অধ্যায় ৫ ঃ *আয়ুর্বেদৰ* পৰিচয়

অধ্যায় গাঁথনি

5.1 উদ্দেশ্য

5.2 পৰিচয়

5.3 আয়ুস পৰিচিতি তথা বিকল্প চিকিৎসা পদ্ধতি

5.4 *আয়ুর্বেদৰ* অর্থ

- 5.4.1 *আয়ুর্বেদৰ* উৎপত্তি
- 5.4.2 অষ্টাংগ আয়ুর্বেদ
- 5.4.3 আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা
- 5.4.4 *আয়ুর্বেদৰ* বৈশিষ্ট্য
- 1.4.5 *আয়ুর্বেদ* ব্যৱহাৰৰ লাভালাভ

5.5 যোগ আৰু প্ৰাকৃতিক চিকিৎসা

- 5.5.1 স্বাস্থ্য আৰু সুস্থতাৰ বাবে যোগ
- 5.5.2 যোগৰ লাভালাভ

5.6 য়ুনানি

- 5.6.1 য়ুনানি ঔষধৰ বৈশিষ্ট্য
- 5.6.2 য়ুনানি চিকিৎসাৰ পদ্ধতি

5.7 সিদ্ধ

- 5.7.1 সিদ্ধৰ মূল মন্ত্ৰ
- 5.7.2 সিদ্ধৰ চিকিৎসা আৰু ঔষধ

5.8 হোমিঅ'পেথি

5.9 অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

5.10 অধিক জানিবলৈ

5.11 অগ্ৰগতিৰ খতিয়ান

5.12 আৰ্হি প্ৰশ্ন

৫.১ উদ্দেশ্য

এই অধ্যায়টি অধ্যয়ন কৰি আপুনি -

- আয়ুর্বেদৰ উৎপত্তি, পৰিচয় আৰু আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা সম্পর্কে জানিব পাৰিব
- ইয়াৰ উপৰিও য়ুনানি, সিদ্ধ আৰু হোমিঅ'পেথি চিকিৎসা সম্পর্কে জানিব পাৰিব।

৫.২ পৰিচয়

আয়ুর্বেদ শাস্ত্রত আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা সম্বন্ধে উল্লেখ আছে। আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা একপ্রকাৰ প্রাকৃতিক চিকিৎসা। আয়ুর্বেদত উল্লেখ থকা মতে এগৰাকী ব্যক্তি স্বাস্থ্যবান আৰু শাৰীৰিক তথা মানসিকভাৱে উপযুক্ত হৈ থকা বাবে উপযুক্ত ব্যৱস্থা লোৱা প্রয়োজন। আয়ুর্বেদিক ভেষজ ঔষধসমূহ নির্দিষ্ট অসুখৰ বাবেই নহয়, গোটেই শৰীৰৰ ক্ষমতা বৃদ্ধি ৰোগ প্রতিৰোধ কৰা ঔষধ হিচাপেও ব্যৱহাৰ কৰা যায়। আয়ুর্বেদিক ঔষধৰ বিকল্প চিকিৎসা ব্যৱস্থা হিচাপে য়ুনানি আৰু হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসা ব্যৱহাৰ কৰিব পৰা যায়।

৫.৩ আয়ুস পৰিচিতি তথা বিকল্প চিকিৎসা পদ্ধতি

*আয়ুর্বেদ*ৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা আগতে আয়ুসৰ বিষয়ে অলপ জানি লোৱা ভাল। আয়ুর্বেদিক, যোগ আৰু প্রাকৃতিক চিকিৎসা, য়ুনানি, সিদ্ধ আৰু হোমিঅ'পেথিৰ আদ্যাক্ষৰ কেইটা লগ লগাই 'আয়ুস' নামটো লোৱা হৈছে। এই চিকিৎসা পদ্ধতিসমূহৰ জৰিয়তে চিকিৎসা দর্শন আৰু সু-স্বাস্থ্যৰ বাবে ৰোগ প্রতিৰোধ কৰিব পৰাকৈ এটা জীৱন ধাৰণৰ শৈলী গ্রহণ কৰাৰ বাবে চেষ্টা চলোৱা হয়। এই চিকিৎসা পদ্ধতিত স্বাস্থ্য, ৰোগ আৰু চিকিৎসা ব্যৱস্থাসমূহ বহু পৰিমাণে আধ্যাত্মিক। সেই বাবেই সম্প্রতি আয়ুসৰ প্রতি আকর্ষণ বৃদ্ধি পাইছে। সম্প্রতি যোগ বিশ্ব স্বাস্থ্যৰ বাবে মুখ্য আকর্ষণ হৈ পৰিছে আৰু বিশ্বৰ বহুকেইখন দেশৰ নাগৰিকে যোগক তেওঁলোকৰ দৈনন্দিন জীৱনৰ অপৰিহার্য অংগ কৰি লৈছে। একেদৰে আয়ুর্বেদ, হোমিঅ'পেথি, সিদ্ধ আৰু য়ুনানিৰ বিষয়ে জানিবলৈও বহু লোকৰ মনত আগ্রহ সৃষ্টি হোৱাতো স্বাভাৰিক। বিশেষকৈ অসংক্রামক ৰোগ ইংৰাজীত যাক নন কমিউনিকেবল ডিজিজ, চমুকৈ এন চি ডি বুলি কোৱা হয়। যেনে— জীৱন ধাৰণ শৈলীৰ বাবে হোৱা শাৰীৰিক বিসংগতি, বহুদিনীয়া দৰৱ গ্রহণ কৰাৰ বাবে হোৱা শাৰীৰিক পার্শ্বক্রিয়া আদি, নতুন ৰোগৰ প্রাদুর্ভাৱ আদিৰ ক্ষেত্রত বহু লোক এই চিকিৎসা পদ্ধতিৰ প্রতি আকর্ষিত হয়। এই চিকিৎসা পদ্ধতিসমূহৰ প্রসাৰৰ প্রতি লক্ষ্য ৰাখি 1995 চনত কেন্দ্রীয় স্বাস্থ্য আৰু পৰিয়াল কল্যাণ মন্ত্রালয়ে ইণ্ডিয়ান মেডিচিন এণ্ড হোমিঅ'পেথি (ISM & H) বিভাগ মুকলি কৰে। পৰৱর্তী সময়ত 2003 চনত এই বিভাগটোকেই আয়ুস বিভাগ হিচাপে নামকৰণ কৰা হয়। 2014 চনৰ নৱেম্বৰ মাহত আয়ুস বিভাগটো এটা পৃথক আয়ুস মন্ত্রালয় হিচাপে কেন্দ্রীয় চৰকাৰে গঢ় দিয়ে।

চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ ক্ষেত্রত ভাৰতবর্ষৰ গৌৰৱোজ্জ্বল ইতিহাস আছে। চাৰি বেদৰ অন্যতম অথর্ববেদত চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ বহু বিষয় সন্নিবিষ্ট হৈ আছে। প্রাচীন কালৰ ঋষি-মুনিসকলে পৰৱর্তী সময়ত ভাৰতীয় পৰম্পৰা আৰু সংস্কৃতিৰ জৰিয়তে সিদ্ধ আৰু আয়ুর্বেদৰ চর্চা কৰিছিল। ভাৰতত খ্রীষ্টপূর্ব অষ্টম শতিকাৰ চিকিৎসকসকলে য়ুনানিৰ প্রচলন কৰিছিল। ইয়াৰ পৰৱর্তী সময়ত জৈৱ-ৰসায়নৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি প্রচলন হোৱা পশ্চিমীয়া চিকিৎসা পদ্ধতি বা এলোপেথিৰ প্রচলন হৈছিল। এই চিকিৎসা পদ্ধতিৰো ভাৰতীয় চিকিৎসা পদ্ধতিৰ সৈতে সাদৃশ্য

আছে। ওঠৰ শতিকাত জার্মানীত হোমিঅ'পেথিৰ উদ্ভৱ হয় আৰু ক্ৰমে জনপ্ৰিয় হৈ পৰে। আনহাতে আমাৰ দেশত জনপ্ৰিয়তা লাভ কৰা প্ৰাকৃতিক চিকিৎসা হ'ল ঔষধবিহীনভাৱে স্বাস্থ্য ৰক্ষাৰ এটি বিশেষ পদ্ধতি। স্বৰাজোত্তৰ কালত ভাৰত চৰকাৰে এই চিকিৎসা পদ্ধতিসমূহৰ উৎকৰ্ষৰ বাবে নানা ধৰণে সহযোগিতা আগবঢ়াই আহিছে।

৫.৪ *আয়ুর্বেদৰ* অর্থ

আয়ুর্বেদ শব্দটো 'আয়ু' আৰু 'বেদ'ৰ পৰা অহা। আয়ু মানে হ'ল জীৱন আৰু বেদ মানে বিজ্ঞান বা জ্ঞান। আয়ুর্বেদৰ অর্থ হ'ল জীৱনৰ বিজ্ঞান। মহান পণ্ডিত চৰকে কৈছিল '*আয়ুর্বেদ* নামৰ এই বিজ্ঞান হ'ল মানুহৰ হিত-অহিতৰ লগতে সুখ-দুখ আৰু শাৰীৰিক সুস্থতা-অসুস্থতাৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা এক বিশেষ বিজ্ঞান' (চৰক সুত্ৰ-1 – 4)। *আয়ুর্বেদে* মানুহ বা আন সকলো জীৱকে সামৰি লয়। ইয়াত মূলতঃ তিনিটা খণ্ড আছে — মানুহৰ শাৰীৰিক অৱস্থাৰ পর্যালোচনাৰে নৰ আয়ুর্বেদ, জীৱ-জন্তুৰ বিষয়ে পর্যালোচনা কৰিবলৈ সত্ব আয়ুর্বেদ আৰু গছ-গছনিৰ বিভিন্ন কথা পর্যালোচনা কৰিবলৈ বৃক্ষ আয়ুর্বেদ। এই কথা স্পষ্ট যে আয়ুর্বেদে কেৱল দৈহিক বা শাৰীৰিক অৱস্থা বা চিকিৎসা পদ্ধতিৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা আগবঢ়ায়-এনে নহয়, ইয়াৰ জৰিয়তে শাৰীৰিকভাৱে যোগাত্মক আৰু আধ্যাত্মিক ভাবেৰে জীয়াই থকাৰ উপায়ো পোৱা যায়।

আয়ুর্বেদৰ মতে এই বিশ্বৰ সকলো বস্তুৰেই সেয়া জীৱই হওক বা জড়ই হওক সকলোকে সামৰি লয়। যেতিয়া মানুহৰ মন, শৰীৰ আৰু আত্মা বিশ্ব ব্ৰহ্মাণ্ডৰ সৈতে নিজৰ, বা পৰিয়ালৰ অথবা সমাজৰ পৰা সংযোগ বিচ্ছিন্ন হয় তেতিয়া এনে ধৰণৰ বিসংগতিসমূহ আহি পৰে—

- জিনগত বা জন্মগত বিসংগতি
- প্ৰকৃতিগত দুর্যোগ বা আঘাত
- বতৰ বা ঋতু পৰিৱর্তন
- বয়স
- আবেগ

ব্যক্তি এজনক স্বাস্থ্যৱান আৰু শাৰীৰিক, মানসিকভাৱে উৎকৃষ্ট পর্যায়ত ৰাখি শৰীৰৰ গঠন বা প্ৰকৃতি গঠনত কিদৰে সহায় কৰে বা কৰিব পাৰে তাৰ কথাও সুন্দৰকৈ বর্ণনা কৰা হৈছে আয়ুর্বেদত। ব্যক্তিৰ প্ৰকৃতি গোটেই জীৱনজুৰি একেই থাকে বুলি ধৰা হয়। কিন্তু দৈনন্দিন খাদ্যাভ্যাস আৰু বতৰ পৰিৱর্তনে ইয়াত অসুবিধাৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে।

প্ৰতিজন লোকেই পাঁচবিধ বিশেষ উপাদানেৰে সৃষ্টি হয় —

- আকাশ
- বায়ু
- অগ্নি
- পানী
- মাটি

এই পাঁচবিধ উপাদানে মানৱ শৰীৰৰ জীৱনী শক্তি আৰু অৱয়বসমূহ সৃষ্টি কৰে। এই উপাদানকেইটাই মানৱ শৰীৰৰ কর্ম নিয়ন্ত্রণ কৰে। ত্রিদোষৰ সৈতে পঞ্চমহাভূতৰ সম্পর্ক —

- বাত দোষ (আকাশ আৰু বায়ু)
- পিত্ত দোষ (অগ্নি আৰু পানী)
- কফ দোষ (পানী আৰু মাটি)

বাত শক্তি বায়ু আৰু মহাকাশৰ সৈতে জড়িত আৰু শ্বাস-প্রশ্বাস, ৰক্ত সঞ্চালনকে ধৰি মানুহৰ শাৰীৰিক চাল-চলন নিয়ন্ত্রণ কৰে। উৎফুল্লিত, সৃষ্টিশীল, চিন্তাশীল মানুহৰ শৰীৰত ই সুন্দৰকৈ কাম কৰে। বাতৰ বিসংগতি হ'লেই মানুহৰ গাঁঠিৰ বিষ, কৌষ্ঠকাঠিন্য, শুস্ক ছাল, উদ্বেগ বৃদ্ধিকে ধৰি নানান শাৰীৰিক সমস্যাই দেখা দিয়ে।

পিত্ত শক্তি অগ্নিৰ সৈতে জড়িত আৰু ই মানুহৰ পাচন আৰু পাকস্থলী নিয়ন্ত্রণ কৰে বুলি বিশ্বাস কৰা হয়। পিত্ত শক্তিৰ অধিকাৰী লোকসকল অতি প্রত্যুৎপন্নমতি, বুধিয়ক আৰু প্রিয় হয়। পিত্ত শক্তি দুর্বল হ'লে আলচাৰ, জ্বলা-পূৰা কৰা, বদহজম, খিংখিঙিয়া হোৱা, হৃদপিণ্ডত জ্বলন অনুভৱ বা আর্থাইটিছ হ'ব পাৰে।

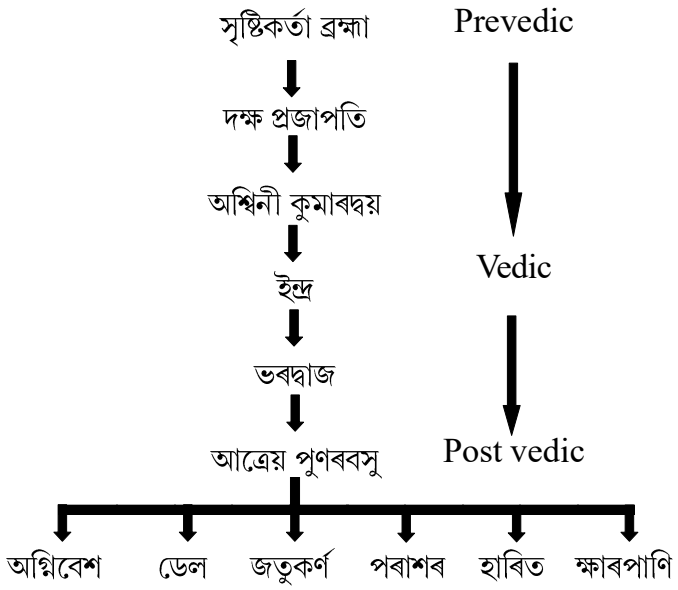
কফ শক্তি মাটি আৰু পানীৰ সৈতে জড়িত আৰু ই শাৰীৰিক বিকাশ আৰু শক্তি নিয়ন্ত্রণ কৰে বুলি ধৰা হয়। ই বুকু, গা আৰু পিঠিৰ সৈতে জড়িত। কফৰ গঠন অতি শক্তিশালী আৰু ইয়াক অতি শান্ত বুলি ধৰা হয়। কিন্তু আয়ুর্বেদ শাস্ত্রৰ মতে কফৰ বিসংগতি হ'লে মানুহে মেদবহুলতা, ডায়েবেটিচ বা মধুমেহ, চাইনাচৰ অসুবিধা, গল ব্লাডাৰ বা পিত্তাশয়ৰ ৰোগত আক্রান্ত হয়।

৫.৪.১ *আয়ুর্বেদৰ* উৎপত্তি

প্রথমতে আমি আয়ুর্বেদৰ উৎপত্তিৰ বিষয়ে আলোচনা কৰিম। আয়ুর্বেদ মানে হ'ল জীৱনৰ জ্ঞান। আয়ুর্বেদ অতি প্রাচীন চিকিৎসা বিজ্ঞান। এই চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ ক্রমবিকাশক আয়ুর্বেদ অৱতৰণ বুলি কোৱা হয়। ইয়াৰ বৈশিষ্ট্য তিনিটা- ১) শাশ্বত, ২) নিত্য, ৩) অনাদি। আয়ুর্বেদ শব্দটো 'আয়ু' আৰু বেদৰ পৰা অহা। আয়ু মানে হ'ল জীৱন আৰু বেদ মানে বিজ্ঞান বা জ্ঞান। গতিকে আয়ুর্বেদৰ অর্থ হ'ল জীৱনৰ বিজ্ঞান। যদিও আয়ুর্বেদ এক চিকিৎসা বিজ্ঞান, বহল পৰিসৰত ই এক জীৱন দর্শন। আয়ুর্বেদে মানুহ আৰু সকলো জীৱ-জন্তুক সামৰি লয়।

হিন্দুশাস্ত্রৰ মতে বিশ্বব্রহ্মাণ্ডৰ সৃষ্টিকর্তা হ'ল ভগৱান ব্রহ্মা। ব্রহ্মাই জীৱৰ সৃষ্টিৰ লগে লগে সেই জীৱসমূহৰ দুখ-দুর্দশা, জৰা-ব্যাধি নাশ কৰিবৰ উপায় *আয়ুর্বেদ* প্রবর্তন কৰিছিল। *আয়ুর্বেদ* হৈছে অনাদি অনন্ত আৰু শাশ্বতা। *আয়ুর্বেদৰ* এই মহৎ জ্ঞান ব্রহ্মাই দক্ষ প্রজাপতিক দান কৰিছিল। দক্ষ প্রজাপতিয়ে আয়ুর্বেদৰ এই চিকিৎসা সুত্রসমূহ অশ্বিনী কুমাৰদ্বয়ক দিছিল। অশ্বিনী কুমাৰদ্বয় দেৱতাসকলৰ মাজত বহুত বিখ্যাত চিকিৎসক আছিল আৰু দেৱ বৈদ্য ৰূপে স্বীকৃত হৈছিল। তাৰ পিছত দেৱৰাজ ইন্দ্রই অশ্বিনী কুমাৰদ্বয়ৰ পৰা আয়ুর্বেদৰ এই মহৎ জ্ঞান অর্জন কৰিছিল।

এবাৰ পৃথিৱীত ভয়ঙ্কৰ মহামাৰীয়ে দেখা দিছিল। প্ৰাণীজগত আৰু উদ্ভিদজগত উভয়কে কেওফালৰ পৰা ৰোগে গ্ৰাস কৰি আহিছিল। সেই সময়ত হিমালয়ৰ পাদদেশত ঋষি-মুনি, চিকিৎসকসকলে বহি পৃথিৱীৰ পৰা এই বেমাৰ-আজাৰসমূহ কেনেদৰে নাশ কৰিব পাৰি তাৰ বাবে আলোচনাত বহিছিল। আলোচনাৰ শেষত এইটো সিদ্ধান্ত হৈছিল যে স্বৰ্গত ইন্দ্ৰৰ লগত থকা *আয়ুর্বেদ*ৰ জ্ঞান ল'বলৈ পৃথিৱীৰ পৰা আচার্য্য ভৰদ্বাজ স্বৰ্গলৈ যাব আৰু তেওঁ ইন্দ্ৰৰ পৰা *আয়ুর্বেদ*ৰ জ্ঞান লৈ সেই জ্ঞানেৰে মৰ্ত্ত্যলোকত উৎপন্ন ৰোগসমূহৰ চিকিৎসা কৰিব আৰু পৃথিৱীক ৰোগমুক্ত কৰিব। এনেদৰে *আয়ুর্বেদ*ৰ জ্ঞান স্বৰ্গৰ পৰা পৃথিৱীলৈ নামি আহিছিল।



চিত্ৰ ১.১ ঃ *আয়ুর্বেদ* অৱতৰণ

সেই সময়ত আত্রেয় পুণৰ্ৱসু এজন মহান পণ্ডিত আছিল। ঋষি ভৰদ্বাজৰ পৰা আত্রেয় পুণৰ্ৱসুই *আয়ুর্বেদ*ৰ চিকিৎসা সুত্রসমূহৰ জ্ঞান লাভ কৰিছিল। আত্রেয় পুনৰ্ৱসুৰ ছজন শিষ্য আছিল- অগ্নিবেশ, ডেল, জতুকর্ণ, পৰাশৰ, হাৰিত আৰু ক্ষাৰপানী। আত্রেয় পুণৰ্ৱসুয়ে তেওঁৰ শিষ্যসমূহক *আয়ুর্বেদ*ৰ জ্ঞান দান কৰিছিল আৰু তেওঁলোকৰ প্ৰত্যেককে একোখনকৈ গ্ৰন্থ লিখিবলৈ উপদেশ দিছিল। গুৰুৰ উপদেশ মৰ্মে প্ৰত্যেকে নিজৰ নিজৰ গ্ৰন্থ লিখিছিল আৰু তাৰ ভিতৰত আচার্য্য অগ্নিবেশৰ গ্ৰন্থখন শ্ৰেষ্ঠ হিচাপে বিবেচিত হৈছিল। আচার্য্য অগ্নিবেশৰ অগ্নিবেশ তন্ত্ৰখন পাছত আচার্য্য চৰক আৰু দৃঢ়বলে পুনৰ সম্পাদনা কৰি উলিয়াইছিল যিখন আজি চৰক সংহিতা হিচাপে বিখ্যাত।

*আয়ুর্বেদ*ৰ শল্য শাস্ত্ৰৰ বিখ্যাত গ্ৰন্থ সুশ্ৰুত সংহিতাৰ মতে *আয়ুর্বেদ* প্ৰথমতে সৃষ্টিকর্তা ব্ৰহ্মাৰ হাতত আছিল। তেওঁৰ পৰা আয়ুর্বেদ আহিল প্ৰজাপতি দক্ষৰ হাতলৈ আৰু প্ৰজাপতিৰ পৰা এই জ্ঞান অশ্বিনী কুমাৰদ্বয়ে লাভ কৰে। ইয়াৰ পিছত দেবৰাজ

ইন্দ্ৰৰ পৰা প্ৰথমে *আয়ুর্বেদৰ* শিক্ষা লৈছিল শল্য চিকিৎসক "ধন্বন্তৰি"য়ে। ধন্বন্তৰিৰ পৰা এই শিক্ষা লাভ কৰে তেওঁৰ শিষ্য আচার্য্য "সুশ্রুত"। সুশ্রুতে *সুশ্রুত সংহিতা* নামৰ বিখ্যাত গ্রন্থ ৰচনা কৰিছিল। এই *সুশ্রুত সংহিতা* বাৰ হাজাৰ শ্লোকযুক্ত আৰু তাত এশ পচিশবিধ যন্ত্র-শস্ত্রৰ বর্ণনা আছে। আচার্য্য সুশ্রুত শল্য চিকিৎসাৰ পিতৃ হিচাপে বিশ্বত জনাজাত।

৫.৪.২ অষ্টাংগ *আয়ুর্বেদ* (Eight limbs of Ayurveda)

আয়ুর্বেদ আঠটা অংগত বিভক্ত। অষ্টাংগ আয়ুর্বেদৰ প্রথম ধাৰণা দিছিল ভগৱান ধন্বন্তৰিয়ে।

অষ্টাংগ হৃদয় সূত্রস্থান (1û5) ৰ মতে আয়ুর্বেদৰ অংগ আঠটা হ'ল ক্রমে-

1] কায়চিকিৎসা
2] বাল চিকিৎসা
3] গ্রহ চিকিৎসা
4] উর্দ্ধাংগ বা শালক্য তন্ত্র
5] শল্য তন্ত্র
6] দংষ্ট্রা বা অগদ তন্ত্র
7] জৰা বা ৰসায়ন চিকিৎসা
8] বাজিকৰণ চিকিৎসা

(১) **কায়চিকিৎসা ঃ (Internal Medicine)** কায়চিকিৎসাত বিশেষতঃ অগ্নিজনিত চিকিৎসা অর্থাৎ শৰীৰৰ আঙ্গিক প্রাধান্য দি চিকিৎসা কৰা হয়। বিভিন্ন বেমাৰ যেনে- জ্বৰ, ৰক্তপিত্ত, অতিসাৰ আদিৰ আলোচনা আৰু নিৰাময়ৰ বাবে ঔষধসমূহৰ বিস্তৃত বিৱৰণ পোৱা যায়। ইয়াত শোথা, উন্মাদ, অপস্মাৰ, কুষ্ঠ, প্রমেহ আদি ৰোগসমূহৰ বিস্তৃত বিৱৰণ পোৱা যায়।

(২) **বালবিদ্যা (Paediatics) ঃ** আয়ুর্বেদৰ এই অংগত নৱজাত শিশুৰ পোষণ, মাতৃ দুগ্ধ শোধন আৰু দূষিত মাতৃ দুগ্ধ পানৰ পৰা হোৱা বিভিন্ন ৰোগসমূহৰ বিধান উল্লেখ আছে। প্রসূতি আৰু স্ত্রীৰোগ এই শাখাৰ অন্তর্গত হৈছে। কাৰণ মাতৃৰ পৰা শিশুৰ জন্ম হয়। মাতৃ গর্ভৰ পৰা গর্ভস্থ শিশুৰ --- চিকিৎসা আৰম্ভ হয়। লগতে সন্তান জন্ম প্রক্রিয়া, প্রতিপালন আদি বিষয়তো এই শাখাত আলোচনা কৰা হৈছে।

(৩) **গ্রহৰোগ ঃ** আয়ুর্বেদৰ এই অংগত বিষ **(Poison)**, গ্রহ, ভূত-প্রেত, অসুৰ, দেৱতা অর্থাৎ অদৃশ্য শক্তি অথবা অনুজীৱ, পৰজীৱ আদিৰ পৰা হোৱা বিভিন্ন বেমাৰ আৰু সেইবোৰৰ নিৰাময়ৰ বাবে হোম-যজ্ঞ, বলি, আদিৰ উপদেশ দিছে। ইয়াত বিভিন্ন ধৰণৰ মানসিক ৰোগসমূহৰ বিস্তৃত বিৱৰণ আছে।

[4] **ঊর্দ্ধাংগ বা শালক্যতন্ত্র (Diseases of ENT) ঃ** এই অংগত ডিঙিৰ ওপৰ ভাগ যেনে- কাণ, নাক, মুখ, দাঁত আদিৰ বিভিন্ন বেমাৰসমূহৰ কথা আলোচনা কৰা হৈছে। ইয়াক শালক্য তন্ত্র নামকৰণ কৰা হৈছে কিয়নো ই মুখ্যতঃ শল্যকাৰ দ্বাৰা চিকিৎসা কৰিব পৰা ৰোগসমূহৰ ব্যৱহাৰৰ উল্লেখ আছে।

(৫) **শল্যতন্ত্র (Surgery) ঃ** *আয়ুর্বেদৰ* এই অংগত বিশেষতঃ বিভিন্ন তৃণ (Grass), কাষ্ঠ (Wood), পাষান (Stone) পাংসু (Dust), লৌহ (Metals), লোষ্ঠ (Clad of soil), অষ্ঠি (Bones), ৰোম বা কেশ (Hair), নখ (Nails), পুয় (Pus), স্রাৱ (Discharge), দুষ্ট ব্রণ (Wound), অন্তঃ শল্য (Foreign body), আৰু মৃত গর্ভ (Dead foetus), আদিৰ পৰা হোৱা বিভিন্ন বেমাৰৰ জ্ঞান আৰু সেইবোৰৰ নিৰাময়ৰ বাবে যন্ত্র, ক্ষাৰ, অগ্নিকর্ম আদিৰ উল্লেখ আছে।

(৬) **দংষ্ট্রা বা অগদতন্ত্র (Toxicology) ঃ** এই অংগত বিভিন্ন বিষ (poisons), যেনে বিভিন্ন পোক-পতঙ্গ, সর্প, বৃশ্চিক, মকৰা, নিগনি আৰু বিভিন্ন কীটৰ বিষসমূহৰ লক্ষণ আৰু সেইবোৰৰ চিকিৎসা বিধান দিয়া আছে। ইয়াত দূষিবিষ (Slow poison), আৰু জংগম বিষ (Animal poison) ৰ বিস্তৃত বিৱৰণ পোৱা যায়। বিভিন্ন বিষৰ পৰা উদ্ভৱ হোৱা দোষসমূহৰ চিকিৎসাৰ ইয়াত বিস্তৃত বিৱৰণ আছে।

(৭) **জৰা বা ৰসায়ন চিকিৎসা (Geriatrics) ঃ** এই অংগত কেনেকৈ দীর্ঘায়ু লাভ কৰিব পাৰি তাৰ উপায়সমূহৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হৈছে। মেধা (intelect), বল (Strength) আৰু ৰোগ প্রতিৰোধৰ (immunity) বাবে বিভিন্ন ৰসায়নৰ কথা উল্লেখ আছে। ৰোগৰ পৰা আতৰি থকা আৰু বৃদ্ধ অৱস্থা বা যৌৱন দীর্ঘ কৰা ঔষধী আৰু পদ্ধতি হৈছে ৰসায়ন চিকিৎসা ব্যৱস্থা।"লাভোপায়োহি শস্তানাং ৰসাদীনাং ৰসায়নম্" অর্থাৎ ৰসাদি ধাতুসমূহ লাভ কৰিবৰ উপায় স্বৰূপ বুলি ইয়াকে ৰসায়ন বোলে।

ৰসায়ন সেৱনৰ ফল-

"দীর্ঘমায়ু স্মৃতি মেধামাৰোগ্যাং তৰুণং বয়ঃ।
প্রভাবর্ণ স্বৰোদার্য্য দেহেন্দ্রীয় বলং পৰম।।"

।। চৰক চিকিৎসাস্থান ৰসায়নাধ্যায়।।

অর্থাৎ দীর্ঘায়ুষ, স্মৃতি, মেধা, আৰোগ্য, তৰুণতা, প্রভা, বর্ণ ও স্বৰৰ পুষ্টি হয় আৰু ইন্দ্রিয়বিলাকৰ বল আদি লাভ হয়। বেমাৰৰ কথা এৰিলেও আন অনেক কাৰণত মানুহৰ সর্বদায় ধাতু ক্ষয় হয়, ক্ষয়ৰ পূৰণ কৰি স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰিবলৈ মানুহ মাত্রেই যথা সময়ত ৰসায়ন সেৱন কৰা কর্তব্য।

(৮) **বাজীকৰণ (Aphrodisiac) ঃ** এই অংগত দূষিত বীর্য্য (অল্প, ক্ষীণ আৰু দুর্বল) আৰু সেইবোৰৰ পোষণ (Nourishment), শোধন (purification),

বৃদ্ধি আৰু উৎপত্তিৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া হৈছে। বৃদ্ধ অৱস্থাতো যৌৱন ক্ষমতা অক্ষুণ্ণ ৰক্ষাৰ বিভিন্ন উপায়সমূহৰ দিহা ইয়াত আছে। ইয়াৰোপৰি সুস্তান উৎপত্তি আৰু বংশ বৃদ্ধি বাজিকৰণ চিকিৎসাৰ অন্যতম উদ্দেশ্য।

৫.৪.৩ *আয়ুর্বেদিক* চিকিৎসা

আপোনাৰ প্ৰকৃতি, দোষ আৰু এই সকলোবোৰৰ মাজত থকা সম্পৰ্কৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি *আয়ুর্বেদিক* চিকিৎসা কৰা হয়। আয়ুর্বেদিক চিকিৎসা পদ্ধতিৰ এটা মূল উদ্দেশ্য হ'ল মানুহৰ শৰীৰত হজম নোহোৱাকৈ থাকি ৰোগৰ সৃষ্টি কৰিব পৰা খাদ্য শৰীৰৰ পৰা বাহিৰ কৰা। এই ব্যৱস্থাক পঞ্চ কৰ্ম বোলা হয়। ৰোগৰ লক্ষণ মষিমূৰ কৰি শৰীৰৰ সুস্থতা ওভতাই আনিবলৈ ইয়াৰ ব্যৱহাৰ কৰা হয়।

পঞ্চ কৰ্ম হ'ল

- তেজ বিশুদ্ধিকৰণ
- মালিচ আৰু পৰিসেক প্ৰয়োগ
- নাকেৰে ঔষধি তেল বা ঔষধি দ্ৰব্য প্ৰয়োগ
- কৃত্ৰিম ভাবে ঔষধি দ্ৰব্য ব্যৱহাৰ কৰি বমি কৰোৱা বিধান
- জুলাপ বা ৰেচক ঔষধি ব্যৱহাৰ কৰি পাচন তন্ত্ৰ পৰিষ্কাৰ কৰা বিধান

আন চিকিৎসা পদ্ধতিৰ ভিতৰত —

- সমন্বয় ৰক্ষা
- আধ্যাত্মিক চিকিৎসাৰ উন্নতি
- ৰোগ প্ৰতিৰোধী ক্ষমতা বৃদ্ধি
- ৰোগৰ লক্ষণ কমোৱা

এই চিকিৎসা পদ্ধতিয়ে সামৰিব—

- এৰ'মা থেৰাপি
- শ্বাস প্ৰশ্বাসৰ অনুশীলন
- খাদ্যাভ্যাস সলনি
- বনৌষধি, প্ৰকৃতিত পোৱা ভিটামিন, মিনাৰেল বা ধাতৰ ঔষধি
- শস্য ভিত্তিক তেল আৰু মচলা
- জীৱন শৈলী সলনি
- যোগাসন
- শৰীৰ সঞ্চালন
- প্ৰাণায়াম
- ধ্যান

৫.৪.৪ *আয়ুর্বেদৰ* বৈশিষ্ট্য

আয়ুর্বেদহ'ল এনে এবিধ বিজ্ঞান যিয়ে ৰোগ হিচাপে নহয়, ৰোগী গৰাকীৰহে চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থা কৰে, ৰোগী গৰাকী শাৰীৰিকভাৱে সম্পূৰ্ণ ৰূপে সুস্থ কৰিব পৰাকৈ চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থা কৰা হয়। প্ৰকৃতি অবিহনে আৰু মাত্ৰ কেই দশকমানৰ ভিতৰতে মানুহ জীয়াই থকাটো অসম্ভৱ হৈ পৰিব। আয়ুর্বেদৰ কেইটামান বৈশিষ্ট্য তলত দিয়া হ'লঃ

- ই এবিধ প্ৰাকৃতিকভাৱে আগবঢ়োৱা স্বাস্থ্য সেৱা
- *আয়ুর্বেদৰ* দ্বাৰা তৈয়াৰী দ্ৰব্যসমূহ সম্পূৰ্ণভাৱে সুৰক্ষিত
- ই হ'ল দীৰ্ঘদিনীয়া সৃজনীমূলক জীৱনৰ বাবে মন, শৰীৰ আৰু আত্মাৰ সুস্বাস্থ্য অটুত ৰখা এক পদ্ধতি
- ই গোটেই শৰীৰৰ চিকিৎসা কৰে আৰু ৰোগৰ মূল বা কাৰণ সমূলি নোহোৱা কৰে
- ই প্ৰতিৰোধমূলক ঔষধত বেছি গুৰুত্ব দিয়ে
- শৰীৰটো ৰোগবিহীন কৰা বাবে ই হ'ল আটাইতকৈ ফলপ্ৰসু প্ৰাকৃতিক চিকিৎসা
- ই এবিধ প্ৰতিৰোধমূলক আৰু নিৰাময়মূলক চিকিৎসা ব্যৱস্থা

আয়ুর্বেদৰ মতে মানৱ শৰীৰটো ক্ষুদ্ৰ বিশ্ব ব্ৰহ্মাণ্ড। মানৱ শৰীৰৰ জীৱনৰ ছন্দ আৰু বিশ্ব ব্ৰহ্মাণ্ডৰ ছন্দ একেটাই। *আয়ুর্বেদৰ* মতে ৰোগৰ কাৰণ হ'ল শাৰীৰিক অৱয়ৱ, বয়স আৰু পৰিৱেশক অবজ্ঞা কৰি জধে-মধে খোৱা বোৱা কৰা বা জীৱন নিৰ্বাহ কৰা।

মানুহৰ অন্তঃজগত আৰু বহিঃজগতৰ মান, শৰীৰ আৰু আত্মাৰ মাজত সঠিক পৰিমাণৰ নিয়ন্ত্ৰণ থাকিলে ৰোগৰ পৰা হাত সাৰি থাকিব পাৰি।

মানৱ শৰীৰৰ নিজকে ৰোগৰ পৰা নিৰাময় কৰিব পৰাকৈ পৰ্যাপ্ত শক্তি মজুত থাকে।

৫.৪.৫ *আয়ুর্বেদ* ব্যৱহাৰৰ লাভালাভ

আয়ুর্বেদিক ভেষজ ঔষধসমূহ অতি বিশ্লেষণাত্মকভাৱে তৈয়াৰ কৰা বাবেই সহজে হজম হয়। আয়ুর্বেদিক ভেষজ ঔষধসমূহত কেৱল প্ৰ'টিন, ভিটামিন আৰু আন খনিজ দ্ৰব্যৰ বিকল্পৰ সলনি মন আৰু আত্মা সতেজ কৰিব পৰা শক্তি থাকে। এইবোৰে ভোক বঢ়োৱাতো সহায় কৰে।

এয়া কেৱল নিৰ্দিষ্ট অসুখৰ ঔষধ নহয়, ই বহলভাৱে সম্পূৰ্ণ শৰীৰৰ ক্ষমতা বঢ়ায় আৰু প্ৰতিৰোধী ঔষধ হিচাপেও ব্যৱহাৰ হয়। ই মানৱ শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধী ক্ষমতা বঢ়োৱাতো সহায় কৰে।

সংক্ৰমণৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত ব্যক্তি ভেদে আয়ুর্বেদিক ভেষজ ঔষধ সলনি হয়। ব্যক্তিগৰাকীৰ বয়স, লিংগ, প্ৰৱণতা, প্ৰকৃতি, শৰীৰৰ টিচুৰোৰৰ

শক্তি, হজম ক্ষমতা আৰু টক্সিন (toxin)ৰ পৰিমাণৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰিহে ঔষধ দিয়া হয়।

এই ঔষধে এলোপেথিক ঔষধৰ দৰেই আৰু বহু সময়ত আনকি কৰ্কট, এইড্ছৰ দৰে ভয়ানক ৰোগৰ পৰাও আৰোগ্য লাভ কৰিব পাৰি।

ভেষজ ঔষধসমূহত সকলো আৱশ্যকীয় উপাদান থকাৰ লগতে ই পুষ্টিদায়ক বাবে শৰীৰৰ বাবে অপকাৰী নহয়।

আয়ুর্বেদিক চিকিৎসাই কেৱল ৰোগৰ চিকিৎসা কৰাই নহয়, ই মানুহৰ সামাজিক, নৈতিক, মানসিক আৰু আধ্যাত্মিক জীৱনতো প্ৰভাৱ পেলায়। এই ঔষধৰ উল্লেখনীয় লাভ হৈছে ইয়াৰ কোনো পার্শ্বক্রিয়া নাই।



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ১ ঃ *আয়ুর্বেদ*শব্দটো ক'ৰ পৰা উৎপত্তি হৈছে?

.....

প্রশ্ন নং ২ ঃ মানুহ কি কি উপাদানেৰে গঠিত?

.....

প্রশ্ন নং ৩ ঃ *আয়ুর্বেদ* ব্যৱহাৰৰ পৰা কি কি লাভ হয়?

.....

৫.৫ যোগ আৰু প্রাকৃতিক চিকিৎসা

এইটো শাখাত আপুনি যোগ, সুস্থতা বাবে ইয়াৰ মহত্ব আৰু ইয়াৰ লাভালাভৰ বিষয়ে জানিব পাৰিব। যোগ হ'ল স্বাস্থ্যসম্মত জীৱন লাভৰ এক ধৰণৰ কলা আৰু বিজ্ঞানৰ সংমিশ্রণ। ই আধ্যাত্মিক বিষয়ক এক ধৰণৰ অনুশীলন যদিও মন আৰু শৰীৰ প্রফুল্ল কৰাৰ বাবে ই এশ শতাংশই বিজ্ঞান। যোগ সম্পূর্ণৰূপে আধ্যাত্মিক ভাবাপন্ন আৰু মানুহৰ জীৱনলৈ শান্তি আনে। সেয়ে ইয়াক ৰোগ প্রতিৰোধ, সু-স্বাস্থ্য অটুত ৰখাৰ উপায় আৰু নানা ধৰণৰ জীৱন-ধাৰণ শৈলীৰ বাবে সৃষ্টি হোৱা অসুবিধাৰ পৰা হাত সৰাৰ উপায় বুলিও ক'ব পাৰি। আজিৰ তাৰিখত যোগ বিশ্বৰ সর্বত্র জনপ্রিয়। এয়া কেৱল একাংশ ৰোগ প্রতিৰোধৰ বাবে ই সহায়ক নহয়, যোগ চর্চা কৰোতা গৰাকীক মানসিকভাৱে স্বাস্থ্যৱান কৰাৰ ক্ষেত্রতো ই ফলপ্রসূ। মানসিক অৱসাদৰ পৰা ৰক্ষা পোৱা, শাৰীৰিক সুস্থতা প্রদান কৰালৈকে সকলোতে যোগ উপযুক্ত। সেইবাবেই আজি সুস্থ জীৱন-যাপনৰ বাবে বিশ্বত যোগ অতি জনপ্রিয় হৈ পৰিছে।

যোগ শব্দটো সংস্কৃত 'যুজ'ৰ পৰা লোৱা হৈছে। ইয়াৰ অর্থ হৈছে সমবেত বা একত্র হোৱা। যোগ শাস্ত্রৰ মতে যোগ সাধনা হ'ল মন আৰু শৰীৰৰ মিলন, জীৱাত্মা আৰু পৰমাত্মাৰ মিলন, সমাজ আৰু প্রকৃতিৰ মিলন অর্থাৎ সমাজ, প্রকৃতি, পৰিৱেশ বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ডৰ সৈতে একাত্ম হোৱা। যোগৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে জীৱন ধাৰণৰ ক্ষেত্রত সন্মুখীন হোৱা সকলো ধৰণৰ অসুবিধাৰ

পৰা মুক্তি দিয়া। ই হ'ল ভাৰতত সৃষ্টি হোৱা বিশ্বৰ আটাইতকৈ পুৰণি বিজ্ঞান। এগৰাকী ব্যক্তিৰ শাৰীৰিক, মানসিক ভাৰসাম্যতা অটুত ৰখাৰ লগতে আধ্যাত্মিক ক্ষেত্রতো সুস্থিৰতা আনে।

৫.৫.১ স্বাস্থ্য আৰু সুস্থতাৰ বাবে যোগ

স্বাস্থ্য আৰু সুস্থতা এগৰাকী ব্যক্তিৰ জীৱনশৈলীৰ সৈতে জড়িত। জীৱনশৈলী হ'ল মানুহে কিদৰে জীৱন-যাপন কৰে আৰু ই মানুহৰ স্বাস্থ্য অটুত ৰখাৰ ক্ষেত্রত নির্ণায়ক ভূমিকা পালন কৰে। যিহেতু শৈশৱতে মানুহৰ জীৱনশৈলীয়ে গতি লয় সেয়ে শৈশৱৰে পৰা শুদ্ধ জীৱনশৈলী বাছি লোৱা উচিত। শৈশৱৰে পৰা ইয়াৰ চর্চা কৰাতোও আৱশ্যকীয়। মানুহৰ জীৱনশৈলীক বহুকেইটা বিষয়ে প্রভাৱান্বিত কৰে। আর্থিক দুৰৱস্থাই দুখীয়া মানুহৰ ক্ষেত্রত পুষ্টিহীনতাৰ সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰাৰ বিপৰীতে আর্থিক স্বচ্ছলতাই মেদবহুলতাৰ সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে। সমাজ এখনৰ সাংস্কৃতিক মূল্যবোধে খাদ্যাভ্যাসৰ ক্ষেত্রতো প্রভাৱ পেলায়। দিনটোৰ বহু সময় বহি কটাবলগীয়া হোৱা জীৱনে হৃদয়ৰ ধমনীৰ (কৰ'ণাৰী) ৰোগৰ ক্ষেত্রত গুৰুতৰ ভূমিকা পালন কৰে। একেদৰে ধূমপান বা মদ্যপানৰ বাবে হৃদৰোগ বা লিভাৰ চিৰ'চিছত আক্রান্ত হোৱা সম্ভাৱনা থাকে। শৰীৰ চর্চা, সুষম স্বাস্থ্যকৰ খাদ্য, জিৰণি ইত্যাদি এটা সুস্থ জীৱনশৈলীৰ বাবে অতি আৱশ্যকীয়।

৫.৫.২ যোগৰ লাভালাভ

- শৰীৰ সঞ্চালন ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰে
- পেশীৰ শক্তি বৃদ্ধি কৰে
- শৰীৰৰ গঠনত সহায় কৰে
- হাড় বা গাঁঠি সু�ৰক্ষিত কৰি ৰাখে
- ৰক্ত সঞ্চালন বৃদ্ধি কৰে
- ৰোগ প্রতিৰোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰে
- ৰক্ত চাপ স্বাভাৱিক কৰাত সহায় কৰে
- এ'ড্রিনেল গ্লেণ্ড নিয়মীয়া কৰে
- মানসিক শান্তি আগবঢ়ায়
- কর্মস্পৃহা বৃদ্ধি কৰে
- তেজত শর্কৰাৰ মাত্রা কমায়
- অংগ-প্রত্যংগবোৰ শিথিল কৰে
- ভাৰসাম্যতা বৃদ্ধি কৰে
- সিৰাৰ কাম সুচাৰুৰূপে সমাধা হোৱাত সহায় কৰে
- স্মৃতি শক্তি বঢ়ায় আৰু মনোযোগ বাঢ়ে

৫.৬ য়ুনানি

য়ুনানি হ'ল প্রাচীন গ্রীচত প্ররর্তন হোৱা এবিধ চিকিৎসা পদ্ধতি। ই মূলতঃ ভাৰতত বেছিকৈ চর্চিত। য়ুনানি ঔষধসমূহ ভেষজজাত। ইয়াৰ উপৰিও এই চিকিৎসা পদ্ধতিত ৰোগীৰ চিকিৎসাৰ বাবে খাদ্যাভ্যাস আৰু বিকল্প চিকিৎসাৰো ব্যৱস্থা আছে।

য়ুনানি টিব্ ঔষধৰ এগৰাকী বিদগ্ধ পণ্ডিত ইবন এ চিনা, যাক আৱিচেনা বুলিও জনাজাত, তেওঁ কৈছিল 'ই এনে এবিধ বিজ্ঞান যিয়ে শাৰীৰিক স্বাস্থ্য, ইয়াৰ অৱনতি আৰু পুনৰুদ্ধাৰৰ ব্যৱস্থাৰ কথা কয়।'

সেয়ে এগৰাকী ব্যক্তিয়ে বাস কৰা স্থানৰ পৰিৱেশ আৰু মানসিক আস্থাৰ সৈতে তেওঁৰ স্বাস্থ্য, মন আৰু আত্মাৰ অৱস্থা ধাৰণা কৰা হয়। এগৰাকী ব্যক্তিৰ চিকিৎসাৰ বাবে ঔষধ প্রদান কৰোতে ৰোগীগৰাকীৰ মানসিক অৱস্থাও অধ্যয়ন কৰা হয়। ব্যক্তিগৰাকীৰ খাদ্যাভ্যাস আৰু জীৱন ধাৰণৰ শৈলী নিৰ্দ্ধপণ কৰাৰ বাবেও মানসিক স্থিতি অধ্যয়ন কৰা হয়। য়ুনানি চিকিৎসা পদ্ধতিত ৰোগীৰ শৰীৰৰ প্রতিটো অংগৰ চিকিৎসা কৰা হয়। বহুদিনীয়া ৰোগ আৰু ছাল, যকৃত, পেশী-হাড় বা কংকাল, প্রজনন স্বাস্থ্য, প্রতিৰোধ আৰু জীৱনশৈলীৰ ৰোগৰ চিকিৎসাৰ ক্ষেত্রত এই চিকিৎসা পদ্ধতি অতি ফলপ্রসূ বুলি প্রমাণিত হৈছে। এই বিশেষ চিকিৎসা পদ্ধতিত মুখেৰে খোৱা ঔষধৰ উপৰি নাকেৰে ঘ্রাণ গ্রহণ কৰা ঔষধৰ ব্যৱস্থা আছে। য়ুনানি চিকিৎসকসকলে এগৰাকী ব্যক্তিৰ স্বাস্থ্য আৰু ৰোগৰ ক্ষেত্রত খাদ্যাভ্যাস আৰু হজম প্রক্রিয়াত প্রধানকৈ গুৰুত্ব দিয়ে। ৰোগীৰ মানসিক স্থিতিৰ ওপৰত নির্ভৰ কৰি ৰোগীক ঔষধ প্রদান কৰা হয়। উপযুক্ত খাদ্যই মানুহৰ মনত উৎফুল্লতাৰ সৃষ্টি কৰাৰ বিপৰীতে বেয়া খাদ্যই উৎফুল্লতা নোহোৱা কৰে। এইদৰেই মানবীয় চৰিত্র গঠনৰ ক্ষেত্রতো এই চিকিৎসা পদ্ধতিয়ে সহায় কৰে।

৫.৬.১ য়ুনানি ঔষধৰ বৈশিষ্ট্য

য়ুনানি চিকিৎসকসকলৰ মতে ফ'চাৰি হিউমাৰ (তেজ, ফ্লেজম, য়েল' বাইল আৰু ব্লেক বাইল) খ্যাত শৰীৰৰ জুলীয়া পদার্থখিনিয়েই মানুহৰ স্বাস্থ্য নিৰ্দ্ধপণ কৰে।

আন এক বৈশিষ্ট্য হ'ল এই পদ্ধতিৰ মতে মাটি, পানী, বায়ু আৰু অগ্নিৰ ফলতেই এগৰাকী ব্যক্তি ৰোগাক্রান্ত হয়। ইয়াৰোপৰি এই চিকিৎসা পদ্ধতিয়ে পৰিৱেশৰ (পানী আৰু মাটিৰ সৈতে) ওপৰতো নির্ভৰ কৰে।

৫.৬.২ য়ুনানি চিকিৎসাৰ পদ্ধতি

নানান প্রাকৃতিক দ্রব্যৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি এই চিকিৎসা পদ্ধতিত ঔষধ তৈয়াৰ কৰা হয়। উদাহৰণ স্বৰূপে খামিৰা আৱ্রেছান হেকিম আর্চাদ ৰালাত কুমকুম, ইলাচি, গোম ধানৰ পাত (ইণ্ডিয়ান বে'লীফ) আৰু চিত্রণৰ দৰে উদ্ভিদৰ পাত সন্নিবিষ্ট কৰা হয়। খামিৰা আৱ্রেছেন হেকিম আর্চাদ ৰালা নামৰ টনিকবিধ হৃদপিণ্ড সুৰক্ষিত কৰাৰ

লগতে উচ্চ ৰক্তচাপ আৰু এঞ্জাইনা (বুকুত হঠাৎ হোৱা বিষ) ৰ দৰে হৃদ ৰোগৰ চিকিৎসাত সুফল দিয়ে। য়ুনানি চিকিৎসাত খাদ্যভ্যাসৰ চিকিৎসাৰ লগতে লীচ্চ চিকিৎসা আৰু অস্ত্রোপচাৰো আছে।

এই চিকিৎসা ভাৰত, বাংলাদেশ, পাকিস্তান, শ্রীলংকা, নেপাল, চীন, ইৰাক, মালয়েচিয়া, ইণ্ডনেচিয়া, মধ্য এছিয়া আৰু মধ্য প্রাচ্যত প্রচলিত।

৫.৭ সিদ্ধ

সিদ্ধ চিকিৎসা পদ্ধতি ভাৰতৰ দক্ষিণ প্রান্তত বেছিকৈ প্রচলিত। কেৱল শৰীৰেই নহয় মন আৰু আত্মাৰো চিকিৎসা কৰা এই পদ্ধতিটো বিশ্বৰ আটাইতকৈ পুৰণি চিকিৎসা পদ্ধতিৰ অন্যতম। সিদ্ধ শব্দটো তামিল ভাষাৰ সিদ্ধি শব্দৰ পৰা লোৱা, ইয়াৰ অর্থ হৈছে কিবা এটা বস্তু লাভ কৰা, শুদ্ধ কৰা স্বর্গীয় আশীর্বাদ লাভ কৰা। কেইবাটাও দর্শনৰ জন্মস্থান ভাৰতত এই সিদ্ধ দর্শনৰো জন্ম হৈছিল। ই প্রাচীন তামিল সভ্যতাৰ সৈতে জড়িত।

প্রায় দহ হেজাৰ বছৰ পূর্বে প্রচলন হোৱা সিদ্ধ চিকিৎসা পদ্ধতি বিশ্বৰ এটি অতি প্রাচীন চিকিৎসা পদ্ধতি। সিদ্ধ এনে এবিধ বিজ্ঞান, যাৰ জৰিয়তে শৰীৰ আৰু প্রকৃতিৰ মাজত সু-সম্পর্ক স্থাপন হয়। তালপাততে লিখিত কথা অনুসৰি এসময়ত ভগৱান শিৱই পার্বতীক এই সিদ্ধৰ বিষয়ে কৈছিল। পৰৱর্তী সময়ত পার্বতীয়ে তেওঁৰ অভিজ্ঞতাখিনি তেওঁৰ পুত্র মুৰুগাক বর্ণাই কৈছিল। মুৰুগাই আকৌ তেওঁৰ শিষ্য অগস্ত্যক এই জ্ঞান প্রদান কৰিছিল। পিছত অগস্ত্যই সোতৰজন শিষ্যক এই বিদ্যা শিকাইছিল আৰু তেওঁলোকে বিশ্বক এই জ্ঞান প্রদান কৰিছিল।

সিদ্ধ শব্দটো তামিল ভাষাৰ সিদ্ধি শব্দৰ পৰা লোৱা। যাৰ অর্থ হৈছে এটা বস্তু লাভ কৰা, শুদ্ধ কৰা বা স্বর্গীয় আশীর্বাদ লাভ কৰা। যি ব্যক্তিয়ে ইয়াৰ জ্ঞান লাভ কৰে তেওঁক সিদ্ধার্থ বোলা হৈছিল। তেওঁলোকে তামিল সাহিত্যত এই বিষয়ে লিখিছিল আৰু এই পদ্ধতি দক্ষিণ ভাৰতত বেছিকৈ প্রচলিত।

দ্রাবিড় সংস্কৃতিৰ অৱদান সিদ্ধ চিকিৎসা অতি পুৰণি চিকিৎসা পদ্ধতি। দ্রাবিড়সকল ভাৰতৰ প্রথম বাসিন্দা আৰু তামিলসকলৰ সৈতে তেওঁলোকৰ বেছি মিল আছে।

৫.৭.১ সিদ্ধৰ মূল মন্ত্র

সিদ্ধৰ মূল মন্ত্র হৈছে মাটি, পানী, বায়ু, অগ্নি আৰু ইথাৰৰ বিষয়ে ভালদৰে বুজি লোৱা, যি মানৱ শৰীৰৰ পাঁচ ইন্দ্রিয়ক বুজায় আৰু এয়া সকলো প্রাণীৰ ক্ষেত্রতো প্রযোজ্য। পৃথিৱীত থকা জন্তু, গছ-গছনি বা খনিজ — সকলো প্রাণীয়েই এই শ্রেণীৰ অন্তর্ভুক্ত। মানুহৰ শাৰীৰিক গঠন, ৰোগৰ কাৰণ, ইয়াৰ চিকিৎসা ইত্যাদিবোৰো ইয়াৰেই অন্তর্গত। ই তিনি দশা বা ঘণ্টাৰ কথা কয়।

সিদ্ধ চিকিৎসা পদ্ধতি অনুসৰি মানৱ শৰীৰত সাত প্রকাৰৰ উপাদান আছে—

- চাৰম (প্লাজমা)
- চেনীৰ (তেজ)
- অউন (পেনী)
- কোৱপ্প' (চর্বি)
- অলুম্বু (হাড়)
- মুলাই (সিৰা)
- ইনথিৰিয়াম (চিমেন)
- এইবোৰে মানৰ শৰীৰ সঞ্চালনত সহায় কৰে।
- এই সাত উপাদান তিনি ধৰণৰ বিশেষ দশাৰ দ্বাৰা সক্ষম কৰি ৰখা হয়।
- ৰাতা (বায়ু)
- পিতা (গৰম বা অগ্নি)
- কফ (পানী)

এই তিনিও বিধ নির্দিষ্ট পৰিমাণে মানৰ শৰীৰত থাকে বুলি ধৰা হয়। যেতিয়াই এই উপাদানকেইবিধৰ তাৰতম্য ঘটে তেতিয়াই শৰীৰত বিসংগতিৰ সৃষ্টি হয়। খাদ্যাভ্যাস, শাৰীৰিক ক্রিয়া-কলাপ, পৰিৱেশ আৰু মানসিক চাপৰ বাবেই এই তিনি উপাদানৰ তাৰতম্য ঘটে।

৫.৭.২ সিদ্ধৰ চিকিৎসা আৰু ঔষধ

সিদ্ধত 4448 বিধ ৰোগৰ কথা উল্লেখ আছে। এই আটাইবোৰেই 64 বিধ চিকিৎসাৰ ঔষধ সকলোতে প্রযোজ্য বা সাধাৰণতে প্রতিটো ৰোগতে দিয়া হয়। সিদ্ধ চিকিৎসাত 350000 টা সূত্র প্রচলিত। ইয়াৰ বাবে 4000 বিধ গছ ব্যৱহাৰ কৰা হয়, আন 2000 বিধ গছ বা লতা বিশেষ পৰিস্থিতিত ব্যৱহাৰ কৰা হয়।

এই চিকিৎসাত ৰোগীৰ পালছ্ পৰীক্ষা কৰি, চুই চাই, মাত, শৰীৰৰ ৰং, চকু, জিভা, শৌচ, প্রস্রাব আদি পৰীক্ষা কৰা হয়। সিদ্ধত ঔষধ তৈয়াৰ কৰোতে 11 বিধ ধাতু আৰু 64 বিধ পচানম (পাৰাসহ বা পাৰাবিহীন), 120 বিধ উপ্রাচস (নিগম আৰু খনিজ) আৰু জন্তুৰ পৰা লাভ কৰা দ্রব্য ব্যৱহাৰ কৰা হয়। ইয়াৰে 32 বিধ শৰীৰৰ ভিতৰলৈ যাব পৰা আৰু 32 বিধ শৰীৰৰ বহিঃ অংশত লগোৱা ঔষধ।

৫.৮ হোমিঅ'পেথি

1796 খ্রীষ্টাব্দত আৱিষ্কৃত হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ আৱিষ্কাৰক হ'ল জার্মানীৰ অষ্টাদশ-ঊনবিংশ শতিকাৰ চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ উচ্চ শিক্ষা সম্পন্ন চিকিৎসক, ৰসায়নবিদ তথা গ্রীক, লেটিন, ইংৰাজীকে আদি কৰি 14 টা ভাষাত জ্ঞান থকা ভাষাবিদ ডাঃ খ্রীষ্টিয়ান

ফেড্ৰিক চেমুৱেল হেনিমেন (1755–1843)। এই চিকিৎসা পদ্ধতি প্ৰকৃতিৰ চিকিৎসা বিধানৰ সূত্ৰ "A Weaker dynamic affection is permanently extinguished by a stronger one, if both of them, while different in kind, are similar in their manifestations" – ৰ ওপৰত প্ৰতিষ্ঠিত এটি বিজ্ঞানসন্মত আৰু দৰ্শনভিত্তিক শৈল্পিক কলাসন্মত চিকিৎসা পদ্ধতি। প্ৰকৃতিৰ এই সদৃশ সূত্ৰৰ পৰা জনা যায় য়ে, "similia similibus curenlar" অৰ্থাৎ "Like Cures Like" বা সদৃশে সদৃশৰ আৰোগ্য কৰে। সেয়েহে হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসাত সদৃশ লক্ষণক সদৃশ লক্ষণৰ দ্বাৰা চিকিৎসা বা আৰোগ্য কৰা হয়। এই চিকিৎসাৰ মূল দৰ্শন হ'ল ৰোগৰ চিকিৎসা নহয়, ৰোগীকহে চিকিৎসা কৰা। সেয়েহে হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসাত কোনো ৰোগক প্ৰত্যক্ষভাৱে চিকিৎসা কৰাতকৈ সেই ৰোগীয়ে প্ৰকাশ কৰা অসাধাৰণ লক্ষণসমূহৰ সমষ্টিৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি এক Holistic concept ৰ ওপৰত গুৰুত্ব দি চিকিৎসা কৰা যায় বাবে এই চিকিৎসা পদ্ধতি অতি কম সময়ৰ ভিতৰত অধিক জনপ্ৰিয় হৈ উঠিছে। কোনো ঔষধ সুস্থ মানুহৰ শৰীৰত (অধিক মাত্ৰাত) প্ৰয়োগ কৰিলে যি লক্ষণ প্ৰকাশ পায় সেই সদৃশ লক্ষণ প্ৰকাশ কৰা ৰোগীক সেই ঔষধ প্ৰয়োগ কৰিলে সুফল পোৱা যায়। হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ দৰ্শন মতে মানৱ স্বাস্থ্যৰ ধাৰণাটো বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা WHO ই দিয়া সূত্ৰৰ দৰে শাৰীৰিক, মানসিক আৰু সামাজিক তথা পাৰিপাৰ্শ্বিক এই আটাইকেইটা দিশেই সামৰি লোৱা হয়। আনহাতে এই চিকিৎসাৰ অন্য এটি প্ৰধান তত্ত্ব হ'ল জীৱনী শক্তি, যিয়ে আমাৰ স্বাস্থ্যক নিয়ন্ত্ৰণ কৰে। কোনো কাৰণত জীৱনী শক্তিৰ হীনদেঢ়ি ঘটিলেই মানৱ শৰীৰক ৰোগে আক্ৰমণ কৰে। হোমিঅ'পেথিত মুখ্যতঃ তিনিবিধ ৰোগ সৃষ্টিকাৰী শক্তি বা মায়াজালৰ দ্বাৰা ৰোগ উৎপন্ন হয়। আমাৰ জীৱনী শক্তি এই মায়াজালৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'লেই শৰীৰত ৰোগে দেখা দিয়ে। হোমিঅ'পেথিক ঔষধসমূহ সুস্থ মানৱ দেহত প্ৰয়োগ কৰি পৰীক্ষা কৰা হয়।

- **ঔষধৰ উৎস**

  এই চিকিৎসা পদ্ধতিৰ ঔষধসমূহ মুখ্যত ছয় বিধ বিভিন্ন উপাদানেৰে তৈয়াৰ কৰা হয়। যেনে-ভেষজ, ৰাসায়নিক দ্ৰব্য, বিভিন্ন ৰোগৰ বীজাণু আৰু উৎপাদিত দ্ৰব্য, কীট পতংঙ্গ আৰু জীৱ-জন্তু, সুস্থ আৰু ৰোগগ্ৰস্ত গ্ৰন্থিৰ পৰা নিঃসৰিত দ্ৰব্য, চন্দ্ৰ, ৰঞ্জন, বিদ্যুৎ চুম্বক আদিৰ ৰশ্মি আৰু তৰঙ্গ আদিৰ পৰা।

  কার্য্যকাৰিতা ঃ

  এই চিকিৎসাৰ এক নিজস্ব পৰিসৰ আছে। প্ৰকৃতিৰ পৰা উৎপন্ন হোৱা সকলো ধৰণৰ ৰোগীকে চিকিৎসা কৰাৰ লগতে আন কিছুমান অস্ত্ৰোপ্ৰচাৰৰ আৱশ্যক হোৱা ৰোগকো হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসাৰ দ্বাৰা আৰোগ্য কৰিব পাৰি। যেনে- টনচিলাইটিচ, বৃক্কৰ পাথৰ, পাইলচ্, ওৱার্টচ, কর্ন, গেষ্ট্ৰিক আলচাৰ, পেপটিক্ আলচাৰ, অভেৰিয়ান-চিষ্ট আদি। ইয়াৰ ওপৰিও ইনফ্লুয়েঞ্জা, সৰু আই, মাজু আই, মেলেৰিয়া, চাইক'চমেটিক, মাইগ্ৰেন, মৃগী, আই-বি-এছ, চাইনাইটিচ্, মহিলাৰ ঋতুজনিত ৰোগ, এলার্জিজনিত বিসঙ্গতি, বিভিন্ন চর্মৰোগ, শিশু ৰোগ, মহিলাৰ বিভিন্ন ৰোগ আদি এই চিকিৎসাৰে নিৰাময় কৰিব পাৰি।

- **পাৰ্শ্বক্রিয়া আছেনে ?**

  হোমিঅ'পেথিক ঔষধ পৰিমিত আৰু নিয়মানুযায়ী প্রয়োগ কৰিলে পার্শ্বক্রিয়া দেখা নাযায়। শিশুৰ পৰা বৃদ্ধ যিকোনো বয়সৰ লোককে এই ঔষধ প্রয়োগ কৰি সুফল লাভ কৰিব পাৰি।

- **প্রতিষেধক**

  বিভিন্ন সংক্রামক আৰু ৰোগৰ ক্ষেত্রত হোমিঅ'পেথিক ঔষধৰ কার্যকাৰিতা দেখা যায় লগতে প্রতিষেধক হিচাপেও প্রয়োগ কৰা হয়।

- **ঔষধৰ ম্যাদ আৰু সংৰক্ষণ**

  যিহেতু হোমিঅ'পেথিক ঔষধ এলক'হলত সংৰক্ষিত হৈ থাকে সেয়ে ইয়াৰ ম্যাদ উকলাৰ সময় সীমা দীঘলীয়া। উচিত উপায়েৰে সংৰক্ষণ কৰিলে ঔষধৰ গুণাগুণ পৰিৱর্তন নহয়। যেনে- তীব্র গোন্ধ, সূর্য্যৰ ৰশ্মি, জেকা ঠাই আদিৰ পৰা আতৰাই ৰাখিব লাগে।

- **অন্য উপকাৰিতা**

  হোমিঅ'পেথিক ঔষধসমূহ সাধাৰণতে মিঠা গ্ল'বিউলচ বা পাউডাৰৰ জৰিয়তে দিয়া হয় ই আৰু তুলনামূলক ভাৰে সুলভ, ইয়াক সমাজৰ সকলো শ্রেণীৰ আৰু সকলো বয়সৰ আনকি বহুমূত্র ৰোগত ভোগা ৰোগীয়েও এই ঔষধ খাব পাৰে।

- **ঔষধৰ ব্যৱহাৰ**

  হোমিঅ'পেথিক ঔষধসমূহ খোৱাৰ কমেও আধাঘন্টা পিছলৈ আন খাদ্যবস্তু খাব নালাগে।

- **পৰীক্ষা নিৰীক্ষাৰ প্রয়োজন আছেনে ?**

  হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসা পদ্ধতিটো যদিও লক্ষণ ভিত্তিক চিকিৎসা, কিন্তু ৰোগী বা ৰোগৰ অৱস্থাৰ বিষয়ে জানিবলৈ সময় সাপেক্ষে পৰীক্ষাগাৰত পৰীক্ষা-নিৰীক্ষা কৰাটো বাঞ্চনীয়।

- **সীমাবদ্ধতা**

  কিছুমান ৰোগীৰ ক্ষেত্রত হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসাৰ সীমাবদ্ধতা আছে। যেনে- এডভান্স অৰগেনিক পৰিবর্ত্তন, অপটিক এট্রোফী, এডভান্স পালম'নেৰি যক্ষ্মা, অত্যাধিক দৰৰ খাই ৰোগৰ জটিলতা বঢ়াই অহা ৰোগী, তালু ফটা ৰোগৰ দৰে অস্ত্রোপ্রচাৰজনিত ৰোগ।

- **মন্তব্য**

  হোমিঅ'পেথিক ঔষধৰ গুণাগুণ অতি ফলপ্রসু, ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ সহজ, কম খৰচি, পার্শ্বক্রিয়াহীন। সেয়ে মহামানৰ মহাত্মা গান্ধীয়ে কৈছিল "হোমিঅ'পেথিক ঔষধবোৰ ৰোগীক চিকিৎসা কৰা শেহতীয়া আৰু বিশুদ্ধ পদ্ধতি।"



অগ্রগতি নিৰীক্ষণ

প্রশ্ন নং ৪ ঃ সিদ্ধ শব্দটো কি ভাষাৰ পৰা আহিছে?

.....

প্রশ্ন নং ৫ ঃ সিদ্ধ মানে কি বুজা যায়?

.....

প্রশ্ন নং ৬ ঃ য়ুনানি পদ্ধতি মতে কিহৰ ফলত এগৰাকী ব্যক্তি ৰোগাক্রান্ত হয়?

.....

প্রশ্ন নং ৭ ঃ হোমিঅ'পেথিক ঔষধ ছয়বিধ উপাদানেৰে তৈয়াৰ কৰা হয়। সেই উপাদানকেইটা কি কি?

.....



৫.৯ অধ্যায়টিৰ পৰা আমি কি শিকিলোঁ

এই অধ্যায়টোত আমি নিম্নলিখিত বিষয়সমূহ আলোচনা কৰিলো ঃ

- আয়ুর্বেদ মানে হ'ল জীৱনৰ জ্ঞান। আয়ুর্বেদ অতি প্রাচীন চিকিৎসা বিজ্ঞান।
- আয়ুর্বেদৰ শল্য শাস্ত্রৰ বিখ্যাত গ্রন্থ সুশ্রুত সংহিতাৰ মতে আয়ুর্বেদ প্রথমতে সৃষ্টিকর্তা ব্রহ্মাৰ হাতত আছিল। তেওঁৰ পৰা আয়ুর্বেদ আহিল প্রজাপতি দক্ষৰ হাতলৈ আৰু প্রজাপতিৰ পৰা এই জ্ঞান অশ্বিনী কুমাৰদ্বয়ে লাভ কৰে।
- আয়ুর্বেদিক, যোগ আৰু প্রাকৃতিক চিকিৎসা, য়ুনানি, সিদ্ধ আৰু হোমিঅ'পেথিৰ আদ্যাক্ষৰ কেইটা লগ লগাই 'আয়ুস' নামটো লোৱা হৈছে।
- আয়ুর্বেদ শব্দটো 'আয়ু' আৰু 'বেদ'ৰ পৰা অহা। আয়ু মানে হ'ল জীৱন আৰু বেদ মানে বিজ্ঞান বা জ্ঞান। আয়ুর্বেদৰ অর্থ হ'ল জীৱনৰ বিজ্ঞান।
- আয়ুর্বেদ আঠটা অংগত বিভক্ত। অষ্টাংগ আয়ুর্বেদৰ প্রথম ধাৰণা দিছিল ভগৱান ধন্বন্তৰিয়ে।
- য়ুনানি হ'ল প্রাচীন গ্রীচত প্রৱর্তন হোৱা এবিধ চিকিৎসা পদ্ধতি। ই মূলতঃ ভাৰতত বেছিকৈ চর্চিত।
- সিদ্ধ চিকিৎসা পদ্ধতি ভাৰতৰ দক্ষিণ প্রান্তত বেছিকৈ প্রচলিত। কেৱল শৰীৰেই নহয় মন আৰু আত্মাৰো চিকিৎসা কৰা এই পদ্ধতিটো বিশ্বৰ আটাইতকৈ পুৰণি চিকিৎসা পদ্ধতিৰ অন্যতম।
- 1796 খ্রীষ্টাব্দত আৱিষ্কৃত হোমিঅ'পেথিক চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ আৱিষ্কাৰক হ'ল জার্মানীৰ অষ্টাদশ-ঊনবিংশ শতিকাৰ চিকিৎসা বিজ্ঞানৰ উচ্চ শিক্ষা সম্পন্ন চিকিৎসক, ৰসায়নবিদ তথা গ্রীক, লেটিন, ইংৰাজীকে আদি কৰি 14 টা ভাষাত জ্ঞান থকা ভাষাবিদ ডাঃ খ্রীষ্টিয়ান ফেড্রিক চেমুৱেল হেনিমেন (1755–1843)।



৫.১০ অধিক জানিবলৈ

1] Narayanswamy, V. (1981). *Origin and Development of Ayurveda : A Brief History.*



৫.১১ অগ্রগতিৰ খতিয়ান

১ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ *আয়ুর্বেদ* আৰু বেদৰ পৰা।

২ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ আকাশ, বায়ু, অগ্নি, পানী আৰু মাটি।

৩ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ (ক) সহজে হজম হয় (খ) মন আৰু আত্মা সতেজ কৰিব পৰা শক্তি থাকে আৰু (গ) শৰীৰৰ ৰোগ প্রতিৰোধী ক্ষমতা বঢ়োৱাতো সহায় কৰে।

৪ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ তামিল ভাষাৰ পৰা।

৫ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ সিদ্ধ মানে হৈছে এটা বস্তু লাভ কৰা, শুদ্ধ কৰা বা স্বর্গীয় আশীর্বাদ লাভ কৰা।

৬ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ য়ুনানি পদ্ধতিৰ মতে মাটি, পানী, বায়ু আৰু অগ্নিৰ ফলতেই এগৰাকী ব্যক্তি ৰোগাক্রান্ত হয়।

৭ নং প্রশ্নৰ উত্তৰ ঃ উপাদানকেইটা হ'ল— ভেষজ, ৰসায়নিক দ্রব্য, বিভিন্ন ৰোগৰ বীজাণু আৰু উৎপাদিত দ্রব্য, কীট পতংঙ্গ আৰু জীৱ-জন্তু, সুস্থ আৰু ৰোগাগ্রস্থ গ্রন্থিৰ নিঃসৰিত দ্রব্য, চন্দ্র, ৰঞ্জন, বিদ্যুৎ চুম্বক আদিৰ ৰশ্মি আৰু তৰঙ্গ আদিৰ পৰা।



৫.১২ আৰ্হি প্রশ্ন

(ক) বস্তুধর্মী প্রশ্ন

প্রশ্ন ১ ঃ অষ্টাংগ আয়ুর্বেদ মানে কি?

প্রশ্ন ২ ঃ মানুহ কি কি পাঁচবিধ উপাদানৰ দ্বাৰা সৃষ্ট?

প্রশ্ন ৩ ঃ ত্রি দোষ কি?

(খ) চুটি প্রশ্ন

প্রশ্ন ১ ঃ *আয়ুর্বেদ* চিকিৎসাত পঞ্চকর্ম কি কি চমুকৈ লিখক।

প্রশ্ন ২ ঃ সিদ্ধ চিকিৎসা কি দৰে কৰা হয় চমুকৈ লিখক।

প্রশ্ন ৩ ঃ *আয়ুর্বেদৰ* বৈশিষ্ট্য কি কি চমুকৈ লিখক।

(গ) ৰচনাধর্মী প্রশ্ন

প্রশ্ন ১ ঃ যোগ আৰু প্রাকৃতিক চিকিৎসাৰ বিষয়ে বহলাই লিখক।

*** ***** ***