आयुर्वेद – खंड १३ : आयुर्वेदीय औषधी – २

११६ वनस्पतींचे औषधी गुणधर्म

(‘अ’ पासून ‘न’ पर्यंतच्या आद्याक्षरांनुसार येणाऱ्या वनस्पती)

मराठी (Marathi)

लेखक

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‌गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले

[एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स), डी.सी.एच्., एफ्.ए.एम्.एस्.]

(‘संतपद’ वा ‘गुरुपद’ म्हणजे ७० टक्के, ‘सद्‌गुरुपद’ म्हणजे ८० टक्के, ‘परात्पर गुरुपद’ म्हणजे ९० टक्के, तर ‘ईश्वर’ म्हणजे १०० टक्के आध्यात्मिक पातळी !)

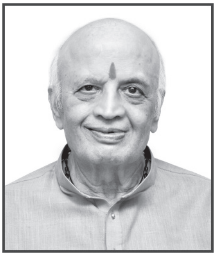
डॉ. कमलेश वसंत आठवले

[एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स), डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.,
एफ्.ए.ए.पी. (पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी) (अमेरिका)]

सनातन संस्था

ꖦ सनातनचे आयुर्वेदीय ग्रंथ ꖦ
वाचा, आचरणात आणा आणि रोग मुळापासून घालवा !

लेखकांचा परिचय



डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‍गुरु (कै.) वसंत बा. आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स), डी.सी.एच्.,
एफ्.ए.एम्.एस्. अन् 'सनातन संस्थे'चे २७ वे संत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‍गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले हे एक प्रख्यात बालरोगतज्ञ होते. वर्ष १९५९ मध्ये त्यांनी मुंबई येथील 'लोकमान्य टिळक महानगरपालिका रुग्णालया'त बालरुग्ण विभागाचा आरंभ केला. या विभागात १९६० ते १९९० ही एकतीस वर्षे ते 'विभागप्रमुख' आणि 'प्राध्यापक' होते. १९८० मध्ये बँकॉक येथे झालेल्या 'पर्यायी पारंपारिक वैद्यकशास्त्राच्या आंतरराष्ट्रीय परिषदे'चे ते अध्यक्ष होते. १९९६ मध्ये त्यांना 'आयुर्वेदविषयीच्या ग्रंथांचे सर्वश्रेष्ठ लेखक' हा आंतरराष्ट्रीय पुरस्कार मिळाला. त्यांना २००१ मध्ये 'आयुर्वेद ॲन्ड हिपॅटिक डिसऑर्डर्स' या विषयावरील आंतरराष्ट्रीय परिसंवादामध्ये 'जीवनगौरव' पुरस्कार, तर २०१२ मध्ये 'इंडियन अकॅडेमी ऑफ पीडिॲट्रिक्स'द्वारा 'जीवनगौरव' पुरस्कार मिळाला.

१. साधकत्वापासून शिष्यत्वापर्यंतचा प्रवास

१ अ. निःस्वार्थी वृत्ती आणि त्याग हे साधनेला आवश्यक असणारे गुण अंगी असणे : डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्‍गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी १९८० पासून अध्यात्मातील उच्च तत्त्वविचार लिहून ठेवणे चालू केले होते. रात्रीचा दिवस करून अत्यंत कष्टपूर्वक अर्जित केलेले अध्यात्मातील हे विपुल ज्ञानभांडार त्यांनी १९९० मध्ये 'सनातन संस्थे'ची स्थापना झाल्यावर सनातनच्या ग्रंथांसाठी निःस्वार्थीपणे अर्पण केले. ते संत होण्याच्याही आधी त्यांनी केलेला हा त्याग त्यांची 'साधना' व 'साधकत्व' दर्शवतो. त्यांच्या या लिखाणामुळे आता सनातनचे ग्रंथ खऱ्या अर्थाने परिपूर्ण होत आहेत.

१ आ. 'सनातन संस्था' या आंतरराष्ट्रीय कीर्तीच्या आध्यात्मिक संस्थेचे संस्थापक, थोर संत आणि त्यांचे लहान बंधू सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले यांचे शिष्यत्व त्यांनी वर्ष २००४ पासून स्वीकारले.

२. संतपदी विराजमान !

मार्गशीर्ष शुक्ल पक्ष चतुर्थी, कलियुग वर्ष ५११४ (१६.१२.२०१२) या दिवशी ईश्वराप्रतीचा भाव, तीव्र तळमळ, जिज्ञासू वृत्ती आणि विनम्रता या गुणांमुळे ते संतपदी विराजमान झाले ! प्रत्येक जीव त्याच्या एखाद्या साधनामार्गानुसार साधना करून अंतर्मुखता आणि आध्यात्मिक प्रगती साधत संतपदाकडे वाटचाल करतो अन् संतपदावर विराजमान होतो; मात्र डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी रुग्णसेवेद्वारे कर्मयोग, ग्रंथलिखाणाद्वारे ज्ञानयोग, साधनेद्वारे भक्तीयोग आणि गुरुकृपायोग आचरून संतपद प्राप्त केले.

३. देहत्यागापर्यंत सनातनच्या कार्यासाठी सेवारत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले सनातनच्या कार्यात शेवटपर्यंत सेवारत होते. सनातनच्या आश्रमात मिळालेल्या दैवी कणांविषयी कळल्यावर त्यांनी सर्व विषय जिज्ञासेने जाणून घेतला व या विषयावर वैज्ञानिक दृष्टीकोनातून संशोधन कसे करू शकतो, याचे परिश्रमपूर्वक चिंतन करून त्यासंदर्भातील उपायही सुचवले.

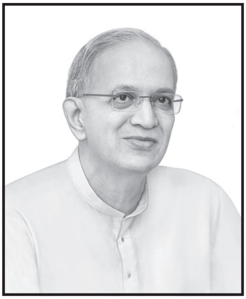
कार्तिक शुद्ध पक्ष सप्तमी, कलियुग वर्ष ५११५ (९.११.२०१३) या दिवशी म्हणजे वयाच्या ८० व्या वर्षी वैद्याचार्य सद्गुरु वसंत आठवले यांनी देहत्याग केला.

डॉ. कमलेश वसंत आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स),
डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.; एफ्.ए.ए.पी.
(पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी) (अमेरिका).

या ग्रंथाचे दुसरे लेखक डॉ. कमलेश आठवले हे डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांचे सुपुत्र आहेत. ते बालरोगतज्ज्ञ अन् नवजात शिशुरोगतज्ज्ञ असून सध्या अमेरिकेतील ड्यूक युनिव्हर्सिटी मेडिकल सेंटरमध्ये नवजात शिशु रोगतज्ज्ञ म्हणून कार्यरत आहेत. या व्यतिरिक्त ते 'नॅश जनरल' नामक रुग्णालयाच्या नवजात शिशु चिकित्सा-विभागाचे संचालक आहेत.

सनातन संस्थेचे संस्थापक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांचे अद्वितीय कार्य आणि वैशिष्ट्ये यांचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना

२. धर्माधिष्ठित अशा हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्घोष आणि कार्यारंभ (वर्ष १९९८)

३. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाची निर्मिती : गुरुकृपायोगानुसार साधना करून १०.१.२०२४ पर्यंत १२७ साधक संत झाले, तर १,०४९ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू.

४. देवता, साधना, आचारधर्मपालन, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर विपुल ग्रंथ-निर्मिती

५. शारीरिक, मानसिक, तसेच वाईट शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींविषयी संशोधन

६. आचारपालनातील कृती, धार्मिक कृती आणि बुद्धीअगम्य घटना यांचे वैज्ञानिक उपकरणांद्वारे संशोधन

७. चित्रकला, संगीत, नृत्य आदींच्या सात्त्विक सादरीकरणाविषयी संशोधन

८. हिंदुत्ववादी नियतकालिक ‘सनातन प्रभात’चे संस्थापक-संपादक

९. ‘हिंदु राष्ट्रा’च्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्ववादी आदींचे संघटन आणि त्यांना दिशादर्शन !

१०. भीषण आपत्काळ आधीच ओळखून त्या काळात जीवितरक्षणासाठी उपयुक्त ठरणारे मार्गदर्शन आणि ग्रंथ

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

अनुक्रमणिका

卐 मनोगत १२

प्रकरण १ : महत्त्वाच्या वनस्पतींचे गुण आणि कार्य १३

वनस्पती आणि मानवाचे अवयव १३

१. अक्कलकाला १४
२. अक्रोड १५
३. अगरू १६
४. अडुळसा १७
५. अर्जुन १७
६. अतिविषा १८
७. अननस १९
८. अनंतमूळ २०
९. अपामार्ग २१
१०. अफ २३
११. आम्लवेत २३
१२. अश्वगंधा २४
१३. अशोक २५
१४. असन २६
१५. अहाळीव २६
१६. अळसी २७
१७. अळू २८
१८. आघाडा २९
१९. आले २९
२०. आवळा ३१
२१. आंबा ३५
२२. आंबेहळद ३५
२३. इसबगोल ३६
२४. इंद्रजव ३७
२५. उंबर ३७
२६. ऊस ३९
२७. एरंड ४०
२८. ओवा ४२
२९. अंजीर ४३
३०. कडू कवठ ४३
३१. कडूलिंब ४४
३२. कडू पडवळ ४५
३३. कपिकच्छू ४५
३४. कमळ ४५
३५. करंज ४७
३६. कवठ ४७
३७. काकडशिंगी ४९
३८. काकमाची ५०

३९. काकोदुम्बर ५१
४०. काडे चिराईत ५१
४१. कापूर ५२
४२. कापूरकाचरी ५४
४३. कापूस ५४
४४. कायफळ ५५
४५. कारले ५६
४६. काश्मरी ५६
४७. कासविंदा ५७
४८. कुचला ५७
४९. कुटकी ५८
५०. कुडा ५९
५१. कुश ५९
५२. कुष्ठ ६०
५३. कुळीथ ६१
५४. केशर ६१
५५. केळे ६२
५६. कोकम ६३
५७. कोथिंबीर ६३
५८. कोरफड ६४
५९. कोहळा कूष्मांड ६५
६०. कंकोळ ६५
६१. कांचनार ६६
६२. कांडवेल ६६
६३. कांदा ६७
६४. खजूर ६८
६५. खदिर ६९
६६. खसखस ६९
६७. खाजकुयली ७०
६८. गवती चहा ७१
६९. गुग्गुळ ७१
७०. गुलाब ७३
७१. गुळवेल ७३
७२. गुंज ७५
७३. गोखरू ७६
७४. घेवडा ७७
७५. घोसाळे ७७
७६. चणे ७७
७७. चमेली ७८
७८. चारोळी ७८
७९. चित्रक ७८
८०. चिंच ७९
८१. चंदन ८१
८२. जटामांसी ८१
८३. जवखार ८१
८४. जायफळ ८२

८५. जास्वंद ८२
८६. जांभूळ ८३
८७. जिरे ८४
८८. जीवन्ती ८५
८९. जेष्ठमध ८५
९०. डाळींब ८७
९१. डिकेमाली ८८
९२. डोरली ८९
९३. तालीमखाना ८९
९४. तांदुळजा ९०
९५. तीळ ९०
९६. तुवरक ९२
९७. तुळस ९२
९८. दर्भ ९३
९९. दारूहळद आणि रसांजन ९३
१००. दालचिनी ९४
१०१. दुर्वा ९५
१०२. देवदारू ९५
१०३. दंती ९६
१०४. द्राक्षे ९६
१०५. धने ९७
१०६. धमासा ९७
१०७. धायटी ९७
१०८. धोत्रा ९८
१०९. नागकेशर ९९
११०. नागवेल ९९
१११. नागरमोथा १००
११२. नारळ १००
११३. निर्गुण्डी १०१
११४. निर्मळी १०२
११५. निवडुंग १०२
११६. निशोत्तर १०३

प्रकरण २ : आयुर्वेदीय औषधे आणि दुष्परिणाम १०४

सनातनच्या ‘निरोगी जीवनासाठी ‘आयुर्वेद’ या मालिकेतील ग्रंथ !

भस्मे, रसायने, क्षार, गोमूत्र आदींचे औषधी गुणधर्म

या ग्रंथात लोहभस्म, त्रिभुवनकीर्ती रस, प्रवाळ पंचामृत इत्यादी आयुर्वेदीय औषधांचे उपयोग, तसेच अशा औषधांच्या चुकीच्या वापरामुळे होणारे दुष्परिणाम दिले आहेत.

मनोगत

‘न अनौषधं जगति किंचित् द्रव्यम् उपलभ्यते ।’ (चरकसंहिता, सूत्रस्थान, अध्याय २६, श्लोक १२) म्हणजे ‘जगात एकही द्रव्य असे नाही की, ज्याचा औषध म्हणून उपयोग करता येणार नाही’, असे आयुर्वेदाने म्हटले आहे.

आयुर्वेदाने वनस्पतीच्या गुणांचे वर्णन तिच्या मानवी शरीरावर होणाऱ्या परिणामांवरून केले आहे, उदा. पिंपळी उष्ण आहे, तर आवळा शीत आहे. याचा अर्थ पिंपळीचे तापमान जास्त आहे आणि आवळ्याचे कमी आहे, असा नाही. ते स्पर्शाला उष्ण किंवा शीत नाहीत. उष्ण द्रव्ये पेशीत चयापचयाची क्रिया वाढवतात, तर शीत द्रव्ये चयापचयाची क्रिया कमी करतात. उष्ण द्रव्यांनी शरीरातील नलिका रुंद होतात, तर शीत द्रव्यांनी नलिका आकुंचन पावतात.

आयुर्वेदाने गोड, आंबट, खारट, तिखट, कडू आणि तुरट चवीच्या अन्नाचा आणि द्रव्यांचा दोष, धातू आणि मल यांवर कसा परिणाम होतो, याचे चांगले वर्णन केले आहे.

आयुर्वेदात सांगितलेल्या बऱ्याच वनस्पती खेडेगावातही मिळतात; म्हणून नेहमी मिळणाऱ्या वनस्पतींचा रोग निवारणासाठी आणि आरोग्यसंपन्न जीवन जगण्यासाठी कसा उपयोग करावा, याची माहिती हा ग्रंथ वाचल्यावर मिळेल. हा ग्रंथ सामान्य माणसांना, वैद्यकीय विद्यार्थ्यांना, वैद्य आणि डॉक्टर्स यांनाही उपयोगी होईल. ‘या औषधांचा अभ्यास करून आणि ती योग्य रीतीने वापरून सर्वजण निरोगी आणि आरोग्यसंपन्न जीवन जगोत’, हीच त्या जगन्नियन्त्या परमेश्वराजवळ प्रार्थना ! – **लेखक**

‘आयुर्वेद आजारावर मुळापासून उपाय करतो. अशा आयुर्वेदाविषयी आधुनिक वैद्यांना (डॉक्टरांना) १ टक्का तरी ज्ञान आहे का ? ही स्थिती स्वातंत्र्यापासून आतापर्यंत झालेल्या सर्वपक्षीय राज्यकर्त्यांच्या राजवटीचे फळ आहे. हिंदु राष्ट्रात आधुनिक वैद्यांना (डॉक्टरांना) ‘आयुर्वेद’ हा विषय शिकवण्यात येईल.’ – **(परात्पर गुरु) डॉ. आठवले (११.३.२०१९)**