

લ ર જ્યોર્જ બુકવર્ક 'ટાઇમ્સ-રલ એપ્પિલ ૧૯૦૪માં લખ્યું કે, 'જ્યારે વિકોરિયા ગઈન અને આંબર્ટ મુજિયમ મુંબઈમાં બંધાયા

ત્યારે કશ પર ચેલા મજૂરો મયછરના ત્રાસથી ખૂબ જ હેરાન થયા. તાવથી ઘણા પાયમાલ થઈ ગયાં. આથી દિંગુ કારભારીની સૂચનાથી તુલસીની જે જાત હાથમાં આવી તે ઉછેરવામાં આવી. નવાઈ જેવું તો એ અન્યું કે આ પદીથી મયછરો દેખાયા જ નહીં! હું જોતે પોતે મયછરોને લીધે લીરાઓળ વાપરતો. પથારી પાસે લીરાઓળ બાળગાથી અથવા તો પથારીમાં લીરાઓળનું ટીચર છાંડીને સૂઈ જતો. મયછર પરેશાન નહેતા કરતાં. પદીથી તેમાં આગળ શેંધ થઈને તુલસીની જાત Ocimum Viride નામ આપીને Isvs 'મોસ્કવીટો પ્લાન્ટ' નામાભિધાન પાડુ રહ્યું'

આપણા દિંગુ ધર્મમાં દરેક દેવ દેવીઓ સાથે એક આયુર્વેદક ઔષધ અને મુંગા પ્રાણી-પક્ષીનું વાહન પ્રતિક રૂપે રજુ થયું. જેથી પ્રકૃતિની નીકટા અને રખણું બંને બાબતો રોજિંડા જીવનમાં આપણા ધ્યાન પર રહે. એક જ તુલસીનો છોડ અંગારામાં વાવેલો હોય અને રોજ સંધ્યાકાળો તેનો પાસે દીવો મુક્ષુય કે પદી તુલસી વિવાહનો પ્રસંગ ધર્મમાં કરવામાં આવે તેવી ધાર્મિક વિધિનો કોઈ અર્થ સરતો નથી. ખૂબ જ બધાં તુલસીનું વાવેલર વસની આસપાસ કરવું પડે.

C ખંડતુ એટલે રોગોને મિત્ર બનાવીને આ તી ઋતુ અને તેમાં પણ વાળની સમસ્યાઓ તો અ...ધ...ધ... આપણે બધા જ્ઞાણોને જ છોડે કે વાળની ઉપરનું પડ હવામાંથી ભેજને શોખી લે છે જેવી રીતે આપણે લગાવેલ મેઠી, કલર કે ડાઇઝાંથી કલર કેંદ્રો શોખી લે છે! બસ તેવી જ રીતે. એટલે... • વરસાદના પાણીમાં વાળને વારંવાર પલગવાથી બચાવો. • ચોમાસામાં વરસાદ ન હોય તેવા સમયે વાળને બુકાનીનાં બંધનથી છોડો. હવામાં રહેલો ભેજ, તમે બાંધેલી બુકાની કે ટોપી, પર્સીનો, મેલ ભેગા થઈ વાળ ઊનારવાનું કારણ બની જશો. • આ ઋતુમાં ભેજ, વાઢાંને કારણે અને સૂર્ય

તુલસી અને આયુર્વેદ



વૈધ રાજલ શુક્લા



ચોમાસામાં વાળની માવજા

- તુલસી ઇમિન એટલે કે ઇમિને મારનાર છે તથા તુલસીના રસને શીળગ (શીળક) પર ચોપડવાથી ચામડી પર ઉપરી આવતાં લાલ-ગરમ ફીભચામાં ફાયદો જોવા મળે છે.

- કાળી તુલસીના રસને મધ્ય સાથે પીવાથી વાસુની (સાઈ, લૂણી) ખાંસી મરે છે.

- વારવાર ઉથલા ખાતા તાવમાં અને વિષમ જવરમાં સૂંદ અને ધોળા મરી સાથે તુલસીના પાનનો રસ વૈઘકીય સલાહથી આપવો જોઈએ.

- લોભુના રસ અને તુલસીના પાનના રસને દાઢ પર ચોપડવાથી થોડી વખત બળતરા થાય છે, પરંતુ દાઢ થીમે થીમે જતી રહે છે.

- તુલસીના બીયા પૌંટિક છે. તેના ચ્યુનુની ગોળી કરી ખાવાથી તકાતમાં વધારો થાય છે.

- તુલસી દરિત વર્ગની છે. તેને દૂધમાં નાખીને લેવી જોઈએ નહીં તથા તુલસી ખાઈને દૂધ પીવું જોઈએ નહીં.

આમ, જેની સાથે કોઈ અન્ય વનસ્પતિની સરખામણી શક્ય જ નથી તેવી તુલસી - તુલસી ઉપમાભૂત વા અસ્યતિ - કિપિત હોલાથી તેના વિષશુભ ભગવાનની સાથે વિવાહ કરાવીને તેને ધર્મમાં એટલું મહત્વ આપવામાં આવ્યું, એથી આપણે તેને આપણી પાસે જ રાખીએ. શુદ્ધાળે છે તમને આપણા ધરની આસપાસ વાણી અથી તુલસીના હોડવા હોવા જોઈએ. ખરું ને?

પ્રકાશની આવન-જાવનને કારણે ખરતા વાળની સમસ્યા સૌથી વધુ જોવા મળે છે. આથી વરસાદની ઋતુ પડેલાં જ શિરોબસ્તિ, પિચુધારણ, શિરોધરા એવી ટ્રીટમેન્ટ લઈ વાળની મજબૂતાઈ વધારી હવામાનના બદલવ અને ઋતુપરિવર્તન સામે કડવાની તૈયારી કરી લો.

- આણધાર્યા વરસાદમાં તેલવાળું માણું પલજાણું દોષ તો વેર આવી અચૂક શેમ્પુથી સાફ કરી લો.

આલ્યાંટર દાઢિને ચોમાસામાં ભારે ખોરકનો ત્યાગ કરો. વખતો-વખત ઉપવાસ કરવાનું રાખો અને નિષ્ઠુર ચૂર્ણ, સૂંદ ચૂર્ણ, દશમૂળ કવાથ, જરાણાદિચૂર્ણ દિંગ્વારક ચૂર્ણ જેવા નિર્દોષ ઔષધોનું પ્રકૃતિ પ્રમાણે સેવન કરવા માટે આયુર્વેદિક વિકિત્સકની સલાહ લો તથા વાળ માટ રોજ ભૃગુરાજ ચૂર્ણ સવારે ૧ ચમચી વિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે લો.