



भारतीय इतिहास का प्रकृति के साथ संबंध

डॉ. राकेश रंजन सिन्हा

एसोसिएट प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष इतिहास विभाग,
कूँअर सिंह महाविद्यालय लहेरियासराय, दरभंगा।

प्रस्तावना :

आज के इस वैज्ञानिक एवं अनुसंधानपरक युग में विज्ञान ने भी इस सत्य को स्वीकार कर लिया है कि प्रकृति के साथ संतुलित स्थापित करके ही मानव अपनी विकास यात्रा को पूरा कर सकता है। आज यह बात भली-भाँति सिद्ध हो चुकी है कि पर्यावरण असंतुलन, खान-पान में असंतुलन एवं प्रकृति से छेड़-छाड़ करने पर मानव विभिन्न रोगों एवं प्रकोपो का शिकार हो सकता है। प्राचीन भारतीय इतिहास इस तथ्य को बहुत पहले ही भली-भाँती समझ लिया था कि प्रकृति रूपी पालना के गोद में ही रहकर मानव स्वस्थ एवं निरोग रह सकता है। भले ही इस सोच के पीछे धार्मिकता का पुट अधिक रहा हो परंतु इसके पीछे कहीं न कहीं कोई वैज्ञानिक सोच भी अवश्य रही होगी और आज यह शोध का विषय है।



भारतीय इतिहास सिन्धु घाटी की सभ्यता के साथ प्रारम्भ होता है। यह सभ्यता "हड़प्पा संस्कृति" के नाम से भी प्रसिद्ध है। हड़प्पा और मोहनजोदड़ो की खुदाई से इस प्रकार के पर्याप्त प्रमाण मिले हैं, जिनके आधार पर यह सिद्ध होता है कि सिन्धु घाटी सभ्यता के लोग स्वच्छता, जल निकास प्रणाली और भवन निर्माण की कला में बहुत कुशल थे। मनुष्य के स्वस्थ और निरोग रहने की पहली प्राकृतिक आवश्यकता स्वच्छता, जल निकास प्रणाली और भवन निर्माण की कला है। आज भी हम देखते हैं कि दूषित जल प्रणाली और अप्राकृतिक रूप से बनाये गये भवन निर्माण के कारण मानव में बहुत सारे रोग यथा कालाजार, डेंगु, मलेरिया आदि बीमारी का सचरण होता है। सिन्धु घाटी सभ्यता के लोगों की स्वच्छता, जल निकास प्रणाली एवं भवन निर्माण की सम्पूर्ण योजना को देखकर ऐसा लगता है कि यह योजना सामान्य लोगों की स्वच्छता एवं आरोग्य को ध्यान में रखकर ही बनाई गई थी। आज दीपावली और छठ पर्व भी स्वच्छ और स्वस्थ समाज की स्थापना पर बल देता है। लोग दीपावली की बची खुची गदंगी को छठ में साफ कर लेते हैं।

औषधीय वनस्पतियों, उनके विभिन्न अंगों तथा उनके औषधीय गुणों का महत्व आज विज्ञान ने भी स्वीकार कर लिया है। भारतीय इतिहास में ऋग्वेद में 67, यजुर्वेद में 81 तथा अकेले अथर्ववेद में 290 औषधीय वनस्पतियों का वर्णन किया गया है। इसके साथ ही ब्राह्मण साहित्य में भी लगभग 130 औषधीय वनस्पति का वर्णन किया गया है।

महत्मा बुद्ध के जीवन काल में जीवक नामक प्रसिद्ध चिकित्सक हुए थे। जीवक के संबंध में एक महत्वपूर्ण घटना है कि एक दिन उनके गुरु आत्रेय ने अपने सभी शिष्यों से कहा कि समीप की पहाड़ी पर जाओ और वहाँ से ऐसे पौधे एकत्र करो जिनमें किसी भी प्रकार का औषधीय गुण न हो। जीवक के अतिरिक्त सभी विद्यार्थी अपने साथ कुछ न कुछ पौधे लेकर लौटे। जीवक के अनुसार उनके खाली हाथ लौटने का कारण यह था कि उन्हें कोई भी ऐसा पौधा न मिला, जिसमें किसी प्रकार का औषधीय गुण न हो। आज विज्ञान ने भी बहुत से पौधों को उसके दुष्प्रभाव तथा औषधीय गुणों के कारण मान्यता दी है। सिन्धु घाटी सभ्यता में नीम, पीपल, तुलसी आदि वृक्षों की पूजा होती थी। हाल में किये गये अध्ययन से यह निष्कर्ष निकाला गया है कि तुलसी के पत्तों के लगातार सेवन से प्रतिरक्षा तंत्र मजबूत होती है। तुलसी में विटामिन ए एवं सी कैल्शियम, जिंक, लोहा और कई पाली न्यूट्रिएंट्स भी पाए जाते हैं। जहाँ यह एक ओर तनाव को कम करता है, वहीं इसके नियमित सेवन से सर्दी जुकाम ही नहीं बल्कि उम्र-दराज दिखने से भी हम निजात पा सकते हैं। तुलसी में एंटीआक्सीडेंट्स, एंटीवायरल और एंटीफंगल गुण भी पाए जाते हैं। यह हृदय, फेफड़े और लीवर को चुस्त-दुरुस्त तथा पाचन और रक्त शर्करा का स्तर सही रखने में भी अहम भूमिका निभाता है। इसी तरह नीम, पीपल, वट वृक्ष आदि की महिमा है।

अथर्ववेद में रोगों तथा उनके उपचार का प्रभूत वर्णन होने के कारण इसे 'भिषग्वेद' नाम भी दिया गया है। वास्तव में आयुर्वेद का मूल वेद अथर्ववेद को ही माना जाता है। आयुर्वेद के प्रसिद्ध ग्रंथ सुश्रुतसंहिता को अथर्ववेद का उपवेद बताया गया है। अथर्ववेद में वनस्पति शास्त्र के विषयों का विषद विवेचन उपलब्ध है इसमें वनस्पतियों की उपयोगिता, इनका महत्व और विविध वनस्पतियों के औषधियों के महत्व का विवेचन मिलता है। अथर्ववेद में वनस्पतियों के महत्व को बताते हुए कहा गया है कि वृक्ष माता की तरह संसार के पालक है। ये वनस्पतियाँ रोग नाशक, विष नाशक और प्रदुषण नाशक हैं।

हमारे शरीर को निरोगी बनाये रखने में औषधियों पौधों का अत्यधिक महत्व होता है। यही वजह है कि भारतीय पुराणों, उपनिषदों, रामायण और महाभारत जैसे प्रमाणिक ग्रंथों में भी इसके उपयोग के अनेक उदाहरण मिलते हैं। इससे प्राप्त होने वाले जड़ी-बूटियों के माध्यम से न केवल हनुमान ने संजीवनी बूटी के द्वारा लक्ष्मण की जान बचाई थी बल्कि आज के तारीख में भी बहुत सारे वनस्पती औषधियों द्वारा चिकित्सकों द्वारा मानव रोगोपचार किया जाता है। संजीवनी बूटी का वैज्ञानिक नाम सेलाजिनेला ब्राहपटेसिस है और इसकी उत्पत्ति लगभग 30 अरब वर्ष पहले कार्बोनिफेरस युग से मानी जाती है। वैज्ञानिक शोध में यह प्रमाणित हुआ है की संजीवनी बूटी हार्ट स्ट्रोक, डीलेवरी के समय और जौडिस में लाभ दायक है। अथर्ववेद में पीपल, अशोक, शंखपुष्पी, अमरवेल, कुमुद, अंगुर, मुलैठी, आदि विभिन्न वनस्पति औषधियों का उल्लेख है और आज विज्ञान ने भी इन वनस्पति औषधियों के महत्व पर अपनी मुहर लगा दी है।

वस्तुतः वेदों में चिकित्सा के क्षेत्र में आश्चर्यजनक वनस्पति औषधियों को वर्णन प्राप्त होता है और प्राचीन युग में ये औषधियाँ प्रचलित भी थी, लेकिन जब हमने वेद तथा आयुर्वेद आदि को पढ़ना तथा पढ़ाना छोड़ दिया तो अज्ञानता के कारण उन वनस्पति औषधियों के नाम, स्वरूप गुण तथा धर्म आदि का पहचान करने में हम असमर्थ हो गये और उनसे होने वाले योग्य लाभों से बंचित रह गये आज भी यदि हम फिर से वेदों को अध्ययन करने लगे तो मानव रोगोपचार के क्षेत्र में आदर्श स्थापित करके फिर से विश्व गुरु कहला सकते हैं।

वस्तुतः आज वनस्पति औषधियों की स्वीकार्यता भारत के अतिरिक्त विदेशों भी बढ़ती जा रही है। दोषपूर्ण जीवन शैली के कारण मनुष्य विभिन्न प्रकारों के रोगों से ग्रस्त होता जा रहा है। जैसे-जैसे हम प्रकृति से दूर होते जा रहे हैं बिमारियाँ हमारे निकट आ रही हैं। वनस्पति औषधियाँ शरीर पर बिना किसी दुष्प्रभाव के रोगों का जड़ से ईलाज करती हैं और इसका विशद विवेचन भारतीय वेदों और उपनिषदों में मिलता है।

आज पूरी दुनिया पर्यावरण प्रदुषण के भय से त्रस्त है। यह चिंता नई नहीं है, पहले भी थी। तब हमारे मुनियों ने इस विषय पर भी चिन्तन किया था और इसके समाधान भी पेश किये थे। उन्होंने पर्यावरण के हानिकारक प्रत्येक काम को आसुरी प्रवृत्ति और हितकर को दैवी प्रवृत्ति माना है। कुदरत का ऐसा प्रावधान है कि वृक्ष-वनस्पतियाँ आदि पर्यावरण का महत्वपूर्ण स्तम्भ हैं। वृक्ष कार्बन-डाय-आक्साइड आदि हानिकारक गैसों को शोषित कर लेते हैं, और सब प्राणियों के लिए जीवन-दायक प्राण-वायु आक्सीजन उपलब्ध कराते हैं। इसके अतिरिक्त वर्षा कराने में मरुस्थल पर नियंत्रण रखने में और नदियों की बाढ़ की रोकथाम में भी हमारी सहायता करती हैं। इसलिए हमारे वेद और पुराणों में "प्राणो वै वनस्पति" की घोषणा की गई है और वृक्षों को हमें अपने पुत्रों के समान लालन-पालन की सीख दी गई है।

वैज्ञानिक अध्ययन से साफ है कि प्रदुषित जल द्वारा टेस्टोस्टेरान और एंडोजेन जैसे हार्मोनो पर पड़ने वाला दुष्प्रभाव हम मानव में प्रजनन संबंधी समस्याएँ पैदा कर सकती है। आज जिन नदियों के जल को हम प्रदुषित कर रहे हैं, उन्ही नदियों यथा गंगा, सिन्धु, सतलज, सरस्वती आदि नदियों की स्तुति ऋग्वेद में की गई है, और हमारे पवित्र सरिताएँ और सरोबर के तटों पर आस्था केन्द्र काशी, मथुरा, हरीद्वार आदि तीर्थ स्थापित है। छठ पर्व में अर्ध के लिए जलस्रोत की महत्ता सर्वविदित है। यह पर्व लगातार विलुप्त होते तालाब, आहार, पोखर और नदियों को जीवन दान देने के लिये प्रेरित करता है। यह प्रकृति संतुलन की दीर्घकालिक योजना को जीवंत बनाये रखने का इशारा है।

आज विज्ञान ने भी इस सत्य को स्वीकार कर लिया है कि हाइड्रोजन और हीलियम के नाभकीय संलयन के कारण सूर्य ऊर्जा का अक्षय स्रोत है और इसकी किरणें प्राकृतिक रूप से विटामिन डी और अनेक चर्म रोगों से मुक्ति पाने का प्राकृतिक स्रोत है। हम देखते हैं कि ऋग्वेद में वर्णित देवताओं में सूर्य का महत्वपूर्ण स्थान है। गायत्री मंत्र जो ऋग्वेद से लिया है वह सूर्य देवता को ही समर्पित है। ब्रह्मपुराण के 28वे अध्याय में अध्याय में सूर्य पूजा का वर्णन है। छठ पर्व में भी हम मुख्य रूप से सूर्य को ही अर्ध देकर उनकी पुजा करते हैं।

आज विज्ञान ने भी इस तथ्य को स्वीकार कर लिया है कि विभिन्न आवृत्तियों और ध्वनि के उतार-चढ़ाव से पैदा होने वाली कम्पन क्रिया से मृत कोशिकाओं का पुनर्निर्माण हो जाता है, रक्त विकार दूर हो जाता है और स्फूर्ति बनी रहती है। ओम् शब्द का हमारे शास्त्रों में अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है। हर मंत्र के पहले ओम् का उच्चारण किये जाने का प्रावधान है। गीता में भगवान श्री कृष्ण कहते हैं कि सम्पूर्ण वेदों में प्रणव ओकारं मै ही हूँ। ओम् शब्द का यह महत्व शास्त्रों में है किन्तु क्या ओम् शब्द की इस महिमा का कोई वैज्ञानिक आधार है? इस संबंध में तो भारत में कोई प्रामाणिक कार्य नहीं हुए हैं पर ब्रिटेन के एक साइन्स जर्नल ने अपने शोध में परिणाम बताए हैं। RESEARCH & INSTITUTE OF NEURO SCIENCE के प्रमुख प्रो० जे० मार्गन और उनके सहयोगियों ने सात वर्ष तक हिन्दु धर्म के इस प्रतीक चिन्ह के प्रभावों का अध्ययन किया। 70 प्रतिशत पुरुष और 82 प्रतिशत महिलाओं में ओम् का जाप शुरू करने से पहले बीमारियों की जो स्थिति थी उसमें 90 प्रतिशत कमी दर्ज की गई। इस प्रयोग से यह परिणाम भी प्राप्त हुआ की नशे से मुक्ति भी ओम् के जाप से प्राप्त की जा सकती है।

तनाव जो एक सामाजिक प्रदुषक है वह शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी कम कर देता है वही वह गर्भस्थ महिलाओं के बच्चों में दमा और एलर्जी के खतरे पैदा कर देते हैं। तनाव दूर करने का जहाँ विज्ञान के पास कोई कारगर दवा नहीं है वही भारतीय इतिहास एवं परम्परा इसे

प्रकृति और परिवार के निकट रह कर दूर करने की कला सिखाती है। वैदिक युग में संयुक्त परिवार की प्रथा थी जो अब धीरे-धीरे टूट रही है, और उसका दुष्प्रभाव हमारे सामने है।

वैज्ञानिक अध्ययन के मुताबिक महिलाओं में बॉझपन या पोलिसिस्टिक ओवरी सिन्ड्रोम तथा मोटापा का प्रमुख कारण जंकफूड या फास्टफूड का बढ़ता प्रचलन व्यायाम न करना और शरीर में चर्बी का जमा होना माना गया है। जब कि भारतीय इतिहास में प्रारम्भ से ही अर्थात् सिन्धु घाटी सभ्यता से ही साग, सब्जी, दुध, दही और रेशेदार सब्जी और फलों का भोजन में प्रचुरता रहा है। पंतजली ने भी योग की महिमा बतायी है।

इसी तरह विज्ञान ने भी आज स्वीकार कर लिया है कि एक गोत्र में विवाह करने से आनुवांशिक बीमारियों की सम्भावना बनी रहती है, अतः गोत्र से बाहर ही विवाह उचित है। गोत्र का विकास उत्तर वैदिक काल तक पूर्ण हो चुका था। मज्झिम निकाय में कहाँ गया है कि अगर कोई पुरुष किसी स्त्री से प्यार करता है तो उसे उस स्त्री का गोत्र जानना चाहिए।

आज AIDS जैसी बीमारी लाईलाज है और बचाव ही इसका एक मात्र उपाय है। इस बीमारी के अनेक कारणों में से एक कारण एक से अधिक साथियों से यौन सम्पर्क बनाना है। भारतीय इतिहास यहाँ पर हमारा मार्गदर्शन करता है। प्राचीन काल से ही हिन्दू परिवार में एकल विवाह का महत्व रहा है। एक ही पत्नी या एक ही पति के साथ जीवन पर्यन्त रहना एकल विवाह का वास्तविक स्वरूप रहा है। वेदों में ऐसे अनेक स्थल हैं, जिनसे यह स्पष्ट होता है कि एकल विवाह आदर्श विवाह है। आपस्तम्ब धर्म सूत्र के अनुसार धर्म-प्रजा युक्त पत्नी के रहते हुए दुसरी स्त्री से विवाह नहीं करनी चाहिए।

समान लिंगानुपात, संतुलित समाज की पहली शर्त है। बदलती परिस्थिति ने अधिकांश लोगों का ध्यान इस ओर से हटा दिया है। सिर्फ बेटे की चाहत में हमारा समाज हिंसक होता जा रहा है। मादा भ्रूण हत्या इसी का परिणाम है। यहाँ तक कि पुत्र न जनने वाली महिलाएं प्रताड़ना की शिकार होती हैं। छठ पर्व के एक गीत पर गौर करे—“रूनकी झुनकी बेटा मांगीला” भक्तो का छठी मइया से यह आग्रह समाज में बेटियों की महत्ता और लिंगानुपात को दर्शाता है।

कभी शकरकंद, सुथनी, त्रिफला और ईख की खेती बहुतायत में होती थी। अब कृषि भी नफा-नुकसान पर आधारित हो गई है। अब ये फसलें कई झेत्रों में न के बराबर उगाई जाती हैं। जबकि जैव विविधता के लिए इन्हें बरकरार रखना जरूरी है। छठ पर्व जैव विविधता पर बल देता है, क्योंकि इस पर्व में सुथनी, शकरकंद, टाब नीबु, त्रिफला आदि चढ़ाया जाता है।

इस तरह विज्ञान जहाँ स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, समान लिंगानुपात, जैव विविधता, गोत्र से बाहर विवाह, एकल विवाह प्रणाली, जल संरक्षण आदि पर बल देता है, उस पर भारतीय इतिहास सदियों पूर्व कदम उठा चुका था, आवश्यकता इस बात की है कि हमें उन कदमों से कदम मिलाकर चलना चाहिए।

संदर्भ ग्रंथ:-

1. ए0एल0 बाशम-अदभुत भारत
2. डॉ० जय नारायण पाण्डे-सिन्धु सभ्यता
3. डॉ० सत्यनारायण दूबे-प्राचीन भारत का इतिहास
4. डॉ० रमेश चन्द्र वर्मा-भारतीय संस्कृति का इतिहास
5. आर0इ0एम0 व्हीलर-द इन्डस सिविलाइजेशन
6. बी0एफ0सील- पोजिटिव साइसेज ऑफ ऐशियेट इंडिया
7. सत्यप्रकाश-प्राचीन भारतीय संस्कृति व सभ्यता
8. आर0के0मुखर्जी-हिन्दू सिविलाइजेशन
9. दास गुप्ता-योग एण्ड फिलोसफी एंड रिलिजन।
10. आ0सी0 मजूमदार-दि वैदिक एज
11. दैनिक वृत्तपत्र , दैनिक जागरण , हिंदुस्तान .