पृथ्वी पर आयुर्वेद

डा. कमल

आयु की वृद्धि करने वाले विज्ञान को आयुर्वेद कहा जाता है। शरीर को स्वस्थ बनाये रखने के लिए जो गुणकारी विधियाँ आयुर्वेद ने दी है वो हमारे नित्य भोजन प्रणाली पर आधारित है। जिससे हम बदलते मौसम तथा भिन्न जलवायु में भी प्राकृतिक खान पदार्थों को स्वादानुसार प्रयोग करके अपने शरीर को स्वस्थ बनाये रख सकते है।

आयुर्वेद का सिद्धांत बतलाता है कि संसार की उत्पत्ति पंच महाभूतों के द्वारा ही मानता है। ये पंच महाभूत (जल, अग्नि, वायु, ब्रह्माण्ड तथा पृथ्वी) है। तथा जब भी किसी प्राणी के शरीर में विद्यमान इन पंचमहाभूतों में असंतुलन की प्रक्रिया उपजती है तो जीवांश शरीर अस्वस्थ हो जाता है तथा उसे रोग जड़ लेता है जिससे शरीर तथा उसे भोगने वाले प्राणी दोनों को दु:ख तथा पीड़ा पहुँचती है। इसी दु:ख तथा हानि से छुटकारा पाने के लिए रोगी के शरीर को वापिस उन पाँच महाभूतों की प्रक्रिया से संतुलित किया जाता है तथा रोगी का शरीर रोग मुक्त और स्वस्थ हो जाता है।

आयुर्वेद का मानना है कि संसार में हर प्राणी के शरीर की रचना अलग है तथा उसके उपचार भी अलग है वो इसे ही प्रकृति कहते है। आयुर्वेद शरीर की रचना माँ के गर्भ से ही मानता है तथा माँ द्वारा किये गये हर भोजन (जो मौसम और जलवायु के

अनुरूप होते है।) का प्रभाव उस गर्भ में पलते हुए शिशु की शरीर रचना पर पड़ता है।

जन्म के उपरांत मानव शरीर का विस्तार भी उसके खान-पान तथा वहाँ की जलवायु पर निर्भर करता है। इसलिए हर प्राणी हर दूसरे प्राणी से भिन्न होता है तथा उसके शरीर की अपनी एक अलग प्राकृतिक संरचना होती है।

आयुर्वेद हमें शरीर के बाहरी तथा अंदरूनी सुखों के साथ तीसरा सुख आत्मा की शुद्धि का भी देता है। आयुर्वेद का कहना है **''एक स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ आत्मा का वास होता है।''** तथा हमारा खानपान ही हमारे विचारों और शरीर पर प्रभाव डालता है। आयुर्वेद प्रणाली हमारे शरीर, मन, विचारों तथा आत्मा सबको शुद्धि प्रदान करती है।

आयुर्वेद सबसे पुराना औषधि विज्ञान है जो पाँच हजार वर्षों से मानव प्रयोग में है तथा आज भी आयुर्वेदिक चिकित्सा का प्रयोग सम्पूर्ण संसार में किया जाता है। इतिहास हमें यह ज्ञात कराता है कि महान सिकंदर भारत से यूनान जाते वक्त आयुर्वेदिक वैधों को भी अपने साथ ले गया था। वो तो यूनान न पहुँचा किन्तु आयुर्वेद ने वहाँ पहुँचकर एक और पद्धति को जन्म दिया जिये यूनानी पद्धति कहाँ जाता है।

आयुर्वेदिक पद्धति चीन तथा तिब्बत की चिकित्सा में भी पायी जाती है वैसे आयुर्वेद हजारों सालों से पूर्व के देशों में प्रयोग किया जाता रहा है जैसे (चीन, कोरिया, जापान, बर्मा, भूटान, इंडोनेशिया, श्रीलंका तथा अन्य पूर्वी देश)। अब तो यूरोप और अमेरिका के देशों ने भी इस चिकित्सा पद्धति को अपनाना शुरू कर दिया है। योग तथा आयुर्वेद के प्रति लोगों की रूचि बढ़ती जा रही है। आज योग पश्चिमी देशों में स्वस्थ शरीर का पूर्वक बन गया है।

हिन्दू धर्म मान्यता है कि आयुर्वेद को ब्रह्मा जी ने उत्कृष्ट किया तथा उन्होंने उसे प्रजापति को सौंपा (जो शिव भगवान की पत्नी पार्वती के पिता भी है)। प्रजापति ने श्लोकों के रूप में ब्रह्मा जी से ये ज्ञान लिया (जो संस्कृत भाषा में विद्यमान है।)

हिमालय के राजा प्रजापति ने ये हजारों श्लोक अच्छे से याद कर लिये तथा आपना ज्ञान अश्विनी कुमारों को सौंप दिया। (जो हिन्दू देवताओं के चिकित्सक माने जाते है)। अश्विनी कुमारों ने इस ज्ञान से बहुत से चिकित्सक कार्य किये। ऐसी मान्यता है कि वो हृदय, आँख तथा शरीर के अन्य अंगों को भी आसानी से बदल देते थे या उन्हें स्वस्थ कर देते थे। अश्विनी कुमारों ने प्रजापति से और अपनी चिकित्सा प्रणाली से जो ज्ञान अर्जित किया वो स्वर्ग के देवता इन्द्र को लोगों के दु:ख निवारण के लिए सौंप दिया।

एक प्रथा के अनुसार पृथ्वी पर रहने वाले लोगों को बहुत से रोगों ने घेर लिया तथा पूरी पृथ्वी पर त्राहिं-त्राहिं हो गई। कुछ प्राणी एकत्रित होकर स्वर्ग के देवता इन्द्र के पास गये तथा उनसे पृथ्वी के प्राणियों को रोग मुक्त करने का आग्रह किया। इन्द ने जब इतनी विशाल त्राहिं देखी तब उन्हें इस

बात का एहसास हुआ कि वो अकेले सब प्राणियों के दु:ख का निवारण न कर पायेंगे।

इन्द्र ने भारद्वाज ऋषि को सम्पूर्ण आयुर्वेद का ज्ञान दिया तथा उनसे ये आग्रह किया कि इस ज्ञान को अन्य ऋषियों को भी प्रदान करें ताकि वो पृथ्वी पर फैले अनन्त रोगों से मुक्ति दिलायें। भारद्वाज ऋषि ने इसे पुनारव अत्रे ऋषि को सिखाया तथा उनसे आग्रह किया कि अपने शिष्यों को इस ज्ञान से परिपूर्ण करके पृथ्वी पर प्रचार करें। उनके छ: महान शिष्य हुए। अग्निवेश, बहेल, जातुकरन, प्रहार, हरित और कश्यपानिं।

अग्निवेश द्वारा रचित चाकसंहिता (अग्निवेश तंत्र) आयुर्वेद का एक सुनहरा ग्रंथ है। आज भी आयुर्वेद चिकित्सा ज्ञान तब तक पूर्ण नहीं होता जब तक कि चाकसंहिता का पूर्ण ज्ञान अर्जित न कर लिया जाएं। अत्रेसंहिता चिकित्सा की सबसे पुरानी किताब मानी जाती है। आज आयुर्वेद प्रणाली के पास जो ज्ञान प्राप्त है वो लगभग 1200 वर्ष से भी अधिक पुरानी किताबों में से अर्जित किया गया है तथा कुछ ज्ञान इतिहास अपने में समायें बैठा है।

अगर साधारण भाषा में हम समझे तो ब्रह्मा जी ने संसार की रचना करते वक्त इस पृथ्वी पर रोग तथा रोगोपचार फैला दिये थे। जिसे प्रजापति (संसार का रक्षक) ने अनेक विद्वानों से ज्ञात किया और उस ज्ञान को श्लोकों के रूप में याद कर लिया। वो ज्ञान प्रजापति ने अश्विनी कुमारों को पढ़ाया। अश्विनी कुमारों ने उस ज्ञान से चिकित्सायें की तथा अपने चिकित्सकीय प्रयोग के द्वारा अर्जित तथा प्रजापति द्वारा दिये गये ज्ञान को क्रमबद्ध करके राजा इनद्र को दिया तथा इन्द्र ने उस ज्ञान को लोगों के दु:ख निवारण के लिये प्रयोग किया। जब राजा इन्द्र को लगा कि वो अकेले सब रोगियों का रोग न मिटा पायेंगे तो उन्होंने भारद्वाज ऋषि को ये ज्ञान दिया और भारद्वाज ऋषि ने इस ज्ञान को संसार में फैला दिया।

एक प्रथा और भी है कि समुद्र मंथन के समय धनवंतरि जी अमृत कलश तथा

इस ज्ञान को भी लेकर समुद्र से बाहर आये थे। हो सकता है समुद्र में छिपे आयुर्वेदिक ज्ञान को धनवंतरि जी ने प्रजापति के साथ बाँटा हो। क्योंकि उससे पहले भगवान शिव ने समुद्र मंथन से निकले विष को ग्रहण कर लिया था और प्रजापति भी वहीं विद्यमान थे (क्योंकि वो शिव के सुसर थे)। तथा इस प्रकार ये सुनहरा ज्ञान पृथ्वी पर फैला तथा हजारों वर्षों से मनुष्य के रोगोपचार में प्रयोग किया गया।