

“जनपदोद्ध्वंस” in today’s era

मुद्दे →

1) प्रास्ताविक

2) आयुर्वेद क्या है?

अ] आयु परीभाषा

ब] आयुर्वेद का लक्षण

3) आयुर्वेद के अनुसार सर्वव्यापी महामारी की संकल्पना → जनपदोद्ध्वंस

अ] जनपदोद्ध्वंस परीभाषा

ब] जनपदोद्ध्वंसकर भाव

क] जनपदोद्ध्वंसकर भाव विकृत होने का कारण → अधर्म

ड] वर्तमान काल में जनपदोद्ध्वंस की समानता कोविड.19 से ।

4) व्याधिक्षमत्व कैसे बढ़ाए?

5) आयुर्वेद से जनपदोद्ध्वंस का निरोध कैसे करे?

8) जनपदोद्ध्वंस की सामान्य चिकित्सा

9) निष्कर्ष

1) प्रास्ताविक—

सृष्टिरचना के समय साक्षात् ईश्वर ने ही आयुर्वेद का निर्माण किया, इसलिए आयुर्वेद के सिद्धांत विश्व के आरम्भ से आज तक अबाधित हैं। आयुर्वेद यह एक आस्तिक दर्शन है। आयुर्वेदने जीवन का बहुत आदर किया है। केवल जन्म और मृत्यु इनके बीच का अंतर जीवन, ऐसा विचार न करके, धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष यह चतुर्विध पुरुषार्थ है, इनकी (च.सू.1/15) प्राप्ति होने के लिए आरोग्य अर्थात् जीवन होना चाहिए ऐसी कामना की गई है। इसलिए आयुर्वेद की उत्पत्ती हुई है ऐसा आचार्य कहते हैं। यह आयुर्वेद शाश्वत है। (च.सू.30/27)

आयुर्वेद प्रयोजन—

“प्रयोजनं चास्य स्वस्थस्य स्वास्थ्यरक्षणमातुरस्य।

विकार प्रशमनं च ।।” (च.सू.30/36)

आयुर्वेद का प्रयोजन यह है की स्वस्थ व्यक्ती के स्वास्थ्य का रक्षण करना और जो रोगो से विकारों से पिडीत है उनके विकार का प्रशमन करना।

स्वस्थ किसे कहाँ है? —

“समदोषः समाग्निश्च समधातु मलक्रियः।

प्रसन्न आत्मा इन्द्रियमनाः स्वस्थ इति अभिधीयते ।। (सु.सू.15/44)

इसका अर्थ है जिसके शरीर के सभी दोष समान हो, अग्नि समान हो, और धातु मलक्रिया भी प्राकृत हो और उनका आत्मा, इन्द्रिय, मन हमेशा प्रसन्न रहता हो उसे स्वस्थ व्यक्ती कहते हैं। आयुर्वेद के विस्तार और

चुनैतियों के बारे में विचार करें तो हमें ऐसा दिखाई पड़ता है कि ऋग्वेद यह दुनिया का सबसे पहला वेद है जिसमें सबसे पहले चिकित्सा पद्धती का वर्णन आया है। ऋग्वेद, अथर्ववेद, उपनिषद, यजुर्वेद इसमें भी आयुर्वेद का वर्णन आया है।

2) आयुर्वेद क्या है? – आयुर्वेद यह दो शब्दों से बना है।

आयु – जीवन, वेद – ज्ञान

* आयु परिभाषा –

“शरीरेंद्रिय सत्त्वात्मसंयोगो जीवितम् ।

नित्यगश्चानुबन्धश्च पर्यायैशयुरुच्यते ॥” (च.सू.1/42)

अ) आयुर्वेद का लक्षण—(च.सू.1/41)

हिताहितं सुखं दुःखं मायुस्तस्य हिताहितम् ।

मानं च तच्च यत्रोक्तं आयुर्वेदः स उच्यते ॥

आयु का हित-अहित, पथ्यापथ्य और इस आयु का मान-परिमाण यह सब जिस शास्त्र में कहा है, तथा आयु का लक्षण जिसमें हो, उसे आयुर्वेद कहते हैं, और अगर इस आयुर्वेद का श्रेष्ठत्व देखेंगे तो आचार्य चरक लिखते हैं, (च.सू.1/43) यह आयुर्वेद सबसे अधिक श्रेष्ठ पुण्यजनक है आयुर्वेद इहलोक, और परलोक दोनों के हितों को कहता है, ऐसा ज्ञानियों का मत है।

3) आयुर्वेद के अनुसार सर्वव्यापी महामारी की संकल्पना:-

जनपदोद्ध्वंस –

संक्रामक रोगों का प्रकोप, महामारी के स्वरूप में फैलना, ये सब मानव के इतिहास से पता चलता है, और हमारे प्राचीन आयुर्वेद ग्रंथ, वेद, उपनिषद इनमें इनका विवरण बहुत वर्ष पहले ही किया है।

चरक संहिता विमानस्थान के अध्याय 3 में जनपदोद्ध्वंस अध्याय का विवरण किया है। और इन संक्रामक और महामारी का निरोध कैसे करे इसका भी विवरण किया है। महामारी का मतलब होता है की प्रचारित रोगों से पुरा देश और पुरी दुनिया प्रभावित हो जाये।

आचार्य चरक ने महामारी को जनपदोद्ध्वंस व्याधी कहा है।

जनपदोद्ध्वंस का वस्तुतः अर्थ होता है—“समाज का विनाश”

अ) जनपदोद्ध्वंस परीभाषा:-

“सामान्यास्त द्वैगुण्यात् समानकालाःसमानलिङ्गश्च

व्याधयोअभिनिर्वर्तमाना जनपदमुद्ध्वंसयन्ति ।।(च.वि.3/6)

इसका अर्थ है मानव देह में समान रहनेवाले बाकी जो भाव है उनकी विकृती, या फिर दोषों की विकृती के कारण एक समय में एक प्रकार के लक्षणोंवाले रोग उत्पन्न होकर जनपद को नष्ट करते हैं उसे जनपदोद्ध्वंस कहते हैं।

ब) जनपदोद्ध्वंस भावः—

आयुर्वेद के अनुसार महामारी जितनी भी होती है उनका संक्रमण चार कारकों से होता है – ये चार कारक बड़ी संख्या में जनसंख्या पर प्रभाव करती है।

- 1) विकृत वायु
- 2) विकृत उदक
- 3) विकृत देश
- 4) विकृत काल



क) जनपदोद्ध्वंसकर कारणः—(च.वि.3/20)

अधर्म – जनपदोद्ध्वंस का मूल कारण अधर्म है या फिर पूर्वजन्म में किया हुआ असत् कर्म और इन दोनों का मूल कारण प्रज्ञापराध है। युद्ध, अभिशाप यह सभी अधर्म के कारण है।

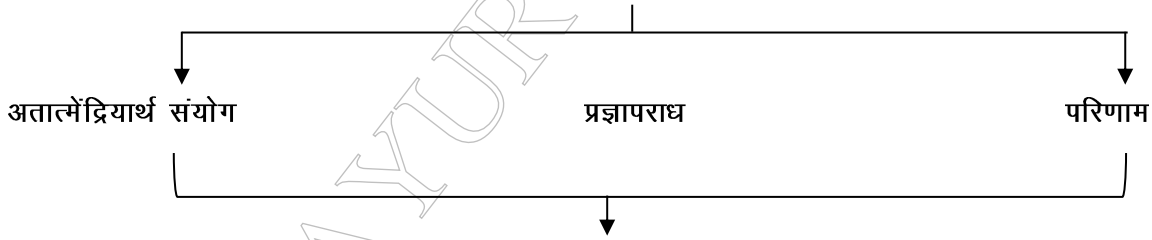
“तस्य मूलमधर्मः तन्मूलं वाअसत्कर्म पूर्वकृतं,

तयोर्योनिः प्रज्ञापराध एव ।।(च.वि.3/20)

आयुर्वेद ने व्याधी के 3 हेतु बताये हैं।

त्रिविध हेतु → (वा.सू.1/19) (च.सू.1/58)

त्रिविध हेतु



इनका अयोग, अतियोग, मिथ्यायोग ये सभी रोगों के कारण बनते हैं।

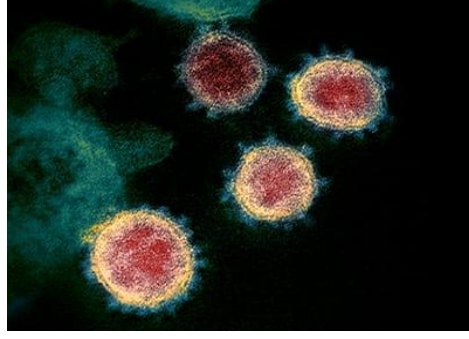
आयुर्वेद ग्रंथों में 5000 वर्षों पूर्व ही इन संक्रामक रोगों का वर्णन मिलता है और उनका प्रतीकार कैसे करना इसका भी वर्णन मिलता है। आचार्य सुश्रुत ने इन संक्रामक रोगों को औपसर्गिक रोग कहाँ है। (सु.नि 6/32-33) इतना ही नहीं उन्होंने जनपदोद्ध्वंस की भी संकल्पना भी बताई हैं (सु.सु.6/19) परंतु सुश्रुत ने इसे “मरक” ऐसी उपमा दी है। और आचार्य वाग्भट ने भी इस संक्रामक व्याधी की संकल्पना सूत्रस्थान के विरुध्दान्न विज्ञानीयम में दी है।

* वर्तमान काल में जनपदोद्ध्वंस की समानता कोविड 19 से। →

कोरोना वाइरस एक शक्तिशाली जैविक घटक है और वो एकदम तेजी से फैलकर बहुत बड़े जनसंस्था को हानी पहुंचाने की क्षमता रखता है। कोविड – 19 होने का कारण है SARS – COV2 Virus यह नाम 11

February 2020 को WHO ने दिया है। और इस वाइरस की शुरुवात चीन देश के वुहान से 2019 के अंत में हुई थी और, आज यह वाइरस पुरे दुनिया में फैल चुका है।

(Covid – 19)
co – Corona
vi – virus
d – Disease
19 – in 2019



ऐसे संक्रामक रोगों का संक्रमण कैसे होता है वो हम आगे देखेंगे। (सु.नि.6/32-33)

प्रसंगाद् गात्रसंस्पर्शात् निश्वासात् सहभोजनात् ।
सहशय्याऽऽसनाच्चापि वस्त्रमाल्यानुलेपनात् ।।
कुष्ठ ज्वरश्च शोषश्च नेत्राभिष्यंद एव च ।
औपसर्गिकरोगाश्च सङ्क्रामन्ति नरान्तरम् ।। (सु.नि.6/32-33)

- | | |
|---------------------|---------------------------|
| 1) प्रसंगाद् | 5) सहशय्या |
| 2) गात्रसंस्पर्शाद् | 6) आसनात् |
| 3) निश्वासात् | 7) वस्त्रमाल्य अनुलेपनात् |
| 4) सहभोजनात् | |

कोविड के लक्षण-

- | | |
|----------------|--------------|
| 1) शुष्ककफ | 6) क्लम |
| 2) ज्वर | 7) अतिसार |
| 3) श्वासकष्टता | 8) शिरःशूल |
| 4) नासाअवरोध | 9) संधीवेदना |
| 5) कफसंचय | |

6) व्याधिक्षमत्वकैसे बढ़ाए?→

हमारे प्राचीन ग्रंथों में बताया है की स्वस्थ रहने के लिए क्या करे और आज उसे अपनाने की आवश्यकता है।

व्याधिक्षमत्व का अर्थ→

चक्रपाणि टीका-“व्याधिक्षमत्व व्याधि बलविरोधित्व
व्याधीउत्पादप्रतिबंधकत्वमिति ।”(च.सू.28/7)

व्याधीबलविरोधित्व-Antiviral activity

व्याधीउत्पादप्रतिबंधकत्वम् -Immunomodulation

बहुत वर्ष पहले ही हमारे आचार्यों ने बताया की एक अच्छा आरोग्य और व्याधी क्षमत्व कैसे बढ़ाये?

(भा.प्र.पु.5/12-13)

“मानवो येन विधिना स्वस्थः तिष्ठति सर्वदा।

त्वमेव कारयेद् वैद्यो यतः स्वास्थ्यं सदेप्सितम्।।

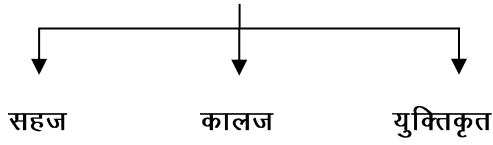
दिनचर्या, निशाचर्या, ऋतुचर्या यशोदिताम्।

आचरन्पुरुषः स्वस्थः यदा तिष्ठति नअन्यथा।।

जब हम दिनचर्या, ऋतुचर्या, रात्रिचर्या, व्यायाम, अधारणीय वेग, धारणीय वेग, सद्वृत्तपालन, रसायन चिकित्सा, आचार रसायन, संतुलित आहार और विहार इनका पालन करते है तो हमारा व्याधिक्षमत्व बढ़ता है।

अगर हमारा बल अच्छा है तो हम स्वस्थ रहते है बल हमारे आहार, प्राकृत कफ आदि पर निर्भर है।

त्रिविध बल (च.सू.11/35)

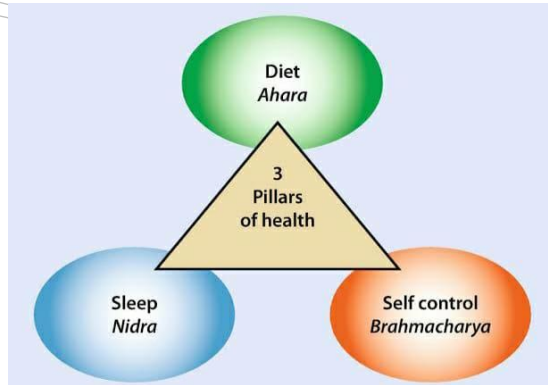


हम अगर षड्रसात्मक आहार लेते है तो हमारा बल उत्तम होता है। और जब हम आहार के उपर ध्यान नही देते तो शरीर में अनेक प्रकार के रोग उत्पन्न होते है और इससे हमारे दोष, धातु, अग्नी, बल इन पर बुरा असर पडता है, तथा इन सबको आयुर्वेद में रोग कहा है।

“रोगस्तु दोषवैषम्यं।।”

प्राचीन काल के लोग ऋतुचर्या, दिनचर्या इनका महत्व जानते थे और उसका पालन भी करते थे इसलिए उनकी ‘आयु’ स्वस्थ रहती थी। परंतु जैसे जैसे काल बढ़ता गया लोगों के खान-पान, जीवनशैली में तेजी से बदलाव आ गया और बहुत सारे संक्रामक और असंक्रामक रोग भी तेजी से फैलने लगे। और आज की घडी में हम सब एक बहुत ही बड़े संकट से युद्ध लड़ रहे है और वह एक संक्रामक और शीघ्रप्रभावी ऐसा रोग है—कोविड- 19

चरक ने सुत्रस्थान के अध्याय 11 में तीन एषणाये बताई है उनमें प्राणैषणा को सबसे पहले बताया है क्यों कि प्राण के जाने से सब कुछ जाता है। स्वस्थ रहने के लिए आचार्यों ने त्रयउपस्तंभ का (च.सू.11/33) (वा.सू. 7/52) इसमें वर्णन आया है। त्रयउपस्तंभ में आहार, निद्रा, ब्रह्मचर्य इनका समावेश है इससे शरीर का धारण किया जाता है।



Aahara, Nidra & Brahmacharya involve physical, mental, ethical, social & spiritual well being.

❖ आयुर्वेद न स्वस्थ रहने के लिए “योग” एक

उपाय बताया है। →

“करो योग, रहो निरोग”

योग से (“योगश्च चित्तवृत्ती निरोधः।”) हम शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रह सकते हैं, ऐसा हमारे आचार्यों ने कहा है।

*आयुर्वेद से जनपदोदध्वंस का निरोध कैसे करें?

अ) दिनचर्या पालन→ (च.सू.5) (वा.सू.2)

आचार्य वाग्भट ने दिनचर्या का वर्णन कहते हुए सबसे पहले प्रातःउत्थान को महत्व दिया है।

“ब्राह्मे मुहूर्ते उत्तिष्ठेत् स्वस्थो रक्षार्थमायुषः।” (वा.सू. 2/1)

स्वस्थ पुरुष की आयु रक्षा के लिए ब्राह्म मुहूर्त में उठे।

- | | | | |
|-------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| 1) प्रातःउत्थान | 6) नस्य | 11) स्नान | 16) पादत्राण धारण |
| 2) शौचविधी | 7) गंडूष, धुमपान | 12) हितकर भोजन | 17) केशशमश्रु-नखकर्तन |
| 3) दंतधावन | 8) तांबुलसेवन, अभ्यंग | 13) वेगविधारण | 18) पादप्रक्षालन |
| 4) जिह्वानिर्लेखन | 9) व्यायाम | 14) रत्न-सिद्धमंत्रधारण | 19) श्रोत्रादिमलसंहार |
| 5) अंजन | 10) उद्वर्तन | 15) छत्रधारण | 20) सद्वृत्त पालन |



आचार्य वाग्भट ने दिनचर्या अध्याय में स्वयं की और समाज की संक्रामक रोगों से रक्षा के लिए एक विधान दिया है।

“नासंवृतमुखः कुर्यात् क्षुतिहास्यविजृम्भणम्।।” (वा.सू.2 / 35)

मुख को बिना ढके → छींकना, हँसना, या जृम्भा लेना उचित नहीं। यह एक आचार है। और नाक को बार-बार स्पर्श न करे ऐसा आचार्य वाग्भटजी ने (वा.सू.2/36) में एक सुत्र देकर कहाँ है की

“नासिकां न विकुष्णीयान्”

* जनपदोदध्वंस की सामान्य चि →

येषां न मृत्यू सामान्यं, सामान्यं न च कर्मनाम्। (च.वि.3)

जब रोग मृत्युकारक नहीं होता और भाग्य या कर्म मृत्युजनक नहीं होता तब पंचकर्म श्रेष्ठ चिकित्सा है।

“कर्म पंचविधं तेषां भेषंज परमुच्यते।

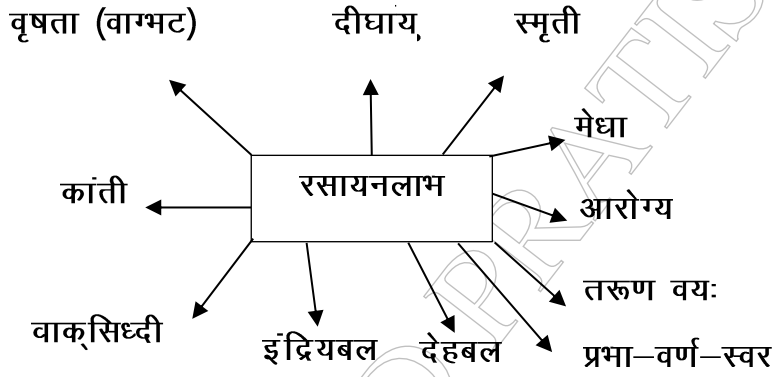
रसायनानां विधिवच्चोपयोगः प्रशस्यते।।” (च.वि.3/13,14)

वमन, विरेचन, निरुह, बस्ती, अनुवासन वस्ती, शिरोविरेचन यह चरक ने बताए और वाग्भट, सुश्रुत ने रक्तमोक्षण का समावेश किया है।

❖ पंचकर्म → आचार्यों ने पंचकर्म को इतना महत्व क्यों दिया? एक उदाहरण लेते हैं →

उदाहरण – जैसे हम हमारी गाडी की सर्विसिंग करते हैं ताकी हमारी गाडी अच्छे से काम करे उसी प्रकार हमारे शरीर को भी हमे बार-बार स्वच्छ करना पडता है। शरीर स्वस्थ रहने के लिए, पंचकर्म एक वरदान है। ऋतूचर्या के अनुसार ही आहार-विहार करना चाहिए। रसायन चिकित्सा रसायन सेवन से हमारा व्याधी क्षमत्व बढ़ता है।

रसायन सेवन लाभ – (च.चि.1/2/78), (वा.उ.39/1-2)



* आचार रसायन का भी पालन करे। (च.चि.1/4/30-35)

सत्यंभूते दयादानं बलयो देवतार्चनं।.....

आयुषः परिपालनम्॥ (च.वि.3/13,14)

सत्यवादी, दया, दान, इष्ट देवता पूजन, तप, देव, गोत्र, ब्राह्मण, गुरु इनकी सेवा करे।

❖ चरक ने जनपदोद्ध्वंस के समय क्या करना चाहिए इसका वर्णन किया है।

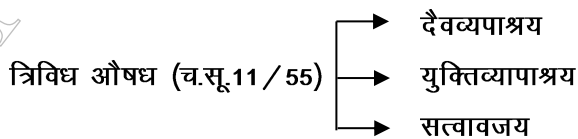
1) च.वि.3/16-18 → जनपदोद्ध्वंस व्याधी के समय विधीपूर्वक रसायनों का प्रयोग करना अच्छा होता है ऐसा कहा है।

2) सद्वृत्त का पालन। (च.सू.8/17), (च.वि.3)

3) धूपनकर्म – गुग्गुळ, सषप, नीम्बपत्र, तुलसीपत्र, वच, कुठ, गिलोय, अगरु, देवदारु, हरीतकी, कपूर, राल, गोघृत आदि औषधीयों से धूपनकर्म करना चाहिए। धूपन से वातावरण में उपस्थित अदृश्य कीटाणुओं का नाश होता है। सकारात्मक प्रभाव दिखाता है। और इन कीटाणुओं से उत्पन्न व्याधीयों से काफी हद तक बचा जा सकता है।

4) कल्याणकारी गाँवों और नगरों का सेवन।

5) ब्रह्मचर्य पालन।



9) निष्कर्ष—

प्राचीन काल में आचार्यों को संक्रामक व्याधीयों का ज्ञान था, उसका वर्णन हमें संहिताओं से प्राप्त होता है। आज के काल में कोविड 19 यह एक औपसर्गिक व्याधी जनपदोद्ध्वंस करनेवाली है और भविष्य में आनेवाली ऐसी कई व्याधीयों को रोकने के लिए रसायन चिकित्सा पंचकर्म, सद्वृत्त पालन (code of right conduct) आचार रसायन (Behavioural Therapy) इन सबका पालन करना होगा. Improving immunity of individuals spread of communicable diseases can be controlled.

Ayurvedic literature mentioned today's situation so many years back & in Janpadaddwansa clearly indicate everything that is today Happening all around the world & if they told its preventive measure at that time we must think about them measure also. I hope that it should be applied for upcoming challenges related to Covid-19.

प्रकृतिने कोरोना वाइरस के माध्यम से आने वाले महामारीयों के संकट का संदेश भेजा है। आज पुरी दुनिया कोरोना से लड रही है वह “आग से खेलने” से कम नहीं है। अगर हमे इसका निरोध करना है तो हमस ब मिलकर आयुर्वेदिक पथ्य का पालन करे और इस महामारी के संकट में “स्वस्थ भारत” बनाए।

References –

- 1) सुश्रुत, अंबिका दत्तशास्त्री सुश्रुत संहिता सूत्रस्थान अध्याय 6, श्लोक नं.19, प्रथमभाग चौखम्मा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, पुनर्मुद्रण-2018
- 2) वाग्भट, कविराज अत्रिदेव गुप्त, अष्टांगहृदय सूत्रस्थान, अध्याय 2. प्रथम भाग चौखम्मा प्रकाशन, वाराणसी, पुनर्मुद्रण -2019
- 3) सुश्रुत, अंबिका दत्तशास्त्री सुश्रुत संहिता निदानस्थान अध्याय 5, श्लोक नं.32-33 प्रथमभाग चौखम्मा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, पुनर्मुद्रण - 2018
- 4) चरक संहिता, ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, विमानस्थान अध्याय 3 पूर्वार्ध चौखम्मा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी, पुनर्मुद्रण . 2020
- 5) सुश्रुत, अंबिका दत्तशास्त्री सुश्रुत संहिता सूत्रस्थान अध्याय 15, श्लोक नं.44 प्रथमभाग चौखम्मा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, पुनर्मुद्रण - 2018
- 6) चरक संहिता, ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, सूत्रस्थान, अध्याय 1 पूर्वार्ध, चौखम्मा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी, पुनर्मुद्रण - 2020
- 7) चरक संहिता, ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, चिकित्सास्थान, अध्याय 3 उत्तरार्ध, चौखम्मा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी, पुनर्मुद्रण - 2020
- 8) चरक संहिता, ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, विमानस्थान, अध्याय 3, श्लोक नं. 6, 13, 14, 20 पूर्वार्ध, चौखम्मा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी, पुनर्मुद्रण - 2020
- 9) Dr. Rashmi Tiwari, Dr.Sunita Temhuna, A study on the effect of Dincharya Regimen in Modern era, WJPMR, 5 June 2019, ISSN: 2455-3301, Page no.2. www.wjpmr.com

- 10) Shri. Brahmashankar Mishra, Shri. Rupalalaji Vaishya, Bhavaprakasha, Purvardha, Adhyaya 5th, Shlok No. 133-134, Chaukhambha Sanskrit Bhawan, Varanasi, Reprint 2016. 127
- 11) SUBHRA JYOTI, Chakraborty: SHALINI Dr..... IMMUNOMODULATORY HERBS OF AYURVEDA AND COVID – 19 – A REVIEW ARTICLE. Journal of Ayurveda and Integrated Medical Science CISSN 2456-3110) http: www.jaims.in v.5, n.2. P. 203-208, may 2020.
- 12) U.R.Sekhar Namburi, Shubhangi Jadhav, Shobhit Kumar, & Shrikant Hadole. (2020). COVID – 19: AN APPLIED INTERVENTION THROUGH AYURVEDA. <https://ijapr.in> v01.8, Issue: 4 April 2020.
- 13) Riview article Ayurvedic approach to communicable Diseases – an overview Nishant Shukla.
- 14) <https://www.niaid.nih.gov/diseases-conditions/coronaviruses>.
