E-ISSN: 2706-8927
P-ISSN: 2706-8919
www.allstudyjournal.com
IJAAS 2022; 4(2): 24-28
Received: 15-02-2022
Accepted: 18-03-2022

देवेन्द्र कुमार
शोधछात्र, संस्कृत एवं प्राच्यविद्या अध्ययन संस्थान, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, नईदिल्ली, भारत

डॉ. योगेन्द्र भारद्वाज
शोधछात्र, संस्कृत एवं प्राच्यविद्या अध्ययन संस्थान, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, नईदिल्ली, भारत

Corresponding Author:
देवेन्द्र कुमार
शोधछात्र, संस्कृत एवं प्राच्यविद्या अध्ययन संस्थान, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, नई दिल्ली, भारत

आयुर्वेद एवं सोवा रिग्पा चिकित्सकीय पद्धतियों में पञ्चमहाभौतिक अवधारणा

देवेन्द्र कुमार एवं डॉ. योगेन्द्र भारद्वाज

प्रस्तावना

आयुर्वेद शब्द आयुष और वेद, इन दो शब्दों के योग से बना है। आयु का अर्थ जीवन और वेद जो विद् धातु से बना है, इसका अर्थ होता- जानना विचार करना आदि। " आयुर्वेदयतीत्यायुर्वेदः[1]" अर्थात् जिसके द्वारा आयुर्वेद का ज्ञान हो, वह आयुर्वेद है। " आयुरस्मिन् विद्यतेऽनेन वा आयुर्विन्दतीत्यायुर्वेदः [2]" अर्थात् वह आयु इसमें है, आयु इसके द्वारा जानी जाती है, अथवा आयु का इसके द्वारा विचार किया जाता है, अथवा आयु इसके द्वारा प्राप्त की जाती है, इसलिए आयुर्वेद है।

हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।
मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते[3]।।

हितायु, अहितायु, सुखायु, एवं दुःखायु इस प्रकार चतुर्विधा जो आयु है, उस आयु के हित तथा अहित अर्थात् पथ्य तथा अपथ्य और आयु का प्रमाण एवं उस आयु का स्वरूप जिसमें कहा गया हो, वह आयुर्वेद (Science of life) कहा जाता है। " आकाशपवनदहनतोयभूमिषु यथासंख्यमेकोत्तरपरिवृद्धाः शब्दस्पर्शरूपरसगन्धाः॥" [4] अर्थात् आकाश, वायु, अग्नि, जल और पृथिवी ये पञ्चमहाभूत हैं। इनके गुण क्रमशः शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्ध हैं। शरीर पञ्चमहाभूतों से उत्पन्न है और दोष भी पञ्चमहाभूतों से ही उत्पन्न होते हैं। इन पञ्चमहाभूतों को तीन दोषों (वात, पित्त और कफ) में जानना ही शरीर का ज्ञान है।

कूटशब्द: सोवारिग्पा, पंचमहाभूत, चिकित्सापद्धति, आमची, जुंगवांग

[1] च.सू. ३०/२२
[2] सु.सू. १/१३
[3] च.सू. १/४१
[4] च.सू ४२/३

सोवा रिग्पा

सोवा रिग्पा तिब्बत सहित भारतीय हिमालय क्षेत्रों में प्रचलित एक प्राचीन उपचार पद्धति है। प्रत्येक संस्कृति में मानव स्वास्थ्य की रक्षा के लिए अपनी-अपनी चिकित्सा प्रणाली रही है, उसी तरह हिमालयी क्षेत्र और तिब्बत का भी अपना आयुर्विज्ञान रहा है, जिसे सोवा रिग्पा कहते हैं। सोवा रिग्पा के चिकित्सक को आमची कहते है। प्राचीन काल मे इसका प्रयोग तिब्बत के अलावा मंगोलिया, भूटान, चीन, नेपाल, दक्षिण-पूर्वी सोवियत के साथ ही भारत के लद्दाख, हिमाचल, अरूणाचल, सिक्किम, दार्जलिंग(पश्चिम बंगाल) में होना पाया जाता है । सोवा रिग्पा का हिन्दी शब्दार्थ चिकित्सा विज्ञान होता है । भारतीय केन्द्रीय चिकित्सा परिषद् द्वारा २०१२ में सोवा रिग्पा को भारत की छठी (6^{th}) चिकित्सा पद्धति के रूप में मान्यता प्रदान की गयी । इसके चिकित्सकों (आमची) का पंजीकरण होना भी आरम्भ हो गया है। ऐसा माना जाता है कि यह पद्धति भगवान बुद्ध द्वारा २५०० वर्ष पहले प्रारंभ की गई थी। बाद में प्रसिद्ध भारतीय विद्वानों जैसे- जीवक, नागार्जुन, चंद्रानंदन,पद्मसम्भव आदि ने इसे आगे बढ़ाया। इस चिकित्सा पद्धति का इतिहास २५०० वर्षों से अधिक का रहा है। सोवा-रिग्पा प्रणाली यद्यपि बहुत प्राचीन है, किन्तु हाल ही में इसे आयुष मन्त्रालय (भारत सरकार) द्वारा भी मान्यता प्रदान की गई है।

सोवा रिग्पा एवं आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति में पर्यावरण अनुकूलन

सोवा रिग्पा एवं आयुर्वेद की औषधियों में किसी प्रकार के रासायनिक पदार्थ का उपयोग नहीं किया जाता, जैसे की अंग्रेजी मेडिसिन में अनिवार्यतः होता ही है। इसलिए इन औषधियों के सेवन से स्वास्थ्य पर दुष्प्रभाव की कोई आशंका नहीं होती। इसके विपरीत अंग्रेजी औषधि के सेवन से रोग का उपचार तो जल्दी हो जाता है, लेकिन उसके बाद अनेक नए रोगों का शरीर में प्रवेश हो जाता है। आज अंग्रेजी औषधियों का प्रयोग नशीले पदार्थ (ड्रग्स) के रूप में भी होने लगा है। एक उदाहरण के रूप में हम गिद्धों के मरने का कारण देख सकते हैं। भैंस या गाय से अधिक दुग्ध प्राप्ति हेतु उन्हें एक " डाइक्लोफेनिक" (Diclofenac) का इंजेक्शन दिया जाता है। जिससे तत्काल रूप से पशु अधिक दुग्ध देना प्रारम्भ तो कर देता है, किन्तु उसकी मृत्यु के पश्चात् जब गिद्ध उस मृत पशु के अवशेष का भक्षण करते हैं, तो स्वयं मृत हो जाते हैं। जिसका प्रमुख कारण मात्र " डाइक्लोफेनिक" (Diclofenac) औषधि का इंजेक्शन पशु को देना है। परन्तु सोवा रिग्पा और आयुर्वेद की औषधियां मादक पदार्थों का कार्य नहीं करती हैं। और इनके निर्माण में प्राणनाशक रसायनिक पदार्थों का उपयोग नहीं होता। यह मानव का प्रकृति (nature) के साथ अन्तर्सम्बन्ध स्थापित कर रोग निदान करने में सक्षम है। अतएव पर्यावरण के अनुकूल होने के साथ-साथ यह अंग्रेजी औषधियों की तुलना में सामाजिक रूप से भी अधिक लाभप्रद है।

आयुर्वेद एवं सोवा रिग्पा

प्रस्तावित शोध प्रबन्ध में आयुर्वेद और सोवा रिग्पा चिकित्सा पद्धतियों का तुलनात्मक अध्ययन किया जाएगा। सोवा-रिग्पा के सिद्धांत और प्रयोग आयुर्वेद के समान ही हैं । आयुर्वेदीय चिकित्सा हेतु प्रमुख चार तथ्यों को ध्यान रखने की आवश्यकता है-

- दोष (Desease)
- देश (Place-Cold/Hot)
- काल (Time/Period)
- अवस्था (Age)

वहीं सोवा रिग्पा में भी रोगी परीक्षण की तीन विधियां है-

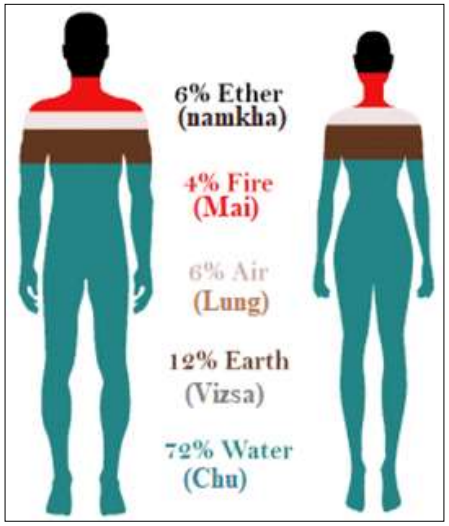
- देख कर (Visual Observation)
- छू कर/टटोलना (Touching Observation)
- पूछताछ करना (Interrogation)

हालांकि, दोनों ही चिकित्सा पद्धतियों में रोगी से प्रश्न करना, रोगी का निरीक्षण/परीक्षण करना, और शारीरिक लक्षणों का परीक्षण करके चिकित्सा प्रदान कर रोग का निदान किया जाता है। इस सम्बन्ध में उभय पद्धतियों में साम्य देखने को मिलता है। सोवा रिग्पा चिकित्सा पद्धति में औषधीय पौधों से अर्क (रस) निकालकर औषधि निर्माण करते हैं। औषधि तैयार करने का सबसे बड़े स्रोत हैं- फल, फूल, जड़, कन्द, तना, पत्ते आदि । इस पद्धति में सभी औषधियां विशेष रूप से तरल (अर्क) के रूप में प्राप्त होती हैं। आयुर्वेद में औषधीय पौधों के सभी हिस्सों का

उपयोग किया जाता है। आयुर्वेद में औषधियां भिन्न-भिन्न प्रकार से प्राप्त होती हैं। सोवा रिग्पा का मौलिक सिद्धान्त पञ्चमहाभूतों (जुंगवांग-Jung-wa-nga) और त्रिदोष (नेग्पासम- Negpa-sum) पर आधारित है। इनका मानना है कि सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड की संरचना पञ्चमहाभूतों (जुंगवांग-Jung-wa-nga) और त्रिदोष (नेग्पासम-Negpa-sum) से हुई है। इनका सन्तुलन ही स्वास्थ्य है। अस्वास्थ्य का कारण जुंगवांग का असन्तुलन है । और यह सिद्धान्त मानव ही नहीं अपितु समस्त जीव-जन्तु-वनस्पति पर लागू होता है।

तालिका 1: सोवा रिग्पा के अनुसार

गुण-प्रकार	आकाश (नामखा)	वायु (लुंग)	अग्नि (मी)	जल (चु)	पृथिवी (विजसा)
प्रकृति	मिश्रित	अनिश्चित	ऊष्ण	शीतल	भारी
गुण	फैलाव	गति	उष्ण, प्रसार	द्रवता, संकुचन	भार, एकजुटता
तन्मात्रा	शब्द	स्पर्श	रूप	रस	गंध
शरीर में स्थिति	मस्तक	नाभि	स्कन्ध	पाद	जँघा
प्राणवायु	व्यान	उदान	समान	प्राण	अपान



सोवा रिग्पा में भी त्रिदोषों का वर्णन प्राप्त होता है। (नेग्पासम-Negpa-sum) होते हैं- जिन्हें वात (लूंग-Rlung), पित्त (खारिसपा-Kharispa), और कफ़ (बैडकन- Bad-kan) कहते हैं। चिकित्सक उपचार के समय इन तीनों को विशेष रूप से ध्यान में रखते हैं। इस पद्धति में रोग को मूलतः समाप्त करने पर बल दिया जाता है। इसका एक भाग एकाग्रचित्त होकर ध्यान करना (मेडिटेशन) भी है, इससे पञ्चमहाभूतों के सन्तुलन पर ध्यान दिया जाता है।

पञ्चमहाभूतों के गुण

सुश्रुत ने लिखा है कि आकाशतत्व सत्त्वगुणप्रधान है। वायुतत्व रजोगुण प्रधान है। सत्त्व और रजोगुण युक्त अग्नितत्व है। जलमहाभूत सत्त्व और तमोगुण बहुल है। पृथिवीतत्व तमोगुण प्रधान है। आयुर्वेदानुसार रस का आधार द्रव्य है, और इन रसों के मूल " द्रव्य" का आधार " पञ्चमहाभूतों" को माना जाता है। पञ्चमहाभूत के विकारस्वरूप द्रव्य, रसों के आश्रयभूत हैं। अर्थात् द्रव्य रस हैं और रस आश्रयी हैं तथा ये द्रव्य प्रकृति, विकृति, विचार, देश और काल के वशीभूत होकर अपना-अपना कार्य करते हैं।

> तत्र सत्त्वगुणबहुलमाकाशं, रजोबहुलो वायुः, सत्त्व-रजो-बहुलोऽग्निः, सत्त्व-तमो-बहुलो आपः, तमो बहुला पृथिवीति॥ [5]
>
> पञ्चमहाभूतविकारास्त्वाश्रयाः
> प्रकृतिविकृतिविचारदेशकालवशाः ॥ [6]

सोवा रिग्पा चिकित्सा पद्धति में भी रसों का वर्णन प्राप्त होता है, इस पद्धति में षड्रस को " रोडुग" (Ro-dug) कहते हैं। इन छः रसों के माध्यम से विभिन्न प्रकार की औषधियों का निर्माण होता है, जिनसे अनेक रोगों का निदान होता है। सोवा रिग्पा और आयुर्वेद में चिकित्सा प्राकृतिक रूप से होती है, जिसका मानव शरीर में कोई

[5] सुश्रुत संहिता १/२०

[6] चरक संहिता, आत्रेयभद्रकाप्यीयाध्यायः 26,सूत्रस्थानम्, पृ. 485 ॥

भी दुष्प्रभाव नही होता है। वहीं ऐलोपैथिक औषधियों का सेवन करने से एक रोग ठीक होता है, तो दूसरे का आरम्भ होता है। ये औषधियां हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को भी नष्ट कर देती है। परन्तु षड् रसों से निर्मित औषधि का सेवन करने से रोग का निदान पूर्ण रूप से होता है। सोवा-रिग्पा विधा में अधिकतर औषधियां हिमालय क्षेत्र में उगने वाली जड़ी-बूटियों के अर्क से तैयार होती हैं, क्योंकि इस क्षेत्र की मिट्टी में अधिक मात्रा में मिनरल्स और खनिज तत्व होते हैं। कैंसर, डायबिटीज, हृदय रोगों और आर्थराइटिस जैसी गंभीर बीमारियों में मिनरल्स का अधिक प्रयोग होता है। कुछ में सोना-चांदी और मोतियों की भस्म भी मिलाई जाती है। इस पद्धति में औषधि, वटी और सिरप के रूप में होती हैं। आयुर्वेद में औषधीय पौधे के पुष्प, फल , पत्रों आदि सभी हिस्सों का उपयोग किया जाता है, जबकि सोवा रिग्पा चिकित्सा पद्धति में औषधीय पौधों से केवल अर्क निकालकर औषधि बनायी जाती है। इसमें परहेज कुछ ही बीमारियों में करना होता है।

तालिका 2: आयुर्वेद तथा सोवा रिग्पा में पारिभाषिक शब्दावली-

आयुर्वेद	सोवा रिग्पा (Sowa-Rigpa)
चिकित्सक	आमची (Amchi)
पञ्चमहाभूत	जुंगवांग (Jung-wa-nga)
आकाश	नामखा (Nam-kha)
वायु	लुंग (Lung)
अग्नि	मी (Mai)
जल	चु (Chu)
पृथ्वी	विज़सा (Viz-sa)
सप्तधातु	लुसुंगडुन (Lus-sung-dun)
त्रिमल	ड्रिमासुम (Dri-ma-sum)
त्रिदोष	नेग्पासम(NegpaSum)
वात	लूंग (Rlung)
पित्त	खारिसपा (Mkhraspa)
कफ़	बैडकन (Bad-kan)
षड् रस	रोडुग (Ro-dug)
वीर्य	नुस्पा (Nus-pa)
गुण	योंटन (Yontan)
विपाक	झुजेस (Zhu-jes)

निष्कर्ष

सोवा रिग्पा एवं आयुर्वेदीय चिकित्सा पद्धति का उपयोग क रके वर्तमान में अनेक शारीरिक समस्याओं का निवारण किया जा सकता है। इस शोधपत्र में बताया गया है कि पंचमहाभूतों से कैसे अनेक प्रकार के रोगों का शमन प्राचीन का में किया जाता था। मानसिक चिकित्सा का भी उपशमन सोवा रिग्पा पद्धति से किया जाता है। यह चिकित्सा आज भी हिमालयी क्षेत्रों में प्रचलित है। आयुर्वेद और सोवा रिग्पा के समान अध्ययन से भारतीय गौरव ही नहीं अपितु स्वास्थ्य के क्षेत्र में भी नए प्रतिमान भी स्थापित किए जा सकते है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. वाग्भट्ट, *अष्टाङ्गहृदयम्*, निर्मलाहिन्दीटीकासहित, ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, २००३.
2. चरक, *चरकसंहिता*, सविमर्शविद्योदिनीहिन्दीव्याख्यासहित, श्रीअग्निवेश, डा. गोरखनाथ चतुर्वेदी, चौखम्बा भारती अकादमी, वाराणसी, २००१.
3. सुश्रुत, *सुश्रुतसंहिता*, आयुर्वेदतत्त्वसंदीपिका हिन्दीव्याख्या, प्रथमभाग, (डा. अम्बिकादत्तशास्त्री) चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, २००२.
4. शाङ्र्गधर, *शाङ्र्गधरसंहिता,* (व्या०- डॉ. श्रीमती शैलजा श्रीवास्तव), वाराणसी: चौखम्बा ओरियन्टालिया, चतुर्थ २००५.
5. Dash, Vaidya Bhagwan. *Tibetan medicine with special reference to Yoga Shataka*, Li- brary of Tibetan works & Archives Mcleod- ganj, Dharamsala, Himachal Pradesh.
6. Gurmet Padma. *An Introduction to Ayurvedic Text in Tibetan Buddhist Canon Stan Gyur*, in: Proceeding Seminar on Literary Research, Delhi, Central Council for Research in Ay- urveda and Siddha, 2000.
7. Gurmet Padma. Fundamental principles of Amchi medicine, Souvenir: Asian Seminar on Indigenous System of medicine, Bhartiya Chikitsa Aevam Shodh Sansthan, Opp. Sta- dium, Rajendra Nagar, Patna 800016.
8. Dorjee Pema. With Eleanor Lincoln Morse. *Tibetan Healing Science:* Bod Kyi Sowa Rigpa. Charleston, SC, CreateSpace Independent Publishing Platform, 2009.
9. Jampa Trinlé (Byams pa 'phrin las), Wang Lei, and Cai Jingfeng. Tibetan Medical Thangka of the Four Medical Tantras. Lha sa: People's Publishing House of Tibet, 1987.
10. Nagarjuna. *Somarajabhaisajyasadhana*, an Indian Medical Work by in Its Tibetan Translation by Hashang Mahayana and Vairocana; Reproduced from a Set of Prints from the Sde-Dge Blocks from Library of Tashigang. Leh (Jammu and Kashmir): Tashi Y. Tashigang [self-published], 1989.
11. Padma Gurmet. '*Sowa Rigpa:* Himalayan Art of Healing'. Indian Journal of Traditional Knowledge. 2004;3-2:212-18.