

চৰকৰ চিকিৎসা পদ্ধতি – প্ৰশ্নোত্তৰ

প্ৰশ্ন ১: চৰক কোন আছিল?

উত্তৰ: Charaka এজন প্ৰাচীন ভাৰতীয় চিকিৎসক আছিল, যিয়ে আয়ুৰ্বেদৰ উন্নতি কৰিছিল।

প্ৰশ্ন ২: চৰকৰ প্ৰধান গ্ৰন্থখনৰ নাম কি?

উত্তৰ: তেওঁৰ প্ৰধান গ্ৰন্থখন হৈছে Charaka Samhita।

প্ৰশ্ন ৩: চৰকৰ মতে দেহ কিহৰে গঠিত?

উত্তৰ: দেহ তিনিটা দোষে গঠিত – বাত, পিত্ত আৰু কফ।

প্ৰশ্ন ৪: 'বাত', 'পিত্ত' আৰু 'কফ' কি?

উত্তৰ: এইবোৰ দেহৰ মূল শক্তি বা দোষ, যিয়ে দেহৰ বিভিন্ন কাৰ্য নিয়ন্ত্ৰণ কৰে।

প্ৰশ্ন ৫: ৰোগ কিয় হয় বুলি চৰকে কৈছে?

উত্তৰ: দোষবোৰৰ অসমতা হ'লে ৰোগ হয়।

প্ৰশ্ন ৬: চৰকৰ চিকিৎসা পদ্ধতি কি ধৰণৰ?

উত্তৰ: তেওঁৰ চিকিৎসা পদ্ধতি প্ৰাকৃতিক, য'ত ঔষধ, সঠিক আহাৰ আৰু জীৱন-ধাৰা অন্তৰ্ভুক্ত।

প্ৰশ্ন ৭: চৰকে কেনেধৰণৰ ঔষধ ব্যৱহাৰ কৰিছিল?

উত্তৰ: তেওঁ গছ-গছনি আৰু প্ৰাকৃতিক উপাদানৰ পৰা বনোৱা ঔষধ ব্যৱহাৰ কৰিছিল।



প্রশ্ন ৮: চৰকৰ চিকিৎসাৰ মূল লক্ষ্য কি?

উত্তৰ: দেহ আৰু মন দুয়োটা সুস্থ ৰখা।

বৰ্ণনাপ্ৰশ্ন: চৰকৰ চিকিৎসা পদ্ধতি কৰা।

উত্তৰ:

Charaka প্ৰাচীন ভাৰতৰ এজন বিশিষ্ট চিকিৎসক আছিল, যিয়ে আয়ুৰ্বেদ শাস্ত্ৰৰ বিকাশত গুৰুত্বপূৰ্ণ অৱদান আগবঢ়াইছিল। তেওঁৰ ৰচিত গ্ৰন্থ Charaka Samhita আয়ুৰ্বেদৰ আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ গ্ৰন্থসমূহৰ ভিতৰত অন্যতম। এই গ্ৰন্থত মানুহৰ দেহৰ গঠন, ৰোগৰ কাৰণ, লক্ষণ আৰু চিকিৎসাৰ বিষয়ে বিস্তৃত বৰ্ণনা পোৱা যায়।

চৰকৰ মতে মানুহৰ দেহ তিনিটা মূল দোষে গঠিত – বাত, পিত্ত আৰু কফ। বাত দোষে দেহত গতি আৰু স্নায়ুৰ কাৰ্য নিয়ন্ত্ৰণ কৰে, পিত্ত দোষে পাচন আৰু তাপ নিয়ন্ত্ৰণ কৰে, আৰু কফ দোষে দেহৰ গঠন আৰু স্থিৰতা বজাই ৰাখে। এই তিনিটা দোষৰ মাজত সমতা থাকিলে মানুহ সুস্থ থাকে, কিন্তু যদি কোনো এটা দোষ বেছি বা কম হয়, তেতিয়া ৰোগ সৃষ্টি হয়।

চৰকে কৈছিল যে ৰোগৰ মূল কাৰণ হৈছে দোষবোৰৰ অসমতা। এই অসমতা ভুল আহাৰ, অনিয়মিত জীৱন-ধাৰা, মানসিক চাপ আৰু পৰিৱেশগত কাৰণৰ বাবে হ'ব পাৰে। সেয়ে, চিকিৎসাৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে এই দোষবোৰৰ মাজত পুনৰ সমতা স্থাপন কৰা।

চৰকৰ চিকিৎসা পদ্ধতি সম্পূৰ্ণ প্ৰাকৃতিক। তেওঁ গছ-গছনি, মূল, পাত, ফল আদি প্ৰাকৃতিক উপাদান ব্যৱহাৰ কৰি ঔষধ প্ৰস্তুত কৰিছিল। লগতে তেওঁ সঠিক আহাৰ-ব্যৱস্থা (diet), নিয়মিত জীৱন-ধাৰা (lifestyle) আৰু শোধন চিকিৎসা (body cleansing)ৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিছিল। শোধন চিকিৎসাত দেহৰ ভিতৰৰ বিষাক্ত পদাৰ্থ উলিয়াই পেলোৱাৰ ব্যৱস্থা কৰা হয়।

ইয়াৰ উপৰিও, চৰকে মানসিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰতো সমান গুৰুত্ব দিছিল। তেওঁৰ মতে, দেহ আৰু মন দুয়োটা সুস্থ থাকিলেহে মানুহ সম্পূৰ্ণৰূপে সুস্থ থাকিব পাৰে। সেয়ে তেওঁ সুস্থ জীৱনযাপনৰ বাবে নৈতিক আচৰণ আৰু মানসিক শান্তিৰ প্ৰয়োজনীয়তা উল্লেখ কৰিছে।

শেষত ক'ব পাৰি যে Charaka Samhita আয়ুৰ্বেদ চিকিৎসাৰ এক মূল আধাৰ। চৰকৰ চিকিৎসা পদ্ধতি আজিও প্ৰাসংগিক আৰু বহু মানুহে এই প্ৰাকৃতিক পদ্ধতি অনুসৰণ কৰি স্বাস্থ্য ৰক্ষা কৰে।



প্ৰশ্ন: চৰক আৰু সুশ্ৰুতৰ চিকিৎসা আৰু যোগ পদ্ধতি বৰ্ণনা কৰা।

উত্তৰ:

প্ৰাচীন ভাৰতত আয়ুৰ্বেদ চিকিৎসা ব্যৱস্থাৰ উন্নয়নত Charaka আৰু Sushruta ৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ অৱদান আছে। এই দুয়োজন মহান চিকিৎসকে স্বাস্থ্য, ৰোগ আৰু চিকিৎসাৰ বিষয়ে গভীৰ জ্ঞান আগবঢ়াইছিল।

প্ৰথমে Charaka ৰ বিষয়ে ক'বলৈ গ'লে, তেওঁ আয়ুৰ্বেদৰ আভ্যন্তৰীণ চিকিৎসা (medicine)ৰ জনক বুলি জনা যায়। তেওঁৰ ৰচিত Charaka Samhita ত দেহৰ গঠন, তিনিটা দোষ – বাত, পিত্ত আৰু কফ – আৰু ৰোগৰ কাৰণৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা হৈছে। তেওঁ কৈছিল যে এই দোষবোৰৰ অসমতা হ'লে ৰোগ হয়। সেয়ে চিকিৎসাৰ মূল উদ্দেশ্য হৈছে দোষবোৰৰ মাজত সমতা বজাই ৰখা।

চৰকৰ মতে চিকিৎসা পদ্ধতিত প্ৰাকৃতিক ঔষধ, সঠিক আহাৰ-ব্যৱস্থা, শুদ্ধ জীৱন-ধাৰা আৰু মানসিক শান্তি অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। তেওঁ যোগ আৰু ধ্যানকো স্বাস্থ্য ৰক্ষাৰ বাবে দৰকাৰী বুলি গণ্য কৰিছিল। যোগৰ দ্বাৰা দেহ আৰু মন সুস্থ থাকে আৰু ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়।

আনহাতে, Sushruta ক শল্য চিকিৎসাৰ (surgery) জনক বুলি কোৱা হয়। তেওঁৰ প্ৰধান গ্ৰন্থ Sushruta Samhita ত বিভিন্ন ধৰণৰ অস্ত্ৰোপচাৰ, আঘাত চিকিৎসা, আৰু শৰীৰৰ গঠন সম্পৰ্কে বিস্তৃত বৰ্ণনা আছে। তেওঁ বহু ধৰণৰ অস্ত্ৰোপচাৰ পদ্ধতি, যেনে নাক পুনঃগঠন (plastic surgery) আৰু চক্ষু অস্ত্ৰোপচাৰ বৰ্ণনা কৰিছিল।

সুশ্ৰুতে চিকিৎসাৰ ক্ষেত্ৰতো শুচিতা, নিয়ম-নীতি আৰু শৃংখলাৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰিছিল। তেওঁৰ মতে, চিকিৎসক এজনৰ জ্ঞান, অভিজ্ঞতা আৰু নৈতিকতা অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। তেওঁ যোগ আৰু শাৰীৰিক ব্যায়ামৰ ওপৰতো গুৰুত্ব দিছিল, কিয়নো এইবোৰে দেহ সুস্থ ৰাখে আৰু অস্ত্ৰোপচাৰৰ পিছত সুস্থ হোৱাত সহায় কৰে।

যোগৰ ক্ষেত্ৰত, দুয়োজনেই দেহ আৰু মনৰ সমতা বজাই ৰখাক গুৰুত্ব দিছিল। যোগ, ধ্যান আৰু সঠিক জীৱন-ধাৰাই মানুহক সুস্থ আৰু দীঘলীয়া জীৱন লাভ কৰাত সহায় কৰে বুলি তেওঁলোকে বিশ্বাস কৰিছিল।

শেষত ক'ব পাৰি যে Charaka আৰু Sushruta ৰ চিকিৎসা আৰু যোগ পদ্ধতি আয়ুৰ্বেদৰ ভিত্তি স্থাপন কৰিছে। এই পদ্ধতিসমূহ আজিও অত্যন্ত গুৰুত্বপূৰ্ণ আৰু আধুনিক যুগতো ইয়াৰ প্ৰাসংগিকতা অটুট আছে।

