রং ও আলোর মাধ্যমে চিকিৎসা

খাজা শামসুদ্দিন আজিমী।

রং ও আলোর মাধ্যমে চিকিৎসা

খাজা শামসুদ্দিন আজিমী।

www.ksars.org

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

اَللّٰہُ نُوۡرُ السَّمٰوٰتِ وَالۡاَرۡضِ

আল্লাহ্ আকাশমণ্ডলী

ও পৃথিবীর আলো।

www.ksars.org

وَمَاذَرَاَلَكُم فِى الْاَرْضِ مُخْتَلِفًا اَلْوَانُه اِنَّ فِىْ ذٰلِکَ لَاٰيَةً لِقَومٍ يَّذَّكَّرُوْن

আর তিনি তোমাদের জন্য পৃথিবীতে বহু বর্ণবিচিত্র বস্তু সৃষ্টি করে রেখেছেন; এতে অবশ্যই নিদর্শন রয়েছে সেইসব মানুষের জন্য, যারা বিবেক ও বোধশক্তি ব্যবহার করে।◯

www.ksars.org

উৎসর্গ

আমার পরম করুণাময় মুর্শিদ
সৈয়্যদ হাসান আখরী মুহাম্মদ আজীম
বরকিয়াহ্
“হুযূর কলন্দর বাবা আওলিয়া”

—এর নামে উৎসর্গিত,
যাঁর ফয়জ ও বরকত আমাকে সর্বদা পরিবেষ্টন করে রেখেছে।

www.ksars.org

Table of Contents

অধ্যায় প্রথম 17
জীবন ও রং 17
ফোটন ও ইলেকট্রন 18
গ্যালাকটিক ব্যবস্থা ও দুই খরব সূর্য 18
দুই পায়ে ও চার পায়ে চলা প্রাণী 19
বলা হয়। 20
মুখমণ্ডলে ফিল্ম 21
আসমানি রঙ কী? 22
রঙের পার্থক্য 23
রঙের বৈশিষ্ট্য 24
দ্বিতীয় অধ্যায় 27
আলোর ঘাটতি ও আধিক্য থেকে সৃষ্ট রোগসমূহ 27
মৃগীর খিঁচুনি 27
উন্মত্ততা বা পাগলামির কারণসমূহ 28
স্মৃতিশক্তির দুর্বলতা 28
জ্বর এবং তার প্রকারভেদ 29
গ্রন্থিযুক্ত জ্বর 29
যক্ষ্মা (দিক ও সিল) 30
কুঁজো হওয়া 30
লকবা (ফেসিয়াল প্যারালাইসিস)-এর বাস্তবতা 30
কলারবোন (হাঁসলি) ভেঙে যাওয়া 31
হার্ট ফেইলিওর, পক্ষাঘাত ও পোলিওর কারণ 31
হৃদয় ও কসমিক রে 31
ডায়াবেটিস ও যকৃতের আলসারের কারণ 32

www.ksars.org

প্লীহা, পিত্তথলি ও বৃক্কের কার্যক্রম 32
অসামঞ্জস্যপূর্ণ বৈদ্যুতিক প্রবাহ ও সন্ধির ফোলা 33
উড়ে এসে লাগা রোগসমূহ 33
ক্যান্সার কেন হয় 34
অধ্যায় তিন 35
রং ও আলো দ্বারা চিকিৎসার মূলনীতি 35
আলো ও রং দ্বারা চিকিৎসার পদ্ধতি 35
অধ্যায় চতুর্থ 39
মানবদেহে রঙের ঘাটতি বা আধিক্যজনিত রোগসমূহ এবং তাদের 39
লাল রঙ 39
নীল রঙ 39
আসমানি রঙ 39
আর বেগুনি ও নারঞ্জি রঙ 40
হলুদ রঙ 40
লাল রঙ 40
রঙের মাধ্যমে রোগের চিকিৎসা 40
কণ্ঠ ভারী হওয়া বা গলা বসে যাওয়া 40
চোখে ফোলা 40
অন্ত্রের রোগ 40
অন্ত্র নেমে যাওয়া 40
অর্ধশিরা ব্যথা (মাইগ্রেন) 40
চোখের রোগসমূহ 41
আগুনে পোড়া 41
ইনফ্লুয়েঞ্জা 41
হৃদকম্প ও অনিয়মিত হৃদস্পন্দন 41
হিস্টিরিয়া (hasterya) 41
স্নায়বিক ব্যথা 41
আলসার 42

www.ksars.org

স্বপ্নদোষ.....42
যোনি স্ফীতি.....42
হীনমন্যতা.....42
অ্যাসাইটিস (পানি জমা).....42
উম্মুস্‌সিবিয়ান (শুকনো রোগ).....43
শিশুদের মাটি খাওয়ার অভ্যাস.....43
অকালপক্ক চুল পাকা.....43
জ্বর.....43
রিয়াহি ও সর্দিজ্বর.....43
পিত্তজ্বর ও প্রসূতি জ্বর.....43
কফজনিত জ্বর.....43
বদহজম.....44
অর্শরোগ.....44
বায়ুজনিত ব্যথা (রিয়াহী ব্যথা).....44
শিশুর অতিরিক্ত কান্না ও অস্থিরতা.....44
শিশুর দাঁত ওঠা.....45
ক্ষুধা বেশি বা কম হওয়া.....45
পোকামাকড়ের কামড়ের চিকিৎসা.....45
অসততা ও বদদিয়ানতি ইত্যাদি.....45
ফোঁড়া ও ফুসকুড়ি.....45
ফুসফুসের সমস্যা.....45
পাগলামি – উন্মাদনা.....46
প্লেগ (তাউউন).....46
পেটের রোগসমূহ.....46
জটিল রোগ যা বোঝা যায় না.....46
আমাশয় (পেচিশ).....46
মূত্রসংক্রান্ত রোগসমূহ.....48

www.ksars.org

কষ্টের সঙ্গে প্রস্রাব হওয়া— 48
ঘুমের মধ্যে প্রস্রাব বের হয়ে যাওয়া— 48
বারবার প্রস্রাব হওয়া— 48
যক্ষ্মা— 48
ডায়রিয়া— 48
জিরিয়ান— 49
জুল্‌ক (হস্তমৈথুন)— 49
শরীর অতিরিক্ত শুকিয়ে যাওয়া— 49
শরীরের কোনো অংশ ফুলে যাওয়া— 49
শরীরে ফোলা— 49
চর্মরোগ (চীভ/চনবল)— 49
গুটিবসন্ত— 50
চোট— 50
খিটখিটে স্বভাব— 50
ঋতুস্রাব— 50
গর্ভাবস্থা— 50
মিথ্যা গর্ভাবস্থা— 50
গ্যাস— 50
অণ্ডকোষ ফুলে যাওয়া বা থলিতে পানি জমা— 51
রক্তস্বল্পতা— 51
উচ্চ রক্তচাপ— 51
নিম্ন রক্তচাপ— 51
খুনাজির— 51
চুলকানি— 51
দাদ 51
ডায়রিয়া (দস্ত) 51
দাঁতের রোগ 52
হাঁপানি (অ্যাজমা) 52
হৃদয়ে ব্যথা 52

www.ksars.org

মস্তিষ্কের ক্লান্তি 52
মস্তিষ্কে ফোলা 52
টক ঢেঁকুর 52
ঢেঁকুর 53
বীর্য পাতলাতা 53
গাঁট বা টিউমার (রসুলি) 53
কাঁপুনি (র'শা) 53
সর্দি–নাক দিয়ে পানি পড়া 53
লিউকোরিয়া (সিলানুর রহম) 53
মাথাব্যথা 53
বুকে জ্বালা 54
চুল 54
সকতা (স্ট্রোক) 54
ঠান্ডাজনিত ফোলা 54
লালচে ফুসকুড়ি (সরখবাদা) 54
সাদা কুষ্ঠ (ভিটিলিগো) 54
গনোরিয়া (সোজাক) 55
ক্যান্সার (সারতান) 55
যক্ষ্মা (সল) 55
শ্বাসকষ্ট, কফে কষ্ট, কাশির পর রক্তে নীল ও কমলা রঙের 55
সার্সাম (মেনিনজাইটিস সদৃশ অবস্থা) 55
দ্রুত বীর্যপাত (সুর'আত) 55
যৌন ইচ্ছার আধিক্য 56
পিত্তের আধিক্য 56
পিত্তজনিত বমি 56

www.ksars.org

পক্ষাঘাত (ফালিজ) 56
কোলিক (কৌলঞ্জ)— 56
কোষ্ঠকাঠিন্য— 56
কানের রোগ— 57
দুর্বলতা/আলস্য— 57
কেটে যাওয়া— 57
পাগলা কুকুরের কামড়— 57
শুষ্ক কাশি— 58
ব্রঙ্কাশি— 58
গলা ব্যথা/গলায় প্রদাহ— 58
টাক— 58
গেঁটে বাত—"যুগ্মব্যথা" অংশে দেখুন। 58
পর্যন্ত চিকিৎসা চালাতে হবে। 59
ম্যালেরিয়া— 59
মুখ দিয়ে রক্ত পড়া— 59
মুখে ঘা/ছালার মতো দানা— 59
মূত্রথলিতে পাথর— 59
পাকস্থলীতে জ্বালা— 59
মোটা কমানো— 60
নাভি সরে যাওয়া— 60
ঘুম না আসা— 60
নিউমোনিয়া— 60
নাসূর— 60
নাক দিয়ে রক্ত পড়া— 61
ঘৃণা, হিংসা ও পাষাণতা— 61

www.ksars.org

হজমের দুর্বলতা— 61
কলেরা— 61
হাত-পা ফাটা ও খিঁচুনি— 61
হাত-পা ঠান্ডা থাকা— 61
জন্ডিস— 62
পঞ্চম অধ্যায় 63
রোগে উপকারী ও ক্ষতিকর খাদ্য 63
পাকস্থলী ও অন্ত্রের রোগ 63
জলধরা (ইস্তিসক্বা) 64
যকৃতের রোগ 64
ববাসীর 65
ডায়াবেটিস 65
ঋতুস্রাব 66
লিউকোরিয়া 67
মায়ের দুধ কম হওয়া 67
স্মৃতিশক্তি দুর্বলতা 68
মানসিক দুর্বলতা—মস্তিষ্কের শুষ্কতা 69
মেলানকোলিয়া ও উন্মাদনা 69
গেঁটে বাত 69
উচ্চ রক্তচাপ—নিম্ন রক্তচাপ 69
পিত্তথলির পাথর কিডনি ও মূত্রথলির পাথর 70
হাঁপানি 70
জন্ডিস 70
স্নায়ুর দুর্বলতা 71
ষষ্ঠ অধ্যায় 72

www.ksars.org

দায়েরাতুল হাজিরাত 72
পাথরের প্রভাব নির্ণয়ের আধ্যাত্মিক পদ্ধতি 72
পাথর ও মানবজীবন 75
মুক্তা 75
প্রবাল 76
ফিরোজা 76
লাল (লাল পাথর) 76
কাহরবা (অ্যাম্বার) 76
জিকির 76
ইয়াশব 77
পান্না (জমরুদ) 77
হীরা 77
পুখরাজ 77
ইয়াকুত 78
আকিক 78
নীলম 78
লেহসুনিয়া (ক্যাটস আই) 78
সুলায়মানি পাথর 78
মুনস্টোন 78
ধান ফিরিং 79
অভিজ্ঞতা 79
জ্বর 79
আমাশয় 80
পশু ও রঙিন চিকিৎসা 80
খাদ্যে বিষক্রিয়া 81

www.ksars.org

মূত্রথলির পাথর.....81
আগুনে পোড়া.....81
গ্রন্থি.....81
অ্যালোপ্যাথি চিকিৎসক ও ক্যান্সার.....82
রঙে যক্ষ্মার সফল চিকিৎসা.....82
আলোতে ইনজেকশন ও রঙিন বাল্ব.....82
কমলা ও নীল আলোর তেল.....83
লাজওয়ার্দি (নীলাভ) আলোর তেল.....83
আকাশি আলোর তেল.....83
সবুজ আলোর তেল.....83
লাল আলোর তেল.....83
বেগুনি আলোর তেল.....83

www.ksars.org

নিবেদন এই যে—

"রুহানি ডাক" শিরোনামের অধীনে দৈনিক *হাররিয়াত*, *মাশরিক*, *জাসারত* এবং *মিল্লাত গুজরাটি*-র মাধ্যমে দুঃখী ও উদ্বিগ্ন নারী–পুরুষদের পক্ষ থেকে আমার নিকট এক লক্ষেরও অধিক পত্র পৌঁছেছে। সমস্যার ধরন যাই হোক না কেন, মূলত প্রতিটি সমস্যাই ছিল অস্থিরতা ও অশান্তি, স্নায়বিক টানাপোড়েন এবং মানসিক দ্বন্দ্বের প্রতিচ্ছবি।

আল্লাহ্ তাআলা আমাকে এতটুকু সাহস ও তাওফিক দান করেছেন যে আমি ইচ্ছাকৃতভাবে কোনো ছোট বা বড়, গুরুত্বপূর্ণ বা অগুরুত্বপূর্ণ সমস্যাকেই উপেক্ষা করিনি। কারণ অনেক সময় একটি অতি সামান্য বিষয়ও কোনো একজন মানুষের জন্য গভীর সমস্যায় পরিণত হয়।

এটি আল্লাহ্র এক মহৎ অনুগ্রহ যে, বিপর্যস্ত মানুষের জন্য আমার পরামর্শসমূহ অন্তরের প্রশান্তি এবং দেহ–মননের আরামের মাধ্যম হিসেবে বিবেচিত হয়েছে। আমার অন্তরে বারবার এই ভাবনা উদয় হতে থাকে যে, আমি এমন একটি গ্রন্থ প্রণয়ন করি যা সাধারণ মানুষের জন্য উপকারী হবে। যখন মনোযোগ একটিমাত্র চিন্তায় নিবদ্ধ হয়, তখন তার বাহ্যিক রূপও আত্মপ্রকাশ করে।

এই প্রচেষ্টারই ফল হলো— "রঙ ও আলো দ্বারা চিকিৎসা", যা আজ গ্রন্থাকারে আপনার সামনে উপস্থাপিত। আল্লাহ্ তাআলার সত্তার প্রতি আমার দৃঢ় বিশ্বাস, এই গ্রন্থ তাঁর সৃষ্টির জন্য কল্যাণের মাধ্যম হবে এবং সর্দার-ই-কাউন ও মাকান, রহমাতুল্লিল 'আলামিন, আমাদের সাইয়্যিদুনা হুযূর ﷺ–এর ওসিলায় এটি দরবারে রাব্বুল 'ইজ্জতের নিকট গ্রহণযোগ্যতার সৌভাগ্য লাভ করবে।

www.ksars.org

পুনরার্পণ নিবেদন

এই বিষয়ের ওপর পূর্বে যেসব গ্রন্থ রচিত হয়েছে, আমি সেগুলো গভীরভাবে পর্যালোচনা করেছি। এর পাশাপাশি নিজের চিন্তা থেকেও কিছু সংযোজন করেছি। অতঃপর সেই সংযোজন ও পর্যালোচনার উপর পুনর্বিচার ও বিশ্লেষণ করেছি। আমি এ কথা দাবি করতে পারি না যে রোগীরা শতভাগ উপকার পেয়েছেন; তবে এটুকু অবশ্যই বলা যায় যে, এই গ্রন্থে বর্ণিত চিকিৎসা-পদ্ধতি অনুযায়ী যদি আমল করা হয়, তবে নিরানব্বই শতাংশ পর্যন্ত উপকার পাওয়া সম্ভব।

সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো—এই চিকিৎসা প্রায় সম্পূর্ণ বিনামূল্যের সমতুল্য, সহজসাধ্য এবং এতে কোনো কঠোর বিধিনিষেধ বা উল্লেখযোগ্য পরহেজ নেই। এই চিকিৎসা প্রতিটি ঘরে ব্যবহৃত সাধারণ পানির মাধ্যমেই সম্পন্ন হয়। পার্থক্য কেবল এতটুকু যে, নির্দিষ্ট কিছু রং ও নির্দিষ্ট কিছু আলো সেই পানিতে সংমিশ্রিত হয়ে যায়। যখন এই পানি ব্যবহার করা হয়, তখন পাকস্থলী তা পরীক্ষা করে না; বরং সরাসরি রক্ত ও স্নায়ুর মধ্যে প্রবেশ করে যায়। এটাই এর একটি বিরাট বৈশিষ্ট্য—যা পৃথিবীর কোনো ওষুধে বিদ্যমান নয়। এ থেকেই অনুমান করা যায়, মানবদেহের অভ্যন্তরে এই পানি কী পরিমাণ পরিবর্তন সাধন করতে পারে।

এর দ্বিতীয় বৈশিষ্ট্য হলো—এই পানি রক্তের মধ্যে ঠিক সেভাবেই সঞ্চালিত হয়, যেভাবে সাধারণ পানি সঞ্চালিত হয়। এই গুণটিও পৃথিবীর কোনো ওষুধে পাওয়া যায় না।

তৃতীয় এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ দিকটি হলো—যখন এই পানি রক্তের মধ্যে সঞ্চালিত হয়, তখন রক্তনালী, শিরা-উপশিরা এবং মাংস ও ত্বকের ভেতরে এর রং ও আলো দ্রবীভূত হয়ে যায়; আর যে সাধারণ পানি অবশিষ্ট থাকে, তা ঘাম অথবা মল-মূত্রের মাধ্যমে বেরিয়ে যায়।

পৃথিবীর প্রতিটি ওষুধই নিজের একটি প্রভাব রেখে তারপর দেহ থেকে বেরিয়ে যায়। কিন্তু রং ও আলোর মতো স্নায়ুতন্ত্রের ভেতরে স্থায়ীভাবে

www.ksars.org

প্রোথিত হয় না। এটিও এই চিকিৎসা-পদ্ধতির একটি বিশেষ বৈশিষ্ট্য। রং ও আলো দ্বারা প্রস্তুত পানির আরেকটি গুণ হলো—এই পানি স্নায়ু, রক্তনালী, হৃদয়, মস্তিষ্ক এবং রক্তকণিকা—সবকিছুকেই ধৌত করে দেয় এবং সমস্ত বিষাক্ত উপাদানকে নিজের সঙ্গে নিয়ে বের করে দেয়।

"রং ও আলো দ্বারা চিকিৎসা" গ্রন্থটির প্রথম সংস্করণ অতি দ্রুত নিঃশেষ হয়ে যায় এবং দ্বিতীয় সংস্করণের জন্য বিপুল সংখ্যক অনুরোধ আসতে থাকে। বর্তমান সংস্করণে কিছু সংযোজন করা হয়েছে, যা মানবজীবনের উপর পাথরের প্রভাবের সঙ্গে সম্পর্কিত। এর ফলে এই গ্রন্থটি এখন আরও অধিক উপকারী হয়ে উঠেছে।

আল্লাহ্ তাআলা এই গ্রন্থকে আরও অধিক গ্রহণযোগ্যতা দান করুন এবং মানুষ যেন এর মাধ্যমে উপকৃত হয়—এই কামনাই করি।

আমিন, তারপর আবার আমিন
খাজা শামসুদ্দিন আজিমি

মার্চ ১৯৭৮ খ্রি.

www.ksars.org

অধ্যায় প্রথম

জীবন ও রং

মানুষ এখন পর্যন্ত প্রায় ষাট প্রকার রং শনাক্ত করেছে; এর মধ্যে কেবল অত্যন্ত তীক্ষ্ণ দৃষ্টিসম্পন্ন ব্যক্তিরাই সূক্ষ্ম পার্থক্য নির্ণয় করতে পারেন। দৃষ্টি যে বস্তুকে অনুভব করে, তাকে কখনো রং, কখনো আলো, কখনো রত্ন, আবার শেষ পর্যন্ত কমবেশি পানির মাধ্যমে ব্যাখ্যা করা হয়।
আকাশি রং কী, তা কীভাবে গঠিত, এটি নিছক কল্পনা নাকি কোনো বাস্তব সত্তা—এই প্রশ্নগুলো আপাতত উপেক্ষা করলেও বাস্তবতা এই যে মানবদৃষ্টি একে অনুভব করে এবং যে নাম দেয়, তা হলো 'আকাশি'।

যখন বায়ুমণ্ডল ধূলিকণামুক্ত থাকে, তখন আকাশি রঙের রশ্মিগুলি তাদের অবস্থানের ভেদে রং পরিবর্তন করে। এখানে 'অবস্থান' বলতে সেই বায়ুমণ্ডলীয় অবস্থা বোঝানো হয়েছে, যাকে মানুষ উচ্চতা, নিম্নতা, বিস্তার এবং ভূমির নিকটতা বা দূরত্ব বলে অভিহিত করে। এই পরিস্থিতিগুলিই আকাশি রংকে হালকা, গাঢ়, আরও গাঢ় কিংবা আরও হালকা করে তোলে—এমনকি একাধিক রঙে রূপান্তরিত করে।
দৃষ্টিসীমা অতিক্রম করে ভূমির দিকে দৃষ্টি দিলে অসংখ্য নীলাভ রঙিন রশ্মি চোখে পড়ে। এখানে 'রং' শব্দটিকে 'প্রকার' বলাও যায়। প্রকৃতপক্ষে প্রকারই সেই বস্তু, যা আমাদের দৃষ্টিতে রং হিসেবে প্রতিভাত হয়। অর্থাৎ কেবল রং নয়, রঙের সঙ্গে বায়ুমণ্ডলে আরও বহু উপাদান যুক্ত থাকে, যা তাতে পরিবর্তন ঘটায়। এই কারণেই আমরা একে 'প্রকার' নামে অভিহিত করতে চাই।
যে রঙিন দৃশ্য আমরা দেখি, তাতে আলো, অক্সিজেন গ্যাস, নাইট্রোজেন গ্যাস এবং কিছু অন্যান্য গ্যাসও অন্তর্ভুক্ত থাকে। এসব গ্যাসের পাশাপাশি কিছু হালকা ও কিছু ঘন ছায়াও (shades) বিদ্যমান থাকে। আরও কিছু উপাদান এভাবেই আকাশি রঙের সঙ্গে যুক্ত হয়ে যায়। এই সমস্ত উপাদানকেই আমরা বিভিন্ন প্রকার বা বিভিন্ন রঙের নাম দিয়ে থাকি। তবে মনে রাখতে হবে, হালকা ও ঘন ছায়াগুলোর বিশেষ গুরুত্ব রয়েছে।
যে বায়ুমণ্ডলের মধ্য দিয়ে আমরা রঙের পার্থক্য দেখতে পাই, সেই বায়ুমণ্ডলে দৃষ্টি ও দৃষ্টিসীমার মাঝখানে—আকাশ পরিষ্কার থাকা সত্ত্বেও—অনেক কিছুই বিদ্যমান থাকে।

www.ksars.org

ফোটন ও ইলেকট্রন

প্রথমে আমরা সেই আলোকরশ্মিগুলোর আলোচনা করি, যেগুলো বিশেষভাবে আকাশি রঙের উপর প্রভাব ফেলে। আলোর উৎস কী—এ সম্পর্কে মানুষের কাছে এখনো সম্পূর্ণ ও নির্ভুল জ্ঞান নেই। রংধনুর যে দূরত্ব সাধারণত বর্ণনা করা হয়, তা পৃথিবী থেকে প্রায় নয় (৯) কোটি মাইল বলা হয়। এর অর্থ হলো, যে রঙগুলো আমাদের এত নিকটে দৃশ্যমান মনে হয়, বাস্তবে সেগুলো প্রায় নয় কোটি মাইল দূরে অবস্থিত। এখন এটি বোঝা একটি কঠিন বিষয় যে সূর্য ও পৃথিবীর মাঝখানে কিরণের পাশাপাশি আর কী কী উপাদান রয়েছে, যা ক্রমাগত বায়ুমণ্ডলে মিশে থাকে।

সূর্য থেকে আমাদের কাছে যে কিরণগুলো পৌঁছায়, সেগুলোর ক্ষুদ্রতম একককে ফোটন (PHOTON) বলা হয়। ফোটনের একটি বৈশিষ্ট্য হলো—এর মধ্যে কোনো স্পেস (SPACE) নেই।

স্পেস বলতে এখানে ডাইমেনশন (DIMENSION) বা 'মাত্রা' বোঝানো হয়েছে; অর্থাৎ এর কোনো দৈর্ঘ্য, প্রস্থ বা পুরুত্ব নেই। এজন্য যখন ফোটন কিরণের আকারে বিস্তৃত হয়, তখন তারা একে অপরের সঙ্গে সংঘর্ষ করে না, একে অপরের স্থান দখল করে না; অন্য কথায়, তারা স্থান দখল করে না—যতক্ষণ না তারা কোনো অন্য রঙের সঙ্গে সংঘর্ষে লিপ্ত হয়। এখানে 'অন্য রঙ' বিষয়টিকে আবারও বুঝে নেওয়া প্রয়োজন।

বায়ুমণ্ডলে যত উপাদান বিদ্যমান, সেগুলোর কোনো একটির সঙ্গে ফোটনের সংঘর্ষই ফোটনকে স্পেস প্রদান করে। প্রকৃতপক্ষে এই বায়ুমণ্ডল কী? এটি হলো রঙের বিভাজন। রঙের এই বিভাজন কেবল একক ফোটনের প্রবাহে ঘটে না; বরং সেই বৃত্তগুলোর মাধ্যমে ঘটে, যা ফোটনসমূহ দ্বারা গঠিত হয়। যখন ফোটনগুলো এই বৃত্তগুলোর সঙ্গে সংঘর্ষে লিপ্ত হয়, তখন স্পেস, রং ইত্যাদি বহু কিছুর সৃষ্টি হয়।

গ্যালাকটিক ব্যবস্থা ও দুই খরব সূর্য

এখানে প্রশ্ন ওঠে—কিরণের মধ্যে এই বৃত্তগুলো কীভাবে সৃষ্টি হলো? আমরা জানি যে আমাদের গ্যালাকটিক ব্যবস্থায় বহু নক্ষত্র বা সূর্য বিদ্যমান। তারা কোনো না কোনো উৎস থেকে আলো নিয়ে আসে। তাদের পারস্পরিক দূরত্ব সর্বনিম্ন পাঁচ আলোকবর্ষ বলে বর্ণিত হয়েছে। যেখানে তাদের আলো পরস্পরের সঙ্গে সংঘর্ষে লিপ্ত হয়, সেই আলোগুলো যেহেতু বিভিন্ন প্রকারের সমন্বয়ে গঠিত, তাই সেখানেই বৃত্তের সৃষ্টি হয়—যেমন আমাদের পৃথিবী বা অন্যান্য গ্রহ।

এর অর্থ দাঁড়ায় যে সূর্য অথবা অন্যান্য নক্ষত্র—যাদের সংখ্যা আমাদের গ্যালাকটিক ব্যবস্থায় প্রায় দুই খরব বলে উল্লেখ করা হয়—তাদের

www.ksars.org

আলোগুলো অসংখ্য প্রবাহে বিস্তৃত। আর যেখানে এসব আলোর সংঘর্ষ ঘটে, সেখানেই একটি বৃত্ত সৃষ্টি হয়, যাকে গ্রহ বলা হয়।
এখন ফোটনের মধ্যে স্পেস সৃষ্টি হয় এবং স্পেসের ক্ষুদ্রতম কণাকে ইলেকট্রন (Electron) বলা হয়। যেখানে ফোটন ও ইলেকট্রন উভয়ের সংঘর্ষ ঘটে, সেখান থেকেই দৃষ্টি রং দেখতে শুরু করে। রং কী? কেন আছে? দৃষ্টি কী? কেন আছে? দৃষ্টির তীক্ষ্ণতা কী এবং কেন—এই বিষয়গুলো এখানে আমাদের আলোচ্য নয়।

দুই পায়ে ও চার পায়ে চলা প্রাণী

প্রাণী মূলত দুই প্রকার। এক প্রকার চার পায়ে চলা প্রাণী এবং অন্য প্রকার দুই পায়ে চলা প্রাণী। উড়ন্ত প্রাণী ও সাঁতার কাটা প্রাণীকেও চার পায়ে চলা প্রাণীদের অন্তর্ভুক্ত করা হয়। কারণ তারা পা-ও ব্যবহার করে এবং ডানা-ও ব্যবহার করে। তদুপরি, তাদের উড়ে চলার ভঙ্গিও মূলত চার পায়ে চলা প্রাণীদের গতিবিধির সাথেই সাদৃশ্যপূর্ণ। দুই পায়ে চলা প্রাণী হল মানুষ।
চার পায়ে চলা প্রাণী, উড়ন্ত প্রাণী এবং সাঁতার কাটা প্রাণীরা আসমানি রং (আকাশি বর্ণ) সমগ্র দেহে সমানভাবে গ্রহণ করে। এই কারণেই সাধারণত তাদের মধ্যে প্রবৃত্তি কার্যকর থাকে, চিন্তাশক্তি কার্যকর হয় না; অথবা বড়জোর তাদের কিছু বিষয় শেখানো যায়। কিন্তু সেটিও চিন্তার পরিসরে পড়ে না। জীবনে যেসব জিনিস তাদের প্রয়োজন হয়, কেবল সেগুলোকেই তারা গ্রহণ করে। অপ্রয়োজনীয় বিষয়ে তারা সাধারণত জড়িত হয় না। তাদের প্রয়োজনীয় বিষয়গুলোর অধিকাংশই আসমানি রঙের তরঙ্গের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত।
দুই পায়ে চলা প্রাণী, অর্থাৎ মানুষ, সর্বপ্রথম আসমানি রঙের মিশ্র রূপ—অর্থাৎ বহু রঙের সংমিশ্রণ—নিজের চুল ও মাথার মাধ্যমে গ্রহণ করে এবং এই রঙের সংমিশ্রণ তার মধ্যে স্থায়ীভাবে প্রোথিত হয়ে থাকে। এই মিশ্র রঙের প্রভাবে যত বেশি চিন্তা, অবস্থা ও অনুভূতি মানুষের মস্তিষ্ককে প্রভাবিত করে, মানুষ তত বেশি প্রভাবিত হয়।
মস্তিষ্কে অগণিত (খরব সংখ্যক) কোষ রয়েছে এবং সেগুলোর মধ্য দিয়ে নিরবচ্ছিন্নভাবে বৈদ্যুতিক প্রবাহ চলতে থাকে। এই বৈদ্যুতিক প্রবাহের মাধ্যমেই চিন্তা, চেতন ও অবচেতন অতিক্রম করে এবং এর বড় একটি অংশ অচেতন স্তরে প্রবেশ করে।
মস্তিষ্কের একটি কোষ এমন, যেখানে বৈদ্যুতিক প্রবাহ আলোকচিত্রের ন্যায় ধারণ ও বিভাজন করে থাকে। এই আলোকধারণ ক্ষেত্রটি হয় অত্যন্ত অন্ধকার, নয়তো অত্যন্ত উজ্জ্বল।

www.ksars.org

আরও একটি কোষ রয়েছে, যেখানে কিছু গুরুত্বপূর্ণ বিষয় সংরক্ষিত থাকে; কিন্তু সেগুলো এতটা গুরুত্বপূর্ণ নয় যে বহু বছর পরও স্মরণে আসে। তৃতীয় একটি কোষ তার চেয়েও বেশি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় ধারণ করে, যা সুযোগ হলে মাঝে মাঝে স্মৃতিতে ফিরে আসে। চতুর্থ একটি কোষ দৈনন্দিন অভ্যাসগত কাজকর্ম (routine chores)-এর জন্য নির্ধারিত, যার মাধ্যমে মানুষ কাজ সম্পন্ন করে, কিন্তু এতে ইচ্ছা বা সংকল্প সক্রিয় থাকে না। পঞ্চম একটি কোষে এমন স্মৃতি হঠাৎ ভেসে ওঠে, যেগুলোর সঙ্গে জীবনের পারস্পরিক ঘটনাপ্রবাহের কোনো সরাসরি সম্পর্ক থাকে না। অর্থাৎ একটি বিষয় মনে পড়তেই তার সঙ্গে সঙ্গে আরেকটি সম্পূর্ণ অসংশ্লিষ্ট বিষয় মনে পড়ে যায়।

ষষ্ঠ একটি কোষ এমন যে সেখানে হয় কোনো স্মৃতি আসে না, অথবা স্মৃতি আসার সঙ্গে সঙ্গেই তা বাস্তব কর্মে রূপ নেয়। উদাহরণস্বরূপ—কোনো পাখির কথা মনে আসা মাত্রই বাস্তবে সেই পাখিকে সামনে দেখতে পাওয়া। সপ্তম একটি কোষ রয়েছে, যাকে সাধারণ পরিভাষায় স্মৃতি (Memory) বলা হয়।

মস্তিষ্কে মিশ্র আসমানি রঙ প্রবেশ করে প্রোথিত হওয়ার ফলে চিন্তা, অবস্থা (কাইফিয়াত), অনুভূতি ইত্যাদি ক্রমাগত পরিবর্তিত হতে থাকে। এই পরিবর্তনের প্রকৃতি এমন যে—এই রঙের ছায়াগুলো কখনো হালকা, কখনো গাঢ় হয়ে ভিন্ন ভিন্ন মাত্রায় প্রভাব সৃষ্টি করে এবং সঙ্গে সঙ্গেই নিজের স্থান ত্যাগ করে, যাতে অন্যান্য ছায়া তাদের স্থান দখল করতে পারে। বহু ছায়া, যারা স্থান ত্যাগ করে, সেগুলো গভীর হওয়ার কারণে অনুভূতিতে রূপান্তরিত হয়। এ ছাড়াও বহু চিন্তার আকৃতি ছড়িয়ে পড়ে ও বিলীন হয়ে যায়। ধীরে ধীরে মানুষ এই চিন্তাগুলোকে পরস্পরের সঙ্গে যুক্ত করতে শেখে। যেসব চিন্তাকে সে সম্পূর্ণভাবে বর্জন করে, সেগুলো বিলুপ্ত হয়ে যায়; আর যেগুলোকে গ্রহণ করে, সেগুলো কার্যকলাপে পরিণত হয়। এই ছায়াগুলো এভাবেই কাজ করতে থাকে এবং এই ছায়াগুলোর মাধ্যমেই মানুষ দুঃখ ও স্বস্তি লাভ করে। কখনো সে দুঃখিত হয়, কখনো অত্যন্ত দুঃখিত হয়; আবার কখনো সে আনন্দিত হয়, কখনো অত্যন্ত আনন্দিত হয়। এই ছায়াগুলোর যতটুকু অংশ দেহ থেকে নির্গত হতে পারে, তা হয়ে

www.ksars.org

যায়; আর যতটুকু দেহের ভেতরে প্রোথিত হয়ে যায়, তা স্নায়বিক ব্যবস্থায় রূপ নেয়।

মানুষ যেহেতু দুই পায়ে চলাচল করে, তাই সর্বপ্রথম এই ছায়াগুলোর প্রভাব তার মস্তিষ্ক গ্রহণ করে। মস্তিষ্কের কিছু নির্দিষ্ট কার্যপ্রণালি রয়েছে, যার মাধ্যমে তা স্নায়বিক ব্যবস্থাকে পরিচালিত করে। মাথার পশ্চাৎভাগ—অর্থাৎ উম্মুদ্‌দিমাগ (মস্তিষ্কের মূল অংশ) এবং হারাম মাগজ (মেরুদণ্ড)—এই স্নায়বিক ব্যবস্থায় বিশেষ ভূমিকা পালন করে। দুঃখ ও আনন্দ—উভয়ই স্নায়বিক ব্যবস্থাকে প্রভাবিত করে। প্রকৃতপক্ষে দুঃখ ও আনন্দ হলো বিদ্যুতের এক ধরনের প্রবাহ, যা মস্তিষ্ক থেকে প্রবেশ করে সমস্ত স্নায়ুর মধ্যে বিস্তৃত হয়ে যায়। এই তরঙ্গগুলো দুই পায়ে চলা প্রাণীর মস্তিষ্কে প্রবেশ করে। এই তরঙ্গগুলোর ওজন, বিশ্লেষণ, পরিবেশ ও প্রভাব সর্বত্র একরকম হয় না; বরং বিভিন্ন স্থানে বিভাজিত হয়। এই বিভাজন প্রক্রিয়ায় কিছু ছায়া অধিক মাত্রায় শোষিত হয় এবং কিছু ছায়া কম মাত্রায় শোষিত হয়।

মানুষের মস্তিষ্কে অগণিত কোষ (cells) সক্রিয় থাকে। এ কথা অপরিহার্য নয় যে পরিবেশ থেকে সৃষ্ট ছায়ার তরঙ্গগুলো এই অগণিত কোষে সর্বদা নিজেদের প্রভাব বজায় রাখবে। কখনো তাদের প্রভাব অত্যন্ত ক্ষীণ হয়ে যায়, কখনো সম্পূর্ণরূপে বিলুপ্ত হয়ে যায়। তবে এটি স্পষ্ট যে মস্তিষ্ক-সম্পর্কিত এই সমস্ত কোষ কখনোই শূন্য থাকে না। কখনো তাদের প্রবণতা বাতাসের দিকে বেশি থাকে, কখনো পানির দিকে, কখনো খাদ্যের দিকে এবং কখনো কেবল আলোয়ের দিকে। আর এই আলো থেকেই রঙ এবং রঙের মিশ্র রূপসমূহ সৃষ্টি হয় এবং ক্রমাগত ব্যয়িত হতে থাকে।

মুখমণ্ডলে ফিল্ম

যদি মানুষ মস্তিষ্ককে সচেতনভাবে কাজে লাগায়, তবে মুখমণ্ডলে নানাবিধ রঙ প্রতীয়মান হয়। এই রঙগুলোর মধ্যে সবচেয়ে স্পষ্ট হলো চোখের রঙ এবং ইন্দ্রিয়সমূহের প্রবাহ। যদিও চোখও ইন্দ্রিয়ের অন্তর্ভুক্ত, তবু বাহ্য জগত থেকে যা দেখে, তার প্রভাব সে অধিক মাত্রায় গ্রহণ করে। বহির্জগতের বহু প্রতিচ্ছবি চোখের মাধ্যমে অন্তর্গত মস্তিষ্ককে প্রভাবিত করে। এর ফলস্বরূপ ইন্দ্রিয়সমূহ কখনো সজীব হয়, কখনো বিষণ্ন হয়ে পড়ে; কখনো দুর্বল হয়, কখনো শক্তিশালী হয়। এসব অবস্থার ওপরই মস্তিষ্কের কার্যকারিতা নির্ভরশীল। ধীরে ধীরে এই মস্তিষ্কীয় কার্যক্রম

www.ksars.org

স্নায়ুতন্ত্রে প্রবেশ করে, যা কখনো সঠিকভাবে কাজ করে, আবার কখনো ভুলভাবে কাজ করে।
মস্তিষ্কীয় তরঙ্গের প্রভাবে মুখমণ্ডলে এত বেশি প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হয় যে সেগুলো সব পড়ে বোঝা কঠিন। তবুও মুখমণ্ডলে একটি 'ফিল্ম' সদা চলমান থাকে, যা স্নায়ুতন্ত্রে সঞ্চারিত প্রভাবসমূহের পরিচয় বহন করে।
পূর্বেই উল্লেখ করা হয়েছে যে রঙের সংখ্যা অত্যন্ত বেশি এবং তাদের কার্যকারিতা অত্যন্ত বিস্তৃত।

আসমানি রঙ কী?

আসমানি রঙ প্রকৃতপক্ষে কোনো একক রঙ নয়; বরং তা সেই সব কিরণের সমষ্টি, যা নক্ষত্রসমূহ থেকে আগত। পূর্বে যেমন বলা হয়েছে, এই নক্ষত্রগুলোর পারস্পরিক দূরত্ব কোথাও পাঁচ আলোকবর্ষের কম নয়। একটি কিরণ প্রতি সেকেন্ডে এক লক্ষ ছিয়াশি হাজার দুইশ বিরাশি মাইল বেগে ভ্রমণ করে। এভাবেই আলোকবর্ষের হিসাব নির্ধারিত হয়।
প্রতিটি নক্ষত্রের আলো চলমান থাকে এবং চলার পথে পরস্পরের সঙ্গে সংঘর্ষে লিপ্ত হয়। এই কিরণগুলোর পৃথক নামকরণ মানুষের সাধ্যের বাইরে; তেমনি মানুষ চোখের মাধ্যমে একক কিরণের রঙও ধারণ করতে পারে না। এই কিরণগুলো একত্রে যে রঙ সৃষ্টি করে, তা গাঢ় বা অন্ধকার প্রকৃতির হয়, এবং দৃষ্টিশক্তি সেই অন্ধকারকেই আসমানি রঙ হিসেবে অনুভব করে। এই রঙের পরিবেশ মানুষের মস্তিষ্কে সঞ্চারিত হয়। ফলস্বরূপ মানুষের মাথায় বিদ্যমান অসংখ্য কোষ এই পরিবেশে পরিপূর্ণ হয়ে যায়—এতটাই পরিপূর্ণ যে নির্দিষ্ট কিছু অবস্থাব্যতীত অন্য কোনো অবস্থা সেখানে স্থান পায় না।
কখনো প্রত্যেকটি কোষের নিজস্ব একটি অবস্থা থাকে, আবার কখনো বহু কোষে পারস্পরিক সাদৃশ্য দেখা যায় এবং সেই কারণে তাদের অবস্থাসমূহ একে অপরের সঙ্গে যুক্ত হয়ে যায়। তবে এই সংযুক্তি এমন নয় যে তারা সম্পূর্ণভাবে একীভূত হয়ে যায়; বরং প্রত্যেকটি কোষ নিজস্ব প্রভাব বজায় রেখে পারস্পরিকভাবে জটিলভাবে মিশে যায়। এভাবে মস্তিষ্কের অসংখ্য কোষ একে অপরের মধ্যে প্রোথিত হয়ে যায়, এমন পর্যায়ে পৌঁছে যে আমরা আর কোনো একটি কোষের ক্রিয়া বা প্রতিক্রিয়াকে অন্যটি থেকে পৃথক করতে পারি না; বরং সব মিলিয়ে তা এক ধরনের বিভ্রমের রূপ ধারণ করে। যদি বলা হয় যে মানুষ একটি বিভ্রমপ্রবণ প্রাণী, তবে তা অযৌক্তিক হবে না। কোষসমূহের এই পরিবেশকে বিভ্রম, অথবা চিন্তা, অথবা অনুভূতি বলা যেতে পারে।

www.ksars.org

এই বিভ্রমময় পরিবেশ মস্তিষ্কের সূক্ষ্মতম স্নায়ুতন্তুতে প্রবেশ করে—সেসব তন্তুতে যেখানে রক্তের সঞ্চালনগত গতি অত্যন্ত দ্রুত। এই সঞ্চালনগত গতিকেই মানুষের অস্তিত্ব বলা যায়। রক্তের প্রকৃতি সম্পর্কে এ পর্যন্ত যা কিছু বোঝা হয়েছে, বাস্তবে তা এর প্রকৃত স্বরূপ থেকে অনেকাংশে ভিন্ন।

আসমানি পরিবেশ থেকে যে প্রভাবসমূহ মস্তিষ্কের ওপর পতিত হয়, সেগুলো প্রবাহের রূপ ধারণ করে এবং প্রকৃত অর্থে এগুলোকে বিভ্রম বা চিন্তা ছাড়া অন্য কোনো নামে অভিহিত করা যায় না। যখন আসমানি রঙের পরিবেশ রক্তপ্রবাহে রূপান্তরিত হয়, তখন তার ভেতরে সেই সব বলয় সক্রিয় থাকে, যা অন্যান্য নক্ষত্র থেকে আগত। এই বলয়গুলো এত ক্ষুদ্র যে শক্তিশালী দূরবীক্ষণ যন্ত্রও সেগুলো দেখতে সক্ষম নয়; কিন্তু তাদের প্রভাব কার্যরূপে প্রকাশ পায়। মানুষের স্নায়ুতন্ত্রে সেই একই গতিবিধি সৃষ্টি হয়, এবং এই গতিবিধির আধিক্য বা স্বল্পতাই স্নায়ুতন্ত্রে বিঘ্নের কারণ হয়ে দাঁড়ায়।

রঙের পার্থক্য

রঙের পার্থক্যের সূচনাও এখান থেকেই হয়। হালকা আসমানি রঙ অত্যন্ত দুর্বল ধরনের এক বিভ্রম সৃষ্টি করে। এই বিভ্রম মস্তিষ্কীয় পরিবেশে বিলীন হয়ে যায় এভাবে যে, প্রতিটি কোষের ভেতরে আসমানি রঙের অসংখ্য প্রতিবিম্ব বিদ্যমান থাকে। এই প্রতিবিম্বগুলোর প্রত্যেকটির নিজস্ব স্বতন্ত্র প্রভাব রয়েছে। বিভ্রমের প্রথম প্রবাহ বিশেষভাবে অত্যন্ত দুর্বল হয়। যখন এই প্রবাহ দুইটি বা দুইয়ের অধিক হয়ে ছয় পর্যন্ত পৌঁছে যায়, তখন মন নিজের ভেতরে বিভ্রমকে অনুভব করতে শুরু করে। এই বিভ্রম এতটাই শক্তিশালী হয় যে, যদি তা কোনো নড়াচড়া না করে এবং এক স্থানে কেন্দ্রীভূত হয়ে থাকে, তবে মানুষ অত্যন্ত সুস্থ থাকে; তার কোনো স্নায়বিক দুর্বলতা দেখা দেয় না, বরং তার স্নায়ুসমূহ সঠিক দিকেই কাজ করে। এই প্রবাহের উপলব্ধি অত্যন্ত বিরল।

যদি এই প্রবাহ কোনো একটি কণায়, কোনো একটি দিক বা কোনো একটি অভিমুখে কেন্দ্রীভূত হয়ে যায় এবং অল্প সময়ের জন্যও স্থির থাকে, তবে তা বহুদূর পর্যন্ত নিজের প্রভাব বিস্তার করে। এই প্রবাহের মাধ্যমে মানুষকে প্রভাবিত করা সম্ভব। টেলিপ্যাথির মূল নীতিও এটাই যে, বিভ্রম এমন সব বস্তুকেও প্রভাবিত করে, যেগুলোকে সাধারণত প্রাণসম্পন্ন বলে গণ্য করা হয় না।

www.ksars.org

এর সর্বপ্রথম প্রভাব পড়ে মস্তিষ্কের স্নায়ুসমূহের ওপর, এমনকি মস্তিষ্কের লক্ষ লক্ষ কোষ এই আঘাতে ধ্বংস হয়ে যায়। এরপর যে মস্তিষ্কীয় কোষগুলো অবশিষ্ট থাকে, তারা মস্তিষ্কমূল (উম্মুদ্‌দিমাগ) এর মাধ্যমে স্পাইনাল কর্ডে (SPINAL CORD) নিজেদের কার্যকারিতা প্রেরণ করে। এই কার্যকারিতাই সূক্ষ্মতম স্নায়ুতন্তুতে বিভক্ত হয়ে যায়। এই কার্যকারিতার বিস্তারের ফলেই ইন্দ্রিয়সমূহের উদ্ভব ঘটে। এর মধ্যে সর্বপ্রথম ইন্দ্রিয় হলো দৃষ্টিশক্তি।

চোখের মণিতে যখন কোনো প্রতিবিম্ব পড়ে, তখন তা স্নায়ুর সূক্ষ্মতম তন্তুগুলোতে এক ধরনের কম্পন সৃষ্টি করে। এটি একটি স্থায়ী বৈদ্যুতিক প্রবাহ। যদি এর অভিমুখ সঠিক হয়, তবে মানুষ সম্পূর্ণ সুস্থ থাকে। আর যদি এর অভিমুখ সঠিক না হয়, তবে মস্তিষ্কের পরিবেশের রঙ গাঢ় হতে শুরু করে এবং ক্রমশ আরও গাঢ় হয়ে যায়। এক পর্যায়ে মস্তিষ্কে দুর্বলতা সৃষ্টি হয় এবং স্নায়ুগুলো এই রঙের চাপ সহ্য করতে পারে না।

শেষ পর্যন্ত এই রঙ এতটাই গাঢ় হয়ে যায় যে তাতে রূপান্তর ঘটতে শুরু করে। উদাহরণস্বরূপ, আসমানি রঙ নীল রঙে পরিণত হয়। মাঝখানের যে স্তরগুলো অতিক্রান্ত হয়, সেগুলো মোটেই প্রভাবহীন নয়। প্রথম স্তরের প্রভাবে মানুষ কিছুটা বিভ্রমগ্রস্ত হয়ে পড়ে। এভাবে একের পর এক স্তর উদ্‌ভূত হতে থাকে। রঙ যত গাঢ় হয়, বিভ্রমের শক্তিও তত বৃদ্ধি পেতে থাকে।

স্নায়ুর সূক্ষ্মতম তন্তুগুলোও এই কার্যকারিতার প্রভাব গ্রহণ করে। ফলে বিভিন্ন স্নায়ুতে ভিন্ন ভিন্ন ধরনের অবস্থা সৃষ্টি হয়। সূক্ষ্ম স্নায়ুতে এই প্রভাব হয় অত্যন্ত হালকা ও সামান্য, আর সবল ও শক্তিশালী স্নায়ুতে তা হয় দৃঢ় ও প্রবল। এভাবেই এই স্তরসমূহ গভীর নীল রঙে রূপান্তরের প্রক্রিয়া শুরু করে।

রঙের বৈশিষ্ট্য

এখন আমরা হালকা নীল ও গাঢ় নীল রঙের বৈশিষ্ট্যসমূহ বর্ণনা করছি। সর্বপ্রথম হালকা নীল রঙের প্রভাব মস্তিষ্কের কোষগুলোর ওপর পড়ে। যদিও মস্তিষ্কের কোষগুলোর হালকা নীল রঙ একরকম নয়, তবে এসব কোষের প্রাচীর কখনো পাতলা আবার কখনো মোটা হয়। তদুপরি, এসব কোষের ভেতরে রঙ ছেঁকে নেওয়ার (ফিল্টারিং) প্রভাবও বিদ্যমান থাকে। যখন একটি কোষ নিজের হালকা নীল রঙকে ছেঁকে নেয়, তখন সেই রঙে

www.ksars.org

পরিবর্তন ঘটে। এভাবে লক্ষ লক্ষ কোষ সম্মিলিতভাবে তাদের নিজস্ব কার্যক্ষমতা (তাসরুফ) প্রয়োগ করে।

এখানে তাসরুফ বলতে বোঝানো হচ্ছে—কোনো একজন দার্শনিক যখন এসব কোষ ও তাদের সমস্ত কার্যপ্রবাহকে এক দিকেই নিবদ্ধ করে দেন। এর ফলস্বরূপ, সব কোষের কার্যপ্রবাহ একত্রিত হয়ে একটি কল্পনার (তাখাইয়্যুল) রূপ ধারণ করে। এখন এই তাসরুফের ভিন্নতার ফলে নানা ধরনের দর্শনের জন্ম হয় এবং সেই দর্শনগুলোর সৃষ্টি এমন পর্যায়ে পৌঁছে যে অনেক সময় সেগুলো বাস্তব ও কার্যকর রূপ লাভ করে। পরে সেই জ্ঞানের মধ্যেই আবার মতভেদ সৃষ্টি হতে শুরু করে, যার ফলে তর্ক-বিতর্কের সূক্ষ্ম দিকগুলো প্রকাশ পায়।

এই বিষয়টি উল্লেখ করার উদ্দেশ্য হলো—এই মতভেদই এক দর্শনের বিপরীতে আরেক দর্শনের জন্ম দেয়। প্রথমে যুক্তির ক্ষেত্রে সামান্য পার্থক্য থাকে, পরে সেই সামান্য পার্থক্যই ক্রমে অস্বাভাবিক ও গভীর রূপ ধারণ করে। এসবই কোষের রঙ পরিবর্তনের মাধ্যমে সংঘটিত তাসরুফের বিস্ময়কর প্রভাব। কখনো কখনো এসব কোষের রঙ এতটাই পরিবর্তিত হয় যে দৃষ্টি সেগুলোকে সম্পূর্ণ লাল, সবুজ, হলুদ ইত্যাদি রঙে দেখতে শুরু করে। কারণ বাইরে থেকে আগত আলোকরশ্মিগুলোর মধ্যে নিজস্ব কোনো স্পেস (SPACE) থাকে না; বরং কোষের তাসরুফ থেকেই স্পেস সৃষ্টি হয়।

কোষের তাসরুফ যখন স্পেস সৃষ্টি করে, তখন চোখের মাধ্যমে বাইরে থেকে আগত রশ্মিগুলোকে উলট-পালট করে দেয়। এর ফলস্বরূপ রঙের এমন সব পরিবর্তন ঘটে যে সেগুলো ষাটটিরও বেশি রঙে গণনা করা যায়। উদাহরণস্বরূপ, লাল রঙকে ধরা যাক। কোষসমূহ এর ওপর এমনভাবে তাসরুফ করে যে ক্ষুদ্র কণাগুলো একত্রিত হয়ে চোখের পর্দায় তাদের তীব্রতা নিক্ষেপ করে। এই তীব্রতাগুলো একে অপরের সঙ্গে মিশে গিয়ে লাল রঙ হিসেবে প্রতিভাত হয়। একইভাবে কোষের আরও তাসরুফ ঘটে, ফলে রঙ পরিবর্তিত হয়ে সবুজ, হলুদ, কমলা ইত্যাদিতে রূপ নেয়—এবং এভাবে অসংখ্য রঙ সৃষ্টি হয়। এসব রঙের মধ্যে বিচিত্র ও বৈচিত্র্যময় প্রভাব নিহিত থাকে। এই রঙগুলোর সম্মিলনেই ইন্দ্রিয়সমূহ গঠিত হয়।

উদাহরণস্বরূপ, শ্রবণেন্দ্রিয় বহু কোষের কার্যপ্রক্রিয়ার মাধ্যমে গঠিত হয়। আমাদের চারপাশে অসংখ্য শব্দ ছড়িয়ে রয়েছে। এসব শব্দের তরঙ্গদৈর্ঘ্য কখনো অত্যন্ত ক্ষুদ্র আবার কখনো অত্যন্ত বৃহৎ হয়, যাকে ইংরেজিতে Wave Length বলা হয়। বিজ্ঞানীদের মতে, চারশ তরঙ্গদৈর্ঘ্যের নিচের শব্দ মানুষ শুনতে পারে না এবং এক হাজার ছয়শ তরঙ্গদৈর্ঘ্যের ঊর্ধ্বের

www.ksars.org

শব্দও মানুষ শুনতে অক্ষম। চারশ তরঙ্গদৈর্ঘ্যের নিচের শব্দ বৈদ্যুতিক প্রবাহের মাধ্যমে অনুভূত হতে পারে এবং এক হাজার ছয়শ তরঙ্গদৈর্ঘ্যের ঊর্ধ্বের শব্দও বৈদ্যুতিক প্রবাহ ছাড়া শোনা সম্ভব নয়।

এটি এক ধরনের ইন্দ্রিয়গত প্রক্রিয়া, যা মস্তিষ্কের কোষসমূহ সম্পাদন করে। স্মরণ রাখা প্রয়োজন যে এসব কিছুই আসমানি রঙের প্রভাবের ফল। এই রঙ কোষসমূহের গঠন ও সক্ষমতার অনুপাতে কাজ করে। এখানে বোঝানো হচ্ছে যে আসমানি রঙ, যা প্রকৃতপক্ষে একটি বৈদ্যুতিক প্রবাহ, মস্তিষ্কের কোষে প্রবেশ করার পর স্পেসে রূপান্তরিত হয়। এই স্পেস অসংখ্য রঙে বিভক্ত হয়ে যায় এবং সেই রঙগুলোই চোখের পর্দায় বিভিন্ন আকৃতিতে দৃশ্যমান হয়।

চোখের পর্দায় যে প্রক্রিয়া সংঘটিত হয়, তা কোষের ভেতর দিয়ে প্রবাহিত স্রোতের ফল। চোখের ইন্দ্রিয় যত তীক্ষ্ণ হয়, তত বেশি সে প্রবাহের পার্থক্য নির্ণয় করতে পারে। তবে এর পরও কোষগুলোর পারস্পরিক স্রোত-সম্পর্ক অটুট থাকে। এই সম্পর্কের কারণেই দৃষ্টিপর্দা প্রভাবিত হয় এবং সেখানে ষাটটিরও বেশি রঙের পার্থক্য ধরা পড়ে। এর পর বৈদ্যুতিক প্রবাহের সহায়তা নিতে হয়—ঠিক যেমন শ্রবণেন্দ্রিয়ের ক্ষেত্রে তরঙ্গদৈর্ঘ্যকে চারশের নিচে বা এক হাজার ছয়শের ওপরে প্রসারিত করা হয়।

আমাদের এ বিষয়ে কোনো আপত্তি নেই যে কেউ ষাটটির বেশি রঙ গ্রহণ করবে না বা এর চেয়ে কমেই সন্তুষ্ট থাকবে। তবে এখানে এই বিষয়টি উল্লেখ করা জরুরি যে মস্তিষ্কের কোষ ও তাদের বৈদ্যুতিক প্রবাহের সঙ্গে সমস্ত স্নায়ুতন্ত্রের গভীর সম্পর্ক রয়েছে। সমস্ত স্নায়ু এই প্রভাবের অধীন—যেমন আমরা উল্লেখ করেছি যে শ্রবণেন্দ্রিয়ের তরঙ্গদৈর্ঘ্য বৈদ্যুতিক প্রবাহের মাধ্যমে চারশের নিচে বা এক হাজার ছয়শের ওপরে নেওয়া সম্ভব। এর অর্থ এইও দাঁড়ায় যে আমরা সর্বদা বৈদ্যুতিক প্রবাহ দ্বারা পরিবেষ্টিত। এই বৈদ্যুতিক প্রবাহ কত প্রকার, কত সংখ্যায় বিদ্যমান—তা কোনো উপায়েই সম্পূর্ণভাবে গণনা করা সম্ভব নয়। তবে যখন এই বৈদ্যুতিক প্রবাহ মস্তিষ্কের কোষের তাসরুফের মাধ্যমে প্রকাশ পায়, তখন তা চোখের সামনে রঙের এক বিস্তৃত জাল মেলে ধরে। চোখের পাশাপাশি স্বাদগ্রহণের ইন্দ্রিয়, গন্ধগ্রহণের ইন্দ্রিয়, চিন্তার ইন্দ্রিয়, বাকশক্তির ইন্দ্রিয় এবং স্পর্শেন্দ্রিয়—সবই এই প্রক্রিয়া থেকেই উদ্ভূত হয়।

এখানে "ইত্যাদি" শব্দের অর্থ এই নয় যে ইন্দ্রিয়ের সংখ্যা এতটুকুই; বরং নিঃসন্দেহে আরও বহু ইন্দ্রিয় রয়েছে, যেগুলো এখনো মানুষের জ্ঞানের সীমার বাইরে।

www.ksars.org

দ্বিতীয় অধ্যায়

আলোর ঘাটতি ও আধিক্য থেকে সৃষ্ট রোগসমূহ

মৃগীর খিঁচুনি

যখন কোষসমূহে বৈদ্যুতিক প্রবাহের তাসরুফ ঘটে এবং এই প্রবাহ তরঙ্গের রূপ নিয়ে পরস্পরের সঙ্গে সংঘর্ষে লিপ্ত হয়, তখন সেই সংঘর্ষ থেকে অসংখ্য রঙের জন্ম হয়। এসব রঙকে আমরা বিভ্রম বা চিন্তা বলেও অভিহিত করতে পারি। বাস্তবে আমাদের মস্তিষ্কে যে সকল অবস্থা (কাইফিয়াত) প্রবেশ করে, সেগুলো মূলত রঙেরই বৈচিত্র্য। এই বৈচিত্র্য কখনো কখনো তার সীমা অতিক্রম করতে চায়। কিন্তু সীমার বাইরে যাওয়া তখনই সম্ভব হয়, যখন বাইরে যাওয়ার কোনো পথ সে খুঁজে পায়।

ঘটনা এই যে, হঠাৎ করে উম্মুদ্‌দিমাগ (মস্তিষ্কের মূল অংশ)-এর ভেতরে বহু প্রবাহ একত্রিত হয়ে যায় এবং পরস্পরের পথ রুদ্ধ করে ফেলে। যে সব দরজা ভেতরে নেওয়া বা বাইরে বের করার কাজ করে, সেখানে এত বেশি ভিড় জমে যায় যে ভেতরে–বাইরে যাতায়াতে বাধা সৃষ্টি হয়। এই অবস্থায় যদি হঠাৎ পানি চোখের সামনে আসে, তবে রুদ্ধ হয়ে থাকা প্রবাহের তরঙ্গ কয়েকগুণ বৃদ্ধি পায়, যার ফলে মৃগীর খিঁচুনি শুরু হয়। যতক্ষণ পর্যন্ত এই দরজাগুলোর ভিড় স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি থাকে, ততক্ষণ রোগী অচেতন অবস্থায় থাকে। যখন দরজাগুলো ধীরে ধীরে খুলতে শুরু করে, তখন রোগীর চেতনা ফিরে আসে। যেহেতু তখন স্নায়ুতন্ত্র সম্পূর্ণভাবে অবশ হয়ে থাকে, তাই নড়াচড়াও দেরিতে শুরু হয়। ধীরে ধীরে রোগী স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসে।

পানির দিকে দৃষ্টি পড়া ছাড়াও আরও অনেক অবস্থা আছে, যা মৃগীর খিঁচুনির কারণ হতে পারে। তবে এমন পরিস্থিতিতে যত দ্রুত সম্ভব দরজাগুলোতে জমে থাকা বৈদ্যুতিক প্রবাহের চাপ কমানো জরুরি। যদি দীর্ঘ সময় এই অবস্থা বজায় থাকে, তবে রোগী গুরুতর বিপদের সম্মুখীন হয়।

(রোগীর পড়ে যাওয়ার কারণ হলো—মস্তিষ্কের প্রবাহ স্নায়ুতন্ত্রের ওপর কাজ করা বন্ধ করে দেয়।)

www.ksars.org

এর একটি অত্যন্ত সহজ পদ্ধতি হলো—রোগীর মাথা মাটি থেকে হাতের ওপর তুলে ধরা, তবে মাত্র এক ইঞ্চি, এর বেশি নয়। এরপর দুই–তিনবার খুব হালকা নড়াচড়ায় মাথা দোলানো। এতে খিঁচুনি থেমে যাবে। তবে কিছুক্ষণ চোখের মণির দিকে লক্ষ্য রাখা উচিত, যাতে স্মৃতির সঙ্গে সম্পর্কিত কোষগুলো দর্শকের দৃষ্টির সঙ্গে সংঘর্ষে আসে। এতে দরজাগুলোর ভিড় দ্রুত কমে যায়।

মৃগীর রোগের আরেকটি লক্ষণ হলো—চোখের মণি নিজের স্বাভাবিক অবস্থান থেকে কিছুটা ওপরে সরে যায়।

উন্মত্ততা বা পাগলামির কারণসমূহ

যখন কোনো ব্যক্তির ওপর উন্মত্ততার আক্রমণ ঘটে—শুরু ধীরে ধীরে হোক বা হঠাৎ করেই হোক—প্রতিটি অবস্থায় উম্মুদ্‌দিমাগের ভেতরে প্রবাহের ভিড় সৃষ্টি হয়। যেহেতু এই প্রবাহ বের হওয়ার কোনো পথ পায় না, তাই চাপের কারণে কোষগুলোর ভেতরের দেয়াল ভেঙে যায় এবং কোথাও কোথাও পথ অস্বাভাবিকভাবে বেশি খুলে যায়।

এটি জরুরি নয় যে কোথাও সম্পূর্ণ শূন্যতা সৃষ্টি হবে। অনেক সময় বহু কোষে প্রবাহ প্রায় শূন্যের সমান হয়ে যায়। তখন মানুষ বসে বসেই সম্পূর্ণ উদাসীন হয়ে পড়ে। যদিও এটি নিজে কোনো রোগ নয়, কিন্তু উম্মুদ্‌দিমাগে যখন এমন শূন্যতা সৃষ্টি হয়, তখন কোষগুলোর একদিকে প্রবাহের তাসরুফ অত্যধিক বেড়ে যায়। এমনকি সেই কোষগুলো কোনো ধরনের স্মৃতি ধারণের ক্ষমতা হারিয়ে ফেলে। মানুষ পুরোনো ঘটনা স্মরণ করতে চায়, বারবার চেষ্টা করে, কিন্তু স্মরণ করতে পারে না।

একদিকে এই অবস্থা চলতে থাকে, অন্যদিকে প্রবাহের এমন ভিড় সৃষ্টি হয় যে মস্তিষ্ক কার্যক্ষমতা হারায়। ফলে কোষগুলোর প্রবাহের যে স্বাভাবিক বিন্যাস থাকা উচিত, তা আর থাকে না; বরং এমন বিশৃঙ্খলা দেখা দেয় যে রোগী এক কথা বলে মাটির, আরেক কথা বলে আকাশের। এমন ব্যক্তিকেই আমরা আমাদের পরিভাষায় পাগল বলে থাকি। পাগলামি কম হোক বা বেশি—তার কোনো নির্দিষ্ট শর্ত নেই।

স্মৃতিশক্তির দুর্বলতা

কখনো কখনো কয়েক হাজার কোষ সম্পূর্ণভাবে প্রবাহের তাসরুফ থেকে শূন্য হয়ে যায়, কিংবা সেগুলোতে প্রবাহের তাসরুফ একেবারেই থাকে না। প্রবাহের তাসরুফ না থাকার অর্থ এই নয় যে প্রবাহ একেবারেই নেই; বরং প্রবাহের বিন্যাস নষ্ট হয়ে যায়। এমনকি তা পুরোপুরি বিশৃঙ্খল হয়ে পড়ে।

www.ksars.org

এই কয়েক হাজার কোষের বিশৃঙ্খলার ফল হলো—মানুষ একটি বিষয়ের সঙ্গে আরেকটি বিষয়ের সম্পর্ক স্থাপন করতে পারে না। অনেক সময় এতে সে গভীর লজ্জার সম্মুখীন হয়। এমন ঘটনা যে প্রত্যেক মানুষের জীবনে ঘটে না, তা নয়। এটি নিজে কোনো রোগ নয়; কিন্তু বারবার ঘটতে থাকলে তা রোগে পরিণত হয়। একে স্মৃতিশক্তির অতিরিক্ত দুর্বলতা বলা হয়।

জ্বর এবং তার প্রকারভেদ

যখন উম্মুদ্‌দিমাগে (মস্তিষ্কের মূল অংশে) এই ধরনের বহু শূন্যস্থান সৃষ্টি হয় এবং বহু স্থানে বৈদ্যুতিক প্রবাহের ভিড় জমে যায়, তখন বিভিন্ন প্রকারের জ্বর দেখা দেয়। এসব জ্বরের মূল কারণ হলো বৈদ্যুতিক প্রবাহের হঠাৎ রঙ পরিবর্তন। রঙের এই আকস্মিক পরিবর্তনের প্রক্রিয়াকে জন্ডিস (ইয়ারকান) বলা হয়, এবং এটি একটি মারাত্মক রোগ। তবে যদি রোগী শুয়ে বিশ্রামে থাকে এবং খাদ্যতালিকায় নিষিদ্ধ বস্তু ব্যবহার না করে, তাহলে এর চিকিৎসা তুলনামূলকভাবে সহজ হয়ে যায়।

দ্বিতীয় প্রকার হলো টাইফয়েড, যাকে মানক জ্বরও বলা হয়। এর একটি নির্দিষ্ট সময়কাল থাকে; তবে সঠিক চিকিৎসা করা হলে দ্রুত আরোগ্য লাভ সম্ভব।

তৃতীয় প্রকার হলো লাল জ্বর। এটি সাধারণ জ্বরের মতো নয়। এতে মুখমণ্ডলে তীব্র লালচে ভাব দেখা দেয়, হাত–পায়ে খিঁচুনি থাকে, অস্থিরতা দেখা দেয় এবং কখনো কখনো কোমরের নিচের অংশ সম্পূর্ণ অচল হয়ে যায়। রোগী তখন নড়াচড়া করতে পারে না।

চতুর্থ প্রকার হলো মেনিনজাইটিস (ঘাড় ভাঙা জ্বর)। এতে যেখানে কোষে শূন্যতা সৃষ্টি হয়, সেখানে মিশ্র রঙের প্রবাহ পানি আকারে রূপ নেয়। এই পানি বের করে দিয়ে সঠিক চিকিৎসা করলে রোগ নিয়ন্ত্রণে আসে।

পঞ্চম প্রকার হলো কালা জ্বর। এতে রোগীর শরীরের রঙ সম্পূর্ণ কালচে হয়ে যায়, তবে এটি অতটা মারাত্মক নয়। যথাযথ চিকিৎসা করলে দ্রুত আরোগ্য লাভ হয়।

গ্রন্থিযুক্ত জ্বর

যদি উম্মুদ্‌দিমাগে শূন্যতা অত্যধিক বেড়ে যায় এবং প্রবাহের ভিড় অত্যন্ত কমে যায়, তখন স্পাইনাল কর্ড (মেরুদণ্ড) থেকে যে স্নায়ুগুলো তাপ পরিবহন করে, সেগুলোতে তাপের পরিমাণ এতটাই কমে যায় যে শরীরের

www.ksars.org

কোনো না কোনো সন্ধিতে গ্রন্থি (গাঁট) সৃষ্টি হয়। এই গ্রন্থি অল্প সময়ের মধ্যেই অসংখ্য সূক্ষ্ম কীট উৎপন্ন করে। এর ফলে তাপ একদিকে প্রবল হয়ে ওঠে। অনেক সময় এই তাপমাত্রা এত বেড়ে যায় যে রোগীর দেহের তাপমাত্রা ১০৮° বা ১১০° ফারেনহাইটে পৌঁছে যায়, কখনো তারও বেশি হয়, এবং এর পরিণতিতে মৃত্যু ঘটে। তবে প্রাথমিক পর্যায়ে রোগটি সঠিকভাবে শনাক্ত করে যথাযথ চিকিৎসা করা গেলে রোগী সুস্থ হয়ে উঠতে পারে।

যক্ষ্মা (দিক ও সিল)

যদি উম্মুদ্‌দিমাগে অসংখ্য ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র শূন্যস্থান তৈরি হয়, তবে ফুসফুসে একটি নির্দিষ্ট আকৃতির জীবাণু গলার মাধ্যমে প্রবেশ করতে থাকে। এই জীবাণুগুলো যেকোনো স্থানে জমা হতে পারে এবং এই অবস্থাকেই যক্ষ্মা বা টিবি বলা হয়। এ কারণেই এসব রোগে কাশির গুরুত্ব অত্যন্ত বেশি। এর চিকিৎসায় বিশেষ সতর্কতা প্রয়োজন।

কুঁজো হওয়া

যে স্নায়ুতন্তুগুলো স্পাইনাল কর্ডে সুস্থ থাকে, তারা কোনো না কোনোভাবে দুর্বল তন্তুগুলোকে শক্তিশালী করে। এই শক্তি আসে সেই বৈদ্যুতিক প্রবাহ থেকেই, যা মস্তিষ্কের কোষে তাসরুফ (কার্যকর প্রভাব) সৃষ্টি করে। যদি শক্তিশালী তন্তুগুলোর মধ্যে এই প্রবাহের বণ্টন সমান হয়, তবে মানুষের বুক শক্ত ও সুগঠিত থাকে। কিন্তু যদি এই বণ্টনে অসমতা দেখা দেয়, তবে বুকের পাঁজরগুলো দুর্বল ও নরম হয়ে পড়ে। এ কারণেই কখনো কখনো মানুষ কুঁজো হয়ে যায়। জন্মগত না হলে, অত্যন্ত সতর্ক চিকিৎসার মাধ্যমে এটি নিরাময় সম্ভব; তবে সাধারণত এটি প্রায় দুরারোগ্য।

লকবা (ফেসিয়াল প্যারালাইসিস)-এর বাস্তবতা

যখন বৈদ্যুতিক প্রবাহের তাসরুফ মুখমণ্ডলের কোনো এক দিকে কেন্দ্রীভূত হয়, তখন লকবা দেখা দেয়। এর সম্পর্ক সরাসরি স্নায়ুতন্ত্রের সঙ্গে। এটি কেবল উম্মুদ্‌দিমাগের কারণে হয় না। মস্তিষ্কের কোষগুলোর মধ্যবর্তী প্রবাহ যখন একদিকে অতিরিক্ত চাপ সৃষ্টি করে, তখন স্নায়ুগুলো বেঁকে যায়। এর প্রভাব পড়ে কান, চোখ, নাক ও চোয়ালের ওপর। কখনো কখনো দৃষ্টিশক্তিও ক্ষতিগ্রস্ত হয়। নাকের হাড় বেঁকে যেতে পারে এবং দাঁত ধারণকারী চোয়ালের অংশও আক্রান্ত হয়। এই প্রবাহের প্রভাব বেশি পড়ে

www.ksars.org

কপালের প্রবাহের ওপর। সময়মতো চিকিৎসা করলে এমন পর্যায়ে আরোগ্য লাভ হয় যে গভীরভাবে লক্ষ্য না করলে বোঝাই যায় না যে ব্যক্তিটি কখনো লকবায় আক্রান্ত হয়েছিল।

কলারবোন (হাঁসলি) ভেঙে যাওয়া

যে হাড়কে হাঁসলি বলা হয়, তা ঘাড়ের চারপাশে বৈদ্যুতিক প্রবাহের পথ। এই প্রবাহ উম্মুদ্‌দিমাগ থেকে আসে। এই হাড় ভেঙে গেলে উম্মুদ্‌দিমাগের তন্তুগুলোতেও ত্রুটি সৃষ্টি হয়। এই ত্রুটি কেবল স্থির বন্ধন (ব্যান্ডেজ) দিয়েই সংশোধন করা যায়, কারণ বন্ধনের মাধ্যমেই প্রবাহ আবার তার পূর্ববর্তী অবস্থানে ফিরে আসে। এ ক্ষেত্রে নীল আলো থেকে তৈরি তেল অত্যন্ত উপকারী; তবে তবুও গিঁট পড়ার সম্ভাবনা থাকে। এই গিঁট হাত–পা দিয়ে কাজ করা মানুষের জন্য তেমন ক্ষতিকর না হলেও মানসিক বা বুদ্ধিবৃত্তিক কাজে নিয়োজিত ব্যক্তিদের জন্য ক্ষতিকর হতে পারে। যত বেশি এই গিঁট দ্রবীভূত হবে, ততই তাদের জন্য মঙ্গলজনক।

হার্ট ফেইলিওর, পক্ষাঘাত ও পোলিওর কারণ

যখন বৈদ্যুতিক প্রবাহ উম্মুদ্‌দিমাগ থেকে অতিক্রম করে এবং কোনো কারণে তার মধ্যে কসমিক রে প্রবেশ করে এবং অন্তত চার ইঞ্চি বাম দিকে সরে যায়, তখন এর আঘাত সরাসরি হৃদপিণ্ডের ওপর পড়ে। একে হার্ট ফেইলিওর বা অন্য কোনো আকস্মিক মৃত্যুর নাম দেওয়া যেতে পারে। এ অবস্থায় রোগীর বেঁচে থাকার সম্ভাবনা প্রায় নেই। কিন্তু একই কসমিক রে যদি ডান দিকে চার ইঞ্চি সরে যায়, তবে সম্পূর্ণ বৈদ্যুতিক ব্যবস্থা ধ্বংস করে দেয়, যার প্রভাব কাঁধ থেকে পা পর্যন্ত বিস্তৃত হয়। একেই পক্ষাঘাত বা পোলিও বলা হয়। সময়মতো সঠিক চিকিৎসা করলে আরোগ্য সহজ হয়; বিলম্ব বা ভুল চিকিৎসায় গুরুতর জটিলতা দেখা দেয়।

হৃদয় ও কসমিক রে

লক্ষণীয় বিষয় হলো, হৃদপিণ্ডের স্পন্দন ও পাম্পিং ব্যবস্থা জন্ম থেকে মৃত্যু পর্যন্ত কসমিক রে দ্বারা পরিচালিত হয়। তবে এই কসমিক রেগুলো সাধারণত ভারসাম্যপূর্ণ থাকে এবং দেহে প্রবেশ করে ত্বকের রন্ধ্রপথে। এগুলো সর্বক্ষণ হৃদপিণ্ডকে সচল রাখে। তবে সবচেয়ে কার্যকর কসমিক রে হলো সেগুলো, যা মস্তিষ্কের রন্ধ্রপথে প্রবেশ করে। এসব রশ্মির অসংখ্য

www.ksars.org

প্রকার রয়েছে এবং মস্তিষ্কে প্রবেশের সঙ্গে সঙ্গেই অগণিত কোষে ক্রিয়া করে।
এই সব বৈদ্যুতিক প্রবাহ প্রধানত উম্মুদ্‌দিমাগের মাধ্যমে সারা শরীরে পৌঁছে। প্রবাহের বণ্টন সঠিক হলে মানুষ সুস্থ থাকে এবং হৃদপিণ্ড সঠিকভাবে রক্ত সঞ্চালন করে। উল্লেখযোগ্য যে হৃদপিণ্ডের অসংখ্য শিরা-উপশিরা নিজ নিজ কাজ করে। যদি কিছু শিরা সঠিকভাবে কাজ না করে, তবে তার প্রভাব পুরো স্নায়ুতন্ত্রে পড়ে। সময়মতো সঠিক চিকিৎসা করা হলে রোগী দ্রুত সুস্থ হয়ে ওঠে।

ডায়াবেটিস ও যকৃতের আলসারের কারণ

যকৃত প্রকৃতির এক বিস্ময়কর সৃষ্টি, যেখানে সর্বদা অসংখ্য প্রকারের বৈদ্যুতিক প্রবাহ সক্রিয় থাকে। এর গঠন এতটাই দৃঢ় যে এর অবনতি শুরু হলেও অন্তত পনেরো বছর সময় লাগে একে সম্পূর্ণ অকেজো করতে। এতে লোহা ও গ্লাইকোজেন (মিষ্টি শক্তি)-এর বিশাল ভাণ্ডার থাকে। প্রকৃতপক্ষে গ্লাইকোজেনই দেহের প্রধান শক্তি। যকৃতের মধ্য দিয়ে প্রবাহিত বৈদ্যুতিক তরঙ্গ অতিরিক্ত ও অকেজো কোষ আলাদা করে সুস্থ কোষগুলোকে রক্তে যুক্ত করে। যকৃতেও কখনো আলসার সৃষ্টি হয়। এর কারণ হলো অস্বাস্থ্যকর কোষের অতিরিক্ত বৃদ্ধি, যা মূলত খাদ্যের ওপর নির্ভরশীল। অতিরিক্ত ও ঘন ঘন খাদ্যগ্রহণের ফলে পাকস্থলীতে সঠিক পরিপাক হয় না, ফলে ধীরে ধীরে যকৃত ক্ষতিগ্রস্ত হয়। যকৃত সরাসরি পাকস্থলী ও অন্ত্রের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত। অন্ত্রে অবস্থিত একটি বিশেষ অঙ্গ—অগ্ন্যাশয়—সমগ্র দেহের সুস্থতা বজায় রাখে। এটি প্রয়োজন অনুযায়ী ইনসুলিন উৎপাদন করে যকৃতকে সরবরাহ করে। ইনসুলিনের অভাবে ডায়াবেটিস দেখা দেয়, যার প্রভাব স্নায়ুতন্ত্রে পড়ে।

প্লীহা, পিত্তথলি ও বৃক্কের কার্যক্রম

প্লীহা রক্তে উৎপন্ন সব বিষাক্ত উপাদান শোষণ করে এবং সেগুলোকে শুষ্ক করে দেয়। প্লীহার রোগ বৈদ্যুতিক প্রবাহের ঘাটতি থেকে সৃষ্টি হয়।
পিত্তথলি আকারে ছোট হলেও অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। বৈদ্যুতিক প্রবাহের এক ধরনের ঘাটতি প্লীহাকে এবং অন্য ধরনের ঘাটতি পিত্তথলিকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। রক্তে বিদ্যমান একটি বিশেষ বিষ পিত্তথলির মধ্য দিয়ে প্রবাহিত হয়ে শোষিত ও দগ্ধ হয়। এই প্রক্রিয়া একটি নির্দিষ্ট বৈদ্যুতিক প্রবাহের মাধ্যমে সম্পন্ন হয়।
বৃক্ক (কিডনি) শরীরের সব অংশ থেকে আগত রক্ত পরিশোধন করে ভারসাম্য বজায় রাখে। যেমন—বৃক্ক রক্তে শর্করার মাত্রা পরিমাপ করে;

www.ksars.org

অতিরিক্ত হলে তা মূত্রাশয়ে পাঠিয়ে দেয়। বিভিন্ন তরলও বৃক্কে পরিমাপ হয়। অতিরিক্ত অংশ মূত্রাশয়ে জমা হয় এবং শেষে প্রস্রাবের মাধ্যমে বেরিয়ে যায়।

অসামঞ্জস্যপূর্ণ বৈদ্যুতিক প্রবাহ ও সন্ধির ফোলা

যতক্ষণ রক্তের ভেতর বৈদ্যুতিক প্রবাহ ভারসাম্যপূর্ণ থাকে, মানুষ সুস্থ থাকে। কোনো কারণে এই ভারসাম্য নষ্ট হলে, সন্ধি ধারণকারী পেশিতে তেলতেলে উপাদানের পরিমাণ বাড়ে বা কমে যায়। তেলতেলে উপাদান বেড়ে গেলে সন্ধিতে ফোলা দেখা দেয়; আর কমে গেলে নড়াচড়ায় তীব্র ব্যথা হয় এবং পেশি শুষ্ক হতে থাকে। শেষ পর্যন্ত মানুষ চলাফেরা করতে অক্ষম হয়ে পড়ে।

উড়ে এসে লাগা রোগসমূহ

ত্বকের তিনটি স্তর থাকে। এবং প্রতিটি ত্বকের নিচে আরও দুটি স্তর থাকে। এর মধ্যে একটি অত্যন্ত সূক্ষ্ম এবং অন্যটি পুরু স্তর। সূক্ষ্ম স্তর আক্রান্ত হলে ঘামাচি ইত্যাদি রোগ হয়। আর পুরু স্তর আক্রান্ত হলে ফোঁড়া, ফুসকুড়ি, দাদ, চর্মরোগ (চনবল) ইত্যাদি দেখা দেয়।

বিদ্যুৎ প্রবাহ তিন প্রকারের হয়। এর মধ্যে এক প্রকার প্রবাহ ত্বকের প্রথম ও দ্বিতীয় স্তরকে মোটেই প্রভাবিত করে না। দ্বিতীয় প্রকার প্রবাহ কেবল দ্বিতীয় স্তরকে প্রভাবিত করে, প্রথম স্তরে কোনো প্রভাব ফেলে না। তৃতীয় প্রকার প্রবাহ শুধু প্রথম স্তরকে প্রভাবিত করে। এই অনুপাতে রোগের তীব্রতা বা হ্রাস ঘটে। এটি স্পষ্টভাবে মনে রাখতে হবে যে বিদ্যুৎ প্রবাহের প্রভাবে সৃষ্ট এই রোগসমূহ উড়ে এসে সংক্রমিত হয়।

যখন সূর্যের আলো দ্বারা শরীরে যে পরিমাণ বিদ্যুৎ প্রবাহ পড়া উচিত, তার চেয়ে বেশি পড়ে যায়, তখন ত্বকের তৃতীয় স্তর থেকে চর্মরোগ শুরু হয়, যেমন বসন্ত ইত্যাদি।

যদি ঘাটতি মধ্যম মাত্রায় হয়, তবে রোগ ত্বকের দ্বিতীয় স্তর থেকে শুরু হয়, যেমন হাম ইত্যাদি।

আর যদি সূর্যালোক খুব কম পরিমাণে শরীরে পৌঁছে, তবে ত্বকের প্রথম স্তর থেকে চর্মরোগ শুরু হয়, যেমন ঘামাচি ইত্যাদি।

www.ksars.org

ক্যান্সার কেন হয়

ক্যান্সার রক্তের ক্ষতি করে এভাবে যে, রক্তে যেসব স্থানে বিদ্যুৎ প্রবাহ পৌঁছাতে পারে না, সেই স্থানগুলো প্রাণশক্তিহীন হয়ে যায় এবং একই সঙ্গে সেখানে অতি সূক্ষ্ম গোলাকার কীটের সৃষ্টি হয়। এই কীট আসলে একটি গহ্বর। এই গহ্বরের খাদ্য হলো বিদ্যুৎ প্রবাহ। যে বিদ্যুৎ প্রবাহ জীবনের কাজে আসার কথা ছিল, সেটিই এই গহ্বরগুলোর খাদ্যে পরিণত হয়। ফলে খাদ্যের অতি ক্ষুদ্রতম কণাও উপকারের বদলে রক্তের ক্ষতি করে।
এর চিকিৎসা হলো—গাঁদা ফুলের ছোট ফুলের চারটি পাপড়ি সকালবেলা খালি পেটে খেতে হবে। এবং এর পর আধা ঘণ্টা পর্যন্ত কোনো কিছু গ্রহণ করা যাবে না।
নোট: ক্যান্সার এমন একটি রোগ যা ক্ষমতাসম্পন্ন, শোনে এবং অনুভূতি রাখে। যদি এর সঙ্গে বন্ধুত্ব করা হয় এবং কখনো কখনো নির্জনে, শর্ত এই যে রোগী ঘুমিয়ে আছে, তখন তাকে সান্ত্বনা দিয়ে বলা হয়—"ভাই, তুমি খুব ভালো, খুব দয়ালু। এই মানুষটি খুব কষ্টে আছে, তাকে ক্ষমা করে দাও"—তাহলে ক্যান্সার রোগীকে ছেড়ে দেয় এবং বন্ধুত্বের প্রমাণ দেয়।
গাঁদা ফুলের ছোট ফুলও ক্যান্সারের চিকিৎসায় গুরুত্বপূর্ণ। গাঁদা ফুলের ছোট ফুলের চারটি পাপড়ি সকালবেলা খালি পেটে খেতে হবে এবং এর পর আধা ঘণ্টা পর্যন্ত কিছু খাওয়া যাবে না। গাঁদা ফুলের ছোট ফুলে এমন এক বিদ্যুৎ প্রবাহ রয়েছে যা গহ্বরগুলোর খাদ্য হয়ে যায়। এর ফলে রক্তে প্রবাহিত বিদ্যুৎ শক্তি গহ্বরগুলোর খাদ্য কম হয়ে যায় এবং কিছু সময় পর গাঁদা ফুলে কার্যকর বিদ্যুৎ প্রবাহ তার স্থলাভিষিক্ত হয়ে যায়।

www.ksars.org

অধ্যায় তিন

রং ও আলো দ্বারা চিকিৎসার মূলনীতি

রং ও আলো দ্বারা চিকিৎসা এই নীতির উপর প্রতিষ্ঠিত যে, তরঙ্গের মাধ্যমে মানুষের দেহের অভ্যন্তরে রং ভেঙে গিয়ে জীবনীশক্তিতে রূপান্তরিত হয়। যখন এই রংসমূহ মানবদেহে সঠিক ও পরিমিত মাত্রায় উপস্থিত থাকে, তখন মানুষ সম্পূর্ণ সুস্থ থাকে। কিন্তু রংসমূহের মধ্যে যদি সাম্য ও ভারসাম্য নষ্ট হয়, তবে কোনো না কোনো রোগের সৃষ্টি হয়। রঙের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে আনতে পারলে রোগের চিকিৎসা সম্ভব হয়। রঙের ঘাটতি পূরণ করতে অথবা অতিরিক্ত রং দূর করতে সূর্যের কিরণ ও আলো থেকে সহায়তা নেওয়া হয়।

আলো ও রং দ্বারা চিকিৎসার পদ্ধতি

রং বা আলো দ্বারা রোগের চিকিৎসা এতটাই সহজ যে সামান্য বোধবুদ্ধিসম্পন্ন ব্যক্তিও এ থেকে উপকার লাভ করতে পারে। এই চিকিৎসায় সময়ও কম লাগে, ব্যয়ও প্রায় নেই, এবং ওষুধ সর্বদা তাজা অবস্থায় ব্যবহার করা যায়।

প্রথম পদ্ধতি

যে রঙের প্রয়োজন, সেই রঙের একটি বোতল বাজার থেকে কিনে প্রথমে ঠান্ডা পানি দিয়ে এবং পরে গরম পানি দিয়ে ভালোভাবে পরিষ্কার করতে হবে, যাতে বোতলের ভেতরের পৃষ্ঠে কোনো ময়লা অবশিষ্ট না থাকে। বোতলের গায়ে যদি কোনো লেবেল বা কাগজ লাগানো থাকে, তাও খুলে ফেলতে হবে। পরিষ্কার করার পর বোতলে পাতিত জল (DISTILLED WATER) এমনভাবে ভরতে হবে যাতে বোতলের উপরের এক-চতুর্থাংশ অংশ খালি থাকে। এরপর বোতলটি একটি কাঠের টেবিল বা চৌকির উপর এমন স্থানে রাখতে হবে যেখানে পরিষ্কার ও খোলা রোদ পাওয়া যায়।
যদি বাজারে নির্দিষ্ট রঙের বোতল বা শিশি পাওয়া না যায়, তবে স্বচ্ছ কাচের সাদা বোতল নিয়ে তার চারপাশে স্বচ্ছ (ট্রান্সপারেন্ট) রঙিন কাগজ এমনভাবে লাগাতে হবে যাতে বোতলটি ওপর, নিচ ও চারদিক থেকে সেই কাগজে আবৃত থাকে। ট্রান্সপারেন্ট কাগজ বলতে সেই কাগজ বোঝানো

www.ksars.org

হয়েছে যা আগরবাতি ইত্যাদির প্যাকেটে সৌন্দর্যের জন্য ব্যবহৃত হয়। যদি এমন কাগজ না পাওয়া যায়, তবে স্বচ্ছ প্লাস্টিক শিটও ব্যবহার করা যেতে পারে।

1. বোতলের এক-চতুর্থাংশ খালি রেখে পানি ভরে চার থেকে ছয় ঘণ্টা পর্যন্ত রোদে রাখতে হবে। পানি প্রস্তুতের সর্বোত্তম সময় সকাল দশ–এগারোটা থেকে বিকাল চারটা পর্যন্ত। পানি প্রস্তুত হয়েছে কি না, তার লক্ষণ হলো বোতলের খালি অংশে বাষ্পের মতো ছোট ছোট ফোঁটা জমে যাওয়া।
2. একটি শিশির ছায়া যেন অন্য শিশির উপর না পড়ে—এইভাবে শিশিগুলো রাখতে হবে।
3. যেখানে শিশিগুলো রাখা হবে, সেখানে ধুলো বা ধোঁয়া থাকা চলবে না। শিশির মুখ শক্ত করে কর্ক দিয়ে বন্ধ রাখতে হবে।

দ্বিতীয় পদ্ধতি

বর্ষার দিনে, যখন সূর্য কখনো বের হয় আবার কখনো মেঘে ঢাকা থাকে, তখন যে রঙের প্রয়োজন সেই রঙের বোতলে মিল্ক সুগারের দুই গ্রেন ট্যাবলেট নিয়ম অনুযায়ী ভরে টানা পনেরো দিন বা এক মাস প্রতিদিন ছয় ঘণ্টা রোদে রাখতে হবে। প্রতি চতুর্থ দিনে বোতলটি ঝাঁকাতে হবে, যাতে ট্যাবলেটগুলো সূর্যের কিরণ ভালোভাবে শোষণ করতে পারে। পনেরো দিন পর এই ট্যাবলেটগুলো ওষুধ হিসেবে ব্যবহার করা যাবে।

তৃতীয় পদ্ধতি

যে দিক দিয়ে ঘরে রোদ আসে, সেই দিকে বিভিন্ন জানালায় বিভিন্ন রঙের কাচ বসাতে হবে এবং সেগুলোতে পর্দা টানতে হবে। রোগীকে আরামদায়ক বিছানায় শুইয়ে সব দরজা-জানালা বন্ধ করে ঘর অন্ধকার করতে হবে। এরপর রোগীর যে রঙের প্রয়োজন, সেই রঙের কাচযুক্ত জানালার পর্দা সরিয়ে দিতে হবে, যাতে সূর্যের আলো ওই নির্দিষ্ট রঙের কাচের মধ্য দিয়ে ঘরে প্রবেশ করে। এভাবে ঘরে কেবল সেই রঙের আলোই থাকবে যার রোগীর প্রয়োজন।

উদাহরণস্বরূপ, জ্বরের রোগীকে এমন ঘরে শুইয়ে নীল কাচযুক্ত জানালার পর্দা সরিয়ে দিলে এবং রোগীকে দুই–তিন ঘণ্টা সেই আলোতে রাখলে, প্রতি আধা ঘণ্টা অন্তর থার্মোমিটারের সাহায্যে তাপমাত্রা পরীক্ষা করলে দেখা যাবে ধীরে ধীরে জ্বর কমে সম্পূর্ণ সেরে যাচ্ছে।

চতুর্থ পদ্ধতি

রাতের বেলায় একটি টেবিল ল্যাম্প এমনভাবে স্থাপন করতে হবে যাতে বাল্বের আলো রোগীর বিছানার সেই অংশে পড়ে যেখানে আলোর

www.ksars.org

প্রয়োজন। নির্দিষ্ট রঙের বাল্ব ব্যবহার করে রোগীকে সেই আলোতে শুইয়ে রাখতে হবে।

পঞ্চম পদ্ধতি

দেড় ফুট দৈর্ঘ্যের একটি বাক্স তৈরি করতে হবে, যার চারদিকে এমন খোপ থাকবে যাতে প্রয়োজন অনুযায়ী বিভিন্ন রঙের কাচ বসানো যায়। বাক্সের তলা কাঠের হবে এবং ছাদে এমন ধাতু ব্যবহার করা ভালো যার প্রতিফলন ক্ষমতা রয়েছে। এই লণ্ঠনের মতো বাক্সের ভেতরে একটি বাল্ব বা তীব্র আলোযুক্ত বাতি জ্বালাতে হবে। তিন দিকের খোপ বন্ধ রেখে চতুর্থ খোপে প্রয়োজনীয় রঙের কাচ বসিয়ে সেই আলো গ্রহণ করতে হবে।

ষষ্ঠ পদ্ধতি

তেল প্রস্তুতের জন্য বিভিন্ন রঙের বোতলে কাঁচা ঘানির খাঁটি তিসির তেল ভরে চল্লিশ দিন রোদে রাখতে হবে। এই সময়ে যদি বৃষ্টি হয় বা মেঘে রোদ ঢেকে যায়, তবে সেই দিনগুলো বাদ দিয়ে পরবর্তী রোদেলা দিনে সময় পূরণ করতে হবে। তেল প্রস্তুত হয়ে গেলে সকাল ও সন্ধ্যায় পাঁচ মিনিট করে বৃত্তাকারে মালিশ করতে হবে।

মাথায় মালিশের জন্য আসমানি রঙের বোতলে তিলের তেল প্রস্তুত করতে হবে। এটি মস্তিষ্কে অতিরিক্ত তাপজনিত রোগীদের জন্য উপকারী। রোগী কখনো সচেতন, কখনো অচেতন হয়ে পড়ে, অচেতন অবস্থায় অসংলগ্ন কথা বলে, ভয় পায়, ছায়া বা কণ্ঠস্বর দেখার অভিযোগ করে—এই তেল মাথায় লাগালে কয়েক মিনিটের মধ্যেই হুঁশ ফিরে আসে।

নীল রঙের বোতলে প্রস্তুত তিলের তেল মস্তিষ্ককেন্দ্রিক কাজ করা ব্যক্তিদের, অতিরিক্ত কাজজনিত মানসিক দুর্বলতা, স্মৃতিশক্তি হ্রাস, মাথার ভারী ভাব, চুলের গোড়া দুর্বলতা, মাথাব্যথা, টাক পড়া ও চুলকানির জন্য অত্যন্ত উপকারী। শিক্ষার্থীদের স্মৃতিশক্তি বৃদ্ধি ও চিন্তাবিদদের সমস্যা সমাধানে এটি অমূল্য দান হিসেবে প্রমাণিত হয়েছে। নিয়মিত ব্যবহারে দুঃস্বপ্ন বন্ধ হয় এবং সর্দি জমে মাথা ভারী থাকলে কফ পাতলা হয়ে নাক দিয়ে বের হয়ে আসে। দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধিতেও এটি সহায়ক।

লাল রঙের বোতলে প্রস্তুত তেল শীতজনিত শরীরের ব্যথায় তাৎক্ষণিক উপশম দেয়।

বেগুনি ও কমলা রঙের বোতলে প্রস্তুত তেল সিফিলিসের ক্ষতে বিস্ময়কর প্রভাব দেখিয়েছে। যারা ক্ষতের যন্ত্রণায় রাতে চিৎকার করতেন, একবার তেল লাগালেই আরাম পেয়েছেন।

সপ্তম পদ্ধতি

রঙিন কাচের জারে পাতিত জলের অ্যাম্পুল (AMPULE) রেখে এক মাস প্রতিদিন সকাল এগারোটা থেকে বিকাল চারটা পর্যন্ত রোদে রাখতে হবে।

www.ksars.org

প্রয়োজন অনুযায়ী সেই রঙের এক বা দুই সিসি ইনজেকশন প্রয়োগ করতে হবে। মাত্র একটি ইনজেকশনেই রোগ সম্পূর্ণ নির্মূল হতে দেখা গেছে। প্রয়োজনে দুই ইনজেকশনের মধ্যে অন্তত এক সপ্তাহ বিরতি রাখতে হবে। বিশ বছরের পুরোনো কোমরব্যথা লাল রঙের প্রস্তুত একটি ইনজেকশনেই সম্পূর্ণ সেরে যেতে দেখা গেছে।

নোট: ইনজেকশনের চিকিৎসা অবশ্যই দক্ষ ও অভিজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া করা যাবে না।

অষ্টম পদ্ধতি

চোখের রোগ, চোখের ব্যথা বা অপারেশনের পর ক্ষতিগ্রস্ত চোখের জন্য হালকা আসমানি রঙের কাচের চশমা অত্যন্ত কার্যকর।

নোট: আসমানি রঙের চশমা সকাল ৯–১০টা থেকে বিকাল ৪–৫টা পর্যন্ত ব্যবহার করা উচিত। সর্বোত্তম ফলের জন্য দুই–তিন ঘণ্টা পর চশমা খুলে ১৫–২০ মিনিট বিরতি দিয়ে পুনরায় পরতে হবে।

www.ksars.org

অধ্যায় চতুর্থ

মানবদেহে রঙের ঘাটতি বা আধিক্যজনিত রোগসমূহ এবং তাদের

চিকিৎসা

আসমানি রঙ হলো বিশুদ্ধ নীল আকাশের মতো রঙ। এটি অত্যন্ত শীতল প্রকৃতির।

নীল রঙ অপেক্ষাকৃত গাঢ় নীল, যার মধ্যে অতি সূক্ষ্ম লালচে আভা থাকে। একে নীল (নীলক) বা বেগুনি রঙ বলা হয়। বয়স্ক, দুর্বল রোগী ও শিশুদের জন্য আসমানি নীলের তুলনায় গাঢ় নীল অধিক উপযোগী, কারণ তারা অতিরিক্ত শীতলতা সহ্য করতে পারে না। এই রঙ সেই বোতলের মতো, যাতে আমদানিকৃত এরণ্ডির তেল রাখা হয়।

লাল রঙ

এই রঙের ঘাটতিতে অলসতা ও অবসাদ বৃদ্ধি পায়, ক্ষুধামন্দা দেখা দেয়, চোখ ও নখে নীলচে ভাব আসে, প্রস্রাব ও মলের রঙ সাদা বা কিছুটা নীলাভ হয়।

নীল রঙ

নীল রঙের ঘাটতিতে রাগ বৃদ্ধি পায়, স্বভাব খিটখিটে হয়ে ওঠে। কখনো কখনো শরীর গরম হয়ে যায় এবং পাতলা পায়খানা হতে পারে। চোখের রঙ গোলাপি হয়ে যায়, নখ লালচে হয়, প্রস্রাব লালচে আভাযুক্ত হয় এবং দেহবর্ণ হলদেটে হয়ে যায়।

আসমানি রঙ

আসমানি রঙের অভাবে পিত্তজনিত সমস্যা, জ্বর, ত্বকের রঙ মলিন হওয়া, অতিরিক্ত ঘাম, হলদেটে-লালচে প্রস্রাব, পাতলা পায়খানা (যার রঙ হলুদ বা লালচে), কখনো সবুজ পায়খানা দেখা যায়। চোখে লালচে হালকা হলুদ আভা ফুটে ওঠে। আসমানি রঙ মস্তিষ্কজনিত রোগে অত্যন্ত কার্যকর।

www.ksars.org

আর বেগুনি ও নারঞ্জি রঙ

বেগুনি রঙ গাঢ় নীল, সামান্য লালচে। এটি অনিদ্রার জন্য বিশেষ উপকারী। নিউমোনিয়া, গলার রোগ ও কাশিতে অত্যন্ত কার্যকর। এটি ফুসফুস ও কণ্ঠনালিকে শান্ত করে এবং কফ নির্গমনে সহায়তা করে।

হলুদ রঙ

হলুদ রঙের ঘাটতি পাকস্থলিজনিত রোগের কারণ হয় এবং এর আধিক্য জ্বরের একটি কারণ।

লাল রঙ

লাল রঙ অত্যন্ত শক্তিশালী উদ্দীপক। এটি উষ্ণতা প্রদানকারী এবং পক্ষাঘাতগ্রস্ত অঙ্গের জন্য অসাধারণ কার্যকর।

রঙের মাধ্যমে রোগের চিকিৎসা

কণ্ঠ ভারী হওয়া বা গলা বসে যাওয়া

এর জন্য নীল রঙের পানি উপকারী। মাত্রা: ৬ মাশা থেকে সর্বোচ্চ ১ তোলা, প্রতি আধা ঘণ্টা অন্তর সকাল ও সন্ধ্যায়।

চোখে ফোলা

এটি অত্যন্ত বিপজ্জনক রোগ। নীল রঙের পানি ২.৫ তোলা (প্রতি মাত্রা ১ আউন্স) সকাল ও সন্ধ্যায় পান করতে হবে। রোগ তীব্র হলে দুপুরে আরেক মাত্রা দিতে হবে।

অন্ত্রের রোগ

মলত্যাগে কষ্ট হলে নাশতা ও খাবারের আগে দিনে তিনবার হলুদ রঙের পানি পান করতে হবে।

অন্ত্র নেমে যাওয়া

এর জন্য বেগুনি রঙের পানি অল্প অল্প করে দীর্ঘ সময় পান করতে হবে।

অর্ধশিরা ব্যথা (মাইগ্রেন)

নীল রঙের আলো ৫ মিনিট এবং সবুজ রঙের আলো ৩ মিনিট ব্যথার স্থানে প্রয়োগ করতে হবে। প্রতিদিন আসমানি রঙের পানি ১ আউন্স পান করাতে হবে।

www.ksars.org

চোখের রোগসমূহ

চোখে ব্যথা, চোখ ওঠা, ফোলা, লালচে ভাব, চোখে ঘা, গোহানজি, রোয়া ইত্যাদি। হজমের গোলযোগ বা বাহ্যিক কারণ (তাপ, শীত, আঘাত, ধুলা, ধোঁয়া) থেকে হয়। হজম দুর্বল হলে উষ্ণ প্রকৃতির খাদ্য পরিহার করতে হবে। হালকা খাবার গ্রহণ করতে হবে। হালকা আসমানি রঙের চশমা প্রতিদিন ২–৩ ঘণ্টা ব্যবহার করতে হবে। নীল রঙের আলো ১–২ মিনিট মুখে প্রয়োগ করতে হবে। পুরো মুখে নীল আলো দিলে আরও উপকার হয়। চোখ ও চোখের পাতায় নীল আলো প্রয়োগে দুই মাসে রোয়া সম্পূর্ণ সেরে যায়।

আগুনে পোড়া

নীল রঙের আলো দিলে জ্বালা সঙ্গে সঙ্গে কমে যায় এবং নীল রঙের পানির ভেজা পট্টি দিলে দ্রুত আরাম হয়।

ইনফ্লুয়েঞ্জা

সব জ্বরের মূল কারণ দেহে লাল রঙের আধিক্য, যা নীল রঙ দ্বারা দূর করা যায়। রোগীর উপর নীল আলো প্রয়োগ করতে হবে এবং নীল রঙের বোতলের পানি প্রতি ৪ ঘণ্টা অন্তর ১ আউন্স করে পান করাতে হবে। আলো দেওয়ার জন্য এমন কাচ ব্যবহার করতে হবে যাতে সবুজ আভা থাকে।

হৃদকম্প ও অনিয়মিত হৃদস্পন্দন

হৃদপিণ্ডের স্থানে আসমানি আলো সকাল ও সন্ধ্যায় ১৫–২০ মিনিট প্রয়োগ করতে হবে। সঙ্গে আসমানি রঙের পানি ১ আউন্স এবং বেগুনি রঙের পানি ২ আউন্স সকাল-সন্ধ্যায় পান করাতে হবে।

হিস্টিরিয়া (hasterya)

দৌরাত্ম্যের সময় আসমানি আলো রোগীর উপর প্রয়োগ করতে হবে। এটি সাধারণত গর্ভপাত ও ঋতুবিকারজনিত। সাদা স্রাব (লিউকোরিয়া)ও এতে ভূমিকা রাখে।

স্নায়বিক ব্যথা

লাল আলো প্রয়োগ এবং নারঞ্জি রঙের পানি পান করানো অত্যন্ত উপকারী।

www.ksars.org

আলসার

আসমানি ও হলুদ রঙের পানি একত্রে ব্যবহার করতে হবে এবং মাথা থেকে পাকস্থলী পর্যন্ত আসমানি আলো প্রয়োগ করতে হবে।

স্বপ্নদোষ

বেগুনি আলো মেরুদণ্ডে প্রয়োগ এবং একই রঙের পানি দিনে তিনবার ১ আউন্স করে দিলে কয়েক দিনের মধ্যে সেরে যায়।

যোনি স্ফীতি

এ ক্ষেত্রে বেগুনি রঙের মাত্রা সকাল ও সন্ধ্যায় দিতে হবে।

হীনমন্যতা

অবসাদ, দুঃখ ও মানসিক ভারাক্রান্ততার জন্য লাল রঙ অত্যন্ত উপকারী; এটি সাহস ও আত্মবিশ্বাস সৃষ্টি করে। নারঞ্জি রঙও প্রশান্তি দেয়। রোগীদের লাল পোশাক পরা উচিত। শোবার ঘরের পর্দা লাল, বিছানার চাদর ও বালিশের কাভার নারঞ্জি হওয়া উচিত। ঘরে একটি ঝুড়িতে কমলা রেখে প্রতিদিন কয়েক মিনিট সেগুলোর দিকে তাকিয়ে থাকতে হবে। পাশাপাশি সকালে বড় আয়নার সামনে সোজা দাঁড়িয়ে নিজের দিকে একদৃষ্টে তাকিয়ে মনে মনে বলতে হবে:

“সব কিছু মনোরম ও আনন্দদায়ক। আমি কারো চেয়ে কম নই। আমি যা চাই, তা করতে পারি।”

এভাবে দিনে তিনবার করলে ১০–১৫ দিনের মধ্যে সমস্যা দূর হয়।

অ্যাসাইটিস (পানি জমা)

অ্যালোপ্যাথিতে সূচের মাধ্যমে পানি বের করা হয়, কিন্তু এটি স্থায়ী চিকিৎসা নয়। রঙ ও আলো দ্বারা চিকিৎসায় ধারাবাহিকতা বজায় রাখলে রোগী আরোগ্য লাভ করে। কিডনি বা হৃদরোগজনিত পেটের পানির জন্য সাদা ও হলুদ আলো প্রয়োগ করতে হবে। সাদা ও হলুদ বোতলে প্রস্তুত পানি আলাদা করে প্রতিদিন ২ আউন্স করে পান করাতে হবে এবং রোগীকে দিন-রাত সাদা ও হলুদ আলোতে এক ঘণ্টা করে শুইয়ে রাখতে হবে। মাথায় পানি জমা (Hydrocephalus) হলে সাদা আলো ও সাদা রঙের পানি ব্যবহার করতে হবে।

www.ksars.org

উম্মুস্‌সিবিয়ান (শুকনো রোগ)

শিশুর স্বপ্নে ভয় পাওয়া, অতিরিক্ত কান্না, কাঁপুনি, নিজেকে বা অন্যকে আঁচড়ানো, অকারণে বারবার জ্বর, পানির মতো পায়খানা, অতিরিক্ত দুর্বলতা, চোখের নিচে কালি—এই রোগের লক্ষণ।

চিকিৎসা: নারঞ্জি রঙের বোতলে তিলের তেল প্রস্তুত করে প্রতিদিন শিশুর পুরো শরীরে মালিশ করতে হবে এবং একই রঙের পানির বোতলে প্রস্তুত পানি শিশুকে পান করাতে হবে। মাত্রা বয়স অনুযায়ী নির্ধারণ করতে হবে।

শিশুদের মাটি খাওয়ার অভ্যাস

নীল আলোয় প্রস্তুত পানির কয়েক মাত্রা এবং নীল আলোতে শোয়ালে এই অভ্যাস দূর হয়। মাত্রা বয়সভেদে নির্ধারণ করতে হবে। আলোতে শোয়ানো: দিনে একবার, আধা থেকে এক ঘণ্টা।

অকালপক্ব চুল পাকা

আসমানি রঙের স্বচ্ছ বোতলে তিলের তেল ভরে উপরের এক-চতুর্থাংশ খালি রেখে ৪০ দিন রোদে রাখতে হবে। দিনে দুবার মাথায় মালিশ করতে হবে। পাশাপাশি দিনে ২০ মিনিট ও রাতে ১৫ মিনিট নারঞ্জি আলোতে থাকতে হবে এবং নারঞ্জি রঙের পানি ২ আউন্স করে সকাল-সন্ধ্যায় পান করতে হবে।

জ্বর

সব জ্বরের কারণ মূলত এক, যেমন ইনফ্লুয়েঞ্জায় বর্ণিত।

রিয়াহি ও সর্দিজ্বর

নীল রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় ১ আউন্স করে দিতে হবে। শিশুদের জন্য ১ তোলা। মাথাব্যথা থাকলে নীল আলো প্রয়োগ করতে হবে।

পিত্তজ্বর ও প্রসূতি জ্বর

আসমানি রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় ১ আউন্স দিতে হবে। পাতলা পায়খানা বেশি হলে দিনে ৪–৫ বার ১ তোলা করে দিতে হবে। অচেতনতা থাকলে মস্তিষ্ক ও শরীরে আসমানি আলো দিতে হবে।

কফজনিত জ্বর

নারঞ্জি রঙের পানি সর্বোত্তম চিকিৎসা। ৪–৫ মাত্রায় উপকার হয়। শিশুদের দিনে দুইবার, প্রাপ্তবয়স্কদের প্রতি মাত্রায় ১ আউন্স।

www.ksars.org

বদহজম

দীর্ঘদেহী রোগীদের লাল রঙের আধিক্য ও স্থূলদেহীদের নীল রঙের আধিক্য থেকে বদহজম হয়। উভয় ক্ষেত্রেই হলুদ রঙের পানি দিনে দুবার ১ আউন্স করে পান করতে হবে। পুরনো সমস্যা হলে ২–৩ মাস চালাতে হবে। এক সপ্তাহেই উন্নতি লক্ষণীয়।

সব ধরনের বদহজমে খাবারের পর রঙিন পানি পান করা উচিত এবং হালকা, সহজপাচ্য খাবার গ্রহণ করা উচিত। বমিভাব বা বমি হলে আসমানি রঙের পানি প্রতি আধা ঘণ্টা অন্তর ১ তোলা করে পান করতে হবে।

অর্শরোগ

অর্শরোগ দুই প্রকার—একটি রক্তক্ষরণযুক্ত (খুনি) এবং অন্যটি বায়বীয় (বাদি)। এই রোগ বেশি সময় বসে থাকা, দীর্ঘস্থায়ী কোষ্ঠকাঠিন্য, অতিরিক্ত মসলাযুক্ত খাবার খাওয়া, মদ্যপান এবং অন্যান্য নেশাজাতীয় অভ্যাসের কারণে হয়।

রক্তক্ষরণযুক্ত অর্শরোগ হলুদ রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক মাত্রা করে পান করতে হবে এবং মাংসপিণ্ডের ওপর হলুদ রঙের রশ্মি দিতে হবে; অথবা নীল রঙের পানিতে তুলোর গদি ভিজিয়ে বারবার মাংসপিণ্ডের ওপর রাখতে হবে।

বাদি অর্শরোগ জন্য কমলা রঙের পানি পান করতে হবে এবং মাংসপিণ্ডের ওপর কমলা রঙের রশ্মি দিতে হবে, অথবা আকাশি রঙের পানির গদি রাখতে হবে।

বায়ুজনিত ব্যথা (রিয়াহী ব্যথা)

রিয়াহী ব্যথা শরীরের যে কোনো অংশে বা প্রতিটি গাঁটে হলে, কমলা রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় পান করানো এবং ব্যথার স্থানে কমলা রঙের রশ্মি দেওয়া উপকারী।

শিশুর অতিরিক্ত কান্না ও অস্থিরতা

শিশুর ওপর হালকা লাল ও গাঢ় লাল রঙের রশ্মি ২৪ ঘণ্টায় একবার তিন থেকে পাঁচ মিনিট পর্যন্ত দিতে হবে এবং একই রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক তোলা করে পান করাতে হবে।

www.ksars.org

শিশুর দাঁত ওঠা

এই সময় শিশুদের জন্য খুব কষ্টকর হয় এবং বিভিন্ন রোগ দেখা দেয়—যেমন চোখ ব্যথা, ডায়রিয়া, বমি, জ্বর ইত্যাদি। এর সর্বোত্তম চিকিৎসা হলো প্রতিদিন কয়েক ঘণ্টা শিশুকে নীল আলোতে শুইয়ে রাখা। এছাড়া আকাশি রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় ছয় ছয় মাশা করে দিতে হবে।

ক্ষুধা বেশি বা কম হওয়া

এই দুই সমস্যাই হজমশক্তি দুর্বল হওয়ার কারণে হয় এবং বদহজমের জন্য যে চিকিৎসা লেখা হয়েছে, সেই চিকিৎসায়ই সেরে যায়।

পোকামাকড়ের কামড়ের চিকিৎসা

বিছা, ভিমরুল, মৌমাছি ও অন্যান্য পোকামাকড়ের কামড়ের স্থানে আকাশি রঙের রশ্মি দেওয়া বা আকাশি রঙের পানির গদি রাখলে তাপ শোষিত হয়ে সঙ্গে সঙ্গে আরাম হয়।

অসততা ও বদদিয়ানতি ইত্যাদি

এই নৈতিক রোগের চিকিৎসাও রঙের মাধ্যমে সম্ভব। এর জন্য "হীনমন্যতা" দূর করার উদ্দেশ্যে আয়নার সামনে দাঁড়ানোর অনুশীলন করতে হবে এবং পরিধেয় কাপড়, বিছানার চাদর, ঘরের পর্দা, মেঝে, চাদর, লেপ, বালিশের কভার, দেয়ালের রং—সবকিছু সাদা ও উজ্জ্বল রাখতে হবে। এভাবে কয়েক দিনের মধ্যেই এই নৈতিক অবনতি দূর হয়।

ফোঁড়া ও ফুসকুড়ি

শরীরের বিভিন্ন অংশে বারবার ওঠা ফোঁড়া ও ফুসকুড়ির ওপর প্রতিদিন পনেরো থেকে বিশ মিনিট সবুজ রঙের রশ্মি দিতে হবে এবং সবুজ রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক আউন্স করে পান করাতে হবে। এতে পুঁজ বের হয়ে ধীরে ধীরে ক্ষত সেরে যায়।

ফুসফুসের সমস্যা

যদি ঠান্ডাজনিত হয়, তবে প্রতিদিন এক মাত্রা কমলা রঙের পানি পান করতে হবে এবং কয়েক মিনিট ফুসফুসের ওপর কমলা রঙের রশ্মি দিতে হবে।

www.ksars.org

পাগলামি – উন্মাদনা

এই রোগে নীল রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক আউন্স করে পান করাতে হবে এবং নীল রঙের রশ্মি প্রতিদিন দশ থেকে পনেরো মিনিট কপাল ও মস্তিষ্কে দিতে হবে। প্রলাপের অবস্থায় নীল রঙের পানির গদি মাথার ওপর রাখতে হবে। এই চিকিৎসা সুস্থ হওয়া পর্যন্ত চালিয়ে যেতে হবে। নীল রঙটি লালচে আভাযুক্ত হওয়া উচিত, যাকে বেগুনি বলা হয়।

প্লেগ (তাউউন)

এই রোগে আকাশি রঙ বিশেষভাবে উপকারী। আধা ঘণ্টা পরপর এক এক আউন্স করে পান করালে আরাম হয়। যদি গ্রন্থি (গাঁট) বের হয়, তবে তার ওপর আকাশি রঙের রশ্মি দিতে হবে এবং আকাশি রঙের পানির গদি রাখতে হবে। যদি গ্রন্থি কেটে দেওয়া হয়ে থাকে, তবে সেখানে সবুজ রঙের রশ্মি এবং সবুজ রঙের পানির গদি ব্যবহার করতে হবে। প্লেগ ও কলেরার সময় প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা হিসেবে সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক মাত্রা আকাশি রঙের পানি পান করা উচিত।

পেটের রোগসমূহ

পেটব্যথা, গড়গড় শব্দ, গ্যাস, খাওয়ার পর পেট ফাঁপা, মোচড় ইত্যাদি সব রোগে হলুদ রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক এক আউন্স করে পান করাতে হবে।

জটিল রোগ যা বোঝা যায় না

রোগী যদি কখনো অসুস্থ আবার কখনো সুস্থ হয়, বা অল্প সেরে আবার বারবার অসুস্থ হয়ে পড়ে এবং মূল রোগ নির্ণয় করা না যায়, তবে লাল রঙের পানি ব্যবহার উপকারী।

আমাশয় (পেচিশ)

আমাশয় সাধারণ হোক বা রক্তযুক্ত—উভয় অবস্থাতেই অন্ত্রে ক্ষত সৃষ্টি হওয়াই কারণ। হলুদ বা কমলা রঙের পানিতে এই রোগ দ্রুত সেরে যায়। রোগের তীব্রতায় দুই ঘণ্টা পরপর এবং সাধারণ অবস্থায় সকাল ও সন্ধ্যায় সম্পূর্ণ সুস্থ হওয়া পর্যন্ত পান করাতে হবে।

এই রোগে মাটির নিচে জন্মানো সবজি, ঝাল মসলা, অতিরিক্ত লবণ-মরিচ এবং মাংস অত্যন্ত ক্ষতিকর।

www.ksars.org

দীর্ঘদিনের পুরনো আমাশয় নিয়মিত দীর্ঘ চিকিৎসায় সেরে যায়। এ সময় খাদ্যাভ্যাসে বিশেষ সতর্কতা প্রয়োজন। খাবারে সাগুদানা, অ্যারারুট, মুগডালের খিচুড়ি (দুই ভাগ ডাল ও এক ভাগ চাল) ব্যবহার করা উচিত। যদি দুধ দশ মিনিট লাল বা কমলা রঙের বোতলে রোদে রেখে ব্যবহার করা হয়, তবে খাদ্য ও ওষুধ—উভয় সমস্যার সমাধান হয়। আমাশয়ের সঙ্গে মোচড় থাকলে শুধু কমলা রঙের পানি ব্যবহার করতে হবে।

www.ksars.org

মূত্রসংক্রান্ত রোগসমূহ

কষ্টের সঙ্গে প্রস্রাব হওয়া—

বেগুনি রঙের পানি নির্দিষ্ট মাত্রায় পান করলে এই সমস্যা দূর হয়। প্রস্রাবের পথে ফোলা বা ভেতরের আবরণে ক্ষত থাকলেও তা সেরে যায়।

ঘুমের মধ্যে প্রস্রাব বের হয়ে যাওয়া—

শিশুদের ক্ষেত্রে নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছালে এটি স্বাভাবিকভাবেই সেরে যায়। যদি বড় বয়স পর্যন্ত থেকে যায়, তবে মূত্রথলির ওপর বেগুনি বা লাল রঙের আলো দেওয়া অত্যন্ত উপকারী।

বারবার প্রস্রাব হওয়া—

শরীরে হলুদ ও লাল বা কমলা রঙের আধিক্যের কারণে এ রোগ হয়। এর জন্য সকাল ও সন্ধ্যায় বেগুনি রঙের পানি পান করাতে হবে, বেশি হলে দুপুরে আরও এক মাত্রা যোগ করা যেতে পারে।

প্রস্রাবে শর্করা আসা (ডায়াবেটিস)—

এই রোগে হলুদ রঙের আলো মেরুদণ্ডের সংযোগস্থলে পনেরো থেকে বিশ মিনিট দিতে হবে, তারপর এক মিনিট বেগুনি রঙের আলো মেরুদণ্ডে দিতে হবে। সকালে এক আউন্স হলুদ রঙের পানি এবং রাতে ঘুমানোর আগে এক আউন্স নীল রঙের পানি পান করা উচিত। পাশাপাশি হলুদ রঙের আলোয় প্রস্তুত খাঁটি তিসির তেল মেরুদণ্ডে মালিশ করতে হবে।

যক্ষ্মা—

শুরুর দিকে লাল রঙের পানি পান করানো ও ফুসফুসে লাল রঙের আলো দেওয়া উচিত। পরে দিনে তিনবার চার ঘণ্টা অন্তর নীল বোতলের পানি এক তোলা, তারপর কমলা রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি এক তোলা করে দিতে হবে এবং ফুসফুসে নীল রঙের আলো দিতে হবে। ফুসফুসে দাগ বা পানি জমলে, কমলা বোতলে চল্লিশ দিন রোদে রাখা তিসির তেল বুক ও পিঠে দিনে ও রাতে পাঁচ মিনিট করে বৃত্তাকারে মালিশ করতে হবে। রোগী খুব দুর্বল হলে আট–দশ দিনের পর কমলা রঙের পানি দিতে হবে।

ডায়রিয়া—

হলুদ রঙের পানিতে বন্ধ হয়ে যায়। প্রাপ্তবয়স্কদের দিনে চারবার দুই আউন্স করে এবং শিশুদের ক্ষেত্রে বয়স অনুযায়ী মাত্রা নির্ধারণ করতে হবে।

www.ksars.org

জিরিয়ান—

এটি অত্যন্ত ক্ষতিকর রোগ এবং রোগীকে ধীরে ধীরে নিঃশেষ করে দেয়। মেরুদণ্ডে পনেরো থেকে বিশ মিনিট বেগুনি রঙের আলো দেওয়া উপকারী। পাশাপাশি বেগুনি বোতলে প্রস্তুত পানি বা দুধ সকাল ও সন্ধ্যায় চার আউন্স করে পান করা উচিত।

জুল্‌ক (হস্তমৈথুন)—

এই অভ্যাসে শরীরে অপ্রয়োজনীয় তাপ ও উত্তাপ সৃষ্টি হয়। প্রতিকারে আকাশি রঙের পানি পান করানো এবং মেরুদণ্ডে আকাশি রঙের আলো দেওয়া উপকারী।

শরীর অতিরিক্ত শুকিয়ে যাওয়া—

শরীরে লাল রঙের ঘাটতির কারণে হয়। লাল রঙের পানি ও লাল রঙের আলো প্রয়োগ করা উচিত। পনেরো বছরের কম বয়সীদের জন্য খাঁটি লালের বদলে লালচে নীল অর্থাৎ বেগুনি রঙ ব্যবহার করতে হবে।

শরীরের কোনো অংশ ফুলে যাওয়া—

লাল রঙের পানি পান করানো এবং লাল রঙের আলো দেওয়া বা লাল রঙের পানিতে ভেজানো তুলোর গদি সেই অংশে রাখা যায়।

শরীরের কোনো অংশ অবশ হয়ে যাওয়া—

রক্ত সঞ্চালন সক্রিয় করতে সকাল ও সন্ধ্যায় লাল রঙের পানি দিতে হবে এবং আক্রান্ত স্থানে দশ থেকে পনেরো মিনিট লাল রঙের আলো দিতে হবে; চাইলে লাল রঙের পানিতে ভেজানো গদি রাখা যায়।

শরীরে ফোসকা—

ছোট বা বড়, জ্বালা বা ব্যথা থাকুক বা না থাকুক, কালো বা নীল যেকোনো রঙের ফোসকার চিকিৎসা হলো কমলা রঙের আলো ও কমলা রঙের পানি।

শরীরে ফোলা—

দিনে একবার নীল ও একবার লাল রঙের পানি এবং পুরো শরীরে বেগুনি রঙের আলো উপকারী।

চর্মরোগ (চীভ/চনবল)—

শুষ্ক চুলকানির জন্য প্রস্তুত তেল লাগানো উপকারী। নীল রঙের আলো দিনে একবার এক ঘণ্টা আক্রান্ত স্থানে দিতে হবে। নীল ও হলুদ রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি দিনে দুইবার পান করাতে হবে।

www.ksars.org

গুটিবসন্ত—

বসন্ত উঠতে গিয়ে থেমে গেলে বা বসে গেলে লাল রঙের পানি অত্যন্ত উপকারী; এক–দুই মাত্রায় দানা উঠে আসে। শুরুতে তিন মিনিট লাল রঙের আলো দিলে দানা দ্রুত বেরিয়ে সেরে যায়। দানা পূর্ণ হলে লাল রঙ বন্ধ করতে হবে; দানায় রস এলে সিল খড়ির গুঁড়া ছিটিয়ে আকাশি বা নীল রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স করে এবং নীল রঙের আলো তিন–চার মিনিট প্রতিদিন দিতে হবে; এতে তাপ ও প্রদাহ কমে ক্ষত সারে।

চোট—

নীল রঙের পানির পট্টি বেঁধে ভেজা রাখলে দ্রুত আরাম হয়। ক্ষত হলে নীল রঙের আলো ক্ষতের ওপরও দিতে হবে।

খিটখিটে স্বভাব—

রোগীকে বেশি সময় অন্ধকারে রাখতে হবে; এমনকি ঘরের পর্দা কালো হলে আরও ভালো।

ঋতুস্রাব—

কম হওয়া, কষ্টে হওয়া, ব্যথা, রক্ত জমাট বাঁধা ইত্যাদিতে সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স বেগুনি রঙের পানি পান করা উচিত। কম হলে অন্তত পনেরো দিন, কষ্ট হলে ঋতুর এক সপ্তাহ আগে শুরু করে শেষের এক দিন পর পর্যন্ত চালাতে হবে।

গর্ভাবস্থা—

জ্বর, ডায়রিয়া, মাথা ঘোরা, বমিভাব, ক্ষুধামন্দা ইত্যাদিতে আকাশি রঙের পানির এক মাত্রাই যথেষ্ট।

মিথ্যা গর্ভাবস্থা—

দশম মাস থেকে চিকিৎসা শুরু করতে হবে। হলুদ বা কমলা রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স এবং কমলা রঙের আলো প্রতিদিন দশ–পনেরো মিনিট পেটে দিতে হবে। নোট: নিশ্চিত না হলে এ চিকিৎসা করা যাবে না।

গ্যাস—

খাবারের পর হলুদ রঙের পানি এক আউন্স পান করতে হবে। গলা রোগ (খুনাক)—আধা ঘণ্টা পরপর আধা তোলা নীল রঙের পানি দিতে হবে যতক্ষণ না আরাম আসে, তারপর বন্ধ করতে হবে।

www.ksars.org

অণ্ডকোষ ফুলে যাওয়া বা থলিতে পানি জমা—

প্রতিদিন এক মাত্রা লাল রঙের পানি এবং এক থেকে চার মিনিট লাল রঙের আলো দিলে রোগ সেরে যায়।

রক্তস্বল্পতা—

সকালের নাশতার এক ঘণ্টা পর এক আউন্স লাল রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি এবং বিকেলে এক আউন্স কমলা রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি দিলে উপকার হয়; সঙ্গে দিনে দুবার দশ–পনেরো মিনিট লাল রঙের আলোতে রাখা উচিত।

উচ্চ রক্তচাপ—

আকাশি বা নীল রঙের আলোয় প্রস্তুত পানির মাত্রা এবং দিনে ও রাতে এক ঘণ্টা করে আকাশি বা নীল আলোতে শুইয়ে রাখা কার্যকর চিকিৎসা।

নিম্ন রক্তচাপ—

মূল কারণের চিকিৎসার সঙ্গে লাল রঙের পানি এক আউন্স এবং লাল রঙের আলো দিলে উপকার হয়।

খুনাজির—

মালিশে আকাশি রঙের আলোয় প্রস্তুত তিসির তেল এবং পান করার জন্য হলুদ রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি ব্যবহার করতে হবে।

চুলকানি—

নীল বা আকাশি রঙের পানিতে দিনে তিনবার গোসল এবং একই রঙের আলো এক ঘণ্টা পুরো শরীরে দিলে দ্রুত সারে। শুষ্ক চুলকানিতে নীল বা লাল বোতলে এক মাস রোদে রাখা সরিষার তেল মালিশ করা অত্যন্ত উপকারী।

দাদ

শুষ্ক চুলকানির জন্য প্রস্তুত তেল লাগানো উপকারী।

ডায়রিয়া (দস্ত)

হজমশক্তির দুর্বলতার কারণে হলে হলুদ রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স করে দিতে হবে। রক্তযুক্ত ডায়রিয়ায় আকাশি রঙের পানি বিশেষভাবে উপকারী; তিন–চার মাত্রায়ই সমস্যা দূর হয়।

www.ksars.org

দাঁতের রোগ

দাঁতের ব্যথা, মাড়ি ফুলে যাওয়া, দাড়ির স্ফীতি, পচন ইত্যাদিতে আকাশি রঙের পানিতে বারবার কুলি বা গার্গল করতে হবে। সঙ্গে হলুদ বা কমলা রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় পাঁচ–ছয় দিন পান করলে সব কষ্ট দূর হয়।

হাঁপানি (অ্যাজমা)

আক্রমণের সময় কমলা রঙের পানি প্রতি দশ মিনিট পরপর এক তোলা করে এক ঘণ্টা দিতে হবে। কিছুদিন কমলা রঙের আলোতে প্রস্তুত তিসির তেল বুকে ফুসফুসের স্থানে রাতে ঘুমানোর আগে ও সকালে পাঁচ মিনিট করে হালকা হাতে বৃত্তাকারে মালিশ করতে হবে। আক্রমণ না থাকলেও কয়েক দিন এক আউন্স করে কমলা রঙের পানি দিলে হজম ঠিক হয় ও শক্তি ফিরে আসে। যাদের শরীরে লাল রঙের ঘাটতি থাকে, তাদের নীল রঙের পানি ও তেলে আরাম হয়।

হৃদয়ে ব্যথা

আকাশি রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় দুই তোলা করে দিতে হবে এবং হজম ঠিক রাখতে খাবারের পর হলুদ রঙের পানি পান করাতে হবে।

মস্তিষ্কের ক্লান্তি

যারা মানসিক কাজ করেন, কাজ শেষে কিছুক্ষণ মাথা আকাশি রঙের আলোতে রাখলে ক্লান্তি দূর হয়। আকাশি রঙের পানি এক আউন্স পান করাও উপকারী।

মস্তিষ্কে ফোলা

এ রোগ বেশি শিশুদের হয়; শুরুতে জ্বর ও অস্থিরতা থাকে। নীল আলোই এর সর্বোত্তম চিকিৎসা।

টক ঢেঁকুর

খাওয়ার পর ঢেঁকুর আসা ভালো লক্ষণ হলেও বেশি হলে হজমের দুর্বলতা বোঝায়। খালি পেটেও ঢেঁকুর এলে হলুদ রঙের পানির এক মাত্রাই যথেষ্ট। যাদের লাল রঙের ঘাটতি আছে, তাদের নীল রঙের পানি উপকারী।

www.ksars.org

ঢেঁকুর

এটি বদহজমের লক্ষণ; বদহজমের চিকিৎসাই করতে হবে।

বীর্য পাতলাতা

খাঁটি তিসির তেল লাল বা নীল রঙের স্বচ্ছ বোতলে এক মাস রোদে রেখে রাতে ও ভোরে সূর্যোদয়ের আগে নিতম্বের জয়েন্ট ও গদিতে তিন মিনিট মালিশ করতে হবে।

গাঁট বা টিউমার (রসুলি)

নাক, পেট বা শরীরের যেকোনো অংশে হোক, ব্যথা থাকুক বা না থাকুক—নীল রঙের আলোই চিকিৎসা। টিউমারের ওপর নীল আলো দিতে হবে এবং নীল রঙের পানি পান করাতে হবে।

কাঁপুনি (র'শা)

নীল বা আকাশি রঙের পানি দিনে তিন মাত্রা ও একই রঙের আলো দিলে আল্লাহর কৃপায় কাঁপুনি সেরে যায়।

সর্দি–নাক দিয়ে পানি পড়া

এটি হজমের দুর্বলতা, ঠান্ডা ও মস্তিষ্কের দুর্বলতা থেকে হয়। গাঢ় নীল রঙের পানি ও আলো অত্যন্ত উপকারী; পুরনো সর্দিও সেরে যায়। সর্দির সঙ্গে ঠান্ডাজনিত জ্বর হলে লাল রঙের পানি ও আলো ব্যবহার করতে হবে। হজম ঠিক রাখতে দিনে একবার হলুদ রঙের পানি দিতে হবে।

লিউকোরিয়া (সিলানুর রহম)

জরায়ু থেকে স্রাব হয়—লালচে বা সাদা যাই হোক, চিকিৎসা একটাই: সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স করে বেগুনি রঙের পানি পান করা এবং বেগুনি রঙের পানিতে ভেজানো গদি এক সপ্তাহ নাভির নিচে দশ–পনেরো মিনিট বেঁধে রাখা।

মাথাব্যথা

গরম বা ঠান্ডা, পুরো বা আধা মাথা, জ্বর বা মানসিক চাপ—সব ক্ষেত্রে প্রথমে মাথায় নীল আলো পাঁচ মিনিট, তারপর সবুজ আলো তিন মিনিট দিতে হবে।

www.ksars.org

বুকে জ্বালা

সাধারণত বদহজমের কারণে হয়, কফপ্রবণদের বেশি হয়। হলুদ রঙের পানির এক মাত্রায় জ্বালা সেরে যায় ও হজম ঠিক হয়।

চুল

যৌবনে চুল মোটা, পরে তুলনামূলক পাতলা হয়। চুলের আয়ু প্রায় চার বছর; স্বাভাবিকভাবে পড়া চিন্তার বিষয় নয়। তবে লম্বা চুলের সঙ্গে ছোট চুল পড়লে কোনো রোগজনিত কারণ থাকে। প্রথম লক্ষণ সাধারণত খুশকি। খুশকি হয় অপুষ্টিকর খাবার, ভেজাল সুগন্ধি তেল, সাবান দিয়ে মাথা ধোয়া ও অতিরিক্ত নোনতা–ঝাল খাবার থেকে। অকাল পাকা চুলে বংশগত কারণ ও মানসিক আঘাত গুরুত্বপূর্ণ। সব ক্ষেত্রেই আকাশি রঙ ও আলো অত্যন্ত উপকারী। মাথা ধোয়ার জন্য আকাশি রঙের পানি ও আকাশি আলোয় প্রস্তুত তেল নিয়মিত ব্যবহার করতে হবে। খাঁটি তিলের তেল আকাশি রঙের বোতলে ভরে এক-চতুর্থাংশ খালি রেখে এক মাস রোদে রেখে রাতে ভালোভাবে মাথায় মালিশ করতে হবে।

সকতা (স্ট্রোক)

এই ভয়ংকর রোগের সব লক্ষণ নীল রঙে দূর হয়।

ঠান্ডাজনিত ফোলা

লাল রঙ খুব উপকারী; লাল আলো দিন বা লাল রঙের পানির গদি রাখুন।

লালচে ফুসকুড়ি (সরখবাদা)

একটানা এক ঘণ্টা লাল আলো দিন; একবারই যথেষ্ট।

সাদা কুষ্ঠ (ভিটিলিগো)

লাল রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এবং প্রতিদিন চার–পাঁচ মিনিট লাল আলো দিলেই পূর্ণ চিকিৎসা হয়।

www.ksars.org

গনোরিয়া (সোজাক)

ব্যথাসহ প্রস্রাব, স্রাব, মূত্রনালিতে ক্ষত বা ফোলায় বেগুনি রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় দুই তোলা করে পান করলে ফোলা ও ক্ষত সারে, প্রস্রাব স্বাভাবিক হয় ও দূষিত স্রাব বেরিয়ে যায়।

ক্যান্সার (সারতান)

এই রোগে লাল রঙ বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ। সকালে এক আউন্স লাল রঙের পানি ও সন্ধ্যায় এক আউন্স হলুদ রঙের পানি দিতে হবে এবং প্রতিদিন চার–পাঁচ মিনিট লাল আলো দিতে হবে। রোগীর পোশাক, বিছানার চাদর, বালিশের কভার ও ঘরের পর্দা সব লাল হওয়া উচিত।

যক্ষ্মা (সল)

শ্বাসকষ্ট, কফে কষ্ট, কাশির পর রক্তে নীল ও কমলা রঙের

বোতলের পানি, নীল আলো এবং কমলা রঙের বোতলে চল্লিশ দিন রোদে রাখা কাঁচা ঘানি তিসির তেল বুক ও পিঠে ফুসফুসের স্থানে বৃত্তাকারে দিনে ও রাতে পাঁচ মিনিট মালিশ উপকারী। অন্তত এক মাস চালাতে হবে।

সার্সাম (মেনিনজাইটিস সদৃশ অবস্থা)

প্রলাপ বা বমি হলে হলুদ রঙের পানি উপকারী। অচেতনতা বেশি হলে আকাশি আলো দুই ঘণ্টা পরপর দুই–তিনবার দিতে হবে। অচেতনতা কমলে আলো বন্ধ করে আকাশি রঙের পানি দিতে হবে। ঠান্ডা বেশি ও নাড়ির গতি ধীর হলে এক–দুই মাত্রা লাল রঙের পানি দিতে হবে। হালকা হলে কমলা রঙ যথেষ্ট। জ্বরে ডায়রিয়া হলে আটকানোর চেষ্টা না করে প্রকৃতিকে কাজ করতে দিতে হবে।

দ্রুত বীর্যপাত (সুর'আত)

বেগুনি রঙের পানি ও বেগুনি আলোয় প্রস্তুত তিসির তেল অত্যন্ত উপকারী। বেগুনি আলোয় চল্লিশ দিন প্রস্তুত তিসির তেল মেরুদণ্ডের নিচের জয়েন্টে রাতে ও সকালে দশ মিনিট করে বৃত্তাকারে মালিশ করতে হবে।

www.ksars.org

যৌন ইচ্ছার আধিক্য

আকাশি রঙের পানি ব্যবহারে অতিরিক্ত কামনা কমে যায়; সকাল ও সন্ধ্যায় দুই আউন্স করে।

পিত্তের আধিক্য

প্রতি দুই ঘণ্টা অন্তর হলুদ রঙের পানি দিলে পিত্তজনিত জ্বালা কমে। তাপ বেশি হয়ে রক্তমিশ্রণ ও নাক, মুখ বা প্রস্রাবে রক্ত এলে দুপুর ও সন্ধ্যায় দুই তোলা হলুদ রঙের পানি এবং সকালে আড়াই তোলা আকাশি রঙের পানি দিতে হবে। পাঁচ–ছয় মাস চালাতে হবে যাতে রোগ ফিরে না আসে।

পিত্তজনিত বমি

প্রতি আধা ঘণ্টা পরপর নীল রঙের পানি আধা তোলা করে দিতে হবে; না থামলে মাত্রা দ্বিগুণ করতে হবে।

পক্ষাঘাত (ফালিজ)

কোনো অঙ্গ অবশ হলে সেই অঙ্গে লাল আলো দিতে হবে এবং সকাল, দুপুর ও সন্ধ্যায় হলুদ রঙের পানি পান করাতে হবে।

কোলিক (কৌলঞ্জ)—

কৌলঞ্জে আক্রমণের সময় কমলা রঙের পানি এক আউন্স করে প্রতি দশ মিনিট অন্তর এক ঘণ্টায় ছয়বার দিতে হবে। এভাবে এক ঘণ্টা বিরতি দিয়ে মোট তিনবার এই প্রক্রিয়া করলেই যথেষ্ট।

কোষ্ঠকাঠিন্য—

যকৃতের কার্য ধীর হওয়া ও বেশি বসে থাকার কারণে কোষ্ঠকাঠিন্য হয়; দোকানদার, কর্মচারী, মুনিম প্রভৃতি এ রোগে বেশি আক্রান্ত হন। এর জন্য সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স করে হলুদ রঙের পানি পান করতে হবে। এতে পুরনো কোষ্ঠকাঠিন্যও সেরে যায়, তবে তাড়াহুড়ো করে বারবার বেশি পানি পান করা উচিত নয়—উল্টো ক্ষতি হতে পারে; খুব সতর্কতা দরকার। তাজা শাকসবজি বেশি খেতে হবে।
বমি—নীল রঙের পানি ব্যবহারে বমি বন্ধ হয়।

www.ksars.org

কানের রোগ—

কানব্যথা, কান পাকা, কম শোনা—এসব ক্ষেত্রে আকাশি রঙের পানি ও আলো খুব উপকারী। কানে ফোঁড়া বা ফোলা থাকলে নীল আলো দেওয়া এবং নীল রঙের পানির খুব হালকা পিচকারি লাভজনক। কম শোনার সঙ্গে কানে অবাস্তব শব্দ গুঞ্জন করলে কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করা, পা গরম রাখা, ঘুমের সময় পা ঠান্ডা পানি দিয়ে ধোয়া এবং মাথায় নীল আলো দেওয়া উপকারী। আকাশি রঙের আলোয় প্রস্তুত সরিষার তেলও ব্যবহার করা যেতে পারে। মনে রাখবেন, কানে তেল সবসময় হালকা কুসুম গরম করে দিতে হবে।

জুজাম (কুষ্ঠ/জযাম)—

এই রোগে চিকিৎসায় ছয়–সাত মাস লাগে, তবে এক–দেড় মাসের মধ্যে উপকার দেখা দেয়। সকাল ও সন্ধ্যায় কমলা রঙের পানি দুই মাত্রা (একটি সকাল, একটি সন্ধ্যা) পান করতে হবে। এতে এক–দেড় সপ্তাহের মধ্যে পায়খানা শুরু হয় এবং খারাপ পদার্থ ধীরে ধীরে বের হতে থাকে; ডায়রিয়া বেশি হলে দুইয়ের বদলে এক মাত্রা করতে হবে। চিকিৎসাকালে চাল, দুধ, মাছ, ডিম, সব ধরনের মাংস, গুড়, তেল ও লবণ সম্পূর্ণ বর্জন করতে হবে।

দুর্বলতা/আলস্য—

দুর্বলতা, সস্তি, আলস্য, হাত-পা ঠান্ডা থাকা, শরীর ফ্যাকাসে হওয়া, শরীর ভেঙে পড়া এবং স্নায়ুতে বারবার টান—এসবে লাল রঙের পানি, লাল রঙের আলো এবং লাল আলোয় প্রস্তুত তিলের তেল উপকারী।

কেটে যাওয়া—

ছুরি বা অন্যভাবে হালকা আঁচড়/কাটা লাগলে নীল রঙের পানিতে কাপড়ের পট্টি ভিজিয়ে লাগালে আরাম হয়।

পাগলা কুকুরের কামড়—

আকাশি রঙের পানি আট–দশ দিন পান করাতে হবে; শুরুতে প্রতি তিন ঘণ্টা পরপর, পরে দিনে তিনবার, আর ভালো হয়ে গেলে কয়েক দিন দিনে একবার। কামড়ের স্থান আকাশি রঙের পানি দিয়ে ধুতে হবে, একই

www.ksars.org

পানিতে ভেজানো গদি রাখতে হবে এবং আকাশি রঙের আলো দিতে হবে—খুব উপকারী।

শুষ্ক কাশি—

এ রোগে কফ দেরিতে ও কষ্টে বের হয়; গাঢ় নীল রঙের পানির মাত্রায় সহজে সেরে যায়। কাশি খুব পুরনো হলে এবং কফ খুব শক্ত/জমাট হয়ে একদম না বেরোলে কমলা রঙের পানির মাত্রা দিতে হবে।

এক্কাশি—

কফ ঘন হয়ে বুকে জমে এবং কষ্টে বের হয়; কমলা রঙে প্রস্তুত পানি দুই তোলা করে দিনে তিনবার পান করানো উপকারী। দীর্ঘস্থায়ী কাশিও কমলা রঙের পানিতে পনেরো–বিশ দিনে সেরে যায়।
কিডনিতে ফোলা—কারণ হতে পারে মূত্রাশয়ের পাথর/রেগ বা ঠান্ডা। ঠান্ডাজনিত হলে নীল ও লাল রঙের পানি দিনে একবার করে এবং কিডনির ওপর বেগুনি আলো দেওয়া উপকারী। যদি কারণ রেগ/পাথর হয়, তবে কমলা রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় এবং কিডনিতে কমলা আলো দিতে হবে।

গলা ব্যথা/গলায় প্রদাহ—

প্রায়ই সর্দি-ঠান্ডা থেকে হয়; সহজ চিকিৎসা হলো নীল রঙের পানিতে তিন ঘণ্টা অন্তর গার্গল করা। এতে ২৪ ঘণ্টা, বেশি হলে ৪৮ ঘণ্টায় রোগ সেরে যায়। গলার অনেক রোগেই নীল পানি অমোঘ কাজ করে।

টাক—

নীল রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি দিয়ে মাথা ধোয়া এবং মাথায় নীল আলো দেওয়া এমন চিকিৎসা যাতে টাক সেরে চুল গজায়।

গেঁটে বাত—"যুগ্মব্যথা" অংশে দেখুন।

পক্ষাঘাত (লাকওয়া)—এক সময় দুই তোলা লাল রঙের পানি, আরেক সময় আড়াই তোলা হলুদ রঙের পানি; প্রতিদিন চার–পাঁচ মিনিট লাল আলো দিতে হবে; এবং তুলাবীজের তেলে এক মাস লাল আলো শোষণ করিয়ে সেই তেল রুটিতে মেখে খেলে আশ্চর্য ফল হয়। তেলের মাত্রা দুই সময়ে দুই তোলা। সম্পূর্ণ প্রভাব দূর হওয়া

www.ksars.org

পর্যন্ত চিকিৎসা চালাতে হবে।

টাইফয়েড/মোতীঝড়া—আকাশি রঙের পানির মাত্রা খুব উপকারী, তবে আগে পানি ফুটিয়ে ঠান্ডা করে তারপর আলো শোষণ করাতে হবে। দানা ওঠা থেমে গেলে বা বসে গেলে এক–দুই মাত্রা লাল রঙের পানি দিতে হবে; মাত্রা বয়স অনুযায়ী নির্ধারণ করতে হবে।

ম্যালেরিয়া—

আকাশি রঙের পানি সকাল ও সন্ধ্যায় এক আউন্স করে এবং শরীরে আকাশি রঙের আলো দিতে হবে।

মুখ দিয়ে রক্ত পড়া—

কারণ যাই হোক, হলুদ বা কমলা রঙের পানি পান করালে বন্ধ হয়; মুখ খুলে মুখের ভেতর লাল আলোও দিতে হবে।

মুখে ঘা/ছালার মতো দানা—

মুখের ভেতর সাদা ও লাল ছোট দানা হয়; অন্ত্রে পৌঁছালে বিপজ্জনক। বেশি গরম, জ্বরের তাপ ও পাকস্থলীর গোলমাল থেকে হয়। শিশুদেরও প্রায় হয়। তিন–চার দিন নীল পানি অল্প মাত্রায় (আধা তোলা) প্রতি আধা ঘণ্টা পরপর দিতে হবে; ২৪ ঘণ্টায় সম্পূর্ণ আরাম না হলে কয়েক ঘণ্টা বিরতি দিয়ে আবার একইভাবে করতে হবে। বড়দের জন্য মাত্রা এক আউন্স।

মূত্রথলিতে পাথর—

লাল বা বেগুনি রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় পান করাতে হবে এবং লাল বা বেগুনি আলো কিডনির ওপর দিতে হবে। মেলানকোলিয়া/মারাক—মস্তিষ্কে নীল আলো দিন এবং নীল পানি সকাল-সন্ধ্যায় পান করান।

পাকস্থলীতে জ্বালা—

বদহজমজনিত; হলুদ রঙের পানির এক মাত্রাই যথেষ্ট। মসা—শরীর বা মুখের ছোট মসা দূর করতে লাল রঙের পানি ও লাল রঙে প্রস্তুত তিসির তেল উত্তম। আগুনে কাঁচ (আতশি শীশা) দিয়ে সূর্যের রশ্মি

www.ksars.org

ফোকাস করে মসা পুড়িয়েও চিকিৎসা করা যায়, তবে খুব সতর্কতা দরকার—তিন মিনিটের বেশি নয় এবং রশ্মি শুধু মসার ওপর পড়তে হবে, নইলে অন্য অংশ পুড়ে ক্ষতি হতে পারে।
মৃগী—আকাশি রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় দুই তোলা করে দীর্ঘ সময় পান করাতে হবে এবং মাথায় আকাশি আলো দিতে হবে; চিকিৎসা চলবে যতক্ষণ নিশ্চিত না হওয়া যায় যে ভবিষ্যতে আক্রমণ হবে না। আক্রমণের সময় শুধু মাথায় আকাশি আলো দেওয়াই যথেষ্ট।

মোটা কমানো—

অতিরিক্ত স্থূলতা রোগ; চিকিৎসা কালো রঙের আলোয় প্রস্তুত পানি এবং কালো আলোতে শুইয়ে রাখা। মাত্রা দুই আউন্স করে, আর আলোতে শোয়ার সময় আধা ঘণ্টা করে দিনে দুইবার।

নাভি সরে যাওয়া—

দুর্বল স্নায়ুযুক্তদের বেশি হয়। খাঁটি তিলের তেলে হলুদ আলো শোষণ করিয়ে নাভির নিচে তলপেটে রাতে ঘুমের আগে ও সকালে খালি পেটে পাঁচ মিনিট করে বৃত্তাকারে হালকা মালিশ করতে হবে এবং ওষুধ হিসেবে কমলা রঙের পানি দুই আউন্স করে দুই সময়ে খাবারের আধা ঘণ্টা আগে পান করলে নাভি সরা বন্ধ হয় ও স্নায়ু শক্ত হয়।
গেঁটে বাত/গাউট ও ফিলপা—কমলা রঙের পানি ও কমলা আলো অত্যন্ত উপকারী।

ঘুম না আসা—

আকাশি রঙের পানি এবং মাথায় আকাশি আলো দেওয়াই চিকিৎসা।

নিউমোনিয়া—

নীল রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় এক আউন্স করে এবং একই রঙের আলো প্রতিদিন তিন–চার মিনিট ফুসফুসের ওপর দিলে আরাম হয়।

নাসূর—

চলতি চিকিৎসায় চূড়ান্ত চিকিৎসা নেই, তবে স্বচ্ছ সবুজ বোতলের পানির মাত্রা ও আলোতে নাসূর সেরে যায়।

www.ksars.org

নাক দিয়ে রক্ত পড়া—

নীল পানি নাকে দিলে রক্তের অতিরিক্ত তাপের কারণে হলে বন্ধ হয়। পুরনো রোগীদের এক সপ্তাহ ঘুমের সময় এক মাত্রা নীল পানি পান করালে নাক দিয়ে রক্ত পড়া স্থায়ীভাবে বন্ধ হয়।
জয়েন্ট ব্যথা (উজ'আল-মাফাসিল)—গেঁটে বাত ও গাউটও এতে আছে; দুই ধরনের—তীব্র ও দীর্ঘস্থায়ী। তীব্রে নীল পানি পান, নীল পানির গদি ও নীল আলো দিতে হবে। দীর্ঘস্থায়ীতে কমলা পানির গদি ও নীল আলো ব্যবহার করতে হবে। খাবারে লবণ এক-চতুর্থাংশে নামিয়ে আনতে হবে। ঠান্ডা, টক, ভাজা খাবার এবং গুড়–তেল থেকে অবশ্যই বেঁচে থাকতে হবে।

ঘৃণা, হিংসা ও পাষাণতা—

প্রতিদিন অন্তত দশ মিনিট ফুলের তোড়া দেখে থাকলে কয়েক দিনে দূর হয়।

হজমের দুর্বলতা—

হজম দুর্বল হয়ে ডায়রিয়া বা পেটব্যথা হলে হলুদ রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় এক আউন্স করে দিতে হবে; শিশুদের ক্ষেত্রে বয়স অনুযায়ী মাত্রা নির্ধারণ করতে হবে।

কলেরা—

প্রাথমিক পর্যায়ে হলুদ রঙের পানি এক তোলা করে আধা ঘণ্টা পরপর দিতে হবে; এতে তৃষ্ণা, বমি, ডায়রিয়া, খিঁচুনি, প্রস্রাব বন্ধ ইত্যাদি দূর হয়। শেষ পর্যায়ে শরীরে লাল রঙ কমে শরীর ঠান্ডা হয়ে যায়—তখন এক ঘণ্টা অন্তর তিন–চারবার লাল রঙের পানি দুই তোলা করে উপকারী।

হাত-পা ফাটা ও খিঁচুনি—

আকাশি রঙের পানি সকাল-সন্ধ্যায় এবং আকাশি আলো উপকারী; খাবারে লবণ ও চর্বি কমাতে হবে।

হাত-পা ঠান্ডা থাকা—

লাল রঙের ঘাটতির কারণে; লাল রঙের পানি ও লাল আলো উপকারী।

www.ksars.org

জন্ডিস—

এ রোগ সরাসরি যকৃত ও মস্তিষ্কের সঙ্গে সম্পর্কিত; তীব্রতা অনুযায়ী আকাশি রঙের পানি ও আলো ব্যবহার করুন। আলো প্রতিদিন দুইবার পাঁচ–দশ মিনিট দিতে হবে এবং খাবারের পর হলুদ রঙের পানি এক আউন্স করে দিতে হবে।

www.ksars.org

পঞ্চম অধ্যায়

রোগে উপকারী ও ক্ষতিকর খাদ্য

পাকস্থলী ও অন্ত্রের রোগ

উপকারী খাদ্য

১। লাল টমেটো ও পেঁয়াজ একসঙ্গে মিশিয়ে কচুম্বর বানিয়ে খাবারের সঙ্গে ব্যবহার করুন।

২। শালগমের তরকারি রান্না করে তার ঝোল ব্যবহার করুন।

৩। রসুনের কোয়া থেকে গুলি বানিয়ে গিলে ফেললে পেটব্যথা সঙ্গে সঙ্গে কমে যায়।

৪। আদা, আদার আচার, কাঁচা মরিচের আচার, পনির, পালং শাক, ঝিঙে/তোরই তরকারি, খুরফা শাক, ধনেপাতা, পুরনো লেবুর আচার, সরিষা শাক, কচনারের সবজি ইত্যাদি পাকস্থলী ও অন্ত্রের রোগে অনেক সময় উপকারী প্রমাণিত হয়েছে।

৫। ফলের মধ্যে মিষ্টি আম, ডুমুর, বেলগিরির মোরব্বা, বহি (কুইন্স) ইত্যাদি উপকারী।

৬। যদি পেট ফুলে যায়, ঠান্ডা ঘাম আসে, অজ্ঞান হওয়ার মতো অবস্থা হয় এবং কখনো কাঁপুনি ও জ্বরও হয়—তবে এগুলো পাকস্থলীতে রক্ত বা দুধ ইত্যাদি জমে যাওয়ার লক্ষণ। প্রতিকারে শুকনো পুদিনা গুঁড়ো করে খাওয়ানো, বা পুদিনার আরক চিনি মিশিয়ে পান করানো, অথবা ভাজা ছোলা লবণ মিশিয়ে খাওয়ানো উচিত।

৭। রসুন, আদা, কালো মরিচ পাকস্থলীর রস কমায় বা শুকিয়ে দেয়।

৮। রসুন, টক ডালিমের শরবত, পীচ, আনারস, পেঁপে, জাম, ফালসা, কমলা, লোকাট, লেবুর খোসা, নাশপাতি পাকস্থলী ও অন্ত্রকে শক্তি দেয়।

ক্ষতিকর খাদ্য

বাজারে পেষা লবণ, বাজারের পেষা মসলা, অতিরিক্ত ঝাল-মসলাযুক্ত খাবার, ভাজাপোড়া, গরুর মাংস, ভারী/দেরিতে হজম হয় এমন খাবার, বাসি জিনিস—বিশেষ করে ফ্রিজে রাখা বাসি খাবার যাতে ভিটামিন নষ্ট হয়ে যায় এবং বস্তুগুলোর মধ্যে "বিদেশি কণা" বাড়ে। (উদাহরণস্বরূপ, তাজা মাংস কয়েক ঘণ্টা খোলা বাতাসে রাখলেও নষ্ট না-ও হতে পারে, কিন্তু

www.ksars.org

ফ্রিজে রাখা মাংস বাইরে এনে এক ঘণ্টার কম রাখলেও দুর্গন্ধ হতে পারে—এটি প্রমাণ করে যে দুর্গন্ধের উপাদান আগে থেকেই ছিল, শুধু তাপমাত্রা কম থাকার কারণে প্রকাশ পায়নি।) গুড়, তেল, অতিরিক্ত টক এবং দুধের ঠান্ডা বোতল পাকস্থলীতে ময়লা/আবর্জনা সৃষ্টি করে। আমাশয় ও অন্ত্রের অন্যান্য রোগে মাটির নিচে জন্মানো জিনিস ক্ষতিকর।

জলধরা (ইস্তিসক্বা)

উপকারী খাদ্য

যবের রুটি, চোলাই শাক, করলা ও মোঠ ডাল, কচনার সবজি, তাজা গ্রেপফ্রুট/চকোতরা রস, গাজরের আচার, লাল চাল, সম্পূর্ণ শস্য এবং উটনীর দুধ—এ রোগে উপকারী। এছাড়া এক ছটাক ছোলা এক পাউ পানি দিয়ে ফুটিয়ে যখন অর্ধেক পানি থাকে তখন ছেঁকে রোগীকে পান করালে প্রায়ই উপকার হয়। সূর্যের দিকে পিঠ করে রোদ পোহানোও উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

অতিরিক্ত পানি পান করা এবং লবণ ব্যবহার এ রোগে ক্ষতিকর।
টিবি

উপকারী খাদ্য

কুমড়া, বথুয়া শাক, মাছ, মুরগির ছানা, ছাগলের দুধ, আপেলের রস, পেঠা, "কর্মকল্লা", মটর ও মধু খুব উপকারী। যক্ষ্মা/দকে যাদের দুধ হজম হয় না তাদের জন্য পরীক্ষিত পদ্ধতি:

হুয়াশ্-শাফী

লবঙ্গ ২৪ ঘণ্টা পানিতে ভিজিয়ে রাখুন। তারপর পানি থেকে তুলে ছায়ায় শুকিয়ে নিন। পরে বেটে গুঁড়া করুন। এক লবঙ্গের সমপরিমাণ গুঁড়া মুখে দিয়ে উপর থেকে দুধ পান করুন—ইনশা আল্লাহ দুধ হজম হয়ে যাবে। অলিভ অয়েল, ফলের নির্যাস ও ডিম এ রোগে উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

লাল মরিচ, অতিরিক্ত ঝাল-মসলাযুক্ত খাবার, ভারী খাবার, নেশাজাত দ্রব্য (তামাকসহ), দুশ্চিন্তা-দুঃখ, ধুলোবালি দূষিত বাতাস, ময়লা, অতিরিক্ত শ্রম ও কষ্ট।

যকৃতের রোগ

উপকারী খাদ্য

যকৃতের বাড়তি তাপ সমন্বয় করতে আনারস, লেবু, কমলা, আঙুর ও আপেল খুব উপকারী। বাদামও উপকারী। যাদের পাকস্থলী দুর্বল নয়, তারা

www.ksars.org

কলা অবশ্যই খাবে—এটি শরীরকে ভালো খাদ্য দেয় এবং যকৃতের শক্তি বাড়ায়। ডালিমের পানি (আবে-আনার) যকৃতের প্রদাহ কমাতে উপকারী। সরিষা শাক, কুমড়া, পীচ, করলা, জাম, তুঁত, লেবু, ফালসা, আখ, খুরফা শাক ও বথুয়া শাক উপকারী। সুস্থ খাসির কলিজার ঝোল ও তুরঞ্জও উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

রসুন, জাফরান, লাল মরিচ যকৃতের তাপ বাড়াতে সহায়ক।
কিডনির রোগ

উপকারী খাদ্য

কিডনি দুর্বলতায় আম বিশেষভাবে উপকারী। পেস্তার শাঁস কিডনির ক্ষীণতা ও দুর্বলতায় নাফে এছাড়া বাদামের শাঁস, চিলগোজার শাঁস ও আঙুরও কিডনি শক্তিবর্ধক। সবজির মধ্যে শালগম, বথুয়া শাক, মূলার লবণ এবং হিং খুব উপকারী। অনেক সময় কিডনিতে অপরিপক্ক বর্জ্য জমে কিডনির কাজ নষ্ট করে; লেবু ও তুরঞ্জের রস সেই বর্জ্য বের করতে সাহায্য করে এবং কিডনির কাজকে সক্রিয় করে।

ক্ষতিকর খাদ্য

গরম মসলা, ঝাল মরিচ, ডিম, ভাজা মাছ, গরুর মাংস, চিংড়ি, চা, কফি এবং সব গরম-শুষ্ক জিনিস ক্ষতিকর।

ববাসীর

উপকারী খাদ্য

সবুজ রসুনের তরকারি, বথুয়া শাক, মূলা, খরমুজ, শালগম, ছাগলের দুধ ও করলা—বাদি ববাসীরে উপকারী। রক্তক্ষরণযুক্ত ববাসীরে ঝিঙে/তোরই তরকারি, পেঁপে, পেয়ারা, চোলাই শাক, কচনারের ঝোল/সালন, তুরঞ্জের শরবত ও গরুর দুধ উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

ঝাল মরিচ, গরম মসলা, ডিম, মাছ, গরুর মাংস, চিংড়ি, চা, কফি এবং সব বায়ুজনক ও ভারী জিনিস বর্জন জরুরি। পালং শাকও এ রোগে ক্ষতিকর।

ডায়াবেটিস

উপকারী খাদ্য

গরুর দুধের দই, করলা, গুলর, নারকেলের পানি, সয়াবিন আটা রুটি, ছোলা রুটি, ভুসি রুটি, ছোলার পানি, মাছ, টমেটো, টমেটোর তরকারি, ছাচ, সেদ্ধ ডিম, পনির এবং প্রচণ্ড তৃষ্ণায় ফাটা দুধের পানি উপকারী।

www.ksars.org

গরম মেজাজের লোকদের জন্য কন্ধারি ডালিম বেশি খাওয়া উপকারী। শীতে চিলগোজা বেশি খাওয়া লাভজনক। আঙুর ও জামও উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

সব মিষ্টি জিনিস এবং যেসব খাদ্যে শ্বেতসার (স্টার্চ) বেশি। হৃদদুর্বলতা ও ধড়ফড় (ইখতিলাজ)

উপকারী খাদ্য

আমলকির মোরব্বা, বাদামের শরবত, কুমড়ার তরকারি, শসা (বীজ ফেলে), গাজর ও গাজরের মোরব্বা, কিশমিশ, পাকা পেয়ারা, শরিফা ও বিট—হৃদশক্তিবর্ধক। ডালিম, আঙুর ও আপেল বেশি খেলে উপকারে বড় বড় কুষ্ঠাজাত ওষুধের বিকল্প হয়। তাজা আঙুর, চেরি, আনারস, ডালিম, কমলা ও পীচ হৃদকে আনন্দিত ও শক্তিশালী করে। রোগীকে মানসিক ও শারীরিক বিশ্রাম দিতে হবে। লেবু হৃদপ্রফুল্লকারী হওয়ায় ধড়ফড়ে উপকারী। হৃদরোগে উপরোক্ত ফলের রস বিশেষভাবে লাভজনক।

ক্ষতিকর খাদ্য

যেসব খাবার গ্যাস সৃষ্টি করে বা রক্ত ঘন করে—কখনোই ব্যবহার করবেন না।

গর্ভবতী ও গর্ভের সুরক্ষা

উপকারী খাদ্য

গর্ভবতী নারীর জন্য আঙুর বড় নিয়ামত; নিয়মিত খেলে অজ্ঞানভাব, মাথা ঘোরা, মোচড়, গ্যাস ও কোষ্ঠকাঠিন্য থেকে রক্ষা পায় এবং শিশুও সুস্থ থাকে। এছাড়া কিশমিশ ও অল্প পরিমাণে মাঝে মাঝে ভিনেগার উপকারী। সহজপাচ্য খাবার, তাজা সবজি, দুধ ও তাজা ফল উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

ভার তোলা, জোরে সিঁড়ি ওঠা, লাফানো-কুদানো, জুলাব/রেচক ওষুধ এবং চার মাসের পর সহবাস থেকে বিরত থাকা উচিত। এছাড়া গরম মসলা, খেজুর, কালো তিল, ক্বুনিন থেকে বাঁচতে হবে; লাল ও কাঁচা মরিচও কম খেতে হবে।

ঋতুস্রাব

উপকারী খাদ্য

মাসিক অনিয়মে ভুসির রুটি, ডিমের কুসুম, দুধ, মাখন, বাঁধাকপি, সালাদ, গাজর, পালং, শিম, বিট খাওয়া উপকারী—এগুলোতে ভিটামিন E প্রচুর। ফলের মধ্যে আঙুরের রস উপকারী। বাদাম, কিশমিশ, পেস্তা, নারকেল, আখরোট, কিশমিশ মিশিয়ে ও খোবানি উপকারী। নীল আলোয়

www.ksars.org

প্রস্তুত তিসির তেল মেরুদণ্ডের নিচের জয়েন্টে সকাল-সন্ধ্যায় বৃত্তাকারে পাঁচ মিনিট হালকা হাতে মালিশ করানো উপকারী। ঋতু কম হলে যদি কারণ রক্তস্বল্পতা হয়, তবে তাজা ফলের রস, আখের রস, শীতে কলিজার পানি, মাংস ও কলিজার ঝোল উপকারী। জামরস, বিট, মুগডালের পানি, সরিষা শাক, গাজর, তাজা সবুজ নারকেলের পানি, আনারস, জাম, আপেল ও শালগম আচারও উপকারী। ঋতু বেশি হলে কচনারের শুঁটি সবজি করে খাওয়া উপকারী। চালের মাড়, আমলকির মোরব্বা এবং ভিটামিন E ও K-সমৃদ্ধ সব খাদ্য উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

অনিয়মে গরম মসলা, ঠান্ডা ও টক খাবার বর্জন। ঋতু কম বা বন্ধ হলে ঠান্ডা, বায়ুজনক ও ভারী খাবার ক্ষতিকর; ঋতু বেশি হলে গরম, বায়ুজনক ও ভারী খাবার ক্ষতিকর।

লিউকোরিয়া

উপকারী খাদ্য

স্রাব রোগে খাদ্যে দুধ, কলা এবং রসযুক্ত মিষ্টি তাজা ফল খেতে হবে; আঙুর বিশেষ উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

টক, বায়ুজনক, অতিরিক্ত গরম/ঝাল জিনিস বর্জন জরুরি।

মায়ের দুধ কম হওয়া

উপকারী খাদ্য

তুলাবীজের শাঁস আধা তোলা ময়দার মতো গুঁড়ো করে দেড় পাউ দুধে মিশিয়ে ক্ষীর রান্না করে প্রতিদিন খেলে দুধ বাড়াতে অত্যন্ত পরীক্ষিত ও উপকারী। স্তনের পূর্ণ বিকাশ না হলে এমন নারীদের ভাজা ক্ষীর খেতে হবে। সাদা জিরা ভেজে (পুড়ে না যায়) গুঁড়ো করে এক টেবিল চামচ পরিমাণে প্রতিদিন প্রসূতাকে খাওয়ান—গুঁড়ো খেয়ে উপর থেকে দুধ বা পানি পান করতে পারে, বা ডাল/সবজির সঙ্গে মিশিয়েও খেতে পারে। এছাড়া গরুর দুধে মধু, গাজর, খরমুজ ও খরমুজের বীজ গুঁড়ো করে, এবং তিল খাওয়াও দুধ বাড়ায়।

ক্ষতিকর খাদ্য

মসুর ডাল, গরম-শুষ্ক জিনিস এবং গরম মসলা বর্জন। জিরিয়ান, ইহতিলাম, সুর'আত উপকারী খাদ্য ঢেঁড়স, লাউ, টিন্ডা,

www.ksars.org

ঝিঙে/তোরই, পীচ, খিরনি, গুলর, আমের ফুল এক তোলা প্রতিদিন, এবং লস্যি (তিন ভাগ পানি এক ভাগ দুধ) উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

এ রোগে টক বা মসলাযুক্ত এবং কোষ্ঠকাঠিন্য সৃষ্টি করে এমন সব জিনিস বর্জন জরুরি। আচার ক্ষতিকর এবং ঝাল মরিচও ক্ষতিকর।

চর্মরোগ

উপকারী খাদ্য

ভোরে খালি পেটে এক চামচ মধু সাদাপানিতে গুলে প্রতিদিন পান করানো উপকারী। ছাগলের ফিকে দুধ, লবণ ছাড়া বেসনের রুটি, এবং অল্প লবণ-মরিচ দিয়ে আরবির তরকারি উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

লাল মরিচ, সব ধরনের মাংস, টক ও গরম জিনিস।

কাঁপুনি, পক্ষাঘাত ও লাকওয়া

উপকারী খাদ্য

খাঁটি মধু এক ভাগ ও পানি তিন ভাগ মিশিয়ে ফুটিয়ে ঠান্ডা করে পান করান। কবুতর বা চড়ুইয়ের ঝোল খাওয়ান এবং তৃষ্ণায় উল্লিখিত মধুপানি দিন। মৌসুমি, মাল্টা ও আঙুরের রসও উপকারী। কাঁপুনিতে খরগোশের মগজ কালো মরিচ দিয়ে রান্না করে খাওয়ানো উপকারী। পক্ষাঘাত ও লাকওয়ায় রসুন, আদার মোরব্বা, জায়ফল চোষা, প্রতিদিন দুই–তিন তোলা আখরোট, চিলগোজা, পাহাড়ি পুদিনা মধুর সঙ্গে, মুরগির ঝোল, করলা, ডিম, ছুঁহারা, খেজুর, আজওয়াইন দেশি ও হিং ইত্যাদি উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

পক্ষাঘাত ও লাকওয়ার রোগীকে ঠান্ডা ও টক খাবার, মিষ্টি, শরবত ও ভারী খাবার থেকে অবশ্যই বাঁচতে হবে। এছাড়া লবণ, আলু, ছোলা, চাল এবং সব ধরনের চর্বি বর্জন।

স্মৃতিশক্তি দুর্বলতা

উপকারী খাদ্য

সুস্থ খাসির মগজ অর্ধসেদ্ধ, বাদাম, গাজরের রস, গাজরের হালুয়া, আখরোট কিশমিশসহ, ডুমুর, ভাজা ছোলা, আদার মোরব্বা, আপেলের মোরব্বা, আমলকির মোরব্বা, তিতির ও চড়ুইয়ের ঝোল, ডিমের কুসুম, অর্ধসেদ্ধ ডিম—উপকারী ও কার্যকর।

ক্ষতিকর খাদ্য

www.ksars.org

লাল মরিচ, টক, ভারী, অতিরিক্ত মসলাযুক্ত ও গ্যাস সৃষ্টি করে এমন খাবার থেকে বাঁচুন। অস্থিরতা, বিশ্রামের অভাব, মানসিক অস্থিরতা, ঘুমের ঘাটতি ইত্যাদিও ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে।

মানসিক দুর্বলতা—মস্তিষ্কের শুষ্কতা

মেলানকোলিয়া ও উন্মাদনা

উপকারী খাদ্য

বাদাম এবং বাদাম বিভিন্নভাবে ব্যবহার, আখরোট, ধনে, আদা, করলা, কুমড়া, মিষ্টি আলু, সয়াবিন, ভেড়ার দুধ, তিতিরের মাংস এবং খাসির মগজ উপকারী। বাদামজাতীয় বীজের মধ্যে কুমড়ার বীজ, পেস্তার শাঁস, পেঠার বীজ, তরমুজের বীজ, তুলাবীজ ইত্যাদি খুব উপকারী। ফলের মধ্যে আনারস, তুঁত, নারকেল, কিশমিশ, আঙুর ও কমলা উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

ঘুম না এলে চা, কাহওয়া, কফি ও তামাক বর্জন করুন। লাল মরিচ ও গরম মসলার বদলে কালো মরিচ ব্যবহার করুন।

গেঁটে বাত

উপকারী খাদ্য

রসুন ছাড়িয়ে বেটে দুধে খোয়া বানিয়ে হালুয়া করে সকাল ও সন্ধ্যায় তিন মাশা পরিমাণ ব্যবহার করুন। মুনাক্কা, শুকনো নারকেল, আখরোট, বাজরার রুটি, করলার তরকারি—এসব এই রোগে উপকারী। এছাড়া লেবু ও ছুঁহারা অত্যন্ত উপকারী।

ক্ষতিকর খাদ্য

মাছ, মাংস ও ডিম সম্পূর্ণ পরিত্যাগ করুন। সুস্থ হওয়ার পর মাংস খেতে হলে আগে পাখির মাংস, তারপর মাছ, তারপর ধীরে ধীরে ছাগল ও গরুর মাংস খান; তবে কিছুদিন কিডনি, প্লীহা ও যকৃত খাবেন না।

উচ্চ রক্তচাপ—নিম্ন রক্তচাপ

উপকারী খাদ্য

এ রোগে রসুন খুব উপকারী। খাবারে সহজপাচ্য খাদ্য দিন। এছাড়া আমলকির মোরব্বা, টক ডালিম, লোকাট, ছাচ ও লেবু উপকারী। নিম্ন

www.ksars.org

রক্তচাপে তাজা ফলের রস, আখের রস, কলিজা ও মাংসের ঝোল, কলিজার পানি, দুধ, জামরস ও বিটের রস উপকারী। যাদের দুধ হজম হয় না তারা দুধে এক এলাচ ও জাফরান দিয়ে ব্যবহার করুন। ছুঁহারা উপকারী, আর কমলার মৌসুমে প্রতিদিন কমলার রস ব্যবহার করা উচিত।
ক্ষতিকর খাদ্য
উচ্চ রক্তচাপে দেরিতে হজম হয় এমন ভারী খাবার ও লবণ বর্জন করুন। নিম্ন রক্তচাপে ঠান্ডা জিনিস বর্জন করুন।

পিত্তথলির পাথর কিডনি ও মূত্রথলির পাথর

উপকারী খাদ্য
আম, গাজর, মূলা, লবণ-দেওয়া মূলা, আলু, প্রতিদিন চার–পাঁচ সের পানি, পেঁয়াজের আরক, ডুমুর প্রতিদিন ব্যবহার, বহি (কুইন্স), তরমুজের পানি, শসার বীজ, বথুয়া, পালং ও মূলা শাক—এসব উপকারী। পিত্তথলির পাথরে প্রতিদিন একটি আপেল চল্লিশ দিন খাওয়ানো বিশেষ উপকারী।
ক্ষতিকর খাদ্য
সব ভাজা খাবার ও চর্বিজাত জিনিস থেকে বিরত থাকা জরুরি।

হাঁপানি

উপকারী খাদ্য
পরিষ্কার খোলা বাতাস, ধুলোবালি-মুক্ত পরিবেশ, কাঁকড়া—কাঁকড়া পানি দিয়ে রান্না করে তার ঝোল ব্যবহার করুন; এভাবে প্রতিদিন একটি কাঁকড়া টানা চল্লিশ দিন ব্যবহার করুন।
ক্ষতিকর খাদ্য
টক ও ঠান্ডা জিনিস এ রোগে ক্ষতিকর।

জন্ডিস

উপকারী খাদ্য
সেদ্ধ সবজি, আখের রস, তাজা ফলের রস, লেবু, লেবুর সিকাঞ্জবিন, গাজরের রস, টক ডালিম, পেঁয়াজ ও মূলার আচার উপকারী।
ক্ষতিকর খাদ্য
সব চর্বিযুক্ত জিনিস যেমন ঘি, তেল, ভাজা খাবার, মালাই, শুকনো মেওয়া ইত্যাদি সম্পূর্ণ বর্জন করুন; গরম পানীয় থেকেও বিরত থাকা জরুরি।

www.ksars.org

স্নায়ুর দুর্বলতা

উপকারী খাদ্য

ফলের রস, দুধ, মালাই, পনির, ছুঁহারা, আখরোট, বাদাম, চিলগোজা, মেথি শাক, লাউ, খাসির মগজ, কলিজার নির্যাস, ছাগলের পায়া ইত্যাদি উপকারী খাদ্য।

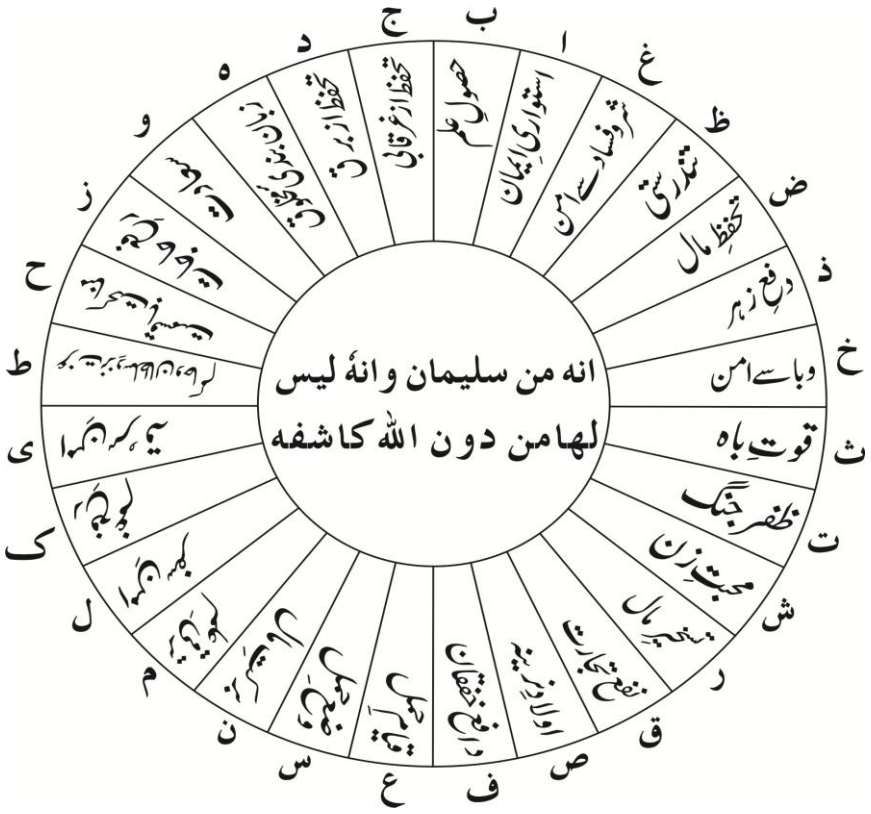
ক্ষতিকর খাদ্য

লাল মরিচ, টক জিনিস এবং অতিরিক্ত লবণ ক্ষতিকর।

www.ksars.org

ষষ্ঠ অধ্যায়

দায়েরাতুল হাজিরাত



পাথরের প্রভাব নির্ণয়ের আধ্যাত্মিক পদ্ধতি

আপনার কাছে থাকা পাথরগুলো আপনাকে কী কী উপকার দিতে পারে তা জানার জন্য একটি আলাদা কাগজে এই ধরনের একটি বৃত্ত অঙ্কন করুন, যাতে ভেতরের বৃত্তের ব্যাস ২.৭৫ ইঞ্চি এবং বাইরের বৃত্তের ব্যাস ৬.৫ ইঞ্চি হয়।

এরপর ওযু করে দুই রাকাত নফল ইস্তিখারা নামাজ আদায় করুন। তারপর সূরা ইয়াসিন একবার পাঠ করে আপনার কাছে থাকা সব পাথরের ওপর দম করুন, যেগুলোর উপকারিতা যাচাই করতে চান। এরপর সেগুলোর মধ্য থেকে একটি পাথর বৃত্তের ঠিক মাঝখানে রাখুন। তার ওপর তর্জনী আঙুলটি খুব হালকাভাবে রাখুন—অর্থাৎ আঙুলটি শুধু

www.ksars.org

পাথরকে স্পর্শ করবে, কিন্তু পাথরের চলাচলে কোনো বাধা সৃষ্টি করবে না। এখন ধীরে ধীরে

اِنَّهٗ مِنْ سُلَيْمَانَ وَاِنَّهٗ لَيْسَ لَهَا مِنْ دُوْنِ اللّٰهِ كَاشِفَةٌ

এই বাক্যটি নিরবচ্ছিন্নভাবে পড়তে থাকুন। কয়েক মিনিটের মধ্যেই পাথরের মধ্যে নড়াচড়া শুরু হবে এবং বৃত্তের যে ঘরে গিয়ে থামবে, সেই ঘরের প্রভাবই পাথরটি আপনার জন্য বহন করবে এবং সেই উপকারই দেবে। যদি পাথরটি চলতে চলতে একাধিক ঘর অতিক্রম করে, তবে যে যে ঘর দিয়ে পাথরটি গেছে, সেই সব প্রভাবই আপনার জন্য কার্যকর হবে। আর যদি পাথরটি একেবারেই নড়াচড়া না করে, তবে বুঝতে হবে এই পাথরটি আপনার জন্য উপকারী নয়। এরপর দম করা পাথরগুলোর মধ্য থেকে আরেকটি পাথর বৃত্তে রেখে একইভাবে এই আমল শুরু করুন। এভাবে একবারের ইস্তিখারা নামাজ এবং একবার সূরা ইয়াসিন পাঠ করেই বহু পাথর ও রত্নের গুণাগুণ নিজের জন্য নির্ণয় করা সম্ভব। রং বা পাথরের ওজন তিন রত্তির কম হওয়া উচিত নয়। নামের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ পাথর ও রত্ন

নিজের জন্মতারিখ অনুযায়ী রং নির্বাচন করুন, আর যদি জন্মতারিখ মনে না থাকে তবে নিজের নামের প্রথম অক্ষর অনুযায়ী রং নির্ধারণ করুন। সেই রঙের পাথর বা রত্ন (ইমিটেশন হলেও চলবে) আংটিতে এমনভাবে পরুন যাতে তা সবসময় আঙুলের সাথে স্পর্শে থাকে।

www.ksars.org

নিচে সম্পূর্ণ বাংলা অনুবাদসহ একটি সুশৃঙ্খল টেবিল উপস্থাপন করা হলো:

জন্মতারিখ অনুযায়ী নামের প্রথম অক্ষর ও উপযোগী রঙ

জন্মতারিখ	**নামের প্রথম অক্ষর**	**উপযোগী রঙ**
২১ মার্চ – ২০ এপ্রিল	অ, ল, আ, য়	লাল
২১ এপ্রিল – ২১ মে	ব, ও	নীল
২২ মে – ২১ জুন	ক, ক্ক	লালচে হলুদ
২২ জুন – ২৩ জুলাই	হ, হা	সাদা, দুধিয়া, হালকা নীল
২৪ জুলাই – ২৩ আগস্ট	ম	কমলা
২৪ আগস্ট – ২৩ সেপ্টেম্বর	প, ঘ	গাঢ় হলুদ, রূপালি
২৪ সেপ্টেম্বর – ২৩ অক্টোবর	র, ত, ট	হালকা গোলাপি, নীল
২৪ অক্টোবর – ২২ নভেম্বর	য, জ, দ, ড়, ন	গাঢ় লাল, কিরমিজি
২৩ নভেম্বর – ২২ ডিসেম্বর	ফ	হালকা বেগুনি
২৩ ডিসেম্বর – ২০ জানুয়ারি	জ, খ, গ	বাদামি, গাঢ় নীল, ধূসর
২১ জানুয়ারি – ১৯ ফেব্রুয়ারি	স, শ, ষ, থ	কালো, নীল, সবুজ
২০ ফেব্রুয়ারি – ২০ মার্চ	দ, চ	বেগুনি, গাঢ় সবুজ, বাদামি

www.ksars.org

পাথর ও মানবজীবন

সূরা আর-রহমানে আল্লাহ্ তাআলা ইরশাদ করেছেন:
"তিনি দুই সাগরকে প্রবাহিত করেছেন—উভয়ই পাশাপাশি প্রবাহমান। তাদের মাঝে রয়েছে এক অন্তরাল, তারা একে অপরকে অতিক্রম করে না। অতএব তোমরা তোমাদের প্রতিপালকের কোন কোন অনুগ্রহ অস্বীকার করবে? উভয় সাগর থেকেই উৎপন্ন হয় মুক্তা ও প্রবাল।"
আল্লাহ্ তাআলা এখানে উল্লেখ করেননি যে মুক্তা ও প্রবালের রং ভিন্ন এবং তাদের গুণাবলিও পৃথক। তাদের রং ভিন্ন ভিন্ন হলেও এক রঙের পানি অন্য রঙের পানির সঙ্গে সম্পূর্ণভাবে মিশে যায় না। আল্লাহ্ তাআলা এই বিষয়টিকেই একটি মৌলিক ভিত্তি হিসেবে স্থাপন করেছেন। এরপর তিনি মুক্তা ও প্রবালের উল্লেখ করেছেন। উদ্দেশ্য এই যে, রঙের মধ্যেই প্রভাব নিহিত রয়েছে। এই নীতি মৌলিক—তা সে পানি হোক, কাচ হোক, মাটি হোক, পাথর হোক বা ধাতু হোক।
এখানে আমাদের উদ্দেশ্য হলো এই বিষয়টি স্পষ্ট করা যে প্রভাব রঙের মধ্যেই বিদ্যমান। আংটিতে পাথর বা রত্ন পরার ক্ষেত্রে বিষয়টি এমন নয় যে কেবল দামী পাথরেই বিশেষ প্রভাব থাকে; বরং সাধারণ রত্নও তার রঙের কারণে একই বৈশিষ্ট্য ধারণ করে যা দামী পাথরের মধ্যে বিদ্যমান। এখন আমরা রত্ন ও পাথরের রং এবং তাদের গুণাবলি বর্ণনা করছি। আপনি যদি একই রং পাথরের মধ্যেও অনুসন্ধান করেন, সেগুলিও পেয়ে যাবেন। পার্থক্য কেবল এই যে, পাথর দামী হতে পারে, আর সাধারণ রত্ন মূল্যগতভাবে সকলের নাগালে থাকে।

মুক্তা

মুক্তা সাধারণত সাদা ও উজ্জ্বল রঙের হয়, বিশেষত হালকা হলুদাভ রঙেও পাওয়া যায়। এই রং সাধারণ রত্নেও পাওয়া সম্ভব। মুক্তার গুণাবলি নিম্নরূপ:
মুক্তা উন্মাদনা দূর করে, দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধি করে এবং চোখের অধিকাংশ রোগ থেকে সুরক্ষা দেয়। সাদা মুক্তা বা তার অনুরূপ রত্ন পানিতে ধুয়ে সেই পানি শিশুদের পান করালে দাঁত ওঠা সহজ হয়। আংটিতে পরলে এটি হৃদয়কে শক্তিশালী করে এবং সর্দি ও জ্বরে উপকারী।

www.ksars.org

প্রবাল

প্রবালের রং লাল। লাল রঙের মধ্যেও বিভিন্ন শেড থাকে—গাঢ় গোলাপি, কমলা, লালচে এবং সম্পূর্ণ লাল। এতে হালকা ও গাঢ় উভয় লালই অন্তর্ভুক্ত। প্রবাল বা প্রবাল-রঙের রত্নের গুণাবলি হলো:
এই রঙের রত্ন আংটিতে পরা বা পানিতে ধুয়ে পান করলে ফুসফুস থেকে রক্তক্ষরণ বন্ধ হয়। প্লীহা ও অন্ত্রের রোগ থেকে মুক্তি দেয় এবং দৃষ্টিশক্তিও বৃদ্ধি করে।

ফিরোজা

ফিরোজা সবুজাভ বা নীলাভ হয়। নিশাপুরি ফিরোজা সাধারণ মানুষের জন্য স্বল্পমূল্যে পাওয়া যায়। ফিরোজা বা ফিরোজা-রঙের রত্ন দৃষ্টি প্রখর করে। অত্যন্ত রাগী ব্যক্তির সামনে যদি ফিরোজা পরিধানকারী ব্যক্তি উপস্থিত হয়, তবে সে কোমল হয়ে যায়। ফিরোজার আংটি পরিধানকারী ব্যক্তি দারিদ্র্য ও অভাব থেকে সুরক্ষিত থাকে।

লাল (লাল পাথর)

লালের রঙে বহু রঙের সংমিশ্রণ থাকে। এর মধ্যে সর্বোত্তম রং হলো পেঁয়াজি শেড। লাল সবুজাভ ও হলুদাভ রঙেও পাওয়া যায়। এই রঙের রত্ন পরলে লাল পাথর পরার মতোই ফল লাভ হয়—ভয়ঙ্কর স্বপ্ন দেখা বন্ধ হয়, বিচ্ছিন্ন মন একাগ্র হয় এবং চেতনার প্রতিরোধক্ষমতা বৃদ্ধি পায়।

কাহরবা (অ্যাম্বার)

কাহরবা প্রকৃতপক্ষে পাথর নয়; এটি একটি বৃক্ষের রজন। এর রং হলুদ। চামড়ায় ঘষে খড়কুটো স্পর্শ করালে খড়কুটো এতে লেগে যায়। যে নারী এটি পরিধান করে, তার গর্ভপাত হয় না। এটি অধিকাংশ সময় তসবিহে ব্যবহৃত হয়। পরিধানের পরিবর্তে তসবিহ রাখা বা গলায় এর দানার হার পরা উত্তম।

জিকির

জিকির সাধারণ মানুষের নাগালের মধ্যেই থাকে। কারও চোখের পাপড়ি ঝরে গেলে জিকির গুঁড়ো করে প্রলেপ দিলে পাপড়ি গজায়। জিকির নীলাভ রঙের হয়। উত্তম জিকির হলুদ দাগ থাকে। অধিক স্বচ্ছ জিকির দিয়ে আংটি তৈরি করা হয়।

www.ksars.org

ইয়াশব

ইয়াশব একটি স্বল্পমূল্যের পাথর। এর আংটি ও পাত্র উভয়ই তৈরি হয়। এটি সবুজাভ রঙের হয় এবং সাদা ও কালো—এই দুই প্রকারের। এই পাথর হৃদয়কে শক্তিশালী করে, পরিপাকতন্ত্র উন্নত রাখে এবং হৃদস্পন্দনের ব্যাধি দূর করে। যার কাছে এই পাথর থাকে, সে শত্রুর কাছে পরাজিত হয় না।

পান্না (জমরুদ)

পান্না বা পান্না-রঙের রত্ন আংটিতে পরলে মৃগীরোগের আক্রমণ হয় না, হৃদয় শক্তিশালী হয়, রক্তসঞ্চালনে ত্রুটি থাকে না, দৃষ্টিশক্তি বৃদ্ধি পায় এবং ভয়াবহ স্বপ্ন দেখা যায় না। প্রসবকালে প্রসূতির কাছে পান্না বা এই রঙের রত্ন থাকলে সন্তান প্রসব সহজ হয়।
এর রংগুলোর মধ্যে রয়েছে: বিটের রং, লোহার মরিচার রং, মাছির ডানার রং, টিনের রং ও গাছের পাতার রং।

হীরা

হীরার বহু রং রয়েছে—গোলাপি, সাদা, সবুজাভ ও হলুদাভ। এই রঙের সাধারণ রত্নেও হীরার মতোই প্রভাব থাকে। মূল বিষয় হলো রং—যার উল্লেখ আল্লাহ্ তাআলা করেছেন।
হীরা বা হীরা-রঙের রত্ন ব্রণস, কুষ্ঠ, মূত্রথলির পাথর, উন্মাদনা, বিষণ্নতা ও নজর বদ থেকে সুরক্ষা দেয়। এর উপস্থিতিতে বজ্রপাত মানুষের ওপর পড়ে না। হীরা-রঙের রত্ন মানুষের মধ্যে মর্যাদা ও সাহস সৃষ্টি করে।
হীরার সূক্ষ্ম কণাকে "হীরার কণা" বলা হয়। কেউ যদি তা গিলে ফেলে, তবে যকৃত ক্ষতবিক্ষত হয়ে যায়।
নোট: সাবধানতার জন্য হীরাকে পানিতে ধুয়ে সেই পানি পান করা উচিত নয়; তবে হীরা-রঙের রত্নের ক্ষেত্রে এতে অসুবিধা নেই।

পুখরাজ

পুখরাজ বা পান্না হালকা নীল, হালকা সবুজ, গোলাপি, কমলা ও হলুদাভ রঙে পাওয়া যায়। এই রঙগুলোর যেকোনো রঙের রত্ন মানুষের শক্তি বৃদ্ধি করে, বুদ্ধি প্রখর করে এবং ভুলে যাওয়া থেকে রক্ষা করে।

www.ksars.org

ইয়াকুত

ইয়াকুত বা অনুকরণীয় ইয়াকুত বহু রঙের সমন্বয়ে গঠিত—লালচে কালো, ধূসর, সবুজ, নীল, ছাইরঙ, মাংসল রং, খয়েরি, মোমের রং ও লেবু-রঙ। এই রঙগুলোর যেকোনো রঙের রত্ন পরিধান করলে ইয়াকুত পরার মতোই ফল পাওয়া যায়। এটি প্লেগ থেকে রক্ষা করে, রক্ত পরিশুদ্ধ করে এবং মুখে রাখলে হৃদয়ে প্রশান্তি আনে।

আকিক

আকিক সাধারণত স্বল্পমূল্যে পাওয়া যায়। এর রংগুলোর মধ্যে রয়েছে খয়েরি, হলুদ, সাদা, লালচে হলুদ ইত্যাদি। এর মধ্যে লাল আকিক সর্বোত্তম। এটি দাঁত মজবুত করে, মুখের দুর্গন্ধ দূর করে, হৃদয় ও মস্তিষ্কে প্রশান্তি আনে, রক্ত পরিশুদ্ধ করে এবং ত্বকের রোগ থেকে রক্ষা করে।

নীলম

নীলম অত্যন্ত স্বচ্ছ ও উজ্জ্বল নীল রঙের পাথর। এর উৎকৃষ্ট প্রকার শ্রীলঙ্কায় পাওয়া যায়। লালচে নীলম, সবুজাভ নীলম ও বেগুনি নীলম অত্যন্ত বিপজ্জনক। তবে সবুজাভ (জবরদ) নীলম কল্যাণকর—এটি সম্মান, গোপন সাহায্য, ধনসম্পদ ও বিভিন্ন রোগ থেকে সুরক্ষা দেয়।

লেহসুনিয়া (ক্যাটস আই)

এটি বিড়ালের চোখের মতো দেখায় এবং এর মধ্যে একটি উজ্জ্বল সাদা রেখা থাকে। সবুজ ও জলপাই রঙেরটি উত্তম। এটি প্রসব সহজ করে, জিন-আসর ও জাদু থেকে সুরক্ষা দেয়।

সুলায়মানি পাথর

এটি আকিকের একটি প্রকার। নখের মতো দেখতে এই পাথর মৃগীরোগ থেকে সুরক্ষা দেয়।

মুনস্টোন

আরবি ভাষায় একে "হাজারুল কামার" বলা হয়। এর রং সাদা বা নীলাভ, চেহারা জমাট পানির মতো এবং চকচকে। ভয়, মানসিক রোগ, খফকান ও উন্মাদনা দূর করে এবং বুদ্ধিবৃত্তিক ক্ষমতা বৃদ্ধি করে।

www.ksars.org

ধান ফিরিং

ডান হাতের বৃদ্ধাঙ্গুলিতে পরলে কিডনি সুস্থ থাকে। কিডনিতে পাথর থাকলে আংটি পানিতে ঘষে সেই পানি পান করলে পাথর ভেঙে প্রস্রাবের সঙ্গে বেরিয়ে যায়।

অভিজ্ঞতা

"রুহানি ডাক" দৈনিক *জাসারত* করাচিতে কোনো এক পাঠকের চিঠির উত্তরে রং ও আলো দ্বারা চিকিৎসা বিষয়ে আমার কয়েকটি প্রবন্ধ প্রকাশিত হলে, হোমিওপ্যাথি চিকিৎসক ডা. মুহাম্মদ খুরশিদ (ডজকোট রোড, লাইলপুর) আমার সঙ্গে চিঠিপত্রের মাধ্যমে এই চিকিৎসা-পদ্ধতি নিয়ে পরীক্ষা-নিরীক্ষা করেন।
পরীক্ষার সময় যেখানে যেখানে তাঁর অসুবিধা হয়েছে, আমি নিজের অভিজ্ঞতার ভিত্তিতে তাঁকে পরামর্শ দিতে থাকি। বিস্ময়কর ফলাফল সামনে এলে আমার মনে এই ভাব দৃঢ় হয় যে, বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যাসহ এই চিকিৎসাকে গ্রন্থাকারে উপস্থাপন করা উচিত—যাতে যাঁরা বড় বড় ফি ও দামী ওষুধ বহন করতে সক্ষম নন, তাঁরাও এই চিকিৎসা থেকে উপকৃত হতে পারেন। অর্থনৈতিক পশ্চাৎপদতার এই সময়ে এই চিকিৎসা শুধু সস্তাই নয়, প্রায় বিনামূল্যের সমান।

জ্বর

ডা. মুহাম্মদ খুরশিদ তাঁর অভিজ্ঞতা বর্ণনা করতে গিয়ে লেখেন: আমি গাঢ় নীল রঙের বোতলে পানি ভরে পরিষ্কার রোদে দুই ঘণ্টা রেখেছিলাম। এরপর হোমিওপ্যাথিক পদ্ধতিতে নীল রঙের পানির এক ফোঁটা ও সাধারণ পানির একশ ফোঁটা নিয়ে দুই ড্রামের শিশিতে দিয়ে একশ বার ঝাঁকিয়ে একটি শক্তি (পোটেন্সি) তৈরি করি। সেখান থেকে এক ফোঁটা নিয়ে আবার একশ ফোঁটা পানি যোগ করে আরও একশ বার ঝাঁকাই। (হোমিওপ্যাথিক শক্তি এভাবেই প্রস্তুত করা হয়)। এটি করার উদ্দেশ্য ছিল বারবার রোদে রঙিন পানি রাখার ঝামেলা এড়ানো এবং ওষুধের প্রভাব বজায় রাখা। এইভাবে প্রস্তুত পানি আমার কাছে প্রায় তিন মাস ছিল।
আমার এক পুরোনো বন্ধুর শিশুটি তীব্র জ্বরে আক্রান্ত হয়; কপালের পাশ ব্যথা (কনপাটি) ও তীব্র মাথাব্যথাও ছিল। আমি নীল রঙের বোতলের পানির প্রথম হোমিওপ্যাথিক শক্তি শিশুটিকে দেওয়ার সিদ্ধান্ত নেই। ভাবছিলাম—তিন মাস পেরিয়ে গেছে, হয়তো ওষুধের প্রভাব কমে

www.ksars.org

গেছে। তবুও শিশুটিকে সেই পানিই দিলাম। ফলাফল ছিল বিস্ময়কর। নীল পানির এক ফোঁটা 'শুগার অব মিল্ক'-এ দিয়ে দিলে পনেরো মিনিটের মধ্যে মাথাব্যথা উধাও হয়ে যায়, কনপাটির ব্যথাও কমে যায়, এবং তীব্র জ্বর কমতে শুরু করে। চার ঘণ্টা অন্তর আরও ডোজ দেওয়া হয়। চব্বিশ ঘণ্টার মধ্যে জ্বর, কনপাটি ও ব্যথা পুরোপুরি সেরে যায়।

আমাশয়

রং দ্বারা চিকিৎসা নিয়ে এটি ছিল আমার প্রথম পরীক্ষা। এরপর অন্যান্য রঙের পানি বিভিন্ন শক্তিতে প্রস্তুত করি। প্রথম পরীক্ষার সাফল্যে অনুপ্রাণিত হয়ে অন্য রোগীদের ওপরও প্রয়োগ করি। এক শিশুর তীব্র আমাশয় হয়েছিল। তাকে হলুদ রঙের পানি ।X শক্তিতে দেওয়া হয়। কয়েক ডোজেই আমাশয় সেরে যায়।

আমার স্ত্রীর কানে ব্যথা ছিল, ডান পাশে গলার গ্রন্থি ফুলে গিয়েছিল; জ্বর ও কোষ্ঠকাঠিন্যও ছিল। আমি নীল পানির এক ডোজ দিলাম। পনেরো মিনিটের মধ্যেই ব্যথা, গ্রন্থি ও জ্বর কমে গেল। তাড়াহুড়ো করে আধা ঘণ্টা পর হলুদ রঙের আরেক ডোজ দিলে রোগের তীব্রতা বেড়ে যায়; পরে হোমিওপ্যাথিক ওষুধে নিয়ন্ত্রণ করতে হয়।

পশু ও রঙিন চিকিৎসা

আমার বন্ধুর একটি খাঁটি জাতের মোরগ তীব্র জ্বরে আক্রান্ত হয়ে সবুজ রঙের পায়খানা করছিল, খাওয়া বন্ধ করে দিয়ে মাথা নিচু করে দাঁড়িয়ে থাকত। বন্ধু বললেন—এ রোগে তাঁর সব মোরগ মারা যায়। আমি আকাশি রঙ ।X ও হলুদ রঙ ।X শক্তিতে দুই ঘণ্টা অন্তর পালাক্রমে দিতে বলি। পরদিন অবসন্নতা কমে, কিন্তু জ্বর ও ডায়রিয়ায় পরিবর্তন হয়নি। এরপর শুধু নীল রঙ ।X শক্তিতে দুই ঘণ্টা অন্তর দিলে জ্বর পুরোপুরি সেরে যায়, তবে ক্ষুধা ফেরেনি। পরে শুধু হলুদ রঙ ।X শক্তির কয়েক ডোজ দিলে বড় বড় পায়খানা হয়ে মোরগটি পুরো সুস্থ হয়ে ডেকে ওঠে।

আমার নিজের মোরগটি কোষ্ঠকাঠিন্যে ভুগছিল। হলুদ পানি দিলে ডায়রিয়া হয়ে অবসন্নতা কাটে ও ক্ষুধা ফেরে, কিন্তু শরীর বরফের মতো ঠান্ডা হয়ে যায়—উদ্বেগজনক অবস্থা। তখন মনে পড়ে—লাল রঙ শক্ত উদ্দীপক ও দেহ উষ্ণ করে। লাল রঙের পানির এক ডোজ দিলে পাঁচ মিনিটে শরীর উষ্ণ হয় ও সুস্থতা ফিরে আসে।

পাশের বাড়ির এক নারীর মুখে ঘা ছিল; খেতে পারছিলেন না। আকাশি রঙের পানি এক গ্লাসে কয়েক ফোঁটা দিয়ে দিলে চার দিনে সম্পূর্ণ সেরে যায়।

www.ksars.org

খাদ্যে বিষক্রিয়া

এক পরিবারে ভেজাল/বিষাক্ত বনস্পতি ঘি খাওয়ার পর সবাই তীব্র বমি-বমি, বমি, মুখে ফেনা, দেহ বরফের মতো ঠান্ডা—এ অবস্থায় পড়ে। তাৎক্ষণিক চিকিৎসায় সবাই বাঁচলেও ১৮ বছরের এক ছেলের দেহ ধীরে ধীরে অসাড় হয়ে যায়; মুখ থেকে প্রচুর ফেনাযুক্ত লালা বন্ধ হচ্ছিল না। সর্বত্র হতাশার পর তাকে আমার কাছে আনা হয়। আমি আল্লাহর নাম নিয়ে লাল ও হলুদ রঙের পানি পনেরো মিনিট অন্তর দিতে শুরু করি। আধা ঘণ্টায় হৃদ্‌যন্ত্রের অবস্থায় স্পষ্ট উন্নতি, এক ঘণ্টায় দেহ উষ্ণ, পক্ষাঘাতসদৃশ অবস্থা কেটে যায়, দুই ঘণ্টায় ফেনাযুক্ত লালা বন্ধ হয়। ছেলেটি এখন সম্পূর্ণ সুস্থ।

মূত্রথলির পাথর

এক শিশুর প্রস্রাবনালিতে তীব্র ব্যথা ছিল। বেগুনি রঙের এক ডোজেই আধা ঘণ্টায় ব্যথা বন্ধ হয়। প্রস্রাবে জ্বালা, ঘন ঘন প্রস্রাব, মূত্রথলি ও নালির ব্যথায় বহু রোগী বেগুনি রঙে উপকৃত হয়েছেন। মূত্রথলির পাথর কমলা রঙের পানিতে ভেঙে বেরিয়ে এসেছে। পেটমোচড়, তীব্র ব্যথা, কলিক, ফাঁপা—সব ক্ষেত্রেই কমলা রঙ দ্রুত ও কার্যকর।

আগুনে পোড়া

এক শিশুর হাত আগুনে পুড়ে তীব্র জ্বালা-ব্যথা ছিল; প্রচলিত মলমেও উপকার হয়নি। নীল রঙের পানির এক ডোজে সে ঘুমিয়ে পড়ে। আশ্চর্য যে, নীল পানির পট্টি দিলে ফোস্কা বা প্রদাহ হয়নি।

গ্রন্থি

এক রোগিনী 'খুনাজির' (গ্রন্থিরোগে) আক্রান্ত ছিলেন; হালকা জ্বর ছিল। ডান চোয়ালে একটি ও গলায় আরেকটি শক্ত গ্রন্থি ছিল। চার ঘণ্টা অন্তর নীল ও সবুজ পানি পালাক্রমে দিলে চার দিনে চোয়ালের গ্রন্থি পেকে নিঃসরণ হয় ও ব্যথা সারে; অন্যটি তেমন সাড়া দেয়নি। এক সপ্তাহ পর লাল ও হলুদ পালাক্রমে দিলে এক সপ্তাহে গ্রন্থি অর্ধেকে নেমে আসে ও ব্যথা সারে। তৃতীয় সপ্তাহে নামমাত্র থাকে। শীতেও অতিরিক্ত তৃষ্ণা ছিল—তাও সারে। আমার অভিজ্ঞতায় আরও দেখা গেছে—এক রঙের পানি দেওয়ার চামচ না ধুয়ে/শুকিয়ে অন্য রঙ দেওয়া উচিত নয়। আকাশি ও হলুদ দুই ঘণ্টা অন্তর দিলে দ্রুত ফল হয়; তীব্র অবস্থায় আধা ঘণ্টা অন্তরও দেওয়া যায়। আমি আধা গ্লাস পরিষ্কার পানিতে এক রঙের

www.ksars.org

কয়েক ফোঁটা, আরেক গ্লাসে অন্য রঙের কয়েক ফোঁটা দিয়ে আলাদা চামচ ব্যবহারের নির্দেশ দিই—এ সতর্কতা জরুরি।

অ্যালোপ্যাথি চিকিৎসক ও ক্যান্সার

ডা. মুহাম্মদ ইকবাল (MBBS), বর্তমানে সৌদি আরবে হাসপাতালের ইনচার্জ, তাঁর পিতার চিকিৎসা প্রসঙ্গে লেখেন: শেষ পর্যায়ের ক্যান্সার সারা দেহে ছড়িয়ে গ্রন্থি হচ্ছিল। আমরা আলো-চিকিৎসা শুরু করি। প্রথম তিন-চার দিন তেমন পরিবর্তন হয়নি; পরে এমন ঘাম শুরু হয় যেন সব রন্ধ্র খুলে গেছে। ঘামে তীব্র দুর্গন্ধ ও কালো রং—চাদরও কালো হয়ে যায়; ব্যথা ও অস্থিরতা বাড়ে। নির্দেশমতো চিকিৎসা চালু রাখলে সাত দিনে নতুন গ্রন্থি হওয়া বন্ধ হয়; পুরোনোগুলো পেকে ফেটে নিঃসরণ হয়—কোনো মলম ছাড়াই। এরপর আরাম, ভালো ঘুম ও ক্ষুধা ফিরে আসে।

নোট: এখানে কেবল লাল রঙের আলো ব্যবহৃত হয়েছিল।

গ্রন্থটির প্রথম সংস্করণের পর বহু চিকিৎসক ও কবিরাজ তাঁদের অভিজ্ঞতা পাঠিয়েছেন; সেগুলো প্রকাশ করলে আরেকটি বই হবে। তাই সংক্ষেপে বলছি—সব শাখার বিশেষজ্ঞদের কাছে আমি আলোতে প্রস্তুত তেল ও পানি দিয়েছি; ফল সন্তোষজনক।

রঙে যক্ষ্মার সফল চিকিৎসা

এক চিকিৎসক তাঁর স্ত্রীর যক্ষ্মার জন্য এলেন—একটি ফুসফুস এতটাই ক্ষতিগ্রস্ত যে অপসারণের সিদ্ধান্ত হয়েছিল; তিনি রাজি ছিলেন না। আমি আলোতে প্রস্তুত তেল দিয়ে বুকে ও পিঠে ফুসফুসের স্থানে সকাল-রাতে দশ মিনিট করে মালিশের নির্দেশ দিই। পনেরো দিনে এক্স-রে করলে অপারেশন প্রয়োজন হয়নি; দ্রুত সুস্থতা আসে। ডা. মুহাম্মদ সলিমুদ্দিন (বর্তমানে প্রয়াত)—অত্যন্ত ভদ্র মানুষ—শেষ পর্যন্ত সম্মানজনক সম্পর্ক রেখেছিলেন।

আলোতে ইনজেকশন ও রঙিন বাল্ব

ডা. মুহাম্মদ আবদুল্লাহ (MBBS)-এর সহযোগিতায় লাল আলোতে ইনজেকশন প্রস্তুত করি—ডিস্টিলড ওয়াটারের অ্যাম্পুল লাল জারে চল্লিশ দিন রোদে। এক পীর-ভাইয়ের ১৬ বছরের কোমরব্যথায় ১ সিসি দিলে ৫০% কমে; ১৫ দিন পর দ্বিতীয় ডোজে সম্পূর্ণ সারে।

এক ধনী পরিবারের এক বৃদ্ধার কিডনি এত ক্ষতিগ্রস্ত ছিল যে অপসারণের পরামর্শ ছিল; রঙিন বৈদ্যুতিক বাল্বে চিকিৎসায় তিনি

www.ksars.org

অপারেশন ছাড়াই সুস্থ হন। মুখের দাগ ও মানসিক রোগেও শতভাগ সাফল্য মিলেছে। চেষ্টা মানুষ করে—শিফা আল্লাহ দেন।

কমলা ও নীল আলোর তেল

বুক-পিঠে ফুসফুসের স্থানে মালিশে যক্ষ্মা/দিক সারে; ক্ষতিগ্রস্ত ফুসফুস স্বাভাবিক হয়; পুরোনো জ্বর দূর হয়ে শক্তি ফেরে; হৃদ্‌যন্ত্রের প্রসারণ-সংকোচন ও ডায়াবেটিসেও অসাধারণ প্রভাব।

লাজওয়ার্দি (নীলাভ) আলোর তেল

নারীদের গোপন রোগ—জরায়ুর প্রদাহ, ঋতুর অনিয়ম/ব্যথা, বন্ধ্যাত্ব—এবং পুরুষদের বীর্যসংক্রান্ত সমস্যায় পরীক্ষিত।

আকাশি আলোর তেল

টনসিল ও সাইনাসের সব সমস্যায় অপারেশন ছাড়াই কার্যকর।

সবুজ আলোর তেল

সায়াটিকা (ল্যাংড়ির ব্যথা)—কিডনি, উরু, হাঁটু, পিণ্ডলীতে সকাল-রাতে মালিশে আরাম।

লাল আলোর তেল

পক্ষাঘাতগ্রস্ত অংশে মালিশে প্রভাব কমে; অঙ্গ স্বাভাবিক কাজে ফেরে।

বেগুনি আলোর তেল

গোপন রোগ ও মূত্রজনিত সমস্যা—জরিয়া, প্রস্রাবে স্রাব, ঘন ঘন/থেমে থেমে প্রস্রাব, মূত্রথলির কষ্টে—রাত ও সকাল দশ মিনিট করে মেরুদণ্ডের নীচের সন্ধিতে মালিশে বিস্ময়কর ফল।

www.ksars.org