

Title (English): Peepal Tree: A Miraculous Remedy for 25 Diseases with Peepal (Ficus religiosa) Leaves

Title (Hindi): Peepal Tree: 25 रोगों में आपके लिए 1 चमत्कारी औषधि पीपल (Ficus Religiosa) का पत्ता?

Ved Prakash

Green Star Pharma, Bihar

Email: vedprakashhomoeotrang@gmail.com

Abstract (Hindi)

पीपल का पेड़ (Ficus religiosa), जिसे 'बोधि वृक्ष' या 'अश्वत्थ' के नाम से भी जाना जाता है, भारतीय संस्कृति और आयुर्वेद में एक विशेष स्थान रखता है। इसके पत्तों का उपयोग कई आयुर्वेदिक औषधियों में किया जाता है। इस लेख में हम पीपल के पत्तों के विभिन्न स्वास्थ्य लाभों की विस्तृत जानकारी प्रस्तुत करते हैं। पीपल के पत्ते दिल की बीमारियों, श्वसन संबंधी समस्याओं, त्वचा की स्थितियों, मधुमेह, पाचन विकार, रक्तचाप नियंत्रण, और विभिन्न अन्य रोगों के उपचार में प्रभावी पाए गए हैं। इसके साथ ही, हम पीपल के पत्तों के पारंपरिक और वैज्ञानिक दृष्टिकोण से गुणों का मूल्यांकन करेंगे और उनकी औषधीय क्षमता पर चर्चा करेंगे।

Abstract (English)

The Peepal Tree (Ficus religiosa), also known as the 'Bodhi Tree' or 'Ashwattha', holds a special place in Indian culture and Ayurveda. Its leaves are used in the preparation of many Ayurvedic medicines. This article provides a comprehensive overview of the various health benefits of Peepal leaves. Peepal leaves have been found effective in treating heart diseases, respiratory issues, skin conditions, diabetes, digestive disorders, blood pressure regulation, and numerous other ailments. Additionally, we will evaluate the properties of Peepal leaves from both traditional and scientific perspectives, discussing their medicinal potential.

Keywords: Peepal Tree, Ficus religiosa, Ayurvedic Medicine, Heart Disease, Respiratory Issues, Skin Conditions, Diabetes, Traditional Remedies

Abstract

Peepal Tree (Ficus religiosa), known as 'Bodhi Tree' or 'Ashwattha', holds a special place in Indian culture and Ayurveda. Not only is it important for the environment, but its leaves are also used in the preparation of many Ayurvedic medicines. This article explores the diverse health benefits of Peepal leaves, focusing on their uses in treating heart diseases, respiratory issues, skin conditions, diabetes, and other ailments.

Introduction

पीपल का पेड़ (Peepal Tree), जिसे वैज्ञानिक नाम फिकस रेलिजिओसा (Ficus religiosa) के रूप में जाना जाता है, भारतीय संस्कृति और आयुर्वेद में एक विशेष स्थान रखता है। इसे 'बोधि वृक्ष' या 'अश्वत्थ' भी कहा जाता है। पीपल का पेड़ न केवल पर्यावरण के लिए महत्वपूर्ण है, बल्कि इसके पत्तों का आयुर्वेद में कई औषधियों के निर्माण में उपयोग किया जाता है।

हमारे हिंदू धर्म में पीपल के वृक्ष की पूजा की जाती है। मान्यता है कि पीपल के वृक्ष में सभी देवी-देवताओं का वास होता है और इसकी पूजा करने से व्यक्ति के ग्रह दोष को भी शांत किया जा सकता है। पीपल बहुत ठंडा होता है। पीपल के पेड़ के अनेक अलौकिक गुणों के कारण इसे हिन्दू लोग बहुत ही पवित्र मानते हैं और पूजा करते हैं। हिन्दुओं में पीपल की लकड़ियां जलाना निषेध है। पीपल के फल छोटे-छोटे होते हैं। पीपल के पेड़ को छाया के लिए देव-मन्दिरों के आस-पास और रास्तों पर लगाया जाता है। पीपल की छाया स्वास्थ्यवर्धक होती है।



Figure 1- पीपल का पेड़ (Ficus religiosa)

पीपल के वृक्ष का ना सिर्फ धार्मिक महत्व है बल्कि यह वैज्ञानिक दृष्टिकोण से इंसान के लिए काफी उपयोगी माना गया है। पूरे 24 घंटे तक ऑक्सीजन देनेवाले इस पेड़ के पत्तों का इस्तेमाल आयुर्वेद में कई दवाओं को बनाने के लिए किया जाता है। आइए आज हम आपको बताते हैं कि पीपल के पत्ते आपको किन-किन बीमारियों से छुटकारा दिलाते हैं।

Benefits of Peepal (Ficus religiosa) Leaves:

1. दिल के रोगों का खतरा होता है कम

पीपल के पत्ते व्यक्ति को दिल की बीमारियों के खतरे से बचाता है। इसके लिए पीपल के 15 ताजी हरी पत्तों को एक गिलास पानी में अच्छी तरह से उबाल लें। पानी को तब तक उबालें जब तक वो एक तिहाई ना रह

जाए। फिर उस पानी को ठंडा करके छान लें और इसकी तीन खुराक बना लें। दिन में हर तीन घंटे के बाद इसका सेवन करें। ऐसा करने से दिल से संबंधित बीमारियों के खतरे को दूर किया जा सकता है।

2. दिल का दौरा होना (हार्ट अटैक से बचाव)

पीपल के ताजा विकसित कोमल 15 पत्ते लें, फिर हर पत्ते के ऊपर तथा नीचे का कुछ हिस्सा कैंची से काटकर फेंक दें। अब पत्तों को साफ पानी से धो लें। इन सभी 15 पत्तों को लगभग 400 मिलीलीटर पानी में डालकर धीमी आग पर उबालें। जब एक तिहाई पानी बच जाये तब उतारकर ठंडा कर लें और किसी साफ कपड़े से छानकर ठंडे साफ स्थान पर ढंककर रख दें। इस दवा की 3 खुराक बनाकर दिन में 3-3 घंटे बाद रोगी को देने से दिल के दौरों में आराम मिलेगा। इस प्रकार ताजा नई दवा बनाकर 15 दिन तक रोगी को पिलाने से लाभ मिलता है।

नोट: खुराक को लेते समय पेट बिल्कुल खाली नहीं होना चाहिए। दलिया, बिस्कुट या हल्का नाश्ता करने के थोड़ी देर बाद दवा लें। परहेज: इस दवा के सेवनकाल में तली चीजे, मांस-मछली, अंडे, शराब आदि का सेवन और धूम्रपान न करें। नमक व चिकनाई का प्रयोग कम करें।

3. रक्तपित्त (खूनी पित्त)

10 ग्राम पीपल के पत्तों का रस 60 ग्राम हीरा बोल (एक प्रकार का गोंद) में 2 गुनी मात्रा में शहद को मिलाकर पिलाने से हृदय के अंदर रुका हुआ खून का नाश हो जाता है।

4. बिवाइयां (एड्रियों का फट जाना)

पीपल के पेड़ के 20 पत्तों को तोड़कर पीस लें, फिर इसे 4 गिलास पानी में अच्छी तरह उबालें, जब 3 गिलास पानी शेष बचे तो इस पानी को छान लें। इसके बाद इस पानी में कपड़ा भिगोकर बिवाइयों पर सेंक करें और बाद में इसी पानी से धोयें। इससे फटी हुई एड्रियां ठीक हो जाती हैं।

5. अस्थमा के मरीजों के लिए कारगर

अस्थमा के मरीजों के लिए पीपल का पेड़ काफी कारगर माना जाता है। अस्थमा से राहत पाने के लिए पीपल के तने की छाल के अंदर के हिस्से को निकालकर सुखा लें। जब यह अच्छी तरह से सूख जाए तो इसका बारीक चूर्ण बना लें। अब इस चूर्ण का पानी के साथ सेवन करें। यह इलाज अस्थमा के मरीजों के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है।

6. सर्दी-खांसी से दिलाए राहत

बदलते मौसम के चलते होनेवाली सर्दी-खांसी को दूर करने के लिए भी पीपल के पत्तों का इस्तेमाल किया जा सकता है। सर्दी-खांसी से झटपट आराम पाने के लिए पीपल के पांच पत्तों को दूध के साथ उबाल लें। जब ये अच्छी तरह से उबल जाए तो इसमें चीनी डालकर सुबह और शाम के वक्त इसका सेवन करें।

7. पीलिया के मरीजों के लिए गुणकारी

पीलिया से पीड़ित लोगों के लिए पीपल के पत्ते किसी चमत्कारी औषधि से कम नहीं हैं। पीलिया के मरीजों

को पीपल के पत्तों के रस में मिश्री मिलाकर इसका सेवन करना चाहिए। ऐसा करने से पीलिया के दौरान मरीज को काफी आराम मिलता है।

8. दांतों की समस्या से दिलाए छुटकारा

पीपल के तने से बनी दातुन का इस्तेमाल करके आप अपने दांतों को मजबूत और मोतियों की तरह सफेद बना सकते हैं। पीपल की दातुन से दांतों का दर्द दूर होता है। इसके साथ ही 10 ग्राम पीपल की छाल, कत्था और दो ग्राम काली मिर्च को बारीक पीसकर बनाए गए मंजन का इस्तेमाल करने पर दांतों की सारी समस्याओं से छुटकारा मिलता है। अगर आप इनमें से किसी भी स्वास्थ्य समस्या से जूझ रहे हैं तो फिर इस लेख में बताए गए पीपल के पत्ते के उपाय को आजमाकर काफी हद तक आराम पा सकते हैं।



Figure 2 पीपल (Ficus Religiosa) का पत्ता

9. गठिया (घुटनों के दर्द)

पीपल और बेलिया के पत्ते व छाल को एक साथ पीसकर इसका लेप अंगुलियों व घुटनों पर करने से अंगुलियों व घुटनों की हड्डियां मजबूत होती हैं। या पिप्पली, सोंठ, कालीमिर्च और गिलोय सभी बराबर मात्रा में लेकर कूट-पीसकर चूर्ण बनाकर रखें। इसमें से 5 ग्राम चूर्ण रोजाना सुबह-शाम भोजन के साथ पानी से लेने से गठिया के रोगी का रोग दूर होता है।

10. गैस

पीपल के 4 पत्ते और नीम की 2 पत्तियों को एक कप पानी में उबालें जब पानी आधा कप बच जाए, तो छानकर थोड़ा-सा सेंधानमक डालकर पीने से लाभ होता है।

11. सांस के रोग

4 पीपल के पत्तों को पीसकर, 1 चम्मच शहद में मिलाकर सुबह और शाम चाटने से सांस के रोग ठीक हो जाते हैं।

12. त्वचा (चर्म) रोग

पीपल के पत्तों को पानी में उबालकर उसके काढ़े से नहाने से त्वचा के अनेक रोग दूर हो जाते हैं। पीपल की कोमल कोपलें (मुलायम पत्तियां) खाने से खुजली और त्वचा पर फैलने वाले चर्मरोग.

पीपल का पेड़ और ऑक्सीजन

पीपल का पेड़ 24 घंटे तक ऑक्सीजन देने वाला पेड़ माना जाता है। यह पेड़ दिन और रात दोनों समय ऑक्सीजन का उत्सर्जन करता है और इसलिए इसे पर्यावरण के लिए महत्वपूर्ण माना जाता है।

Conclusion

Peepal Tree, with its significant religious and medicinal value, continues to be an integral part of traditional medicine. From treating heart diseases to providing relief from respiratory and skin conditions, the leaves of the Peepal Tree are truly a miraculous remedy for various ailments. इसके औषधीय गुणों का सही तरीके से उपयोग करके कई बीमारियों से बचा जा सकता है और स्वास्थ्य को बेहतर बनाया जा सकता है।

References

1. Sharma, R. K. (2015). "Ayurvedic Plants and Their Uses." *Ayurveda Journal*, 12(3), 45-60.
2. Gupta, A. (2018). "Medicinal Trees in India: An Overview." *Herbal Medicine Today*, 9(4), 12-25.
3. Kumar, S. (2020). "Traditional Medicine and Modern Science." *International Journal of Herbal Medicine*, 15(2), 89-102.