ISSN 2277 - 7083

आधुनिक साहित्य

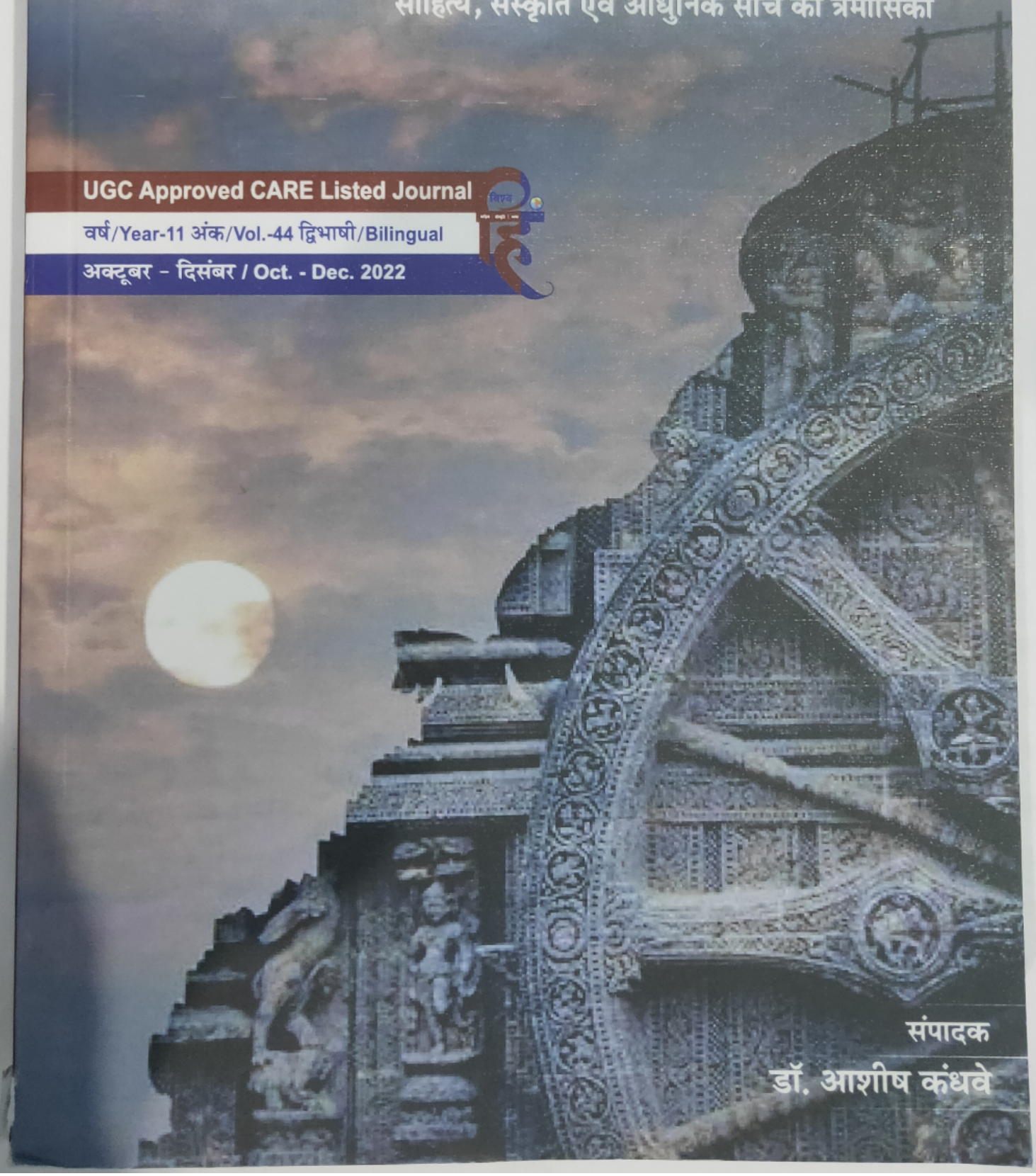
Aadhunik Sahitya

साहित्य, संस्कृति एवं आधुनिक सोच की त्रैमासिकी

UGC Approved CARE Listed Journal

वर्ष/Year-11 अंक/Vol.-44 द्विभाषी/Bilingual

अक्टूबर - दिसंबर / Oct. - Dec. 2022



संपादक

डॉ. आशीष कंधवे

आधुनिक साहित्य

साहित्य, संस्कृति एवं आधुनिक सोच की त्रैमासिकी

UGC Approved CARE Listed Journal

केंद्रीय हिंदी संस्थान के सहयोग द्वारा प्रकाशित

RNI No. DELBIL/2012/42547
ISSN 2277 - 7083

© सर्वाधिकार सुरक्षित
प्रकाशित सामग्री के पुनः उपयोग के लिए लेखक, अनुवादक अथवा आधुनिक साहित्य की स्वीकृति अनिवार्य है।

संपादकीय कार्यालय
एडी-94-डी, शालीमार बाग, दिल्ली-110088
फोन : 011-47481521, +91-9811184393
ई-मेल : aadhuniksahitya@gmail.com
adhuniksahitya@gmail.com

आलेख/रचना/कहानी में व्यक्त विचार संबंधित लेखकों के हैं इससे प्रकाशक या संपादक का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

मूल्य : ₹ 500 प्रति अंक

शुल्क	: तीन वर्ष (12 अंक)	₹ 6000
	पांच वर्ष (20 अंक)	₹ 9000
	(डाक/कोरियर खर्च सहित)	
	आजीवन सदस्यता	₹ 21,000
	विदेश के लिए (3 वर्ष)	200 डॉलर

शुल्क **'AADHUNIK SAHITYA'** के नाम पर भेजें।

Account Name	:	Aadhunik Sahitya
Account No.	:	16800200001233
Bank	:	Federal Bank Ltd.
Branch	:	Shalimar Bagh New Delhi-110088
IFSC Code	:	FDRL0001680

'आधुनिक साहित्य' द्विभाषी त्रैमासिकी आशीष कुमार के स्वामित्व में और उनके द्वारा एडी-94डी, शालीमार बाग, दिल्ली-110088 से प्रकाशित तथा आभा पब्लिसिटी, 163, देशबंधु गुप्ता मार्केट, करोलबाग, नई दिल्ली से मुद्रित। स्वामी/संपादक/प्रकाशक/मुद्रक : डॉ. आशीष कुमार।

'AADHUNIK SAHITYA' A quarterly bilingual (Hindi & English) Journal of Literature, Culture & Modern Thinking owned/published/printed/edited by Ashish Kumar from AD-94-D, Shalimar Bagh, Delhi-110088 and printed at Abha Publicity, 163, Deshbandhu Gupta Market, Karolbagh, New Delhi.

- प्रियंका गुप्ता / वर्तमान परिदृश्य में पारंपारिक भारतीय औषधीय पौधों का मानव हित में प्रयोग / 116
- डॉ. अश्वनी / शिक्षा में सामुदायिक सहभागिताः समस्याएँ एवं समाधान / 120
- संदीप कुमार राजपूत एवं डॉ. मंजुलका तोमर / सल्तनत काल में इस्लामिक चिन्तन परम्परा का विकास एवं मूल्यांकन / 129
- श्वेता त्यागी एवं डॉ. तृप्ति सिंह / सोशल मीडिया के प्रति समाज में जागरूकता / 136
- डॉ. आशुतोष गुप्त एवं तनुजा / उपनिषदों में वर्णित पञ्चमहाभूतों में वायु तत्व विवेचन / 141
- विनीता महर / पर्यटन, पर्यावरण एवं आर्थिक विकासः जनसंख्या प्रवास परिदृश्य में अध्ययन / 148
- डॉ. मुनेश कुमार पाठक / भारतीय चुनाव व्यवस्था : विसंगतियां एवं सुधार / 156

ENGLISH SECTION

- Kavita Tewari and Santi Nayal / **A Comparative Study of English Language Learning Skills of Class 8th Students of Bageshwar District Concerning Gender, Area, and Type of School** / 163
- Shikha Kothari and Dr. Tanuja Melkarni / **Role of Brainstorming technique as an Innovation in the Teaching-Learning Process** / 173
- Monika Sharma, Mihir Kumar Beura and Dr. Ravi Ranjan Kumar / **Teacher Education in the Light of NEP-2020: Perception and Attitude of B.Ed. Teacher Trainees** / 181
- Mohd Danish and Dr. Qazi Asim Alam / **The Role of Social Media in Mental Health** / 192
- Kamal Chandra Gahtori / **Relevance of Teacher-Education amidst changing educational scenario in India** / 201
- Dr. Lila Dhar Mishra / **ICT in Education: Evolution, Role and Importance** / 211
- Ruchita Pangriya / **Impact of Demographic Factors on the Readiness and Acceptance of Beacon Technology** / 219
- Dr. Mahesh Kumar Tripathi / **Role of Education, Literature, Culture, and Society in Global Development** / 230
- Dr. Smitha Eapen / **Age Education Earnings Profile – Relevance in India Context** / 237

वर्तमान परिदृश्य में पारंपरिक भारतीय औषधीय पौधों का मानव हित में प्रयोग

-प्रियंका गुप्ता

मानव सभ्यता के आरंभ से ही पौधे दवाओं के महत्वपूर्ण स्रोत रहे है। दुख और व्याधियों से निवारण पाने के लिए इनका प्रयोग किया जाता रहा है। प्रागैतिहासिक काल से लेकर वर्तमान तक इनका प्रयोग देखने को मिलता है।

भारतीय संस्कृति अति प्राचीन है। यहाँ वसुधैव कुटुंबकम की परंपरा का प्रवाह रहता है।भारतीय संस्कृति में मनुष्य के लिए प्रकृति सदैव आदरणीय रही है। यही कारण है की हमारे ऋषि मुनियों द्वारा सदैव प्रकृति संरक्षण को महत्व दिया गया। भारतीय इतिहास में कई ऐसे प्रमाण है जिनसे ज्ञात होता है कि मनुष्य ने प्रकृति को किसी न किसी रूप में पूजा है। विभिन्न धर्मों में भी प्रकृति को ईश्वर के समांतर माना गया है। प्रकृति मनुष्य के लिए सदैव कल्याणकारी रही है। उसने हमे कई ऐसी दुर्लभ भेंट प्रदान की जिनसे हमारा जीवन सुगम हो सका। इन्हीं में से एक है औषधीय पौधे। इस शोध पत्र के माध्यम से इन मानव हित में औषधीय पौधे के बारे में विस्तृत जानकारी दी जा रही है। वर्तमान भारतीय परिदृश्य में इनकी उपयोगिता के संबंध को व्यक्त किया जाएगा।

सांकेतिक शब्द- संस्कृति, औषधीय पौधे, आयुर्वेद, संरक्षण

परिचय

भारत की चिकित्सा प्रणाली अत्यंत प्राचीन है। ''छान्दोग्योपनिषत् में कहा गया है कि आहार सत्वशुद्धिरूसत्वशुदौ ध्रुवा स्मृतिः स्मृतिलम्भे सर्वग्रन्थिना विप्रमोक्षः अर्थात जब भोजन शुद्ध होता है तो मन शुद्ध हो जाता है। मनुष्य को किस प्रकार के भोजन का चयन करना चाहिए यह चिकित्सा प्रणाली में विस्तृत से बताया गया है। इसमें प्रकृति मे निहित संसाधनों के प्रयोग का वर्णन है। प्रकृति के पास ऐसी बहहुमूल्य संपदाएँ है जिनसे आज तक मानव जाति अनभिज्ञ है। इन संपदाओं का अध्ययन भारतीय मनिषियों द्वारा किया गया। ''कश्यप संहिता, चरक संहिता, मेल संहिता, हस्ती आयुर्वेद तथा भारद्वाज संहिता आयुर्वेद के मूल ग्रंथ है।''[1] इन ग्रंथों में आयुर्वेदिक औषधियों द्वारा चिकित्सा का वर्णन किया गया है। आयुर्वेद की उत्पत्ति आयु और वेद से

हुई है। आयु का अर्थ है जीवन और वेद का अर्थ है विज्ञान अर्थात् जीवन का विज्ञान। आयुर्वेद में सभी जीवित वस्तुओं को मनुष्य के लिए लाभकारी माना गया है।

भारत में विभिन्न प्रकार के औषधीय पौधे पाये जाते हैं जिनका मनुष्य के हित में प्रयोग किया जाना आवश्यक है। मनुष्य का मानसिक एवं शारीरिक स्वस्थ रहना आवश्यक है इसलिए मानव को प्रकृति से सामंजस्य बनाकर ही अपना जीवन यापन करना चाहिए। ''यह निर्विवादित सत्य है कि आयुर्वेद, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा विश्व की प्राचीनतम चिकित्सा विधाएं हैं। ये विशुद्ध-रूप से भारतीय ऋषियों की देन हैं तथा 'सा प्रथमा संस्कृतिर्विश्ववारा' (यजुर्वेद 7.14) के अनुसार पूरे विश्व में प्रथम संस्कृति के रूप में स्वीकार्य हैं।''[2]

मानव सभ्यता के आरंभ से ही पौधे दवाओं के महत्वपूर्ण स्रोत रहे हैं। दुख और व्याधियों से निवारण पाने के लिए इनका प्रयोग किया जाता रहा है। प्रागैतिहासिक काल से लेकर वर्तमान तक इनका प्रयोग देखने को मिलता है। तुलसी, अदरक, इलायची, लौंग ये सभी भारतीय भोजन के अभिन्न अंग है। इसके अतिरिक्त निम्न औषधीय पौधों की जानकारी होना भी आवश्यक है ।

1. मुलेठी: इसका वानस्पतिक नाम ग्लाइसीराइजा ग्लेब्रा है। इस पौधे के जड़े मत्वपूर्ण होती है। यह स्वाद में मीठी होती है। इसका प्रयोग दर्द, खांसी तथा श्वास संबंधी बीमारियों में किया जाता है। सामान्यत: भारतीय परिवेश में यह चाय के रूप में भी प्रयोग की जाती है ।

स्रोत - https://www-answerduniya-com/2022/04/top&medicinal&plants&uses&in&hindi-html

2. सफेद मूसली: इसका वानस्पतिक नाम क्लोरोफाइटम बोरिविलिएनम है। इसे कुलाई भी कहते है। इसकी जड़ें गठिया के इलाज में लाभकारी है। शारीरिक कमजोरी में इसे टानिक के रूप में भी प्रयोग में लाया जाता है।

स्रोत - https://www-answerduniya-com/2022/04/top&medicinal&plants&uses&in&hindi-html

3. तुलसी: इसका वानस्पतिक नाम ऑसिमम सेन्क्टम है। यह पौधा हिन्दू धर्म में विशेष स्थान रखता है। यह मान्यता है की जिस घर में तुलसी का वास होता है वहाँ सभी निरोग होते है। तुलसी से शरीर की रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। इसकी पत्तियां लकवा, त्वचा रोग, बुखार आदि के लिए अचूक औषधि है। भारत में इसकी पत्तियों के चाय का प्रचलन है।

स्रोत - https://www-answerduniya-com/2022/04/top&medicinal&plants&uses&in&hindi-html

4. अश्वगंधा: इसका वानस्पतिक नाम विथानिया सोमनिफेरा है। इसका उपयोग अल्सर, सूजन, मिर्गी एवं तांत्रिक संबंधी रोगों के लिए किया जाता है। यह स्मरण शक्ति को बढ़ाने में सहायक होती है।

स्रोत –https://www-answerduniya-com/2022/04/top&medicinal&plants&uses&in&hindi-html

5– सतावर: इसका वानस्पतिक नाम एस्पेरेगस रेसिमोसस है। इसकी जड़ें महत्वपूर्ण होती है। यह पाचन संबंधी रोगों के लिए उपयुक्त माना गया है।

स्रोत–https://www-answerduniya-com/2022/04/top&medicinal&plants&uses&in& hindi-html

इसके अतिरिक्त अनंतमूल (जनांग संबंधी रोग), भारतीय पोडोफाइलम (कैंसर, चर्म रोग), कोनेसीन (पेट दर्द, पायरिया), बेलाडोना (दमा, हिचकी, बदन दर्द, गठिया), कुनैन (चेचक, ज्वर, अल्सर, गठिया, कुकुरखाँसी), आंवला (नेत्र विकार, खसरा, हृदय रोग, नेत्र रोग) जैसे अनेक औषधीय पौधे भारतीय परिवेश में पाये जाते है। भारतीय भोजन में मसालों के रूप में भी आयुर्वेदिक औषधियों का प्रयोग प्रचलन में है। तेजपत्ता, दालचीनी, लौंग, काली मिर्च, सोंठ, कुटकी, जायफल, हरड़ आदि जड़ी बूटी का प्रयोग प्राय: सभी घरों में किया जाता है। अदरक, लहसुन, हींग, धनिया, हल्दी जेसे गुणकारी खा। पदार्थ प्रतिदिन के भोजनथाल में पाये जाते है।

मानव स्वास्थ्य के लिए औषधीय पौधों के ज्ञान को जानना आवश्यक है। वर्तमान में सम्पूर्ण विश्व में आयुर्वेद का प्रभाव पड़ रहा है। रासायनिक उपचार के नकारात्मक प्रभाव के कारण वर्तमान में मानव जाति पुन: प्राकृतिक उपचार की ओर आकर्षित हो रही है। कोरोना महामारी में इन प्राकृतिक उपचारों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। पारंपरिक चिकित्सा के जबरदस्त विस्तार और हर्बल उपचार में बढ़ती रुचि को देखते हुए औषधीय पौधों का उपयोग दुनिया भर में बढ़ रहा है। ''शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से स्वास्थ्य को बनाए रखने और बढ़ाने के साथ-साथ विशिष्ट स्थितियों और बीमारियों के इलाज के लिए पौधों का उपयोग चिकित्सा में किया जाता है।''[3]

मनुष्य की आवश्यकताएं असीमित है। पृथ्वी पर मानव एक ऐसी प्रजाति है जिसने अपने स्वार्थ के लिए सभी प्रजातियों का दोहन किया है। कई प्रजातियाँ मनुष्य के अवैध दोहन के कारण विलुप्ति की कगार पर है। ''स्टेट ऑफ द वर्ल्ड्स ट्रीज रिपोर्ट के विश्लेषण और आईयूसीएन की सप्लिमेंट्री इंफॉर्मेशन से पता चलता है कि देश में पेड़ों की कुल 2,608 प्रजातियां हैं, जिनमें से 651 स्थानिक हैं। इनमें से कुल 413 प्रजातियां (18 प्रतिशत) विलुप्त होने की कगार पर हैं।''[4] अत्यधिक रसायनों का प्रयोग, वर्ण संकर प्रजाति के बीजों का प्रयोग जैसे अनुचित कार्यों द्वारा मनुष्य ने बहुमूल्य प्राकृतिक संपदाओं को हानि पहुँचाई है।

वर्तमान परिवेश में यह आवश्यक है कि इन औषधीय पौधों के संरक्षण के लिए जागरूकता कार्यक्रम संचालित किए जाएं। औषधीय पौधों के संरक्षण हेतु स्थानीय स्तर पर प्रयास करने आवश्यक है। जिसके अंतर्गत पौधों की खेती का प्रचलन पर बल दिया जाए। यह ज्ञान हमारी वर्तमान एवं भावी पीढ़ी के लिए परमावश्यक है। यदि हम प्राकृतिक वस्तुओं का उपयोग अधिक करेंगे तो हम आधिक समय तक स्वस्थ जीवन व्यतीत कर सकते है। वर्तमान भारत में प्राचीन आयुर्वेदिक पद्धतियों के अनुकरण की आवश्यकता है। जिससे हम अपने संस्कृति एवं ज्ञान को विश्व के सम्मुख प्रस्तुत कर सके एवं पुनः भारत को विश्व गुरु के पद पर अभिसारित कर सकें।

संदर्भ सूची :

1. www.http//ayurbaba.blogspot.com
2. भारतीय भूपेन्द्रः भारतीय संस्कृति व चिकित्सा पद्धति में आयुर्वेद का महत्व - भाग, 7 जून, 2021 https://www.indica.today
3. Citation: Akinyemi O, Oyewole so, JimohKA.Medicinal plants and sustainable human health:, review.Horticulture International Journal, 21 जुलाई, 2017
4. HussainAbid. On: Monday 14 February 2022, www.http//ayurbaba.blogspot.com

❑❑❑

असिस्टेंट प्रोफेसर, गृह विज्ञान, राजकीय स्नाकोतार, महाविद्यालय (कपकोट)

UGC-CARE List

	Table of Content)
Journal Title (in Regional Language)	आधुनिक साहित्य (print only)
Publication Language	English , Hindi
Publisher	Vishwa Hindi Sahitya Parishad
ISSN	2277-7083
E-ISSN	NA
Discipline	Arts and Humanities
Subject	Arts and Humanit (all)
Focus Subject	Languag Linguisti Literatur and Liter Theory

Copyright © 2023 Savitribai Phule Pune University. All rights reserved. | Disclaimer

≡ UGC-CARE List

Sr.No.	Journal Title	Publisher	ISSN	E-ISSN	UGC-CARE coverage years	Details
1	Aadhunik Sahitya (print only)	Vishwa Hindi Sahitya Parishad	2277-7083	NA	from April-2021 to Present	View

Copyright © 2023 Savitribai Phule Pune University. All rights reserved. | Disclaimer