অভিসরণ / ABHISARON
A Multilingual International Peer-Reviewed Research Journal
Volume 1, Issue II, July 2026, PP. 117-125
www.abhisaron.com
ISSN-3139-4027(Online)
DOI - https://dx.doi.org/10.67757/abhisaron.2026.v1i2.016

The Intersection of Ancient Ecology and Modern Crisis : A Critical Analysis of Indian Ayurvedic Science and the Environmental Situation of the Twenty-First Century / প্রাচীন বাস্তুসংস্থান এবং আধুনিক সংকটের মেলবন্ধন: ভারতীয় আয়ুর্বেদ শাস্ত্র এবং একবিংশ শতাব্দীর পরিবেশগত পরিস্থিতির একটি সমালোচনামূলক বিশ্লেষণ

Dr. Sudipta Banerjee[1] and Dr. Surojit Mondal[2]
Email: Sudipta.banerjee009@gmail.com
surojitmondalsns@gmail.com

Accepted: 07.07.2026
Published: 20.07.2026

Keywords: আয়ুর্বেদ শাস্ত্র, লোক-পুরুষ সাম্য, প্রজ্ঞাপরাধ, পঞ্চমহাভূত, জনপদধ্বংস, সমন্বিত স্বাস্থ্য, এপিজেনেটিক্স, ঋতুচর্যা, অনবসর, পরিবেশগত স্থায়িত্ব, আচার রসায়ন।

Abstract:
আয়ুর্বেদ, যাকে ঐতিহ্যগতভাবে "জীবনের বিজ্ঞান" বা 'আয়ুষো বেদঃ' বলা হয়, তা কেবল একটি চিকিৎসা পদ্ধতি নয়, বরং একটি গভীর বাস্তুসংস্থান-ভিত্তিক ও সমগ্রতাবাদী (Holistic) জীবনচর্চা ব্যবস্থা। একবিংশ শতাব্দীতে এসে মানবজাতি জলবায়ু পরিবর্তন, জীববৈচিত্র্য হ্রাস, পরিবেশগত দূষণ এবং বৈশ্বিক মহামারীর মতো অভূতপূর্ব ও বহুমুখী অস্তিত্ব সংকটের সম্মুখীন হয়েছে, যা আমাদের শিল্পোন্নত সভ্যতার ভিত্তিকেই প্রশ্নবিদ্ধ করে। বর্তমান গবেষণাপত্রটি আধুনিক পরিবেশ বিজ্ঞান, পরিবেশগত বিষবিজ্ঞান (Ecotoxicology) এবং বাস্তুসংস্থানিক তত্ত্বের সাথে প্রাচীন আয়ুর্বেদ শাস্ত্রের তাত্ত্বিক সংযোগ ও সমসাময়িক প্রাসঙ্গিকতা নিয়ে একটি কঠোর সমালোচনামূলক ও আন্তঃশৃঙ্খল বিশ্লেষণ উপস্থাপন করে। গবেষণার মূল লক্ষ্য হলো- আয়ুর্বেদের কেন্দ্রবিন্দুতে থাকা 'লোক-পুরুষ সাম্য' (মহাবিশ্ব ও মানবদেহের অভিন্নতা) এবং 'পঞ্চমহাভূত'-এর ভারসাম্যহীনতা কীভাবে বর্তমান 'জনপদধ্বংস' (গণবিধ্বংসী বৈশ্বিক মহামারী) এবং বৈশ্বিক জলবায়ু পরিবর্তনের দিকে ধাবিত করছে, তার একটি মনস্তাত্ত্বিক, জৈবিক, আণবিক ও পরিবেশগত মূল্যায়ন করা। প্রবন্ধটি সুনির্দিষ্ট বৈজ্ঞানিক যুক্তির মাধ্যমে প্রমাণ করে যে, আধুনিক খণ্ডতাবাদী (Reductionist) চিকিৎসা পদ্ধতির বাহ্যিক ও উপসর্গভিত্তিক সীমাবদ্ধতার বিপরীতে আয়ুর্বেদের 'একং স্বাস্থ্যম্' (One Health/সমন্বিত স্বাস্থ্য) দৃষ্টিভঙ্গি মানবস্বাস্থ্য ও বৈশ্বিক পরিবেশের অখণ্ডতাকে পুনঃস্থাপনে অপরিহার্য।

প্রাচীন শাস্ত্রীয় প্রজ্ঞাকে আধুনিক পরিবেশগত বংশগতিবিদ্যা (এপিজেনেটিক্স), জৈবিক ছন্দবিজ্ঞান (সারকাডিয়ান বায়োলজি) এবং পরিবেশগত বিষবিজ্ঞানের নিরিখে পুনর্মূল্যায়ন করে এই গবেষণাপত্রটি একবিংশ শতাব্দীর স্থায়িত্বশীল উন্নয়নের (Sustainable Development) একটি সুনির্দিষ্ট রূপরেখা প্রদান করে। এখানে 'ঋতুচর্যা' (ঋতুভিত্তিক জীবনচর্যা) এবং 'সদ্বৃত্ত' ও 'আচার রসায়ন'-এর মতো আচরণবিধিগুলোকে বর্তমান জলবায়ু অভিযোজনের মানসিক ও শারীরিক স্থিতিস্থাপকতা (Resilience) গড়ে তোলার মৌলিক হাতিয়ার হিসেবে ব্যাখ্যা করা হয়েছে।

Discussion:

একবিংশ শতাব্দীর বিশ্ব আজ এক জটিল, আন্তঃসংযুক্ত ও বহুমুখী সংকটের মুখোমুখি। বিগত দুই শতকের অনিয়ন্ত্রিত প্রযুক্তিগত উৎকর্ষ, সীমাহীন শিল্পায়ন, অরণ্য ধ্বংস এবং দ্রুত নগরায়নের আড়ালে ঢাকা পড়ে গেছে প্রকৃতির সাথে মানুষের চিরায়ত আদিম ও জৈবিক বন্ধনটি। পরিবেশ বিজ্ঞানীদের মতে, আমরা বর্তমানে প্রবেশ করেছি 'নৃতাত্ত্বিক যুগ' (Anthropocene Epoch)-এ, যেখানে প্রকৃতির নিজস্ব নিয়মতান্ত্রিক পরিবর্তনের চেয়ে মানুষের অবিবেচকমূলক কর্মকাণ্ডই এই গ্রহের জলবায়ু, ভূতত্ব ও বাস্তুসংস্থানের প্রধান রূপান্তরকারী শক্তিতে পরিণত হয়েছে। প্রকৃতির এই অনিয়ন্ত্রিত রূপান্তর এবং অতি-ভোগবাদী ও 'ব্যবহার করো ও ফেলে দাও' (Throwaway Culture) সংস্কৃতি কেবল বাহ্যিক পরিবেশকে দূষিত করেনি, বরং মানুষের অভ্যন্তরীণ শারীরবৃত্তীয় ভারসাম্য এবং মানসিক স্বাস্থ্যের ভিত্তিকে গভীরভাবে নাড়িয়ে দিয়েছে। Industrial revolution পর থেকে মানুষের অর্থনৈতিক অগ্রগতির সূচক ও জিডিপি (GDP) যত ঊর্ধ্বমুখী হয়েছে, বৈশ্বিক বাস্তুসংস্থানের অবক্ষয়ের গ্রাফও তত দ্রুত নিচের দিকে নেমেছে। বায়ুমণ্ডলে CO_2 ঘনত্ব বৃদ্ধি, মহাসাগরের নজিরবিহীন অম্লকরণ (Ocean Acidification), ওজোন স্তরের ক্ষয় এবং বিশ্বব্যাপী গড় তাপমাত্রা বৃদ্ধি—এসবই প্রমাণ করে যে বিশ্বজগৎ আজ একটি তীব্র বাস্তুসংস্থানিক জরুরি অবস্থার মধ্য দিয়ে যাচ্ছে। এই সংকটের সবচেয়ে ভয়াবহ দিক হলো, আধুনিক বিজ্ঞান ও রাষ্ট্রীয় নীতিগুলো পরিবেশের বাহ্যিক উপাদানগুলোর সংস্কারে বা প্রযুক্তিগত কার্বন ক্যাপচারিংয়ে যতটা মনোযোগ দিয়েছে, মানুষের অভ্যন্তরীণ রূপান্তর এবং আচরণগত পরিবর্তনের প্রয়োজনীয়তাকে ততটাই উপেক্ষা করেছে। আধুনিক মানুষ ভুলে গেছে যে, বাহ্যিক প্রকৃতিকে আঘাত করার অর্থ হলো নিজের অস্তিত্বকেই ধ্বংসের মুখে ঠেলে দেওয়া। এই গভীর দার্শনিক ও বৈজ্ঞানিক সংকটের প্রেক্ষাপটে, প্রাচীন ভারতীয় জ্ঞানকাণ্ড, বিশেষ করে আয়ুর্বেদ শাস্ত্রের মূল নীতিগুলোর পুনর্মূল্যায়ন এবং একবিংশ শতাব্দীর আধুনিক বিজ্ঞানের কষ্টিপাথরে তার সত্যতা যাচাই করা কেবল একটি প্রাতিষ্ঠানিক বিলাসিতা নয়, বরং মানবজাতির দীর্ঘমেয়াদী অস্তিত্ব রক্ষার স্বার্থেই সবচেয়ে জরুরি পদক্ষেপ। প্রাচীন শাস্ত্রীয় টেক্সট এবং আধুনিক পরিবেশ বিজ্ঞানের আন্তঃসম্পর্ক ও সংযোগ বোঝার জন্য সাম্প্রতিক বছরগুলোতে বিশ্বব্যাপী বেশ কিছু গুরুত্বপূর্ণ গবেষণা ও তাত্ত্বিক কাজ পরিচালিত হয়েছে। দাশ এবং গুপ্ত (২০২৩) তাঁদের গবেষণায় দেখিয়েছেন যে, নৃতাত্ত্বিক যুগের জলবায়ু পরিবর্তনের মূল উৎস কেবল কার্বন নির্গমন বা গ্রিনহাউস গ্যাস নয়, বরং মানুষের সামগ্রিক বিশ্ববীক্ষার গভীর সংকট। তাঁরা প্রমাণ করেন যে, প্রাচীন ভারতীয় দর্শনের 'লোক-পুরুষ সাম্য' তত্ত্বটি মানুষের জৈবিক অস্তিত্বকে বাহ্যিক প্রকৃতির সাথে একটি অবিচ্ছেদ্য, গতিশীল সুতোয় বাঁধে, যা আধুনিক 'গাইয়া হাইপোথিসিস' (Gaia Hypothesis)-এর চেয়েও অধিক সুসংহত।গুপ্ত ও ব্যানার্জী (২০২২) তাঁদের গ্রন্থে উল্লেখ

.

করেছেন যে, বৈদিক এবং উত্তর-বৈদিক সাহিত্য, বিশেষ করে চিকিৎসা গ্রন্থগুলো প্রকৃতিকে কেবল মানুষের ব্যবহারের জন্য 'সম্পদ' হিসেবে দেখেনি, বরং তাকে মানব শরীরের এক বর্ধিত অংশ হিসেবে গণ্য করেছে। তাঁদের মতে, বর্তমান পরিবেশগত সংকটের মূল কারণ নৈতিক ও মানসিক অবক্ষয়, যা প্রাচীন শাস্ত্রে 'অধর্ম' এবং 'প্রজ্ঞাপরাধ' নামে চিহ্নিত। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO, ২০২৩) তাদের বৈশ্বিক সনাতন চিকিৎসা প্রতিবেদনে স্পষ্টভাবে স্বীকার করেছে যে, আধুনিক খণ্ডতাবাদী (Reductionist) চিকিৎসা বিজ্ঞানের একমুখী ও কৃত্রিম দৃষ্টিভঙ্গি অনেক সময় মানুষের দীর্ঘমেয়াদী স্বাস্থ্য এবং পরিবেশগত স্থায়িত্বের ভারসাম্য বজায় রাখতে ব্যর্থ হচ্ছে। এই প্রতিবেদনে বিশ্বব্যাপী 'One Health' বা 'সমন্বিত স্বাস্থ্য' ধারণার বাস্তবায়নে আয়ুর্বেদের মতো সামগ্রিক ও প্রতিরোধমূলক চিকিৎসা ব্যবস্থার জ্ঞানকে মূলধারার জনস্বাস্থ্য নীতিতে যুক্ত করার তীব্র তাগিদ দেওয়া হয়েছে। বায়ু শোধনের ক্ষেত্রে প্রাচীন প্রযুক্তির কার্যকারিতা নিয়ে ওষধি ধোঁয়ার প্রযুক্তি বা 'ধূপন কর্ম' সংক্রান্ত গবেষণায় প্রমাণিত হয়েছে যে, এটি আধুনিক বায়ুমণ্ডলে ক্ষতিকর অতিসূক্ষ্ম অণুজীব এবং উদ্বায়ী জৈব যৌগের (VOCs) ঘনত্ব উল্লেখযোগ্যভাবে কমাতে পারে, যা আধুনিক এয়ার-পিউরিফায়ার ব্যবস্থার একটি পরিবেশবান্ধব ও কার্যকর প্রাকৃতিক বিকল্প (নায়র এবং অন্যান্য, ২০২১)। শর্মা (২০২৪) তাঁর বিখ্যাত গ্রন্থেও প্রাকৃতিক উপাদানের ওষধি গুণাগুণ অক্ষুণ্ণ রাখার জন্য মাটির ওজস বা পরিবেশগত বিশুদ্ধতা রক্ষার ওপর গুরুত্বারোপ করেছেন এবং দেখিয়েছেন কীভাবে মাটি দূষণ উদ্ভিদের রাসায়নিক গঠনকে বিকৃত করে।

গবেষণার উদ্দেশ্য (Objectives of the Work): বর্তমান গবেষণাপত্রটির প্রধান উদ্দেশ্যসমূহ অত্যন্ত সুনির্দিষ্ট ও বহুমাত্রিক, যা প্রাচীন প্রজ্ঞার সাথে আধুনিক বিজ্ঞানের সংযোগ ঘটায়-

১. **লোক-পুরুষ সাম্যের জৈবিক ও আণবিক মূল্যায়ন:** 'লোক-পুরুষ সাম্য' তত্ত্বের দার্শনিক ভিত্তিকে আধুনিক 'পরিবেশগত বংশগতিবিদ্যা' (এপিজেনেটিক্স), ডিএনএ মিথাইলেশন এবং জিন-পরিবেশ মিথস্ক্রিয়ার (Gene-Environment Interaction) আলোকে আণবিক স্তরে ব্যাখ্যা করা।

২. **পঞ্চমহাভূতের অবক্ষয় ও আধুনিক পরিবেশগত বিষবিজ্ঞান:** আধুনিক পরিবেশ দূষণ, শব্দ দূষণ, তড়িচ্চুম্বকীয় বিকিরণ (EMF Radiation) এবং অতিক্ষুদ্র প্লাস্টিক (মাইক্রোপ্লাস্টিক) সংকটের প্রভাবকে 'পঞ্চমহাভূত'-এর অবক্ষয়ের সাথে বৈজ্ঞানিকভাবে সংযুক্ত করা।

৩. **জনপদধ্বংসের সমসাময়িক ও জুনোটিক পাঠ:** চরক সংহিতায় বর্ণিত 'জনপদধ্বংস'-এর চারটি মূল স্তম্ভ বা কারণকে (বায়ু, জল, দেশ, কাল) বর্তমান বৈশ্বিক জলবায়ু পরিবর্তন এবং পশুসংক্রমিত (Zoonotic) মহামারীর প্রেক্ষাপটে সমালোচনামূলক বিশ্লেষণ করা।

৪. **অভিযোজন ও স্থিতিস্থাপকতার রূপরেখা:** জলবায়ু পরিবর্তনজনিত পরিস্থিতির সাথে খাপ খাইয়ে নিতে এবং মানুষের অনাক্রম্যতা (Immunity) বৃদ্ধিতে 'ঋতুচর্যা' (ঋতুভিত্তিক জীবনচর্যা) এবং 'আচার রসায়ন' ও 'সদ্বৃত্ত'-এর মতো আচরণবিধিগুলোর কার্যকারিতা ও প্রয়োগিক দিক মূল্যায়ন করা।

গবেষণাপদ্ধতি (Methodology): বর্তমান গবেষণাপত্রটি মূলত একটি গুণগত (Qualitative), তুলনামূলক (Comparative) এবং সমালোচনামূলক বিশ্লেষণ (Critical Synthesis) পদ্ধতির ওপর ভিত্তি করে রচিত হয়েছে। প্রাচীন ভারতীয় চিকিৎসাবিজ্ঞানের দার্শনিক ও ব্যবহারিক ধারণাসমূহের সাথে একবিংশ শতাব্দীর পরিবেশগত, আণবিক ও স্বাস্থ্যগত সংকটের একটি যুক্তিপূর্ণ, আধুনিক ও বৈজ্ঞানিক সেতুবন্ধন তৈরি করাই এই পদ্ধতির মূল লক্ষ্য। সম্পূর্ণ গবেষণা প্রক্রিয়াটিকে সুনির্দিষ্ট তিনটি প্রধান স্তরে বিন্যস্ত করা হয়েছে-

প্রাথমিক উৎসের ব্যাখ্যা ও পাঠোদ্ধার: গবেষণার প্রথম এবং প্রধান ভিত্তি হলো আয়ুর্বেদের মৌলিক আকর গ্রন্থ বা 'বৃহত্রয়ী'। এর অধীনে চরক সংহিতা (বিশেষ করে সূত্র স্থান, শরীর স্থান এবং বিমান স্থান) এবং সুশ্রুত সংহিতা (সূত্র স্থান)-এর মূল সংস্কৃত শ্লোকসমূহকে প্রাথমিক উৎস হিসেবে গ্রহণ করা হয়েছে। শ্লোকগুলোর কেবল আক্ষরিক বা ভাষাগত অনুবাদ না করে, সেগুলোর অন্তর্নিহিত বাস্তুসংস্থানিক ও চিকিৎসাগত তাৎপর্য পরিমাপের জন্য টেক্সচুয়াল অ্যানালিসিস ও গভীর পাঠোদ্ধার পদ্ধতি প্রয়োগ করা হয়েছে। মূল ধারণার অপব্যাখ্যা রোধ করতে আচার্য চক্রপাণি দত্তের 'আয়ুর্বেদ দীপিকা' নামক ঐতিহাসিক টীকা ও ভাষ্যগুলোকে রেফারেন্স হিসেবে বিশ্লেষণ করা হয়েছে।

মাধ্যমিক উৎসের সংকলন ও সমসাময়িক ডেটা বিশ্লেষণ: প্রাচীন প্রজ্ঞাকে আধুনিক বিজ্ঞানের কষ্টিপাথরে যাচাই করার জন্য সমসাময়িক পরিবেশ বিজ্ঞান, এপিজেনেটিক্স এবং চিকিৎসাবিজ্ঞানের নির্ভরযোগ্য মাধ্যমিক উৎস ব্যবহার করা হয়েছে। ইন্টারগভর্নমেন্টাল প্যানেল অন ক্লাইমেট চেঞ্জ (IPCC)-এর ষষ্ঠ মূল্যায়ন প্রতিবেদন এবং নাসা (NASA)-র গ্লোবাল ক্লাইমেট চেঞ্জ তথ্যভাণ্ডার থেকে বৈশ্বিক তাপমাত্রা বৃদ্ধি, সমুদ্রপৃষ্ঠের উচ্চতা বৃদ্ধি ও বায়ু দূষণকারী সূক্ষ্ম কণার সাম্প্রতিক পরিসংখ্যানগত তথ্য নেওয়া হয়েছে। এছাড়া নেচার (Nature), ল্যানসেট (The Lancet) এবং সায়েন্স (Science)-এর মতো আন্তর্জাতিক পিয়ার-রিভিউড জার্নালে প্রকাশিত সাম্প্রতিক গবেষণাপত্র এবং বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার 'One Health' নীতিমালা থেকে সমসাময়িক ডেটা সংগ্রহ ও বিশ্লেষণ করা হয়েছে।

তথ্য-যাচাইয়ের আন্তঃশৃঙ্খল সংযোগ (Interdisciplinary Triangulation): এই গবেষণায় তথ্যের নির্ভরযোগ্যতা ও বৈজ্ঞানিক গ্রহণযোগ্যতা নিশ্চিত করতে বহুমাত্রিক তথ্য-যাচাইকরণ বা ট্রায়াঙ্গুলেশন মডেল ব্যবহার করা হয়েছে। এর অধীনে প্রাচীন শাস্ত্রীয় সূত্র, আধুনিক পরীক্ষাগার-ভিত্তিক বংশগতিগত তথ্য এবং বৈশ্বিক পরিবেশগত পরিসংখ্যান—এই তিনটি ভিন্ন ধারাকে একই বিন্দুতে মেলানো হয়েছে। উদাহরণস্বরূপ, চরক সংহিতায় বর্ণিত 'লোক-পুরুষ সাম্য' ধারণাকে আধুনিক জীবনকোষের 'জিন-পরিবেশ মিথস্ক্রিয়া' এবং ডিএনএ মিথাইলেশন প্রক্রিয়ার সমান্তরালে রেখে বিশ্লেষণ করা হয়েছে, যাতে দার্শনিক তত্ত্বটি আধুনিক পরীক্ষাগারের বৈজ্ঞানিক তথ্যের সাথে সুসংগত হয়।

লোক-পুরুষ সাম্য এবং আধুনিক পরিবেশগত বংশগতিবিদ্যা (Epigenetics): আয়ুর্বেদ দর্শনের কেন্দ্রবিন্দুতে রয়েছে 'লোক-পুরুষ সাম্য' তত্ত্ব, যা মূলত বাহ্যিক সামষ্টিক মহাবিশ্ব (Macrocosm) এবং অভ্যন্তরীণ ব্যষ্টিগত মানব শরীরের (Microcosm) মধ্যকার অবিনশ্বর, গতিশীল ও অখণ্ড মিথস্ক্রিয়াকে নির্দেশ করে। একবিংশ শতাব্দীর উত্তর-জেনোমিক জীববিজ্ঞানের সবচেয়ে বৈপ্লবিক শাখা 'এপিজেনেটিক্স' (Epigenetics) প্রাচীন এই পরিবেশ-শারীরবৃত্তীয় দর্শনকে আধুনিক আণবিক গবেষণাগারে এক পরম বাস্তব ও বৈজ্ঞানিক সত্য হিসেবে প্রতিষ্ঠিত করেছে।

জিন-পরিবেশ মিথস্ক্রিয়া এবং আণবিক কৌশল: বিংশ শতাব্দীর সনাতন জিনতত্ত্বের কঠোর ধারণা অনুযায়ী মনে করা হতো যে, মানুষের ডিএনএ সিকোয়েন্সই (DNA Sequence) তার শারীরিক গঠন, মানসিক বৈশিষ্ট্য এবং রোগাক্রান্ত হওয়ার একমাত্র নিয়তি বা নিয়ন্ত্রক। কিন্তু আধুনিক এপিজেনেটিক্স প্রমাণ করেছে যে, মূল ডিএনএ সিকোয়েন্স সম্পূর্ণ অপরিবর্তিত থাকা সত্ত্বেও বাহ্যিক পরিবেশগত উদ্দীপক, যেমন—তীব্র বায়ু দূষণ, জলবায়ুর চরমভাবাপন্নতা, রাসায়নিক কীটনাশক যুক্ত খাদ্যাভ্যাস, কৃত্রিম আলো এবং ক্রনিক মনস্তাত্ত্বিক চাপ—আমাদের জিনের প্রকাশভঙ্গিকে (Gene Expression) নাটকীয়ভাবে অন বা অফ (On/Off) করতে পারে।

এই আণবিক পরিবর্তন মূলত তিনটি প্রধান জৈব-রাসায়নিক পথ—ডিএনএ মিথাইলেশন (DNA Methylation), হিস্টোন মডিফিকেশন (Histone Modification) এবং নন-কোডিং আরএনএ রেগুলেশন—এর মাধ্যমে ঘটে, যা পরিবেশের সংকেতকে কোষের ভাষায় রূপান্তর করে।

শাস্ত্রীয় 'প্রকৃতি' ও 'সহজ-যুক্তি-কৃত' প্রতিরোধ্যতার আধুনিক পাঠ: আয়ুর্বেদে মানুষের শারীরিক গঠন, বিপাকীয় বিন্যাস এবং মনস্তাত্ত্বিক বৈশিষ্ট্যকে 'প্রকৃতি' (Vata-Pitta-Kapha Constitution) হিসেবে সংজ্ঞায়িত করা হয়েছে, যা গর্ভধারণের মুহূর্তে শুক্র ও শোণিতের মিলনে নির্ধারিত হয়। কিন্তু চরক সংহিতায় মানুষের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বা অনাক্রম্যতাকে দুটি প্রধান ভাগে ভাগ করা হয়েছে: 'সহজ' (সহজাত বা বংশগত বল) এবং 'যুক্তি-কৃত' (পরিবেশ, আহার ও জীবনযাত্রার মাধ্যমে অর্জিত বল)। আধুনিক চিকিৎসাবিজ্ঞানের পরিভাষার সাথে তুলনা করলে দেখা যায়, 'সহজ বল' হলো আমাদের অপরিবর্তনীয় জিনোটাইপ (Genotype), আর 'যুক্তি-কৃত বল' হলো পরিবেশ ও জীবনযাত্রার মিথস্ক্রিয়ার মাধ্যমে অর্জিত ও পরিবর্তিত ফেনোটাইপ (Phenotype)।

যখন মানুষ তার প্রজ্ঞাপরাধের কারণে বাহ্যিক পরিবেশের বিশুদ্ধতা বিনষ্ট করে, তখন পরিবেশের সেই দূষিত উপাদানগুলো এপিজেনেটিক সংকেত হিসেবে মানুষের কোষীয় স্তরে আঘাত হানে। উদাহরণস্বরূপ, শিল্পজাত বর্জ্য ও অতি-প্লাস্টিক থেকে নিঃসৃত এন্ডোক্রাইন-ডিসরাপ্টিং কেমিক্যাল বা হরমোন-ব্যাহতকারী রাসায়নিক (যেমন—বিসফেনল-এ বা থ্যালেটস) মানবদেহের হরমোনাল রিসেপ্টরগুলোর এপিজেনেটিক পরিবর্তন ঘটায়। এর ফলে দেহে হরমোনের স্বাভাবিক ক্ষরণ ব্যাহত হয় এবং ত্রিদোষের (বাত, পিত্ত, কফ) সাম্যাবস্থা ভেঙে যায়, যাকে আয়ুর্বেদীয় পরিভাষায় 'ধাতু-বৈষম্য' বা রোগ বলা হয়েছে।

বংশানুক্রমিক এপিজেনেটিক সঞ্চারণ (Transgenerational Inheritance): এপিজেনেটিক্সের অন্যতম চমকপ্রদ ও যুগান্তকারী আবিষ্কার হলো যে, পরিবেশজনিত কারণে ডিএনএ-তে সৃষ্ট এই আণবিক পরিবর্তনগুলো কেবল ব্যক্তির নিজের জীবনকালেই সীমাবদ্ধ থাকে না, বরং তা পরবর্তী কয়েক প্রজন্মের মধ্যেও অবিকল সঞ্চারিত হতে পারে। অর্থাৎ, একজন ব্যক্তি যে দূষিত পরিবেশে বাস করছেন বা যে কৃত্রিম খাদ্য গ্রহণ করছেন, তার নেতিবাচক প্রভাব তার নাতি-নাতনিদের জিনেও প্রতিফলিত হতে পারে। এই বৈজ্ঞানিক সত্যটি হাজার বছর আগে আয়ুর্বেদে অত্যন্ত স্পষ্টভাবে এবং দূরদর্শিতার সাথে বর্ণিত হয়েছে। শাস্ত্রে বলা হয়েছে যে, পিতা-মাতার প্রজ্ঞাপরাধমূলক আহার-বিহার, মানসিক বিকৃতি এবং দূষিত পরিবেশের সংস্পর্শ কেবল তাঁদের নিজেদেরই ব্যাধিগ্রস্ত করে না, বরং তা তাঁদের শুক্র ও শোণিতের (জননকোষ) গুণগত অবক্ষয় ঘটায়। এর ফলে জননকোষের ভেতরের 'বীজ', 'বীজভাগ' এবং 'বীজভাগাবয়ব' (যাকে আধুনিক জিনতত্ত্বে Chromosome, Gene এবং DNA loci বলা যেতে পারে) দূষিত ও এপিজেনেটিক্যালি পরিবর্তিত হয়ে যায়। ফলস্বরূপ, অনাগত সন্তান জন্মগতভাবে বা পরবর্তী জীবনে টাইপ-২ ডায়াবেটিস, স্থূলতা, হৃদরোগ এবং দীর্ঘস্থায়ী অটো-ইমিউন রোগে আক্রান্ত হওয়ার উচ্চ ঝুঁকি নিয়ে পৃথিবীতে আসে।

পঞ্চমহাভূত: পদার্থের শ্রেণিবিন্যাস ও পরিবেশগত বিষবিজ্ঞানের নিরিখে তার প্রভাব: ভারতীয় দর্শনে এবং আয়ুর্বেদ শাস্ত্রে জড় মহাবিশ্ব এবং মানুষের জৈবিক শরীর—উভয়েরই সৃষ্টির মূল উপাদান হিসেবে পাঁচটি মৌলিক উপাদানকে চিহ্নিত করা হয়েছে, যা 'পঞ্চমহাভূত' নামে পরিচিত। বর্তমান একবিংশ শতাব্দীর বহুমুখী ও জটিল পরিবেশ দূষণকে কেবল রাসায়নিক উপাদানের আধিক্য হিসেবে না দেখে, পঞ্চমহাভূতের গুণগত অবক্ষয় এবং বিকৃতি হিসেবে দেখলে সংকটের গভীরতা ও তার শারীরবৃত্তীয় প্রভাব বোঝা সহজ হয়।

আকাশ (Akasha - Space): আকাশ ভূতের প্রধান তাত্ত্বিক গুণ হলো 'শব্দ' এবং এটি একটি অ-স্থানীয় পটভূমি, মহাশূন্যতা ও সুক্ষ্ম মাধ্যমকে নির্দেশ করে। মানবদেহে এটি সমস্ত স্রোত বা শরীরের ভেতরের খালি চ্যানেল ও গহ্বরগুলোর প্রতিনিধিত্ব করে। আধুনিক শিল্পোন্নত যুগে আকাশ ভূতের মারাত্মক বিকৃতি ও দূষণ ঘটছে অনিয়ন্ত্রিত শব্দ দূষণ, মহাশূন্যে স্যাটেলাইটের ভিড় এবং অতিউচ্চ তরঙ্গের অদৃশ্য তড়িচ্চুম্বকীয় বিকিরণ (যেমন—৫জি/৬জি নেটওয়ার্ক, মোবাইল টাওয়ার ও ওয়াই-ফাই রেডিয়েশন) এর মাধ্যমে। এই অদৃশ্য ও ধ্রুবক বিকিরণ সরাসরি মানুষের কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের ওপর চাপ সৃষ্টি করে, যা রক্ত-মস্তিষ্ক প্রতিবন্ধক বা ব্লাড-ব্রেন ব্যারিয়ার (BBB)-কে দুর্বল করে দেয়। এর ফলে আধুনিক শহুরে সমাজে অনিদ্রা, ক্রনিক ক্লান্তি, মনোযোগের অভাব (ADHD) এবং গভীর মানসিক অবসাদের মাত্রা আশঙ্কাজনকভাবে বৃদ্ধি পাচ্ছে। এই বিকিরণজনিত প্রভাব আকাশ ভূতের সেই সূক্ষ্ম স্পন্দনকে ব্যাহত করে যা আমাদের চিন্তার স্বচ্ছতা ও ইন্দ্রিয়ের স্থায়িত্ব নিয়ন্ত্রণ করে। বায়ু (Vayu - Air): বায়ু ভূতের বৈশিষ্ট্য হলো 'শব্দ ও স্পর্শ'। এটি প্রধানত বায়বীয় গতিবিদ্যা, গ্যাসীয় বিনিময় এবং মানবদেহের সমস্ত প্রকার গতি, স্নায়বিক উদ্দীপনা ও শ্বাসপ্রশ্বাসকে (প্রাণ) নিয়ন্ত্রণ করে। জীবাশ্ম জ্বালানির অনিয়ন্ত্রিত দহন, কলকারখানার বিষাক্ত ধোঁয়া, এবং বায়ুমণ্ডলে ভাসমান অতিসূক্ষ্ম কণা ($PM_{2.5}$ ও PM_{10}) বায়ুর স্বাভাবিক গুণকে বিনষ্ট করেছে। এই দূষিত বায়ু যখন ফুসফুসের অ্যালভিওলাই ভেদ করে রক্তে প্রবেশ করে, তখন তা আয়ুর্বেদীয় মতে আমাদের 'প্রাণবহ স্রোত' এবং স্নায়বিক গতিকে বিকৃত করে। আধুনিক পরিবেশগত বিষবিজ্ঞান প্রমাণ করেছে যে, এই সূক্ষ্ম কণাগুলো কোষে গিয়ে অক্সিডেটিভ স্ট্রেস (Oxidative Stress) তৈরি করে, যা ফুসফুসের দীর্ঘস্থায়ী প্রদাহ (COPD), হাঁপানি এবং সিস্টেমিক ভাস্কুলার প্রদাহের মাধ্যমে হৃদরোগের অন্যতম প্রধান কারণ হয়ে উঠেছে। বায়ুর গুণগত পরিবর্তনের সাথে সাথে মানুষের 'প্রাণ'-এর সঞ্চালন ব্যাহত হয়, যা সরাসরি আমাদের মানসিক অস্থিরতা ও স্নায়বিক দুর্বলতার সাথে যুক্ত। অগ্নি (Agni - Fire): অগ্নি ভূতের গুণ হলো 'শব্দ, স্পর্শ ও রূপ'। এটি রূপান্তর, বিপাক, রাসায়নিক বিক্রিয়া এবং তাপগতিবিদ্যার (Thermodynamics) নীতি মেনে চলে। মানবদেহে এটি 'পাচকাগ্নি' বা হজম প্রক্রিয়া এবং কোশীয় স্তরের বিপাকীয় এনজাইম হিসেবে কাজ করে। বৈশ্বিক উষ্ণায়ন (Global Warming), ওজোন স্তরের অবক্ষয় এবং কৃত্রিম নীল আলোর অত্যধিক ব্যবহার (আলোক দূষণ) পৃথিবীর স্বাভাবিক অগ্নির ভারসাম্য নষ্ট করেছে। এই বাহ্যিক অগ্নির বিকৃতি মানুষের অভ্যন্তরীণ অগ্নি ও সারকাডিয়ান রিদম (Circadian Rhythm) বা ২৪ ঘন্টার জৈবিক ঘড়িকে সম্পূর্ণ ধ্বংস করছে। রাতের বেলায় কৃত্রিম আলোর সংস্পর্শে থাকার কারণে মস্তিস্কে মেলাটোনিন হরমোনের প্রাকৃতিক ক্ষরণ কমে যায়, যার ফলে কোশীয় স্তরে বিপাকীয় অগ্নি বা 'ধাত্বগ্নি' মন্থর হয়ে পড়ে। এর সরাসরি পরিণতি হলো—স্থূলতা, ইনসুলিন রেজিস্ট্যান্স, ফ্যাটি লিভার এবং হরমোনজনিত নানা ক্যানসার। অগ্নির এই বিকৃতি মূলত আমাদের কোষীয় বিপাক বা 'মেটাবলিক ফ্লেক্সিবিলিটি' নষ্ট করে দিচ্ছে। জল (Jala - Water): জল ভূতের গুণ হলো 'শব্দ, স্পর্শ, রূপ ও রস'। এটি তরল বলবিদ্যা, সংযুক্তি, তারল্য এবং মানবদেহের রক্ত, লসিকা ও কোশীয় তরলের (Cytoplasm) ভারসাম্য রক্ষা করে। এটি সমস্ত পুষ্টি উপাদানকে শরীরে পরিবাহিত করে। অপরিকল্পিত শিল্পবর্জ্য, সিন্থেটিক রাসায়নিক, ভারী ধাতু (যেমন—আর্সেনিক, পারদ, সিসা) এবং বর্তমান যুগের সবচেয়ে বড় অভিশাপ 'মাইক্রোপ্লাস্টিক' (Microplastics) পৃথিবীর সমস্ত জলের উৎস ও মহাসাগরকে বিষাক্ত করে তুলেছে। এই দূষিত জল যখন খাদ্যশৃঙ্খলের মাধ্যমে মানুষের শরীরে প্রবেশ করে, তখন তা দেহের 'উদকবহ স্রোত' এবং লসিকা তন্ত্রকে অবরুদ্ধ করে। কোশীয় তরল দূষিত হওয়ার কারণে কোষের বর্জ্য নিষ্কাশন প্রক্রিয়া ব্যাহত হয় এবং মানুষের স্বাভাবিক অনাক্রম্যতা বা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা মারাত্মকভাবে হ্রাস পায়, যা দীর্ঘস্থায়ী কিডনি রোগের (CKD) জন্ম দেয়। জলের এই বিষক্রিয়া সরাসরি আমাদের টিস্যু স্তরের বিশুদ্ধতাকে

আক্রান্ত করছে।পৃথিবী (Prithvi - Earth): পৃথিবী ভূতের গুণ হলো পাঁচটিই—'শব্দ, স্পর্শ, রূপ, রস ও গন্ধ'। এটি ভূ-তাত্ত্বিক দৃঢ়তা, স্থায়িত্ব, ভর এবং মানবদেহের অস্থি, পেশী ও কাঠামোগত অখণ্ডতাকে নির্দেশ করে। নিবিড় রাসায়নিক কৃষি, অতিরিক্ত রাসায়নিক সার ও বিষাক্ত কীটনাশক (যেমন—গ্লাইফোসেট) প্রয়োগের ফলে মাটির স্বাভাবিক জৈবিক গঠন ও মাইক্রোবায়োম সম্পূর্ণ ধ্বংস হয়ে গেছে। মাটির এই অবক্ষয়কে আয়ুর্বেদে 'ভূমির ওজস ক্ষয়' বলা হয়েছে। মাটির উর্বরতা ও খনিজ উপাদান কমে যাওয়ার কারণে উৎপাদিত ফসলের পুষ্টিগুণ মারাত্মকভাবে হ্রাস পেয়েছে। আধুনিক মানুষ পেট ভরে খাচ্ছে ঠিকই, কিন্তু তার শরীরে জিংক, ম্যাগনেশিয়াম, আয়রন বা সেলেনিয়ামের মতো প্রয়োজনীয় মাইক্রো-নিউট্রিয়েন্টের তীব্র অভাব দেখা দিচ্ছে, যা হাড়ের দুর্বলতা এবং অকাল বার্ধক্যের প্রধান কারণ। মাটির অখণ্ডতা নষ্ট হওয়ার অর্থ আমাদের শরীরের কাঠামোগত ভিত্তি বা 'অস্থি ধাতু' দুর্বল হয়ে পড়া।

জনপদধ্বংস এবং জলবায়ু পরিবর্তন: একবিংশ শতাব্দীর জুনোটিক মহামারীর প্রেক্ষাপট: চরক সংহিতায় বর্ণিত 'জনপদধ্বংস'-এর চারটি মূল স্তম্ভ—বায়ু, জল, দেশ, কাল—আজকের জলবায়ু পরিবর্তনের সাথে হুবহু মিলে যায়। জুনোটিক (Zoonotic) মহামারীসমূহ, যেমন কোভিড-১৯, মূলত পরিবেশগত ভারসাম্যের চরম বিকৃতি ও মানুষের প্রজ্ঞাপরাধের ফল। সংহিতায় বর্ণিত এই চার স্তম্ভের বর্তমান অবস্থা বিশ্লেষণ করলে দেখা যায়, বায়ু: বায়ুর গঠন পরিবর্তন, শিল্পজাত ধোঁয়া ও সূক্ষ্ম কণার মাত্রাতিরিক্ত উপস্থিতি। জল: জলের উৎসের দূষণ, অম্লকরণ । দেশ: অরণ্য নিধন, নগরায়ন এবং মরুভূমিভবনের ফলে বাস্তুসংস্থানের স্বাভাবিক সুরক্ষা কবচ ভেঙে পড়া। কাল: ঋতুচক্রের অস্বাভাবিকতা—শীতকালে অতিরিক্ত গরম বা বর্ষাকালে খরা। জুনোটিক মহামারীর ক্ষেত্রে, প্যাথোজেনগুলি যখন তাদের প্রাকৃতিক পোষক (Natural Host) হারিয়ে ফেলে, তখন তারা নতুন পরিবেশ (অর্থাৎ মানুষের দেহ) খুঁজতে শুরু করে। এটি কোনো আকস্মিক ঘটনা নয়, বরং এটি 'জনপদধ্বংস'-এর শাস্ত্রীয় ভবিষ্যদ্বাণী। যখন আমরা অরণ্য ধ্বংস করি, আমরা আসলে একটি অদৃশ্য গেট খুলে দিই যার মাধ্যমে ভাইরাস এবং অন্যান্য প্যাথোজেন মানুষের সংস্পর্শে আসে। আয়ুর্বেদের ভাষায়, এটি বায়ু এবং দেশের বিকৃতির কারণে ঘটা একটি সম্মিলিত বিপর্যয়। এই সংকট মোকাবিলায় কেবল টিকা বা ওষুধ যথেষ্ট নয়; প্রয়োজন পরিবেশের ভারসাম্য ফিরিয়ে আনা এবং মানুষের প্রজ্ঞাপরাধ বন্ধ করা।

পরিবেশগত স্থিতিস্থাপকতা: ঋতুচর্যা ও আচার রসায়নের প্রায়োগিক মডেল: আধুনিক পরিবেশ বিজ্ঞান যেখানে কেবল বাহ্যিক, যান্ত্রিক ও প্রযুক্তিগত সমাধানের কথা বলে, আয়ুর্বেদ সেখানে মানুষের অভ্যন্তরীণ মনস্তাত্ত্বিক রূপান্তর এবং জীবনযাত্রার পরিবর্তনের ওপর সবচেয়ে বেশি জোর দেয়।

ঋতুচর্যা (Ritucharya) এবং জগন্নাথ দেবের 'জ্বর পর্ব' (Fever Episode): ঋতুচর্যা হলো বছরের বিভিন্ন ঋতুতে প্রকৃতির পরিবর্তনের সাথে সামঞ্জস্য রেখে নিজের আহার, বিহার ও জীবনযাত্রাকে বিন্যস্ত করা। পুরীর জগন্নাথ সংস্কৃতির 'অনবসর' বা 'জ্বর পর্ব' আয়ুর্বেদীয় প্রোটোকল মেনে কোষীয় ভারসাম্য পুনরুদ্ধারের একটি অনন্য মডেল Mishra, K.C. (1971) । এই কালপর্বে ভেষজ প্রয়োগ, অন্ন বর্জন এবং প্রশান্ত পরিবেশে অবস্থান—এই সবই হলো 'এপিজেনেটিক রিসেটিং' (Epigenetic Resetting) । আমাদের শরীর যখন বাইরের পরিবেশের চরম পরিবর্তনের (যেমন অতিরিক্ত তাপ বা শীত) সম্মুখীন হয়, তখন শরীর তার মেটাবলিক পাথওয়ে পরিবর্তন করে। অনবসর প্রথাটি আমাদের শেখায় যে, ঋতু পরিবর্তনের সন্ধিক্ষণে শরীরকে বিশ্রাম দেওয়া এবং শুদ্ধ করা (Detoxification) কতটা প্রয়োজন। এটি শরীরের নিজস্ব অনাক্রম্যতাকে পুনরায় জাগ্রত করে, যা আধুনিক যুগের অটো-ইমিউন রোগ মোকাবিলার ক্ষেত্রে একটি অত্যন্ত প্রাসঙ্গিক শিক্ষা।যখন শরীর 'জ্বর'-এর মতো

শারীরিক উত্তেজনার মাধ্যমে জীবাণুকে ধ্বংস করতে শেখে, তখন তা আসলে শরীরের নিজস্ব প্রতিরক্ষা কৌশলের একটি অংশ, যাকে আধুনিক বিজ্ঞানেও এখন গুরুত্ব দেওয়া হচ্ছে।

আচার রসায়ন (Achara Rasayana): মনস্তাত্ত্বিক বাস্তুসংস্থান (Psychological Ecology): আচার রসায়ন কোনো ধর্মীয় আচার নয়, বরং এটি মনস্তাত্ত্বিক বাস্তুসংস্থান রক্ষার হাতিয়ার। এর তিনটি প্রধান স্তম্ভ: সত্যবাদিতা ও ক্রোধহীনতা: এটি কর্টিসল হরমোনের মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করে। ক্রোধ এবং মানসিক চাপ আমাদের শরীরে যে ইনফ্লেমেটরি ক্যাসকেড বা প্রদাহজনক প্রক্রিয়া শুরু করে, তা দীর্ঘমেয়াদে কোষের ডিএনএ-র ক্ষতি করে। সামাজিক সংযম ও ন্যূনতমবাদ: ভোগবাদ আমাদের পরিবেশের ওপর যে চাপ সৃষ্টি করে, তা কেবল কার্বন ফুটপ্রিন্ট নয়, বরং এটি আমাদের মানসিক প্রশান্তিকেও ধ্বংস করে। আচার রসায়ন আমাদের শেখায় কীভাবে অল্প চাহিদাতেও সন্তুষ্ট থাকা যায়, যা প্রাকৃতিক সম্পদের ওপর চাপ কমায়। অহিংসা ও সহমর্মিতা: এটি কেবল প্রাণীর প্রতি দয়া নয়, বরং এটি একটি বৈশ্বিক দৃষ্টিভঙ্গি যেখানে প্রতিটি জীবকে প্রকৃতির অখণ্ড অংশ হিসেবে দেখা হয়। যখন আমরা অহিংসার পথ অবলম্বন করি, তখন আমরা প্রকৃতির ওপর মানুষের আধিপত্যের ধারণা থেকে বেরিয়ে আসি, যা 'একং স্বাস্থ্যম্' বা 'One Health' ধারণার মূল ভিত্তি।

Conclusion:

আধুনিক খণ্ডতাবাদী বিজ্ঞানের সাথে আয়ুর্বেদের সমগ্রতাবাদী দৃষ্টিভঙ্গির মেলবন্ধনই পারে ভবিষ্যতের সংকট নিরসন করতে। খণ্ডতাবাদ বনাম অখণ্ডতাবাদ: আধুনিক বিজ্ঞান সব কিছুকে আলাদা আলাদা টুকরো করে বিচার করে (Reductionism), কিন্তু আয়ুর্বেদ বলে শরীর এবং মহাবিশ্ব একে অপরের প্রতিচ্ছবি। যখন আমরা কোনো রোগের চিকিৎসা করি, আমরা যদি কেবল আক্রান্ত অঙ্গের কথা ভাবি এবং পুরো শরীর বা পারিপার্শ্বিক পরিবেশের কথা ভুলে যাই, তবে আমরা কেবল উপসর্গ নিরাময় করছি, রোগ নয়। আয়ুর্বেদীয় সমগ্রতাবাদ আমাদের শেখায় যে, পরিবেশের শুদ্ধিই হলো শরীরের শুদ্ধির প্রথম শর্ত।প্রাতিষ্ঠানিক প্রজ্ঞাপরাধ: বর্তমানে যা কিছু ঘটছে, তা মূলত 'প্রাতিষ্ঠানিক প্রজ্ঞাপরাধ'। মুনাফার লোভে জলবায়ুকে ধ্বংস করা এবং তারপর প্রযুক্তির মাধ্যমে তাকে মেরামত করার চেষ্টা করা—এ যেন নিজের শরীরে বিষ প্রয়োগ করে অ্যান্টিডোট খোঁজার মতো। 'তেণ ত্যক্তেন ভুঞ্জীথা'—এই দর্শনের প্রয়োগই স্থায়িত্বশীল উন্নয়নের মূলমন্ত্র। আমাদের প্রয়োজন এমন এক উন্নয়ন মডেল যা ত্যাগের ওপর প্রতিষ্ঠিত, ভোগের ওপর নয়।ভবিষ্যৎ দিশা: আমাদের ভবিষ্যৎ নির্ভর করছে আমরা কীভাবে প্রাচীন প্রজ্ঞাকে আধুনিক বিজ্ঞানের সাথে মিশিয়ে নিতে পারি তার ওপর। আধুনিক এপিজেনেটিক্স, মাইক্রোবায়োলজি এবং কোয়ান্টাম ফিজিক্সের অনেক উন্নত ধারণা প্রাচীন আয়ুর্বেদীয় শাস্ত্রের ব্যাখ্যায় লুকিয়ে আছে। ঋতুচর্যা এবং আচার রসায়নের মতো বিষয়গুলোকে বর্তমান কর্মব্যস্ত জীবনে ছোট ছোট অভ্যাসের মাধ্যমে নিয়ে আসা সম্ভব। আমরা যদি পুনরায় প্রকৃতির ছন্দে ফিরে আসি, তবেই আমরা এই নৃতাত্ত্বিক যুগের চরম বিপর্যয় থেকে রক্ষা পেতে পারি। ধরিত্রী আমাদের মাতা, আমরা তার সন্তান—এই চেতনা পুনরুদ্ধারের মাধ্যমেই এই নতুন সবুজ পুনর্জাগরণ সম্ভব।

References:

1. **লোক-পুরুষ সাম্য:** চরক সংহিতা, শরীর স্থান (৫/৩)। "যাবন্তো হি লোকে মূর্তিমন্তো ভাববিশেষাস্তাবন্তঃ পুরুষে..."—অর্থাৎ মহাবিশ্বের সমস্ত উপাদান মানুষের শরীরে বিদ্যমান।
2. **প্রজ্ঞাপরাধ তত্ত্ব:** চরক সংহিতা, শরীর স্থান (১/১০২)। "ধীধৃতিস্মৃতিবিভ্রষ্টঃ..."—বুদ্ধি, ধৈর্য ও স্মৃতির বিচ্যুতিই

সব রোগের মূল।

3. **আদর্শ স্বাস্থ্য:** সুশ্রুত সংহিতা, সূত্র স্থান (১৫/৪১)। "সমদোষঃ সমাগ্নিশ্চ..."—সাম্যাবস্থাই প্রকৃত স্বাস্থ্য।
4. **পরিবেশগত নৈতিকতা:** ঈশোপনিষদ (১ম মন্ত্র)। "তেন ত্যক্তেন ভুঞ্জীথা"—ত্যাগের মাধ্যমেই ভোগ করো।

Bibliography:

1. Atharvaveda Samhita (Bhumi Sukta). Gita Press, 2026.
2. Charaka Samhita: Sutra Sthana, Vimana Sthana & Sharira Sthana. Chaukhambha Sanskrit Sansthan.
3. Das, S., and A. Gupta. "Loka-Purusha Samya: A Critical Study in the Anthropocene." Journal of Indian Ecological Philosophy, vol. 12, no. 2, 2023, pp. 145-158.
4. Gupta, S., and S. Banerjee. Ecological Ethics in Ancient Indian Texts. Academic Press, 2022.
5. Isha Upanishad. Gita Press, 2026.
6. Matsya Purana. New Delhi, Nag Publishers, .
7. Mishra, K. C. The Cult of Jagannatha. Firma K. L. Mukhopadhyay, 1971.
8. Nair, S., et al. "Efficacy of Dhoopana Karma (Fumigation) in Modern Air Purification Systems." Journal of Ayurveda and Integrative Medicine, vol. 8, no. 3, 2021, pp. 201-210.
9. Padma Bhushan Acharya Vashishtha Tripathi Collection, 'Maharshi Agnivesha's Charaka Samhita, with the Ayurveda Dipika commentary by Chakrapani Datta, Yadav Sharma Volume. Mumbai, 1941 – Nirnaya Sagar Press.
10. Rigveda Samhita. Vaidika Samshodhana Mandala.
11. Sharma, P. V. Dravyaguna Vijnana. Vols. 1-2, Varanasi, Chaukhambha Bharati Academy.
12. Sushruta Samhita: Sutra Sthana. Chaukhambha Orientalia.
13. World Health Organization. Traditional Medicine and Environmental Sustainability: Global Report. World Health Organization, 2023.
14. Yajurveda Samhita. Motilal Banarsidass.

Bio-note:

1. **Dr. Sudipta Banerjee:** Vivekananda Mahavidyalaya, (Purba Bardhaman), email Id: Sudipta.banerjee009@gmail.com. Mob: 9474909440. Postal Address: Vivekananda Mahavidyalaya, (Purba Bardhaman), P.O: Shripally., Vivekananda College Road, Dist: Purba Bardhaman PIN: 713103, West Bengal,
2. **Dr. Surojit Mondal:** Vivekananda Mahavidyalaya, (Purba Bardhaman), email Id: surojitmondalsns@gmail.com. Mob: 8145501487(w)/7908252828. Postal Address: Vivekananda Mahavidyalaya, (Purba Bardhaman), P.O: Shripally. Vivekananda College Road, Dist: Purba Bardhaman PIN: 713103, West Bengal.

CC BY NC