાસ કે બીજા ઉપચારની જરુર પડી નહીં.

★ મો પર મોટો મસો:

આ પણ આ જ બહેને કહેલ. તેનો મસો થોડા સમયમાં સ્વમૂત્ર ઉપચારથી જ મટી ગયો. તેનું ચાદું સરખું રહ્યું નહીં. છેલ્લા ત્રણે કેસોનો રિપોર્ટ વોરનીક ફિલ્ડન પાસેથી મળેલો.

★ હાથ પર ગાંઠ :

એક વ્યક્તિએ પત્રથી જણાવ્યું કે એક બહેનને અર્ધા ઈંચ જેટલી વાદળી રંગની, સૂગ ચડે તેવી, ગાંઠ હાથ પર જણાઈ. તે જીવલેણ નીકળે તેવી હતી. તેને સ્વમૂત્રનાં પોતાં મૂકવાની સલાહ અપાઈ. ત્રણ અઠવાડિયાંની અંદર એ ગાંઠ નાબૂદ થઈ ગઈ. ચામડી તદ્દન સ્વચ્છ અને તંદુરસ્ત થઈ ગઈ.

★ ન સમજાય તેવો અગમ્ય કિસ્સો:

૫૮ વર્ષના એક ભાઈ. કેટલાંક અઠવાડિયાં માટે હોસ્પિટલમાં નિરીક્ષણ અને સારવાર માટે રહેલા. ડોકટરે તેને આ રોગ અસાધ્ય છે એમ કહી ઘેર મરવા માટે જ પાછો મોકલાવી દીધો. અલબત્ત, તેને સ્થાનિક ડોકટરના સંપર્કમાં રહેવાનું કહેલ. જ્યારે હું એક સદગૃહસ્થની સારવાર કરતો હતો, ત્યારે તેની વિનંતિથી આ દર્દીને પહેલીવાર જોયો. ત્યારે તે મૃત્યુ પામે તે સ્થિતિમાં હતો એ ખરું, પણ તેનું કારણ તે રોગ ન હતો, પણ તેને જે ઝેરી દવા અપાતી હતી તે

હતું.

તેણે મને કહ્યું કે સંભાળપૂર્વક ખાતો હતો. તેને કદી શરદી કે બંધકોશ કે ઝાડા પણ થયા ન હતા.

મેં તેને જેટલો પેશાબ થાય તે અને ઠંડું પાણી પી ઉપવાસ કરવા કહ્યું. મેં તેને અને તેની પત્નીને કહ્યું કે શરીરમાંથી ઝાડો કે જે કંઈ નીકળે અને તે વખતે જે કંઈ લક્ષણો જણાય તેનાથી ગભરાવું નહીં. તેને ઝાડો કે કંઈ નીકળે તે મારી તપાસ માટે રાખી મૂકવાં. ત્રણ દિવસ પછી હું ફરી તેને જોવા માટે ગયો. ત્યારે તેને થયેલી ગંધાતી ઊલટીઓની બે બાલદીઓ મેં જોઈ. આ ઊલટીઓ જે પેશાબ પહેલવહેલો પીધેલો ત્યારબાદ ચોવીસ કલાકે શરુ થયેલી. પાતળો ઝાડો પણ થયો હતો. નાકમાંથી લીંટ વગેરે પાણી નીકળ્યું હતું. તેને એકાદ ડઝન રૂમાલ વાપરવા પડેલા જે છીંકણીથી બગડેલા હતા.

ઉપવાસ ચાલુ રાખવામાં આવ્યા અને એક અઠવાડિયામાં નીકળતો બધો બગાડ બંધ થઈ ગયો. દસ દિવસમાં દર્દી સાજો થઈ ગયો. આ કેસની વિગત લખતી વખતે એ દર્દી ૭૦ વર્ષથી વધુ વયના હતા. આ કેસ બતાવે છે કે આવા કેસની સારવારમાં દર્દનું નામ જાણવાની જરુર નથી. વિશેષ રસદાયક એ છે કે આ કેસમાં છીંકણી જેવી કોઈ પણ બહારની વસ્તુ મહિનાઓ સુધી શરીરમાં ભરાઈ હોય તો પણ બંધ કર્યા પછી પણ ઉપવાસથી બહાર નીકળી જાય છે. આ કેસ મને યાદ આપે છે કે પ્રસિધ્ધ નિસર્ગોપચારક લુઈ કુન્હેના એક દર્દીનો પરસેવો ઉપવાસ દરમ્યાન તેણે લીધેલ એલોપેથિક દવાથી ગંધાતો હતો.

★ ક્રમળો:

એ દર્દ માત્ર લિવરનું ઉગ્ર કે જીર્ણ થયેલ સ્વરૂપ છે. ૧૯૧૯માં મારી કારકિર્દીની શરુઆતમાં આવેલો આ કેસ સ્વમૂત્ર અને પાણીના દસ દિવસના ઉપવાસથી મટી ગયેલો. જે કેસો મારી પાસે આવ્યા, તેમાં ચામડીનો રંગ ઉપવાસના પહેલા બે-ત્રણ દિવસમાં ધીમે ધીમે જતો રહ્યો. પછી જેમ જેમ ઉપવાસ ચાલુ રહ્યો, તેમ તેમ તેનો રંગ તાજો અને તંદુરસ્ત બનતો ગયો. દસ દિવસની અંદર જ ક્રમળાની સ્થિતિ ચાલી ગઈ.

★ લકવો: અકાળે વૃદ્ધત્વ-વિસ્મૃતિ:

૬૦ વર્ષના વૃદ્ધ. ડોકટરી મત પ્રમાણે થોડા અઠવાડિયાંનું જીવન. લકવાના બે હુમલા થયેલા. પહેલો હુમલો ફ્લુના હુમલામાં બચવાના પ્રયત્નમાં

તાજાં ફળ અને રસ લીધો ત્યારે થયેલો. અને બીજો યાદદાસ્ત ચાલી ગઈ ત્યારે. તેણે પ્લ દિવસ સુધી સ્વમૂત્ર ઉપવાસ અને માલિસ કર્યાં. વચ્ચે પખવાડિયાં પછી એક ટાણું જમવાનું રાખ્યું. પછી બીજા ૩૫ દિવસ કર્યાં. યાદદાસ્ત અને વાંચા પહેલા ઉપવાસના વીસ દિવસમાં આવી ગઈ. બીજા ઉપવાસ દરમ્યાન તદન આરામ થઈ ગયો. આ કેસમાં મૂળ કારણ સંધિવા હતો.

★ વાળ ખરવા:

આ જ વ્યક્તિને વાળ ખરતા હતા. તેના બીજી વખતના ઉપવાસ દરમ્યાન વાળ પાછા આવ્યા એટલું જ નહીં, પણ માથાં પર સ્વમૂત્ર ઘસવાથી આ વાળ ધોળામાંથી કાળા થયા. મારી સાથે પત્ર વ્યવહાર કરનારામાંથી ઘણાએ મને જણાવ્યું છે કે માથાં પર રોજ જૂનો પેશાબ ઘસવાથી વાળ પાછા ઉગ્યા હોય તેવા બનાવો બન્યા છે.

★ ફેફસાંનો સોજો, એપેન્ડિસાઈટિસ, ફ્લુ—ન્યૂમોનિયા, છાતીની અંદર સોજો:

આ રોગો વિશે પત્ર વ્યવહાર કરનારા પરથી એમ જણાય છે કે સામાન્ય રીતે ત્રણથી આઠ દિવસના સ્વમૂત્ર ઉપવાસ કરવાથી આ રોગો મટે છે. પ્લુરસીમાં એક વખતના ભોજનની છૂટ આપેલી. ત્યારે પણ દિવસ—રાત બધો જ પેશાબ પીવાનું આવશ્યક હતું. તાવ સહિત ઉગ્ર રોગમાં પેશાબ પરનો સંપૂર્ણ ઉપવાસ જરૂરી હતો. આવા કેસોમાં શક્તિ જળવાઈ રહે એવા નિધ્વાંત પર ખોરાક આપવાનો દર્દી પર આગ્રહ રાખવો એ નરી મૂર્ખતા છે.

★ આંખનો મોતિયો:

ઘણા કેસોમાં મેં જોયું છે કે સ્વમૂત્ર પરના દસ દિવસના ઉપવાસ આંખ પર જે છારી વળે છે તે દૂર કરવા માટે પૂરતા છે. લાંબામાં લાંબા ઉપવાસ ચાર અઠવાડિયાં સુધી થઈ શકે.

★ ગ્લુકોમા:

આવા કેસમાં સાધારણ રીતે તો ઓપરેશન કરવાની ડોકટરી સલાહ મળે છે. પણ ઘણાખરા કેસમાં દર્દી વહેલો—મોડો આંધળો થાય છે. આવા કેસોમાં આશરે એક માસના સ્વમૂત્ર ઉપવાસથી સારો ફેર પડે છે.

★ સંધિવા:

આ કેસો લોહીમાં આલ્કીય ક્ષારો ઓછા હોવાથી થવાનું કારણ અપાય છે. આવા કેસોમાં દસથી બાર દિવસના સ્વમૂત્ર પરના ઉપવાસથી સારો ફેર

પડયાનું મને માલુમ પડેલ છે. ઉપવાસ સાથે સ્વમૂત્રની માલિસ અને તેનાં પોતાં પણ મૂકવાં જોઈએ. મટયા પછી ફરી ન થાય તે માટે સંતુલિત આહાર લેવાની યોજના કરવી જોઈએ. દારુ અને મસાલા બંધ કરવા જોઈએ. તેની સાથે સ્વમૂત્રપાન અને તેનાં પોતાં મૂકવાનું ચાલુ રાખવું જોઈએ.

★ આર્થરાઈટિસ (સાંધાનો સોજો) :

આમાં અને સંધિવામાં એટલો ફેર છે — જેવો સાધારણ શરદી અને ફલુમાં ફર્ક હોય છે. તેને પકડમાં લેવો એ કપરું કામ છે, કારણ કે તેમાં બહારનો કચરો સારી પેઠે હાડકામાં જામેલો હોય છે. પ્રારંભિક અવસ્થામાં કેસ હોય તો પણ સંભાળપૂર્વક પસંદ કરેલ આહાર પર રાખ્યા છતાં પણ સ્વમૂત્રપાન અને પેશાબ ચોળ્યા પછી પણ બારથી ચાલીસ દિવસ તેને મટાડતાં થાય છે. એમ છતાં આવી સારવાર હું અધકચરી લેખું છું. હું નિશ્ચયપૂર્વક માનુ છું કે સ્વમૂત્ર પરના દસ દિવસના ઉપવાસ તેને માટે પૂરતા છે.

★ શ્વાસનળીનો દમ:

૩૭ વર્ષના એક દર્દીને ૧૪ વર્ષની વયથી આ દર્દ થયેલ. રોજ બે લિટર પેશાબ પીવાથી અને ૩૬ થી ૪૦ કલાક એકલો પેશાબ પી ઉપવાસ કરવાથી ત્રણ માસમાં એ રોગમુક્ત થયો. તેની તંદુરસ્તી પણ સારી થઈ ગઈ. આવો જ બીજો કેસ સ્વમૂત્રપાન સાથેના ઉપવાસથી સુધર્યો.

★ મૂત્રપિંડનું દર્દ:

૧૯૪૪ના મેમાં એક દર્દી જમણું મૂત્રપિંડ કઢાવી નાખવા હોસ્પિટલમાં દાખલ થયો. બહુ જ પીડા ભોગવેલી. એનો પેશાબ લોહીના રંગ જેવો હતો. એકસ—રેમાં મોટી પથરી મૂત્રપિંડના બસ્તીના પ્રદેશમાં જણાયેલી. સર્જનના અભિપ્રાય પ્રમાણે મૂત્રપિંડ ન કઢાવાય તો જીવન જોખમમાં હતું. આ સ્થિતિમાં દર્દી મારા પાસે આવ્યો. તેણે મારી સૂચના મુજબ કેટલાક દિવસ ઉપવાસ કર્યા. થોડા જ અઠવાડિયામાં એટલી તબીયત સુધરી કે પીડા જ ન રહી. પેશાબ પણ સ્વાભાવિક રંગનો થયો. ત્રણ મહિનામાં તેણે હોસ્પિટલમાં જઈ બતાવ્યું તો મૂત્રપિંડમાં કંઈ રોગ નથી એમ કહેવામાં આવ્યું.

આ પ્રકરણ પૂરું કરતાં મારા મિત્ર ઓ. વોરનેક ફિલ્ડને મતે મૂત્રપાન કેવી રીતે દર્દ મટાડે છે તે વિશે ઉમેરું છું. જો કે હું તેમના વિચારો સાથે પૂરો મળતો નથી. એમના લખવા પ્રમાણે જનનેન્દ્રિયના અંતઃસ્ત્રાવમાં મટાડવાની કંઈક શક્તિ હોય છે જે મૂત્રમાં દાખલ થઈ શકે. એવા કેસો છે કે જેમાં આ પદાર્થો ખાતર જ મૂત્રપાન કરાતું હોય. કેટલાક એવો દાવો કરે છે કે આ પદાર્થો

ફરી પાછા મૂત્ર દ્વારા દાખલ થઈ શરીરનાં તંદુરસ્ત અંગોને બાંધવામાં વપરાતાં હોય. એવા ઘણા કેસો નોંધાયેલા છે જેમાં દર્દવાળાં અંગો મોટા પ્રમાણમાં મૂત્ર પીવાથી સાજાં થયાં હોય.

" જે ખુલાસો મને બંધબેસતો લાગે છે તે હોમિયોપથીના સિધ્ધાંત પર રચાયેલો છે એમાં શંકા નથી. જો કે એવો દાવો કરવામાં આવે છે કે સારા પ્રમાણમાં ઝેરી વસ્તુ પેશાબમાં ફેંકાતી નથી. (નહીં તો એ અંદર રહેતી હોય એ કારણથી આપણે માંદા પડીએ.) હોમિયોપેથિક, એટલે કે અત્યંત અલ્પ-સૂક્ષ્મ-પ્રમાણમાં બધા જ પેશાબમાં ચોક્કસ એટલે કે અમુક ઝેરી પદાર્થો હોય છે. આ સૂક્ષ્મ પ્રમાણનું ઝેર શરીરમાં પેશાબ વાટે ફરી પાછું જાય તો હોમિયોપથીના સિધ્ધાંત પ્રમાણે દર્દની સુધારણામાં કામ આવે.

" પ્રાણીઓની સ્વાભાવિક ટેવોમાં આપણે જોઈએ છીએ કે તેઓ સતત ચાટયા કરે છે. આ રીતે તેઓ પોતાના શરીરમાં અતિ સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં પેશાબનું ઝેર દાખલ કરે છે. દરેક વખત ખાધા પછી આ પેશાબ લેવાથી જ જે આહાર તેમને માફક આવ્યો ન હોય તેવો ખોરાક ખાય તો પણ તેમને કંઈ નુકશાન થતું નથી. તેમની આ ટેવથી કુદરતનો તેમને રોગી-જીવાણુઓના ચેપથી મુક્ત કરવાનો સર્વોત્તમ ઉપાય છે. કુદરતે કૂતરાને રોગમુક્ત કરવાની આ સાહજિક વૃત્તિ આપી છે અને માણસને પોતાનો વિનાશ કરવાની બુદ્ધિ બક્ષે છે ? પ્રાણીઓમાં બકરી સૌથી વધારે તંદુરસ્ત ગણાય છે. તેનું દૂધ ક્ષય રોગીઓ માટે ખાસ વપરાય છે. બકરી પોતાના શરીરમાં થતો પેશાબ સીધો પીએ છે એ કારણે તો ક્ષયવાળાને તે ઉપયોગમાં આવતું નહીં હોય ને ?

" જ્યારે માનવી પૃથ્વી પર પહેલી વાર જન્મ્યો, ત્યારે એ નાશ ન પામે એટલા માટે તેની સલામતી માટે કંઈક ગોઠવણ કુદરતે કરી હશે. તેનાં ખોરાક, કપડાં, નિવાસ-સ્થાનની પૃથ્વી પર જોગવાઈ કરી હશે જેથી માણસ પોતાની ભૌતિક જરૂરતો મેળવી શકે. જો આ સાચું હોય, તો તંદુરસ્તી મેળવવાનાં સાધનો હમેશાં નજીક જ હોય અને તે મેળવવા સૌ માટે સરળ હોય. અમેરિકાના પ્રસિધ્ધ સ્વ. ડો. એસ.એચ. ડન્કન તેનાં પુસ્તક "સ્વયં ઉપચાર"માં લખે છે કે દર્દીના પોતાના શરીરમાં એવા પદાર્થો હોવા જોઈએ જેને ડોક્ટર શોધી તેનું યોગ્ય પ્રમાણ અને તે કયા સમયના અંતરે આપવું તે નક્કી કરવું જોઈએ જેથી શરીરમાંનાં દર્દ નાબૂદ થાય. તેથી કેટલીક ડોક્ટરી સંશોધનની શાખાઓમાં ડો. આર્મસ્ટ્રોંગે જે હિંમતભર્યાં ફાળો આપ્યો છે તેની સાથે સહમત થાય છે અને આ પુસ્તકમાં વર્ણવેલા કેસો પરથી ખાતરી થાય છે."

૧૪. સામાન્ય શરદી

આ સામાન્ય દર્દે સૈકાઓથી ડોક્ટરી વ્યવસાયને મૂંઝવ્યો છે. સ્વ. ડૉ. હેગે અસંતુલિત આહાર લેવાની મૂર્ખતા પર ધ્યાન ખેંચ્યું ત્યારે તેનો આભાર માનવો જોઈએ. શરદી એ તો શરીરની સાફસૂફી છે. તેને કદી દાબી દેવી ન દેવી જોઈએ. દુર્ભાગ્યે ઘણા ખરા માણસો કંઈ દવા લઈ તેને અટકાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ ઉપાય તેને મટાડવાનો નથી. સામાન્ય શરદીને દબાવી દેવાથી ન્યૂમોનિયા વગેરે ખરાબ વ્યાધિઓ થાય છે.

શરદીનું મૂળ કારણ અસંતુલિત ખોરાક છે. આવશ્યક ખનીજ ક્ષારોની અપૂર્ણતા અને સ્ટાર્ચનો વધુ પડતો આહાર લેવાથી શરદી થાય છે. એટલે શરદી મટાડવાનો ઉપાય પણ આ આહાર સુધારવા પર છે. કોઈ પણ દવા લીધા વિના સ્વમૂત્રપાન અને ઠંડા પાણી સાથે ઉપવાસ પર રહેવાથી બાર કલાક કે તેથી ય ઓછા સમયમાં શરદી મટશે. એકલાં ઠંડા પાણી પર રહેવાથી પણ શરદી એક કે બે દિવસમાં મટશે. પણ ઠંડા પાણી સાથે સ્વમૂત્ર લેવાથી શરદી ઝડપથી મટે છે. આ ઉપરાંત, ફલુ, ન્યૂમોનિયા વગેરે ગંભીર દર્દોને પણ થતાં અટકાવે છે. આ દર્દો શરદી મટાડવાના કુદરતના પ્રયાસોને અટકાવવાથી થાય છે. ટૂંકમાં, શરદી વસ્તુતઃ છૂપા આશીર્વાદ સમાન છે.

બ્રેડ, બિસ્કીટ, પોલીશ યોખા, ખીર કે દૂધપાક, ખાસ કરીને મેંદાની વાનગી, ગરમ તેલમાં તળેલ ફરસાણ, પૂરી, ભજિયાં, ચેવડો વગેરે આહાર શરદીને નોતરે છે. ઉપરાંત, તેમાં શરીર માટે આવશ્યક ખનીજ ક્ષારોની ખામી હોય છે જેવા કે—પોટાશ, કલોરાઈડ, ચૂનો, ફોસ્ફરસ, કેલ્શ્યમ સલ્ફેટ વગેરે. જો ગળામાં ચેપ લાગ્યો હોય તો આયર્ન ફોસ્ફેટ, લોહ અને ફોસ્ફરસની ઊણપ હોય છે. તાજેતરમાં સંશોધકો વિવિધ ખાદ્યોમાં કયા કયા અને કેટલા પ્રમાણમાં ખનીજ ક્ષારો રહેલા છે તે નક્કી કરવાના પ્રયાસો કરે છે. તેના પરિણામે

આપણને માલુમ પડે છે કે કેટલાક ખાદ્ય પદાર્થો બીજા ખાદ્ય પદાર્થો કરતાં એક અથવા બીજા ખનીજ ક્ષારોમાં વધુ સમૃદ્ધ હોય છે. આ પ્રમાણે કેટલાક કલોરીનવાળા, કેટલાક ફોસ્ફરસવાળા—એમ વિવિધ પ્રકારના ખોરાક હોય છે. આ ક્ષારો શરીરની જરૂરી ક્રિયાઓમાં આવશ્યક લાગ્યા છે. વળી, આ સંશોધન જણાવે છે કે વિવિધ સંતુલિત આહાર પર રહેવું કેટલું જરૂરી છે. ડૉ. સુશીલર અને એવા બીજા બાયોકેમિક ચિકિત્સા—પદ્ધતિના સંશોધકો અને પ્રવર્તકોએ જણાવ્યું છે કે આવા કોઈને કોઈ ક્ષારોની ન્યૂનતાને લીધે એક યા બીજાં દર્દો થાય છે. ત્યારે શરદી અને સ્ત્રીઓમાં થતા શ્વેતપ્રદર જેવા રોગોમાં પોટાશ કલોરાઈડની ખામી હોય છે તેનું તે પ્રમાણ છે. ત્યારે મેં અહીં પૂરતી રીતે પ્રમાણિત કર્યું છે કે શરદી, સળેખમ ઉગ્ર કે જીર્ણ સ્વરુપમાં હોય તે ખામીભર્યા આહારમાંથી જ થાય છે.

૧૫. પ્રાણીઓ પર મૂત્ર ચિકિત્સા

એવું બન્યું કે મારા દાદા ૧૯મીસદીના છટ્ટા અને સાતમા દસકામાં ઘોડા અને કૂતરા વગેરે પ્રાણીઓ પર મૂત્ર— ચિકિત્સા કરતા. મેં તેમની પાસે જાણ્યું કે મૂત્ર અને ગાયનું છાણ પણ પ્રાણીઓના રોગો અને ઈજાઓ મટાડવાના મુખ્ય ઉપાયો હતા. મહિના સુધી સાદા પાણી અને ગોમૂત્ર પર ઉપવાસ કરાવતાં. પાવા માટે સૂકા શીંગડાની નળી વાપરતા. જો કે ગાય ઘોડા વગેરે પ્રાણીઓ તરસ્યાં હોય ત્યારે તો શીંગડા વગર પણ એ પી જતા.

મારા દાદા પાસેથી શીખીને હું પણ પ્રાણીઓ પર મૂત્ર—પ્રયોગ કરતો થયો. એક ગાયને ધનુર્વા થયેલો. તેને મેં મહિનો ઉપવાસ પર રાખી. દરમ્યાન હું તેને બીજી ગાયોનું મૂત્ર બાલદીમાં ઝીલીને એકઠું કરી રોજ ચોળતો. પીવા એનો પોતાનો પેશાબ આપતો. ઉપરાંત તે સાદું ઠંડું પાણી પણ પીતી. આ બળિયા નીકળેલી ગાયના બધા વાળ ખરી પડેલા. માત્ર હાડકાં અને ચામડી સિવાય કંઈ નહીં એવી દૂબળી પડી ગયેલી. તેને બે મહિનામાં માત્ર ઘાસ ખવડાવી તેનું સ્વાભાવિક વજન લાવી દીધું.

એક કૂતરાને પણ મૂત્ર—ચિકિત્સા પર ઉપવાસ કરાવ્યા. કૂતરાને મૂત્ર પીવડાવવા માટે (જો કે કૂતરીનું મૂત્ર તે ઘણી વાર પીતો) તેને ઝાડ સાથે બાંધી તેનાં માથાં પર મૂત્ર પિયકારીથી છાંટતા. આ મૂત્ર તેના મોં પર છંટાતાં તે તેને બચ બચ કરી ચાટી જતો.

એક કૂતરો મોટર તળે ચગદાઈ જવાથી તેના પેડુમાં સોજો આવ્યો હતો. તેને મેં મારા પેશાબ અને ઠંડા પાણી પર ઓગણીસ દિવસના ઉપવાસ કરાવ્યા. પછી તેને થોડું માંસ આપ્યું. જ્યારે પ્રાણીઓ માંદા પડે છે ત્યારે તેમને ફરી ભૂખ લાગે ત્યાં સુધી ઉપવાસ કરવાની સાહજિક સમજણ હોય છે. મૂત્રથી તેનાં આખા શરીરને ધોયું. તેને માંદગી અને સારવાર દરમ્યાન તેના વાળ ખરી પડ્યા

હતા. પણ સારવાર પછી સુંદર વાળ આવી ગયા.

હવેનો દાખલો જો કે ખરી રીતે મૂત્ર-ચિકિત્સા પ્રયોગમાં નથી આવતો, પણ ઉપવાસ પક્ષીઓ માટે પણ શું કરી શકે તે દર્શાવવા જણાવવા લાયક છે. મરઘીને પેશાબ થતો નહીં. મારે ત્યાં ૧૯૧૬ના ઓકટોબરમાં ૬૦ મરઘીઓ હતી. એ બધીને સારી રીતે ખવડાવતો, છતાં એમાંની કોઈએ એક અઠવાડિયાં સુધી એક પણ ઈંડું મૂક્યું નહીં. તેમાંની અર્ધીને સાદાં પાણી સિવાય કશું પણ ન આપ્યું. ઉપવાસ કરાવ્યા. ચોથે દિવસે મને કેટલાંક ઈંડાં મળ્યાં. બાકીની બીજી અર્ધીને પણ એ જ પ્રમાણે કર્યું. પુષ્કળ ઈંડાં મળ્યાં. દરેક કેસમાં અઠવાડિયું લાગ્યું.

એક ગઘેડાની ખોલકીને પગે ચીરો પડ્યો હતો. એ એક કાંટાવાળી વાડમાંથી જવાનો પ્રયાસ કરી રહી હતી તેના કારણે તેના પગે ચીરા પડ્યા હતા. તેના પાછલા પગમાં ઘૂંટણ આગળના માંસમાં મોટો ઘા પડ્યો હતો. આ ઘા જાણે કે હોઠ લબડતો હોય એવો લાગ્યો. પશુ-ચિકિત્સકને બતાવવાની સલાહ આપવામાં આવી. મેં વિચાર્યું કે તેની સારવારથી તો જોવા ન ગમે તેવા ડાઘા રહી જશે અને તેની કિંમત ઘણી ઘટી જશે.

મેં તેના ઘાને વળે તેવા પ્લાયવૂડના કટકાની વચ્ચેની જગ્યા ગાયના છાણથી ભરી ઉપર ગરમ કાપડથી બાંધી દીધો. છેલ્લે પગને તળીયે પોટીસને પહોળી પટ્ટીથી એવી સખત રીતે બાંધી કે છાણ તેની જગ્યાએથી ખસે નહીં અને ખોલકીને દોડવું હોય ત્યારે દોડી શકે. દિવસમાં બે વખત એ પ્રાણીને મારી પાસે બોલાવીને એની પેટીસના મથાળે અર્ધો લિટર જેટલું કે તેથી વધુ મૂત્ર રેડતો જેથી છાણનો ગુણ ક્રિયાશીલ બને.

આ પ્રક્રિયા મેં પખવાડિયું ચાલુ રાખી. પછી મેં પાટા કાઢી નાખ્યા. ઘા પૂરેપૂરો રૂઝાઈ ગયો હતો. અરે, તેનો ડાઘો સરખો પણ રહ્યો ન હતો. આ પરથી કુદરત તરફથી પાઠ મળે છે કે કુદરત સાથે કામ કરો અને કુદરત જ કામ કરી આપશે.

૧૬. મૂત્ર ઘસવાનો અને તેનાં પોતાં મૂકવાનો સિધ્ધાંત

ચામડી છિદ્રો મારફત માત્ર પ્રવાહીને જ નહીં, પણ હવાને પણ ચૂસે છે એ ઘણા વર્ષોથી જાણીતું છે. તેથી જ ચામડીનાં છિદ્રોને બંધ કરવાં એ ગેરઠહાપણભર્યું છે. તેથી તેને દાબી દેનાર લેપ કે મલમ ન વાપરવા જોઈએ. ચામડીનાં છિદ્રોને બંધ કરવાં એનો અર્થ એ છે કે તેને હવા લેતાં અટકાવવામાં આવે છે. આ પણ ઠહાપણભર્યું નથી. જેમ અંદર ગરમ કપડાં પહેરવાં એ મોતને આમંત્રણ આપવા બરાબર છે તેમ. તેનાથી ઊલટું દૂબળાં અને ઓછાં વજનવાળાં બાળકોને દૂધ ઘસવામાં આવતું તો તેનું વજન વધતું.

આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે ઘર્ષણ ગરમી પેદા કરે છે. તે ચામડીનાં છિદ્રોને ખુલ્લાં કરે છે, કેમ કે તે છિદ્રો પણ ગરમી પેદા કરે છે. એટલા માટે પોતાં મૂકતી વખતે તેમાં કયો પદાર્થ છે તે મહત્વનું છે. જે પોતાં માત્ર ચામડીની અંદરથી કચરો ખેંચે અને અંદર કશું મૂકે નહીં, તે તો શક્તિ ચૂસનારાં છે. આ વાત મને ઘણા કેસોમાં માલુમ પડી છે. આના આધારે કહી શકાય કે મૂત્રનું પોતું સર્વોત્તમ છે. માલિસોમાં અન્ય માલિસો કરતાં મૂત્રની માલિસ ચડિયાતી છે. ઘર્ષણ માટે ફક્ત જૂનું અને તાજા મૂત્રનું મિશ્રણ સારું છે. તેને ગરમ કરવું જોઈએ, પણ કદી ઉકાળવું નહીં. એ બહુ અસરકારક છે. સૌથી વ્યવહારુ રીત એ છે કે મૂત્ર બાટલીઓમાં ભરી રાખવું. એમાંથી ઘણું સપાટ તળિયાવાળા પ્યાલામાં રેડવું જેથી માત્ર જોઈતું જ હથેળીમાં આવે. પછી હાથ સુકાઈ જાય ત્યાં સુધી ઘસવું. ફરી પાછું થોડું વધારે મૂત્ર પ્યાલામાં લેવું અને ફરી ઘસવું. આમ એકી સાથે થોડો પેશાબ હાથમાં લઈ ઘસવાથી જરા પણ પેશાબ જમીન પર પડતો નથી.

પોતાની બાબતમાં અત્યાર સુધી જે કેસો વર્ણવ્યા, તેમાં બધું કહેવાઈ ગયું છે. છતાં થોડું વધારે કહેવામાં હરકત નથી. જે ભાગમાં પીડા થતી હોય, તે ભાગ પર પેશાબમાં બોળેલાં કપડાં મૂકવાં. જ્યારે વધુ જરૂર પડે ત્યારે વધારે

પેશાબ ઉમેરી તે ભાગને ભીનો રાખવો. જ્યાં ગુમડાં હોય, દાઝી જવાયું હોય, ઘા પડ્યો હોય, સોજા હોય, કોઈ પણ પ્રકારની વિકૃતિ હોય તો પોતાં મૂકવાં. ગળું, મો, માથું અને પગ જેવાં અગત્યનાં અંગો પર મૂત્ર ઘસવું. આનો અર્થ એવો નથી કે બીજા કોઈ ભાગ પર ન ઘસાય. શરીરના કોઈ પણ ભાગ પર તેનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. મૂત્રનાં ઉપવાસ દરમ્યાન દર્દીને પોષણ આપવા માટે તે આવશ્યક છે. આ ઉપરાંત પણ ચામડીને માટે મૂત્ર એ ઘણો ઉપયોગી ખોરાક છે. જેઓ મૂત્ર ચોળે છે, તેમના હાથ પરથી તે ખબર પડી જાય છે.

શંકાશીલો તરફથી એમ સૂચવાયું છે કે માત્ર એમને સૂકું માલિસ અથવા સાદા પાણીથી જ ઘસવું અસરકારક લાગ્યું છે. આનો ઉત્તર સ્પષ્ટ નકારમાં છે. મેં એ બન્ને અજમાવી જોયાં છે. મૂત્ર—માલિસ વિના મૂત્ર ઉપવાસથી પણ હૃદયના ઘબકારા વધે છે. એવું જ માત્ર સાદું પાણી પીવાથી થાય છે. હું સ્વીકારું છું કે ઘર્ષણ ઉત્તમ કસરત અને ઉત્તમ માલિસનું કામ કરે છે. પણ મૂત્ર વિના એ ક્ષીણ થયેલાં શરીરનાં ઘટકોને ફરી બાંધી શકતાં નથી. દર્દી ઘણો નબળો અને સુકાયેલો હોય અને તેને સહન ન કરી શકે તેવા કેસોમાં હું માલિસ નથી કરતો. આવા કેસોમાં મૂત્રનાં પોતાં મૂકવાથી ચામડી વડે મૂત્ર ચુસાય છે.

હવે મૂત્ર—માલિસના સિધ્ધાંત અને મારા પોતાના કેસની થોડી વિગતો જે મેં અત્યાર સુધી વર્ણવી નથી તે જણાવું. મૂત્ર અને પાણી પરના મારા ઉપવાસથી મારા હૃદયના ઘબકારા મેં સ્પષ્ટ અનુભવ્યા. આ ઘબકારા કેટલીક વખત તો એટલા સ્પષ્ટ સંભળાતા કે જાણે મને બે હૃદય હોય તેવું લાગતું. આનું કારણ મેં એમ માન્યું કે મારાં હૃદયને ઘબકારા કરવા પૂરું લોહી નથી મળતું. તેના પરથી મને બાઈબલના ન્યૂ ટેસ્ટામેન્ટનો વિચાર સૂઝ્યો કે "જ્યારે તું ઉપવાસ કરે, ત્યારે તારાં માથાંને ઘસ અને તારું મો ઘો."

આના આધારે હું મારું માથું, મો, ગરદન અને શરીરના બીજા ભાગોને મૂત્રથી ઘસવા લાગ્યો. પરિણામે ઘબકારા બંધ થઈ ગયા. વળી આ રીતથી મારા રોજિંદા કામમાં વિપેક્ષ પાડયા વિના હું બહુ માંદો ન હોઉં તો ઉપવાસ કરવાનું શક્ય લાગ્યું. દાખલા તરીકે ચામડીના રોગોવાળા દર્દીઓએ ઉપવાસ કર્યા છે અને એ દરમ્યાન તેમનું રોજિંદું કામ ચાલુ રાખ્યું છે. મારા માટે કહું તો હું બીજાને પ્રેરવા અને ડોકટરો પણ મારા હૃદય વગેરેને તેમના તપાસનાં સાધનોથી તપાસે, તો પણ એ ન કહી શકે કે હું ઉપવાસ પર છું. પણ હું મૂત્રની માલિસ વિના જો ઉપવાસ કરું તો તરત જ ખબર પડી જાય.

૧૭. દર્દોનું પ્રાથમિક કારણ : ખોટો આહાર

ઠંડા, સમશીતોષ્ણ કે ગરમ પ્રદેશોમાં રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્યની રક્ષા માટે નાના-મોટાં સ્ત્રી-પુરુષો માટે પૂરતો આહાર મળવો જોઈએ એમ હમણાં થયેલ વૈજ્ઞાનિક સંશોધન દર્શાવે છે. ગમે તેટલો ખોરાક ખાવ, પણ તેમાં ઉપયોગી ખનીજ ક્ષારો અને વિટામીનો પૂરતા પ્રમાણમાં ન હોય, તો ક્ષય, સ્કર્વી, પેલાગ્રા, બેરીબેરી જેવા ગંભીર રોગો તેની ઊણપથી થાય છે. આ બે તત્ત્વો જે શાકભાજીમાં હોય તેવાં શાકભાજી કાચાં કચુંબર રુપે લેવાં જોઈએ. આમાં આપણા શિક્ષિત અને સંસ્કારી ગણાતા સમાજનું અજ્ઞાન છે. એ લોકો વધારે પડતી ખાંડવાળા પદાર્થો, થૂલું-ચળામણ કાઢી નાખેલ લોટ, પોલીશ ચોખા અને પેશ્યુરાઈઝ્ડ કરેલ દૂધ લે છે.

ટૂંકમાં, ચોકકસપણે કહીએ તો રોગનું મુખ્ય કારણ જે ખાદ્યો આહારમાં લેવાવાં જોઈએ, તે નથી લેવાતાં અને જે ન લેવાવાં જોઈએ, તે જ લેવાય છે. આંખેણે જેવો આહાર લઈએ છીએ, તેવા આપણે બનીએ છીએ. તેથી શરીરમાં કોઈ પણ અંગમાં રોગ થાય, તો તેનો સામાન્ય અર્થ એ થયો કે જે આહાર લીધો હતો તે ખોટો હતો. ટૂંકમાં, રોગનું કારણ અસંતુલિત આહાર છે.

આમ છતાં એટલું ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ કે કયા પ્રકારના ચોકકસ ખાદ્ય પદાર્થો લેવા જોઈએ અને કયા ન લેવા જોઈએ એ નક્કી કરવું ગેરહાથપણભર્યું લેખાશે, કારણ કે આબોહવામાં આસપાસની પરિસ્થિતિ અને પોતાનાં વિશિષ્ટ વલણને ધ્યાનમાં લેવાનાં છે. દાખલા તરીકે છેક ઉત્તર ધ્રુવમાં રહેનારા એસ્કિમો પાસેથી બ્રાઝીલમાં રહેનારા પ્રમાણેનો આહાર લેવાની આશા ન રાખી શકાય.

હવે (ભારત જેવા) સમશીતોષ્ણ પ્રદેશમાં રહેનારા લોકો માટે હું સંતુલિત આહાર આ પ્રમાણે સૂચવું છું :

★ **કચુંબર:** વરાળે રાંધેલાં શાકભાજી, થૂલાં સાથેના લોટની બ્રેડ, મોસમી તાજાં ફળ, પોલીશ નહીં કરેલ ભૂરા ચોખા, સપ્રમાણ અને ગળપણમાં ઉત્તમ એવું મધ.

★ **અખાદ્ય પદાર્થો:** કલાઈના ડબામાં પેક કરેલ ખાદ્યો, બે વખત રાંધેલા અને થૂલાં વિનાના લોટની બ્રેડ, ખાંડ, પોલીશ કરેલ ચોખા, પેશ્યુરાઈઝ્ડ દૂધ, મસાલા.

★ **મારા મત પ્રમાણે :** એકલી ખાંડ એ તો ખટાશ પેંદા કરનાર ખોરાક છે. તેમાંથી ક્ષારના ગુણધર્મ તદ્દન નીકળી ગયેલ હોય છે. ડો. મેરી સ્ટોપ્સે એકલાં પેશ્યુરાઈઝ્ડ કરેલ દૂધને નકરું ઝેર કહેલ છે. એ તાજું નથી હોતું ત્યારે જ વેચાય છે. તેની તાજગીનો ખ્યાલ નથી આવતો, કારણ કે તેને પેશ્યુરાઈઝ્ડ ન કરેલ દૂધ સાથે ભેળવી દીધેલ હોય છે.

સ્વ. મેકકિવસ્ટને આ દૂધ વિશે કહેલ તે મને યાદ આવે છે. તેમણે કહ્યું છે કે પેશ્યુરાઈઝ્ડ દૂધ ઘાસચારામાંથી બન્યું છે. એ પોષણની ઊણપવાળું અર્ધું ઉકાળેલ દૂધ છે. જો એ ગાયનાં વાછરડાંને આપવામાં આવે, તો તે મરી જાય. ઉંદરોને આપવામાં આવે, તો તેઓ સંતાનોત્પત્તિ ન કરી શકે.

ડોક્ટરો કબૂલ કરે કે નહીં, પણ કુદરતી ઉપચારકોએ પહેલ વહેલું ધ્યાન જીવનોપયોગી આહાર તરફ દોર્યું. એ પરથી પાછળથી "વિટામિન" શબ્દ ઘડાયો. પણ દુર્ભાગ્યે બજારમાં બનાવટી વિટામિનો મળવા લાગ્યાં. તેને બદલે સંતુલિત આહારમાંથી વિટામિનો મેળવવાં જોઈએ. જો કે શરીર ખાંડ અને સ્ટાર્ચ વિના લાંબો વખત ચાલે નહીં. તો પણ એ વધારે પડતાં ન લેવાં જોઈએ એમ મારું માનવું છે.

હવે દર્દ માત્રનું કારણ સ્પષ્ટ થયું હોય તો તેના નિવારણ માટે એક જ ઉપાય છે. અને તે એ કે બહુ થોડો નહીં અને બહુ વધારે નહીં એવો સંતુલિત આહાર લેવો જરૂરી છે. વધારામાં રોજ સવારે ઊઠતાંવેંત તાજું મૂત્ર એક ગ્લાસ લેવું જોઈએ. હું પોતે તો તાજાં દૂધ સિવાય બીજાં કોઈ પીણાની જરૂર જોતો નથી. આહારમાં કોઈ પણ ફેરફાર એકદમ ન કરવા. ફેરફાર દર્દીની પરિસ્થિતિ પર અને દર્દ શું છે તેના પર આધાર રાખે છે.

અહીં ખુલ્લા મછવામાં જનારા અને જેમને પીવાનું પાણી ન મળવાથી સ્વમૂત્ર પીવાની ફરજ પડી હોય, અને તેથી બચ્યા હોય, એવાને માટે હું થોડું કહેવા માગું છું. તેમણે આવી પરિસ્થિતિમાં પહેલેથી જ સમજીને સ્વમૂત્ર પરના

ઉપવાસ કર્યા હોય તો તેમને ભૂખમરો અને પાણીની તરસ વેઠવી ન પડે. પણ એટલું ખરું કે આવા કેસોમાં ઠંડી હવા લાગી જશે અને ભૂખ અને તરસ વેઠવી પડશે તેની બીકે તેઓ મરી જશે એવી ચિંતા તેમને રહે છે. જો આવી ચિંતામાંથી તેઓ મુક્ત થાય અને તેમને ખાતરી અપાય કે સ્વમૂત્રપાન એ માત્ર નિર્દોષ છે એટલું જ નહીં, બલકે લાભપ્રદ છે, તો અનુભવે તેમનો ભય ઓછો થાય.

જો માણસને ખબર હોય કે તે સ્વમૂત્ર પર લાંબા સમય સુધી જીવી શકે છે, તો તેને ભયના વિચારોની અસર ન થાય. એક માણસને એક આખમાં ડંખ વાગવાથી અને બન્ને આંખોમાં લાંબામાં લાંબો વખત એલ્ટ્રોફીનનો ઉપયોગ કરવાથી અંધાપો આવેલો ત્યારે ૧૦૧ દિવસના મૂત્રપાન પર ઉપવાસ કરેલા. આટલા લાંબા ઉપવાસ સાથે સ્વમૂત્ર ચોળવું પણ એટલું જ જરૂરી છે.

૧૮. કેટલાંક વ્યવહારુ સૂચનો

જેઓ નિઃસ્વાર્થ અને પરોપકાર બુધ્ધિથી સારવાર કરવા માગતા હોય, તેવાઓને માટે વિચિત્ર બાબત એ છે કે કેટલીક અસાધ્ય મનાતી વ્યાધિઓમાં સારવાર કરવી એ ગેરકાયદેસર મનાયું છે. છતાં તર્કશાસ્ત્રી પૂછી શકે કે જાહેર પ્રજાનું રક્ષણ કોના થકી અને કેવી રીતે કરવું ? જે લોકો સંપૂર્ણપણે જાણે છે કે તેઓ જે દર્દને મટાડી શકે તેમ નથી, તો તેવા કેસોમાં મટાડવાનો ઢોંગ કરે છે અને નિર્દોષ માણસોના અજ્ઞાન અને ભ્રમણપણનો લાભ ઉઠાવે છે. આવા કાયદાના લાભ અને ગેરલાભ બન્ને છે.

આ ઉપરાંત ડોક્ટરી વ્યવસાયવાળા જેમણે આવો કાયદો પસાર કરાવવા માટે આંદોલન કર્યું તેમણે સ્વાભાવિક ઉપાય સૂચવ્યા હોત તો વધુ ખાતરીદાયક થાત કે તેઓ જે લોકોની જિંદગી બચાવવા માગતા હતા તેમાં તેઓ સહાયભૂત થયા અને એ ઉપાયો તે ધંધાદારી અને માત્રા કરતાં વધુ પૈસા કમાવાનું સાધન ન હતા.

કેન્સર માટેનાં ઓપરેશન કરતાં તો નિર્દોષ વનોંષધિ ઓછી ખર્ચાળ અને તેમાંની કેટલીક તો દર્દ મટાડવા માટે જાણીતી પણ છે. રેડિયમ અને તેનો પ્લાન્ટ બન્ને ખરીદનારાં માટે ખર્ચાળ છે અને વેચનારા માટે નફાકારક છે. કેટલાક એલોપેથિક અને હોમિયોપેથિક ડોક્ટરોએ પણ પોતપોતાના વ્યવસાયી બંધુઓને ઓપરેશન અને રેડિયમ બન્નેનાં અસંતોષકારક પરિણામો વિશે ચેતવ્યા છે.

ડોક્ટરો કેટલીક વાર મૂંઝવણમાં પડે છે અને જ્યારે પોતાના કોઈ સગાને બચાવવાનો પ્રશ્ન હોય, ત્યારે પોતાના દાકતરી જ્ઞાનમાં વિશ્વાસ રાખતા નથી. હોમિયોપેથિક ડોક્ટર રોબર્ટસે લખ્યું છે કે એક એલોપેથિક સર્જને તેને બોલાવ્યો, કારણ કે ૪૭ વર્ષની તેની બહેન સ્તનનાં કેન્સરથી પીડાતી હતી.

ડબ્લીનના એક પ્રખ્યાત ડોક્ટરની સલાહ પ્રમાણે તેને હૃદયરોગ હોવાથી તેની સારવાર થઈ શકતી ન હતી. તેણે ડૉ. રોબર્ટસને તેના ઉપાયો અજમાવવાની છૂટ આપી. છેવટનું પરિણામ એ આવ્યું કે ડૉ. રોબર્ટ એ બહેનને સાજી કરી અને ત્યાર પછી તે ૧૭ વર્ષ જીવી ગઈ. છેલ્લે ફલુ જેવી બીમારીને કારણે મૃત્યુ પામી.

હોમિયોપથીનું સાહિત્ય કેન્સરના ઘણા કેસો બીજા કરતાં જલ્દી મટાડવાનું વર્ણવે છે. તેની સારવાર—પદ્ધતિ વિશે સંમત થવાય કે નહીં, તો પણ તેની સારવારથી ઓછામાં ઓછું દર્દીને રેડિયમની સારવારની પાછલી અસરો જેવી બિનજરૂરી હેરાનગતિથી તો બચી શકાય છે.

સદભાગ્યે, કેટલાક ડોક્ટરો ક્ષણિક અને પીડાકારી આ સારવારોથી એવા હતાશ થઈ ગયા છે કે દર્દીઓના હિતમાં બીજી સારવાર—પદ્ધતિઓ અપનાવવા તૈયાર થાય છે. આવા ડોક્ટરોને અને દર્દીઓને હું કહેવા માગું છું કે તેમને આ પુસ્તકમાં વર્ણવેલી સારવારથી ઘણો લાભ થઈ શકે તેમ છે. કાયદો દોષ્ટ પણ સહેરીને તેની મરજી વિરુદ્ધ તેનું ઓપરેશન કરવાની કે રેડિયમથી તેને બાળવાની ફરજ પાડતો નથી. પણ ડોક્ટર બેલે અને બીજા વિવિધ વિચાર શ્રેણી ધરાવતા ડોક્ટરોએ દર્શાવ્યું છે કે જ્યાં સુધી જાહેર પ્રજા જાણતી ન હોય કે એવી ચિકિત્સા—પદ્ધતિ છે જેનાથી દર્દીને લાભ થાય છે, ત્યાં સુધી તે કેવી રીતે તેની માગણી કરે ? જ્યારે વ્યવસાયી ડોક્ટરો અગાઉ કોઈ પણ વ્યાધિમાં લોહી-કાઢવાની ભલામણ કરતા, તેમ કોઈ પણ દર્દ માટે અમુક સારવાર કરવાની ભલામણ કરે તે વિચાર ઘણા કેસો નિષ્ફળ નીવડ્યા હોય અથવા મૃત્યુ પામ્યા હોય, તેની ભાગ્યે જ નોંધ લેવાય છે. એ તો છેવટે જ્યારે ભોગ બની ગયેલાના કડવા અનુભવોની ખબર પડે ત્યારે જ બીજા કોઈ વધુ સારા ઉપાયોની માગણી થાય.

કેટલીક વખત ડોક્ટર બાયોકેમિસ્ટ જેવી કોઈ સારવાર ચડિયાતી હોવાનું સ્વીકારે, પણ તેનો ઉપયોગ ન કરે. કોરોનર—મૃત્યુની તપાસ કરનાર—નીમેલા કોર્ટના એક ડોક્ટરે કબૂલ કર્યું હતું કે બાયોકેમિસ્ટ્રી દર્દના ઉપાયની સારવારમાં બહુબંધ બેસતી સચુકિતક અને છેલ્લામાં છેલ્લી શોધની પદ્ધતિ કહી શકાય, પણ અમે ડોક્ટરો ઘણા

રૂઢિચુસ્ત છીએ અને સંયોગો અમને ફરજ ન પાડે, ત્યાં સુધી અમે અમારી પદ્ધતિને વળગી રહેશું.

આ બધું જોતાં એ પ્રશ્ન પૂછવાની અમને ફરજ પડે છે કે ડોક્ટરી વ્યવસાય દર્દીઓના કલ્યાણ માટે છે કે દર્દીઓ ડોક્ટરના લાભ માટે છે ! જો કે હું પોતે તો મારી પધ્ધતિ પ્રમાણે ઉપચાર કરવાનું છેવટે પસંદ કરું. પણ અત્યારે જે પરિસ્થિતિ છે તે પ્રમાણે દર્દીઓ ડોક્ટરોના લાભ માટે છે. ખરંખર પ્રશ્ન પૂછવા જોઈએ કે ડોક્ટરોએ પોતાની પધ્ધતિ પ્રમાણે કામ કર્યું ત્યારે કેટલા દર્દીઓ મરી ગયા ? છતાં પ્રશ્ન એ છે કે જે દર્દી ડોક્ટરોની રૂઢિચુસ્ત પધ્ધતિમાં માનતો નથી અને મૂત્ર-ચિકિત્સા અજમાવવા માગે છે, તેણે શું કરવું ? તેણે ડોક્ટરોની પધ્ધતિને તિલાંજલિ આપવી કે નહીં ?

લગભગ દરેક દષ્ટિબિંદુથી હું ઈચ્છું કે ડોક્ટરની સેવા લેવાની ના પાડે તેને માટે એ બહેતર થશે. એવું કોઈ કારણ નથી કે મૂત્ર-ચિકિત્સાથી કોઈ ડોક્ટરનો પોતાનો રોટલો રળવાનો બંધ થઈ જાય. અલબત્ત, આ વાત ડોક્ટર પર વ્યક્તિગત રીતે આધાર રાખે છે. આ પુસ્તક તેની સામે એવી વિગતો મૂકે છે કે દર્દી પોતાને મૂત્ર-ચિકિત્સા પર ઉપવાસ જાતે કરવાનું કહે અને તેને તપાસવાનું કહે, તો તેને તપાસ લાગુ ન પડે તો તેમાં તેનો કોઈ દોષ સ્થ. દર્દીએ પોતે જ પોતાના ડોક્ટરને કોઈ પધ્ધતિ અજમાવવા સૂચવ્યું હોય ત્યારે દર્દીને સ્પષ્ટ રીતે લાભ થતો હોય તો ડોક્ટરની આબરુને કોઈ ધક્કો નથી લાગતો.

હું ડોક્ટરને ચેતવણી આપું છું કે તે પોતપોતાની દવાઓ સાથે મૂત્ર ઉપવાસ કરાવવા માગે તો તેનું પરિણામ નિષ્ફળ આવશે. આપણે જોયું છે કે આ ચિકિત્સા એ કુદરતી પધ્ધતિ છે. તેની સાથે અકુદરતી પધ્ધતિના ઉપચારો કરવા એ માત્ર અતાર્કિક જ નથી, પણ જોખમભર્યું પણ છે. ડોક્ટરની આબરુને ધક્કો પહોંચશે એમ માનવાનું નથી.

છેવટે તો હું એમ જ કહું કે લોકોના ભલા માટે ડોક્ટરોએ વચ્ચે આવવું એ યોગ્ય નથી. મૂત્ર-ચિકિત્સા એ એવો ઉપાય છે જે બિન ખર્ચાળ હોવાથી ગરીબ માણસ પણ તેનો ઉપયોગ કરી શકે. ડોક્ટરો આની તપાસ રાખે તો તેમને અને સમાજને લાભ થશે.

૧૯. અગમ્ય માનવી

એક વખત એક ડાહ્યા ડોક્ટરે મને કહ્યું કે જો સત્ય કહીએ, તો આપણે કશું જાણતા જ નથી. હું આ અભિપ્રાયને તદ્દન મળતો આવું છું. સત્ય કહું તો જેમ જેમ આપણે સંશોધન કરીએ છીએ, તેમ તેમ આપણને ખબર પડે છે કે આપણે કશું જાણતા નથી.

આટલા બધા યુગોથી તત્ત્વદર્શનો, ધર્મો અને વિજ્ઞાનીઓની શોધખોળ છતાં માનવી અગમ્ય જ રહ્યો છે. તે બધી માન્યતાઓને ઊંઘી વાળે છે. એવા લોકો હોય છે આરોગ્યના બધા નિયમોનો ભંગ કરે છે. સવારથી સાંજ સુધી કેટલીય સિગરેટો પીએ છે. છતાં વૃદ્ધાવસ્થા સુધી સારી રીતે જીવે છે. માત્ર કોઈ શરદી થાય એટલું જ. આપણે આનો શો જવાબ આપવો ? આપણે લૂલો—પાંગળો જવાબ આપી દઈએ કે આ અપવાદરુપ કિસ્સો છે. પણ આવા તેઓ કેમ જન્મ્યા ? જ્યોતિષશાસ્ત્રીઓ કહેશે કે અમુક દિવસ અને ક્ષણ એવી હોય છે કે એ સમયે જન્મનાર વ્યક્તિ પર ગ્રહોની અસર સારી થાય. કેટલાક વિજ્ઞાનશાસ્ત્રીઓ એમ વિચારશે કે આનાં કોઈ વૈજ્ઞાનિક કારણો હોવાં જોઈએ. મૂર્ખાઓ આને હસી કાઢે અને તત્ત્વજ્ઞાનીઓ તેની શોધ કરે.

જ્યોતિષીઓ આપણને કહે છે કે વર્ષના અમુક વખતે જન્મનાર લોકો માટે અમુક નિર્બળતા અને વ્યાધિઓથી પીડાવાની શક્યતા છે. ત્યારે બીજાઓ વર્ષના બીજા દિવસોએ જન્મનારા એવાં દર્દોથી પીડાતા નથી. તેનું કારણ તેમનાં શરીર અમુક પ્રકારનાં હોય છે. "માનવી અને રાશિચક્ર" નામનું ડેવીડ એન્ડ્રીઓસનું પુસ્તક જુવો. આ પુસ્તકમાં બાર પ્રકારનાં વિવિધ શરીરોના દાખલા આપ્યા છે. જો આ સાચું હોય તો —જો કે હું આ વાતની તરફેણ કે વિરુદ્ધમાં અભિપ્રાય આપતો નથી છતાં—તેમાંથી ખુલાસો મળે છે કે વ્યાધિ વસ્તુતઃ એક જ છે. એ વિવિધ પ્રકારે દેખાય છે. દાખલા તરીકે એમ કહેવાય

છે કે જેઓ ૨૧ માર્ચથી ૨૦ એપ્રિલ વચ્ચે જન્મ્યા હોય, તેઓ માથું, મો અને મગજનાં દર્દોથી પીડાવાનો સંભવ છે. જ્યારે સપ્ટેમ્બર-ઓક્ટોબરના એ જ દિવસો વચ્ચે જન્મ્યા હોય, તેઓ પેડુ, મૂત્રપિંડનાં દર્દોથી પીડાય. જો તેઓ આ પીડાઓ ખાળવા યોગ્ય ઉપાયો ન લે તો. આ બધું વધારે પડતું લાગે છે. પણ હું જે ન સમજું તેને હસી કાઢું છું.

છતાં મેં સાબિત કર્યું છે કે મૂત્ર-ચિકિત્સાની કાર્યસાધકતા મેં પુરવાર કરી છે. તેમ છતાં મને પણ ઘણું ન સમજાય એવું અગમ્ય લાગે છે. જ્યારે હું મારી જાતને પ્રશ્ન પૂછું છું કે મૂત્ર મોઝે લેવાથી જે અંગોને ફરી બાંધવાની જરૂર છે તેમને, ખાસ કરીને, શા માટે અસર કરે છે ? તેનું સમજમાં આવે તેવું યોગ્ય કારણ હું આપી શકતો નથી. ડોક્ટર પણ આપણને એમ કહે કે અમુક દવાઓ અમુક અંગોને અસર કરશે, તો તેઓ પણ તેનો તાર્કિક જવાબ આપી શકતા નથી. ડોક્ટરો આ બાબત પર સંમત થતા નથી. એક ડોક્ટરે મને કહ્યું કે જ્યારે તેમણે કોલેજ છોડી, ત્યારે દરેક દર્દ માટે ફક્ત સાઠ ઉપાયો એ જાણતા હતા. પછી તેમનાં પહેલાં દસ વર્ષની પ્રેક્ટીસમાં સાઠ અથવા તેથી વધારે ગંભીર દર્દોમાં તેમણે સારવાર કરી, પણ તેનાથી દર્દ તો મટ્યું નહીં. આ જ ડોક્ટરે મને કહ્યું કે જે લોકોએ કોઈ જ સારવાર ન લીધી, તેઓ લાંબું જીવ્યા. તેમને કોઈ જ પીડા ભોગવવી પડી નહીં.

આના પરથી એ અનુમાન પર આવવું રહ્યું કે ઘણા દર્દોઓ દવાથી મરે છે, દર્દથી નહીં. આ ડોક્ટર નિખાલસ મનનો હતો. પણ તેણે સાઠ દવાઓ વાપરી તેના કરતાં મૂત્ર-ચિકિત્સાનો ઉદ્ધયોગ કર્યો હોત તો તેને આ સ્વીકાર કરવાની જરૂર રહેત નહીં. મૂત્ર-ચિકિત્સાં એટલી સાદી છે કે કોઈ પણ તેને જાણી શકે. એ માત્ર કોઈ દર્દ માટે જ નથી, પણ તંદુરસ્તી જાળવવા માટેનો પણ ઉપાય છે. એટલું જ નહીં, પણ ઘણાં નજીવાં ગણાતાં છતાં ત્રાસ આપતાં દર્દો ન થાય તેની અગમચેતીરૂપ છે. યુરોપ અને અમેરિકામાં આજે હજારો લોકો અનુભવે જાણે છે કે મૂત્ર-વિશેષ કરી જૂનું મૂત્ર -ફાટેલા હાથ, પ્લાસ્ટર, ડંખ, સોજા વગેરેમાં કામચાબ છે. તાજાં મૂત્રથી કોગળા કરવાથી ગળાનું દર્દ અટકે છે. તેને મટાડે પણ છે. તે જ રીતે મૂત્ર છૂટથી પીવાથી શરીરમાંથી મૂત્ર અને મળ સહેલાઈથી બહાર નીકળી શકે છે.

૨૦. ઉપસંહારરુપ વિચારણા

હવે આ પુસ્તકનાં કદને લંબાવવાની જરુર નથી. ન મટી શકે તેવી ગણાતી વિવિધ પ્રકારની હજારો વ્યાધિઓની સફળ સારવાર જો મૂત્ર-ચિકિત્સાથી ન થઈ શકે એમ લાગે તો પછી બીજું કોઈ મટાડી ન શકે. આપણે આગળ જોયું તેમ ઘણા દર્દીઓએ અગાઉ બીજી રીતો પણ અપનાવી જોઈ હતી. એલોપેથિક કે બીજી સારવારો સફળ ન થઈ. આનો અર્થ એવો નથી કે મૂત્ર-ચિકિત્સા અપવાદરહિત દરેક કેસ મટાડી જ શકે. સખત સંધિવાના કેસો મટાડવાનું મુશ્કેલ છે. તે જ રીતે ડાયાબિટીસના ઘણા કેસોમાં જરા પણ ફેર નથી પડ્યો. આનાથી ઊલટું કેન્સરની મનાતી ગાંઠો તેમ જ આંખના મોતિયામાં તરત ફાયદો થયો છે.

જે દર્દીઓ મૂત્ર-ચિકિત્સાથી બચી શક્યા હોત, એવા ઘણા કેસો છે. મુખ્યત્વે આવા કેસોમાં મારે મદદરુપ થવાની ના પાડવી પડી તેનું કારણ એ ન હતું કે આ કેસો આશા વિનાના હતા, પણ મને ભય હતો કે સારી લાગણીઓવાળા પણ ડરપોક સગાઓ ખરે વખતે વચ્ચે આવે અને ડખલ કરે. આવી ડખલ પ્રાણઘાતક નીવડે અને તેઓ અને હું મૃત્યુનાં કારણ માટેની તપાસ માટે પાત્ર ઠરીએ. હું આવું જોખમ લેવા તૈયાર ન થાઉં. એ તો લાયકાતવાળા ડોકટરો જ કોઈ પણ જોખમ વિના કામ કરી શકે. તેમને પોતાના દર્દીઓ પર પ્રયોગ કરવાની છૂટ હોય છે. તેઓ દવા આપી શકે અથવા ઓપરેશન પણ કરી શકે. તેને પરિણામે દર્દી મરી જાય તો તેમનાં સગાંઓ માટે કમનસીબી કહેવાય, પણ ડોકટરે તો આવા નિરાશજનક કેસમાં પણ પોતે બધા જ પ્રયત્નો કર્યા એમ કહેવાય.

એમ દલીલ કરી શકાય કે કોઈ ડિગ્રી વગરની વ્યક્તિને કોઈ દર્દી માટે અસરકારક ઉપાય મળ્યો હોય, તો તેણે રૂઢિચુસ્ત ડોકટરી ઉપાય માટે નામ

માત્રની પણ લાયકાત ડિગ્રી મેળવવી જોઈએ. પણ જે કોઈ પ્રમાણિક માણસ જેમાં તે માનતો ન હોય, એટલું જ નહીં, પણ તેને તંદુરસ્તીને જોખમકારક માનતો હોય, તે શા માટે એ પદ્ધતિને અપનાવે ? માત્ર એ અમુક વ્યાધિઓનું નિદાન કરી તેને વિવિધ નામો આપે ? મૂત્ર-ચિકિત્સામાં વ્યાધિનાં નામ સાથે સારવારને કોઈ સંબંધ નથી. તો પછી શું ?

એલોપથીમાં સારવાર નક્કી કરતા પહેલાં ચોક્કસ નિદાનની જરૂર રહે છે. એ એલોપથીની મર્યાદા છે. જેમ કે કોઈ સ્ત્રીને સ્તનમાં કોઈ ગાંઠ છે. તો તે પ્રાણઘાતક છે કે સામાન્ય છે એવો પ્રશ્ન એલોપથી પૂછશે. પણ મૂત્ર-ચિકિત્સામાં આવો પ્રશ્ન અગત્યનો નથી. અથવા આવો પ્રશ્ન ઓછામાં ઓછો અગત્યનો છે, કારણ કે આગળ જોયું તેમ બધાં દર્દોની સારવાર એક જ પ્રકારની છે. દર્દીઓમાં જ જાદુઈ પ્રવાહી સ્વમૂત્ર તેનાં બધાં દર્દો મટાડવા માટે તેના જ શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય છે. માત્ર એણે એટલું જ જોવાનું છે કે તેણે (પ્રાણીઓ જેમ)ખોરાક બંધ કરવાનો જેથી કુદરતને એનું કામ કરવાની તક મળે. દર્દી તેમાં વંચે ન આવે તો તે તેની મેળે સાજો થઈ જશે. મેં તો વખતોવખત જોયું છે કે મૂત્ર-પ્રયોગ, સાદું ઠંડું પાણી અને ઉપવાસ દરમ્યાન આંતરડાંની હિલચાલથી દુરસ્ત થાય છે. જ્યારે આંતરડાં કામ કરે, ત્યારે કુદરતને તેનું કામ કરવા દેવું જોઈએ. આપણે એટલું યાદ રાખવાનું કે ઉપવાસમાં મો દ્વારા લેવાયેલું મૂત્ર આંતરડાં સહિત અગત્યનાં બધાં અંગો સાજાં કરે છે, ફરી બાંધે છે અને તેમની નવી સ્થિતિ નિર્માણ કરે છે. જ્યારે આ ક્રિયા ચાલતી હોય છે ત્યારે ઘણી વખત એમ લાગે છે કે તે નિષ્ક્રિય છે. આંતરડાંની આ નિષ્ક્રિયતા લાભકારક છે. ખાસ કરીને ગંભીર કેસોમાં આ પ્રમાણે કુદરત પર વિશ્વાસ રાખી તેનું કામ કરવા દઈએ. જે સખત કેસોમાં ૧૯ દિવસ સુધી એવું લાગે છતાં નિષ્ક્રિયતા લાભદાયી છે.

★ હવે પછી શું ?

જે કોઈ ઉપયોગી સંશોધન કરે તેની ફરજ દુનિયાને તેનો લાભ આપવાની છે. તેની એ પણ ફરજ છે કે તેને જે નુકસાનકારક લાગ્યું હોય તે જગતને ચેતવે. ડોક્ટરી વ્યવસાયવાળા મોટા અને નાનાએ પોતાના મંડળમાં સાયચિકો અને પુસ્તકોમાં લખ્યું છે જે જાહેર પ્રજા વાંચતી નથી. પ્રસંગોપાત કોઈ ડોક્ટર કે સર્જન એવું પુસ્તક લખે છે જે ફક્ત તેમના વ્યવસાયને લગતું ન હોય. આવું એક લોકોને ઉપયોગી થાય તેવું એક પુસ્તક અમેરિકન ડોક્ટર

એલેક્સી કેરેલે " Man the Unknown"—અજ્ઞાત માનવી—લખ્યું છે. આપણે સીરમ—રસી—અને ઈન્જેક્શનના જમાનામાં જીવીએ છીએ, એટલું જ નહીં, આજે તેને બનાવનારા અને વેચનારાને ઘણો જ ફાયદો કરનારાની ફેશન થઈ પડી છે. કારકિર્દીની શરુઆતથી અમુક ખાસ રોગના ડોક્ટર શરીરના એક નાના સરખા ભાગને પોતાના અભ્યાસનો વિષય બનાવે છે. શરીરના બીજા ભાગોનો અભ્યાસ માત્ર પ્રારંભિક અને ઉપરછલ્લો હોય છે. તેના વિષયમાં જ તે નિષ્ણાત હોય છે. જો કે તેને પણ પૂર્ણપણે જાણવા અસમર્થ હોય છે.

ડો. કેન્ટો મોરીસે લખ્યું હતું કે જે દર્દી પોતાની જવાબદારી પર ખાસ દર્દના નિષ્ણાત પાસે જાય છે, તે ઊલમાંથી ચૂલમાં પડે છે. છેલ્લે હું લોર્ડ હાર્ટરે અમેરિકામાં આપેલ એક વ્યાખ્યાનમાં કહ્યું છે તે નોંધીશ. તેણે કહ્યું, " વિશિષ્ટ અભ્યાસના પ્રચાર અને તેમાં જાહેર પ્રજાનો ડોક્ટરી વ્યવસાયમાં વધેલો રસ—બન્ને વસ્તુઓને કારણે દરેક રોગની સામાન્ય પ્રેક્ટીસ કરનાર ડોક્ટરે ઔષધાલયમાં ઉત્તમ રીતે કામ કરવું જોઈએ. તે પોતાનું કામ સંકુચિત રીતે કરે છે. હું તેને પ્રજા માટે ઓછું જોખમકારી નથી માનતો."

આ બહુ કડક શબ્દો છે. છતાં ઘણા ડોક્ટરોએ સીરમ—રસી, રેડિયમ અથવા તો બીનજરુરી ઓપરેશનનાં જોખમોને લગતા શબ્દો કહ્યા તેનાથી વધારે ગંભીર નથી. ખરી વસ્તુસ્થિતિ આપવાને બદલે આંકડાની ગણતરી પર પણ આધાર રાખી શકાય નહીં. લાંડનમાં તંદુરસ્તીને લગતાં પ્રધાનમંડળમાં ડો. કોપમેન્ટ એક પત્રિકામાં મોટી સંસ્થાનો દાખલો આપતાં કહે છે કે ગળાનો સોજો તરીકે નોંધાયેલ ૧૦૭ કેસોમાં ઓછામાં ઓછા સો એવા નીકળ્યા જેમને કંઈ જ ન હતું. ખરેખર તો ડોક્ટરોની, પોતાના વ્યવસાયમાં આવું જે કંઈ ચાલતું હોય તેને જોરદાર શબ્દોમાં કહેવાની ફરજ છે.

એલોપથી એકને જ માન્ય ચિકિત્સા—પદ્ધતિ માનવામાં આવી છે. ઓસ્ટિયોપથી, હોમિયોપથી, આયુર્વેદિક દેશી ઔષધિ, કુદરતી ઉપચાર, બાયોકેમિક પદ્ધતિ વગરેને સરકારી તંત્રે અમાન્ય ગણ્યાં છે, એટલું જ નહીં, તેમને ઊંટવેદું કહેલ છે. પણ આ જ બધી પદ્ધતિઓએ આજ સુધી દેશમાં એલોપથીમાં નિષ્ફળ ગયા હોય તેવા સેંકડો દર્દીઓને સાજા કર્યા છે.

ગઈ સદીના અંતમાં એલોપેથ ડો. રાઉથે—જેને હોમિયોપથીના વિરોધી મનાય છે—કેટલાક આંકડા આપ્યા છે, તેમાં તેણે દર્શાવ્યું છે કે હોસ્પિટલમાં એલોપેથિક સારવારમાં ૯.૮૯ ટકા સંરેરાશ મૃત્યુ પ્રમાણ આવ્યું હતું. જ્યારે

હોમિયોપેથિક સારવાર નીચે ૫.૦૧ ટકા મૃત્યુ પ્રમાણ થયું હતું. જો કેટલાંક દર્દી અલગ લઈએ તો છેલ્લાં બત્રીસ વર્ષના ગાળામાં ન્યૂમોનિયા, ફેફસાના સોજામાં એલોપેથિક સારવારમાં ૨૯.૫ ટકા મરણ હતું. ત્યારે હોમિયોપેથિક સારવારમાં માત્ર ૩.૯ ટકા મૃત્યુ પ્રમાણ હતું. ગળાના સોજામાં એલોપેથિક સારવારમાં મૃત્યુ પ્રમાણ ૧૬.૧ હતું. ત્યારે હોમિયોપેથિક સારવારમાં માત્ર ૪.૫ ટકા હતું. છેલ્લાં સો વર્ષોમાં કોલેરામાં એલોપેથિક સારવારમાં ૪૯ ટકા મૃત્યુ પ્રમાણ હતું. હોમિયોપેથિક સારવારમાં માત્ર ૧૬.૩૩ ટકા હતું. અગાઉ કોલેરાની જે વાત કરી તેના વિશે મેડિકલ નિરીક્ષક સ્વ. ડો. મેકલાઉગીલે લખ્યું હતું કે એશિયામાં થયેલા કોલેરાના અગણિત કેસો હોમિયોપથીથી સાજા થયેલા. લોકો પોતાને કોલેરા થયો હોય તો એલોપથીની સારવાર લેવાને બદલે હોમિયોપથીની સારવાર લેવાનું પસંદ કરતા. છેલ્લા સૈકામાં એશિયામાં કોલેરા ફાટી નીકળ્યો, ત્યારે નેપલ્સના હોમિયોપથીના ડો. રૂબિનિયોએ ઓછામાં ઓછા ૨૮૫ કેસોની સારવાર કરેલી. તેમાં એક પણ મૃત્યુ થયું ન હતું.

હોમિયોપથી એલોપથી કરતાં વધારે અસરકારક છે એ બાબત કેટલાંક વર્ષોથી જણાયા પછી મેં આ આંકડા અને વસ્તુસ્થિતિ તરફ ધ્યાન ખેંચ્યું છે કે ઈંગ્લેંડમાં આ બાબતને દાબી દેવાના પ્રયત્નો કરવામાં આવ્યા છે. સદભાગ્યે, હોમિયોપથી અને તેના દર્દીઓ માટે પ્રતિબંધક કાયદો પસાર ન થયો.

હોમિયોપથી દવાઓ ઘણી સસ્તી છે. તેને કોઈની મદદની જરૂર નથી પડતી, એલોપથીને પડે છે. આમ હોમિયોપથીમાં દર્દીને ઓછું ખર્ચ થાય છે. તે રોગ પ્રતિબંધક ઉપાયો લેવાનું સૂચવતા નથી, કેમ કે તે જાણે છે કે તંદુરસ્ત શરીર જ રોગને અટકાવે છે. જ્યારે શીતળા કે એવું કોઈ લોકોમાં થાય છે, ત્યારે રોગ-પ્રતિકારક ઉપાય માટે પૂરતો સમય પ્રજાને મળે છે. આમ જો રાજ્ય તરફથી હોમિયોપથીને ડોક્ટરી સિધ્ધાંત તરીકે સ્વીકારાય, તો ઈ જુદા જુદા રોગો માટે અનેક પ્રકારની રસીઓ બનાવવાનું મોટું ખર્ચ કરવાની જરૂર નહીં રહે.

અને આ બધું ક્યાં જઈને અટકશે ? એ શીતળાની રસીથી શરુ થયું. પછી બીજાં દર્દી માટે રસીઓનાં વખાણ કરી તેની પ્રતિષ્ઠા વધારી. આમ દરેક દર્દીની અટકાયત માટે હિમાયત થાય તો આ બધાં જેરો શરીરમાં દાખલ કર્યા પછી માનવીનાં લોહીની શી દશા થાય તેનો તો વિચાર જ કરી શકાતો નથી.

મેડિકલ વ્યવસાયના આધારરુપ ગણાતા સર આલમોથેયે કહ્યું છે કે

સીરમની બધી ચિકિત્સા રેતીના પાયા પર ઊભી છે. ડો. બેચેસ્ટીટે તો તેનાથી પણ આગળ વધીને કહ્યું છે કે રસીઓ એ જ મુખ્યત્વે કેન્સર અને હૃદયરોગ જેવાં બે ખરેખર જોખમી દર્દોના વધારા માટે જવાબદાર છે. તેમણે વધુમાં ઉમેર્યું છે કે એ પોતે રસીમાં માનનાર ડોક્ટર હતા. ડો.બેકો બેલીએ લખ્યું હતું કે મેડિકલ વિજ્ઞાનમાં રસી પ્રત્યે માનથી જોવાય છે. અને તેના વધુ ફેલાવાથી લાભ એટલા બધા છે કે તેની પ્રતિકૂળ ટીકા કરવી એ મેડિકલ વ્યવસાયમાં શિષ્ટાચારની વિરુદ્ધ ગણાય છે.

રસીની સારવારના પ્રસંશકો કહે છે કે પશ્ચિમના દેશોમાં આનાથી બળિયા લગભગ ભૂંસાઈ ગયા છે. ત્યારે બળિયા એક અસ્વચ્છ જીવનનું પરિણામ હતું. અને આરોગ્યવિજ્ઞાને તેની સ્થિતિ સુધારી છે તેમ નથી કહેતા. મહાન ડો. સીમનહામ—જેમણે શીતળાની રસી ટંકાવવાની મશ્કરી કરેલ—કહેલ કે શીતળા તો સંભાળ રાખવામાં આવે તો મટી શકે તેવો વ્યાધિ છે.

આમ બધી રીતે વિચારતાં આપણે પૂછી શકીએ કે દવાઓ ક્યાં લઈ જશે ? કાયદો તેને જાહેર પ્રજાને કોઈ પણ દર્દમાંથી સુરક્ષિત કરવાની ફરજ પાડશે ? જ્યારે ડોક્ટરો જ સંમત નથી થતા કે આવા ઉપાયો યોગ્ય છે. ધારો કે રસી મુકાવવાનું ફરજિયાત ન થાય, તો પણ રાજ્યના અધિકારીઓ નિર્દોષ પ્રજા પર એ દવાઓ ઠોકી નહીં બેસાડે ? હું સમજપૂર્વક કહું છું કે સાચું વિજ્ઞાન કુદરતનો કાયદો સમજવા માટે પ્રયાસ કરે છે, જ્યારે ખોટું વિજ્ઞાન કુદરત કરતાં માણસ વધારે ડાહ્યો છે એ ઓઠાં નીચે કુદરતને સુધારવા માગે છે. આમ આપણાં શરીરને પણ બગાડવા ઈચ્છે છે.

દુરાગ્રહી સર્જનો માને છે કે કાકડા, એપેન્ડિક્સ, ગોલ બ્લેડર નકામાં અંગો છે. તેમને કાઢી નાખવાં જોઈએ જેથી શરીરને વધુ ચેપ ન લાગે. થોડા સમય પહેલાં વિજ્ઞાનીઓએ એમ પણ કહેલ કે પિનિયલ અને પિર્યુટરી ગ્રંથિઓ નકામી છે, કેમ કે તે ગ્રંથિઓ મગજને કેટલી ઉપયોગી છે તેનો જરા પણ ખ્યાલ તેમને નથી.

ખરેખર ઘણા મોટા ભાગના ડોક્ટરો કબૂલ કરે છે કે તેઓ પોતાના દર્દીઓને દવાના ઘૂંટડા પીવડાવવામાં નથી માનતા, પણ પ્રજા એટલી અજ્ઞાન છે કે ડોક્ટરો આ ન માનતા હોવા છતાં તેના દર્દીઓ છેલ્લામાં છેલ્લી શોધાયેલ દવાઓ માગે છે. અને ગરીબ વર્ગ તો એમ માને છે કે ડોક્ટરને પૈસા આપ્યા વિના તેમને દવા ન જ મળે. ખાલી ધામધૂમ, આળપંપાળ અને દયા બતાવવાની

ઈચ્છા રાખવી એ રોગિષ્ઠ મનોવૃત્તિ છે. તે સાચી તંદુરસ્તીનો અભાવ દર્શાવે છે. દુનિયામાં ઘણી ખરી મુશ્કેલીઓ ઊભી થઈ છે તે સીધી કે આડકતરી રીતે તંદુરસ્તીના અભાવને લીધે થઈ છે. લડાઈઓમાં પણ એ જ અજ્ઞાન કારણભૂત છે.

જુલીયસ સીઝર ફેફસાનો રોગી હતો. નેપોલીયન પેટનાં કેન્સરથી મરી ગયો. હિટલરને મજજાતંતુની ભારે નબળાઈ હતી. વળી, યુદ્ધ કરનારા ઘણા ખરા કોઈને કોઈ પ્રકારે રોગિષ્ઠ હતા. પણ વિકાસમાં આગળ વધેલા શારીરિક તંદુરસ્તીના અભાવ છતાં માનસિક શાંતિ જાળવી શકે એવા બહુ થોડા હોય છે.

મારું મુખ્ય કથન એ છે કે જ્યારે માનવીઓ લગભગ સો ટકા સ્વસ્થ હોય છે, ત્યારે આખી દુનિયાં સાથે શાંતિથી રહી શકે છે. હું માનું છું કે માનવજાત સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી જાળવી શકે. પોતાને જે મળ્યું હોય તેમાં સંતોષ માની શકે છે. પણ તે માટે વર્તમાનમાં જે રીતે જીવાય છે, તેમાં ઘણો સુધારો લાવવો પડશે.

મને ખાતરી છે કે જો વ્યવસાયી ચિકિત્સકો મૂત્ર ચિકિત્સાને સાચી રીતે અજમાયશ કરવાની તકલીફ લેશે, તો તેનો વિરોધ કરવાનું છોડી દેશે. એલોપથી વ્યવસાય કરનારાઓ આ મૂત્ર ચિકિત્સા પ્રત્યે ધ્યાન આપવાની મહેરબાની કરે, કેમ કે હવે તો હું એકલો જ નહીં, પણ બીજા ઘણા ડોક્ટરો પણ આ પદ્ધતિને અસરકારક માનતા થઈ ગયા છે.

આ પદ્ધતિની ટીકા કરનાર એક પણ એવી વ્યક્તિ છે જે એમ કહી શકે કે તેણે આ પદ્ધતિને પૂરી રીતે ચકાસી જોઈ છે અને છતાં દર્દને મટાડવામાં તેમને પૂરી નિષ્ફળતા મળી છે ?

"જીવનજળ"નાં પ્રાપ્તિસ્થાનો

- ★ ભારત સેવક સમાજ,
નશાબંધી કમ્પાઉન્ડ, બહુમાળી સામે, લાલ દરવાજા,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૧, ફોન : ૦૭૯-૨૫૫૧૧૭૯૬.
- ★ યજ્ઞ પ્રકાશન સમિતિ,
ભૂમિપુત્ર, હુજરાત પાગા, વડોદરા-૩૯૦ ૦૦૧.
ફોન: ૦૨૬૫-૨૪૩૭૯૫૭.
- ★ પ્રકૃતિપ્રેમી પરિવાર ટ્રસ્ટ,
ગાયત્રીશક્તિપીઠ, હાઈ વે, કલોલ-૩૮૨ ૭૨૧.
ફોન : ૯૪૨૬૫ ૧૧૪૯૨. (શ્રી અમૃતભાઈ પટેલ).

પ્રકૃતિપ્રેમીઓની સેવામાં

કુદરતી ઉપચાર અને સારવાર કેન્દ્રો માટે...

કુદરતી ઉપચાર કરનારા ચિકિત્સકો માટે ...

કુદરતમય જીવન જીવતી વ્યક્તિઓ માટે...

જુદા જુદા રોગના દરદીઓ માટે.....

ભાવ વ્યાજબી.... માલ ખાત્રીવાળો ... મળે ગમે ત્યારે

શું... શું... મળી શકે ?

- સાધનો** : સ્ટીમબોક્ષ (વરાળનો શેક લેવા), ટબ (કટી સ્નાન માટે)
સાયકલ (હાથ અને પગ માટે), સુલો, કાર્ડિયોરાઈટર, ટવીસ્ટર
- ચુંબકીય સામગ્રી** : મેગ્નેટ ગાદલાં, મેગ્નેટ આસનો, મેગ્નેટના પટ્ટા, (કમરના, ઘુંટણના, માથાના, ગળાનાં) મેગ્નેટ માળા (સાદી તથા રૂદ્રાક્ષવાળી) ચશ્મા (મેગ્નેટવાળા), જુદા જુદા પાવરનાં નાનાં મોટા મેગ્નેટ (ચુંબકીય જળ બનાવવા), સાયનસ મેગ્નેટ
- એક્યુપ્રેશરનાં સાધનો** : લાકડાનાં પ્લાસ્ટીકનાં, રબરનાં અને ધાતુનાં - કૃપાયક, ટોચણી,
પ્લેટ, સ્લીપર, ચંપલ તથા ભુટ, સુઝોક વીટીઓ
- પુસ્તકો** : આરોગ્યલક્ષી પુસ્તકો, ગુજરાતી, હિંદી, અંગ્રેજી ભાષામાં છુટક અને જથ્થાબંધ, જુદા જુદા રોગને લગતાં તથા અભ્યાસક્રમ માટેનાં પણ.
- ખાદ્ય સામગ્રી** : રસાયણ વગરનો ગોળ (નાના મોટા પેકીંગમાં બારેમાસ મળે છે.)
ગાયનું ઘી, સોયાબીન-દાણા અને તેલ, હાથછડના ચોખા, સજીવ ખેતીનાં અનાજ, કઠોળ અને તેલીબીયાં - ખજૂર બધી જાતની
- રોપા** : ઔષધી ગુણ ધરાવતા રોપા, છોડ, વેલા... જેવા કે તુલસી, ડમરો, કુંવારા પાહું, અરડૂસી, સેતુર, શતાવરી, ડોડી (જીવંતી), પાપાણભેદ, ગરમાળો વગેરે
- ઔષધો** : ઘરમાં રાખવા જેવાં હાથવગાં તૈયાર ઔષધો, ઉકાળા, કડવાટ વગેરે
- શિબિરોનું આયોજન** : આપણી શિબિરો સતત ચાલતી હોય છે. એક દિવસની, ત્રણ દિવસની, સાત દિવસની, દસ દિવસની તમારા ગામ કે સંસ્થામાં ગોઠવવા મદદ અને

પ્રકૃતિપ્રેમી પરિવાર ટ્રસ્ટ

ગાયત્રી શક્તિપીઠ, હાઈવે, કલોલ, ।

ફોન : (૦૨૭૬૪) - (ઓ) ૨૨૩

અમૃતભાઈ પટેલ

૪, અમુલખ સોસાયટી, રાણીપ, અમદાવાદ-૩૮૨૪૮૦

ફોન : (૦૭૯) (ઘર) ૨૭૫૨૪૯૭૯ (ઓ) ૨૭૫૨૩૮૭૩ (મો.) ૯૪૨૬૫-૧૧૪૯૨

SABARMATI ASHRAM
001144 Ahmedabad
JEEVAN JAL GUJ.

MRP: Rs. 20



Library

IAS, Shimla

GJ 891.478 D 272 J



00130433