ಅಜೇಯ

ರೋಗಕ್ಕೆ ಮೂಲಕಾರಣ ಆಮ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪದದ ಬಲಕೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಕೇಳಿದ್ದರೂ ಆಮಶಂಕೆ ಅಂತ ಕೇಳಿರಬಹುದು ಅಷ್ಟೆ. ದುರ್ಗಂಧಯುಕ್ತ ನೀರಿನಂತೆ ಆಗುವ ಬೇದಿಗೆ ಆ ಹೆಸರು. ಪದ ಬಳಕೆ ಅತ್ಯಂತ ನಿಬಿರವಾಗಿದೆ.

ರೋಗಗಳಿಗೆಲ್ಲಾ 'ಆಮಯ' ಎಂಬ ಪರ್ಯಾಯ ನಾಮವೊಂದಿದೆ. ಆಮಯವೆಂದರೆ ಆಮದಿಂದ ಸಂಭವಿಸಿದ್ದು ಎಂದರ್ಥ. ಈ 'ಆಮ'ವೇ ಸಕಲ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಕಾರಣ. ಆಮವೆಂದರೆ ಕ್ಷೀಣಿಸಿದ ಜಠರಾಗ್ನಿಯ ಸಂಯೋಗದಿಂದ ಆದಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ರಸಧಾತು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗಲಿಲ್ಲವೆಂದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ರಸ ವಿಶೇಷ. ಅಂದರೆ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯು ಅತಿ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದು, ತಿಂದ ಆಹಾರವು ದೇಹಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ಸೇರದೆ ದೋಷ(ಕಿಟ್ಟಜ್ಞಿ)ವಾಗಿ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸರ್ವರೋಗಗಳಿಗೂ ಮೂಲ.

ಜಠರಾಗ್ನಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸದಿರುವಾಗ ಆಹಾರ

ಪಾಚನವು ಸರಿಯಾಗದು ಸರಿಯಾಗಿ ಕರುಳಿನಿಂದ ಹೀರಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಆಮದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವುದು. ಇದು ದುರ್ಗಂಧಯುಕ್ತ, ಅಂಟುಳ್ಳ ಸ್ವಭಾವದ್ದು. ಇದು ಜಠರ ಮತ್ತು ಕರುಳನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸಿ, ಲೇಪಿಸಿ ಮತ್ತಿತರ ಸ್ರೋತಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿ ಮುಚ್ಚುವಿಕೆಯಿಂದ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಸಂಚರಿಸಲಾಗದು. ಇದೇ ಆಮ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ರಾಸಾಯನಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ವಿಷದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ಶರೀರದ ಇತರ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಿಯಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಶರೀರದ ಅತ್ಯಂತ ದುರ್ಬಲ ಭಾಗದ ಕಡೆಗೆ ಹರಿದು ಅಲ್ಲಿ ರೋಗ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ದುರ್ಬಲ ಭಾಗ ಕಣ್ಣಾದರೆ ನೇತ್ರರೋಗ, ಶ್ವಾಸಕೋಶವಾದರೆ ಕೆಮ್ಮು ದಮ್ಮು, ಅಸ್ತಮಾ, ಕಿಡ್ನಿಯಾದರೆ ಕಿಡ್ನಿ ವೈಫಲ್ಯ ಹೀಗೇ ಇನ್ನೂ ಮುಂತಾದವು.

ಪರಸ್ಪರ ವಿರುದ್ಧ ಆಹಾರಗಳು, ಹಸಿವಿಲ್ಲದಂತ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವುದು, ಪದೇ-ಪದೇ ಸ್ವಲ್ಪ-ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದಿನವಿಡಿ ತಿಂದು ಕುಡಿಯುತ್ತಿರುವುದು, ಜಠರಾಗ್ನಿಯನ್ನು ನುಂಗಿ ಆಮದ ಉತ್ಪತ್ತಿಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಹಾಗಾಗಿಯೆ ಶರೀರದ ಆಭ್ಯಂತರ ರೋಗಗಳೆಲ್ಲಾ ಹುಟ್ಟುವುದು 'ಆಮ'ದಿಂದಲೇ ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ರೋತಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಶರೀರದ ಬಲ ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತದೆ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಅವಕಾಶವೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ರಸಧಾತುವನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸಿ, ಸೋಂಬೇರಿತನ, ಆಲಸ್ಯ, ಮೈಭಾರ, ವಾತ ಸಂಚಾರವಿಲ್ಲದೆ ಮೈಬಿಗಿಯಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಸುಸ್ತನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಲಾಲಾಸ್ರಾವ ಹೆಚ್ಚುವುದು, ಯಾವುದೆ ಆಹಾರ ರುಚಿಸುವುದು ಇಲ್ಲ, ಜೀರ್ಣವೂ ಆಗದು. ಏನೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಸುಸ್ತು ಕಾಡುವುದು.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆಮ ಸಂಚಯವಾಗುವುದನ್ನು ನಾವು ಗುರುತಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅದಕ್ಕೆ ಸುಲಭ ಉಪಾಯವೆಂದರೆ ನಾಲಗೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು. ನಾಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ತೆಳು ಬಿಳಿಪೊರೆ ಬರಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತೆಂದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಆಮ ಸಂಚಯವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದರ್ಥ.

ಇಲ್ಲೂ ಸಹ ದೋಷಕ್ಕೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ನಾಲಗೆಯ ಬಣ್ಣ, ರುಚಿ ಮತ್ತು ರಚನೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣದ ನಾಲಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಂಕೇತ.