सूर्योपासना वैदिक विधि एवं आयुर्वेदिक चिकित्सा

*डॉ. धर्मसिंह गुर्जर

सारांश

वेद मानवजावि के लिए प्रकाश स्तम्भ एक शक्ति स्रोत है। मनु ने काह है कि–सर्वज्ञानमयों हि सः अर्थात् वेदों में सभी विद्याओं का भण्डार है। वेदो में आयुर्वेद अथवा चिकित्सा एक महत्वपूर्ण विषय है। ऋग्वेदादि चारों वेदों में आयुर्वेदिक तत्त्व सम्बन्धिन सामग्री विभिन्न स्थानों पर प्राप्त होते है, इससे ज्ञात होता है कि आयुर्वेद प्राचीन या वैदिक काल से ही एक मुख्य विषय रहा है। अथर्ववेद में आथर्वणी, आगिरसी, दैवी तथा मनुष्यजा चार प्रकार की चिकित्सा प्रकारों में दैवी चिकित्सा का अन्यतम स्थान है। दैवी चिकित्सा को प्राकृतिक चिकित्सा भी कहा जाता है। प्राकृतिक चिकित्सा में सूर्य का चिकित्सा अपना एक महत्वपूर्ण स्थान है। ऋग्वेद में सूर्य किरण चिकित्सा के विषय में कहा है कि प्रातः कालीन सूर्य किरणें हृदय रोग, जनित कारणों को भी नष्ट करता है, सूर्य की किरणे रोग उत्पन्न करने वले कीटाणुओं को भी नष्ट करती है तथा सर्प के विष का भी नाश करती है। प्रस्तुत पत्र में सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा उपचारित विभिन्न रोगों के नाम भी दिये गए है।

कटु शब्द : वेद सूर्य किरण, चिकित्सा पद्वाति

प्रस्तावना

सूर्य की उपासना का भारतीय संस्कृति में बहुत महत्व है। मनुष्य के लिये काह गया है कि ब्रह्ममुहुर्त्त सूर्योदय से चार घड़ी पहले होता है। सूर्य की किरणों का सेवन आयुर्वेद में अति लाभदायी होता है।

आयुर्वेद का शाब्दिक अर्थ

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

हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।

मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।।

अर्थात जिस ग्रन्थ में जीवन के अनुकून और प्रतिकूल, स्वस्थ जीवन एवं योंग अवस्था का वर्णन हो उसे ही आयुर्वेद कहते है अथवा हित, अहित, सुख और दुःख यह चार प्रकार की आयु का मान–परिमाण जिस शास्त्र में हो उसे आयुर्वेद कहा गया है।

आयुर्वेद का सर्वप्रथम वर्णन हमें ऋग्वेद से प्राप्त होता है। ऋग्वेद से हमे आयुर्वेद उद्देष्य, वैद्य के गुणकर्म, विविध

औषधियों के लाभ, शरीर के विभिन्न अंग, विभिन्न चिकित्साएँ, अग्नि चिकित्सा, जल चिकित्सा, यज्ञ चिकित्सा, वायु चिकित्सा, सूर्य चिकित्सा, शल्य चिकित्सा, हस्त स्पर्ष चिकित्सा, यज्ञ चिकित्सा, कृमिनाषन, विष चिकित्सा, दीर्घ आयुष्य, कुस्वप्ननाषन आदि विषयों का विषेष वर्णन मिलता है। यजुर्वेद और सामवगद में भी आयुर्वेद विषय सामग्री मिलती है, परन्तु यह सामग्री न्यूनमात्रा में प्राप्त होती है। आयुर्वद की दृष्टि से अथर्ववेद अत्यन्त महत्त्वपूर्ण ग्रन्थ है। प्रायः यह भी कहा जा सकता है कि अथर्ववेद ही आयुर्वेद का मुलाधारग्रन्ध है। अर्थवेवेद में दसी वेद को भिषज या भिषग्वेद् के नाम से पुकारा गया है। शतपथ ब्राह्मण में यजुर्वेद के एक मन्त्र की व्याख्या में प्राण को अथवां कहा गया है, इसका अभिप्राय यह है कि प्राण विद्या या जीवन विद्या ही आथर्वण कहलाती है।

आयुर्वद के आठ अंग

यद्यपि वैदिक साहित्य या वेदों में आयुर्वद के आठ अंगों का स्पष्ट रू॰ से कही उल्लेख नही किया गया है परन्तु वैदिक वाड्गमय में आयुर्वेद के आठ अंगों का यत्र–तत्र वर्णन मिलता है। अतः इससे ज्ञात होता है कि आयुर्वेद के आठ अंगों का विभाजन परकालीन किया गया है। महर्षिक सुश्रुत ने सुश्रुत संहित में आयुर्वेद को आठ अंगों में विभाजित किया है जो इस प्रकार से है– 1. शल्यचिकित्सा 2. शालाक्याचिकित्सा 3. कायचिकित्सा 4. भूतविद्या 5. कौमारभूत्य 6. अगदतन्त्र 7. रसायन तन्त्र 8. वाजीकरण इत्यादि।

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

चिकित्सा के प्रकार

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

आथर्वणीराड्गिरसीर्दैवीर्मनुष्यजा उत।

औषधय प्रजायन्ते यदा त्वं प्राण जिन्वसि।।

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

प्राकृतिक चिकित्सा की उपयोगिता

प्रकृति मनुष्यों के लिये एक वरदान है। प्रकृति के सभी तत्त्व पृथिवी, जल, अग्नि, वायु, सूर्य, चन्द्र आदि किसी न किसी रूप मे मनुषय जीवन के लिए हितकार है। प्राकृतिक चिकित्सा में भी सूर्य चिकित्सा का अपना एक महत्वपूर्ण स्थान है।

सूर्य चिकित्सा

वेदों में सूर्य किरणों द्वारा चिकित्सा का विस्कृत रूप में वर्णन मिलता है। सूर्य को चराचर जगत की आत्मा कहा

गया है। प्रष्नोपनिषद् में भी सूर्य को मानवजगत का प्राण कहा गया है। ऋग्वेद में कहा गया है कि सूर्य रोगों को दूर करता हुआ बुद्धि की शुद्धि करता है और ज्ञान में भी वृद्धि करता है। अथर्ववेद में बताया गया है कि उदय होता हुआ सूर्य मृत्यु के सभी करणों को नष्ट करता है। उदय होते हुए सूर्य से अवरक्त (हल्की लाल) किरणे निकलती है अर्थात् प्रातः काल सूर्य की किरणों का सेवन करना चाहिए, जो स्वास्थ्यप्रद होती है। इन अवरक्त किरणों में जीवन शक्ति होती है और रोगों को नष्ट करने की क्षमता होती है। ऋग्वेद में वर्णन मिलता है कि उदय होता हुआ सूर्य ह्रदय के सभी रोगों को पीलिया और रक्ताज्पता को दूर करता है। इसी बात को अथर्ववेद में भी कहा गया है कि उदय होते हुए सूर्य से अवरक्त, प्दति तमकद्ध किरणे निकलती है, जो ह्रदय रोग और खून की कमी को भी दूर करती है। अथर्ववेद के इसी मन्त्र से अगले मन्त्र में कहा गया है कि सूर्य की करणों के साथ–साथ लाल रंग की गाय के दूध को भी ह्रदय रोग के लिये उपयोगी बताया गया है। प्रस्तुत मन्त्र में यह भी निर्देषित है कि सूर्य की करणों को प्रयोग मनुष्य के रूप रंग और आयु के अनुसार करना चाहिए अर्थात् रोगी को उदय होते सूर्य के सामने कम या अधिक बैठना चाहिए। प्राचीन समय में प्रात काल सूर्याभिमुख बैठकर संध्या करने को प्रयाजन यही रहा होगा कि मनुष्य सूर्य की अवरक्त किरणों के प्रभाव से सदा रोग मुक्त रहे। ऋग्वेद में एक स्थान पर कहा है कि सूर्य मनुष्यों को नीरोगता, दीर्घायु तथा समग्र सुख देता है। सूर्य की सात किरणों से सात प्रकार की ऊर्जा प्राप्त होती है। सूर्य से ही उन्नत कृषि होती है, इससे हमे ज्ञात होता है कि सूर्य किरणे मनुष्य के लिए वरदान है और यह निरोगता के साथ मनुष्यों को सभी सुख साधन प्रदान करता है।

अथर्ववेद में सुर्य किरण चिकित्या द्वारा ठीक होने वाले रोगों की एक लम्बी सूची दी गई है, जिनमें प्रमूख रोग ये है– सिरदर्द, कानदर्द, रक्त की कमी, सभी प्रकार के सिर के रोग, बहरापन, अन्धापन, शरीर की अकडन और दर्द सभी प्रकार के सिर के ज्वर, पीजिया, जलोदर, पेट के रोग विषों का प्रभाव, फेफडों के रोग, हड्डी पसली रोग, आन्तों और योनि रोग यक्ष्मा, सूजन, द्याव, वातरोग, आँख की पीडा, घुटना, रीढ कल्हे आदि रोग ठीक होते है। एक अन्य सूक्त में 'सूर्य कृणोतु भेषजम' सूर्य चिकित्सा से ये रोग भी ठीक होते है, कहकर अपचित (मण्डमाला) गलने और सडने वाजी बीमारियों और कुष्ठ आदि रोगों का उल्लेख किया है अर्थात सूर्य किरण चिकित्सा द्वारा असाध्य कुष्ठ रोग का भी निदान बतराया गया है। मयुर भट्ट ने भी बाण भट्ट की पत्नी द्वारा दिये गये कुष्ठी शाप मुक्ति के लिए सूर्य उपासना में सूर्सशतक् की रचना की और सूर्य स्तुति से ही उसे कुष्ठ रोग से मुक्ति मिली थी।

सुर्य किरण चिकित्सा द्वारा कृमिन नाष

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

सूर्य किरण चिकित्सा महत्त्व

सूर्य चिकित्सा के लिए वर्तमान समय में बहुत से नाम प्रचलित है। सूर्य चिकित्सा सिद्धान्त के अनुसार रोग उत्पत्ति का कारण शरीर में रंगों का घटना–बढ़ना बताया गया है सूर्य किरण चिकित्सा के अनुसार अलग–अलग रंगों के अलग–अलग गुण होते है लाल रंग उत्तेजना और नीला रंग शक्ति पैदा करता है। सूर्य चिकित्सा मे सूर्य किरणों का शरीर पर सीधा प्रयोग या सूर्य किरणों से प्रभावित जल, चीनी, तेल, घी आदि का प्रयोग किया जाता है। इण्डियन

मेडिकल एसोसिएषन के सचिव डॉ० अजय सहगल का कहना है कि आजकल जो बच्चे पैदा होते ही पीलिया के रोग के शिकार हो जाते है उन्हे सूर्योदय के समय सूर्य किरणों में लिटाया जाता है, जिससे अल्ट्रा वायलेट किरणों के सम्पर्क में आने से उसके शरीर के पिगमेन्ट सेल्स पर रासायनिक प्रतिक्रिया प्रारम्भ हो जाती है और बीमारी में लाभ होता है। डाक्टर भी नर्सरी में कृत्रिम अल्ट्रा वायलेट किरणों की व्यवस्था लैम्प आदि जला के भी करते है। अतः हम यह कह सकते है कि हमारी वैदिक चिकित्सा पद्धति आज के समय में भी बहुत उपयोगी है।

निष्कर्ष

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

***सह आचार्य**
व्याकरण विभाग
राजकीय आचार्य संस्कृत महाविद्यालय,
बौंली (राज.)

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. अथर्ववेद भाष्यकार, पद्म भूषण डॉ० श्रीपाद दामोदर सातवलेकर प्रकाशक. वसन्त श्रीपाद सातवलेकर स्वाध्याय मण्डल पारडी।
2. ऋग्वेद सम्पादक, श्रीपाद दामोदर सातवलेकर, प्रकाषक वसन्त श्रीपाद सातवलेकर स्वाध्याय मण्डल पारडी।
3. उपनिष्द् समुच्चय लेखक, शर्मा भीम सेन, प्रकाषक, हरयाणा प्रान्तीय पुरातव सग्रहालय रोहतक हरियाणा।
4. चरक सहित अनुवादक कविराज श्री अत्रिदेव जी गुप्त प्रकाषक भार्गव पुस्तकालय गाय घाट बनारस।
5. सूर्यषतक. व्याख्याकार, त्रिभुवनपाल, प्रकाषक मोतीलाल बनारसीदास वाराणसी।