[Conference-Composition of Colours :December,2014] ISSN- 2350-0530
DOI: https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v2.i3SE.2014.3618

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

"विविध रंगों के फूलों से चिकित्सा : एक अध्ययन

डॉ. शोभना जोशी
शा. महारानी लक्ष्मीबाई स्ना. महाविद्यालय, इंदौर (म.प्र.)
श्रीमती कीर्ति खांडवे
शोधार्थी, भारतीय बाल साहित्य शोध संस्थान, इंदौर (म.प्र.)

ईश्वर के द्वारा मानव प्रेमियों को दिया गया अमूल्य उपहार 'फूल' की प्रकृति की खूबसूरत नेमतों में शामिल है। फूल स्वयं अपने आप में एक कविता सा है। फूलों अनेक खनिज–लवणों से भरपूर होते है। हर मौसम के फूल अलग–अलग होते है।प्रकृति का कोमलतम उपादान है फूल। फूल भावनाओं का वाहक है। फूल प्रतीक है अपनी सुंदरता, सुगंध, कोमलता के साथ प्रेम का प्रतीक है। प्रेम का संदेश वाहक भी है। फूल जीवंत है। भावनाओं की गहराई के अभिव्यक्ति का आधार फूल ही है। भक्त एवं भगवान के बीच का सेतु है फूल। वंदना का माध्यम है। भगवत् आराधना में समर्पण का मुख्य उपादान है फूल। पुष्प अर्थात् फूल अपने पाँच गुणों, सौंदर्य, रंग, कोमलता, गंध और पराग के साथ क्रिया रुप है। आनंद का पोषक है। यह आकर्षण का जनक है। प्रकृति की सुंदर अभिव्यंजना है।भावनाओं के प्रतीक, प्रकृति के उपहार में फूल अनेक रोगों के उपचार के साधन भी है फूल चिकित्सा में रोगों की प्रभावशीलता हर दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है। रंग मानव संस्कृति का अभिन्न हिस्सा है। रंग के साथ–साथ उसकी सुंगध मन–मस्तिष्क पर गहरा प्रभाव डालती है। इनकी झलक भर से तन–मन प्रफुल्लित हो जाता है।

पुष्प चिकित्सा का प्रारंभ :प्राचीन भारतीय चिकित्सा शास्त्र में पुष्प चिकित्सा का अत्यधिक महत्व रहा है। विदेशी चिकित्सा पद्धति में इग्लैंड के डॉ. एडवर्ड बाख का नाम 'फ्लावर रेमेडी' के लिए मशहूर है। 1886 में जन्में डॉ. बाख पहले इंग्लैड के जाने माने पैथालाजिस्ट थे। मानव की आंतों को स्त्राव का अध्ययन कर उन्होंने पाया कि इसमें सात प्रकार के जीवाणु होते है। इनके आधार पर उन्होंने रोगों के उपचार के लिए वेक्सीन बनाई। परंतु शीघ्र ही डॉ. साहब का मन इससे उब गया। वे सब कुछ त्यागकर वेल्स की घाटियों में चले गए। डॉ. बाख होम्योपैथी के जनक डॉ. सेम्युल हेनीमन के सिद्धांत से प्रभावित हुए। उनका सिद्धांत था कि रोगों का नहीं रोगियों का उपचार होना चाहिए।

एक दिन सुबह–सुबह वेल्स की वादियों में सैर कर रहे थे। पुष्प और पल्लव पर ओंस की नन्हीं–नन्हीं बूंदें चमक रही थी। छोटे–छोटे परिंदे इन बूंदों का रसपान कर अति प्रसन्न नजर आ रहे थे। डॉ. बाख ये दृश्य देखकर इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने विचार किया कि क्यों न इन ओंस की बूंद का चखा जाए। उन्होंने जब इन बूंदो को चखा तो उनका मन प्रफुल्लित हो उठा और इसी पल पुष्प चिकित्सा का फूल उनके मन में खिल उठा। डॉ. बाख अपनी प्रसिद्ध पुस्तक हीलदाय सेल्फ में लिखते है – ''मनुष्य अपने मन के भय और विकृत अवस्थाओं के कारण बीमार पड़ता है। मन की ये विकृतियाँ तन पर नाना प्रकार केक रोगों के रुप में प्रकट होती है। मन के प्रभावों का अध्ययन कर उन्होंने फूलों से 38 प्रकार के दवाएं बनाई। उनकी यह सौम्य चिकित्सा पद्धति फ्लावर रेमेडी नाम से प्रसिद्ध है।

पुष्प चिकित्सा पद्धति : दुनिया भर में विभिन्न तरह की शारीरिक एवं मानसिक व्याधियों से ग्रस्त लोगों द्वारा स्वास्थ्य लाभ प्रदान करने के लिए पुराने समय से पुष्प चिकित्सा का प्रयोग किया जाता रहा है। आज भी चिकित्सा की यह विधि प्रत्यक्ष एवं परोक्ष रुप से लाखों लोगों के जीवन में आशा एवं स्वास्थ्य का एक नया उजियारा बिखेर रही है।

अंतर्राष्ट्रीय रंग विशेषज्ञ लियेट्रिस इस मेन के अनुसार –''रंग हमारे चित्त को शांत एवं प्रसन्न करते है, जिससे उत्पन्न सुखद अनुभूति हमारे जीवन में ऊर्जा एवं उत्साह का संचार करती है।

विविध रंगों के फूल का शरीर पर प्रभाव :

- **लाल रंग :** लाल रंग शक्ति का प्रतीक है। लाल गुलाब ऊर्जा में वृद्धि करते है तथा 'एड्रीनल ग्रंथि' को प्रभावित करते है। लाल गुलाब की पंखुड़ियो से निर्मित गुलकंद हमारे विकारों को दूर कर शरीर की गर्मी को कम करता है। इसके नियमित सेवन से होंठ गुलाब की पंखुड़ी जैसे लाल हो जाते है। राजा महाराजाओं के समय रानियां गुलाब जल में स्नान करती थी। जिससे शरीर की रंगत निखरती है। आँखों के लिए भी गुलाबजल फायदमेंद है।
- **नारंगी रंग :** यह रंग एलर्जी से बचाता है। विशिष्ट नारंगी डायसिस विभिन्न रोगों में प्रयुक्त होते है। डायसिस शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते है। डायसिस के नियमित सेवन से पाचन शक्ति भी तीव्र एवं सशक्त होती है।

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

- **पीला रंग :** यह मनोमस्तिष्क पर अच्छा प्रभाव डालता है। पीले फूलों द्वारा की जाने वाली चिकित्सा पद्धति में मुख्यतः सूर्यमूखी के फूल का प्रयोग होता है। यह मानव की सोचने समझने की शक्ति को निखारता है तथा सचेत रखता है।
- **हरा रंग :** हरे रंग का प्रयोग पुष्प चिकित्सा में काफी अधिक किया जाता है। हरा रंग तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करता है। यह रंग श्वास प्रणाली को शांत और सरल बनाने में मददगार साबित होता है। इसकी उपयोगिता तब अधिक बढ़ जाती है जब हम तनाव में होते है। यह रंग हृदय के संकुचन को नियंत्रित कर पूरे शरीर के तनाव को निर्मूल करता है।
- **नीला रंग :** यह रंग 'मेलोटोनिन ग्रंथि' को सक्रिय करने में सहायक होता है। यह रंग 'थाइराइड ग्रंथि' को भी उद्दीपित करता है। इस रंग के उचित प्रयोग से नींद की अनियमितता दूर होती है।

एनसासाइक्लोपिडिया के अनुसार : ''रंग इलेक्ट्रोमेग्नेटिक रेडियेशन की तरंगे होती है।'' सूर्य प्रकाश या प्राकृतिक प्रकाश में सात रंगों का प्रकाश मिश्रित होता है। ये है हरा, नीला, लाल, पीला, नारंगी, इण्डिगो, जामुनी।

भारतीय चिकित्सा पद्धति :

इस पद्धति का प्रयोग विविध प्रकार के फूलों के रंगानुसार अलग–अलग रोगों के उपचार हेतु किया जाता है। जो निम्नानुसार है –

- **गुड़हलः** जिसे अंग्रेजी में 'चायना रोज' कहते है। यह औषधि गुणों से भरपुर होता है। यह फूल तन–मन को शीतलता एवं शक्ति प्रदान करता है। इसका गुलकंद बनाया जाता है तथा शरबत बुखार एवं प्रदर में लाभदायक है। इसे हर्बल टी के रुप में भी प्रयोग किया जाता है। इसमें विटामिन सी और मिनरल उच्च मात्रा में होता है।
- **चमेली :** चमेली के फूल रक्त के तापमान को कम करते है। ये जीवाणुरोधी एवं ट्यूमर रोधी होते है। रक्त स्त्राव रोकते है। बुखार दूर करते है लू व गर्मी से उत्पन्न विकारों को मिटाते है। फूलों को पीसकर चेहरे पर लगाने से चेहरा खिल जाता है। साथ ही इसका प्रयोग चाय और मिठाई में स्वाद बढ़ाने हेतु किया जाता है। इसका तेल दांत, चर्मरोग दूर करता है।
- **सूर्यमूखी :** सूर्यमुखी का तेल भोजन में प्रयुक्त होता है। इसमें विटामिन ए और मिनरल होते है। यह कोलेस्ट्रॉल को कम करता है।
- **केसर :** यह सबसे महंगा फूल है। इसका प्रयोग फुड कलर तथा मिठाई में किया जाता है। यह पेट की खराबी दूर करता है।
- **कमल :** कमल के फूल में विटामिट ए एवं सी होता है। कमल के फूल का रस एक तोला मिश्री, आधा तोला दोनों को मिलाकर खिलाने से प्रमेह रोग ठीक होता है।
- **बेलपत्र :** इस फूल से दमा रोग की अक्सीर दवा बनती है।
- **पलाश :** इसे ठाक के फूल भी कहते है जिससे पेट के कृमि का नाश होता है।
- **चंपा :** इसके फूलों को सुखाकर चूर्ण बनाकर और तेल में मिलाकर लगाने से खुजली में राहत मिलती है। स्वर्ण, चंपा, कुष्ठ रोग में भी कारगर है।
- **नीम के फूल :** इनके फूलों से त्वचा रोग दूर होता है तथा इसके फूलों को पीसकर पानी में घोलकर छानकर शहद में मिलाकर लेने से वजन कम होता है।
- **केवड़ा :** इसका फूल का इत्र सिरदर्द व गठियां में उपयोगी है। इसके फूल का तेल उत्तेजक एवं श्वास विकार में लाभकारी होता है।
- **गेंदा :** चर्म रोग होने या शरीर के किसी हिस्से पर सूजन आ जाने से इन फूलों को पीसकर पेस्ट बनाकर लगा लेने से फायदा होता है। इन फूलों से मच्छर दूर होते है। लीवर की सूजन, पथरी के रोग दूर करने में सहायक है। कान में इसका रस डालने से लाभ मिलता है।
- **परिजात :** इन फूलों की केसरिया डंडी को शरीर पर मलने से गठिया में लाभ होता है।
- **जूही :** इसके फूलों से अल्सर दूर होता है। मानसिक परेशानी व चिड़चिड़ेपन से इसकी सुगंध फायदा करती है। इसके फूल नेत्र रोग, चर्मरोग, हृदय रोग में लाभकारी है।

INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH
A knowledge Repository
Art

टेसू के फूल का विशेष महत्व है जब फाल्गुन का महीना आता है। टेसू के रंग से होली खेलने की तैयारी शुरु हो जाती है। आधुनिकता के इस युग में ब्रज क्षेत्र में टेसू से होली खेलने की परंपरा है। टेसू का रंग रासायनिक रंगों के मुकाबले ये ज्यादा सुरक्षित है और त्वचा रोग के लिए औषधी तुल्य होते है। राधा संग होली खेलते कृष्ण और उनपर बरसते टेसू के फूलों से भावनात्मक लगाव है। टेसू के फूल घीसकर लगाने से चिकन पाक्स में आराम मिलता है। इससे एलर्जी नहीं होती है।

आध्यात्मिक प्रभाव :
भारतीय प्राचीन योग पद्धति के अनुसार खाने वाली वस्तुए एकाग्रता को प्रभावित करती है। परमहंस योगानंद ने अपनी विश्व प्रसिद्ध पुस्तक ''योगी की आन्मकथा में'' खाद्य पदार्थो के आध्यात्मिक प्रभार का सविस्तार वर्णन किया है।

आयुर्वेदिक प्रभाव :आयुर्वेद में फूलों की समस्त जातियों को चार प्रमुख श्रेणियों में बांटा गया है। इनमें से सिर्फ एक ही श्रेणी के फूलों का उपयोग दवा बनाने के कार्य में किया जाता है। इन फूलों का प्रयोग विभिन्न प्रकार से होता है। मूलतः फूलों का प्रयोग सारी दवाईयों के आाधार के तौर पर इस्तेमाल किया जाता है। प्राचीन समय में फुलों को विस्तृत अपयोग की जानकारी मिलती है। फूलों से बने मुकुट को किसी निश्चित समय में पहनना 'पुष्प आयुर्वाद' की उपचार पद्धति का हिस्सा रहा है। प्राचीन वेद्यों में 'चक्रम' 'भगवान' आदि को पुष्प चिकित्सा में महारत थी । उन्होने इस पद्धति का सफलतापूर्वक सुनियोजित तरीके से प्रयोग किया। फूलें की सुगंध, उन्हें तोड़ने के समय, दवा प्रयोग की विधि, दवा लगाने में किन वस्तुओ का प्रयोग होता है आदि का पता देती है। वर्तमान समय में सेहतमंद रहना कठिन हो गया है। तनाव इसका मुख्य कारण है इसीलिए पुष्प आयुर्वेद को एक नई पहचान मिली है। उदा. ऋाकिेश स्थित आनंदा तथा केरल में अनेकपर्यटक स्वास्थ ग्रहों में पुष्प चिकित्सा का प्रयोग कर रहे है।

निष्कर्षत :वैज्ञानिक शोध से ज्ञात होता है कि फूलों औरपौधो का हमारी मानसिक अवस्था और भावनाओं पर हितकारी प्रभाव पड़ता है। फूलों की मौजुदगी ही हमारे मन को प्रफुल्लित कर देती है। पुष्प चिकित्सा से न केवल मनुष्यों के शारीरिक दोष ही ठीक होते अपितु यह अप्रत्यक्ष रूप से रंग चिकित्सा होने के कारण दोहरे लाभ प्रदान करती है। फूल मनुष्य की ग्रंथियों की सक्रियता को बढ़ाते है। जिससे मानव जीवन पर सकारात्मक प्रभाव दृष्टिगत होता है।

संदर्भ ग्रंथः

1 *हेनीमन के सिद्धांत – डॉ. सेम्युल हेनीमन – पृ. 13*
2 *हीलयाद सेल्फ – डॉ. बाख – पृ.– 109*
3. *कलर मिनींग बाय कल्चर – 2010 – 06*
4. *किंगफिशर एन साइक्लोपिडीया – पृ.–91*
5. *योगी की आत्मकथा – परमहंसयोगानंद – पृ. – 11*