



लोकविज्ञान

विज्ञान समिति, उदयपुर

मई, 2014

सकारात्मक सोच द्वारा रोगोपचार

लोक विज्ञान जीवन को बहुत प्रभावित कर सकता है व करता रहा है। मन एवं मस्तिष्क हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं इसकी जानकारी भारतीय मनीषियों एवं ऋषियों द्वारा उद्घाटित लोक-विज्ञान के माध्यम से सदियों पूर्व समाज को मिली है व बाद में (20वीं सदी के उत्तरार्ध में) इस तथ्य की प्रमाणिकता शनैः-शनैः वैज्ञानिक प्रयोगों से मिलती जा रही है। इस विधा पर पश्चिम के लोक-विज्ञान में भी बहुत कुछ है। नमूने के रूप में एक अति प्रसिद्ध आधुनिक पुस्तक (The Power of Positive Thinking) (संदर्भ-1) के कुछ उद्धरण यहां प्रस्तुत किए जा रहे हैं।

उक्त पुस्तक का हिन्दी अनुवाद भी उपलब्ध है। (संदर्भ-2) अतः यहां वर्णित उद्धरण एवं पृष्ठ संख्या हिन्दी अनुवाद से ही लिये जा रहे हैं। पृष्ठ 199 पर लेखक नार्मन विन्सेण्ट पील लिखते हैं :-

बर्मिंघम, अलाबामा के बुक स्टोर की मैनेजर ने मुझे उस शहर के एक डॉक्टर का पर्चा भिजवाया जिसकी दवा दवाइयों की दुकान में न मिलकर किताबों की दुकान में मिलती थी। वह अलग-अलग बीमारियों के लिए अलग-अलग पुस्तकें लिखा करता था।

इसी पृष्ठ पर वर्णित इस संदर्भ में निम्नांकित कथन भी हमारे लिए विचारणीय है :-

कन्सास सिटी, मिसूरी की जैक्सन काउंटी मेडिकल सोसायटी के पूर्व प्रेसिडेंट डॉ. कार्ल आर. फेरिस के साथ मैं एक रेडियो प्रोग्राम में आ चुका हूँ जो स्वास्थ्य-और-सुख पर था। उन्होंने घोषणा की कि मानवीय शारीरिक और आध्यात्मिक विज्ञान अक्सर इतनी गहराई से आपस में जुड़े होते हैं कि दोनों के बीच में कोई स्पष्ट रूप से विभाजक रेखा नहीं है।

उक्त कथन की पुष्टि मैं अपने व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर भी कर सकता हूँ : मेरे एक निकट के मित्र को एक बड़े डॉक्टर ने दवा के साथ एक पुस्तक भी खरीद कर पढ़ने का प्रस्क्रिप्शन में लिखा था। इसके अलावा व्यक्तिगत स्तर पर भी मैंने कुछ व्यक्तियों को स्वास्थ्य

लाभ प्राप्त कराने हेतु उचित पठनीय सामग्री देकर एवं समझाकर प्रेरित किया है व सभी मामलों में लाभ मैंने देखा है। (हर बीमारी के लिए ऐसा संभव नहीं है। दवा एवं डॉक्टर भी महत्वपूर्ण हैं व इनकी पूर्ति कोई पुस्तक नहीं कर सकती है।

तथ्य को कुछ अधिक खोलने की दृष्टि से उक्त वर्णित पुस्तक (संदर्भ-2) के कुछ उद्धरण और देना चाहता हूँ। पृष्ठ 200 पर वर्णित निम्नांकित उद्धरण ध्यान देने योग्य है।

डॉ. रेबेका बियर्ड का कहना है, “हमने पाया है कि हाई ब्लड प्रेशर का मनोदेहिक कारण है किसी तरह का सूक्ष्म, दबाया गया डर, जो हो सकती हैं। भविष्य में होने वाली घटनाओं के डर होते हैं। इस तरह यह काल्पनिक डर होते हैं क्यों कि ये शायद कभी घटित न हों। इसी तरह डाइबिटीज के मामले में हमने पाया है कि इसका मनोदैहिक कारण है - दुख या निराशा में किसी भी अन्य भावना की तुलना में हमारी सबसे अधिक ऊर्जा नष्ट होती है इसका परिणाम यह होता है कि हमारी इन्सुलिन खत्म हो जाती है जो पैन्क्रियाज कोशिकाओं द्वारा तब तक बनाई जाती है जब तक कि वे काम करती हैं।

इसके आगे डॉ. पील लिखते हैं -

“यहां हम यह पाते हैं कि अतीत की भावनाओं के कारण आदमी बीमार हो जाता है - वह अतीत को बार-बार जीता है और जीवन में आगे जाने में समर्थ नहीं हो पाता। मेडिकल साइंस ऐसी दवाएं तो दे सकता है जिसके सहारे इन बिमारियों में राहत मिल सके। ऐसी दवा दी जा सकती है जिससे हाई ब्लड प्रेशर को कम किया जा सकता है, लो ब्लड प्रेशर को ज्यादा किया जा सकता है, परंतु स्थायी रूप से नहीं। वे आपको इंसुलिन दे सकते हैं जो अधिक शक्कर को ऊर्जा में जला देती है और डाइबिटीज के मरीज को राहत देती है। निश्चित रूप से इनसे सहायता मिलती है, परंतु इनसे पक्का इलाज नहीं होता। ऐसी कोई दवा या इंजेक्शन

शेष पृष्ठ 4 पर

सम्पादन-संकलन प्रो. एन. एल. गुप्ता, श्री प्रकाश तातेड़, डॉ. के.एल. मेनारिया, डॉ. एल.एल. धाकड़, डॉ. के. एल. तोतावत

विज्ञान समिति, रोड़ नं. 17, अशोकनगर, उदयपुर - 313 001 दूरभाष : 0294-2413117, 2411650

Website : www.vigyansamitiudaipur.org, E-mail : samitivigyan@gmail.com



लोकविज्ञान के पूर्व अंक से -
फरवरी 1975

वन्यप्राणी जगत के ये अनोखे धावक

“जीवो जीवस्य भोजनं” प्रकृति में एक जीव भोजन के लिए दूसरे जीव पर आश्रित है। वनस्पतियां प्राणियों पर आश्रित है जबकि प्राणी अपना भोजन वनस्पति द्वारा अथवा अन्य प्राणियों को मार कर करते हैं। जीव मात्र में अपने अस्तित्व को बनाये रखने के लिए प्रकृति से जीवन-संघर्ष सदैव बना रहता है। इस जीवन संघर्ष का रोमांचकारी दृश्य वन्य प्राणियों में भी देखने को मिलता है।

वर्षों से इस धरती के जंगलों में जहां एक ओर हिंसक पशु जैसे सिंह, बाघ, तेंदुआं, चीता विद्यमान है तो दूसरी ओर उसी जंगल में खरगोश, हिरन, बारहसिंघा, नीलगाय, चीतल आदि भी अपने अस्तित्व को बनाये हुए हैं।

वन्य प्राणियों के पारस्परिक जीवन-मरण के संघर्ष में जय-पराजय प्राणियों की तेज दौड़ने की क्षमता पर निर्भर करती है। प्राणियों के लिए यही वेग स्वयं के अस्तित्व हेतु प्रकृति की एक महान् देन है। हिंसक पशुओं को जहां इससे भोजन प्राप्त होता है, वहीं दूसरी ओर अन्य पशुओं को यही वेग सुरक्षा प्रदान करता है।

खरगोश जो अपनी तेज दौड़ के लिए प्रसिद्ध है, 18 मीटर प्रति सेकण्ड अर्थात् 65 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से कुलांचे मारता हुआ भागता है। शरीर के आकार की दृष्टि से खरगोश का यह वेग आश्चर्यजनक है।

हिरन भी अपने बचाव हेतु बहुत तेज दौड़ता है। यह विशुद्ध भारतीय पशु है तथा सभी प्रकार के पशुओं में सबसे सुन्दर भी। यह एक घंटे में 80 किलो मीटर तक दौड़ जाता है। यही नहीं, लगभग आधी दूरी तक यह अपनी इसी गति को बनाये भी रख सकता है। प्रारंभ में कुछ मीटर तक यह हवा में सीधी और ऊंची छलांगे मारता है और फिर सरपट दौड़ने लगता है। हिरन की ही भांति कीजल व चीतल भी दौड़ते समय पृथ्वी से छलांग लगाकर सीधे ऊपर की ओर उठते हैं तथा समकोण पर उनके पांव जमीन पर आते हैं। साथ ही इनकी कुलांचे भी काफी लम्बी होती हैं।

जंगली गधे, गेजल, जेबरा और लोमड़ी की चाल लगभग समान

होती है। ये पशु 65 किलो मीटर प्रति घंटे की गति से दौड़ सकते हैं।

शतुरमुर्ग अधिकतम 45 किलो मीटर तथा कंगारू 48 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से दौड़ सकता है। बकरी जो पशु जगत में सबसे कमजोर समझी जाती है, प्राण रक्षा के समय 32 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से दौड़ सकती है। भेड़ तथा सेही इससे भी कम 16 किलोमीटर प्रति घंटे के वेग से ही दौड़ते हैं।

ग्राम शूकर सत्रह किलो मीटर प्रति घंटे की दर से दौड़ सकता है जबकि जंगली सूअर इससे तिगुनी गति से अर्थात् 50 किलो मीटर प्रति घंटे की रफ्तार से दौड़ सकता है किन्तु सूअर में तेज दौड़ते हुए उल्टा मुड़ने की क्षमता नहीं होती है। सूअर की इसी कमजोरी का लाभ उठा कर कुछ जानवर इससे अपनी रक्षा कर पाते हैं।

रेगिस्तान का जहाज कहे जाने वाले ऊँट की चाल लगभग 26 किलो मीटर प्रति घंटा होती है। मध्ययुग के इतिहास से पता चलता है कि उस युग में सवारी तथा संदेश के काम में लिए जाने पर ऊँटनिया एक दिन में लगभग एक सौ पचास किलो मीटर तक दौड़ जाया करती थी। इनकी यह क्षमता आज भी विद्यमान है।

प्राणियों में विशालकाय हाथी भी कोई कम तेज नहीं है। समय आने पर यह भी 40 किलो मीटर प्रति घंटे की दर से दौड़ जाता है। किन्तु हाथी इस वेग से सीमित दूरी तक ही दौड़ पाता है। इसकी तुलना में दो हजार किलो से भी अधिक भारी भरकम डील-डौल वाला गेंडा अपनी सहन-शीलता एवं फुर्ती के लिए प्रसिद्ध है। यह सरपट दौड़ जाता है, छलांग लगा सकता है, बल खा सकता है और तेजी से दौड़ते हुए मुड़ सकता है। टेंक की तरह सुदृढ़ इस पशु की एक विशेषता यह भी है कि यह काफी दूरी तक इसी वेग से दौड़ सकता है। हाथी और शेर दोनो ही वयस्क, शक्तिशाली गेंडे से बहुत डरते हैं। इस पशु की शक्ति के बारे में बहुत सी कहानियां प्रसिद्ध हैं।

भेड़िया 55 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से अपने शिकार के पीछे मीलों दौड़ जाता है। यही एक ऐसा पशु है जो अपने शिकार को दौड़ादौड़ा कर थका देता है और अंत में शिकार स्वयं थक कर मर



जाता है। लक्कड़ बग्घा 65 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से दौड़ता है।

तीन मीटर लम्बा और 2 क्विंटल भारी भारतीय केसरी सिंह अपने शिकार पर 80 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से झपटता है। बाघ यद्यपि सिंह के समान ही तीव्र वेग से दौड़ता है, किन्तु इसकी शक्ति अद्भुत होती है। यह गाय, भैंस अथवा बैल जैसे शिकार को मार कर मीलों तक घसीट कर ले जा सकता है। बाघ की खाल चमकीली ओर गहरी धारियों वाली होती है।

तेन्दुआ जब अपनी शिकार को दबोचता है तो अन्तिम कुलाँचे भरते समय उसका वेग 88 किलो मीटर प्रतिघण्टा तक हो जाता है। किन्तु इन सब वन्य पशुओं में दौड़ने की प्रतियोगिता में यदि कोई 'चेम्पियन' है तो वह है 'चीता'। 'चीता' 112 किलोमीटर के अद्भुत वेग से अपने शिकार पर उछल पड़ता है किन्तु चीता इस वेग को मात्र 100 गज की दूरी तक ही कायम रख सकता है। इससे अधिक एक चौथाई मील तक की दूरी वह औसतन 72 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से पार करता है।

चीते की इस तीव्र गति का कारण उसकी रीढ़ की हड्डी भी है। प्रत्येक छलांग लगाने से पूर्व उसकी रीढ़ की हड्डी वृत्ताकार खण्ड के रूप में भीतर की ओर मुड़ जाती है। स्प्रिंग के सदृश जब यह रीढ़ की हड्डी सीधी होती है तो इसके द्वारा जो शक्ति मिलती है, उससे यह पशु अपनी पिछली टांगों के सहारे काफी तीव्र गति से आगे बढ़ जाता है। इसी तीव्र चाल-गुण होने के कारण पुराने जमाने में मुगल बादशाह चीतों को शिकार के लिए पाला करते थे। उन्हें प्रशिक्षित किया जाता था तथा कुत्तों की भांति जंजीर से बांध कर शिकार में साथ ले जाया जाता था। तेज दौड़ने वाले जानवरों जैसे हिरन, बारहसिंघा आदि का शिकार करने के लिए इसके आश्चर्यजनक हमलों का राजा महाराजा व बादशाह लोग आनन्द लिया करते थे। कहा जाता है कि सम्राट अकबर के पास एक हजार पालतू चीते थे।

यदि चीते व घोड़े को साथी दौड़ाया जाए तो कुछ ही दूरी पर जाने के बाद घोड़ा चीते को पीछे धकेल सकता है। घुड़-दौड़ के प्रसिद्ध घोड़े जो एक ही दौड़ में मनुष्य का भाग्य बदल देते हैं अधिकतम 65 किलो मीटर प्रति घंटे के वेग से दौड़ सकते हैं। घुड़-दौड़ के घोड़ों में

बीन, मेडीसन, स्वाप, ग्रेहाउण्ड और बिल्ली का नाम उल्लेखनीय है। इन्होंने सन् 1957 में तेज दौड़ने में जो रिकार्ड कायम किये थे, वे आज भी अलंघ्य हैं। ग्रेहाउण्ड 63 किलो मीटर घंटे के औसत वेग से दौड़ गया था। जब घोड़ा दौड़ता है तो एक चौथाई समय तक उसका भूमि से कोई सम्बन्ध नहीं रहता है। जबकि तेज दौड़ते समय कुत्ता केवल आधे समय तक ही भूमि के संपर्क में रहता है। घोड़ा अपने शरीर की लम्बाई से लगभग चार गुनी दूरी तक छलांग लगा लेता है।

कंगारू की चाल पशुओं में अपनी एक विशिष्टता रखती है। चलते समय कंगारू चार पाँवों के साथ साथ अपनी पूंछ का भी उपयोग करता है। किन्तु जब कुलाँचे मार कर दौड़ता है तो वह मात्र अपनी पिछली टांगों का ही उपयोग करता है। उसकी भारी भरकम पूंछ तथा अगली छोटी टांगें केवल संतुलन बनाये रखती हैं। कंगारू पर विशेष अध्ययन करने वालों का कहना है कि यह 12 मीटर लम्बाई एवं सवा मीटर की ऊंचाई तक छलांग लगा जाता है।

चाल के सम्बन्ध में आश्चर्यजनक बात तो अधिकांश वन्य प्राणियों में पाई जाती है वह यह है कि इन्हें इतनी तीव्र चाल प्राप्त करने में कोई विशेष समय नहीं लगता है। ये त्वरित गति से अपनी चाल प्राप्त कर लेते हैं। चीता मात्र दो सैकण्ड में ही 72 किलो मीटर प्रति घंटे का वेग प्राप्त कर लेता है। बाघ विश्राम के तुरन्त बाद 13.5 मीटर प्रति सेकण्ड के वेग से झपट पड़ता है। इतना ही नहीं तेज दौड़ने के साथ साथ इन प्राणियों में उछलने व दौड़ते हुए उल्टा मुड़ने की विचित्र क्षमता होती है।

वन्य प्राणियों की सुरक्षा के लिये पिछले कुछ वर्षों से हमारे देश में अनेक कदम उठाये गये हैं। इनमें प्रतिवर्ष अक्टूबर के प्रथम सप्ताह में "वन्यप्राणी सप्ताह" मनाया जाना भी एक महत्त्वपूर्ण कदम है। यद्यपि प्रकृति ने स्वयं ऐसी व्यवस्था कर रखी है कि वन्य प्राणियों का संरक्षण स्वतः ही होता रहे। फिर भी पिछले सौ वर्षों में मनुष्य के क्रूर एवं नृशंस हाथों ने प्रकृति के संरक्षण के साये को वन्य प्राणियों के सर पर से हटा दिया है और अब इनके संरक्षण का उत्तरदायित्व भी मनुष्य को ही संभालना है।

- श्री जितेन्द्र मोहन भट्ट



पृष्ठ 1 का शेष.....

आज तक नहीं बना है, जिसके सहारे हम अपनी भावनात्मक उलझनों से बच सकें। हमारे भावनात्मक स्वरूप की बेहतर समझ और धार्मिक आस्था की तरफ फिर से लौटने के समन्वयन से ही हमें स्थायी सहायता की सर्वाधिक संभावना नजर आती है।

मस्तिष्क में उत्पन्न विचारों का स्वास्थ्य पर अच्छा/बुरा प्रभाव होता है इसको स्पष्ट करने के बाद अंत में पृष्ठ 210 पर लेखक पील(Peale) यह कहते हैं :-

हम अवचेतन में जिस पर विश्वास करते हैं हमें आम तोर पर वही मिलता है। जब तक आपकी आस्था आपके अवचेतन पर नियंत्रण नहीं करेगी, तब तक आपको कोई अच्छी चीज नहीं मिलेगी, क्योंकि अवचेतन सिर्फ वही वापस देता है जो आपका असली विचार होता है। अगर असली विचार नकारात्मक है तो परिणाम भी नकारात्मक होंगे। अगर असली विचार सकारात्मक हैं तो आपको उपचार और परिणाम सकारात्मक मिलेंगे।

किसी प्रकार का भ्रम न रह जाये, इस दृष्टि से यहां यह भी स्पष्ट करना आवश्यक है कि उक्त पुस्तक के लेखक ने डॉक्टर की महत्ता व औषध विज्ञान की महत्ता को कहीं भी नहीं नकारा है। आधुनिक विज्ञान की अनुपम देन (औषध विज्ञान) का यथायोग्य लाभ लेना ही चाहिये किन्तु साथ ही हमें हमारे मस्तिष्क की क्षमता तथा विचारों एवं भावनाओं की शक्ति भी पहचानने में भूल नहीं करना चाहिये। लोक विज्ञान का यह संदेश जिसे भारतीय मनीषियों ने हजारों वर्ष पूर्व हमें दिया था हमारे लिए उपयोगी सिद्ध हो सकता है- ऐसा विश्वास जाग्रत करने के लिए हमें स्वयं भी प्रयास करने होंगे व चिन्तन करना होगा। यहां तो एक पुस्तक के कुछ उद्धरणों का ही जिक्र हुआ, इसी लेखक का एवं अन्य कई आधुनिक ख्यातिप्राप्त लेखकों का आज इस विषय में इतना विश्लेषण है कि व्यक्ति दंग रह जाए।

संदर्भ :

1. Norman Vincent Peale, The Power of Positive Thinking(Fireside Edition, New York, 2003; First published in 1952 by Prentice Hall)
2. नार्मन विंसेण्ट पील, सकारात्मक सोच की शक्ति, अनुवादक डॉ. सुधीर दीक्षित

प्रस्तोता : डॉ. पारसमल अग्रवाल

एक दिवसीय संगोष्ठी : “विज्ञान एवं अध्यात्म”

अगले माह 6 जुलाई को डॉ. दौलतसिंह कोठारी के जन्मदिन पर एक दिवसीय संगोष्ठी आयोजित की जा रही है। इस संगोष्ठी में प्रमुख वक्ता के रूप में पद्मभूषण डॉ. वी.के. श्रीवास्तव हैदराबाद, पूर्व महानिदेशक DRDO भारत सरकार ने स्वीकृति प्रदान की है। अन्य राज्यों से भी इस विषय पर चर्चा हेतु विशेषज्ञों के आने व सहयोग की सहमति है। उदयपुर के विशिष्ट विशेषज्ञों को भी निमंत्रित किया जा रहा है। सभी सदस्यों/संरक्षक सदस्यों से निवेदन है कि इसकी व्यवस्था में यथासंभव सहयोग करें जिससे 'यह मेगा इवेन्ट' पूर्ण सफल हो और समिति को प्रतिष्ठा प्राप्त हो। जो सदस्य संगोष्ठी में भाग लेना चाहें वे पंजीयन (निःशुल्क) करवा लें।

रक्तदान दिवस : 14 जून 2014

स्वैच्छिक रक्तदान के प्रोत्साहन की आवश्यकता

रक्त हमारी जीवनधारा है। गहन चिकित्सा या तात्कालिक सर्जरी के लिए हमें रक्त की आवश्यकता होती है। दुनिया में हर साल 14 जून को रक्तदाता दिवस मनाया जाता है।

प्रसिद्ध ऑस्ट्रियाई वैज्ञानिक कॉर्ल लैंडस्टीनर ने 1900 में पहले तीन रक्त समूह की खोज करके जोखिम रहित ब्लड ट्रांसफ्यूजन का आधार तैयार किया था।

भारत सहित अनेक देशों में रक्त पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध नहीं है और हर समय सभी समूहों के रक्त की उपलब्धता सुनिश्चित करना रक्त बैंकों के लिए बड़ी चुनौती है। हमारे यहां दुर्लभ नेगेटिव समूह के रक्त की अक्सर कमी रहती है। गर्मियों में रक्तदान की दर में 30-40 प्रतिशत की कमी आने से भी रक्त उपलब्धता प्रभावित होती है। हमारे देश में हर साल 6 करोड़ यूनिट रक्त की आवश्यकता पड़ती है, लेकिन मुश्किल से 40 लाख युनिट रक्त उपलब्ध होता है।

यह मानव जाति के हित में होगा कि दुनिया में स्वैच्छिक रक्तदान को बढ़ावा दिया जाए। रक्तदाताओं का सम्मान हो।