तरंगिणी (अंक-३)

2025-2026

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

(केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार)

4-सी.एन. ब्लॉक, सेक्टर-V, बिधाननगर, कोलकाता – 700 091

केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्
आयुष मंत्रालय, भारत सरकार
CENTRAL COUNCIL FOR RESEARCH IN AYURVEDIC SCIENCES
Ministry of Ayush, Govt. of India

प्रो (वैद्य) रबिनारायण आचार्य
महानिदेशक
Prof. (Vaidya) Rabinarayan Acharya
Director General

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत प्रसन्नता हो रही है कि केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका ***"तरंगिणी"*** का तीसरा अंक पाठकों के समक्ष प्रस्तुत किया जा रहा है।

हिंदी हमारी राजभाषा ही नहीं, अपितु वैज्ञानिक, प्रशासनिक तथा सामाजिक अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम भी है। वैज्ञानिक संस्थानों द्वारा हिंदी के प्रयोग से न केवल अनुसंधान की जानकारी सरल भाषा में जनसामान्य तक पहुँचाई जा सकती है, अपितु इससे जनमानस में वैज्ञानिक दृष्टिकोण के विकास में भी सहायता मिलती है।

"*तरंगिणी*" के माध्यम से संस्थान ने न केवल आयुर्वेदिक अनुसंधान, गतिविधियों और उपलब्धियों को रेखांकित किया है, बल्कि यह पत्रिका अधिकारियों एवं कर्मचारियों की रचनात्मक प्रतिभा को भी एक मंच प्रदान करती है। यह प्रसन्नता का विषय है कि यह अंक भी विविध विषयों, लेखों, अनुभवों और रचनात्मक प्रस्तुतियों से परिपूर्ण है।

मैं संपादकीय टीम तथा समस्त लेखकों को इस सराहनीय प्रयास के लिए बधाई देता हूँ और आशा करता हूँ कि "*तरंगिणी*" आने वाले समय में भी इसी उत्साह के साथ संस्थान की वैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक यात्रा को गति प्रदान करती रहेगी।

शुभकामनाओं सहित,

(प्रो. (वैद्य) रबिनारायण आचार्य)

जवाहर लाल नेहरू भारतीय चिकित्सा एवं होम्योपैथी अनुसंधान भवन, 61-65, सांस्थानिक क्षेत्र, सम्मुख 'डी' ब्लाक, जनकपुरी नई दिल्ली-110058
Jawahar Lal Nehru Bhartiya Chikitsa Evam Homoepathy Anusandhan Bhawan, Institutional Area, Opp. 'D' Block, Janakpuri, New Delhi-110058
Phone : 011-28524457, 011-28520748
Website : www.ccras.nic.in **Email :** dg-ccras@nic.in, drrnacharya@gmail.com

डॉ. एन. श्रीकान्त
उपमहानिदेशक
Dr. N. Srikanth
Deputy Director General

केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्
आयुष मंत्रालय, भारत सरकार
CENTRAL COUNCIL FOR RESEARCH IN AYURVEDIC SCIENCES
Ministry of AYUSH, Govt. of India

संदेश

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता द्वारा ***"तरंगिणी"*** तृतीय अंक के प्रकाशन पर मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है।

राजभाषा हिंदी न केवल हमारे राष्ट्र की सांस्कृतिक पहचान का प्रतीक है, अपितु यह शासकीय कार्यों में सहजता, सरलता और संपर्क का प्रभावी माध्यम भी है। संस्थान द्वारा हिंदी में गृह पत्रिका का नियमित प्रकाशन इस दिशा में एक सराहनीय पहल है, जो न केवल भाषा के प्रचार-प्रसार को बल देता है, बल्कि संस्थान के भीतर रचनात्मकता, संवाद और नवाचार को भी बढ़ावा देता है।

"*तरंगिणी*" केवल एक पत्रिका नहीं, बल्कि यह हमारे संस्थान की गतिविधियों, उपलब्धियों, अनुसंधान कार्यों और कर्मचारियों की सृजनात्मक अभिव्यक्तियों का एक जीवंत दस्तावेज है। इस अंक में निहित लेख, कविताएँ, अनुभव और विचार निश्चित रूप से सभी पाठकों के लिए प्रेरणास्रोत सिद्ध होंगे।

मैं संपादकीय टीम को इस उत्कृष्ट प्रयास के लिए बधाई देता हूँ तथा अपेक्षा करता हूँ कि यह पत्रिका आगे भी संस्थान के भीतर सृजनात्मक ऊर्जा को सहेजने एवं प्रोत्साहित करने में अपनी अहम भूमिका निभाती रहेगी।

हार्दिक शुभकामनाओं सहित,

(डॉ. एन. श्रीकांत)

जवाहर लाल नेहरू भारतीय चिकित्सा एवं होम्योपैथी अनुसंधान भवन
61-65, सांस्थानिक क्षेत्र, सम्मुख 'डी' ब्लाक, जनकपुरी, नई दिल्ली-110058
Jawahar Lal Nehru Bhartiya Chikitsa Evam Homoeopathy Anusandhan Bhawan
61-65, Institutional Area, Opp. 'D' Block, Janakpuri, New Delhi-110058
Phones: 011-28522010 **Tele-Fax:** 011-28520748 **Fax:** 011-28525959
Website: www.ccras.nic.in **E-mail:** ccras_tec@nic.in

संदेश

मुझे यह जानकर अत्यंत प्रसन्नता हुई कि केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका ***"तरंगिणी"*** का तीसरा अंक प्रकाशित होने जा रहा है। यह पत्रिका संस्थान के अंदर कार्यरत अधिकारियों एवं कर्मचारियों की रचनात्मक अभिव्यक्ति, भावनाओं एवं विचारों का सशक्त माध्यम बन चुकी है।

एक अधिकारी के रूप में यह देखकर संतोष होता है कि संस्थान न केवल अनुसंधान और तकनीकी उत्कृष्टता की दिशा में कार्य कर रहा है, बल्कि राजभाषा हिंदी के प्रचार-प्रसार तथा उसके कार्यान्वियन को भी समान रूप से महत्त्व दे रहा है। "*तरंगिणी*" इसका उत्कृष्ट उदाहरण है, जो संगठनात्मक एकता, संवाद और रचनात्मक सहयोग को सशक्त बनाती है।

वर्तमान समय में जब संप्रेषण एवं संचार की गति अत्यंत तीव्र हो चुकी है, ऐसे में राजभाषा के माध्यम से वैज्ञानिक, साहित्यिक एवं मानवीय पक्षों को एक मंच पर लाने का प्रयास सराहनीय है। यह न केवल कर्मचारियों के आत्म-संतोष और अभिव्यक्ति को प्रोत्साहित करता है, बल्कि संस्थान की आंतरिक संस्कृति को भी समृद्ध करता है।

मैं "*तरंगिणी*" की संपादकीय समिति को इस सफल प्रयास हेतु हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ और आशा करता हूँ कि यह पत्रिका आने वाले अंकों में भी गुणवत्ता, नवाचार और प्रेरणा की धार को बनाए रखेगी।

सादर,

(दीपक कोछड़)
उप निदेशक (प्रशासन)
केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद
आयुष मंत्रालय, भारत सरकार

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

संरक्षक की लेखिनी से

मुझे यह बताते हुए अत्यंत गर्व और हर्ष हो रहा है कि केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता की हिंदी गृह पत्रिका "तरंगिणी" का तीसरा अंक प्रकाशित हो रहा है। यह पत्रिका हमारे संस्थान की रचनात्मक चेतना, वैज्ञानिक सोच और राजभाषा हिंदी के प्रति गहरी प्रतिबद्धता की सजीव अभिव्यक्ति है ।

वर्ष 2024 में "तरंगिणी" के पूर्व अंक को नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (नराकास), कोलकाता द्वारा प्रथम पुरस्कार से सम्मानित किया जाना न केवल हम सभी के लिए एक गर्व का विषय रहा, बल्कि यह हमारे निरंतर प्रयासों को एक उच्च मान्यता भी प्रदान करता है । मैं इस अवसर पर नराकास, कोलकाता के प्रति विशेष आभार प्रकट करता हूँ, जो राजभाषा हिंदी के उत्कृष्ट कार्यों को पहचान और प्रोत्साहन प्रदान करने हेतु एक प्रेरक मंच उपलब्ध कराता है ।

"तरंगिणी" का यह नया अंक संस्थान की गतिविधियों, अनुसंधान की दिशा, तथा कर्मचारियों की साहित्यिक एवं वैचारिक अभिव्यक्तियों को एक मंच पर लाकर हिंदी के प्रचार-प्रसार में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है । यह पत्रिका न केवल जानकारी का स्रोत है, बल्कि यह संस्थान के भीतर संवाद, समर्पण और सृजनशीलता को भी सुदृढ़ करती है ।

मैं इस अंक से जुड़ी संपादकीय टीम, सभी रचनाकारों तथा हिंदी अनुभाग के प्रभारी डॉ. ए. के. मंगल, सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान) और हिंदी सहायक तरुण कुमार द्विवेदी को इस सराहनीय प्रयास के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ देता हूँ । आशा है कि "तरंगिणी" आने वाले वर्षों में भी निरंतर अपनी गुणवत्ता और गरिमा को बनाए रखते हुए राजभाषा हिंदी तथा आयुर्वेद के वैज्ञानिक विमर्श को जन-सामान्य तक पहुँचाने का कार्य करती रहेगी ।

मैं विशेष रूप से प्रो. (वैद्य) रविनारायण आचार्य, महानिदेशक जी, डॉ. एन. श्रीकान्त, उप-महानिदेशक जी का भी अभारी हूँ कि उनका निरंतर सहयोग प्राप्त होता रहता है ।

डॉ. जी. बाबू, निदेशक

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

संदेश

हर्ष का विषय है कि केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका *"तरंगिणी"* का तीसरा अंक प्रकाशन की दिशा में अग्रसर है। यह न केवल संस्थान की रचनात्मक चेतना का परिचायक है, बल्कि यह हिंदी के प्रचार-प्रसार और प्रोत्साहन की दिशा में एक सशक्त प्रयास भी है।

राजभाषा हिंदी हमारे संवैधानिक कर्तव्यों का एक महत्वपूर्ण आधार है। वैज्ञानिक, प्रशासनिक और तकनीकी क्षेत्रों में हिंदी का प्रयोग उस दिशा में कदम है, जहाँ हम अपने कार्यों को अधिक जनोन्मुख, सरल और प्रभावशाली बना सकते हैं। *तरंगिणी* न केवल भाषा की सेवा कर रही है, बल्कि यह आयुर्वेद के वैज्ञानिक आयामों, शोध गतिविधियों और संस्थान की सांस्कृतिक धारा को भी एक मंच प्रदान कर रही है।

इस पत्रिका में सम्मिलित रचनाएँ – लेख, कविताएँ, विचार एवं अनुभव – संस्थान के अधिकारियों एवं कर्मचारियों की सृजनशीलता, भाषा के प्रति अनुराग और सामाजिक सरोकारों को प्रकट करते हैं। यह देखकर प्रसन्नता होती है कि संस्थान में हिंदी का प्रयोग केवल औपचारिकता नहीं, बल्कि सहज अभिव्यक्ति का माध्यम बन रहा है।

मैं संपादकीय टीम को इस सफल प्रयास के लिए बधाई देता हूँ और आशा करता हूँ कि *तरंगिणी* भविष्य में भी हिंदी को वैज्ञानिक और प्रशासनिक संप्रेषण की सशक्त भाषा बनाने की दिशा में अग्रणी भूमिका निभाती रहेगी।

सादर,

प्रताप माखीजा

(डॉ. प्रताप माखीजा)
सहायक निदेशक (आयुर्वेद) एवं प्रभारी हिंदी अधिकारी
केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद
आयुष मंत्रालय, भारत सरकार

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

संपादकीय-संदेश

हिंदी भाषा की सेवा और संवर्धन के लिए केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता द्वारा प्रकाशित हिंदी गृह पत्रिका "तरंगिणी" का तीसरा अंक प्रस्तुत करते हुए मुझे अत्यंत हर्ष हो रहा है । यह पत्रिका न केवल संस्थान के वैज्ञानिक और प्रशासनिक कार्यों को हिंदी माध्यम से जन-जन तक पहुँचाने का माध्यम है, बल्कि यह संस्थान के समस्त कर्मचारियों की रचनात्मक प्रतिभा और भावनाओं की अभिव्यक्ति का सशक्त मंच भी है ।

राजभाषा हिंदी का प्रभावी प्रयोग संस्थान के कार्यों में समरसता, पारदर्शिता एवं संवाद को बढ़ावा देता है। "तरंगिणी" के माध्यम से हिंदी का प्रचार-प्रसार न केवल हमारी सांस्कृतिक धरोहर को समृद्ध करता है, बल्कि वैज्ञानिक दृष्टिकोण को भी सरल एवं सुगम बनाता है ।

इस अंक में प्रस्तुत लेख, कविताएँ और अनुभव संस्थान के सभी सहयोगियों की प्रतिबद्धता और हिंदी भाषा के प्रति प्रेम को दर्शाते हैं। मैं संपादकीय टीम एवं सभी रचनाकारों को उनके उत्कृष्ट प्रयासों के लिए बधाई देता हूँ और आशा करता हूँ कि "तरंगिणी" हिंदी भाषा को समृद्ध करते हुए भविष्य में भी इसी प्रकार फलदायी एवं प्रेरणादायक बनी रहेगी ।

(डॉ. अनुपम कुमार मंगल)
सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान) व प्रभारी हिंदी अधिकारी
केंद्राय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

अनुक्रमणिका

अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) (अतिरिक्त-फार्माकोपियल औषधियाँ): उद्देश्य एवं उपयोगिता	8-9
अनुसंधान में राजभाषा हिंदी की व्यवहारिकता	10-11
उर्ध्वंग अम्लपित्त (एसिडिटी) का आयुर्वेदिक प्रबंधन: एक समीक्षा	12-14
ठहराव	15
एककाल भोजन का चिकित्सीय महत्व	16
न्यूरो-न्यूट्रिशन : एक स्वस्थ मस्तिष्क के लिए आहार	17-18
आयुर्वेद और विज्ञान का संबंध	19
बनावटी पुतले	20
पैथोलॉजी और बायोकैमेस्ट्री विभाग में हिंदी का उपयोग	21-22
तरंगिणी: ज्ञान की सरिता	23
हमारा संकल्प : हिंदी में हम काम करें	24
केंद्रीय कार्यालयों के नकदी / लेखा अनुभाग में राजभाषा हिंदी के अनुपालन में चुनौतियाँ	25-26
मेरी मातृभाषा	27
आयुष प्रणाली में सामान्य उपचारों के लिए उपयोग किए जाने वाले सामान्य औषधीय पौधें	28-30
किराये का मकान	31
ऑपरेशन सिंदूर : आतंकवाद पर करारा प्रहार	32
सच्ची दौलत	33
प्रेम और समर्पण	34
भारत का संविधान	35
प्रकृति और आयुर्वेद का संदेश	36
जीनोम एडिटिंग: ला इलाज से इलाज की ओर	37-38
प्राकृतिक खेती के माध्यम से मिर्च उत्पादन	39-41
टिप्पणियाँ / Notings	42
प्रशासनिक शब्दावली	43-44
संस्थान में राजभाषा हिंदी के अनुपालन से संबंधित गतिविधियाँ	45-49
संस्थान एक नजर में / At A Glance	50-52
संस्थान में आयोजित अन्य गतिविधियाँ	53-80

अनुकूटद्रव्य (AnukūtaDravya) (अतिरिक्त-फार्माकोपियल औषधियाँ): उद्देश्य एवं उपयोगिता

आयुर्वेद, प्राचीन भारतीय जीवन-विज्ञान प्रणाली, चरक संहिता, सुश्रुत संहिता और अष्टाङ्ग हृदय जैसे ग्रंथों के माध्यम से औषधीय ज्ञान का एक विशाल भंडार संरक्षित किए हुए है। इन शास्त्रीय संहिताओं तथा आधिकारिक फार्माकोपिया और फ़ॉर्म्यूलेरी में सैकड़ों औषधीय पौधों का वर्णन मिलता है। किंतु प्रकृति के साथ मानव का संबंध इससे कहीं अधिक व्यापक है। भारत सहित विभिन्न क्षेत्रों की अनेक जनजातियों और समुदायों द्वारा उपयोग की जाने वाली अनेक औषधीय वनस्पतियाँ शास्त्रीय आयुर्वेद में वर्णित नहीं हैं। ऐसे पौधों को अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya)-अतिरिक्त-फार्माकोपियल औषधियों की श्रेणी में रखा जाता है।

अवधारणा एवं महत्त्व

अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) वे औषधीय पादप या पदार्थ हैं जो मूल शास्त्रीय आयुर्वेदिक ग्रंथों या फार्माकोपिया में वर्णित नहीं थे, परंतु बाद में उपलब्धता, स्थानीय उपयोग, अनुभवजन्य प्रमाण या वैज्ञानिक अनुसंधान के आधार पर आयुर्वेदिक व्यवहार में सम्मिलित किए गए । आयुर्वेद एक सतत विकसित होने वाला विज्ञान है, और ऐसे द्रव्यों को स्वीकार करना इसे आधुनिक उपचार-आवश्यकताओं के साथ समन्वित करता है ।

अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) के प्रमुख उद्देश्य एवं उपयोगिता

1. **उपलब्धता और सततता (Sustainability)**

कई शास्त्रीय औषधियाँ अत्यधिक दोहन, पर्यावरणीय क्षरण और दुर्लभता जैसी समस्याओं का सामना कर रही हैं। ऐसे में अतिरिक्त-फार्माकोपियल पौधे प्रभावी विकल्प सिद्ध हो सकते हैं, जिससे दुर्लभ प्रजातियों पर दबाव कम होता है।

2. **एथ्नो-मेडिसिनल ज्ञान का संरक्षण**

वनवासी और ग्रामीण समुदाय स्थानीय वनस्पतियों का गहन पारंपरिक ज्ञान रखते हैं। इन पौधों का दस्तावेजीकरण इस पारंपरिक ज्ञान को आधुनिकता की प्रक्रिया में विलुप्त होने से बचाता है।

3. **नवीन औषध-विकास की संभावनाएँ**

अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) में विशिष्ट फाइटोकेमिकल गुण होते हैं । इनका वैज्ञानिक परीक्षण नए औषधीय यौगिकों की खोज में सहायक बन सकता है, जिससे आयुर्वेदिक औषध-निर्माण का दायरा विस्तृत होता है

4. **सुलभ एवं किफायती स्वास्थ्य-सेवा**

ग्रामीण क्षेत्रों में प्राथमिक उपचार के लिए स्थानीय वनस्पतियों पर विशेष निर्भरता होती है। इन पौधों को मान्यता देना स्थानीय स्वास्थ्य-परंपराओं को मज़बूत करता है और सस्ती, टिकाऊ स्वास्थ्य-सेवा को बढ़ावा देता है ।

5. **शास्त्रीय ढाँचे में समावेशन**

द्रव्यगुण विज्ञान के माध्यम से ऐसे पौधों के रस, गुण, वीर्य, विपाक और प्रभाव का विश्लेषण कर इन्हें आयुर्वेदिक उपचार-पद्धति में तार्किक रूप से शामिल किया जा सकता है।

प्रमुख अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) एवं उनकी उपयोगिता)

1. **ड्राइमेरिया कॉर्डाटा (Drymariacordata)**

यह एक रेंगने वाला पौधा है जो नम और गर्म क्षेत्रों में पाया जाता है। लोक-चिकित्सा में इसे श्वसन-सम्बंधी रोगों में उपयोग किया जाता है। इसमें कफ निकालने वाला, ज्वर-नाशक, पीड़ानाशक और सूजन-रोधी गुण पाए जाते हैं। यह खांसी, सर्दी, साइनसाइटिस, सिरदर्द तथा त्वचा-समस्या में लाभकारी माना जाता है।

2. **यूरेना लोबाटा (Urenalobata)**

यह उष्ण कटिबंधीय क्षेत्रों में पाई जाने वाली झाड़ी है। परंपरागत चिकित्सा में इसकी जड़ और पत्तियाँ शीतल, मूत्रल, घाव-भरने वाली तथा अतिसार में उपयोगी मानी जाती हैं। यह पौधा बेहद प्रचुर मात्रा में पाया जाता है, इसलिए यह एक टिकाऊ औषधीय संसाधन है।

3. **अस्टिल्बी रिव्युलारिस (Astilberivularis)**

यह औषधि अनेक आदिवासी समुदायों में व्यापक रूप से प्रयोग होती है। इसमें पीड़ानाशक, एडैप्टोजेनिक और सूजन-रोधी गुण पाए जाते हैं। विशेष रूप से इसे मांसपेशियों के दर्द, थकान और गठिया जैसे रोगों में उपयोगी माना जाता है।

निष्कर्ष

अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) आयुर्वेद की औषधीय परंपरा का एक महत्त्वपूर्ण तथा कम प्रलेखित क्षेत्र है। ये पौधे—यद्यपि शास्त्रीय फार्माकोपिया में नहीं मिलते । फिर भी पीढ़ियों से समुदायों को प्रभावी उपचार प्रदान करते आए हैं। वैज्ञानिक परीक्षण, उचित दस्तावेजीकरण और आयुर्वेदिक सिद्धांतों में व्यवस्थित समावेशन से आयुर्वेद की औषध-संपदा समृद्ध हो सकती है । Drymariacordata, Urenalobata और Astilberivularis जैसे पौधे आधुनिक स्वास्थ्य चुनौतियों के समाधान में सार्थक भूमिका निभा सकते हैं। अनुकूटद्रव्य (AnukūṭaDravya) को अपनाना आयुर्वेद की अनुकूलनशीलता, जैव-विविधता संरक्षण और प्रकृति-आधारित समग्र उपचार-परंपरा को दृढ़ बनाता है ।

डॉ. अनुपम के. मंगल,
सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान)
केंद्राय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

अनुसंधान में राजभाषा हिंदी की व्यवहारिकता

भूमिका: राजभाषा हिंदी भारतवर्ष की आत्मा है, जो न केवल सांस्कृतिक एकता का माध्यम है, बल्कि ज्ञान और विज्ञान के क्षेत्र में भी अपनी सशक्त उपस्थिति दर्ज करवा रही है । यद्यपि अंग्रेज़ी का प्रभुत्व उच्च शिक्षा एवं अनुसंधान के क्षेत्र में लंबे समय से बना हुआ है, परंतु अब समय आ गया है कि हिंदी को अनुसंधान के क्षेत्र में व्यवहारिक रूप से अपनाया जाए । भाषा केवल संप्रेषण का साधन नहीं होती, बल्कि यह विचारों के प्रसार और सृजन का आधार भी होती है । अनुसंधान का उद्देश्य जब ज्ञान का सृजन और उसका व्यापक प्रसार होता है, तब यह अनिवार्य हो जाता है कि वह भाषा में हो जो जनमानस तक पहुँच सके । इस दृष्टिकोण से, अनुसंधान में हिंदी की व्यवहारिकता समय की आवश्यकता है । अनुसंधान, किसी भी क्षेत्र में नूतन जानकारी प्राप्त करने की वैज्ञानिक प्रक्रिया है । यह एक क्रमबद्ध प्रक्रिया है जिसमें समस्या की पहचान, उद्देश्य की स्थापना, तथ्यों का संग्रहण, विश्लेषण और निष्कर्ष निकालना सम्मिलित होता है । यह प्रक्रिया जितनी तकनीकी है, उतनी ही भाषिक भी, क्योंकि शोधार्थी को अपने निष्कर्षों को अभिव्यक्त करना होता है । यदि यह अभिव्यक्ति जनभाषा में हो, तो उसके प्रभाव की सीमा और भी विस्तृत हो जाती है ।

हिंदी की वर्तमान स्थिति: वर्तमान में भारत के अधिकांश विश्वविद्यालयों, अनुसंधान संस्थानों और वैज्ञानिक प्रकाशनों में अंग्रेज़ी को प्राथमिक भाषा माना जाता है । परंतु अब कई केंद्रीय विश्वविद्यालय, आयुष मंत्रालय, भारतीय चिकित्सा परिषद, कृषि अनुसंधान परिषद, तकनीकी शिक्षा बोर्ड आदि संस्थान शोधकार्य में हिंदी को बढ़ावा देने लगे हैं । विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (UGC) ने भी हिंदी में शोध कार्यों को मान्यता देना प्रारंभ किया है । इसके अतिरिक्त, भारतीय भाषाओं में शोध पत्रिकाओं के प्रकाशन की दिशा में भी सराहनीय प्रयास किए जा रहे हैं । 'भारतीय राजभाषा वैज्ञानिक पत्रिका', 'वैज्ञानिक दृष्टिकोण', 'अनुसंधान संधि', 'हिंदी विज्ञान पत्रिका' जैसे कई स्तरीय जर्नल अब हिंदी में उच्चगुणवत्ता के शोध प्रकाशित कर रहे हैं ।

अनुसंधान में हिंदी की व्यवहारिक उपयोगिता

जनसामान्य तक ज्ञान का प्रसार: अनुसंधान का वास्तविक उद्देश्य तभी पूरा होता है जब उसका लाभ समाज को मिले । यदि अनुसंधान अंग्रेज़ी तक सीमित रह जाए, तो वह सीमित वर्ग तक ही सिमट जाता है । हिंदी में अनुसंधान होने से विषयवस्तु आम जनता के लिए अधिक सुलभ और बोधगम्य बनती है ।

स्थानीय समस्याओं पर केंद्रित अनुसंधान: जब शोधकर्ता अपनी भाषा में शोध करता है, तो वह स्थानीय समस्याओं को अधिक गहराई से समझ पाता है । हिंदी भाषी क्षेत्रों में, ग्रामीण विकास, परंपरागत चिकित्सा पद्धतियाँ, कृषि आधारित समाधान आदि पर हिंदी में शोध अधिक सार्थक होता है ।

सृजनात्मकता और स्पष्टता: भाषा का गहन ज्ञान विचारों की स्पष्टता में सहायक होता है । शोधकर्ता यदि अपनी भाषा में लिखता है, तो वह अधिक आत्मीयता और गहराई से विषय को प्रस्तुत कर सकता है । हिंदी में लिखे गए शोध प्रबंधों में भावनात्मक जुड़ाव और विषय के प्रति समर्पण अधिक देखा गया है ।

शोध में नए शब्दों और ज्ञान की वृद्धि: जब हिंदी में वैज्ञानिक लेखन होता है, तो उससे नई शब्दावली, परिभाषाएँ और भाषाई समृद्धि भी बढ़ती है । यह हिंदी को केवल साहित्यिक ही नहीं, वैज्ञानिक भाषा के रूप में भी स्थापित करने में सहायक है ।

व्यवहारिक चुनौतियाँ

तकनीकी शब्दावली की कमी: अनुसंधान के लिए तकनीकी और वैज्ञानिक शब्दों की स्पष्ट और सर्वमान्य हिंदी उपलब्ध नहीं है । हालांकि आयोगों द्वारा कोशों का निर्माण किया गया है, परंतु उनका उपयोग सीमित है ।

प्रशिक्षण और मार्ग दर्शन की कमी: अनेक शिक्षक और गाइड स्वयं ही हिंदी में अनुसंधान लेखन के लिए प्रशिक्षित नहीं हैं, जिससे छात्र हिंदी में शोध करने से कतराते हैं ।

प्रकाशन माध्यमों की सीमितता: उच्चस्तरीय हिंदी शोध पत्रिकाएं बहुत कम हैं, जिससे हिंदी में लिखे गए शोधकार्यों को अंतरराष्ट्रीय मान्यता प्राप्त करने में कठिनाई होती है ।

अंग्रेज़ी की सामाजिक मान्यता: भारतीय शिक्षा व्यवस्था में अंग्रेज़ी को अभी भी 'विद्वता की भाषा' माना जाता है, जिससे छात्र स्वयं भी हिंदी को कमतर आंकते हैं ।

समाधान और सुधार के सुझाव

तकनीकी शब्द कोशों और अनुवाद टूल्स का विकास: वैज्ञानिक शब्दावली को सरल एवं सर्वमान्य बनाने के लिए निरंतर शब्दावली समितियों को सक्रिय रहना चाहिए । इसके अलावा AI आधारित द्विभाषिक टूल्स का निर्माण हिंदी अनुसंधान को गति दे सकता है ।

शोध लेखन कार्यशालाएं हिंदी में: विश्वविद्यालयों को हिंदी शोध लेखन की कार्यशालाओं का आयोजन करना चाहिए जिससे छात्र और शोध निर्देशक दोनों हिंदी में लेखन को व्यवहारिक रूप से सीख सकें ।

राजभाषा विभाग द्वारा प्रोत्साहन: भारत सरकार के राजभाषा विभाग को चाहिए कि वह हिंदी में उच्चस्तरीय शोध प्रकाशनों को अनुदान, पुरस्कार और वैश्विक मंच प्रदान करे ।

हिंदी में गुणवत्ता युक्त जर्नल्स की स्थापना: राष्ट्रीय स्तर पर हिंदी में शोधपत्रिकाओं को तकनीकी दृष्टिकोण से समृद्ध किया जाए और उनमें UGC-CARE, Scopus आदि की मान्यता प्राप्त की जाए ।

निष्कर्ष: अनुसंधान की सफलता केवल तथ्य खोजने में नहीं, बल्कि उन्हें समाज तक पहुँचाने में है । हिंदी जैसी जनभाषा में यदि अनुसंधान होता है, तो उसकी पहुँच अधिक व्यापक, सशक्त और दीर्घकालिक होती है । यद्यपि चुनौतियाँ अनेक हैं, परंतु यदि नीति-निर्माता, शोधकर्ता, शैक्षणिक संस्थान और समाज मिलकर प्रयास करें तो अनुसंधान में हिंदी का भविष्य उज्ज्वल हो सकता है । राजभाषा हिंदी में अनुसंधान न केवल भाषा का सम्मान है, बल्कि यह भारत की आत्मा को वैज्ञानिक अभिव्यक्ति देने का प्रयास भी है । अब समय आ गया है कि हम कहें – "विज्ञान भी हिंदी में संभव है, और समृद्ध भी।"

डॉ. अमित कुमार दीक्षित
सहायक निदेशक (जैवरसायन)
सी सी आर ए एस- केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

उर्ध्वग अम्लपित्त (एसिडिटी) का आयुर्वेदिक प्रबंधनः एक समीक्षा

भूमिका

अम्लपित्त वर्तमान समय में पाई जाने वाली सबसे आम बीमारी है । पाषाण युग से लेकर, सदियों से लोगों के आहार-विहार में अनगिनत बदलाव आए हैं । हालाँकि ये बदलाव आम तौर पर जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने के उद्देश्य से किए गए हैं, फिर भी यह स्पष्ट है कि कई बीमारियाँ अस्वास्थ्यकर आहार संबंधी आदतों और जीवनशैली के विकल्पों से उत्पन्न होती हैं । आजकल प्रकृति के प्रति अज्ञानता के कारण लोग अनुचित आहार और जीवनशैली अपना रहे हैं, जिससे पाचन तंत्र में गड़बड़ी हो रही है । इसके कारण पित्त असंतुलित हो जाता है और आम तौर पर अम्लपित्त होता है । यदि यह पित्त ऊपर की ओर बढ़ता है, तो इसे उर्ध्वगा अम्लपित्त कहते हैं ।

आयुर्वेद में, अग्निमांद्य (अपच) को सभी रोगों का मूल कारण माना जाता है । अग्निमांद्य का मुख्य कारण गलत आहार संबंधी आदतें हैं, जैसे कि अध्यशन (भोजन के तुरंत बाद भोजन करना), विषमाशन (अनियमित समय और मात्रा में आहार लेना), और गलत व्यवहार जैसे कि वेगधारण (आवेगों का दमन) हैं । वर्तमान जीवनशैली और प्रकृति के प्रति अज्ञानता के कारण, पाचन संबंधी विकार सभी आयु वर्गों में बहुत आम हैं और इन्हें बहुत अधिक अनदेखा भी किया जाता है । खराब और अपर्याप्त आहार संबंधी आदतों के परिणामस्वरूप अन्नवाह स्रोतों में असंतुलन और शिथिलता आ जाती है, जिससे विभिन्न विकार उत्पन्न होते हैं, जिनमें से एक अम्लपित्त है ।

एंटासिड और एसिड-दबाने वाली दवाओं के लंबे समय तक इस्तेमाल से अतिसंवेदनशीलता, क्षारीयता, पथरी, कब्ज आदि जैसे दुष्प्रभाव हो सकते हैं । आयुर्वेद में पित्त दो प्रकार का होता है: अधोग और उर्ध्वग अम्लपित्त । अगर यह पित्त ऊपर की ओर बढ़ता है, जैसे उल्टी, जलन, सिरदर्द, भूख न लगना, तो इसे उर्ध्वग अम्लपित्त कहते हैं । उर्ध्वग अम्लपित्त में अरुचि, गुरुकोष्ठत्व (पेट में भारीपन), गौरव (सुस्ती), विबंध (कब्ज), शिरोरुजा (सिरदर्द), उत्क्लेश (मतली), एसिड डकार जैसे विभिन्न लक्षण शामिल हैं ।

उर्ध्वगा अम्लपित्त मुख्य रूप से ऐसे आहार के सेवन के कारण होता है जो व्यक्ति की प्रकृति के अनुकूल नहीं होता है, अर्थात् दोषपूर्ण आहार जैसे आंवला (खट्टा), कटु (तीखा), लवण (नमकीन), गुरु (भारी भोजन), स्निग्धा (तेलयुक्त/अत्यधिक तरल), अभिष्यंदी (पचाने में कठिन भोजन) आहार । इसके अलावा, धूम्रपान, शराब, तंबाकू चबाना, अत्यधिक तनाव, मसालों का सेवन जैसी लतें भी उर्ध्वग अम्लपित्त का कारण बनती हैं । एनएसएआईडी, कॉर्टिकोस्टेरॉइड जैसी दवाएं भी अपच का कारण बनती हैं । आयुर्वेद चिकित्सक प्राचीन आयुर्वेद ग्रंथों (कारण, रोगजनन, उपचार योजना और निवारक उपाय) में दिए गए ज्ञान की मदद से लंबे समय से अपच का इलाज कर रहे हैं ।

अम्लपित्त के लक्षण:

दोष दुष्टि की अवधारणा के अनुसार, जैसा कि कश्यप संहिता और माधव निदान में उल्लेख किया गया है, अम्लपित्त (अति

अम्लता) के विभिन्न लक्षण और अभिव्यक्तियाँ हैं जो विभिन्न दोषों की भागीदारी पर आधारित हैं:

कश्यप संहिता:

क) वातज अम्लपित्त: लक्षणों में अंगासाद (शरीर में दर्द), जृंभ (जम्हाई), तैलीय खाद्य पदार्थों के प्रति संवेदनशीलता, और तैलीय या चिकनाई वाले पदार्थों से राहत शामिल हैं ।

ख) पित्तज अम्लपित्त: लक्षणों में भ्रम (चक्कर आना), विदाह, ठंड का एहसास, ठंडे पदार्थों से राहत, और स्वाद में बदलाव शामिल हैं ।

ग) कफज अम्लपित्त: लक्षणों में भारीपन,मतली, सूखापन, सूखे पदार्थों से राहत, और गर्मी के प्रति संवेदनशीलता शामिल हैं।

माधव निदान:

क) वाताधिक्य अम्लपित्त: लक्षणों में कंपन, प्रलाप, बेहोशी, बेचैनी, शरीर में अकड़न, शरीरदर्द, चक्कर आना, भ्रम, प्रसन्नता शामिल हैं ।

ख) कफाधिक्य अम्लपित्त: कफ का बढ़ना, भूख न लगना, भारीपन, सुस्ती, स्वादहीनता, ठंडक, उल्टी, कमजोर पाचन आदि।

अम्लपित्त का उपचार:

आयुर्वेद में, अम्लपित्त (अति अम्लता) के उपचारको दो दृष्टिकोणों से देखा जा सकता है: सामान्य प्रबंधन के सिद्धांत और विशिष्ट लक्षणों पर आधारित प्रबंधन ।

लगभग सभी रोगों का उपचार तीन तरीकों से किया जा सकता है:

1. **अपकर्षण (शोधन):** इसमें विषहरण चिकित्सा [वमन (चिकित्सीय उल्टी) (चिकित्सीय विरेचन)] के माध्यम से कारक दोषों को दूर करते है ।

2. **प्रकृति विघात (शमन):** इसमें दोषों को शांत करने के लिए कारण कारकों के विपरीत गुणों वाली औषधियों का उपयोग शामिल है । अम्लपित्त के उपचार के लिए आयुर्वेदिक ग्रंथों में पित्त शामक गुणों वाली विभिन्न औषधियों का उल्लेख किया गया है ।

उदाहरण:

पटोलादी क्वाथ, गुडूच्यादि क्वाथ, फ़लत्रिकादि क्वाथ, दशाङ्गं क्वाथ, कटुकी चूर्ण, कूष्माण्ड अवलेह, नारिकेल खंड, तिक्तक घृत, शतावरी घृत, अभ्रक भस्म, लोहा भस्म, पुनर्नवासव, सूतशेखररस, महाशंखवटी, गोदन्ती भस्म, कपर्द्दिका भस्म, परूषकादि लेह्य, हिंग्वचादि चूर्ण । इसके अतिरिक्त, तिक्त (कड़वा) स्वाद, शीतवीर्य, मधुर रस और स्निग्ध गुणवाले विशिष्ट आहार संबंधी दिशानिर्देश (आहार) की भी सिफारिश की जाती है ।

3. **निदान परिवर्जन:** इसमें रोग के विकास के लिए जिम्मेदार कारकों से बचना शामिल है । सुश्रुत ने सबसे पहले रोग उत्पन्न करने वाले दोषों को शांत करने में निदान परिवर्जन की भूमिका का वर्णन किया था । इसलिए, अनुचित आहार संबंधी आदतों और जीवनशैली जैसे कारक कारकों से बचना महत्वपूर्ण है । अम्लपित्त के मामले में उष्ण (गर्म), तीक्ष्ण, विदाहि, विष्टम्भी और पित्तवर्धक खाद्य पदार्थों और गतिविधियों से हमेशा बचना चाहिए ।

संक्षेप में, अम्लपित्त के आयुर्वेदिक उपचार में कारण कारी दोषों को दूर करने के लिए विषहरण चिकित्सा, दोषों को शांत करने के लिए औषधियों का उपयोग, और रोग के विकास में योगदान देने वाले कारकों से बचना शामिल है । इन सिद्धांतों का पालन करने के साथ-साथ विशिष्ट आहार संबंधी दिशानिर्देशों का पालन करने से अम्लपित्त के प्रबंधन में मदद मिल सकती है ।

पथ्य आहार विहार (लाभकारी आहार,जीवन शैली):

हरा चना, गोघृत, गोदुग्ध, मुर्गी का मांस, बंगाल चना, हरड़, पिप्पली (लंबी मिर्च), शीतल जलपान अच्छे हैं ।

अपथ्य आहार विहार (दोषकारी आहार, जीवन शैली):

अम्लपित्त में तिल, उड़द, कुल्थी, लवण, खट्टा, कटु रस द्रव्य, भेड़ दुग्ध, दही, ऐसे खाद्य पदार्थ जिन्हें पचाना मुश्किल होता है, दधि, मद्य, प्राकृतिक इच्छाओं का दमन, आतप सेवन (गर्मी के संपर्क में आना), दिवास्वप्न (दिन में सोना) अनुशंसित नहीं हैं ।

उपसंहार

अम्लपित्त एक अत्यंत कष्टकारी रोग है जो गलत जीवनशैली, आहार संबंधी अनियमितताओं और मानसिक तनाव के कारण होता है । अम्लपित्त का उचित उपचार न करने से शरीर में कई जटिलताएँ हो सकती हैं, जैसे ज्वर (बुखार), अतिसार (दस्त), पांडु (रक्तहीनता), शोथ (सूजन), अरुचि (भूख न लगना), और भ्रम (चक्कर आना) । अम्लपित्त के उपचार के मूल सिद्धांतों में निदान परिवर्जन (कारण कारकों से बचना), संशोधन (शुद्धिकरण चिकित्सा), और संशमन (शांति चिकित्सा) शामिल हैं । इसके अतिरिक्त, उचित आहार और जीवनशैली (पथ्य आहार और विहार) का पालन भी अम्लपित्त के प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है । "उचित आहार और जीवनशैली, व्यायाम, लोभ पर नियंत्रण, आत्म-संयम और सत्यनिष्ठा से, रोग कम हो जाता है ।"

डॉ. सिनिमोल. टी. पी
अनुसंधान अधिकारी (आयुर्वेद)
सी सी आर ए एस- केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

ठहराव

इतनी सी आसान न थी जिन्दगी
बस आसान बना लिया ।
थोड़ी सी माफी मांग ली खुद से
और खुद को माफ कर लिया ॥

सागर में लहरें न थी
तो हम खामोशी समझ लिये ।
हवा में रुख न था
तो हम सन्नाटा समझ लिये
और कैसा इशारा होता कुदरत का
यही तो शकून था जिन्दगी के लिये ॥

ठहरे हुए पानी में कंकड़ मार कर
ठहराव ढुन्ढते रहे
मकड़ी के जाले में धागे पिरोकर
सुलझे हयात को उलझाते गये ॥

डॉ. रंजिता एक्का
अनुसंधान अधिकारी (आयु.)
सीसीआरएएस-केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान,
कोलकाता

गुनाहगार तो हम खुद के हैं
सोच के बारिशों में भिगे हुए ।
कुदरत का अनमोल आशियाना है जिन्दगी
पर मोह के जिद से हम बिखरे हुये ॥

तेरी गुनहगार तो हम है ए जिन्दगी
हो सके तो हमें माफ कर दे ।
वक्त चाहे कितनी भी करवट लेती रहे
बस सकून की लकीरों से
ठहराव की दीवार बना दे ॥

बस थोड़ी सी माफी मांग ली खुद से
और खुद को माफ कर दिये ।
इतनी आसान न थी जिन्दगी
बस आसान कर दिये ॥

डॉ. अमीन हेतलबेन डी.
अनुसंधान अधिकारी (आयु),
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

एककाल भोजन का चिकित्सीय महत्व

एककाल भोजन लंघन चिकित्सा का एक अंग है । इसकी क्रियाविधि को लंघन की क्रिया विधि से समझा जा सकता है। यह एक ऐसी पद्धति है जो रोग ग्रस्त अवस्था में भी न केवल बिना किसी औषधि के हस्तक्षेप के विकृत दोषों को कम करके, बल्कि उपचार के दौरान दी जाने वाली औषधियों की प्रतिक्रिया को बढ़ाकर भी लाभकारी पाई गई है । ज्वर के कारण होने वाले पैथोफिजियोलॉजिकल परिवर्तनों के आधार पर भी चिकित्सा के महत्व का पता लगाया जा सकता है । ऐसा कहा जाता है कि आमाशय में स्थित दोष, जब आम दोष के साथ होता है, जठराग्नि में बाधा डालता है, स्त्रोतों को अवरुद्ध करता है और इस प्रकार ज्वर की स्थिति उत्पन्न करता है । ज्वर के एटियोपैथोजेनेसिस को देखते हुए, व्यक्ति के बल के अनुसार ज्वर के पूर्वकाल से लंघन की शुरुआत करना आवश्यक हो जाता है क्योंकि यह स्वास्थ्य का आधार बनता है । महर्षि सुश्रुत के अनुसार, यह एक ऐसी प्रक्रिया है जो विकृत दोष को आत्मसात करने में मदद करती है, पाचन और चयापचय को सक्रिय करती है, ज्वर (बुखार) को कम करती है, अग्नि को उत्तेजित करती है, और इस प्रकार भोजन के प्रति तीव्र इच्छा और रुचि पैदा करती है और ऐसे रोगी के मामले में शरीर में हल्कापन पैदा करती है । जिसका दोष विकृत हो गया हो और जिसकी अग्नि मंद हो गई हो आयुर्वेद में ऐसे रोगों के लिए एककाल भोजन पर जोर दिया जाता है, क्योंकि इसमें शरीर में जमा होने वाले रोगात्मक पदार्थों की एक बड़ी मात्रा को ऊतकों से निचोड़कर पाचन तंत्र में फेंक दिया जाता है, जिससे पाचन की सामान्य प्रक्रिया बाधित होती है। बुखार के उपचार सिद्धांत के अनुसार, यह कहा जा सकता है कि एककाल भोजन तब तक जारी रखना चाहिए जब तक कि दोष की न्यूनतम मात्रा विकृत न हो जाए या दोष शरीर में बरकरार रहे या जब तक दोष पूरी तरह से कम न हो जाए ।

डॉ. ज्योति दहिया
सहायक अनुसंधान अधिकारी
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

न्यूरो-न्यूट्रिशन: एक स्वस्थ मस्तिष्क के लिए आहार

एक स्वस्थ आहार खाना सर्वोत्तम स्वास्थ्य प्राप्त करने और बनाए रखने के लिए महत्वपूर्ण है । इस कारण भोजन को अक्सर औषधि के रूप में माना जाता है । सामान्यतः, जो खाद्य पदार्थ गाढ़े, चिकने और मीठे होते हैं, वे तंत्रिका स्वास्थ्य और मस्तिष्क के लिए अच्छे होते हैं । सलाह दिए गए खाद्य पदार्थों का वर्णन निम्नलिखित खंडों में किया गया है:

1. **अनाज और फलियाँ :** आयुर्वेद में गोधूम (गेहूँ) और यादव (जौ) को बृंहन (पुनर्स्थापन), जीवन (जीवनी शक्ति देने वाला), और स्थिर्यकरण (स्थिरता प्रदान करने वाला) गुणों वाला बताया गया है, जो तंत्रिका तंत्र की संपूर्ण पोषण और स्थिरता में सहायता करता है । फलियों में, माष (काले चने) और कपिकच्छु (मुकुना प्रुरियंस, वेल्वेटबीन्स) को वात दोष को संतुलित करने के लिए फायदेमंद माना जाता है, जो तंत्रिका संबंधी कार्यों से निकटता से संबंधित है । इनके चिकनाई वाले (तेलदार) और मजबूती देनेवाले स्वभाव से ऊतकों को पोषण मिलता है और तंत्रिका असंतुलनों को शांति मिलती है।

2. **फलों, नटों और मसालों:** खर्जूरा (खजूर) और फल्गु (साधारण अंजीर) स्वाभाविक रूप से मीठे और पुनर्स्थापक होते हैं, जो त्वरित ऊर्जा, आवश्यक खनिज और एंटी ऑक्सीडेंट प्रदान करते हैं जो जीवंतता और मस्तिष्क के कार्य को समर्थन करते हैं । नारिकेला (नारियल) को पुनर्स्थापक, तैलीय, ठंडा, मजबूत करने वाला और मीठा बताया गया है । इसके मध्य- श्रृंखला फैटी एसिड न्यूरॉन्स के लिए एक वैकल्पिक ऊर्जा स्रोत के रूप में कार्य करते हैं और संज्ञानात्मक लचीलापन का समर्थन करते हैं । वतमा (बादाम), अक्षम (अखरोट) और मुकुलका (पिस्ता) को उनके बृंहण (पुनर्स्थापक) गुणों के लिए मूल्यवान माना जाता है । आधुनिक पोषण उनके स्वस्थ वसा, विटामिन ई, और पॉलीफेनोल्स में समृद्धि की पुष्टि करता है, जो सभी न्यूरो प्रोटेक्शन और स्मृति संवर्धन में भूमिका निभाते हैं । अर्द्रक (ताज़ी अदरक) आयुर्वेद में एक पाचन उत्तेजक के रूप में कार्य करता है । यह एंटीऑक्सीडेंट और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गतिविधि भी प्रदर्शित करता है, जिसमें सबूत हैं जो न्यूरो प्रोटेक्टिव प्रभाव और बेहतर परिसंचरण का सुझाव देते हैं, जो मस्तिष्क के स्वास्थ्य के लिए लाभकारी हो सकता है ।

3. **दूध:** क्षीर, या गाय का दूध, सभी जीवों के लिए स्वस्थ माना जाता है । यह ठंडा, मीठा, तैलीय, और तंत्रिका टॉनिक (मेध्या) है । यह प्यास बुझाता है, उचित पाचन में सहायता करता है, शांतिदायक है, और शुद्ध करने वाला है । गाय के दूध की दस विशेषताएँ इस प्रकार हैं: श्रीक्ष्ण (मुलायम), पीचिला (चिपचिपा), गुरु (भारी), शीत (ठंडा), मृदु (नर्म), स्निग्ध (तैलीय), बाहला (घने), मधुरा (मीठा), और प्रसन्न (शुद्ध) । ओजस, जिसे आयुर्वेद में शरीर की शक्ति और इम्युनिटी को बनाए रखनेवाले महत्वपूर्ण घटक के रूप में कहा जाता है, इन सभी गुणों को रखता है । इसलिए, गाय का दूध सर्वोत्तम जीवनदायिनी और पुनरुत्थानक माना जाता है और ओजस को बढ़ाता है ।

4. **घी:** गाय का घी (संस्कृत में घृत), या स्पष्ट मक्खन, ओजस, अग्नि (पाचन अग्नि), स्मृति, और बुद्धि को बढ़ाता है । यह स्वादिष्ट और ताजगी भरा होता है । वृद्ध घी तंत्रिका विकारों और बेहोशी के उपचार में लाभकारी और आवश्यक

होता है । घी संवेदनात्मक अंगों के स्वस्थ संचालन के लिए फायदेमंद होता है । यह वाय स्थापना (पुनरुत्थान) भी है और आयु (दीर्घ जीविता) और बल (शक्ति) को बढ़ाता है । इसके अलावा, यह घी की वसा- प्रवृत्त स्वभाव के कारण जड़ी-बूटियों को गहरे ऊतकों में ले जाने के लिए एक उत्कृष्ट अनुपान (चिकित्सीय वाहन) है ।

5. **तेल:** तिल का तेल मीठा, आक्रामक और आसानी से अवशोषित होता है । इसमें कई एंटीऑक्सीडेंट होते हैं । यह वात को कम करने और पित्त को बढ़ाने के लिए महान है । तिल के तेल से त्वचा, मस्तिष्क और पेट की अग्नि को मजबूत और सुधारने में मदद मिलती है ।

एक आयुर्वेदिक न्यूरो प्रोटेक्टिव डाइट वात-शामक और ओजस-निर्माण खाद्य पदार्थों पर जोर देती है जैसे कि अनाज, नट्स, दूध, घी, कपिकच्छु, हल्दी और फलियाँ । ये आधुनिक खोजों के अनुरूप हैं जो ओमेगा-3 फैटी एसिड, एंटीऑक्सीडेंट, पॉलीफेनोल्स और एडाप्टोजन्स के बारे में हैं, जो स्मृति, संज्ञान और दीर्घकालिक मस्तिष्क स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में सहायक हैं ।

दिलीप सिंह पूर्बिया
स्टाफ नर्स
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

आयुर्वेद और विज्ञान का संबंध

आयुर्वेद भारत की प्राचीन चिकित्सा पद्धतिहै, जिसका शाब्दिक अर्थ है "जीवन का ज्ञान।" यह केवल रोगों के उपचार की पद्धति नहीं, बल्कि संपूर्ण जीवन शैली का विज्ञान है । दूसरी ओर आधुनिक विज्ञान प्रयोग, अवलोकन और विश्लेषण पर आधारित है । पहली नज़र में आयुर्वेद और आधुनिक विज्ञान अलग प्रतीत होते हैं, लेकिन गहराई से देखने पर दोनों के बीच गहरा संबंध दिखाई देता है।

आयुर्वेद का मूल सिद्धांत पंच महाभूत—आकाश, वायु, अग्नि, जल और पृथ्वी—पर आधारित है । इन तत्वों के संतुलन से शरीर स्वस्थ रहता है । आधुनिक विज्ञान भी यह स्वीकार करता है कि शरीर विभिन्न रासायनिक तत्त्वों और ऊर्जा संतुलन पर निर्भर करता है । उदाहरण के लिए, आयुर्वेद में "दोष" (वात, पित्त, कफ) का उल्लेख है, जो शरीर की जैविक क्रियाओं को नियंत्रित करते हैं । विज्ञान की दृष्टि से इन्हें शारीरिक तंत्र जैसे तंत्रिका तंत्र, पाचन तंत्र और हार्मोनल संतुलन से जोड़ा जा सकता है।

जड़ी बूटियों और औषधियों के संदर्भ में आयुर्वेद का योगदान अमूल्य है । हजारों वर्ष पहले जिन पौधों और खनिजों का उल्लेख चरक संहिता या सुश्रुत संहिता में मिलता है, आज उन्हीं का रासायनिक विश्लेषण करके आधुनिक दवाइयाँ बनाई जा रही हैं । हल्दी का करक्यूमिन, नीम के एंटीबैक्टीरियल गुण, अश्वगंधा का तनाव- निवारक प्रभाव—ये सभी आधुनिक वैज्ञानिक शोध से प्रमाणित हो चुके हैं । यह दर्शाता है कि आयुर्वेद के सिद्धांत अनुभव पर आधारित होने के बावजूद वैज्ञानिक परीक्षणों में भी खरे उतरते हैं ।

आधुनिक चिकित्सा प्रणाली रोग के लक्षणों को दबाने पर अधिक केंद्रित है, जबकि आयुर्वेद रोग की जड़ तक पहुँचकर शरीर, मन और आत्मा के संतुलन पर जोर देता है । आजकल "प्रिवेंटिव हेल्थ केयर" यानी रोग होने से पहले ही स्वास्थ्य बनाए रखने की अवधारणा को विज्ञान ने अपनाया है, जो कि आयुर्वेद का मूल सिद्धांत रहा है । संतुलित आहार, दिनचर्या (दिनचर्या और ऋतुचर्या), योग और ध्यान को आधुनिक शोध भी स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी मानता है।

वैज्ञानिक दृष्टि से देखा जाए तो आयुर्वेद में प्रयुक्त विधियाँ, जैसे पंचकर्म, शरीर से विषाक्त तत्वों को बाहर निकालने में मदद करती हैं । डिटॉक्सिफिकेशन की यह पद्धति अब विश्वभर में लोक प्रिय हो रही है । आधुनिक शोध से यह भी साबित हुआ है कि पंचकर्म शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है और कई क्रॉनिक रोगों में लाभदायक है ।

हालाँकि, आयुर्वेद और विज्ञान का यह रिश्ता चुनौतियों से रहित नहीं है । आयुर्वेद के कई उपचार और सिद्धांत अनुभव जन्य हैं, जिन्हें आधुनिक वैज्ञानिक मानकों पर परखने की आवश्यकता है । दूसरी ओर, विज्ञान भी धीरे धीरे यह स्वीकार कर रहा है कि हर चीज़ को केवल प्रयोगशाला में मापना संभव नहीं । मानव शरीर और मन का संतुलन बहु आयामी है, और इसमें आयुर्वेद की समग्र दृष्टि सहायक सिद्ध होती है ।

अंततः कहा जा सकता है कि आयुर्वेद और विज्ञान विरोधी नहीं, बल्कि पूरक हैं । विज्ञान आयुर्वेद को आधुनिक संदर्भ में प्रमाणित कर सकता है, जबकि आयुर्वेद विज्ञान को समग्रता का दृष्टि कोण प्रदान करता है । दोनों का समन्वय ही भविष्य की चिकित्सा पद्धति को अधिक प्रभावी, सुरक्षित और टिकाऊ बना सकता है । इस प्रकार आयुर्वेद और विज्ञान का मेल मानवता के लिए एक नई स्वास्थ्य क्रांति का आधार बन सकता है

श्री नवीन सिंह ढिंडोरिया
स्टाफ नर्स
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

बनावटी पुतले

संसार, अभिनय का एक रंगमंच
सैकड़ो कलाकारों की भीड़,
शहर की जादुई टमटमाती लाईटों में हिलती - डुलती लाशों के बीच
एक अजीब सी उदासी, तनाव की भावनाओं को उभारती है ।
तबाह और व्यस्त जिंदगी के बीच जब हर पल रिश्तों से समझौता होता है,
जिंदगी से समझौता होता है तो ऐसा लगता है जैसे इन दिनों जिंदा रहना ही बड़ी बात है ।
फिर चाहे वो दिल खोलकर मुस्कुराना हो या पागलपन, हर पल समझौते किये जाते हैं,
बस ज़िंदा रहने की जद्दोजहद में ।
इस आनंद नगरी की सभी रोशनियां बूझ जाती ।
सभी पंछी घर लौट जाते है ।
शरीर का कम्पन परिचितों के घरों की ओर लौट जाता है ।
फिर भी जीवन की चमक में इस चकाचौंध भरी दुनिया में ।
आप और मैं अभी भी बनावटी पुतले ही हैं ।

श्री रंजित कुमार दे
अनुसंधान सहायक (रसायन)
सी सी आर ए एस- केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री विभाग में हिंदी का उपयोग

भारत जैसे बहुभाषी देश में जहाँ हिंदी बोलने और समझने वालों की संख्या करोड़ों में है, वहां चिकित्सा जैसे जटिल और तकनीकी क्षेत्र में हिंदी का प्रयोग अत्यंत उपयोगी और आवश्यक बन जाता है। पैथोलॉजी (रोगविज्ञान) और बायो कैमिस्ट्री (जैवरसायन) जैसे विषयों में हिंदी भाषा का समुचित प्रयोग न केवल छात्रों और तकनीशियनों की समझ को बेहतर बनाता है, बल्कि रोगियों से संवाद को भी अधिक प्रभावशाली और सुलभ बनाता है ।

शिक्षा और प्रशिक्षण में हिंदी की भूमिका: पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री जैसे विषयों की पढ़ाई आमतौर पर अंग्रेज़ी माध्यम में होती है, जिससे कई छात्रों को विषय की मूल अवधारणाओं को समझने में कठिनाई होती है । यदि इन विषयों की पढ़ाई में हिंदी भाषा का प्रयोग किया जाए, तो छात्रों को अवधारणाओं को आत्मसात करने में अधिक सुविधा होगी । हिंदी में पाठ्य पुस्तकों की उपलब्धता, प्रयोगशाला मैनुअल्स का हिंदी अनुवाद और व्याख्यान के दौरान द्विभाषिक शिक्षण प्रणाली से यह संभव हो सकता है ।

रोगी से संवाद में सरलता: पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री विभागों का कार्य रोगी से जुड़े विभिन्न जैविक परीक्षणों को करना और उनके आधार पर चिकित्सकीय निर्णयों को समर्थन देना होता है। जब इन परीक्षणों के परिणामों को हिंदी में भी स्पष्ट किया जाए, तो रोगी को अपने स्वास्थ्य की स्थिति को समझने में आसानी होती है । इससे चिकित्सा की प्रक्रिया अधिक मानवीय बनती है और रोगी-चिकित्सक संबंध सुदृढ़ होते हैं ।

रिपोर्टिंग और दस्तावेजीकरण में हिंदी का उपयोग: हालांकि तकनीकी रिपोर्टें आमतौर पर अंग्रेज़ी में होती हैं, फिर भी उन रिपोर्टों के सरल हिंदी संस्करण भी दिए जा सकते हैं, विशेषकर जनरल हेल्थ चेकअप रिपोर्टों में । इससे रोगी या उनके परिजन बिना किसी भ्रम के जानकारी समझ सकते हैं । इसके अतिरिक्त, प्रयोगशाला के सुरक्षा निर्देश, SOPs (मानक संचालन प्रक्रियाएं), उपकरण उपयोग निर्देश, आदि भी हिंदी में उपलब्ध कराए जाएं तो स्थानीय तकनीशियन और सहायक कर्मचारियों के लिए यह अत्यंत सहायक होगा ।

शोध और अनुसंधान में हिंदी की संभावनाएँ: भारत सरकार द्वारा चलाए जा रहे कई आयुर्वेदिक, यूनानी और अन्य पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों पर आधारित शोधकार्यों में हिंदी का विशेष स्थान है । यदि पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री विभागों में भी हिंदी में शोधकार्य, लेख तथा प्रबंधन रिपोर्टें तैयार की जाएं, तो न केवल यह क्षेत्रीय भाषा को प्रोत्साहन देगा, बल्कि नए शोधार्थियों को भी प्रेरणा मिलेगी ।

राजभाषा नीति के अनुसार हिंदी का प्रोत्साहन: भारत सरकार की राजभाषा नीति के अंतर्गत केंद्र सरकार के कार्यालयों

और अनुसंधान संस्थानों में हिंदी में कार्य करना अनिवार्य या प्रोत्साहित किया गया है । ऐसे में पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री विभागों को भी चाहिए कि वे राजभाषा में अधिक से अधिक कार्य करें — जैसे फाइलों का हिंदी में संचालन, हिंदी पत्राचार, वार्षिक रिपोर्ट का हिंदी अनुवाद आदि ।

तकनीकी शब्दों का हिंदी अनुवाद: तकनीकी विषयों में भाषा की एक बड़ी चुनौती होती है — शब्दों का सही और मानक हिंदी अनुवाद । इसके लिए AIIMS, ICMR, CCRAS, तथा तकनीकी शब्दावली आयोग जैसी संस्थाओं द्वारा प्रकाशित हिंदी तकनीकी शब्दकोश का उपयोग किया जा सकता है ।

लाभ और चुनौतियाँ: हिंदी के उपयोग से जहाँ एक ओर संप्रेषण की सरलता, जनसामान्य की भागीदारी और स्वदेशी भाषा का सम्मान बढ़ता है, वहीं दूसरी ओर कुछ चुनौतियाँ भी हैं — जैसे गुणवत्ता युक्त हिंदी सामग्री की कमी, शिक्षकों और तकनीशियनों में हिंदी तकनीकी शब्दों की जानकारी का अभाव, तथा संस्थागत सहयोग की सीमाएँ । इन चुनौतियों को नीति निर्माण, प्रशिक्षण और संसाधन विकास के माध्यम से दूर किया जा सकता है।

निष्कर्ष: पैथोलॉजी और बायोकैमिस्ट्री जैसे वैज्ञानिक क्षेत्रों में हिंदी का समुचित उपयोग न केवल भाषा की दृष्टि से आत्मनिर्भरता की दिशा में कदम है, बल्कि यह चिकित्सा और स्वास्थ्य सेवाओं को जनसामान्य तक अधिक प्रभावी ढंग से पहुँचाने का माध्यम भी है । यदि संस्थागत स्तर पर योजना बनाकर कार्य किया जाए, तो हिंदी भाषा इन तकनीकी विषयों में भी समान रूप से सशक्त रूप में स्थापित हो सकती है ।

श्री मागाराम हाजरा
एम टी एस
सी सी आर ए एस- केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

तरंगिणी : ज्ञान की सरिता

तरंगिणी बहती जैसे ज्ञान की धारा,
संवेदनाओं से सींचे हर पन्ना सारा ।
आयुर्वेद की गरिमा, शोध का श्रृंगार,
हिंदी में गूंजे विज्ञान का उद्धार ॥

कोलकाता की माटी से पनपती आशा,
हर विचार में हो नव विज्ञान की भाषा।
प्राचीन सूत्रों से बुनती नव रेखा,
तू जोड़ती परंपरा और नयी लेखा ॥

पन्ने पन्ने में दीप जले उजियारे,
ज्ञान बिखेरे शब्दों के प्याले प्यारे ।
हिंदी की मिठआस से सजी तेरी बोली,
मन को लगे जैसे बाग में ठिठोली ॥

अनुसंधान की लौ, साहित्य का संग,
तेरे संग गूंजे नव विचारों के रंग ।
तू न केवल पत्रिका, एक विचारधारा,
जो बांधे शोध से संस्कार हमारा ॥

शब्दों की सरगम, भावों की रेखा,
हर कविता, हर लेख बने एक लेखा ।
तू प्रेरणा दे नूतन सृजन को,
बढ़ाए आगे शोधों के जन को ॥

तरंगिणी । तू हिंदी की शान बनी,
सीएआरआई की पहचान बनी ।
तेरे संग गूंजे ज्ञान की वीणा,
जय हो । तुम्हारी सुगंधित लीला ॥

हमारा संकल्प: हिंदी में हम काम करें

राजा हलदार
डार्क रुम सहायक
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान-सीसीआरएएस,
कोलकाता

चिंतन से बोलने तक,
घर से दफ्तर तक,
कर्मचारी से अधिकारी तक,
कलम से कम्प्यूटर तक,
टिप्पण से पत्र तक"
आइए ।
इस संकल्प को साकार करें,
हिंदी में हम काम करें" ।

हिन्दी में काम करना सरल है,
अशुद्धियों के लिए घबराइए नहीं,
अभ्यास के लिए झिझकिए नहीं,
शब्दों के लिए अटकिए नहीं
हिन्दी
आरम्भ तो किजिए ।

हर कण में हैं हिन्दी बसी
मेरी माँ की इसमें बोली बसी
मेरा मान है हिन्दी
मेरी शान है हिन्दी

कम्प्यूटर पर हिन्दी में काम करना आसान है,
शुरु तो कीजिए ।
कम्प्यूटर के स्वराधरित देवनागरी कुंजीपटल
मात्र एक सप्ताह के अभ्यास से
प्रवीणता प्राप्त की जा सकती है ।

सरल, सुबोध, परिष्कृत, प्रांजल,
हिन्दी भाषा बनी राजभाषा स्वदेश की,
संविधान के द्वारा मिले,
इसे सर्वोच्च प्रतिष्ठा,
यह कर्तव्य हमारा ।

केंद्रीय कार्यालयों के नकदी / लेखा अनुभाग में राजभाषा हिंदी के अनुपालन में चुनौतियाँ

प्रस्तावना

भारत विविध भाषाओं वाला देश है, जहाँ राजभाषा के रूप में हिंदी को संविधान के अनुच्छेद 343 के अंतर्गत मान्यता दी गई है। यद्यपि अंग्रेज़ी एक सहायक भाषा के रूप में प्रयुक्त होती है, सरकार द्वारा हिंदी के प्रचार-प्रसार और प्रयोग को बढ़ावा देने हेतु निरंतर प्रयास किए जाते हैं। विशेषकर सरकारी कार्यालयों में हिंदी के प्रयोग को सुनिश्चित करना एक प्राथमिकता है। परंतु जब बात आती है केंद्रीय कार्यालयों के नकदी या लेखा अनुभागों की, तो हिंदी के अनुपालन में अनेक चुनौतियाँ सामने आती हैं।

1. तकनीकी शब्दावली की जटिलता

लेखा एवं नकदी अनुभाग में प्रयोग की जाने वाली तकनीकी शब्दावली अत्यंत जटिल होती है। 'बैलेंस शीट' का तुलन पत्र, 'क्रेडिट' का साख, जमा, 'डेबिट'- नामे, नामे डालना 'रेसिप्ट एंड पेमेंट अकाउंट', 'जर्नल एंट्री' आदि शब्दों का शुद्ध हिंदी अनुवाद कई बार समझ में नहीं आता या अत्यधिक कठिन हो जाता है। इससे हिंदी में काम करना जटिल हो जाता है ।

2. अंग्रेज़ी पर निर्भरता की परंपरा

लेखा प्रणाली में अंग्रेज़ी का प्रयोग वर्षों से चलता आ रहा है। अधिकांश सॉफ्टवेयर, टेम्पलेट, बैंकिंग प्रक्रियाएँ और ऑडिट रिपोर्टें अंग्रेज़ी में ही तैयार की जाती हैं। इससे हिंदी का प्रयोग करने वाले कर्मचारियों को कठिनाई होती है।

3. कर्मचारियों का प्रशिक्षण और जागरूकता का अभाव

कई बार कर्मचारियों को हिंदी में लेखा संधारण या नकदी रिकॉर्ड तैयार करने का प्रशिक्षण नहीं मिला होता। साथ ही, हिंदी में कार्य करने के प्रति पर्याप्त प्रेरणा और जागरूकता का भी अभाव देखा जाता है।

4. हिंदी में संसाधनों की कमी

हिंदी में लेखा कार्य हेतु प्रयुक्त सॉफ़्टवेयर, शब्दकोश, मार्गदर्शिका, और संदर्भ सामग्री की संख्या सीमित है। ऐसे में जब कर्मचारी हिंदी में कार्य करना भी चाहें, तो उन्हें उपयुक्त संसाधन उपलब्ध नहीं हो पाते।

5. रिपोर्टिंग और अंतर-संचार की बाधाएँ

कई बार उच्च अधिकारियों या अन्य विभागों के साथ रिपोर्टिंग करते समय अंग्रेज़ी की अपेक्षा की जाती है। ऐसे में हिंदी में तैयार की गई रिपोर्टों को पुनः अंग्रेज़ी में अनुवादित करना पड़ता है, जिससे दोहरा कार्यभार उत्पन्न होता है।

समाधान के संभावित उपाय

- हिंदी में लेखा विषयक प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन।
- द्विभाषी (हिंदी-अंग्रेज़ी) लेखा सॉफ़्टवेयर और प्रपत्रों की उपलब्धता।
- तकनीकी शब्दों का सरलीकरण और मानकीकरण।
- हिंदी प्रयोग हेतु प्रोत्साहन – पुरस्कार, प्रमाणपत्र आदि के माध्यम से।
- हर कार्यालय में एक राजभाषा नोडल अधिकारी की नियुक्ति जो विशेष रूप से लेखा अनुभाग की मदद कर सके ।

निष्कर्ष

राजभाषा हिंदी का प्रचार-प्रसार तभी सफल होगा जब इसे प्रशासन के हर क्षेत्र में व्यवहारिक रूप से अपनाया जाए। नकदी और लेखा जैसे तकनीकी क्षेत्रों में हिंदी का प्रभावी प्रयोग एक चुनौतीपूर्ण कार्य अवश्य है, परंतु योजनाबद्ध प्रयासों, तकनीकी सहयोग, और नीति-निर्माण के माध्यम से इसे संभव बनाया जा सकता है। हिंदी का प्रयोग न केवल राष्ट्रीय गौरव का विषय है, बल्कि यह प्रशासनिक प्रक्रिया को अधिक समावेशी और जनसुलभ बनाने की दिशा में एक महत्त्वपूर्ण कदम भी है।

तरुण कुमार द्विवेदी
हिंदी सहायक
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

श्री अनिर्बान दुलुई
कार्यालय सहायक
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

मेरी मातृभाषा

माँ की लोरी, बाबा का प्यार,
मेरी भाषा, मेरा संसार।

मिट्टी की सोंधी खुशबू है इसमें,
संस्कारों का अनमोल उपहार।

हर शब्द में बसती अपनी पहचान,
यही है मेरा गौरव, मेरा सम्मान।

जिसमें माँ ने पहली बार पुकारा था,
वही शब्द मेरी दुनिया का सहारा था।

दुनिया भर की भाषाएँ भले ही सीख जाऊँ,
पर सुकून तो बस अपनी ही बोली में पाऊँ।

मेरे दिल की धड़कन, मेरी पहचान है,
मेरी मातृभाषा ही मेरी जान है।

आयुष प्रणाली में सामान्य उपचारों के लिए उपयोग किए जाने वाले सामान्य औषधीय पौधे

भारत में पारंपरिक चिकित्सा की एक समृद्ध विरासत है, जो हजारों वर्षों में विकसित हुई है। आयुष प्रणाली-जिसमें आयुर्वेद, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध और होम्योपैथी शामिल हैं जो स्वास्थ्य के लिए एक समग्र दृष्टिकोण प्रस्तुत करती है । इनमें से आयुर्वेद, यूनानी और सिद्ध पद्धतियाँ रोगों की रोकथाम और उपचार के लिए औषधीय पौधों पर अत्यधिक निर्भर करती हैं । ये पौधों पर आधारित उपचार पारंपरिक ज्ञान में गहराई से निहित हैं और बुखार, खांसी, पाचन विकार, त्वचा रोग, मधुमेह और जोड़ों के दर्द जैसी सामान्य बीमारियों के प्रबंधन में व्यापक रूप से उपयोग किए जाते हैं ।

औषधीय पौधे आयुष प्रणालियों की रीढ़ हैं, क्योंकि इनकी उत्पत्ति प्राकृतिक है, ये किफायती हैं, आसानी से उपलब्ध हैं और उचित उपयोग पर इनके दुष्प्रभाव न्यूनतम होते हैं । जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों में वृद्धि और कृत्रिम दवाओं के दुष्प्रभावों को लेकर बढ़ती चिंताओं के बीच वर्तमान युग में पारंपरिक पौधों पर आधारित चिकित्सा के प्रति फिर से रुचि बढ़ी है । यह अवधारणा आयुष प्रणाली में सामान्यतः उपयोग किए जाने वाले औषधीय पौधों और सामान्य स्वास्थ्य समस्याओं के उपचार में उनकी भूमिका को रेखांकित करता है ।

औषधीय पौधों का महत्व

औषधीय पौधे स्वास्थ्य बनाए रखने और शरीर के भीतर पुनः संतुलन स्थापित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं । आयुष प्रणालियाँ केवल लक्षणों को नियंत्रित करने के बजाय व्यक्तिगत उपचार, रोगों की रोकथाम और प्रतिरक्षा को सुदृढ़ करने पर बल देती हैं । पौधों पर आधारित औषधियाँ चूर्ण, काढ़ा, तेल, गोलियाँ और लेप के रूप में उपयोग की जाती हैं ।

औषधीय पौधों के प्रमुख लाभ इस प्रकार हैं:

- समग्र और निवारक दृष्टिकोण
- किफायती एवं स्थानीय स्तर पर उपलब्ध
- सांस्कृतिक स्वीकार्यता और उपयोग का लंबा इतिहास
- प्रतिरक्षा और समग्र स्वास्थ्य को समर्थन

सामान्य औषधीय पौधे और उनके उपयोग

तुलसी *(Ocimum sanctum)*

आयुर्वेद में तुलसी को एक अत्यंत पवित्र, औषधीय और त्रिदोषनाशक (वात-पित्त-कफ संतुलित करने वाली) औषधि माना गया है। इसमें रोगाणुरोधी, सूजनरोधी और प्रतिरक्षा-संशोधक गुण होते हैं ।

सामान्य उपयोग: खांसी, सर्दी, बुखार, श्वसन संक्रमण, तनाव

उपयोग के रूप: ताज़ी पत्तियाँ, रस, काढ़ा, चूर्ण

नीम ***(Azadirachta indica)***

नीम अपने शक्तिशाली जीवाणुरोधी, फफूंदरोधी और रक्तशोधक गुणों के लिए जाना जाता है ।

सामान्य उपयोग: त्वचा रोग, मुंहासे, घाव भरना, मधुमेह, दाँत की सफाई

उपयोग के रूप: पत्तियाँ, छाल, तेल, लेप ।

अश्वगंधा ***(Withania somnifera)***

अश्वगंधा एक प्रसिद्ध अनुकूलनकारी (एडाप्टोजेनिक) जड़ी-बूटी है, जो शक्ति और स्फूर्ति बढ़ाने में सहायक है ।

सामान्य उपयोग: तनाव, चिंता, अनिद्रा, थकान, प्रतिरक्षा वृद्धि

उपयोग के रूप: जड़ का चूर्ण, गोलियाँ, काढ़ा

हल्दी ***(Curcuma longa)***

हल्दी एक व्यापक रूप से उपयोग किया जाने वाला मसाला और औषधीय पौधा है, जिसमें सूजनरोधी और एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं ।

सामान्य उपयोग: जोड़ों का दर्द, घाव, पाचन विकार, त्वचा संबंधी समस्याएँ

उपयोग के रूप: चूर्ण, लेप, दूध में प्रयोग

एलोवेरा ***(Aloe barbadensis)***

एलोवेरा अपने शीतल और उपचारात्मक गुणों के कारण आयुर्वेद और सिद्ध प्रणालियों में व्यापक रूप से इसका उपयोग किया जाता है ।

सामान्य उपयोग: जलन, कब्ज, त्वचा रोग, पाचन स्वास्थ्य

उपयोग के रूप: जैल, रस, लेप

अदरक ***(Zingiber officinale)***

अदरक पाचन को सुधारने और मतली कम करने वाले गुणों के लिए जाना जाता है ।

सामान्य उपयोग: अपच, मतली, सर्दी, गले में खराश, गठिया

उपयोग के रूप: ताज़ा गांठ, चूर्ण, काढ़ा

आंवला ***(Emblica officinalis)***

आंवला विटामिन C का समृद्ध स्रोत है और इसे एक पुनर्योजी (रसायन) औषधि माना जाता है ।

सामान्य उपयोग: प्रतिरक्षा वृद्धि, पाचन, बाल और त्वचा का स्वास्थ्य

उपयोग के रूप: रस, चूर्ण, च्यवनप्राश जैसी औषधीय तैयारियाँ सामान्य स्वास्थ्य स्थितियों में भूमिका

आयुष प्रणाली में औषधीय पौधों का सामान्यतः उपयोग किया जाता है:

- श्वसन रोग: तुलसी, अदरक, हल्दी
- पाचन विकार: आंवला, अदरक, एलोवेरा
- त्वचा रोग: नीम, हल्दी, एलोवेरा
- जीवनशैली विकार: तनाव और मधुमेह के लिए अश्वगंधा और नीम
- प्रतिरक्षा वृद्धि: तुलसी, आंवला, हल्दी

इन उपचारों को अक्सर संयुक्त रूप से उपयोग किया जाता है, जिससे चिकित्सीय प्रभाव बढ़ता है और दुष्प्रभाव कम होते हैं।

आधुनिक स्वास्थ्य सेवा में प्रासंगिकता

समेकित चिकित्सा में बढ़ती रुचि के साथ आयुष प्रणालियाँ वैश्विक स्तर पर पहचान प्राप्त कर रही हैं । औषधीय पौधे दीर्घकालिक रोगों के प्रबंधन, जीवन की गुणवत्ता में सुधार और स्वास्थ्य सेवा लागत को कम करने के लिए आशाजनक विकल्प प्रदान करते हैं । वैज्ञानिक प्रमाणीकरण, मानकीकरण और औषधीय पौधों की सतत खेती आधुनिक स्वास्थ्य सेवा में उनकी भूमिका को और सुदृढ़ करने के लिए आवश्यक हैं ।

निष्कर्ष

औषधीय पौधे आयुष प्रणाली की आधारशिला हैं और सामान्य स्वास्थ्य समस्याओं के लिए प्रभावी उपचार के रूप में आज भी उपयोग किए जाते हैं । उनका समग्र दृष्टिकोण, सांस्कृतिक प्रासंगिकता और चिकित्सीय क्षमता उन्हें पारंपरिक और आधुनिक-दोनों स्वास्थ्य प्रणालियों में अमूल्य बनाती है । औषधीय पौधों के प्रति जागरूकता, अनुसंधान और संरक्षण को बढ़ावा देना इस प्राचीन ज्ञान को संरक्षित करने के साथ-साथ भविष्य के लिए निरंतर स्वास्थ्य समाधान प्रदान करने में सहायक होगा ।

डॉ. जी. बाबू
निदेशक
सीसीआरएएस-केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

किराये का मकान

किराये का है मकान, मगर
सपनों से कम नहीं लगता,
हर कोना कुछ कहता है,
जैसे कोई अपना सा लगता।
किराये का है मकान ये,
पर साँसें यहाँ बसती हैं,
हर दीवार पर यादें चिपकी हैं,
जो चुपचाप बहुत कुछ कहती हैं।
किराये का मकान है ये,
जैसे रुकने का कोई स्टेशन हो,
कुछ देर ठहरते हैं रिश्ते यहाँ,
अगले सफ़र पर फिर चल पड़ना हो ।
किराये का मकान है,ऐसा
ना दरवाज़े पर कोई पहचान,
ना मेरे नाम की नेमप्लेट,
न कोई अपना सा इंसान।
किराये का मकान है ये,
किराये की रसीदें हैं संभाली हुई,
पर उनमें वो अपनापन नहीं,
और हम बस मेहमान है कहीं।
किराये का मकान है ये,
सपनों को बक्सों में भरा जाता,
नई जगह, नए लोग, नया ठिकाना,
पर दिल वहीं पिछला घर खोज लाता।
किराये का मकान है ये,
रात को चाँद खिड़की से झाँकता है,
लगता है पूछ रहा हो मुझसे,
"क्या सच में तू यहाँ अकेला है?"

डॉ पूनम शरद मोहोड
अनुसंधान अधिकारी (आयु)
क्षेत्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, जम्मू एवं कश्मीर

शिव राज मीना
एम टी एस
केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान
पंजाबी बाग (पश्चिम), नई दिल्ली

ऑपरेशन सिंदूरः आतंकवाद पर करारा प्रहार

प्रस्तावनाः

भारत की सुरक्षा और अखंडता को बनाए रखने के लिए समय-समय पर हमारी सेना ने साहसिक कदम उठाए हैं । "ऑपरेशन सिंदूर" ऐसा ही एक विशेष सैन्य अभियान था, जो आतंकवादियों के खिलाफ चलाया गया । यह ऑपरेशन भारत की जवाबी रणनीति, सैन्य ताकत और आतंकवाद के प्रति 'शून्य सहिष्णुता' की नीति का प्रतीक है ।

ऑपरेशन का उद्देश्यः

आतंकवाद ने लंबे समय से भारत की संप्रभुता को चुनौती देने की कोशिश की है, विशेषकर जम्मू-कश्मीर और सीमावर्ती इलाकों में । आतंकवादी घुसपैठ, निर्दोष नागरिकों पर हमले और सुरक्षा बलों को निशाना बनाने की घटनाएं आम हो गई थीं । "ऑपरेशन सिंदूर" का मुख्य उद्देश्य इन आतंकवादियों के ठिकानों को नेस्तनाबूद करना, घुसपैठ को रोकना और भारत की सीमाओं को सुरक्षित करना था ।

सैन्य कार्रवाई और रणनीतिः

भारतीय सेना ने अत्याधुनिक हथियारों, विशेष कमांडो दस्तों और सटीक खुफिया जानकारी के आधार पर यह ऑपरेशन अंजाम दिया । सीमापार आतंकवादी ठिकानों पर सर्जिकलस्ट्राइक की गई । नियंत्रण रेखा (LoC) पर विशेष निगरानी रखी गई और घुसपैठ की हर कोशिश को नाकाम किया गया । इस ऑपरेशन में कई आतंकवादी ढेर हुए ।

प्रभाव और उपलब्धियाँः

ऑपरेशन सिंदूर की सफलता ने देशवासियों में आत्मविश्वास बढ़ाया । इससे आतंकवादियों को स्पष्ट संदेश गया कि भारत अपनी सीमाओं की रक्षा करना जानता है । अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी भारत की सख्त नीति की सराहना हुई । इस ऑपरेशन ने आतंकवादियों के नेटवर्क को ध्वस्त किया ।

निष्कर्षः

"ऑपरेशन सिंदूर" केवल एक सैन्य मिशन नहीं, बल्कि भारत की संप्रभुता, सुरक्षा और सम्मान की रक्षा का प्रतीक है । यह अभियान आतंकवाद के खिलाफ भारत के दृढ़ संकल्प को दर्शाता है । ऐसे अभियानों से प्रेरणा लेकर हर नागरिक को अपने देश के प्रति जागरूक और सजग रहना चाहिए, ताकि हमारा भारत आतंकवादमुक्त और शांतिपूर्ण राष्ट्र बन सके ।

सच्ची दौलत

एलआईसी में करते हे निवेश एसआईपी में भरते है धन,
पर शरीर की चिंता नही, मन के नहीं सजन।
बैंक बैलेंस बड़ा है, पर सांसे है छोटी,
दिल में तनाव है, मुस्कान है झूठी।
योग था हमारी धरोहर, ऋषियों की थी थाती,
ध्यान था जीवन का हिस्सा, न कोई गोलियाँ खाती।
गुरू वशिष्ठ ने सिखाया, पतंजलि ने रचा ज्ञान,
पर आज की दुनिया में बस दौड़ है और अपमान।
बुद्ध चले थे नंगे पांव,
खोजने शांति की राह।
अब हम एसी कमरो में ढूंढते है मन की बात,
गांवो में था जीवन सहज, मिट्टी से रिश्ता था।
अब स्क्रीन के पीछे, हर रिश्ता भी झूठा लगता है,
इतिहास ने कहा बार-बार, शरीर ही पहला मंदिर।
पर हम भूल गये वो मंत्र, अब दवा है नया जमींर,
चलो फिर से लौटे उस पथ पर जहां सादा जीवन हो।
जहां योग, प्राणायाम, ध्यान हर दिन का आयोजन हो।

श्रीमती वंदना भारती)
अनुसंधान सहायक (रसायन)
क्षेत्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान,
आमखो, ग्वालियर (म.प्र.)

डॉ. सविता शर्मा
सहायक निदेशक (आयुर्वेद),
क्षेत्रीय आयुर्वेद अनुसन्धान संस्थान,
आमखो, ग्वालियर

"प्रेम और समर्पण"

वो रूठे तो हैं... मगर अनबन से नहीं
वो दुखी तो हैं... मगर उलझन से नहीं

वो खुश भी हैं... मगर मुझसे नहीं
उन्हें इश्क़ भी है... मगर दर्पण से नहीं

कौन कहता है वो प्यार नहीं करते ?
कौन कहता है वो प्यार नहीं करते ?
करते तो हैं... मगर मुझसे नहीं

वो छलिया भी है... मगर उस कृष्ण सा नहीं ।
मैंने भी किया है प्यार... मगर अब उनसे नहीं।

कह दिया है कान्हा से अब-
स्वीकार कर लो मेरा प्यार,
बेशक मैं राधा नहीं मीरा नहीं ।

भारत का संविधान

आवाहन-नमन करूं अरहन्त को, नमन करूं सब संत,
नमन करूं जननी-जनक है उपकार अनंत ।
मैं भारत का संविधान हूँ,
जन-जन के दिलों में रहता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

घर-घर में खुशहाली आये,
देश मेरा विकसित हो जाये ।
जनता चुनती अपना शासक,
मैं जनता में बहता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

वैज्ञानिक सोंच बढ़े लोगों में,
अंध-विश्वास सिमटता जाये ।
मुफ्त में शिक्षा मिले सभी को
मैं ऐसी चाहत रखता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

खान-पान है सबका अपना,
पूजा पद्धति अलग-अलग ।
जिसकी मर्जी माने न मानें,
मैं इसकी इजाजत देता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

झोपड़ियों तक रोशनी पहुँचे,
हर दम सबसे कहता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

अंतिम पंक्ति जो खड़ा हुआ है,
कल उसका अपमान हुआ है ।
मैं उसके सम्मान दिलाऊँ,
हर दिन कोशिश करता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

समान अवसर मिले सभी को,
असमानता अब मिच जाये ।
समानता, स्वतंत्रता, बंधुता,
न्याय की बात मैं करता हूँ, मैं भारत का संविधान हूँ ।

त्रिभुवन नाथ कहें कविता को,
बड़ी मेहनत से लिखा हूँ ।
मैं सबसे विनती करता हूँ,
हमें संविधान का पालन करना है ।
मैं भारत का संविधान हूँ,
जन-जन के दिलों में रहता हूँ ।

त्रिभुवन नाथ
फार्मासिस्ट
आर.ए.आर.आई., ग्वालियर (मध्य प्रदेश)

प्रकृति और आयुर्वेद का संदेश

हरे-भरे जंगलों में गूँजती चहचहाहट,
नदियों की कलकल में सुनाई जीवन की बात ।
सूरज की सुनहरी किरणें, चाँद की शीतल छाया,
प्रकृति की गोद में है स्वास्थ्य की माया ॥

तुलसी, नीम और पिप्पली की खुशबू,
हल्दी और आंवले में छुपा जीवन का ध्येय ।
वनों की छाँव में बसी शांति की सौगात,
हर ऋतु लाती है अपने साथ नया उपहार ॥

बरसात की बूँदों में नाचती हैं ताजगी,
सर्दियों की धूप में मिलता है तन को मधुरागी ।
गर्मियों में आम और कचनार की मिठास,
पतझड़ में गिलोयकी दे स्वास्थ्य की आस ॥

हवाओं में घुली है शुद्धि और ताजगी,
पर्वतों की ऊँचाई से मिलता है मन को स्फूर्ति ।
जड़ी-बूटियाँ हमें सिखाती जीवन का संतुलन,
प्रकृति और आयुर्वेद हैं जीवन का असली धन ॥

फूलों की महक, पत्तों की नमी,
नदी की लहरों में छुपी है गहरी समर्पण की छवि ।
सूरज की किरणें, चाँदनी की शीतल छाया,
हर मौसम में छुपा है स्वास्थ्य का माया ॥

तुलसी की पत्तियों से करें हम आरोग्य साधना,
अदरक और दालचीनी से बढ़ाएँ जीवन का बल ।
प्रकृति की गोद में है हर रोग का इलाज,
आयुर्वेद के मार्ग पर बढ़ाएँ कदम आज ॥

आओ हम सजाएँ जीवन को हरियाली से,
प्रकृति और आयुर्वेद से भरें स्वास्थ्य की थाली ।
हर सांस में ले जीवन का रस,
प्रकृति और आयुर्वेद से चमके हमारी असली भास ॥

डॉ. पूनम भोजक
एसोसिएट प्रोफेसर
अगद तंत्र विभाग (फोरेंसिक मेडिसिन)
पारुल विश्वविद्यालय, वडोदरा, गुजरात।

डॉ. मनीषा मंगल
प्रधान वैज्ञानिक, शाकीय विज्ञान संभाग,
भा.कृ.अनु.प.-.भारतीय कृषि अनुसंधान संस्थान, नई दिल्ली-110012

जीनोम एडिटिंग: ला इलाज से इलाज की ओर

ज़रा सोचिए, अगर डॉक्टर किसी बीमारी के सिर्फ लक्षणों का इलाज करने के बजाय उसकी जड़ को ही ठीक कर दें तो ? अब यह कल्पना नहीं रही, बल्कि सच बन रही है—जीनोम एडिटिंग नाम की तकनीक से।

हमारे शरीर में हर कोशिका (cell) के अंदर डीएनए होता है। यही डीएनए हमारे शरीर के लिए निर्देशों की किताब जैसा है। अगर इसमें कोई गलती हो जाए, तो बीमारी हो सकती है। जीनोम एडिटिंग उस किताब में मौजूद गलत शब्दों को मिटाकर सही शब्द लिखने जैसा है।

सबसे मशहूर तकनीक है CRISPR–Cas9। यह ऐसी कैंची की तरह काम करती है, जिसे वैज्ञानिक प्रोग्राम करके डीएनए के सही हिस्से पर भेजते हैं। वहाँ यह डीएनए को काट कर ठीक कर देती है। इस खोज के लिए वैज्ञानिक एमैनुएलशारपेंटियर और जेनिफरडूडना को 2020 में नोबेल पुरस्कार मिला।

इस तकनीक से डॉक्टर अब उन बीमारियों का भी इलाज करने की कोशिश कर रहे हैं जिन्हें पहले लाइलाज माना जाता था । उदाहरण के लिए, अमेरिका में वैज्ञानिक सिकल सेल रोग और बीटा-थैलेसीमिया जैसे खतरनाक आनुवंशिक रोगों के मरीजों की कोशिकाओं को एडिट करके वापस उनके शरीर में डाल रहे हैं। इसी दिशा में 2023 में पहली बार दुनिया की पहली CRISPR-आधारित दवा, कैसगेवी (Casgevy), को मंज़ूरी मिली । यह दवा खासतौर पर सिकलसेल रोग और बीटा-थैलेसीमिया के इलाज के लिए विकसित की गई है। इन दोनों बीमारियों में लालरक्त कोशिकाएँ ठीक से कार्य नहीं करतीं, जिसके कारण मरीजों को तीव्र दर्द, अत्यधिक कमजोरी और बार-बार खून चढ़ाने की आवश्यकता पड़ती है। कैसगेवी की खासियत यह है कि इसमें मरीज की अपनी रक्त-जनक (blood-forming) कोशिकाओं को प्रयोगशाला में CRISPR–Cas9 तकनीक से एडिट किया जाता है। फिर इन सुधारी हुई कोशिकाओं को वापस शरीर में डाल दिया जाता है, जिससे वे स्वस्थ लाल रक्त कोशिकाएँ बनाने लगती हैं । यह दवा अभी बहुत महंगी है—इसकी कीमत करोड़ों रुपये तक है— लेकिन इसे जीनोम एडिटिंग सेब नी पहली व्यावसायिक दवा माना जाता है, जिसने चिकित्सा जगत में एक नया इतिहास रचा है।

जीनोम एडिटिंग कैंसर के इलाज में भी उम्मीद जगाती है। वैज्ञानिक हमारी प्रतिरक्षा कोशिकाओं को मज़बूत बना रहे हैं ताकि वे कैंसर कोशिकाओं को पहचानकर मार सकें। इसके अलावा, HIV जैसे वायरस को रोकने और नई बीमारियों की वैक्सीन बनाने में भी इसका इस्तेमाल हो रहा है।

नई तकनीकें—बेस एडिटिंग और प्राइम एडिटिंग—और भी शानदार हैं । इनमें डीएनए को काटे बिना सिर्फ छोटी-सी

गलती को सुधारा जा सकता है। इससे सिस्टिक फाइब्रोसिस और मस्कुलर डिस्ट्रॉफी जैसी बीमारियों का इलाज संभव हो सकता है।

लेकिन चुनौतियाँ भी कम नहीं हैं। यह ज़रूरी है कि बदला व सिर्फ सही जगह पर हों, वरना नई समस्याएँ पैदा हो सकती हैं। साथ ही, इन दवाओं और उपचारों की कीमत बहुत ज़्यादा है— मिलियन डॉलर तक। इसलिए, हर मरीज तक इनका पहुँचना सबसे बड़ी चुनौती है।

फिर भी, जीनोम एडिटिंग ने पहली बार यह उम्मीद जगाई है कि बीमारियों को जड़ से मिटाया जा सकता है। अगर वैज्ञानिक, सरकारें और समाज मिलकर सही कदम उठाएँ, तो आने वाले समय में चिकित्सा के व लइलाज तक सीमित नहीं रहेगी, बल्कि बीमारियों को हमेशा के लिए खत्म करने का रास्ता बन जाएगी।

हम सचमुच एक नए दौर की शुरुआत पर खड़े हैं—जहाँ जीवन का कोड बदलना, चिकित्सा का भविष्य बदलने जैसा होगा ।

डॉ. अर्पिता श्रीवास्तव
शाकीय विज्ञान संभाग,
भा.कृ.अनु.प.-.भारतीय कृषि अनुसंधान संस्थान, नई दिल्ली-110012

प्राकृतिक खेती के माध्यम से मिर्च उत्पादन

परिचय:

आज के युग में कृषि उत्पादन में रासायनिक खादों, कीटनाशकों और अन्य रासायनिक आदान-सामग्री के अत्यधिक उपयोग से मिट्टी की उर्वरता घट रही है, जल स्रोत दूषित हो रहे हैं और भोजन की गुणवत्ता पर भी असर पड़ रहा है। ऐसे समय में प्राकृतिक खेती एक सशक्त विकल्प के रूप में उभरी है, जो हमें सुरक्षित भोजन की ओर वापसी का मार्ग दिखाती है। मिर्च (Capsicum annuum L.), भारत की प्रमुख नकदी फसलों में से एक है, जिसका उपयोग ताज़ी मिर्च, सूखी मिर्च, पाउडर और प्रसंस्कृत रूपों में होता है। लेकिन मिर्च की खेती में रासायनिक कीटनाशकों और उर्वरकों का अधिक प्रयोग किया जाता है, जिससे मिट्टी की गुणवत्ता और उत्पाद की शुद्धता पर असर पड़ता है। अतः मिर्च की खेती में प्राकृतिक खेती का अपनाना समय की माँग है।

प्राकृतिक खेती का सिद्धांत: प्राकृतिक खेती का सिद्धांत यह है कि प्रकृति में जो भी आवश्यक तत्व फसल को चाहिए, वह सब मिट्टी, पौधों, सूक्ष्मजीवों, पशु अपशिष्ट और पर्यावरणीय चक्रों के माध्यम से स्वाभाविक रूप से प्राप्त किए जा सकते हैं। यह चार प्रमुख स्तंभों पर आधारित होती है:

1. जीवामृत – गाय के गोबर, मूत्र, गुड़, बेसन और मिट्टी से बना सूक्ष्मजीवों का घोल जो मिट्टी को सजीव बनाता है।
2. बीजामृत - बीज उपचार हेतु प्राकृतिक घोल जो रोगाणुओं से सुरक्षा देता है।
3. अच्छादन - मिट्टी को ढककर नमी बनाए रखना और खरपतवार नियंत्रण करना।
4. वफसा स्थिति - मिट्टी में हवा, पानी और जीवों का संतुलन बनाए रखना।

इन सिद्धांतों के माध्यम से किसान बिना किसी बाहरी रासायनिक निवेश के, *मिट्टी की जीवंतता और फसल की प्राकृतिक प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ा सकता है।

मिर्च की प्राकृतिक खेती: विधि और चरण

1. भूमि की तैयारी: प्राकृतिक खेती में भूमि की तैयारी गहरी जुताई के बजाय मिट्टी की संरचना को बचाते हुए की जाती है। एक बार हल्की जुताई करें। खेत की मेड़ों पर ग्लीरिसिडिया, नेपियर घास या तुलसी लगाएँ ताकि जैविक अवशेष उपलब्ध हों। प्रति एकड़ 200 किलो गोबर और 10–15 किलो गोमूत्र से तैयार जीवामृत का छिड़काव करें।

2. बीज उपचार (बीजामृत): मिर्च के बीजों को 8–12 घंटे बीजामृत में भिगोकर सुखाया जाता है। इससे बीज रोगों से मुक्त होकर अंकुरण शक्ति बढ़ाते हैं।

बीजामृत की विधि: 5 लीटर गोमूत्र, 5 किलो गोबर, 1 किलो बेसन, 1 किलो गुड़, 50 ग्राम चूना । इन्हें 200 लीटर पानी में मिलाकर 24 घंटे तक ढककर रखें, फिर प्रयोग करें।

3. रोपाई और फसल प्रबंधन: नर्सरी में तैयार पौधों को जब 5–6 पत्तियाँ विकसित हो जाएँ, तब खेत में रोपें। पौधों के बीच

45–60 सेमी की दूरी रखें। रोपाई के बाद तुरंत जीवामृत सिंचन करें। 15 दिन के अंतराल पर जीवामृत का छिड़काव करें। मृदा आवरण के लिए सूखी घास या फसल अवशेषों का उपयोग करें ताकि नमी बनी रहे और खरपतवार नियंत्रित हो।

4. पोषक तत्व प्रबंधन: प्राकृतिक खेती में 'पौधों की पोषण आवश्यकताएँ' जीवामृत, घनजीवामृत और पंचगव्य जैसे जैविक घोलों से पूरी की जाती हैं। घनजीवामृत (ठोस स्वरूप) पौधों के आसपास डालने से धीरे-धीरे पोषक तत्व मिलते हैं। पंचगव्य (दूध, दही, गोबर, गोमूत्र और घी का मिश्रण) पौधों की वृद्धि और फूलों के निर्माण को प्रोत्साहित करता है। बायो-एंजाइम स्प्रे जैसे नीम अर्क, धतूरा, तुलसी या करंज पत्ती से बने कीटरोधी घोल का उपयोग करें।

5. कीट एवं रोग प्रबंधन: मिर्च फसल पर सामान्यतः थ्रिप्स, माइट, एफिड्स तथा लीफ कर्ल वायरस जैसी समस्याएँ आती हैं।

प्राकृतिक नियंत्रण विधियाँ:

नीमास्त्र: 5 किलो नीम की पत्ती, 5 लीटर गोमूत्र, 50 ग्राम बेसन को 10 लीटर पानी में उबालें और ठंडा होने पर छान लें।

अग्न्यास्त्र: लहसुन, अदरक, मिर्च और नीम का मिश्रण कीटों को दूर रखता है।

छाछ (Butter milk) का स्प्रे फफूंदीजनित रोगों पर प्रभावी होता है।

6. सिंचाई प्रबंधन: प्राकृतिक खेती में सिंचाई कम अंतराल पर लेकिन कम मात्रा में की जाती है।

ड्रिप इरिगेशन प्रणाली को प्राथमिकता दें । मिट्टी में नमी बनाए रखने के लिए मल्चिंग करें।

7. फसल चक्र एवं सहफसली खेती: प्राकृतिक खेती में एक ही फसल बार-बार लगाने से पोषक तत्वों का असंतुलन हो सकता है। इसलिए फसल चक्र अपनाएँ — मिर्च के बाद दलहनी फसलें जैसे मूंग, उड़द या लोबिया उगाएँ। इससे नाइट्रोजन स्थिरीकरण होता है और मिट्टी की उर्वरता बनी रहती है।

मिर्च के साथ कौन-कौन सी फसलें उगाई जा सकती हैं (सहफसली खेती):

मिर्च के साथ अन्य फसलें लगाना प्राकृतिक खेती की सफलता की कुंजी है। यह कीटों का नियंत्रण, भूमि उपयोग की दक्षता और लाभप्रदता* बढ़ाती है।

1. प्याज – प्याज और मिर्च साथ लगाने से थ्रिप्स कीटों का प्रकोप घटता है।
2. गाजर या मूली – जड़ फसलें मिर्च के साथ लगाकर भूमि की गहराई में नमी बनाए रखती हैं।
3. धनिया या मेथी – ये फसलें कीटों को भ्रमित करती हैं और मिट्टी की जैव विविधता बढ़ाती हैं।
4. तुलसी या गेंदे का फूल – ये फसलें नेमाटोड और कीट नियंत्रण में मदद करती हैं।
5. लोबिया या अरहर– ये नाइट्रोजन स्थिरीकरण के माध्यम से मिट्टी को उर्वर बनाती हैं।

इस प्रकार, मिर्च को बहुफसली प्रणाली में लगाकर किसान उत्पादन, कीट प्रबंधन और आय तीनों में संतुलन पा सकता है।

प्राकृतिक खेती के लाभ:

1. मिट्टी की उर्वरता बढ़ती है – जैविक पदार्थों और सूक्ष्मजीवों की सक्रियता से।
2. कीटनाशक मुक्त उपज – जिससे उपभोक्ताओं को सुरक्षित और पौष्टिक भोजन मिलता है।
3. लागत में कमी – रासायनिक उर्वरक और कीटनाशक न खरीदने से उत्पादन लागत घटती है।
4. पर्यावरणीय संरक्षण – जल, मिट्टी और वायु प्रदूषण कम होता है।
5. कृषक स्वास्थ्य की रक्षा – रासायनिक संपर्क न होने से किसानों का स्वास्थ्य बेहतर रहता है।

6. लंबी अवधि की स्थिरता – मिट्टी की जैविक संरचना बनी रहने से उत्पादन निरंतर बना रहता है।

मिर्च की प्राकृतिक खेती में चुनौतियाँ:

1. प्रारंभिक उपज में कमी – पहले दो वर्षों में उत्पादन थोड़ा कम हो सकता है।

2. तकनीकी ज्ञान की कमी – किसानों को प्रशिक्षण और मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है।

3. कीट नियंत्रण में समय लगता है – प्राकृतिक उपाय धीरे-धीरे असर दिखाते हैं।

4. बाज़ार में पहचान की समस्या – जैविक उत्पादों के लिए उचित मूल्य प्राप्त करना अभी भी चुनौती है।

मिर्च की प्राकृतिक खेती के लिए सफलता के उदाहरण: भारत के कई राज्यों जैसे आंध्र प्रदेश (रायथू भरोसा केंद्रों द्वारा), महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश और मध्य प्रदेश में किसान अब प्राकृतिक खेती के मॉडल अपनाकर न केवल लागत घटा रहे हैं बल्कि मिर्च का स्वाद, रंग और तीखापन भी बढ़ा रहे हैं। कुछ किसान प्राकृतिक कीटरोधी मिश्रणों का उपयोग कर लीफ कर्ल वायरस और थ्रिप्स जैसे समस्याओं को प्रभावी रूप से नियंत्रित कर रहे हैं।

सुरक्षित भोजन की दिशा में एक कदम:

प्राकृतिक खेती केवल खेती की विधि नहीं है, बल्कि यह सुरक्षित भोजन, स्वस्थ जीवन और टिकाऊ पर्यावरण की ओर लौटने का आंदोलन है। मिर्च जैसे उच्च मूल्य वाली फसलों में यदि प्राकृतिक खेती व्यापक रूप से अपनाई जाए, तो इससे किसान की आय बढ़ेगी, उपभोक्ता को रसायन-मुक्त खाद्य मिलेगा और आने वाली पीढ़ियों को संतुलित पारिस्थितिक तंत्र मिलेगा ।

निष्कर्ष:

मिर्च की प्राकृतिक खेती हमारे कृषि तंत्र को एक नई दिशा देती है, जहाँ किसान मिट्टी, पौधों और जीवों के बीच के संबंध को समझकर कार्य करता है। यह न केवल लाभकारी है, बल्कि नैतिक रूप से भी जिम्मेदार खेती का मॉडल है। जब हम प्रकृति के साथ मिलकर खेती करते हैं, तो धरती हमें सुरक्षित भोजन और स्वस्थ जीवन का उपहार लौटाती है।

संक्षेप में:

प्राकृतिक खेती हमें यह सिखाती है कि सुरक्षित भोजन की शुरुआत मिट्टी से होती है - और मिर्च की प्राकृतिक खेती इसका सशक्त उदाहरण है।

टिप्पणियाँ / Notings

- भुगतान के लिए स्वीकृत : Accepted for payment.
- अनंतिम रुप से स्वीकृत : Accepted provisionally.
- बिल की संविक्षा की गई और उसे सही पाया गया : Bill has been scrutinized and found in order.
- मामले का सार-वृत्त दिया गया है : Brief resume of the case is given.
- पूर्व पृष्ठ पर निदेशानुसार मामला पुनः प्रस्तुत है : Case is resubmitted as directed on pre page.
- बकाया वसूली : Collection of Arrears.
- उपर्युक्त पत्न की प्रति इसके साथ भेजी जा रही है: Copy of the letter referred to above is sent herewith.
- सम्यक् पालन किया गया : Duly complied with.
- चर्चा के दौरान : During the course of discussion.
- बकाया काम के निपटारे के लिए कारगर उपाय किए जाएं : Effective steps should be taken to clear the arrears.
- जांच पूरी करके रिपोर्ट शीघ्र प्रस्तुत की जाए : Enquiry may be completed and report may be submitted early.
- शर्तों का पालन नहीं किया गया : Failed to fulfil the condition.
- सहमति के लिए : For concurrence please.
- इस कार्य को सर्वोच्च प्राथमिकता दें : Give top priority to this work.
- विशेष वेतन की स्वीकृति : Grant of special pay.
- समुचित कार्रवाई की गई है : Has been dealt with suitably.
- उनका अनुरोध नियमानुसार है : His request is in order.
- मुझे निवेदन करने के लिए कहा गया है : I am desired to say.
- आपके अनुमोदन की प्रत्याशा में : In anticipation of your approval.
- प्रस्ताव का औचित्य : Justification for the proposal.
- औचित्य स्वीकार कर लिया गया है : Justification has been accepted.
- कृपया पावती भेजें / कृपया पाने की अभिस्वीकृति भेजें : Kindly acknowledge receipt.
- कृपया परिपत्न जारी करें : Kindly issue circular.
- प्रयोगशाला नमूना : laboratory specimen.
- आयकर अदायगी दायित्व : Liability to pay income-tax.
- मामले कीजांच कर ली गई है : Matter has been examined.
- विषय विचाराधीन है, मामला विचाराधीन है : Matter is under consideration.
- आवश्यक प्रारुप / मसौदा प्रस्तुत है : Necessary draft is put up.
- किसी कार्रवाई की आवश्यकता नहीं : No action required.
- कृपया पत्नाचार में हिंदी का प्रयोग करें : Please use Hindi in correspondent.

प्रशासनिक शब्दावली / Glossary of Administrative

Attractive Price	आकर्षक कीमत
Audio Typing	श्रव्य टंकण
Abstract Statement	सार विवरण
Balance of trade	व्यापार संतुलन
Balance Sheet	तुलन पत्र
Bank Reconciliation	बैंक समाधान
Computerization	कंप्यूटरीकरण
Common Item	सामान्य मद
Diet Allowance	आहार भत्ता
Digression	विषयांतरण
Encash	(चेक) भुनाना
En bloc	एक साथ
En masse	सामूहिक रूप से
Encashment	1. (चेक) भुनाना (2) नकदीकरण (छुट्टी)
Encouragement	प्रोत्साहन, उत्साहवर्धन
Escalator	चल सीढ़ी
Estimates of expenditure	व्यय प्राक्कलन
Etiquette	शिष्टाचार
Evaluator	मूल्यांकक
Excess profit tax	अधिक लाभ कर
Final payment	अंतिम अदायगी
Finance bill	वित्त विधेयक
Financial restrictions	वित्तीय निर्बंधन
Non-entitled	गैर हकदार

Non-interest bearing	ब्याज रहित
Non-recurring grant	अनावर्ती अनुदान
Non-refundable	अप्रतिदेय
Part Payment	आंशिक भुगतान
Partial Modification	आंशिक आशोधन / संशोधन
Render	देना, प्रस्तुत करना, अर्पित करना, बनाना, रूपांतर करना, अनुवाद करना
Remittance Facilities	धन प्रेषण सुविधाएं, प्रेषण सुविधाएं
Remote Control	सुदूर नियंत्रण
Renounce	त्यागना, छोड़ देना
Repayment of advance	अग्रिम प्रतिसंदाय, अग्रिम की चुकौती
Standard deduction	मानक कटौती
Suspense account	उचंत खाता
Treasury Receipt	खजाना रसीद, राजकोष प्राप्तियाँ
Tribal area development	जनजाति क्षेत्र विकास
Triennial	त्रैवार्षिक
Uncashed	बिना भुनाया
Verbatim report	शब्दशः रिपोर्ट
Vetting	जाँच, पुनरीक्षण
Vice Versa	विपर्येण, इसका उल्टा
Waste disposal	अपशिष्ट निपटान

संस्थान में राजभाषा हिंदी के अनुपालन से संबंधित गतिविधियाँ

संस्थान में राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा जारी वार्षिक कार्यक्रम और सीसीआरएएस मुख्यालय, नई दिल्ली द्वारा जारी दिशा-निर्देशों के अनुरूप राजभाषा का अनुपालन किया जाता है ।

❖ **विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति का गठन**

संस्थान में राजभाषा अनुपालन हेतु "विभागीय राजभाषा कार्यान्वयन समिति" का गठन किया गया है । प्रत्येक त्रैमासिक में समिति की नियमित बैठकें आयोजित की जाती है ।

❖ **नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति की बैठकों में संस्थान की भागीदारी**

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-2) कोलकाता द्वारा दिनांक 03 अप्रैल, 2025 एवं 04सितम्बर 2025 को आयोजित क्रमशः प्रथम एवं द्वितीय छमाही बैठक में संस्थान से कार्यालय प्रधान, प्रभारी हिंदी अधिकारी और हिंदी सहायक ने भाग लिया था ।

❖ **संस्थान में आयोजित हिंदी कार्यशाला**

संस्थान में प्रत्येक तिमाही में विभिन्न विषयों पर हिंदी कार्यशाला का आयोजन किया जाता है और विषय विशेषज्ञ के रुप में राजभाषा कार्यान्वयन से जुड़े व्यक्तियों को आमंत्रित किया जाता है ।

❖ **राजभाषायी निरीक्षण**

संस्थान में दिनांक 31 जनवरी, 2025 को सीसीआरएएस मुख्यालय, नई दिल्ली द्वारा राजभाषायी ई-निरीक्षण किया गया था ।

❖ **संस्थान के अधिकारियों/कर्मचारियों द्वारा हिन्दी प्रशिक्षण**

हिंदी शिक्षण योजना / केंद्रीय हिंदी प्रशिक्षण, कोलकाता के अधीन आयोजित प्रबोध, प्रवीण, प्राज्ञ तथा पारंगत पाठ्यक्रम का प्रशिक्षण संस्थान के सभी अधिकारियों / कर्मचारियों द्वारा प्राप्त कर लिया गया है

❖ **राजभाषा हिंदी के तहत आयोजित अन्य कार्यक्रमों में संस्थान की भागीदारी :**

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-2), कोलकाता के तत्वाधान में केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता ने दिनांक 27.02.2025 को हिंदी 'प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता' का सफल आयोजन किया था, जिसके लिए अध्यक्ष नराकास द्वारा संस्थान के डॉ. जी. बाबू, निदेशक को स्मृति चिन्ह से सम्मानित किया गया ।

❖ **राजभाषा हिंदी में अच्छे कार्य हेतु प्राप्त पुरस्कार :**

(1) वर्ष 2024-25 के लिए नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, कोलकाता (कार्यालय-2) द्वारा इस संस्थान से प्रकाशित हिंदी गृह-पत्रिका 'तरंगिणी' के लिए प्रथम पुरस्कार प्राप्त हुआ था ।

(2) नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (कार्यालय-2), कोलकाता के तत्वाधान में आयोजित हिंदी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता के लिए हिंदीतर भाषी श्रेणी में संस्थान के डॉ. रंजिता एक्का, अनुसंधान अधिकारी (आयु.) को तृतीय पुरस्कार मिला था ।

❖ **राजभाषा संबंधी अन्य गतिविधियाँ**

राजभाषा हिंदी को बढ़ावा देने के लिए संस्थान के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों का एक व्हाट्सएप (Whatsapp) समूह बनाया गया है और उसमें प्रतिदिन कार्यालयी कामकाज संबंधित शब्दों को (अंग्रेजी-हिंदी) हिंदी सहायक द्वारा अद्यतन किया जाता है ।

नराकास (कार्यालय-2), कोलकाता के तत्वावधान में आयोजित 'हिंदी प्रश्नोत्तरी' प्रतियोगिता

हिंदी कार्यशाला

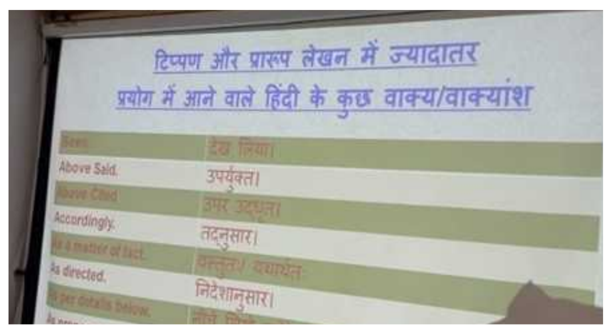
डॉ. जी. बाबू, निदेशक, डॉ. ए. के. मंगल, सहायक निदेशक और विषय विशेषज्ञ श्री संजीव कुमार सिंह, सदस्य सचिव, नराकास, कोलकाता दीप प्रज्वलन करते हुए

कार्यशाला के अध्यक्ष डॉ. जी. बाबू , निदेशक अपना वक्तव्य देते हुए ।

डॉ. ए. के. मंगल, सहायक निदेशक (भे.अवि) व सचिव (राभाकास) राजभाषा हिंदी के संबंध में उद्बोधन करते हुए ।

डॉ. बि. के. सरकार, सहायक निदेशक (फार्मेसी) सभी का धन्यवाद ज्ञापन करते हुए ।

विषय-विशेषज्ञ श्री संजीव कुमार सिंह, सदस्य सचिव, नराकास, कोलकाता अपना वक्तव्य देते हुए ।



विषय-विशेषज्ञ प्रशिक्षण देते हुए

विषय-विशेषज्ञ प्रशिक्षण देते हुए

डॉ. जी. बाबू, निदेशक और डॉ. ए. के.मंगल, सहायक निदेशक द्वारा कार्यशाला के विषय विशेषज्ञ को स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ।

हिंदी पखवाड़ा – 2025

राजभाषा हिन्दी पखवाड़ा

राजभाषा हिन्दी पखवाड़ा
दिनांक : 14 सितंबर, 2025 से 30 सितंबर, 2025 तक

राजभाषा हिन्दी
14 सितंबर, 2025 से 30

राजभाषा हिन्दी पखवाड़ा

नराकास, कोलकाता (कार्यालय -2) की बैठक में भागीदारी

नराकास अध्यक्ष प्रो. बिक्रमजीत बसु, निदेशक, सीएसआईआर-सीजीसीआरआई, कोलकाता और मुख्य अतिथि डॉ. अनिंद्य गंगोपाध्याय, विभागाध्यक्ष हिंदी विभाग, प्रेसीडेंसी विश्वविद्यालय, कोलकाता द्वारा डॉ. जी. बाबू, निदेशक और डॉ. ए.के.मंगल, सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान) व प्रभारी हिंदी अधिकारी स्मृति चिन्ह से सम्मानित ।

प्रथम पुरस्कार से सम्मानित उत्कृष्ट हिंदी पत्रिका 'तरंगिणी' को प्रदर्शित करते हुए ।

नराकास अध्यक्ष द्वारा नराकास के तत्वाधान में 'प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता' का सफल आयोजन हेतु आयोजक संस्थान के रूप में डॉ. जी. बाबू, निदेशक और डॉ. ए.के.मंगल, सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान) व प्रभारी हिंदी अधिकारी को स्मृति चिन्ह से सम्मानित ।

मुख्य अतिथि डॉ. अनिंद्य गोगोपाध्याय, विभागाध्यक्ष हिंदी विभाग, प्रेसीडेंसी विश्वविद्यालय, कोलकाता द्वारा संस्थान के डॉ. रंजिता एक्का, अनुसंधान अधिकारी (आयु.), हिंदी प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता के लिए हिंदीतर भाषी श्रेणी में तृतीय पुरस्कार के रूप में प्रशस्तिपत्र से सम्मानित।

बैठक में उपस्थित नराकास सदस्य कार्यालयों के कार्यालय प्रधान और हिंदी अधिकारी / हिंदी कार्मिक

बैठक में उपस्थित अधिकारियों का समूह छायाचित्र

संस्थान एक नजर में (AT A GLANCE)

1. परिचय

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान (CARI), कोलकाता, 4-CN ब्लॉक, सेक्टर-V, बिधाननगर, कोलकाता -700091 में है । केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्, नई दिल्ली, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के तहत एक बड़ा इंस्टिट्यूट है और आयुर्वेद में रिसर्च के लिए समर्पित है । इस संस्थान ने 1968 में के.जे. एस. के. रॉय के नेतृत्व में श्यामदास वैद्य शास्त्र पीठ, कोलकाता (जिसे अभी इंस्टीट्यूट ऑफ़ पोस्ट ग्रेजुएट आयुर्वेदिक एजुकेशन एंड रिसर्च के नाम से जाना जाता है) में 'कम्पोजिट ड्रग रिसर्च स्कीम (CDRS)' नाम के प्रोजेक्ट के तौर पर अपनी यात्रा शुरू की थी । 1972 में, इस यूनिट को क्षेत्रीय अनुसंधान संस्थान (आयुर्वेद) (RRI (Ay.) के तौर पर लक्ष्मीबिलाश भवन, जगन्नाथ दत्ता लेन, कोलकाता में किराए के घर में शिफ्ट कर दिया गया और बाह्य रोगी विभाग (OPD), अन्तर्रोगी विभाग (IPD) और फार्मेसी जैसी गतिविधियों के साथ काम करना शुरू कर दिया ।

क्षेत्रीय अनुसंधान संस्थान (आयुर्वेद), कोलकाता को 17.03.1997 को 3 एकड़ भूमि पर बनी अपनी भवन में स्थानांतरित कर दिया गया, जो पश्चिम बंगाल सरकार ने निःशुल्क में दी थी । इस इंस्टीट्यूट को 01.11.1999 को केंद्रीय अनुसंधान संस्थान (आयुर्वेद) (CRI (Ay.) के तौर पर अपग्रेड किया गया था, जिसका काम दवा बनाना था ।

कलकत्ता यूनिवर्सिटी के कॉलेज ऑफ़ मेडिसिन के फार्माकोलॉजी डिपार्टमेंट की फार्माकोलॉजी रिसर्च यूनिट; कलकत्ता यूनिवर्सिटी के बॉटनी डिपार्टमेंट की फार्माकोलॉजी रिसर्च यूनिट (बल्लीगंज कैंपस) और कलकत्ता यूनिवर्सिटी के केमिस्ट्री डिपार्टमेंट की केमिकल रिसर्च यूनिट (राजाबाजार कैंपस) को केंद्रीय अनुसंधान संस्थान आयुर्वेद (CRIA), कोलकाता में मर्ज कर दिया गया । ऊपर बताई गई रिसर्च स्कीम फॉर स्क्रीनिंग ऑफ कॉन्ट्रासेप्टिव एजेंट्स (RASSCA) के अलावा, यूनिवर्सिटी ऑफ एग्रीकल्चर एंड टेक्नोलॉजी, भुवनेश्वर, उड़ीसा; फार्माकोलॉजिकल रिसर्च यूनिट, फार्माकोलॉजी डिपार्टमेंट, आईएमएस (IMS), बीएचयू (BHU), वाराणसी को भी सीआरआईए (CRIA), कोलकाता के साथ मर्ज कर दिया गया और नए कैंपस में स्थानांतरित कर दिया गया ।

नवंबर 2009 में, आयुर्वेदिक विज्ञानों में औषधि विकास को ध्यान में रखते हुए संस्थान को नए दायित्वों के साथ **राष्ट्रीय आयुर्वेदिक औषधि विकास अनुसंधान संस्थान (NRIADD)**, कोलकाता के रूप में पुनः नामित किया गया । 12 अप्रैल 2016 को संशोधित दायित्वों और गतिविधियों के साथ राष्ट्रीय आयुर्वेदिक औषधि विकास अनुसंधान संस्थान (NRIADD), का फिर से नाम बदलकर **केंद्रीय आयुर्वेद औषधि विकास अनुसंधान संस्थान (CARIDD)**, कोलकाता कर दिया गया । केंद्रीय आयुर्वेद औषधि विकास अनुसंधान संस्थान (CARIDD) का दिनांक 26.12.2020 से पुनः नामकरण **केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान (CARI)** कर दिया गया और यह वर्तमान में सात विभागों के साथ कार्य कर रहा है—

अस्पताल (ओपीडी एवं आईपीडी) 20 बिस्तरों सहित, विकृतिविज्ञान एवं जैवरसायनविज्ञान, भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान, रसायन विज्ञान, भेषजगुणविज्ञान, फ़ार्मेसी तथा पुस्तकालय, जिसमें मंत्रालय/सीसीआरएएस की प्रकाशनों के लिए बिक्री काउंटर भी है । उसी परिसर में एक बहुमंज़िला नई इमारत (B+G_07) का निर्माण कार्य प्रगति पर है ।

संस्थान में संचालित विभिन्न अनुसंधान गतिविधियाँ—

- औषधि-वनस्पति विज्ञान (फार्माकोग्नॉस्टिकल) अनुसंधान
- औषधि मानकीकरण अनुसंधान
- औषधि-क्रियात्मक (फार्माकोलॉजिकल) अनुसंधान
- नैदानिक (क्लिनिकल) अनुसंधान
- 20 बिस्तरों के साथ बाह्य-रोगी विभाग (ओपीडी) और अन्तः-रोगी विभाग (आईपीडी) के माध्यम से स्वास्थ्य सेवा सुविधाएँ
- एससी सब प्लान के अंतर्गत एएमएचसीपी (AMHCP) की बाहरी (आउटरीच) गतिविधि
- पंचकर्म और क्षारसूत्र उपचार के लिए विशेष सुविधाएँ
- वृद्ध स्वास्थ्य देखभाल (Geriatric Health Care) के लिए विशेष क्लिनिक

दवा मानकीकरण अनुसंधान से संबंधित विशिष्ट अधिदेश

- आयुर्वेद की मूल शक्तियों के आधार पर, वैश्विक स्तर पर स्वीकृत मानकों के अनुरूप वैज्ञानिक पद्धति से सुरक्षित एवं प्रभावी आयुर्वेदिक औषधियों का विकास ।
- कच्चे औषधियों की पहचान, संग्रहण तथा भंडारण प्रक्रियाओं के लिए मानकों का विकास ।
- कच्चे औषधियों, अर्क (एक्सट्रैक्टिव्स) आदि के गुणवत्ता नियंत्रण मापदंडों एवं मानकीकरण का विकास ।
- उपयुक्त फार्मास्यूटिकल डोज़ेज़ फ़ॉर्म्स और दवा आपूर्ति प्रणालियों (ड्रग डिलीवरी सिस्टम्स) का विकास।
- विभिन्न शास्त्रीय तथा अनुसंधानाधीन नई दवाओं के लिए मानक कार्य-विधियाँ (SOP) विकसित करना
- विभिन्न शास्त्रीय तथा अनुसंधानाधीन नई दवाओं के गुणवत्ता एवं स्थिरता मापदंडों का विकास, ताकि उन्हें यूरोपीय संघ के THMPD के अंतर्गत पारंपरिक औषधि के रूप में पंजीकृत किया जा सके ।

2. दृष्टि (VISION)

- संस्थान को एक श्रेष्ठ उत्कृष्टता केंद्र के रूप में विकसित करना—

एक गतिशील, सशक्त और आदर्श अनुसंधान संगठन, जो समन्वित संयुक्त अनुसंधान परियोजनाओं को संचालित करे तथा आयुर्वेद में अनुसंधान को प्रोत्साहित और प्रगाढ़ बनाए ।

- भारत की उभरती स्वास्थ्य आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए, जनता की जरूरतों पर आधारित अनुसंधान पर ध्यान केंद्रित करना ।
- स्वास्थ्य प्रोत्साहन, जीवनशैली संबंधी रोगों तथा चयापचयी विकारों की रोकथाम/उपचार प्रबंधन हेतु आयुर्वेद अनुसंधान में वैश्विक नेतृत्व प्राप्त करना ।
- बीमार मानवता के कल्याण हेतु आयुर्वेद को वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित करने के लिए आधुनिक वैज्ञानिक ज्ञान और तकनीक को सम्मिलित करना ।
- संस्थान को उत्कृष्टता केंद्र के रूप में विकसित करना, जिसमें GMP मान्यता प्राप्त फार्मेसी, प्रमाणित क्लिनिकल विंग और अत्याधुनिक प्रयोगशालाओं सहित एक सुदृढ़ एवं स्वस्थ कार्य वातावरण हो ।

3. उद्देश्य (MISSION)

- आयुर्वेद में वैज्ञानिक अनुसंधान को निर्धारित समयसीमा और लागत-सक्षम तरीके से संपादित करना ।
- सीसीआरएएस (CCRAS) की विभिन्न इकाइयों तथा अन्य सम्बद्ध परिषदों/संस्थाओं के साथ अनुसंधान का समन्वय, सहायता, संवर्द्धन एवं सहयोग करना ।
- अन्य हितधारकों तक अनुसंधान के निष्कर्ष पहुँचाने हेतु अनुसंधान उपलब्धियों/लेखों/अनुसंधान पत्रिकाओं का प्रकाशन और प्रदर्शन करना ।
- अनुसंधान परियोजनाओं / दवा विकास के लिए परामर्श सेवाएँ प्रदान करना ।
- तकनीकी संस्थाओं के सहयोग से आयुर्वेद/चिकित्सा एवं दवा निर्माण में प्रयुक्त उपकरणों का आधुनिकीकरण करना ।

4. हमारी प्रतिबद्धताएँ (OUR COMMITMENTS)

- आयुर्वेद में वैज्ञानिक अनुसंधान कार्यों को निर्धारित समय-सीमा और लागत-प्रभावी तरीके से संपादित करना ।
- सहायक परिषदों और अनुसंधान संगठनों की विभिन्न इकाइयों के साथ अनुसंधान का समन्वय, सहायता, संवर्द्धन और सहयोग करना ।
- अनुसंधान परियोजनाओं और औषधि विकास के लिए परामर्श सेवाएँ प्रदान करना— जिसमें निदान हेतु शास्त्रीय तथा आधुनिक दोनों तकनीकों/उपकरणों को अपनाना, प्रमाण-आधारित आयुर्वेदिक औषधि उपचार/चिकित्सा विकसित करना, तथा अन्य तकनीकी संगठनों के सहयोग से आयुर्वेदिक दवा निर्माण को प्रोत्साहित करना शामिल है ।
- परिषद आयुर्वेद के माध्यम से व्यवहार्य समाधान खोजने के लिए महत्वपूर्ण रोगों पर केंद्रित अनुसंधान करेगी ।

- विश्व स्तर पर आयुर्वेद को बढ़ावा देना ।
- आयुर्वेद अनुसंधान से संबंधित प्रश्नों / जिज्ञासाओं का निस्तारण करना ।
- ओपीडी और आईपीडी में आने वाले रोगियों को उचित उपचार सुविधाएँ प्रदान करना ।

5. हमारे उद्देश्य (OUR OBJECTIVES)

- प्राथमिकता प्राप्त रोग स्थितियों पर आंतरिक (इंट्राम्यूरल) तथा सहयोगात्मक, दोनों प्रकार के क्लिनिकल अनुसंधान करना ।
- औषधीय पौधों का सर्वेक्षण करना और फार्माकोग्नॉस्टिकल अध्ययनों के माध्यम से उनका वनस्पति मानकीकरण करना ।
- एकल औषधियों और यौगिक निर्माण (compound formulations) के मानकीकरण एवं गुणवत्ता नियंत्रण हेतु विश्लेषण की विधियाँ स्थापित करना ।
- औषधियों / फ़ॉर्मूलेशन की प्रभावकारिता का आकलन करने हेतु प्रायोगिक अध्ययन करना तथा उनकी सुरक्षा / विषाक्तता प्रोफ़ाइल स्थापित करना ।
- जनजातीय स्वास्थ्य पर अध्ययन करना तथा लोककथाओं के दावों का संग्रह करना ।
- प्राचीन पांडुलिपियों से आयुर्वेदिक ग्रंथों की पुनर्प्राप्ति और पुनरुद्धार तथा पत्रिकाओं, मोनोग्राफ, पुस्तकों, तकनीकी रिपोर्टों आदि का प्रकाशन ।
- वित्तीय जबाबदेही का समय पर अनुपालन ।

6. हमारी उपलब्ध सेवाएँ / सुविधाएँ (OUR SERVICES/FACILITIES AVAILABLE)

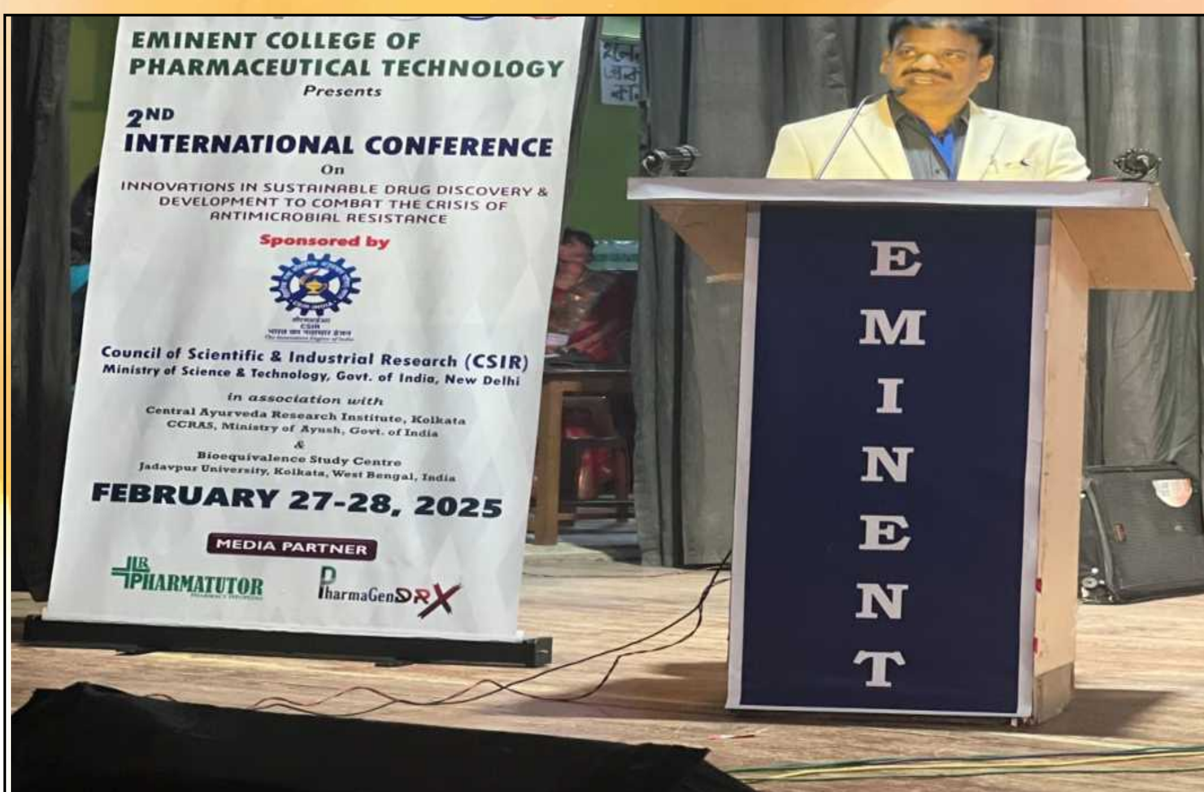
- संस्थान न्यूनतम शुल्क (रु. 10/- वार्षिक प्रवेश शुल्क) पर गुदा-मलाशय रोगों के लिए परामर्श, जाँच सुविधआएं (रेडियोलॉजिकल परीक्षण, एक्सरे, नियमित रक्त परीक्षण और मूत्र परीक्षण), पंचकर्म उपचार और क्षारसूत्र जैसे न्यूनतम आक्रामक पैरा-सर्जिकल दृष्टिकोण प्रदान करता है और रोगियों को मुफ्त दवाएं भी प्रदान करता है ।
- आईपीडी में, रोगियों को भर्ती किया जाता है और पंचकर्म उपचार और न्यूनतम आक्रामक पैरा-सर्जिकल उपचार सहित आवश्यक प्रक्रियाएं न्यूनतम शुल्क पर की जाती हैं । रोगियों को आहार भी उपलब्ध कराया जाता है । गरीबी रेखा से नीचे के रोगियों के लिए कोई शुल्क नहीं है ।
- संस्थान अनुसंधान रोगियों को निःशुल्क परामर्श, जैव रासायनिक जांच, पंचकर्म उपचार और न्यूनतम आक्रामक पैरा-सर्जिकल दृष्टिकोण और निःशुल्क दवाएं प्रदान करता है ।
- परिधीय फार्माकोविजिलेंस केंद्र के रूप में और किसी भी प्रतिकूल दवा घटना/प्रतिक्रिया की रिपोर्टिंग करना ।
- वनस्पति और रासायनिक विधियों के माध्यम से औषधि मानकीकरण ।
- जीएमपी (GMP) प्रमाणित फार्मेसी और ओपीडी/आईपीडी प्रबंधन के लिए अनुसंधान दवाएं और अन्य दवाएं तैयार करना ।
- अनुसूचित जाति उप योजना (SCSP) के तहत आयुर्वेद मोबाईल स्वास्थ्य रक्षण कार्यक्रम (AMHCP) जैसी आउटरीच गतिविधियाँ ।
- संस्थान के पुस्तकालय में आयुर्वेद, आधुनिक चिकित्सा एवं संबद्ध विषयों पर लगभग 3500 पुस्तकें हैं । इसमें अनेक वैज्ञानिक पत्रिकाएं / सामयिकी पत्रिका (Journals/Periodicals) भी हैं । रेफरल पुस्तकालय के लिए रु. 500/- की वार्षिक सदस्यता तथा रु. 10/- प्रतिदिन शुल्क पर सभी कार्य दिवसों में दैनिक विजिट की सुविधा भी उपलब्ध है ।
- परिषद् के शोध परिणामों, पींडुलिपियों से प्राप्त आयुर्वेदिक ग्रंथों और अन्य संबंधित प्रकाशनों की बिक्री के लिए सभी कार्य दिवसों में एक विशेष प्रभाग है । ये प्रकाशन शिक्षाविदों, चिकित्सकों और आम जनता के लिए उपयोगी हैं । (विवरण के लिए वेबसाइट www.ccras.nic.in देखें)
- रोगियों / आगंतुकों के लिए पीने का पानी (आरओ सिस्टम) और अच्छी तरह से बनाए गए शौचालय भी उपलब्ध हैं

संस्थान में आयोजित अन्य गतिविधियाँ

संस्थान प्रभारी डॉ. ए. के. मंगल, सहायक निदेशक (भेषजअभिज्ञानीयविज्ञान)
गणतंत्र दिवस-2025 (26 जनवरी,2025) के अवसर पर ध्वजारोहण करते हुए ।

टीबी उन्मूलन पर केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद # सीएआरआई, कोलकाता इस अवसर पर ओपीडी परिसर में प्रतिदिन जागरूकता व्याख्यान और एससीएसपी कार्यक्रम आयोजित कर रहा है । 15 जनवरी, 2025 को डॉ. जी. बाबू, निदेशक ने रोगियों को एक जानकारीपूर्ण जागरूकता व्याख्यान दिया। कार्यक्रम में डॉ. टी.के. मंडल (सहायक निदेशक, आयुर्वेद), डॉ. डी. दास (अनुसंधान अधिकारी, आयुर्वेद) और डॉ. दीपदुंदर साहू (अनुसंधान अधिकारी, आयुर्वेद) भी उपस्थित थे।

21.01.2025 को स्कूल ऑफ नेचुरल प्रोडक्ट स्टडीज (एसएनपीएस), जादवपुर विश्वविद्यालय, कोलकाता द्वारा आयोजित "औषधि खोज में भारतीय औषधीय पौधे: परंपरा, विज्ञान और नवाचार" विषय पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में संस्थान के निदेशक डॉ. जी. बाबू ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया ।

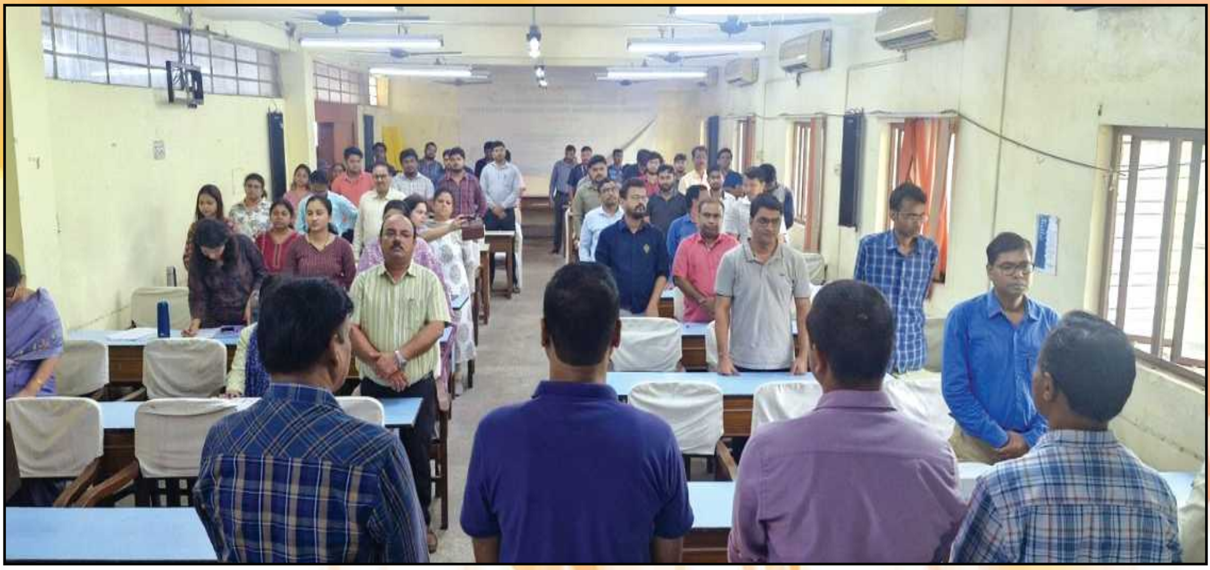


27.02.2025 को एमिनेंट कॉलेज ऑफ फार्मास्युटिकल टेक्नोलॉजी, बारासात द्वारा सीसीआरएएस-केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता और बायोइक्विवेलेंस स्टडी सेंटर, जादवपुर विश्वविद्यालय के सहयोग से आयोजित "एंटीमाइक्रोबियल प्रतिरोध के संकट से निपटने के लिए सतत दवा खोज और विकास में नवाचार" विषय पर दूसरे अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन के उद्घाटन कार्यक्रम में संस्थान के निदेशक डॉ. जी. बाबू ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया।

7 मार्च, 2025 को सीएआरआई, कोलकाता में केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद और स्कूल ऑफ नेचुरल प्रोडक्ट स्टडीज (एसएनपीएस), जादवपुर विश्वविद्यालय, कोलकाता के बीच "प्रायोगिक पशुओं में मधुमेह के प्रबंधन में एक शास्त्रीय आयुर्वेदिक सूत्रीकरण, विदंगादि लौहम का मूल्यांकन" नामक आईएमआर सहयोगी परियोजना के लिए एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए। हस्ताक्षर समारोह में दोनों संस्थानों के प्रमुख अधिकारी शामिल हुए । जिनमें और #सीएआरआई, कोलकाता के निदेशक डॉ. जी. बाबू, डॉ. अनुपम मंगल, डॉ. लालरिन पुइया, डॉ. शरद डी. पवार डॉ. राहुल सिंह और एसएनपीएस, जादवपुर विश्वविद्यालय के निदेशक प्रो. (डॉ.) पल्लब कांति हालदार शामिल थे ।

सीसीआरएएस-सीएआरआई, कोलकाता में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस-2025 समारोह ।

दिनांक 10.03.2025 को एनएमपीबी, आयुष मंत्रालय, नई दिल्ली के सहयोग से स्कूल ऑफ नेचुरल प्रोडक्ट्स, जादवपुर विश्वविद्यालय, कोलकाता द्वारा आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रम "औषधीय पौधों के हस्तक्षेप, खेती और फॉर्मूलेशन विकास" के उद्घाटन के लिए संस्थान निदेशक डॉ. जी. बाबू ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया।



संस्थान में आयोजित फार्माकोविजिलेंस पर एक जागरूकता कार्यक्रम की झलक

केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद #सीएआरआई, कोलकाता के बीच 25 मार्च 2025 को केंद्रीय आयुर्वेदिक विज्ञान अनुसंधान परिषद मुख्यालय, नई दिल्ली में 'प्रायोगिक पशुओं में आयुर्वेद योगों-आयुष जीबीपी और आयुष सीपीपी की ज्वरनाशक और दमा-रोधी गतिविधि का मूल्यांकन' शीर्षक से एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए । इस अवसर पर प्रोफेसर वैद्य रविनारायण आचार्य, महानिदेशक सीसीआरएएस, डॉ एन श्रीकांत उप महानिदेशक सीसीआरएएस, डॉ जी बाबू, निदेशक सीएआरआई कोलकाता, डॉ वीजीएम नायडू, प्रोफेसर (फार्माकोलॉजी), नाईपर गुवाहाटी और डॉ प्रदीप कुमार नाइक, प्रोफेसर, और डॉ बनजीत बस्तिया, संबलपुर विश्वविद्यालय, ओडिशा की गरिमामयी उपस्थिति रही । यह एक अंतःविषय सहयोग के लिए एक स्वागत योग्य कदम है, जो उपर्युक्त योगों की कार्यप्रणाली पर अंतर्दृष्टि प्रदान करेगा । इसके अलावा, एमओयू पर हस्ताक्षर के दौरान डॉ. संजय कुमार सहायक निदेशक (फार्माकोलॉजी), डॉ. टी. महेश्वर सहायक निदेशक (आयु), डॉ. प्रताप मखीजा, सहायक निदेशक (आयु), डॉ. बी.सी.एस. राव अनुसंधान अधिकारी (आयु), डॉ. अनाघा रानाडे अनुसंधान अधिकारी (आयु), और डॉ. दीपक लांबा अनुसंधान अधिकारी (फार्माकोलॉजी) भी उपस्थित थे।

#73वां राष्ट्रीय पंचायती राज दिवस-2025 समारोह

"आयुष अनुसंधान: पश्चिम बंगाल में उन्नति और संभावना" विषय पर आयोजित सेमिनार

सेमिनार के दौरान, आयुर्वेद औषधि विकास अनुसंधान और नैदानिक अनुसंधान को मजबूत करने में उत्कृष्ट योगदान और समर्पण के लिए, इंडिपेंडेंट रिसर्च इकोलॉजिकल सोसाइटी (आईआरईएस) द्वारा प्रतिष्ठित "आयुष समृद्धि पुरस्कार - 2025" से सम्मानित किया गया ।

आयुष मंत्रालय और केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद मुख्यालय के निर्देशों के अनुसार, संस्थान में #11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2025 के लिए "एक दिवसीय उलटी गिनती कार्यक्रम"

अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस-2025

अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस-2025

विश्व पर्यावरण दिवस-2025 कार्यक्रम

विश्व पर्यावरण दिवस-2025 कार्यक्रम के दौरान पौधा वितरण

संस्थान में डॉ. सीएच. नरसिम्हाजी ने सहायक निदेशक (रसायन विज्ञान) के पद पर कार्यभार ग्रहण किया । इस अवसर पर डॉ. जी. बाबू, निदेशक द्वारा उन्हें उत्तरीय एवं फूलों का गुलदस्ता भेंट कर पारंपरिक रूप से स्वागत किया गया। कार्यक्रम में सभी अधिकारीगण एवं कर्मचारीगण उपस्थित रहे और अपने स्नेह व शुभकामनाएँ प्रकट कीं । हम डॉ. नरसिंहाजी के सफल एवं योगदानपूर्ण कार्यकाल की मंगलकामना करते हैं और आयुर्वेद अनुसंधान के क्षेत्र में उनके सहयोग की अपेक्षा रखते हैं।

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता और जादवपुर विश्वविद्यालय, कोलकाता के बीच आयुर्वेदिक एवं बायोमेडिकल विज्ञान के क्षेत्र में उन्नत अंतरविषयक अनुसंधान हेतु “सिलिको, इन विट्रो और इन विवो अध्ययनों का उपयोग करते हुए ऑस्टियोपोरोसिस, ऑस्टियोआर्थराइटिस में सुधार और अस्थि फ्रैक्चर के उपचार में यांत्रिक पूर्व-नैदानिक मूल्यांकन के साथ आयुष-ओस्टो (कोडेड दवा) और लाक्षादि गुग्गुलु का फाइटोकेमिकल आकलन” नामक आईएमआर सहयोगात्मक परियोजना के लिए समझौता ज्ञापन (MoU) पर हस्ताक्षर । यह समझौता डॉ. जी. बाबू, निदेशक, सीएआरआई, कोलकाता और डॉ. एस. बनर्जी, कुलसचिव, जादवपुर विश्वविद्यालय द्वारा हस्ताक्षरित एवं आदान-प्रदान किया गया । यह अनुसंधान परियोजना श्रीमती मानसी दास (प्रमुख अन्वेषक, सीएआरआई) और डॉ. निलंजन घोष (प्रमुख अन्वेषक, जादवपुर विश्वविद्यालय) के संयुक्त नेतृत्व में संचालित की जाएगी । यह पहल पारंपरिक आयुर्वेदिक ज्ञान और आधुनिक विज्ञान के बीच एक मजबूत सेतु स्थापित करेगी और अस्थि स्वास्थ्य में आयुर्वेद की भूमिका को वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित करने की दिशा में एक अहम कदम है।

राष्ट्रीय होम्योपैथी संस्थान (एनआईएच), साल्टलेक, कोलकाता में विवेकानंद विज्ञान मिशन और अखिल भारतीय होम्योपैथीक छात्र एवं युवा संघ (एआईएचएसएवाईए) द्वारा "समग्र स्वास्थ्य एवं आयुष प्रणाली: विकासशील भारत के लिए एक भविष्य रोडमैप" विषय पर आयोजित राष्ट्रीय संगोष्ठी में संस्थान के निदेशक डॉ. जी. बाबू ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया ।

अखिल भारतीय होम्योपैथिक डॉक्टर्स एसोसिएशन, पश्चिम बंगाल चैप्टर और साइंस कॉलेज, कलकत्ता विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित राष्ट्रीय आयुष शिखर सम्मेलन - 2025 में संस्थान के निदेशक डॉ. जी. बाबू ने विशेष अतिथि के रूप में भाग लिया और डॉ. बिधान-चंद्र-रॉय पुरस्कार 2025 प्राप्त किया।

सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग के निर्देशों का पालन करते हुए, संस्थान के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों ने # नशामुक्त भारत अभियान सामूहिक शपथ में भाग लिया और नशामुक्त समाज के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को दोहराया । अभियान की पाँचवीं वर्षगांठ के उद्देश्यों के अनुरूप, इस कार्यक्रम में एक ऑनलाइन शपथ और जागरूकता चर्चाएँ शामिल थीं ।

संस्थान में आयोजित 79 वाँ स्वतंत्रता दिवस-2025 समारोह

सतर्कता जागरूकता सप्ताह - 2025

परंपरा और टेक्नोलॉजी : टाइप 2 डायबिटीज के लिए हर्बल चिकित्सा का पूर्वनैदानिक मूल्यांकन पर आयोजित सेमिनार

क्षमता निर्माण और सतत चिकित्सा शिक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम

आयुर्वेद दिवस - 2025

रक्तदान शिविर - 2025

कर्मयोगी प्रशिक्षण कार्यक्रम

केंद्रीय आयुर्वेद अनुसंधान संस्थान, कोलकाता

(केंद्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार)
4- सी. एन. ब्लॉक, सेक्टर-V, बिधाननगर, कोलकाता-700091