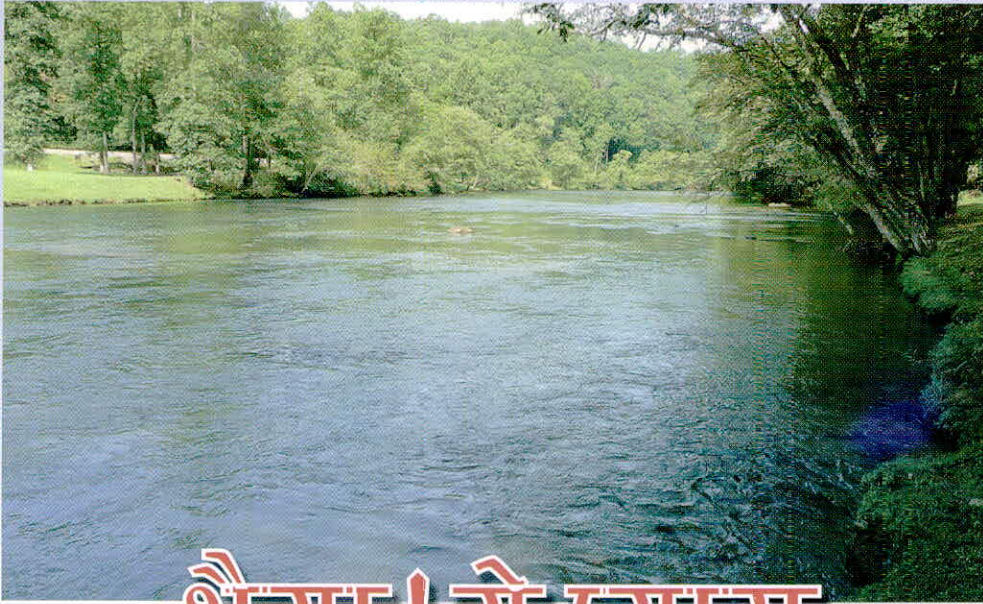


डॉ. देवकी नंदन



# भैया! ये प्यास बुझती क्यों नहीं?

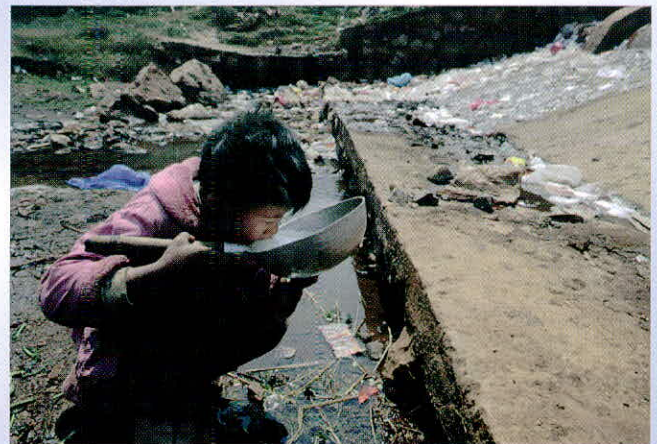
**D<sub>2</sub>O को भारी जल कहा जाता है जो कि जीवधारियों के लिए इस लिए हानिकारक है कि यह उनके मेटाबोलिज़्म (Metabolism) को शिथिल कर देता है। परंतु सौभाग्य से D<sub>2</sub>O तथा T<sub>2</sub>O की मौजूद मात्राएं इतनी कम हैं कि सामान्य जल से हमें कोई नुकसान नहीं पहुंच सकता।**

**पा**ठक मित्रों, हम से अक्सर पूछा जाता है कि जब पानी को सीधे-सीधे 'पानी' नाम से बुलाया जा सकता है तो इसे 'जल' कहने की क्या जरूरत है? मसलन 'जल चेतना' पत्रिका को 'पानी संबंधी चेतना' नाम भी तो दिया जा सकता था, है न? इस मिसाल से उत्तर स्वयं स्पष्ट-साफ हो जाता है क्योंकि 'जल चेतना' कहने से पत्रिका का नाम शार्ट-क्रिस्प तथा टू-द-प्वाइंट बन गया। दूसरी बात यह है कि जल शब्द के इस्तेमाल से विज्ञान ज्यादा सरल बन जाता है जैसे कि हमें जलीय (Aquarius), जलयुक्त (Hydrated), जलमग्न, जलकुंड, जलगति विज्ञान (Hydraulics), जलविज्ञान (Hydrology), जलचर (Aquatic animal), जलद्वार (Flood gate), जल धारा (Current of water), जलपक्षी (Aquatic bird), जलमार्ग (Channel), व जल शोषक (Hygroscopic material) जैसे

कई-कई शार्ट एंड क्रिस्प वैज्ञानिक शब्द सहज ही मिल जाते हैं जोकि पानी शब्द को लेकर आसानी से नहीं रचे जा सकते। पर हां, हम भी सीधी-सरल भाषा के हिमायती हैं और जहां-जहां मुमकिन होता है, वहां पानी शब्द का ही इस्तेमाल करते हैं। अलबत्ता, काव्य अथवा ललित साहित्य रचते समय हम कवि एवं साहित्यकार को नीर, सलिल

अथवा वाटर (Water) जैसे शब्दों के इस्तेमाल की छूट भी देते हैं।

रसायन शास्त्र की पुस्तकों में पानी को रंगहीन-गंधहीन-स्वादहीन आदि शब्दों से अक्सर परिभाषित किया गया है। सरसरी तौर पर यह सब ठीक होगा परंतु ये बातें सतही ही हैं। अब आप ही बताइए कि गर्मी की चिलचिलाती दोपहर को पंथी और पंछी की प्यास बुझाने के लिए कुछ ठंडा पानी मिल जाए तो क्या उन्हें यह स्वादहीन लगेगा? उस समय उन्हें यह संसार का सबसे स्वादिष्ट पेय लगेगा, है न? रेगिस्तान के जहाज़ ऊंट के बारे में वैज्ञानिक भी मानते हैं कि उसे इजाज़त मिले तो वह 24 घंटे बस पानी ही पीता रहे (उसके कूब में पानी नहीं रहता बल्कि वसा (Fat) रहती है)। तो क्या कोई गंधहीन-स्वादहीन पेय चौबीसों घंटे पी सकता है? भले ही वह पशु हो जाहिर है कि हमारी पृथ्वी के सबसे अद्भुत द्रव्य पदार्थ पानी को ठीक से समझने, परिभाषित करने की बहुत जरूरत है। यह भी हम पृथ्वीवासियों का परम सौभाग्य है कि पृथ्वी का औसत तापमान 15° सेल्सियस होने के कारण पानी द्रव्य अवस्था में न केवल मौजूद है बल्कि पृथ्वी की 72 प्रतिशत सतह इसी द्रव्य से ढकी पड़ी है।



दूषित पानी पीना - एक मजबूरी



पानी अनमोल है, इसके महत्व को जाने और इसे प्रदूषित न करें



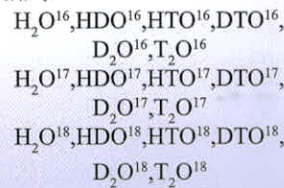
जल गुणवत्ता परीक्षण

मनुष्य को अंतरिक्ष में पक्की तरह पानी ढूँढ लेने में कोई कामयाबी नहीं मिली, परंतु आश्चर्य यह है कि सामान्य कीट भी खुदक रेगिस्तान में पानी ढूँढ लेते हैं। कैसे? अगर जल गंधहीन है तो ततैया या बर् जैसे कीड़े पानी कैसे खोज लेते हैं। जी हां, चिलचिलाती दोपहर में रेगिस्तानी जमीन के कुछ खास इलाकों के ऊपर कुछ खास उड़ते कीट मंडरा कर पानी की मौजूदगी बता देते हैं और जंगल का हाथी 10 किलोमीटर दूर से हवा में सूँड़ हिला कर सरोवर या नदी का पता कैसे लगा लेता है? जल के वो कौन से भौतिक-रासायनिक गुण हैं जोकि पशु-पक्षियों-कीटों को भी इसकी उपस्थिति बता देते हैं, यह आज भी बायोनिक्स वैज्ञानिकों के लिए रहस्य है। बहरहाल यह बात तो पक्की है कि मनुष्य हो या अन्य जीवधारी, जिंदगी की निरंतरता के लिए उसे जल तो चाहिए ही चाहिए। अब एक और दिलचस्प जीव के बारे में आपको बताएं, इस जीव को वॉटर-होल्लिंग फ्राॅग कहते हैं जोकि सेंट्रल ऑस्ट्रेलिया के रेगिस्तान में भूमिगत जीवन बिताता है। साइक्लोराना प्लाटीसेफलस (Cyclorana Platycephalus) नाम के इस मेंढक को जमीन के अंदर ही पता चल जाता है कि जमीन के ऊपर बारिश की कुछ बूँदें गिर रही हैं (जोकि कभी-कभार ही होता है)

और वह फौरन जमीन पर आ जाता है। कुछ ही पलों में वह इतना पानी सोख लेता है कि उसके शरीर पर कई गुब्बारेनुमा पानी भरे बोंरे दिखने लगते हैं। यह भारी वजन लेकर वह चींटी की चाल से अपने भूमिगत-घर वापस पहुंच इस पानी से कई महीने फिर सुख से बिताता है। पाठक मित्रों, रेगिस्तानी जीवन पानी की चाहत और जरूरत की अद्भुत मिसाल है जिसमें वनस्पतियां भी शामिल हैं। इसके भी आगे की सच्चाई यही है कि हमारे लिए जल के बिना जीवन की कल्पना कठिन है। जल में उत्पन्न प्रथम प्राणधारी (मत्स्यवतार) से लेकर आज के समय तक हमारे प्राण हमेशा पानी से जुड़े रहे हैं भले ही पहले हम प्राणी जलचर से उभयचर बने, फिर पर्याप्त भोजन के अभाव में पूरी तरह थलचर बन गए। इस बात का पक्का सबूत तो यही है कि मनुष्य के शिशु में आज भी 97% जल होता है तथा एक स्वस्थ वयस्क मनुष्य में 75% जल मौजूद रहता है। हमारे मस्तिष्क में भी 75% तक पानी है, यहां तक कि हमारी कठोर-सॉलिड हड्डियों में 22% जल अवश्य मौजूद है। तो हमारी पानी की यह प्यास ऐसी है जोकि जन्म-जन्म से आज भी बुझ नहीं पायी है।

इससे पहले कि हम प्यास को परिभाषित करें और पीने योग्य पानी की दैनिक मात्रा तथा गुणों का

जायज़ा लें। एक दिलचस्प वैज्ञानिक प्रश्न को अवश्य डिस्कस कर लें। सवाल यह है कि हम जब पानी पीते हैं तो दरअसल कितने तरह के पानी पीते हैं? सवाल अटपटा लगा न? हमारा सवाल यह है कि सामान्य पेयजल में कितने प्रकार के जल अणु होते हैं? पानी का रासायनिक फार्मूला यद्यपि H<sub>2</sub>O है, परंतु सच यह है कि प्राकृतिक हाइड्रोजन के तीन आइसोटोप हैं (i) प्रोटियम (H) (ii) ड्यूटेरियम (D) तथा ट्रीशियम (T) जिनमें ड्यूटेरियम करीब 150ppm है तो ट्रीशियम (12.5 वर्ष अर्धायु वाला, 10<sup>17</sup> हाइड्रोजन परमाणुओं में केवल 1 परमाणु) अत्यंत सूक्ष्म मात्रा का रेडियोसक्रिय आइसोटोप। इसी प्रकार ऑक्सीजन के भी ऑक्सीजन-16, ऑक्सीजन-17 तथा ऑक्सीजन-18 नाम के तीन कुदरती आइसोटोप हैं जिनमें ऑक्सीजन-16 को छोड़ अन्य सूक्ष्म मात्रा में हैं। अब इनके कॉम्बिनेशनों की गणना करें तो हम सामान्य पानी में 18 प्रकार के पानी पीते हैं -



D<sub>2</sub>O को भारी जल कहा जाता है जोकि जीव-धारियों के लिए

इसलिए हानिकारक है कि यह उनके मेटाबोलिज़्म (Metabolism) को शिथिल कर देता है। परंतु सौभाग्य से D<sub>2</sub>O तथा T<sub>2</sub>O की मौजूद मात्राएं इतनी कम हैं कि सामान्य जल से हमें कोई नुकसान नहीं पहुंच सकता। अलबत्ता, कुछ वैज्ञानिकों की राय है कि रेडियोसक्रिय विकिरण की अल्प-मात्रा से ट्रीशियम शायद हमें फायदा ही पहुंचाता हो।

प्यास और पेयजल की बात को आगे बढ़ाएं तो एक पुराना प्रश्न यह है कि हम रोज़ कम से कम कितना पानी पीएं? विशेषज्ञ तो आठ-दस गिलास पानी की बात कहते हैं पर गिलास पानी का साइज़, मौसम, व्यक्ति का स्वयं का जेनेटिक मेक-अप आदि कई घटक इसमें अपनी-अपनी भूमिका अदा करते हैं। वह इसलिए कि पसीना-मल-मूत्र-दूबास आदि क्रियाओं द्वारा त्यागा जल हर व्यक्ति का अपना-अपना है। तो थंब-रूल यह है कि प्यास का ज़रा सा भी अहसास हो तो फौरन एक गिलास पानी पी डालिए। जी हां, जब बाकायदा प्यास लगती है तो समझो कि हमारे शरीर का जल उस स्तर पर पहुंच गया है जिसके नीचे डिहाइड्रेशन का जोखिम शुरू हो जाता है। सच्चाई यह है कि हमें 2% डिहाइड्रेशन भी हो जाए तो हमारी कार्यकुशल ऊर्जा 20% तक घट जाती है। अब आप स्वयं सोचिए

कि शरीर की मेटाबोलिक व अन्य रासायनिक क्रियाएं जलीय माध्यम में ही संपन्न होती हैं, अतः जल की कमी कितनी नुकसानदायक हो सकती है, है न? अब भी अगर आप इस बारे में नियम बना लेने की बात करना चाहते हैं तो उत्तम होगा अगर सर्दियों में हर तीन घंटों में तथा गर्मियों में हर डेढ़ घंटे में स्वयं पानी पी लें, भले प्यास का अहसास नगण्य सा हो।

हालांकि अधिकतर लोग पानी पीने की तहजीब से जुड़े हैं पर इसके बारे में कम ही जानते हैं। तो याद रखिए कि खाना खाते समय पानी कम से कम लें क्योंकि यह आमाशय में स्रवित तेजाब को पतला कर देता है जिस कारण भोजन ठीक से नहीं टूट पाता। अलबत्ता खाने से आधा घंटा पूर्व इसे पी लीजिए। कई लोग पूछते हैं कि पानी सादा पीएं या ठंडा, तो बता दें कि सर्दियों में ठंडा पानी पीने का कोई तुक ही नहीं, हां गर्मियों में मामूली ठंडा पानी पीने में हर्ज नहीं। ज़्यादा ठंडा पानी पीने से मोटापा इसलिए बढ़ता है कि चयापचयन शिथिल हो जाता है। ज़्यादा गर्मी लगे तो ठंडे जल से स्नान कर लो या बदन पोंछ लो, बेशक! परंतु एक बात याद रखने योग्य है कि पेयजल स्वच्छ हो। यदि आपके गांव-कस्बे में पीने वाला पानी कीटाणु युक्त है तो इसे सामान्य

**यदि आपके गांव-कस्बे में पीने वाला पानी कीटाणु-युक्त है तो इसे सामान्य प्लास्टिक बोतलों में भर कर दो दिन धूप में रखें, फिर छान कर पीएं और हां, यदि यात्रा-प्रवास पर हों तो घर का पानी पीएं या फिर अच्छी ब्रांड का बोतल का पानी ले।**

प्लास्टिक बोतलों में भर कर दो दिन धूप में रखें, फिर छान कर पीएं और हां, यदि यात्रा-प्रवास पर हों तो घर का पानी पीएं या फिर अच्छी ब्रांड का बोतल का पानी लें। जगह-जगह का पानी पीना जोखिम भरा हो सकता है। विदेश में हो तो केवल बॉटल-वॉटर ही पीएं, दांत वगैरह भी इसी से साफ करें। इसका मतलब यह कतई नहीं कि हम बॉटल-वॉटर के हिमायती हैं। घर का उबाला जल श्रेष्ठ है जिसके हम आदी होते हैं पर हमें अपनी सेहत भी देखनी है।

पाठक मित्रों, बॉटल वॉटर को प्रोत्साहित करना इसलिए भी अनुचित है कि रिवर्स ऑस्मासिज के जरिए पानी का जब एक्स्ट्रा सॉल्ट हटाया जाता है तो इसमें 60% पानी बरबाद हो जाता है। इसके बावजूद 100 साल पुरानी इस टेक्नोलॉजी का कोई विकल्प इसलिए भी नहीं है चूंकि दुनिया का भूजल स्तर लगातार

गिर रहा है और लवण की मात्रा (TDS) इसमें लगातार बढ़ रही हैं। देश-दुनिया के मौजूदा हालात देखें तो लगेगा कि वस्तुतः रिवर्स ऑस्मासिज (RO) वरदान सिद्ध हुयी है। इसकी अहमियत का अनुमान बहुत पहले लग गया था जब सन् 1901 में वांट-हॉफ को ऑस्मासिज के गणितीय विश्लेषण के लिए रसायनिकी का पहला नोबल दिया गया था। सच है कि आज देश के कई भागों में भूजल में सामान्य सॉल्ट के साथ-साथ इतना आर्सेनिक, फ्लोराइड, कीटनाशक आदि मौजूद है कि इसे पीना संभव नहीं। ऐसे में ऑयन एक्सचेंज अथवा आरओ टेक्नोलॉजी के अलावा क्या समाधान है। आरओ की दक्षता का समाधान भी है कि 60% बरबाद होने वाले पानी को वापस भूगर्भ में भेजें। पेयजल में लवण अधिक होंगे तो हमारा सोडियम-पोटेशियम संतुलन बिगड़ जाएगा और हम बेहोश हो जाएंगे। यही समुद्र में फंसे कई उन यात्रियों के संग घटा जिनका पेयजल खत्म हो गया था।

पाठक मित्रों, हवा के अंदर नमी के रूप में पानी रहता है जिसमें लवण आदि नहीं होते। अमेरिका में कुछ उद्योगपतियों ने ऐसे वैज्ञानिक प्रयोग करवाए हैं जिससे हवा से यह पेय पानी लगातार प्राप्त किया जा सके परन्तु हवा में इस जल की मात्रा बहुत ही कम है अतः ये प्रयोग आर्थिक कामयाबी न पा सके। क्या विडंबना है कि हमारी पृथ्वी 1337 मिलियन क्यूबिक किलोमीटर जल से भरी पड़ी है जिसमें से पेयजल की उपलब्धता 1% से भी कम है। इस पर तर्क यह है कि इसका भी 90% हिस्सा हमें कृषि और उद्योग में खर्च करना पड़ता है। ऐसे में पेयजल को लेकर भावी युद्धों

की कल्पना भला सच्चा रूप क्यों नहीं ले सकती ?

पाठक मित्रों, प्यास से जुड़ी हमारी बातें अभी खत्म नहीं हुयी। हमें बाजार में विक रही कोल्ड-ड्रिंक्स और प्यास के अजीबोगरीब रिश्ते को भी एक्सपोज़ करना है। इनमें कुछ ड्रिंक्स पूरी तरह प्यास बुझाने का दावा करती है तो अन्य आकाश व अंतरिक्ष को जीत लेने का। आप अगर इन्हें पृष्ठें कि प्यास क्या है और इसके बुझ जाने के साक्ष्य संकेत क्या हैं तो ये बगलें झांकने लगेंगे। सच तो यह है कि ये प्यास भडकाती हैं। कैसे?

हमारे भोजन का दहन सांस की ऑक्सीजन द्वारा शरीर की कोशिकाओं में होता है जिसके फलस्वरूप कार्बन-डाई-ऑक्साइड गैस बनती है। इसका कुछ हिस्सा (4%) बाहर फेंकी सांस में चला जाता है परंतु हवा से भारी होने के कारण बाकी गैस कोशिकाओं में बनी रहती है और सामान्य शारीरिक गतिविधियों में रूकावट डालती है। इसे कुछ हद तक अनुलोम-विलोम व कपालभांति द्वारा फ्लश-आउट किया जा सकता है। अब कोल्ड-ड्रिंक्स पीकर हम ढेर सी कार्बन-डाई-ऑक्साइड ही तो पीते हैं। ये ड्रिंक्स जब बनती हैं तो पानी में ढेर सी चीनी व आर्थाफॉस्फोरिक एसिड जैसे नुकसानदायक यौगिक डाल इस विलयन को 2°C पर ठंडा कर इसमें CO<sub>2</sub> गैस संतृप्त की जाती है। यही कार्बन-डाई-ऑक्साइड हमारी कोशिकाओं को जरूरत का पानी प्राप्त करने में अड़चन पैदा करती है। मेटाबोलिज्म गड़बड़ाने से मोटापा भी बढ़ता है।

वैज्ञानिक सच यही है कि 100% जल ही हमारी प्यास को पूरा शांत कर सकता है, उसमें मौजूद अन्य रसायन (सोल्यूट्स) दरअसल पानी को सोल्यूशन में बदल डालते हैं। ये सोल्यूट्स रासायनिक - भौतिक बंधनों के जरिए जल-अणुओं की आजादी खत्म कर देते हैं। आइए, इसे ठीक से समझें। आयन एक्सचेंजर्स व कई अन्य अधिशोषकों के 'वाटर सोफ्टान आइसोथर्मस' संबंधी अध्ययन बताते



बढ़ती आबादी के कारण गहराती जल आपूर्ति समस्या



हैं कि पानी में 2-3% भी सोल्यूट हो तो इन अधिशेषका द्वारा सोखे जल की मात्रा दरअसल आधी रह जाती है। जी हां, 100% जल के मुकाबले इन सोल्यूशन से हमारी कोशिकाएं केवल आधा जल ही प्राप्त कर पाएंगी। तो बताइए, आधे जल से प्यास शांत होगी या फिर भड़केगी ? कोल्ड-ड्रिक्स के रसायन अलग से हमारे शरीर को प्रताड़ित करते हैं। हमारा सुझाव यह है कि घर का कोकम शर्वत, कोकोनट पानी वगैरह इन कोल्ड ड्रिक्स के मुकाबले बेहतर उपाय हैं। CO<sub>2</sub> का झंझट तो नहीं!

पाठक मित्रों, अपने देश में कभी हथेली में पानी लेकर संकल्प लिया जाता था। यह द्रव्य हमारे जीवन का हमेशा ही एक अनमोल द्रव्य रहा है। यहां हमने पीने के पानी की कुछेक विशिष्टताएं गिनाई है, अन्य और कई भी हैं। जल के अनेक अन्य पहलुओं पर बातें करना बाकी है। रियेक्टर में यह शीतलक है, मंदक है। रंगहीन होते हुए भी यह ग्रीन, ब्लू तथा ग्रे-वॉटर है। इसमें विद्युत, चुंबकत्व है, इसकी भाप से टर्बाइन चलती है। कृषि की यह बैक बोन है। वाटर वो साइकिल है जिसमें मनुष्य व्यवधान डाल अपने पैरों पर कुल्हाड़ी मार रहा है। जी हां, यह औषधि भी है। होम्योपैथी के अन्वेषक डॉ. हेंनीमैन मानते थे कि इस चिकित्सा का आधार है जल की रचना में मैकेनिकल एनर्जी द्वारा जनित परिवर्तन। संक्षेप में कहें तो यहीं एकमात्र यौगिक है जोकि मनुष्य द्वारा उत्पादित अथवा 40 लाख यौगिकों में सबसे विलक्षण है, सबसे अहम है, सबसे जरूरी है। मगर आश्चर्य, अप्रैल-मई 2014 में 16वीं लोकसभा के चुनावों में यह किसी भी राजनीतिक दल के घोषणा-पत्र तक नहीं पहुंच पाया। परंतु देर-सबेर यह शुद्ध जल इस सरकार को लोगों तक पहुंचाना ही होगा जिसका जिद्ध मैथिलीशरण गुप्त जी ने किया है।

पीयूष सम, पीकर जिसे होता प्रसन्न शरीर है, हां, रोगनाशक, बल विनाशक उस समय का नीर है।।

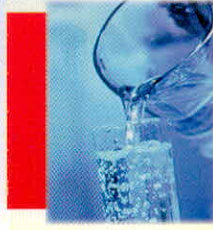
संपर्क करें :

डॉ. देवकी नंदन

द्वारका, नई दिल्ली - 110 075

मो. 09910332145, 09717585073

ईमेल: deokinandan1@rediffmail.com



## आयुर्वेद के अनुसार जल के औषधीय गुण

पी. आर. भट्ट



**ज**ल सभी स्थानों पर सुलभ होने वाली सबसे सस्ती लेकिन सबसे अधिक महत्वपूर्ण औषधि है। कभी-कभी तो जब सारी औषधियां असफल हो जाती हैं तब जल का एक घूंट या मात्र कुछ बूंदें ही जादू के असर की तरह काम करके मनुष्य के जीवन को आश्चर्यजनक ढंग से बचा देती हैं। इसलिए कहा भी गया है।

अजीर्ण भेषज वारि जीर्ण वारि बलप्रदः।

भोजनेचामृतवारि भोजनान्ते विषप्रदः।।

अजीर्ण में जब भोजन पच न रहा हो जल औषधि का काम करता है। भोजन के पच जाने पर जल पीना बलवर्द्धक होता है। भोजन में मिला हुआ जल अमृत के समान लाभकारी होता है। भोजन के तुरन्त बाद जल पीना विष तुल्य हो जाता है क्योंकि इससे भोजन पचाने वाली अग्नि मन्द हो जाती है। जल जीवन के लिए एक आवश्यक वस्तु होते हुए भी हम यह नहीं जानते कि स्वस्थ जीवन जीने के लिए जल किस प्रकार उपयोगी हो सकता है। इस बात का जितना सम्यक ज्ञान आयुर्वेद देता है शायद ही कोई दूसरा ग्रन्थ या अन्य चिकित्सा पद्धति देती हो। आयुर्वेद के प्रसिद्ध ग्रन्थ भाव प्रकाश निघण्टु में जल का विशद वर्णन किया गया है। जैसे कि जल के विभिन्न नाम, जल के विभिन्न गुण, जल के भेद, वर्ष भर में प्राप्त भिन्न-भिन्न समयों में जल के भिन्न-भिन्न गुण, जल के विभिन्न स्वरूप, जल पीने का उपयुक्त समय, कब जल नहीं पीना चाहिए, कब कम जल पीना चाहिए, अशुद्ध जल को पीने लायक कैसे बनाया जाए, पिया हुआ जल कितने समय में पच जाता है इत्यादि का जितना विशद, सम्यक व सटीक वर्णन इस ग्रन्थ में किया गया है शायद ही संसार के किसी दूसरे ग्रन्थ में किया गया हो।

जल के नाम

पानीयं सलिलं नीरं कीलालं जलाम्बुच।

आपो वारवारि कं तोयं पयः पाथोस्तथोदकम्।

जीवनं वनमम्भोऽर्णवोमृतम् घनरसोऽपिच।

पानीयं, सलिलं, नीरं, कीलाल, जल, अम्बु, आप, वार, वारि, कं, तोय, उदक, जीवन, वन, अम्भः अर्णः, अमृत तथा घनरस ये जल के पर्यायवाची हैं।

जल के गुण

पानीयं श्रम नाशन क्लमहरं मूर्छापिपासपहम्।

तंद्रा छर्दिबिबन्धहृदबलकरं निद्राहरं तर्पणम्।।

हृदयं गुप्तरसं हिअजीर्णशमकं नित्यहितं शीतलम्।

लध्वच्छं रसकारणं निगदितंपीयूषवज्जीवनम्।।

जल श्रम को दूर करने वाला, क्लान्ति नाशक, मूर्छा, प्यास को नष्ट करने वाला, तन्द्रा, वमन और विबन्ध को हटाने वाला, बलकारक, निन्द्रा को दूर करने वाला, तृप्ति दायक, हृदय के लिए हितकर, अव्यक्तरस वाला, अजीर्ण का शमन करने वाला, सदा हितकारक, शीतल, लघु स्वच्छ, सम्पूर्ण मधुरादि रसों का कारण एवं अमृत के समान शास्त्रों में कहा गया है।

जल के भेद

पानीयं मुनिभिः प्रोक्तं दिव्यं भौममिति द्विधा।

धाराजं करकामय तौशारचं तथा हेमं।

दिव्यंचतुर्विधमं पोक्तं तेषु धारामं गुणाधिकम्।।

भाव प्रकाश निघण्टु में जल के दो भेद कहे गए हैं : दिव्य जल और भौम जल। इसमें भी दिव्य जल को चार प्रकार का कहा गया है : धाराजल, कारकामय जल, तुषार जल और हेम जल। इसमें जो धारा जल होता है वह अन्य जलों की अपेक्षा अधिक गुणदायक होता है। धारा जल आसमान से वर्षा के रूप में प्राप्त होने वाले जल को कहते हैं। कारकामय जल आसमान से ओलों के रूप में प्राप्त होने वाले जल को कहते हैं तथा भौम जल पृथ्वी के अन्दर संचित रहने वाले जल को कहते हैं। हेमजल हिमगलन से निर्मित होने वाले जल को कहते हैं।

धारा जल के लक्षण

धाराभिः पतितं तोयं गृहीतं स्फीतवाससा।

शिलायां वसुधायां धौतायां पतितंचतत्।।

सौवर्णं राजते ताम्रे स्फाटिके कांचनिर्मिते।

भाजनं मृण्मयेवापि स्थापितं धार मुच्यते।।