International Journal of Humanities and Social Science Research
ISSN: 2455-2070; Impact Factor: RJIF 5.22
Received: 21-03-2019; Accepted: 23-04-2019
www.socialsciencejournal.in
Volume 5; Issue 3; May 2019; Page No. 153-157

स्वास्थ्य जागरूकता बौद्ध धर्म के परिपेक्ष्य में : एक अवलोकन

अंजू लता श्रीवास्तव
शोध छात्रा, कन्या गुरुकुल परिसर, (गुरुकुल कांगडी विश्वविद्यालय), देहरादून, उत्तराखंड, भारत।

सारांश
किसी देश की ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, व सामाजिक परम्परा एक क्रमिक विकास का परिणाम होती है, जो कि निरंतर चलती रहती है परन्तु यह क्रमिक विकास कभी–कभी ऐसे युग का सूत्रपात कर देता हैं जिसका प्रभाव व्यापक व दूरगामी होता है। ई०पू० पांचवी शताब्दी में अनेक क्रान्तिकारी परिवर्तन हुए जिसका मानव जीवन के विविध पक्षों पर व्यापक प्रभाव पड़ा। भारतीय इतिहास के सम्यक विवेचन से छठी शताब्दी ई०पू० एक ऐसे युग का सूत्रपात करती है, जिसका प्रभाव सदियों से लेकर वर्तमान तक प्रभावी है। इस समय भारत भूमि में एक ऐसे महान विभूति का आविर्भाव होता है, जिसने अपने मानवतावादी सरल एवं सहज ग्राह्य संदेशो के द्वारा प्राणियो मे नवीन चेतना एवं गतिशीलता का संचार किया साथ ही तत्कालीन आधार भूत ढ़ाँचे को विकास की एक नई दिशा भी प्रदान की। नैतिक मूल्यों एवं उत्कृष्ट सिद्वांन्तो से समान्वित *"बौद्ध धर्म"* को गोतम बुद्ध के द्वारा प्रतिपादित व प्रसारित किया गया। बुद्ध ने विचारो एक नये धर्म की स्थापना करके समस्त विश्व को मानवता, परम सत्य, नये ज्ञान और विनय से परिचित कराया और यह नई विचारधारा ही बौद्ध धर्म से जानी गई बुद्ध का युग अनेक क्रांतिकारी परिवर्तनों का साक्षी था इस समय सभी क्षेत्रो में विविध नूतन आयाम प्रस्तुत हुए जिहोने समाज को एक नई दिशा प्रदान की। भारत में प्राचीन काल से ही विभिन्न धर्मो द्वारा मानवीय जिज्ञासा एवं अनुभव के द्वारा मानवीय जीवन की विभिन्न समस्याओ के समाधान का प्रयास किया गया। इसी प्रक्रिया में ज्ञान विज्ञान की विभिन्न शाखाओ के साथ ही चिकित्सा विज्ञान का विकास हुआ, जिसने मानव जीवन को प्रभावित किया।

मूल शब्द : बौद्ध धर्म, स्वास्थ्य जागरूकता, मानव जीवन।

प्रस्तावना
मनुष्य के लिए स्वस्थ रहना एक अनिवार्य आवश्यक्ता है चाहे वह कितना भी धनी व्यक्ति क्यों न हो मगर स्वस्थ जीवन और स्वास्थ्य सभी के लिये अमूल्य है। बौद्ध धर्म में स्वस्थ जीवन और स्वास्थ्य को महत्ता प्रदान की गई है क्योकि जीवन के सभी प्रकार के दुखो मेंएक प्रमुख व्याधि दुःख है। मानव की चार प्रमुख वेदनाऐ जन्म, जरा व्याधि, और मृत्यु एक शाश्वत सत्य है इससे मुक्त कराना ही बौद्ध धर्म और चिकित्सा विज्ञान दोनो का एक समान लक्ष्य है इसमें मन[3]रोग मस्तिष्क और स्वास्थ्य दोनों एक ऐसे समान केंद्र है जहाँ पर बौद्ध धर्म और चिकित्सा विज्ञानं एक साथ दिखलाई देते है। बौद्ध धर्म एवं चिकित्सा विज्ञान दोनों का ही प्रादुर्भाव भारत में हुआ जिनका एक ही लक्ष्य था मानव को व्याधि मुक्त एवं स्वस्थ जीवन प्रदान करना। जिस प्रकार चिकित्सा विज्ञान न केवल मनुष्य का शारीरिक व् मानसिक उपचार करता है बल्कि मनुष्य के धार्मिक पहलुओ का भी ध्यान रखता है उसी प्रकार बौद्ध धर्म का प्रभाव केवल अध्यात्म पर ही नही वरन मानव की के सभी क्रिया कलापों पर स्पष्ट रूप से दिखाई देता है इसमें शारीरिक और मानसिक दोनों ही व्याधियो पर प्रकाश डाला गया है इसलिए धर्म और ओषधि दोनों के द्वारा मनुष्य को व्याधि मुक्त करने का प्रयास किया गया है[4] बुद्ध केवल अध्यात्म पर ही जोर नही देते वरन व्यक्ति की प्रतिदिन की समस्याओ पर भी विचार करते है बुद्ध की दुःख की शाश्वतता को स्वीकारना उसको अपने चिन्तन में लाना उनका यह व्यवहारिक दृष्टिकोण उनको जन साधारण की ओर अधिक निकट लाता है बुद्ध समस्याओ और दुःख से जनमानस को डराते नही बल्कि स्पष्ट रूप से उस दुःख और समस्याओ से मुक्त होने के उपाय बताये और साथ ही प्रत्येक कार्य को करने से पूर्व उसको परखने और स्वयम के भीतर प्रकाश खोजने को प्रेरित किया।

वर्तमान समय में मानव् जीवन में मुख्यत दो मौलिक समस्याऐ दृष्टिगोचर होती है प्रथम वास्तविक ज्ञान का भ्रम (अविद्या)[5] और दूसरा व्याधि का भ्रम। ज्ञान (बुद्धि) व् वर्तमान ज्ञान यह दोनों ही ज्ञान अलग प्रकार के होते है वतर्मान ज्ञान से मानव व्याधि उत्पन्न होने पर प्रथम ओषधि के द्वारा उसको दूर करने का प्रयास करता है परन्तु व्याधि उत्पन्न ही न हो ऐसे कारणों को खोज कर दूर करने का प्रयास करना ही ज्ञान (बुद्धि) है और इस ज्ञान की प्राप्ति धर्म के आचरण को अपना कर होती है।धर्म के द्वारा मानव ज्ञान विकसित होता है जिससे मानव अपनी जीवन शक्ति को सुदृढ बनाकर अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकता है[6] उसका यह ज्ञान उपचार व् चिकित्सा के प्रभाव को भी प्रभावित करता है। भारतवर्ष में विशेष रूप से पल्लवित बौद्ध धर्म ने न केवल चिकित्सा विज्ञान को प्रभावित किया वरन उसने मानव जीवन के विभिन्न पहुलुओ पर भी अपना प्रभाव डाला। बौद्ध धर्म के द्वारा प्राचीन काल से चली आ रही रुदिवदिता को समाप्त किया मगर प्राचीन काल से चली आ रही उन सब परम्पराओ को स्वीकार भी किया जो रोगी को शीध्र अति शीघ्र लाभ पहुचाने में सहायक थी।इस तरह वैदिक काल से चली आ रही चिकित्सा विज्ञान का पूर्ण विकसित रूप छठवी शताब्दी ई0 पू0 से दिखने लगता है इस समय चिकित्सा विज्ञान में काफी परिवर्तन दिखाई देता है। प्राचीन काल से चली आ रही मन्त्रो और तंत्रों पर आधारित चिकित्सा पद्धति के स्थान पर व्यवहारिक चिकित्सा पद्धति का बहुतायत से प्रयोग होने लगा और यह परिवर्तन बौद्ध धर्म द्वारा प्रतिपादित विचारो का ही परिणाम था

बुद्ध ऐसे पहले प्रचारक थे जिन्होंने चार आर्य सत्यो का प्रतिपादन किया बुद्ध के यह उपदेश एक ऐसे विश्व का सृजन करते है जो दुःख की अनुभूति दुःख समुदाय व दुःख निरोध को क्रमानुसार आगे बदते हुए निर्वाण पद के परम सत्य तक पहुचाते है।[7]बुद्ध द्वारा दुःख से मुक्ति के इस प्रयास में किये गये कार्यो में दुःख संसार के एकमात्र सत्य के रूप में दृष्टि गोचर होता है जिससे उत्पत्ति, स्वरूप, एवं मुक्ति के लिए किये गये तर्क पूर्ण व्याख्या विवेचन के द्वारा एक नई दिशा प्राप्त हुई।[8] जब बुद्ध मुक्ति के

प्रयास में इस निष्कर्ष पर पहुँचते है कि संसार में दुःख ही एकमात्र सत्य है, और इस दुःख का कारण भी है और उस कारण का निवारण करके उस दुःख से मुक्ति पाई जा सकती है अतः इस कार्य सिद्दान्त में बुद्ध एक भिषक अथवा एक वैद्य के रूप में कार्य करते है।[९] जिसमे "महाभिषक" द्वारा दुःख रूपी रोग से मानवता को मुक्त कराने की प्रत्यक्ष उपचार दिखता है, जिसमे रोग के लक्षणों और उनका प्रभाव जानने के उपरांत ही औषधि देने का प्रावधान है[10]।

मानव जीवन की समस्याओ के समाधान की क्रिया–प्रक्रिया के कारण सम्पूर्ण बौद्ध धर्म में चिकित्सा विज्ञान के प्रति अतिरिक्त झुकाव दृष्टि गोचर होता है।बुद्ध जब अनायास ही जरा रोग, मरण आदि शारीरिक व्याधियो[11] के रूप में दुःख से परिचित होते तब उनका स्वयम का यह दुःख सम्पूर्ण मानव जगत के दुःख में परिवर्तित हो जाता है अत वे इन दुखो से मुक्ति के लिए प्रयास में लग जाते है।[12] बुद्ध एक ऐसे मानव थे, जिसमे महान बुद्धिमत्ता और महान करुणा थी, वह मानव के दुखों से विचलित हो जाता थे इसी व्यथा ने बुद्ध को मानव जीवन के इस दुःख से मुक्ति के मार्ग को खोजने के लिए प्रेरित किया इन सब दुखो को समाप्त करने के उद्देश्य से ही वे भिक्षु बन गये।[13] बुद्ध ने न केवल दुःख का पता लगाया, वरन उसको दूर करने का उपाय भी बताया उनका यह दृष्टिकोण यथार्थवादी था। उन्होने इन दुखो से अपने साथियों को सामना करने व उनसे उबरने की शिक्षा दी। [14]बुद्ध ने आध्यात्मिक कष्टों का ही नही वरन भौतिक का भी निवारण किया [15]बुद्ध ने संसार को दुखमय जानकर मानव को उस दुःख से दूर करने का प्रयास किया और दुःख निरोद्य को आवश्यक माना। [16]जो दुखो को समाप्त कर मानव को मुक्ति प्राप्त करा सकता है[17] और यही बौद्ध धर्म और चिकित्सा विज्ञान का लक्ष्य है।

बौद्ध धर्म के अनुसार चार महाभूतो से बने इस शरीर सुख दुःख दोनों ही रहते है मानव जीवन में रोग से पीड़ित रहना दुःख है इस प्रकार के दुःख का उपचार चिकित्सक करते है। बुद्ध एक और मनुष्य के क्लेश रूपी मलो को दूर करते दूसरी और शारीरिक कष्टों से पीड़ित भिक्षुओ की सेवा सुश्रुषा करते थे। बौद्ध धर्म मे जो चार आर्य सत्यो का वर्णन किया गया उसके मर्म जो जानने वाला सभी क्लेशो से मुक्त हो जाता है और यही बौद्ध धर्म द्वारा दी गई अतुल्य ओषधि है [18] बुद्ध ने भिक्षुओ को बताया कि विष को दूर करने वाली संसार में जितनी भी ओषधिया है उन सब में धर्म रूपी ओषधि सर्वोतम है। बौद्ध धर्म का परम लक्ष्य दुःख को मिटाना था अत शारीरिक दुःख एवं शारीरिक व्याधि को उपेक्षित नही किया जा सकता था। बौद्ध धर्म में दुखमय जीवन को एक रोग के रूप में देखा है जिस प्रकार ओषधि आदि उपायों से मनुष्य के रोग का निवारण कर आरोग्य को प्राप्त कर सकता है उसी प्रकार मोक्ष मार्ग के आचरण से मनुष्य इस दुखमय जीवन से मुक्ति प्राप्त कर निर्वाण को प्राप्त कर सकता है

बौद्ध धर्म में बुद्ध की तुलना रोगी का इलाज कर रहे चिकित्सक से की गई। [19]बौद्ध धर्म में दुखमय जीवन को एक रोग के रूप में देखा है जिस प्रकार ओषधि आदि उपायों से मनुष्य के रोग का निवारण कर आरोग्य को प्राप्त कर सकता है उसी प्रकार मोक्ष मार्ग के आचरण से भी मनुष्य इस दुखमय जीवन से मुक्ति प्राप्त कर सकता है अत बुद्ध एक और भिक्षुओ और जन समुदाय को भव रोग से मुक्त होने के लिए उपदेश देते है तो दूसरी और दैनिक व्याधि से मुक्त कराने के लिए भैषज्य का भी उपदेश देते है

बौद्ध धर्म ने चिकित्सा विज्ञान में व्याधि उत्पन्न होने के कारण व्याधि उत्पन्न करने वाली परिस्तिथियाँ, उनको दूर करने के सरल उपाय, खोजे।[20] बौद्ध धर्म मे एक चिकित्सक के भॉति दुःख की सत्ता, उसके उत्पन्न होने के कारण, कारणों का निदान और अंत में उसके निरोध के मार्ग की व्याख्या है यह सारी प्रक्रिया चिकित्सा विज्ञान के चार चरण प्रतीत होती है[21] जिसका उद्देश्य मानव मात्र का उपचार व कल्याण करना है।[22]

तर्क एवं विवेक प्रदान बौद्ध धर्म ने अपने भिक्षुओ व् जन सामान्य के कल्याण के लिए चिकित्सा विज्ञान में स्वाभाविक रूप से रूचि ली और बौद्ध विहार महत्वपूर्ण शिक्षा केन्द्रों के रूप में विकसित हुए बौद्ध भिक्षुओ ने भी जन सामान्य के लिए चिकित्सा का कार्य किया साथ ही अपने एवं अपने साथी भिक्षुओ को स्वास्थ का ध्यान रखने के लिए सचेत किया [23] बौद्ध साहित्य में चिकित्सको की शिक्षा, उनके प्रयोगात्मक अनुभव चिकित्सकीय कुशलता गुणवत्ता चिकित्सा प्रक्रिया उसमे प्रयुक्त होने वाले उपकरण आदि से प्राप्त साक्ष्य बौद्ध धर्म में चिकित्सा विज्ञानं की शिक्षा व्यवस्था की पुष्टि होती है। बौद्ध ग्रन्थ मिलिंद पंह में उन्नीस शिल्पों का उल्लेख हुआ है जिसमे चिकित्सा विज्ञानं भी एक है।[24]

चिकित्सा विज्ञान की शिक्षा ग्रहण करने के लिए अनेक प्रसिद्ध विश्वविद्यालय थे। नालंदा, विक्रमशीला तक्षशिला आदि इसके साक्ष्य है।[25], चिकित्सा विज्ञान की शिक्षा प्रशिक्षण के लिए विद्यार्थी दूर दूर से आते थे।[26] शास्त्र व् प्रयोग दोनों कर्मो में निपुणता प्राप्त करनी होती थी। [27]यहाँ विद्यार्थी को रोग व् उसके निदान आदि के विषय में ज्ञान दिया जाता था। शल्यचिकित्सा में शल्य उपकरण से परिचित कराया जाता था।सर्वप्रथम जलकुम्भी, मृतक शरीर पर, कुशलता प्राप्त होने के बाद ही जीवित व्यक्ति का उपचार करने दिया जाता था। इसी प्रकार कटे स्थानों पर टांका लगाना, दवा, मलहम लगाना आदि का अभ्यास कराया जाता था औषधि विज्ञान में जड़ीबूटी, वनस्पतियों की पहचान साथ ही उनके उपयोग का ज्ञान दिया जाता था। यह विज्ञान इतना विकसित था कि एक लम्बी अवधि तक इसका अध्ययन किया जाता।[28]

बौद्ध साहित्य में विभिन्न प्रकार की व्याधियो और स्वास्थ्य चिकित्सा ओषधि उनका उपचार चिकित्सकीय क्रिया पद्दति शल्य चिकित्सा ओषधिया जड़ी बूटी आदि के विषय वर्णन के साथ ही चिकित्सक की भूमिका महत्वपूर्ण मानी गई है।[29] बौद्ध साहित्य में चिकित्सक के गुणों के विषय मे भी उल्लेख है। चिकित्सक को चिकित्सा ग्रंथो का अध्ययन व् उसे भलीभांति गृहीत प्रयोगात्मक कार्यो में कुशल उपलब्ध उपकरणों के प्रयोग का ज्ञाता होना चाहिए। एक चिकित्सक को सकारात्मक, प्रसन्नचित, साधन सम्पन्न, बुद्धिमान, सत्यवादी व् चरित्रवान होना चाहिए।[30]चिकित्सा आरम्भ करने पहले चिकित्सक को रोगी की आयु [३१] रोग को दूर करने में उपयुक्त चिकित्सा [३२] उपचार की पद्दति[33]व् औषधि की प्रकृति के विषय गम्भीर रोगो की चिकित्सा के लिए विभिन्न जड़ी बूटियों को मिलाकर ओषधि तेयार करना [34] आवश्यतानुसार रोगी को वमन करना, जुलाब देना, लेप लगाना, सेकना इत्यादि की।[35] सम्पूर्ण जानकारी जानने के उपरान्त ही निदान करना चाहिए फिर चिकित्सक रोगी को वही ओषधि देता था जो उपचार में सहायक होती थी। मेगस्थनीज ने भी अपने विवरण में चिकित्सको के विषय में लिखा है कि चिकित्सको को समाज में प्रतिष्ठा प्राप्त थी। इनमे श्रमण भी होते थे जो कि सन्यासी थे, परन्तु चिकित्सक का कार्य करते थे। ये चिकित्सक ओषधि की अपेक्षा भोजन द्वारा रोगों की चिकित्सा पर अधिक ध्यान देते थे।[36]

बौद्ध धर्म व्याधि के कम से कम आठ कारणों का उल्लेख किया गया[37]१) वात का बिगड़ जाना, २)पित्त का बिगड़ जाना, ३)कफ का बद जाना ४)सन्निपात का दोष होना ५) ऋतुओ का बदलना ६) खान पान में गडबड ७) वाह्य प्रकृति के दूसरे प्रभाव ८) अपने कर्मो का फल होना यह आठ कारणों व्यक्ति को व्याधिग्रस्त कर देते है अच्छा चिकित्सक इन कारणों को पहचान कर चिकित्सा करता है जिनमे से कर्म भी था. बौद्ध धर्म कर्म प्रधान है कर्म के विषय में बुद्ध ने मनोवैज्ञानिक तथ्य प्रस्तुत किया है उनके अनुसार हमारा सभी कार्यो का सूत्रधार मन होता है यदि हमारा मन गलत दिशा में सोच कर व्यवहार करता है तो वह निश्चय

ही दुखी होगा और कष्ट पाता है और इसके विपरीत यदि सच्चे मन से कार्य करता है तो वह सदा सुखी रहता है[38]एक यह मान्यता है कि जो कुछ भी होता है वह सब पुराने कर्मो का ही परिणाम है लेकिन बुद्ध इसका खंडन करते है क्योकि बुद्ध के अनुसार यह मान्यता भाग्यवाद को बदावा देता है [39] प्रारम्भ में जन सामान्य की यह धारणा थी की व्याधि व्यक्ति के गलत कर्मो के फलस्वरूप होती है जिनमे भौतिक परिस्थितियों भी सम्मिलित होती है इसके अतिरिक्त त्रिदोषो में असंतुलन है[40]ऋतुओ में परिवर्तन का प्रभाव, खान पान में लापरवाही अथवा अनियमितता आकस्मिक दुघटना इत्यादि[41] शरीर में स्थित वात पित्त कफ और पांचो महाभूतो का परस्पर संयोजन और संतुलन का स्वास्थ्य के साथ गहरा सम्बन्ध था एसिडिटी और अल्सर का मुख्य कारण पित्त है जो व्यक्ति के खालीपेट में असंतुलित होकर व्याधि को उत्पन्न करता है

रोग की उत्पप्ति व्यक्ति द्वारा ग्रहण करने वाले भोजन का योगदान रहता है क्योकि व्यक्ति यदि अधिक मात्रा में भोजन ग्रहण करता है तो शरीर में उपस्थित प्राण वायु और आपान वायु में रुकावट पडती है अवसाद होता है आलस्य और निद्रा में वृद्धि और पराक्रम में क्षीणता आती है जिस प्रकार से अधिक भोजन अनर्थ की जड है उसी प्रकार से अत्यन्त अल्प भोजन भी स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होता है क्योकि इससे शक्ति क्षीण होती है [42]

त्रिदोष वात पित्त और कफ त्रिदोषो में से किसी भी दोष का प्रकोप भी रोग उत्पन्न करने में सहायक होता है शरीर में वात पित्त एवं कफ में से जिस दोष का प्रकोप होता है उसी के समन हेतु चिकित्सक उपचार करता है [43] मनुष्य प्राय व्याधिग्रस्त अपने गलत दिनचर्या, गलत खान–पान के कारण ही होता है विभिन्न धर्मो में व्याधिग्रस्त होना भगवान का दण्ड समझा जाता है जबकि दूसरे शब्दों में व्यक्ति का प्राकृतिक जीवन यापन से अलग हटकर अन्य मार्ग का अनुसरण करना होता है सरल शब्दों में यह कहा जा सकता है कि व्यक्ति का स्वस्थ होना उसकी नित्य का अनुशासित दिनचर्या ध्यान, प्राथर्ना, संतुलित पौष्टिक भोजन[44] व्यायाम इत्यिादि का समावेश होना है जो कि एक स्वस्थ शरीर के साथ ही साथ शुद्ध आत्मा व मस्तिष्क का भी निर्माण करता है। बौद्ध धर्म के अनुसार किसी भी व्याधि का उपचार करने से पूर्व उस व्याधि का कारण खोजना था। ग्लान पर्व (व्याधि का कारण खोजना) और भेष्जय दान (औषधि वितरण)। बौद्ध संघ व विहारों में बौद्ध भिक्षुओ बौद्ध भिक्षुणियो के साथ दैनिक दिनचर्या में यह प्रक्रिया अपनाते थे।[45] चुल्ल्वग्ग में ऐसे अनेक उदाहरण प्राप्त होते है जो कि भिक्षु और भिक्षुणियो के दैनिक जीवन में स्वास्थ्य, स्वच्छ रहने के उपायो का प्रबन्ध किस प्रकार होता था, इन सब पर प्रकाश डालते है जिससे उनकी स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता प्रकट होती है विशेष रूप से पानी को उबाल कर पीना [46] चारो तरफ वातावरण की स्व्च्छता, व्यक्तिगत स्व्च्छता जैसे कि नाखूनो को काटना, दन्त धावन, नित्य स्नान आदि का पालन किया जाता था। [47]स्वस्थ व्यक्ति से तात्पर्य यह नही है कि वह व्यक्ति व्याधि मुक्त है वरन स्वस्थ से तात्पर्य व्यक्ति के जीवन में निरन्तरता और क्रियात्मकता से ही जो कि व्यक्ति को निरंतर आगे बदने में, नये रास्तें खोजने में सहायक होती

बौद्ध साहित्य में उपचार के साथ ही व्याधि का शरीर में प्रवेश ही न होने पाए इसलिए स्वस्थ रहने के अनेक प्रकरणों का उल्लेख मिलता है जो कि स्वस्थ जीवन यापन के लिए अति आवश्यक है जो चिकित्सकीय उपचार के आधार स्तम्भ भी प्रतीत होते है मनुष्य की जीवनचर्या ही उसको स्वस्थ रखने में सहायक होती है इसलिए स्वच्छ खान पान नियमित दिनचर्या ध्यान आदि वे आवश्यक पहलू है जिसके निरंतर प्रयोग के द्वारा मनुष्य व्याधियो को अपने से दूर स्वस्थ रह सकता है आहार और दिनचर्या को बुद्ध ने विशेष महत्व प्रदान किया है उनके अनुसार आहार का गलत चयन अति खान पान आलस्य आदि आदते भी व्याधि को बदावा देती है इनमे बुद्धिमान के द्वारा सही संयोजन व् व्यवहार से व्याधि से अपने को बचा लिया जाता है[48]

बौद्ध धर्म के अनुसार व्याधि और स्वास्थ्य का केंद्र बिंदु स्वयम मानव का मन और मष्तिष्क है इसलिए बौद्ध धर्म मनुष्य के स्वस्थ शरीर के साथ ही साथ स्वस्थ मन का भी ध्यान में रखता है जिसको स्वस्थ ओषधि और विचारो के माध्यम से किया जाता है। बौद्ध धर्म सर्वप्रथम मन को ही महत्व देता है।[49] इसके अनुसार मन ही समस्त व्याधियो को जन्म देता है मन और स्वास्थ्य के मध्य एक सम्बन्ध है जो कि व्यक्ति के वर्तमान और भविष्य दोनों को ही प्रभावित करता है। बुद्ध के अनुसार मनुष्य के मन की तीन अवस्थाये व्याधि उत्पन्न करने में सहायक होती है। प्रथम तृष्णा[50] द्वितीय अहंकार तृतीय उपेक्षा। बौद्ध धर्म के अनुसार सर्वप्रथम व्यक्ति को मन की इन तीन व्याधियो को समाप्त कर उपचार करना चहिये बौद्ध धर्म में बुद्ध एक वैद्य [51]उनके धर्म को ओषध, विहारों को ओषधालय, भिक्षु भिक्षुणियो को परिचारिका, और सभी व्यक्तियों की तुलना रोगी से की गई बौद्ध विचारधारा में शरीर की तुलना एक मन्दिर से की गई है, जिस प्रकार मन्दिर को सम्मान देकर उसे पवित्र रखा जाता है उसी प्रकार से शरीर को भी पवित्र व स्वस्थ रखने का प्रयास करना चाहिए। व्यक्ति के व्याधिग्रस्त होने पर उपचार के लिए बौद्ध विचारधारा के अनुसार ७०/ मन के उपचार के द्वारा, २०/वनस्पतियों तथा ओषधियो के द्वारा, १०/संतुलित व पोषक भोजन के द्वारा किया जा सकता मानव अपना जीवन यापन प्राकृतिक संसाधनो की सहायता से करता है तो उसका इम्यून सिस्टम मजबूत होता है और यह मजबूत इम्यून सिस्टम उसकी अनेक व्याधियो से रक्षा करता है।

बौद्ध साहित्य में ओषधि के लिए प्राय प्राकृतिक संसाधनो पर अधिक बल दिया जाता था। पुरातन बौद्ध ग्रंथो में भी वानस्पतिक ओषधियो का भी साक्ष्य मिलते है।बौद्ध ग्रंथो के अध्ययन से ज्ञात होता है कि ओषधियो के निर्माण के लिए नानाविध जडीबुटी तेलों, धृत, लवण, क्षार, हिंगू, मूल, छाल आदि का प्रयोग किया जाता था और घावो की चिकित्सा के लिए विविध प्रकार के लेप बनाये जाते थे[52] विनयपिटक में व्याधि मुक्ति के लिए वृक्षो, लताओं, पुष्पों फलो आदि का प्रयोग का वर्णन मिलता है। महावग्ग के आरम्भ में औषधि के विभिन्न वर्गो में विभक्त किया गया है जिनमे एक वर्ग में वनस्पतियाँ भी सम्मिलित है। वनस्पति का औषधि के रूप में विभिन्न प्रकार से प्रयोग किया जाता रहा है जैसे कि जड़[53], पत्ती[54], कषाय[55], और फल[56]। बौद्ध साहित्य जातक में भी विभिन्न वनस्पतियों का ज्ञान होता है जिनका चिकित्सकीय महत्व था इन वनस्पतियों में विभिन्न प्रकार के वृक्ष फूल, फल आदि होते थे। जिनमे से कुछ जंगलो में पैदा होते थे और कुछ उगाये जाते थे। महावेसतर जातक व महाउमग्ग जातक में मधुक (महुआ) पनस (कटहल) ताल (ताड़) अश्वत्थ (पीपल) विभीतक (एक प्रकार की ओषधि) हरीतक (हर्र ओषधि) पलाश, शीशम, आदि का उल्लेख है। [57]वनस्पतियों के विस्तृत विवेचन बौद्ध साहित्य में भी दृष्टि गोचर होते है जो समस्त मानव जाति को स्वस्थ रखने में सहायक होते थे। प्रसिद्ध चिकित्सक जीवक ने अपनी शिक्षा पूर्ण होने के उपरान्त जब गुरु से गुरु दक्षिणा के लिए कहा तो तब गुरु ने एक ऐसा पोधा लेने को कहा जिसमे कोई चिकित्सकीय गुण न हो पूरे नगर की परिक्रमा करने के उपरान्त जीवक ने कोई भी ऐसा पोधा नही पाया जिसमे कोई चिकित्सकीय गुण न हो।[58]

ओषधि विज्ञान के साथ ही साथ शल्यचिकित्सा एवं स्वेद कर्म[59] के भी उदाहरण यत्र तत्र मिलते है शल्य चिकित्सा की द्रष्टि से बौद्ध भिषक राज से सम्मानित जीवक का नाम प्रसिद्ध है उन्होंने सर दर्द भगन्दर शरीर रोग कामला आदि विषम रोगों के निवारण के लिए विशेषता पाई थी जीवक बौद्द काल का सर्वश्रेष्ठ वैद्य था।, उसकी चिकित्सा सम्बन्धी अदभुत सफलताओ का वर्णन बौद्द साहित्य में प्राप्त होता है। जीवक ने सिर की व्याधि को रोगी के

सिर की शल्यचिकित्सा करके दो कृमियो को बाहर निकालकर उपचार किया।[60] इसी प्रकार से एक सेठ के उदर विकार को दूर करने के लिए, उदर की शल्यचिकित्सा करके आँतो को पुनः यथास्थिति कर दिया था।तत्पश्चात त्वचा को मिलाकर उस पर मलहम लगा दिया। जीवक वैशाली, साकेत, काशी, उज्जैन आदि प्रदेशो में जाकर महाजनों के रोगों की चिकित्सा किया करता था।[61] जीवक ने राजा बिम्बसार को उनके आसाध्य रोग से मुक्त किया इस पश्चात जीवक को राजवैद्य के रूप में नियुक्त किया गया, साथ ही साथ उनको बुद्ध का चिकित्सक भी बनाया गया। जीवक ने बुद्ध के पैर की शल्यचिकित्सा करके बुद्ध को व्याधि मुक्त किया था [62]। अवन्ति के राजा प्रधोत जब पांडु रोग से ग्रसित थे, तो राजा बिम्बसार ने अपने राजवैद्य जीवक को उनकी चिकित्सा के लिए भेजा था।[63] चिकित्सा के क्षेत्र में रसायन शास्त्र के विकास की आवश्कता थी आचार्य नागार्जुन ने पारे को बनाकर रासायनिक सम्मिश्रण के ज्ञान में व्रद्धि की थी नागार्जुन ओषधि निर्माण के अच्छे ज्ञाता थे। बौद्ध युगीन सम्राट अशोक ने स्थान स्थान पर ओषधालय खुलवाये और उत्तम जड़ी बूटियों विदेशो से मंगवाई।

बौद्ध चिकित्सा विज्ञान में शरीर की रक्षा गुप्त यंत्र ओषधि सम्बन्धी धातुये शल्य चिकित्सा और जड़ी बूटियों का उल्लेख मिलता है उपचार हेतु ओषधि के अतिरिक्त मन्त्रो का प्रयोग किया जाता था सर्प दंश से उपचार के लिए बुद्ध ने महामयूरी मन्त्र के प्रयोग का निर्देश दिया महाकवि अश्वघोष का मत है कि जिस तरह नदी के प्रचंड वेग को पहाड़ रोक लेता है उसी प्रकार मन्त्रबद्ध विषधर पंगु हो जाता है [64]

बुद्ध ने सर्वत्र भ्रमण करते हुए अपने तर्कपूर्ण विचारो के द्वारा एक नवीन बोद्ध धर्म प्रसारित किया जिसको समस्त मानव समाज ने सहर्ष अपना लिया। इस नवीन बौद्ध धर्म ने चिकित्सा विज्ञान को भी प्रभावित किया। बोद्ध धर्म मे चिकित्सा विज्ञान के प्रति एक विशेष लगाव दिखलाई देता है बौद्ध भिक्षुओं ने जन सामान्य के लिए चिकित्सक के कार्य के, साथ ही अपने स्वास्थ्य एवं अपने साथी भिक्षुओ के स्वास्थ्य का ध्यान रखा इसके प्रत्यक्ष साक्ष्य संघ और विहारों में दिखते है जहा बौद्ध भिक्षु उपचार करते हुए मिलते है।[65] क्लिफोर्ड टी ने अपनी पुस्तक *"तिब्बतन बुद्धिस्ट मेडिसन एंड साइकेट्री "* में बताया कि चिकित्सा विज्ञान और बौद्ध विचारधारा एक दूसरे के विकास में सहायक रहे।बौद्ध धर्म ने अपने विचारो के साथ ही इस चिकित्सा विज्ञान को पूरे विश्व में प्रसारित कर समस्त विश्व को ओषधि के प्राचीन ज्ञान से परिचित कराकर मनुष्य को सुखी जीवन प्रदान करने एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। बौद्ध धर्म में चिकित्सा विज्ञान के प्रति लगाव इतना अधिक दिखाई देता है कि निर्वाण की तुलना भी औषधि से कर दी गई है। बुद्ध ने संसार में व्याप्त दुःख और दुःखकर परिस्थितियों से द्रवीभूत होकर मानव को उस सन्मार्ग दिखाने की नियति से धर्मोपदेश दिया, जिसका विषय अत्यंत व्यापक और लक्ष्य था लोक कल्याण। बौद्ध धर्म ने लोगो को अंधविश्वास से दूर कर उन्हें हेतुवाद की और प्रेरित किया उनका यह दृष्टिकोण चिकित्सा विज्ञान के प्रति आकर्षण उत्पन्न करने में सहायक सिद्ध हुआ। बौद्ध धर्म व चिकित्सा विज्ञान प्राकृतिक रूप से एक दूसरें से जुडे हुए है। बौद्ध धर्म व् चिकित्सा विज्ञान दोनों का उद्देश्य समान है अतएव सम्पूर्ण बौद्ध विचारधारा में चिकित्सा विज्ञानके प्रति अतिरिक्त झुकाव के साथ ही चिकित्सा विज्ञान की पूर्णता भी दिखाई देती है। बौद्ध विचारधारा का चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र के विभिन्न आयामों में चाहे वह अध्ययन पद्दति हो ओषधीय ज्ञान हो या रोगी की सेवा हो अथवा चिकित्सकीय पद्धतियाँ इसका प्रभाव स्पष्ट रूप में दिखाई देता है पहले जो चिकित्सा पद्धति धार्मिक कर्मकाण्डों में ही सीमित थी अब वह तर्क और ओषधियो के विभिन्न प्रयोगों पर आधारित हो गई चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र में इस प्रकार के क्रन्तिकारी परिवर्तनों का पूरा श्रेय बौद्ध धर्म को जाता है जिसने चिकित्सा विज्ञान को एक नये सर्वोत्तम शिखर पर पहुचा दिया जिसके कारण इसे चिकित्सा विज्ञान का स्वर्णिम समय कहा जा सकता है यह सभी तथ्य आज भी भारत को विश्व में गौरवान्वित करने के साथ ही साथ एक विशेष स्थान प्रदान करते है।

संदर्भ सूची

1. अंगुत्तर निकाय ८/२/१/३, मन्झिम निकाय १/१/६)
2. सुत्तनिपात 1/7/21)
3. बुद्ध चरितम ६१ पृष्ठ १३
4. बुद्ध चरितम ६१ पृष्ठ १७७
5. सन्युक्तनिकाय 2 12/पृष्ठ 2
6. धम्मपद 90
7. पाण्डेय गोविन्द्र चन्द्र बौद्ध धर्म के विकास का इतिहास लखनऊ १९७६ पृष्ठ 56)
8. पाण्डेय गोविन्द्र चन्द्र बौद्ध धर्म के विकास का इतिहास लखनऊ १९७६ पृष्ठ ७७,
9. शास्त्री स्वामी द्वारिका दास थेरगाथापालि एवं थेरीगाथापालि हिंदी अनुवाद पृष्ठ 148
10. पाण्डेय गोविन्द्र चन्द्र बौद्ध धर्म के विकास का इतिहास लखनऊ १९७६ पे 57 –58
11. शास्त्री स्वामी द्वारिका दास थेरगाथापालि एवं थेरीगाथापालि बौद्ध ग्रंथमाला पृष्ठ102
12. अहीर डी सी द होली बुद्ध, दिल्ली २००७ पृष्ठ १–५
13. सिंह, एस, एन, एवम वसु ए के वुमेन इन एन्शेयनट इंडिया अहीर १६० दिल्ली २००२
14. भारत ज्ञानकोश,` पृष्ठ ४२
15. शर्मा राम शरण शुद्रो का प्राचीन इतिहास पृष्ठ १२६
16. सिन्हा एच पि, भारतीय दर्शन की रुपरेखा मोतीलाल बनारसीदास दिल्ली १९९३ पृष्ठ110
17. द्विवेदी डा पारस नाथ भारतीय दर्शन पृष्ठ ७४
18. भिक्षु जगदीश काश्यप मिलिंद प्रश्न अनुवाद पृष्ठ ` २९२–२९३)
19. भंडारकर डी आर सम्राट अशोक पृष्ठ` १६०
20. सिन्हा एच पी, भारतीय दर्शन की रुपरेखा मोतीलाल बनारसीदास दिल्ली १९९३ पृष्ठ110
21. J.R.A,S-1903 PN 78-80
22. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक
23. सेक्रड बुक आफ ईस्ट वालुयम35 पृष्ठ 69 मिलिंद पन्ह iv ५३
24. दास एस के दि एजुकेशनल सिस्टम आफ दि एन्शेंट हिंदुज पृष्ठ २१७ कलकत्ता
25. हार्नले –, स्टडीज इन द मेडिसन आफ एन्शेंट इंडिया
26. महावग्ग १.३६
27. मिलिंद पन्ह v ४.४
28. अल्तेकर एजुकेशन इन एन्शेंट इंडिया 1944 पृष्ठ106–107
29. जोहान्स ग्रेटर मगध, २००७ पृष्ठ ५०–५६
30. महावग्ग १.३६
31. मिलिंद पन्ह v ४.४
32. मिलिंद पन्ह iv ५.१०
33. मिलिंद पन्ह iii ६.२
34. मिलिंद पन्ह 2.4
35. मिलिंद पन्ह iv २.४ ३.३
36. मुकोपाध्याय –, अ सर्जिकल इंस्ट्रूमेंट्स इन एन्शेंट इंडिया
37. मिलिंद पन्ह
38. धम्मपद १–२
39. अंगुत्तर निकाय १ १७३
40. SBEXX1 १६८

41. संयुक्त निकाय iv२३०
42. सोंदरनन्द महाकाव्यम १४/ २–३ जगदीश चन्द्र मिश्रा पृष्ठ २६६–२७०)
43. सोंदरनन्द महाकाव्यम १४/ २–३ अनुवाद सूर्य नारायण चौधरी पृष्ठ २१७)
44. मिलिंद पन्ह IV 2.३ 3 2
45. शर्मा पी वी मेडिसन इन बुद्धिस्ट एंड जैन ट्रेडिशन पृष्ठ ११७–१३५
46. शर्मा पी वी मेडिसन इन बुद्धिस्ट एंड जैन ट्रेडिशन पृष्ठ ११७–१३५
47. विद्यालंकर सत्य केतु प्राचीन भारत का धार्मिक सामाजिक एवं आर्थिक जीवन पृष्ठ269
48. (अंगुत्तर निकाय iii –१४४, मन्झिम निकाय i४७३)
49. सेक्रड बुक आफ ईस्ट वालुयम35 पृष्ठ69
50. शास्त्री स्वामी द्वारिका दास थेरगाथापालि एवं थेरीगाथापालि हिंदी अनुवाद पृष्ठ95
51. शास्त्री स्वामी द्वारिका दास थेरगाथापालि एवं थेरीगाथापालि हिंदी अनुवाद पृष्ठ196
52. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ293
53. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ293
54. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ 292
55. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ293
56. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ293
57. जातक महावेसतर जातक व महाउमग्ग जातक 6
58. झा डी एन हायर एजुकेशन इन एनश्यन्त इण्डिया पृष्ठ ३ नई दिल्ली १६६१
59. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ297
60. राय चौधरी एस सी सोशल कल्चरल एंड इकोनॉमिक हिस्ट्री आफ इंडिया पृष्ठ २४६
61. झा डी एन हायर एजुकेशन इन एनश्यन्त इण्डिया पृष्ठ ` ३ नई दिल्ली १६६१
62. जग्गी ओ पी साइनटिस्ट आफ एन्श्येंट इण्डिया दिल्ली १६६६
63. साकृत्यायन राहुल विनय पिटक पृष्ठ 297
64. सोंदरनन्द महाकाव्यम १६/३५ आचार्य जगदीश चन्द्र मिश्र पृष्ठ ३२३
65. मिलिंद पन्ह IV ५.३