



Maitreyi College
University of Delhi, India



Institute of Advanced Sciences
Dartmouth, USA



Council of Indic Studies & Research
New Delhi, India

Relevance of Traditional Medicine System in Modern Era

Abstracts of 3rd International Sanskrit Conference (3rd ISC)

Dates:

20th (Friday) to 22nd (Sunday) October, 2023

International Sanskrit Conference (ISC)

Editors

Umesh Kumar Singh
Pramod Kumar Singh
Awanindra Kumar Pandey
Niharika Khurana



INADS Press
Institute of Advanced Sciences
Dartmouth, USA

© International Sanskrit Conference (ISC)

Publisher:

INADS Press

Institute of Advanced Sciences

Phone: 508-999-1191

E-Mail: inadspress@inads.org

Address:

86-410B, Faunce Corner Mall Road,

Dartmouth, MA 02747

United States of America

Welcome Address

Honoring the profound connection between intellectual contemplation and purposeful education, we at Maitreyi College stand tall as we mark another milestone in our journey. My heart swells with pride, and I laud the Sanskrit Department for pioneering the international conference on ‘The Contemporary Significance of Traditional Medicine Systems.’

We ardently look forward to the myriad insights this global assembly of intellectuals will bring to the fore concerning age-old medical practices. It’s undeniable that the pillars of modern medicine stand firmly on the rich heritage of traditional healing systems. These timeless medical philosophies, steeped in ancient wisdom, are instrumental in shaping health and well-being across the globe.

With great enthusiasm, I extend a heartfelt welcome to every distinguished scholar gracing this event from diverse global locales. Showcasing nearly 80 research papers, this conference promises to shed light on the widespread applicability of traditional medical systems in today’s world. As we embark on this riveting three-day odyssey of academic exploration, I wish everyone invigorating discussions and meaningful takeaways.

October 18, 2023

Haritma Chopra
Principal
Maitreyi College
University of Delhi, Bharat

Conference Organization

Chief Patrons

Bal Ram Singh

Institute of Advanced Sciences (IN-ADS), Dartmouth, USA.

Vijay Laxmi Singh

Maitreyi College, New Delhi

Patrons

Haritma Chopra

Maitreyi College, New Delhi

Om Nath Bimali

Department of Sanskrit, DU

Ranjan Kumar Tripathi

Department of Sanskrit, DU

Advisors

Haridutt Sharma

Satyapal Singh

Daya Shankar Tiwari

Pankaj Kumar Mishra

Prachi Jain

Pardeep Rai

Conveners

Krishna Mohan Pandey

Umesh Kumar Singh

Pramod Kumar Singh

Jyoti Singh

Subhash Chandra

Awanindra Kr. Pandey

Avadhesh Pratap Singh

Abhineet Kr. Srivastava

Editorial Board

Umesh Kumar Singh
Awanindra Kr. Pandey

Pramod Kumar Singh
Niharika Khurana

Coordinators

Sushma Chaudhary
Mamta Mehra
Anamika Singh
Rupa Bhaty
Punam Juneja
Preeti Verma
Smriti Sarkar
Bhupendra K. Rathaur

Rupesh Kr. Chauhan
Smriti Singh
Ayush Gupta
Tej Prakash
Shilpa Singh
Niharika Khurana
Ompal Shastri

Organizing Committee

Sushil Kumari
Rekha Kumari
Dharmender Kumar
Mayuri Jha
Ramesh Chand
Satyendra Singh
Tanuja

Kumud Rani Garg
Anirudh Ojha
Hemlata Rani
Mrudula Joshi Dhande
Pavita
Santosh Kumar
Vivek Vikram Singh

Organizing Institutions

Maitreyi College (University of Delhi) New Delhi, Bharat
Institute of Advanced Sciences (INADS), Dartmouth, USA.
Council of Indic Studies & Research (CISR), New Delhi, Bharat

Conference Schedule

OCTOBER 20, 2023

Inaugural Session	11:00 AM – 01:00 PM
Balram Singh	Chief Guest
Haritma Chopra	Chair
Sachchidanand Mishra	Guest of Honor
Ranjan Kumar Tripathi	Distinguished Guest
Pramod Kumar Singh	Moderator
Awanindra Kumar Pandey	Moderator
BREAK	01:00 PM - 02:00 PM
Technical Session 1	02:00 PM - 03:30 PM
Bishnupad Mahapatra	Chair
Sushma Chaudhary	Distinguished Guest
Poonam Juneja	External Reviewer
Pramod Kumar Singh	Moderator
Abhineet Kumar Srivastava	Presenter
Anamika Singh	Presenter
Anshu Rana	Presenter
Aparna Dhir Khandelwal	Presenter
Arpita Paul	Presenter
Jyoti Singh	Presenter
Vaishnavi Rajagopalan	Presenter
Maitreyee Goswami	Presenter
Manya Sharma	Presenter

Technical Session 2	03:30 PM – 06:00 PM
Shailesh Kumar Tiwari	Chair
Ajay Jha	Distinguished Guest
Anamika Singh	External Reviewer
Niharika Khurana	Moderator
Nidhi Singh	Presenter
Niharika Khurana	Presenter
Nutan Rani	Presenter
Padmaja D. S.	Presenter
Pallavi G.	Presenter
Pankaj Kumar Mishra	Presenter
Pranabjyoti Deka	Presenter
Pranjalee Rajpoot	Presenter
Pooja R.	Presenter
Rajesh Raman Ranu	Presenter
Rana Pratap Singh	Presenter
Seethalaxmi MS	Presenter
Sheetal Joshi	Presenter
Kumar Shivam Katyayan	Presenter
Sneha Smita Bora	Presenter

OCTOBER 21, 2023

Technical Session 3	09:00 AM – 10:30 AM
Subhash Chandra	Chair
Avadhesh Pratap Singh	Distinguished Guest
Jyoti Singh	External Reviewer
Awanindra Kumar Pandey	Moderator
Vishwajit Vishwasi	Presenter
Sanskriti Choudhary	Presenter
Kamna Vimal Sharma	Presenter
Radhika P R	Presenter
Seema Kumari	Presenter
N. Sai Prashanthi	Presenter
Umesh Kumar Singh	Presenter
आदर्श धीरजलाल बालधा	Presenter
अनन्त के० राठौर	Presenter
अञ्जना शर्मा	Presenter
Technical Session 4	10:30 AM – 12:00 PM
Satyapal Singh	Chair
Jay Prakash Narayan	Distinguished Guest
Ritu Dhingra	External Reviewer
Mamta Mehra	Moderator
अरुण रा० पवार	Presenter
बिंदिया त्रिवेदी	Presenter
छबिकांत देबसिंह	Presenter
धर्मपुरी वेदरत्न	Presenter
धर्मेन्द्र कुमार	Presenter
एकता वर्मा	Presenter
गायत्री गिरीश मिश्रा	Presenter
हर्षित मिश्र	Presenter
हेमलता रानी	Presenter
केशव दत्त जोशी	Presenter

Technical Session 5	12:00 PM - 01:00 PM
Kaushal Panwar	Chair
Satya Prakash Pathak	Distinguished Guest
Smriti Singh	External Reviewer
Kumar Shivam Katyayan	Moderator
हेमलता रानी	Presenter
लिलिमा माझी	Presenter
मधु बाला सिन्हा	Presenter
ममता मेहरा	Presenter
मयूरी झा	Presenter
मीरा शर्मा	Presenter
BREAK	01:00 PM - 2:00 PM
Technical Session 6	02:00 PM - 04:00 PM
Markandey Nath Tiwari	Chair
Vijay Garg	Distinguished Guest
Tejendra Kumar	External Reviewer
Preeti Verma	Moderator
मोहनी दुबे	Presenter
मोहिनी काशिद	Presenter
मुकेश कुमार मिश्र	Presenter
तनुजा मुद्गल	Presenter
नीलम गौड	Presenter
नीलम शर्मा	Presenter
नुरिमा इयाच्चिन	Presenter
पीयूष वाघजीभाई लिंबासिया	Presenter
प्रदीप	Presenter
राहुल शर्मा	Presenter
रेखा कुमारी	Presenter
सत्यवती आचार्या	Presenter
शारदा गौतम	Presenter
शिखा	Presenter

Technical Session 7	04:00 PM - 06:00 PM
Daya Shankar Tiwari	Chair
Shruti Rai	Distinguished Guest
Ritu Gabba	External Reviewer
Aparna Dhir Khandelwal	Moderator
शशिबाला	Presenter
सुनील मुर्मू	Presenter
सतीश प्रताप सिंह	Presenter
मुकेश शर्मा	Presenter
राजेन्द्र काशीनाथ निकुम्भ	Presenter
गरिमा जायसवाल	Presenter
आकाशदीप	Presenter
जयकिशन नैनानी	Presenter
पंकज कुमार शर्मा	Presenter

OCTOBER 22, 2023

Special Technical Session 8	9:00 AM – 11:00 AM
Ram Chander	Chair
Prachi Bagla	Special Invitee
Pardeep Rai	Internal Judge
Ayush Gupta	External Judge
Pramod Kumar Singh	Moderator
Awanindra Kumar Pandey	Moderator
BREAK	1:00 PM - 2:00 PM
Valedictory Session	11:00 – 2:30 PM
Ishwar Bhardwaj	Chief Guest
Haritma Chopra	Chair
Om Nath Bimali	Guest of Honor
Pramod Kumar Singh	Moderator
Awanindra Kumar Pandey	Moderator

Contents

Welcome Address	I
Conference Schedule	V
I English Abstracts	
Scientific Importance and Specialty of Ayurveda (<i>Abhineet Kumar Srivastava</i>)	1
Weeds Phytochemical: Natural Source of Medicine (<i>Anamika Singh</i>)	2
Aegle Marmelos: A Lesser-Known Plant with Remarkable Healing and Nutritive Properties (<i>Anshu Rana and Meena Yadav</i>)	3
‘Millets’ as Revealed in the Vedas – A Healthy Diet That Works as Medicine (<i>Aparna Dhir Khandelwal and Raghava S. Boddupalli</i>)	4
Analysis of Science of Sustenance Tradition Through Raghunāthasūri’s ‘Bhojanakutūhalam’ (<i>Arpita Paul</i>)	5
Herbal Treatment for Diseases in the Atharvaveda: An Analysis in the Modern Context (<i>Bornali Borthakur</i>)	6
A Study Assessing the Role of Complementary and Alternative Medicines Used for Management of Diabetes (<i>Haritma Chopra, Jyoti Singh and Brototi Roy</i>)	7
Harnessing Nature’s Defence: Antioxidant Potential in Spices and Herbs (<i>Jyoti Singh, Brototi Roy, Vaishnavi Rajagopalan and Arya Singh</i>)	8
Relevance of Sutrasthana of <i>Caraka-Saṃhitā</i> in Modern Era (<i>Maitreyee Goswami</i>)	9

Energy That Matters! Vibrational Healing: An Emerging Therapeutic Field (<i>Manya Sharma, Diya Bhatia, Hera Sarfaraz, Alankrita Das, Parishruti Gogoi, Jaspreet Kaur, and Meena Yadav</i>)	9
The Significance of <i>Ajwain</i> (<i>Trachyspermum Ammi</i>) in Traditional Medicine Systems (<i>Nidhi Singh and Pramod Kumar Singh</i>)	10
Legacy of Healing: Exploring Ancient Greek and Roman Medicine (<i>Niharika Khurana, Kumar Shivam Katyayan and Ranjan Kumar Tripathi</i>)	11
Importance of Traditional Herbs as Anticancer Agent: A Brief Review (<i>Nutan Rani, Sapna Yadav and Kalawati Saini</i>)	12
Relevance of Yoga in Modern Society (<i>Padmaja D. S. and Monisha S</i>)	13
Role of Dietary Practices in Health and Causation of Diseases (<i>Pallavi G. and K. L. Virupaksha Gupta</i>)	14
The Significance of Ayurveda in the Prevention of Communicable Diseases in India (<i>Pankaj Kumar Mishra and Bholeshwar Pathak</i>)	15
The <i>Atharvaveda</i> : The Source of Modern Ayurvedic Medicine (<i>Pranabjyoti Deka</i>)	16
Unlocking Fenugreek's Nutritional and Medicinal Potential: Insights for Dieticians (<i>Pranjalee Rajpoot and Pramod Kumar Singh</i>)	17
<i>Datura</i> (<i>Datura stramonium</i>): Unraveling Toxicity and Medicinal Properties (<i>Preeti Pandey and Pramod Kumar Singh</i>)	18
Effect of Deer Skin on Meditation (<i>Pooja R. and Padmaja D. S.</i>)	19
Yoga: Transcending From Physical Fitness to the Supreme Level of Consciousness (<i>Rajesh Raman Ranu</i>)	20
Lifestyle Disorders and Ayurveda (<i>Rana Pratap Singh</i>)	21
Green Medicine: The Medicinal Wonders of Herbs and Plants in Oncology Therapies (<i>Seethalaxmi MS, Shubharani R and Lavanya</i>)	22
Herbal Medicine in Modern Healthcare: Bridging Ancient Wisdom and Contemporary Research (<i>Sheetal Joshi</i>)	23
Influence of Asian Traditional Medical Systems on Contemporary Healthcare Practices (<i>Kumar Shivam Katyayan, Niharika Khurana and Pramod Kumar Singh</i>)	24

Values of Medicinal Plants in Ayurveda (<i>Smriti Sarkar</i>)	25
Relevance of Traditional Healers Among the Mising Tribe of Majuli Island (<i>Sneha Smita Bora</i>)	26
Relevance of Ayurveda to Reduce Mental Stress in Present Era (<i>Swapna Borah</i>)	27
Traditional Tantra Spiritual Medicine: An Overview (<i>Vishwajit Vishwasi</i>)	28
Exploring the Synergy of Traditional Medication and Ayurvedic Healthcare for Optimal Diet (<i>Sanskriti Choudhary</i>)	29
Ayurvedic Interventions to Treat Disorders of Eyes (<i>Kamna Vi- mal Sharma</i>)	30
Traditional Kitchen Medicines – A Preventive and Curative As- pects (<i>Radhika P R</i>)	31
Medicinal Value of Herbs and Plants (<i>Seema Kumari</i>)	32
Impact of Vedic Mantras and Stotras on Human Health (<i>N. Sai Prashanthi and V. Naga Srinidhi</i>)	33
<i>Vrikshayurveda</i> : Ancient Indian Science of Plant Life and Hor- ticulture (<i>Umesh Kumar Singh</i>)	34

II हिन्दी-सारांश 35

सूर्यनमस्कारोपासना एवं मनश्चिकित्सा : एक अध्ययन (<i>आदर्श धीरजलाल बालधा</i>)	37
घेरण्डसंहिता में वर्णित कुण्डलिनी जागृति के मार्ग (<i>अनन्त के० राठौर</i>)	38
भारतीय परम्परा में योग एवं स्वास्थ्य-विज्ञान (<i>अञ्जना शर्मा</i>)	39
भारतीय योग एवं आयुर्वेद ज्ञान का विमर्श (<i>अरुण रा० पवार</i>)	39
आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रणाली में पञ्चकर्म का महत्व (<i>बिंदिया त्रिवेदी</i>)	40
आयुर्वेदीय रसशास्त्र का योगदान (इतिहास एवं आचार्य परम्परा) (<i>छबिकांत देबसिंह</i>)	41
आयुर्वेद में विषोपचार (<i>धर्मपुरी वेदरत्न</i>)	42
सोमरस का औषधीय महत्त्व (<i>धर्मेन्द्र कुमार</i>)	43
आयुर्वेद का औचित्य एवं उसमें वर्णित एषणात्रय का स्वरूप (<i>एकता वर्मा</i>)	44
आधुनिक युग में योग एवं आयुर्वेद की पारम्परिक चिकित्सा-पद्धतियों की प्रासङ्गि- कता (<i>गायत्री गिरीश मिश्रा</i>)	44
जैनविद्या के सिद्धान्तों में आयुर्वेद: एक परिशीलन (<i>हर्षित मिश्र</i>)	45
मानव जीवन में विभिन्न पौधों का औषधीय महत्त्व (<i>हेमलता रानी</i>)	46
वर्तमान परिप्रेक्ष्य में योग एवं आयुर्वेद की प्रासङ्गिकता (<i>केशव दत्त जोशी</i>)	47
संस्कृतवाङ्मय में आयुर्वेद विज्ञान (<i>हेमलता रानी</i>)	48

जीवनशैली सम्बन्धी रोगों के नियन्त्रण में आयुर्वेद की भूमिका (ललिमा माझी)	49
प्राकृतिक औषधियों की प्रासङ्गिकता (मधु बाला सिन्हा)	50
वैदिक भैषज्यशास्त्र की आधुनिक युग में उपादेयता (ममता मेहरा)	51
बीमारियों के संक्रमण में आहार की भूमिका (मयूरी झा)	52
प्राकृतिक ओषधियों का वेदों में वर्णन (मीरा शर्मा)	53
आयुर्वेद में दोष की अवधारणा (मोहनी दुबे)	54
जड़ी बूटियों और पौधों के औषधीय मूल्य (मोहिनी काशिद)	55
चरकसंहिता में निरूपित ऋतुचर्या (मुकेश कुमार मिश्र)	55
पारम्परिक चिकित्सा में शमी के वृक्ष का महत्त्व (तनुजा मुद्गल एवं प्रमोद कुमार सिंह)	56
भारतीय ज्ञान परम्परा में योग और आयुर्वेद का अष्टाङ्गत्व (नीलम गौड)	57
योग दर्शन में स्वास्थ्य का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक स्वरूप (नीलम शर्मा)	58
आयुर्वेद में स्त्रीरोगों की चिकित्सा (नुरिमा इयाचिन)	59
रोग निवारणार्थ सूर्यचिकित्सा : एक वरदान (पीयूष वाघजीभाई लिंबासिया)	59
रसेश्वरदर्शन के रसहृदयतन्त्र में पारद संस्कारों का परिचयात्मक स्वरूप (प्रदीप)	60
योग और आयुर्वेद की स्वस्थ भारत में भूमिका: एक अध्ययन (राहुल शर्मा एवं अनुराग पाण्डेय)	61
प्रमुख भारतीय पौधों का आयुर्वेदिक महत्त्व (रेखा कुमारी)	62
वैश्विक परिदृश्य में योग के यम, नियमों की उपादेयता (सत्यवती आचार्या)	63
भारतीय ज्ञान-परम्परा में स्वस्थ-जीवनचर्या (शारदा गौतम)	64
भारतीय मसालों का औषधीय महत्त्व (शिखा)	65
आयुर्वेद में योग का महत्त्व (शशिबाला)	66
आधुनिक युग में संताल चिकित्सा-प्रणाली की प्रासङ्गिकता (सुनील मुर्मू)	67
वैदिक वाङ्मय में स्वास्थ्य एवं चिकित्सा विज्ञान (सतीश प्रताप सिंह)	68
हठयोग एवं शारीरिक स्वास्थ्य (मुकेश शर्मा)	69
पतञ्जलि योग की अवधारणा (राजेन्द्र काशीनाथ निकुम्भ एवं मयंक भारद्वाज)	69
भारतीय चिकित्सा पद्धति में अष्टाङ्ग-योग की प्रासङ्गिकता (गरिमा जायसवाल)	70
मानसिक स्वास्थ्य और योग (आकाशदीप)	71

III संस्कृत-सारांशः 73

प्राचीनभारतस्य आयुर्विज्ञानवैभवम् (जयकिशन नैनानी)	75
नानाविधरोगाणां शमनाय जलौषधिः (पंकज कुमार शर्मा)	76

IV Appendices	77
Organizing Institutions	79
Maitreyi College	79
Council of Indic Studies & Research (CISR)	80
Institute of Advanced Sciences (INADS)	81
Author Index	84

Part I
English Abstracts

Scientific Importance and Specialty of Ayurveda

Abhineet Kumar Srivastava
Department of Sanskrit
University of Delhi, Delhi-110007

20 Oct
2:00 PM
TS-1

abhineetbhu87@gmail.com

Science is universal, spontaneous and timeless. Science is a three-dimensional entity. Ayurveda is the dictionary of 'science of Life'. This science operates considering the world is made up of five great elements or Mahābhūta. Charak has said - 'सर्वं द्रव्यं पाञ्चभौतिकमस्मिन्नर्थे' (Ch. Su. 26.10) and Sushruta has also considered the *Mahābhūtas* as the basic basis - 'भू-तेभ्यो हि परं किञ्चिन्नास्ति चिन्ता चिकित्सिते' (Su. Sha. 1). The fundamental principles of Ayurveda, *Pañcamahābhūta*, *Tridoṣa*, *Rasa-Guṇa-Vīrya*, *Vipāka* etc. are the basis of all the science. The properties of substances that were determined thousands of years ago are still evident today and on the same basis, those substances are being used with success in medicine or health promotion. The theory of modern science is that acid becomes neutral due to the combination of alkali. Both become indifferent after influencing each other. This has been said thousands of years ago in Charaka Samhita - 'क्षारो हि याति माधुर्यं शीघ्रमम्लद्रव्योपसंहितः'. (Ca. Chapter 24.114) In the treatment of '*Amlapitta*' disease, the use of alkaline formulations reduces the acidity of bile and the disease gets calmed. There has been no difference in the truth of those accepted principles of Ayurveda prevalent since ancient times and Ayurveda is flourishing even today on the same background. The state of establishing equilibrium between the physical defects *Vāta*, *Pitta* and *Kapha* is health and the imbalance of these defects is disease. To remove *Doṣavaiṣamya*, *Sāmya-Vaiṣamya* principle has been adopted, it is an omniscient scientist.

20 Oct
2:08 PM
TS-1

Weeds Phytochemical: Natural Source of Medicine

Anamika Singh

Department of Botany
Maitreyi College, University of Delhi

asingh@maitreyi.du.ac.in

Argemone Mexicana, *Tridax procumbens*, *Chrysopogon zizanioides*, *Parthenium hysterophorus*, *Cynodon dactylon*, *Amaranthus spinosus*, *Mimosa pudica* and *Oxalis corniculata* easily found in our lawns, gardens and on road side which are having tremendous medicinal value. Exploring about them we can enriching our knowledge about weeds as medicine. These plants are usually grown without much care. Indian oldest medicinal system is completely plant based and till date there are a lot to explore and still so many countries are doing research based of Ayurvedic medicines. This is the era of natural science and treatment of diseases through nature. There are many common weeds, which have very important phytochemicals. These chemical compounds can be treated as novel ligand molecules and it acts against different diseases. Complete details of the weeds like habitat, classification, common name, medicinal uses and chemical compounds found in it are explored. These weeds were already used by many tribal, local and villagers as medicine. These indigenous and traditional practices are now acknowledged by people all over the world. Use of weeds for medicinal purposes has proven to be a tremendous tool in expanding the roots of ethnobotany. Weeds compounds can be explored further to identify new possibilities and how It can be used positively for mankind.

Aegle Marmelos: A Lesser-Known Plant with Remarkable Healing and Nutritive Properties

Anshu Rana¹ and Meena Yadav²

¹Department of Zoology, Maitreyi College,
University of Delhi, Delhi, India

²Department of Nutrition Biology,
Central University of Haryana, Mahendergarh, India

20 Oct
2:16 PM
TS-1

²myadav@maitreyi.du.ac.in

India is one of the major producers of medicinal plants in the world and these plants have been used in traditional medicines since time immemorial. The medicinal plants serve as an indigenous source of novel phytochemicals with therapeutic potential. There are a plethora of plants known to have substantial therapeutic applications in Indian medicine since ancient times, and bael is one such plant, however, it is lesser explored. *Aegle marmelos* L. or *Correa*, commonly known as *Bael* in India, belongs to the family Rutaceae, and has been commonly employed in indigenous systems of Indian medicine due to its numerous medicinal properties. *A. marmelos* is known by different names in different languages, such as *Bel*, *Beli*, and *Belgiri* in Hindi and *Bilva*, *Shivadrums*, *Shivaphala*, and *Bilva* in Sanskrit. In India, it is cultivated as a temple garden plant, and the leaves of *A. marmelos* are offered to Lord Shiva during religious festivities. According to Charaka (1500 BC), the high priest of Ayurveda, *Bael* is considered to be one of the oldest and most significant medicinal plants in Ayurveda, which has been in existence for a long time and has been widely employed by Indian inhabitants. The roots of bael are one of the key elements in the ancient Ayurvedic medicine *Dashamula*, which heals colitis, dysentery, diarrhea, flatulence, and fever. *Bael* is regarded as an emblem of fertility and is also believed to be a medicinal healing tree that enhances the strength of the body. Native to Northern India, *A. marmelos* is widely distributed throughout the Indian subcontinent, including Ceylon, Burma, Bangladesh, Thailand, and Indo-China. The *bael* plant is being explored due to its nutrient-rich fruits, extensive traditional medicinal use, and potent pharmacological properties. It has therapeutic characteristics in all of its parts, notably the fruits, stem, bark, and leaves, which are used to treat an array of eye and skin ailments. Due

to high moisture content bael fruit has high nutritional value as it contains minerals, fat, fiber (hemicellulose, cellulose, lignin, pectin), protein, carbohydrate, vitamins (B1, B2, B3, C), amino acids, and fatty acids. Over one hundred phytochemicals, comprising phenols, organic acids, tocopherols, flavonoids (rutin), alkaloids, saponins, terpenoids, steroids, coumarins, phenolic acids, and tannins have been extracted from various parts of the plant. The above compounds are widely defined for their biological and pharmaceutical efficacy towards a variety of chronic diseases, which include cancer and cardiovascular and gastrointestinal ailments. The phytochemical and nutritional components of bael are involved in a variety of biochemical processes which makes it a potential food ingredient. Therefore, it is worthwhile to explore its therapeutic and nutritional properties to understand its status in the ancient as well as the modern era.

‘Millets’ as Revealed in the Vedas – A Healthy Diet That Works as Medicine

20 Oct
2:24 PM
TS-1

Aparna Dhir Khandelwal¹ and Raghava S. Boddupalli²

¹School of Indic Studies

Institute of Advanced Sciences (INADS), Dartmouth, USA

²Former Botanical Scientist and Vedic Researcher

Institute of Sanskrit and Vedic Studies (ISVS), Bangalore, Karnataka, India.

¹dhir.aparna@gmail.com, adhir@inads.org

² raghava7boddupalli@gmail.com

The Government of India proposed to the United Nations to declare 2023 as the ‘*International Year of Millets*’, which was supported by 72 countries. The United Nation’s General Assembly (UNGA) declared 2023 as the *International Year of Millets* on 5th March 2021. The Government of India has decided to celebrate IYoM 2023 to transform it into a people’s movement so that Indian millets, recipes, and value-added products gain global acceptance. Grasses originated and evolved even before the advent of human beings. From the Vedic age, grasses have been used in various sacraments and have also been recognized as medicinal herbs detailed in the Veda Saṃhitās, Brāhmaṇās, Āraṇyakas, Upaniṣhads, Epics,

Purāṇas, and subsequent Sanskrit texts. Grasses include vital cereal crops such as paddy (vr̥hi), wheat (yava), wild rice (n̄vāra), and millets. The cereals and millet crops highlighted in the Vedic texts continue to be cultivated by our farmers for daily consumption by both mankind and cattle as food and fodder, respectively. They hold a crucial position in many traditional medicines, including Ayurveda, though their significance is insufficiently documented. Four millet crops are mentioned in the Yajurveda texts: Aṇu (Panicum miliaceum L.), Priyaṅgu (Setaria italica L.), Balbaja (Eleusine indica (L.) Gaertner), and Śyāmākā (Echinochloa frumentacea), indicating the consumption of millets from the Vedic period to the present day [TS 2-2-11 (4), 4-7-4; MS 2-1-8; VS 18-12, SB 10-6-3 (2), BU (6-2-13) etc.]. Millets comprise a group of highly variable small-seeded grasses, cultivated worldwide as cereal crops or grains for human consumption and fodder. Scientific studies affirm that millets are high in fiber, abundant in essential amino acids, vitamins, and minerals, naturally gluten-free, alkaline, non-allergenic, making them easily digestible. Furthermore, millets are beneficial for individuals with diabetes, obesity, or other lifestyle diseases. Their low glycemic index renders them an excellent rice substitute, beneficial for cholesterol management, diabetes, and weight loss. This article sheds light on the traditional usage of millets, their importance in human diets, and underscores their natural medicinal properties against many prevalent modern-day ailments.

Analysis of Science of Sustenance Tradition Through Raghunāthasūri's 'Bhojanakutūhalaṃ'

Arpita Paul

Research Scholar
Patna University

20 Oct
2:32 PM
TS-1

paulantara009@gmail.com

'*Annam vai Brahma*'- Sustenance itself is the supreme saintly deity. Especially for human beings, sustenance leads them to their four proper goals i.e., '*Puruṣārtha*'. It is an essential substance which is capable of imparting energy, enthusiasm, strength, and other qualities. Scriptures explained that proper, restrained sustenance can lead one to salvation

i.e., eternal liberation. The Supreme Godhead Śrī Kṛṣṇa glorified the relevance of ‘*Sāttvika*’ (Pure Essence) sustenance in ‘*Śrīmadbhagavadgītā*’ and stated the significance of balanced consumption. Vedic scriptures and Upaniṣads highlight the value of food. Seventeenth century scholar Raghunāthasūri’s ‘*Bhojanakutūhalaṃ*’ is an extensive collection where he arranged major theories from the Ayurvedic literary world. This composition can be defined as an encyclopedia of science of sustenance. This science outlines the rules and regulations for the nourishment of the body made of five basic elements (Pañcabhūta) i.e., earth, water, fire, air, and ether. ‘*Bhojanakutūhalaṃ*’ describes benefits of various plants, grains, herbs, dairy products, and the systematic process to prepare and consume food. This research paper is aimed to derive these theories through the text and understand the usefulness of science of sustenance via vision of Ayurveda.

Herbal Treatment for Diseases in the Atharvaveda: An Analysis in the Modern Context

20 Oct
2:40 PM
TS-1

Bornali Borthakur

Department of Sanskrit Vedic Studies

Kumar Bhaskar Varma Sanskrit and Ancient Studies University, Nalbari,
Assam, India

bornaliborthakur666@gmail.com

A high quality of medical knowledge was prevalent in Vedic age. An analysis of the material in the vedas reveals that, all the four Vedas viz., R̥gveda, Yajurveda, Samaveda and Atharvaveda provide the references regarding various aspects of medicine. The Atharvaveda gives more information regarding medical science than the other three Vedas. Therefore, this Veda is popularly known as ‘*Bhaiṣajyaveda*’. It gives information regarding plants, minerals and animal products with their usage for medical purpose. For example, ‘*Apāmārga*’, a plant is used for the recovery of cough, piles etc., whereas ‘*Lavana*’ is useful for pimples; and ‘*Mṛga Śrīṅga*’ is useful for pulmonary consumption and other chronic diseases. Thus Atharvaveda is the first Indian text which contains prescriptions of herbs for various ailments. The use of herbs to treat ailments would later

form a large part of Ayurveda. Therefore an humble attempt is made to find out various knowledge about the herbal treatment of Atharvavedic age which are still used by us for the treatment of various diseases.

A Study Assessing the Role of Complementary and Alternative Medicines Used for Management of Diabetes

Haritma Chopra¹, Jyoti Singh² and Brototi Roy³

¹Department of Chemistry

^{2,3}Department of Zoology

Maitreyi College, University of Delhi

¹drharitmachopra@gmail.com

²jyoti@maitreyi.du.ac.in

³broy@maitreyi.du.ac.in

20 Oct
2:48pm
TS-1

India is considered as the diabetes capital of the world. The exponential rise in diabetes cases over the past decade is mostly attributed to the lifestyle changes, lack of awareness and inadequate screening program in the country. Diabetes mellitus is a metabolic disease afflicting huge proportion of world population. Several chemical agents are available in market that are used for treatment of diabetes. However, these agents are associated with chronic side-effects. In view of rich ancient knowledge available in Indian scriptures regarding remedies and ayurvedic medicines for treatment of diabetes, the patients in India are expected to resort to complementary and alternative management (CAM). CAM refers to a combination of clinical therapies including herbs, dietary supplements and acupuncture etc other than conventional medicines. The present study is aimed to understand the management of diabetes by the patients in some Indian states and to assess the dependence of patients on either CAM or the integrated management wherein the patients used both conventional as well as CAM. The survey was conducted in 400 diabetic patients and the investigation was also done in relation to the different types of CAM used, reasons for using or not using CAM.

20 Oct
2:56 PM
TS-1

Harnessing Nature's Defence: Antioxidant Potential in Spices and Herbs

Jyoti Singh¹, Brototi Roy², Vaishnavi Rajagopalan³ and Arya Singh⁴

^{1,2,3,4}Department of Zoology
Maitreyi College, University of Delhi

¹jjyoti@maitreyi.du.ac.in

²broy@maitreyi.du.ac.in

Excessive free radical production causes oxidative stress by outweighing the rate of their elimination. The underlying cause of cardiovascular disease, inflammatory illnesses, cancer, and other chronic diseases has all been linked to oxidative stress. Antioxidants are compounds that counteract detrimental free radicals in the body to reduce oxidative stress. Natural antioxidants are in more demand today than ever before because of concerns about the safety of synthetic antioxidants, consumer preference for natural products, clear labels, and a decrease in the use of food additives in food products. Spices and herbs are abundant in antioxidants. They have been used since times immemorial to boost flavour, fragrance, and colour of food and beverages. Spices contain a diverse variety of phenolic compounds, which have potent antioxidant, anti-inflammatory, anti-mutagenic, and cancer-preventive properties. Herbs and spices have antioxidant activities that are ten times greater than those of fruit and vegetables, placing them at the top of a list of 100 goods with the greatest antioxidant content. Consumption of these spices and culinary herbs may contribute a significant portion of the plant antioxidants found in the human diet. Therefore, understanding the antioxidant properties of spices is crucial for utilising them as functional foods and incorporating them into dietary strategies to promote human health and well-being. This paper specifically reviews the antioxidative benefits of turmeric, clove, black pepper, ginger, garlic and onion which have been widely studied and demonstrated to be rich in potential antioxidants.

Relevance of Sutrasthana of *Caraka-Saṃhitā* in Modern Era

Maitreyee Goswami

Department of Sanskrit Vedic Studies
Kumar Bhaskar Varma Sanskrit and Ancient Studies University, Nalbari,
Assam, India

maitreyee.sarma87@gmail.com

20 Oct
3:04 PM
TS-1

The *Caraka-Saṃhitā* is well known Ayurveda classic accredited for its deliberation on basic principles of Ayurveda. It is considered to be a complete text having no shortcomings. It is also termed as the *kalpadruma* by the revered commentator Gangadhara Roy. As the legend says, the *kalpadruma* is a tree that fulfils ones wish and has a plenty to offer, similarly the Caraka-saṃhitā is a treasure house of Ayurvedic knowledge having enough capacity to deliver the desired aims. Although, all the eight sections of the text namely 'sthāna' are unique in their contents, the 'sūtrasthāna' is a special unit. It specifies the knowledge regarding the span of life. It highlights the main points regarding how to attain a long life. Hence the first chapter of *Caraka-Saṃhitā* is named as दीर्घजी-वित्तीय अध्यायः. In this paper, a humble attempt is being made to show the relevance of 'sūtrasthāna' in modern period.

Energy That Matters! Vibrational Healing: An Emerging Therapeutic Field

Manya Sharma¹, Diya Bhatia², Hera Sarfaraz³, Alankrita Das⁴,
Parishruti Gogoi⁵, Jaspreet Kaur⁶, and Meena Yadav⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Department of Zoology, Maitreyi College,
University of Delhi, India

⁶jkaur@maitreyi.du.ac.in

⁷drmeena.yadav@gmail.com

20 Oct
3:12pm
TS-1

The chakras are the energy transducers for subtle energy, which is a healing energy that can be learned and utilized by us. It is a crucial, but often missing component in our health care system. So, if we can learn to channelize our own energy then it can be used as part of regenerative medicine.

The vibrational medicine or vibration therapy can be used to positively affect those energetic systems that may be out of balance due to diseased states. It is a common perception that vibrational healing is a spiritual, philosophical subject but there is a lack of awareness about its significant potential and health benefits. The present study thoroughly reviews and evaluates the existing scientific literature regarding the evidences of the efficacy of vibration therapy as a treatment option that has helped people with various diseases and disorders such as neurological disorders, muscular disorders (like cerebral palsy, fibromyalgia), bone disorders, cancer, improvement in blood circulation etc. Vibration therapy has also been helpful for people who cannot do physiotherapy due to their disability or other shortcomings. In this study, we have reviewed different aspects of vibrational therapy and its associated healing powers. Our review article highlights the current status of vibration therapy, as an alternative line of treatment which can be considered as a complementary or supportive approach, used in conjunction with mainstream medical treatments, while exploring the potential future directions in the field of medical sciences. Vibration therapy can prove to be a multifaceted treatment for many physical, physiological and psychological ailments in future.

The Significance of *Ajwain (Trachyspermum Ammi)* in Traditional Medicine Systems

20 Oct
3:30 PM
TS-2

Nidhi Singh¹ and Pramod Kumar Singh²

¹Department of Sanskrit
University of Delhi, New Delhi, India

²School of Indic Studies,
Institute of Advanced Sciences, Dartmouth, USA

¹nidhisingh.sanskrit@gmail.com

²pramodsingh.du@gmail.com

Ajwain, scientifically designated as *Trachyspermum Ammi*, occupies a pivotal role within the realm of traditional medicinal systems. This herb bears a multitude of names that vary across diverse linguistic and cultural boundaries. In the Hindi language, it is denoted as *Ajwain*, *Javain*, *Ajamayan*, and *Jabayan*, while in Gujarati, it is identified as *Ajamo*, and

in Tamil, it adopts the appellation of *Omam*. For Bengali speakers, it answers to the name *Yamani*, and in Marathi, it is recognized as *Ajama* or *Yavan*. In the realm of Sanskrit, it assumes the title of *Ugargandha*. In English, it is ubiquitously referred to as *Ajwain* Seeds or Carom Seeds (Carum). The Arabic language recognizes it as *Kamune Muluki*, while in French, it is designated as *Ajovan*, and in German, it is referred to as *Ajovan Semen*, among a host of other nomenclatures across the global spectrum. *Ajwain* plants typically attain a height of 1 meter, with leaves measuring 3 to 6 centimeters in length. The ideal soil pH for cultivating ajwain falls within the range of 6.5 to 8. While its primary cultivation hubs in India include states such as Maharashtra, West Bengal, Madhya Pradesh, Uttar Pradesh, Punjab, Tamil Nadu, Bihar, Andhra Pradesh, and Rajasthan, the cultivation of Ajwain extends beyond India's borders, reaching Europe, North America, Asia, and various other global regions. From a medical perspective, *Ajwain* holds a significant place in traditional medicinal practices. Its consumption offers relief from various health issues, including but not limited to gastrointestinal infections, prevention of oral infections, alleviation of respiratory conditions like asthma and bronchitis, improvement of digestive functions, and even assistance in managing serious conditions such as hypertension and hyperlipidemia. The numerous therapeutic properties of *Ajwain* will be thoroughly explored and elaborated upon in our research paper.

Legacy of Healing: Exploring Ancient Greek and Roman Medicine

Niharika Khurana¹, Kumar Shivam Katyayan² and Ranjan Kumar Tripathi³

^{1,2,3}Department of Sanskrit, University of Delhi.

¹niharikakhurana99@gmail.com

²shivamkatyayan5@gmail.com

³drktripathi09@gmail.com

20 Oct
3:38 PM
TS-2

In the contemporary medical landscape, each physician undertakes a solemn oath as an integral component of their educational journey, a practice rooted in the venerable Hippocratic Oath. This oath finds its

origins in the esteemed Hippocrates, the pioneer physician of the Roman Empire. Central to the discourse of ancient Greek and Roman medical systems are the four humours, foundational to human well-being. When these four humours are in equilibrium, an individual experiences robust health. Conversely, even a minor imbalance can precipitate illness. The Roman and Greek Empires, celebrated as bastions of civilization and meticulous organization in Europe, boasted highly sophisticated medical systems. Their surgical apparatus and technology, remarkably advanced for their time, serve as the precursor to contemporary medical instruments found not only in Europe but also in developed nations worldwide. Eminent figures in the field of medicine, such as Hippocrates and Galen, played pivotal roles in shaping these medical traditions. This paper delves into the antiquity of the Greek and Roman medicinal systems, elucidating the sophisticated tools and techniques employed during their era. Additionally, it sheds light on the luminary figures who acted as torchbearers for these medicinal legacies. Through this exploration, we aim to discern the enduring relevance of these ancient systems in the modern era, as they continue to influence medical practices in numerous countries.

Importance of Traditional Herbs as Anticancer Agent: A Brief Review

20 Oct
3:46 PM
TS-2

Nutan Rani¹, Sapna Yadav² and Kalawati Saini³

^{1,2,3}Department of Chemistry, Miranda House,
University of Delhi, Delhi- 110007, India.

³kalawati.saini@mirandahouse.ac.in

India is a land of different types of medicinal herbs. From ancient times, these herbs have been used as an alternative medicine source for the treatment and cure of many diseases. These herbs exhibit many medicinal properties. Globally, researchers are focusing on the utilization of herbs to improve the body's immune system against cancer. They have worked for several years and identified different herbs which can exhibit anticancer properties. Additionally, many formulations of the compounds isolated from herbs have been done which can inhibit the spreading and growth of cancer. According to the literature survey, many important

phytochemicals like flavonoids, alkaloids, polyphenols, saponins, and carboxylic acids, etc. are reported which aid in the therapeutic potential of herbs. In this review paper, we have briefly given various examples of traditional herbs and the phytochemicals present in them that can show anticancer activity.

Relevance of Yoga in Modern Society

Padmaja D. S.¹ and Monisha S²

^{1,2}Department of Biotechnology

Surana College (Autonomous), South End Road, Bangalore-560004

¹padmaja.san@suranacollege.edu.in

20 Oct
3:54 PM
TS-2

Now in the turn of the millennium, health professionals are forced to accept the paradigm shift in our approach to understanding human health problems. Mental health is being studied in all its facets. A large research team is at work in WHO, during this year of mental health, to find out methods of promoting the mental, social and spiritual well being of the human race at large. Yoga, a science not less than 5000 years old has addressed a normal man to move towards higher states of harmony and peace both as an individual and also as a social being. Through years of introspection, practice and dialogue a huge knowledge base is available in this soil of spiritual seekers who meditated in the caves of Himalayas. The fund of knowledge that has been handed over to us by these keen researchers is gaining recognition by the health scientists as valuable tool to raise the basic human consciousness towards a harmonious life of contentment and peaceful living. S-VYASA with scientific research as its base has used many of these techniques from the yoga lore and demonstrated its value in promotion of positive health in several areas. Positive physical health in the form of improved muscle strength, stamina, dexterity, immune stability have been achieved after the integrated approach of yoga for positive physical health. Improved perceptual sharpness, intelligence, memory, emotional stability that are indicators of positive mental health have been achieved after yoga practices. Use of yoga in rehabilitation of socially sick people from remand homes, prisons, etc., has been achieved. The crime rate reduced in many cities of USA when one percent of the population practiced transcendental meditation. Prevention

of many of the stress related health problems are possible through yoga practices. Large number of general Public, professionals, executives, etc., are drawn towards these PPH programs to not only prevent the dreaded diseases like heart attacks and cancers, but also to promote their own family harmony and peace.

Role of Dietary Practices in Health and Causation of Diseases

20 Oct
4:02 PM
TS-2

Pallavi G.¹ and K. L. Virupaksha Gupta²

¹Deptt. of Samhita and Siddhanta

SV Ayurveda Medical College and Hospital, Tirupati.

²Deptt. of Rasa Shastra and Bhaishajya Kalpana

Sri Jayendra Saraswati Ayurveda College & Hospital, Nasarathpet, Chennai.

drgpallavi@gmail.com

Ayurveda, Traditional Indian system of medicine believes that health is the supreme foundation of virtue, wealth, desires/enjoyment and salvation. It mentions three pillars (*Tridoṣas* i.e three humours *Vāta*, *Pitta*, *Kapha*) and three sub pillars (*Traya Upasthambas* *Āhāra* -food, *Nidrā* -sleep and *Brahmacharya* -celibacy) which are vital for healthy living. Prime importance has been given to *Āhāra* (food) since the Vedic period. It is also termed as *Mahābhaiṣajya* (best form of medicine). Food has the ability to control the disease pathology and promote health as well. *Pathya* (Wholesome diet) is the secret of good health and *Apathya* (Unwholesome diet) is the root cause of all the diseases. The principles of food and nutrition advocated in Ayurveda is unique as it takes into consideration, the biological activity and nutritional effect of different tastes of food, different classes of *Āhara* (food), Principles of *Pathya* (Wholesome diet) and *Apathya*, (Unwholesome diet), *Aṣṭa āhāra vidhi vishesha ayatanas* (Discipline of eating), *Āhāra vidhi vidhana* (Rules for consumption of food), *Viruddha āhāra* (Incompatible diet), eating habits, disease specific diet, etc. Ayurveda also advocates nutritional interventions for prevention of sequential loss of several biological qualities in ageing. All these significantly influence the human gut microbiome composition as well as maintain the immune responses. Any deviation from the rules

may disrupt the gut microbiomes and alter the immune responses and end up in various diseases afflicting different organs. Faulty food and lifestyle have always been the cause for various Lifestyle disorders. This paper is an attempt to elicit the role of Dietary principles and practices advocated in Ayurveda in the maintenance of health and causation of diseases

The Significance of Ayurveda in the Prevention of Communicable Diseases in India

Pankaj Kumar Mishra¹ and Bholeshwar Pathak²

¹Centre of Social Medicine and Community Health (CSMCH)
School of Social Sciences II, Jawaharlal Nehru University, New Delhi, 110067

²Sanjay Gandhi Postgraduate Institute of Medical Sciences
Lucknow, Uttar Pradesh, 226014

¹pkmishra8389@gmail.com, pankaj69_ssh@jnu.ac.in

² bholeshwarpathak@gmail.com

20 Oct
4:10 PM
TS-2

The issue of communicable diseases has consistently posed a significant global public health concern on a worldwide scale due to its ability to surpass the capabilities of communities and result in severe health and socio-economic ramifications. Communicable illnesses are attributed to a diverse range of microorganisms, including bacteria, viruses, fungi, and parasites, which possess the ability to transmit from one individual to another by direct or indirect means of transmission. In India, there is a prevalence of several communicable illnesses, including TB, malaria, HIV/AIDS, influenza, hepatitis, cholera, dengue, and the ongoing COVID-19 pandemic. There is a prevailing belief that the use of contemporary medications is crucial in the treatment of communicable diseases. However, in addition to the remarkable advancements of contemporary medical research, mankind is now experiencing a distressing period characterised by widespread fear and aversion towards diseases and pharmaceuticals. Currently, there is a lack of effective pharmaceutical interventions for some viral infections, such as malaria, tuberculosis, and COVID-19. Ayurveda, an ancient system of medicine, has significant promise in the prevention of such illnesses and plays a significant

role in addressing the rising issues posed by communicable illnesses via its all-encompassing and comprehensive approach, which spans prevention, diagnosis, treatment, and rehabilitation. The references in the Vedas also underline the significance of Ayurveda in treating and preventing infectious diseases like tuberculosis. It also has the potential to augment both individual and communal immunity and resilience via the promotion of healthy lifestyle practises, including but not limited to dietary choices, physical activity, cleanliness habits, meditation, and yoga. Ayurveda has been shown to provide efficacious therapies for a range of communicable illnesses through the utilisation of naturally occurring herbs, minerals, metals, and animal products, which have demonstrated antibacterial, antiviral, antifungal, and antiparasitic capabilities. Ayurveda has the potential to complement contemporary medical treatments by mitigating the adverse effects and problems associated with pharmaceutical medications and vaccinations while simultaneously enhancing the overall well-being and quality of life of patients. This study aims to investigate the idea of communicable or infectious diseases and the preventative and therapeutic strategies outlined in historical as well as contemporary literature. This paper will attempt to underline how Ayurveda may provide a complementary but integrative approach to the current healthcare system, making it a vital force in the battle against communicable illnesses. Further, the paper examines the role of Ayurveda in providing the physical, mental, social, and spiritual aspects of human well-being, which may contribute to the aim of universal health care for all.

The *Atharvaveda*: The Source of Modern Ayurvedic Medicine

20 Oct
4:18 PM
TS-2

Pranabjyoti Deka

Department of Sanskrit & Vedic Studies

Kumar Bhaskar Varma Sanskrit and Ancient Studies University, Nalbari,
Assam, India

dekapranab66@gmail.com

Atharvaveda is the fourth *Veda*. The oldest name of the *Atharvaveda* was '*Athrvāmīgīrasaḥ*', because it was contributed '*Ātharvaṇa*' and '*Amīgīrā*'. It is known as '*Bhaiṣajyaveda*', gives information regarding plants

with their usage for medical purposes. For example, ‘*Apamārga*’, a plant is useful for cough, piles, itching and abdominal pain etc. *Atharvaveda* gives detailed classification of the plant drugs based on their color, growth, properties, origin and form. *Atharvaveda* has mentioned a large number of plants for alleviating the diseases. The Ayurveda is said that, it is a *Upaveda* of *Atharvaveda*, whereas according to some scholars, Ayurveda is considered as the fifth *Veda*. In this paper an attempt will be made to highlight the various medicinal plants and their uses scattered in the hymns of the Atharvaveda which are the source of modern Ayurvedic medicine.

Unlocking Fenugreek’s Nutritional and Medicinal Potential: Insights for Dieticians

Pranjalee Rajpoot ¹ and Pramod Kumar Singh²

¹Lady Irwin College (University of Delhi), New Delhi, India

²School of Indic Studies, Institute of Advanced Sciences, Dartmouth, USA

20 Oct
4:26 PM
TS-2

¹pranjaleerajpoot@gmail.com

² pramodsingh.du@gmail.com

Fenugreek (*Trigonella foenum-graecum*), a member of the fabaceae family, has been vital in traditional medicine for ages. Originating from various regions including India, Afghanistan, and North America, fenugreek offers both medicinal and culinary benefits. Commonly known as *Methi* in India, it is a staple, especially during winter. This 6-7 inches plant has unique joints with three levels on each branch, and it flowers from January to March. Besides its culinary value, fenugreek is renowned for its medicinal virtues. It serves as an expectorant, fever-reliever, and appetite stimulant, among other properties. Notably, it aids in weight and diabetes management, effectively reducing blood glucose and bad cholesterol levels. In hair care, protein-rich fenugreek seeds combat hair loss, dandruff, and provide strength and moisture, preventing issues like lice. Fenugreek also benefits digestive health by aiding in blood purification, detoxification, and mucus dissolution, leading to enhanced digestion and memory. In skincare, the seeds act against wrinkles, blackheads, and dryness, emphasizing their role in enhancing beauty. Fenugreek also

significantly influences women's health, maintaining hormonal balance, supporting lactation, and aiding in breast enlargement. This abstract underlines fenugreek's diverse benefits, suggesting its continued importance in health and wellness, and inviting more research on this invaluable plant.

Datura (Datura stramonium): Unraveling Toxicity and Medicinal Properties

20 Oct
4:34 PM
TS-2

Preeti Pandey¹ and Pramod Kumar Singh²

¹Department of Sanskrit (University of Delhi), New Delhi, India

²School of Indic Studies, Institute of Advanced Sciences, Dartmouth, USA

¹priti@priti721094@gmail.com

²pramod@pramodsingh.du@gmail.com

Datura, commonly referred to as Thorn Apple, occupies a distinctive role within India's religious and cultural framework, frequently employed in worship, particularly in devotion to Lord Shiva. This research explores the intricate duality of Datura, acknowledging its sacred significance while dissecting its toxic attributes and therapeutic potential. Despite its revered status in Shiva worship, Datura is notorious for its toxicity, primarily attributed to alkaloids like atropine and scopolamine. These compounds can induce hallucinations, delirium, and pose severe health risks if mishandled. The research navigates the complex terrain of Datura's toxic characteristics, shedding light on its potential health hazards. Concurrently, it delves into its medicinal value, recognizing its historical applications in traditional medicine. Datura has been utilized for potential therapeutic benefits in treating various ailments, including respiratory conditions and pain relief. This study presents a balanced perspective on Datura, acknowledging its sacred importance in religious practices while cautioning against its intrinsic toxicity. By unravelling the plant's toxic and medicinal attributes, this research contributes to a deeper understanding of Datura's multifaceted nature, underlining the significance of responsible handling and informed decision-making in both religious and medical contexts.

Effect of Deer Skin on Meditation

20 Oct
4:42 PM
TS-2

Pooja R.¹ and Padmaja D. S.²

^{1,2}Department of Biotechnology
Surana College (Autonomous), South End Road, Bangalore-560004

¹pooja.bio@suranacollege.edu.in

Meditation is a practice in which a character makes use of a method which includes mindfulness, or focusing the thoughts on a particular item, thought or interest – to train attention and awareness, and attain a mentally clear and emotionally calm and stable state. The saints in the forest used deer skin or tiger skin for their comfortness in the environment of many insects and animals. But, the effect of these skins has not been identified in our modern days. The question is still there why they use deer skin or tiger skin for their meditation. This project gives a scientific approach to the deer skin meditation of the yogis. Here, we use blood pressure meter and oxy meter to find out their body condition after the meditation using the deerskin. There are two methods are analyzed. One is with meditation with deer skin and the other one is meditation without deerskin. At these two levels, Blood pressure and oxygen level of the person is checked. The results show that their body blood pressure level and oxygen level does not show any significant level difference when compared without deer skin meditation. But, in another approach, the creatures like ants, cows and dogs do not disturb the person who is in meditation.

20 Oct
4:50 PM
TS-2

Yoga: Transcending From Physical Fitness to the Supreme Level of Consciousness

Rajesh Raman Ranu
Department of Sanskrit
University of Delhi

rajeshrranoo@gmail.com

Yoga is an art, philosophy, and set of techniques that have been revitalized after being lost and forgotten. It starts on the physical level and culminates in purifying the individual on a transcendental and spiritual plane. Yoga possesses the immense power to transform an ailing body to perfection, guide a troubled mind toward peace, and elevate the soul entrenched in the material world to higher levels of reality and consciousness. The term 'Yoga' originates from the Sanskrit word '*yuj-samadhou*', which translates to '*chittavritti nirodha*' or *Samadhi*. It allows an individual to transcend this fleeting material world and recognize the ultimate purpose of life. Yoga is not just about physical *asanas* (postures) that maintain bodily fitness. Instead, it represents a way of life that aids an individual in balancing the *gunas* of the mind and frees them from the perpetual cycle of birth and death. In the Bhagavad Gita, Lord Krishna in Chapter II, verse 50, defines Yoga as "One who has aligned his intelligence with the Divine sheds both good and evil in this world." Yoga is further described as "*yogah karmasu kausalam*" in the Bhagavad Gita, which means "skill in action" (as interpreted by Radhakrishnan in his text on page 137). The researcher will delve deeper into the topic mentioned above if given the opportunity to present at the conference.

Lifestyle Disorders and Ayurveda

Rana Pratap Singh

Department of Sanskrit, SRT College Dhamri, Godda.
SKM University, Dumka, Jharkhand.

20 Oct
4:58am
TS-2

ranapratap.dec@gmail.com

Lifestyle diseases can be defined as diseases linked with one's lifestyle. These disorders are caused by lack of physical activity, unhealthy eating, and change in living and behavioural pattern of human. Due to increase in sedentary lifestyle pattern, job requirement, competitive life and fast move to achieve success are also causes of all these diseases. The major lifestyle disorders include heart diseases, hypertension, obesity, PCOS (Polycystic Ovarian syndrome), Type 2 diabetes and cancer. Lack of exercise or over exercises, over conscious towards health, eating low fats, and high protein, high carbohydrates foods, unnecessary use of Narcotic drug, stress, mental instability etc. are also supportive reasons for life style diseases. These all types of diseases variety comes under non-communicable diseases. (NCDs) and also comes under chronic diseases because these diseases tend to be of long duration and are the result a combination of genetic, physiological environmental and behavioural factors. Ayurveda is a system of medicine based on the idea that disease is caused by an imbalance in a person's consciousness and belief that health and wellness depend on delicate balance between the mind, body and spirit. It provides various procedures to manage lifestyle disorders such as- *Dincharaya* (daily regimen), *Ritucharya* (seasonal regimen), *Panchkarma* (detoxification) and *Rasayana* (rejuvenation) therapies. It also provides good solution with proper dietary management, lifestyle advices, detoxification and bio purification. The treatment modalities followed with inclusive utilization has a great effect in managing lifestyle disorders. Moreover the application of rejuvenating herbs and therapies provide enough scope to prevent the diseases from the root and also promotion of health and complete cure of the diseases.

20 Oct
5:06 PM
TS-2

Green Medicine: The Medicinal Wonders of Herbs and Plants in Oncology Therapies

Seethalaxmi MS¹, Shubharani R² and Lavanya³

^{1,3}Biotechnology Department, Surana College, Bangalore.

²Botany Department, Bangalore University, Bangalore.

¹rajanurajsan@gmail.com

The medicinal value of herbs and plants has been recognized and utilized by cultures worldwide for centuries in various traditional healing systems, including Ayurveda, Traditional Chinese Medicine, Native American medicine, and more. These natural resources offer a wide range of therapeutic benefits, often with fewer side effects compared to synthetic pharmaceuticals. Herbs and plants can address various health concerns, including digestive issues, pain management, skin conditions, and mental well-being. Notable examples include Aloe vera for skin healing, ginger for nausea relief, turmeric for inflammation reduction, garlic for antibacterial and antiviral properties and is believed to help lower blood pressure and cholesterol levels, and lavender for stress reduction. Nevertheless, some herbs and plants have been studied for their potential benefits in cancer prevention and as complementary therapies to support cancer patients such as resveratrol found in red grapes, and curcumin an active compound in turmeric. The responsible and informed use of herbs and plants can complement conventional medicine, providing individuals with valuable options for maintaining and improving their health. In this paper, we endeavour to explore several plants and herbs with recognized anticancer properties as documented in Ayurvedic medicine.

Herbal Medicine in Modern Healthcare: Bridging Ancient Wisdom and Contemporary Research

Sheetal Joshi

Department of Sanskrit
Aligarh Muslim University, Aligarh

Sheetaljoshi256@gmail.com

20 Oct
5:14 PM
TS-2

This article emphasizes the enduring significance of herbal medicine, highlighting its role in global health and well-being. Traditional systems such as Ayurveda and Traditional Chinese Medicine (TCM) have long recognized the therapeutic potential of herbs and plants. In contemporary healthcare, the value of herbal medicine is underscored by its holistic approach and sustainability. There has been a resurgence of interest in natural remedies due to their effectiveness, minimal side effects, and the demand for sustainable health solutions. Scientific research is now validating the efficacy of herbal treatments. Herbs and plants, rich in bioactive compounds, address various health issues, from chronic pain to mental health conditions. Notably, curcumin in turmeric and the anti-inflammatory properties of ginger have been recognized. Traditional herbs like ginseng and ginkgo biloba are being studied for cognitive enhancement. With concerns about antibiotic resistance, herbal alternatives like garlic's allicin are being explored for their antimicrobial properties. Modern science continues to unveil the therapeutic properties of these remedies, with herbal supplements complementing conventional treatments. The integration of traditional herbal medicine into modern systems promotes a more holistic healthcare approach. Many pharmaceutical advancements originate from plant sources, and as herbal remedies gain traction, sustainability and conservation become crucial. Community-based herbal projects aim to preserve traditional practices while catering to contemporary needs, promoting local economies and self-sufficiency. In conclusion, this article highlights the importance of merging ancient wisdom with modern research, advocating for a sustainable future. The role of herbs and plants today speaks to the enduring wisdom of nature's pharmacy.

20 Oct
5:22 PM
TS-2

Influence of Asian Traditional Medical Systems on Contemporary Healthcare Practices

Kumar Shivam Katyayan¹, Niharika Khurana² and Pramod Kumar Singh³

^{1,2}Department of Sanskrit, University of Delhi.

³School of Indic Studies

Institute of Advanced Sciences, Dartmouth, USA.

¹shivamkatyayan5@gmail.com

²niharikakhurana99@gmail.com

³pramodsingh.du@gmail.com

In the contemporary world, our actions are invariably influenced by the customs and practices of our respective cultures. Within the realm of medicine, traditions serve as a primary source of inspiration for medical knowledge and practices. Similarly, the Asian continent stands as a repository of deeply entrenched traditions that continue to exert a profound influence on the behavior of its inhabitants. This influence extends to the field of medicine, where we can discern the pervasive impact of traditional medical systems from various nations. Notably, the Rigveda, one of the world's oldest texts, alludes to medical procedures and therapeutic methods that form the foundation of "Ayurveda," often referred to as the Upaveda of the Rigveda. Ayurveda, considered to be the most ancient system of medicine, has wielded a significant influence over the medical practices in India. Moreover, the ancient medical practices of India have radiated their influence to other Asian nations, including China, Korea, and Japan. China adopts Traditional Chinese Medicine (TCM), Korea embraces Sa Sang, and Japan adheres to *Kampo* as their respective historical medical systems. This paper delves into the exploration of these traditional medical practices rooted in the historical development of Southeast and East Asian nations. It scrutinizes their contemporary relevance and examines the enduring impact of the Indian traditional medical system on these diverse Asian cultures.

Values of Medicinal Plants in Ayurveda

Smriti Sarkar

Department of Sanskrit
Gobardanga Hindu College, West Bengal

20 Oct
5:30 PM
TS-2

sruti089@gmail.com

Since ancient times, humans have made efforts to discover various ways to cure different diseases. This knowledge came to be known as medicinal science, and this same principle was involved in *Ayurveda Shashtra*, developed in ancient India. The use of various medicinal plants in Ayurvedic treatments, like body treatment and water treatment, is mentioned in Ayurveda. Among these treatments, *oshadhi* treatment, i.e., the medicinal plant treatment, is one of the most important. '*Oṣadhi*' means '*oṣam rujam dhayati iti oṣadhah*', i.e., oshadhi cures different diseases. Medicinal plants held great value not only in the Vedic period but also in modern days. They are praised by the seers as a mother or as a goddess in the Vedas. In Rig-Veda (10.97), an entire Sukta is dedicated to *oṣadhi*. In Atharva-Veda, many plants are used as medicine, such as... We continuously rely on these medicinal plants even today to cure different diseases. *Guḍūci*, *Ārdraka*, *Elā*, *Lavaṃga*, *Dāruchīnī*, *Aguru*, etc., are recognized as essential medicinal plants during this pandemic. *Aguru* is regarded as a crucial plant in Ayurveda. This plant purifies the air from bacteria and toxins. Now, during the time of COVID-19, many Ayurvedic health centers are trying to prescribe medicine that alleviates the symptoms caused by the coronavirus. Many researchers also suggest Ayurvedic methods to combat the coronavirus. In this paper, we will shed light on the value of medicinal plants and their utility in this pandemic situation.

20 Oct
5:38 PM
TS-2

Relevance of Traditional Healers Among the Mising Tribe of Majuli Island

Sneha Smita Bora

CSMCH-SSS

Jawaharlal Nehru University, New Delhi.

Snehasmitabora83@gmail.com

The role and contribution of traditional healers towards the community regarding the health services that they provide cannot be denied. They play a key role in the health care service, especially while rendering their services to the people based on the availability of human resources in states where the number of populations is much higher than the existing number of physicians. Various current literature has provided us with several illustrations in which it was revealed that, despite the presence of contemporary biomedical healthcare systems, traditional medicine and healthcare systems always seem as the rescuer of the community people. D. Hardiman and G. Raje (2008) work on Gujarat have given us the role, importance and belief of the tribal and rural people on traditional healers and traditional healing practices. The study also shows the failure of the modern healthcare system in the study areas. Another study conducted by P. Prasad (2007) revealed that the village or the community people find traditional healers more approachable than modern bio-medical doctors. The study also picturized the scenario of fear and the high cost of treatment in modern health care which is absent in the traditional health care system. The main objective of this paper is to understand the relevance of traditional healers of the Mising tribe resides in the Majuli Island of Assam. The paper tries to bring out the different categories of healers that are available among the Misings and how they are dealing with different health issues in the contemporary time. The study is qualitative in nature and the researcher had adopted snowball sampling method to identify the healers and to collect the relevant data from the participants.

Relevance of Ayurveda to Reduce Mental Stress in Present Era

Swapna Borah

J. B. College (Autonomous)
Jorhat, Assam

20 Oct
5:46 PM
TS-2

swapnaborab@gmail.com

The ancient medicinal treatise Ayurveda is the span of life (दीर्घ आयुषः). The cardinal aim of Ayurveda is to make mankind healthy and happy. When a man fits physically, mentally, socially and spiritually then he becomes a healthy person. So, Ayurveda restores the individual balance between mind, body and spirit. Mental stress is tremendously increasing for all human beings in present time. There are many more reasons to increase mental stress. Due to the work load, imbalance lifestyle, improper diet etc. In Ayurveda, stress is known as '*sahasa*'. *Sahasa* by causing *ojahkṣaya* (loss of immunity) increases the susceptibility of the body to various diseases. Ayurveda takes a holistic approach to reducing stress. To managing mental stress Ayurveda offers a wide range of suitable practices and remedies that may help ease stress and relax the mind. These remedies are suitable oils, massages, a *sāttvika* diet, practice of yoga and meditation etc. Ayurveda is also socially relevance to make a healthy society. Moreover it is relevant in present time due to various reasons. These are viz., Detoxification, pain relief, immunity, lifestyle, optimization, surgery prevention, free from prescription drugs etc. In this paper an attempt has been made to discuss on reasons of mental stress and its varied remedies in Ayurveda.

21 Oct
9:00 AM
TS-3

Traditional Tantra Spiritual Medicine: An Overview

Vishwajit Vishwasi

Virtual Rishi-Kulam of Tantra Studies
Maharshi Ved-Vyas International Virtual Vedic University

vishwavishwasi71@gmail.com

Tantra’s impetus as a religious therapeutic approach is evident in the Mahanirvana Tantra when Shakti addresses Shiva as the “*Lord among physicians of earthly ills*”. The word used for “ills” is bhavavyadhi, which Woodroffe explains as meaning both “the ill of existence itself” (i.e., the cycle of rebirth and death) and “the ills that flow therefrom.” Among Indian traditions, Tantra stands out for its emphasis on practical problems over philosophical ones, leading to Tantra’s affinity with the art of medicine. Tantra’s therapeutic concern stems from its conception that the predominant ailment of human life is ‘suffering.’ In soteriological terms, suffering arises from “the shattering of the primordial Unity,” which is co-extensive with the creation and emergence of all things. Tantric spiritual medicine focuses on the recovery of unity, particularly by utilizing somatic experience for meditation and the attainment of liberative knowledge. Psychologically, Tantra suggests that a healthy personality is integrated—not fragmented—especially due to its recommendation that desires should be sublimated or otherwise reshaped, rather than eliminated or repressed. In Tantra, a healthy personality is neither passive nor devoid of desires; it merely redefines the terms of the struggle between desire and a world often unable or unwilling to satisfy those desires. This research paper will highlight both the need for and various aspects of Tantra Spiritual Medicine.

Exploring the Synergy of Traditional Medication and Ayurvedic Healthcare for Optimal Diet

Sanskriti Choudhary
Department of English
Kamala Nehru College
University of Delhi

21 Oct
9:08 AM
TS-3

Sanskritichoudhary171@gmail.com

In the quest for holistic well-being, individuals are increasingly turning to traditional medication and Ayurvedic healthcare practices to enhance their diets and overall health. This abstract explores the merging of these two approaches, shedding light on how they can complement each other to promote a healthier lifestyle. Traditional medication, rooted in various cultures and regions, has been practiced for centuries. It encompasses a wide range of practices, including herbal remedies, acupuncture, and traditional Chinese medicine. These methods often focus on the body's innate ability to heal itself and aim to restore balance and harmony within. Similarly, Ayurvedic healthcare, originating in India, emphasizes the importance of balance and harmony in one's life through personalized diet and lifestyle choices. One key aspect of the synergy between traditional medication and Ayurvedic healthcare is their shared emphasis on natural remedies. Herbal treatments and dietary adjustments are common threads that connect these practices. Many traditional medicines incorporate herbs and plants known for their therapeutic properties, such as ginger, turmeric, and ginseng. Ayurvedic principles also heavily rely on natural ingredients, incorporating various herbs and spices to create personalized diets and remedies based on one's constitution or dosha. Furthermore, both traditional medication and Ayurveda emphasize prevention over cure. They encourage individuals to maintain a balanced diet, engage in regular exercise, and manage stress effectively to prevent illness. Ayurveda, in particular, emphasizes the concept of "food as medicine," where the diet is tailored to an individual's unique constitution and health needs. The integration of these approaches into modern lifestyles has shown promising results. Individuals are increasingly seeking alternative methods to complement conventional medical treatments. Many are turning to Ayurvedic practitioners and traditional healers for personalized dietary guidance, herbal remedies, and holistic well-being.

advice. In conclusion, the convergence of traditional medication and Ayurvedic healthcare offers a holistic approach to diet and overall health. By embracing the principles of balance, natural remedies, and personalized care, individuals can achieve a state of well-being that extends beyond the absence of disease. This abstract highlights the potential of these approaches to coexist and thrive in our quest for a healthier and more balanced life.

21 Oct
9:16 AM
TS-3

Ayurvedic Interventions to Treat Disorders of Eyes

Kamna Vimal Sharma

Daulat Ram College
University of Delhi

kavi30sh@gmail.com

Bharat had been a Vishwa-Guru before the colonial invasion and has the knowledge to illuminate the world. Being unable to grasp and adopt to the higher level of Indian knowledge and way of living, the first reaction of the west was to reject and underestimate the Indian knowledge. Nalanda, Takshila Universities were burnt. But Indian knowledge is innate and ingrained in our subconscious and can not be suppressed or destroyed. Hence, Bharat is fully equipped to provide solutions to the problems and issues faced by world in present times, be it at personal or universal level. One of the major path to follow is Indian Knowledge systems. Our ancients had plethora of knowledge in terms of metallurgy, physics, mathematics, Ayurveda, yoga etc. Acharya Susruta has described gross ocular anatomy in first chapter of utara-tantra. Sushruta has described "*Sarvendriyāṇām Nayanampradhānam*". He has described the anatomy of eye in relation to their shape, size of various anatomical components. Sushruta has explained seventy-six different kinds of eye diseases and their treatment in utara tantra. Roots of curing many lifestyle disorders lies in our ancient texts. Yoga and Dinacharya as per Ayurveda specifically can cure diabetes, hypertension, PCOS. Yoga nidra, given a fancy name of Lucid Dreaming, is being extensively researched by Stephen LaBerge at Stanford University. Prakriti as per Ayurveda advocates that each individual is different and has different requirements

in terms of food, medicine etc. as per if they are of Kapha (K) dominant, Vata (V) dominant, Pitta (P) dominant or KV/VP/PK/VPK phenotype. This is what is called as personalized medicine in today's world. Currently Ayurveda, yoga, homeopathy is termed under alternative and complementary therapies. Research by NISCPRI institute shows that curcumin (turmeric) is insoluble in water. To improve its solubility, our ancestors used to put them in milk (bioavailable in protein/fat). The wisdom they had then, we are coming to know their scientific basis now. Disorders related to eyes like Myopia (shortsightedness) are quite common in young population nowadays. With the screen exposure for increased durations, their eyes also get affected by the blue light. Our ancient wisdom and scriptures mention eye exercises, tratak and triphala as beneficial for the eyes. Regular practice of performing triphala eye wash, eye exercises, tratak kriya and intake of triphala can do wonders to solve the issues. The aim of the present study is to suggest ways to treat the eye related disorders through Ayurvedic interventions.

Traditional Kitchen Medicines – A Preventive and Curative Aspects

Radhika P R
Central Sanskrit University
Guruvayoor

21 Oct
9:24 AM
TS-3

rpradhika@gmail.com

Numerous stuffs in our kitchen like onion, ginger, garlic, and turmeric are medicines or ingredients in medicines. In a nutshell, our kitchen is a warehouse of medicine. Many of these have been handed down to us by word of mouth. These are indigenous knowledge or knowledge of the villagers. These kitchen medicines are unaware to modern generations. These medicines have both curative and preventive nature. On this realm, Traditional Kitchen medicines – A Preventive and Curative Aspects attempts familiarize easy traditional way of knowledge to the modern society for a healthy Society.

21 Oct
9:32 AM
TS-3

Medicinal Value of Herbs and Plants

Seema Kumari

Botany Department

Sido Kanhu Murmu University, Dumka, Jharkhand

kumariseema28752@gmail.com

Medicinal plants, also called medicinal herbs, have been discovered and used in traditional medicine practices since prehistoric times. Medicinal plants used to treat different ailments were categorised into eleven groups of illness based on the international classification of disease WHO 1992 and common disorder. The earliest historical records of herbs are found from the Sumerian civilisation where hundreds of medicinal plants are listed. Medicinal plants are widely used as folk medicine in non-industrialized societies, mainly because of their cultural acceptability to body, readily availability and cheaper than modern medicines Worldwide, between 50,000 and 80,000 flowering plants are used medicinally. Many plants have high levels of minerals because they can draw minerals from the soil and can convert them into a form that is more easily used by the human body. Mineral content is often the key factor in plants effectiveness as a medicine. Medicinal plants, integral to holistic health practices, are typically grouped according to their growth patterns. For example, when considering medicinal trees, species such as Babul, Bael, Neem, Palas, Gugul, Olive, Arjun, and Behela come to mind. In contrast, Davana, Lavender, and Chitrak are commonly recognized as medicinal shrubs. Meanwhile, herbs like Brahmi, Amhaldi, Haldi, Dhatura, and Pipli are often sought after for their therapeutic properties. Plants may be regarded as central dogma or elixir of life in regards to their uses medicines in addition to other uses like food, shelter, wood, nuts, fruits, clothes, and many more things since early ages. Herbal medicine, also known as phytomedicine refers to using different parts of plants like seeds, flowers, fruits, bark, root and leaves for treatment of different kinds of ailments. Consuming herbal plant may help to prevent and manage heart disease, cancer and diabetes. It also contains anti-inflammatory and anti-tumour properties.

Impact of Vedic Mantras and Stotras on Human Health

N. Sai Prashanthi¹ and V. Naga Srinidhi²

21 Oct
9:40 AM
TS-3

saiprashanthi.neelda@gmail.com

Health is an important aspect of human life. It is maintained by our thoughts. When it comes to scriptures, everything is related to hridayam. It is important to purify hridayam to improve our physical and mental health. Bhakti and spirituality are the ways to do this. In medical terms, hridayam is considered a limbic system. It consists of corpus callosum, thalamus, amygdala, hippocampus, pituitary and pineal glands. It generates positive and negative thoughts which affect the mind and body. To attain goals in life, health is important. There is a parallel between health and human values. Human values will make up the fabric of a healthy body. Because every action will have a vibration, it shows its effects on mind as well as physical body, because we have our inner consciousness, it shows the results. If our actions and thoughts are negative, it creates health problems also. Human health is affected by various factors. They may be physical, mental and others. When it is related to the physical level, they can be cured in physical level. To improve the effect of drugs on the body, chantings are highly beneficial. When it is combined with nature, it is more effective. There is a great relationship between dhaarmik life and health. This article mainly focussed on how health,chantings and righteousness are inter related to each other and how we can develop these qualities to improve the quality of life.

21 Oct
9:48 PM
TS-3

Vrikshayurveda: Ancient Indian Science of Plant Life and Horticulture

Umesh Kumar Singh
School of Indic Studies,
Institute of Advanced Sciences, Dartmouth, USA

usingh@inads.org

Vrikshayurveda, the ancient Indian science of plant life and care, is an expansive reservoir of botanical knowledge, deeply rooted in the reverence for nature. This paper delves into the intricacies of Vrikshayurveda, tracing its historical lineage and unraveling its methodologies. Far from being a mere historical curiosity, Vrikshayurveda's principles present timely solutions to pressing contemporary challenges, from sustainable farming to biodiversity conservation. In an era marked by rapid environmental shifts and increasing detachment from nature, the teachings of Vrikshayurveda offer a holistic perspective, emphasizing harmony, balance, and sustainability. Through its organic pest control measures, focus on native vegetation, and profound respect for all life forms, it provides a counter-narrative to the often extractive practices of modern agriculture. Additionally, its insights into the conservation of biodiversity underscore the importance of preserving the intricate web of life on Earth, emphasizing the interdependence of all species. Furthermore, Vrikshayurveda's focus on aligning agricultural practices with natural rhythms and cycles reinforces the idea that humans are a part of, rather than apart from, nature. This perspective is pivotal for reorienting contemporary approaches to farming, urban planning, and conservation, ensuring they are rooted in ecological respect and long-term sustainability. In conclusion, Vrikshayurveda stands as a testament to the timeless wisdom of ancient civilizations. It beckons modern society to reevaluate its relationship with nature, championing a path that harmoniously blends tradition with progress, ensuring a verdant and resilient future.

Part II
हिन्दी-सारांश

सूर्यनमस्कारोपासना एवं मनश्चिकित्सा : एक अध्ययन

21 Oct
9:56 AM
TS-3

आदर्श धीरजलाल बालधा
सौराष्ट्र विश्वविद्यालय
राजकोट, गुजरात

a.baldha95@gmail.com

मानसिक स्वास्थ्य समस्या आधुनिक समय में एक महत्वपूर्ण चिंता का बिन्दु बन गया है, जो विभिन्न आयुसमूह के लोगों को स्पर्श करता है। आधुनिक जीवनशैली प्रचलित सामाजिक कारकों (Social Media) से अधिक प्रभावित है, जिनके असीमित प्रयोग के कारण आज मानसिक कल्याण अधिक प्रभावित है। दुनिया भर में १० से २० प्रतिशत किशोर और बच्चे मानसिक स्वास्थ्य विकारों से पीड़ित हैं। एक रिपोर्ट ने बताया है कि, भारत में २३.३३ प्रतिशत बच्चों और किशोरों को मनोवैज्ञानिक बीमारियाँ हैं। मानसिक स्वास्थ्य समस्याग्रस्त व्यक्ति खराब स्वास्थ्य, मादक द्रव्यों का दुरुपयोग, परिवार/साथियों की समस्याएँ और विकासात्मक-व्यवहार सम्बन्धी समस्याएँ जैसी अनेक समस्याओं का अनुभव करते हैं। इससे भी अधिक स्थिति में, मानसिक स्वास्थ्य विकारों के परिणामस्वरूप आत्महत्या की स्थिति भी हो सकती है। 'मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः।' इस उक्ति अनुसार मन को प्रबल करना आवश्यक बात है। क्यों कि, मन यदि शुद्ध है तो रोग – शोक आदि स्पर्श नहीं करते हैं। अगर मन अशुद्ध रहा तो उपरोक्त समस्याओं के कारण मन का निरामय रहना कदाचित् असम्भव है। इन सभी मानसिक समस्याओं के विषय में समाधान का विचार प्राचीन आर्ष संस्कृति की ओर प्रेरित करता है। सूर्योपासना यह आर्ष संस्कृति का मानव को मिला हुआ एक वरदान है। मनश्चिकित्सा के साथ सूर्यनमस्कारोपासना का गहरा सम्बन्ध है, जो आज विश्व ने पहचाना है। विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव..... । विश्व के देव सविता को नमस्कार करने मात्र से हमारी शारीरिक दुर्बलता का नाश होता ही है, परन्तु सूर्योपासना मन को स्थैर्य किस प्रकार से प्रदान करती है – यह इस अध्ययन का प्रमुख उद्देश्य है।

21 Oct
10:04 AM
TS-3

घेरण्डसंहिता में वर्णित कुण्डलिनी जागृति के मार्ग

अनन्त के० राठौर
संस्कृत विभाग
दिल्ली विश्वविद्यालय

anantrathod99404@gmail.com

योग तत्त्वतः बहुत सूक्ष्म विज्ञान पर आधारित एक आध्यात्मिक विषय है, जो मन एवं शरीर के बीच सामञ्जस्य स्थापित करने पर ध्यान देता है। इसी योग के चरम तक पहुचने की अलग अलग पद्धतियों का कालान्तर में जन्म हुआ जिसमें राजयोग, कर्मयोग, ज्ञानयोग, हठयोग, भक्तियोग, लययोग आदि महत्वपूर्ण है। इसके अन्तर्गत हठयोग वह योग है जो यौगिक क्रियाओं जैसे कि, आसन, प्राणायाम, मुद्रा, बन्ध आदि के माध्यम से शरीर के मूलाधार चक्र में स्थित कुण्डलिनी शक्ति को सहस्रार में स्थापित कर सिद्धियाँ प्राप्त करने पर विशेष ध्यान देता है। हठयोग कुण्डलिनी जागृति का मार्ग है और कुण्डलिनी जागृति ही हठयोग का लक्ष्य है। हठयोग से सम्बन्धित कुछ महत्वपूर्ण ग्रन्थ जिसमें हठयोग प्रदीपिका, योगचूडामणि, योगवासिष्ठ, घेरण्डसंहिता, शिवसंहिता आदि हैं। महर्षि घेरण्डकृत घेरण्डसंहिता हठयोग की आधारशिला में से एक है। इस ग्रन्थ में कुल 7 अध्याय हैं, जिसमें मुद्रा, षड्गर्भ, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान, समाधि, कुण्डलिनी विज्ञान आदि का वर्णन प्राप्त होता है। इसके तीसरे अध्याय में कुण्डलिनी जागृति की पद्धतियों और मार्गों का वर्णन है। इसमें ही कुछ बन्धों का वर्णन भी आता है, जिसमें मूलबन्ध, जालन्धर बन्ध, उड्डीयान बन्ध, महाबन्ध आदि प्रमुख हैं। इसके आगे मुद्राओं का उल्लेख आता है जिसमें आम्भसी मुद्रा, धारणा मुद्रा, आग्नेयी मुद्रा, महामुद्रा, नभोमुद्रा, खेचरी मुद्रा, शाम्भवी मुद्रा, शक्तिचालिनी मुद्रा आदि महत्वपूर्ण हैं। प्रस्तुत शोध पत्र कुण्डलिनी जागृति के इन मार्गों पर प्रकाश डालने का एक प्रयास है।

भारतीय परम्परा में योग एवं स्वास्थ्य-विज्ञान

अञ्जना शर्मा

संस्कृत-विभाग, बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान-304022

anjana.banasthali@gmail.com

21 Oct
10:12 AM
TS-3

भारतीय परम्परा में योग अत्यन्त व्यापक विषय है। वेद, उपनिषद्, स्मृति, पुराण, रामायण, महाभारत, आयुर्वेद आदि में विविध रूपों में योग की चर्चा की गई है। गीता शास्त्र तो योग शास्त्र के रूप में ही प्रसिद्ध है। इस शास्त्र के अठारह अध्यायों का नामकरण किसी न किसी योग के नाम से ही किया गया है। योग की व्यापक चर्चा करने के कारण पातञ्जलदर्शन योगदर्शन नाम से ही आस्तिक दर्शनों में सुप्रसिद्ध है। योग की अनेक शाखा-प्रशाखाएँ हैं। उनमें विश्लेषण का आधार भिन्न-भिन्न है, अतः उन्हें अनेक नामों से कहा गया है। योगसिद्धान्तचन्द्रिका के रचयिता नारायण तीर्थ ने 'योग' को क्रियायोग, चर्यायोग, कर्मयोग, हठयोग, मन्त्रयोग, ज्ञानयोग, अद्वैतयोग, लक्ष्य योग, ब्रह्मयोग, शिवयोग, सिद्धियोग, वासनायोग, लययोग, ध्यानयोग तथा प्रेमभक्तियोग द्वारा साध्य माना है एवं अनेक योगों से ध्रुवीकृत समाधि को राजयोग नाम अभिहित किया है। ये योग के रूप सैद्धान्तिक ही नहीं, व्यावहारिक और प्रायोगिक हैं। इनमें शारीरिक स्वास्थ्य से लेकर आत्मलाभ तक की सम्पूर्ण प्रक्रिया है। ये सभी रूप पारमार्थिक स्तर पर एकत्व स्थिति तक, आत्मसाक्षात्कार अथवा परमतत्त्व साक्षात्कार तक पहुंचाते हैं। वहीं व्यावहारिक स्तर पर शारीरिक और मानसिक द्वन्दों में, विषम परिस्थितियों में समत्व भाव से रखते हैं। अतः मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक स्तर पर स्वस्थ रखने में महत्त्वपूर्ण हैं।

भारतीय योग एवं आयुर्वेद ज्ञान का विमर्श

अरुण रा० पवार

संस्कृत-विभाग

वसंतराव नाईक शासकीय कला एवं समाजविज्ञान संस्था

संविधान चौक, नेहरू मार्ग, नागपुर महाराष्ट्र-440001

arunpawar.sanskrit@gmail.com

21 Oct
10:30 AM
TS-4

शरीरशोधक आयुर्वेद, वाक्शोधक व्याकरण और चित्तशोधक योग के प्रवर्तक महर्षि पतञ्जलि ने सम्पूर्ण मानव जाति के कल्याण के लिए अविस्मरणीय कार्य किया है। प्रचलित मत है कि प्रस्तुत ग्रन्थों की रचना महर्षि पतञ्जलि ने शरीर-वाणी-मन की शुद्धि के लिए की गई थी। योग और प्राणायाम के माध्यम से स्वास्थ्य और प्राकृतिक उपचार के बारे में जागरूकता बढ़ रही है। कर्मबन्ध के जाल में फँसा व्यक्ति मन, बुद्धि और अहङ्कार से निरन्तर कर्म करने के लिए प्रेरित

होता है। योग में बढ़ते वैज्ञानिक अनुसन्धान के साथ-साथ इसके चिकित्सीय पहलुओं का भी पता लगाया जा रहा है। बताया गया है कि योग तनाव और चिन्ता को कम करता है। योग की उत्पत्ति भारत में हजारों साल पहले हुई थी और वर्तमान समय में, बीमारियों की रोकथाम और प्रबन्धन के साथ-साथ स्वास्थ्य में सुधार के तरीके के रूप में यह सिद्ध हो चुका है। इसलिए योग ने पश्चिमी दुनिया और हम सबको आकर्षित किया है। मनोविज्ञान के अतिरिक्त योग दर्शन के सिद्धान्त ज्ञानवर्धक हैं। मनुष्य के सांसारिक जीवन की जटिलताओं को कम करने में योगशास्त्र बहुत महत्वपूर्ण है। योग-साधना पहले से ही भारतीय विचारधारा में सर्वोच्च स्थान रखती है। योग की ऐसी वैश्विक मान्यता भारत के बढ़ते सांस्कृतिक प्रभाव का भी प्रमाण है। व्यक्ति के शरीर और मन का सन्तुलन आयुर्वेद का आधार माना जाता है। इसके सन्तुलन पर भी व्यक्ति का स्वास्थ्य निर्भर करता है। इसका मुख्य उद्देश्य अच्छे स्वास्थ्य को बढ़ावा देना था। आयुर्वेद का अर्थ 'जीवन का विज्ञान' बताया गया है। माना जाता है कि आयुर्वेद का विकास भारत में 3000 साल पहले हुआ था। असाध्य रोगों को ठीक करने के लिए आयुर्वेद पद्धति सबसे पुरानी और सर्वोत्तम पद्धति मानी जाती है। आयुर्वेद सिर्फ जड़ी-बूटियों के बारे में नहीं है। विद्वानोंका मानना है कि प्रत्येक व्यक्ति ब्रह्माण्ड में पाए जाने वाले पृथिवी, आप, तेज, वायु और आकाश इन पाँच मूल तत्वों से बना है। ये मानव शरीर में तीन जीवन शक्तियों या ऊर्जाओं को जोड़ते हैं, जिन्हें 'दोष' भी कहा जाता है। वात, पित्त और कफ ये तीन दोषों के नाम हैं। यह दोष नियन्त्रित करते हैं कि आपका शरीर कैसे काम करता है।

21 Oct
10:38 AM
TS-4

आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रणाली में पञ्चकर्म का महत्व

बिंदिया त्रिवेदी

संस्कृत-विभाग, भारती महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

bindia.trivedi@gmail.com

आयुर्वेद एक प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धति है जो शरीर, मन और आत्मा के सन्तुलन को बनाए रखने के लिए प्राकृतिक तरीकों का उपयोग करती है। आयुर्वेद में पञ्चकर्म उपचार एक महत्वपूर्ण विधि है, जिसका उपयोग विभिन्न रोगों और बीमारियों के इलाज में किया जाता है। पञ्चकर्म उपचार में पाँच विभिन्न विधियाँ होती हैं - वमन, विरेचन, नस्य, बस्ति और रक्त मोचन। ये प्रक्रियाएँ शरीर के विभिन्न भागों से विषैले तत्वों और दोषों को निकालने में मदद करती हैं। इसके अलावा, पञ्चकर्म उपचार शरीर के सन्तुलन को बनाए रखने के लिए भी उपयोग किया जाता है। पञ्चकर्म उपचार का उपयोग विभिन्न रोगों और बीमारियों के इलाज में किया जाता है जैसे कि मधुमेह, थायरॉइड, वजन घटाने के लिए, सिरदर्द, पेट के रोग और अन्य बीमारियों के लिए। इसके अलावा, पञ्चकर्म उपचार शरीर को साफ रखने और स्वस्थ

रखने के लिए भी उपयोग किया जाता है। पञ्चकर्म उपचार का उपयोग शरीर की बल शक्ति को बढ़ाने और रोगों से लड़ने की क्षमता को बढ़ाने में भी मदद करता है। पञ्चकर्म उपचार में वमन प्रक्रिया से कफ दोष को निकाला जाता है, जो श्वसन समस्याओं और अन्य समस्याओं का कारण बन सकता है। विरेचन प्रक्रिया से पित्त दोष को निकाला जाता है, जो पाचन समस्याओं और एसिडिटी का कारण बन सकता है। नस्य प्रक्रिया मानसिक स्वास्थ्य को सुधारने में मदद कर सकती है, जबकि बस्ति प्रक्रिया से शरीर के अन्दर से विषैले तत्वों को निकाला जाता है जो अनेक समस्याओं का कारण बन सकते हैं। रक्तमोचन प्रक्रिया से शरीर से अधिक रक्त को निकाला जाता है, जो उच्च रक्तचाप और अन्य सम्बन्धित समस्याओं का कारण बन सकता है। पञ्चकर्म उपचार के विभिन्न प्रकार शरीर के समस्याओं को नियंत्रित करने में मदद करते हैं और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मदद करते हैं। इसके अलावा, यह शरीर को स्वस्थ रखने के लिए एक बेहतर विकल्प होता है जब आप दवाओं या अन्य चिकित्सा पद्धतियों से जड़ से नहीं ठीक हो पाते हैं। अतः, पञ्चकर्म उपचार सिर्फ शरीर को निरोगी बनाने में मदद करता है, बल्कि इससे मानसिक रूप से आरामदायक और स्वस्थ जीवन के लिए भी लाभदायक हो सकता है।

आयुर्वेदीय रसशास्त्र का योगदान (इतिहास एवं आचार्य परम्परा)

छबिकांत देबसिंह

संस्कृत विभाग (साहित्य विद्यापीठ)

महात्मा गांधी अन्तरराष्ट्रीय हिन्दी विश्वविद्यालय, वर्धा, महाराष्ट्र

devkanta18@gmail.com

21 Oct
10:46 AM
TS-4

चरक संहिता एवं सुश्रुत संहिता में वर्णित आयुर्वेद के क्रमशः दो सम्प्रदाय हैं जिनको आत्रेय सम्प्रदाय तथा धान्वन्तर सम्प्रदाय के नाम से जाना जाता है। ब्रह्मवैवर्तपुराण में एक और सम्प्रदाय उल्लेख प्राप्त होता है जिसे भास्कर सम्प्रदाय कहते हैं। इस सम्प्रदाय के अनुसार प्रजापति ने चारों वेदों से आयुर्वेद लिखा और आयुर्वेद को पञ्चम वेद कहा गया है। आचार्य चरक के अनुसार जिस शास्त्र में हितायु और अहित आयु तथा सुख-दुख आयु के हित (पथ्य) अहित (अपथ्य) आयु का वर्णन है उसे आयुर्वेद कहते हैं। आयुर्वेद में मनुष्य का शारीरिक रोग के साथ मानसिक रोगों का भी उपचार बताया गया है। इसी प्रकार अष्टाङ्ग आयुर्वेद में रसशास्त्र भी है तथा इसमें पारद के विशेष महत्त्व का प्रतिपादन किया गया है। रसशास्त्र से अभिप्राय है- जिस शास्त्र में मौलिक रूप से रस अर्थात् पारद को प्रधानता देते हुए उसके विभिन्न दोषों, कञ्चुकों, संस्कारों का वर्णन किया गया हो उसे रसशास्त्र कहा जाता है। आयुर्वेदीय चिकित्सा पद्धति विश्व की सबसे प्राचीनतम चिकित्सा पद्धति है। वैदिककालीन चिकित्सा पद्धति में मन्त्र एवं महौषधों को ही सर्वाधिक महत्वपूर्ण माना गया है। वस्तुतः रस चिकित्सा का प्रादुर्भाव सिद्धों के द्वारा शिवतादात्म्यवाद के लिये हुआ स्वीकृत हुआ एवं इसका उपयोग जीवन मुक्ति

के इच्छुक विरक्त परिव्राजकों पर ही करने के लिये किया गया था। समय के काल प्रवाह में यह ज्ञानविधा अत्यधिक प्रचलित हुई और जन-जन में इसका प्रचार-प्रसार हुआ। आयुर्वेद के अनुसार इसका प्रयोग अल्पमात्रा में किये जाने के कारण, रुचिकर होने के कारण तथा शीघ्र लाभ करने के गुणों से युक्त होने के कारण रसशास्त्र की औषधियों को अन्य औषधियोंकी तुलना में श्रेष्ठता प्राप्त है। इस प्रकार प्रस्तुत शोध आलेख में “आयुर्वेदीय रसशास्त्र का योगदान (इतिहास एवं आचार्य परम्परा)” के सन्दर्भ में सारगर्भित विश्लेषण परिचयात्मक रूप में प्रस्तुत किया जाएगा।

21 Oct
10:54 AM
TS-4

आयुर्वेद में विषोपचार

धर्मपुरी वेदरत्न
पारम्परिक चिकित्सक
धरोहर कार्यालय, उदयपुर, राजस्थान

vedaratna@gmail.com

आयुर्वेद भारतीय चिकित्सा पद्धति है जिसका मूलभूत लक्ष्य स्वस्थ जीवन जीने और रोगों का निवारण करना है। इस पद्धति में विष निकालने और उपचार करने के विभिन्न तरीके हैं, जिन्हें “विषोपचार” कहा जाता है। विषोपचार के माध्यम से, आयुर्वेद में रोगों के कारण होने वाले विष को नष्ट करने और शरीर को पुनर्स्थापित करने की प्रक्रिया को सञ्चालित करता है। यह न केवल रोग का उपचार करता है, बल्कि शरीर को स्वस्थ रखने और रोगों से बचाने में भी मदद करता है। विषोपचार की प्रक्रिया में अनुक्रमणिका, संक्रमण, पञ्चकर्म, रसायन और जीवन शैली के बदलाव शामिल होते हैं। इन तकनीकों का उपयोग करके आयुर्वेदिक चिकित्साकार शरीर के विष स्तर को न्यूनतम करने के लिए कार्य करते हैं। पहली विषोपचार तकनीक है अनुक्रमणिका, जिसमें प्रमुख धातुओं और रसायनों के सेवन का प्रयास किया जाता है। यह शरीर में इम्यूनिटी को बढ़ाता है और रोगों के प्रतिरोध को मजबूत करता है। दूसरी तकनीक, संक्रमण, शरीर के लिए विष का नष्टीकरण करती है और विष स्तर को कम करती है। तीसरी तकनीक है पञ्चकर्म, जिसमें शरीर के विष स्तर को नष्ट करने के लिए विभिन्न विधियों का उपयोग किया जाता है। यह प्रक्रिया विषोपचार का मुख्य हिस्सा है और शरीर के रोगाणुओं को मिटाने, शरीर को साफ करने और विष स्तर को न्यूनतम करने में मदद करता है। चौथी तकनीक, रसायन, विष नष्ट करने और शरीर को पुनर्स्थापित करने के लिए आयुर्वेद में उपयोग होती है। यह शरीर को पोषण प्रदान करती है और उसे स्वस्थ रखने में मदद करती है। विषोपचार की प्रक्रिया का एक अन्य महत्वपूर्ण हिस्सा है जीवन शैली के बदलाव। आयुर्वेद में स्वस्थ जीवन जीने के लिए आहार, व्यायाम, औषधि प्रयोग, ध्यान और निद्रा जैसे आयुर्वेदिक सिद्धांतों का पालन करना आवश्यक है। इन बदलावों के माध्यम से, शरीर को स्वस्थ रखने के

लिए विषोपचार की प्रक्रिया को समर्पित किया जाता है। आयुर्वेद में विषोपचार एक प्राकृतिक और सम्पूर्ण चिकित्सा प्रणाली है जो शरीर, मन और आत्मा के संतुलन को सुधारने पर ध्यान केंद्रित करती है। इसके अंतर्गत, विष की प्रकृति, कारण और प्रभाव की विस्तृत विश्लेषण किया जाता है और फिर उचित उपचार का चयन किया जाता है। विषोपचार का उद्देश्य न केवल रोगों का उपचार करना है, बल्कि रोगों से बचाव करने के लिए भी उपायों को प्रदान करना है।

सोमरस का औषधीय महत्त्व

धर्मेन्द्र कुमार

संस्कृत-विभाग, मैत्रेयी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

dkumar@maitreyi.du.ac.in

21 Oct
11:02 AM
TS-4

सोमरस का भारत के प्राचीन इतिहास तथा वैदिक संस्कृति में महत्वपूर्ण स्थान है। सोमरस प्राचीन वैदिक पद्धति से बनने वाला पेय है जो कि किसी प्राचीन विलुप्त हो चुके अथवा समय के साथ विस्मृत किये जा चुके पौधे से बनाया जाता था और सम्भवतः देवताओं को अर्पित किया जाता था। सोमरस देवताओं को प्रिय अमृत-तुल्य पेय के रूप वर्णित किया गया है ऐसा वैदिक साहित्य के अध्ययन से ज्ञात होता है। “अग्निःसोमात्मकं जगत्” कहकर वैदिक साहित्य में विवेचन प्राप्त होता है कि यह सम्पूर्ण जगत् अग्नि और सोम से उत्पन्न है। अग्नि सूक्ष्म पदार्थ के रूप में (अस्थिर पदार्थ) तथा सोम स्थूल पदार्थ (स्थिर पदार्थ) के रूप में जगत् के समस्त पदार्थों की उत्पत्ति करते हैं। सोम की कोशग्रन्थों में चन्द्रमा के नाम से भी विवेचना प्राप्त होती है और वर्तमान में भारतीय वैज्ञानिकों द्वारा प्रक्षेपित चन्द्रयान-3 की प्रासङ्गिकता पर भी इस शोध लेख में अध्ययन किया जाएगा।

21 Oct
11:10 AM
TS-4

आयुर्वेद का औचित्य एवं उसमें वर्णित एषणात्रय का स्वरूप

एकता वर्मा
स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग
मगध विश्वविद्यालय, बोधगया, बिहार

ekta.nilansh@gmail.com

सृष्टि के आरम्भ से ही मानव त्रिविध दुखों से ग्रसित रहा है, उन दुःखों का निवारण कभी दर्शन के द्वारा किया गया तो कभी तत्कालीन उपचार के द्वारा। मानवीय अनुसन्धान निरन्तर चलता रहा, परन्तु कष्टों की आत्यन्तिक एवं अवश्यम्भावी निवृत्ति न हो सकी। प्रारम्भतः ब्रह्मा की सर्वोत्तम कृति मानव की हार्दिक अभिलाषा रही है कि वे स्वस्थ एवं दीर्घायु रहें। ऐसे में दीर्घ आयु की इच्छावाले ऋषियों ने भी लोकहितार्थ आयुवर्द्धक आयुर्वेदशास्त्र को भारद्वाज ऋषि से ग्रहण किया। कालान्तर में (रोगों से) त्राणार्थ, मानव-जीवन के कल्याणार्थ एवं स्वास्थ्य लाभार्थ चरकसंहिता का अवतरण हुआ। आयुर्वेद के ज्ञान को अविलुप्तगम रीति (अक्षुण्ण रूप से) प्रदान करनेवालों में ब्रह्मा, दक्ष, प्रजापति, अश्विनीकुमार, इन्द्र, भरद्वाज, आत्रेय, पुनर्वसु, अग्निवेश तथा चरकप्रभृति विशेष उल्लेखनीय हैं। प्रस्तुत ग्रन्थ भगवान् आत्रेय, पुनर्वसु के द्वारा उपदिष्ट तथा ऋषि अग्निवेश के द्वारा रचित एवं आचार्य चरक के द्वारा प्रतिसंस्कृत की गई— ऐसा मूल ग्रन्थ से ज्ञात होता है। इसमें मानव शरीर से सम्बन्धित अनेकानेक रोगों के लक्षण, निवारण उपाय, चिकित्सा विधि आदि तत्सम्बन्धी विषयों का विशद वर्णन मिलता है। “तिस्त्रैषणीय एकादश अध्याय” में वर्णित त्रिविध एषणा के स्वरूप को स्पष्ट किया गया है, जिसका यथासम्भव वर्णन आगे मैंने करने का प्रयास किया है।

21 Oct
11:18 AM
TS-4

आधुनिक युग में योग एवं आयुर्वेद की पारम्परिक चिकित्सा-पद्धतियों की प्रासङ्गिकता

गायत्री गिरीश मिश्रा
संस्कृत विभाग
बी० आर० डी०, बी० डी०, स्नातकोत्तर महाविद्यालय
आश्रम, बरहज, देवरिया, उत्तर प्रदेश

gdm5355@gmail.com

वैदिक ग्रन्थों में आधिदैविक, आधिभौतिक और आध्यात्मिक दुःखत्रय को दूर करने की बात कही गयी है। आधुनिक युग में भी चिकित्सा विज्ञान द्वारा बीमारियों की रोकथाम एवं मानव कल्याण के दृष्टिकोण से ‘सम्पूर्ण स्वास्थ्य’ की सङ्कल्पना की गयी हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन

के द्वारा स्वास्थ्य, को शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण की एक ऐसी स्थिति के रूप में परिभाषित किया गया है जिसमें कोई भी बीमारी या दुर्बलता अनुपस्थित हो जाती है। इस प्रकार, सम्पूर्ण स्वास्थ्य भौतिक, मानसिक एवं सामाजिक बेहतरी आदि के सम्पूर्णता की ऐसी स्थिति है जिसमें मात्र निरोगी होना अथवा रोग की चिकित्सा ही सम्मिलित नहीं है। इस दृष्टिकोण से होम्योपैथी, यूनानी एवं एलोपैथी चिकित्सा पद्धतियाँ सिवाय रोगोपचार के अपर्याप्त साबित होती है। इनके साथ-साथ योग एवं आयुर्वेद के चिकित्सीय सिद्धान्त ही सम्पूर्ण स्वास्थ्य की संकल्पना साकार कर सकते हैं। चिकित्सा शास्त्र ने यद्यपि बहुत पहले ही आयुर्वेद को अन्य विधाओं के साथ स्थान दे रखा है किन्तु अनेक ऐसी चिकित्सीय चुनौतियाँ हैं जिनका स्थायी समाधान आयुर्वेद के विभिन्न उपचार के साथ-साथ योग के अनेक आयामों में भी अन्वेषित किए जा सकते हैं। योगचिकित्सा संस्कृत वाङ्मय की अनन्य देन है जिसमें अधिकांश रोगों के उपचार सम्भव हैं। इसके अतिरिक्त रागद्वेष से विमुक्ति अघृणा एवं निराशक्ति के यौगिक सिद्धान्त जहाँ शारीरिक व मानसिक रोगों के निदान के साथ सामाजिक वैमनस्य व अन्य सामाजिक अन्तर्विरोध को निर्मूल करता है वहीं, आयुर्वेद अच्छे स्वास्थ्य को जीवन जीने का एक तरीका मानता है। इसे एक निवारक औषधि के बराबर मानता है। यह स्वस्थ जीवन शैली जीने पर जोर देता है। आयुर्वेद एक व्यक्ति और समाज के लिए स्वस्थ भोजन, स्वस्थ रहने की आदतों, स्वस्थ परिवेश, उचित व्यवहार और अच्छे आचरण के सम्बन्ध में आवश्यक जीवन शैली का वर्णन करता है। इस तरह आधुनिक युग में भी योग एवं आयुर्वेद की पारम्परिक चिकित्सा पद्धतियाँ अत्यन्त प्रासङ्गिक हैं।

जैनविद्या के सिद्धान्तों में आयुर्वेद: एक परिशीलन

हर्षित मिश्र

इंटरनेशनल स्कूल फॉर जैन स्टडीज़
पुणे, महाराष्ट्र

harshitmishra87155@gmail.com

21 Oct
11:26 AM
TS-4

जैन धर्म विश्व का श्रेष्ठ मानवतावादी एवं प्राकृतिक धर्म है तथापि इसके मूल प्रवर्तक तीर्थङ्कर माने जाते हैं, कालक्रम से ये 24 हुए हैं। जिनमें प्रथम तीर्थङ्कर ऋषभदेव व अंतिम तीर्थकर महावीर हुए। वर्तमान में प्रचलित जैन धर्म के सिद्धान्त भगवान महावीर के उपदेशों पर आधारित हैं। परम्परा से प्राप्त ज्ञान को जैन मुनियों ने प्राचीन भारतीय परम्परा के अनुरूप श्रुत रूप में संरक्षित किया था। जैन मतानुसार भगवान महावीर के बाद तीर्थकरों की वाणी को उनके शिष्यों-प्रशिष्यों ने बारह अङ्गों (द्वादशाङ्ग) के रूप में लिपिबद्ध किया। ये द्वादशाङ्ग आगम कहलाते हैं, जैन परम्परा में आगम साहित्य प्राचीनतम माना गया है। जो परम्परा से चला आ रहा है उसे 'आगम' कहते हैं। इस द्वादशाङ्ग अर्थात् बारह अङ्गों में अंतिम अङ्ग 'दृष्टिवाद'

है। दृष्टिवाद के पाँच भेद हैं और उन पाँच भेदों में एक भेद पूर्व के अन्तर्गत 'प्राणावाय' (प्राणावाद) है। 'प्राणावाद' में विस्तारपूर्वक अष्टाङ्गायुर्वेद का कथन किया है। आगम प्राकृत भाषा में लिपिबद्ध है। इन आगम ग्रन्थों पर नियुक्ति, भाष्य, चूर्णि, टीकायें आदि व्याख्याएँ मिलती हैं, जो प्राकृत में हैं। जैन वाङ्मय में आयुर्वेद का स्वतन्त्र स्थान है। बारह अङ्गों में अन्तिम अङ्ग 'दृष्टिवाद' में 'प्राणावाय' एक 'पूर्व' माना गया है, जो वर्तमान में अनुपलब्ध है। स्थानाङ्गसूत्र की 'वृत्ति' में कहा गया है कि दृष्टिवाद में दर्शनों व नयों का निरूपण किया गया है। समवायांग और नदीसूत्र में दृष्टिवाद के पाँच भेद बताये गये हैं- परिकर्म, सूत्र, प्रथमानुयोग, पूर्व, चूलिका। इनमें 'पूर्वों' का अधिक महत्व है। बारहवाँ 'पूर्व' प्राणावाय में मनुष्य के आभ्यान्तर अर्थात् मानसिक और आध्यात्मिक तथा बाह्य अर्थात् शारीरिक स्वास्थ्य के उपायों जैसे यम, नियम, आहार विहार व औषधियों का विवेचन है। इसमें दैविक, भौतिक, आधिभौतिक, जनपदोर्ध्वंसी रोगों की चिकित्सा का विस्तार से वर्णन किया गया है। प्राणावाय नामक पूर्व में अष्टाङ्गायुर्वेद का वर्णन है। जैनाचार्यों, विद्वानों, इतिहासवेत्ताओं के अनुसार यही आयुर्वेद का मूल है और इसी के आधार पर परवर्ती आचार्यों ने वैद्यकशास्त्र का निर्माण अथवा आयुर्वेद विषय का प्रतिपादन किया। प्रस्तुत शोधपत्र में यथामति इसी जैन ग्रन्थों में प्रतिपादित आयुर्वेद की परम्परा का वर्णन किया जाएगा। जोकि भारतीय ज्ञान परम्परान्तर्गत आयुर्वेद की परम्परा को सुदृढ़ बनाने में उपादेय होगा।

21 Oct
11:34 AM
TS-4

मानव जीवन में विभिन्न पौधों का औषधीय महत्व

हेमलता रानी

संस्कृत-विभाग, मैत्रेयी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

hemlatarani12342@gmail.com

संस्कृत भाषा ऋषि मुनि और देवताओं की भाषा है। इसमें कोई भी सन्देह नहीं किया जा सकता है कि प्राचीन काल में प्रकृति ही मानव का कल्याणकारी थी और यह बात आज भी उतनी ही ठीक बैठती है कि प्रकृति मानव के लिए उतनी ही कल्याणकारी, हितकारी व लाभकारी आधुनिक युग में भी सिद्ध होती है। प्रकृति से मानव का शरीर का निर्माण होता है तथा इसी से ही निरोगी भी होता है। अन्त समय में इसी प्रकृति में ही विलीन हो जाता है। धन्वन्तरि आयुर्वेद के एक प्रणेता माने जाते हैं जो कि भगवान् विष्णु के अवतार के रूप में स्वीकृत हैं। आयुर्वेद का शाब्दिक अर्थ है- आयुः+वेद, 'आयु का वेद' या दीर्घायु का विज्ञान। आयुर्वेद विश्व की प्राचीनतम चिकित्सा प्रणालियों में से एक है। आयुर्वेद के ग्रन्थ तीन शारीरिक दोषों (त्रिदोष = वात, पित्त, कफ) के असन्तुलन को रोग का कारण मानते हैं और समदोष की स्थिति

को आरोग्य। आयुर्वेद को त्रिस्कन्ध (तीन कन्धों वाला) अथवा त्रिसूत्र भी कहा जाता है, ये तीन स्कन्ध अथवा त्रिसूत्र हैं- हेतु, लिङ्ग और औषध। इसी प्रकार सम्पूर्ण आयुर्वेदीय चिकित्सा के आठ अङ्ग माने जाते हैं। आठ अङ्ग ये हैं – कायचिकित्सा, शल्यचिकित्सा, शालाक्यतन्त्र, कौमारभृत्य, अगदतन्त्र, भूतविद्या, रसायनतन्त्र और वाजीकरण। मानव जीवन की निर्माण करने वाले विभिन्न खाद्यान्न आदि पौधे हैं तो अनेक औषधीय पौधे जो निरोगी काया रखने में मदद करते हैं।

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में योग एवं आयुर्वेद की प्रासङ्गिकता

केशव दत्त जोशी

श्री राम सिंह धौनी राजकीय महाविद्यालय, जैती, अल्मोड़ा

Keshavdutt.skt@gmail.com

21 Oct
11:42 AM
TS-4

संस्कृतसाहित्य में मानवजीवन को शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ रखने की दिशा में हमारे प्राचीन आचार्यों ने अनेक ऐसी पद्धतियाँ विकसित की जिनके सहज प्रयोग से मनुष्य वर्तमान में भी अपने जीवन को स्वस्थ बना सकता है किन्तु आवश्यकता उपचार की उन विधियों को जानने की है। आज निःसंदेह ही उपचार की अनेक आधुनिक पद्धतियाँ भी विकसित हुई हैं किन्तु समाज का प्रत्येक वर्ग उनसे लाभान्वित नहीं हो पाता क्योंकि वो पद्धतियाँ अत्यधिक व्ययकारी हैं जिस कारण समाज में सम्पन्न वर्ग अथवा व्यक्ति ही उनसे लाभान्वित होते हैं। एक सुव्यवस्थित समाज उसे कहा जाता है जिसमें किसी भी साधन आदि का लाभ उस समाज के प्रत्येक नागरिक तक सरलता, मितव्ययितापूर्वक पहुँचता हो, इसीलिए आज एक बार पुनः हम उपचार की मितव्ययी प्राचीनपरम्परा की ओर आश लगाकर देख रहे हैं। आयुर्विद्या के विषय में महर्षि धन्वन्तरि महाराज से लेकर आचार्य सुश्रुत एवं आचार्य चरक जैसे अनेक वैज्ञानिक मनीषियों ने प्राणिमात्र के कल्याणार्थ उपचारपद्धतियों पर अपनी प्रतिभा का परिचय देते हुए अनेक सिद्धान्त स्थापित किए, जिनको आधार बनाकर परवर्ती विद्वानों (चिकित्सकों) ने उपचार पद्धति को और आगे बढ़ाया। इसी क्रम में शारीरिक एवं मानसिक तापों को दूर करने की दिशा में प्राचीन मनीषियों ने योग की कल्पना की। जिसके आदि प्रवक्ता भगवान शिव माने जाते हैं, कालान्तर में संस्कृतसाहित्य के व्याकरण एवं नीत्यादि ग्रन्थों की भाँति शाखा प्रति-शाखा आगे बढ़ती गई। वर्तमान में योग के प्राचीन आचार्यों में महर्षि पतञ्जलि का नाम सुप्रसिद्ध है। पातञ्जलयोगसूत्र के रचयिता महर्षि पतञ्जलि ने योगसूत्र की रचना कर समूचे संसार पर उपकार किया है। योगसूत्र में योग का अर्थ बतलाते हुए कहा गया- “योगश्चित्तवृत्ति निरोधः” अर्थात् चित्त की समस्त वृत्तियों पर नियन्त्रण बनाने का नाम योग है, जिसको सरल भाषा में कहा गया है- अप्राप्त वस्तु की प्राप्ति का नाम योग तथा प्राप्त वस्तु की रक्षा का नाम क्षेम है। प्राचीन उपचार की अनेक महनीय पद्धतियाँ आज प्रयोग के अभाव में लुप्त हो गई, कहा जाता है कि

हमारे यहाँ एक ऐसे भी आचार्य थे जिनके पास उपचार की एक विलक्षणपद्धति थी जिसमें किसी भी मरीज के उपचार के लिए उसके कपड़े उतारकर उनको सूर्य की ओर किया जाता था तथा मरीज के वस्त्रों को सूर्य की रोशनी के साथ सम्पर्क करते हुए रुग्ण-व्यक्ति के रोगों का ज्ञान हो जाता था, उक्त पद्धति से जो उपचार मरीज को दिया जाता था उससे वे ठीक हो जाते थे, यद्यपि आज विज्ञान के युग में जीवनयापन करने वाला मनुष्य अकस्मात् इन बातों को किंवदन्ती समझ सकता है किन्तु इस प्रकार की अनेक पद्धतियाँ हमारे प्राचीन समाज में पाई जाती थीं। इसीलिए समाज के समुत्थान में योग एवं आयुर्वेद विद्याएँ महती प्रासङ्गिक हैं।

21 Oct
12:00 PM
TS-5

संस्कृतवाङ्मय में आयुर्वेद विज्ञान

हेमलता रानी

संस्कृत-विभाग, मैत्रेयी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

hemlatarani12342@gmail.com

प्राचीन काल से लेकर आधुनिक युग में आयुर्वेद का संस्कृत साहित्य में वही स्थान है जो शरीर में मानव मस्तिष्क का होता है। वैदिक साहित्य को चार भागों में विभक्त किया गया है, जिनमें ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद और अथर्ववेद का परिगणन किया गया है। सभी वेदों के उपवेद भी वैदिक साहित्य की शाखा को निरन्तर शोभा बढ़ा रहे हैं। वेदों में इन्द्र, अग्नि, रुद्र, वरुण, मरुत् आदि देवताओं को 'दैव्य भिषक्' की संज्ञा दी गई है, परन्तु इन देवताओं से भी अधिक प्रसिद्धि अश्विनीकुमारों को प्राप्त होती है जिन्हें 'देवानां भिषजौ' के रूप में ख्याति प्राप्त है। इन दोनों देवताओं की चिकित्सा का वर्णन ऋग्वेद में प्राप्त होता है, जिससे इन देवताओं के विषय में ज्ञात होता है कि ये आरोग्य, प्रजा, बल, दीर्घायु, वनस्पति तथा समृद्धि के प्रदाता थे। वैदिक शान्तिपाठ में वनस्पति तथा औषधि के तादात्म्य द्वारा मनुष्य के शरीर तथा उसके चित्त की शान्ति का वर्णन हमें प्राप्त होता है। ऋग्वेद में औषधि के लिए माता शब्द का प्रयोग करते हुए कहा गया है कि "औषधियाँ हमारी माताएँ हैं"। आयुर्वेद अनादि और अनन्त है। यह शाश्वत, पुण्यतम और यह आयुर्वेद उपवेद है। ब्रह्मवैतर्तपुराण के अनुसार यह पञ्चमवेद है। आचार्य सुश्रुत ने आयुर्वेद शब्द का निर्वाचन "आयुः अस्मि विद्यते, आयुः विद्यते अनेन या आयुर्विन्दति इत्यायुर्वेदः" कर आयु को प्राप्त कराने वाला शास्त्र आयुर्वेद को कहा जाता है। आयुर्वेद के भी आठ अङ्ग माने गये हैं जिनमें चिकित्सा के सभी विषय समाहित हैं। वेदों से लेकर पुराणों, रामायण, महाभारत आदि में भी आयुर्वेद के अंश प्राप्त होते हैं। प्रस्तुत शोधपत्र में इनमें प्राप्त आयुर्वेदिक सामग्री के विवेचन का प्रयास किया जाएगा।

जीवनशैली सम्बन्धी रोगों के नियन्त्रण में आयुर्वेद की भूमिका

21 Oct
12:08 PM
TS-5

लिलिमा माझी

संस्कृत एवं प्राच्यविद्या अध्ययन संस्थान
जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय

lilimamajhi99@gmail.com

भारत में लगभग 61% मृत्यु जीवनशैली सम्बन्धी रोगों तथा गैर-सञ्चारी रोगों के कारण होती है। आयुर्वेद के अनुसार सभी प्रकार के रोगों की उत्पत्ति वात, पित्त, और कफ के विषमता के कारण होती है। तीनों दोषों के कुपित होने से व स्वस्थ जीवनपद्धति का अनुसरण न करने से अनेक प्रकार के जीवनशैली सम्बन्धी विकारों का भी जन्म होता है। वर्तमान समय के व्यस्त जीवन में व्यवस्थित जीवनपद्धति का अनुसरण लोगों में देखने को नहीं मिलता है। परिणामस्वरूप वे विभिन्न प्रकार के विकारों से ग्रसित होते हैं। लोगों का अपने पर्यावरण के साथ अनुचित सम्बन्धों का परिणाम ही जीवनशैली सम्बन्धी रोग है। जीवनशैली से जुड़े विकारों में योगदान देने वाले मुख्य कारकों में अनुचित आहार, शारीरिक निष्क्रियता, अपर्याप्त निद्रा, व्यायाम का अभाव, मनोवैज्ञानिक असन्तुलन आदि प्रमुख हैं। ये सभी प्रकार के कारण जीवनशैली सम्बन्धी रोगों को बढ़ावा देते हैं और परिणामस्वरूप व्यक्ति को मधुमेह, उच्चरक्तचाप, हृदयरोग, कर्करोग जैसे अनेक गम्भीर रोगों का सामना करना पड़ता है। इन सभी रोगों का निवारण के लिये आयुर्वेदशास्त्र में अनेक उपायों तथा उपचारों का सुष्ठु वर्णन देखने को मिलता है। प्रस्तुत शोधपत्र में जीवनशैली से उत्पन्न विकारों की एवं उसके निवारण के लिये आयुर्वेदीय जीवनशैली, उपचार तथा उचित आहार, दिनचर्या, ऋतुचर्या, गतिविधि एवं व्यायाम, पञ्चकर्म, एवं प्रमुख रोगों के कारण व निदान का विस्तार पूर्वक वर्णन किया गया है। यह शोधपत्र जीवनशैली सम्बन्धी रोगों में मुख्य रूप से मधुमेह, उच्चरक्तचाप, हृदयरोग और कर्करोग के कारण, लक्षण तथा उपचार आदि विषयों पर आधारित है।

प्राकृतिक औषधियों की प्रासङ्गिकता

मधु बाला सिन्हा

निम्बार्क कृष्ण माधवानन्द संस्कृत महाविद्यालय
धानामठ, पटना, बिहार

madhubala.snkpat@gmail.com

पृथ्वी के सभी प्राणी अपने अस्तित्व की सुरक्षा एवं स्वस्थ जीवन के लिए सदैव प्रयत्नशील रहते हैं। मनुष्य भी इसका अपवाद नहीं अतः रोगों से बचाव एवं रोगों के निदान के लिए प्रयास करना स्वाभाविक है। समय एवं परिस्थिति के अनुसार रोगोपचार में परिवर्तन-संशोधन होते रहे किन्तु प्रकृतिप्रदत्त कुछ ऐसी औषधियाँ हैं जो युगान्तर से ग्राह्य एवं प्रासङ्गिक हैं। इन औषधियों का वर्णन आयुर्वेद में विस्तार से किया गया है। अथर्ववेद के भैषज्य एवं आयुष्य सूक्त आदि में विभिन्न रोगों के लक्षण एवं रोगोपचार के अनेक प्राकृतिक साधन वर्णित हैं। जिनका अनुसरण कर मनुष्य लाभान्वित होता रहा है। परम्परागत औषधियों में आयुर्वेद में वर्णित वनस्पतियों का महत्त्वपूर्ण स्थान है। हम अनेक वनस्पतियों का उपयोग रोगोपचार के लिए करते हैं। इनमें हमारे दैनिक जीवन में उपयोग में आने वाले अदरक, लहसुन, हल्दी, लौंग, दालचीनी, अजवाइन आदि मसाले तथा तुलसी, नीम, आँवला, अश्वगन्धा, घृतकुमारी, गिलोय, ब्राह्मी, पिप्पली, अमृता, कुल्थी, सदाबहार आदि प्रमुख हैं। हजारों साल से इन औषधीय पौधों की जड़, पत्ते, तना, छाल, फूल, फल आदि का प्रयोग होता रहा है। परम्परागत चिकित्सा में सूर्य की किरणों की भी गणना होती है। रोगोत्पादक क्रिमियों का नाश करने वाला सूर्य बल प्रदान करता है। वर्तमान समय में भी चिकित्सक सूर्य के प्रकाश (धूप) के सेवन की सलाह देते हैं। जल द्वारा चिकित्सा की परम्परा पूर्व से ही रही है। जल को भी उत्तम औषध माना गया है। ज्वर, उन्माद, शारीरिक पीड़ा, मानसिक व्यथा आदि में शीतल जल से स्नान लाभदायक है। जलचिकित्सा द्वारा व्रणादि को भी ठीक किया जाता रहा है। उत्तम स्वास्थ्य के लिए उचित मात्रा में जल का सेवन आवश्यक है। इसके अतिरिक्त गौ-दुग्ध, संयमित जीवनशैली, सकारात्मक सोच, शाकाहार तथा मानसिक सन्तुष्टि की गणना सर्वोत्तम औषधियों में की गयी है। अतः स्वस्थ रहने के लिए प्राकृतिक संसाधनों का उचित प्रयोग आज भी प्रासङ्गिक है।

वैदिक भैषज्यशास्त्र की आधुनिक युग में उपादेयता

21 Oct
12:24 PM
TS-5

ममता मेहरा

स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग
मगध विश्वविद्यालय, बोधगया, बिहार

gloriousorchid.mamta@gmail.com

ऋषियों द्वारा प्रणीत चिकित्सा का प्रथम निदर्शन वेदों में सूत्ररूप में तथा 'आयुर्वेद' नामक उपवेद में एक समग्र शास्त्र के रूप में संवर्धित एवं पोषित हुआ। 'अथर्ववेद' आयुर्वेद विषयक सामग्री का आदि आकर-ग्रंथ है जिसमें विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों, औषधियों, कृमियों, विष-रोगनाशन आदि का विस्तार से विवेचन मिलता है, जिसे विश्व के चिकित्सकीय ज्ञान का आधार कहा जाना अतिशयोक्ति नहीं होगी। आज विश्व के अनेकानेक देशों में आयुर्वेद एवं वैदिक चिकित्सा-पद्धतियों को सम्मान प्राप्त हो रहा है तथा लोग हमारी प्राचीन चिकित्सकीय पद्धतियों को स्वीकार कर रहे हैं। इसका मूलकारण यह है कि वैदिक भैषज्यशास्त्र में रोग की प्रकृति एवं प्रकार के आधार पर प्राकृतिक उपचार की व्यवस्था अपनायी गयी है। कृत्रिम साधनों को चिकित्सा का माध्यम न बनाकर यहाँ प्रकृतिप्रदत्त श्रेष्ठ तत्त्वों द्वारा रोगों के उपशमन हेतु प्रयोगविधियाँ निर्मित की गयी हैं। ऐसी विशिष्ट विधियों में सूर्यचिकित्सा, मन्त्रचिकित्सा, औषधचिकित्सा, जलचिकित्सा, विषचिकित्सा, मानसचिकित्सा, स्पर्शचिकित्सा, वायुचिकित्सा आदि प्रमुख हैं। वैदिक चिकित्सकीय चिन्तन, रोग, रोग के लक्षण, उपचारादि का विधान करने के साथ ही केवल स्वस्थ रहने की कामना नहीं करता अपितु प्रसन्न एवं स्वस्थ रहते हुए दीर्घायुष्य की कामना करता है। प्राकृतिक होने के कारण वैदिक भैषज्यशास्त्र के सभी चिकित्सकीय विधान किसी भी प्रकार के दुष्प्रभावों से विरहित होते हैं तथा रोगी को शीघ्र ही नैसर्गिक एवं त्वरित लाभ प्रदान करते हैं। अतः शारीरिक स्वास्थ्य की सिद्धि में वैदिक ऋचाओं का विशिष्ट योगदान है जो वर्तमान परिप्रेक्ष्य में भी आधुनिक चिकित्सा विज्ञानियों के लिए अन्वेषण का पर्याप्त स्थल उपलब्ध कराते हैं। अतः प्रस्तुत शोध पत्र में वैदिक भैषज्यशास्त्र में वर्णित चिकित्सा पद्धतियों के साथ साथ वृक्षायुर्वेद तथा प्राकृतिक औषधियों पर विस्तारपूर्वक चिन्तन किया जायेगा।

21 Oct
12:32 PM
TS-5

बीमारियों के संक्रमण में आहार की भूमिका

मयूरी झा

संस्कृत-विभाग, मैत्रेयी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

mayurijha290@gmail.com

आयुर्वेद सम्पूर्ण विश्व की सबसे प्राचीन चिकित्सा पद्धति में से एक है। इसका ज्ञान हमें वेदों से प्राप्त होता है क्योंकि सर्वाधिक प्राचीनतम ग्रन्थ ऋग्वेद का उपवेद आयुर्वेद है जो आयुर्वेद=आयु+वेद इन दो शब्दों से मिलकर बना है। इसका शाब्दिक अर्थ है आयु से सम्बन्धित ज्ञान। अर्थात् जिस शास्त्र में आयु का अस्तित्व हो, जिससे आयु का ज्ञान हो, जिससे आयु की प्राप्ति हो उसे आयुर्वेद कहते हैं। हित आयु, अहित आयु, सुख आयु और दुख आयु तथा उसके लिए हितकर पथ्य(द्रव, गुण, कर्म) या अहितकर अपथ्य, आयु का मान, प्रमाण अवधि व उसके लक्षणों का वर्णन जहाँ मिले उसे आयुर्वेद कहते हैं। सत्व गुण प्रधान व दैवी सम्पदा युक्त प्राणी की आयु को हित आयु कहते हैं। सुख आयुर्वेदिक स्वस्थवृत्त का विधिवत् सेवन करने के प्रतिफल स्वरूप प्राप्त सुखमय जीवनकाल ही सुख आयु है। इसके विपरीत दुख आयु है। हित- अहित शब्द को आयुर्वेद में पथ्य- अपथ्य के लिए प्रयोग किया जाता है। आयु के भेदोपभेदों का वर्णन जिसमें प्राप्त होता है उसे आयुर्वेद कहते हैं। आयु के सन्दर्भ में आचार्य चरक कहते हैं- शरीर, इन्द्रिय, सत्व (मन) और आत्मा इन चारों के संयोग को आयु कहते हैं। आयुर्वेद में तीन प्रकारों के रोगों के विषय में वर्णन किया गया है- प्राकृत, बाह्य, प्रभाव। प्राकृत रोग शरीर के तीन दोष वात-पित्त-कफ में असन्तुलन के कारण उद्भूत होते हैं। बाह्य रोग प्रदूषित वायु, बैक्टीरिया, वायरस आदि से उत्पन्न होते हैं। मनोवैज्ञानिक रोग व्यक्तियों की अतृप्त कामनाओं के रहने और बलात् अवाञ्छित स्थितियों को सहने से व्यक्ति के शरीर में पनपते हैं। आयुर्वेद में आहार- विहार का भी विश्लेषण किया गया है। सात्विक, राजसिक और तामसिक तीन प्रकार के आहार बतलाए गये हैं। देश एवं काल के अनुरूप आहार का सेवन न करने से रोगों की उत्पत्ति होती है, प्रस्तुत शोधपत्र में रोगों के कारण के रूप में विपरीत आहार की भूमिका को स्पष्ट करने का प्रयास किया जाएगा।

प्राकृतिक ओषधियों का वेदों में वर्णन

मीरा शर्मा

संस्कृत-विभाग, मुक्त शिक्षा परिसर
दिल्ली विश्वविद्यालय

meera.pandit24@gmail.com

21 Oct
12:40 PM
TS-5

संस्कृत साहित्य को मुख्यतः दो वर्गों में विभक्त किया जाता है—वैदिक साहित्य एवं लौकिक साहित्य। वैदिक साहित्य के अंतर्गत वेद, ब्राह्मण ग्रन्थ, आरण्यक एवं उपनिषद् आदि ग्रन्थ आते हैं, जबकि लौकिक साहित्य के अंतर्गत रामायण, महाभारत, पुराणादि ग्रन्थ आते हैं। वस्तुतः संस्कृत साहित्य अत्यन्त विशाल है जिसमें लौकिक जगत् से लेकर अलौकिक जगत् तक के सभी प्रकार के विषयों का संकलन है। इस भौतिक जगत् की यात्रा के लिए मानव शरीर का अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान है, इसलिए कहा भी गया है— “शरीरमाद्यं खलुधर्मसाधनम्।” स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास होता है, इस सर्वसम्मत मान्यता के अनुसार प्रत्येक मानव के लिए सर्वप्रथम अपने शरीर को स्वस्थ रखना एक महत्त्वपूर्ण कर्तव्य बन जाता है, क्योंकि स्वस्थ शरीर ही एक ऐसा साधन है जिससे मानव अपने सर्वकार्य संपादित कर पाता है। इस मानव शरीर को स्वस्थ एवं दीर्घायु प्रदान करने वाला शास्त्र आयुर्वेद कहा जाता है। आजीवन मानव को आयुर्वेद की आवश्यकता बनी रहती है। यही कारण है कि वैदिक साहित्य के साथ-साथ लौकिक साहित्य में आयुर्वेद सम्बन्धी अनेकानेक औषधियों, वनस्पतियों, चिकित्सा-पद्धतियों आदि का वर्णन प्राप्त होता है। वेदों को ज्ञानराशि का भण्डार कहा जाता है। अतएव आयुर्वेद सम्बन्धी अनेक सन्दर्भ ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, अथर्ववेद सभी वेदों में प्राप्त होते हैं। आयुर्वेद का उद्गम स्थान अथर्ववेद होने के कारण, उसमें अन्य वेदों की अपेक्षा आयुर्वेद सम्बन्धी जानकारी प्रचुर मात्रा में प्राप्त होती है। इन वेदों में मानव शरीर को स्वस्थ रखने की दृष्टि से अत्यन्त महत्त्वपूर्ण मानी जाने वाली प्राकृतिक ओषधियों का वर्णन किया गया है। आधुनिक युग की चिकित्सा-पद्धति की कृत्रिम दवाईयों की अपेक्षा प्राकृतिक ओषधियाँ अधिक गुणकारी व लाभप्रद होती हैं। आधुनिक युग में प्राकृतिक-ओषधियों के ऊपर हो रहे अध्ययनों से पता चलता है कि इस विषय की प्रासंगिकता आधुनिक युग की अव्यवस्थित एवं रोगग्रस्त जीवन-शैली के लिए अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है। इस प्रकार का शोध वेदों में आयुर्वेद सम्बन्धी सिद्धान्तों का अध्ययन करने के इच्छुक पाठकों के लिए समीचीन रहेगा।

आयुर्वेद में दोष की अवधारणा

मोहनी दुबे

तुलनात्मक भाषा एवं संस्कृति विभाग
बरकतउल्ला विश्वविद्यालय, भोपाल, मध्यप्रदेश

आयुर्वेद हजारों वर्षों से स्वस्थ जीवन जीने का रास्ता ही नहीं दिखाता अपितु स्वस्थ जीवन जीने के लिए यह रोगों के उपचार का एक सरल तरीका भी है जिसके कारण हम आयुर्वेद के सिद्धान्तों व अवधारणाओं का प्रयोग करना नहीं छोड़ते। आयु सम्बन्धी वेद को आयुर्वेद कहते हैं। आचार्य सुश्रुत के अनुसार- *आयुरस्मिन् विद्यते, अनेन वाऽऽयुर्विन्दयात्यायुर्वेदः।* अर्थात् आयु से सम्बन्धित ज्ञान और दीर्घायु के उपायों की चर्चा जिस शास्त्र में है, उसे आयुर्वेद कहते हैं। प्राचीन समय में महर्षियों की दृष्टि आत्मदर्शन की ओर गई, तो उन्होंने शरीर को सुरक्षित रखने की व्यवस्था की क्योंकि बिना स्वस्थ शरीर के आध्यात्म दर्शन अधूरा है। यदि शरीर स्वस्थ ना हो तो साधन किस प्रकार सम्पन्न होगा। यह समझकर महर्षियों द्वारा योग शास्त्र की क्रियाओं से शरीर की शुद्धि की व्यवस्था की गई, परन्तु केवल योग से शरीर स्वस्थ व शुद्ध नहीं रह सकता। आयुर्वेद के अनुसार सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड पञ्चतत्त्वों से मिलकर बना है। यह हैं- पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश। इन्हें पञ्चमहाभूत कहा जाता है। मनुष्य के शरीर में तीन प्रकार के दोष या विकार उत्पन्न हो जाते हैं, जो हैं- वात, पित्त और कफ। वात दोष से शरीर में कोशिकाओं का आवागमन रुक जाना। पित्तदोष से शरीर के तापक्रम का निर्धारण होता है और कफ दोष से पसीना व चिकनाई के बीच सन्तुलन आवश्यक है, इन्हें त्रिदोष कहा जाता है। जिस पुरुष के दोष ,धातु, मल तथा अग्नि व्यापार सम हो तथा जिसकी इन्द्रियाँ मन तथा आत्मा प्रसन्न हो, वही स्वस्थ है। सुश्रुत संहिता के अनुसार स्वस्थ पुरुष तीनों दोषों वात-पित्त-कफ समान होने से ही स्वस्थ समझा जाता है। आयुर्वेद मन, शरीर और चेतना में सन्तुलन बनाते हुए दोषों को सन्तुलन में रखता है। तीनों दोष जब सम मात्रा में होते हैं तो शरीर स्वस्थ रहता है तथा जब वे दोष असमान मात्रा में होते हैं तो व्याधि उत्पन्न करते हैं। इनकी असमानता इनके बढ़ने या घटने पर उत्पन्न होती है अतः जब ये दोष शरीर में बढ़ते या घटते हैं तो शरीर में व्याधि उत्पन्न करते हैं। इन विषम हुए दोषों को सम बनाना ही आयुर्वेद चिकित्सा शास्त्र का उद्देश्य है।

जड़ी बूटियों और पौधों के औषधीय मूल्य

मोहिनी काशिद

S. M. B. S. Thorat College of Arts, Science & Commerce
Sangamner, Ahmednagar, Maharashtra

kashidm640@gmail.com

21 Oct
2:08 PM
TS-6

यह अनुसन्धान पत्र जड़ी बूटियों और पौधों के औषधीय मूल्यों के बारे में एक मूलभूत अध्ययन प्रस्तुत करता है। यह अध्ययन पौधों (Aloe vera, Mentha spicata, Adhatoda vasica, Ocimum sanctum) के औषधीय उपयोग के महत्वपूर्ण पक्षों को विश्लेषित करता है, जो मानव स्वास्थ्य और उपचार के क्षेत्र में एक महत्वपूर्ण योगदान कर सकते हैं। औषधीय पौधों के प्राचीन और सामूहिक ज्ञान का उपयोग करके, हमने इस अनुसन्धान के दौरान विभिन्न जड़ी बूटियों और पौधों के विभिन्न रोगों के इलाज में उनका उपयोग और उनके स्वास्थ्य लाभों का अध्ययन किया। हमने इन औषधीय पौधों के सक्रिय घटकों का विशेष ध्यान दिया और उनके फार्माकोलॉजिकल गुणों को जाँचा। इस अनुसन्धान के परिणामस्वरूप, हम यह सिद्ध कर पाते हैं कि जड़ी बूटियों और पौधों में मौजूद औषधीय गुण स्वास्थ्य सेवाओं में एक महत्वपूर्ण संयोजक हो सकते हैं। यह पत्र औषधीय पौधों के साक्षर उपयोग के लिए नए और प्रभावी उपचार विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

चरकसंहिता में निरूपित ऋतुचर्या

मुकेश कुमार मिश्र

संस्कृत-विभाग, देशबन्धु महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय

mukeshsnk@gmail.com

21 Oct
2:16 PM
TS-6

आयुर्वेद का न केवल बीजरूप, बल्कि उसका विकसित रूप वैदिक साहित्य, विशेषकर अथर्ववेद में प्राप्त होता है। क्षत्रवेद, भैषज्यवेद आदि अभिधानों से अभिहित एवं भैषज्यसूक्त, आयुष् सूक्त, पौष्टिक सूक्त आदि आयुर्वेदीय चिकित्सासूत्रों से समन्वित अथर्ववेद का उपवेद आयुर्वेद माना जाता है तथा पञ्चम वेद के रूप में इसे परिगणित किया जाता है। ब्रह्मा, दक्ष प्रजापति, अश्विनी कुमार, इन्द्र, भारद्वाज, आत्रेय पुनर्वसु, अग्निवेश से होता हुआ यह पञ्चमवेद शृंगकालीन आचार्य चरक के पास आता है। अग्निवेश द्वारा रचित अग्निवेशतन्त्र को ही संस्कारित, संग्रहीत, परिष्कृत एवं परिवृंहित कर आचार्य चरक ने चरकसंहिता का स्वरूप प्रदान

क्रिया। आयुर्वेदीय चिकित्साशास्त्र के इतिहास की सशक्त परम्परा का प्रतिनिधित्व करनेवाला यह ग्रन्थ कायचिकित्सा का उपजीव्य होने के साथ-साथ सैद्धान्तिक एवं दार्शनिक चिन्तन से समन्वित होने के कारण आयुर्वेद के मूल एवं प्रामाणिक स्रोत के रूप में परिगणित है तथा इसे आयुर्वेदीय वाङ्मय का विश्वकोश एवं आकरग्रन्थ माना जाता है। सम्प्रति इस ग्रन्थ का कलेवर आठ स्थानों एवं 120 अध्यायों का है। आयुर्वेदीय चिकित्सा को वैज्ञानिक धरातल पर प्रतिष्ठित करने का सामर्थ्य इस ग्रन्थ को ही प्राप्त है। सूत्रस्थान नामक इसके प्रथम स्थान का छठा अध्याय तस्याशितीय अध्याय के नाम से ख्यात है। इस अध्याय में विविध ऋतुओं के अनुकूल आहार-विहार की चर्चा विशेष रूप से की गई है। हेमन्त, शिशिर, वसन्त, ग्रीष्म, वर्षा, शरद् - इन छह ऋतुओं में मनुष्य की प्रकृति के अनुरूप कैसा आहार-विहार होना चाहिए? - इसकी विस्तृत चर्चा यहाँ प्राप्त होती है। कायचिकित्सा के लिए ऋतु के साथ मनुष्य की प्रकृति के साथ ऋतु के अनुकूल आहार-विहार स्वास्थ्य के लिए हितकारी व लाभकारी होता है। अन्यथा अतिक्रमण होने पर मानव शरीर विविध व्याधियों से ग्रसित हो जाता है जो आयु की निरन्तरता के लिए अहितकारी सिद्ध होता है। प्रस्तुत शोधपत्र के द्वारा कायचिकित्सा के लिए अनिवार्य घटक के रूप में स्वीकृत एवं चरकसंहिता में निरूपित ऋतुचर्या के वैज्ञानिक एवं चिकित्सकीय पक्ष का अवलोकन किया जाएगा। साथ ही इस बात की चर्चा की जाएगी कि आज के व्यस्त जीवन में इस ऋतुचर्या का कितना महत्त्व है जिसका पालन स्वस्थ शरीर के लिए परमावश्यक है।

21 Oct
2:24 PM
TS-6

पारम्परिक चिकित्सा में शमी के वृक्ष का महत्त्व

तनुजा मुद्गल¹ एवं प्रमोद कुमार सिंह²

¹प्राच्यविद्या अध्ययन एवं अनुसंधान परिषद्, नयी दिल्ली, भारत

²स्कूल ऑफ इंडिक स्टडीज, इंस्टीट्यूट ऑफ एडवांस्ड साइंसेज, डार्टमाउथ, यूएसए

¹tanujamudgil@yahoo.in

²pramodsingh.du@gmail.com

शमी के पौधे का वानस्पतिक नाम अकेसिया पॉलियाकन्था विल्ड (Acacia Polyacantha Willd) है। इसके अन्य नाम हैं - छिकुर, गोन्हारिया, समी, सिकांत। इसे नियमित रूप से धूप की आवश्यकता होती है। यह पौधा रेतीली और दोमट मिट्टी में उत्पन्न होता है। मिट्टी का पीएच स्तर हल्का अम्लीय होना आवश्यक है। इस पौधे का अनुमानित आकार 15 से 20 फीट लम्बा और 10 से 15 फीट चौड़ा होता है। इसके फूल धीमी गति से बढ़ते हैं और हल्के पीले रंग में लगभग सफेद होते हैं, और फल सिरे पर त्रिकोण होने के साथ सपाट होते हैं। इसके आधार पर एक पतला डंठल होता है। इसे हल्के प्रकाश और 9 से 20 डिग्री सेल्सियस तापमान की जरूरत होती है। यह मध्य प्रदेश, गुजरात, राजस्थान अथवा अधिक गर्मी वाले

स्थलों में पाया जाता है, तथापि इसे अधिक पानी की आवश्यकता नहीं होती है। इस पौधे का धार्मिक महत्त्व के साथ-साथ ज्योतिषीय एवं औषधीय महत्त्व भी होता है। धार्मिक मान्यता के अनुसार घर में शमी का पेड़ लगाने से सुख, शांति व धन की प्राप्ति होती है, साथ ही यह नकारात्मक ऊर्जा से भी बचाता है। इसे शनिदेव से सम्बन्धित माना जाता है। औषधि के क्षेत्र में भी इस पौधे का बहुत महत्त्व है। इससे कई बीमारियों यथा- मानसिक विकार, सिज़ोफ्रेनिया, श्वसन मार्ग के संक्रमण, दाद, दस्त, प्रदर, आदि के उपचार में प्रयोग किया जाता है। इसके सूखी छाल को अल्सर के निदान उपचार में प्रयोग किया जाता है, जबकि पिसी हुई छाल का काढ़ा गले में खराश और दांत दर्द में राहत देता है। इसके पत्तों के रस का प्रयोग आंत में मौजूद परजीवी कृमि को मारने हेतु किया जाता है। एतदतिरिक्त यह शरीर के कफ तथा पित्तदोष को संतुलित करने में अत्यन्त लाभदायक होता है। यह खुजली वाले चर्म रोग, बिच्छू के काटने, रक्तस्राव संबंधी विकारों और आंखों तथा चेहरे में जलन के इलाज में भी फायदेमंद है। आयुर्वेद के अनुसार बार-बार गर्भपात से पीड़ित महिलाओं को भी इस सेवन करने की सलाह दी जाती है। चेहरे के बाल हटाने के लिए भी शमी के पौधे के फलों का अर्क प्रयोग में लाया जाता है। प्रस्तुत शोधपत्र में शमी के वृक्ष के ज्योतिषीय एवं धार्मिक महत्त्व को रेखांकित करते हुए पारम्परिक चिकित्सा में इसकी उपयोगिता पर सविस्तर प्रकाश डाला जाएगा।

भारतीय ज्ञान परम्परा में योग और आयुर्वेद का अष्टाङ्गत्व

नीलम गौड

संस्कृत विभाग, आत्माराम सनातनधर्म कॉलेज
दिल्ली विश्वविद्यालय

neelam.gaur2299@gmail.com

21 Oct
2:32 PM
TS-6

ईश्वर द्वारा प्रदत्त शरीर को स्वस्थ रखना पुरुषार्थ चतुष्टय अर्थात् मानव जीवन के उद्देश्य की पूर्ति के लिए अनिवार्य है, इसीलिए महाकवि कालिदास ने कुमारसम्भव के पञ्चम सर्ग में कहा है- शरीरमाद्यं खलु धर्म साधनम्। योग और आयुर्वेद भारतीय वैदिक साहित्य के सागर से उत्पन्न अमृत तत्वरूपी विद्याएँ हैं ये दोनों ही विद्याएँ मूल रूप से ईश्वर द्वारा उत्पन्न हैं। दोनों का ही उपदेश मानव जाति के कल्याण के लिए किया गया है। एक प्रसिद्ध श्लोक में यह भाव प्रकट किया गया है कि योग से चित्त का, पद अर्थात् व्याकरण से वाणी का और वैद्यक से शरीर का मल- जिन्होंने दूर किया, उन मुनि श्रेष्ठ पतञ्जलि को मैं करबद्ध नमन करता हूँ। यद्यपि यह श्लोक महर्षि पतञ्जलि के कृतित्व को बताता है तथापि योग और आयुर्वेद के सम्बन्ध को भी प्रकाशित करता है। श्लोक के तात्पर्य को पुष्ट करने के लिए अनेकों शास्त्रीय उदाहरण मिलते हैं जो योग और आयुर्वेद के सम्बन्ध को प्रमाणित करते हैं। प्रस्तुत शोध पत्र में योग और

आयुर्वेद का संक्षिप्त परिचय, उद्देश्य एवं प्रमुख सिद्धान्त बताते हुए व्यावहारिक पक्ष पर चर्चा की जाएगी। विशेष रूप से अष्टाङ्गयोग और आयुर्वेद के आठ अङ्गों की वर्तमान में प्रासङ्गिकता पर विचार किया जाएगा।

21 Oct
2:40 PM
TS-6

योग दर्शन में स्वास्थ्य का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक स्वरूप

नीलम शर्मा

संस्कृत-विभाग

कु० मायावती राजकीय महिला स्नातकोत्तर महाविद्यालय
बादलपुर, गौतम बुद्ध नगर, उत्तर प्रदेश

neelamsharma.du@gmail.com

भारतीय ज्ञान की अद्भुत धरोहर योग दर्शन एक अध्यात्मविद्या है, पूर्ण विज्ञान है, स्वस्थ जीवन जीने की शैली है और सम्पूर्ण विश्व में लोकप्रिय महत्त्वपूर्ण चिकित्सा पद्धति है। वेद, उपनिषद, स्मृति, पुराण, महाभारत, श्रीमद्भगवद्गीता आदि में योग की विविध रूपों में चर्चा की गई है। योग दर्शन अपनी चेतना का बोध है। जब चित्त की समस्त वृत्तियों का पूर्णतया निरोध हो जाता है वही स्थिति योग है। जब चित्त की समस्त वृत्तियों का निरोध हो जाता है तब आत्मतत्व का साक्षात्कार होता है। योग के विविध प्रकारों में हठयोग और राजयोग मुख्यतः स्वास्थ्य लाभकारी हैं। स्वास्थ्य एक सकारात्मक अवधारणा है, स्वास्थ्य केवल रोग अथवा दुर्बलता का अभाव नहीं अपितु सम्पूर्ण शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक कल्याण की अवस्था है। योगदर्शन इसमें महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। योगदर्शन केवल शारीरिक व्यायाम और प्राणायाम मात्र नहीं अपितु शारीरिक, मानसिक, नैतिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक कल्याण में सहायक हैं। योग के अभ्यास द्वारा स्वास्थ्य संवर्धन करते हुए समस्त दुःखों को समाप्त किया जा सकता है। इस यौगिक साधना के लिए महर्षि पतञ्जलि ने अष्टाङ्ग योग का प्रतिपादन किया है। यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि ये योग के आठ अङ्ग हैं। जिनमें से यम और नियम से शारीरिक तथा सामाजिक स्वास्थ्य प्राप्त किया जा सकता है तथा आसन, प्राणायाम और प्रत्याहार शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए परम लाभकारी हैं। धारणा, ध्यान और समाधि से मनुष्य मात्र मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य लाभ कर सकता है और आत्मतत्व का साक्षात्कार कर सकता है। योग के सम्यक् अभ्यास द्वारा आधुनिक जीवन शैली जनित विभिन्न शारीरिक एवं मानसिक रोगों से मुक्त हो सकते हैं।

आयुर्वेद में स्त्रीरोगों की चिकित्सा

नुरिमा इयाच्चिन

कुमारभास्करवर्मसंस्कृत-पुरातनाध्ययन विश्वविद्यालय

nurimayeasmin786@gmail.com

21 Oct
2:48 PM
TS-6

आयुर्वेद जीवन का विज्ञान है। चिकित्सा की एक पारम्परिक प्रणाली है आयुर्वेद। आयुर्वेद की शाश्वत धारा समस्त चिकित्सा-पद्धतियों की अनुप्राणित करती है। आयुर्वेद में स्त्रीरोगों की चिकित्सा का महत्वपूर्ण स्थान है। यह आयुर्वेद की एक विशेष शाखा है जो महिलाओं के स्वास्थ्य और उसके उपचार पर विशेष रूप से ध्यान देती है। महिलाओं के भिन्न रोगों के बारे में इसमें विवेचन है। मासिक धर्म से सम्बन्धित समस्याएँ, गर्भावस्था, प्रसूतितन्त्र, स्त्रीस्वास्थ्य का संरक्षण इत्यादि विषयों पर आयुर्वेद में विवेचना की गयी है। आयुर्वेद में स्त्रीरोग और उसकी चिकित्सा के बारे में अर्थात् किस तरह से स्त्रीरोगों को प्रभावी ढंग से प्रबन्धित किया जा सकता है उस विषय में विस्तृत जानकारी दी गई है। प्रसूतितन्त्र यानी स्त्रीरोग आयुर्वेद की मुख्यशाखाओं में से एक है। ऐसा माना जाता है कि अगर गर्भावस्था के दौरान आयुर्वेदिक तरीकों का पालन किया जाए, तो जटिलतामुक्त प्रसव होता है।

रोग निवारणार्थ सूर्यचिकित्सा : एक वरदान

पीयूष वाघजीभाई लिंबासिया

सौराष्ट्र विश्वविद्यालय

राजकोट, गुजरात

piyushlimbasiya777@gmail.com

21 Oct
2:56 PM
TS-6

साम्प्रत परिस्थिति में प्रत्येक व्यक्ति अस्वस्थ दिखाई दे रहा है। हर कोई शारीरिक वा मानसिक पीड़ा से पीड़ित है। इस समय आतुरालयों की संख्या बढ़ रही है। एलोपैथी के असीमित प्रयोग से शारीरिक स्वास्थ्य दीर्घायु रहेगा, ऐसा मान लेना उचित नहीं है। शारीरिक अक्षमता के कारण मृत्यु दर बढ़ती ही जा रही है। जीवेमः शरदः शतम्, मोदामः शरदः शतम्। ऐसी वेदोक्त प्रार्थना का मूल उद्देश्य यही है कि धर्म (स्व-कर्तव्य) के लिए स्वास्थ्य का स्थिर रहना अनिवार्य है। कालिदास की उक्ति अनुसार शरीर ही धर्म का प्रथम साधन है, किन्तु आज की समस्याओं को ध्यान में रखते हुए धर्म तो दूर, स्व अस्तित्व का बनाए रखना संघर्षमय बन गया है। आज के बदलते युग में लोगों को तीव्र परिणाम की अपेक्षा है, जिसकी आपूर्ति एलोपैथिक मेडिकल साइंस कर सकता है परन्तु इसके कई सारे दुष्प्रभाव भी हैं। देहलीदीपकन्याय अनुसार रोगों

का निवारण भी हो, और दुष्प्रभाव भी न हो, ऐसी चिकित्सा का वरदान हमें ऋषि मुनियों ने प्रदान किया है। जिसमें से एक प्राकृतिक चिकित्सा में मूलभूत “सूर्यचिकित्सा” है। *अपामिवां सविता साविषत्*। इस वैदिक सूक्ति अनुसार सूर्य देव की आराधना करने मात्र से अनेक रोगों से मुक्त हो सकते हैं। सूर्य के आलोक में सुखद आयुर्वेदिक औषधियों को रखकर उनका उपयोग किया जा सकता है, जो कि रोगों चिकित्सा में मदद कर सकती हैं। हिरण्यगर्भ की किरणों में ऐसी कौनसी जीवनी शक्ति होती है, जिससे शारीरिक स्वास्थ्य सबल होता है, उसका विवेचन करना इस शोध पत्र का मुख्य उद्देश्य है।

21 Oct
3:04 PM
TS-6

रसेश्वरदर्शन के रसहृदयतन्त्र में पारद संस्कारों का परिचयात्मक स्वरूप

प्रदीप

संस्कृत विभाग (साहित्य विद्यापीठ)
महात्मा गांधी अन्तरराष्ट्रीय हिन्दी विश्वविद्यालय, वर्धा, महाराष्ट्र

pardeepjnu08@gmail.com

भारतीय ज्ञानपरम्परा का उत्स वैदिक साहित्य से माना गया है। वैदिक साहित्य में मानव कल्याण के लिए इन्द्र, अग्नि, वरुण और रुद्र तथा मरुत् आदि देवताओं के सन्दर्भ में ‘देवानां भिषक्’ की संज्ञा प्रदान की गई है। यजुर्वेद में रुद्र देवता को प्रथम भिषक् के रूप में माना गया है। रुद्र को समस्त रोगों को नष्ट करने वाला तथा गौ, अश्व एवं पुत्रादि के सभी रोगों को नष्ट करने वाली औषधियों को उत्पन्न करने वाला कहा गया है। इसी प्रकार से अश्विनी कुमारी को भी ‘देवानां भिषजौ’ कहा गया है। इस प्रकार से मानव स्वास्थ्य के लिए आरोग्य, बल, दीर्घायु आदि विविध विषयों का वर्णन वैदिक साहित्य में पदे पदे परिलक्षित होता है। भारतीय मनीषा ने इन विषयों पर स्वमेधा से अनेक रहस्यात्मक प्रयोग सिद्ध किए हैं। यह ज्ञानविधा रसशास्त्र, आयुर्वेद दर्शन एवं रसेश्वर दर्शन आदि विविध नामों से सुपसिद्ध है। रसेश्वरदर्शन का संकेतरूप वर्णन सर्वदर्शनसंग्रहकार माधवाचार्य ने अपने ग्रन्थ में किया है। इसमें रसेश्वर दर्शन के प्रमुख विषयों का संकेतरूप में वर्णन मिलता है। रसेश्वरदर्शन को भारतीय ज्ञान परम्परा का शैव दार्शनिक सम्प्रदाय माना जाता है। कतिपय ग्रन्थों में इसका समय प्रथम शताब्दी माना गया है। इसमें माहेश्वर (परम शिव) के रूप में स्वीकार किया गया है। रसेश्वर दर्शन में जीवनमुक्ति के लिए रस अर्थात् पारद रस का प्रयोग अनिवार्य माना गया है। यही मोक्ष का कारण है। यथा- “संसारस्य परं पारं दत्तेऽसौ पारदः स्मृतः”। रसेश्वर दर्शन के ग्रन्थों में पारद का वर्णन सर्वत्र परिलक्षित होता है। इस क्रम में रसहृदयतन्त्र ग्रन्थ रसेश्वरदर्शन के आधारभूत ग्रन्थों में सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण माना जाता है। इसको रसेश्वरदर्शन का आधारभूत अद्वितीय ग्रन्थ कहा गया है। इसका विभाजन अवबोधों में किया गया है। इसमें कुल नवदशम अवबोध हैं।

इसके द्वितीय अवबोध में पारद संस्कारों के स्वरूप का सरलतम वर्णन किया गया है। जिसमें पारद के संस्कार एवं संस्कारित पारद के स्वरूप का वर्णन प्रतिपादित है। पारद के रसात्मक ब्रह्मसदृश स्वरूप का वर्णन करते हुए रसेन्द्रचिन्तामणि के प्रारम्भ में कहा गया है कि जिस प्रकार ईश्वर तीनों लोकों को उत्पन्न करते हैं, उसी प्रकार पारद रसात्मक ब्रह्मसदृश से संसार के प्राणि एवं मनुष्यों को जरा व्याधि प्रशमन के द्वारा और शरीर शक्तिवर्धन द्वारा 'रस इति रसेन्द्र' रूप में अनुप्रीणित हैं। प्रस्तुत शोधपत्र में रसेश्वरदर्शन के रसहृदयतन्त्र में वर्णित पारद संस्कारों के स्वरूप का संक्षिप्त विवेचन किया जाएगा।

योग और आयुर्वेद की स्वस्थ भारत में भूमिका: एक अध्ययन

राहुल शर्मा¹ एवं अनुराग पाण्डेय²

^{1,2}विकृति विज्ञान विभाग
आयुर्वेद संकाय, चिकित्सा विज्ञान संस्थान
काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी

¹rahulshrma050795@gmail.com

²dr.anubhu@gmail.com

21 Oct
3:12 PM
TS-6

स्वास्थ्य मनुष्य की सबसे अमूल्य सम्पत्ति है। जो लोग भी अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत होते हैं वे लोग नीरोग तो रहते ही हैं साथ ही भारत की उन्नति में प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से महत्वपूर्ण योगदान देते हैं तथा इसके विपरीत जो लोग अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत नहीं होते वे अपने स्वास्थ्य के साथ ही भारत की अमूल्य निधि को भी नुकसान पहुँचाते हैं। पहले समय में स्वास्थ्य को शरीर का सही सलामत या निरोगी अवस्था होना ही माना जाता था। एक आम धारणा होती थी कि स्वास्थ्य बीमारी का अभाव है, लोग हृष्ट-पुष्ट शरीर को स्वस्थ मानते थे और यह शरीर के अङ्गों (Organs) एवं विभिन्न संस्थानों (Systems) की सामान्य रूप से कार्य करने की स्थिति है, परन्तु बदलते समय के अनुसार स्वास्थ्य का अर्थ और भी व्यापक होता चला गया। मनोवैज्ञानिकों ने मानव व्यक्ति के तीन मुख्य आधार माने हैं। शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक इनका मानव जीवन में विशेष महत्त्व है। इसी प्रकार से हमारे उपनिषदों में स्वास्थ्य के विषय में वर्णन आता है, योग और आयुर्वेद के द्वारा भारत के विकास के साथ ही लोगो के स्वास्थ्य पर भी प्रभाव होता है।

21 Oct
3:20 PM
TS-6

प्रमुख भारतीय पौधों का आयुर्वेदिक महत्त्व

रेखा कुमारी

संस्कृत-विभाग, मैत्रेयी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

rekhakumari2004@gmail.com

आयुर्वेद शब्द की व्युत्पत्ति आयुः + वेद इन दो शब्दों के संयोग से बना है। आयुषो वेदः जो आयु का वेद है, उसे आयुर्वेद कहते हैं। आयु को परिभाषित करते हुए कहा गया है कि शरीर, इन्द्रिय (ज्ञानेन्द्रिय और कर्मेन्द्रिय) मन और आत्मा के संयोग को आयु कहते हैं। चैतन्यानुवर्तनमायुः - चैतन्य की स्थिति को आयु कहते हैं। आयुजीवितकालः - अमरकोष में जीवितकाल को आयु कहते हैं। वेद शब्द विद् ज्ञाने से बना है। इसका प्रयोग चार अर्थों में होता है - ज्ञान, सत्ता, विचार और प्राप्ति अर्थात् (वेत्ति, ज्ञायते), जिससे अस्तित्व का बोध होता है (विद्यते, अस्ति), जिससे आयु के विषय में विचार किया जाये (विचार्यते, चिन्त्यते), जिससे आयु को प्राप्त किया जाये (विन्दते, लभ्यते)। जिस शास्त्र में आयु का अस्तित्व हो, आयु का ज्ञान हो जिसमें आयु सम्बन्धी विचार हो, जिससे आयु की प्राप्ति हो उसे आयुर्वेद कहते हैं। जिस शास्त्र में हितायु, अहितायु, सुखायु और दुःखायु इन तीन आयुओं का वर्णन हो उसे आयुर्वेद कहते हैं। आयुवर्धक, स्वास्थ्यवर्धक उपचार और प्रयोगों की जानकारी हमें आयुर्वेद में मिलती है। इसमें शरीर रचना, औषध संरचना भोज्यों के सेवन, पथ्य सेवन, अपथ्य परिहार, जड़ी-बूटियाँ, रस, धातुरस के समानतापूर्वक प्रयोगों के साथ-साथ अनेक असाधारण असाध्य रोगोपचार का ज्ञान भी प्राप्त कराता है। औषधि का इतिहास उतना ही पुराना है, जितना मानव का। भारतवर्ष में रोगनिवारण के लिए पौधों के प्रयोग का वर्णन सर्वप्रथम ऋग्वेद में मिलता है। ऋग्वेद के सूत्रों में वर्णित अनेक औषधियों के नाम अत्यन्त शुद्ध और स्पष्ट है आज भी उन नामों से पौधों को भली-भाँति पहचान सकते हैं जैसे - सेमल, पीपल, पलाश, पिठवन। अथर्ववेद में भारतीय पौधों का विस्तारपूर्वक वर्णन मिलता है। वेदों की रचना के लगभग 1000 वर्ष तक इस विद्या की उन्नति के कोई प्रमाण नहीं हैं। उसके पश्चात् चरक जिनका समय 300 से 200 ई० पूर्व लगभग माना जाता है भारतीय औषधि विज्ञान के मूल प्रवर्तक थे इनकी रचना चरकसंहिता आज भी वैद्यक का अद्वितीय ग्रन्थ माना जाता है। चरकसंहिता में लगभग 700 औषधियों का वर्णन है। चरक के समय से लेकर अनेक आयुर्वेदाचार्यों, साधु, महात्माओं तथा अनुसन्धानकर्ताओं के सहयोग से भारतीय पौधों की संख्या बढ़ती गई और अब तक लगभग 1500 पौधों में औषधीय गुण बताये जाते हैं। प्रस्तुत शोध-पत्र में कुछ प्रमुख भारतीय पौधों पर प्रकाश डालने का प्रयास किया जाएगा, जिनमें तुलसी, घृतकुमारी, अर्जुन, नीम, आँवला प्रमुख हैं।

वैश्विक परिदृश्य में योग के यम, नियमों की उपादेयता

21 Oct
3:28 PM
TS-6

सत्यवती आचार्या
राजकीय कृषि महाविद्यालय
तारानगर, चूरू, राजस्थान

dr.satyawati@gmail.com

यह सर्वमान्य सिद्धान्त है कि शरीर की उपेक्षा कर धन अर्जित किया जा सकता है परन्तु धन लगाकर पूर्ण स्वास्थ्य प्राप्त नहीं किया जा सकता। 'युज्' धातु से निष्पन्न योग शब्द का अर्थ है जुड़ना या मिलना। योग, शरीर और मन को स्वस्थ रखने की एक आध्यात्मिक प्रक्रिया तथा जीवन जीने की स्वस्थ पद्धति है। महर्षि पतञ्जलि द्वारा प्रदत्त योग के आठ अङ्ग समस्त मानव जाति के लिए एक अनमोल उपहार हैं। योगसूत्र में कहा गया है "योगश्चित्तवृत्ति निरोध" अर्थात् चित्त की समस्त वृत्तियों का निरोध ही योग है, दूसरे शब्दों में कहें तो मन एवं इन्द्रियों का संयम ही योग है। इन आठ अङ्गों में प्रथम यम तथा नियम जीवन में आत्मसात करने पर सभी प्राणी सुखी तथा अनुशासित हो सकते हैं। महर्षि पतञ्जलि के अनुसार अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह आदि पाँच यम हैं। मनसा, वाचा, कर्मणा अकारण किसी भी प्राणी की हिंसा न करना ही अहिंसा कहलाती है, यदि अहिंसारूपी यम की सबके जीवन में प्रतिष्ठा होती तो हिंसा का ताण्डव रौद्र रूप नहीं ग्रहण करता तथा मत्स्य-न्याय दृष्टिगोचर नहीं होता। मन, वचन, कर्म से जीवन में सत्य का पालन करना ही सत्य कहलाता है, यदि इस यम का जीवन में पालन होता तो आज सर्वत्र अविश्वास का वातावरण नहीं बनता। दूसरे के पदार्थ को मन, वचन, कर्म से ग्रहण करने की इच्छा न होना ही अस्तेय कहलाता है, यदि प्रारम्भिक शिक्षा में ही इस यम का समावेश किया जाता तो चोरी डकैती लूटपाट की घटनाएँ दिखाई नहीं देती। ब्रह्मचर्य नामक यम का पालन भी प्रारम्भिक शिक्षा में समावेशित किया जाता तो आए दिन होने वाली बलात्कार जैसी निन्दनीय घटनाएँ कभी घटित नहीं होती। अपनी आवश्यकता से अधिक भौतिक वस्तुओं का संग्रह न करना ही अपरिग्रह कहलाता है। यदि इस यम का भी जीवन में पालन किया जाता तो बेईमानी, भ्रष्टाचार का बोलबाला नहीं होता। हमारी बढ़ती धन की लालसा व भौतिक चकाचौंध ने योग से प्राप्त होने वाले लाभों व परिणामों से वंचित कर दिया। विडम्बना यह रही कि हमने ऋषियों की अनुभूत विद्या के महत्व को भुला दिया। योग केवल मात्र भारतीयों के लिए ही नहीं है अपितु इसका ज्ञान व प्रयोग मनुष्य मात्र के लिए नितान्त उपयोगी है। वर्तमान समय में सम्पूर्ण विश्व ही योग के नाम व महत्व से परिचित है, विशेष रूप से कोविड-19 महामारी ने योग के महत्व को और अधिक बढ़ा दिया है। योग में वह शक्ति है जिसने दम तोड़ते हुए प्राणियों में आशा की किरण जगा कर पुनर्जीवित कर दिया। योग दर्शन में वर्णित यम और नियम सार्वभौमिक सार्वकालिक तथा सार्वजनीन हैं। महर्षि पतञ्जलि ने इन यमों को सार्वभौम महाव्रत कहा है। यम और नियम दोनों एक दूसरे के पूरक हैं। निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि इन यमों का पालन किए बिना विश्व का कोई भी देश सर्वांगीण प्रगति के पथ पर अग्रसर नहीं हो सकता। अपने-अपने राष्ट्र को समृद्ध करने

में यम नियमों की उपादेयता उतनी ही है जितनी पूर्व में थी। मन और इन्द्रियों को नियन्त्रण में किए बिना बड़े से बड़े आविष्कार तथा अनुसन्धान आदि जो कि बुद्धि से सम्पादित किए जाते हैं असम्भव होते हैं।

21 Oct
3:32 PM
TS-6

भारतीय ज्ञान-परम्परा में स्वस्थ-जीवनचर्या

शारदा गौतम

दौलत राम महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली 110007

<mailto:sharda84gautam@gmail.com>

भारतीय ज्ञान परम्परा का यहाँ आशय आयुर्वेदशास्त्र से है। आयुर्वेद शब्द 'आयु+वेद' इन दो शब्दों से बना है। इसका अर्थ है- 'आयुषो वेदः' अर्थात् आयु का वेद। आयु, धारी, जीवित, नित्यग और अनुबन्ध ये सभी आयु के पर्याय कहे गए हैं, वेद शब्द 'विद् ज्ञाने' धातु से बना है जिसका प्रयोग चार अर्थों में मिलता है- ज्ञान, सत्ता, विचार और प्राप्ति। आयुर्वेद का अर्थ है- आयु का ज्ञान। "स्वस्थस्य स्वास्थ्यरक्षणम् आतुरस्य च विकारप्रशमनम्" अर्थात् स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य की रक्षा और अस्वस्थ (रोगी) व्यक्ति के रोगों को दूर करना आयुर्वेद का प्रयोजन है। आयुर्वेद के अनुसार कोई मनुष्य या जीव तब ही स्वस्थ कहा सकता है जब वह शारीरिक और मानसिक से स्वस्थ हो, इसलिए मनुष्य को अपने परिस्थिति के अनुसार अपने जीवन के क्रिया कलापों को निर्धारित कर अपने आप को स्वस्थ रखना चाहिए। प्रस्तुत शोध पत्र में मानव को स्वस्थ रहने के लिए दिनचर्या, रात्रिचर्या, ऋतुचर्या, आहार विहार, पथ्य अपथ्य का किस प्रकार संयमपूर्ण पालन करना चाहिए, आयुर्वेद की दृष्टि से इसका विवेचन किया जाएगा।

भारतीय मसालों का औषधीय महत्त्व

21 Oct
3:40 PM
TS-6

शिखा

संस्कृत विभाग
मैत्रेयी महिला महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली

shikhaankurtyagi@gmail.com

हर व्यक्ति की एक स्वस्थ जीवन की इच्छा होती है। वह स्वस्थ मन और निरोगी काया के लिए सदैव प्रयासरत रहता है। भारतीय रसोई में ऐसे कई औषधीय स्वास्थ्यवर्धक पदार्थ उपस्थित होते हैं, जो व्यक्ति को हर संक्रमण और सेहत की समस्याओं से दूर रखने में सहायक सिद्ध होते हैं। इनमें मसाले सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण और उपयोगी हैं। भारतीय मसाले अपने अनूठे स्वाद, आकर्षक रंगों और उत्तम सुगन्ध के लिए वैश्विक रूप से प्रसिद्ध हैं। ये प्राकृतिक उपहार न केवल विभिन्न व्यञ्जनों का स्वाद बढ़ाते हैं, अपितु स्वास्थ्य के लिए भी उतने ही लाभकारी हैं। इस शोधपत्र में भारतीय रसोई में प्रतिदिन प्रयोग होने वाले कुछ भारतीय मसालों की चर्चा की गई है, जिनके औषधीय महत्त्व और गुण आज भी उतने ही उपयोगी है, जितने हजारों वर्ष पूर्व थे। हल्दी, हींग, जीरा, मेथी, अजवायन, लौंग, कालीमिर्च, अदरक, धनिया, दालचीनी, तेजपत्ता आदि भारतीय रसोई में प्रायः प्रतिदिन प्रयोग होते हैं। दादी- नानियाँ सदा से हर छोटे-मोटे रोग का उपचार इन्हीं मसालों के उपयोग से करती रही हैं। ये मसाले भोजन को सुपाच्य एवं शरीर के पाचन तन्त्र को सुचारू बनाते हैं। बहुत सी आयुर्वेदिक औषधियाँ इन्हीं मसालों के मिश्रण से बनती हैं। इन मसालों का महत्त्व आज वैश्विक स्तर पर स्वीकार्य है। ये मसाले एवं इनसे बनी औषधियाँ, टूथपेस्ट, फेसपैक, शैम्पू, साबुन तथा अनेक अन्य सामग्रियाँ बड़े- बड़े मॉल्स एवं शोरूम्स पर उपलब्ध हैं।

21 Oct
4:00 PM
TS-7

आयुर्वेद में योग का महत्व

शशिबाला
संस्कृत विभाग, कालिन्दी महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय

shashi.sanskriti@gmail.com

आयुर्वेद का अवतरण वैदिक काल से हुआ है। आयुर्वेद और योग दोनों ही भारतीय संस्कृति और परम्परा का महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो मानव कल्याण के लिए अद्वितीय दर्शनिक और चिकित्सा प्रणालियों को प्रस्तुत करते हैं। यह दोनों प्राचीन ज्ञान के खजाने के रूप में माने जाते हैं और वे मानव शारीरिक, मानसिक, और आत्मिक स्वास्थ्य को सन्तुलित रखने के लिए उपाय प्रदान करते हैं। दोनों का एक ही उद्देश्य है 'मानव कल्याण'। योग और आयुर्वेद दोनों का उद्भव एक ही देश एवं एक ही काल में हुआ है। मानव कल्याण हेतु तीन ग्रन्थों की रचना की गई है- (i) चित्त की शुद्धि के लिए योग सूत्र, (ii) वाणी की शुद्धि के लिए व्याकरण महाभाष्य तथा (iii) शरीर की शुद्धि के लिए चरक संहिता, जिससे स्पष्ट होता है कि योग एवं आयुर्वेद का एक ही उद्देश्य है। यह दोनों समान पद्धतियों वाले हैं। दोनों में औषधि, मन्त्र, समाधि, आदि पर मुख्य रूप से बोल दिया गया है। जिस प्रकार योग साधना के आठ अङ्ग हैं उसी प्रकार आयुर्वेद में भी आरोग्यता के लिए आठ अङ्गों का चिकित्सा के लिए वर्णन किया गया है। आयुर्वेद के अनुसार योग जीवन जीने का एक तरीका है, जिसमें स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन का वास हो। योग शब्द का शाब्दिक अर्थ है 'जोड़ना', मनुष्य एक शारीरिक मानसिक और आध्यात्मिक प्राणी है। आयुर्वेद का मुख्य उद्देश्य शारीरिक स्वास्थ्य की देखभाल है, जबकि योग मानसिक और आत्मिक स्वास्थ्य सुनिश्चित करने के लिए है। योग के माध्यम से मानव अपने मन को शांति और सामंजस्य में ला सकता है, जबकि आयुर्वेद औषधियों और प्राकृतिक उपचारों के माध्यम से शारीरिक विकारों का उपचार करता है। योग और आयुर्वेद एक दूसरे के पूरक हैं। आयुर्वेद शरीर को कायाकल्प करता है तो दूसरी तरफ योग मन और चेतना की शुद्धि करता है। योग और आयुर्वेद की वैदिक जड़ें एक ही हैं और यह एक समान लक्ष्य की दिशा में मिलकर कार्य करते हैं जो है 'मानव हित'। आयुर्वेद एक प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति है। बहुत सारे ऐसे लोग और मानसिक विकार हो सकते हैं पर नियन्त्रण न भी कर पाए तो आयुर्वेद उसका विकल्प बन जाता है और बहुत से ऐसे रोग भी हैं आयुर्वेद नहीं नियन्त्रण कर पाए तो योग उसका विकल्प बन जाता है इसीलिए इन दोनों को एक दूसरे का पूरा कहा जाता है। इस तरह, आयुर्वेद और योग के संयोजन से हम मानव कल्याण की दिशा में सफलता प्राप्त कर सकते हैं और अपने जीवन को स्वस्थ और सामञ्जस्यपूर्ण बन सकते हैं। यह दोनों विज्ञान विचारशीलता और शान्ति की दिशा में मानव समृद्धि के लिए एक साथ काम करते हैं, जो हमारे जीवन को संतुलित और सुखमय बना सकते हैं।

आधुनिक युग में संताल चिकित्सा-प्रणाली की प्रासङ्गिकता

सुनील मुर्मू
संस्कृत विभाग
सिंहभूम कॉलेज, चाण्डिल, झारखण्ड

21 Oct
4:08 PM
TS-7

murmus63@gmail.com

महाकवि कालिदास की उक्ति है- “शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्” अर्थात् शरीर ही सभी धर्मो-कर्मों व कर्तव्यों का साधन है। इसलिए लोग प्राचीन काल से ही स्वस्थ रहने के तौर तरीके के अन्वेषण में लगे रहते थे। सभी वर्गों के लोगों की प्राथमिकता यही थी। जहाँ ऋषि-मुनिवृन्द फल-फूल एवं कन्दमूलादि से चिकित्सा किया करते थे वहीं आदिवासी लोग भी तत्सदृश चिकित्सा किया करते थे। विचित्र बात यह है कि वे अशिक्षित होते हुए भी उनके पास विविध औषधियों का ज्ञान था। आयुर्वेद कहता है- “अन्नं वै औषधम्” अर्थात् अन्न ही औषध है। जैसा अन्न हम ग्रहण करते हैं वैसा स्वास्थ्य का निर्माण होता है। प्रकृति ने हमें अन्न और औषधियों का भण्डार दिया है। जब हम उनसे परिचित होते हैं तब वह या तो अन्न की श्रेणी में आते हैं या फिर औषधियों की श्रेणी में। आदिवासियों की जीवन शैली प्रकृति के सानिध्य में बीतती है। जब कोई बीमार पड़ता है तो प्रकृति से ही प्रार्थना की जाती है। प्रकृति से ही औषधि ग्रहण कर चिकित्सा की जाती है। विभिन्न प्रकार के जड़ी-बूटियों यथा पत्ते फूल फल, छाल आदि से चिकित्सा की पद्धति अपनाई जाती है। भारत विविधताओं में एकता का देश है। भारतवासी यहाँ ‘संगच्छध्वं संवदध्वं सं वो मनांसि जानताम्’ की भावना से निवास करते रहे हैं। यहाँ अनेक प्रकार की जनजातियाँ भी हैं। उनमें संताल जनजाति भी है जो सुनियोजित जीवन-पद्धति का आश्रयण करती है। बीबीसी संवाददाता सौतिक बिस्वास की रिपोर्ट के अनुसार ‘संताल आदिवासी भारत के सबसे बड़े और सबसे पुराने आदिवासी समुदाय माने जाते हैं। उनकी आबादी 15 करोड़ के आसपास है जो पाँच राज्यों और मुख्यतः पूर्वी भारत में रहते हैं।’ उनकी साहित्य और संस्कृति समृद्ध है। जब अंग्रेज भारत आए तो अनेक अंग्रेज विद्वानों ने कला, साहित्य, संस्कृति और चिकित्सा पद्धति को अपनी लेखनी से उपनिबद्ध किया। पी. ओ. बोर्डिंग ने “स्टडीज इन संताल मेडिसिन एंड कनेक्टेड फॉक्लोर” नामक पुस्तक में संतालों की सदियों से चली आ रही दुर्लभ चिकित्सा-पद्धतियों का साङ्गोपाङ्ग निदर्शन किया है। इसमें उन्होंने कई असाध्य रोगों की चिकित्सा की विधि का वर्णन है जो अभी भी संताल आदिवासियों में प्रचलित है। यह कहना गलत नहीं होगा की संताल चिकित्सा पद्धति आज भी प्रासङ्गिक है।

21 Oct
4:186 PM
TS-7

वैदिक वाङ्मय में स्वास्थ्य एवं चिकित्सा विज्ञान

सतीश प्रताप सिंह

कमला नेहरू पी० जी० कॉलेज
तेजगाँव, रायबरेली, उत्तर प्रदेश

satishsingh.singh286@gmail.com

भारतीय ज्ञान परम्परा के उत्स वेद हैं। वेद को ही धर्म का मूल स्रोत माना गया है। “वेदोऽखिलो धर्ममूलं” वेद सामाजिक राजनीतिक और सांस्कृतिक दृष्टि से धर्म के श्रेष्ठ तत्वों से सम्बलित है। सामाजिक, राजनीतिक सांस्कृतिक, चिकित्सा की दृष्टि से उपयोगी विभिन्न संस्थाओं का मूल आविर्भाव भारतीय परम्परा के अनुसार वेदों से ही हुआ है। वेदों में चिकित्सा विज्ञान की जिस पद्धति का वर्णन हुआ है वह आयुवर्धक एवं पुष्टिवर्धक है, चिकित्सा शास्त्र का प्रमुख लक्ष्य है रोग निवारण। अथर्ववेद में रोग निवारण से अधिक ध्यान रोग न होने पर दिया जाता था। अथर्ववेद मानता है कि रोगी की चिकित्सा के लिए चिकित्सक एवं अनेक वनस्पतियों के साथ उसके चारों ओर चिकित्सकीय वातावरण निर्मित कर ही रोगों का निदान किया जा सकता है। चिकित्सा के लिए चिकित्सक का साधक होना आवश्यक है जो आत्मविश्वास पूर्वक अपने मानसिक शक्तियों से रोगी में रोग से लड़ने के लिए मनोबल उत्पन्न कर सके एवं उसे विश्वास दिला सके कि जिन वनस्पतियों का प्रयोग उसे करना है वह उसके रोग के निदान में पूर्ण सक्षम हैं चिकित्सा से पूर्व के कारणों पर ध्यान देना आवश्यक है। प्रकृति मानव जीवन के लिए वरदान है। इसके सभी तत्व पृथ्वी जल अग्नि सूर्य वायु चन्द्र आज किसी न किसी रूप में प्राणि जीवन के लिए परम उपयोगी हैं। ऋग्वेद और अथर्ववेद में जल चिकित्सा को एक महत्वपूर्ण चिकित्सा प्रणाली के रूप में देखा जा सकता है। रुद्र वरुण देवों को जल चिकित्सा का आविष्कारक माना गया है। इसीलिए रुद्र को प्रथम जल चिकित्सक कहा गया है। अथर्ववेद के अनुसार जल सभी प्रकार के रोगों को नष्ट कर सकता है यहाँ तक की वंशपरम्परा से प्राप्त रोग भी समाप्त किया जा सकते हैं- आपो विश्वस्य भेषजीस्तास्त्वा मुञ्चन्तु क्षेतियात् (अथर्ववेद 3.7.5)। चिकित्सा विज्ञान का ही अङ्ग रूप शल्य चिकित्सा का विस्तृत वर्णन ऋग्वेद एवं अथर्ववेद में मिलता है। ऋग्वेद में शल्य कर्म का अद्भुत एवं आश्चर्यजनक प्रसङ्ग विद्यमान है वह प्रसङ्ग है मानव में मानवेतर जीव के शिर का शल्य क्रिया द्वारा अस्थायी प्रत्यारोपण, पूर्व शिर को सुरक्षित रखने तथा कुछ समय पश्चात् पुनः उस व्यक्ति के पूर्व शिर को प्रत्यारोपित करना। इस प्रकार वैदिक वाङ्मय में शारीरिक एवं मानसिक रोगों के लक्षण उपचार औषधीय एवं शल्य चिकित्सा आदि का विस्तृत एवं वैज्ञानिक विवेचन उपलब्ध है जो आधुनिक युग में मानव समाज को नई दिशा प्रदान कर सकता है।।

हठयोग एवं शारीरिक स्वास्थ्य

मुकेश शर्मा

संस्कृत विभाग

नाथद्वारा इंस्टीट्यूट ऑफ बायोटेक्नोलॉजी ऐण्ड मैनेजमेंट, राजस्थान

mukeshshrm028@gmail.com

21 Oct
4:22 PM
TS-7

नाथ सम्प्रदाय के विभिन्न आचार्यों एवं ग्रन्थों में हठयोग के प्रवर्तक आदिनाथ को माना जाता है। जिसका प्रमुखता से उपदेश श्री गोरखनाथ जी ने दिया है। आचार्य हजारीप्रसाद द्विवेदी ने “नाथ सम्प्रदाय” पुस्तक में लिखा है कि हठयोग की दो विधियाँ हैं- एक तो गोरक्षनाथ के द्वारा दी हुई जबकि दूसरी मृकण्डपुत्र मार्कण्डेय ने दी है। उन्होंने दोनों में प्रधान भेद बताते हुए लिखा है कि मार्कण्डेय द्वारा उपदिष्ट हठयोग में आठ अङ्गों को स्वीकार किया है, जिन्हें पतञ्जलि ने अपने योग ग्रन्थ में लिखा है, जबकि श्री गोरक्षनाथ द्वारा उपदिष्ट हठयोग में यम, नियम को छोड़कर आसन से समाधि तक षडाङ्ग को स्थान दिया है। नाथ योगी हठयोग को ही प्रधान मानते हैं। हठयोग से राजयोग की सिद्धि होती है। हठयोग प्रदीपिका में स्पष्टतः कहा गया है कि राजयोग में आरूढ़ होने के लिए हठयोग विद्या का अभ्यास करना चाहिए। प्रस्तुत शोधपत्र में शारीरिक स्वास्थ्य की दृष्टि से हठयोग के महत्त्व को उपस्थापित किया जाएगा।

पतञ्जलि योग की अवधारणा

राजेन्द्र काशीनाथ निकुम्भ¹ एवं मयंक भारद्वाज²

^{1,2}योग विज्ञान विभाग

श्री खुशाल दास विश्वविद्यालय, पीलीबंगा हनुमानगढ़, राजस्थान

²mukeshshrm028@gmail.com

21 Oct
4:30 PM
TS-7

योग कीर्ति को प्रत्येक जन मानस तक पहुँचाने व मानव को महामानव बनाने वाली प्रक्रिया योग विद्या का रहस्य जितना गूढ़ माना जाता है, उसके कहीं अधिक योग-विद्या के प्रणेता महर्षि पतञ्जलि का जीवन चरित्र है। योग के क्षेत्र में महर्षि का जीवन चरित्र वस्तुतः जो जन सामान्य के सामने हैं, परन्तु आज भी उनके जीवन के ऐसे अनसुलझे पहलू हैं, जिनसे मानव मात्र अनभिज्ञ है। उनका सम्पूर्ण जीवन रहस्य से अभिभूत माना जाता है। उनका सम्पूर्ण जीवन योग के प्रति समर्पित था। अपने जीवन काल में उन्होंने बहुत से उत्कृष्ट कार्य किए परन्तु योग क्षेत्र में उनका योगदान अत्यन्त सराहनीय रहा। योग के क्षेत्र में उनके योगदान का अनुमान इसी बात से लगाया जा सकता है कि उनके द्वारा रचित योग सूत्र वर्तमान काल में भी योग का एक अद्वितीय ग्रंथ माना जाता है। जिसका साक्षी आज भी कोई ग्रन्थ नहीं है।

21 Oct
4:38 PM
TS-7

भारतीय चिकित्सा पद्धति में अष्टाङ्ग-योग की प्रासङ्गिकता

गरिमा जायसवाल
संस्कृत विभाग
काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी, उत्तर प्रदेश

jaiswalgarima2019@gmail.com

भारत में योग का उद्भव एवं विकास दीर्घकाल से चला आ रहा है। दर्शन के रूप में इसके प्रतिष्ठापक आचार्य पतञ्जलि माने जाते हैं। भारतीय दर्शन का लक्ष्य ही रहा है दुःखों से निवृत्ति एवं मोक्ष की प्राप्ति। दुःखों से निवृत्ति के लिए योग दर्शन में अष्टाङ्ग-योग का अत्यन्त महनीय स्थान है। यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान तथा समाधि योग के आठ अङ्ग हैं। वर्तमान समय में रोगों के निदान एवं मन की शान्ति के लिए मुख्य रूप से आसन, प्राणायाम एवं ध्यान का प्रयोग हो रहा है। योग के द्वारा मनुष्य सभी प्रकार की आधि-व्याधि से मुक्ति पा सकता है। शरीर, मन तथा आत्मा के सन्तुलन के लिए इसका अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान है। यह तनाव को दूर कर मन को शान्ति प्रदान करता है। योग के नियमित अभ्यास से रोगी व्यक्ति में सकारात्मक परिवर्तन आते हैं एवं वह शीघ्र स्वस्थ हो जाता है। योग शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक एवं सामाजिक स्वास्थ्य को उत्तम बनाता है। इन सभी को उत्तम बनाने के लिए आसन, प्राणायाम एवं समाधि के साथ-साथ अष्टाङ्ग-योग के सभी अङ्गों का अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान है। वर्तमान समय में योग अन्तर्राष्ट्रीय स्तर तक व्याप्त हो चुका है। अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) भी मानता है कि कोई व्यक्ति तभी पूर्ण रूप से स्वस्थ कहा जा सकता है जब व्यक्ति का शारीरिक, मानसिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक पक्ष दृढ़ हो। प्रस्तुत शोधपत्र में भारतीय चिकित्सा पद्धति में अष्टाङ्ग योग के महत्त्व को रेखांकित किया गया है।

मानसिक स्वास्थ्य और योग

आकाशदीप

आत्माराम सनातन धर्म महाविद्यालय
दिल्ली विश्वविद्यालय, नई दिल्ली

asingh@maitreyi.du.ac.in

21 Oct
4:46 PM
TS-7

योग मानसिक स्वास्थ्य के साथ साथ मानसिक विकास में अत्यन्त लाभदायक है। यह मानसिक समस्याओं के उपचार में महती भूमिका निभाता है। वस्तुतः महर्षि पतञ्जलि प्रणीत योग मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के साथ-साथ पूर्ण मानसिक स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए अत्यन्त उपादेय है। पतञ्जलि ने योगसूत्रों में मन को नियन्त्रित करने के अनेक उपायों का सविस्तर वर्णन किया है। उन्होंने चित्त का प्रतिपादन करते हुए इसकी वृत्तियों का विवेचन किया है, जिसको निरुद्ध करने का उपाय ही योग है - 'चित्तवृत्तिनिरोधः'। जब आप योग की स्थिति में होते हैं, तो सभी गलत धारणाएँ (वृत्ति) जो मानव (चित्त) के विद्यमान रहती हैं, वो स्वतः नष्ट हो जाती हैं। पतञ्जलि ने योगसूत्र में मन के अशान्त अथवा उद्विग्न होने के अनेक कारण बताए हैं तथा उनके निवारण के उपायों पर भी विधिवत् विचार किया है। प्रस्तुत शोधपत्र में मानसिक स्वास्थ्य की दृष्टि से योग की उपादेयता का निरूपण किया जाएगा।

Part III
संस्कृत-सारांशः

प्राचीनभारतस्य आयुर्विज्ञानवैभवम्

जयकिशन नैनानी
गंगानाथ झा परिसर
केन्द्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय, प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

21 Oct
4:54 PM
TS-7

jaikishan6139@gmail.com

विपुले अस्मिन् संस्कृतवाङ्मये मानवजीवनस्य संरक्षणाय, संवर्धनाय, कल्याणाय च सर्वे अपि विषयाः अस्माकं मुनिभिः शास्त्रकारैश्च सविस्तरं निरूपिताः सन्ति । ‘लोके धीर्ज्ञानमन्यत्र वा विज्ञानं शिल्पशास्त्रयोः’ इति अमरसिंहस्य नामलिङ्गानुशासने व ज्ञानविज्ञानयोः वेदः स्पष्टीकृतः वर्तते । ततोऽपि यस्मिन्नर्थे आङ्ग्लभाषायां ‘Science’ इति शब्दः प्रयुज्यते तस्मिन्नेवार्थे अत्र विज्ञानशब्दस्य प्रयोगः विहितः अस्माभिरधुना । भौतिकशास्त्रं, रसायनशास्त्रं, वनस्पतिशास्त्रं, प्राणिशास्त्रं, वैद्यकशास्त्रं, गणितशास्त्रं, सङ्गीतशास्त्रं, कामशास्त्रं, शिल्पशास्त्रं इत्यादीनि शास्त्राणि अद्यत्वे विज्ञानपदवाच्यानि भवन्ति । मूर्धन्यपाकश्चान्यसूरीणां कथनेनापि ज्ञायते यत् नैक- सहस्रहायनेभ्यः प्रागेवभारतं महद्वैज्ञानिकसिद्धीनां स्थानमासीदिति । पाश्चात्यमित्येव महन्न सर्वं न चास्मदीयं तु भवेदवध्यम् । भूमण्डले अस्मिन् अन्यदेशेभ्यः प्रागेव भारतवर्षं चिकित्साविज्ञानक्षेत्रे समुन्नतपदमारूढम् आसीदिति इतिहासविदां मतम् । मानवस्य ऐहिकामुष्मिकफलसाधनार्थम् आरोग्यमेव प्रधानम् । आरोग्यसाधनं तु आयुर्वेदाध्ययनादेव इति कारणात् मूलभूतमिदं आयुर्वेदविज्ञानम् । स्नातकः सैद्धान्तिकज्ञानेन सह व्यावहारिकदक्षताम् अवश्यं प्राप्नुयात् । देहमानसदृष्टिमात्रेण चिकित्सां कर्तुम् अशक्या । चैतन्यं विना शरीरं निरर्थकं भवति । अतः पाञ्चभौतिकशरीरेण सह चैतन्ययुक्तस्य षड्धात्मात्मकस्य पुरुषस्य चिकित्सा कर्तव्या । चैतन्यस्य विवरणावसरे आस्तिकदर्शनानां विचारविमर्शः कृतः अस्ति । सामाजिकव्यवस्थायां पुण्य-पापयोः धर्माधर्मयोः कारणेन अपि रोगोत्पत्तिः भवेत् इति चिन्त्यते । त्रिदोषः अपि समस्तशरीरव्यापी इत्यतः समष्टिपुरुषस्य विचारः कर्तव्यः । चिकित्सा काचित् अत्यन्तं वैयक्तिकप्रक्रिया विद्यते । अन्यस्य जनस्य चिकित्सा समाना न भवति । सामान्य-विशेषयोः अयं समन्वयः चरकस्य वैशिष्ट्यं वर्तते । रोगिणः परीक्षां प्रत्यक्ष-अनुमान-प्रमाणादीनां द्वारा कृत्वा ज्ञात्वा च तथ्यानाम् आधारेण चिकित्सा कर्तव्या । एतदतिरिच्य दोष-दूष्य-अग्नि-सत्त्व-प्रकृति-इत्यादीनां विचारः कृतः अस्ति अत्र ।

21 Oct
5:02 PM
TS-7

नानाविधरोगाणां शमनाय जलौषधिः

पंकज कुमार शर्मा
शुक्लयजुर्वेदपण्डित
धरोहर कार्यालय, उदयपुर, राजस्थान

pankajkumarsharma9694@gmail.com

मानवेभ्यः पुरुषार्थचतुष्टयम् एव लक्ष्यं तेषां च साधनाय शरीरमेवास्मिँल्लोके प्रथमं चान्तिमं साधनं वर्तते। उक्तं च “शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्” धर्मसाधनाय शुद्धञ्च स्वस्थशरीरञ्च आवश्यकं वर्तते तदर्थम् अस्माकं पूर्वाचार्यैः वेदेषु उपवेदेषु च तद्रक्षणाय रोगाणामपहारणाय चिकित्साविज्ञानम् आविष्कृतं यत् आयुर्वेदशास्त्ररूपेण अस्माकं सम्मुखे विलसति। आयुर्वेदशास्त्रे पञ्चमहाभूतेषु पृथिव्यादितत्वेषु आपः एका सुमहती औषधिः वर्तते। त्रयीविद्यायां मन्त्रद्रष्टारैः आभिः अद्भिः ओषधिमाध्यमेन नानाविधरोगाणां शमनोपायः सङ्केतितः। प्राणिमात्रस्य जीवनाय उदकस्य विशेषमहत्वं विद्यते लोकभाषायामपि च श्रूयते “जल ही जीवन है” तथा च आधुनिकचिकित्साशास्त्रे रसायनसम्बन्धि-ओषधिषु जलम् एकं महत्वपूर्णं द्रव्यं वर्तते येन माध्यमेन अधिकाधिक-ओषधीनां निर्माणं भवति। चिकित्साशास्त्रे शुद्धोदकस्य विशेषमहत्वं वर्तते यदि काः अपि ओषधयः न सन्ति चेत् आपः एव औषधिमाध्यमेन संसारं तारयितुं समर्थः अतः एव वेदे चापि जलौषधिविषयकमन्त्राः उपलभ्यन्ते। तेषु मन्त्रेषु अप्सु औषधीनां वर्णनं प्राप्यते येन माध्यमेन संसारेऽस्मिन् अधिकाधिकरोगाणां शमनं कर्तुं वयं शक्याः भवामः। चक्षुरोग-कर्णसम्बन्धिरोग-शिरोरोग-रक्तशुद्धिसम्बन्धिरोग-हृदयादिरोगाः इत्यादिषु रोगविषयेषु आयुर्वेदशास्त्रेषु आपः औषधिपर्यायरूपेण प्रतिगृह्यते तत् क्रमेण यथामतिः प्रस्तूयते। आधुनिकचिकित्सानुसारेण विस्तृतया जलौषधिविषये प्रस्तौमि।

Part IV
Appendices

Organizing Institutions

Maitreyi College

Established in 1967, Maitreyi College stands as a distinguished constituent of the University of Delhi, dedicated to imparting superior education exclusively to women. Over the decades, this esteemed institution has become synonymous with academic prowess, consistently demonstrating its excellence not only in academics but also in diverse fields including sports, cultural pursuits, and extracurricular activities.

Guided by a commitment to multifaceted development, the Maitreyi College ethos emphasizes nurturing its community, fondly referred to as the 'Maitreyi Kutumb'. This nurturing manifests in myriad ways: instigating inquisitive minds through research and fostering critical thinking; creating bridges to the wider community through outreach programs that champion inclusivity; encouraging entrepreneurial spirits; imbuing a strong sense of eco-consciousness; enhancing student employability and skill sets; advocating interdisciplinary studies, and formulating robust enrichment strategies to bolster student learning, among others.

Maitreyi College's relentless pursuit of excellence hasn't gone unnoticed on the national stage. The Department of Biotechnology (DBT) of the Government of India bestowed upon it the coveted 'Star status' for all its Science departments. Further testament to its exceptional standards, the college proudly achieved an "A++" Grade in the 2021 NAAC Accreditation cycle. Moreover, it clinched an impressive all-India rank of 34 in the NIRF standings of 2022, making it undeniably one of the nation's premier educational institutions.

Council of Indic Studies & Research (CISR)

The International Sanskrit Conference (ISC) was established by Dr. Pramod Kumar Singh, Dr. Umesh Kumar Singh, and Dr. Awanindra Kumar Pandey, under the esteemed guidance of Prof. Haritma Chopra, the Principal of Maitreyi College (University of Delhi), and Prof. Bal Ram Singh, the Director of the Institute of Advanced Sciences, USA. The primary aim of this conference, initiated in 2020, is to foster the study of Sanskrit on a global scale.

This remarkable endeavor is spearheaded by Maitreyi College and operates in collaboration with two steadfast partner organizations: the Institute of Advanced Sciences, USA, and the Council of Indic Studies (CISR), India. Additionally, the conference seeks to collaborate with a different institution from across the globe for each successive event.

The inaugural International Sanskrit Conference convened under the theme "Contribution of Modern Poets in Sanskrit Literature" from November 28 to 30, 2020, and enjoyed resounding success. It witnessed the presentation of approximately 80 high-quality research papers by scholars hailing from diverse regions of the country. These contributions were subsequently published in book form by Vaaksudha Publication, a renowned national publishing house.

Buoyed by the triumph of the inaugural event, the second International Sanskrit Conference, themed "Sanskrit Studies Across the World (संस्कृत का वैश्विक परिदृश्य)," was hosted on March 1st and 2nd, 2022, using the online platform Zoom. This event featured over 125 research papers presented by scholars across 25 sessions.

Building on this momentum, the third International Sanskrit Conference is scheduled to be held from October 20 to 22, 2023, with the theme "Relevance of Traditional Medicine Systems in the Modern Era."

Institute of Advanced Sciences (INADS)

Nestled at 86 Faunce Corner Road, Suite 410, North Dartmouth, MA-02747, USA, the Institute of Advanced Sciences (INADS) stands as a beacon of educational excellence and pioneering research in Dartmouth, Massachusetts. With a mission rooted in the advancement of holistic education, INADS champions an interdisciplinary methodology. This approach seeks to fuse theoretical with practical knowledge, fostering self-reliance and advocating for planetary sustainability. The institute boasts two prominent centers: the **Botulinum Research Centre (BRC)** and the **School of Indic Studies (SIS)**, and is also home to **INADS Press**, its official publishing house dedicated to disseminating groundbreaking research and academic insights. Aiming to be recognized as a global frontrunner in integrated interdisciplinary research, INADS aspires to foster vibrant academic discussions, pioneering research, and transformative educational experiences, all aimed at the betterment of human health and the safeguarding of our planet.

School of Indic Studies (SIS)

The School of Indic Studies at the Institute of Advanced Sciences stands as a beacon of interdisciplinary academic excellence, illuminating the rich tapestry of India's vast philosophical, traditional, and cultural heritage. With its holistic curriculum, the school delves deep into the myriad facets of India's values, arts, sciences, cultures, and religious practices. More than just an academic pursuit, the program offers a rare insight into the timeless integrative approach to knowledge and life that has gracefully endured through challenging epochs, epitomizing the essence of healthy and harmonious living. Though rooted in India, the Indic ideologies the school emphasizes are universal in nature, transcending geographical and temporal boundaries. Iconic traditions like Yoga and Ayurveda, originating from the Indian subcontinent, have found resonance globally, underlining the universal relevance of Indic principles. What sets the School of Indic Studies apart is its unique blend of practical and enlightening courses, seminars, and research opportunities that seamlessly integrate with today's academic landscape. Inviting both students and scholars from diverse backgrounds, the School of Indic Studies promises not just an educational journey, but a transformative experience that enriches

every dimension of one's life, making it a treasure trove of wisdom and understanding.

Botulinum Research Center (BRC)

The esteemed Botulinum Research Center (BRC) is a pivotal academic and research wing of the Institute of Advanced Sciences (INADS). Founded in 2003 at the University of Massachusetts Dartmouth under the guidance of Dr. Bal Ram Singh, the BRC has since 2013 found its home at INADS's location in North Dartmouth. The center is at the forefront of research on Botulinum Neurotoxins. Additionally, its research interests span a wide range, including protein chemistry, cellular biology, neuro-biochemistry, biophysical studies, medicinal research, cancer, and evolutionary studies. The BRC's commitment to excellence is further illustrated by its dynamic collaborations with academic peers, governmental bodies, and the industrial sector.

INADS Press

A vital arm of the Institute of Advanced Sciences (INADS), INADS Press serves as the institute's official publishing house. Committed to disseminating groundbreaking research, innovative thought, and pioneering academic discourse, INADS Press showcases the institute's dedication to knowledge-sharing and the advancement of interdisciplinary studies. By publishing a diverse range of materials, from research papers and academic proceedings to insightful monographs and textbooks, INADS Press plays a crucial role in amplifying the voice of scholars, researchers, and experts affiliated with the institute. This commitment ensures that the global academic community and the broader public remain well-informed about the latest advancements and discoveries championed by INADS and its affiliated centers.

Author Index

- आकाशदीप, 71
आचार्या, सत्यवती, 63
इयाचिमिन, नुरिमा, 59
काशिद, मोहिनी, 55
कुमार, धर्मेन्द्र, 43
कुमारी, रेखा, 62
गौड, नीलम, 57
गौतम, शारदा, 64
जायसवाल, गरिमा, 70
जोशी, केशव दत्त, 47
झा, मयूरी, 52
त्रिवेदी, बिंदिया, 40
दुबे, मोहनी, 54
देबसिंह, छबिकांत, 41
निकुम्भ, राजेन्द्र काशीनाथ, 69
नैनानी, जयकिशन, 75
पवार, अरुण रा., 39
पाण्डेय, अनुराग, 61
प्रदीप, 60
बालधा, आदर्श धीरजलाल, 37
भारद्वाज, मयंक, 69
माझी, लिलिमा, 49
मिश्र, मुकेश कुमार, 55
मिश्र, हर्षित, 45
मिश्रा, गायत्री गिरीश, 44
मुद्गल, तनुजा, 56
मुर्मू, सुनील, 67
मेहरा, ममता, 51
राठौर, अनन्त के०, 38
रानी, हेमलता, 46, 48
लिंबासिया, पीयूष वाघजीभाई, 59
वर्मा, एकता, 44
वेदरत्न, धर्मपुरी, 42
शर्मा, अञ्जना, 39
शर्मा, नीलम, 58
शर्मा, पंकज कुमार, 76
शर्मा, मीरा, 53
शर्मा, मुकेश, 69
शर्मा, राहुल, 61
शशिबाला, 66
शिखा, 65
सिंह, सतीश प्रताप, 68
सिन्हा, मधु बाला, 50
Bhatia, Diya, 9
Boddupalli, Raghava S., 4
Bora, Sneha Smita, 26
Borah, Swapna, 27
Borthakur, Bornali, 6
Chopra, Haritma, 7
Choudhary, Sanskriti, 29
Das, Alankrita, 9
Deka, Pranabjyoti, 16
Gogoi, Parishruti, 9

Goswami, Maitreyee, 9
 Gupta, K. L. Virupaksha, 14
 Joshi, Sheetal, 23
 Katyayan, K. S., 11, 24
 Kaur, Jaspreet, 9
 Khandelwal, Aparna Dhir, 4
 Khurana, Niharika, 11, 24
 Kumari, Seema, 32
 Lavanya, 22
 Mishra, Pankaj Kumar, 15
 Monisha, S., 13
 Padmaja, D. S., 13, 19
 Pallavi., G, 14
 Pathak, Bholeshwar, 15
 Paul, Arpita, 5
 Pooja, R., 19
 Prashanthi, N. Sai, 33
 Preeti, Pandey, 18
 Radhika, P.R., 31
 Rajagopalan, Vaishnavi, 8
 Rajpoot, Pranjalee, 17
 Rana, Ashu, 3
 Rani, Nutan, 12
 Ranu, Rajesh Raman, 20
 Roy, Brototi, 7, 8
 Saini, Kalawati, 12
 Sarfaraz, Hera, 9
 Sarkar, Smriti, 25
 Seethalaxmi, M.S., 22
 Sharma, Kamna Vimal, 30
 Sharma, Manya, 9
 Shubharani, R., 22
 Singh, Anamika, 2
 Singh, Arya, 8
 Singh, Jyoti, 7, 8
 Singh, Nidhi, 10
 Singh, Pramod Kumar, 10, 17,
 18, 24, 56
 Singh, Rana Pratap, 21
 Singh, Umesh Kumar, 34
 Srinidhi, V. Naga, 33
 Srivastava, Abhineet Kr., 1
 Tripathi, Ranjan Kumar, 11
 Vishwasi, Vishwajit, 28
 Yadav, Meena, 3, 9
 Yadav, Sapna, 12



International Sanskrit Conference (ISC)-2023
Maitreyi College (University of Delhi)
Bapu Dham Complex Chanakyapuri, New Delhi, Bharat - 110021
Website : <https://iscmaitreyi.com>, Email ID : isc@maitreyi.du.ac.in
Contact No. : +91 8178275227