

प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धति : आयुर्वेद का आधुनिक परिप्रेक्ष्य

प्रहलाद सिंह अहलूवालिया, संपादक, शोध प्रकाशन, हिसार, हरियाणा

मेल आई डी : ahluwalia002@gmail.com

प्रस्तावना

भारत की प्राचीन चिकित्सा पद्धति आयुर्वेद न केवल भारत में बल्कि विश्वभर में प्रसिद्ध है। आयुर्वेद का शाब्दिक अर्थ है 'जीवन का विज्ञान', और यह चिकित्सा पद्धति शरीर, मन और आत्मा के समग्र संतुलन पर आधारित है। आधुनिक समय में, आयुर्वेद ने अपनी प्रासंगिकता बनाए रखी है और इसके सिद्धांत और उपचार विधियाँ वैज्ञानिक शोध और चिकित्सा पद्धतियों के साथ संगठित हो रही हैं। इस शोध पत्र में, हम आयुर्वेद के इतिहास, उसके मौलिक सिद्धांत, आधुनिक विज्ञान के साथ उसका समन्वय, और वर्तमान चिकित्सा पद्धति में उसकी प्रासंगिकता का विश्लेषण करेंगे।

आयुर्वेद का इतिहास

प्रारंभिक विकास

आयुर्वेद की उत्पत्ति वैदिक काल में हुई मानी जाती है। ऋग्वेद और अथर्ववेद में चिकित्सा के अनेक संदर्भ मिलते हैं। चरक संहिता और सुश्रुत संहिता आयुर्वेद के प्रमुख ग्रंथ हैं, जिनमें विभिन्न रोगों के निदान और उपचार के बारे में विस्तृत विवरण मिलता है।

प्रमुख ग्रंथ और आचार्य

1. चरक संहिता: महर्षि चरक द्वारा रचित इस ग्रंथ में औषधियों और उनके प्रयोग पर विशेष बल दिया गया है। इसमें आहार-विहार, निदान, चिकित्सा, और औषधियों का विस्तृत विवरण मिलता है।
2. सुश्रुत संहिता: महर्षि सुश्रुत ने इस ग्रंथ में शल्य चिकित्सा (सर्जरी) के विषय में महत्वपूर्ण जानकारी दी है। यह ग्रंथ शल्य चिकित्सा का प्रारंभिक ग्रंथ माना जाता है।
3. अष्टांग हृदयमः वाग्भट्ट द्वारा रचित इस ग्रंथ में आयुर्वेद के आठ अंगों का समन्वित वर्णन है।

आयुर्वेद के मौलिक सिद्धांत



पंचमहाभूत और त्रिदोष सिद्धांत

आयुर्वेद के अनुसार, शरीर पंचमहाभूत (पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश) और त्रिदोष (वात, पित्त, कफ) से बना है। इन तीन दोषों का संतुलन शरीर की स्वास्थ्य स्थिति को निर्धारित करता है।

धातु और मल

शरीर में सात धातु (रस, रक्त, मांस, मेद, अस्थि, मज्जा, शुक्र) और तीन मल (मल, मूत्र, स्वेद) होते हैं। इनका संतुलन और समुचित निष्कासन शरीर के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है।

प्राण, मन, और आत्मा

आयुर्वेद में प्राण (जीवन शक्ति), मन (मनोबल), और आत्मा (आत्मिक बल) का विशेष महत्व है। यह त्रिगुण (सत्त्व, रजस, तमस) के सिद्धांत पर आधारित है, जो मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को नियंत्रित करते हैं।

आयुर्वेद का आधुनिक विज्ञान के साथ समन्वय

आयुर्वेदिक औषधियों का वैज्ञानिक परीक्षण

आयुर्वेदिक औषधियों का वैज्ञानिक परीक्षण और अनुसंधान वर्तमान में आयुर्वेद की प्रमाणिकता और प्रभावशीलता को सिद्ध कर रहा है। कई आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों और औषधियों के रासायनिक संघटन और उनके जैविक प्रभावों पर व्यापक शोध किया जा रहा है।

समग्र चिकित्सा

आयुर्वेद और आधुनिक चिकित्सा के समन्वय से समग्र चिकित्सा (इंटीग्रेटिव मेडिसिन) की दिशा में कदम बढ़ाए जा रहे हैं। इससे रोगियों को अधिक व्यापक और प्रभावी उपचार प्रदान किया जा सकता है।

जीवन शैली और पोषण

आयुर्वेदिक जीवन शैली और पोषण संबंधी सुझावों का आधुनिक विज्ञान भी समर्थन कर रहा है। आयुर्वेद के अनुसार संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, और ध्यान मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं।

वर्तमान चिकित्सा पद्धति में आयुर्वेद की प्रासंगिकता



रोगों की रोकथाम

आयुर्वेदिक सिद्धांतों के आधार पर रोगों की रोकथाम संभव है। आयुर्वेदिक जीवन शैली और आहार से स्वास्थ्य समस्याओं को प्रारंभिक चरण में ही नियंत्रित किया जा सकता है।

स्वास्थ्य संवर्धन

आयुर्वेद का मुख्य उद्देश्य न केवल रोगों का उपचार करना है, बल्कि स्वास्थ्य का संवर्धन और संरक्षण भी है। योग, ध्यान, और प्राणायाम जैसे आयुर्वेदिक उपायों से मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार होता है।

दीर्घकालिक रोगों का उपचार

आयुर्वेद में दीर्घकालिक और पुरानी बीमारियों का उपचार करने की क्षमता है। कई मामलों में, आयुर्वेदिक उपचार से रोगियों को दीर्घकालिक राहत मिलती है और उनकी जीवन गुणवत्ता में सुधार होता है।

निष्कर्ष

आयुर्वेद एक प्राचीन चिकित्सा पद्धति है जिसने समय की कसौटी पर खरा उतरते हुए आज भी अपनी प्रासंगिकता बनाए रखी है। आधुनिक चिकित्सा और वैज्ञानिक अनुसंधान के साथ समन्वय से आयुर्वेद की प्रभावशीलता और बढ़ी है। यह पद्धति न केवल रोगों के उपचार में बल्कि स्वास्थ्य के संवर्धन और संरक्षण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। समाज और चिकित्सा समुदाय को मिलकर आयुर्वेद के ज्ञान का उपयोग करके एक स्वस्थ और समृद्ध समाज की दिशा में कार्य करना चाहिए।

संदर्भ

1. चरक संहिता
2. सुश्रुत संहिता
3. अष्टांग हृदयम
4. आयुर्वेद और आधुनिक विज्ञान पर शोध पत्र
5. आयुर्वेदिक औषधियों पर वैज्ञानिक अध्ययन
6. आयुष मंत्रालय, भारत सरकार



थाती शोध पत्रिका

अंतर्राष्ट्रीय त्रैमासिक सहकर्मि-समीक्षित, ओपन एक्सेस शोध पत्रिका

ISSN(O) : 2584-2722

वर्ष 1, अंक 1, अक्टूबर-दिसंबर 2023

Online Available : <http://thati.net/>

7. जीवन शैली और पोषण पर आयुर्वेदिक ग्रंथ
8. योग और ध्यान पर आयुर्वेदिक संदर्भ
9. समग्र चिकित्सा पर शोध पत्र
10. दीर्घकालिक रोगों के उपचार में आयुर्वेद का योगदान