

വൺഡേസ്കൂൾ: ചില വിധോജിപ്പുകൾ കുടി

പ്രകൃതിജീവനം പ്രാവർത്തികമാക്കാനും പ്രചരിപ്പിക്കാനും ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരാളാണിതെഴുതുന്നത്. വൺഡേ സ്കൂളിനെപ്പറ്റി ആദ്യം കേൾക്കുന്നതും ഡോ. വിജയനെ നേരിട്ടു കാണുന്നതും അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രഭാഷണം കേൾക്കുന്നതും കോലഴിയിൽ ഒരു വീട്ടു സദസ്സിൽ വച്ച് ആരോഗ്യമാസം മൂന്നായിരുന്നു.

മനുഷ്യന്റെ നിൽപ്പ്, ഇരിപ്പ്, നടപ്പ്, ചെറുപ്പ് എന്നിവയെക്കുറിച്ചെല്ലാം അദ്ദേഹം പറഞ്ഞതിനോട് പൂർണ്ണമായ യോജിപ്പു തോന്നി. ശ്വസന സംബന്ധമായി കുറേ സംശയങ്ങൾ ബാക്കിനിന്നു. പ്രാണായാമത്തെ കുറിച്ച് ഉന്നയിച്ച ചോദ്യത്തിനു കിട്ടിയ മറുപടി അപ്പടി ബോധ്യമാകുന്നതുമായിരുന്നു.

പിന്നീട്, 2011 ഫെബ്രുവരി ലക്കം 'കേരളീയ'ത്തിൽ വൺഡേ സ്കൂളിനെക്കുറിച്ച് വായിച്ചു വരവേയാണ് വിചിത്രമായ ഒരു തലവാചകം കാണുന്നത്: "നാച്യുറോപ്പതി പറയുന്ന പലതും കഴിച്ച് ജീവിക്കാൻ കഴിയില്ല." ജീവിതം അസധ്യമാക്കുന്ന ഈ 'പലതും' എന്തൊക്കെയാണെന്നറിയാൻ ആകാംക്ഷയായി. അതിനുവേണ്ടി ആ ലേഖനം പേർത്തു പേർത്തും വായിച്ചു. നിരാശയായിരുന്നു ഫലം. ആ പലതും എന്താണെന്നു മാത്രം ഒരിടത്തും പറയുന്നില്ല! പകരം അബദ്ധജടി ലമായ ചിലതു പറഞ്ഞുവയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ഭക്ഷണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നേച്യുറോപ്പതിയുടെ ദർശനം തെറ്റാണ്, ബ്രഹ്മണിക്കൽ വെജിറ്റേറിയനിസത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ് നേച്യുറോപ്പതി എന്നിങ്ങനെ പോകുന്നു അവ. ഈ പ്രസ്താവങ്ങളെ സോദാഹരണം സാധൂകരിക്കാൻ അദ്ദേഹത്തിനാവുന്നില്ല. ഇറച്ചിതിന്നുന്നതിനെ നേച്യുറോപ്പതിക്കാർ അംഗീകരിക്കുന്നില്ല എന്നതാണ് വലിയ പാതകമായി അദ്ദേഹത്തിനു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാനുള്ളത്. ബ്രഹ്മണിക്കൽ വെജിറ്റേറിയനിസത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ് നേച്യുറോപ്പതി എന്നു പറയുമ്പോൾ അദ്ദേഹത്തിന് ബ്രഹ്മണിസമെന്തെന്നോ നേച്യുറോപ്പതി എന്തെന്നോ അറിയില്ലെന്ന് പറയേണ്ടിവരും.

പ്രകൃതിജീവനം മാംസാഹാരം വർജ്ജിക്കുന്നത് സയൻസിന്റെ പിൻബലത്തോടെയാണ്. അല്ലാതെ ഏതെങ്കിലും വിശ്വാസങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലല്ല. മനുഷ്യശരീരശാസ്ത്രവും ശരീരധർമ്മശാസ്ത്രവും വളരെ വ്യക്തമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നത്, പരിണാമവിധേയമായ ജന്തുസമൂഹത്തിന്റെ ഇങ്ങനെയുള്ള മനുഷ്യൻ സസ്യാഹാരിയാണെന്നാണ്. പഴുത്ത ചക്കരമാങ്ങ കണ്ടാൽ ഇതെഴുതുന്നവന്റെ വായിൽ വെള്ളമുറും. നേരമറിച്ച്, ഒരു പൈക്കിടാവിനെയോ ആട്ടിൻകുട്ടിയെയോ കണ്ടാൽ, കൊഴിക്കുന്നതിനെ കണ്ടാൽ അതിനെ എടുത്തു താലോലിക്കാൻ തോന്നും. വായിൽ വെള്ളമുറില്ല. അതേ സമയം കുറുക്കന്റെ വായിൽ ഉമിനീരൊഴുകും. പുലിയുടെ വായിലും ചെന്നായുടെ വായിലും അതുണ്ടാകും. ഡോ. വിജയന്റെ അവസ്ഥ എന്തായിരിക്കുമെന്നനിക്കറിയില്ല. എനിയ്ക്കറിയാവുന്നത് ചക്കയും മാങ്ങയും എന്റെ ഭക്ഷണമാണെന്നും ആടും മാടും കോഴിയും എന്റെ സ്വാഭാവികഭക്ഷണമല്ലെന്നുമാണ്. മീൻ മാർക്കറ്റിന്റെയും അറവുശാലയുടെയും അരികത്തുകൂടി കടന്നുപോകേണ്ടി വരുമ്പോൾ ഓക്കാനമല്ലാതെ കൊതിയൊന്നും വരാറില്ല. പഴക്കടയുടെ മുനിലൂടെ പോകുമ്പോൾ നേരേ മറിച്ചാണ്. ഉപ്പിലും മുളകിലും പുളിയിലും മുക്കി, ഗ്രാമ്പൂ, ഏലം തുടങ്ങിയ സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ പുശി, മുക്കിനേയും നാക്കിനേയും കബളിപ്പിച്ച് ചത്ത ജന്തുദേഹങ്ങളെ വയറിനകത്തെത്തിച്ചാലേ മനുഷ്യജന്മം സഫലമാകൂ എന്ന് ചിലരുടെ കേവലവിശ്വാസം മാത്രമാണെന്നു കരുതാനേ നിവൃത്തിയുള്ളൂ. ആരോഗ്യരംഗത്തു നടന്ന ഗവേഷണങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നത് കാൻസർ പോലുള്ള മാ



കരോഗങ്ങൾക്കെല്ലാം വളം വെയ്ക്കുന്നത് മാംസാഹാര ശീലമാണെന്നാണ്.

മാർച്ച് ലക്കം കേരളീയത്തിൽ എ.കെ. രവീന്ദ്രൻ ചില ചോദ്യങ്ങൾ ഉന്നയിച്ചുകൊണ്ടെഴുതിയ ഒരു പ്രതികരണക്കുറിപ്പിന് മറുപടിയായി ഏപ്രിൽ ലക്കത്തിൽ വൺഡേ സ്കൂൾ പ്രാവർത്തകരുടെ മറുപടികണ്ടു. അതിൽ ശ്വസനത്തേയും ജലപാനത്തേയും കുറിച്ചു പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ തർക്കമില്ലാത്തവയാണ്. ആരോഗ്യശാസ്ത്രം പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിലൂടെ വൈദ്യമുക്തി നേടുകയാണ് വൺഡേ സ്കൂളിന്റെ ലക്ഷ്യം എന്നു വായിക്കുമ്പോൾ അതിനെ ശ്ലാഘിക്കാനും കഴിയും. പ്രകൃതി ജീവനം ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുന്നതും അതുതന്നെയാണ്. അവനവൻ അവനവന്റെ ഡോക്ടറാവുക എന്നു ഗാന്ധിജി പറയുമ്പോൾ അതുകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നത് സ്വാശ്രയത്വമാണ്. ചൂഷണമുക്തമായ ആരോഗ്യസ്വരജാണ്. പ്രകൃതിജീവനത്തിൽ എനിമയ്ക്കു മൂല്യസ്ഥാനമൊന്നുമില്ല; എനിമപ്പത്ര വില്പനയ്ക്കും അറിവിന്റെ പുസ്തകങ്ങൾക്കു സ്ഥാനക്കുറവൊന്നുമില്ലതാനും. എനിമ പ്രയോഗം ചില പ്രതിസന്ധിഘട്ടങ്ങളിൽ താല്ക്കാലികാശ്വാസത്തിനുമാത്രം ഉപയോഗിക്കാനുള്ളതാണ്. വായ് തുറന്നുറങ്ങാതിരിക്കാൻ പേപ്പർ പ്ലാസ്റ്റർ ഒട്ടിക്കുന്നതുപോലെ, അത്യാഹാരമാണെന്നവകാശപ്പെടാനാവില്ല.

ഏതു രംഗത്തും കച്ചവട-ലാഭ സാധ്യതകൾ തേടുന്നവരുണ്ടാകാം. അവരെ കച്ചവടക്കാരായിത്തന്നെ കാണുക. ശരിയായ അറിവിലൂടെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കാൻ ജനങ്ങളെ പ്രാപ്തരാക്കുക എന്നതാണ് പ്രകൃതിജീവന സന്ദേശം. ആർ ജജവത്തോടെ ആ ലക്ഷ്യം നിറവേറ്റാൻ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്ന ആരുമായും ഐക്യപ്പെടാൻ തയ്യാറുമാണ്.

കോലഴി മുരളി, ജനാരോഗ്യ പ്രസ്ഥാനം, തൃശൂർ

ഡോ. വിജയന്റെ ആദി ആയുർവേദ അറിവുകൾക്കായി കേരളീയം ഒരു ലക്കം മാറ്റിവെച്ചിരുന്നല്ലോ. ആരോഗ്യത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കുന്ന ഒരാളെന്ന നിലയിൽ എന്റെ അഭിപ്രായം പങ്കുവെയ്ക്കട്ടെ. തെറ്റായ ശീലങ്ങളെ നന്നാക്കാനുള്ള ശ്രമമാണ് ഡോക്ടർ നടത്തുന്നതെങ്കിൽ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ടതാണെങ്കിലും അതിന് അവലംബിക്കുന്ന മാർഗ്ഗം രോഗിയെ ഭയപ്പെടുത്തുകയും രോഗലക്ഷണങ്ങളെ അടിച്ചമർത്തുകയും ആണെങ്കിൽ അത് തെറ്റാണ് എന്ന് പറയേണ്ടിവരും. ഏതൊരു സാധാരണ വൈദ്യനും അവലംബിക്കുന്ന ഉപജീവനമാർഗ്ഗമാണ് അത്. നിങ്ങൾക്ക് ആരോഗ്യമില്ല എന്ന സ്ഥാപിക്കലാണ് അതിന്റെ ഒന്നാം പാഠം. രണ്ട്, വഴി ഞാൻ പറഞ്ഞുതരാം എന്നും. പ്രകൃതി ചികിത്സ പ്രകാരം പ്രാണനാണ് രോഗം മാറ്റുന്നത്. നാം ചെയ്യുന്ന തെറ്റുകൾ കൊണ്ടാണ് രോഗം ഉണ്ടാവുന്നത്. ഈ രോഗം അനുഗ്രഹമാണ് താനും. തെറ്റു തിരുത്താനുള്ള അവസരമാണ് രോഗം. പകരം അവയെ പേടിക്കുകയും അടിച്ചമർത്തുകയും ചെയ്താൽ രോഗം വലിയ ഒന്നായി 'മാറും' എന്നല്ലാതെ ശാശ്വതപരിഹാരം ഉണ്ടാവില്ല. ഡോക്ടർ വിജയന്റെ ആദിവാസി സമീപ്യം കൊണ്ട് അദ്ദേഹം പറയേണ്ടിയിരുന്നത് ആദിവാസികളെപ്പോലെ 'ഇനി'ൽ ജീവിയ്ക്കൂ, ആരോഗ്യത്തോടെ ജീവിയ്ക്കൂ എന്നാണെന്നു തോന്നുന്നു! കാരണം, സ്വന്തമായി ഒന്നുമില്ലാതെ, സ്വതന്ത്രമായി ജീവിയ്ക്കുന്ന അവസ്ഥയല്ലേ യഥാർത്ഥ ആരോഗ്യം! വായനക്കാരെ നല്ല നടത്തം പഠിപ്പിക്കുകയാണ് കേരളീയത്തിന്റെ ലക്ഷ്യമെങ്കിൽ തെറ്റായ മറ്റുശീലങ്ങളെക്കുറിച്ചും ആഹാരത്തിന്റെ ഔഷധഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ചും ലക്കങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

സുബിദ്, വളാഞ്ചേരി, മലപ്പുറം