পঞ্চম অধ্যায়

লোকচিকিৎসায় উত্তরবঙ্গের ধিমাল ও বাঙালি

ইংরেজি 'Folk Treatment' কথাটির বাংলা পরিভাষা হল ‘লোকচিকিৎসা’।

লোকসমাজ রোগ নিরাময়ের জন্য নিজেদের অভিজ্ঞতার মাধ্যমে বংশানুক্রমিক ভাবে ভেষজ ঔষধ, পূজা-পার্বণ ও ঝাড়ফুঁকের দ্বারা যে চিকিৎসা করে থাকে তাই হল লোকচিকিৎসা। লোকচিকিৎসা/ ব্যবহৃত উপাদান বা লোকঔষধসমূহ কোন বৈজ্ঞানিক পরীক্ষাগারে পরীক্ষিত নয়। দীর্ঘদিনের অভিজ্ঞতা ও বিশ্বাসই হল লোকচিকিৎসার মূল ভিত্তি।

লোকচিকিৎসার উদ্ভব বলা যায় আদিম সমাজে। কারণ মানুষের জন্মলগ্নের পর থেকেই রোগ ব্যাধি, মৃত্যু এগুলি সমান্তরালভাবে মানবজীবনের সঙ্গে বয়ে চলেছে। প্রাচীনকালে মানুষ প্রাকৃতিক শক্তিকে (ঝড়, বৃষ্টি, বজ্রপাত, ভূমিকম্প) যেমন ভয় পেত তেমনি রোগ-ব্যাধি মৃত্যু সম্পর্কেও তাদের ছিল প্রবল ভীতি। আদিম মানুষ যখন দলবদ্ধ ভাবে বাস করত তখন দলের কারো মৃত্যু হলে অদৃশ্য অশুভ শক্তির ভয়ে তারা আতঙ্কিত হয়ে পড়ত। শুধু তাই নয় ভীতি থেকেই তারা ঘন ঘন স্থান পরিবর্তন করত। এভাবে চলতে চলতে তারা প্রাকৃতিক নানা শক্তিকে তুষ্ট করার জন্য যেমন নানা পূজার্চনা করেছে, তেমনি আবার প্রাকৃতিক নানা ঘটনার কারণও অনুসন্ধান করেছে। এভাবেই আদিম মানুষেরা তাদের সীমিত বুদ্ধির সাহায্যে রোগ ব্যাধির কার্যকারণ অনুসন্ধান করেছে। আর রোগ ব্যাধি থেকে মুক্ত হওয়ার উপায়ও অনুসন্ধান করতে সচেষ্ট হয়েছে। আর এজন্য তারা কখনো বন্য প্রাণীদের অনুসরণ করে আবিষ্কার করেছে ভেষজ পদার্থের কার্যকারিতা। আর যেগুলি ভেষজ পদার্থের দ্বারা সম্ভব হত না তখন তারা ভীতি কাটাতে ও সান্ত্বনা পেতে নানা যাদুবিশ্বাস অর্থাৎ ঝাড়ফুঁক মন্ত্রতন্ত্রের আশ্রয় গ্রহণ করেছে। কিন্তু বর্তমান আধুনিক চিকিৎসা ব্যবস্থা ও পদ্ধতির অভাবনীয় উন্নতি ঘটলেও তার সুফল সমাজের উঁচু শ্রেণির মধ্যেই সীমাবদ্ধ। চিকিৎসা ব্যবস্থার পরিকাঠামো, মানুষের আর্থিক অসঙ্গতি এবং ভৌগোলিক বিচ্ছিন্নতা এজন্য অনেকাংশে দায়ী। তাই প্রাচীনকাল থেকে শুরু করে বর্তমান কালেও অধিকাংশ জাতি-জনজাতির মধ্যে কিছু না কিছু লোক চিকিৎসার প্রচলন রয়েছে।

উত্তরবঙ্গের ক্ষুদ্র পরিসরে বিভিন্ন জনজাতির বাস। ঔপনিবেশিক ব্রিটিশ শাসনে বসতি স্থাপনের মতো কোন সুস্থির রাজনৈতিক বা অর্থনৈতিক পরিবেশ এখানে ছিল না। তবে ব্রিটিশ শাসন কায়েম হওয়ার পর এই অঞ্চলে কাজের সূত্রে বাইরে থেকে বহুলোকের সমাবেশ ঘটে।

কিন্তু প্রয়োজনের তুলনায় আধুনিক চিকিৎসা ব্যবস্থার আজও অভাব রয়েছে। তাছাড়া উত্তরবঙ্গের তরাই অঞ্চলে প্রাচীনকাল থেকেই অরণ্যে পরিপূর্ণ। এই ঘন অরণ্যে আজও বিভিন্ন প্রজাতির উদ্ভিদ লক্ষ করা যায় যেগুলির মধ্যে অধিকাংশই ভেষজগুণ সম্পন্ন। তাই বাধ্য হয়েই এখানকার সমস্ত জাতি জনজাতিগুলিকে রোগ নিরাময়ের জন্য লোকচিকিৎসার উপর অধিক নির্ভরশীল হয়ে থাকতে হয়।

উত্তরবঙ্গের বৃহৎ অংশ জুড়ে রয়েছে বাঙালি ও রাজবংশী সম্প্রদায়। তাছাড়া এখানে ছড়িয়ে ছিটিয়ে রয়েছে বহু ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র জনজাতি। যার মধ্যে এক বিশেষ জনজাতি হল ধিমাল। এই ধিমাল জনজাতি ও বাঙালিদের মধ্যে লোকচিকিৎসার বিশেষ প্রচলন রয়েছে। ভারতের অন্যান্য এলাকার মতো উত্তরবঙ্গের ধিমাল জনজাতি ও বাঙালিদের মধ্যে প্রচলিত লোকচিকিৎসা পদ্ধতিকে মোটামুটি তিনটি শ্রেণিতে ভাগ করে আলোচনা করা যেতে পারে—

১. ভেষজ, খনিজ ও অন্যান্য ঔষধ নির্ভর লোক চিকিৎসা

২. ঝাড়ফুঁক নির্ভর লোকচিকিৎসা

৩. পূজা ও প্রায়শ্চিত্য নির্ভর লোকচিকিৎসা

১. ভেষজ, খনিজ ও অন্যান্য ঔষধ নির্ভর লোকচিকিৎসা :

চিকিৎসার ক্ষেত্রে লোকভেষজের ব্যবহার অত্যন্ত প্রাচীন। ঝাড়ফুঁক, দেবতা-অপদেবতা বিশ্বাস জনিত লোকচিকিৎসার সর্বশেষ কথা হল লোকভেষজ। উত্তরবঙ্গের ধিমালদের মধ্যেও ঝাড়ফুঁক, মন্ত্র-তন্ত্র, পূজা-প্রায়শ্চিত্যের পাশাপাশি লোকভেষজের প্রয়োগ লক্ষ করা যায়। কয়েক বছর আগে পর্যন্ত ধিমালরা মৃত্যুমুখে পতিত হলেও হাসপাতালের মুখোমুখি হত না। লোকচিকিৎসাই ছিল জীবনের মূল অবলম্বন। বর্তমানে আধুনিক চিকিৎসার প্রতি সামান্য আগ্রহ দেখা দিলেও লোকচিকিৎসাই চূড়ান্ত রূপে বর্তমান। তাই যেকোন রোগ ব্যাধি হলেই ধিমালরা প্রথমে লোকচিকিৎসার আশ্রয় গ্রহণ করে। যা নিচে আলোচনা করা হল—

রোগের নাম		লোকচিকিৎসা পদ্ধতি
১. জ্বর	ক.	জ্বর হলে ধিমালরা সরষে কিংবা সরষের কচি গাছ রোদে শুকিয়ে নরম করে ছামগাইনে পিষে কলার পাতায় বেঁধে মাটির নিচে পুঁতে রাখে। তারপর সেটা থেকে গন্ধ বের হলে তা তুলে রোদে শুকিয়ে নেয়। ফলে জমাট বেঁধে কেকের মতো হলে সেটিকে 'ফ্যারং' (বনসজনে) বীজের সঙ্গে অল্প জলে তেল ও লবণ মিশিয়ে জ্বরের রোগীকে খাওয়ানো হয়।
	খ.	বারবার জ্বর হলে ধিমালরা লজ্জাবতী গাছের পাতা বেটে রস করে দিনে দু'তিন বার খায়।
	গ.	খুব বেশি পরিমাণে জ্বর হলে ধিমালরা শুকৌতি (শুকনো পাটপাতা) ও পায়রার মাংসে বেশি করে লঙ্কা দিয়ে রান্না করে খায়।
	ঘ.	জ্বরে ধিমালরা চিরতা গাছ টুকরো টুকরো করে কেটে রাতে জলে ভিজিয়ে সকালে সেই জল পান করে থাকে।
২. রক্ত আমাশা	ক.	আমাশা হলে ধিমালরা থানকুনি পাতার সঙ্গে গোলমরিচ ও ছাগলের রক্ত জলে সেদ্ধ করে খায়।
	খ.	কাঁচা পেঁপের সঙ্গে চিনি ও বাতাসা মিশিয়েও খেতে লক্ষ করা যায়।
	গ.	আমলকি সেদ্ধ করেও খেয়ে থাকে।
	ঘ.	শালুক ফুল, আলু ও কচি আনারস পাতা একসঙ্গে রস করে খাওয়ানো হয়।
৩. পেট খারাপ বা পাতলা পায়খানা	ক.	পেট খারাপ হলে ধিমালরা বিচি কলা গাছের রস পান করে।
	খ.	ফ্যারং (বন সজনে) গাছের ফল পুড়িয়ে জলের সঙ্গে মিশিয়ে খালি পেটে খায়।
	গ.	লবণ, চিনি ও লেবু পাতা দিয়ে তৈরি সরবত খায়। তাছাড়া 'ডাকা' (টক ফল) ফলের উপরের অংশ যা পূর্ব থেকেই ঘরে শুকিয়ে রাখা থাকে তা খায়। অনেক সময় ভাতের সঙ্গেও ফলটি খায়।

৪. কোষ্ঠকাঠিন্য	ক.	কোষ্ঠকাঠিন্য হলে ধিমালরা কাঁচা দুধের সঙ্গে কালো কেশরের রস মিশিয়ে খেয়ে থাকে।
	খ.	আতপ চাল ধোয়া জল ও কচি দূর্বাঘাসের রসের সঙ্গে অল্প লবণ মিশিয়ে সকাল ও রাতে পান করে।
৫. কেটে গেলে ও ঘা হলে	ক.	কেটে গেলে ধিমালরা বনমারা (এক ধরনের ছোট জংলি গাছ) গাছের পাতা পাথরের উপরে পিষে কাটা জায়গায় লাগিয়ে দেয়। ফলে রক্ত পড়া বন্ধ হয়ে যায়। এবং ক্ষতস্থান তাড়াতাড়ি শুকিয়ে যায়।
	খ.	অল্প পরিমাণে কেটে গেলে কালো কচুর ডাটার রস লাগায় ধিমালরা।
	গ.	গাঁদা ফুলের পাতার রস ও থানকুনি পাতার রস লাগায়।
	ঘ.	যে কাটা তাড়াতাড়ি শুকোয় না সেখানে ধিমালরা বাগমারচি (কামরাঙা) সরষের তেল দিয়ে মেখে পুড়িয়ে তা চূর্ণ করে কাটা স্থানে লাগায়।
	ঙ.	কাটাস্থান না শুকোলে কিংবা কাটা স্থানে যদি ঘা এর সৃষ্টি হয় তবে ধিমালরা সরষের তেলের মধ্যে রসুন দিয়ে গরম তেল ঘা-এর মধ্যে লাগায়।
	চ.	কুয়োর পাড়ের শ্যাওলা, চুন এবং মাকলা বাঁশ চেছে তার সবুজ অংশের গুঁড়ো লাগিয়ে দেয়।
	ছ.	ঘা হলে ধিমালরা বটগাছের ছালের সঙ্গে গোলমরিচ সরষের তেলে গরম করে লাগায়।
	জ.	অল্প কেটে গেলে লাফাতি (থানকুনি) পাতার রস লাগাতে দেখা যায়।
৬. চুলকানি ও এলার্জি	ক.	শরীরে চুলকানি হলে ধিমালরা তুলসী পাতা, লবণ ও রান্নাঘরের ঝুলকালি একসঙ্গে মিশিয়ে সারা শরীরে লাগায়।
	খ.	গোসাপের চামড়া তেলে ফুটিয়ে সেই তেল মেখে নেয়।
	গ.	জলে নিমপাতা দিয়ে ফুটিয়ে সেই জলে গা ধুয়ে নেয়।
	ঘ.	গন্ধক ও কাগজ পোড়া ছাই দিয়ে গুঁড়ো তৈরি করে তার সঙ্গে নারকেল তেল মিশিয়ে লাগায়।

৭. আগুনে পোড়া	ক.	আগুনে পুড়ে গেলে কিংবা ফোসকা পড়লে ধিমালরা সঙ্গে সঙ্গে ডিম ভেঙে ডিমের কুসুম দিয়ে প্রলেপ দেয়।
	খ.	কাঁচা আলু শিল নোড়ায় পিষে পোড়া স্থানে লাগিয়ে দেয়।
	গ.	অনেক সময় আবার গোসাপের চামড়া পুড়িয়ে তার সঙ্গে নারকেল তেল মিশিয়েও লাগাতে দেখা যায়।
	ঘ.	পুড়ে যাওয়া স্থানে কেরোসিন তেল মালিশ করে।
	ঙ.	কোনকিছু ভাজার পরে কড়াইতে যে অবশিষ্ট তেল পড়ে থাকে তার সঙ্গে তিঙিয়া (বনজ ফল) ফলের রস মিশিয়ে লাগায়।
	চ.	বন পেঁয়াজ কেটে তার রস লাগিয়ে দেয় পোড়া স্থানে।
৮. সর্দিকাশি	ক.	সর্দিকাশি হলে ধিমালরা আতপ চাল ও তুলসীপাতা একসঙ্গে খালি পেটে চিবিয়ে খায়।
	খ.	পিপলি ফল, আদা ও গোলমরিচ শুকিয়ে গুঁড়ো করে ভাতের সঙ্গে মেখে খায়।
	গ.	দীর্ঘ দিনের কাশি হলে ধিমালরা বোড়ো বাঁশের পাতার কুশি বেটে খায় সকাল ও সন্ধ্যায়।
	ঘ.	শুধু কাশি হলে ধিমালরা তুলসীপাতা কিংবা বাসক পাতার রস বের করে খায়।
	ঙ.	কালো জিরা, মেথি ও বন আদা একসঙ্গে বেটে মাথার তালুতে লাগায়।
৯. রাতকানা	ক.	পাকা কলার ভেতর জোনাকি পোকা ঢুকিয়ে রাতকানা রোগীর অজান্তে খাওয়ানো হয়।
	খ.	‘গেন্ধারী’ (জংলী গাছ) গাছের বাকল খাসির মেটের সঙ্গে সেদ্ধ করে খায়।
১০. চোখে ছানি		চোখে ছানি পড়লে ধিমালরা জ্যান্ত পয়া মাছের লেজ দিয়ে চোখ সকাল ও সন্ধ্যায় পরিস্কার করে।
১১. দৃষ্টিশক্তি কমে গেলে		দৃষ্টিশক্তি কমে গেলে ধিমালরা তা বাড়ানোর জন্য ‘গুগলি’ (জলজ শামুক) লবণ দিয়ে তেল ছাড়া সেদ্ধ করে খায়।

		কখনো শুধু জল থেকে শামুক তুলে তার ভেতরে থাকা জল চোখে লাগায়।
১২. চোখ ওঠা		ধিমালদের মধ্যে কারো চোখ উঠলে নিজের প্রস্রাব চোখে লাগায়।
১৩. কান পাকা		কান পাকলে খোকসা পাতা পুড়িয়ে তার রস কানে দেয়।
১৪. দাঁতের ব্যাথা	ক.	বাঁশের শিকড় দিয়ে দাঁতের গোড়ায় খোঁচায়। তাছাড়া দাঁত ক্ষয়ে গর্ত হলে তার ভেতরে আকন্দ গাছের আঠা ঢুকিয়ে দেওয়া হয়।
	খ.	দাঁত নড়ে গেলে সেই ব্যথা কমানোর জন্য ধিমালরা বনতুলসীর পাতা ও কাণ্ড পিষে দাঁতের গোড়ায় রাখে কিছুক্ষণের জন্য।
	গ.	পেয়ারা গাছের পাতা গরম জলে দীর্ঘক্ষণ সেদ্ধ করে সেই জল দিয়ে কুলকুচি করে।
১৫. মাড়ি ফোলা ও মুখে দুর্গন্ধ মাড়ি ফুলে গেলে		ধিমালরা তুতে, কড়ি এবং গাছ জ্বালিয়ে গুঁড়ো তৈরি করে এবং প্রতিদিন সকালে দাঁত মাজে।
১৬. জীভে ও মুখে ঘা	ক.	সরষের তেলের মধ্যে গোলমরিচ ও মানিমুণি গাছ দিয়ে আগুনে গরম করে জীভে লাগায় ধিমালরা।
	খ.	শুধুমাত্র মানিমুণি গাছ পিষে লাগাতে দেখা যায় ধিমালদের মধ্যে।
	গ.	মুখের ভেতরে ঘা হলে ধিমালরা পদ্মফুল, আদা ও তুলসীপাতার রস বের করে ফুলদেবীর মন্ত্র উচ্চারণ করে লাগায়।
১৭. ফোঁড়া হলে		বাউডালি এক ধরনের বনজ উদ্ভিদ গাছের পাতা ও পায়রার শুকনো বিষ্ঠা একসঙ্গে মিশিয়ে ফোঁড়ার উপরে প্রলেপ দেয়। ফলে ফোঁড়া সহজেই পেকে ভেতরের পুঁচ বেড়িয়ে যায়।
১৮. হাড় ভেঙে গেলে		হাড় জোড়া নামক একধরনের লতানো গাছ পিষে তার সঙ্গে ছোট জলজ শামুখ ও মুরগীর ডিমের কুসুম মিশিয়ে লাগায়।

১৯. প্রসবের পর শরীর ব্যথা ও রোগা হলে	ক.	প্রসবের পর শরীর ব্যথা হলে ধিমালরা পায়রার বিষ্ঠা আগুনে জ্বালিয়ে তার ছাই জলে রেখে পরিশ্রুত করে সেই জল পান করে।
	খ.	গোমা গাছের পাতা, মাগুর মাছ তার সঙ্গে বারমশলা মিশিয়ে খাওয়ানো হয়।
	গ.	চিড়ে ভাজা রোদে বসে খেয়ে থাকে।
	ঘ.	প্রসবের পর কোন মহিলার যদি স্বাস্থ্যের উন্নতি না হয় তবে তাকে ব্যাঙের মাংস ডালের মধ্যে দিয়ে খাওয়ানো হয়।
২০. প্রস্রাবের জ্বালা		সাদামিশ্রি ও জয়পরী গাছের শেকড় রাত্রে জলে ভিজিয়ে সেই জল সকালে খালি পেটে পান করে থাকে।
২১. শিশুদের বহুমূত্র রোগ		ধিমাল সমাজে শিশুদের বহুমূত্র রোগ হলে তারা শিশুদের বিছানায় আতপ চাল রাতে ছড়িয়ে দেয় এবং সকালে সেই চাল ভেজে কিংবা ছাতু করে শিশুকে খাওয়ায়।
২২. নাকের ভেতরে ঘা	ক.	নাকের ভেতরে ঘা হলে ধিমালরা ঈগল পাখির পায়ের নিচের অংশ কিংবা হরিণের সিং চেঁছে নিয়ে কাপড়ে বেঁধে জ্বালিয়ে তার ধোঁয়া নাকে নেয়।
২৩. নাকের ফুটোর ব্যথা		গাছের পাতার উপর জমে থাকা শিশির নাকে লাগায়।
২৪. নাক দিয়ে রক্ত পড়া		পেয়ারা পাতা ও রসুন বেটে রস করে নাক দিয়ে টানে।
২৫. বাতের ব্যথা	ক.	বাতের ব্যথায় কৃষ্ণচূড়ার ফল বেটে তেলের সঙ্গে গরম করে ব্যথাযুক্ত স্থানে মালিশ করে।
	খ.	বনআদা, বনপেঁয়াজ, রসুন গোলমরিচ ও সিমূক (সিঁদুরের মতো লাল বনজ ফল) বেটে তার রস একসঙ্গে গরম করে ব্যথায় মালিশ করে।
২৬. হঠাৎ ফোলা	ক.	হঠাৎ শরীরের কোন অংশ ফুলে গেলে ধিমালরা ব্যাঙ পুড়িয়ে তেল বানিয়ে ফোলা জায়গায় লাগায়।
২৭. জন্ডিস	ক.	কোডালা (জংলী ঝাড়) গাছের ছাল ও ভাউটিপাতার রস খায়।

	খ.	বনসজনের ছাল, মাসকলাই এর কুশি ও গোলমরিচ একসঙ্গে খালি পেটে খাওয়ানো হয়।
	গ.	তাছাড়া তুঁত গাছের শেকড় গলায় পরিধাণ করে ধিমালরা।
২৮. হাঁপানি	ক.	হাঁপানি হলে ধিমালরা পাথরকুচি পাতা ও তুলসী পাতার রস খায়।
	খ.	বাদুরের মাংস চিড়ে ভাজা দিয়ে রোদে বসে খায়।
২৯. গর্ভপাত করাতে		ধিমালরা গর্ভপাত করানোর জন্য বিচি কলার শেকড়, মহুয়া গাছের শেকড় ও পানের শেকড় একসঙ্গে বেটে জলের সঙ্গে মিশিয়ে পান করে।
৩০. মাসিক দোষ	ক.	ধিমাল সমাজের মহিলাদের মাসিক অনিয়মিত হলে কিংবা কোন সমস্যা হলে তারা ছাগলের দুধের সঙ্গে গোলমরিচ ও কালো কেশরের রস মিশিয়ে পান করে।
	খ.	লক্ষণ লাড়ু গাছের আলু পিষে তার রস পান করে।
	গ.	পানের শিকড়, গোলমরিচ ও লবঙ্গ গুঁড়ো করে মিশিয়ে এক সপ্তাহ খেয়ে থাকে।
	ঘ.	যজ্ঞ ডুমুরের ফলের সঙ্গে মধু মিশিয়েও খেয়ে থাকে।
৩১. পুরুষের বীর্য বাড়াতে	ক.	ধিমালরা বীর্য পাতলা হলে তা গাড় করতে কিংবা বীর্য বাড়াতে ঈশবগুলের দানা, কাতিলা গাছের আঠা ও তাল মিছরি একসঙ্গে জলে ভিজিয়ে সকালে খায়।
	খ.	ছোট শিমূল গাছের শেকড় বেটে মধুর সঙ্গে খায়।
৩২. গোড়ালি ফাটা		পায়ের গোড়ালি ফাটলে ধিমালরা আতপ চাল ভিজিয়ে রেখে দেয়। তারপর তা থেকে গন্ধ বের হলে ডাবের জলের সঙ্গে মিশিয়ে গোড়ালির ফাটা অংশে লাগায়।
৩৩. কৃমি হলে	ক.	গুঁড়ো কৃমি হলে ধিমালরা কচি আনারস পাতার রস খায়।
	খ.	চিড়তা রাতে ভিজিয়ে সেই জল সকালে বাসি পেটে খায়।
৩৪. বাচ্চাদের মাথায় ঘা হলে		ধিমালরা শিশুর মাথায় ছোট ছোট ফোঁড়া উঠে ঘা হলে গন্ধক, কাগজের ছাই, চিনি, লবণ ও নারকেল তেল একসঙ্গে মিশিয়ে। পাখির পালক দিয়ে লাগিয়ে দেয়।

৩৫. প্যারালিসিস		ধিমালদের মধ্যে শরীরের কোন অঙ্গ অবশ বা প্যারালিসিস হলে বনআদা, বনরসুন ও বনপেঁয়াজ একসঙ্গে বেটে অবশ স্থানে মালিশ করে।
৩৬. কুকুরের কামড়		কুকুরে কামড়ালে ধিমালরা কুর্চিলা ফল বেটে খাইয়ে দেয়।
৩৭. বিষ পান করলে		ধিমালদের মধ্যে কেউ বিষ পান করলে ধিমালরা সঙ্গে সঙ্গে তাকে কাঁচা ডিম খাইয়ে দেয়।
৩৮. হাত-পা মচকে গেলে		হাত কিংবা পা যদি মচকে যায় ধিমালরা কাঁচা হলুদ ও চুন দিয়ে মালিশ করে।
৩৯. টিবি		টিবি রোগ বা গলা দিয়ে কাশির সঙ্গে রক্ত উঠে এলে ধিমালরা শেয়ালের মাংস দিয়ে তৈরি ইউ (ঘরে তৈরি মদ) পান করে।
৪০. মাছের কাঁটা কিংবা অন্যকিছু গলায় আটকে গেলে	ক.	মাছের কাঁটা গলায় আটকে গেলে ধিমালরা লালিগুরাস ফুল (জবা ফুলের মতো দেখতে লাল ফুল বিশেষ) পিষে জলের সঙ্গে সরবত করে খাওয়ায়।
	খ.	দূর্বা ঘাস, বিষ কাটালী পাতা একসঙ্গে বেটে ট্যাবলেট বানিয়ে খায়।
৪১. গ্যাস হলে		পেটে বদ হজমের ফলে গ্যাস হয়ে গেলে ধিমালরা চন্দন কাঠ পাথরে ঘসে সরবত বানিয়ে বাসি পেটে খায়।
৪২. হজম বাড়াতে ও খাবারে অরুচি হলে	ক.	হজমশক্তি বাড়াতে ধিমালরা অর্জুন গাছের ছাল রোদে শুকিয়ে তারপর সেটিকে গুঁড়ো করে ভাতের সঙ্গে খায়।
	খ.	কমলালেবু, কুল ও তেতুল একসঙ্গে রস বের করে খায়।
৪৩. ঘুম কম হলে	ক.	ঘুম কম হলে ধিমালরা পুঁইশাক সেদ্ধ করে শুধুমাত্র নুন ও লঙ্কা দিয়ে খায়।
৪৪. ডাইরিয়া		ডাইরিয়া হলে ধিমালরা ফ্যারং ফুল (বনসজনের ফুল) পুড়িয়ে জলের সঙ্গে মিশিয়ে রোগীকে খাওয়ায়।
৪৫. মাথায় টাক পড়লে		মাথায় টাক পড়লে কিংবা চুল উঠে গেলে ধিমালরা তার প্রতিকারের জন্য চুনের জলের মধ্যে আদা কিছুক্ষণ ডুবিয়ে রেখে তারপর সেটিকে টাকস্থানে লাগায়।

৪৬. মাথায় উকুন হলে		মাথায় উকুন হলে ধিমালরা চিড়তাপাতা ও কাণ্ড জলে ভিজিয়ে রেখে সেই জল মাথায় লাগায়।
৪৭. পায়খানা অনিয়মিত হলে	ক.	ধিমালরা পায়খানা নিয়মিত না হলে পাকা জাম খায়।
	খ.	হলুদ ও চিড়তার শেকড় একসঙ্গে বেটে রস করে খায়।
৪৮. হাটু কিংবা কোমড় ব্যথা		হাটু কিংবা কোমড়ে ব্যথা হলে ধিমালরা গরম সরষে তেলে রসুনের কোয়া ও কাঁকড়া ছেড়ে দিয়ে সেই গরম তেল হাটু কিংবা কোমড়ে মালিশ করে।
৪৯. পক্স বা বসন্ত রোগ হলে	ক.	ঠাকুরী কলাই (মাসকলাই) ও নিমপাতা একসঙ্গে সেদ্ধ করে সেই গরম জল দিয়ে স্নান করানো হয়।
	খ.	হলুদ ও নিমপাতা বেটে শরীরে মাখে।
৫০. রক্তস্রাব		গর্ভবতী মহিলাদের সন্তান প্রসবের পরও অনেক সময় রক্তপাত হয়ে থাকে। এই রোগে ধিমাল মহিলারা কালো কেশরের পাতা জলে ভিজিয়ে সেই জল পান করে সপ্তাহ খানেক ফলে সেই রক্তপাত বন্ধ হয়ে যায়।
৫১. সূতিকা	ক.	এই রোগে ধিমাল মহিলারা টাপরাই (বনজ গাছ) গাছের শেকড়ের সঙ্গে মাগুর মাছ, কালো জিড়া, লঙ্কা, জায়ফল মিশিয়ে রান্না করে খায়।
	খ.	জীবন্ত শামুকের মাংস পাকা কলার মধ্যে ঢুকিয়েও খায়।
৫২. ঘামাচি		ঘামাচি হলে ধিমালরা কচি তেজপাতা বেটে শরীরে লাগিয়ে নেয়।
৫৩. ব্রণ হলে		মুখে ব্রণ হলে ধিমালরা লোশিং শিং (শিমূল গাছের কাঁটা) এর কাঁটা বেটে ব্রণ স্থানে লাগায়।
৫৪. আচিল		আচিল হলে ধিমালরা মাসকলাই তিনবার আচিলের উপর স্পর্শ করে মাটিতে পুঁতে দেয়।
৫৫. মৌমাছি হুল ফোটালে		মৌমাছি হুল ফোটালে ধিমালরা ওই স্থানে মধু লাগিয়ে দেয়।
৫৬. বিছা লাগলে		বিছা লাগলে ধিমালরা সেখানে চুন ও কাঁচা পেঁয়াজ লাগায়।

৫৭. কুকুরে কামড়ালে		যজ্ঞডুমুর গাছের ছাল ও ধুতরার বীজ আতপ চাল ধোয়া জলের সঙ্গে খাওয়ায়।
৫৮. জোঁক ধরলে		জোঁক লাগলে ধিমালরা প্রথমে লবণ লাগায়। তারপর চুন দিয়ে বেঁধে দেয়।
৫৯. স্তন দুগ্ধ স্বল্পতায়		স্তনের দুধ বাড়াতে ধিমাল মহিলারা কলমী শাক সেদ্ধ করে খায়।
৬০. দাদ ও ছুলি	ক.	দাদে গোসাপের চামড়া পুড়িয়ে লাগায়।
	খ.	তুলসী পাতার সঙ্গে লবণ মিশিয়ে হাতের তালুতে ঘষেও ধিমালরা দাদযুক্ত স্থানে লাগায়।
	গ.	নারকেলের মালা পুড়িয়ে তার ছাইও ধিমালরা দাদ সারাতে ব্যবহার করে।
	ঘ.	ফ্যারং এর ফুলও ধিমালরা পুড়িয়ে দাদযুক্ত স্থানে লাগায়।
	ঙ.	ছুলিতে ধিমালরা সাধারণত ধূপের গুঁড়োর সঙ্গে কাঁকড়া ভাজা তেল লাগায়।
	চ.	লাউয়ের টুকরো আগুনে পুড়িয়েও লাগাতে দেখা যায়।
	ছ.	তেলাকুচোর পাতার রসও লাগায় ধিমালরা ছুলিযুক্ত স্থানে।
৬১. স্বরভঙ্গ		গলার স্বর ভেঙে গেলে বা বসে গেলে ধিমালরা কেন্নো ও গোলমরিচ বাঁশের টুকরোর ভেতরে ঢুকিয়ে পোড়ায়। তারপর সেই ছাই নারকেল তেল দিয়ে বড়ির মতো তৈরি করে এক সপ্তাহ ধরে সকালে খালি পেটে খায়।
৬২. মাথা ধরা	ক.	মাথা ধরা বা মাথা ব্যথা হলে ধিমালরা কদম ফুল থেঁতলে কপালে লাগিয়ে দেয়।
	খ.	সাদা ও লাল চন্দনেরও প্রলেপ দিতে দেখা যায় কপালে।
	গ.	তাছাড়া মোরগের মাথার ফুলকা পুড়িয়ে তার ধোঁয়াও নাক দিয়ে টানে ধিমালরা।
	ঘ.	পাথরকুচি পাতা বেটে কপালেও লাগাতে দেখা যায়।
	ঙ.	রসুনের কোয়া থেঁতলে তার গন্ধ নিতেও দেখা যায়।

৬৩. মুখের দুর্গন্ধ	ক.	মুখের দুর্গন্ধ হলে ধিমালরা পান খায়।
	খ.	তুলসীর পাতাও খাবার পরে চিবিয়ে খায়।
৬৪. হাত-পা জ্বালা		তেলাকুঁচোর পাতা লবণ দিয়ে শরীরে মেখে নেয়।
৬৫. অর্শ	ক.	অর্শ হলে ধিমালরা বিশাদু গাছের বীজ ও কালা কেশরের সঙ্গে তেল মিশিয়ে প্রতিদিন রাতে খায়।
	খ.	হলুদ ও গাঁদাল পাতার রসও ধিমালরা খায় অর্শ হলে।
	গ.	তাছাড়া ধিমালরা অর্শযুক্ত স্থানে কাঁচা পেঁপের রস লাগিয়ে থাকে।
৬৬. কপাল ব্যথা		কপাল ব্যথা হলে ধিমালরা দণ্ডকলস পাতার রস নাকে দেয়।
৬৭. খুব বেশি নেশা হলে		খুব বেশি নেশা হলে ধিমালরা নেশা কাটাতে গেন্দ্রক (পিঠে বিশেষ) খায়।
৬৮. মূর্চ্ছা রোগ		ধিমালদের মধ্যে যদি কেউ মূর্চ্ছা যায় সঙ্গে সঙ্গে তাকে চোখে মুখে জল দেওয়ার পরই কেন্নো ধরে থেতলে খাইয়ে দেয়।
৬৯. নাভির ব্যথা		নাভির ব্যথা হলে ধিমালরা আঠিক টিকা (এক ধরনের হলুদ ফুল গাছের শেকড় বেটে) নাভিতে প্রলেপ দেয়।
৭০. বমি	ক.	কোন কারণে ধিমালদের মধ্যে যদি কারও বমি হয় কিংবা বমি বমি ভাব হয় তবে তারা গোলমরিচ শিলের উপর পিষে গুঁড়ো করে পেঁপের রস দিয়ে খায়।
	খ.	লেবুর পাতা নাকে নিয়ে শুঁকতেও দেখা যায়।
৭১. পেট ব্যথা	ক.	খাদ্যবস্তু ঠিক মতো হজম না হলে কিংবা পেটে বায়ু হয়ে পেট ব্যথা হলে ধিমালরা লেবু ও চিনির শরবৎ খায়।
	খ.	কখনো কখনো পেট ব্যথাতে ধিমালরা পায়রার মাংস খায়।
৭২. অতিরিক্ত পিপাসা		কোন মানুষের যদি একটু পর পর জল তৃষ্ণা পায় তবে ধিমালরা তাকে শুয়োরের রক্তের সঙ্গে বাতাসা মিশিয়ে খাইয়ে দেয়।

৭৩. খাবারে অরুচি হলে	খাবারে অরুচি হলে ধিমালরা অর্জুন গাছের ছাল, আমলকি ও বহেরা খায়।
৭৪. পেটে পাথর হলে	পেটে পাথর হলে ধিমালরা পাথরকুচি পাতার রস ও তুলসী পাতাব রস খালি পেটে পান করে।
৭৫. পেট ফাঁপা	রাতে পেট ফাঁপলে ধিমালরা তার প্রতিকার করে স্থলজ শামুকের মাংস খেয়ে।

উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ধিমাল জনজাতির মতো সমস্ত প্রকার রোগ ব্যাধিতে লোক চিকিৎসার উপর নির্ভশীল না হলেও বেশ কিছু রোগ ব্যাধিতে ও রোগের প্রাথমিক পর্বে লোক চিকিৎসার আশ্রয় নিয়ে থাকে। যেগুলি নীচে আলোচনা করা হল—

রোগের নাম		লোকচিকিৎসা পদ্ধতি
১. জ্বর	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা জ্বর হলে রোগীকে তুলসীপাতার রসের সঙ্গে সম পরিমাণ মধু মিশিয়ে খাওয়ায়।
	খ.	শিউলি পাতার রস, বাসক পাতার রস ও কালমেঘ পাতার রস খাওয়াতেও দেখা যায়।
	গ.	শিমের বিচি বালিতে ভেজে খোসা ছাড়িয়ে গুঁড়ো করে গরম জলে মিশিয়েও খাওয়ায়।
	ঘ.	রসুনের কোয়া আগুনে ঝলসে বেটে জ্বরের রোগীকে খাওয়ানো হয়।
	ঙ.	ছাতিম গাছের ছালের রস খায়।
২. আমাশা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা আমাশা হলে থানকুনি পাতার রস, আদার রস, পাথরকুচি পাতার রস এবং দূর্বার রস পান করে থাকে।
	খ.	শুধু কাঁচা কলা সেদ্ধ ও পেঁপে সেদ্ধ দিয়ে ভাত খেয়ে থাকে।
	গ.	ছাগলের দুধের সাথে কচি জাম পাতার রস মিশিয়েও খেয়ে থাকে।
	ঘ.	তেলাকুচা পাতার রসও মিছরি খালি পেটে সকাল বেলায় খেয়ে থাকে।

	ঙ.	ছাতিম গাছের ছাল পিষে রস বের করেও খেয়ে থাকে।
৩. পেট খারাপ	ক.	থানকুনি পাতার রস খালিপেটে সকালবেলায় খায়।
	খ.	পাথরকুচি পাতা একটু লবণ দিয়ে খালিপেটে চিবিয়ে খায়।
	গ.	পেটের গণ্ডগোলে অনেকেই আবার কাঁচা পেঁপে সেদ্ধ করে খেয়ে থাকে।
	ঘ.	ঝিঙের সঙ্গে গাঁদাল পাতার বাটা খেতে দেখা যায়।
	ঙ.	বেল পুড়িয়ে খায় পেটের সমস্যায়।
	চ.	সৈন্দব লবণ ও জোয়ান একসঙ্গে গুঁড়ো করে গরম জলের মধ্যে সঙ্গে মিশিয়ে খায়।
৪. কেটে গেলে	ক.	শরীরের কোন অংশ কেটে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা গাঁদা ফুলের পাতা হাতের তালুতে থেঁতো করে কাটা স্থানের উপর প্রলেপ দেয়।
	খ.	দূর্বাঘাস থেঁতো করে কাটাস্থানে লাগায়।
	গ.	কালা কচুর ডাটার রস বের করেও কাটা স্থানে লাগায়।
	ঘ.	অনেকে আবার কাটাস্থানে চুন লাগায়।
৫. চুলকানি ও এলার্জি	ক.	চুলকানি হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা নিমপাতার রস ও নিমগাছের বাকল পিষে চুলকানি স্থানে লাগায়।
	খ.	জলের মধ্যে নিমপাতা দিয়ে সেই জল ফুটিয়ে স্নান করে।
	গ.	এলার্জি হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা নিমপাতা ভেজে খায়।
	ঘ.	নিমপাতা ভেজে নিয়ে তার সঙ্গে আমলকি গুঁড়ো করে কয়েকদিন সকালে খালিপেটে খায়।
৬. আগুনে পোড়া	ক.	আগুনে পুড়ে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা পোড়া স্থানে কাঁচা আলু পিষে লাগিয়ে দেয়।
	খ.	মুরগীর ডিম ভেঙেও লাগিয়ে থাকে।
	গ.	চুনের জল ও নারকেল তেলে ভেজানো কাপড় পোড়া স্থানে লাগিয়ে দেয় যাতে ফোস্কা না পড়ে।
	ঘ.	পোড়া দাগ মেটানোর জন্য কেশুত পাতার রস দীর্ঘদিন ধরে লাগায়।

৭. সর্দিকাশি		উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সর্দিকাশিতে বাসক পাতা কিংবা তুলসীপাতার রসের সঙ্গে মধুমিশিয়ে খেয়ে থাকে।
৮. রাতকানা রোগ	ক.	রাতকানা রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা আকন্দ গাছের আঠা চোখে লাগায়।
	খ.	তুলসীপাতার রস ও সাদা ফুলের রসও চোখে লাগিয়ে থাকে।
৯. চোখে ছানি	ক.	চোখে ছানি পড়লে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা শিশিরের জল প্রতিদিন চোখে লাগায়।
	খ.	পদ্ম ফুলের মধুও চোখে লাগায় কেউ কেউ।
১০. দৃষ্টিশক্তি কমে গেলে	ক.	দৃষ্টিশক্তি কমে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ভাতের সঙ্গে কলমী শাক খায়।
	খ.	দুধের সঙ্গে হেলেঞ্চার রসও অনেকে খায়।
১১. চোখ উঠা	ক.	চোখ উঠলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সাদা ফুলের রস চোখে লাগায়।
	খ.	পেঁপের রস চোখে দিয়ে থাকে।
১২. কানপাকা ও কানব্যথা	ক.	কান পাকলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা রসুন ও পেঁয়াজের রস হাল্কা গরম করে কানের ভেতরে দেয়।
	খ.	পান পাতার রস গরম করে কানে লাগাতে দেখা যায়।
	গ.	কান ব্যথায় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা গরম তেলে রসুনের কোয়া ছেড়ে দিয়ে তা সামান্য উষ্ণতায় কানে দেয়।
১৩. দাঁতের ব্যথা	ক.	দাঁতের ব্যথায় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা পেয়ারা গাছের ছাল জলে সেদ্ধ করে সেই জল দিয়ে বারবার কুলকুচি করে।
	খ.	তামাক পাতা চিবিয়ে দাঁতের গোঁড়ায় লাগাতেও দেখা যায়।
	গ.	আদা মুখে রাখতেও লক্ষ করা যায় দাঁতের ব্যথায়।
১৪. মাড়ি ফোলা ও মুখে ঘা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মাড়ি ফুলে গেলে পেয়ারা পাতা চিবিয়ে কিছুক্ষণের জন্য মুখে রাখে।
	খ.	নিমগাছের ডাল দিয়ে দাঁত মাজে।

১৫. জিভে ও মুখে ঘা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মুখের ভেতরের তালুতে ও জিভে ঘা হলে তেলাকুচা পাতার রস মুখে কিছুক্ষণ রেখে কুলকুচি করে।
	খ.	তাছাড়া লবঙ্গ ও দারুচিনি মুখে রাখতেও দেখা যায়।
১৬. ফোঁড়া হলে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা বিষফোঁড়া হলে সেটাকে ফাটানোর জন্য এবং ভেতরের পচা মাংস বের করে ফেলার জন্য পায়রার বিষ্ঠা লাগায়।
	খ.	অনেক সময় আবার পেঁয়াজের রস গরম করে ফোঁড়ার উপর ঢেলে দেয়।
	গ.	থানকুনি পাতায় থু থু দিয়েও লাগায়।
১৭. হাড় ভেঙে গেলে	ক.	কোনও কারণে হাড় ভেঙে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা হাড় জোড়া বলে একধরনের লতানো গাছ আছে, সেই গাছ পিষে ভাঙা স্থানে প্রলেপ দিয়ে বেঁধে দেয়।
	খ.	রসুন ও অর্জুন গাছের ছাল দিয়েও অনেকে হাড় ভাঙার চিকিৎসা করে থাকেন।
১৮. প্রসবের পর শরীর ব্যথা হলে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মহিলাদের সন্তান প্রসবের পর শরীর ব্যথার জন্য রসুন ও সরষে তেল গরম করে শরীরে মাখে।
১৯. প্রস্রাবের জ্বালা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা প্রস্রাবের জ্বালায় আখের রস খায়।
	খ.	মৌরি রাতে ভিজিয়ে রেখে সকালে খালি পেটে খায়।
	গ.	গোলমরিচ চূর্ণ ও মিছরি দিয়ে সরবত করে খায়।
	ঘ.	পাথরকুচি পাতা লবণ দিয়ে চিবিয়েও খায়।
২০. শিশুদের বহুমূত্র রোগ	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিদের শিশুদের যদি বহুমূত্র রোগ হয় তবে তাকে জামপাতার রস খাওয়ানো হয়।
	খ.	তাছাড়া আমলকির রস খাওয়ালেও তা ভালো হয়ে যায়।
২১. নাকের ভেতর ঘা		নাকের ভেতর ঘা হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মধু টেনে নেয় নাক দিয়ে খানিকটা।
২২. নাকের ফুটোয় ব্যথা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা নাকে ফুটোয় ব্যথা হলে সরষের তেল গরম করে লাগায়।

	খ.	সকালে শিশির লাগিয়ে দেয় অনেকে।
	গ.	পেঁয়াজের রস নস্যির মতো করে টানে অনেকে।
২৩. নাক দিয়ে রক্ত পড়া	ক.	নাক দিয়ে অল্প পরিমাণ জল টেনে নেয়।
	খ.	দূর্বাঘাস ঘি দিয়ে ভেজেও খেতে দেখা যায়।
২৪. বাতের ব্যথা	ক.	বাতের ব্যথায় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা গরম ভাতের সঙ্গে রসুনের কোয়া খায়।
	খ.	সরষের তেলের মধ্যে রসুনের কোয়া ছেড়ে ভেজে নিয়ে সেই তেল মালিশ করে।
	গ.	কাঁকড়া ভাজা তেল গাটের ব্যথাযুক্ত স্থানে মালিশ করে।
	ঘ.	ধুতরা পাতার রসের সঙ্গে সরষের গরম তেল মালিশ করে।
২৫. হঠাৎ ফোলা		শরীরের কোনও অংশ আঘাতের ফলে ফুলে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা হলুদ ও চুন মালিশ করে দেয়।
২৬. জন্ডিস	ক.	জন্ডিস হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা অড়হড় পাতার রস খালি পেটে সকালে খায়।
	খ.	আখের রস খায়।
	গ.	পিপুল পাতার রস গোলমরিচের সঙ্গে খেয়ে থাকে।
২৭. হাঁপানি	ক.	দীর্ঘদিন ধরে হাঁপানি রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কুচিয়ার মাংস খায়।
	খ.	বাসক পাতা ও তুলসীপাতার রস সকালে চিনি দিয়ে খায়।
	গ.	রসুন সরষে তেলে ভেজে বুকে মালিশ করে দেয়।
২৮. গর্ভপাত করতে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা গর্ভপাত করতে কৃষ্ণচূড়া গাছের ছাল জলে সেদ্ধ করে খায়।
	খ.	গর্ভপাত করাতে অনেকে আবার পানের শেকড় দুধের সঙ্গে বেটে খায়।
২৯. মাসিক দোষ	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালি মহিলাদের মধ্যে কারও মাসিক দোষ হলে কালো কেশরের পাতা জলে সেদ্ধ করে সেই জল পান করে।

	খ.	তাছাড়া কাঁচা কলা খোসা সমেত কেটে রৌদ্রে শুকিয়ে গুঁড়ো করে নিয়মিত খালি পেটে খায়।
৩০. পুরুষের বীর্য বাড়াতে	ক.	পুরুষের বীর্য কমে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা আপেল, কাঁচা বাদাম ও দুধ একত্রে মিশিয়ে খায়।
	খ.	তুলসীর বীজ ও মিছরি গুঁড়ো করে অনেকে খেয়ে থাকে।
৩১. গোঁড়ালি ফাটা	ক.	গোঁড়ালি ফাটলে বটগাছের আঠা লাগায় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা।
৩২. কৃমি হলে	ক.	পেটে কৃমি হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কচি আনারস পাতার রস খালি পেটে খায়।
	খ.	নিমপাতা ভেজে খেতেও লক্ষ করা যায়।
	গ.	উচ্ছে থেঁতো করে সকালে খালি পেটে কেউ কেউ রস খেয়ে থাকে।
	ঘ.	অনেকে আবার সেগুন গাছের বাকল পিষে রস করে খেয়ে থাকে।
৩৩. বাচ্চাদের মাথায় ঘা হলে		ছোট শিশুদের মাথায় ঘা হলে কচি নারকেলের শাঁস লাগিয়ে দেয় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা।
৩৪. কুকুরের কামড়ে	ক.	কাঁচা মাসকলাই সকালে উঠে খায় যতগুলি দাঁতের চিহ্ন থাকে ততগুলি।
	খ.	গুড় খেতেও দেখা যায়।
	গ.	ক্ষতস্থানে কাপড়ের ছোট ন্যাকড়ায় আগুন লাগিয়ে বারবার আঘাত করে বিষ নষ্ট করার জন্য।
৩৫. বিষ খেলে	ক.	বিষ খেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা রোগীকে প্রথমে পর্যাপ্ত পরিমাণে লবণ কিংবা টক জাতীয় কোন কিছু খাওয়ায়।
	খ.	ডিমের সাদা অংশ খাওয়াতেও লক্ষ করা যায়।
৩৬. হাত-পা মচকালে		হাত-পা কোনও কারণে মচকে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা চুন ও কেরোসিন তেল মালিশ করে নেয়।
৩৭. মাছের কাঁটা গলায় আটকালে		মাছের কাঁটা গলায় আটকে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা শুধু ভাত কিংবা মুড়ি গিলে খায়।

৩৮. পেটে বায়ু হলে	ক.	পেটে বায়ু হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সকালে খালি পেটে মুড়ি ভেজানো জল খায়।
	খ.	অনেকে আবার ঠাণ্ডা জলে পেঁয়াজের রস মিশিয়েও খেয়ে থাকে।
৩৯. হজম বাড়াতে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা হজমশক্তি বাড়ানোর জন্য সৈন্ধব লবণ দিয়ে আদা চিবিয়ে খায়।
	খ.	অনেকে হজমশক্তি বাড়াতে ও খাদ্যে রুচি আনার জন্য অর্জুন গাছের ছাল শুকিয়ে গুঁড়ো করে খেয়ে থাকে।
৪০. ঘুম না হলে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ঘুম না হলে হুঁকোর জল মাথার তালুতে লাগায়।
	খ.	কাঁচা অথবা শুকনো আমলকী দুধের সঙ্গে মিশিয়ে মাথায় লাগালে ভালো ঘুম হয় বলে বিশ্বাস করে।
	গ.	পুঁই শাক অনেকে খায় ভালো ঘুম হওয়ার জন্য।
৪১. ডায়েরিয়া	ক.	ডায়েরিয়া হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা পেঁপে ও কাঁচাকলা সেদ্ধ করে খায়।
	খ.	চিনি ও লবণ দিয়ে তৈরি সরবৎ খায় ঘনঘন।
৪২. টাক পড়লে	ক.	টাক হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা তা নিরাময়ের জন্য কাঁচা পেঁয়াজ কেটে তার রস লাগায়।
	খ.	জবাফুল, কালো কেশর পাতার প্রলেপও দেয়।
	গ.	অনেকে আবার টাক স্থানে তিল চিবিয়ে প্রলেপ দেন।
৪৩. মাথায় উকুন হলে	ক.	মাথায় উকুন হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা খোকসা পাতার রস মাথায় লাগায়।
	খ.	হুঁকোর জল মাথায় দিতেও দেখা যায় উকুন মারার জন্যে।
	গ.	পান পাতার রস কেউ কেউ আবার লাগিয়ে থাকে।
৪৪. বসন্ত	ক.	বসন্ত রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা হলুদ, নিমপাতা ও তেল একসঙ্গে মিশিয়ে শরীরে মেখে নেয়।
	খ.	নিমপাতা, কাঁচা হলুদ জাল দিয়ে জল গরম করে স্নান করে থাকে।

৪৫. রক্তস্রাব	ক.	ধুতুরা গাছের শিকড়ের সাদা অংশ মধু দিয়ে খালি পেটে কয়েকদিন খায়।
	খ.	চাল ধোয়া জলও খেয়ে থাকে।
৪৬. সূতিকা		উত্তরবঙ্গের বাঙালি মহিলারা সূতিকা রোগে আক্রান্ত হলে পিঁপুল পাতার রস প্রতিদিন সকালে খালি পেটে খায়।
৪৭. ঘামাচি	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ঘামাচি হলে বৃষ্টির জলে ভিজে থাকে।
	খ.	তেজপাতা বেটে গায়ে মেখে কিছুক্ষণ রোদে শুকিয়ে পরে ধুয়ে নেয়।
৪৮. মুখে ব্রণ হলে	ক.	সাদা সরষে ও কাঁচা দুধ মাখে।
	খ.	মুখে ব্রণ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা শিমূল কাঁটা দুধে ঘষে ব্রণের উপর লাগিয়ে দেয়।
	গ.	হরিতকী, আমলকি ও বয়রা চূর্ণ করে দুধের সঙ্গে মিশিয়ে খায়।
৪৯. আঁচিল	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা শরীরের কোন স্থানে আঁচিল হলে তার উপরে চুন লাগিয়ে দেয়।
	খ.	আবার অনেক সময় চুন বেঁধে রাখে আঁচিলের গোড়ায় যাতে সেটি আস্তে আস্তে কাটা পড়ে।
৫০. মৌমাছি হুল ফোটালে		উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মৌমাছি কিংবা বল্লা (বোলতা) হুল ফুটিয়ে দিলে সেই স্থানে সঙ্গে সঙ্গে চুন ও কেরোসিন তেল লাগায়, এতে যন্ত্রণার যেমন উপষম হয় তেমনি আবার ফোলেও না হুলযুক্ত স্থানে।
৫১. বিছা লাগলে	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা শরীরের কোনও অংশে বিছা লাগলে সেই স্থানে চুল দিয়ে ঘষে দীর্ঘক্ষণ।
	খ.	চুন লাগিয়ে দেয়।
	গ.	পেঁয়াজ কেটে লাগাতেও দেখা যায়।
৫২. জোঁকের আঘাত		উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা জোঁকের আঘাতে প্রথম তা প্রতিকার করে লবণ লাগিয়ে তারপর জোঁক ধরা স্থানে রক্তবন্ধ করার জন্য চুন কিংবা দূর্বা ঘাস চিবিয়ে লাগিয়ে দেয়।

৫৩. স্তনদুগ্ধ কমে গেলে		উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সন্তান প্রসবের পর যদি মায়ের স্তনের দুধ পর্যাপ্ত না হয় তবে তারা কলমী শাক ও ঢেকি শাক খেয়ে থাকে।
৫৪. দাঁদ ও ছুলি	ক.	দাঁদ হলে নিমপাতা বেটে দাঁদযুক্ত ও ছুলিযুক্ত স্থানে লাগিয়ে দেওয়া হয়।
	খ.	তুলসীপাতার সঙ্গে লবণ মিশিয়ে লাগাতেও দেখা যায়।
	গ.	লাউ-এর ফুল বেটেও অনেকে লাগিয়ে দেয়।
	ঘ.	গাঁদা পাতা হাতে পিষেও লাগিয়ে দেয়।
৫৫. স্বরভঙ্গ	ক.	স্বর ভঙ্গ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা গরম জলে একটু লবণ মিশিয়ে সকাল সন্ধ্যায় কুলকুচি করে থাকে।
	খ.	মুখে লবঙ্গ রেখে দেয়।
৫৬. মাথা ধরা	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা মাথা ব্যথায় পদ্মফুলের পাতা পিষে মাথায় কিছুক্ষণের জন্য লাগায়।
	খ.	হুঁকোর জল পিপুল পাতার সঙ্গে মিশিয়ে মাথার তালুতে লাগিয়ে দেয়।
	গ.	অনেক সময় আবার রসুনের রস নস্যির মতো করে নাক দিয়ে টানে।
৫৭. মুখের দুর্গন্ধ	ক.	মুখের দুর্গন্ধে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কচি পেয়ারা পাতার কুশি চিবিয়ে খায়।
	খ.	আবার বেশির ভাগ বাঙালিরা তুলসীপাতা মুখের মধ্যে রেখে দেয়।
৫৮. হাত-পা জ্বালা		হাত-পা জ্বালা করলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কেরোসিন তেলে সঙ্গে একটু চুন মিশিয়ে মালিশ করে দেয়।
৫৯. অর্শ	ক.	উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা অর্শ হলে অর্শযুক্ত স্থানে কাঁচা পেঁপের রস লাগায়।
	খ.	বেল খায়।
	গ.	পেঁয়াজের রস খায়।

৬০. আধ কপালী		এটি আসলে মাথার যন্ত্রণা। মাথার অর্ধেক অংশ ব্যথা হয় এতে। এতে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা তুলসীপাতা থেঁতলে কপালে লাগায়।
৬১. নাভির ব্যথা		নাভির ব্যথায় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সরষে তেলের মধ্যে রসুনের কোয়া ভেজে নিয়ে সেই তেল নাভিতে লাগায়।
৬২. বমি		উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা বমি হলে গোলমরিচ হরিতকী একসাথে গুঁড়ো করে খায়।
৬৩. অরুচি	ক.	খাবারে অরুচি হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা সৈন্ধব লবণ দিয়ে সরবত করে খায়।
	খ.	আমলকি, হরিতকী ও বহেড়া একত্রে চূর্ণ করেও খেয়ে থাকেন।
	গ.	অর্জুন গাছের ছাল গুঁড়ো করে ভাতের সাথে খায়।
৬৪. পেট ব্যথা	ক.	পেট ব্যথা হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা পাথরকুচি পাতার সামান্য লবণ দিয়ে খায়।
	খ.	লবণ, চিনি ও লেবু দিয়ে সরবত করেও খায় বাঙালিরা।
৬৫. পিপাসা রোগ	ক.	জল পিপাসা রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ডুমুরের ফল খায়।
	খ.	কচি নারকেলের শাঁস খেলেও এই রোগ সারে বলে বিশ্বাস করে।
৬৬. পাথর হলে	ক.	পেটে পাথর হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা পাথরকুচি পাতার রস প্রতিদিন সকালে খায়।
	খ.	দূর্বাঘাসের কুশিও খেয়ে থাকে।
৬৭. পেট ফাঁপা		সৈন্ধব লবণ দিয়ে লেবুর সঙ্গে মিশিয়ে সরবত করে খায়।
৬৮. আঞ্জনি	ক.	আঞ্জনি হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা চোখে শিশুর শিশ্ন স্পর্শ করায়।
	খ.	কেউ কেউ আবার গরম জলে লবণ দিয়ে ফুটিয়ে সেই জলের মধ্যে একটি ছোট কাপড় ভিজিয়ে চোখে সেঁক দেয়।
	গ.	গরম ভাত কাপড়ের মধ্যে রেখে চোখে সেঁক দেয়।

২. ঝাড়ফুঁক নির্ভর লোকচিকিৎসা :

আদিমকাল থেকেই মানুষের মধ্যে বদ্ধমূল ধারণা হয়ে আছে যে ভূত-প্রেত-অপদেবতা বা অন্য কোন ব্যক্তির অভিশাপ অথবা কুদৃষ্টির ফলে রোগ ব্যাধির সৃষ্টি হয়। ভূত-প্রেত-অপদেবতা মানুষের শরীরে ও বাস্তুভিটেতে ভর করে। যার ফলে পারিবারিক অশান্তি ও অসুখ-বিসুখ বেড়ে যায়। এ অবস্থায় ওঝা বা কবিরাজ (এ অঞ্চলে দেউশী, ঝাকড়ি, ওঝা, কবিরাজ, মালি, পুরোহিত প্রভৃতি নামে অভিহিত করা হয়) ডেকে প্রথমে রোগের ও পারিবারিক অশান্তির কারণ নির্ণয় করা হয়। তারপর নির্দিষ্ট বার ও সময় (বিশেষ করে শনি ও মঙ্গলবার এবং অমাবস্যা ও পূর্ণিমা সময়কে গণ্য করা হয়) দেখে ওঝা বা কবিরাজ ঝাড়ফুঁকের আয়োজন করেন। যে অপদেবতা বা ভূত-প্রেতের দ্বারা পারিবারিক অশান্তি ও রোগের সৃষ্টি হয়েছে তাকে শরীর থেকে অথবা বাস্তুভিটে থেকে তাড়ানোর ব্যবস্থা করেন। এ সমস্ত ওঝা বা কবিরাজের আশ্চর্য অলৌকিক ক্ষমতা আছে বলে মনে করা হয়। তিনি যা বলেন তাই বিনা বাক্যে বিনা সংকোচে সাধারণ মানুষ মেনে নেয়। কারণ ওঝাদের এক অলৌকিক শক্তি আছে যার সাহায্যে সে সমস্ত কিছুই বুঝতে পারে। তাই তার কথা যেমন অমান্য করা যাবে না তেমনি তার বিরাগ ভাজনও হওয়া যাবে না। কারণ সে ক্রুদ্ধ হলে সংসারের অমঙ্গলের ও রোগ ব্যধির সীমা থাকবে না।

উত্তরবঙ্গের প্রায় সমস্ত জাতি-জনজাতির মধ্যেই লোকচিকিৎসায় ঝাড়ফুঁকের বিশেষ প্রচলন রয়েছে। আমাদের আলোচ্য ধিমাল জনজাতির লোকেরাও চিকিৎসার জন্য ঝাড়ফুঁকের উপর বিশেষভাবে নির্ভরশীল। ধিমাল জনজাতির লোকেরা আদিম মানুষের মতো আজও বিশ্বাস করে কোন রোগ ব্যাধি হলে অপদেবতা বা অশুভ আত্মা ভর করেছে। তাই রোগ হওয়া মাত্র ধিমালরা ওঝার কাছে গিয়ে উপস্থিত হয়। ওঝা রোগীর শারীরিক ও মানসিক অবস্থা দেখে চিকিৎসা করে থাকে ঝাড়ফুঁকের মাধ্যমে। সঙ্গে তাদের নানা ধরনের বস্তু থাকে যেগুলি অলৌকিক ক্ষমতাসম্পন্ন। এখানে ধিমালদের মধ্যে আদিম ফেটিশিজম ভাবনারই প্রকাশ লক্ষ করা যায়। যে সমস্ত রোগে চিকিৎসার জন্য ধিমালরা ঝাড়ফুঁকের সাহায্য নিয়ে থাকে তা নীচে আলোচনা করা হল—

১. গর্ভবতী ধিমাল মহিলারা পেটের ব্যথা অনুভব করলে সঙ্গে সঙ্গে ওঝাকে ডাকা হয়। ওঝা এসে গর্ভবতীকে ঝাড়ফুঁক করেন। এছাড়া তেল ও জল পড়া দেন পেটে মালিশ করার জন্য।

২. মাথা ব্যথা কিংবা মাথার যন্ত্রণা হলে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে ঝাঁড়ফুক করিয়ে নেন।

৩. চোখের ব্যথা হলেও ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে চোখ ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়। ওঝা এসে লোটায় (ঘটি) ভর্তি করে জল নেয় এবং একটি কাস্তে দিয়ে জল নাড়তে নাড়তে মন্ত্র-তন্ত্রের প্রয়োগ করে।

৪. ঘুম না হলে ধিমালরা ওঝাকে ডেকে নিয়ে আসেন বাড়িতে। তারপর বাড়ির কোন দোষ-গুণ আছে কিনা তা নির্ণয় করে ওঝা রোগীকে ঝাড়ফুঁক করেন।

৫. ধিমালদের মধ্যে কারো হাত-পা জ্বালা করলে ওঝা এসে প্রথমে বাণ কাটে। তারপর ঘি ও জল পড়ে দেয়।

৬. মুখ দিয়ে রক্ত উঠলে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়।

৭. পুরুষের স্বপ্ন দোষ হলে ধিমালরা ওঝাকে দেখে। ওঝা এসে একটি ঝাড়ুর কাঠিকে মন্ত্রপুত করে দে যেটি রোগী রাতে শোবার সময় বিছানার নিচে রেখে দেয়।

৮. স্তনের দুগ্ধ বাড়াতে ধিমাল মহিলারা ওঝার শরণাপন্ন হয়। ওঝা ঘি ও জল পড়ে দেয়।

৯. মৌমাছি হুল ফোটালে ধিমালরা প্রথমে ওঝাকে দিয়ে ঝাড়ফুঁক করায় তারপর অন্যান্য লোকঔষধ ব্যবহার করে।

১০. সাপের দংশনে ধিমালরা পুরোপুরি ওঝার উপর নির্ভরশীল। ওঝা এসে প্রথমে রোগীকে উঠোনের মধ্যে বসিয়ে ঝাড়ফুঁক করে তারপর বিভিন্ন ভেষজ ঔষধ খেতে দেয়।

১১. কারো হাত-পা মচকে গেলে যদি তার ব্যথা দীর্ঘস্থায়ী হয় তবে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়।

১২. নাকের ঘা কিংবা নাক দিয়ে রক্ত পড়লে ধিমালরা ময়ূরের মাথার ফুল আগুনে পুড়িয়ে সেটিকে মন্ত্রপূত করে নাকে লাগায়।

১৩. ধিমালদের মধ্যে কারো একশিরা হলে ধিমালরা ওঝার সাহায্যে ঝাড়ফুঁক করায়। ওঝা তেল মন্ত্রপূত করে দেয়। যা রোগী নিয়মিত মালিশ করে নেয়।

১৪. গলায় ঘ্যাগ হলে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে তেল ও জল পড়িয়ে নেয় এবং তা নিয়ম করে ঘ্যাগের স্থানে লাগায়।

১৫. কোন শিশুর পেটে ব্যথা হলে ধিমাল ওঝা তেল ও জল পড়ে দেয়। যা নিয়মিত শিশুর পেটে লাগায়।

১৬. ধিমালদের মধ্যে কারও গলায় মাছের কাঁটা আটকে গেলে ওঝা কাচা আতপ চাল মন্ত্রপূত করে দেয়। যা ধিমালরা বারবার নিয়ম করে খায়।

১৭. শরীরের কোন অঙ্গ অবশ হয়ে গেলে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়। পাশাপাশি সে তেল ও লবণ পড়ে দেয়।

১৮. ধিমালদের মধ্যে জন্ডিসেও ঝাড়ফুঁকের বিশেষ প্রভাব লক্ষ করা যায়। ওঝা এসে এক ধরনের গাছের শেকড় সুতো দিয়ে বেঁধে মন্ত্রপূত করে মাথায় রেখে দেয় যা মাথার থেকে আস্তে আস্তে শরীর বেয়ে নিচে পড়ে যায়।

১৯. বসন্ত হলে ধিমালরা ওঝাকে দিয়ে ঘি পড়িয়ে নেয় এবং নিয়মিত শরীরে লাগায়।

উত্তরবঙ্গের বাঙালিদের মধ্যেও নানা ঝাড়ফুঁক নির্ভর লোকচিকিৎসার প্রয়োগ লক্ষ করা যায়। যা নীচে আলোচনা করা হল—

১. জন্ডিস রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ভেষজ ঔষুধের পাশাপাশি কবিরাজকে দিয়ে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়।

২. গলায় কাঁটা আটকালেও উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কবিরাজের কাছ থেকে মুড়ি, শুধু ভাত, লবণ পড়িয়ে এনে তা নিয়মিত যায়।

৩. পেট ব্যথা হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কবিরাজের কাছে ঝাড়ফুঁক করায়।

৪. পা মচকে গেলেও কবিরাজের কাছে গিয়ে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নিয়ে আসে। কবিরাজ ছাই দিয়ে মচকানো স্থান মালিশ করে আর মন্ত্র প্রয়োগ করে।

৫. চোখ উঠলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা কবিরাজের কাছ থেকে জল পড়া এনে চোখে নিয়মিত ব্যবহার করে।

৬. ছোট বাচ্চারা ঘুমের সময় হাসলে কিংবা কাঁদলে কবিরাজের কাছে নিয়ে ঝাড়ফুঁক করানো হয়।

৭. ছোট বাচ্চাদের পেট ব্যথা হলে কাঞ্জি পাতায় মন্ত্র প্রয়োগ করে বাচ্চার শরীর ঝেঁড়ে দেয়।

৮. অশুভ আত্মা অর্থাৎ ভূত-প্রেতের থেকে কেউ যদি ভয় পায় নশিনি গাছের পাতা, জিংনি গাছের ডাল ও সরষে দিয়ে ঝেড়ে দেয়।

৯. হাম হলে কবিরাজের কাছ থেকে ঝাড়ফুঁক করিয়ে নেয়।

১০. কারও কুনজরে পড়ে কেউ যদি অসুস্থ হয়ে পড়ে তবে কবিরাজের কাছে গিয়ে জলপড়া খাওয়ানো হয়।

১১. জিভে ঘা হলে কচি কলাপাতার মধ্যে তেল লাগিয়ে মুখের সামনে ধরে দূর্বার কুসি কলাপাতার তেলে চুবিয়ে মন্ত্রপূত করে জিভের সঙ্গে লাগায় এবং শেষে কলাপাতা পুড়িয়ে দেয় আগুন দিয়ে।

১২. আগুনে পুড়ে গেলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ফোসকা যাতে না পড়ে সেজন্য মাটির কলসীর নীচে থাকা কাদা নিয়ে মন্ত্রপুত করে পোড়াস্থানে লাগায়।

১৩. চোখে আঞ্জনী হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ঝাড়ফুঁকের উপর অনেকটাই নির্ভর করে।

১৪. কুকুর কামড়ালে কবিরাজের বাড়ি থেকে মাসকলাই, গুড় পড়িয়ে নিয়ে এসে নিয়মিত খায়।

১৫. বিছা লাগলে চুলের মধ্যে মন্ত্র প্রয়োগ করে বিছা লাগা স্থানে ঘষে নেয়। তাছাড়া একপ্রকার ছোট পোকা ঘিটু নামে তার মাটি তেলে ডলেও লাগাতে দেখা যায়।

১৬. সাপা বাতাস লাগলে অর্থাৎ গরমের দিনে হঠাৎ করে মূর্চ্ছা গেলে কবিরাজ ডেকে এনে কাকিলা মাছের মাথা পায়ের বুড়ো আঙুলে লাগিয়ে ঝাড়ফুঁক করে।

১৭. গা বমি বমি ভাব হলেও উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা ঝাড়ফুঁকের মাধ্যমে তার চিকিৎসা করে থাকে।

১৮. বাত হলে কাকিলা মাছের মাথায় মন্ত্র প্রয়োগ করে বাতযুক্ত স্থানে বারবার আঘাত করে রক্ত বের করা হয়।

১৯. ইঁদুরে কামড়ালেও ঝাড়ফুঁকের আশ্রয় নেয় উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা।

৩. পূজা ও প্রায়শ্চিত্য নির্ভর লোকচিকিৎসা :

ভেষজ ঔষধ ও ঝাড়ফুঁক নির্ভর লোকচিকিৎসার পাশাপাশি উত্তরবঙ্গের ধিমাল ও বাঙালি সমাজে পূজা ও প্রায়শ্চিত্য নির্ভর লোকচিকিৎসারও প্রচলন রয়েছে। ধিমালরা মনে করে দেব-দেবীর সঙ্গে মানুষের স্বাস্থ্যের বিশেষ সম্বন্ধ আছে। তাদের বিশ্বাস দেবতাদের না মানলে তারা কুপিত হন। আর তাদের রাগ বা ক্রোধের কারণেই মানুষের শরীরে রোগের সৃষ্টি হয়। তাদের মন ও শরীর দুটিকেই বিষাক্ত করে। তাই ধিমালরা ব্যক্তিগত স্বাস্থ্য ও গ্রামবাসীদের স্বাস্থ্য এমনকি ফসল রক্ষার জন্যও দেব-দেবীকে পুজো দিয়ে থাকে (চিত্র সংখ্যা ঞ্ব ১২)। এই পুজো দুই ধরনের—

১. গৃহের দেব-দেবীর পুজো

২. গ্রামের দেব-দেবীর পুজো

গৃহের দেবতার পুজো দেয় ধিমালরা পরিবারের সকলে যাতে শান্তিতে এবং রোগমুক্ত জীবন-যাপন করতে পারে। আর কলেরা, বসন্তের মতো রোগ দেখা দিলে ধিমালরা গ্রামের দেব-দেবীকে পুজো দেয়। ধিমালরা আজও বিশ্বাস করে অপদেবতারাই বেশির ভাগ রোগ মানুষের শরীরে চালনা করে। আর দেবতারা সাধারণত মানুষকে রোগ ব্যাধি থেকে রক্ষা করে। তবে তারা কুপিত হলেও মানুষের রোগ হতে পারে। ধিমালদের মধ্যে প্রচলিত পূজা ও প্রায়শ্চিত্য নির্ভর লোকচিকিৎসাগুলি নীচে আলোচনা করা হল—

১. গ্রীষ্মকালে ডাইরিয়া কিংবা বমি হলে ধিমালরা বুড়াঠাকুরের পুজো দেয় ধামী বা ওঝার সাহায্য নিয়ে। বুড়া ঠাকুরকে তারা পায়রা উৎসর্গ করে।

২. শরীরে ঘা, দাঁতের ব্যথা কিংবা সর্দিকাশি হলে ধিমালরা নদীর দেবতা কনকাই মাই কিংবা মেচীবুড়িকে পুজো দিয়ে থাকে।

৩. দীর্ঘদিন পেটের ব্যথা, রক্তবমি, চোখ লাল কিংবা অন্ধ হয়ে গেলে ধিমালরা শ্মশান কালীর পুজো দেয়। আর এক্ষেত্রে ওঝা বা ধামী বিশেষ ভূমিকা পালন করে। আবার কখনো কখনো রোগী নিজেই কালীর উদ্দেশ্যে হাঁস, মুরগী ও পায়রা বলি দিয়ে দেবীর উদ্দেশ্যে নিবেদন করে।

৪. কোন শিশু যদি ঘুম থেকে হঠাৎ কোন স্বপ্ন দেখে ভয় পায় কিংবা খুব কান্নাকাটি করে তবে ধিমালরা অপদেবতার প্রভাব পড়েছে বলে মনে করে। তাই তারা অপদেবতার হাত থেকে শিশুকে মুক্ত করতে বাড়িতে ওঝা বা ধামীকে ডেকে পুজো দেয়।

৫. 'জাউরা গেলাই' (পূর্বপুরুষ পূজা) পরিবারে পরপর রোগের আবির্ভাব হলে ধিমালরা জাউরা গেলাই পুজো দেয়। কারণ তারা মনে করে পূর্বপুরুষদের আশীর্বাদ না মেলাতেই রোগের সৃষ্টি হচ্ছে। তাই তারা আতপ চালের ভাত, কলা ও মাংস কলার খোলের মধ্যে রেখে জাউরা গেলাইয়ের উদ্দেশ্যে পুজো দিয়ে থাকে।

৬. ধিমালরা রোগ ব্যাধির কারণ হিসেবে দুষ্টুলোকের বাণ মারাকেও বিশেষভাবে দায়ী করে থাকে। আর এগুলি থেকে মুক্ত হওয়ার জন্য ওঝার মাধ্যমে দেবতার উদ্দেশ্যে পুজো দেয়।

৭. গ্রামের মধ্যে কলেরা, বসন্ত রোগ দেখা দিলে ধিমালরা গারাম দেবতার পুজো দেয় আর এই পুজো গ্রামের সমস্ত মানুষ একত্রে মিলিত হয়ে দেয়। শুয়োর, কলা, তেল ও সিঁদুর এই পুজোর প্রধান উপকরণ।

৮. কোন নারীর যদি বারবার সন্তান মারা যায় তবে দেবতার উদ্দেশ্যে মুরগি ও পায়রা উৎসর্গ করে থাকে।

৯. যে নারীর সন্তান হয় না সেও দেবতার উদ্দেশ্যে মোরগ ও কলা দিয়ে পুজো দিয়ে থাকে।

১০. শরীরে নানা ধরনের বিকৃতি দেখা দিলে ধিমালরা ডেরা গেলাই দেবীর পুজো দিয়ে থাকে। এই দেবী প্রচণ্ড ক্রুদ্ধ। তাই এর প্রভাবে কেউ পড়লে তার মৃত্যু অনিশ্চিত জেনে ধিমালরা ডেলা গেলাই পুজো দিয়ে থাকে।

১১. সামাজিক ভাবে কোন অন্যায় করার পর যদি কোন ধিমালর ব্যক্তি অসুস্থ হয়ে পড়ে তবে সে চৌমাঝি দেবতার পুজো করে প্রায়শ্চিত্য স্বরূপ।

১২. কেউ যদি ধিমাল সমাজে খেতে না পেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়ে তবে সে ধারনী বেরাঙ (উনুনের দেবী)-কে মুরগির বাচ্চা দিয়ে পুজো দিয়ে থাকে।

১৩. শিকার করতে গিয়ে যদি কেউ ভয় পেয়ে অসুস্থ হয় তবে ধিমালরা শিকারীদির (বনের দেবতা)-এর পুজো দেয় জঙ্গলে গিয়ে।

১৪. হঠাৎ করে কেউ অসুস্থ হয়ে পড়লেই আনসারীর দোষ মনে করে। তাই আনসারী দেবতাকে সন্তুষ্ট রাখার জন্য দীপবলীর সময় লাল ও সাদা রঙের পায়রা বলি দিয়ে পুজো দিয়ে থাকে।

১৫. জ্বর রক্তবমি কিংবা পাতলা পায়খানা হলে ধিমালরা কালী দেবী মাসানের পুজো দিয়ে থাকে।

উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা বিভিন্ন রোগব্যাধিতে ভেষজ খনিজ ঔষধের পাশাপাশি ঝাড়ফুঁক নির্ভর লোকচিকিৎসার উপরেই অধিক নির্ভরশীল। তাই পূজা ও প্রায়শ্চিত্ত নির্ভর লোকচিকিৎসার প্রচলন তুলনামূলকভাবে অনেক কম। যা নীচে তুলে ধরা হল—

১. বসন্ত রোগ হলে উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা অন্যান্য চিকিৎসা পদ্ধতির আশ্রয় নিলেও এই রোগ সারিয়ে তোলার জন্য বিশেষ ভাবে শীতলা দেবীর পুজো দিয়ে থাকে। এমনকি এই দেবীকে সন্তুষ্ট রাখলে আর বসন্ত রোগ হবে না বলে তারা বিশ্বাস করে।

২. উত্তরবঙ্গের বাঙালিরা জ্বর হলে কিংবা রক্ত বমি করলে শ্মশানকালী ও মাসান দেবতার পূজা দিয়ে থাকে রাস্তার মোড়ে। কারণ, বাঙালিরা বিশ্বাস করে রাস্তায় চলা ফেরা করার সময় অসময়ে দেবতাদের সামনে পড়লে তাদের ক্রোধ হয়। আর এই ক্রোধেরই প্রকাশ ঘটে রোগের মাধ্যমে।

তথ্যসূত্র :

তথ্যদাতা :

১. রইঞ্চা মল্লিক, বয়স- ৬৬, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত- ২, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- ওঝা, শিক্ষা- দ্বিতীয় শ্রেণি, সংগ্রহের তারিখ- ০৭.০৫.২০১২।

২. দুর্জন মল্লিক, বয়স- ৬০, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত- ২, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- ওঝা, শিক্ষা- চতুর্থ শ্রেণি, সংগ্রহের তারিখ- ০৬.০১.২০১৪।

৩. কিষ্ট মল্লিক, বয়স- ৬৫, গ্রাম- শিউবর জোত, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- ওঝা, শিক্ষা- নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ০৩.০৭.২০১২।

৪. বিকাশ মল্লিক, বয়স- ৬২, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত- ১, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- কৃষিকাজ, শিক্ষা- নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ২৭.১২.২০১৩।

৫. গর্জন কুমার মল্লিক, বয়স -৫৪, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত-২, জেলা- দার্জিলিং, পেশা-শিক্ষক, শিক্ষা- স্নাতক, সংগ্রহের তারিখ- ০২.০৪.২০১৩।

৬. অলকা মল্লিক, বয়স- ৪৮, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত-২, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- গৃহবধূ, শিক্ষা- অষ্টম শ্রেণি, সংগ্রহের তারিখ- ২৯.০৬.২০১২।

৭. বাংঠু মল্লিক, বয়স- ৭৩, গ্রাম- গোলদাস জোত, জেলা-দার্জিলিং, পেশা- কৃষিকাজ, শিক্ষা-নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ২০.১০.২০১৪।

৮. কেষ্ট মল্লিক, বয়স -৬২, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত-১, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- কৃষিকাজ, শিক্ষা- নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ২১.০৬.২০১৩।

৯. মাসোর মল্লিক, বয়স - ৭০, গ্রাম- কেটুগাবুর জোত-২, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- শ্রমিক, শিক্ষা- নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ১৭.০৬.২০১৩।

১০. ধনী মল্লিক, বয়স- ৭৪, গ্রাম- মৌরি জোত, জেলা- দার্জিলিং, পেশা- কৃষিকাজ, শিক্ষা- নিরক্ষর, সংগ্রহের তারিখ- ০২.০৪.২০১৩।