Digtized by Muthulakshmi Research Academy

ग्राम्य चिकित्सासार

अर्थात

सरल सिद्ध प्रयोग संग्रह

लेखक

राजवैद्य

पं० राजेश्वर वाजपेयी 'कौशल'

वैद्य विशारद

मृत्युंजय स्वास्थ्य प्रकाशन

८४, बादशाही मंडी – इलाहाबाद

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

मृत्युंजय स्वास्थ्य ग्रंथ पुष्प माला द्वितीय (२)

ग्राम्य चिकित्सासार

अर्थात

सरल सिद्ध प्रयोग संग्रह

[illegible]

लेखक

राजवैद्य :

पं० राजेश्वर बाजपेयी 'कौशल''

चीफ केमिस्ट

श्याम फार्मा, १४६/३, शाहगंज, इलाहाबाद

प्रथम संस्करण

१६७७

[मल्य २-५०

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

प्रकाशक
मृत्युंजय औषधालय
८४, वादशाही मंडी, इलाहाबाद

लेखक
राजवैद्य
पं० राजेश्वर बाजपेयी 'कौशल'
वैद्य विशारद
(रजि०) वी०आई०एम० (उ०प्र०)

चिकित्साध्यक्ष
मृत्युंजय औषधालय
८४, वादशाही मंडी, इलाहाबाद

भूतपूर्व चिकित्साधिकारी
(१) स्टेट बैंक आफ इन्डिया (इलाहाबाद सिटी
(२) श्री प्रयाग आयुर्वेदिक स्टोर्स, ३५/३६, जानसेनगज, इलाहाबाद
विशिष्ट अधिकृत विक्रेता—श्री वैद्यनाथ आयुर्वेद भवन लि०

प्राप्ति स्थान :
मृत्युंजय औषधालय
८४, वादशाही मंडी, इलाहाबाद

गुप्ता पुस्तक भण्डार
विवेकानन्द मार्ग, इलाहाबाद

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

श्री धनवन्तरेय नमः

निवेदन

हमारे भारत देश की ८० प्रतिशत जनता गांवों में वसी हुई है, जो शिक्षा से भी संस्कारों वश वंचित ही रहती है। यद्यपि देश की स्वतंत्रता के वाद हमारे गांवों के स्तर में काफी सुधार हुआ है फिर भी उसका प्रतिशत अत्यल्प है जिसका प्रमुख कारण है कि ग्रामीण किसान अपने परिवार की संख्या के अनुसार एक या दो वालकों से अधिक को शिक्षा के ऊँचे स्तर पर जाने ही नहीं देते क्योंकि उनकी भावना पुष्ट है कि शिक्षित होने के वाद यह किसानी के कार्य न करेगा, नौकरी ही करेगा फिर शिक्षा में व्यय भी काफी होता है जो वड़े किसानों के अतिरिक्त छोटे किसान वहन नहीं कर पाते। इसी कारण परिवार के शेष वच्चों को कक्षा ५ या ८ से अधिक नहीं पढ़ाते। इस प्रकार वच्चे अशिक्षित भी नहीं रहते और किसानी के कार्य में वाधा नहीं होती।

इन किसानों के स्वस्थ्य की चिंता प्रायः प्रकृति को ही रहती है कारण वह इतना अधिक परिश्रम करते हैं कि उन्हें साधारण रोगों की कभी चिंता या समय ही कहां, इसके अलावा उनके संयमित जीवन के कारण रोग भी कम होते हैं रोग तो सदा असंयम से ही होते हैं यही कारण है कि वो अधिक परिश्रमी, साहसी, सात्विक व सदाचारी होते हैं। उनकी अपे ा शहर के लोग कमजोर, आलसी, विलासी व प्रायः असंयमी होते हैं और रोगी भी अधिक होते हैं।

आयुर्वेद मतानुसार पथ्य अर्थात संयम का स्वास्थ्य से घना सम्बन्ध होता है कहा है कि 'पथ्ये सद् गदार्तूस्य किम औषधि

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

निषेवणै पथ्ये असद् गदार्तस्य किमौषधि निषेवणै' अर्थात जो पथ्य से रहता है उसे व जो पथ्य से नहीं रहता उसे औषधि की आवश्यकता नहीं रहती। इस प्रकार आयुर्वेद सच्चे अर्थों में मानव मात्र को स्वास्थ व आयु का वेद है चिकित्सा तो इसका गौण विषय है, जब तक मानव की आयु है आयुर्वेद प्रतिक्षण व्यक्ति के साथ रहता है वो चाहे किसी धर्म का हो किसी विचार धारा का हो या किसी भी पैथी को मानता हो, आयुर्वेद के प्रभाव से अपने को कदापि अलग नहीं कर पाता इसका मूल कारण है कि आयुर्वेद का प्रथम सोपान सदवृत्त, स्वास्थ्य वृत्त, व पाक विज्ञान का विकास व विस्तार इस ढंग से हुआ है कि वह मानव मात्र के संस्कारों से प्रतिवंधित हो गया है कोई व्यक्ति चाहकर भी अपने को उससे अलग नहीं कर पाता अतः आयुर्वेद का महत्व व मान्यता स्पष्ट है।

अस्तु हमारी इच्छा ऐसे ग्रामीण जनों की चिकित्सा सुविधा को अनुभव कर ऐसी पुस्तक लिखने की थी जो थोड़े व्यय और उपलब्ध द्रव्यों द्वारा हो सके कारण अभी वहुत से ऐसे ग्राम है जहां पर मीलों दूर भी कोई चिकित्सा की सुविधा नहीं उपलब्ध है। यद्यपि अव शासन द्वारा काफी ध्यान दिया जा रहा है और सुविधायें वढ़ाई जा रही है फिर भी निश्चय है कि अभी पूरे देश के ग्रामों का स्तर सुधारने में काफी समय लगेगा, वहुत से ग्रामों में तो कुछ महीने के लिये कोई यातायात का साधन भी नहीं रहता। अतः पुस्तक की उपयोगिता स्पष्ट है।

यद्यपि इस विषय की पुस्तकों की कमी हमारे साहित्य में नहीं है फिर भी आत्मतुष्टि के लिये पुस्तक वन ही गयी। प्रस्तुत सरल अनुभूत सिद्ध प्रयोग द्रव्य की उपलब्धता को ध्यान में रखकर ही लिखें है ताकि चिकित्सा में असुविधा न उत्पन्न हो, वनाने की विधि

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

भी सरलतम है। हर व्यक्ति आसानी से बनाकर कष्ट से मुक्त हो सकता है।

फिर भी यदि कहीं कोई त्रुटि विज्ञजनों की दृष्टि में आ जाय तो कृपया सुधार कर हमें भी सूचित करने का कष्ट करें, ताकि भविष्य में पुनरावृत्ति न हो।

आशा है इसे स्वास्थ्य प्रेमी जन अपना कर, अपने को, परिवार को, पड़ोसी की, ग्राम की स्वास्थ्य सेवा द्वारा कष्ट मुक्त कर, हमारे उद्देश्य को सफल करेंगे।

निवेदक

राजेश्वर बाजपेयी 'कौशल'
वैद्य विशारद
(रजि०) वी०आई०एम० (उ०प्र०)

८४, बादशाही मंडी,
इलाहाबाद
५ जून १९७७ ई०

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विषय-सूची

उदर रोगाधिकार

अजीर्णातिसार हर योग २
उदर शूल नाशक योग २
अरूचि नाशक योग ३
वायु नाशक योग ३
क्षुधाकारी योग ३
गैस हर योग ४
मन्दाग्नि नाशक योग ४
कब्ज नाशक योग ४
,, ,, ,, ५
अरूचि नाशक योग ५
शूल हर योग ५
मन्दाग्नि हर योग ५
कृमि नाशक योग ६
,, ,, ,, ६
,, ,, ,, ६
गैस नाशक योग ७
जलोदर नाशक योग ७
यकृतलीह वृद्धि हर योग ८
,, ,, ,, ,, ८
,, ,, ,, ,, ८
उदर शूल नाशक योग ८
रुचिकारी योग ९
कब्ज हर योग ९
क्षुधाकारी बटी योग १०
कृमि नाशक योग १०

अतिसाराधिकार

शत पुष्पादि योग १०
रक्तातिसार हर योग ११
अतिसार हर योग ११
रक्तातिसार हर योग ११
आमातिसार हर योग ११
,, ,, ,, १२
अतिसार नाशक योग १२

विशूचिकाधिकार

विशूचिका हर योग १३
विशूचिका रक्षक योग १३
वमन हर योग १३
,, ,, ,, १३
विशूचिका हर योग १४
वमन हर योग १४
विशूचिका हर योग १४
,, ,, ,, १४
विशूचिका नाशक योग १५
वमन नाशक योग १५

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

अर्शाधिकार

अर्शोघ्नी गुटिका १५
रक्तार्श हर योग १६
,, ,, ,, १६
अर्श नाशक योग १६
रक्तार्श नाशक योग १६
अर्श नाशक योग १६

फुफ्फुसाधिकार

कास ज्वर हर योग १७
कुक्कुर खांसी हर योग १७
काली खांसी हर योग १७
श्वांस (दमा) हर योग १७
,, ,, ,, ,, १८
,, ,, ,, ,, १८
कास नाशक योग १८
,, ,, ,, १८
श्वास (दमा) नाशक योग १९

हृदय रोगाधिकार

हृदय शूल हर योग २०
हृदय शक्तिकारी योग २०
क्षय (टी०बी०) हर योग २०
,, ,, ,, ,, २०
हृदय शूल हर योग २०
हृदय शूल लेप २१
जीर कादव लेह २१

मस्तिष्क रोगाधिकार

केश पतन हर योग २१
आंवला तैल २२
केश स्वच्छक योग २२
केश वृद्धि योग २२
गंजापन हर योग २२
अर्द्धविभेदक हर योग २३
शिरःशूल हर योग २३
,, ,, ,, २३
उन्माद (पागल) योग २३
,, ,, ,, २४

नेत्र रोगाधिकार

जाला फूली हर योग २४
अभिष्यन्द हर योग २४
रतौंधी निवारक योग २५
जलन हर योग २५
मोतियाबिन्द हर योग २५
ज्योतिकारी योग २५
रतौंधी हर योग २६
लाली हर योग २६

कंठ मुख रोगाधिकार

मुंहासा नाशक योग २६
कंठ माला हर योग २६
मुखपाक हर योग २७
,, ,, ,, २७
,, ,, ,, २७
पायरिया नाशक योग २८
दन्त मन्जन २८
,, ,, २८
मुंहासा नाशक योग २९
दन्त शूल हर योग २९

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

स्वर भंग हर योग २९
कंठशोथ हर योग २९
झांई नाशक योग ३०
मुंहासा नाशक योग ३०
कर्ण रोगाधिकार
कर्ण शूल हर योग ३०
" " " " ३०
कर्ण स्राव हर योग ३१
" " " " ३१
कर्ण शूल हर योग ३१
ज्वराधिकार
ज्वरान्त रक्षक योग ३१
ज्वर नाशक योग ३२
सन्निपात हर योग ३२
ज्वर नाशक योग ३२
" " " ३३
प्रतिश्याय ज्वर हर ३३
मलेरिया ज्वर हर ३३
" " " ३३
कफ ज्वर नाशक ३४
शीत ज्वर नाशक योग ३४
बाल रोगाधिकार
काजल ३४
मुख पाक हर ३५
बुखार खांसी हर ३५
चेचक सुरक्षा ३५
चेचक हर योग ३५
सूखा रोग हर ३५
पसली चलने पर ३६
वमन नाशक ३६
दूध न पीने पर ३६
चेचक निवारक योग ३६
" " " ३७
" " " ३७
वात रोगाधिकार
वात हर योग ३७
" " " ३७
पक्षाघात (लकवा) ३८
" " ३८
संधि वात हर ३८
पीड़ा शायक योग ३८
मूत्र रोगाधिकार
मूत्र जलन हर योग ३९
मधु मेह नाशक ३९
उपदंश (सुजाक) ३९
मूत्र में खून आना ३९
स्वप्न दोषारि योग ४०
प्रमेह नाशक ४०
" " ४०
अश्मरी (पथरी) ४०
स्वप्न दोष हर ४१
धातु पौष्टिक योग ४१
मधु मेह नाशक योग ४१
" " " " ४१
मूत्रावरोध निवारक योग ४२
" " " ४२
" " " ४२
मूत्र कृच्छ्र हर ४२

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

मूत्र कृच्छ्र हर	४२	वीर्य वर्द्धक रसायन	४६
,, ,, ,,	४२	,, ,, ,,	५०
अश्मरी (पथरी)	४२	,, ,, ,,	५०
उपदंश सुजाक)	४२	इन्द्रिय वृद्धि हेतु	५०
मूत्र वृद्धि पर	४३	वीर्य स्तम्भक योग	५१
बिस्तर पर मूतना	४३	,, ,, ,,	५१
उपदंश (सुजाक)	४३	,, ,, ,,	५१
,, ,,	४३	,, ,, ,,	५१
,, ,,	४४	वीर्य वर्द्धक योग	५२
स्त्री रोगाधिकार		,, ,, ,,	५२
प्रदर नाशक योग	४४	,, ,, ,,	५२
गर्भ निवारक	४४	,, ,, ,,	५३
बच्चा मर जाने पर	४५	,, ,, ,,	५३
दुग्ध बढ़ाने हेतु	४५	शक्ति वर्द्धक	५३
रजः प्रवर्तक योग	४५	वीर्य पतला होने में	५३
,, ,, ,,	४५	नपुंसकता नाशक	५४
मासिक स्राव अधिक होना	४६	**क्षुद्र रोगाधिकार**	
,, ,, ,, ,,	४६	सेंहुआ नाशक	५४
योनि संकोचक	४६	दाद नाशक	५४
,, ,,	४६	उकवत नाशक	५४
स्वस्थ्य सुन्दर बच्चा हेतु	४७	फुन्सी नाशक	५५
बार-बार मासिक में	४७	,, ,,	५५
गर्भ पात हर योग	४७	नासूर नाशक	५५
रजोविकार में	४७	,, ,,	५५
प्रदर (सफेद पानी)	४७	घाव नाशक	५५
गर्भ धारण योग्य होना	४८	,, ,,	५६
बार-बार मासिक होना	४८	घाव कृमि में	५६
रजः प्रवर्तनीवर्ति	४८	फुन्सी नाशक	५६
वाजीकरणाधिकार		भगन्दर नाशक	५६
आयु वर्द्धक रसायन	४९	श्ली पद (हाथी पाँव)	५६
,, ,, ,,	४९	खुजली नाशक	५७

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

खुजली नाशक	५७	अफीम खाने पर
,,	५७	सर्प दंश नाशक
,, ,,	५७	,, ,, ,,
,, ,,	५८	,, ,, ,,
,, ,,	५८	,, ,, ,,
अपरस नाशक	५८	बिच्छू दंश में
अग्नि दग्ध	५८	जूँ मारने का योग
,, ,,	५८	खटमल मारने में
विविध रोगाधिकार		बिच्छू मारने में
मेद वृद्धि (मोटापा)	५९	,, ,,
सर्प दंश न्याय	५९	कन खजूरा काटना
शीत पित्त (पित्ती)	५९	,, ,, ,,
अम्ल पित्त	५९	कुत्ता काटने पर
कैल्शियम की कमी	५९	विष खाने पर
जलपान	६०	धतूरा विष नाशक
पित्ताधिकता	६०	संखिया विष नाशक
नकसीर नाशक	६०	अफीम छुड़ाने के लिये
लू (उष्माघात)	६०	सिर का बाल खाने पर
,, ,,	६१	,, ,, ,, ,, ,,
बेहोशी निवारक	६१	,, ,, ,, ,, ,,
नींद न आने पर	६१	वमन कारक योग
भांग का नशा हरने में	६२	रेचनौषधि
पागल कुत्ता काटना	६२	कर्त्तव्य विचार
धतूरा खाने पर	६२	स्वास्थ्य व उत्तम चरित्र प्राप्त
अफीम खाने पर	६२	करने के कुछ आवश्यक नियम
,, ,, ,,	६२	हितकर कार्य

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

भगवान धनवन्तरि

की

स्वरूप–वन्दना

विद्युत छटा वपु सलोने घुँघराले केश,
मस्तक विशाल पे कनक मुकुट धारे है।

लोचन विशाल छवि काम कोटि लाजे प्रभ,
मुक्ता माल कंठ में मणि भूषण विराजे हैं॥

शेख कुंभ सुधा संजीवनी ग्रन्थ आयुर्वेद,
चारो हस्त शोभित अंग पीत वस्त्र धारे हैं।

'कौशल' बरिन शोभा अपार पार ना पाया,
ज्ञान के अगाध सिंधु धनवन्तरि हमारे हैं॥

लघुकिंकर

राजेश्वर बाजपेयी 'कौशल'

वैद्य विशारद

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

श्री धनवन्तरेय नमः

अथ ग्राम्य चिकित्सासार

अर्थात्

सरल सिद्ध प्रयोग संग्रह

उदर रोगाधिकार

अजीर्णातिसार हर योग

नींबू का रस	१ चम्मच
चीनी	१ चम्मच

बनाने की विधि—रस में चीनी को अच्छी तरह मिलाकर चार बार पी चाहिये।

गुण—इसके पीने से वायु का शोधन व अजीर्ण के कारण होने वाले (पतले) अच्छे होते हैं अग्नि तीव्र होती है भूख बढ़ती है।

नोट—दवा पीने के बाद कुछ देर पानी न पीयें और भूख लगने पर मूंग पतली खिचड़ी खायें।

उदरशूल नाशक योग

नींबू का रस	२ चम्मच
काला नमक	१ माशा
अजवायन	४ रत्ती

बनाने की विधि—नमक अजवायन बारीक पीसकर रस में डाल प्रकार मिला लें। दो तीन बार पीने से ही पेट का दर्द ठीक हो जाता है।

नोट—भोजन हल्का करना चाहिये। इच्छा न होने पर न खाव।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

अरू चिनाशक योग

नींबू स्वरस
चीनी } सम भाग

बनाने की विधि—जितना बनाना हो उतना नींबू का रस निकाल कर बराबर वजन में चीनी डाल आग पर गरम कर चांसनी बना लें और शीशी में रख लें। आवश्यकतानुसार एक गिलास पानी में १ छटाक मिलाकर पीना चाहिये। गर्मी के दिन में सुबह शाम पीने से शरीर ठंडा व स्वस्थ रहता है भूख खुलकर लगती है भोजन में रुचि होती है पित्त को शमन करता है।

वायु नाशक योग

नींबू १
चाय बिना दूध की १ कप

विधि—चाय में आधा नींबू का रस निचोड़ कर पेट की वायु बढ़ने पर पीवें।

गुण—इसके व्यवहार से पेट की वायु तुरन्त शांत होती है पेट हल्का हो जाता है।

नोट—चाय न प्राप्त होने पर गरम जल में भी निचोड़ कर पीने से पूरा लाभ होता है।

क्षुधाकारी योग

नींबू १ सेर
नमक १ सेर

बनाने की विधि—नींबू के चार टुकड़े कर लें और शीशी या चीनी मिट्टी का मजबूत हांडी में डाल दें और कुछ नींबू का रस अलग से और डाल दें नमक पीसकर उसी में मिला दें और मुंह बन्द कर धूप में रख दें १ सप्ताह बाद थोड़ी काली मिर्च व जीरा पीसकर मिला दें और बन्द कर रख दें।

गुण—आवश्यकतानुसार एक टुकड़ा भोजन के समय या वैसे खावें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

इसके व्यवहार से मुख स्वाद ठीक होता है भूख बढ़ती है और भोजन का पाचन करता है।

नोट—कुछ लोग इसमें १ पाव चीनी और डाल देते हैं—इससे स्वाद और गुण बढ़ जाते हैं।

गैस नाशक योग

नींबू का रस	१ चम्मच
गरम पानी	१ कप

विधि—गरम पानी में रस डालकर पीने से गैस शांत होती है कब्ज, नजला, जुकाम ठीक होता है।

नोट—इसका व्यवहार सुबह शाम या आवश्यक होने पर करें।

मन्दाग्नि नाशक योग

नींबू का रस	१ पाव
अदरख (आदी)	१ पाव
सेंधा नमक	आधा पाव

बनाने की विधि—अदरख के छोटे-छोटे टुकड़े करके रस में डाल दें और नमक पीसकर मिला दें।

व्यवहार—५-५ टुकड़े रोजाना भोजन के पूर्व खांए।

गुण—इसके खाने से मन्दाग्नि ठीक हो खूब भूख लगती है।

कब्ज नाशक योग

नींबू का रस	एक पाव
अमलतास का गूदा	एक पाव
सोंठ, पीपल, सफेद जीरा, दाल चीनी, अजवायन	२-२ तोला
हींग	६ माशा (भूनी हुई)
सेंधा नमक व काला नमक	५-५ तोला

बनाने की विधि—रस में गूदा रात भीगों दें सुबह चलनी में मलकर

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

छान लें हींग के अलावा सबको कूटपीस के कपड़ छान कर मिला दें बाद में हींग भी पीस कर मिला दें।

व्यवहार—१ चम्मच सुबह शाम गरम पानी से।

गुण—इसके व्यवहार से कब्ज दूर हो भूख बढ़ती है।

दूसरा योग

आँवला
हरड़ } बिना गुठली का बराबर भाग
बहेड़ा

विधि—कूट पीस कपड़ छान कर (मोटी छलनी से छानें) रख लें।

व्यवहार—६ से १२ माशा तक सोते समय गरम जल से खायें।

गुण—इससे कब्ज ठीक होता है; तीनों दोषों का भी शमन होता है, आयु की वृद्धि होती है।

अरू चिनाशक योग

आंवला (सूखा) एक तोला

काली मिर्च, जीरा, नमक, धनिया, पुदीना आवश्यकतानुसार

विधि—आँवला भूनो कर महीन पीसें और सबको मिलाकर खाने से मुँह का स्वाद बढ़ता है भोजन में रूचि बढ़ती है।

नोट—इसे रोज चटनी की तरह व्यवहार कर सकते हैं।

उदर शूलहर योग

अजवायन ३ माशा

गरम जल

व्यवहार—फांक फर जल पीयें, दर्द ठीक हो जायगा।

मन्दाग्नि (अपच) हर योग

काला नमक, काली मिर्च,

नौसादर बराबर, हींग ½ भाग

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

बनाने की विधि—सबको पीस कर कपड़ छान कर हींग भून कर पीस कर मिला लें।

गुण—इस चूर्ण के व्यवहार से अपच मन्दाग्नि शूल, उदर वायु आदि ठीक होते हैं।

व्यवहार—१।। से ३ माशा गरम या ताजे जल से दो या तीन बार खावें।

नोट—हींग एक दवा का $\frac{1}{2}$ भाग लें।

कृमि नाशक योग

नीम की कोमल पत्ती	१०
काली मिर्च	४ दाना
गुड़	

बनाने की विधि—पत्ती व मिर्च को महीन पीस कर गुड़ में मिलाकर गोली बना जल के साथ खावें।

गुण—इसके व्यवहार से एक सप्ताह में पेट के कीड़े मर जाते हैं।

नोट—दवा सुबह बासी मुँह खाने से अधिक लाभ होता है।

दूसरा योग

वायविडंग	३ माशा
गुड़	६ माशा

बनाने की विधि—दवा के दाने महीन पीस कर गुड़ में मिला कर व्यवहार करें।

गुण—सुबह शाम एक हफ्ते खाने से पेट के कीड़े मर जाते हैं। दवा खाकर जल पीना चाहिये।

नोट—गुड़ के स्थान पर दही में भी दवा खाई जा सकती है। लाभ होता है।

तीसरा योग

नारंगी का छिलका	डेढ़ तोला
पानी	एक पाव

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

बनाने की विधि—छिलके पानी में डालकर उबाले आधा रहने पर २ माशा हींग डाल कर गुनगुना पीना चाहिये।

गुण—दवा के पीने से पेट के कीड़े शीघ्र ही मर कर निकल जाते हैं।

नोट—दवा सिर्फ सुबह बासो मुँह एक बार ही खानी चाहिये तीन दिन में ही लाभ होता है।

गैस नाशक योग

तालीस पत्र, काली मिर्च
नामकेशर, पाँचों नमक
१–१ तोला
पीपल, पीपरामूल,
तिन्तडीक (चूक या इमली)
चित्रक, दाल चीनी, जीरा सफेद
२–२ तोला
सोंठ, बड़ी इलायची, बेर का गूदा,
अम्लवेत, नागर मोथा, धनिया,
अजमोड ३-३ तोला
अनारदाना १६ तोला
चीनी — सब दवा की आधी

बनाने की विधि—सब दवा कूट पीस कपड़ छान कर लें और अनार दाना अलग से पीस चीनी के साथ बाद में मिला लें।

गुण—यह दवा गैस के लिये अत्यन्त लाभ प्रद है इसे आवश्यकतानुसार तीन चार बार खा सकते हैं।

नोट—कुछ लोग थोड़ा नींबू का रस डाल कर खरल कर गोली बनाकर छाया में सूखा कर रख लेते हैं।

जलोदर नाशक योग

पीपल चूर्ण १ पाव
थूहर का दूध

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

बनाने की विधि—थूहर के दूध में चूर्ण को भीगों दें और सूखने पर फि डालें इसी तरह २१ बार डालें और घोट पीस शीशी में रख लें।

व्यवहार—४ से ८ रत्ती तक सुबह शाम जल के साथ खायें। जलोद निश्चय ठीक हो जायगा।

यकृतलीह वृद्धि हर योग

छोटी मूली	१ तोला
कुचला	१ तोला

बनाने की विधि—कुचला पानी में भीगो दें सुबह मूली और कुचला पी कर गरम कर जिगर या तिल्ली पर सुहाता लेप कर दें।

गुण—जिगर या तिल्ली जो भी बढ़ा होगा तीन दिन में निश्चय ठीक हो जायगा।

दूसरा योग

बरी का चूना	६ माशा
शहद	एक तोला

विधि—चूना पीस कर शहद में मिलाकर जिगर या तिल्ली जो बढ़ा हो लेप करें। ठीक हो जायगा।

तीसरा योग

नौसादर	१॥ माशा
मूली का रस	२॥ तोला

बनाने की विधि—नौसादर बारीक पीस कर मूली के रस में मिला लें।

व्यवहार—यह एक खुराक है सुबह पीने से जिगर या तिल्ली बढ़ी हुई ठीक हो जायगी।

उदरशूल नाशक योग

सोंठ	६ माशा
शुद्ध सुहागा	२ आने भर
काला नमक	१ आने भर
शुद्ध हींग	२ आने भर

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

बनाने की विधि—सुहागा हींग तावे पर भून लें और सबको कूटकर पीस छान लें और उसको सहिजन के रस में घोट कर दो टिकिया बना लें।

व्यवहार—दर्द के समय १ टिकिया गर्म जल के साथ खायें।

गुण—इस दवा के सेवन से हर प्रकार का पेट दर्द निश्चय अच्छा होगा।

नोट—यह दवा उदर शूल की अनुभूत है।

रुचिकारी योग

सोंठ, काली मिर्च,
पीपल, लौंग, बड़ी इलायची
१-१ तोला कूट कपड़ छान करें।
गेरू ३ तोला
४ तोला शुद्ध नौसादर, नींबू का सत १ तोला
५ तोला चीनी, सूखा पुदीना १ तोला

बनाने की विधि—गेरू को थोड़े पानी में भीगो कर कपड़े से (महीन) छान लें और बर्तन में कुछ देर रखा रहने दें फिर धीरे-धीरे पानी गिराकर धूप में सूखा लें फिर सब दवा पीसकर चूर्ण सहित मिला लेवें और चीनी पीसकर अच्छी तरह मिला दें।

मात्रा—२ से ४ माशा जल के साथ।

गुण—यह चूर्ण सुस्वादु पित्त दाह शामक क्षुधाकारी रुचिवर्द्धक है।

कब्ज नाशक योग

सनाय पत्ती ८ तोला
अनार दाना ८ तोला
आँवला, हर्र, काला जीरा
काला नमक २-२ तोला
सेंधा नमक ३ तोला

बनाने की विधि—सबको कूटकर कपड़ छान चूर्ण बना लें।

मात्रा—३ से ६ माशा जल के साथ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

क्षुधाकारी बटी योग

हरड का बक्कल	१ तोला
बहेडा का बक्कल	१ ,,
आँवला का बक्कल	१ ,,
काला नमक	१ ,,
गाय का घी	१ ,,
नींबू स्वरस	१० ,,

बनाने की विधि—हरड, बहेड़ा कूटकर कपड़ छान कर घी में भून लें, शेष दोनों को कूट कर छान लें और खरल में नींबू के रस में घोटकर बेर बराबर गोली बना लें।

व्यवहार—नित्य सुबह १ गोली गरम पानी से।

गुण—इसके सेवन से अग्नि बढ़कर भूख खुलकर लगती है।

नोट—आवश्यकता होने पर भोजन के बाद भी पाचन के लिए खा सकते हैं।

कृमि नाशक योग

शु० मुर्दा शंख	२ रत्ती
तैल काला तिल	२॥ तोला

बनाने की विधि—मुर्दा शंख महीन पीस कर तेल में खरल कर मिला लें। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—सुबह पीनी चाहिये। कीड़े मर जावगे।

अतिसाराधिकार

शतपुष्पादि योग

सौंफ	६ माशा
सोंठ	६ ,,
जीरा सफेद	६ ,,
मिश्री	६ ,,

विधि—सबको कूट कपड़ छान कर लें। यह ४ मात्रा है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—सुबह शाम जल के साथ खायें।

गुण—इससे अतिसार, रक्तातिसार, आमातिसार और मरोड़ ठीक होता है।

क्तातिसार हर योग

आंवला की पत्ती	एक मुट्ठी
आम की पत्ती	ढाई पत्ती
जामुन की पत्ती	,, ,,

विधि—आम व जामुन की पत्ती की बीच की नस निकाल दें और सबको सकर महीन कपड़े से निचोड़ कर रस निकाल एक चम्मच शहद मिला पीना हिये। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—दो तीन बार दिन में पीयें।

गुण—इसके सेवन से खूनी पेचिस निश्चय अच्छी होती है। धान का लावा, नार, मुसम्मी का रस खायें।

तिसार (दस्त) हर योग

पुरानी इमली	२॥ तोला
चीनी	२॥ तोला

विधि—इमली भीगो कर मलकर छान लें और चीनी मिला दें। यह एक त्रा है।

व्यवहार—दो तीन बार पीना चाहिये।

गुण—इससे मरोड़, शूल, पतले दस्त अच्छे होते हैं अपचन ठीक होती है।

क्तातिसार हर योग

वेल की गूदी (सूखी)
राल — दोनों बराबर

विधि—बारीक पीस कर चूर्ण कर लें।

व्यवहार—४ रत्ती से ८ रत्ती तक दही के पानी से दो तीन बार खायें।

गुण—इससे खूनी पेचिस निश्चय अच्छी होती है।

मातिसार हर योग

पका केला	२ नग
दही	एक पाव

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विधि—केला का गूदा दही में मिलाकर खायें।

गुण—इसके सेवन से दस्त (पेचिस) संग्रहणी निश्चय ठीक हो जाती है।

दिन में दो तीन बार खायें।

आमातिसार हर (दूसरा) योग

चूने का साफ पानी	१ छँटाक
देशी घी	एक तोला

विधि—दोनों को मिलाकर तीन चार बार पीना चाहिये।

गुण—आमातिसार निश्चय ठीक होता है।

अतिसार नाशक योग

सोंठ	१ गांठ
जायफल	१ अदद

विधि—दोनों को पानी में घिसकर (चन्दन जैसा) एक छँटाक पानी में लें।

व्यवहार—३ माशा घिसा हुआ होना चाहिये। इससे दस्त (पतले) बन्द हो जाता है। दो तीन बार पीना चाहिये।

नोट—बच्चों को एक माशा घीसा हुआ मां के दूध या पानी १ चम्मच मिलाकर दें।

द्राक्षादि गुटिका योग

मुनक्का	७ नग (बीज निकले)
आम की गुठली की गूदी	७ ,,
अफीम	१ माशा

विधि—गुठली महीन कूट पीस लें अफीम पानी में घोल औटावें, गि हें ने पर उतार सबके साथ खरल में घोट कर गोली बना लें (सात गोली) गोली सुबह शाम पानी से खायें।

गुण—तीन गोली खाते-खाते आमातिसार व रक्तातिसार तथा आ (पतले दस्त) बन्द हो जाते हैं।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विशूचिका (हैजा) धिक्कार

शूचिका हर योग

नींबू का रस	}	आवश्यकता
ताजा पानी	}	अनुसार

व्यवहार—नींबू का रस पानी में डाल कर पीयें।

गुण—इससे हैजा के समय बिमारी से रक्षा होती है।

नोट—भोजन गरम व ताजा करना चाहिये।

शूचिका रक्षक योग

नींबू का रस व पुदीना का रस	बराबर भाग
प्याज का रस	आधा ,,
अदरख का रस	चौथाई ,,

विधि—चारों रस मिलाकर १-१ घन्टे में पीना चाहिये।

गुण—इससे उल्टी दस्त ठीक होता है।

नोट—२ रत्ती कपूर दो जवा लहसुन में पीस कर देने से शरीर का ताप क रहता है।

मन हर योग

नींबू का रस २ चम्मच
नमक, काली मिर्च चूर्ण आवश्यकतानुसार

विधि—रस में दोनों का चूर्ण डाल कर पीने से उल्टी, उबकाई बन्द ती है।

व्यवहार—आवश्यकतानुसार ४-६ बार तक दें।

तरा योग

नींबू का रस	१ चम्मच
सफेद प्याज का रस	१ ,,
अदरख का रस	१ ,,

विधि—तीनों एक में मिलाकर पीना चाहियें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इससे उल्टी (वमन) बन्द होता है।

व्यवहार—तीन चार बार पीन चाहिये।

विशूचिका (हैजा) हर योग

(अमृतधारा)

कपूर; पिपरमिन्ट, अजवायन सत बराबर भाग

विधि—तीनों को शीशी में बन्द कर रख दें कुछ देर बाद दवा तैर जायगी।

मात्रा—५ बूंद चीनी बतासा या पानी में दें।

वमन हर योग

बहेड़े की गूदी	२ नग
काला नमक	४ रत्ती
लौंग का फूल	२ नग

विधि—गूदी पानी में महीन पीस नमक मिला दें लौंग का फूल दिये में जला तोड़कर डाल दें और सबको पीस मिला चटा दें।

गुण—इसके सेवन से कै, उबकाई ठीक होती है।

वमन (विशूचिका) हर योग

पुदीना का रस, प्याज का रस	बराबर भाग
कपूर	२ रत्ती

विधि—कपूर पीस कर रस में मिला पीना चाहिये। यह एक मात्रा है।

गुण—इससे उल्टी व दस्त दोनों ठीक होते हैं।

वमन हर योग

मोर का पंख	१ नग

विधि—पंख को दिये से जलाकर भस्म कर लें।

व्यवहार—४ रत्ती शहद में मिलाकर चाटने से उल्टी व हिचकी जाती है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नोट—पंख के बीच का भाग लेना चाहिये।

विशूचिका नाशक योग

अफीम, जायफल, लौंग
केशर, कपूर ६-६ माशा

विधि—अफीम पानी में घोलकर औटा कर उसे कियाम बना शेष दवा कूट पीस कपड़ छान कर केशर व कपूर सहित खरल में घोट कर २-२ रत्ती की गोली बना लें।

गुण—इससे हैजा उल्टी दस्त तुरन्त अच्छा होता है।

मात्रा—$\frac{1}{2}$ से १ गोली गरम पानी से १-१ घंटा के अंतर से देना चाहिये।

नोट—बच्चों को आधी मात्रा दें।

वमन नाशक योग

सोना गेरू ३ माशा

विधि—गरम राख में गेरू डाल बन्द कर दें पक जाने पर एक छँटाक जल में डाल दें। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—जल को कपड़े से छान रोगी को देवें अधिक उल्टी होने पर आधे घन्टे के अंतर से कई बार देवें।

गुण—इसके सेवन से वमन (उल्टी) बन्द होती है।

अर्शाधिकार

अर्शोच्छेदनी गुटिका

कुकुरौंधा के पत्ते	१ सेर
काली मिर्च	६ माशा
जल	४ सेर

विधि—मिट्टी के बर्तन में कुकुरौंधा जल में डाल पकावें जब खूब गाढ़ा हो जाय तो काली मिर्च का चूर्ण कर कपड़ छान कर मिलाकर बेर (झरबेरी) बराबर गोली बना लें।

व्यवहार—सुबह शाम १-१ गोली पानी से।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इससे हर प्रकार की बवासीर ठीक होती है। भोजन में घी अधिक खाना चाहिये।

रक्तार्श हर योग

नींबू का रस	१ चम्मच
कच्चा दूध	आधा पाव

व्यवहार—दूध में नींबू का रस मिलाकर दो या तीन बार पीना चाहिये।

गुण—इससे खूनी बवासीर में आराम होता है।

दूसरा योग

नींबू का टुकड़ा	१ (आधा)
कत्था बारीक पीसा	३ माशा

व्यवहार—नींबू पर कत्था डालकर चूसें।

अर्श हर योग

रसौंत	१॥ माशा
अनार की छाल	३ ,,
गुड़	६ ,,

विधि—सबको पीस कर बेर (झरबेर) बराबर गोली बना लें।

व्यवहार—१-१ गोली सुबह शाम पानी से खायें।

गुण—इससे बादी बवासीर अच्छा होता है।

रक्तार्श हर योग

रीठे का छिलका (इच्छानुसार)

विधि—छिलका जलाकर भस्म कर लें।

व्यवहार—१ माशा भस्म सुबह शाम शहद में मिलाकर खायें।

गुण—इसके सेवन से खूनी बवासीर में खून का गिरना बन्द हो जाता है।

अर्श नाशक योग

कुकुरौंधा पत्ता १ मुट्ठी

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—सुबह शाम पत्तों को धोकर साफ करके खाना चाहिये।
गुण—इससे खूनी व बादी बवासीर नष्ट होती है।
नोट—मांस व बादी भोजन न खायें।

फुफ्फुस रोगाधिकार (कास ज्वर योग)

आँवला, हरड, बहेड़ा (गुठली निकली)
बराबर मात्रा में
पीपल (उसके बराबर)

विधि—सबको कूट पीस कपड़ छान कर लें।
व्यवहार—सुबह दोपहर शाम ३ माशा चूर्ण शहद में मिलाकर खायें।
गुण—खाँसी बुखार निश्चय ठीक हो जावगा।

कुक्कुर खांसी नाशक योग

फिटकरी (भूनी हुई)
शकर (दोनों बराबर)

विधि—दोनों बारीक पीसकर रख लें।
व्यवहार—१ माशा दवा शहद में मिलाकर सुबह दोपहर शाम खायें।
गुण—इसके सेवन से कुक्कुर खाँसी निश्चय ठीक हो जाती है।

काली खांसी नाशक योग

केले का पत्ता (सूखा)

विधि—पत्ते को जलाकर भस्म पीसकर रक्खें।
व्यवहार—२ माशा दवा शहद में मिलाकर सुबह शाम खाने से काली खांसी ठीक हो जाती है।
नोट—यह अनुभूत योग है।

श्वांस (दमा) नाशक योग

अलसी (भूनी हुई) २॥ माशा
काली मिर्च ८ ,,

विधि—दोनों बारीक पीस कर सेवन करें। यह एक मात्रा दवा है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—दवा २ तोला शहद में मिलाकर खायें। सुबह शाम दो बार।

गुण—इसके सेवन से श्वांस (दमा) ठीक होता है।

दूसरा योग

तेजपात

विधि—बारीक पीस कर कपड़ छान कर लें।

व्यवहार—३ माशा दवा आधा पाव बकरी के गरम दूध के साथ शहद में मिलाकर खायें और दूध को ऊपर से पीए। दवा सुबह दोपहर शाम खानी चाहिये।

गुण—इसके सेवन से श्वांस (दमा) १५ दिन में ही ठीक हो जाता है।

कास हर योग

मुलहठी	१ तोला
काली मिर्च	१ ,,
गुड़ (पुराना)	२।। ,,

विधि—दोनों को थोड़ा भून कूट पीस कपड़ छान करें। गुड़ में मिला मटर बराबर गोली बना लें।

व्यवहार—दो गोली पानी के साथ तीन चार बार खायें।

गुण—इससे हर प्रकार की खाँसी निश्चय ठीक हो जाती है।

कासनाशक योग

साबूत मीठा अनार	१ नग
छोटी हरड़	१। तोला
काला नमक	६ माशा

विधि—अनार के ऊपर का भाग चाकू से गोल अठ्ठनी के आकार में काटकर अन्दर के कुछ दाने निकाल दवा के साथ बारीक पीस लें और उसी अनार में फिर भर दें और ऊपर कटा भाग रखकर मुंह बन्द कर दें और कपड़ मिट्टी कर कंडो की आंच में बीच में रखकर पका लें ठंडा होने पर मिट्टी हटा अन्दर की भस्म निकाल लें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—१ से ३ माशा दवा शहद या गरम पानी से सुबह शाम खायें।

गुण—इसके सेवन से हर प्रकार की सूखी या गीली खांसी बहुत जल्द ठीक हो जाती है।

नोट—यह दवा अनेकों वार परीक्षित है।

श्वांस (दमा) नाशक योग

मदार का फूल व धतूरे के बीज	६-६ माशा
सेंधा नमक व काली मिर्च	४-४ माशा
अदरख का रस	

विधि—अदरख के रस में सब दवा का कपड़ छान चूर्ण खरल में डालकर खूब घोटे और चने बराबर गोली बना लें।

व्यवहार—कुछ दिन तक सुबह शाम १-१ गोली जल के साथ खायें।

गुण—इस दवा के सेवन से श्वांस (दमा) रोग निश्चय ठीक हो जाता है।

नोट—धतूरे के बीज गौमूत्र में डालकर शुद्ध कर लेना चाहिये तीन दिन तक ताजा गौमूत्र डालें और वासी निकल दिया करें फिर सुखा कर दवा में प्रयोग करें।

हृदयरोगाधिकार

हृदय शूल हर योग

खश पिपरामूल	बराबर

विधि—दोनों को बारीक पीसकर कपड़ छान कर लें।

व्यवहार—६ माशा गाय के घी में ३ माशा दवा मिलाकर खायें।

गुण—इसके सेवन से हृदय का दर्द अच्छा होता है। दो बार खाना चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

हृदयशक्तिकारी योग

मूँग
शुद्ध घी

विधि—मूँग पीसकर घी में भून मिश्री मिला लेवें।

व्यवहार—सुबह शाम खाकर थोड़ा जल या गाय का दूध पीयें।

गुण—इसके सेवन से हृदय को शक्ति मिलती है।

क्षय (टी०बी०) नाशक योग

नाग केशर	६ माशा
अमल गट्टा के बीज की गूदी	६ ,,
मिश्री	२ तोला

विधि—दोनों दवा पीस कर कपड़ छान कर मिश्री सहित पीस मिला लेवें। यह दवा चार खुराक है।

व्यवहार—सुबह १ खुराक दवा खाकर बकरी का गुनगुना दूध पीयें।

गुण—इसे कुछ दिन तक खाने से क्षय (टी० बी०) रोग कुछ ही दिन में अच्छा हो जाता है।

दूसरा योग

मिश्री	८ तोला	वंशलोचन	४ तोला
पीपल	२ तोला	दाल चीनी	१ ,,
इलायची छोटी			२ ,,

विधि—सबको कूट पीस कपड़ छान कर लें।

व्यवहार—३ माशा दवा सुबह शाम दोपहर शहद में मिलाकर खायें।

गुण—इस दवा के सेवन से कास श्वास ज्वर व क्षय रोग निश्चय ठीक होता है।

हृदशूल हर योग

भटकटैया की जड़	१ तोला
गुरूच	१ ,,
जल	आध सेर

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विधि—दोनों दवा कुचलकर पानी में उबाले चौथाई रहने पर छान लें।

व्यवहार—इससे कुछ दिन सुबह शाम पीयें।

गुण—इससे छाती का दर्द निश्चय ठीक होता है।

हृदय शूल हर लेप

पलाश बीज	१ तोला
पोस्ता दाना	१ ,,
चमेली तेल	२ ,,

विधि—दोनों को पीसकर पानी में भीगों दें और कुछ देर बार तेल मिला कर रक्खें।

व्यवहार—दो तीन बार इसे छाती पर मलें।

गुण—इसके सेवन से छाती का दर्द ठीक हो जाता है।

जीरकाद्यव लेह

सफेद जीरा, दाल चीनी,
अफीम, काश्मीरी केशर,
बबूल मोड, शहद
शहद के अलावा सब बराबर मात्रा में।

विधि—अफीम के अलावा चारों दवा कूटकर महीन कर कपड़ छान कर लें। फिर अफीम व शहद को खरल में घोटें फिर चूर्ण को डाल सबको अच्छी तरह घोटकर शीशी में रक्खें।

व्यवहार—इसे २ रत्ती सुबह शाम चाटनी चाहिये।

गुण—इसे कुछ दिन खाने से हृदय का दर्द व कमजोरी निश्चय ठीक होती है।

मस्तिष्क रोगाधिकार

केश पतन नाशक योग

नींबू का स्वरस

व्यवहार—नींबू का रस बालों की जड़ो में मलना चाहिये और कुछ देर बाद स्नान कर लें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इसके लगाने से बाल रेशम से मुलायम व झड़ना बन्द हो जाता है।

आँवला तेल

आँवला स्वरस
तिल का तेल } सम भाग

विधि—रस व तिल के तेल को कड़ाही में गरम होने पर डाल कर खूब औटावें जब पानी का अंश जल जाय तब ठंडा होने पर रख लें।

व्यवहार—इस तेल को गरम सिर में लगावें।

गुण—इसके सेवन से बाल काले घने लम्बे होते है मस्तिष्क को ठंडा रखता है।

नित्य प्रयोग करने के लिये उत्तम तेल है।

केश स्वच्छक योग

बिना गुठली सूखा आँवला

व्यवहार—आवश्यकतानुसार आँवला रात को पानी में भीगो दें सुबह मल कर बाल धोयें।

गुण—व्यवहार से बाल घने लम्बे व रेशम से मुलायम होते है तथा बालों का गिरना, सफेद होना बन्द होता है।

नोट—साबुन का प्रयोग सिर में न करें।

केश वर्द्धक योग

नींबू स्वरस

आँवला (बिना गुठली का

विधि—नींबू के रस में आँवला भीगो कर हींग पीस बालों की जड़ों में मलना चाहिये।

गुण—इससे बाल का गिरना पकना रुकता है बाल खूब लम्बे होते हैं।

गंजापन नाशक योग

आँवला

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—आँवला महीन पीस कर सर पर लेप करें और एक घंटा बाद नहावें ।

गुण—इससे दिमाग ठंडा व बालों का उगना शुरू होता है ।

अर्द्धविभेदक हर योग

काली मिर्च ११ दाना

व्यवहार—मिर्च को बारीक पीसकर सुबह सुर्योदय के पहले खाकर चीनी का शर्बत पीना चाहिये ।

गुण—इससे आधा शिर का दर्द बहुत जल्द अच्छा हो जाता है ।

शिरःशूल नाशक योग

पीपल
सेंधा नमक

व्यवहार—दोनों को पानी में घीसकर ४-४ बूंद नाक में नास लेवें ।

गुण—इससे सिर की पीड़ा तुरन्त अच्छी होती है ।

शिरःशूल हर योग

मेंहदी के बीज ३ माशा

व्यवहार—बीज महीन पीस कर शहद में मिलाकर सुबह शाम खाना चाहिये ।

गुण—इसके सेवन से सर दर्द ठीक होता है दिमाग को ताकत मिलती है ।

नोट—इससे समलबाई के दर्द में भी लाभ हो जाता है ।

उन्माद नाशक योग

माल कांगनी तेल

व्यवहार—इसे २-२ बूंद बतासे में डालकर सुबह शाम खाने से लाभ होता है ।

गुण—इससे सेवन से उन्माद (पागल पन) रोग ठीक होता है नींद खूब आती है वायु का शमन होता है मस्तिष्क को बल मिलता है ।

नोट—तेल के बनाने में अधिक परेशानी होगी इससे इसे किसी वैद्य से या बाजार से लेना ही अच्छा है ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

दूसरा योग

ब्राह्मी पत्ती	१० तोला
पानी	१ सेर
गाय का घी	आधा पाव

विधि—पत्ती को पानी में रात भीगो दे सुबह उसे आग पर गरम करें जब पकते-पकते आधा पाव पानी रह जाय उतार कर छान लें और घी कड़ाही में गरम कर उसी में डाल खूब पकावें पानी के जल जाने पर उतार ठंडा कर शीशी में रक्खें।

गुण—इसे ३ से ६ माशा मिश्री में मिला खाने से दिमाग को ताकत मिलती है व पागल पन में विशेष लाभ होता है। नींद अच्छी आती है।

नेत्र रोगाधिकार

जाला फूली नाशक योग

हल्दी	१ गांठ
नीबू स्वरस	

विधि—पात्र में नींबू का रस और हल्दी की गांठ डाल दें ४० दिन तक पड़ी रहने के बाद निकाल सुखा कर बारीक पीस कपड़ छान कर शीशी में रख लें।

व्यवहार—इसे सलाई से रोज आँख में लगावें।

गुण—इसके लगाने से जाला फूली नष्ट हो जाता है।

अभिष्यन्द हर योग

गुलाब जल	एक छँटाक
भूनी फिटकरी	१ तोला

विधि—फिटकरी पीस कर गुलाब जल में डाल दें खूब अच्छी तरह मिला छान कर शीशी में रख लें।

व्यवहार—२-२ बूँद आंख में डालें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इसके व्यवहार से लाली, दर्द, सूजन आदि ठीक हो आंख स्वच्छ व निर्मल हो जाती है।

नोट—फिटकरी पीसकर तावे को आग पर रख थोड़ी डालते जायं और खील होने पर निकालते जाएं इसी तरह भून जावगी।

रतौंधी निवारक योग

पीपल १ दाना

व्यवहार—पीपल को गोवर (गाय का) के रस में घीस कर आँख में लगाना चाहिये।

गुण—इसके लगाने से रतौंधी रोग ठीक होता है।

जलन नाशक योग

केशर २ रत्ती
शहद

व्यवहार—केशर को शहद में साफ पत्थर के खरल में महीन घोटकर आँख में लगाना चाहिये।

गुण—इससे आंख की जलन, खुश्की ठीक होती है।

मोतिया बिन्द नाशक योग

निर्मली
शहद

व्यवहार—निर्मली शहद में घीस कर सुबह शाम आंख में लगाना चाहिये।

गुण—इसके लगाने से कुछ दिन में मोतिया बिन्द ठीक हो जाता है।

नोट—शहद असली होना चाहिये।

ज्योति वर्द्धक योग

अखरोट	२ नग
हरड़	३ नग
काली मिर्च	२ दाना

विधि—अखरोट व हरड़ का आग में जला लेना चाहिये और काली मिर्च के साथ खूब बारीक पीसकर रक्खें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—इसे सुरमे की तरह सलाई से सुबह शाम आंख में लगावें।

गुण—इसके व्यवहार से आंखों की रोशनी बढ़ती है।

रतौंधी नाशक योग

प्याज का रस	२ बूंद
अदरख का रस	२ बूंद

व्यवहार—दोनों रस मिला कर आंख में डालना चाहिये।

गुण—उसके व्यवहार से रतौंधी रोग ठीक हो जाता है।

नोट—प्याज व अदरख साफ खरल या पत्थर पर पीसना चाहिये और साफ कपड़े से उसका रस निचोड़ना चाहिये।

नेत्र लाली नाशक योग

हल्दी	१ गांठ

व्यवहार—हल्दी को पानी में घीसकर लगावें।

गुण—इसके व्यवहार से आंख की लाली ठीक होती है।

नोट—साफ पत्थर पर पीस कर लगाना चाहिये।

कंठ मुख रोगाधिकार

मुंहासा नाशक योग

नींबू	१ नग
नौसादर	५ माशा

व्यवहार—नींबू के दो भाग कर नौसादर पीस कर लगा कर रगड़ कर मिलावें और चेहरे पर मलें १५ मिनट बाद मुंह धोकर जरा सी मलाई लगा लें।

गुण—इसके व्यवहार से एक सप्ताह में ही मुंहासे नष्ट हो जाते हैं।

कंठ माला नाशक योग

आंवला, हरड, बहेड़ा गुठली निकला
बराबर मात्रा में बना चूर्ण

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—इस चूर्ण को १ तोला दिन में तीन बार खायें, सेवन पानी से करें।

गुण—इससे कंठ माला निश्चय अच्छा होता है।

नोट—भोजन में सिर्फ मूंग की खिचड़ी ही खायें और कुछ न खांय।

मुखपाक नाशक योग

आंवला हरड बहेड़ा	}	समान भाग

विधि—तीनों चीजें गुठली निकाल बराबर मात्रा में ले कूट कर मोटा दर-दरा कर लें।

व्यवहार—२॥ तोला चूर्ण रात को एक पाव पानी में भीगो दें सुबह को उबाल कर काढ़ा करें आधा रह जाने पर उतार ठंडा होने पर कुल्ला करें।

गुण—इससे मुखपाक ठीक हो जायगा।

दूसरा योग

मिश्री	३ माशा
कपूर	१॥ ,,

विधि—मिश्री कपूर बारीक पीस लें।

व्यवहार—थोड़ा थोड़ा कई बार मुंह में डालकर चूसते रहें।

गुण—इससे मुंह तथा जीभ के छाले ठीक हो जाते हैं।

नोट—प्रथम योग से कुल्ला भी करें तो बहुत जल्द लाभ होगा।

तीसरा योग

चौकिया सुहागा

विधि—सुहागा पीसकर तावे पर भून कर लावा खिला लेवें और बारीक पीस कर शीशी में रख लें।

व्यवहार—दो रत्ती शहद में मिलाकर मुंह में लगायें।

गुण—इससे मुखपाक ठीक हो जायगा।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नोट—यह दवा बच्चों के लिये विशेष अच्छी है इसके मसूढ़ों पर भी ल से दांत बिना तकलीफ आसानी से निकल आते हैं मुंह के छाले खांसी आदि ठीक हो जाती है।

पायरिया नाशक योग

हल्दी पीसी हुई (बारीक)

व्यवहार—दांतों में लगाते समय थोड़ी हल्दी में थोड़ा कड़ुवा तेल मिल और खूब मलना चाहिये।

गुण—इसके कुछ दिन लगातार लगाने से दांतों से मवाद, खून आना हो पायरिया ठीक होता है।

दूसरा योग (दन्त मंजन)

हल्दी, सेंधानमक, फिटकरी

बराबर मात्रा में

व्यवहार—तीनों को बारीक पीस कपड़ छान कर लें।

गुण—इसके लागने से दांत का हिलना, पानी झगना खून या मवाद ठीक हो दांत साफ होते हैं।

तीसरा योग (दन्त मन्जन)

जामुन की छाल

सेंधा नमक

फिटकरी

विधि—जामुन की छाल एक हांडी में भर कपड़ मिट्टी कर प्याले से बन्द कर दें और कंडों के बीच रख जला दें ठंडी होने पर खोलकर को निकाल बारीक पीसे और दोनों चीजें भी पीसकर मिला लें।

व्यवहार—दांत में नित्य मंजन करें।

गुण—इसके लगाने से दांतों की सभी बीमारी ठीक होती हैं दांत सा मजबूत होते हैं।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

हासा नाशक योग

चिरौंजी	१ तोला
दूध	१ छटाक

व्यवहार—चिरौंजी को दूध में भीगो कर सिल पर बारीक पीस कर रात मुँह पर उबटन कर लें।

गुण—इससे मुँहासे ठीक हो चेहरा साफ सुन्दर हो जाता है।

नोट—मुँह को रात में न धोये सुबह धोना चाहिये।

न्त शूल हर योग

पापल, जंरा, सेंधा नमक

बराबर मात्रा में

व्यवहार—सबको बारीक पीसकर दांतों पर मलना चाहिये।

गुण—इससे दांत दर्द, दांत का हिलना, मसूढ़ों का बादी से फूलना नष्ट होता है।

वर भंग हर योग

अदरख	एक गांठ
हींग	४ रत्ती

व्यवहार—अदरख की गांठ में सलाई से छेद कर लें और हींग भर दें ऊपर से कपड़ मिट्टी करके आग में पका लें। फिर निकालकर मिट्टी हटा नमक लगाकर खावें।

गुण—इससे गला साफ हो आवाज खुल जाती है।

कंठ शोथ हर योग

महुआ की गुठली की गूदी ६ माशा

व्यवहार—बारीक पीसकर गरम जल से खायें।

गुण—इससे गले की दर्द व सूजन ठीक हो जाती है।

नोट—दर्द अधिक होने पर सरसों की पत्ती पानी में उबाल कर नमक मिला चाय की तरह पीयें। दर्द ठीक हो जायगा।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

मुंहासा नाशक योग

गुलाब के फूल

व्यवहार—पानी के साथ गुलाब के फूल पीसकर मुंह में लगाकर रात सो सुबह मुंह धो डालें।

गुण—इससे मुंहासा ठीक हो जाते है।

व्यंग (झांई) नाशक योग

सेंध नमक

व्यवहार—महीन पीस कर थोड़े पानी में थोड़ा सा नमक मिला कर चेहरे पर लगा लें।

गुण—इससे चेहरे की झांई धब्बे दूर हो जाते हैं।

नोट—इसे रात लगाकर सो जांय सुबह मुंह को पानी से धोकर साफ कर लें। कुछ दिन में ठीक हो जाते हैं।

कर्ण रोगाधिकार

कर्ण शूल हर योग

नींबू का रस

कौड़ी की भस्म

व्यवहार—नींबू का रस कान में डालकर भर दें और थोड़ी भस्म डाल दें पकने लगेगा जब बन्द हो जाय तो गिरा दें।

गुण—इससे कान का दर्द व कान की मैल गन्दगी सब साफ हो जाती है।

नोट—दवा इस्तेमाल करके कान साफकर सुहाता गुनगुना कड़ुवा तेल कान में डाल लें। कौड़ी को आग में जला दें जल जाने पर निकाल नींबू के रस में बुझा लें और पीस कर भस्म रख लें।

कर्ण स्राव हर योग

गौ मूत्र

व्यवहार—गौ मूत्र साफ कपड़े से छान २-२ बूंद कान में सुबह शाम डाल और रूई लगा मुंह बन्द कर दें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इससे कान का वहना व दर्द ठीक होता है।

नोट—गौ मूत्र रोज ताजा ही प्रयोग करें।

दूसरा योग

रसौत

व्यवहार—स्त्री के दूध में रसौत घीसकर शहद मिला कान में डालें।

गुण—कान की फुन्सी व मवाद आना ठीक हो जायगा।

कर्ण शूल हर योग

सुदर्शन का पत्ता

व्यवहार—पत्ते को आग में गरम कर रस निचाड़ कान में डालें।

गुण—इससे कान का दर्द तुरन्त ठीक होता है।

दूसरा योग

अजवायन

लहसुन

कड़ुवा तेल

व्यवहार—तेल में दोनों को जला कर तेल ठंडा होने पर सुहाता गुनगुना डालना चाहिये।

गुण—इसके प्रयोग से कान की फुन्सी व दर्द ठीक हो जाता है।

नोट—सभी योग अनुभूत हैं। तुरन्त लाभ करते हैं।

ज्वराधिकार

ज्वरान्त रक्षा योग

नींबू स्वरस

जल

व्यवहार—नींबू का रस जल में डालकर दिन में कई बार पीना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से मियादी (टायफायड) मोती झाला बुखार के बाद सुरक्षा रहती हैं और शरीर निर्विष हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नोट—इस ज्वर के होने पर इसका प्रभाव मस्तिष्क तथा फेफड़ा व आंत पर होता है। यह उपाय प्रभाव से सुरक्षा हेतु है।

ज्वर नाशक योग

नींबू	१ नग
नमक व काली मिर्च चूर्ण	

व्यवहार—नींबू के एक टुकड़े पर उक्त चूर्ण डाल आग पर गरम कर चूसना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से ज्वर धीरे-धीरे उतर जाता है।

नोट—यह दवा कुनेन की भाँति असर करती है। परीक्षित है।

सन्निपात हर योग

आँवला, हरड़, बहेड़ा का गुठली निकला सम मात्रा में बना चूर्ण	आधा पाव
सोठ	१ तोला
पानी	आधा सेर

विधि—पानी में उपरोक्त दवा रात भीगो कर सुबह आग पर पकावें चौथाई शेष रहने पर छान कर एक छटाक गरम घी मिला लें और पकावें जब पानी का अंश जल घी मात्र रह जाय तो उतार कर रख लें।

व्यवहार—इसे एक-एक चम्मच तीन बार देने से (पिलाने से) सन्निपात ज्वर ठीक हो जाता है व उसके उपद्रव भी शांत होते हैं।

ज्वर नाशक योग

अदरख का रस	३ माशा
पान का रस	३ ,,
शहद	६ ,,

व्यवहार—सबको मिलाकर सुबह शाम तीन बार पीना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से ज्वर ठीक होता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नोट—पान देशी बगला होना चाहिये।

दूसरा योग

फिटकरी

विधि—फिटकरी पीस कर तावे पर थोड़ा-थोड़ा डालकर खील कर लें और बारीक पीस कर रख लें।

व्यवहार—२ से ४ रत्ती तक दवा शहद में मिला सुबह दोपहर शाम खानी चाहिये।

गुण—इसके सेवन से ज्वर ठीक हो जाता है।

प्रतिश्याय ज्वर नाशक योग

काली मिर्च ५ दाना
तुलसी के पत्ते का रस

व्यवहार—काली मिर्च पीसकर रस में मिला बतासा डाल पीना चाहिये।

गुण—इससे जुकाम, बुखार शीघ्र ठीक हो जाता है।

मलेरिया नाशक योग

पीपल पेड़ की दतून

व्यवहार—इस दतून को धीरे-धीरे चबाते जांय और उसका रस चूसते जांय। तीन दिन यही करें।

गुण—तीन दिन व्यवहार करने से जाड़ा लगकर आने वाला मलेरिया बुखार ठीक हो जाता है।

नोट—पीपल के पेड़ की दतून रोज ताजी ही प्रयोग करें। सूखी या बासी प्रयोग न करें।

दूसरा योग

आंक (अकौवा) की जड़ १ तोला
काली मिर्च ६ माशा
बकरी का दूध

विधि—उक्त दवा बकरी के दूध में पीसकर चना के बराबर गोली बना छाया में सूखा लें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—सुबह शाम १-१ गोली गरम पानी से खाना चाहिये।

गुण—इससे जाड़ा लगकर आने वाला बुखार या पारी से आने वाला बुखार निश्चय अच्छा होता है।

कफ ज्वर नाशक योग

मदार के पके पत्ते

व्यवहार—पत्तों को कोयले की आग में जलाकर पीसकर भस्म बना लें। ४ रत्ती सुबह शाम खायें।

गुण—इसके प्रयोग से कफ ज्वर निश्चय ठीक होता है।

शीत ज्वर नाशक योग

कुटकी	१ माशा
लवंग	६ दाना (नग)
अजवायन	२ माशा

विधि—तीनों को कूट कपड़ छान कर तीन मात्रा बनावें।

व्यवहार—तीन दिन सुबह एक खुराक दवा बुझे जल से खायें और बिना घी नमक की मूंग की खिचड़ी खांय।

गुण—इसके सेवन से पारी से जाड़ा आकर आने वाला बुखार ठीक हो जाता है। यह अच्छी अनुभूत दवा है।

नोट—बुझा जल बनाने की विधि—एक कटोरे जल में (आधा पाव) दो मिट्टी के ठीकरे आग में गरम कर बुझा लें और कपड़े से छान कर पीयें।

बाल रोगाधिकार

नेत्रों का काजल

विधि—रेंड़ी या कड़ुवे तेल का दिया जला उस पर मिट्टी का प्याला ढ़क कर काजल पारें काजल पर जाने के अन्तिम समय २ आने भर कपूर बत्ती के पास रखकर पार लें और प्यालों का काजल निकाल गाय के घी में सानकर साफ डिब्बी में रख लें।

गुण—इस काजल को नित्य आंख में लगाने से बच्चों की आंख निरोग रहती है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

मुखपाक नाशक योग

चौकिया सुहागा

विधि—सुहागा पीस गरम तावे पर थोड़ा-थोड़ा डाल खील कर बारीक पीस रख लें।

व्यवहार—२ से ४ रत्ती दवा शहद में मिला कर मुँह व जबान और मसूढ़ों पर अच्छी प्रकार लगाना चाहिये।

गुण—इसके व्यवहार से बच्चों का मुँहा, दांत निकलने का कष्ट, खांसी, बुखार ठीक होता है व हड्डी बढ़ाने के लिये पर्याप्त कैल्शियम की प्राप्ति होती है।

बुखार खाँसी नाशक योग

पीपल, काकडा सिंगी, नागर मोथा,

अतीस—बराबर मात्रा में।

विधि—सबको कूट पीस कपड़ छान कर रख लें।

व्यवहार—२ से ४ रत्ती चूर्ण मधु या मां के दूध में मिला कर देना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से बच्चों का बुखार, खांसी, दस्त, मरोड़, पेट दर्द, पसली चलना आदि सभी बिमारी ठीक होती हैं। बच्चों की सर्वोत्तम दवा है।

चेचक सुरक्षा योग

उपाय—बच्चे के पैदा होने पर उसी दिन लाल रंग घोल कर पैर के तलुओं में लगा देवें।

गुण—इसके लगाने से बच्चे को उम्र भर चेचक नहीं होती।

सूखा रोग निवारक योग

मूली की पत्ती का स्वरस

व्यवहार—मूली की पत्ती सिल पर पीस उसका रस कपड़े से निचोड़ कर एक चम्मच आग पर गरम कर बच्चे को सुबह शाम पिलायें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इसे पिलाने से कुछ दिन में बच्चों का सूखा रोग ठीक हो जाता है बच्चा स्वस्थ हो जाता है।

पसली चलने का योग

रेड़ी का तेल

व्यवहार—बच्चे की पसली चलने पर तेल को पेट पर लगाकर मलना चाहिये।

गुण—इसके लगाने से पसली चलना ठीक होता है।

वमन (उल्टी) नाशक योग

अनार का रस एक चम्मच

व्यवहार—उल्टी होने पर एक चम्मच रस बच्चे को पिला दें। दो तीन बार दें।

गुण—इसके सेवन से बच्चों की उल्टी (वमन) बन्द हो जाती है।

नोट—बच्चे को दूध पिलाना रोक देना चाहिये।

दूध अरूचि निवारक योग

आंवला
हरड } समभाग

विधि—दोनों का कपड़ छान चूर्ण कर लें।

व्यवहार—शहद में मिलाकर ऊँगली से जबान पर दो तीन बार लगावें।

गुण—इस प्रयोग से बच्चा तुरन्त दूध पीने लगता है।

नोट—यह दवा परीक्षित है।

चेचक निवारक योग

करैले की पत्ती का रस १ तोला
हल्दी चूर्ण १ माशा

व्यवहार—सुबह शाम इस दवा को पिला देने से चेचक में लाभ होता है।

गुण—इस दवा से चेचक के उपद्रव नहीं होते।

नोट—शुद्धता व सफाई का पूरा ध्यान रक्खें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

दूसरा योग

असली रुद्राक्ष १ नग

व्यवहार—रुद्राक्ष को पत्थर पर पानी में घीसना चाहिये ३ माशा हो जाने पर पिलावें ।

गुण—इसके सेवन से चेचक के दाने नहीं निकलते या कम निकलते हैं ।

नोट—इसे देने से चेचक में कोई उपद्रव भी नहीं होता ।

तीसरा योग

केशर असली १ रत्ती

मुनक्का २ नग

व्यवहार—इसे पीस कर दो तीन दिन पिला देने से चेचक के दाने जल्द अच्छे हो जाते हैं व कम निकलते हैं ।

गुण—इसके प्रभाव से कोई उपद्रव नहीं होता ।

वात रोगाधिकार

वात हर योग

शु० रेंड़ी का तेल १ तोला

गरम दूध एक पाव

गाय का घी १ तोला

व्यवहार—सबको गरम दूध में फेंटकर पीना चाहिये ।

गुण—इससे वात शूल (कहीं दर्द हो) ठीक होता है ।

दूसरा योग

आंवला, हरड़, बहेड़ा

बराबर भाग (बिना गुठली)

व्यवहार—तीनों को मोटा कूटकर एक पाव पानी में रात भीगो कर सुबह आग पर गरम कर काढ़ा बनावें चौथाई रहने पर छान कर उसमें एक छटांक गौ मूत्र मिला लें और पीवें ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इसके पीने से वात शूल किसी स्थान की पीड़ा दर्द बुरन्त ठीक हो जाती है।

नोट—कुछ दिन तक पीना चाहिये।

पक्षाघात (लकवा) हर योग

लहसुन	५ दाना (जवा)
शहद	१ तोला

व्यवहार—लहसुन सिल पर महीन पीस मधु में मिलाकर चाटना चाहिये।

गुण—इसके लकवा जल्द अच्छा हो जाता है।

दूसरा योग

कपास की जड़	६ माशा
शहद	६ ,,

व्यवहार—जड़ को पानी में पीसकर शहद में मिला सुबह शाम खाना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से लकवा रोग जल्द अच्छा हो जाता है।

नोट—कुछ दिन तक दवा खानी चाहिये।

सन्धि वात नाशक योग

रुई	३ माशा
लहसुन	५ जवा

व्यवहार—पानी में पीस कर जोड़ों पर लगावें। मात्रा आवश्यकतानुसार बढ़ा सकते हैं।

गुण—इसके लगाने से जोड़ों का दर्द जल्द ही ठीक हो जाता है।

पीड़ा शायक योग

लवंग	१ तोला
कुलजन	१ ,,

विधि—दोनों को कूट कपड़ छान चूर्ण बना लें।

व्यवहार—एक सप्ताह तक ३ माशा दवा शहद में मिलाकर सुबह शाम खाना चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—सात दिन में ही पीड़ा शान्त हो जाती है।

मूत्र रोगाधिकार (मूत्रावरोध निवारक योग)

नीवू का रस	१ तोला
चीनी	आधा पाव
दूध	एक पाव
पानी	इच्छानुसार

व्यवहार—सबको मिलाकर (पानी इच्छानुसार) भर पेट पीना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से पेशाब खुल कर होता है व जलन दाह भी अच्छा हो जाता है।

मधुमेह नाशक योग

आंवला स्वरस	१ चम्मच
जामुन की पत्ती का स्वरस	१ ,,
बेल की पत्ती	१ ,,

व्यवहार—तीनों को मिलाकर सुबह शाम पीना हितकर है।

गुण—कुछ दिन पीने से पेशाब में चीनी आना बन्द हो जाता है। यह एक खुराक है।

उपदंश (सुजाक) हर योग

आंवला, हरड, बहेड़ा, (बिना गुठली)
बराबर मात्रा में।

विधि—इसको कूट कपड़ छान चूर्ण कर, कड़ाही में डाल कर भूनते-भूनते जला लें।

व्यवहार—इसे शहद में मिलाकर मूत्रेन्द्रिय पर लेप करें।

गुण—इसे लगाने से घाव व जलन अच्छा होता है।

मूत्र रक्त निरोधक योग

सूखा आंवला	१ तोला
हल्दी	३ माशा

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—दोनों को मोटा (जब कूट) पीस कर रात को एक पाव पानी में भीगो दें सुबह पानी छान कर पीयें ।

गुण—पेशाब में खून का आना बन्द हो जाता है ।

स्वप्नदोषारियोग

आंवला स्वरस आधी छटांक
मिश्री ,, ,,

व्यवहार—दोनों को मिलाकर सुबह शाम पीयें ।

गुण—इसके सेवन से स्वप्न दोष या धातु का गिरना ठीक होता है ।

प्रमेह नाशक योग

आंवला चूर्ण
शहद

व्यवहार—आंवले को पीस कर कपड़ छान चूर्ण बनाकर ६ माशा सुबह शाम शहद में खाना चाहिये ।

गुण—इसके सेवन से धातु का गिरना बन्द होकर शरीर में बल वीर्य की वृद्धि होती है ।

नोट—धातु स्राव के रोगी को पेशाब करने के बाद जल से इन्द्रिय को धो देना चाहिये ।

प्रमेह नाशक योग

आंवला, हरड़, बहेड़ा (बिना गुठली)
बराबर मात्रा में

विधि—तीनों को कूट कपड़ छान चूर्ण बना लें ।

व्यवहार—६ माशा चूर्ण शहद में मिलाकर खाना चाहिये ।

गुण—इसके सेवन से धातु का पेशाब के साथ गिरना बन्द हो जाता है ।

अश्मरी (पथरी) नाशक योग

पपीते की जड़ २॥ तोला

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—जड़ को पानी के साथ पीस कर छान कर पीना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से पथरी गलकर धीरे-धीरे पेशाब में निकल जाती है। अनुभूत है।

दूसरा योग (स्वप्न दोषहर)

बबूल का पंचाग (जड़, छाल, फूल, फल, पत्ती)
सम भाग

विधि—सबको कूट कपड़ छान कर बराबर देशी शकर या मिश्री मिलाकर रक्खें।

व्यवहार—सुबह शाम ६ माशा पानी के साथ खावें।

गुण—इसके सेवन से धातु गिरना, स्वप्न दोष होना, आदि ठीक होता है।

नोट—पचाग न मिलने पर केवल बबूल की पत्ती को लेना चाहिये।

धातु पौष्टिक योग

शहद	१ पाव
प्याज का रस	आधा पाव

विधि—दोनों को एक शीशी में डाल तीन दिन धूप में रख दें।

व्यवहार—सुबह शाम १-१ चम्मच पीने से धातु की कमी या पतला पन ठीक हो बल वीर्य की वृद्धि होती है।

मधु मेह नाशक योग

जामुन की गुठली का चूर्ण

व्यवहार—६ माशा चूर्ण सुबह शाम जल के साथ खावें।

गुण—इसके सेवन से पेशाब में चीनी जाना अच्छा होता है।

दूसरा योग

नीम का तेल

व्यवहार—दो बूंद तेल एक बतासे में डाल सुबह शाम खाना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से पेशाब में चीनी जाना या चीनी का बनना बन्द होता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नोट—इस रोग में जामुन का सिरका १ तोला सुबह शाम पीने से थोड़ा पानी मिला पीना चाहिये लाभ होता है। फसल के समय अवश्य बनाकर घर में रखना चाहिये। इससे पेट दर्द भी ठीक होता है।

मूत्रावरोध निवारक योग

मक्के के भुट्टे के बाल	२ तोला
पानी	एक पाव

विधि—भुट्टे के बाल पानी में उबाले एक छटाक रहने पर छान लें।

व्यवहार—ठंडा होने पर पीना चाहिये। यह एक मात्रा है।

गुण—इससे बन्द पेशाब खुलकर आने लगता है।

दूसरा योग

कलमी शोरा
पडोर तालाब की मिट्टी

व्यवहार—पानी में पीस कर पेड़ू पर नाभि के नीचे लगाने से पेशाब खुल कर आने लगता है।

तीसरा योग

चूहे की लेंड़ी

व्यवहार—पानी में बारीक पीसकर पेड़ू पर (नाभि के नीचे) लगाने से पेशाब खुलकर आने लगता है।

नोट—सभी योग अनुभूत हैं।

अश्मरी शूल नाशक योग

रेंड़ी की (बीज) गूदी

व्यवहार—कड़ाही में लाल-लाल भून ले। और सुबह शाम १-१ बीज कच्चे दूध के साथ खायें।

गुण—इससे पथरी का दर्द या गुर्दे का दर्द निश्चय अच्छा हो जाता है।

उपदंश (सुजाक) नाशक योग

चन्दन तेल ५ बूंद

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—पानी में डालकर पीने से जलन व पीड़ा पेशा का रुकना ठीक हो जाता है।

मूत्राधिक्य नाशक योग

काला तिल	४ तोला
अजवायन	२ ,,
गुड़	६ ,,

विधि—सबको पीस कर मिला लेवें।

व्यवहार—६ माशा दवा सुबह शाम खावें।

गुण—इसके सेवन से बुढ़ापे की भी बढ़ी पेशाब काम हो जाती है।

नोट—इसी दवा को ३ माशा खाने से बिस्तर पर पेशाब करना ठीक हो जाता है। यह इसका दूसरा प्रयोग हैं।

उपदंश (सुजाक) नाशक योग

ताल मखाना	१ पाव
गेहूँ	आधा सेर
चीनी	आधा सेर

व्यवहार—१५ सेर पानी में सब दवा मजबूत मिट्टी के घड़े में डाल मुंह कपड़े से ढंक दें और रोज आधा पाव पानी छान कर पीयें।

गुण—इसके सेवन से सुजाक अच्छा हो जाता है।

दूसरा योग

भूनी फिटकरी	१ माशा
मिश्री	१ ,,
पानी	आधा पाव

व्यवहार—पानी दवा घोलकर ५ दिन सुबह शाम पीना चाहिये।

गुण—इससे सुजाक अच्छा हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

तीसरा योग

पलाश गोंद	१ पाव
पुराना गुड़	आधा पाव
(दस साल पुराना)	

व्यवहार—इसे पीसकर सात गोली बना लें और पहली गोली देवता के नाम फेंक दें शेष ६ गोली एक-एक करके रोजाना बासी पानी आधा पाव के साथ खायें।

गुण—इससे सुजाक ठीक हो जायगा।

नोट—दवा प्रयोग के पूर्व एक पाव दूध एक पाव शकर ५ सेर पानी में घोल दिन भर पीयें और भोजन न करें। इस प्रकार मूत्र विरेचन द्वारा शुद्धि कर लेने से जल्दी लाभ होता है। विरेचन के बाद शाम को मूंग की खिचड़ी खानी चाहिये। तब दूसरे दिन ऊपर वाली दवा का प्रयोग करना लाभकारी अधिक होगा।

स्त्री रोगाधिकार

प्रदर नाशक योग

पीपल पेड़ के पके फल
मिश्री—बराबर भाग दोनों

व्यवहार—दोनों मिलाकर सुबह शाम खा पानी पीयें।

गुण—इसके सेवन से स्त्रियों का प्रदर व प्रसूत रोग ठीक होता है।

गर्भ निरोधक योग

कच्ची हल्दी का रस	१ तोला

व्यवहार—चौथे व पांचवें दिन पीने से १ माह तक गर्भ धारण होने का भय नहीं रहता।

नोट—कच्ची हल्दी न मिलने पर सूखी हल्दी ६ माशा पीस कर जल के साथ खावें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

मरा बच्चा निकालने का योग

बथुवा के बीज २ तोला

व्यवहार—आधा पाव पानी में बीज उबाल कर पीने से मरा बच्चा बाहर निकलता है।

दूध बढ़ाने के लिए योग

इससे बच्चा [illegible]

व्य[illegible]हिना होने पर योग [illegible]ले पपीते की सब्जी बनाकर खावें।

गुण—इसके [illegible] [illegible]ढ़ता है।

रजःप्रवर्तक योग

[illegible]कर (पानी में)

मकोय [illegible] नियमित [illegible]

व्यवहार—इसका चूर्ण कर कपड़ छान कर [illegible] और ३ से ६ माशा तक पानी के साथ सुबह १५ दिन खावें।

गुण—इससे रुका हुआ महीना होने लगता है।

दूसरा योग

लोध

व्यवहार—कूटकर कपड़ छान कर १ तोला सुबह गाय के दूध के साथ खांय।

गुण—महीना खुलकर आने लगेगा।

नोट—[illegible] शाम [illegible] एक हफ्ते खानी चाहिये।

रजःस्राव इससे मासिक योग

[illegible]—फेद पानी, २ तोला

शकर के बीज १ ,,

जल आधा सेर

विधि—जड़ को पीसकर [illegible] में भीगो दें (मिट्टी के बर्तन में) सुबह उबाल कर काढ़ा बनावें एक छटाक रहने पर छान कर चीनी मिला दें।

व्यवहार—इसे सुबह पीने से आराम होगा।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—महिने का अधिक रक्त स्राव रुक जाता है।

नोट—जिस पेड़ में कन्द नहीं होता उसमें जड़ ही जड़ होती है। उसी को प्रयोग में लेवें।

दूसरा योग

चौलाई के बीज	४ माशा	
काली मिर्च	१४ ,,	आधा पाव
चावल	३ तोला	

विधि—चावल आधा पाव पानी में भीगो [illegible] छान लें फिर बीज व काली मिर्च पीसकर मिला दूध एक पाव शक्कर [illegible]।

गुण—इसके पीने से अधिक ख[illegible]। इस प्रकार [illegible] है।

नोट—इसे १५ दिन पी[illegible]चन के बाद [illegible]

योनि संकोचक योग

फिटकरी	}	२-२ तोला
सुपारी	}	
बेर की छाल	}	१-१ तोला
धाय के फूल	}	

विधि—सबको कूटकर चूर्ण बना लें।

व्यवहार—२ रत्ती चूर्ण योनि में डालना चाहिये और दो [illegible] मिनट बाद धो डालें नहीं तो नुकसान होगा। [illegible] होता है।

गुण—इससे वृद्ध स्त्री की योनि भी तरुणी के समान [illegible]

नोट—अधिक देर न धोने से अधिक जल सूख [illegible] कर है।

दूसरा योग [illegible] तक गर्भ ध[illegible]

माजू फल	१ तो
शहद	३ तोले

विधि—माजूफल कूट पीसकर शहद में मिला लें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—इसे योनि के अन्दर लेप करें और कुछ देर बाद धो डालें ।

गुण—इससे ढीली योनि कस जाती है ।

स्वस्थ सुन्दर बच्चे के लिए योग

संतरा २ नग

व्यवहार—आठवें महिने तक रोजाना दो संतरे खाना चाहिये ।

गुण—इससे बच्चा स्वस्थ व सुन्दर होता है ।

कई बार महिना होने पर योग

चौराई की जड़ १ तोला

व्यवहार—खून महीन पीस कर (पानी में) छान कर सुबह पीयें ।

गुण—बार-बार महिना होना बन्द हो नियमित महीना होने लगेगा ।

गर्भ पात अवरोधक योग

गूलर के फल

व्यवहार—बासी मुँह गूलर खाने से गर्भ पात होने का भय नहीं होता ।

नोट—गर्भ पात बन्द हो जाता है ।

मासिक स्राव सुधारक योग

असगंध

व्यवहार—कूटकर कपड़ छान कर लें और बराबर शकर मिलाकर १-१ तोला सुबह शाम खाकर पानी पीयें ।

गुण—इससे मासिक गड़बड़ी ठीक हो महीना नियम से होने लगता है ।

श्वेत प्रदर (सफेद पानी) नाशक योग

इमली के बीज

मिश्री

व्यवहार—बीज को आग में भून लें और छिलका को निकाल मिश्री मिला २ तोला की मात्रा सुबह शाम खाकर गाय का दूध पीयें ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—२१ दिन खाने से सफेद पानी आना बन्द होता है।

गर्भ धारण योग्य बनने का योग

काले धतूरे का फूल

शहद

व्यवहार—फूल पीसकर शहद में मिला महीना होने के बाद ३ माशा की खुराक खाने से गर्भवती हो जाती है।

नोट—इसकी एक ही खुराक खानी चाहिये।

अधिक रक्त स्राव में

बबूल गोंद

गेरू

विधि—दोनों को बराबर मात्रा में ले महीन पीसकर रक्खें।

व्यवहार—६-६ माशा सुबह शाम पानी के साथ खायें।

गुण—सात दिन के अन्दर अधिक रक्तस्राव बन्द होता है।

रजःप्रवर्तनीवर्ति

पीपल, पुराना गुड़,

इन्द्रायण के बीज, जवाखार १-१ तोला

गाय के दूध

विधि—चारों दवा में गुड़ छोड़ कर तीनों को अलग-अलग कूट कपड़ छान कर लें और पत्थर के खरल में सबको डाल घुटने लायक थोड़ा दूध मिला घोटें और गुड़ भी डाल दें लुगदी बन जाने पर ऊंगली के पोरू के बराबर बत्ती बना लें और रख लें।

व्यवहार—मासिक समय के एक सप्ताह पूर्व ६ दिन तक १-१ बत्ती रोज योनि में रक्खें।

गुण—६ दिन में ही बन्द महिना खुलकर होने लगता है।

नोट—बत्ती हर समय रक्खी रहनी चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

वाजीकरणाधिकार

रसायन योग

आंवला

चीनी

विधि—आंवले की गुठली निकाल कूच-कूचा लें। और मिट्टी या चीनी मिट्टी या शीशे के बर्तन में भरकर बराबर वजन में चीनी मिला बन्द कर धूप में रख दें। एक सप्ताह बाद प्रयोग में लावें।

व्यवहार—१ तोला सुबह शाम खाकर गाय का दूध या जल पीना चाहिये।

गुण—इसके सेवन से स्वास्थ्य सुन्दर कान्तिवान हो जाता है बल वीर्य की वृद्धि होती है।

दूसरा योग

सूखा आंवला

आंवला स्वरस

विधि—सूखे आंवले का कपड़ छान चूर्ण कर लें और पत्थर के खरल में डालकर आंवला स्वरस डालकर घोटें रस सूखने पर फिर डालकर घोंटे इसी तरह १०० बार रस डालकर घोटना चाहिये और सूख जाने पर शीशी में भर कर रक्खें।

व्यवहार—३-६ माशा तक गाय के दूध या जल से खायें।

गुण—इसके सेवन से सातों धातुओं की वृद्धि हो उत्तम स्वास्थ्य व बल वीर्य युक्त हो आयु की वृद्धि होती है। यह उत्तम रसायन है।

धातु वर्द्धक योग

आंवला

शहद

विधि—आंवला को चूर्ण कर कपड़ छान कर रक्खें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—६ माशा चूर्ण शहद में मिलाकर सुबह शाम खायें।

गुण—इसके सेवन से पर्याप्त बल वीर्य की वृद्धि होती है।

दूसरा योग (धातु पौष्टिक मोदक)

असगंध नागौरी सोंठ	सम भाग
घी, चीनी	

विधि—दोनों दवा कूट कपड़ छान कर लें और दवा के बराबर घी कड़ाही में डालकर चूर्ण भूनें और घी से दुगनी चीनी डाल थोड़ा पानी डाल पाक करें पानी जल जाने पर उतार कर ठंडाकर १-१ तोला का लड्डू बना लेवें।

व्यवहार—१ लड्डू सुबह शाम गाय के दूध के साथ खायें।

गुण—इसके व्यवहार से कमर व हाथ पैर का दर्द व धातु की कमी ठीक हो पर्याप्त बल वीर्य की वृद्धि होती है।

नोट—यह दवा स्त्रियों के लिये भी समान गुणकारी है।

तीसरा योग

शहद	१ पाव
प्याज का रस	आधा पाव

विधि—दोनों को शीशी में भरकर धूप में तीन दिन रक्खें।

व्यवहार—१ चम्मच सुबह शाम पीयें बल वीर्य की वृद्धि होगी।

इन्द्रिय वृद्धि का लेप

केंचुवा (सूखे)	३ माशा
सेंधा नमक	१॥ ,,
तिल तेल	६ ,,

विधि—तीनों को पत्थर के खरल में घोंटकर महीन कर लें।

व्यवहार—इसे मूत्रेन्द्रिय पर लेप करें और आधा घंटा बाद गाय के दूध से धो डालें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इससे पुरुष का लिंग बढ़कर लम्बा मोटा हो जाता है।

वीर्य स्तम्भक योग

अकरकरा, कबाब चीनी
जायफल, इशबन्द
अफीम, समान भाग

विधि—चारों दवा कूट कपड़ छान कर लें और अफीम को पकाकर किमाम कर लें और सब दवा के साथ घोट कर १॥ (डेढ़) माशा की गोली बना लें।

व्यवहार—इसे सम्भोग के समय पान में रख १ गोली खायें।

गुण—जब तक खटाई न खायंगे वीर्यस्तम्भन होगा।

नोट—दवा की मात्रा बल, उम्र का विचार कर देना ठीक होगा।

दूसरा योग

सुहागा, पारा,	१ आने भर
चिनिया कायफल	½ आने भर
शहद	१ तोला

विधि—सबको खरल में पीसकर महीन कर लें।

व्यवहार—सम्भोग के समय इन्द्री पर लेप करें।

गुण—इसे लगा सम्भोग करने से स्त्री शीघ्र स्खलित हो जायगी।

तीसरा योग

कायफल	१ माशा
चूना	२ ,,

विधि—दोनों कूट पीस कपड़ छान चूर्ण कर लें।

व्यवहार—सहवास के समय पान के बीड़े में रख खावें।

गुण—स्त्री शीघ्र स्खलित हो जायगी।

तीसरा नुस्खा (योग)

कायफल चूर्ण ३ रत्ती

व्यवहार—सहवास के समय इसे अपने लिंग के अग्र भाग में रख लें।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—स्त्री शीघ्र स्खलित हो जाती है।

नोट—यह सब प्रयोग विलासी पुरुषों के किये है। स्वाभाविक सम्भोग में प्राकृतिक आनन्द होता है। अतः विचार कर ही इन योगों का प्रयोग करना चाहिये।

वीर्य वर्द्धक योग

नागौरी असगंध	१ पाव
काला तिल	१ पाव (बिना छिलका)
खांड देशी	आधा सेर

विधि—सबको कूटपीस कर मिलाकर खांड की चासनी में डाल कर मिला १-१ तोला के लड्डू बना कर रख लें।

व्यवहार—१ लड्डू सुबह शाम गाय के दूध से खांय।

गुण—इसके खाने से दुबला मनुष्य मोटा हो जाता है व वीर्य की वृद्धि होती है।

नोट—यह दवा ४० दिन खानी चाहिये।

दूसरा योग

पीपल के पेड़ की छाल	
फल, कोमल पत्ती	१-१ तोला

विधि—कूट कर अध कचरा कर लें और आधा सेर गाय के दूध में भीगो दें और पकावें गाढ़ा होने पर छान लें और २ तोला चीनी मिला लें। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—शहद १ तोला मिलाकर सुबह शाम पीयें।

गुण—इसके सेवन से मैथुन शक्ति बढ़ती है।

नोट—इस दवा को चार महिना खानी चाहिये।

तीसरा योग

प्याज का रस	१ माशा
अदरख का रस	६ ,,
शहद	६ ,,
घी	३ ,,

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—इसे २१ दिन पीने मर्द भी मर्द बन जाता है ।

चौथा योग

तरबूज के बीज की गूदी	६ माशा
मिश्री	६ ,,

व्यवहार—इसे पीसकर रोजाना खावें ।

गुण—इससे सम्भोग शक्ति खूब बढ़ती है ।

पांचवां नुस्खा (योग)

उड़द की धूली दाल	आधी छँटाक

व्यवहार—दाल को पानी में भीगो कर सिल पर महीन पीस १ तोला घी व आधा तोला शहद मिला खावें । और मिश्री मिला गुनगुना दूध पीयें ।

गुण—इसके सेवन से पुरुष घोड़े के समान शक्तिशाली हो जाता है ।

धातु पतला होने पर योग

गूलर का दूध	१५ बूंद

व्यवहार—इसे एक बतासे में भरकर सुबह खावें ।

गुण—इसके से धातु गाढ़ी हो जाती है ।

नोट—यह दवा १ महीना खायें और संयम से रहें ।

शक्ति वर्द्धक योग

शहद	आधा सेर
प्याज का रस	एक पाव

विधि—दोनों को मिलाकर शीशी में भर धूप में तीन दिन तक रक्खें ।

व्यवहार—१-१ चम्मच सुबह शाम पीयें ।

गुण—इसके सेवन से खोई हुई शक्ति पुनः प्राप्त हो बल वीर्य की वृद्धि होती है ।

नोट—मूल पाठ में गरम करने को लिखा है जो मेरे विचार से ठीक नहीं क्योंकि आचार्यों के मत से शहद को आग पर गरम करने का निषेध है ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

क्लीवता निवारक योग

सनाय चूर्ण	१ आना भर
गाय का घी	

व्यवहार—सनाय चूर्ण गाय के घी में सुबह शाम खायँ।

गुण—इसके सेवन से नपुन्सकता (नामर्दी) नष्ट हो जाती है।

क्षुद्र रोगाधिकार

सिध्म (सेंहुआ) नाशक योग

नींबू स्वरस	१ तोला
कड़ुवा तेल	२॥ ,,

व्यवहार—दोनों को मिलाकर शरीर में लगावें।

गुण—इस प्रयोग से सेंहुआ ठीक हो जाता है।

नोट—प्रयोग के अनुसार दवा की मात्रा घटाई बढ़ाई जा सकती है।

दद्रु नाशक योग

नींबू का छिलका
कड़ुवा तेल

व्यवहार—दाद को छिलके से रगड़ कर साफ करें तेल लगा देवें।

गुण—इससे दाद अच्छा होता है।

उत्कोथ (उकवत) नाशक योग

ऊँट की लेड़ी
गाय का घी

विधि—लेंड़ी को हांडी में बन्द कर कपड़ मिट्टी से मुँह बन्द कर दें और कंडों के बीच रखकर जला दें ठंडा होने पर निकाल कर अन्दर का कोयला पीस कर रख लें और गाय के घी में मिला मलहम बना लें।

व्यवहार—इसे पीड़ित स्थान पर साफ कर मलहम लगावें।

नोट—गाय के गोबर से मलकर साफ करना अच्छा है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

फुन्सी नाशक योग

भंगरे की पत्ती का रस

व्यवहार—फुन्सियों पर रस को तीन चार बार लगावें ।

गुण—बरसात में निकलने वाली फुन्सी ठीक होती है ।

दूसरा योग

भटकटैया (पीले फूल वाली) के दाने

व्यवहार—दोनों को बारीक पीस कर नारियल के तेल में मिला कर लगावें ।

गुण—बरसाती फुन्सी अच्छी हो जाती है ।

नोट—उक्त दानें बरसात होने के पहले संग्रह करें ।

नासूर नाशक योग

भटकटैया (पीले फूल की) की जड़

व्यवहार—पानी के साथ पीसकर नासूर पर लगाकर बांधे ।

गुण—नासूर कुछ दिन में ठीक हो जायगा ।

दूसरा योग

मनुष्य की बड़ी हड्डी
(तरुणास्थि)

व्यवहार—हड्डी को पीसकर कपड़ छान कर लें और गाय के घी में मिला कर नासूर पर लगावें ।

गुण—नासूर ठीक हो जायगा ।

नोट—हड्डी हाथ या पैर की होना चाहिये ।

घाव नाशक योग

हल्दी की गांठ

व्यवहार—गांठ जलाकर महीन पीस लें और नारियल के तेल में मिलाकर घाव पर लगावें ।

गुण—इससे हर प्रकार के घाव अच्छे होते हैं ।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

दूसरा योग

प्याज का रस, तम्बाकू पत्ता, मोम

व्यवहार—तीनों को गरी के तेल में पकाकर गाढ़ा मलहम बना लें और घाव पर लगावें।

गुण—इससे हर प्रकार का घाव अच्छा होता है।

नोट—लगाने की दवा होने के कारण मात्रा नहीं दी है ज्यादा होने से भी हानि न होगी। सब वस्तुओं की आवश्यकतानुसार मात्रा निश्चय कर लेनी चाहिये।

घाव कृमि नाशक योग

तारपीन का तेल

व्यवहार—घाव में ४-५ बूँद तेल डाल देना चाहिये।

गुण—इसके डालने से कीड़े मर जाते हैं। और इसी को कपड़े में भीगो कर लगाने से घाव भी अच्छा हो जाता है।

लघु फुन्सी नाशक योग

फिटकरी
सौंफ का पानी

व्यवहार—थोड़ी सौंफ पानी में भोगो कर उसका पानी निकाल फिटकरी मिला लगावें, फुन्सी अच्छी होगी।

भगन्दर नाशक योग

तिल, नीम की छाल, महुआ

व्यवहार—तीनों बराबर मात्रा में ले पानी में पीसकर लगावें।

गुण—कुछ दिन लगाने से भगन्दर ठीक होता है।

श्लो पद (हाथी पाँव) नाशक योग

हर्र का चूर्ण — १ तोला
गौ मूत्र

व्यवहार—इसे खाकर गौ मूत्र पीने से हाथी पांव ठीक होता है। यह एक मात्रा है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

पाया (खुजली) नाशक योग

बकरी की लेंड़ी	१ छटाक
सरसों तेल	

व्यवहार—लेंड़ी आग में जलाकर महीन पीसकर सरसों के तेल में मिला लगावें।

गुण—इसके लगाने से खुजली ठीक होती है।

दूसरा योग

छोटी इलायची के दाने	
मट्ठा	

व्यवहार—दाने महीन पीस मट्ठे में मिलाकर लगावें। खुजली व दाद दोनों ठीक होता है।

तीसरा योग

नैनुवा गंधक	१ तोला
चूना	१ छटाक

विधि—आधा सेर पानी कड़ाही में डाल गरम करें चूना उसी में डाल दें बाद में गंधक भी पीसकर डाल दें और उतार कर छान कर रख लें।

व्यवहार—थोड़ी दवा कड़ुवे तेल में डालकर मिलाकार लगाना चाहिये।

गुण—इसके लगाने से खुजली अच्छी होती है।

नोट—यह दवा अनेकों बार परीक्षित है।

चौथा योग

मगरैला	१ छटाक
भैंस का दूध	आधा पाव

व्यवहार—मगरैला दूध में भीगो महीन पीसें (तीसरे दिन) और उबटन की तरह लगावें।

गण—इससे खुजली निश्चय ठीक होती है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

पाँचवा योग

धतूरे के पत्ते का रस	१ पाव
गाय का दूध	१ ,,

व्यवहार—दोनों को कड़ाही में डाल गरम करें और उबल जाने पर उतार लें और ठंडा होने पर लगावें।

गुण—इससे खुजली जल्द अच्छी होती है।

छठा योग

अफीम	६ माशा
तिल तेल	१ छटाक

व्यवहार—तेल कड़ाही में डाल गरम करें और अफीम डाल जला लें और उतार कर ठंडा होने पर लगावें।

गुण—इसके लगाने से खुजली जल्द ठीक हो जायगी।

अपरस नाशक योग

रेंड़ी की गूदी	१ तोला
गाय का दूध	आधी छटाक

व्यवहार—गूदी दूध में पीसकर लगावें।

गुण—कुछ दिन में अपरस ठीक हो जायगा।

अग्नि दग्ध नाशक योग

इमली की छाल
गाय का घी

व्यवहार—छाल को जलाकर कोयला कर पीस लें और गाय के घी में मिला लगावें।

गुण—इससे आग का जला अच्छा होता है।

दूसरा योग

नोट—आलू पीस कर लगाने से भी लाभ हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विविध रोगाधिकार

मेद (मोटापा) नाशक योग

नींबू का रस
पानी

व्यवहार—नींबू स्वरस पानी में डाल कर कुछ दिन तक सेवन करना चाहिये।

गुण—इस प्रयोग से धीरे-धीरे मेद (मोटापा) कम हो कर शरीर हल्का हो जाती है।

सर्वदंश न्यायिक योग

नींबू का रस

व्यवहार—सांप के काटे स्थान पर नींबू का रस लगावें यदि काला पड़ जाय तो जानना चाहिये सांपने काटा है अन्यथा नहीं।

पित्त शामक योग (शीत पित्त)

आंवला चूर्ण	६ माशा
गुड़	६ ,,

व्यवहार—दोनों को मिलाकर सुबह शाम खाने से शीत पित्त (पत्ती) में लाभ होता है।

गुण—यह पित्त शामक है।

दूसरा योग

आंवला स्वरस	१ तोला

व्यवहार—भोजन के बाद आंवले का रस पीने से अम्ल पित्त (खट्टी डकार) जलन ठीक होती है।

कैल्शियम की कमी का योग

आंवला स्वरस	१ तोला
चूने का स्वच्छ जल	१ ,,

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—दोनों को मिलाकर सुबह शाम पीवें।

गुण—इसके सेवन से शरीर में कैल्शियम की कभी दूर हो हड्डी मजबूत होती है।

उत्तम जलपान योग

पके आँबले आवश्यकतानुसार
चीनी बराबर

विधि—आंवलों को चूने के पानी से धोकर चीनी की चासनी में पका कर रख लें।

गुण—नित्य २-४ आंवले जलपान में खायें। यह उत्तम स्वास्थ्य वर्द्धक जलपान है उससे आयु की वृद्धि होती है।

नोट—यह कम खर्च में उत्तम जलपान की सुन्दर व्यवस्था है और उत्तम अतिथि सत्कार भी होता है।

पित्त शामक योग

करैला पत्ती स्वरस	१ चम्मच
शहद	१ तोला

व्यवहार—इसे पीने से पित्त के सभी उपद्रव जल्द ठीक हो जाते हैं।

नकसीर (नाक से खून गिरना) नाशक योग

कपूर	दो रत्ती
लाल चन्दन	८ माशा

व्यवहार—लाल चन्दन पीसकर उसी में कपूर मिला शकर डाल पीना चाहिये। तथा नस्य भी लेवें।

गुण—इसके व्यवहार से नाक से खून गिरना तुरन्त बन्द हो जाता है।

उष्मा धात रक्षक योग

आम कच्चा
काली मिर्च, जीरा, काला नमक,
सेंधा नमक, हींग, पुदीना पत्ती
सब आवश्यकतानुसार

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

विधि—आम को आग में भून कर जल से धोकर साफ कर किसी मिट्टी की साफ हांडी में गूदा रस निकाल लें और उक्त सब चीजों को बारीक पीसकर मिला दें हींग को घी में भूनकर पूर्व ही पात्र बासित (गन्धित) कर लें या बाद में छौंका लगा दें।

गुण—इसके व्यवहार से लू सुरक्षा तथा लू का प्रभाव नष्ट होता है।

नोट—गर्मी के दिन में यह उत्तम स्वास्थ्यकारी पेय है। इच्छा होने पर इसे मीठा भी बना सकते है।

दूसरा योग

कच्चा प्याज

व्यवहार—भोजन के साथ कच्चा प्याज खाने से सुरक्षा होती है तथा लू लग जाने पर प्याज का रस पिलाना व पीसकर शरीर पर मलना चाहिये।

गुण—इस प्रयोग से लू रक्षा होती है।

तीसरा योग

चने का सूखा साग

व्यवहार—लू लग जाने पर साग को पानी में भीगो कर सिल पर पीसकर पीना चाहिये।

गुण—इससे लू का प्रभाव बहुत जल्द दूर होता है।

नोट—इसका संग्रह माघ के महीने में कर लें अन्यथा आवश्यकता होने पर उपलब्ध न होगा।

बेहोशी निवारक योग

मीठे अनार का रस

व्यवहार—रस को निकाल मिश्री या चीनी को मिला पीयें।

गुण—इसके सेवन से बेहोशी तत्काल ठीक होती है।

नोट—पडोर मिट्टी (तालाब की निकली) के ढेले पर नाक के पास बल डालने से उसकी गंध से ही बेहोशी दूर हो जाती है।

नींद न आने का योग

भांग की पत्ती
बकरी का दूध

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

व्यवहार—थोड़ी भांग की पत्ती दूध मे पीसकर पैर के तलुवों पर पतला लेप कर दें।

गुण—इस प्रयोग से तत्काल नींद आ जाती है।

नोट—जावफल को घी में घीसकर आंख की पलक पर लगाने से भी तुरन्त नींद आ जाती है।

भांग का नशा निवारक योग

सरसों तेल

व्यवहार—इसे कान में ४-५ बूंद डाल दें।

गुण—इसके प्रयोग से भांग का नशा तुरन्त ठीक हो जाता है।

श्वान दंश विष नाशक योग

कुचला

व्यवहार—इसके छोटे-छोटे टुकड़े कर लें और बांसी मुंह रोज एक-एक टुकड़ा एक हफ्ते तक खायें।

गुण—इस प्रयोग से कुत्ते का विष नष्ट हो जायगा।

नोट—पागल कुत्ते के काटने पर भी यह प्रभावी है। लाभ करता है।

धतूरा विष नाशक योग

बैगन

व्यवहार—बैगन के छोटे-छोटे टुकड़े कर गाय के दूध में उबालकर पीने से धतूरे का विष नष्ट होता है।

अहिफेन (अफीम) विष नाशक योग

हींग २ माशा

व्यवहार—पानी में हींग घोल कर पिला दें।

गुण—इस प्रयोग से अफीम का विष दूर होता है।

दूसरा योग

अरहर की दाल

व्यवहार—दाल को पानी में भीगो दें और उसका पानी निकाल पिलावें।

गण—इससे अफीम का विष नष्ट हो जाता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

तीसरा योग

अदरख का रस	२ चम्मच

व्यवहार—इसे एक-एक घन्टे पर पांच छः बार पिलावें।

गुण—इस प्रयोग से अफीम का विष दूर होता है। यह एक मात्रा है।

सर्प दंश विष नाशक योग

सेंधा नमक, काली मिर्च, नीम बीज गूदी १-१ तोला

व्यवहार—सबको पीसकर घी में मिला पिलावें।

गुण—सर्प विष दूर हो जाता है।

नोट—दांती बन्द होने पर किसी चीज से खोलकर पिलाना चाहिये।

दूसरा योग

जामुन की पत्ती	३ नग
फिटकरी	३ माशा

व्यवहार—इसे पानी में पीसकर पिलाना चाहिये।

गुण—सर्प विष दूर होता है।

तीसरा योग

काली मिर्च	६ माशा
कुचला	६ माशा

व्यवहार—एक छटाक पानी में पीसकर पिलावें।

गुण—सर्प विष नष्ट हो जावगा।

नोट—दवा एक-एक घन्टे पर पिलानी चाहिये।

चौथा योग

हींग	४ रत्ती
घोड़ा वच	३ माशा

व्यवहार—एक छटाक पानी में पीसकर पिलावें।

गुण—सर्प विष नष्ट हो जावगा।

नोट—इसी दवा का नास भी देना चाहिये

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

वृश्चिक दंश नाशक योग

लाल मिर्च
शहद

व्यवहार—पीसकर दंश स्थान पर लगावें।

गुण—बिच्छू का विष उतर जाता है।

जूँ नाशक योग

वकायम के बीज

व्यवहार—पानी में पीसकर सिर में लगाने से जूँ मर जाते है।

खटमल नाशक योग

फिटकरी

व्यवहार—गरम पानी में फिटकरी पीसकर डालने से (चारपाई में) खटमल दूर हो जाते हैं।

वृश्चिक दंश नाशक योग

मुसब्बर ३ माशा

व्यवहार—पानी में पीसकर काटे स्थान पर लगावें।

गुण—बिच्छू का विष दूर हो जाता है।

नोट—काटे हुए स्थान को तेज चाकू से थोड़ा छीलकर काट देना चाहिये।

दूसरा योग

मोर पंख

व्यवहार—एक पंख को कैंची से छोटा काटकर चिलम में रख पीना चाहिये।

गुण—बिच्छू का विष तुरन्त उतर जाता है।

कन खजूरा विष निवारक योग

प्रयोग—कड़ुवे वा रेड़ी के तेल के दिये से थोड़ा तेल लें काटे स्थान पर मलना चाहिये।

गुण—जलन, सूजन, दर्द ठीक हो जायगा।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

दूसरा योग

सफेद जीरा

व्यवहार--पानी में पीसकर काटे स्थान पर लेप करें।

गुण—इससे कन खजूरे के काटने की जलन, दर्द, सूजन ठीक हो जाती है।

श्वान दंश विष नाशक योग

धतूरे का पत्ता	१ तोला
गाय का दूध	१ ,,
गुड़	१ ,,
गाय का घी	१ ,,

व्यवहार—पत्तों को पीसकर सबको मिलाकर पिलावें।

गुण - इसके प्रयोग से कुत्ते का विष दूर हो जाता है।

नोट—इस प्रयोग को काटने के सात दिन के अन्दर ही करना चाहिये। बाद में करने से लाभ न होगा।

विष पान विष निवारक योग

मकोय का जड़ सहित पौधा

व्यवहार—पौधे को सिल पर महीन पीसकर थोड़े पानी में घोल कर छान कर एक घंटे के अन्तर से पीयें।

गुण—हर प्रकार के विष के प्रभाव इससे नष्ट होते हैं। यह एक खुराक है। यह उत्तम प्रयोग है।

धतूरा विष नाशक योग

वनफशा	१ तोला
गाय का दूध	

व्यवहार—इसे पीस कर पीना चाहिये।

गुण—इससे धतूरे का विष दूर हो जाता।

संखिया विष नाशक योग

काली मिर्च	६ माशा

व्यवहार—काली मिर्च बारीक पीस आधी छटाक गाय का घी (गरम में) में मिलाकर एक घंटे पर पीना चाहिये।

गुण— इससे संखिया का विष दूर हो जायगा।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

अफीम खाना छड़ाने का योग

सफेद कनेर की जड़, सफेद चन्दन	६-६ माशा
बावची	२१ ,,
बेर की पत्ती	७ तोला
मेथी	१६ तोला ६ माशा

विधि—सबको कूट कर कपड़ छान कर पानी के साथ खरल में घोटें और लुगदी बन जाने पर ३-३ माशा की गोली बनाकर रख लें।

व्यवहार—सुबह शाम जल के साथ खायें।

गुण—इससे कुछ दिनों में अफीम खाना छूट जायगा।

नोट—यदि १ माशा अफीम खाता हो तो एक गोली और २ माशा वाला २ गोली ३ माशा वाला तीन गोली तक खा। चाहिये। इससे आगे बलाबल विचार करके दवा खानी चाहिये।

गर विष (सिर का बाल खाने पर) नाशक योग

विशेष—यदि कोई व्यक्ति सिर का बाल खा जाय तो निम्न लक्षण उसके शरीर में होंगे।

लक्षण—बैठते समय उसके पेट में पीड़ा होगी।

परीक्षा—रेंड़ के पत्ते पर पेशाब करने पर पत्ता टुकड़ा-टुकड़ा हो जायगा।

प्रयोग—लंगूर का जिगर

व्यवहार—जिगर को काटकर चार टुकड़ा कर लें और एक-एक कर चारों टुकड़े खा जांय और दो घंटे तक पानी बिल्कुल न पीयें। इसके बाद प्रयोग द्वारा उल्टी कर दें।

वमन योग

कुटकी	७ माशा

व्यवहार—कूटपीस कपड़ छानकर गरम पानी से खावें। कै न होने पर रेड़ का डंठल मुंह में डालकर कै करा देना चाहिये।

गुण—इस प्रयोग द्वारा बाल निकल जाता है।

नोट—जिगर के टुकड़ों में लिपट कर बाल निकल जाता है।

दूसरा योग

कसौजी (मगरैला) पत्ता	१ सेर

व्यवहार—पत्तों को पीस कर रस निचोड़ लें और आधा पाव से एक पाव तक तीन दिन तक पीना चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

गुण—इससे बाल गलकर मल मूत्र द्वारा बाहर निकल जायगा।

नोट—यह प्रयोग अच्छा है।

तीसरी विधि

झींगा मछली	४ नग

व्यवहार—आग में भूनकर एक-एक कर चारों को खा जाय। यदि कच्ची ही खा सकें तो एक दिन में अन्यथा तीन दिन में बाल गलकर मल मूत्र द्वारा अवश्य निकल जायगा।

नोट—ये प्रयोग जो मांस मछली खाते हो उन्हें ही करना चाहिये। अन्य को दूसरे योग का प्रयोग कर लेना चाहिये।

वमन कारक योग

मैनफल	३॥ माशा
सेंधा नमक	४ रत्ती
शहद	१॥ माशा

व्यवहार—मैनफल और नमक पानी के साथ पीसकर शहद मिला लें। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—दवा को खाकर निम्न कषाय पीना चाहिये।

कषाय

सोआ	२ तोला
जल	आधा सेर

विधि—सोआ को थोड़ा पीस पानी में घोल एक मिट्टी के बर्तन में भीगो दें। सुबह आग पर पकावें और एक छटाक रहने पर छान कर पीवें। (यह एक मात्रा है।)

नोट—अधिक जरूरत होने पर और बना लेना चाहिये।

रेचनीवर्तिक योग

हींग	३ माशा
सेंधा नमक	३ ,,
शहद	३ ,,

विधि—हींग नमक खूब महीन पीसकर मधु में मिला गरम कर ऊँगली के पोरूए बराबर बत्ती बना लें। यह एक मात्रा है।

व्यवहार—बत्ती पर थोड़ा घी लगाकर मलद्वार के भीतर प्रदेश करना चाहिये।

गुण—इससे रूका हुआ मल बाहर निकल जाता है।

नोट—मल को निकालने की अच्छी दवा है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

कर्त्तव्य विचार

प्रत्येक मनुष्य यह जानता है कि रोग के होने से कष्ट व व्यय व पारिवारिक परेशानी निश्चय ही होती है फिर भी मनुष्य अपने स्वास्थ्य की सुरक्षा के लिये दिन चर्या, ऋतु चर्या, आहार विचार के नियमों का पालन करने में सदैव ही असावधानी करता रहता है, और कष्ट (रोग) के उत्पत्ति में ही, परवश हो, महत्व समझता है, किन्तु फिर उसे भूलकर कुपथ्य करता ही रहता है, फलतः बार-बार रोग ग्रस्त होता है, और अचुण स्वास्थ नष्ट कर अशक्त निर्बल बन जाता है। फिर भी उसे यथेष्ट ज्ञान नहीं होता, कमी अवश्य हो जाती है, यह आत्मघात है, अपने द्वारा ही अपने को कष्ट देना, नियम का पालन हठ के बिना नहीं होता जिह्वा के स्वाद, क्षणिक सुख, सभी कुछ नस्वर हैं, किन्तु स्वास्थ सदा आयु पर्यन्त सुखकर व आयु वर्द्धक होता है। कुपथ्य से आयु शनैः शनैः क्षीण हो लीला समाप्त हो जाती है। अत. हमारे भारतवासी नागरिकों को स्वास्थ, संयम, संतोष, आचार, विचार, का ध्यान देकर अवश्य पालन करना चाहिये। अंग्रेजों ने भी कहा है—Chractor is lost every Thing is lost. चरित्र निर्माण नियम पालन से ही होता है।

लोभ का अन्त, स्वार्थ का अन्त, विषय का अन्त, शरीर का भी अन्त होकर अन्त नही होता, किसी को सुख न सके तो उसे पीड़ा भी न दे, लाभ न दे सकें तो हानि भी न दे। किन्तु आज हमारे देश में सदाचार के वस्त्र पहन बगुला भगतों की बाढ़ होती जा रही है, यह हमारे देश का दुर्भाग्य है, देश की अपढ़ बाहुल्य भोगी जनता मछली की भांति भुलावें में आ ग्रास बनती जाती है। धर्म परायण देश की धर्म परायण जानता केवल ईश्वर की ओर टकटकी लगा देखती रहती है इस विश्वास के साथ कि युगों से हमारे कष्टों को नष्ट करने वाला

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

कभी तो इन कष्टों से मुक्ति दिलायेगा। अवश्य विश्वास का फल अवश्य प्राप्त होता है देर है अंधेर नहीं, किन्तु कुमार्गी व्यक्ति अज्ञान व अहंकार में डूबा अपना मार्ग नहीं बदलता, और रावण से महारावण बनने में ही प्रयत्नशील रहता हैं। आज हमारा देश संकट की चरम सीमा पर पहुँच रहा है, वस्तुओं का अभाव और मंहगाई के दुष्परिणाम आज नहीं तो कल सामने निश्चय ही आ जायगें। यह रोग सरकार के मिटाने का नहीं है। यद्यपि वह नारा देती है, किन्तु सब झूठे; इसे विश्वास करना ही अज्ञान है। अतः हमारा जनता को परामर्श है कि कष्ट सहन करके भी, कुपथ्य कुमार्ग को अपना, सुख की लालसा कदापि न करें। संयम, चरित्र का पालन कर परम स्वास्थ व सुख को अपनायें यही कल्याण है।

नीचे कुछ नियम सब साधारण को पालन करने हेतु लिखे हैं इनका पालन कर उत्तम स्वास्थ व सुख की प्राप्ति करें।

चैत्र में नया गुड़ न खायं।
बैशाख -- में नया तेल न खाय।
जेठ—में दोपहर में न चल।
अषाढ़—में पका बेल न खांय।
सावन—में साग न खांय।
भादों—में दही न खांय।
कुंवार—में करेला न खांय।
कार्तिक—में जमीन पर न सोये।
अगहन—में जीरा न खांय।
पूस—में धनिया न खांय।
माघ—में मिश्री न खांय।
फागुन—में चना न खांय।

इनका पालन कर साल भर स्वास्थ में वृद्धि व कष्टों का निवारण करें।

आगे कुछ नियम स्वास्थ व चरित्र के पालन में आवश्यक लिखें है जिनका पालन अवश्य ही करना चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

नियम के पालन में कष्ट प्रतीत होता है किन्तु होता हर दशा में सुख ही है।

कष्ट कहाँ !!!

१. जल्दी सोना जल्दी उठना सदा हितकर है।
२. प्रातः जल पीकर शौच जाना हितकर है।
३. दाँत नित्य साफ करना हितकर है।
४. स्नान नित्य करना हितकर है।
५. स्नान के पूर्व और भोजन के बाद पेशाब करना हितकर होता है।
६. भोजन के बाद बांयी करवट सोना हितकर है।
७. सूर्योदय के पूर्व धारोष्ण दूध पीना हितकर है।
८. व्यायाम के बाद दूध पीना हितकर है।
९. व्यायाम नित्य करना हितकर है।
१०. मल, मूत्र, छींक, का वेग रोकना अहितकर है।
११. ऋतु फल अवश्य खाना चाहिये।
१२. रसदार फल के अलावा फल भोजन के बाद खाना हितकर होता है।
१३. रसदार फलों के अलावा रात्रि में फल खाना अहितकर होता है।
१४. भोजन के समय जल कम पीना हितकर है।
१५. नेत्र में सुरमा, काजल लगाना हितकर है।
१६. सूर्य की ओर पेशाब करना अहितकर है।
१७. बरगद, पीपल, देव मन्दिर, नदी, श्मशान के निकट पेशाब करना अहित कर होता है।
१८. मैला कपड़ा पहनना अहितकर है।
१९. भोजन के समय क्रोध करना अहितकर है।
२०. उपलब्ध भोजन ईश्वर को धन्यवाद देकर खा लेना हितकर होता है।
२१. प्रसन्न चित्त भोजन करना हितकर होता है।
२२. भोजन के समय आवश्यकता से अधिक बोलना अहितकर होता है।
२३. भोजन सदा रुचि के अनुसार ही करना हितकर है।
२४ ईश्वराधना करना हितकर है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

२५. अपना धर्म पालन कड़ाई से करना हितकर है।
२६. आपत्ति में यदि संभव न हो तो धर्म पालन न करना भी हितकर है।
२७. सतोष सदैव हितकर है।
२८. अहंकर, लोभ, स्वार्थ, सदैव अहितकर होते हैं।
२९. दही मूली, लौकी उड़द, मछली दूध, एक साथ खाना अहितकर होता है।
३०. भोजन में सरसों का साग अहितकर है।
३१. बात सदा मधुर प्रिय शब्द में करना हितकर है।
३२. परिश्रम में आलस्य अहितकर होता है।
३३. विपत्ति में धैर्य, धर्म, मित्र, स्त्री का अवलम्ब सदा हितकर होता है।
३४. पड़ोसी, ब्राह्मण, धनी, से बैर अहितकर है।
३५. चिकित्सक (वैद्य) से भूलकर बैर न करना हितकर होता है।
३६. अपनी हानि के पूर्व किसी से झगड़ा करना अहितकर होता है।
३७. झगड़ा सदैव अहितकर होता है।
३८. त्याग सदैव हितकर होता है।
३९. भोग से अहित ही होता है।
४०. दूसरे का हित अपनी हानिकर भी करना हितकर है।
४१. दूसरे का अहित लाभ होने पर भी करना अहितकर है।
४२. पड़ोसी की सुविधा व कष्ट का ध्यान रखना हितकर है।
४३. अच्छा काम, अच्छी बात स्वभाव से करना हितकर है।
४४. पुण्य दूसरे से कभी भूलकर भी कहना अहितकर है।
४५. पाप सदैव दूसरे से कहना हितकर होता है।
४६. तीर्थ स्थान, गुरू स्थान, देव मन्दिर व नदी में सम्भोग सदा अहितकर होता है।
४७. इच्छा न होने पर भोजन करना अहितकर होता है।
४८. रोग व बैरी को छोटा जानना अहितकर होता है।
४९. बच्चों के सामने गुप्त बात या अश्लील बात करना सदैव अहितकर होता है।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

५०. असहाय की सहायता सदा हितकर होती है।
५१. इच्छा न होने पर यात्रा करना अहितकर होता है।
५२. प्रिय सत्य बोलना हितकर होता है।
५३. कटु सत्य अहितकर होता है।
५४. सत्य सदा हितकर होता है।
५५. ज्ञान की बात जिज्ञासु से बताना हितकर होता है।
५६. सतसंग, सदग्रंथ, सदा हितकर होता है।
५७. सम्भोग जीवन में कम से कम करना हितकर है।
५८. सम्भोग, पाप, सदैव आयु के लिये अहितकर है।
५९. देश की रक्षा प्राण देकर भी करना हितकर होता है।

निम्न महिनों में निर्दिष्ट कार्य करना हितकर है।

चैत में—नीम खाना स्वास्थ्यकर है।
बैशाख में—चावल खाना स्वास्थ्यकर है।
जेठ में—दोपहर में सोना हितकर है।
अषाढ़ में—घर की मरम्मत करना हितकर है।
सावन में -हरड़ खाना स्वास्थ्यकर है।
भादों में—चना खाना स्वास्थ्यकर है।
कुंवार में--गुड़ खाना स्वास्थ्यकर है।
कातिक में मूली खाना स्वास्थ्यकर है।
अगहन में—तेल खाना स्वास्थ्यकर है।
पूस में—दूध पीना स्वास्थ्यकर है।
माघ में—खिचड़ी खाना स्वास्थ्यकर है।
फागुन में—प्रातः स्नान करना स्वास्थ्यकर है।

इति शुभम् भू यात्।

मुद्रक—कुमार प्रिंटर्स, ३४८, बादशाही मण्डी, इलाहाबाद फोन : ४२९६

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection

Digtized by Muthulakshmi Research Academy

शीघ्र छप रहा है ???

हमारा आगामी प्रकाशन

जनता की स्वास्थ्य समस्या को सुलझाने वाला अनूठा ग्रंथ

मृत्युंजय स्वास्थ्य प्रकाश

लेखक : वैद्य पं० राजेश्वर बाजपेयी

जिसमें संयम, नियम, आहार, विहार ऋतुचर्या, दिनचर्या, नाड़ी परीक्षा, मूत्र-परीक्षा, मल परीक्षा आदि के साथ साथ उत्तमोत्तम आयुर्वेद चिकित्सा की विशाल सामग्री का अनूठा भण्डार है। मूल्य ६.०० अपनी प्रति अग्रिम मूल्य भेज कर सुरक्षित करवा लें ताकि निराश न होना पड़े।

लेखक

श्री गणेश-बावनी { ज्ञानेश्वर बाजपेयी 'ज्ञान'
राजेश्वर बाजपेयी 'कौशल'

सकल विघ्न निवारक, मंगल दायक, ऋद्धि, सिद्धि, सम्पत्ति वैभव यश, कीर्ति विद्या बुद्धि के प्रदाता गणपति, गजानन वक्रतुण्ड, एकदन्त, आदि नामों से विभूषित श्री गणेश भगवान के भक्ति से सने हुये साहित्यिक रस के विशेष अलंकारों के संयुक्त छन्दों का अनूठा संग्रह जिनकी छाप आपके हृदय पर सदा के लिये अंकित हो जायगी तथा भगवान गणेश की कृपा के अधिकारी बना देंगे।

CC-0. In Public Domain. Chhatrasal Singh Collection