ಮಹಾತ್ಮಗಾಂಧಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಗಾಂಧೀಜಿ ಅವರ ‘ಸತ್ಯಾನ್ವೇಷಣೆ’ಯ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಭಾಗವಾಗಿ ‘ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ’ಯನ್ನೂ ಗುರ್ತಿಸಬೇಕು. ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಮನುಷ್ಯನ ನಂಟಿನ ರೂಪದಲ್ಲೂ ನೋಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಂದಿಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತ. ಮಹಾತ್ಮ ಸಾವಿಗೀಡಾದ ಜನವರಿ 30ರ ‘ಸರ್ವೋದಯ ದಿನ’ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಚಿಂತನೆ ಗಾಂಧೀಜಿಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನವೂ ಹೌದು.

■ ಡಾ. ವಸುಂಧರಾ ಭೂಪತಿ

ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿಯವರು ಜಗತ್ತಿಗೆ ನೀಡಿದ ಕೊಡುಗೆಗಳಲ್ಲಿ ‘ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ’ಗೆ ನೀಡಿದ ಮಹತ್ವವೂ ಒಂದು. ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಪ್ರಯೋಗಶೀಲತೆಯನ್ನು ಮೆರೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಗಾಂಧೀಜಿ ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ತಮ್ಮ ಮೇಲೆಯೇ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಗಶೀಲರಾಗಿದ್ದರು. ಆ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸೇರಿಸಿ ‘ಆರೋಗ್ಯ ರಹಸ್ಯ’ ಎನ್ನುವ ಪುಸ್ತಕ ರಚಿಸಿದರು.

ತಮಗೆ ತಾವೇ ಸ್ವಯಂ ವೈದ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಗಾಂಧೀಜಿ, ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿನ ಇತರರೂ ಅನುಸರಿಸಲು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಬೇಗ ಏಳುವುದು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ನಡಿಗೆ, ಮಿತ ಆಹಾರ, ಹಗುರವಾದ ಉಡುಪು, ಉಪವಾಸ, ಮೌನ ಇವುಗಳೊಡನೆ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರು. ಸತ್ಯಾನ್ವೇಷಣೆಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾದ ಸಾಧನ. ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಔಷಧಿರಹಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಏನಿದು ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ?

ಇಂದು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಂಡು ಉತ್ತಮ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಅಲೋಪತಿ, ಆಯುರ್ವೇದ, ಹೋಮಿಯೋಪತಿ, ಸಿದ್ಧ, ಯುನಾನಿ – ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಥವಾ ನ್ಯಾಚುರೋಪತಿ ಕೂಡ ಒಂದು. ಇದೊಂದು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿದ್ದು, ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರಾಸಾಯನಿಕಜನ್ಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಈ ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನವು ದೇಹವನ್ನು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬಲಪಡಿಸುವುದು, ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು. ಅಗತ್ಯವಿರುವಲ್ಲಿ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಆ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಉತ್ತಮ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ‘ಪ್ರಕೃತಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ, ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲ’ ಎಂಬುದು ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲತತ್ವ.

ಕೆಲವರು ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದರೆ ಬಹಳ ಕಠಿಣ ಕ್ರಮ, ನೂರೆಂಟು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನಿಂದ ಪಾಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಹಿಂಸಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದು ಹೇಳುವುದುಂಟು. ಇದು ನಿಜವಲ್ಲ. ನಿಜ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಗೆಗೆ ಹಲವಾರು ಪೂರ್ವಗ್ರಹಗಳು, ತಪ್ಪು ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ದೋಷಪೂರಿತ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳೇ ಇವೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹಲವಾರು ಜನರು ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನವರು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮಾನವನಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮಾನವನನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಹತ್ತಿರ ತರುತ್ತದೆ, ಯೋಗ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಪ್ರಕೃತಿಯ ನಿಯಮಗಳ ಉಲ್ಲಂಘನೆ.