



बौद्ध साहित्य में स्वास्थ्य विज्ञान और आयुर्वेद के बारे में विचार: एक समृद्ध परंपरा की संक्षिप्त समीक्षा

डॉ. राजेश कुमार मिश्र

सहायक आचार्य, संस्कृत विभाग,

नव नालन्दा महाविहार (समविश्वविद्यालय)

संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार, नालन्दा, बिहार

सुमन नस्कर

शोधछात्र, संस्कृत विभाग,

नव नालन्दा महाविहार,

नालन्दा, बिहार- ८०३१११

• शोधसार

छठी शताब्दी ईसा पूर्व में विश्व में जन्मे अविस्मरणीय धार्मिक सुधारकों में से एक गौतम बुद्ध थे। बुद्ध ने विश्व में मानव के कल्याण के लिए बोधिज्ञान का प्रचार किया। बुद्ध के उपदेशों को मानव संसार की और से अविश्वसनीय प्रतिक्रिया प्राप्त हुई। उनका विचार था कि मनुष्य को अज्ञानता, वासना और व्यसन से छुटकारा पाने की आवश्यकता है। इसलिए उनके धार्मिक उपदेश को धर्मचक्रप्रवर्तनसूत्र के नाम से जाना जाता है। इसमें जीवन के चार महत्वपूर्ण तथ्य सम्मिलित हैं - दुःख का कारण, सार्वभौमिक जागृति (समुदाय), पुनर्जन्म का निवारण (निरोध) और पुनर्जन्म से बचाव का उपाय (निरोधमार्ग)। उनके अनुसार, जीवन दुःखःमय है और सुख-दुःख अल्पकालिक हैं। उन्होंने दुःख के चार कारण भी बताए - पुनर्जन्म, बुद्धापा, रोग और मृत्यु। पुनर्जन्म का निवारण दुःख का अंत करता है। अतः पुनर्जन्म का निवारण ही निर्वाण है। चार महान सत्यों या आर्य सत्य की प्राप्ति के लिए व्यक्ति को अष्टांगिकमार्ग का अनुसरण और अभ्यास करना चाहिए। अष्टांगिकमार्ग है - सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वाणी, सम्यक कर्माति, सम्यक आजीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति और सम्यक समाधि। बुद्ध के अनुसार ये कारक मानव शरीर और मन को नियंत्रित करते हैं। मनुष्य दृढ़ संकल्प और प्रबुद्ध दृष्टि के माध्यम से ज्ञान (प्रज्ञा) प्राप्त करता है। बौद्ध धर्म में अच्छे आचरण (शील), हृदय (चित्त) और ज्ञान (प्रज्ञा) का विशिष्ट अर्थ है। विनय पिटक में, शील का अर्थ नैतिकता है। सुत्त पिटक और अभिधर्म पिटक के अनुसार चित्त मन को नियंत्रित करता है। सुत्त पिटक के अनुसार, प्रज्ञा व्यक्ति को स्वयं को जानने में मदद करती है। बुद्ध का एक और धार्मिक संदेश इस बात पर ज़ोर देता है कि पाँच तत्व, जो मानव जीवन का निर्माण करते हैं, अर्थात् शरीर, इंद्रिय, भावना, मन की विभिन्न अवस्थाएँ और चेतना, आत्मा से रहित हैं। इसलिए वे दुःख लाते हैं। बुद्ध के मत में, चेतना दुःख का कारण है और अज्ञान प्यास पैदा करता है। निर्वाण का धार्मिक बलिदान (यज्ञ) या पूजा से कोई संबंध नहीं है। बुद्ध के अनुसार हर मनुष्य को आत्मदीप होना चाहिए। मनुष्य को स्वस्थ और रोग मुक्त होना चाहिए। इस लेख में बौद्ध धर्म के इसी पहलू पर ध्यान केंद्रित किया गया है।

❖ कूटशब्द

दुख (दुःख), रोग (ब्याधि), जड़ (जरा), मृत्यु, अच्छा स्वास्थ्य, तृष्णा, चित्त।

बौद्ध साहित्य में स्वास्थ्य विज्ञान और आयुर्वेद के बारे में विचार: एक समृद्ध परंपरा की संक्षिप्त समीक्षा

❖ प्रस्तावना

बुद्ध के उपदेश और जीवन के इतिहास में स्वास्थ्य और चिकित्सा पर चर्चा पाई जाती है। इस संदर्भ में त्रिपिटक नामक पुस्तक और जातक कथा का उल्लेख किया जा सकता है। त्रिपिटक सुत्तपिटक का एक भाग है जिसमें कायद्वक निकाय (प्रणाली) शामिल है। यह एक बहुत ही लोकप्रिय बौद्ध ग्रन्थ है। इसमें मुख्य रूप से नैतिकता और बौद्ध सिद्धांतों पर प्रकाश डाला गया है। इसमें तत्कालीन चिकित्सा पद्धति की विस्तार से चर्चा की गई है। बुद्ध के अनुसार, मानव शरीर रोग और क्षय से ग्रस्त है। धर्मपद में बुद्ध का यह संदेश लोगों को प्रेरित करता है। यह एक तथ्य है कि मानव शरीर मृत्यु के साथ ही क्षय होता है। लोगों को क्या करना चाहिए? क्या वे हमेशा मृत्यु के बारे में सोचते हैं या जीवन के हर पल का आनंद लेते हैं? यदि कोई बैंकर से पूछता है कि पर्याप्त लाभ प्राप्त करने के लिए उसे कहां बचत करनी चाहिए वह निश्चित रूप से उत्तर देंगे कि व्यक्ति को सबसे पहले अपने अच्छे स्वास्थ्य के लिए बचत करनी चाहिए। कहा गया है - “शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्”¹। स्वस्थ व्यक्ति ही चतुर्वर्ग का पालन कर मोक्ष प्राप्त कर सकता है। स्वस्थ होने पर ही धर्म का पालन किया जा सकता है। प्रत्येक व्यक्ति को अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के बारे में सोचना चाहिए। इसके लिए अध्ययन करना चाहिए। कौटिल्य के अनुसार, यदि किसी के पास अतिरिक्त धन है, तो वह उसे कृषि, पशुपालन और व्यापारिक लेन-देन में लगा सकता है। व्यक्ति कंपनी के शेयरों में भी निवेश कर सकता है। निवेश करते समय व्यक्ति को संयम बनाए रखना चाहिए और चिंता से मुक्त रहना चाहिए। व्यक्ति को हर समय अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए। हालाँकि आजकल चिकित्सा विज्ञान काफी उन्नत है, फिर भी आम लोगों को उचित उपचार मिल जाता है क्योंकि यह कम कीमत पर प्राप्त हो जाता है²

आम लोगों के बारे में सोचते हुए, भगवान बुद्ध ने बुद्धापे और विभिन्न प्रकार की बीमारियों से पीड़ित भारतीयों की मदद करने के लिए स्वास्थ्य विज्ञान पर चर्चा की। उन्होंने अपने शिष्यों को मानव शरीर की संरचना के बारे में बताया। उनके अनुसार, शरीर मांस से ढकी हड्डियों से बना है। शरीर के अंदर बुद्धापा, मृत्यु और पाखंड का बीज छिपा होता है। सबसे पहले उन्होंने हड्डियों और मांस से बने शरीर की बाहरी विशेषताओं के बारे में बात की।³

तब उन्होंने स्वस्थ रहने के लिए भूख, प्यास, बीमारी और वासना पर काबू पाने के उपाय सुझाए। अपने संदेश में, उन्होंने हर बार अच्छे स्वास्थ्य के संदर्भ का उल्लेख किया। उन्होंने धर्मपद में कहा —

“जिधच्छा परमा रोगा, संखारा परमा दुखा।”⁴

भूख एक गंभीर रोग है, जीवन कष्टमय है और कष्ट से छुटकारा पाना ही सुख है। मनुष्य हमेशा भूख की आग में जलता रहता है और भोजन उसका ईधन है। इंसान हर तरह के दर्द, भूख पर काबू पाने की क्षमता रखता है, लेकिन भूख उसे मौत की ओर ले जाती है। इसलिए उन्होंने लोगों को एक ओर अत्यधिक भूख से दूर रहने और दूसरी ओर अत्यधिक भोजन से दूर रहने का निर्देश दिया। दोनों ही दीर्घ जीवन के मार्ग में बाधा डालते हैं। उन्होंने कहा —

¹ कुमारसभवम् ५/३३

² धर्मपद ११/३

³ धर्मपद ११/५

⁴ धर्मपद १५/७

“आरोग्यपरमा लाभा सन्तुष्टी परमं धनं।

विस्सासपरमा जाती निष्पानं परमं सुखं॥”⁵

अच्छे स्वास्थ्य के लाभ बताते हुए बुद्ध ने लोगों को स्वास्थ्य अध्ययन पर ध्यान देने की सलाह दी। उन्होंने लोगों को स्वस्थ जीवन जीने और हर चीज से संतुष्ट रहने का निर्देश दिया। उनके अनुसार संतोष ही सबसे बड़ा धन है। इसलिए उन्होंने सभी को संयमित, हृदय युक्त, सच्चा और दयालु बनने के लिए कहा। संयम की कमी मनुष्य को पापी बनाती है। इस कारण से उन्होंने सभी को लालच और धर्म के उल्लंघन से दूर रहने को कहा। इसके अलावा उन्होंने लोगों को ऐसे दोस्त बनाने की सलाह दी जो अच्छी सलाह दें। उनके अनुसार केवल निर्वाण ही मनुष्य को मोक्ष दिला सकता है। उन्होंने सभी को इस उद्देश्य के लिए उनके निर्देशों का ठीक से पालन करने को कहा।

चार आर्य सत्य बौद्ध धर्म का आधार है। इसमें स्वास्थ्य विज्ञान और अनुकूलता का संदेश शामिल है। चार आर्यसत्य में दुःख या दर्द, दर्द का स्रोत, दर्द का निवारण और दर्द का निदान शामिल है। जो व्यक्ति चार आर्यसत्य से परिचित हो जाता है, वह सभी प्रकार के दर्द पर विजय प्राप्त कर सकता है। आर्यसत्य को जानने से व्यक्ति का चरित्र मजबूत होता है और उसका स्वास्थ्य अच्छा रहता है। उन्होंने हमेशा लोगों का ध्यान बुद्धापा, दुःख, बीमारी और मृत्यु की ओर आकर्षित किया। उनके अनुसार, दुख पर विजय पाने के बाद सुख मिलता है और प्यास दुख की जड़ है। प्यास मनुष्य के लिए दुर्भाग्य लाती है। बुद्ध ने मनुष्यों को प्यास से छुटकारा पाने की शिक्षा दी। उन्होंने सभी की शारीरिक, वाचिक एवं मानसिक शुद्धता की बात कही। इस तरह, व्यक्ति अच्छा स्वास्थ्य बनाए रख सकता है।

उनके विचार में, जब दुनिया लगातार जल रही है, तो खुशी और हँसी का कोई सवाल ही नहीं है और कोई भी घोर अंधेरे में रोशनी की तलाश नहीं कर सकता है। भगवान बुद्ध के अनुसार निर्वाण, धार्मिक आस्था और संतुष्टि के लिए अच्छा स्वास्थ्य आवश्यक है। धर्मपद में, भगवान बुद्ध लोगों का ध्यान स्वास्थ्य की ओर आकर्षित करते हैं। उन्होंने कहा, उनके विचार में, शरीर रोग का घर है और यह मृत्यु की ओर ले जाता है। उन्होंने शरीर को बूढ़ा होने और बीमार होने से बचाने की आवश्यकता पर बल दिया। उनके विचार में, मानव जीवन अनमोल है, जीवन सभी को प्रिय है और मृत्यु अभिशाप है। इसलिए सभी के लिए अच्छे स्वास्थ्य में निर्वाण प्राप्त करने का प्रयास करना आवश्यक है। उन्होंने मनुष्यों को खुद को बीमारी से मुक्त रखने और लालच से छुटकारा पाने की सलाह दी। उन्होंने भूख को गंभीर बीमारी बताया। उन्होंने हमें जीभ को संयमित करने और संयमित मन और शरीर के साथ अच्छे काम करने की सलाह दी। भगवान बुद्ध ने अत्यधिक प्यास के कारण होने वाले अत्यधिक भोजन की निंदा की। यही कारण है कि भगवान बुद्ध ने अपने शिष्यों को अत्यधिक भोजन करने से बचने के लिए एक भजन का जाप करने की सलाह दी। उन्होंने कहा —

“पतीसंखा योनिसो पिण्डपातं पतिसेवामि।

नेव द्वय, न मदाय न मन्दानै, न विभुसनाय।

यावदेव इमास्सा कायस्सा तिथिया यापनाय।

विहसुपरतिया ब्रह्मचर्यानुग्रहाय, इति।

पुराणान्च वेदानां पतिहंखामि, नवाऽच्च वेदानां।

न उप्पदेस्सामि यत्र च मे भविस्सति।

अनवज्जता फासुविहारो चेति॥”⁶

⁵ धर्मपद १५/८

⁶ मनोपीटी (पाली जप) पृ. ६

उन्होंने सभी बौद्ध भिक्षुओं को सलाह दी कि वे इस बात का ध्यान रखें कि भोजन पूरी एकाग्रता के साथ समझदारी से करें। उन्हें इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि वे ताकत दिखाने या खूबसूरत दिखने के लिए नहीं, बल्कि खुद को हर तरह से स्वस्थ रखने के लिए भोजन करते हैं। भोजन मनुष्यों के भूख को शांत करता है और साथ ही यह भूख को फिर से जगाता है। उन्होंने हमेशा संयमित आहार की सलाह दी। उनके अनुसार संयमित भोजन मनुष्यों के स्वास्थ्य को नुकसान नहीं पहुंचाता। यह १९९५ में रोमेली बरुआ द्वारा प्रकाशित बौद्ध चिकित्सा उपचार प्रणाली पर सितांगशु कुमार बरुआ की पुस्तक से सीखा गया है कि कैसे भगवान बुद्ध लोगों की शारीरिक उपयुक्तता के प्रति सचेत थे और उन्होंने विभिन्न प्रयास किए। अपने उद्यान सखा में भगवान बुद्ध ने बताया कि उन्होंने शरीर की विभिन्न विशेषताओं को समझा और सभी प्रकार की प्यास से अवगत हुए और इसलिए वे शारीरिक विशेषताओं और भावनाओं से गुमराह नहीं होने वाले थे। इसलिए वह इस बात पर जोर देने में सक्षम थे कि शारीरिक योग्यता (Fitness) काफी फायदेमंद है और खुशी निर्वाण में निहित है। उनके अनुसार मनुष्य बुढ़ापे और बीमारी से बच नहीं सकता, लेकिन उसे अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना होगा। मृत्यु अवश्यं भावी है और यह मानव शरीर को बनाने वाले पांच तत्वों को नष्ट कर देती है। इसलिए केवल निर्वाण ही जीवन का अंतिम लक्ष्य है और केवल शारीरिक योग्यता (Fitness) ही हमें अंतिम लक्ष्य तक ले जा सकती है। उन्होंने अपने शिष्यों को शारीरिक योग्यता (Fitness) के महत्व को बार-बार धम्मपद में याद दिलाया।⁷

भगवान बुद्ध के जीवन और दर्शन पर अश्वघोष के लेखन को विश्व साहित्य में उच्च स्थान प्राप्त है। इसके बारे में प्रचलित कहानियों में से एक इस प्रकार है - एक दिन शुद्धोधन ने रथ-चालक से उस व्यक्ति के बारे में जानना चाहा, जो पीला और पतला दिख रहा था और जिसका पेट फूला हुआ था, बार-बार माँ के लिए से रहा था। रथ चालक ने उसे उत्तर दिया - तत्वों से बना मनुष्य ऐसी बीमारी से ग्रस्त हो गया है जो अक्सर सबसे ताकतवर इंसान पर भी हावी हो जाती है। दुनिया में आमतौर पर हर कोई बीमारी से प्रभावित है। मनुष्य बीमारी का आदी है और यहां तक कि उसे इसमें आनंद भी मिलता है।⁸ भगवान बुद्ध को एहसास हुआ कि मनुष्य इतना अज्ञानी है कि बीमारी से प्रभावित होने के बाद भी उन्हें आनंद मिलता है। वह विचारमग्न हो गया। बाद में उपचार प्रक्रिया के बारे में उनकी सलाह पर उनके अनुयायियों को खुद को बीमारी से मुक्त रखने का तरीका दिखाया गया।⁹

अश्वघोष ने सुन्दरनन्द के पाँचवें अध्याय में भगवान बुद्ध द्वारा नन्द को दिये गये उपदेश का उल्लेख किया है। बुद्ध के अनुसार बीमारी जैसा कोई संकट नहीं है और मृत्यु जैसा कोई खतरा नहीं है। उन्होंने आगे कहा है कि जो व्यक्ति अपने घर में ज्यादातर समय सोता रहता है उसे बुढ़ापा और बीमारी होने का खतरा रहता है। उसे डॉक्टर द्वारा कड़वे स्वाद वाली दवा लेने के लिए मजबूर किया जाता है। बुद्ध ने बार-बार कहा है कि शरीर रोग को आश्रय देता है और बुढ़ापे से वशीभूत होता है। यह झांग की तरह ही कमजोर भी है। यदि मनुष्य खाने-पीने और घूमने-फिरने में बहुत अधिक रुचि रखता है, तो उसका शरीर खतरे में पड़ जाता है। मनुष्य अपनी ताकत पर घमंड नहीं कर सकता। यह गर्मी, सर्दी, बीमारी, भूख और बुढ़ापे के प्रति संवेदनशील है। जब शरीर हड्डियों, मांस और रक्त का एकत्रित रूप हो और साथ ही रोग और भूख से वश में हो तो मनुष्य की ताकत के बारे में अनुमान लगाने की कोई गुंजाइश नहीं है।

बौद्ध साहित्य में, कई चर्चाएँ तत्वों के प्रभाव और विभिन्न प्रकार की बीमारियों पर केन्द्रित हैं। बौद्ध साहित्य में, तत्वों और विभिन्न प्रकार की बीमारियों के प्रभाव के इर्द-गिर्द कई चर्चाएँ होती हैं। इस संदर्भ में सीतांगशु विकास बरुआ जी की पुस्तक का उल्लेख करना है, जिन्होंने बौद्ध लेखन पर ध्यान केंद्रित किया, जिसमें तत्वों और चिकित्सा पद्धतियों के प्रभाव पर प्रकाश डाला गया। इस संबंध में, उन्होंने विनय पिटक के महावर्ग, चालवर्ग, अंगतनिका से पंक्तियाँ उद्धृत कीं। उनके मत में रोग वायु कफ, पित्त, कुछ प्रकार के द्रव्यों से होता है। क्रतु परिवर्तन, अत्यधिक तनाव, शरीर के किसी भाग में ऐंठन और अपच के अलावा, बौद्ध साहित्य में बताया गया है कि तत्व का प्रभाव रोग का मुख्य कारण है। इसी कारण से भगवान बुद्ध ने बयालीस प्रकार की अवांछनीय वस्तुओं की ओर संकेत किया

⁷ धम्मपद, १५३-१५४

⁸ बुद्धचरितम् ३/४०-४४

⁹ बुद्धचरितम् ३/४०-४४

है। इसमें पृथ्वी में पाए जाने वाले बीस तत्व, जल में पाए जाने वाले बारह तत्व, चार तेजधातु और वायु में पाए जाने वाले चार तत्व शामिल हैं। पृथ्वी से संबंधित तत्वों में बाल, नाखून, दांत, शारीरिक बाल, त्वचा, मांसपेशी, फाइबर, हड्डी, अस्थि मज्जा, किड्नी, हृदय, यकृत, बृहदान्त्र, प्लीहा, आंतरिक गुण, पेट, मल और सिर शामिल हैं। जल में पाए जाने वाले तत्वों में पित्त, कफ, मवाद, रक्त, आंसू, वसा, कोलेस्ट्रॉल, थूक, लसीका, वात, पसीना और मूत्र शामिल हैं और तेजधातु में अफसोस, जलन, बुढ़ापे का एहसास और पाचन शामिल हैं। वायु तत्व में छह प्रकार की वायु शामिल होती है जो हिचकी, मल-मूत्र, पेट में गैस, धमनियों का विस्तार और संकुचन और सांस लेने की प्रक्रिया का कारण बनती है। ये बयालीस तत्व बीमारी पैदा करते हैं।¹⁰

सीतांगशु विकास बरुआ जी ने बौद्ध साहित्य के विभिन्न ग्रंथों खद्दकपठ, परमात्मज्योति, महासतिपात थाना सुत्त, विशुद्ध मार्ग और संयुक्त निकास में शरीर के विभिन्न अंगों पर की गई चर्चाओं का भी उल्लेख किया है। कैगतस्मृति में बत्तीस प्रकार के शारीरिक पहलुओं का उल्लेख किया गया है, जैसे बाल, शारीरिक रोम, नाखून, दांत, त्वचा, मांस, मांसपेशी, हड्डी, अस्थि मज्जा, गुर्दे, हृदय, यकृत, बृहदान्त्र, प्लीहा, फेफड़े, आंतरिक पहलू, आंत, पेट, पित्त, खांसी, मवाद, रक्त, लसीका, पसीना, वसा, वसा अम्ल, आंसू, थूक, करिश, आमाशय और मूत्रा। बौद्ध साहित्य में मानव शरीर के लिए सात प्रकार के परीक्षण सुझाये गये हैं। परीक्षण का संबंध प्रभावित व्यक्ति की वाणी, विचार, रंग-रूप और रोग के प्रभावित अंग, स्थिति और विशेषताओं से होता है। कायगातास्मृति मनुष्यों को मानव शरीर का मौलिक ज्ञान प्रदान करती है।¹¹

विनय पिटक के महावर्ग में रोग मुक्ति हेतु औषधि के प्रयोग तथा वनौषधि उपचार की चर्चा भगवान बुद्ध के समय में आयुर्वेदिक उपचार का ठोस उदाहरण मानी जाती है। प्राचीन काल में भगवान बुद्ध ने शरद क्रतु में रोग से ग्रसित अपने शिष्यों के लिए वसा, तेल, शहद, गुड़ तथा धी नामक पांच वस्तुओं से बनी औषधि निर्धारित की थी। उनके अनुसार ये पांच वस्तुएं मनुष्य के लिए आवश्यक आहार हैं। उन्होंने अपने रोगी शिष्यों को दिन-रात इन्हीं वस्तुओं का सेवन करने को कहा था। हालांकि कुछ समय बाद बुद्ध के अनुयायी दुबलेपतले, पीले तथा कमजोर हो गए तथा उनकी नसें उभरने लगीं। इसके बाद भगवान बुद्ध ने रोग से ग्रसित अपने अनुयायियों के लिए इन पांच वस्तुओं के साथ भालू या सुअर की चर्बी निर्धारित की। इसके अलावा उन्होंने अदरक, हल्दी, बरगद की जड़ तथा कुछ अन्य पौधों के अर्क का मिश्रण भी निर्धारित किया। उन्होंने नींबू, तुलसी, पर्वत, कपास फल तथा गिरिमलिका के चिकित्सीय प्रयोग का भी उल्लेख किया। उनके अनुसार काली मिर्च, हरड़, आंवला आदि का भी औषधि के रूप में प्रयोग किया जा सकता है। उन्होंने काला नमक, सादा नमक और सेंधव नमक के औषधीय उपयोग का उल्लेख किया। बुद्ध के समय में खुजली और पपड़ी के उपचार के लिए गोबर और राल का उपयोग किया जाता था। आंखों की तकलीफ को दूर करने के लिए उस समय कृष्णांजन, रसंजन और काजल तथा गिरिमती जैसे नेत्र-मलहम का उपयोग किया जाता था। कभी-कभी उन्हें मीठी गंध के लिए चंदन के साथ मिलाया जाता था। सिर से संबंधित बीमारी के लिए केश-तेल और सूँधने का उपयोग किया जाता था और गठिया के लिए कुछ प्रकार के हर्बल तेल का उपयोग उपचार के रूप में किया जाता था। यहाँ तक कि गण्डमाला और गैंग्रीन जैसी कुछ बीमारियों का इलाज ऑपरेशन के माध्यम से किया जाता था। उस समय मलहम और रुई की पट्टी का उपयोग प्रचलित था। कभी-कभी सरसों के छिलके से दबाव डाला जाता था। सांप के काटने पर राख, मिट्टी और मूत्र का उपयोग उपचार के रूप में किया जाता था। गैस्ट्रिक रोग के लिए वेटिबर का उपयोग किया जाता था और त्वचा रोग के लिए सल्फर का उपयोग किया जाता था। भगवान बुद्ध ने अपने अनुयायियों की चिकित्सा के लिए कभी-कभी स्वयं उनका इलाज किया और ऐसे उदाहरणों का उल्लेख बुद्ध से संबंधित लेखों में किया गया है।¹²

¹⁰ बौद्ध साहित्ये चिकित्सा व्यवस्था

¹¹ बौद्ध साहित्ये चिकित्सा व्यवस्था

¹² बौद्ध साहित्ये चिकित्सा व्यवस्था, पृ. ३५-३७

विनय पिटक के महाब्रोग में हमें बुद्ध के समय के चिकित्सकों के बारे में पता चलता है। उनमें से एक अशोक गोहर थे। मालिंद पार्सन नामक पुस्तक में कुछ प्राचीन चिकित्सकों का उल्लेख किया गया है। वे नारद, धनबंतरि, अंगिरस, कपिल, अतुल, पूरब, कात्यायन और कोनोद्रग्निसम थे। ये ऋषि रोग की उत्पत्ति और प्रकृति के बारे में जानते थे और तदनुसार उपचार बताते थे। उस समय उनमें से सबसे सम्मानित जीबक थे। उन्होंने अपनी युवावस्था में ही अपने ज्ञान और क्रियाशीलता से अपनी प्रखर बुद्धि का परिचय दिया। वे कम समय में किसी भी विषय का ज्ञान प्राप्त कर सकते थे और साथ ही उसे बनाए भी रख सकते थे। वे भगवान बुद्ध की सेवा करने वाले चिकित्सक थे। उन्होंने तक्षशिला के चिकित्सकों से स्वास्थ्य विज्ञान का ज्ञान प्राप्त किया था। बौद्ध साहित्य से पता चलता है कि कुमार भूत जीबक भगवान बुद्ध के समय के एक प्रसिद्ध चिकित्सक थे। उन्होंने तक्षशिला में अतर से स्वास्थ्य विज्ञान की शिक्षा ली थी। उनका पालन-पोषण मगध के राजा बिम्बिसार के पुत्र अभय ने किया था। जीबक बौद्ध पंथ के सदस्यों, मगध के राजा बिम्बिसार और अजातशत्रु की सेवा करता था। वह बच्चों का इलाज करने में कुशल था। इसलिए उसे कुमार भूत्स के नाम से जाना जाता है। हालाँकि, कुछ विद्वानों का मानना है कि उसे यह नाम इसलिए दिया गया क्योंकि उसका पालन-पोषण बिम्बिसार के बेटे अभय ने किया था।

जीबक सिर से संबंधित रोगों का उपचार करने तथा शल्यक्रिया करने में निपुण थे। उन्होंने भगदर तथा पीलिया के उपचार में अपनी कुशलता दिखाई। भगवान बुद्ध के समय में जीबक भगवान बुद्ध के अनुयायियों का बहुत अच्छे से उपचार करते थे। उस समय मगध में पांच प्रकार के रोग फैल गए थे। वे थे कुष्ठ, फोड़ा, चर्म रोग, क्षय रोग तथा दमा। उन्होंने इन सभी रोगों का धैर्यपूर्वक उपचार किया। एक बार जब भगवान बुद्ध के पैर में देबदत्त नामक जैन मुनि ने पत्थर मारा था, तब जीबक ने एक प्रकार की जड़ी-बूटी का लेप प्रतिदिन तीन बार लगाकर घाव का उपचार किया। उन्होंने साष्टिपुत्र के पेट का ऑपरेशन किया तथा पेट के अंदरूनी हिस्सों को साफ करके ऑपरेशन वाले स्थान पर टांके लगाए। साष्टिपुत्र कुछ ही दिनों में ठीक हो गए। उन्होंने चर्बी युक्त जड़ी-बूटियों की सहायता से पीलिया का उपचार किया। ऐसा ज्ञात हुआ है कि प्रद्योत नामक शक्तिशाली राजा पीलिया से पीड़ित था। राजा चर्बी युक्त पदार्थ लेने के लिए तैयार नहीं था, इसलिए जीबक ने उसे स्वाद तथा गंध दूर करने के लिए चर्बी युक्त पदार्थ लेने की सलाह दी। अंततः उनका पीलिया ठीक हो गया। जीबक ने एक दरबारी अधिकारी के सिर का ऑपरेशन करके उसके मस्तिष्क की बीमारी को ठीक किया था। उसने राजा बिम्बिसार के भगदर को ठीक किया था। इस तरह जीबक बौद्ध काल के एक प्रसिद्ध चिकित्सक बन गए¹³

❖ उपसंहार

अंत में यही कहा जा सकता है कि आयुर्वेद शब्द दो शब्दों आयु और वेद से मिलकर बना है। आयु का अर्थ है जीवन और वेद का अर्थ है ज्ञान। आयुर्वेद का अर्थ है मानव शरीर से संबंधित ज्ञान। शास्त्र में कहा गया है - “शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्”¹⁴। दूसरे शब्दों में, धार्मिक अनुष्ठान करने के लिए स्वस्थ रहना आवश्यक है। पुरुषार्थ प्राप्त करने के लिए अच्छे स्वास्थ्य की आवश्यकता होती है। पुरुषार्थ के मार्ग में रोग बाधा डालते हैं। अच्छे स्वास्थ्य के लिए अच्छे कर्म करने चाहिए –

“धर्मार्थकाममोक्षाणाम् आरोग्यं मूलमुत्तमम्।

रोगास्तस्यापहर्तारः श्रेयसो जीवितस्य च॥”¹⁵

भगवान बुद्ध के समय विकसित स्वास्थ्य विज्ञान ने प्राचीन भारत में प्रचलित उपचार की पारंपरिक पद्धति का अनुसरण किया। प्राचीन काल से ही उपचार का पारंपरिक तरीका मंदाकिनी की धारा की तरह बिना किसी रुकावट के चलता आ रहा है। एक ओर भगवान बुद्ध ने दया मित्रता और आनंद का संदेश, और दूसरी ओर उन्होंने लोगों को पूर्ण शारीरिक योग्यता (Fitness) रखने की सलाह दी। भगवान बुद्ध ने अपना पूरा जीवन मानव कल्याण के लिए समर्पित कर दिया। उन्होंने सुख की प्राप्ति के लिए सभी प्रकार के दुखों से मुक्ति

¹³ जीवनी कोष (भारतीय ऐतिहासिक), तृतीय खण्ड

¹⁴ कुमारसम्बवम् ५/३३

¹⁵ चरक संहिता सूत्र १/२४

की आवश्यकता को महसूस किया। स्वस्थ व्यक्ति ही सुख प्राप्त करने में सक्षम होता है। बुद्ध अपने संदेश में शारीरिक, मानसिक और मौखिक स्वास्थ्य की आवश्यकता पर बार-बार जोर देना चाहते थे। सबसे बढ़कर, उन्होंने रोग मुक्त विश्व का संदेश दिया और उपचार के विभिन्न तरीके सुझाए।

❖ संदर्भ सूची

- Banarjee, A. C. (1966). *Buddha and Buddhism* (1st ed.). Calcutta: Pharma KL.
- Barua, S. K. (1995). *Medical Practice in Buddhist Literature* (First ed.). (R. Barua, Ed.) Bangladesh: Chittagaong.
- Buddharakkhita, A. (1986). *Dhammapada*. Bangalore: Maha Bodhi Society .
- Chatterjee, S. (1999). *History of Ancient India* (Eighth Edition ed., Vol. Volume I). Kolkata: West Bengal State Book Board.
- Tagore, S. (n.d.). *Buddha* (Fourth Edition ed.).
- Vidyalankar, S. (n.d.). *Biography cell Indian historian* (Vol. III).
- धर्मरक्षित, भ. (१९९९). धर्मपद . दिल्ली : मोतीलाल बनारसीदास .
- प्रसाद, र. (२०१९). धर्मपद- पद्यावली . पाटना : इम्प्रेशन पब्लिकैशन .
- बघेल, ड. ह. (१९९८). वेदों का सार आयुर्वेद. आगरा: वाई. के. पब्लिशर्स .
- बसु, च. (१९०४). धर्मपद(Vol. xi). कलकत्ता : महाबोधि सोसाइटि .
- वैद्योपाध्याय, र. (२०१९). चरकसहिता(Vol. १). (शिवरामा, Ed.) मुंबई: खेमराज श्रीकृष्णदास बम्बई प्रकाशन.
- शरण, ह. (२०१०). धर्मपद(Vols. वर्ग १-४ गाथा और कथा). The Corporate Body of the Buddha Edcational Foundation.
- शरण, ह. (२०१०). धर्मपद(Vols. वर्ग ८-१४ गाथा और कथा). The Corporate Body of the Buddha Edcational Foundation.
- शरण, ह. (२०१०). धर्मपद (Vols. वर्ग १५-२१ गाथा और कथा). The Corporate Body of the Buddha Edcational Foundation.
- लाहा, ब. (१३२९ बঙ्गाब्द). *सौन्दरानन्द*. कलकाता : गुरुदास चट्टोपाध्याय एण्ड सन्स्कृति .
- शीलभद्र, भ. (१३५१ बঙ्गाब्द). *धर्मपद*. कलकाता: महाबोधि सोसाइटि.

❖ वेबलिङ्गक

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6330872/> दिनांक- १८/०९/२०२४
- <https://www.jstor.org/stable/44146989> दिनांक- १८/०९/२०२४
- <https://www.oxfordbibliographies.com/display/document/obo-9780195393521/obo-9780195393521-0140.xml> दिनांक- १८/०९/२०२४
- <https://jstor.org/stable/10.7312/salg18936> दिनांक- १८/०९/२०२४
- <https://journals.library.ualberta.ca/hssa/index.php/hssa/article/view/97> दिनांक- १८/०९/२०२४
- https://www.academia.edu/105873249/Elements_of_the_Buddhist_Medical_System दिनांक- १८/०९/२०२४

