

आयुर्वेद का प्रयोजन

डा० धनञ्जय वासुदेव द्विवेदी

सहायक प्रोफेसर, संस्कृत विभाग,

डा० श्यामा प्रसाद मुखर्जी विश्वविद्यालय, राँची

‘प्रयोजनं चास्य स्वस्थस्य स्वास्थ्यरक्षणमातुरस्य विकारप्रशमनं च’- आचार्य चरक के इस वचन के अनुसार आयुर्वेद का प्रयोजन है- स्वस्थ पुरुष के स्वास्थ्य की रक्षा करना तथा रोगी पुरुष के विकार का शमन करना। पूर्वकालमें आयुर्वेदका अवतरण इसी उद्देश्यसे हुआ।

जो ‘स्व’ में रहे वह ‘स्वस्थ’ कहलाता है। प्रत्येक व्यक्ति का प्रतिनियत स्वभाव होता है, जिसके अनुसार उसका ‘स्वधर्म’ और ‘स्वकर्म’ संचालित होता है। संक्षेप में इसे प्रकृति कह सकते हैं। इस प्रकार अपनी प्रकृति में स्थित रहनेवाला स्वस्थ तथा प्राकृत भाव स्वास्थ्य है। इसके विपरीत वैकृत भाव रोग है। ‘साम्य’ और ‘वैषम्य’ से इन्हीं अवस्थाओं का अभिधान किया गया है। सुश्रुतके अनुसार स्वस्थका लक्षण इस प्रकार है- जिसके दोष, धातु, मल तथा अग्नि सम (प्राकृत स्थिति में) हों तथा आत्मा, इन्द्रिय और मन प्रसन्न हों। प्रसन्नता से ही दोष आदि के साम्यका अनुमान होता है। अतः प्रसन्नता (प्रसाद) इसका मुख्य लक्षण है- ‘प्रसादे सर्वदुःखानां हानिरस्योपजायते’। इस स्थिति की रक्षा अर्थात् सर्वतोभावेन इसे बनाये रखना, बिगड़ने न देना, आयुर्वेदका प्रथम एवं प्रमुख प्रयोजन है। अतएव चरक ने इसका उल्लेख प्रथमतः किया है।

इसके लिये आयुर्वेदके ग्रन्थोंमें दिनचर्या, ऋतुचर्या और सद्दृत्तका विधान किया गया है। दिनचर्या में दन्तधावन, स्नान आदि शौचकर्म, व्यायाम, आहार और विश्राम उल्लेखनीय हैं। स्नान आदि से शारीरिक शुद्धि तथा पूजा और ध्यान आदिसे चित्तकी शुद्धि होती है। प्राणायाम से दोनों का शोधन होता है। इसका पालन न करने से अनेक शारीरिक तथा मानसिक रोग उत्पन्न होते हैं। स्नान में शीत या उष्ण जल के उपयोग में प्रकृति, देश, काल आदिका विचार करना चाहिये। व्यायाम से शरीर बलवान् होता है और उसमें स्फूर्ति आती है। व्यायाम न करने से स्थौल्य, प्रमेह आदि रोग होते हैं।

E-Learning material prepared by Dr. Dhananjay Vasudeo Dwivedi, Assistant Professor,
Department of Sanskrit, Dr. Shyama Prasad Mukherjee University, Ranchi

अति व्यायाम करना भी रोगका कारण है। आहार शरीर के पोषण के लिये आवश्यक है। इसका ग्रहण प्रकृति तथा अग्निबलक अनुसार मात्रापूर्वक करना श्रेयस्कर है। रात्रि में निद्रा से शरीर और मन को विश्राम मिलता है। स्त्रीसंयोग का संयमित सेवन हितकर है। आहार, स्वप्न और ब्रह्मचर्य- ये तीन शरीर के उपस्तम्भ (धारण करनेवाले) कहे गये हैं—‘त्रय उपस्तम्भा इति - आहारः स्वप्नो ब्रह्मचर्यमिति’।

उपर्युक्त विधान वैयक्तिक स्वस्थवृत्त है, जब कि सद्वृत्त (शिष्टाचार) वैयक्तिक एवं सामाजिक दोनों स्तरोंपर स्वास्थ्य की रक्षा करता है। पुरुष के लिये केवल वैयक्तिक स्वास्थ्य ही अपेक्षित नहीं है, अपितु सामाजिक स्वास्थ्य भी अभीष्ट है। इन्हीं दोनोंको दृष्टिमें रखकर चरक ने हित-अहित आयु तथा सुख-दुःख आयु का प्रतिपादन किया है। हित-अहित सामाजिक स्वास्थ्य तथा सुख-दुःख वैयक्तिक स्वास्थ्यका निष्कर्ष है।

स्वास्थ्यरक्षा में रसायन और वाजीकरण का भी महत्त्व है। रसायन से सभी धातु पुष्ट होते हैं, जिससे ओज दृढ़ होता है, जो रोगक्षमता का मूल है। वाजीकरण शुक्र को प्रशस्त बनाता है, जिससे संतान गुणसम्पन्न होती है। रसायन तारुण्य को बचाये रखता है, अतः इसे ‘वयःस्थापन’ भी कहते हैं। सामान्यतः लोग रसायन से ओषधियों का ग्रहण करते हैं, किंतु आहारमें ग्राह्य द्रव्य भी नित्य-रसायन हैं। काम्य रसायनके रूपमें विभिन्न ओषधियों का सेवन विहित है। सुश्रुतने शीतोदक, दुग्ध, घृत और मधु का पृथक्-पृथक् या मिश्रित कर ‘वयः स्थापन’ के रूपमें विधान किया है। इनका प्रयोग प्रकृति के अनुसार करना चाहिये। इन द्रव्यों के साथ-साथ आचार का पालन भी मानसिक शान्ति के लिये आवश्यक है। यह ‘आचार रसायन’ कहलाता है, बिना इसके रसायन का फल नहीं मिलता।

आहार, आचार और विहार का संतुलित प्रयोग स्वास्थ्य-रक्षा के लिये आवश्यक है। यदि कदाचित् मिथ्या आहार-विहार के कारण रोग उत्पन्न हो जाएं तो उनका शमन करके पुरुष को प्राकृत भाव में स्थापित करना आयुर्वेद का द्वितीय प्रयोजन है। इसी कारण चिकित्सा को ‘प्रकृतिस्थापन’ कहा गया है। इसके लिये औषध, आहार (पथ्य) और विहार की त्रिपुटी का समन्वित प्रयोग किया जाता है। चिकित्सा में दैवव्यपाश्रय, युक्तिव्यपाश्रय और सत्त्वावजय - इन तीनों उपायोंका प्रयोग विहित है,

E-Learning material prepared by Dr. Dhananjay Vasudeo Dwivedi, Assistant Professor,
Department of Sanskrit, Dr. Shyama Prasad Mukherjee University, Ranchi

जिससे दोषोंका सर्वाङ्गीण शोधन और शमन हो सके। प्रथम दोषोंका संशोधन कर फिर संशमन का विधान है। संशोधन में पञ्चकर्म महत्त्वपूर्ण है।

वस्तुतः धर्म, अर्थ एवं सुखादिका साधन आयु है। अतः आयु की कामना करनेवालोंको आयुर्वेदके उपदेशों में परम आदर करना चाहिये-

आयुः कामयमानेन धर्मार्थसुखसाधनम्।

आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः।।

इसीलिए चरकसंहिता में कहा गया है कि आरोग्य धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष- चतुर्विध पुरुषार्थका उत्तम (प्रधान) मूल है-

धर्मार्थकाममोक्षणामारोग्यं मूलमुत्तमम्।।

धर्म-अर्थ-सुख (काम और मोक्ष) तभी सम्भव है, जब यह आयु ठीक हो और इसके ठीक रहने के लिये तथा दीर्घ जीवन के लिये इस शरीर को स्वस्थ रखे आवश्यक है आयुर्वेद के उपदेशों के अनुसार सत्-आहार-विहार आदि का पालन करना; क्योंकि आयुर्वेदका प्रयोजन है-स्वस्थ व्यक्तिके स्वास्थ्यका रक्षण और रुग्ण व्यक्तिकें रोगका निवारण।

आयुर्वेद पुरुषार्थों (धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष) की प्राप्ति के लिए प्रशस्त पथ निर्दिष्ट करता है, वह है आरोग्यमय जीवन। रोगी व्यक्ति न तो धार्मिक क्रियाएं व्रत-नियम-तीर्थ आदि कर सकता है, न तो अर्थोपार्जन के साधन शिल्प-वाणिज्य आदि कर सकता है, न तो जीवन-सुख विविध कामनाओं की तृप्ति का आनन्द प्राप्त कर सकता है, न ही वह मोक्ष प्राप्ति के साधन जप-तप-समाधि-प्रत्याहार और धारणा आदि की ही उपासना कर सकता है। आयुर्वेद ही वह शास्त्र है, जो इन पुरुषार्थों को प्राप्त करा सकता है क्योंकि वह विविध वेदनाओं के जाल में ग्रस्त, रोग-पङ्कार्णव निमग्न मानव को रोगमुक्त बनाता है और आरोग्यमय जीवन देता है। नीरोग और स्वस्थ व्यक्ति स्वेच्छया किन्हीं पुरुषार्थों को प्राप्त कर लेता है।

कविकुलगुरु महाकवि कालिदास ने भी कहा है कि 'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्' अर्थात् सम्पूर्ण धर्मों का साधन प्रथम यह शरीर ही होता है तथा धर्म, अर्थ एवं काम आदि का साधन आयु है, अतः आयु की कामना वालों आयुर्वेद के उपदेशों का पालन करना चाहिए।

दिनचर्या क्या है? रात्रिचर्या क्या है ? ऋतुएँ क्या हैं? उनकी चर्या क्या है? कौन-कौनसे रोग किस कालमें होते हैं? वात-पित्त-कफादि दोष किन कारणोंसे प्रकुपित होते हैं, उनका शमन कैसे किया जाय? रोगोंको समूल नष्ट करनेके लिये संशोधनात्मक चिकित्सा (पञ्चकर्मका विधान), नित्य नये रूपमें आने (उभरने) वाले रोग, जिनके लक्षण ज्ञात नहीं हैं उनका वर्णन तथा चिकित्सा आदि सब कुछ आयुर्वेद का प्रयोजन है।

इस प्रकार आयुर्वेदका प्रयोजन पुरुषको सर्वथा समर्थ रखना और बनाना है, जिससे वह पुरुषार्थ चतुष्टय (धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष) की प्राप्ति कर सके। इसी कारण आरोग्य को इनका मूल कहा गया है। अतः आरोग्यप्रदाता आयुर्वेद सर्वविध सेवनीय है- 'आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः'।