ग्रामोद्योग

के लिए

जड़ी–बूटि उत्पाद

हर्बल एवं खाद्य विभाग

महात्मा गांधी ग्रामीण औद्योगीकरण संस्थान

खादी ग्राम आयोग एवं आई. आई. टी.. दिल्ली का सयुंक्त प्रकल्प

मगनवाडी, वर्धा – 442 001

भूमिका

सृष्टि के प्रारम्भ काल से ही श्रृंगार और व्याधियों के निराकरण के लिए वानस्पतिक उत्पादों का प्रयोग होता चला आया है। प्रारम्भ में जड़ी–बूटियों का चिकित्सा और श्रृंगार में प्राकृतिक स्वरूप में ही उपयोग होता रहा। लेकिन धीरे धीरे रासायनिक तत्वों और कार्यकारी घटक द्रव्यों के अनुसंधान एवं जीव रासायनिक रचना श्रृंखलाओं के विज्ञान के अनुसंधान के कारण आज विकसित हुये नवीनतम वानस्पतिक औशध उत्पादों का प्रयोग हो रहा है। प्रारम्भ में मानव जीवन अधिक स्वाभाविक रूप में रहने तथा छोटे छोटे गांवों में निवास करने और चिकित्सोपयोगी वानस्पतिक समुदाय के निकट रहने के नाते उनसे भली प्रकार परिचित रहता था। लेकिन धीरे धीरे वानस्पतिक जगत से सम्बन्ध टूटने लगा। जिनके कारण इसका सबसे ज्यादा प्रभाव हमारे स्वास्थ्य पर पडा। जिसके कारण बाल का सफेद होना, बाल गिरना, जोडो का दर्द और हृदय सम्बंधित आदि बीमारियों से आज का अधिकतर मनुश्य जूझ रहा है। इसी सब को ध्यान में रखते हुए इस संस्थान के हर्बल विभाग ने निम्नलिखित प्राकृतिक उत्पाद पर शोध कार्य किया है :

हर्बल मेहंदी
हर्बल हेअर टॉनिक
हर्बल हेअर ऑइल
वातनाशक तेल
हर्बल चाय

हर्बल मेहंदी

5 कि. ग्रा. हर्बल मेहंदी बनाने के लिए आवश्यक सामग्री एवं उसकी मात्रा निम्नलिखित हैं:–

1. उपकरण :

पल्वलायजर, मिक्सर, गैस सिलेन्डर, भगौना, चम्मच, ओवन

2. सामग्री :

नाम	प्रयोज्य अंग	मात्रा
मेहंदी	पत्ती (सुखी हुई)	3.5 कि.ग्रा.
हरीतकी	फल	250 ग्रा.
अनार	छीलका	250 ग्रा.
भृंगराज	पुरा पौधा (पंचांग)	250 ग्रा.
नीम	पत्ती	250 ग्रा.
जटामांसी	मूल	250 ग्रा.
आँवला	फल	250 ग्रा.
	कुल योग	**5 कि.ग्रा.**

3. विधि :

सर्वप्रथम सारी चीजों को अच्छी तरह से धूप में 1 से 2 घंटा तक सुखाकर और खलबत्ता में कूटकर मिक्सर में उसका बारीक पावडर बना लेते हैं। उसके बाद बारीक छलनी से छानकर इन सारी चीजों को बडी सी लोहे की कढाई में मिलाना चाहिए। सबको अच्छी तरह से मिलाकर आवश्यकतानुसार 200 ग्रा. से 500 ग्रा. तक का पैकेट सुविधानुसार बनाया जा सकता है।

4. उपयोग :

बालों की लंबाई के अनुसार मेहंदी पावडर की मात्रा 50 ग्रा. से 100 ग्रा. तक लेकर लोहे के बर्तन में आवश्यकतानुसार पानी डालकर 5 घंटे तक के लिए भिगोंकर रख देना चाहिए। 5 घंटे के बाद बालों में लगाकर 2–3 घंटों तक रखना चाहिए। उसके बाद बालों को अच्छी तरह पानी से धो लेना चाहिए इससे बालों का रंग भूरा तथा बालों में चमक आती है।

हर्बल हेयर टॉनिक

5 लीटर बनाने के लिए आवश्यक सामग्री एवं उसकी मात्रा निम्नलिखित हैं :–

1. उपकरण :

पल्वलायजर या मिक्सर, गैस सिलेन्डर, भगौना, चम्मच, ओवन, चलनी (छानने वाला सूती कपडा)

2. सामग्री :

नाम	प्रयोज्य अंग	मात्रा
ब्राह्मी	पंचांग (पुरा पौधा)	500 ग्रा.
भृंगराज	पंचांग (पुरा पौधा)	500 ग्रा.
आँवला	फल	500 ग्रा.
शिकाकाई	फल	500 ग्रा.
जटामांसी	मूल	125 ग्रा.
मुलेठी	तना	100 ग्रा.
मेथी	बीज	125 ग्रा.

3. विधि :

सर्वप्रथम उपर्युक्त सारी चीजों को धूप में 1 से 2 घंटा तक अच्छी तरह से सुखाकर और खलबत्ता में कूटकर उसके जौ के समान छोटे–छोटे टुकडे कर के लोहे की कड़ाही में 3 लीटर पानी डालकर रात भर भीगो कर रख दें। दूसरे दिन थोड़ा सा उबालने के बाद छानने वाला सूती के कपडे से छान लें। बाकी बचे औशधी में पहले की तरह रात भर 3 लीटर पानी में भीगो कर रख दे। इसी तरह उसे तीन बार छानना और उबालना है। तीन बार छनने के बाद प्राप्त हुयें अंश को अच्छी तरह उबाल कर उसको 5 ली0 तक लाना है। संरक्षण करने के लिये मेथिल पी हाइड्रोबेन्जोएड सोडियम साल्ट 2 ग्राम + मेथिल फोर हाइड्रोआक्सी बेन्जोएड 2 ग्राम डाल कर शीशी में भर कर रख देना चाहिये। इसको एक साल तक रखा जा सकता हैं।

4. उपयोग

हर्बल टॉनिक को रूई की सहायता से बालों में लगाना चाहिए। टॉनिक को बालों में 2 से 3 घंटे तक लगाकर रखना चाहिए। उसके बाद बालों को अच्छी तरह पानी से धो लेना चाहिए। इससे बाल की रूसी समाप्त होती हैं।

<u>हर्बल हेअर ऑइल</u>

5 लीटर बनाने के लिए आवश्यक सामग्री एवं उसकी मात्रा के लिये जो जो सामग्री हर्बल हेयर टॉनिक में लगती हैं वही सारी सामग्री हर्बल हेयर तेल में लगती हैं।

1. उपकरण :

पल्वलायजर या मिक्सर, गैस सिलेन्डर, भगौना, चम्मच, ओवन, चलनी (छानने वाला सूती कपडा)

2. सामग्री :

नाम	प्रयोज्य अंग	मात्रा
ब्रह्मी	पंचांग (पुरा पौधा)	500 ग्रा.
भृंगराज	पंचांग (पुरा पौधा)	500 ग्रा.
आँवला	फल	500 ग्रा.
शिकाकाई	फल	500 ग्रा.
जटामांसी	मूल	125 ग्रा.
मुलेठी	तना	100 ग्रा.
मेथी	बीज	125 ग्रा.

3. विधि :

सर्वप्रथम गैस जलाकर उसके ऊपर भगौना रखते हैं। फिर 5 ली. नारियल का तेल डालकर उसमें हेयर टॉनिक 5 ली0 बिना संरक्षण किये हुये डालकर धीमें आँच में पकातें है। तब तक पकातें है जब तक कि पानी का अंश सारा जल जाये, केवल तेल बचे। उसको सूती कपडे से छान लेंते है। छानकर शीशी में भर लें।

4. उपयोग :

हर्बल तेल को हल्का सा गर्म करके बालो में लगाना चाहिए बालो में तेल को कम से कम 5 से 6 घंटे तक जरूर रखना चाहिए। बाद में बालो को शैम्पू से धो लेना चाहिए। इससे बालो का गिरना कम होता है।

वातनाशक तेल (1.5 ली. के लिये)

1. उपकरण :

पल्वलायजर या मिक्सर, गैस सिलेन्डर, भगौना, चम्मच, ओवन, चलनी (छानने वाला सूती कपडा)

2. सामग्री :

नाम	मात्रा
थ्तल का तेल	1.5 लीटर
भातावरी	750 ग्राम
गाय का दूध	1.5 लीटर
मंजिश्ठा	50 ग्राम

क्वाथ द्रव्य :

नाम	प्रयोज्य अंग	मात्रा
बेल की छाल		50 ग्राम
अग्निमंथ	मूल	50 ग्राम
भयोनॉक	मूल	50 ग्राम
पाटला	मूल	50 ग्राम
पारिभद्र	मूल	50 ग्राम
पसारिणी	मूल	50 ग्राम
अश्वगंध	मूल	50 ग्राम
बृहत कटेरी	पूरा पौधा	50 ग्राम
बला	मूल	50 ग्राम
टतिबला	मूल	50 ग्राम
गोखरू	फल	50 ग्राम
छोटी कंटेरी		50 ग्राम
पुर्ननवा	मूल	50 ग्राम
गंम्भार	मूल	50 ग्राम

कल्क द्रव्य :

नाम	मात्रा
सतपुश्पा	5 ग्राम
देवदारू	5 ग्राम
छड़ीला	5 ग्राम
रक्त चंदन	5 ग्राम
कुश्ठ	5 ग्राम
तगर	5 ग्राम
बड़ी इलाइची	5 ग्राम
साल पर्णी	5 ग्राम
पृश्ठ पर्णी	5 ग्राम
मांस पर्णी	5 ग्राम
राल	5 ग्राम
सेंधा नमक	5 ग्राम
वाल वच	5 ग्राम

3. विधि :

प्रथम चरण

सर्वप्रथम 750 ग्राम सूखी हुई भातावरी को लेकर धूप में 1 से 2 घंटा तक रखने के बाद खलबत्ता में कूटकर उसके जौ के समान छोटे–छोटे टुकडे कर के उसमें 6 लीटर पानी डालकर क्वाथ द्रव्य के सारे पदार्थ जौकुट करके चार गुने पानी में उबाल लें। उबाले और चौथाई भोश रहने पर उतार कर छान लें। यानि की जब डेढ किलो भोश रहने पर उतार कर छान लें। इस द्रव्य को अलग रख लेते हैं।

द्वितीय चरण

उपर्युक्त सारे क्वाथ द्रव्य को लेकर खलबत्ता में कूटकर उसके जौ के समान छोटे–छोटे टुकडे कर के उसमें 5600 मी.ली. पानी लेकर उसको 100^0 सें. तक तब तक उबालते हैं जब उसका 1400 मी.ली क्वाथ भोश रहने पर उतार कर छान लें। इस द्रव्य को अलग रख लेते हैं।

तृतीय चरण

उपर्युक्त सारे कल्क द्रव्य में 250 मी. ली. पानी डालकर कल्क द्रव्य को मिक्सर में अच्छी तरह पीस कर उसका पेस्ट बना लेना चाहिये।

चतुर्थ चरण

सर्वप्रथम 50 ग्राम मंजिश्ठा को एकदम पाउडर करके रख लेना चाहिये। वातनाशक तेल बनाने के लिये सबसे पहले भगोने में तिल का तेल 1500 मी. ली. डालकर उसको 5 से 10 मिनट तक गरम कर लेना चाहिये। तेल जब गरम हो जाये तब उसमें 50 ग्राम मंजिश्ठा का पाउडर धीरे–धीरे डालना चाहिये और उसको चलाते रहना चाहिये। फिर उसमें कल्क द्रव्य डाल देना चाहिये। उसके बाद भातावरी का रस क्वाथ द्रव्य और दूध डालकर तब तक पकाते रहना चाहिये जब तक कि पानी का अंश सारा जल न जाये और सिर्फ तेल बचेगा। उसको सूती कपडे से छान लेंते है। तेल तैयार हो गया है। इसका परिक्षण करने के लिए रूई को उस तेल में डुबोकर जलाकर देखेंगे अगर वह बाती आसानी से जल जाए तो समझ लेना चाहिए कि तेल तैयार है। तेल को ठंडा होने पर सूती कपडे से छानकर बोतल में भर लेते है।

4. उपयोग की विधि :

इसका उपयोग जोडो के दर्द, कमर दर्द, लकवा, मोच, चोट आदि में मसाज करनें से अच्छा परिणाम मिलता हैं।

हर्बल चाय

5 कि. ग्रा. हर्बल चाय बनाने के लिए आवश्यक सामग्री एवं उसकी मात्रा

1. उपकरण :

पल्वलायजर या मिक्सर, भगौना, चम्मच, ओवन, चलनी (छानने वाला सूती कपडा)

2. सामग्री :

नाम	प्रयोज्य अंग	मात्रा
अर्जुन	छाल	2 कि.ग्रा.
सोंठ	कंन्द	750 ग्राम
काली मिर्च	बीज	500 ग्राम
पुश्कर मूल	जड	250 ग्राम
मंठिश्ठा	जड	250 ग्राम
पिप्पली	फल	250 ग्राम
मूलेठी	तना	500 ग्राम
तुलसी	पत्ती	250 ग्राम
चंदन	तना	250 ग्राम

3.विधि :

सर्व प्रथम सारी चीजों को अच्छी तरह से धूप में 1 से 2 घंटा तक सुखाकर और खलबत्ता में कुटकर उसके जौ के समान टुकडे कर लेते है। फिर उसको बडे से भगौने मे सही मात्रा से सबको मिला लेते हैं और आवश्यकतानुसार 50 ग्रा. से लेकर 100 ग्रा. तक का पैकेट तैयार कर लेते है।

4.उपयोग :

आधा चम्मच (1 ग्रा.) हर्बल चाय को 1 कप दूध में 5 से 10 मिनट तक उबालकर एवं इच्छानुसार चीनी डालकर तथा छानकर तैयार कर लें इसके सेवन से हृदय रोग की शिकायत दूर होती है एवं शरीर को ताजगी प्रदान करता है।