आपातकालमें संजीवनी : आयुर्वेद – खण्ड १

स्थानकी उपलब्धताके अनुसार औषधीय वनस्पतियोंका रोपण

हिन्दी (Hindi)

ग्रन्थ–निर्मितिसम्बन्धी मार्गदर्शक

हिन्दू राष्ट्र–स्थापनाके उद्घोषक

सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले

संकलनकर्ता

पू. (स्व.) वैद्य विनय नीळकंठ भावे एवं वैद्य मेघराज माधव पराडकर

विशेष सहायता

डॉ. दिगंबर नभु मोकाट

प्राध्यापक, वनस्पतिशास्त्र विभाग, सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ.

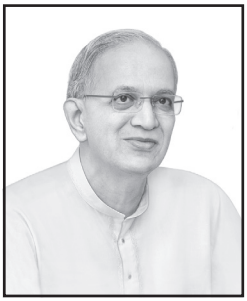
सनातन संस्था

卐 सनातनके ग्रन्थोंकी भारतकी भाषाओंके अनुसार संख्या 卐

मराठी ३४४, अंग्रेजी २०१, कन्नड १९८, हिन्दी १९५, गुजराती ६८, तेलुगु ४५, तमिल ४३, बांग्ला २९, मलयालम २४, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाली ३ एवं असमिया २

फरवरी २०२४ तक ३६५ ग्रन्थोंकी १३ भाषाओंमें ९५ लाख ९६ सहस्र प्रतियां !

सनातन संस्थाके संस्थापक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवलेजीके अद्वितीय कार्य एवं विशेषताओंका संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ 'सनातन संस्था'की स्थापना

२. धर्माधिष्ठित हिन्दू राष्ट्रकी (ईश्वरीय राज्यकी) स्थापनाकी उद्घोषणा एवं कार्यारम्भ (वर्ष १९९८)

३. शीघ्र ईश्वरप्राप्तिके लिए 'गुरुकृपायोग' साधनामार्गकी निर्मिति : गुरुकृपायोगानुसार साधनासे २०.३.२०२४ तक १२७ साधकोंको सन्तत्व प्राप्त तथा १,०५३ साधक सन्तत्वकी दिशामें अग्रसर हैं ।

४. देवता, साधना, आचारधर्मपालन, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षा आदि विविध विषयोंपर विपुल ग्रन्थ-निर्मिति

५. शारीरिक, मानसिक तथा अनिष्ट शक्तियोंकी पीडाओंकी उपचार-पद्धतियोंके विषयमें शोध

६. आचारपालनके कृत्य, धार्मिक कृत्य एवं बुद्धि-अगम्य घटनाओंका वैज्ञानिक उपकरणोंद्वारा शोध

७. चित्रकला, संगीत, नृत्य आदि के सात्त्विक प्रस्तुतीकरण सम्बन्धी शोध

८. हिन्दुत्वनिष्ठ नियतकालिक 'सनातन प्रभात'के संस्थापक-सम्पादक

९. 'हिन्दू राष्ट्र'की स्थापना हेतु सन्त, सम्प्रदाय, हिन्दुत्वनिष्ठ आदि का संगठन तथा उनका दिशादर्शन !

१०. भीषण आपातकालका विचार द्रष्टापनसे पहले ही कर उस कालमें प्राणरक्षा हेतु उपयुक्त सिद्ध होनेवाला मार्गदर्शन एवं ग्रन्थ

(सम्पूर्ण परिचय हेतु पढें – www.Sanatan.org)

ग्रन्थके संकलनकर्ताओंका परिचय

पू. (स्व.) विनय नीळकंठ भावे (आयुर्वेद प्रवीण)

आपको पिछली ४ पीढियोंसे चिकित्साशास्त्रका ज्ञान धरोहरके रूपमें मिला था । आप सनातनके ३५ वें सन्त तथा 'श्री अनंतानंद औषधालय' कारखानेके संस्थापक थे । शास्त्रीय एवं प्रभावी औषधियोंके निर्माताके रूपमें आपकी ख्याति थी ।

वैद्य मेघराज माधव पराडकर (आयुर्वेदाचार्य)

संस्कृत पारंगत भी हैं । उन्होंने सनातनके रामनाथी (गोवा) स्थित आश्रममें 'आयुर्वेदीय चिकित्सक' एवं ग्रन्थ-विभागमें 'ग्रन्थोंके संकलनकर्ता'के रूपमें सेवा की है । वर्तमानमें वे गोवामें 'आयुर्वेदीय चिकित्सक' के रूपमें व्यवसाय कर रहे हैं ।

सनातनके ग्रन्थोंमें उपयोग की गई संस्कृतनिष्ठ हिन्दी भाषाकी कारणमीमांसा

१. सनातनके ग्रन्थोंमें शुद्ध (संस्कृतनिष्ठ) हिन्दीका उपयोग किया जाता है। पाठकोंकी सुविधाके लिए कठिन शब्दोंके आगे कोष्ठकमें वैकल्पिक अन्य भाषाके शब्दका उल्लेख किया जाता है।

२. हिन्दी राष्ट्रभाषा होनेके कारण विविध प्रान्तोंमें एक ही अर्थमें एक से अधिक शब्द प्रचलित होते हैं। अनेक बार शब्दकी वर्तनीमें अन्तर होता है। इन कारणोंसे पाठकोंको भाषा कठिन अथवा अशुद्ध प्रतीत न हो, इस हेतु ग्रन्थमें विभिन्न स्थानोंपर हमने कोष्ठकमें वैकल्पिक शब्द देनेका प्रयास किया है; तथापि पृष्ठसंख्या बढनेके भयसे प्रत्येक बार ऐसा करना सम्भव नहीं।

– (सच्चिदानंद परब्रह्म) डॉ. जयंत आठवले

ग्रन्थके लिए विशेष सहायता करनेवाले डॉ. दिगंबर नभु मोकाटजीका परिचय

डॉ. दिगंबर नभु मोकाट (एम.एस्सी., पीएच.डी.) वनस्पतिशास्त्र विभाग, सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठ में प्राध्यापकके रूपमें कार्यरत हैं । इसके साथ ही आप आयुष मन्त्रालयके 'क्षेत्रिय सहसुविधा केन्द्र, पश्चिम विभाग'के संचालकके रूपमें भी दायित्व संभाल रहे हैं। इससे पूर्व आपने डॉ. बाळासाहेब सावंत कोकण कृषि विद्यापीठ, दापोली, जि. रत्नागिरी में वनशास्त्र महाविद्यालयमें सहायक प्राध्यापक पदपर रहे हैं । आप वनस्पति वर्गीकरण शास्त्र, वनस्पति जैव–विविधता, वनस्पति–मानव सम्बन्ध शास्त्र और औषधीय एवं सुगन्धित वनस्पति आदि विषयोंपर शोध कर रहे हैं । आप राष्ट्रीय कृति तन्त्रज्ञान योजनाके 'वनस्पतियोंकी जैव–विविधता' परियोजनामें ५ वर्ष वरिष्ठ अनुसन्धान छात्रके रूपमें कार्यरत थे । इस अन्तर्गत महाराष्ट्र, गोवा, दीव एवं दमण से ७०१ विविध जाति–प्रजातियोंके जींस नई देहलीमें संवर्धन हेतु भेजे गए हैं । डॉ. मोकाट वन एवं औषधीय वनस्पतियोंके विषयमें समाजको शिक्षित कर रहे हैं । आपने अबतक ८ अनुसन्धान परियोजनाओंमें सहायक वैज्ञानिक और ४ परियोजनाओंमें प्रमुख शोधकर्ताके रूपमें कार्य किया है। आपके औषधीय वनस्पतियोंके शोधकार्यके लिए आपको अनेक राष्ट्रीय पुरस्कारोंसे गौरवान्वित किया गया है ।

कृतज्ञता

इस ग्रन्थरचना हेतु डॉ. मोकाटका अनमोल मार्गदर्शन प्राप्त हुआ है । आपने प्रस्तुत ग्रन्थके लिए अपने ग्रन्थके लेख बिना शर्त निःस्वार्थ भाव से उपलब्ध कराए । आपने अपनी व्यस्त दिनचर्यासे समय निकालकर तत्परतासे हमारी सभी शंकाओंका समाधान किया । आपके इस मार्गदर्शन के लिए हम आपके आभारी हैं ।

अनुक्रमणिका

卐 औषधीय वनस्पतियोंका रोपण करें ! ९

卐 भूमिका १०

१. औषधीय वनस्पतियोंके रोपणकी आवश्यकता ११

२. औषधीय वनस्पतियोंके रोपणके अन्य लाभ १२

३. औषधीय वनस्पतियोंके रोपणसे पहले ध्यान देनेयोग्य सूत्र १३

४. घरके बरामदे (बालकनी) में भी लगाए जानेयोग्य कुछ चयनित औषधीय वनस्पतियां और उनका व्यापक उपयोग १३

५. घरके पिछवाडे या बगीचेमें लगाई जानेवाली औषधीय वनस्पतियां ३९

६. अन्य फसलके साथ लगाई जानेवाली औषधीय वनस्पति ५४

७. परती भूमिमें, अत्यल्प श्रम तथा पानी अल्प होनेपर रोपी जा सकनेवाली औषधीय वनस्पतियां ५५

८. रोपणकी आवश्यकता नहीं; परन्तु आसपासके परिसरमें खोजकर रखनेयोग्य औषधीय वनस्पति ६६

९. नवग्रह, २७ नक्षत्र, १२ राशि, सप्तर्षि आदि से सम्बन्धित वनस्पतियोंका रोपण ७१

१०. घरके आस-पास लगाने योग्य सात्त्विक वनस्पतियां ७४

११. औषधीय वनस्पतियोंके बीज, पौधे इत्यादि कहां मिलते हैं ? ७५

卐 परिशिष्ट १ : वनस्पतियोंके हिन्दी, संस्कृत और लैटिन नाम ७७

卐 परिशिष्ट २ : दैनिक जीवनके सौ से अधिक विकारोंपर उपयुक्त १० चयनित वनस्पतियोंकी सूची ८५

卐 औषधीय वनस्पतियोंके रोपणमें सहायता करें ! ९२

भूमिका

बचपनमें सर्दी-खांसी-ज्वर होनेपर दादीने हमें तुलसीका काढा पिलाया और एक घण्टेमें ही पसीना आकर हमें अच्छा लगा, यह आपको याद होगा। 'एलोपैथी'ने हमें दिनमें तीन बार 'एक श्वेत गोली - एक पीली गोली' लेना सिखाया और हम आयुर्वेदको भूल गए; परन्तु अब हमें आयुर्वेदकी ओर मुडना ही होगा । इसका कारण है 'एलोपैथी'के दुष्परिणाम और भीषण आपातकाल । आपातकालमें डॉक्टर, वैद्य, हाटमें (बाजारमें) औषधियां इत्यादि उपलब्ध नहीं होंगी । आपातकालमें अपने साथ परिजनोंके भी स्वास्थ्यकी रक्षा करना, एक बडी चुनौती होती है । ऐसे समय आपके द्वारा रोपी गई औषधीय वनस्पति ही उपयोगी होंगी; इसीलिए अभी से हमें उनके रोपणकी ओर ध्यान देना होगा । यही इस ग्रन्थका प्रयोजन है ।

प्रस्तुत ग्रन्थमें २०० से अधिक औषधीय वनस्पतियोंका समावेश किया गया है । सदनिकाके ('फ्लैट'के) बरामदेमें (गैलरीमें) लगानेयोग्य, घरके पिछवाडेमें लगानेयोग्य, परती भूमिमें अत्यल्प श्रम कर लगानेयोग्य तथा बीच फसलमें अंतर्वर्ती फसलके रूपमें लगानेयोग्य औषधीय वनस्पति, ऐसा उनका वर्गीकरण किया है ।

किन्हीं समस्याओंके कारण जो इस प्रकारका रोपण न कर सकते हों, वे रोपण करने हेतु इच्छुक व्यक्ति, कृषक अथवा समाजसेवी संस्था को अपने पासकी भूमि, धन आदि अर्पण कर सकते हैं । इस माध्यमसे उनका समाजकार्य और एक प्रकारसे साधना ही होगी ।

'आपातकालकी दृष्टिसे तथा सामान्यतः भी स्वास्थ्य-रक्षा हेतु औषधीय वनस्पतियोंका रोपण सभी अभी से कर पाएं', यह श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है ! – **संकलनकर्ता**