International Journal of Sanskrit Research 2018; 4(4): 33-35

International Journal of Sanskrit Research

अनन्ता

ISSN: 2394-7519
IJSR 2018; 4(4): 33-35
© 2018 IJSR
www.anantaajournal.com
Received: 09-05-2018
Accepted: 10-06-2018

पूजा ठाकुर
शोध–छात्रा, संस्कृत–विभाग,
हि०प्र०वि०वि० शिमला,
हिमाचल प्रदेश, भारत

Correspondence
पूजा ठाकुर
शोध–छात्रा, संस्कृत–विभाग,
हि०प्र०वि०वि० शिमला,
हिमाचल प्रदेश, भारत

वेदों में वर्णित सूर्य किरण चिकित्सा पद्धति

पूजा ठाकुर

सारांश
वेद मानवजाति के लिए प्रकाश स्तम्भ एवं शक्ति स्रोत है। मनु ने कहा है कि–सर्वज्ञानमयो हि सः अर्थात् वेदों में सभी विद्याओं का भण्डार है। वेदों में आयुर्वेद अथवा चिकित्सा एक महत्त्वपूर्ण विषय है। ऋग्वेदादि चारों वेदों में आयुर्वैदिक तत्त्व सम्बन्धित सामग्री विभिन्न स्थानों पर प्राप्त होते है, इससे ज्ञात होता है कि आयुर्वेद प्राचीन या वैदिक काल से ही एक मुख्य विषय रहा है। अथर्ववेद में आथर्वणी, आंगिरसी, दैवी तथा मनुष्यजा चार प्रकार की चिकित्सा प्रकारों में दैवी चिकित्सा का अन्यतम स्थान है। दैवी चिकित्सा को प्राकृतिक चिकित्सा भी कहा जाता है। प्राकृतिक चिकित्सा में सूर्य का चिकित्सा अपना एक महत्वपूर्ण स्थान है। ऋग्वेद में सूर्य किरण चिकित्सा के विषय में कहा है कि प्रातः कालीन सूर्य किरणें हृदय रोग, पीलिया तथा रक्तल्पता आदि रोगों को समाप्त करती है। सूर्य न केवल रोगों को दूर करता है, अपितु रोग जनित कारणों को भी नष्ट करता है, सूर्य की किरणें रोग उत्पन्न करने वाले कीटाणुओं को भी नष्ट करती है तथा सर्प के विष का भी नाश करती है। प्रस्तुत पत्र में सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा उपचारित विभिन्न रोगों के नाम भी दिये गए हैं।

कुट शब्दः वेद, सूर्य किरण, चिकित्सा पद्धति

प्रस्तावना
वेद शब्द विद् धातु से बना है। वेद शब्द की व्युत्पति चार प्रकार से मानी गई है। विद्–ज्ञाने, विद्–सत्तायाम, विदलृ–लाभे तथा विद्–विचारणे, जिसका विश्लेषण स्वामी दयानन्द ने ऋग्वेदादिभाष्य भूमिका में किया है। वेद विश्व संस्कृति के आधार स्तम्भ माने जाते हैं। आदि काल से ही वेद ने मानव मात्र के लिए प्रकाशक का कार्य किया है। वेदों से हमें ज्ञान–विज्ञान का भण्डार प्राप्त होता है, इन्हीं वेदों से हमें चिकित्सा की वैदिक पद्धति का भी ज्ञान होता है। आयुर्वेद विश्व की प्राचीनतम चिकित्सा प्रणालियों में से एक है। आयुर्वेद की दृष्टि से वेदों का अनुशीलन करने पर ज्ञात होता है कि चारों वेदों में आयुर्वेद से सम्बन्धित विभिन्न तत्त्वों का यत्र–तत्र विस्तृत वर्णन किया गया है। चरक और सुश्रुत ने आयुर्वेद को अथर्ववेद का ही उपवेद बताया है। अतः आयुर्वेद का वेदों के साथ अन्यतम सम्बन्ध सिद्ध होता है।

आयुर्वेद का शब्दिक अर्थ
आयुर्वेद शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है आयुष+वेद आयुर्वेद शब्द का अर्थ जीवन का ज्ञान अर्थात् जीवन के ज्ञान को ही संक्षेप में आयुर्वेद कहा जाता हैः

> हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।
> मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।।[1]

अर्थात् जिस ग्रन्थ में जीवन के अनुकूल और प्रतिकूल, स्वस्थ जीवन एवं रोग अवस्था का वर्णन हो उसे ही आयुर्वेद कहते हैं अथवा हित, अहित, सुख और दुःख यह चार प्रकार की आयु का मान–परिमाण जिस शास्त्र में हो उसे आयुर्वेद कहा गया है।
आयुर्वेद का सर्वप्रथम वर्णन हमें ऋग्वेद से प्राप्त होता है। ऋग्वेद से हमें आयुर्वेद उद्देष्य, वैद्य के गुणकर्म, विविध औषधियों के लाभ, शरीर के विभिन्न अंग, विभिन्न चिकित्साएँ, अग्नि चिकित्सा, जल चिकित्सा, यज्ञ चिकित्सा, वायु चिकित्सा, सूर्य चिकित्सा, शल्य चिकित्सा, हस्त स्पर्ष चिकित्सा, यज्ञ चिकित्सा, कृमिनाषन, विष चिकित्सा, दीर्घ आयुष्य, कुस्वप्ननाषन आदि विषयों का विषेष वर्णन मिलता

[1] चरक संहिता०, 1.41

है।[2] यजुर्वेद और सामवेद में भी आयुर्वेद विषय सामग्री मिलती है, परन्तु यह सामग्री न्यूनमात्रा में प्राप्त होती है। आयुर्वेद की दृष्टि से अथर्ववेद अत्यन्त महत्त्वपूर्ण ग्रन्थ है। अथर्ववेद में आयुर्वेद के प्रायः सभी विषयों का पर्याप्त वर्णन मिलता है। प्रायः यह भी कहा जा सकता है कि अथर्ववेद ही आयुर्वेद का मूलाधारग्रन्थ है। अथर्ववेद में इसी वेद को भिषज या भिषग्वेद् के नाम से पुकारा गया है।[3] शतपथ ब्राह्मण में यजुर्वेद के एक मन्त्र की व्याख्या में प्राण को अथर्वा कहा गया है, इसका अभिप्राय यह है कि प्राण विद्या या जीवन विद्या ही आथर्वण विधा कहलाती है।

आयुर्वेद के आठ अंग

यद्यपि वैदिक साहित्य या वेदों में आयुर्वेद के आठ अंगो का स्पष्ट रूप से कहीं उल्लेख नहीं किया गया है परन्तु वैदिक वाङ्गमय में आयुर्वेद के आठ अंगों का यत्र–तत्र वर्णन मिलता है। अतः इससे ज्ञात होता है कि आयुर्वेद के आठ अंगों का विभाजन परकालीन किया गया है। महर्षि सुश्रुत ने सुश्रुत संहिता में आयुर्वेद को आठ अंगों में विभाजित किया है, जो इस प्रकार से हैं– 1) शल्यचिकित्सा 2) शालाक्यचिकित्सा 3) कायचिकित्सा 4) भूतविद्या 5) कौमारभृत्य 6) अगदतन्त्र 7) रसायन तन्त्र 8) वाजीकरण इत्यादि।[4]

चरक ने आयुर्वेद के आठ अंगों के नाम इस प्रकार दिये– 1) कायचिकित्सा 2) षालाक्यचिकित्सा 3) शाल्यापहर्तृक (षल्य तन्त्र) 4) विषगर–वैरोधिक प्रषमन 5) भूत विद्या 6) कौमारभृत्य 7) रसायन 8) वाजीकरण इत्यादि।[5] इस प्रकार चिकित्सा के इन आठ अंगों का आयुर्वेद में अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान हैं।

चिकित्सा के प्रकार

आयुर्वेद में चिकित्सा के प्रकारों का भी वर्णन है। अथर्वेद में चिकित्सा और औषधियों के चार प्रकारों का वर्णन मिलता है–

> आथर्वणीराङ्गिरसीर्दैवीर्मनुष्यजा उत।
> औषधयः प्रजायन्ते यदा त्वं प्राण जिन्वसि।।[6]

उपर्युक्त चार चिकित्सा में से दैवी चिकित्सा में पृथिवी आदि पंच तत्त्वों को देव कहा गया है। अतः मृत चिकित्सा, जलचिकित्सा, अग्नि चिकित्सा, वायु चिकित्सा, सूर्य चिकित्सा आदि चिकित्साएँ दैव चिकित्सा के अन्तर्गत आती हैं। आधुनिक विज्ञान के अनुसार दैवी चिकित्सा को प्राकृतिक चिकित्सा या छंजनतवचंजील कहते हैं।

प्राकृतिक चिकित्सा की उपयोगिता

प्रकृति मनुष्यों के लिये एक वरदान है। प्रकृति के सभी तत्त्व पृथिवी, जल, अग्नि, वायु, सूर्य, चन्द्र आदि किसी न किसी रूप में मनुष्य जीवन के लिए हितकर हैं। प्राकृतिक चिकित्सा में भी सूर्य चिकित्सा का अपना एक महत्त्वपूर्ण स्थान है।

सूर्य चिकित्सा

वेदों में सूर्य किरणों द्वारा चिकित्सा का विस्तृत रूप में वर्णन मिलता है। सूर्य को चराचर जगत की आत्मा कहा गया है।[7] प्रष्नोपनिषद् में भी सूर्य को मानवजगत् का प्राण कहा गया है।[8] ऋग्वेद में कहा गया है कि सूर्य रोगों को दूर करता हुआ बुद्धि की शुद्धि करता है और ज्ञान में भी वृद्धि करता है।[9] अथर्ववेद में बताया गया है कि उदय होता हुआ सूर्य मृत्यु के सभी कारणों को नष्ट करता है। उदय होते हुए सूर्य से अवरक्त (हल्की लाल) किरणें निकलती हैं[10] अर्थात् प्रातः काल सूर्य की किरणों का सेवन करना चाहिए, जो स्वास्थ्यप्रद होती हैं। इन अवरक्त किरणों में जीवन शक्ति होती है और रोगों को नष्ट करने की क्षमता होती है। ऋग्वेद में वर्णन मिलता है कि उदय होता हुआ सूर्य हृदय के सभी रोगों को, पीलिया और रक्ताल्पता को दूर करता है।[11] इसी बात को अथर्ववेद में भी कहा गया है कि उदय होते हुए सूर्य से अवरक्त ;प्दतिं तमकद्ध किरणें निकलती हैं, जो हृदय रोग और खून की कमी को भी दूर करती हैं।[12] अथर्ववेद के इसी मन्त्र से अगले मन्त्र में कहा गया है कि सूर्य की करणों के साथ–साथ लाल रंग की गाय के दूध को भी हृदय रोग के लिये उपयोगी बताया गया है। प्रस्तुत मन्त्र में यह भी निर्देषित है कि सूर्य की करणों का प्रयोग मनुष्य के रूप रंग और आयु के अनुसार करना चाहिए अर्थात् रोगी को उदय होते सूर्य के सामने कम या अधिक बैठना चाहिए।[13] प्राचीन समय में प्रातः काल सूर्याभिमुख बैठकर संध्या करने का प्रयोजन यही रहा होगा कि मनुष्य सूर्य की अवरक्त किरणों के प्रभाव से सदा रोग मुक्त रहे। ऋग्वेद में एक स्थान पर कहा है कि सूर्य मनुष्यों को नीरोगता, दीर्घायु तथा समग्र सुख देता है।[14] सूर्य की सात किरणों से सात प्रकार की ऊर्जा प्राप्त होती है।[15] सूर्य से ही उन्नत कृषि होती है, इससे हमें ज्ञात होता है कि सूर्य किरणें मनुष्य के लिए वरदान हैं और यह निरोगता के साथ मनुष्यों को सभी सुख साधन प्रदान करता है।

अथर्ववेद में सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा ठीक होने वाले रोगों की एक लम्बी सूची दी गई है, जिनमें प्रमुख रोग ये हैं– सिरदर्द, कानदर्द, रक्त की कमी, सभी प्रकार के सिर के रोग, बहरापन, अन्धापन, शरीर की अकड़न और दर्द सभी प्रकार के ज्वर, पीलिया, जलोदर, पेट के रोग, विषों का प्रभाव, फेफड़ों के रोग, हड्डी पसली रोग, आन्तों और योनि रोग यक्ष्मा, सूजन, घाव, वातरोग, आँख की पीड़ा, घुटना, रीढ़ कल्हे आदि रोग ठीक होते हैं।[16] एक अन्य सूक्त में 'सूर्य कृणोतु भेषजम' सूर्य चिकित्सा से ये रोग भी ठीक होते हैं, कहकर अपचित (गण्डमाला), गलने और सड़ने वाली बीमारियों और कुष्ठ आदि रोगों का उल्लेख किया है[17] अर्थात् सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा असाध्य कुष्ठ रोग का भी निदान बताया गया है। मयुर भट्ट ने भी बाण भट्ट की पत्नी द्वारा दिये गए कुष्ठी शाप मुक्ति के लिए सूर्य उपासना में सूर्यशतक् की रचना की और सूर्य स्तुति से ही उसे कुष्ठ रोग से मुक्ति मिली थी।

सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा कृमि नाष

ऋग्वेद में सूर्य की किरणों द्वारा कृमि अर्थात् कीटाणुओं का नाष बताया गया है। सूर्य किरणे दृष्ट और अदृष्ट सभी प्रकार के कीटाणुओं को नष्ट करती है।[18] वेदों में यह भी बताया गया सूर्य किरणें सर्प के विष के प्रभाव को भी समाप्त करती हैं।[19] संसार को स्वच्छ रखने के लिए कीटाणुओं का नाष आवष्यक है और यह कार्य सूर्य की किरणों द्वारा ही सम्भव है। सूर्य की किरणें जल, वायु और वातावरण को स्वच्छ रखने में भी सहायक होती हैं, उसी प्रकार यह मानव शरीर को भी स्वस्थ रखती हैं। अतः सूर्य किरणों के सेवन से शरीर नीरोग और हृष्ट–पुष्ट रहता है।

---

[2] वेदाभृतम् भाग–12, ऋग्वेद सुभाषितावली, पृष्ठ, 330–358

[3] त्वं भिषेग्भेषजस्यासि कर्ता त्वया गामश्वं पुरुषं सने। अथर्व० 5.29.1

[4] सुश्रुत संहिता, सूत्र० 1.7

[5] तस्याऽऽयुर्वेदस्याङ्गान्यष्टो। तद्यथा–कायचिकित्सा, शालाक्यं, शाल्यापहर्तकं, विष–गर। वैरोधिकप्रषमन भूतविद्या, कौमारभृत्यकं रसायनानि वाजीकरणमिति।। चरक संहिता, 30, 27

[6] अथर्व०, 11.4.16

[7] सूर्य आत्मा जगतस्थुषष्च। ऋग्०, 1.115.2

[8] प्राणः प्रजानामुदयत्येष सूर्यः। उपनिषद समुच्चय, प्रष्नोपनिषद, 1.8

[9] अप सेधत दुर्मतिम आदित्यासः ऋग्०, 8.18.10

[10] उद्यन् सूर्यो नुदतां मृत्युपाषान। अथर्व०, 17.1.30

[11] उद्यन्नद्य मित्रमह आरोहन उत्तरां दिवम्।
हृदरोग ममसूर्य हरिमाणं च नाषय।। ऋग्० 1.50.11

[12] अनु सूर्यम् उदयतां हृदद्योतो हरिमा च ते।
गो रोहितस्य वर्णेन तेनत्वा परिदध्मसि।। अथर्व० 1.22.1

[13] या रोहिणी र्देवत्या गावो या उतरोहिणीः।
रूपं रूपं वयोतयस्ता भिष्टवा परिदध्मसि।। अथर्व० 1.22.3

[14] सविता नः सुवतु सर्वतातिम्।
सविता नो रासता दीर्घामायुः।। ऋग्० 10.36.14

[15] अधुक्षत् पिप्युषीमिषम् ऊर्जं सप्तदीमरिः।
सूर्यस्य सप्त रष्मिभि। ऋग्० 8.72.16

[16] अथर्व०, 9.8.1 से 22 मन्त्र

[17] अथर्व०, 6.83 1 से 4 मन्त्र

[18] उत् पुरस्तात् सूर्य एति विष्वदृष्टो अदृष्टाहा। ऋग्०, 1.191.8

[19] सूर्ये विषमा सजामि, सो चिन्नु न मराति नो वयं मराम। ऋग्०, 1.191.10

सूर्य किरण चिकित्सा महत्त्व

सूर्य चिकित्सा के लिए वर्तमान समय में बहुत से नाम प्रचलित हैं, जैसे कि सूर्य चिकित्सा, सूर्य किरण चिकित्सा, रंग चिकित्सा ;बवसवनत जीमतंचलद्धए बीतवउव जीमतंचलए बीतवउवचंजीलए ीमसपवजीमतंचलए `नद इंजी आदि। सूर्य चिकित्सा सिद्धान्त के अनुसार रोग उत्पत्ति का कारण शरीर में रंगों का घटना–बढना बताया गया है सूर्य किरण चिकित्सा के अनुसार अलग–अलग रंगों के अलग–अलग गुण होते हैं लाल रंग उत्तेजना और नीला रंग शक्ति पैदा करता है। सूर्य चिकित्सा में सूर्य किरणों का शरीर पर सीधा प्रयोग या सूर्य किरणों से प्रभावित जल, चीनी, तेल, घी आदि का प्रयोग किया जाता है। इण्डियन मेडिकल एसोसिएषन के सचिव डॉ० अजय सहगल का कहना है कि आजकल जो बच्चे पैदा होते ही पीलिया के रोग के शिकार हो जाते हैं उन्हें सूर्योदय के समय सूर्य किरणों में लिटाया जाता है, जिससे अल्ट्रा वायलेट किरणों के सम्पर्क में आने से उसके शरीर के पिगमेन्ट सेल्स पर रासायनिक प्रतिक्रिया प्रारम्भ हो जाती है और बीमारी में लाभ होता है। डाक्टर भी नर्सरी में कृत्रिम अल्ट्रा वायलेट किरणों की व्यवस्था लैम्प आदि जला के भी करते हैं। अतः हम यह कह सकते हैं कि हमारी वैदिक चिकित्सा पद्धति आज के समय में भी बहुत उपयोगी है।

निष्कर्ष

आयुर्वेद हमारी चिकित्सा प्रणाली में सबसे प्राचीन हैं। आयुर्वेद के अन्तर्गत प्राकृतिक चिकित्सा आज के समय में बहुत उपयोगी पद्धति है सूर्य चिकित्सा के विषय में कहा गया है कि वह शरीर की सभी बीमारियों को दूर कर सकता है। यह बिल्कुल सत्य है कि सूर्य ही हमें सभी रोगों और अन्धकार से दूर रख सकता है। वेदों में बताया गया है कि किस प्रकार प्रातः कालीन सूर्य की किरणे हमारे ह्रदय को स्वस्थ रखती है एवं हमारे शरीर में रक्त की कमी नहीं होने देती है। देखा जाये तो सूर्य हमारे शरीर में विटामिन क की कमी दूर करता है। वेदों में सूर्य के विषय में यहाँ तक कहा है कि सूर्य की किरणें सर्प के विष को समाप्त करती है एवं संसार के सभी बीमारी फैलाने वाले कीटाणुओं को भी नष्ट करता है तथा वायु, जल तथा वातावरण को भी सूर्य ही स्वच्छ रखता है। अतः निष्कर्षतः कह सकते हैं कि सूर्य की किरणे मनुष्य जीवन में बहुत उपयोगी एवं महत्त्वपूर्ण है; जो उसके विभिन्न प्रकार के रोगों को दूर करती हैं। इसलिए प्रत्येक मनुष्य को चाहिए कि वह प्रतिदिन सूर्योदय से पूर्व उठकर प्रातः कालीन जीवनोपयोगी सूर्य किरणों का सेवन करें और अपने जीवन को नीरोग और स्वस्थ बनाये।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. अथर्ववेदः भाष्यकार, पद्म भूषण डॉ० श्रीपाद दामोदर सातवलेकर प्रकाशकः वसन्त श्रीपाद सातवलेकर स्वाध्याय मण्डल पारडी।
2. ऋग्वेदः सम्पादक, श्रीपाद दामोदर सातवलेकर, प्रकाषकः वसन्त श्रीपाद सातवलेकर स्वाध्याय मण्डल पारडी।
3. उपनिष्द् समुच्चयः लेखक, शर्मा भीम सेन, प्रकाषकः हरयाणा प्रान्तीय पुरातव संग्रहालय रोहतक हरियाणा।
4. चरक संहिताः अनुवादक, कविराज श्री अत्रिदेव जी गुप्त, प्रकाषकः भार्गव पुस्तकालय गाय घाट बनारस।
5. सूर्यषतकः व्याख्याकार, त्रिभुवनपाल, प्रकाषकः मोतीलाल बनारसीदास वाराणसी।
6. वेदामृत् भाग–12 ऋग्वेद सुभाषितावलीः लेखक, डॉ० कपिल देव द्विवेदी एवं डॉ० भारतेन्दु द्विवेदी, प्रकाषकः विष्व भारती अनुसंधान परिषद् शान्ति निकेतन ज्ञानपुर वाराणसी।
7. सुश्रुत संहिताः व्याख्याकार, कविराज डॉ० अम्बिकादत्त शास्त्री, प्रकाषक : चौखम्भा संस्कृत सीरीज वाराणसी।