AMITRAKSHAR
PUBLISHERS

আরোগ্যে ভেষজ

(প্রথম খণ্ড)

ডা. মদনমোহন বেরা

আরোগ্যে ভেষজ
ডা. মদনমোহন বেরা

আরোগ্যে ভেষজ

(১ম খণ্ড)

AMITRAKSHAR PUBLISHERS
AN ISO 9001:2015/QMS/092020/19534

আরোগ্যে ভেষজ

(১ম খণ্ড)

ডা. মদনমোহন বেরা

AMITRAKSHAR PUBLISHERS
AN ISO 9001:2015/QMS/092020/19534

First Published on 30th June, 2024
By
Amitrakshar™
Publishers
Kolkata-700068
© Copyright reserved by Minati Bera
ISBN: 978-93-6008-253-6
(Hardback)
Price : 350.00
Title of the Book:
আরোগ্যে ভেষজ (১ম খণ্ড)
(Aarogeya Vesaja- Vol-1 - A book of Vesaja Treatment)
লেখক : ডা. মদনমোহন বেরা
Author - Dr. Madanmohan Bera
Language: Bengali
Publisher and Type setter:
Author Typeset in Akruti Bangla Sharat
Page No.: 238
Printed by: M. Enterprises
Website: www.amitrakshar.co.in
Email id: amitraksharpublishers@gmail.com
Phone number: 9735768900
Published by:

Office: 1/199, Jodhpur Park, Gariahat Road, Kolkata -700068
City Office: Maghlaya Apartment, Dum Dum, 6 Jossore Road, Kolkata-700028
All rights reserved. No part of this book may be reprinted or reproduced or utilised in any Form or by any electronic, mechanical or other means, now known or hereafter invented, including, photocopying and recording, or in any information storage or retrieval system, without permission in writing from the publisher.
This is a work of Fiction. The characters, places, organisations and events described in this book are either a work of author's imagination or have been used fictitiously. Any resemblance to people, living or dead, places, events, communities or organisations.

উ ৎ স র্গ

সাহিত্যানুরাগী

প্রিয় স্বজন-পরিজন
ও
সহমর্মী পাঠকবৃন্দ

পূর্ব প্রকাশিত গ্রন্থ সমূহ :

কাব্যগ্রন্থ :

নবারুণ (২০১১) অর্কোদয় (২০১১) নবোদয় (২০১২)
অরুণিমা (২০১২) অস্তাচল (২০১৫) বেলাশেষে (২০২৩)

গল্পসংকলন :

প্রয়াগ (২০১৪) খড়কুটো (২০১৪) স্বপ্ন ও বাস্তব (২০১৫)
সাদাকালো (২০১৫) ঘরকন্যা (২০১৭) কৃতজ্ঞতার পরে (২০১৭)
আব্রু (২০১৭) কিছুই না (২০১৭) পোষ্যপ্রীতি (২০১৮)
অনুসন্ধান (২০১৮) উদ্যোগ (২০১৮) অন্বেষণ (২০১৮)
দেওয়ালি (২০১৮) বাসনা (২০১৮) ঘরে বাইরে (২০১৮)
বিশ্বাস (২০১৮) বিড়ম্বনা (২০১৯) প্রবহমান (২০১৯)
শেষরক্ষা (২০১৯) আপনজন (২০১৯) সংশোধন (২০২০)
অনুকৃতি (২০২০) কালোছায়া (২০২০) প্লাবন (২০২০)
সুজন (২০২০) দর্পণে (২০২০) আত্মহারা (২০২০)
দিশাহীন (২০২১) প্রত্যাখ্যান (২০২১) ভবঘুরে (২০২১)
অমান্য (২০২১) পালাবদল (২০২১) অনুরাগ (২০২১)
নিবারণ (২০২১) ইচ্ছাপূরণ (২০২১) পরোপকার (২০২১)
বিলোপ (২০২১) পরিচিতি (২০২১) ঠিকানা (২০২১)
আকর্ষণ (২০২১) আশ্রয় (২০২২) সান্ত্বনা (২০২২)
স্বপ্নহারা (২০২২) ভরসা (২০২২) চাওয়া পাওয়া (২০২২)
পরিপূরক (২০২২) প্রান্তিক (২০২২) গল্পের ছলে (২০২৩)
সৃষ্টি (২০২৪) অবশেষে (২০২৪) সংকলন ১ম (২০২৪)
প্রত্যাবর্তন (২০২৪)

ভেষজবিদ্যা :

ভেষজ মহৌষধি (প্রথম খণ্ড- ভেষজ পরিচিতি)
ভেষজ মহৌষধি (দ্বিতীয় খণ্ড-ভেষজ পরিচিতি)
ভেষজ সর্বশ্রেষ্ঠ (রোগারোগ্যে সংক্ষিপ্ত আলোচনা)
ভেষজ (প্রথম খণ্ড-রোগ প্রতিরোধ ও আরোগ্যে ভেষজের প্রয়োজন)
ভেষজ (দ্বিতীয় খণ্ড-রান্নার সব মশলাই রোগ প্রতিরোধ ও নিরাময় করে)
ভেষজ (তৃতীয় খণ্ড-পূজার সকল অর্ঘ্যই ভেষজ)
ভেষজ (চতুর্থ খণ্ড-শাক-সব্জীর ভেষজ গুণাগুণ)
ভেষজ চিরন্তন (২ খণ্ড-যন্ত্রস্থ)
আরোগ্যে ভেষজ (যন্ত্রস্থ)

ভূ মি কা

জীবনকালে দেহে রোগ-জ্বালা হয় না,দুঃখ-কষ্ট নেই এমন মানুষ পাওয়া যায় না। সব মানুষের দেহে কোন না কোন সময় রোগ-জ্বালার উদ্ভব হয়। কষ্ট যন্ত্রণার শেষ নেই। এর থেকে কারো পরিত্রাণ নেই। রোগ-জ্বালার প্রতিরোধ ও নিরাময়ের যে চেষ্টা হচ্ছে না তা নয়। সারা বিশ্বে প্রতিনিয়ত অনুসন্ধান ও গবেষণা অব্যাহত। সেই কারণে বর্তমানে নানা ধরণের চিকিৎসা পদ্ধতি পাওয়া যায়। ভারতবর্ষে প্রায় ছয় হাজার বছর পূর্বে মানুষের রোগ,রোগের প্রতিরোধ ও প্রতিকারের ব্যাপারে বহু পরীক্ষা নিরীক্ষা হয়েছে। বহু মুনি ঋষি সারা জীবন এ নিয়ে অক্লান্ত গবেষণা ও অনুসন্ধানের পর সম্পূর্ণ দেশজ রীতিতে প্রাকৃতিক ভেষজ উপাদান প্রয়োগে মানুষের রোগ-জ্বালা সম্পূর্ণভাবে নিরাময় করা যায় তার নিদান দিয়েছেন। বহু আয়ুর্বেদ গ্রন্থ প্রণীত হয়েছে। উল্লেখযোগ্য চরক সংহিতা, সুশ্রুত সংহিতা। এই চিকিৎসা পদ্ধতির দ্বারা মানুষের সব রোগের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াহীনভাবে প্রতিরোধ ও নিরাময় সম্ভব হয়।

সুপ্রাচীন আয়ুর্বেদশাস্ত্র অনুসৃত আমার এই ‘আরোগ্যে ভেষজ (১ম খন্ড)’ গ্রন্থখানি প্রণীত হয়েছে। পঁঞ্চাশটি রোগের সংক্ষিপ্ত পরিচিতি, প্রতিরোধ ও নিরাময়ের পথ নির্দেশিত হয়েছে। আশা করি এই গ্রন্থখানি হাতের কাছে থাকলে ভেষজগুলি সংগ্রহ করে নিয়মনীতি অনুসারে প্রয়োগ করলে স্বজন-পরিজন-প্রতিবেশীর সব রকম রোগ জ্বালা-যন্ত্রণা উপশমে সহায়ক হবে।

ইতিবাচক সমালোচনা স্বাগত কিন্তু সংযোজন, পরিমার্জন সময় সাপেক্ষ।

মেদিনীপুর, **ডা. মদনমোহন বেরা**

জুন, ২০২৪

লেখক পরিচিতি

ডা. মদনমোহন বেরা

জন্ম: ২রা এপ্রিল, ১৯৫১, পিতা- স্বর্গত ত্রিলোচন বেরা, মাতা- স্বর্গত রাজবা লাদেবী।

জন্মস্থান: গ্রাম-মাশুমচক, থানা-ময়না, জেলা-অধুনা পূর্ব মেদিনীপুর, প.ব.।

বিদ্যার্জন: দক্ষিণ ময়না প্রাথমিক বিদ্যালয়, দক্ষিণ ময়না উচ্চ মাধ্যমিক বিদ্যালয়, ময়না পূর্ণানন্দ বিদ্যাপীঠ, মেদিনীপুর মহাবিদ্যালয়, প্রেসিডেন্সি কলেজ (কলকাতা), বিদ্যাসাগর শিক্ষক শিক্ষণ মহাবিদ্যালয় (মেদিনীপুর)।

শিক্ষাগত যোগ্যতা: এম.এস.সি. (বটানি), পি.জি.এড, আর.এম.পি., ডি.পি.টি.।

পেশা: শিক্ষকতা (শ্রীশ্রীমোহনানন্দ বিদ্যামন্দির, মেদিনীপুর কলেজিয়েট স্কুল, মেদিনীপুর মহাবিদ্যালয়)। হোমিওপ্যাথি চিকিৎসা (দাতব্য)।

বিশেষ অভিজ্ঞতা: এস্‌রাজ বাদন (ভারতীয় শাস্ত্রীয় সঙ্গীত), রবীন্দ্র সঙ্গীত, নজরুলগীতি, অতুলপ্রসাদী গান, আধুনিক বাংলা গান।

গবেষণা: স্কুলস্তরে ছাত্রদের উপর নানা বিষয়ে গবেষণা, উদ্ভিদবিদ্যার উপর নানান গবেষণা, ভেষজ ও হোমিওপ্যাথি ঔষধ সম্বন্ধে নানান পরীক্ষা-নিরীক্ষা।

সংস্থাপন: ভেষজ উদ্যান (সবুজায়ন), স্বস্তিবীথি, ব্যক্তিগত উদ্যোগে যাদুঘর ও পাঠাগার (বাড়ুয়া, কাওয়ামারি) ও গবেষণাকেন্দ্র (এম.সি.সি.আর.সি.)।

সাহিত্যকৃতি: স্কুলজীবন থেকে ছড়া ও নানান বিষয়ে কবিতা, গল্প, প্রবন্ধ রচনা। অদ্যাবধি ৬টি কাব্যগ্রন্থ, ৫০টি স্বরচিত গল্পসংকলন গ্রন্থ রচনা ও প্রকাশ, ৯টি ভেষজ পুস্তক রচনা ও প্রকাশ, ৬টি উপন্যাস (অপ্রকাশিত) ও প্রায় ১৫০০ গল্প রচনা, প্রায় ৫৫০ প্রবন্ধ রচনা ও প্রকাশ- সব্যসাচী পত্রিকা (মেদিনীপুর), বর্তমান সাপ্তাহিক (কলকাতা), কালচক্র, গ্রীননিউজ, সুস্বাস্থ্য, স্বাস্থ্যসাথী, সুচিকিৎসা (কলকাতা), মেদিনীপুরের ইতিহাস বিষয়ে, পর্যটন বিষয়ে ও পরিবেশ বিষয়ে নানা পত্রপত্রিকায় রচনা প্রকাশ, ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগরের ২০০ জন্মবার্ষিকী পালনের সময় শ্রদ্ধাঞ্জলি প্রদান নিমিত্ত একটি প্রবন্ধ সংকলন গ্রন্থ (বঙ্গরত্ন সুচুড়ামণি) প্রকাশ। স্কুলপাঠ্য পুস্তক রচনা-ষষ্ঠ থেকে দশম শ্রেণির জন্য জীবনবিজ্ঞান, একাদশ ও দ্বাদশ শ্রেণির জন্য- ব্যবহারিক জীববিদ্যা।

দায়িত্বভার পালন: সহকারী সম্পাদকের দায়িত্বভার (১৯৯৭-১৯৯৯)-(সংবাদ দর্পণ, সাপ্তাহিক, মেদিনীপুর), কার্যকরী সম্পাদক (১৯৯৯-২০০০), পরে সম্পাদকের দায়িত্বভার (২০০০-২০২২ জুন)-(এবং মহুয়া, মাসিক সাহিত্য পত্রিকা-২০১৬ থেকে অদ্যাবধি ইউ.জি.সি. লিস্টেড), সহ-সম্পাদকের দায়িত্বভার (২০০৫-২০১০)- অখন্ড মিলন- অসাম্প্রদায়িক ধর্মীয় পত্রিকা (ত্রৈমাসিক) মেদিনীপুর।

ঠিকানা: গোলকুঁয়াচক, পো.-মেদিনীপুর, পিন-৭২১১০১, জেলা- পশ্চিম মেদিনীপুর, মো. নং- ৯১৫৩১৭৭৬৫৩।

সূচিপত্র

উৎসর্গ *v*
পূর্ব প্রকাশিত গ্রন্থসমূহ *vi*
ভূমিকা *vii*
লেখক পরিচিতি *viii*

অনিদ্রা রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১
অর্শ রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৪
অম্ল-পিত্ত রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১০
অকালে মাথার চুল উঠে যাওয়া রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৪
অরুচি রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৭
অজীর্ণ রোগ নিরাময়ে ভেষজ ২০
আমাশয় রোগ প্রতিরোধ ও নিরাময়ে ভেষজ ২৩
ক্যানসার প্রতিরোধী ভেষজ ২৭
কোষ্ঠকাঠিন্য নিরাময়ে ভেষজ ৩১
কৃমি রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৩৫
কাশি, হাঁচি ও সর্দি রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৪২
কুষ্টরোগ নিরাময়ে ভেষজ ৪৭
কাটা-ছেঁড়া ঘা রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৫১
গরমে চর্মরোগ নিরাময়ে ভেষজ ৫৩
গ্যাসের কারণে অম্ল কষ্ট নিরাময়ে ভেষজ ৫৯
চক্ষুরোগ নিরাময়ে ভেষজ ৬২
ছোটদের বহু রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৬৭
জনডিস রোগ নিরাময়ে ভেষজ ৭১
টাঁকরোগ নিরাময়ে ভেষজ ৭৩
দাঁতের যন্ত্রণা উপশমে ভেষজ ৭৬
দাদ হাজা চুলকানি রোগ উপশমে ভেষজ ৮০
পাকস্থলী সম্বন্ধে সচেতনতা ও সংশ্লিষ্ট সকল রোগের ভেষজ চিকিৎসা ৮৫

পেটের অসুখ প্রতিরোধ ও নিরাময়ে ভেষজ ৯২
পেট ব্যথা উপশমে ভেষজ ৯৯
প্রস্রাব ঘটিত সবরকম রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১০৩
প্রস্টেট গ্ল্যাণ্ডের ক্যানসার ও সব রকম রোগ প্রতিরোধে,
নিরাময়ে ভেষজ ১১৫
ফুসফুস ঘটিত বিভিন্ন রোগ ও ভেষজ চিকিৎসা ১২০
বৃক্ক সম্বন্ধে সচেতনতা ও বৃক্ক ঘটিত সব রকম
রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১২৮
বাত বেদনা উপশমে ভেষজ ১৪০
বর্ষার রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৪৩
বর্ষাকালে সর্দি-কাশি হাঁপানি ও জ্বর নিরাময়ের জন্য
আরো কতকগুলি প্রয়োজনীয় ভেষজ ১৪৮
ব্লাড সুগার ও ডায়াবেটিস নিরাময়ে ভেষজ ১৫৫
ব্লাড প্রেসার বা রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে ভেষজ ১৫৮
ব্রণ নিরাময়ে ভেষজ ১৬১
বসন্ত হাম রোগ প্রতিরোধ ও নিরাময়ে ভেষজ ১৬৪
মাথা ধরা, মাথা ব্যথা, মাথা যন্ত্রণা নিরাময়ে ভেষজ ১৬৮
মাইগ্রেণ নিরাময়ে ভেষজ ১৭২
মৃগী রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৭৫
মুখের ঘা নিরাময়ে ভেষজ ১৭৮
যকৃত রোগ সম্বন্ধে সচেতনতা ও ভেষজ চিকিৎসা ১৮১
রক্তাল্পতা নিরাময়ে ভেষজ ১৮৮
শ্বেতি রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৯২
শিশুদের রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৯৫
শ্বাসকষ্ট রোগ নিরাময়ে ভেষজ ১৯৯
স্নায়ুরোগ নিরাময়ে ভেষজ ২০২
স্মৃতিশক্তি বাড়ানোর জন্য ভেষজ ২০৬
হৃদরোগ সম্বন্ধে সচেতনতা ও নিরাময়ে ভেষজ ২১০
হৃদরোগ ও হৃদরোগ সংশ্লিষ্ট রোগ নিরাময়ে ভেষজ ২১৯
হুপিং কাশি প্রতিরোধ ও নিরাময়ে ভেষজ ২২৪

আরোগ্যে ভেষজ

ড. মদনমোহন বেরা

website.: www.amitrakshar.co.in
Price: ₹ 350.00
ISBN: 978-93-6008-253-6
9 789360 082536
(Hardback)

AMITRAKSHAR PUBLISHERS™
AN ISO 9001:2015/QMS/092020/19534
website.: www.amitrakshar.co.in
Email.: amitraksharpublishers@gmail.com
Office: 1/199, Jodhpur Park, Gariahat Road, Kolkata - 700068
City Office: Maghlaya Apartment, Dum Dum, 6 Jossore Road, Kolkata - 700028
Phone :. 9735768900

Follow Us amazon