

Barcode - 9999990023775

Title - Go Vansh Raksha

Subject - Literature

Author - xxxx

Language - Hindi

Pages - 619

Publication Year - 1896

Creator - Fast DLI Downloader

<https://github.com/cancerian0684/dli-downloader>

Barcode EAN.UCC-13



9 999999 002377



# धीहरिः #

गो-वंश रक्षा

या

बायसरायको मेमोरियल

‘हिन्दी अनुवाद’

“गो वंश घटता जा रहा है, ध्यान इसपर दीजिये।

तन धन लगाकर कल्पतरुकी, शीघ्र रक्षा की जिये”

‘हरमुख’

प्रकाशक—

निष्काम आर्त सेवा सभा

“ गोविन्द भवन ”

कलकत्ता ।

प्रथमवार ५००० ]

स० १९७८ वि०

[ मुख्य गो-भक्ति ।



# भूमिका ।

बैतरनी तारन तरन, जीवन धन आधार ।

कामधेनु गो मात है, सुख सम्पति आगार ॥



गो-घ श रक्षा करनेसे क्या फायदे होते हैं, यह यहाँपर घताना पीसेको पीसना है, क्योंकि गो-घ शसे प्राणीमात्रका महोपकार होता है। इसलिये गो-रक्षा करना प्रत्येक भारतीय भाईका प्रधान कर्त्तव्य-धर्म है। इसी उद्देश्यको सामने रखकर गो-घ शका घघ रुके, गो-घ श घृद्धिके उपयोगी वपाय काममें लाये जाये, गोचर-भूमिका अभाव मिटे, गो-घन विदेशोंमें न जाया करे, घर्म साँड़ोंके लिये कानूनका दुरुपयोग न किया जाये, दूधके अभावसे बच्चे बेमौत न मरे, एतद्दर्श भारत सरकारका ध्यान इस ओर आकर्षित करनेके लिये भारतके भूतपूर्व घायसराय धीमान् लार्ड चेम्सफोर्ड महोदयकी सेवामें स्थानीय अखिल भारतीय गो-महासभाकी तरफसे गत ता० २५-२-२१ को एक मेमोरियल (भावेदन-पत्र) भेजा गया था।

इस भावेदन-पत्रको पढ़कर सरकारका ध्यान पशुओंके कष्ट निवारणके लिये आकर्षित हुआ या नहीं, यह तो भविष्यके गर्भमें है। किन्तु लार्ड चेम्सफोर्ड महोदय विलायत चले गये, उनके स्थानमें धीमान् रीडिंग घायस राय होकर आ गये। वैसे ही एक एक करके छः महिने भी बीत गये, पर सरकारके कार्यों तक जू भी नहीं रे गो।

लार्ड टे-डरडेनने विलायतमें पार्लियामेन्टका ध्यान गो-रक्षाके प्रश्नकी ओर आकर्षित करा दिया। इससे भारत-सचिव मि० मान्टेगु भी भारतीय गो-घ शकी रक्षा शोध होना चाहिये, यह मानते और कहते हैं। किन्तु हमारे म्युनिसिपल कमिश्नर गो-घघ बन्द करनेके लिये दृढता नहीं दिखाते।

गो-घघ और कसाइखानोंकी फीसे सरकारको प्रचुर लाभ होता है, यह बात ठीक है। परिशिष्ट ( ४ ) में देखतेने विदित हो जायेगा कि, सन् १९०२।३ में गो-घघसे ४ लाख, ८५ हजार, २०२ रुपयोंकी आय हुई थी; वही आय सन् १९११।१२ में ६ लाख, ६६ हजार, ३५७ रुपये तक पहुँच गई। इसी प्रकार कसाइखानोंकी फीसे सन् १९०२।३ में २८ लाख, १५ हजार, ८६४ रुपयेकी आय हुई थी; वही-सन् १९१३।१४ में ४५ लाख, ३५ हजार, ६२४ रुपये तक पहुँच गई।

यही नहीं, गो-रक्षका सूखा मांस, हड्डी, रक्त, चमड़ा आदिके द्वारा भी सरकारको बहुत आय होती है।

यही है भारत रोग शोकका घर बन रहा है, इसका भी एक मात्र कारण गो-धनका नाश और पौष्टिक पदार्थोंका अभाव है। यह जिम्मेदारी भी सरकार पर ही है। अन्य देशोंकी अपेक्षा यहां गाधर-भूमि नाम मात्रकी सी है वृद्धे यहां पशु भी अधिक मरते हैं। परिशिष्ट ( ढ ) में देखनेसे पता चलता है कि, सन् १९१२/३ में एकमात्र रसनाको हस्त करनेके लिये कोयल युक्त प्रदेशमें १ लाख, ४३ हजार, ३५८ गो घघ की गईं। सन् १९१६ में कलकत्ते के टांगडा और सोनाडांगके कसाइखानोंमें १ लाख, ५५ हजार, ८ सौ ६८ गाय, बैल, बछड़ा पशु ८२५४ भैंस मारी गईं। सन् १९१८ में टांगडाके म्युनिमिपल कसाइखानोंमें १८ लाख, २१ हजार ६ सौ ७६ गाय बैल मारे गये थे। अन्य स्थानोंका भी यही हाल है। परिशिष्ट ( ढ, च, ठ, ण, द, ) को देखकर तो मर्माहत होना पड़ता है। लिखते लेखनी कांपती है कि, इस समयके युगमें गो-धन शपर घृणित, रोमाञ्चकारी और असहनीय अत्याचार हो रहे हैं। जीवित गीधोंकी खाल खींची जाती है और फू कासे दूध निकाला जाता है। यही दूध हम सब पीते भी हैं। यह महा भयङ्कर और दृश्य विदारक प्रथा भारतके सिनाय कहीं नहीं है।

परिशिष्ट ( ख ) में देखनेसे पता चलता है कि, उरुगुपमें प्रतिशत मनुष्यों के पीछे ५०० पशु हैं। विलु भारतमें ५६ ही हैं। इस पर भी परिशिष्ट ( घ ) से आप जान सकेंगे कि, सन् १९१२ में ५ लाख, ४४ हजार, ५ सौ ८८ पशु ३३ लाख, ३३ हजार पशुओं मृत्युके भारतसे विदेशोंको चलाय गये। इसमें आप अनुमान कर सकते हैं कि, गो-धन रक्षा मया काम करनेसे होगा ?

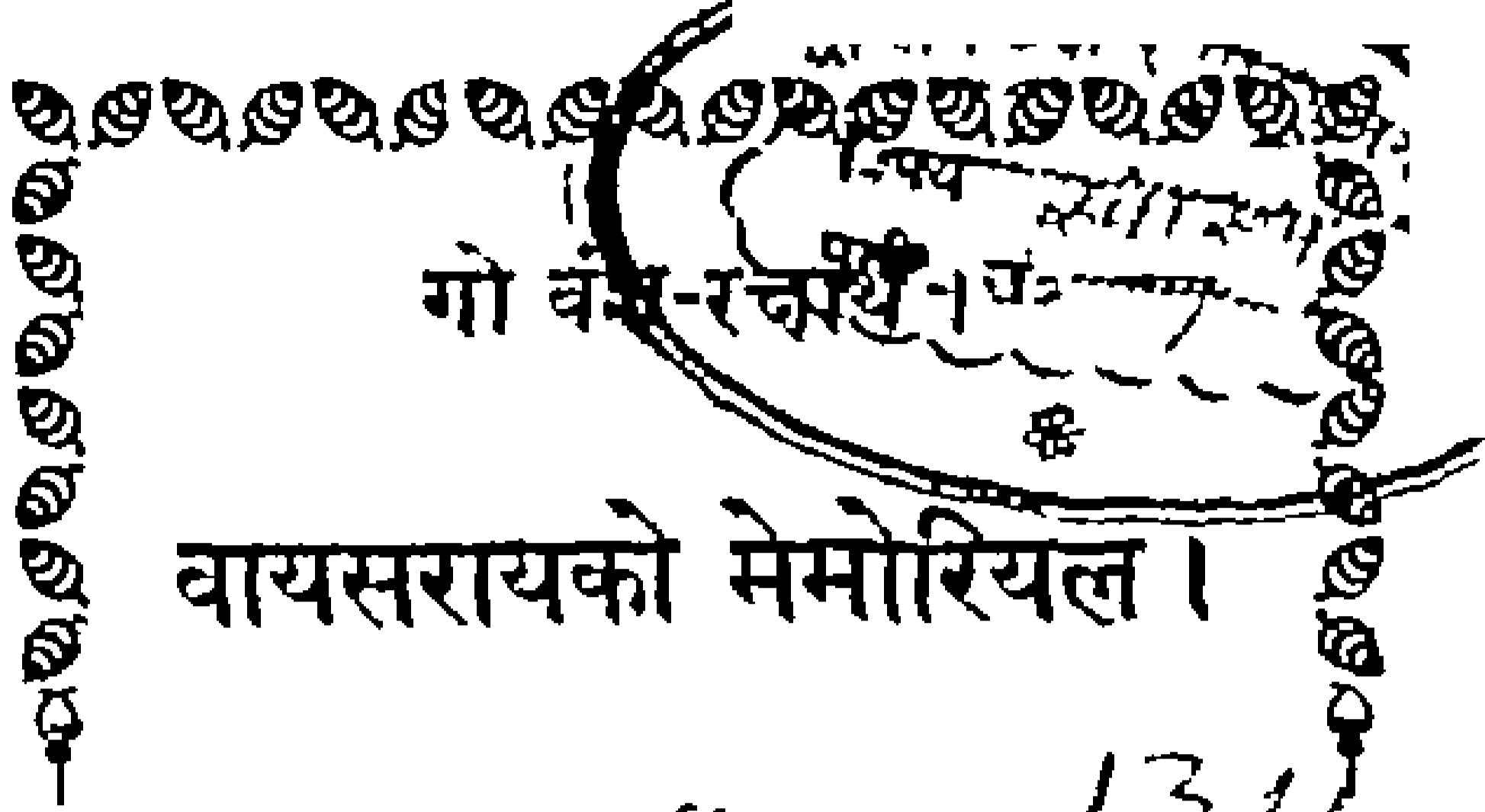
सभी भारतीय गो भक्तोंको चाहिये कि, अपने गैरों पर गृहे होकर ऐसी सुप्यधस्था करे जिससे एक भी गो भारतसे विदेश न जाये, गो-घन करनेवाले घधियोंको गो ही न मिले गाधर-भूमिका अभाव न रहे। इस समय प्रत्येक हिन्दूका विशेष कर्त्तव्य और धर्म है कि, यह प्रयत्नमें प्रवृत्ताने यह निश्चय कर ले कि, जबतक गो-घन बन्द न हो जायेगा, तबतक प्रतिदिन इस पुण्यजनक उद्योगमें यथाशक्ति समय देंगे। देशके नेताओंको भी यही राय है कि, अब कर्माधीर बनो जिससे भारतका गो धन रूपी अटूट धन भण्डार सदा भरा रहे। अन्तमें यही नियेदन है कि—

“गो-धन रक्षा हम करे यह प्राणपनसे धार लो।  
जीवन मरनका प्रथम समझो, गोधन सेवा भार लो ॥  
गो धन रक्षा धर्म है विष माय मममें डार लो।  
ममोगिन्य पर ध्यान देकर तत्त्वका सब सार लो ॥”

कारकला—

विमल मेपक—

गण्डु मल्लिक मेन (बड़ासाधार) } हरमुखराय न्यावद्वारिया-फेडिया ।



— श्री १०००  
२०१३

131

श्रीमान् राइट मानरेवल फ्रेडरिक जान नेपियर थेसीगर वीरम चेम्सफोर्ड  
पी०सा०जी० सी० एम० जी०, जी० एम, एस० आई० जी० एम० आई०, ई०, जी०  
वी० ई०—भारतवर्ष के वायसराय और गवर्नर जनरल—की सेवामें

मखिल भारतवर्षीय गो महासभाके समापति, उपसभापतियों और सद  
स्योंका आवेदन पत्र है कि :--

[१] भारत छपि प्रधान देश है। यहांके तीन चौथाई लोगोंकी सीधिका  
छपि हो है [परिशिष्ट 'क'] पर जो पशु खेती धारीके प्रधान अवलम्ब हैं, उनकी  
यहां एक तो संख्या कम है और दूसरे जो थोड़े बहुत हैं उनकी चरा अच्छी  
नहीं।

[२] यहां की आबादी की तुलनामें यहां के खेती के पशुओं की संख्या  
कितनी कम है, इस का प्रमाण हमें तब मिलता है जब हम इस देश का मुकाबला  
उन देशों से करते हैं जहां खेती अधिकता से की जाती है। भारतवर्षमें १००  
आदमियोंके पीछे खेती धारी के पशु ५६ हैं, डेनमार्कमें ७४, अमेरिका (यू०एस)  
में ७६, कनाडा में ८०, कैपकालोनी में १२०, न्यूजीलैंड में १५०, अस्ट्रेलिया में  
२५६, अर्जेण्टाइन रिपब्लिक में ३२३ और उरुगुये में ५०० (परिशिष्ट 'ख')  
श्रीमान की सेवा में आवेदन पत्र भेजने वाले इस सम्बन्ध में यह भी कहना  
चाहते हैं कि वकाल के डिरेक्टर आफ इन्फार्मेशन ने हाल में जो सूचना निकाली  
थी वह समात्मक है—क्योंकि उसमें उन्होंने ने सिर्फ यही बताया है कि भारत  
वर्ष तथा अन्य देशोंमें खेती के पशुओं की संख्या

किया है कि इन पशुओं की संख्या के मुकाबले में कहां कितने भादमी बसते हैं, या कहां कितनी जमीन में खेती का जाती है।

[ ३ ] भारत में खेती के लायक कितनी जमीन है उतनी जोतने के लिये यहाँ काफी पैल या साँठ नहीं है। दो हिन्दुस्तानी पैल या मैसे, ज्यादा से ज्यादा—किसी एक फसल के लिये—५ एकड़ जमीनको जोत कर तैयार कर सकते हैं। ब्रिटिश भारतमें करीब बारस करोड़ ८० लाख एकड़ जमीन में खेती की जाती है, पर हल चलाने वाले पशुओं की संख्या यहाँ करीब ४ करोड़ ६० लाख है ( परिशिष्ट 'ग' )। इन में से मान लीजिये कि पच्चीस परसेन्ट पशु गायों इत्यादि खींचते हैं, और पच्चीस परसेन्ट कमजोर, बूढ़े बीमार या अपरिपक्व हैं। अतएव २२ करोड़ ८० लाख एकड़ जमीन को जोतने के लिये सिर्फ २ करोड़ ४० लाख के करीब पशु रह जाते हैं—अर्थात् १६ एकड़ पीछे एक जोड़ा किन्तु चाहिये चार जोड़ा। और देशों की तुलना में भारतघर में उपज कम होने का एक प्रधान कारण यही है ( परिशिष्ट 'घ' )।

[ ४ ] भारतघर में जो गाय भैसे हैं उन से यहाँ की भावादा के भाठये हिस्से को भी उचित परिमाण में दूध मिलना मुश्किल है। यदि ७ महीने के लिये प्रति गाय का प्रति दिन का औसत दूध २ पारण्ट\* मान लिया जाय तो २५ करोड़ ४० लाख मनुष्यों के लिये ५ करोड़ गाय भैसे रोज़ जो दूध देता है उसका परिमाण करीब ३ करोड़ पारण्ट होता है—अर्थात् प्रति दिन प्रति मनुष्य को औसत पारण्ट से भी कम दूध मिलता है, परन्तु मिलना चाहिये २ पारण्ट ( परिशिष्ट 'ग' )।

[ ५ ] सब प्रकार के खेती के पशुओं की दशा अपनत हो गयी है—और दिनों दिन हो ही रही है। आइए—ए भक्वरी में लिखा है कि "एक गाय दिन में लगभग २० सेर दूध देती थी और पैल चलनेमें घोड़ों को भी मार करती थी। अभी २५ वर्ष पहले की बात है कि एक देही गाय प्रति दिन औसत ५ सेर दूध देती थी, पर आज केवल १ सेर ही देती है। पैल भी तब मात्रसे करीब दूना काम कर सकती थी।

\* नोट—एक पारण्ट ४८४० घर्ग गज भूमि का बरतते हैं।

\* नोट—एक पारण्ट १५ गावज भूदाज होता है।



[ ६ ] इन पशुओं की संख्या तथा गुणों में हास होने का पहला कारण तो यह है कि उनके, गल्लों के, दूध के और दूध से उत्पन्न पदार्थों के दामों में बेहद महगी आ गई है, और दूसरे लोगों के शरीर दुर्बल हो रहे हैं रोगोंका प्रचार हो रहा है तथा मृत्यु संख्या—विशेषतः स्त्रियों और बच्चों की—बढ़ रही है।

( ७ ) आज कल सभी चीजों के दाम बढ़ रहे हैं, इसमें शक नहीं, पर दूध और दूध से उत्पन्न पदार्थोंके दाम तो बेहिसाब बढ़ गये हैं। गत ६० वर्षों में अनाजका भाव पाच गुना या सात गुना बढ़ा है, पर दूध का बालीस गुना। ( परिशिष्ट ४ ) एक घात और भी विचारनेकी है। कितनी ही चीजों का दाम इंग्लैंड और अमेरिकामें भारतवर्ष की अपेक्षा द्वादश गुणा और कहीं कहीं चौगुणा है, पर दूध वहां भी वही भाव विकता है जो भाव भारत वर्ष में—और कहीं कहीं तो वहां से भी सस्ता पड़ता है। देखिये, मधेशियों का दाम कितना बढ़ गया है ॥ अक्टूबर के समय में "रोज २० सेर दूध देने वाली गाय का दाम १०) ५० था"। आज से १५२० वर्ष पहले भी ऐसी गाय १५०) ५० में मिल सकती थी—पर आज तो ४००) ५० में भी नहीं मिल सकती। बैलों और साड़ों के दाम का भी यही हाल है।

( ८ ) जिस हिसाब से भारतवर्ष में बच्चे मरते हैं वह रोमाञ्चकारक है। यूनाइटेड किंगडम, डेनमार्क तथा जापानकी अपेक्षा यहा द्वादश गुणे बच्चे कालकवलित होते हैं। नारवे और स्वीडेन की अपेक्षा त्रिगुणे, इंग्लैंड और अमेरिका [ यू एस ] की अपेक्षा पाँच गुणे और न्यूजीलैण्ड की अपेक्षा नौगुणे ( परिशिष्ट ५ ) एक वर्ष में फो सैकड़ों बच्चों की जो २६ मीठें होती हैं वह अधिकांश पुष्टि कर स्वास्थ्य के अभाव से होती है और संयुक्तप्रान्तके सैनीटरीकमिश्नर कर्नल मैकटागार्ड का यह कहना बहुत ठीक है कि "दूध का दाम घटा कर उसे गरीब से गरीब के लिये सुलभ कर देने से जितने बच्चे मौत के मुह में पड़ने से बच सकते हैं उतने शिक्षा प्राप्त दाइयों को अधिक संख्या में रखने से भी नहीं बच सकते"। इसमें कुछ भी संदेह नहीं कि शुद्ध और काफी दूधका न मिलना ही भारतवर्ष में इस प्रकार बच्चों के मरने का मूल कारण है।

( ६ ) यों तो भारत की मृत्यु संख्या और सम्य देशों से अधिक है ही पर १५ और ३० वर्ष के बीच की स्त्रियों की मृत्यु संख्या तो कहीं अधिक है ।  
 ( परिशिष्ट छ ) यही समय उनके प्रसवका है, और इसका प्रधान कारण पुष्टिकर स्नायु पदार्थ—दूध और घी का अभाव है, क्योंकि इस समय उम्र इनकी बड़ी अरुस्त पड़ती है ।

( १० ) भारतवर्ष के लोग प्रायः निरामिष भोजन ही करते हैं ! उनमें मछली-मांस खाने वाले कम हैं । अतएव उन्हे शरीर पुष्टि के लिये विशेषतः दूध और दूध से बनी चीजों की आवश्यकता पड़ती है, पर दूध का अभाव हो रहा है । दूधका दाम दिनों दिन बढ़ रहा है । इससे और भी कितनी ही घुस्राया पैदा होगइ है । नतीजा यह हुआ है कि लोगों का स्वास्थ्य क्षाण ही रहा है और मृत्यु संख्या बढ़ने के अलावा राजयक्ष्मा जैसे रोगों को भी वृद्धि हो रही है । भारत सरकार के प्रकाशित किये हुए आकड़ों से ज्ञात पड़ता है कि १९०२ में राजयक्ष्मा रोग ३८४३५ ममूयों को हुआ था—पर १९१६ में यही संख्या १००१६२ तक पहुँच गयी—अर्थात्, फरीब तिगुणी हो गय ।  
 ( परिशिष्ट ज )

( ११ ) ऊपर का बातों और अङ्कों से यह स्पष्ट है कि यदि स्वेती के पशुओं और दुग्ध प्राप्ति की वर्तमान परिस्थिति को सुधारना है तो इस विषय की गीम जांच होनी चाहिये ।

( १२ ) गत वर्ष और उसके पहले वर्ष में अखिल भारतवर्षीय गो महासभामें भारतवर्ष की वृत्तिसंख्याओं, डिस्ट्रिक्ट बोर्डों और म्युनिसिपलिटियोंसे स्वेती के पशु, गोचरभूमि और दूधके विषय में कितनी ही बातें समझ लीं । महासभामें उन पर ध्यान दिया और उन रिपोर्टोंपर भी ध्यान दिया जो इस विषय पर सरकारी या गैरसरकारी अगिये से प्रकाशित हुई थी । उनसे निम्नलिखित बातें मालूम हुए हैं :—

- (क) गोचर भूमि और घारे की कमी है । गोचरभूमि काफी बढ़ी है—और जो है उसे भी लोग हृष्ट्य रहे हैं । घारे की स्वेती भा बहुत कम होती है ।
- (ख) देश में नमल बढ़ाने के लिए अच्छे सादोंका अभाव है । हार्बोर्ट के फैमलोंके कारण घग्गा सादोंसे दूधमरे काम लिये जा रहे हैं । धनियों का ध्यान पशु-पालन और पशुओं की नमल बढ़ाने की और एक तरफ से है

(ग) मास और चमड़े के लिये गायों तथा अन्य पशुओं का बहुत बंध होता है और अच्छी नसलों के पशुओं को यहाँ से विदेशों को तथा एक प्रान्त से दूसरे प्रान्त को—जो रफ्तानी होती है उसका कुछ भी नियन्त्रण नहीं है।

(घ) स्वास्थ्यस्थानों या विमार पढ़न पर इन पशुओं की ठीक तौर से देखभाल नहीं होती। संक्रामक रोगों से—विशेषतः चेचक से—इनकी बेहद मौत होती है। इनके मालिक इनकी ओर कुछ भी ध्यान नहीं देते। 'फू का' तथा घृणित प्रणालियों के कारण बछड़े घेशुमार मरते हैं और कम उम्र में ही गायें 'बध्या' हो जाती हैं।

(१३) भारत जैसे देश में—जहाँ लोगों को मरपेट भोजन पाने में बड़ी विक्षत उठानी पड़ती है—गोचर भूमि छोड़नेसे देश का बड़ा उपकार होता था। मनु और याज्ञवल्क्यके समय से यह प्रथा जारी है। उनका आदेश है कि प्रत्येक गावका दसवाँ हिस्सा गोचारणके लिये छोड़ दिया जाय। दुर्भाग्यवश धीरे धीरे रैयत और जमींदार दीनों ने इस भूमि को हड़प लिया है और इस समय रकमों के मुकाबले में धारागाह यहाँ और सभी मुल्कों से भी कम है (गरिजिए न्द) अमेरिका (यू० एस) में १६ बीघे जमीन पीछे १ बीघा गोचर भूमि है, अर्जन्ती और जापान में ६ बीघा पीछे १, यूनाइटेड किंगडम और न्यूजीलैंड में ३ पीछे १—पर भारतवर्ष में २७ पीछे १। यही नहीं। एक गाय या बैल पीछे अमेरिका में औसत १३ एकड़ गोचर भूमि पड़ती है, पर अर्जन्ती में १३ एकड़ और ब्रिटेन में १७ एकड़ ही। यह बताते की जरूरत नहीं कि भारतवर्ष में गोचरभूमिका बहुत ही अभाव है और विशेष कर इसी कारण से गोवशकी यहाँ अथमति हुई है। सरकारी और गैर सरकारी पृष्ठान्तों से यह प्रकट है कि जहाँ पूरी गोचर भूमि है वहाँ गोवश उभरती है और जहाँ उसकी कमी है वहाँ यह—राज्या और गुण, दोनों के लिहाज से—अवनत है! महासमा के प्रश्नों के जो उत्तर माये हैं उनमें लौकहों की सही गोचर भूमि के अभाव और उसे हड़पने की चाल की शिकायत करते हैं। प्रायः सभी डिस्ट्रिक्ट मैजिस्ट्रियर, और मवेशीशुमारीकी प्रान्तीय रिपोर्टें भी यही कहती हैं। जो गोचर भूमि खेत बना ली गयी है उसे फिर गोचारण के लिये छुड़वानेके सम्बन्ध में कुछ मत भेद है, पर इस बात पर सभी सहमत हैं कि जो गोचर भूमि खेत बना ली गयी है

मद्रास ११, १४० ) इन फैमलॉर्मि कहा है कि इन धर्म साडोंका मासिक कोठ नहीं है। भतपव ओ चाहे उनसे काम ले या उन्हें मार दे। अब ऐसा समय आगया है, जब कि इन धर्म साडोंकी रक्षाके लिये कोई कानून बनना चाहिए, किसी सायजनिक या भर्द् सायजनिक संस्थाको इन धर्म-साडोंके पालन पोषणके लिये जिम्मेदार बनाना चाहिए।

( १८ ) सबसे अधिक नुकसान तो इन पशुओंके अनियन्त्रित वध और बाहर चलानसे हो रहा है। ऊपर कह आये हैं, कि जितने खेतीके पशु इस देशमें हैं, उनमें यहाँकी चौथाई जमीन भी जोती नहीं आसफती और जितनी गाय भैंसों हैं उनसे यहाँ की आबादीके भाठयें हिस्सेकी भी काफी दूध नहीं मिठ सकता। लगातार वध और चलान होते रहने के कारण अच्छी नस्लेंके पशुओंका लोप हो गया है। इसका असर लोगों—विशेषतः बच्चों—के स्वास्थ्य पर बहुत बुरा पडा है। पशु म्यासकर ( १ ) मांस ( २ ) सूखे मांसके चलान और ( ३ ) चमड़ेके लिये ही मारे जाते हैं। ओ भाकड़ों गिजने हैं, उनसे जान पड़ता है, कि दिनोंदिन अधिकाधिक पशु इस प्रकार मारे जा रहे हैं। गत दस वर्षोंमें, वध और कत्साइसानोंसे म्युनिमिपलिटियोंकी जो आय होती है, उससे सैकड़ों ७० का घटि हुई है ( परिशिष्ट ३ ) गत ५० वर्षों में चमड़ेका चलान २० गुना बढ़ गया है। मद्रासमाको भांपहोमे मालूम होता है कि ब्रिटिशभारतमें प्रतिवर्ष बीस और साठ लाख के बीच गायबैल सिर्फ मांसके लिये मारे जाते हैं। सूखे मांसके लिये कितने पशु मारे जाते हैं इसके भांकड़े नहीं मिलते। मयुक्त प्रान्तके लागा मुन्गयोर्सिहजीने उस प्रान्तके कुछ जिलोंके भांकड़े समग्र किये हैं ( परिशिष्ट ४ ) और उसकी संख्या वषमें षेडू लाग होतो है। इस मद्रासमाने हयडा होकर चलान होने वाले सूखे मांसके भांकड़े समग्र किये हैं उस से जान पड़ता है कि प्रतिवर्ष लगभग २ लाख मन सूखा मांस हयडा से चलान होता है ( परिशिष्ट ५ ), यह व्यापार दूसरे प्रान्तोंमें भी जैसे पंजाब, बराट, बिहार, और मध्यप्रदेशमें होता है। इसमें अनुमान होता है, कि प्रतिवर्ष सब मिला कर ५ लाख मन चलान होता होगा। यह भांके पाँ बात है कि जिन प्रान्तोंमें सूखे मांस का व्यवसाय आगे है और जहाँ में पशु चलान होते हैं यहाँ पशुओं का नश होतो जा रही है। १८६० से १९१० तक, बीस वर्षोंमें पंजाब कच्छ

( १६ ) सिर्फ बध और चलान होने वाले पशुओं को सख्या का ही नहीं, उन की अच्छी किस्म का भी देश की सम्पत्ति पर घुरा असर पड़ता है। जिस प्रकार पशुओं का अनियन्त्रित बध हो रहा है, उसे कलकत्ता कार्पोरेशन के भूतपूर्व चेरमैन माननीय मि० सी० एफ० पेन-आई० सी० एस० ने भली भांति वर्णन किया है। ग्वाले गायोंको तब खरीरते हैं, जब वे दूसरी बार दूध देने लगती हैं। फिर वह बछड़ेको बेच देता है और "फूका" की घृणित प्रणालीका उपयोग करने लगता है वह ज्यादासे ज्यादा ६ से ८ महीने तक दूध दूहता है। उसके बाद गाय दूध देना बन्द कर देती है और कमसे कम २३ वर्षके लिये यह मसल बढ़ानेके कामके अयोग्य हो जाती है, कसाइ तो यह ही देखता रहता है, और चाहे वह गाय कितनी ही अच्छी क्यों न हो, वह नाम मात्र के दाम पर बधके लिये बेच दी जाती है। 'इस देशकी अच्छी से अच्छी गायोंके साथ यही व्यवहार किया जा रहा है। मेरे श्रोताओं पर इस प्रणालीकी नृशंसता का अधिक असर पड़ेगा, पर मेरा ध्यान तो अधिक तर इससे होने वाली बरबादीकी ही ओर जाता है।' वर्ष—प्रति वर्ष अच्छी गायोंका मिलना कठिन हो रहा है और गायों तथा दूधका दाम बढ़ता ही जा रहा है।

( २० ) इस महासभाके कहने पर कलकत्ता कार्पोरेशन कुछ म्यनिसिपलिटियों और कैम्पनमेन्टों ( छावनियों ) ने बछड़ों का बध बन्द कर दिया है। किसी किसी ने तो गायों का बध भी रोक दिया है। कम उम्रकी गायों, बछड़ों और साधों का बध फानूम द्वारा बन्द कर दिया जाय। इस सम्बन्ध में हम लोग यह बताना उचित समझते हैं, कि निम्नलिखित रियासतों में पशुओं का बध बन्द है:—अफगानिस्तान, बड़ोदा, जम्मू, काश्मीर, गोंडाल, बखानी, घरमपुर, वासदा, फूचविहार, सिरमर, कैम्बे, खिलचोपुर, जमा खण्डी, अकालकोट, सरोला, बडिया, सैला, सनिया घना, घुद-अमरेठी राज।

( २१ ) इन पशुओं की रफ्तगी का प्रश्न बड़े महत्व का है। पहले भारत की गायों की मसल अत्युत्कृष्ट होती थी। उसार भर के लोग उन्हें ले जाया करते थे। यों तो उनकी रफ्तगी थोड़ी बहुत एक जताप्पी से ही रहती थी,—पर इस अधिक परिमाणमें कभी न हुई। महायुद्ध तथा आर्थिक कारणों से उसार भर में पशुओं का अभाव हो रहा है और भारतवर्ष में भी यही हाल

१ इसके सिवा अब और भी कितनी ही जगह बध बन्द है।

है। भारत के वृषि-बोर्ड का कहना है कि रफ्तनी बढ़ जाने के कारण "अच्छी नसलोंके पशुओंका भारी अभाव हो रहा है। अंगोल जाति के पशु विशेषतः जावा चलान हो रहे हैं और जान पड़ता है कि जावा सरकार इस रफ्तनी को जारी रखना ही, नहीं, इसे बढ़ाना भी चाहती है। यहासे बछड़े और बछड़िया वहां भेजी जाती हैं और उन से मांस की प्राप्ति के लिये नसल बढ़ाने का काम लिया जाता है" (वेस्त्रिय बोर्ड को १९१६ की कार्यवाही)। यद्यपि रफ्तनी के पूरे माफ्फे नहीं मिलते तथापि जो मिलते हैं (परिशिष्ट थ) उनसे मालूम होता है कि लड़ाई शुरू होने तक यह दिन दिन बढ़ती ही जा रही थी। हां, उस समय कुछ कमी अवश्य हुई। अब मालूम हुआ है कि रफ्तनी फिर बढ़ने लगा है। मालूम हुआ है कि द्रोमिल के दस व्यापारी पंधरे प्रान्त से प्रत्येक करीब १५०० के हिसाब से क करेजी गो पैल चलान कर रहे हैं। डच कोलोनियल सार्विस के पशु विभागके कई अफसर की बलाम करीब ८०० के हिसाब से अंगोल जाति के गो-पैल चलान करते हैं। इधर कुछ महीनों में जावा के दो व्यापारियों ने दो बफे—५०० के प्रतिवार हिसाब से पञ्जाबी गो-पैल कलकत्ते की राह से अपने देश भेजे हैं। यदि नसल बढ़ाने के भास स्थान बने होते और देशमें पशुओं की संख्या अरुत से उपादा दाती तो अवश्य ही ऐसी रफ्तनी से पशु संख्या की वृद्धि होती, पर उन का तो अभाव ही है और पशु रखने वाले अच्छी नसलों का महत्व नहीं समझते तथा जो काम मिलता है, उसीमें उन्हें बंध देते हैं क्योंकि उन्हें रुपये की अरुत पड़ती है और वे पचमान के सामने अधिप्यकी चिन्ता नहीं करते। ऐसी अवस्था में अच्छे साढ़ों और गाय भैसों के अनियन्त्रित चलान का दोन देना देश के आर्थिक हित को भाघात पहुचाना है। अतएव हम छागों का मन्त्र निवेदन है कि सरकार भारतीय वृषि बोर्डके समापति मि० कथर्दी के शब्दोंमें—“इस विषयका ध्यान पूछाक जांच कर और इस व्यापार का उचित नियन्त्रण कर। फर देगा टियासतोंमें—यथा वांसदा, बरधानी, बवा सरोला, सैला (इ टियन नु मेनेटेरियन मयन्यर १९१६, पृष्ठ ८) में ऐसा किया भी है और भया है त्रिस्टि सरकार भी ऐसा ही करेगी।

(२२) एक प्रान्त से दूसरे प्रान्तको गायपैलों के चलान का मतोजा भा होता है, क्योंकि मये प्रान्त की जलपायुकी अज्ञोभूठ करत इन्ध बर्ती जाता है। तबतक उनका मूष और उन को धमगाति घंट जाती है।

उन के बछड़े-मुक्किल से बचते हैं और दो एक वर्ष के भीतर ही कस्ताइ खाने में उन के जीवन का अन्त हो जाता है। मनुष्य को जो उन पशुओं की सेवा १०—१२ वर्ष तक मिलती, वह नहीं मिलपाती और इस प्रकार देशकी पशु सम्पत्ति दिनोंदिन क्षीण हो रही है। अच्छे पशुओं का अभाव हो रहा है और उनका दाम इसी कारण बेहद बढ़ रहा है। इस विषय की भी जांच हानी चाहिए और इसका नियन्त्रण होना चाहिए।

( २३ ) जिस प्रकार भारत पशु-रोगों का घर-है, उसी प्रकार पशुरोग चिकित्साका भी है। अथर्व वेद के समयसे अशोकके समय के चक्रपाणिदत्त के समय तक पशु-पालन और पशु-चिकित्सा की देशी प्रणाली की बड़ी उन्नति थी और अब भी गोविदु कुछ कुछ वह ज्ञान रखते हैं। आजकल जॉ इस विषय के सरकारी कालेज हैं, वे बहुत कम हैं। पार्लियामेंट के लिये जो आंकड़े इकट्ठे किये गये हैं, वे पूरे नहीं हैं। परन्तु उनसे जान पड़ता है कि कितने अधिक पशु यहाँ मरते हैं और दूसरे रोगों के मुकाबले में शीघ्रता या चेचक से कितनी मौते होती हैं ( परिशिष्ट ६ )। जान पड़ता है कि ठीक समय में उचित रीति से रोगी पशुओं को अलग नहीं हटा दिया जाता और अधिकांश रोगों का इलाज होने की कोई व्यवस्था नहीं। देशी तरीका सस्ता था, और देशी गाय-बैलों के उपयुक्त था। उससे इन रोगों से बड़ी रक्षा होती थी। परन्तु छोगों की असावधानी और सहायता न होने से यह प्रणाली एक प्रकार से उठसी गई है। इसलिये सरकार को उस प्राचीन प्रणाली को किसी प्रकार पुनरुज्जीवित करना चाहिए। क्योंकि नयी प्रणाली के जानने वाले भी कम हैं।

( २४ ) हम लोगोंका अब यही प्राथना है, कि उल्लेखित विवरण पर ध्यान देकर श्रीमान् निम्नलिखित बातों की आज्ञा करने के लिये एक कमिटी नियुक्त करें:—

( १ ) ब्रिटिश भारत में गायबैलों की संख्या बढ़ाने तथा मसल सुधारने के उपाय।

( २ ) गोचर भूमि की यथेष्टता।

( ३ ) चारेकी यथेष्टता।

( ४ ) दूध तथा दूधसे प्राप्य पदार्थों की यथेष्टता।

( ५ ) पशुओंके विदेश चलानकी बन्दू या नियन्त्रित करण और भारतीय

पशुओंके मुख्य खाद्य पदार्थ और खली तथा बिनीले की रफ्तनी को राकने का आवश्यकता ।

( ६ ) एक प्रान्तमे दूसरे प्रान्तको गायबैल के खलानका नियन्त्रण ।

( ७ ) बर्मा के साथ सूखे मांस के व्यापार के लिये बछटों, दूध देने वाली गायों, बैलों के, सांढोंके घघ को और हो सके तो पशुमांस के घघ को बन्द कर देने की आवश्यकता ।

( ८ ) नसल बढ़ाने के लिये सांढों को रखने और धर्म-सांढों की रक्षा तथा पालन के उपाय ।

( ९ ) पशु चिकित्सा की बेगी प्रणाली को उत्साह प्रदान करने की आवश्यकता ।

( १० ) भूखे प्यासे गाय-बैलों का गोचर-भूमिमें भाने जानेके सुमीते का प्रवर्ध । ऊपर की बातें पूरी होने से ही भारतीय पशुओं की दशा सुधरेगी ।

इस छपाके लिये हम लोग श्रीमान् को बराबर धन्यवाद देंगे ।

१० भोलुड पोस्ट  
माफिस स्ट्रीट  
कलकत्ता ।  
२५ फरवरी १९२१ ई०

जे० जी० उडरफ,  
के० टी०, एम० ए०, बी० एम० एल०  
वार पेटला—  
सभापति ।



### परिशिष्ट ( क )

भारत वर्षके कृषिजीवियों की सख्या (भारत-वर्षकी १९११ की महु म-  
शुमारी रिपोर्ट से—खण्ड १ भाग १ पृष्ठ ४०६, ४१२, ४३३)

ब्रिटिश भारत		देशी राज्य			
आसाम	८५	प्रतिगत	बड़ोदा	६३ ३	प्रतिशत
बलुचिस्तान	६७-५	"	मध्य भारत	६० ७	"
बंगाल	७५ ४	"	कोचीन	५०-४	"
बिहार और उड़ीसा	७८ ३	"	हैदराबाद	५७	"
बंबई	६४ ३	"	काश्मीर	७८-५	"
बिहार	७०	"	मैसूर	७२ ४	"
मध्य प्रदेश	७३	"	राजपूताना	६२ ५	"
बुर्मा	८१-६	"	सिक्किम	६४-४	"
मद्रास	६१-७	"	त्रावन्कोर	५३	"
पंजाब	५७	"			
संयुक्तप्रान्त	७२	"			
सारा हिन्दुस्तान	७२	"			

### परिशिष्ट ( ख )

मिन्न मिन्न देशों में आबादी के मुकाबले में पशु (भारत के पशुसंबन्धी—  
१९१६-२०—के आकड़ोंसे, मुलहम की डिक्सनरी आफ स्टैटिस्टि-  
कल से, बेवकी न्यू डिक्सनरी आफ स्टैटिस्टिक्स से, १९२०  
के न्यू हेजेल पेनुमल और पेलमेनाक से, १९२० के  
विद्वत्कारके पेलमेनाक से )

देशका नाम	मवेशियोंकी सख्या	आबादी	१०० आदमी पीछे गाय बैलोंकी सख्या
भारतवर्ष	१४५६२२०००	२४४२६७५४२	५६
डेनमार्क	१८४०५००	२५०००००	७४
अमेरिका	७२५३४०००	६२००००००	७६
फ्रान्स	५५७६५००	७२५००००	८०
केपकालोनी	१२७००००	११०००००	१२०
न्यूजीलैंड	१८१६३००	१२०००००	१५०
अस्ट्रेलिया	११६५६०२४	५५०००००	२५६
अर्जन्टायन	२५८४४८००	८००००००	३२३
उरुग्वे	६८३००००	१५०००००	४५५

छात्रों के नामों के मुफावटों के लिए और छात्रों के मुफावटों के लिए—भारतवर्ष के ( १९१४-१५ ) के विषयसूची

भाग दूसरे—खण्ड १ और २

१	२	३	४	५	६	७	८
स्थापना और साल	कितने छात्र एकत्र	कितने छात्रों के सेवा के लिए	प्री वेल्थ पीछे कितने एकत्र	कितने छात्रों की भागीदारी	कितने छात्रों का भंडार	(७) महीने भर में पाठ्य प्रसिद्धियों के विषय में) विषय	राज्य प्रति मनुष्यों के कितने पान
ब्रिटिश भारत	२२७२११	४८६४५	५	२४४२६७	५७६४६	५१४३७	१४
१९१४-१५ कैबिनेट राज्य ( जहाँ तक अंक मिल सकें हैं )	३१६३७	४००५	८	७०८६५	५८३८	६८११	१०
जोड़ या घटाव	२५६५४६	५२६४७७	१३	३१५१३६	५६७८४	६६६४८	१५

( न ) परिशिष्ट

## परिशिष्ट ( घ )

१९१७ में ससार में कितना अनाज हुआ ।

१९२० के न्यूहेजेल ऐनुमल और पेलमेनक से और भारत के कृषि सम्प्रदायी ( १९१६ १७ के ) आंकड़ों से खण्ड १ हिस्सा २

देशका नाम	कितने एकड़ में गोहूँ उपजाया गया	कितने मृगाल गोहूँ की पैदावार हुई	प्रति एकड़ कितने मृग हुई
ब्रिटिश भारत	३३०६७०००	३८१२६८२५०	११ ५
डेन्मार्क	१३१०००	४२८७४६६	३३
स्पेन	१०३३६०००	१४२३७८७४०	१४
फ्रांस	१०३६३०००	१३४२६३७५६	१३ ५
ग्रेट ब्रिटेन	२१०३०००	५६६२३६५०	२६ ८
इटली	१०४३३०००	१३७३२४०००	१३ ७
नारवे	१६०००	४२६४८४	२३
नेदरलैण्ड्स	१२२०००	३६६६७१८	३०
स्वीडेन	३३६०००	६८४६६६३	२३
स्विट्जरलैण्ड	१३६०००	४५४५६६६	३२ ५
कनाडा	१४७६५०००	२३३२५६६६४	१७
अमेरिका	४५६२२०००	६३५३१४०६१	१४
जापान	१४५७०००	३२६५८६२२	३२
मिथ	१११६०००	२६७७२२८५	२६

नोट—एक मृगाल अनाज ३२ सेर का होता है ।

## परिशिष्ट ( ङ )

१८५७ से १९१८ तक खाद्य पदार्थ का क्षम ( मखिल भारत वर्षीय  
गो महासभा के द्वितीय अधिवेशन दिल्ली में १९१८ में दिये हुए  
माननीय लाला सुखवीर सिंह के व्याख्यान से )

खाद्य पदार्थ का नाम	१८५७	१८६०	१९१८
	एक रुपये का सेर	एक रुपये का सेर	एक रुपये का सेर
गोहूँ	३६	२५	५॥
चना	५१॥	२८	७
चावल	१८॥	१०	५

## परिशिष्ट ( च )

१००० लोग पीछे षय में मृत्यु सम्पत्ता ।

देश और साल	१ वर्ष से कम उम्र के	१५ वर्ष	सब तरह के लोग	हाल मिलने का जरिया
राज ( १९०८-०९ )	२६०७	६७३	३८२	ब्रिटिश भारत के जनसाधारण स्वास्थ्य सम्बन्धी भावों के लिए
जापान ( १९०८ )		३१६६	२०६	
ग्रेट ब्रिटेन और वेल्स ( १८९६-१९०५ का औसत )	१७४	२२	१७	देश की १९११ की मृत्यु दिकानरी आय स्टैटिस्टिक्स
हालैंड	१४५	२२	१७	
आयरलैंड	१२३	१७	१८	
समाक	१३६	११	१५५	
रुस	१७२	१०	१७	
बेल्जियम	१०२	१२	१६	
स्वीडन	५०	७०	१७	
मेरिका ( १८९८ )	१८८	५८	—	मुद्रण की १८९९ का दिकानरी आय स्टैटिस्टिक्स
ब्रिटेन ( १९११ )	३२	—	६५	प्लेटफॉर्म का पैसा मेनक १४२०

( परिशिष्ट क )

१००० मादमी पीछे उम्र के हिसाब से मृत्यु सख्या ( ब्रिटिश भारत के

जन साधारण स्वास्थ्य सम्यन्धी आंफिर्की से-साएड ३

साल	१९०८	१९०९	१९१०	१९११	१९१२	१९१३	१९१४	१९१५	१९१६	१९१७
१५-२०	१५८४	१२७२	१४४६	१४७४	११६८	११०१	११३१	१२४५	१०६८	१२७६
वर्ष	१७७५	१४६६	१६५३	१७०३	१४०५	१२८६	१३६७	१४६७	१२६६	१४६५
२०-३०	१८५२	१५६१	१७३०	१५७०	१३३४	१२७५	१२६०	१३७२	१२५३	१४३०
वर्ष	१६६६	१३६३	१८४२	१५८१	१०४१	१४४१	१६५१	१४३१	१२४१	१६३१
	१६६६	१३६३	१८४२	१५८१	१०४१	१४४१	१६५१	१४३१	१२४१	१६३१

१९०५ से १९०६ तक १००० पुस्तकों की मूल्य पीछे भीसत कितना खियों की मूल्य हुआ ?

( मनु मशुमारी पृष्ठ २३४ )

उद्य	वगान्त	पिहार और		बर्मा	मध्य प्रांत	मद्रास	पंजाब	संयुक्त प्रांत
		उत्तरी	दक्षिणी					
१५-२०	१२१५	११	१०२५	८५६	१०१३	१२३४	६६६	१०५३
२०-३०	११७१	१२१३	१०३१	८५५	११४७	१२३१	१०५५	११०५

# परिशिष्ट ( भ )

## संसार में गांवर भूमि ।

(मद्रास का इन्डियन रिव्यू इरमट, १९१६ पृष्ठ ३१५ से मॅन्डानल्ल का 'कैंटन गांप और डिपर्ट' से; स्टैटिस्टिक्स साइफलीपोडिया माघ मार्चम एम्रीकलवत्स; वगाल का मवेशी शुमारो के जे० आर० ब्लैकड्ड—मा६० सी० एम० ड्राग लिखे हुए ट्वें परिशिष्ट से;—ममेरिकाके १९१५ के स्टैटिस्टिकल ऐम्सट्रैफर्ट्स)

देशका नाम	कितने दस लाख एकड़ जमीन है	कितने दस लाख एकड़ में गांवर भूमि है	कितना जमान पीछे कितनी गांवर भूमि है
ग्रेट ब्रिटेन और आयरलैंड	७७५	२३	३१
इङ्ग्लैण्ड	३२५	१०	३१
जर्मनी	१३३	२१५	६१
न्यूजीलैंड	६७	२७	३१
अमेरिका	१६०३	११७	१६१
जापान	१०५६	१७६	६१
भारतपर	६६०	३५	२७१
संताल	५०५	३	१७१

जिन पशु पीछे कितनी गांवर भूमि है—

देश का नाम	कितने हजार एकड़ गांवर भूमि है	कितने हजार गांवा व पशु हैं	प्रति पशु पीछे कितने एकड़ गांवर भूमि पड़ता है
अमेरिका	१६०३०००	१४६३८८	१३
जापान	२१२६	१७१७६	१३
संघ ( ब्रेटा और मॅन्डानल्ल )	५०५	३१६	१३

## परिशिष्ट (अ)

इस तालिका से प्रकट होता है, कि सेती का विस्तार बढ़ने से किस प्रकार पैदावार कम होती है (यथा, बंगाल और पश्चिमोत्तर प्रदेश की फसल तथा मौसम की रिपोर्टें)।

यथा प्रान्त		बंगाल		पश्चिमोत्तर प्रदेश	
साल	१९१०—११	१९२२—२३	१९०३—०४	१९०३—०४	१९०३—०४
फसल की गयी	३०५३२०००	३०८५०००	२२०३५०००	२३६६०२०	२६७९६०६
फसल की गयी					
प्रति एकड़	५४०	५०१		६' ८	५६६
उपज हुई					

नोट—एक पाउंड भन्दाज आध सेरका होता है तथा १ टन २७ मनकी होती है।



# परिशिष्ट ( ट )

## चारोंके आकड़े

भारत के एग्रीसन्सर्षो मीकडो से, मएर १ अमेरिका के

( १९१५ ) के स्टैटिस्टिकल वेप्सड्रेण्ट से

फिलिने बजार पकड	फिलिने बजार मे चारे उपकारे गये	फिलिने बजार मेती के पयु वे	कालम २ के सुफा बले में कालम ३	कालम ५ के सुफा बते में कालम ३
३	४	५	६	
४४००	५१६०००	३५ प्रति गत	३२	६ मयेगी प्रति एकड
६३६३	१४७३३६	१ " "	११ " "	११ " "

## परिशिष्ट ( ठ ) -

भिन्न देशों की गायों कितना दूध देती हैं ।

देश का नाम	प्रति गाय प्रति दिन औसत कितना दूध देती हैं	विषय मिलने का साधन
भारत वर्ष	२ पौण्ड	बंगाल और दूसरे प्रान्तोंकी मधेशी शुमारीकी रिपोर्टों से ।
इंग्लैंड	२० पौण्ड	रायट <sup>१</sup> वाल्डेस लिखित फार्म <sup>१</sup> पेड लाइवस्टॉक भाष प्रैट ब्रिटेनसे ।
डेनमार्क	२० पौण्ड	रायसाहिब चन्द्रिकाप्रसाद लिखित एप्रोफेक्त्वरल को-ओपरेशन इन डेनमार्कसे ।
अमेरिका	१० २ पौण्ड	अमेरिकाके स्टेटिस्टिकल पप्सड्रक्टसे

## परिशिष्ट ( ३ )

ब्रिटिश इण्डिया में गो-घष पर नु गोसे शुनिसिपलिटिवोकी- भासगुनो

( ब्रिटिश भारत के बटे टिसिक्ल वेसदाणु कण्ड ५--१६१३--१४

भीर ब्रिटिश भारत के मोकडों से भाग ८--१२०१--०७,

१६०८--०६ से )

भासगुनो ब्रिटिश	१६०२०३	१६०५०६	१६०७०८	१६०६१०	१६१११२	१६१३१४
गो-घष पर नु गो से शुनिसिपलिटिवो को भासगुनो	५०	५०	५०	५०	५०	५०
कमारा भासगुनोको कोसुपारि	४८५२४	२५१२५६	२५१२५६	४२३०८३	४२३३७७	४२३५७२

## परिशिष्ट ( ढ )

१९१२ १३ में संयुक्त प्रान्तमें वर्मा मास चलान करनेके लिये कितने पशु मारे गये—

( म० मा० गो० म० के द्वितीय अधिवेशन दिल्ली ( १९१८ ) में माननीय लाला सुखवीर सिंहजीके भाषणसे )

परगना मेरठ जिला बुलन्दशहर स्थान मौजा गलीलपुर, तहसील अनूपशहर—२००० कितने पशु मारे गये

परगना	जिला	स्थान	कितने पशु मारे गये			
मेरठ	बुलन्दशहर	मौजा गलीलपुर, तहसील अनूपशहर—२०००				
			अलीगढ़	अलीगढ़	३६५१०	
				सिकन्दराराव	७०८६	
			मथुरा	सहावाद्	१६८०	
				मथुग	१७५०	
			भागरा	भागरा	भरना नाला	२६६४०
					फिरोजाबाद्	६००
					इतमानपुर	१४०
					सएखौली	४१
					पहल घरती	४०१५
			पटा	पटा	सजौलपुर, तहसील	
					अलीगञ्ज	५००
			बरेली	बरेली	बरेली	१३१७२
					फरीदपुर	५००
सहेलवाण्ड	शाहजहाँपुर	शवजनगर मौजा	५८००			
		अहानगञ्ज रसूलपुर—				
		लोधीपुरके पास	२५००			
		सतीघौरी	२३००			
सुरादाबाद	सुरादाबाद	सभल	७५८			
		भोजपुर	२०००			
		अमरोहा	१६८०			

कौन स्थानसे चलान किया गया	१९१७	१९१८	१९१९	१९२०
	मन	मन	मन	मन
सलीलाबाद	३७०८	१३६५	१४७६	१
भोलागञ्ज	१११६७	६७६६	६१६२	२१६२
बरेली	२५७	६७७	२७५	
बहादुरगञ्ज	३६२०	३७२६	१०२५०	४४८६
गाहजहांपुर	५४०	८५		
चर्खासी	६३२	३२१		
संयल हाजिम सराय	१५०७	५३०	१५२	
भांभी	५५७	३५५		
पिठाबरपुर	७३३	६६५		
दरदोमागञ्ज	६२२	६३६	४१२	
मुगदाबाद	१८२			
भमरोहा	७२३	२१६	४५५	
कासगञ्ज		६०८	३७५	२७७
पीपलस्ताना		१४६	१३०	
गाहबाज मगर		—	४६०	३४११
फरुगञ्ज				५२५
शामसगञ्ज				४७४
पुरानपुर				३८७
पटना				२०१
कूच	८४८	४५५७	६६२५	८१
गोशारबादा	२२०	२६२	४१३	
बर्मीपुर				
गोटी गाँव	८४	१११		
मदममदस	—		१२३	
मरसिंदपुर	—	२५३		
मरारा	१६३३५	८५४७		
	३६१	१५७२		

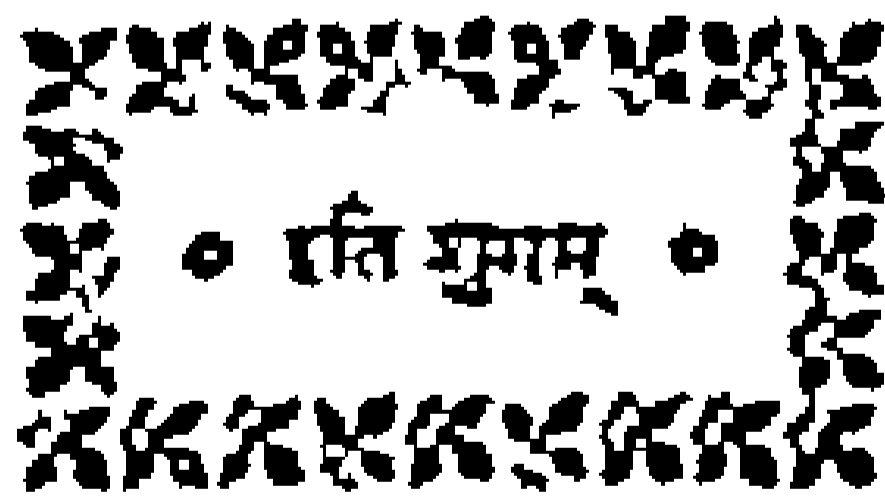
कौन स्टेशनसे खलान किया गया ।	१९१७	१९१८	१९१९	१९२० अनवरीसेजूनतक
सागर	२०७१४	२६१५७	३०२८४	२०३६१
घटेरा			२८२०	१११३४
गढ़मन				२१५
डोमा	५०६६	६४२७		६
भांसी	१२४५	२४६१	५२४३	३४६६
मोहना	४६४०	४६३६	५२१६	६६२१
भोराय				२३४
भागरा किला	५०१			
गंज धनधारा	११६३	४६६	४५२	
गुरसेनगञ्ज	५०६			५६३
कासगञ्ज	२२५		३२५	३७६
सिकन्दराराव	२३७३	३७२२	२५१६	२८१
बीचपुर		२६०		
आलम्बर कौपट	३०६८	११०८२	५६५०	२६००
बटला	१२२०	६७०	२४६०	३६८
रहाना		६७३	२५४२	६८२
मोट	१,६६,८४६	१,५८,२०४	१,७४,१६०	६५,३४७

## परिशिष्ट ( द )

पशुओंको मृत्यु संख्या ]

'इस्ट इण्डिया—ट्रोपेस एण्ड कण्ट्रीज'—गालिनेएन्टी रिपोर्ट से ।

माल	चेचकसे	दुसरे रोगोंसे	जोड़
१९०४ ०५	६२१२३	११८६६६	२११११५
१९०६ १०	११८४२५	१४४२३३	३०२७५८
१९१४ १८	१११६२६	१२४७३१	२३६३६०









( संपाधिकार सुरक्षित हैं )

❀ ओ३म् ❀

# क्या मैं स्वस्थ हूँ ? और स्वास्थ्य और दीर्घायुष्य का रहस्य

जिसको

अमृतधारा के आविष्कारकर्ता, देशोपकारक और  
वैद्यामृत वैद्यक पत्रों के सम्पादक और तीन  
दर्जन वैद्यक पुस्तकों के रचयिता

कविविनोद वैद्यभूषण श्री पंडित  
ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य लाहौर  
ने लिखा

भार

'देशोपकारक' पुस्तकालय के कार्यकर्ताओं ने  
पञ्जाबी प्रेस में छपवाकर प्रकाशित किया

टाइटल पेज अमृत प्रेस अमृतधारा लाहौर म उपा ॥

# भूमिका

हमारे देश के लोग रोगी होने पर चिकित्सा करने की अपेक्षा रोग न घटना आवश्यक समझते थे। यह भी समय था जब यहाँ के लोग रोगी होने पर लज्जा मानते थे। यह कहते थे कि यह भी हमारी किसी अमावधानी का फल है। आज हम इस विरुद्ध देख रहे हैं। बीमारियाँ बढ़ रही हैं, चिकित्सक बढ़ रहे हैं, परन्तु हम लोगों में ऐसे पत्र या पुस्तक पढ़ने का इतना मौक़ नहीं है जिन से कि हम अपने स्वास्थ्य को स्थिर रख सकें। हमारे देश में एसी पुस्तकें और पत्र थोड़े हैं तो भी उनका लेमहों का उत्साह बढ़ाया नहीं जाता। हमने अपना कर्तव्य समझा हुआ है कि पत्र और पुस्तकों द्वारा भारतवासियों को ग्याण्य विज्ञान की शिक्षा देते रहें। हमको यही प्रसन्नता है कि हमारा परिश्रम कुछ न कुछ सफल हो रहा है, इसी श्रिये एक के बाद दूसरी पुस्तक हम लिखते ही जाते हैं। यह छोटी सी पुस्तक बितनी उपयुगी है इसको पढ़ने वाले ही जान सकते हैं। मैं इसका प्रथम अर्द्ध में लिखा था अब उसका दिन्दी अनुवाद कराकर हिन्दी में प्रकाशित किया है। अनुवाद होने में पौछे मैंने इसका देख ता लिखा था, फिर भी मूल पुस्तक न पाइ पाय रह गई हो। या भाषा में कोई त्रुटि हो तो पाठक इस क्षमा करके भाव की और ध्याम दें ॥

ठाकुरदत्त शर्मा

# क्या मैं नीरोग

( तन्दुरुस्त ) हूँ ?

यह एक प्रश्न है जो प्रत्येक मनुष्य के मन में उत्पन्न होता है, और कतिपय मनुष्यों का यह ख्याल इतना पुष्ट होता है, कि वह सदा इसी धुनमें लगे रहते हैं। कोई मित्र मित्रा तो उससे भी पूछ लेंगे कि क्योंजी आज कल तो मैं तन्दुरुस्त हूँ ? मुख मगडल की क्रान्ति तो अच्छी है ? वह ( इस ख्याल वाले मनुष्य ) वैद्य के पास प्रायः जाते रहते हैं, और इस अभिप्राय से नाड़ी दिखलाते हैं, कि उन्हें निश्चय हो जाय कि तन्दुरुस्त हैं वा नहीं ? परन्तु वैद्य अथवा हकीम नाड़ी परीक्षा करके तन्दुरुस्त कह देवे, असम्भव है। गरमी सरधी कुछ न कुछ बताना ही देगा, इस प्रकार ऐसे मनुष्यों की सारी अवस्था नाड़ी परीक्षा कराने तथा औषधियों के सेवन कराने में व्यतीत होती है ॥

मनुष्य पूर्णतय नीरोग  
नहीं हो सकता है ॥

क्योंकि तीनों दोषों में से अवश्य एक न एक म्यूनाधिक होता रहता है। यह दोष एक अवस्था में यथोचित अंश में रहे प्रायः असम्भव है, अतः वैद्यों के इस कथन पर कि “ तुम्हारे भीतर पित्त प्रकुपित है वा कफ का कोप ” कुछ ध्यान नहीं देना चाहिये। केवल यह देख लेना चाहिये कि साधारण स्वास्थ्य कैसा है ॥

एक मनुष्य अपोका तन्द्रास्त कदा सकता है, यदि उसका समय केग  
अपना २ काय्य भर्त्सामाति करत है और जेप अज्ञा का किसी प्रकार  
का कष्ट नहीं देते, अथवा दूसरे क काम में बाधा नहीं डालत,

## परन्तु स्मरणा रहे

कि कार्य करने क अनंतर अथापट एक व्याभाषिष बात है,  
अथवा आराम करने की एक व्याभाषिष इच्छा है, जिससे मनुष्य का  
कुछ कष्ट होना है, किन्तु नीरोग मनुष्य क लिये वैसाही आघातक तथा  
मुक्तदाह है जैसा कि व्यायाम । एक अथापट बाह रोग नहीं, यदि  
परिमित रह, और न ही आराम करने का रोग है, यद्यपि उस समय  
परि अज्ञ अपना काय्य नहीं कर सकता है ॥

यह बात प्रायः सब जानते हैं कि यदि एक अंग कमजोर हो जाय  
तो उसका प्रभाव सार शरीर पर पड़ता है । मनुष्य का शरीर ही  
इस प्रकार का पत्ता हुआ है, कि एक अंग के नीचे पाय्य अक्षय है न कि  
अपने समय अंग हुआ भागता है । अथापट मनुष्य का गायत्रा एक घाव है  
जहाँ वह उगे अज्ञा क रोगता है वहाँ पद उसकी मूक का भावम  
कर सकता है, मन्त्रिण पीड़ा का कारण हो सकता है अथवा  
को सुर्षित बना सकता है । एक मनुष्य आराम पर कम सार शरीर  
का पीनाह बना सकता है, जो किनिक आराम पर भर्त्सामाति विचार  
करते हैं वह जानते हैं, कि एक सपना सत्य है । एक साधारण में  
साधारण अंग की पीनाहो नी गार शरीर का अथापट बना सकती  
है अथापट कम कर सकते हैं कि—

## एक मनुष्य नीरोग है

यदि उसका काय्य अंग भी अथवा काय्य अथापट तथा तथा  
पूरा रोगि से करता है । किन्तु वह अंग जो हमारे अंगन का सदाग है,

तथा जिनपर हमारा विकास निर्भर है, यदि नीरोग हैं तो हम सर्वथा स्वस्थ हैं। क्योंकि स्वास्थ्य के लिये सब से आवश्यक अंग वही हैं जिन पर हमारी वृद्धि निर्भर है, और वह

## आमाशय और फुफुस हैं

आमाशय सारे शरीर में आहार को पहुँचाता है, और फेफड़ा वायु को, न हम वायु के बिना जीवित रह सकते हैं, और न आहार के बिना। अतः यदि यह सिद्ध हो जाय कि

## आमाशय तथा फुफुस नीरोग हैं

तो समझ लेना चाहिये कि प्रायः स्वास्थ्य सर्वथा ठीक है, और किसी प्रकार का रोग सारे शरीर में नहीं है। बहुत थोड़े हैं और वही हैं जो सदा तन्दुरुस्त रहते और दीर्घायु भोगते हैं, जो कह सकते हैं कि उनका

## आमाशय

सर्वथा स्वस्थ है। आमाशय को पाक शाला से तुलना की गई है यदि पाक शाला में भोजन अच्छा नहीं बनता तो परिणाम यह होगा कि सारा परिवार बीमार हो जायगा। यदि आमाशय में भोजन भली प्रकार नहीं पचता, या यों कहिये कि आमाशय शेष अंगों को भोजन नहीं पहुँचाता, तो उसका परिणाम यह होगा, कि सारा शरीर बीमार हो जायगा। आमाशय ही से भोजन शेष अंगों को पहुँचाता है। यदि आमाशय भोजन को भली प्रकार हضم करके शुद्ध भोजन शेष अंगों को पहुँचाता है। तो सारा शरीर आराम्य है। और सत्य बात तो यह है

## कि कोई भी रोग हो

सबका उत्पत्ति म्यान आमाशय है। मखी गरमी, धूर, और चोट

इत्यादि से जो आग तुफ रोग उत्पन्न होते हैं उनको छाड़ कर ये खारे राग इसी फारण से उत्पन्न हो जाते हैं, कि हमने काद म को अनुचित भोजन खा लिया । तात्पर्य यह कि बीमारी का सब से पहिले प्रभाव आमालय तथा अन्तद्वियों में अंगीकार किया ।

अत यदि आप का आमालय मीरोग है तो जान लो कि आप मीराग हैं । यदि हमारा आमालय और अन्तद्वियां आराम्य नहीं है, यदि हमें कोष्ठयद्धता है यदि हमें भाजनान्तर घमन हो जाती है । यदि अतिस्वार आते हैं, अथवा पाखाना अधिक बार आता है, यदि उदर में गुद्गडाहट रहे है, अथवा पंचिज ( मगड़ ) है, या उदर सूज है । इत्यादि २ लक्षण पच्युप्त प्रमाण होते है । परन्तु इनका छोड़ कर एक सुगम विधि यह जानने की है कि किसी का आमालय या अन्तद्वियां स्वस्थ है या नहीं ? इस में उच्चमता यह है कि कितनी छोटी से छोटी बीमारी क्यों न हो तत्काल पता लग जायेगा ।

पशु प्राण्य मोजन पर नियाह करता है । उम का ह्यपर मे इतनी बुद्धि प्रदान की है, कि जिस मे यह अपने पांय भाजन पहिचान होते हैं, और कदापि वाद अम्य पस्यु नहीं खाते । यह प्रकृति के अनुसार आचरण करत है । यह नियमानुपूज पच्युचित समय पर सम्भोग करत है, मनुष्य भजे ही नियमति स्त्री समागम करे, परन्तु पशुओं में यह बात नहीं है, यह बियेप नियत समय पर बिना स्त्री की इच्छा के कदापि पंसा काम नहीं करत, पशु खुले मैदानों में निश्चिन्त जीवन व्यतीत करत है । इसलिये हम समझ सकते है कि यह अशास्त्र्य पूर्वक अपना जीवन व्यतीत करत है । हम देखत है, कि पशु कभी भी पुरीर त्याजे के अन्तर पानी अथवा बिना और पशु में मरकत नहीं करत, काय्य यह है, कि जब बार पसा रखा गया है, कि मज मुख त्याग करत समय गुता म मता न लग सके । अन्तरीका के जंगल में जहाँ के निवासी हमारी अवेछा अचिन्तित प्राण्यक जीवन व्यतीत करत है, और इसी लिये बहुत ही

कम रोगी होते हैं। पाखाने के पीछे कभी पानों से गुदा को साफ नहीं करते। उन्हें कपड़े यादि किसी वस्तु से पूंछने की आवश्यकता नहीं होती। यही हाल हम सब का है ॥

यदि किसी मनुष्य को पाखाना ऐसा साफ आजाता है, कि उस को गुदा साफ करने के लिये कपड़े, कागज़ अथवा पानी की आवश्यकता नहीं होती है, मज उस की गुदा को नहीं जगता, त्याग भली प्रकार बिना किसी प्रकार के कष्ट के होजाता है, और फिर ऐसा प्रतीत होता है, कि मानों पाखाने गए ही नहीं, तो समझो कि उसका आमाशय नीरोग है, और इसी लिये वह मनुष्य भी नीरोग है ॥

छोटे २ बालकों की जिनकी मातार्प कुछ स्वस्थ हैं ऐसा ही देखा जासकता है, बहुत से नीरोग मनुष्य ऐसे मिलेंगे जो इस उपरोक्त कथन को प्रमाणित करेंगे।

## यह निःसन्देह अचूक विधि है,

यदि किसी महाशय ने कभी अपने आप में ऐसा होते नहीं देखा तो समझो कि कभी उसका स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहा है। रोग का ब्रजा भी इसी विधि से जान सकते हैं, यथा—यदि थोड़ासा मज जगा रहता हो तो जान लो कि रोगारम्भ है, ज्यू २ मज अधिक लगी रहे त्यू २ रोग वृद्धि जाननी चाहिये ॥

## आहार मार्ग ॥

अर्थात् वह चित्र जिससे पता लग जाय कि भोजन किस मार्ग से आमाशय में जाता है, और आमाशय से जिस रस्ते जहाँ २ जाता है





- आहार
- १ कण्ठगर्भ है।
- २ ह्रस्वमिथ्यानिर्दिष्ट।
- ३ अघ्राणाभिर्दिष्ट।
- ४ यष्टन है।
- ५ अजस्रुमात्रिचरि
- ६-८ ९ १० ११ १२ १३ १४ १५ १६ १७ १८ १९ २० २१ २२ २३ २४ २५ २६ २७ २८ २९ ३० ३१ ३२ ३३ ३४ ३५ ३६ ३७ ३८ ३९ ४० ४१ ४२ ४३ ४४ ४५ ४६ ४७ ४८ ४९ ५० ५१ ५२ ५३ ५४ ५५ ५६ ५७ ५८ ५९ ६० ६१ ६२ ६३ ६४ ६५ ६६ ६७ ६८ ६९ ७० ७१ ७२ ७३ ७४ ७५ ७६ ७७ ७८ ७९ ८० ८१ ८२ ८३ ८४ ८५ ८६ ८७ ८८ ८९ ९० ९१ ९२ ९३ ९४ ९५ ९६ ९७ ९८ ९९ १००
- प्रवाहानि है।

आ शब्द मम माने हैं, कश्चित् श्वासात्, श्वासात् है। अन्तर्गत रूप  
 कारम के नाम है इस में श्वासात् रूप श्वासात् ही श्वासात् २ श्वासात्  
 के लिये है, श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात्  
 काम देता है। आ श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात्  
 श्वासात्, श्वासात् का श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात्

### जिह्वा के ऊपर और गालों के अन्दर

श्वेतार अन्तर्गत श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात् श्वासात्

निरर्थक नहीं है, किन्तु भोजन पचाने में सहायक है, वह मनुष्य जो आमाशयको स्वस्थ रखकर सदा नीरोग रहना चाहते हैं, उनके लिये उचित है कि वह आहार को मुख में अच्छी तरह चबाए, बहुत मनुष्य हैं जो दाढ़ों से बहुत ही कम काम लेते हैं । इस से जहाँ स्थूलाहार आमाशय में जाता है, वहाँ यह लार नहीं आती है, और परिणाम यह होता है, कि भोजन भली प्रकार नहीं पचता ॥

एक ममकीम ही वस्तु लेकर मुख में चबानी आरम्भ करो, थोड़ी देर में देखोगे कि उसमें मिठास उत्पन्न हो गई है, यह उस लार के कारण से है जो मुख में उसका पचा रहा है, यदि यह लार न होतो मीठी से मीठी खाह भी घुरी प्रतीत हो । यद्यपि थोड़ी २ लार हर समय रिसती रहती है परन्तु जब कोई वस्तु मुख में जाती है, तो चारों ओर से बहुत सी निकल कर आहार को मर्द कर देती है । किसी स्वादिष्ट भोजन का नाम सुनते ही लार निकलनी आरम्भ हो जाती इस वास्ते आहार को मुख में चबा कर निगलना चाहिए ॥

## गले से उतर कर

भोजन एक नाली के द्वारा घीरे से आमाशय में जाता है, आमाशय का आकार प्रायः घमड़े की थैली की भांति होता है, जैसा कि चित्र से प्रगट है । आमाशय का स्थान पेट के ऊपरीय भाग में है, जहाँ आहार आमाशय में प्रविष्ट होता है, वह उस पर एक प्रकार का रस डालता है । और बहुतों का मत है, कि आमाशय की ऊष्णता से जिसका नामान्तर जठराग्नि है, वह भोजन पचमा आराम करता है, और परिपक हो कर काष्ठी जिसे चायम (Chyme) या कैमूस और हिन्दी में रस कहते हैं बन जाता है । इस लिये कि भोजन पक कर अत्युत्तम रस बन सके आवश्यक है, कि उस में कुछ न कुछ पानी हो, अतः वह जाग बड़ी भारी भूल करते हैं —

## जो भोजन के साथ पानी नहीं पीते ॥

हाँ इतना पानी कि जिस से भोजन पतला या पचनेक अयोग्य बन जाय क्षान्तिफारक है । भोजन के साथ पानी पियो परन्तु थोड़ा । आदि तथा अन्त में पीने की अपेक्षा मध्य में पीना उत्तम है । एक पाय गिलास पर्याप्त है ॥

भोजन यदि मुँह में अच्छी तरह म चबाया जाय, तो उसे आमाशय में रस बनने में देर लगेगी, किन्तु यू कहिये कि आमाशय को अपन कार्य के अतिरिक्त यह कार्य भी करना पड़ता है, जो उसे नहीं करना चाहिये, अतः यह दुर्बल होने लग जाता है । आमाशय को यदि बेगचा काम लिया जाय तो यह कमरना बहुत आसान हो जायगा, कि यह मनुष्य जो धाड़ी २ इंच पीछे ग्राते है, किसी मूल परते है, क्योंकि एक हाथी ग आशय अथवा बाद और वस्तु पकाने के लिये कुछ अन्न खाँके, और कुछ अन्न पचाने लिये पाँच और फिर कुछ अथवा पीछे ता इन्का अतिगम यह दागा, कि आशय मधी प्रकार नहीं पकेंगे । कुछ गलत जायगे, कुछ बढ़ जायगे, और कुछ बच रहेंगे । अतः साग दिल लाने रहना अच्छा नहीं है ॥

## एक बेर खाने से ५ घण्टे पीछे

अथवा मूल में मूल ५ घण्टे पीछे दूसरी बेर खाना चाहिये । क्योंकि भोजन तीन घण्टे में पाँच घण्टे के अन्तर में दूसरा होता है । भोजन करने में एक बाल का योग ध्यान रखना उचित है ॥ और यह यह है कि जहाँ तक सम्भव हो, और जहाँ तक सुगंध काम हो, शीघ्र अथवा पाँच घण्टों के साथ बिना ग वचने वाले भोजन में अन्तरा, और अन्त पाँच आदि भी न खाया, क्योंकि उन्हें अन्न अन्न में लिपक्य होगा है । जो २ मास आमाशय में पुकता जाता है, वह अन्तर्द्वारा ही और चकता जाता है । मुल

हमने अपनी इच्छा से गले से नीचे उतरा था, परन्तु आमामशय से—  
 अन्त्रियों में तो उसे एक स्वाभाविक शक्ति ने धकड़ा-1, मुख से गले 1  
 म लजाना हमारी इच्छा पर है, अतः बिना भली प्रकार सहाये ही, प्रास 1  
 का निगल जाते हैं, परन्तु आमामशय से अन्त्रियों के मध्य एक दरवाजा 1  
 लगा हुआ है, जो तत्काल ऐसे आहार को जो अभी तक अच्छी तरह 1  
 पचा नहीं है रोक देता है, और बिना धके अन्त्रियों में जाते 1  
 नहीं देता 1।

## यूनानी हकीम कहते हैं—

कि आमामशय में जब आहार रस बनता है, तो मालियों के द्वारा  
 जिन का मासारीका कहते हैं यकृत में जाता है, वह उसे रक्त बनाता  
 है, आमामशय में जो मल बचता है वह अन्त्रियों में बला जाता है, यकृत  
 में जो रक्त बनता है, उसका मल वृकद्वय में जाता है, और इसको  
 मूत्र कहते हैं, परन्तु यह मिय्या मादूम होता है, यकृत एक लोथड़ा 1  
 सा है, नाकि थलीघत 1 इसके अतिरिक्त कोई मासारीका मालियां देखी  
 नहीं जातीं, डाक्टरों में बीसियों ठाकुरों के पश्चात् यह परिणाम  
 निकला है, कि रस अन्त्रियों में जाता है, विद्यक ग्रन्थों में भी यही  
 लिखा है, इस बाबते ठीक यही मादूम होता है 1।

## यकृत

एक पीत रंग का पित्त उत्पन्न करता है, यह पीत रंग का  
 पित्त ही यकृत के पुर्वज होने पर रुधिर के साथ मिल कर सारे रंग को  
 पीत कर देता है 1 यह पित्त यकृत के पास की थली में एकट्ठा हाता  
 रहता है, जिसका नाम इस के नाम 'पर' पित्त ही है, इमे वैद्यक में  
 पित्तार्शय, और अंगरेजी में गाल ब्लैडर (Gall bladder) कहते हैं,  
 इस पित्त से एक माली अन्त्रियों के सिरे पर मिली है, जिस समय

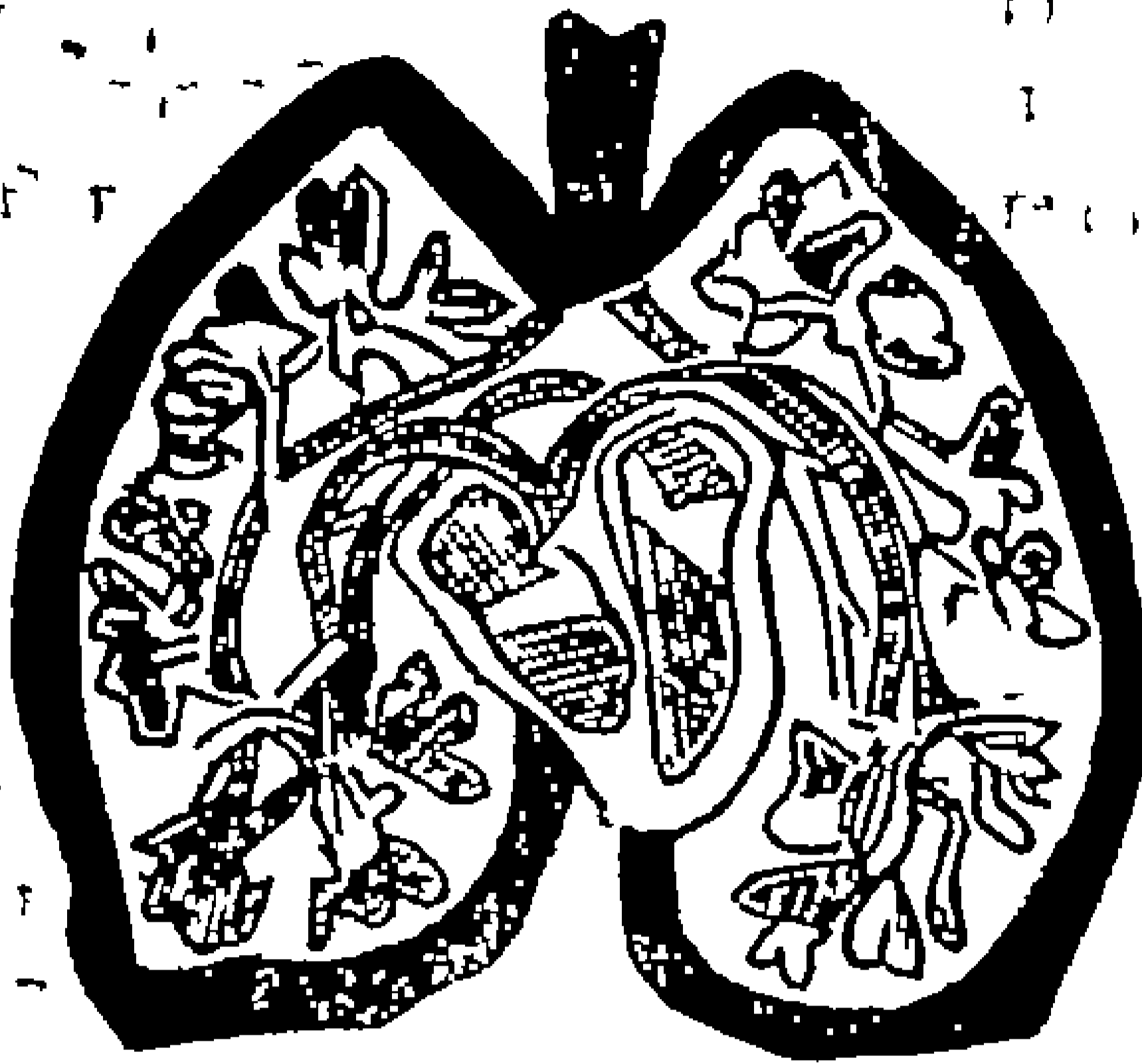
आहार एस छाटी अन्त्रियों में जाता है, तब पित्त अर्थात् बिल ( Bile ) इस में से रिस २ कर आहार में मिलता जाता है, यह रिस जिम्को पेटक में रज्जु पिच काते हैं, आहार पचाने के लिए अत्यन्त आवश्यक है। पित्त के अतिरिक्त एक और स्थान से अिसका पैकरियास ( Pancreas ), कहत है, एक लुम्बाज भा गिरता है, आ पाचन काय्य में सहायक हाता है। तिस प्रकार मुख जात और आमाशय का एस आहार पचने में इफेहे हुए थे, उर्मी प्रकार इन अन्त्रियों में से भी एक रस निकल कर इस रस क साथ मिलता है और इन अन्त्रियों में आहार और रूप धारण करता है ॥

## अन्त्रियाँ

लगा भग २८-२९ हाथ लम्बी हाती है, और लिपनी हुई हाती है। ताकि थाड़ी सी जगह में समा जाय। इसमें आहार के दो भागें किए जाते हैं ॥

अिन यस्तुओं में मातुगी हातीर की पाजना हाती है, उमका केल्स या कांज काजल में जा इपत भा का हाता है और अमली रस धातु यही है। मज धीर २, यतु अन्त्रियों में धाता जाता है। बड़ी अन्त्रियाँ छाटी अन्त्रियाँ के ऊपर से हाकर एक घेरा भा बसाती है। यह रस धासने है कि छाटी अन्त्रियाँ में जो मज हागें पकड़ हाता है, यह धीर ६ भाय, इसमें पकड़ हाता है, और कषाकश्यक बातिर फाते, यदि यसा न हाता, ता अन्त्रिय के ३ घाटा पदपातु मज धीर २ निकलना आरम्भ हाताता। छुंरी अन्त्रियों के बीच में एक माली मीपी ऊपर को गाँ है, आ मज में बड़ी रस ( अम्ल रस हृदय में धर जाके धाली अन्त्रिया ) में जा शिली है। एत रस माली हात रस के साथ हृदय के उम भाग में उर्मी हातीर का अम्ल रस आता है धाता जाता है ॥

हृदय व फुफ्फुस का चित्र ॥



हृदय का बायाँ भाग

हृदय का दक्षिण भाग

## हृदय

छाती के बाईं ओर छाती की अस्थि के नीचे होता है। यह एक भिस्की से ढका रहता है जिस को अंगरेजी में पेरिकार्डियम (Pericardium) और वैद्यक में हृदयावर्णी कहते हैं, हृदय के दो भाग हैं, एक २ भाग के दो रखाने हैं। रुधिर शरीर में से होता हुआ सर्व प्रकार का मज साध जाता है, इसी कारण इसका रंग लाल की अगह काळा प्रतीत होता है। यह काळा रुधिर रस समेत हृदय के दक्षिण भाग में आजाता है, अब दिल सुकड़ता है, तो यह अशुद्ध रुधिर एक भाजी द्वारा जो दोनों ओर फेफड़ों में जाती है, और शाखा प्रशाखा में विभक्त होती है, फेफड़ों में चला जाता है फेफड़े अर्थात्—

## फुफ्फुसुद्वय

हृदय के दोनों ओर छाती का बहुत सा भाग घरे हुए है, यह स्पष्ट की न्यारि होते हैं, इन में अनगिनत छोटे २ घर होते हैं, जिस समय हम श्वास लेते हैं, बाहिर की प्राणवायु (आक्सीजन)

आहार रस छोटी अन्त्रियों में जाता है, तो पित्त अर्थात् बिल (Bile) इस में से रिस कर आहार में मिलता जाता है, यह पित्त जिसको वैद्यक में रक्षक पित्त कहते हैं, आहार पचाने के लिए अत्यावश्यक है। पित्ता के अतिरिक्त एक और स्थान से जिसका पैक रियास (Pancreas), कहते हैं, एक सुप्पाब सा गिरता है, जो पाचन कार्य में सहायक होता है। जिस प्रकार मुख, जार और आमाशय का रस आहार पचने में इकट्ठे हुए थे, उसी प्रकार इन अन्त्रियों में से भी एक रस निकल कर इस रस के साथ मिलता है, और इन अन्त्रियों में आहार और रूप धारण करता है ॥

## अन्त्रियाँ

जग मग १८-१९ हाथ लम्बी होती है, और लिपटी हुई होती है। ताकि थोड़ी सी जगह में समा जाय। इनमें आहार के दो माँग किए जाते हैं ॥

अिन प्रस्तुओं से मानुषी शरीर की पालना होती है, उनका, केलूस, या फाल्ज बालते हैं, जो श्वेत रंग का होता है और प्रसजी रस घातु यही है। मज घीर २ तपु, अन्त्रियों में चलता जाता है। बड़ी अन्त्रियाँ छोटी अन्त्रियों के ऊपर से होकर एक घेरा सा बनाती हैं। यह इस वास्ते है कि छोटी अन्त्रियाँ से जो मज इनमें एकत्र होता है, वह घीर २ प्यास, इनमें एकत्र होता रहे, और अवावश्यक वादित धाये, यदि पसा न होता, तो शरीर के ३ घण्टा प्रश्चात् मज घीरे २ निफलमा आरम्भ होजाता। छोटी अन्त्रियाँ के बीच से एक माली सीधी ऊपर का गई है, जो सब स बड़ी रग (अशुद्ध रक्त, हृदय में स आम वाली मलिका) में जा मिली है। इस इस माली द्वारा रग के साथ हृदय के उस भाग में जहाँ शरीर का अशुद्ध रक्त जाता है चला जाता है ॥

## ईश्वर की महिमा देखिये

कण्ठ में जो छिड़-बना दिये हैं, एक के द्वारा हम खाते हैं, यह आहार कई रूप बदलता हुआ फिर ऊपर फेफड़ों में आजाता है। इससे छिड़ से वायु भीतर जाती है, यह वायु इसी भाजन के रस को शरीर प्राण के योग्य बना देती है, और यह क्रम जीवन पर्यन्त चला रहता है। यदि हम अशुद्ध और गन्दी वस्तुओं का सेवन करेंगे तो कैल्स [रस] अच्छा न बनेगा, और उस से जो रुधिर बने तो वह भी अच्छा नहीं बनेगा। यदि हम शुद्ध वायु का सेवन न करेंगे तो वह कैल्स का रक्त भली प्रकार न बना सकेगी, अतः हम

## सर्व रोगों में सुरक्षित रह सकते हैं

यदि हम आहार और वायु का सुग्रन्थ कर लें। इस समय मेरा विषय यह नहीं है, कि आहार और वायु का निरूपण करूँ, और बताऊँ कि कौन २ आहार और किस २ प्रकार की वायु सेवनीय है, यह किसी दूसरी पुस्तक में लिखा जायगा,॥

आपने समझ लिया कि सर्व रोगों का उत्पत्ति स्थान आमाशय और फुफुस हैं। यह भी आपने समझ लिया कि मजें देखने से आप प्रतीति कर सकते हैं कि आमाशय मीरोग है वा नहीं, इसी प्रकार तस्क्षण जान सकते हैं कि हमारे

## फुफुस स्वस्थ हैं वा नहीं

और फेफड़ों का स्वस्थ होना भी सम्पूर्ण शरीर के स्वस्थ होने का एक प्रमाण है। ईश्वर ने मुख बोलने और भोजन खाने के लिए बनाया है और नाक वायु के लिए। तन्दुरुस्त मनुष्य के लिए आवश्यक नहीं कि वह विना कारण मुख को खुला रखे। ज



जो हमारे जीवन के लिए परमावश्यक है, वायु की नालों द्वारा फेफड़ों में जाती है। यह वायु अशुद्ध रुधिर के साथ मिल कर अपना जीवन वायक प्रभाव इसे दे देती है, जिस से रुधिर फिर शुद्ध और छाज हो जाता है, और दूसरी नालियों द्वारा दिल के धाम भाग में आ जाता है, और वहाँ से फिर शरीर/पालना के लिए जाता है, जिस समय दिल सुकड़ता है रुधिर धकेला जाता है और जिस समय फैलता है, रुधिर इस में प्रवेश करता है। वैद्य जाग जा निदान के क्रिये नाड़ी परीक्षा करते हैं, अथवा नवज देखते हैं, यह एक नाड़ी है जिसे स्कन्ध में धम्नी, अंगरेजों में पारोडी और यूनाती में शिरयाम कहते हैं, जिस समय दिल सुकड़ता है, और रुधिर आगे का धकेला जाता है नाड़ी का फड़कना, रुधिर का तरंग की न्यारी भावे को आता है। यह नवज (नाड़ी) भी जिस का पल्स (pulse) कहते हैं।

### ‘क्या मैं स्वस्थ हूँ’

का उतर देती है। क्योंकि "स्वस्थ" मनुष्य की

नवज आम से लेकर	एक साल तक प्रायः	१३०	बार
एक साल से	दो " "	११०	" "
या " " " "	तीन " "	१००	" "
तीन " " " "	सात " "	६०	" "
सात " " " "	बीस " "	८५	" "
१४ साल से लेकर	तीस वर्ष तक	८०	" "
३० वर्ष " "	४० " "	७५	" "
५० " "	६० " "	६०	" "

कड़कती है। इस से अत्युगाधिक चले तो समझना चाहिए कि तन्द्रावस्ती नहीं है। निपत मंम्यागे म्यून पङ्के तो मरखी और अधिक बार चल तो, गरमी वा शार या ज्यर समझना चाहिए।

## ईश्वर की महिमा देखिये

कण्ठ में जो विद्रवना दिये हैं, पक के द्वारा हम खाते हैं, यह आहार पकने, रूप बदलता हुआ फिर ऊपर फेफड़ों में आजाता है। दूसरे किडनी से वायु भीतर जाती है, यह वायु इसी भोजन के रस को शरीर पोषण के माध्य बना देती है, और यह कम जीवन-पर्यन्त चला रहता है। यदि हम अशुद्ध और गन्दी वस्तुओं का सेवन करेंगे तो कैफूस [रस] अच्छा न बनेगा, और उस में जो छिद्र बने तो वह भी अच्छा नहीं बनेगा। यदि हम शुद्ध वायु का सेवन न करेंगे तो वह कैफूस का रक्त मज्जी प्रकार न बना सकेगी अतः हम

## सर्व रोगों में सुरक्षित रह सकते हैं

यदि हम आहार और वायु का सुव्यवस्था कर लें। इस समय मेरा विषय, यह नहीं है, कि आहार और वायु का नियंत्रण कर, और बताऊँ कि कौन से आहार और किस प्रकार की वायु सेवनीय है, यह किसी दूसरी पुस्तक में लिखा जायगा ॥

आपने समझ लिया कि सब रोगों का उत्पत्ति स्थान आमाशय और फुफ्फुस हैं। यह भी आपने समझ लिया कि मज देखने से आप प्रतीत कर सकते हैं कि आमाशय मीरोग है वा नहीं, इसी प्रकार सत्वण जान सकते हैं कि हमारे

## फुफ्फुस स्वस्थ हैं वा नहीं

और फेफड़ों का स्वस्थ दाना भी सम्पूर्ण शरीर के स्वस्थ होने का एक प्रमाण है। ईश्वर ने मुख धाजने और भाजन खाने के लिए बनाया है, और नाक वायु के लिए। तन्दरुस्त मनुष्य के लिए आवश्यक नहीं कि वह बिना कारण मुख को खुला रखे। अ हम

स्वस्थ होते हैं तो नाक द्वारा श्वास लेते हैं, और मुख को बन्द रखते हैं। जब कि हम श्वास लेने के लिए मुँह खोलने पर विषय हो तब समझो कि हम स्वस्थ नहीं हैं। कुछ दूर चलो और देखो कि तुम्हें मुँह खोलने की आवश्यकता होती है या नहीं? और इस से भी अच्छा यह होगा, कि तुम किसी दूसरे को कहो कि वह देखे कि जब तुम सोते हो तुम्हारा मुँह खुला है या बन्द? यदि साते समय तुम्हारा मुँह खुला रहता है तो तुम्हारे फेफड़े तन्दुरुस्त नहीं, सम्भव है, कि नाक में कुछ खराबी हो, और इसलिये भी नाक के रस्त श्वास भली प्रकार न आता हो; परन्तु नाक की खराबी ठीक ठीक जानी जा सकती है। इस प्रकार यह भी जाना जा सकता है, कि रोग अब किस दर्जे पर है। यदि मुख थोड़ा खुला है तो रोग आरम्भ ही जानो, यदि अधिक खुला रहता है तो रोग वृद्धि पर है। आपने प्रायः देखा होगा कि वृद्ध मनुष्य जो तन्दुरुस्त होते हैं श्वास लेने के निमित्त बहुत कम मुख खोलते हैं। इसका कारण स्पष्ट है, उन के फेफड़े रोग रहित तथा पुष्ट होते हैं, यही कारण है कि वह इतनी आयु को प्राप्त हुए हैं। कदापि यह न समझो कि स्वामाधिक मुख खुला रहता है। ऐसा स्वभाव नहीं हो सकता, जब तक कि फेफड़ों में कोई रोग न हो। और यदि कोई बीमारी है मुख बन्द नहीं रहेगा, चाहे हमारा यत्न क्यों न किया जावे, जब सा आभागे मुख अवश्य खुला रहेगा। किसी अन्य व्यक्ति का स्वास्थ्य जानने के लिए भी यह उपराध विधि बहुत उत्तम है। यथा मान जा कि तुम अपनी लड़की के लिए घर अथवा लड़के के लिए कन्या की आज में हो, और कन्या या वर की स्वास्थ्य जाँचना अभीष्ट है, तो आप उनको सोते हुए देख कर उन के फेफड़ों की रक्षा का हाल प्राप्त कर सकते हो। विरम और आदि गुसाण्य, या असाण्य रोग सब फेफड़ों ही में आरम्भ होते हैं। यदि आप का अपने बालक के दूध पिलाने वाली दाया की आवश्यकता है, तो सोते हुए उसके मुख से आपको प्रतीत हो

आयगा कि इस दूध का दूध बालक को सेवनीय है वा नहीं । तुम अपने कुटुम्ब के स्वास्थ्य को इस प्रकार सर्वैष ही जांच सकते हो ॥

## एक और बात ॥

भाहार के गले से नीचे उतरने से आरम्भ कर के रुधिर हो कर सारे शरीर में पहुँचने तक जो कर्म हुआ वह विना हमारी इच्छा तथा सूचना के हुआ, और यही प्रकृति का नियम है । हमारे आन्तरिक अंग स्वतन्त्रता पूर्वक विना हमारी सूचना के अपना २ कर्म कर रहे हैं । यदि कोई अंग अपना कर्म करता हुआ प्रतीत हो तो समझ लो कि वह स्वस्थ नहीं है । गले से भोजन उतर कर यदि पेट तक जाता हुआ प्रतीत होता है तो तुम मीरोग नहीं हो । यदि आमाशय में पाक होते समय भोजन नीचे ऊपर हाता जान पड़े तो तुम स्वस्थ नहीं हो । गुदागुहादृष्ट, अजीर्ण, अपाचन, आदि सब आमाशय की दुर्बलता सूचक हैं । इसी प्रकार भाजन अग्निशयों में फिरता हुआ हात हा तो भी समझ लो कि कोई बिगाड़ अयश्य है । हमने मूत्र रागी मनुष्यों को यह कहते सुना है कि मूत्र करते समय मूत्र आशय से आता हुआ प्रतीत होता है । यदि हृदय अपना प्राकृतिक काम करता हुआ जान पड़े तो तुम बीमार हो, और इसी को हृदय का धड़कना कहते हैं ॥

अब अब आपने जान लिया कि आमाशय और कुक्कुस आ जीवन देते हैं यही सारे रोगों का मूल है, और इन के रोग परीक्षा की सुगम विधि भी आप पर प्रगट हो चुकी, तो यही उचित मान पड़ता है, कि आमाशय और फेफड़े को पुष्ट तथा तन्दुरुस्त रखने के लिए दो घार भाटे २ साधारण नियमों का थोड़ा वर्णन किया जाय ॥

## धुंधा क्या है ?

युनानी दफीमा का कथन है, कि जब आमाशय भोजन का पचा चुके और खाजी हा जावे तो तिजी (प्लीहा) से सौदा आमाशय पर गिरता है, और सौदा की तुरशी (खटाह) और फसैलापन जो कुछ आमाशय में प्रतीत होता है इसीका नाम धुंधा है। डाक्टर लोग इसके विरुद्ध हैं, यह कहते हैं कि spleen तिजी (प्लीहा) और आमाशय के मध्य में जबकि कोई मांस ही नहीं है, ता तहाज से सौदा का आमाशय पर गिरना कैसे सम्भव है। उनका कथन है कि जब घगों का आहार की इच्छा होती है ता यह इच्छा क्रमागत आमाशय तक पहुँचती है, माना सारे अंग आमाशय द्वारा आहार मांगते हैं। हमारी समझ में तो यह आता है, कि प्रकृति ने जिस को जिस काम के लिए नियत किया है, वह बिना राक उसे करता रहता है। इन्धर ने मेष देखने के लिए बनाये हैं, मुस इन्हें बन्द करता, परन्तु यह स्वाभाविक दम्भना आहंग। इसी प्रकार आमाशय आहार पचाने के लिए बना है, यह अपना कार्य करता रहता है, जब उस के पास कार्य नहीं रहता खाजी हा जाता है, ता और आहार मांगता है ॥

आमाशय पुष्ट तथा नियम पूर्वक किस

प्रकार रहता है ॥

अंगरेजी डॉक्टरों समाचार पत्र में पिछले दिनों एक इतनी गिवासी कारनामा नामी मनुष्य का वर्णन था जिस का एक बंग में प्रस्त होने के कारण डॉक्टरों ने तीस वर्षों की अवस्था में ही जीवन से निवृत्त कर दिया था - परन्तु केवल आहार का नियमानुसृत करने तथा पर्य्य पूर्वक रहने से ही यह सौ साल में अधिक

तक जीवित रहा। आमाशय को पुष्ट रखने का सर्वोत्तम नियम यह है, कि आमाशय से उस से अधिक काम न लिया जाय, जितना कि वह कर सकता है। जो बच्को मन भर पीस सकती है उस से दो मन पीसना उसे निर्बल कर देगा। अतः भोजन को नियमानुकूल और परिमित रखो। भूक से किञ्चित कम खाओ, परन्तु इतना कम नहीं कि शरीर को पूरा आहार न मिल सके ॥

साधारणतः जो लोग स्वस्थ देख जाते हैं, उन में से किसी को कोष्ठघ्नता की व्याधि है, किसी के मुख में घिरसता है, किसी को कमी गिर पीड़ा आसता है, किसी का शरीर भारी रहता है, किसी का डकार बहुत आते हैं, किसी की पाचन शक्ति खराब है, किसी को शौच बार २ आता है इत्यादि यह सारे रोग क्यों हैं? इस लिये कि भोजन सम्बन्धी नियमों का ध्यान नहीं रखा जाता। अर्थात् २ विद्वान् भी अथ कोह स्वादिष्ट भोजन सामने आता है तो उचित से अधिक खा जाते हैं। यह क्यों? इस लिये कि हम इस नियम को भूल गए हैं कि—

“हम खाते इस लिये हैं कि वह हमारे जीवन के लिये आवश्यक है”

और इसके विपरीत हमारा यह नियम हो गया है, कि जीवन इस लिये है, कि हम खूब खाएँ और आनन्द भोगें। इस में कुछ संदेह नहीं कि भोजन स्वादिष्ट होना चाहिये परन्तु खाना इस लिये चाहिये कि इस से जीवन बना रहता है, जो यह सब कर खाना खाएँगे वह सब फल इतना खाएँगे, जो जीवन के लिए आवश्यक है, स्वाद स्वयमेव आजाता है। इस के विपरीत दूसरे मनुष्य स्वाद के लोभ से स्वादिष्ट भोजन आवश्यकता से अधिक खा जाएँगे, आमाशय चाहे पचा सके या न पचा सके, उस का प्रभाव अच्छा हो या बुरा। मथुरा के चौबे भाइयों में जब स्वादिष्ट भोजन मिलते हैं, इतना खा जाते हैं कि उन्हें

अपनी जगह से उठना तक हमर हो जाता है। इच्छादिष्ट के पीछे पढ़ कर अपनी बरखादी का आप बीज बोते हैं, मैं यह बात और प्रकार से आप का समझाता हूँ। मैथुन एक स्वभाविक कर्म है, परन्तु प्रायः लोग सम्भोग आनन्द के लिये करते हैं, और छोड़े हैं जो केवल सन्तान की खातिर करते हैं। आनन्द तो दोनों को ही आता है, अन्तर केवल यह है, कि जो केवल आनन्द की खातिर करता है वह नहीं साबित कि अमुक समय पर अथवा अमुक विधि से करने से सन्तति अच्छी होगी, अतः उनकी सन्तान निरुद्धी तथा रोगी होती है, परन्तु जो केवल सम्भोग सन्तानोत्पत्ति के लिये करते हैं वह आनन्द तो प्राप्त कर ही लेते हैं, इसके अतिरिक्त इन की सन्तान इष्ट पुष्ट बलवान्, तथा नामवर होती है ॥

षड्भा रागी इस प्रकार के होते हैं, कि जिन को कहा आप कि अमुक वस्तु इस राग में नहीं खानी चाहिये, तो वह पीले मुह से कह दिया करते हैं, कि इस से तो बचना फठिन है, इसके बिना तो भोजन का आनन्द ही नहीं है, औषधि चाहे कारे और दम चाहे यही विगुणी विगुणी कर दें, परन्तु इस चीज का न दुःखें। ऐसा वह क्यों कहते हैं? इस लिये कि वह उन वस्तु का केवल आनन्द की खातिर खाते हैं, इन वास्ते नहीं कि उन को लिये वह गुण दायक ही ॥

आमाशय का बल स्थिर रखन के लिये दूसरा बड़ा भावी उपाय यह है, कि भोजन उन समय किया जाये जब कि पहला भोजन पच चुका हो अथवा दो भोजनों का अन्तर न्यून से न्यून ४ घण्टे का होना चाहिये। यह नहीं कि जब भिजा मुह में डाल लिया। यह अन्तर अच्छा नहीं है ॥

तीसरा नियम आमाशय के बलवान् रखन का यह है, कि आना १२ घंटी सांघी न रक्का जाय, अथवा जब लक्ष्मी सुधा लगे

तभी कुछ खा लेना चाहिये। जुघा को मारना अच्छा नहीं, मैंने यात्रा में एक बार एक मनुष्य को देखा कि वह पृष्ठों के पसे खा रहा था। मैंने पूछा तो कहने लगा कि मुझे भूक खूब लग रही है, और आमाशय को इस समय भोजन की प्रबल इच्छा है, यदि इस समय कुछ न खाऊँ तो वह जहूँ खाने लग आयेगा। मैं अपना जहूँ क्यों उस का दूँ ? वह अब इन पत्रों का खाएगा। धन्य हैं वह जन जा अपने आमाशय की इतनी रक्षा करते हैं ॥

विजायत में बड़े अनुसन्धान के पश्चात् यह मासूम हुआ है, कि जितने मनुष्य व्यापार में कृतकार्य हुए हैं, वह प्रायः सब के सब सादा आहार खाया करते थे ॥

सादा आहार उचित समय के पश्चात् स्वास्थ्य रक्षा के लिए खाना, और जुघा के समय आमाशय का आहार देना, आमाशय के बल का हीन नहीं होने देना, स्थिर रखना है ॥

एक बात और स्मरण रखने योग्य है कि दाढ़ों का कार्य आमाशय पर नहीं छोड़ देना चाहिये। पञ्जाबी कहायत है कि 'जिसका काम उली का साजे' परमात्मा ने अगले दाढ़ काटने के लिए बनाए हैं, अबाड़े उन्हें छोटा २ करने के लिये और दाढ़ें पीसने के लिये, जिससे स्पष्ट विदित होता है कि जब तक आस को अच्छी तरह पीस न लिया जाय निगलना न चाहिये। जुघा मनुष्यों को इतनी अजबो खाने का स्वभाव है, कि दाढ़ों से उन्हें काम लेना बहुत, कम पढ़ता है, ऐसे मनुष्य यदि उदर रोगों में अस्त रहें 'ताक्या आम्बर्ष्य है ?

आमाशय का बल स्थिर रखने के लिये जिन नियमों का पालन किया गया है, वह सब के सब ऐसे हैं, जिनका पालन घनी निर्धन सुगमता पूर्वक कर सकते हैं और दीर्घायु का हेतु हैं ॥



आमाशय का बल स्थिर रखने के लिए एक और सहज उपाय है, परन्तु शाक इसका मैं सहज नहीं कह सकता। मेरा अभिप्राय मात्रक द्रव्यों से घृणा करना है। यद्यपि यह एक साधारण बात है, परन्तु आजकल की प्रथा से स्पष्ट तया स्तीत हो हा है, कि यह सहज नहीं है। बहुत चाड़े मनुष्य हैं जो प्रत्येक प्रकार की मादक वस्तु से परहेज करते हैं। मादक वस्तुओं में से सबसे बड़कर हानिधारक मदिरा है, और इसी का आजकल प्रचार है, पाबू रईस, अथवा अन्य उच्च पक्षाधिकारी गण सब की मेज का शूकर बरांभी और रूम की घोंतलें बन रहीं हैं। जो लोग भोजन के साथ मदिरा का सेवन करते हैं उनकी लुधा दिन प्रतिदिन घटती चली जाती है, और यह इसका ज्ञान भी नहीं और साथ ही यह भी कहत है कि जब तक यह अपने भोजन के साथ मदिरा का सेवन न करें उनका भोजन की कुछ इच्छा ही नहीं होती। बान यह है, कि उनका आमाशय निपल होता चला जाता है। मित्रगण ! जब आमाशय निर्बल हो रहा है, भावन अच्छी तरह पड़ेगा नहीं और जब सारा हुए वस्तु पड़ेगी नहीं तो यह मनुष्य शरीर आ भावन पर ही निर्भर है, क्यों तब स्थिर रह सकता है ? अटगभि का मदि। इतना गडकाती है कि आमाशय के अययय निकामे हा जात है। रेल के पंजन म यदि अधिक अग्नि प्रज्वलित की आय और उचित सीमा से अधिक मदकार आय, जिसके कि यह योग्य है, ता यह प्रगट है कि बहुत जल्दी उसक पुरजे निकम्मे हा जायग। माना कि आपने घादी देर के लिये शारीरिक पंजन का तज कर लिया, परन्तु यह तेजी इस पंजन क विनाश का कारण होगी। इन्पर ने दैनिक प्राङ्गव रोग के लिये जो इस शरीर के मीतर भर रफने हैं, यह जीव समाप्त हा जायगे। और जिस प्रकार पंजन के पुरजे बिना रेल दिये जल्दी पिसकर निरुम्मे हा जाते हैं हा जायगे। जग कहें कि मदिरा का घादा सेवन करना सुपशयक भी तो है, यथा लुकन, तसुजा का

दितकर है। मिसन्नेह यह ठीक है परन्तु यह याद रखो, कि मदिरा का यह स्वभाव ही है कि दिन प्रतिदिन बढ़ती जावे। मदिरा पान में एक प्रकार का आनन्द प्राप्त होता है, परन्तु वह आनन्द दिन प्रतिदिन घटता चला जाता है, क्योंकि वह स्वभाव के साथ मिलता जाता है, इसलिये पूरा आनन्द और शक्ति को स्थिर रखने के लिये यह जरूरी होता है, कि दिन प्रतिदिन इसकी मात्रा घटाई जावे। सांग्रश यह कि कहां तक ध्यान किया जाय हृदय, मरिचक, आम्राशय, यकृत, और वृक्कद्वय सब को निकरना कर देने वाली एक मदिरा है। अतः यदि तुम चाहते हो कि तुम्हारे आम्राशय की शक्ति बनी रहे तो मदिरा और अन्य मादक पस्तुओं से बचे रहा ॥

## फुफफुस को पुष्ट तथा स्वस्थ रखने के नियम ॥

जो जिस अंग का काम है उसको वह सही प्रकार निष्पादता रह तो वह स्वस्थ है। फेफड़े का काम सार शरीर में वायु का पहुंचाना तथा रक्त को शुद्ध करना है, यदि यह इस काम को अच्छी तरह नहीं करता तो जहां आप निर्बल होता है, वहां सारे शरीर का निर्बल और रोगी बना देता है ॥

## दीर्घ श्वास ॥

इसके लिये परमावश्यक है, अभ्यास डालना चाहिये कि सदैव गहरा श्वास लें। गहरे श्वास लेने में वायु का बहुत संचार होगा, अतः रक्त भी अधिक शुद्ध होगा। खुली वायु में खड़े होकर अथवा बैठकर लगभग २ श्वास लें, कुछ देर वायु को धर रखने दें फिर

बाहिर निकाल कर जरा राकजें, इसी प्रकार वा चार बार करें  
अत्युत्तम विधि है ॥

११ मार्च १९४१ के रीव्यू आफ रीव्यूज़ में एक लेख छपा  
था, जिसका अनुवाद नीचे दिया जाता है। "स्वास्थ्य तथा दीर्घायुष्य  
के लिये एक और हितकर बात व्यायाम अथवा अभ्यास है, जिस  
की ओर मैं अपने पाठकों की दृष्टि आकर्षित करता हूँ, जोकि इससे  
अथवा नष्ट, और यह नियमानुसूल सोच समझ कर गहरे श्वास  
लेने अथवा नाक के रास्ते उदर के अन्दर वायु पहुँचाने का अभ्यास  
है। पाश्चिम में यह बहुत ही पुष्टिकारक व्यायाम है। इससे रुधिर  
में पूर्णतया आक्सीजन भरा आकर सारे शरीर में जीवमय रुधिर  
फिर जाता है, जोकि साधारण श्वास लेने से कदापि नहीं हो  
सकता। इस साधन से बुद्धि पर भी बहुत बड़ा प्रभाव पड़ता है।  
आम कल की वैज्ञानिक जिम्मी के कारण घासनापें व उच्छेजनापें बढ़  
रही है और घर्ष छाती के भीतर अपूर्ण श्वास लेने के अभ्यास  
बढ़ रहे हैं। जिनमें मनुष्य शरीर दिन प्रतिदिन निर्बल हो रहा है।  
गहरा श्वास उच्छेजनापों को घशी करने में विशिष्ट प्रभाव रखता है।  
यह इन उच्छेजनापों के प्रभाव को घश में करता हुआ सारे  
शरीर का शक्ति भय कर देता है। अतः गहरा श्वास लेने से  
स्वास्थ्य और आयु पर शारीरिक तथा आत्मिक दोनों प्रकार का  
प्रभाव पहुँचता है। शक्तिपूर्वक विचार करने तथा ध्यान करने के  
लिये भी यह एक प्रकार का सहायक हाता है, और जब तक तुम  
इस प्रकार से गहरे श्वास लेने हुए कुछ विचार करत रा इन्द्र की  
ईश्वरीशक्त से भरपूर करने के लिये तय्यार रहना, जिसका पालन  
आप का कर्तव्य है। पाठक गद्य उस विधि के जानने के लिये उत्सुक  
होंगे सो क्षीत्रियो—यातो पीठ क बज लेट जायो और हाथों की  
मिर में पीठे रख्यो, या लट्टे हा जायो अथवा भीचे काथी का

अच्छी तरह पीछे हटाकर बैठ जाओ, नासिका द्वारा शनैः २ श्वास अन्दर की ओर लो, जब तक कि छाती और आमाशय दोनों भरी प्रकार भरपूर न हो जायं, फिर इसी प्रकार धीरे २ श्वास को बाहर निकालो, जब तक कि छाती और आमाशय दोनों खाली न हो जायं। इसको कुल से १२ बार करो। दिन में दो बार अथवा आवश्यकता-नुसार न्यूनाधिक करो।

यह और इसी प्रकार के और छाती तथा फेफड़ों के व्यायाम निरोग्यता के लिये अत्यावश्यक हैं। सयो विफ्र सिल इत्यादि रोग इन व्यायामों के अभ्यासियों के पास नहीं फटते। छाती मजबूत होती है, फेफड़े पुष्ट होते हैं, दिल को आनन्द प्राप्त होता है। वायु और स्मरण शक्ति बढ़ती है। बुद्धि प्रखण्ड होती है। शरीर में शुक्ती आती है। इसके लिये निम्नलिखित विधान अच्छे हैं —

( १ ) सीधे खड़े हो, छाती आगे को निकली रहे, कंधे पीछे को झुके रह, लम्बे २ श्वास भरके अन्दर खिंचो और फिर धीरे २ बाहर निकासो ॥

( २ ) चौकड़ी लगाकर बैठो, और श्वास खिंचो, और जब छाती वायु में भर जाय किञ्चित् मात्र भी और न समा सके तो कुछ देर तक श्वास को रोक रखो, बहुत तग न हो जाओ किन्तु कितनी देर तक आसानी से रोक सको और फिर बाहर निकाल दो और पुनः तत्काल भीतर ले जाओ ॥

( ३ ) गुदा का सुकेड़ कर श्वास को एकत्र करके सारा का सारा बाहर फेंक दो। और जब तक सहज में रक्त सको बाहर ही रोके रखो, पुनः शनैः २ अन्दर कर लो, और इसी प्रकार किये जाओ ॥

( ४ ) अम्बर चीन की न्यार्ई श्वास को बाहर निकासो और पदा रहने दो, और फिर नं० २ की न्यार्ई अम्बर खिंचकर वहाँ यथा

सम्भव रख कर फिर न ३ की ग्यारे बाहर निकालो । इस प्रकार तीन धार कर, और शनैः २ समय बढ़ाते जाओ, और तीस के ध्यान में धार वा पाँच धार करना आरम्भ करदो । उपरोक्त तीनों व्यायामों का नाम प्राणायाम है । कहा जाता है कि इस विधि से जहाँ स्वास्थ्य वृद्धि होती है, वहाँ दिल में अशुद्ध तथा गन्दे विचार नहीं आते । और दिल सदा ईश्वर भक्ति में निमग्न हो जाता है । प्राचीन ऋषि लोग सारी ऐसी प्राचिन्यक तथा लम्बी बातों को जोकि स्वास्थ्य तथा दीर्घायुष्य के लिये परमोपयोगी होती थीं, धार्मिक ग्रन्थों में इस क्रिये रख दिया करते थे, कि लोग इन को मूल न जाय । विदित हो कि इन व्यायामों का सावधानी पूर्वक अभ्यास करना चाहिये । व्यायाम समय प्राणायाम की ही धार ध्यान रहना चाहिये, दिखना लुप्तना नहीं चाहिये, नहीं तो उल्टा हानि की सम्भावना है ॥

( ५ ) ऊँचे हाकर नं० २ की तरह श्वास को रोकें, और फिर श्वास बन्द रखकर १५ वा २० पद तक चले और पुनः श्वास शनैः २ निकालें । वाजे चिकित्सकों का मत है, कि सैर करते समय जब तक चलते रहें यदि इन व्यायामों का अभ्यास किया जाय तो बड़ा ही गुण करता है । उपरोक्त व्यायामों से छाती बहुत बढती है और स्वास्थ्य उन्नत होता है । लुकी तथा शीत वायु में इनका साधन करना उचित है, प्रातः काल सबसे उत्तम है ॥

**व्यायाम अधवा कसरत ॥**

व्यायाम तथा कसरत एक एकी वस्तु है, जिससे आमाशक तथा फेफड़े दोनों निरोग और पुष्ट रहते हैं । सत्य बात यह है, कि काह मनुष्य दुनियाँ में स्वस्थ नहीं रहसकता जो व्यायाम नहीं करता ॥

**व्यायाम सर्व रोगों की औषधि है ॥**

व्यायाम अर्थात् परमिश्र का नियमावली करना दीर्घायुष्य का देतु है, और यह दो भागों में विभक्त होसकता है, सैर और कसरत

धू कि सैर भी एक प्रकार का शारीरिक व्यायाम है, इस लिये इस में गिना जा सकता है ॥

पहिले संक्षिप्त रूप से सैर का वर्णन किया जाता है:—

इद्यामन्द तथा दीर्घायुष्य के लिये यह एक उपयोगी वस्तु है । सैर वह चीज है जो मनोरंजन का कारण होती है । भिन्न २ वृत्तियों का देखना, खुली वायु का आनन्द, हरे भरे वृक्षों, फलवृक्षों तथा खेतों का विचित्र दृश्य निःसन्देह जादू का प्रभाव रखता है । जहाँ शरीर विकसित रहने तथा खुली हवा के अन्दर जाने के कारण शरीर उत्साहित होता है, वहाँ हृदय को भी बड़ी प्रसन्नता प्राप्त होती है, जिससे वह पुष्ट होता है इसी से ही आरोग्यता तथा आयु बढ़ती है । सैर करने से आमाशय भी बलको प्राप्त होता है । अठराग्नि प्रज्वलित होती है । शरीर तन्मुरुस्त होता घना जाता है । अग प्रत्यंग पुष्ट होते हैं । और मनुष्य आने वाले विविध प्रकार के रोगों से बचा रहता है । ग्रामीण लोगों की अपेक्षा नगर निवासियों को सैर की अधिक आवश्यकता रहती है, क्योंकि इन विचारों को प्रायः सारा दिन गलियों की सड़ो, मरतूर तथा बद वायु कोही सेवन करना पड़ता है बाहिर की खुली तथा ताजा हवा इनको मला कहां नसीब । जो सैर करने निकलते भी तो नगर से बाहिर निकलते ही आध घण्टा लग गया, यकाम जरा प्रतीत हुई, अब आगे कौन जाये, समय भी थोड़ा मिलता है, घरके बहुत सारे काम आप करने हैं खसो मुड़ चखें । नगर निवासियो ! याद रखो ! कि नगर के गली कूचों में ही फिर फिरके और जरा बाहिर निकलते ही मुड़ आना सैर नहीं कहला सकता, माना कि आपके अंगो को थोड़ा बहुत छिखना पड़ा, परन्तु सैर का वास्तविक उद्देश्य पूरा नहीं हुआ । नगर के गली कूचों की वायु विविध धियों, गरव व गुवार, धुआं नाखियों तथा पाखानों की दुर्गन्धि से मिली जाती है जिसे आप सारा दिन सेवन करते रहते हैं । दुर्घटना दिन प्रतिदिन बढ़ रही है । मुख मण्डल पर लाली के स्थान सुफेरी आ रही है यही

कारण है, कि तुम शीघ्र थक जाते हो परन्तु शरीर २ खुली वायु में जाने का स्वभाव अपनाओ । तुम्हारा स्वास्थ्य बड़ेगा, और शीघ्र थक भी न जाया करोगे । क्योंकि शुद्ध वायु रक्त को शुद्ध और पवित्र कर देती है । दिन भर के विष को निकाल देती है । और शरीर को प्रसन्नता प्रदान करती है । सैर में दो बातों का ध्यान रक्खा जाता है, एक खुली स्वास्थ्यप्रद वायु का प्रभुत्व जानना, दूसरे शरीर का हिलना जुलना । अतः जिस प्रकार यह दो बातें पूरी हों वही सैर है । पैदल चलना सबसे अच्छा है । अश्वारी दूसरे वर्ज है, गाड़ी में सैर करना इतना अच्छा नहीं, क्योंकि यद्यपि एक उद्देश्य हवा का प्रभुत्व जानना तो पूरा हो सकता है, परन्तु शरीर को हलकत नहीं होती । शरीर के हिलने जुलने से श्वसन अंग जल्दी २ धीमा करते हैं, जैसे कि हम अधिक वायु ले रहे हैं और गाड़ी में बैठ कर सैर करने की अपेक्षा अधिकतर तबुरकस्त हो रहे हैं । धार्मिकज पर सैर करना भी छोड़े पर सैर करने के बराबर है । एक विकारसक में बड़े अनुसन्धान के पीछे यह निश्चय किया है कि धार्मिकज पर अधिकतर चलने वालों को कोई ऐसा भोजन जिसमें नाइट रोजन का अंश अधिक हो खाना चाहिये । जिनको नेत्र रोग हो उन्हें धार्मिकज पर सैर करना उचित नहीं, न ही दृश्य रोगियों को । रोगियों को गाड़ी में सैर करना ठीक है । अथ कभी गाड़ी में यात्रा करो तो अपनी बैठक को बदलते रहना, कभी सीधा बैठे रहो कभी आधा जंघा हुए, कभी एक ओर झुक कर, कभी दूसरी, और झुक कर, जिस से थोड़ी बहुत हलकत हस्ती रहेगी, और एक ही प्रकार बैठे रहने से गाड़ी में जो हिलकाले लगते हैं और उनसे किन्ही राग के उत्पन्न होने का भय रहता है, बदलते रहने से यह भय नहीं रहता ॥

रात को सैर इस वास्ते निषेध है ।

कि रात का एक तो विविध प्रकार के दृश्य दृष्टि नाशर नहीं होते, जिससे मन को प्रसन्नता नहीं होती, दूसरे रोम कूप भी सर्दी फैलाकर मज्जी प्रकर नहीं जुलते, साथ ही वायु भी वैसी उत्तम नहीं

होती जैसी कि दिन की। रात को वागों में सैर करना सर्वथा निषिद्ध है, कारण यह कि तमाम वनस्पति रात को प्राकृतिक (जीवनदायक प्राणवायु) को भीतर लेते और कार्यात्मक एसिड गैस (विषैली वायु) को बाहर निकालते हैं जिस प्रकार मनुष्य श्वास लेता है, उसी प्रकार वृक्ष भी लेते हैं, मनुष्य व पशु अपनी जीवन देने वाली वायु को सर्वत्र भीतर लेते और विषैली वायु—कार्यात्मक एसिड गैस—को बाहर निकालते रहते हैं, परन्तु वृक्षों में यह नियम और प्रकार से है, वृक्ष जता वनस्पति आदि सब सूर्य के प्रकाश में विषैली वायु अर्थात् कार्यात्मक एसिड गैस को भीतर लेते हैं, और उसको शुद्ध करके अर्थात् उसमें से कार्बन को जिससे वह वायु विषैली बन रही थी, अपने भीतर रखकर शेष शुद्ध (स्वच्छ और जीवन देने वाली वायु) का बाहर निकाल देते हैं, यदि वृक्ष ससार पर न रहें तो ससार की शीघ्र समाप्ति होजाय, क्योंकि तमाम वायु विष से भर आवे, यह परमात्मा की दयालुता है कि उसने वृक्ष भी साथ उत्पन्न कर दिये, जो जीवन धारियों की शब्दी की हुई वायु को साफ कर देते हैं, परन्तु यही वृक्ष रात को कार्यात्मक एसिड गैस को बाहर करते हैं, इसी वास्ते तो

रात को वृक्षों के नीचे सोना निषेध है ॥

“पेट भर कर खाना खाकर सैर करना भी निषेध है, किसी डाक्टर का कथन है “जो भोजन खाकर दौड़ता है, वह मृत्यु के पीछे दौड़ता है” सैर करना इतना तो हानिकारक नहीं, परन्तु पाचनशक्ति को अक्षय्य विगाड़ता है, कारण यह कि पेट भर कर खाना खाने से शरीर की शक्ति उसको पाचन करने में लगी होती है, यदि उस समय चलोगे तो शक्ति के इधर उधर हो जाने के कारण खाना भली प्रकार न पचेगा, और अपाचन का कारण होगा। थोड़ा सा स्वादिष्ट भोजन खाकर सैर करना उत्तम है, स्मरण रहे कि भोजन के पश्चात् शनै २ फीरना हानिकारक नहीं प्रत्युक्त शुणकारी है, एक डाक्टर का कथन है :—



After dinner 'sleep a while,

After supper walk a mile

अर्थात् दिन के खाने पश्चात् थोड़ा समय सो जाओ और रात्री का भोजन करने के पश्चात् १ मील सैर करो" परन्तु भोजन करके सोना भी अच्छा नहीं और पेट भर कर भोजन के पश्चात् सैर भी उत्तम नहीं, इस कारण डाक्टर साहिब का यह अभिप्राय प्रतीत होता है कि दिन का भोजन करने के पश्चात् थोड़ा समय विश्राम करो और रात्री का भोजन करने के पश्चात् शनै शनै टहलो, इस स्थान पर इतना ध्यान कर देना आवश्यक प्रतीत होता है कि (भोजन के पश्चात् छोटो तो प्रथम धीरे करवट फिर धीरे करवट छोडो ॥)

सैर में अकस्मात् सर्दी से बचना चाहिये ।

आप जानते हैं कि सैर करने से पसीना आता है, यह पसीना गर्मी के दिनों में तो अधिक होता है परन्तु सर्दी के दिनों में इतना थंडा होता है कि प्रतीत नहीं होता, परन्तु निकलता अवश्य है, यह पसीना अस्वानक सर्दी लगाने से यदि रुक जाय तो कई रोग यथा धर्मे, सन्निवृत्त, सर्दियों में तमोनियां बहुभूयधादि रोग पैदा हो जाते हैं, और स्वास्थ्य को बहुत हानि पहुंचती है, इस घाते सावधानी रखनी चाहिये कि अस्वानक सर्दी सैर करते २ म दूग जावे अधिकता हर हास्रत में हानि करता है और अत्याधिक सैर करना भी स्वास्थ्य को हानि कारक है, जिस प्रकार खाने और पीने शौच आदि के घास्ते एक दूग (मीमा) नियत करना कठिन है,

इसी प्रकार सैर के लिये भी सीमा नीयत करना कठिन बात है । जिस प्रकार खाने के लिये यह सीमा नियत हो सकती है, कि जब तृप्त हो जाओ तो दो चार ग्रास की भूख रख कर बस कर देना चाहिये, इसी प्रकार सैर के लिये भी केवल यह सीमा हो सकती है, कि जब चित्त सैर से भर जावे अर्थात् आप का हृदय प्रसन्न प्रतीत हो और तुम्हें कुछ थकान आन पड़े तो बस कर दो । परन्तु हमने बहुत देखा है कि बाज मनुष्यो को गोड़ी देर चलने से ही थकान होने लग जाती है, और इस से आगे उस से भी अधिक दूरी पर वह चले जाय तो उन को तकलीफ नहीं होती । ऐसे मनुष्य मानो शीघ्र थक जाने के अभ्यासी होते हैं, उन को इस बात का ध्यान रखना चाहिये, कि जब चित्त उकताने लगे हृदय व्याकुल होने लगे, जम्हाइयाँ आदि आने लग जाय उस समय सैर बन्द कर देना उचित है । सैर करते २ अचानक कमी ऐसा होता है, कि मुख का स्वाद बर्ज गया, मुख शुष्क होने लगा, और चित्त घबराने लगा और यदि गोड़ी देर और सैर जारी रखता तो घमन होने लग जाती है । उस समय शीघ्र ही यह यत्न करना चाहिये कि चित्त को प्रसन्नता प्राप्त हो किसी स्वच्छ स्थान पर बैठ जाओ, जिस प्रकार तुम्हारा चित्त प्रसन्न हुआ करता है, उसी प्रकार से प्रसन्न करने का यत्न करो, क्योंकि यदि उस समय तुमने अपने चित्त को ठीक न कर लिया तो अशुभ्य कोई न कोई रोग लग जायगा । मुझे याद है, कि एक बार मैं सैर करने के लिये नगर से बाहर निकला ही था कि मेरा चित्त बिगड़ गया उसी क्षण घर लौट आया, परन्तु आते २ मो घायु अपना प्रभाव कर गई । उस समय तबीयत इतनी खराब थी कि कुछ कहा नहीं जा सकता । यदि भूट पट तबीयत ठीक न हो जाती तो ठीक न होता, जब तुम सैर को जाओ तो किसी मित्र को साथ लेते जाओ, नहीं तो चित्त प्रसन्न नहीं रहेगा । धन्य है वह मनुष्य जो अपनी स्त्रियों को सैर के लिये साथ ले जाते हैं । मेरा मतलब अंगरेजों से है । हमारे देश में भी यदि

यह प्रथा हो आय तो कोई हानि प्रतीत नहीं होती, निःसन्देह स्त्री का अकेल घर से बाहर अपनी इच्छानुसार फिरसे रहना घुसा है और ऐसी स्त्रियों के आचार पर सन्देह भी हो सकता है, परन्तु जो अपने पति के साथ बाहर जावें, और अब जावें, पति अथवा भाई को साथ लेकर ही जावें, तो उन पर किसी प्रकार का सन्देह करना कौन सा न्याय है। यदि यह रीति भारतवर्ष में प्रचलित हो आय तो नित्य प्रति स्त्रियों को जो रोग होते रहते हैं वह बहुत घटे जावें। जो गन्नी कूचों की सड़ी और गंदी धातु खाते २ ही सारी धातु व्यतीत कर देती हैं वह कैसे निरोग रह सकती हैं और दीर्घायु प्राप्त कर सकती हैं। ग्रामीण स्त्रियें जिनको सहज ही सर को अच्छा अथवा मिला जाता है, ऐसी सुन्दर तथा बलवान होती हैं, कि शहर की दस बीस स्त्रियों को एक ही मार मगावें। इसके अतिरिक्त ग्रामीण स्त्रियों को प्रसूत समय इतना कष्ट नहीं होता जितना कि शहर की स्त्रियों को बहुधा हुआ करता है। नगरों में प्रसूत से बहुत सी स्त्रियें मर जाती हैं, गावों में ऐसा बहुत ही कम जाता है। नगर निवासी स्त्रियों के मुख पीले, और ग्रामीण स्त्रियों के चेहरे की न्योई लाल होने हैं। नगरों की स्त्रियें एक भोजन मर पैदाज बहुत कम चल सकती हैं, और ग्रामीण वृश बाण्ड कास चले जाना कोई बात ही नहीं समझती। शहरों की स्त्रियें छाटी और ग्रामीण दीर्घागाओं वाली होती हैं। शहरों की स्त्रियों में यदि एक को श्रुत सम्बन्धी राग है, तो दूसरी काम राग प्रस्त है परन्तु ग्रामीण स्त्रियों में यह रोग बहुत ही कम पाए जाते हैं। शहरों की स्त्रियों के प्रायः गर्मपात होते रहते हैं, परन्तु ग्रामीण स्त्रियों में कदाचित्त ही किसी में ऐसी दुर्घटना सुनी होगी। इन सब का कारण यह है, कि नगर निवासी स्त्रियों का शुद्ध तथा खुली धातु कमी प्राप्त नहीं होती न तो यह शारीरिक व्यायाम करती हैं और न ही किसी प्रकार का वह सर कर सकती हैं। मूला, जत, और स्यापा, साय दिन ६ बैठने का स्थान है।

गर्भियों में सैर सूर्योदय तथा अस्त के समय अच्छी है, परन्तु सर्दियों में यदि शीतल का अखसर मिल सके तो उत्तम है ।

सैर करने के अनंतर यदि थोड़ा सा दूध अथवा मिठाई वा ऐसी ही कोई और स्वादिष्ट वस्तु खाओ तो बहुत अच्छा है । सैर से आकर तत्काल स्नान करना अच्छा नहीं है, इस से भी बड़ी हानि होती है, जोकि सैर में अचानक सर्दी लग जाने से। और जिसका वर्णन पीछे हो चुका है ॥

बहुत शीघ्र चलना क्रोध का चिह्न है, और बहुत मन्द चलना रोग का, अतः साधारण पग उठाओ ॥

( जब तुम सैर को आओ तो पुस्तक आदि कुछ पढ़ने को न ले जाओ, क्योंकि जहाँ मार्ग चलते पढ़ना नेत्रों के लिये हानिकारक है, वहाँ सैर का यथोचित उद्देश्य भी सिद्ध नहीं होता । तुम विचार करते होगे कि तुम्हारा समय व्यर्थ गया, परन्तु याद रखो कि वह व्यर्थ नहीं हुआ, किन्तु तुम सैर करते २ आगे पढ़ने के लिये तय्यार हो रहे हो, और तुम्हारा मस्तिष्क दृष्ट पुष्ट हो रहा है ) एक कारीगर को यदि कुन्दा हथियार दिए जाए तो वह सारे दिन में भी इतना काम नहीं कर सकता, अतः कि एक तीक्ष्ण हथियारों वाला कारीगर दो चार घण्टे में कर सकता है । इसी प्रकार यदि आपकी दृष्टि आपकी स्मरणशक्ति और आपका स्वास्थ्य खराब है तो आप का सारे दिन का पढ़ना आपको कुछ गुण नहीं करेगा । अपने हथियारों को तेज रखो और फिर काम में लगो । सैर तुम्हारे स्वास्थ्य, तुम्हारा दृष्टि तथा स्मरणशक्ति के तेज करने में सहायक होगा । अतः इसको समय नष्ट न मानो, और सैर के समय सैर ही करो । मन एक बड़ी बलवान शक्ति है, यदि सैर के समय तुम्हारा ध्यान सैर में नहीं है तो सैर तुम्हें वैसा ब्यर्थ नहीं बना सकती । अतः जब तुम सैर को आओ तो पुस्तक आदि कुछ पढ़ने के लिये साथ न ले जाओ ।

सैर के विषय में यह भी कह देना 'उचित' प्रतीत होता है कि जब खुली धार में सैर किया जावे, तो उद्योग यह होना चाहिये, कि अधिकतर श्वास नाक के द्वारा ही लिया जाये, क्योंकि इससे प्रायः बहुत से रोगों को ज्ञास होता है, जैसा कि उरःज्ञत और सब रोगियों को तो विशेष कर यही शिक्षा है, कि जब यह सैर करें वह मुँहको बन्द रखें, और नाक द्वारा श्वास लें। हम फिर कहते हैं, कि

### व्यायाम

ऐसा सर्व हितकर नियम है कि सारे डाक्टर, ससार मरके मल्ल रात दिन इसके गुण गाते रहते हैं। डाक्टर वैद्य तथा हकीम सारे उ सारे इस पर सहमत हैं, कि व्यायाम स्वास्थ्य को स्थिर रखने, और आयु को बढ़ाने के लिये सबसे आवश्यक वस्तु है। जो मनुष्य व्यायाम नहीं करता वह कभी भी रोगों से सुरक्षित नहीं रह सकता। थोड़े दिन हुए मैंने एक अखबार में पढ़ा था कि एक पुरख अमेरीका में हुआ है जिसकी सम्मति है कि व्यायाम कदापि नहीं करना चाहिये, जहाँ तक हो सके दिखना छुलना भी उचित नहीं है दिमागों काम कुछ करते रहना चाहिये। इससे आयु बढ़ती है, परन्तु इस अनासी बात को कौन मान सकता है, जबकि कीकरसिंह और सैराडो जैसे मल्ल इस बात का प्रमाण दे रहे हैं, कि व्यायाम से बढ़कर पुष्ट और स्वास्थ्य बनाने का और कोई उत्तम योग नहीं, वैद्यक के सबसे माननीय ग्रन्थ सुश्रुत में लिखा है—

“व्यायमो नोपसर्पसिंहं सुप्रमुगाद्य”

अर्थात् व्यायाम करने वाले मनुष्य के पास राग नहीं फटकता, क्योंकि वह उससे इस प्रकार रहते हैं जिस प्रकार सिंह से मृग। एक समय एक पंडित की स्त्री कुंभ पर पानी भर रही थी कि एक वैद्य महाशय आगए और उस स्त्री से पानी मांगा, परन्तु स्त्री ने कुछ

परवाह न की इस पर वैद्यजी क्रोध मं प्या गये और कहने लगे इस का वशता उस समय लूगा जब तेरा पति बीमार होगा । खी विचारी का बड़ी चिन्ता लग गई, और सारा वृत्तान्त अपने पति से आ-सुमाया । पंडित था बड़ा बुद्धिमान उसने उसी क्षण एक श्लोक ( जो सुमहरी अक्षरों में लिखकर सदा पास रखना चाहिये ) लिख दिया और कहा कि वैद्यजी को दे आओ, ज्योंही वैद्यजी ने उस श्लोक को पढ़ा आकर पंडित जी के पाशों पर गिर पड़ा । उस श्लोक का तात्पर्य यह है—

“वैद्य जी ( जो जाग अपने दीर्घ्य को व्यर्थ नहीं गधाते और जो सदा व्यायाम करते रहते हैं, उन का रोग और आप जैसे वैद्य नहीं डरा सकते )”

अतः पाठकगण ! इस बात को मज्जी प्रकार इत्थं करे कि जो लोग व्यायाम नहीं करते वह कभी व्याधियों से बचे नहीं रह सकते । दीर्घायुष्य का सब से जरूरी परन्तु सब से सहज भेद यह है, कि हम नित्यम्प्रति व्यायाम किया करें, परन्तु हा—

### किस प्रकार व्यायाम सर्व रोगों का इलाज है

डाक्टर कोहनी साहिय जरमनी के एक प्रसिद्ध डाक्टर है उन्होंने एक मधोम पुस्तक चिकित्सा विधि पर लिखी है, जो बीसियों धार छप चुकी है, सब डाक्टरों ने उस को स्वीकार किया है ।

डाक्टर साहिय का कथन है, कि ससार म केवल एक रोग है अतः इस की चिकित्सा भी एक ही प्रकार की होनी चाहिये ।

डाक्टर जी कहते हैं कि जितने रोग हैं वह सब एक ही रोग के विविध नाम हैं, जोकि रूपों और विविध रूपों में प्रगट होते हैं अतः उन रूपों के कारण ही उन के सिद्ध नाम नियत किये गए हैं वास्तव में वह एक है, उस का कारण एक है, और उस की चिकित्सा भी एक है, जैसा कि वह लिखते हैं ।

“अब हमका विचारना चाहिये कि शरीर म किस प्रकार के कर्म

से गड़ बड़ उत्पन्न होती है जो मात्रम रुचि के विरुद्ध शरीर में पहुँचा उस की प्रकृति (निरुद्ध ज्ञान बाहर निकालने का यत्न करती है, चाहे पुरीष के द्वारा, चाहे धम्म द्वारा, अथवा किसी अन्य प्रकार से। सारांश यह कि यदि यह अरुचि से स्नाया हुआ भोजन बलपूर्वक नहीं रोका जाता तो नियत समय से पहले अरुचि निकल आता है, और साथ ही दूसरे आहार को भी हजम होने से पहले ही ल आता है। नहीं तो इस प्रकार प्रकृति विरुद्ध और अप्रसूतया वर्तने हुए भोजन के अणु अन्तर्दियों में पहुँचते हैं, और इस दशा में पाचन पूरी तरह नहीं हो सकता, ऐसे अणु प्रायः स्वभाविक ही स्वमेय निकल जाते हैं, और यदि काइ अणु रुचिर के साथ मिल भी जाय ता तत्काल जुदा हो जाता है।

“ यहाँ तक ता काइ हानि नहीं दाती, परन्तु मन्द भाग्य से प्राकृतिक नियमों का विरोध सर्वदा होता रहता है और पुनः २ भिन्नु नित्य प्रति क्रिया आता है। शरीर अपना काम्य करने में अस्मर्थ हो जाता है। दूषित पदार्थ पहले २ आमाशय के रस्ती के निकट इकट्ठे होते हैं दिनों दिन इस दूषित पदार्थ की मात्रा बढ़ती जाती है। अथ यदि यह पदार्थ बाहर न निकला ता नीच ऊपर फैलता है, और शरीर के सब अङ्गों में प्रवेश करने लगता है, बड़ी नाली से यह सिर और अ प अङ्गों की ओर जाता है, यहाँ तक कि शरीर की सीमा तक ही जाकर रुकता है फिर शरीर इस को सह पर क्षम का यत्न करता है, परन्तु उसे कुछ काल तक कुछ कार्यता नहीं होती, जब यह दशा हो जाती है, तो शरीर से पसीना श्लेश्मिक निकलना आरम्भ हो जाता है, और यह पहले शरीर की सीमा पर प्रकट होता है यद्युपार्थ से पसीना निकलना और इस से शरीर को सुख मिलता है। अथपि इस के विषय में लोगों का मिथ २ मत है। पसीना निकलना भी मानों राग विषेय का चिन्ह है, परन्तु इसे उचित उपायों से रोकने से भी शरीर में गड़ बड़ो

और अधिक हो जाती है, उभारने वाले कारण (Exciting cause) यथा सरदी का लगना, कोई कठिन क्रिया वा वाहक चोट यथा किसी प्रकार के और कारण इस मज को शरीर की सीमा से फिर उसी रस्ते वापस ले जाते हैं, जिस से वह आया था। जोड़ी पर पहुँच कर वह मज प्रायः रुक जाता है, और इस तरह शरीर में शोध पैदा हो जाती है, और यह जोड़ों के निकट ही हुआ करती है, जैसा कि हम गठिया की दशा में देखते हैं। वह सारे अङ्ग जिन में दूषित मज रुक जाता है अपने स्वाभाविक कार्य को मही प्रकार निवाह नहीं सकते, रधिर का चलना बन्द हो जाता है, जिस का परिणाम यह होता है, कि शरीर का पोषण ठीक नहीं हो सकता। बिन अंगों पर अधिक दबाव पड़ता है, वह सरद (ठण्डे) हो जाते हैं, और फिर उन को गरम करना एक कठिन काम हो जाता है, और यह सरदी पहले हाथ पाओं पर और फिर सारे शरीर पर फैल जाती है, परन्तु इस के साथ २ दूषित मज शरीर की वाहक घनावट में भी परिवर्तन पैदा कर देता है, और यह एक ऐसी साधारण बात है, कि बहुत से मनुष्य इस परिवर्तन का अनुभव नहीं कर सकते, परन्तु इन की बाहरी लक्षणाओं से पता लग सकता है कि शरीर में मज (मवाद) जमा है ॥

“ इस उपरोक्त विषय ही से अथ कर्ता ने मुख कर्तों को दृष्ट कर ही सारे रोगों के जान खेने की योग्यता प्राप्त कर ली है। क्योंकि मुखमण्डल तथा ग्रीवा में रोगों के होने से छोटे २ परिवर्तन ( यद्यपि उनको पहिचानने में बड़े साँच विचार की आवश्यकता पड़ती है ) प्रतीत हो सकते हैं ॥

“ यहा स्वास्थ्य की परीक्षा पर आपका ध्यान आकर्षण किया जाता है, जब इस पूर्वोक्त परीक्षा से यह सिद्ध होजाय कि स्वास्थ्य अपनी ठीक दशा पर है, तो जान खेना चाहिए, कि भोजन खे जाने वाली माली तथा कुल शरीर में कोई गदा पदार्थ नहीं है। क्यों



कि सारे शरीर में संचार होने से पूर्व मोजन नाली में ही यह गंधा मादा प्रवेश करता है। यदि इस पूर्वोक्त परीक्षा से यह पता लगे कि स्वास्थ्य ठीक नहीं तो पहला काम यह होना चाहिए कि हम पता लगायें कि शरीर में कितना दूषित मादा एकत्र हुआ है।

“यद्यथा शरीर पर इतने घड़-शाय हो जाते हैं, जो प्रत्येक मनुष्य को नजर आ सकते हैं, जैसे फोड़े, फुसियां, यंत्रि हम प्राक्तरिक शरीर को शुद्ध और साफ कर सकें, तो यह फोड़े-फुसियां स्वयंमेव नष्ट हो जाते हैं, यदि कोई कृत्रिम उपाय शब्द इत्यादिक करता जाय तो इससे शरीर को हानि पहुंचती है क्योंकि जो मादा (पदार्थ) अम्ल इकट्ठा होगया था, वह शरीर के सब अङ्गों में फैलता है और जो शरीर मुषाद से भरपूर है वह निश्चय रूप्य है, और अतिसा अधिक बीमार है उतना ही अधिक मुषाद उस में मौजूद है तथा मुषाद आवश्यक है कि और मुषाद पैदा करे। और यह वास्तविक कारणों पर निर्भर है कि वह कब बढ़ता है अतु परिवर्तन से वा मोजन से अथवा किसी और कारण से मुषाद इकट्ठा होने लगता है। यदि शरीर में अथवा उसके किसी अंग में दूषित मादा अधिक हो तो वह सार शरीर में वा उसके किसी बहुत बड़े भाग में फैल जाता है। यह ऊष्मा पैदा करता है, जो सारे शरीर पर फैल जाती है, यह यही प्रचुर होती है जिसे 'साधारणतय' ज्वर कहा जाता है मुषाद के इकट्ठा होते समय शरीर वास्तविक मादा का बाहर निकालने का यत्न करने में अपनी सारी शक्ति लगाता है, अथवा मादा फैलने के लिए शरीर के यत्न का नाम ज्वर है अतः हर एक कठिन ज्वर स्वास्थ्य की पुनः प्राप्ति के लिए एक प्रयत्न है, जो मादे के इकट्ठे हान से पैदा होती है, सारे (acute) रोगों का यही कारण है, इससे सिद्ध होता है कि ज्वर स्वयंमेव हट जाना चाहिये जब मादा बाहर जाय, और यही व्यापारिक उपाय है। यदि यह कृत्रिम उपायों से दबाया जाय वा गंधा मादा शरीर में बना रहता है, और शरीर का दुःस्वास्थ्य रोगों का विकार बनाता है।

“प्रिय पाठकगण ! क्या आपने कभी इस बात का विचार किया है, आपका एक मित्र ता यह कहता है, कि मैं अपने पिछले ज्वर से विमुक्त होकर पहले से कहीं अधिक स्वस्थ हो गया हूँ, और दूसरा कहता है कि मुझे पिछली बीमारी के पीछे कोई न कोई व्याधि लगी ही रहती है। अब आपका इन दोनों परस्पर विरोधी दशाओं के सम्झने में कोई कठिनता न रहेगी। पहली दशा में तो ज्वर मुयाद को बाहर निकालने में कृतकाम्य हुआ है, और दूसरी दशा में वह अपने इस काम में सफलता प्राप्त नहीं कर सका।

“उष्णता के धातुक चिह्नों के कारण इसके मिन २ नाम पढ़ गये हैं। और इसमें वह सब रोग भी सम्मिलित हैं जो विशेष कर बालकों को होते हैं जैसे शीतला, खसरा, और मोति कुरा आदि। विपूचिका मरोड़ और सम्निपातक ज्वर भी इसी प्रकार के रोग हैं ॥

“जैसा कि हमने पहले ध्यान किया इन सबका कारण एक ही होता है। और इनका भेद केवल अधिकतर बाह्य दशाओं पर तथा इस मादा के जो नाखियों में भर जाता है न्यूनार्धिक होने पर निर्भर होता है। प्रायः बलवान् मनुष्यों की दशा में यह हाता है कि शरीर के केवल थोड़े से भाग से मादा को निकालने पर वह ज्वर से बचे रहते हैं, और अपने स्वास्थ्य के अच्छा होने पर बड़ा गर्व किया करते हैं क्योंकि उनको कृपित मादा के दशाओं से पहिले पहिल कोई तकलीफ नहीं होती। अतः में उनकी हाजत भी उन रोगियों-की सी होजाती है, जिसका ज्वर औषधियों द्वारा दबाया जाता है। हाते होते दुःखदायी दशा होजाता है, जैसे शिरः शूल खांसी, दन्त पीड़ा, मामो सारा जीवन दूमर प्रतीत होने लग जाता है। और यह कुछ दिनों दिन असह्य होता जाता है। शरीर के कई अंग निवृत्त हो जाते हैं, बाज या ता श्वेत हो जाते हैं, या गिर जाते हैं। दान्त खराब हो जाते हैं नेत्र तथा कान अपनार कर्म करने को असमर्थ होजाते हैं, अथवा सर्वथा निरुत्त हो जाते हैं, शरीर के वह जोड़ जहाँ मादा अधिक इकट्ठा

होता है, ठण्डे हुआ जाते हैं और पीड़ा होने लग जाती है। पाचन शक्ति बिगड़ जाती है, कभी कोष्ठबद्धता कभी प्रतिसार, मुखाव के शकटा होते रहने के दिनों में अन्तर्द्वियों पर उष्णता फैल जाती है, और आमाशय की म्निष्ठी को शोषन करके कम्ब पेश कर देती है।

“ इसके अनन्तर जा और रोग होते हैं उन सबके नाम लिखना विस्तार से स्याही नहीं और न ही कुछ उसका लाभ है इसलिये यहाँ केवल हम फेफड़ों की प्रसिद्ध और असाध्य उपाधियों के नाम तथा उनके कारणों का वर्णन करते हैं।

“ फेफड़े बूसरे अंगों की भाँति उसी समय रोगी होते हैं जब इनपर एक ठुड़े रूप २ मादा का प्रवाह पड़ता है, और उनका विनाश उस समय आरम्भ होता है, जब फिर वापिस जाता है। यह मादा आमाशय से आरम्भ होकर फेफड़ों की ओर फैलता है, और फेफड़े के अन्तिम भाग अर्थात् कम्बे के नीचे पहुँच कर ठहर जाता है, यहाँ से आगे नहीं आसकता, इसलिये फेफड़ों के खिरो पर एकठा होकर उनका विनाश का कारण होता है, इसी का नाम तपेदिक (तपे) है।

अब जबकि आपका ज्ञान हो चुका, कि सर्व रोग एक गद्दे प्रवाह के कारण ही उत्पन्न होते हैं, तो यह जान लेना कठिन नहीं है, कि व्यायाम इन सब का एक मात्र उपाय है। व्यायाम के द्वारा रामरूप जुलते हैं, रक्त का सञ्चालन अजदी २ हाता है, और किसी भी प्रकार का मादा चाहे वह कहीं हा पसीने के राह निकल जाता है।

मुफाद उलब छूब घूनाभी की एक प्रमाथिक पुस्तक में लिखा है —  
 “ जा घस्तु सार्ई जाती है, वह सारी की सारी गरीर का अश नहीं बन जाती किन्तु उसमें से कुछ २ अंग बच रहता है, और यह स्पष्ट ही है कि यदि यह शोष जा प्रत्येक विपाक से बचता है यदि न निकाला जाये और न पचे और वैसा ही पाा रहे ता कुछ बाज के पीछे बिहार

उत्पन्न करेगा, दुर्गन्धित होगा तथा अन्तरीय रोग उत्पन्न करेगा, यदि मात्रा में अधिक होगा, तो दोषाधिक्य के रोग पैदा करेगा और यदि साधही गाढ़ा होगा, तो प्रकृति में विगाह डाल देगा। यदि किसी विशेष अंग पर पड़ेगा तो शोध उत्पन्न करेगा और ज्वर। इसी मात्रा का अंश जीवन शक्ति को क्षीण करेगा। अतः सावधान रहना चाहिये, कि यह मात्रा एकदम ही न हो, और यह सावधानी व्यायाम है। इसलिये यद्यपि प्रकृति का [यह स्वभाव है कि सर्वत्र शेषमूल को दूर करने में लगी रहे, परन्तु गति बिना ऐसा नहीं कर सकती।

(परन्तु प्रश्न किया जा सकता है, कि घमन तथा विरेचन आदिसे भी थोड़े २ काल के अनन्तर शोधन हो सकता है, जिसका उत्तर याग्य प्रत्यक्षता इस प्रकार देता है ॥ )

परन्तु घमन विरचन से शेष मात्रा का निकालना और यह भी थोड़े २ समय पश्चात् शक्तियों का निर्धूल करना है इस लिए वह औषधियाँ जो इस गदे मुष्माद का अन्दर से निकालें वा शोधन करें बिना विष की मिलाघट के नहीं होतीं। इसप्रकार शोधन से हृद्घातु भी अघश्य निकल जाता है और यह भी हो सकता है कि ऐसा वायु बाहिर निकले जिसको निकलना नहीं चाहिये।

‘मुकरात का कथन है — ‘और यह भी सम्भव है कि औषधि देने में कोर भूल होजाय, और उस से राग अधिक होजाये जैसा कि अफलातून एक स्थान में लिखता है “रेचक औषधी का पिजाना अंधेरे में तीर चलाने की न्याई है जो कभी ठीक बैठता है, और कभी खाशी जाता है’।

प्रकृति की वास्तविक दशा और औषधियों का प्रभाव बहुत अन्वेषण के पश्चात् निर्धारित किया गया है और यह निश्चय है कि कथित शय मूल को जमा होने से रोकने के लिये —

व्यायाम से उत्तम कोई दूसरी वस्तु नहीं है ।

इस लिये कि बिना कष्ट यह मज को पचा देता है और प्रकृति का सहायक है ।

यूझकी सेनाका कथन है, कि जो मनुष्य नियमानुसृत व्यायाम कर सकता है, वह समस्त औषधियों से पृथक् है और व्यायाम न करने वाला प्रायः सय राग न प्रस्त हो जाता है ॥

करशी का कथन है—कि व्यायाम को परित्याग कर देने से शक्तियाँ क्षीण हो जाती हैं । और व्यायाम से जाम बहुत है, केवल चाहे ही यहाँ धर्षण किये गये हैं । यह आमाशय के राग को दूर करता है और अठरागि का प्रज्वलित करता है और संधियों ( जोड़ों ) को पुष्ट करना है, मज को पचा देता है और रोमकूपों को सौज देता है ” ।

देखिये सुभुत न संक्षिप रीति से इस प्रकार व्यायाम के लाभों का वर्णन किया गया है माना लागर को गागर ( घट ) में भर दिया गया है । उन श्लोकों को अथ सवित नीचे उद्धृत करता हूँ ।

शरीरोपचयः क्रांतिर्गात्राणा सुविभक्तता ।

धीमांभित्वमनात्तस्य स्थित्वा लाघव मृजा ॥

अमरुमपिपासोप्यायितादीनां सद्भिष्णुता ।

आरोग्य चापि परम व्यायामाद्दुपजायते ॥

न चास्ति सदृश तेन किञ्चित्स्वौत्पापकर्षणम् ।

न च व्यायामिन मर्त्य मर्त्यस्वरयोभयात् ॥

न चै न सहस्राक्रम्य जरा संधिरोक्षति ।

विद्विभ्यसि गांस न व्यायामागमि सस्यन् ॥

वयोरूपं शुभौर्हीनमपि कुर्यात्सुदर्शनम् ।

व्यायामं कुर्वतो नित्यं विरुद्धमपि भोजनम् ॥

विदग्धमविदग्धं वा निर्दोषं परिपच्यते ।

व्यायामो हि सदा पथ्यो बलिना स्निग्धं भोजिनाम् ।

स च शीते वसते च तेषां पथ्यतमः स्मृतः ॥

### भावार्थ

(१) व्यायाम से शरीर बढ़ता है, सौन्दर्यता अधिक हाती है, भ्रम सुझौल बनते हैं, अधिक मोटे को पतला, और अधिक पतले को मोटा बनाने का यदि कोई उपाय है, तो केवल यही व्यायाम है। शरीर को सुझौल बनाना, व्यायाम का प्रथम कार्य है, सौन्दर्य नीरोग्यता तथा सुझौलपन का दूसरा नाम है। व्यायाम से सौन्दर्य दिनों दिन बढ़ता है, जिनके मुख मलीन रहते थे केवल छे मास के लगातार व्यायाम से उनके मुखमण्डल चमकते हुए हमने अपनी आँखों देखे हैं। लाघव्यता व्यायाम करने वाले के अतिरिक्त और किसी के चेहरे पर नहीं आसकती। व्यायाम करने से जठराग्नि तेज हाती है, और जैसा कि मैं पहिले लिख चुका हूँ नीरोग्यता बहुधा आमाशय तथा जठराग्नि के ठीक होने पर निर्भर है। यदि कोई भी रोग हो आप उसमें अवश्य आमाशय में कुछ न कुछ खराबी देखेंगे। आमाशय की शक्ति को ठीक रखने के लिये जैसा कि और बहुत से छोटे २ नियमों का होना आवश्यक है जिनका मैं वर्णन कर चुका हूँ, वैसा व्यायाम का होना भी परमावश्यक है।

मन्दाग्नि के लिये मूल्यरहित परन्तु बहुमूल्य नुसखा व्यायाम है। घबराहट करने वाले मन्दाग्नि की शिकायत करते बहुत ही कम देखेंगे व्यायाम आलस्य का परम शत्रु है अर्थात् व्यायाम और आलस्य एक समय एक ही स्थान में एकट्ठे नहीं रह सकते। व्यायाम करने

घाजा हर एक काम को प्रसन्नता पूर्वक पूरी जल्दी कर सकता है। यही खोग प्रायः जलसं हुए मकानों तथा झुमते हुए मनुष्यों का वखाते देख गये हैं। कसरत करने से शरीर पुष्ट होता है और भारी से भारी शाय्य करने से योग्य बन जाता है। आश्चर्य तो यह है कि कसरती का शरीर ता पुष्ट और त्वेषा मोटी हो जाती है परन्तु वस्तुतः हलका फुलका होता है। व्यायाम करने से सारे शोष समाप्त रहते हैं। रोग किसी शोष के न्यूनाधिक होने से हो जाता है। व्यायाम बड़े पुष्टे कुपित शोष को घटाने तथा घटे हुए को बढ़ाने का सर्वोत्तम उपाय है। समग्र राग वात, पित्त कफ के घटने बढ़ने में उत्पन्न होते हैं। अतः यह कहना कि "व्यायाम मीरोम्यता की नींव है तथा सर्व रोग विनाशक है अनुचित नहीं है, और आयुत सैयदा का यह फयन कि "सारे रोगों की चिकित्सा केवल व्यायाम से की जा सकती है" कदाचित् अशुद्ध नहीं प्रतीत होता। मानों इस एक श्लोक में ऋषि निम्न लिखित गुण वर्णन करते हैं। (१) व्यायाम से शरीर बढ़ता है (२) सौन्दर्य में वृद्धि होती है (३) शरीर सुदौल होता है (४) अठ्याग्नि बढ़ती है। (५) आलस्य का नाश होता है (६) शरीर पुष्ट तथा हलका फुलका बनता है और (७) कुपित शोषों की ह्यूरी होती है।

व्याख्या श्लोक २—इस श्लोक में धन्वन्तरी जी व्यायाम के निम्न लिखित गुण वर्णित करते हैं।

व्यायाम के करते रहने से (१) परिश्रम करने का स्वभाव हो जाता है (२) थकाघट कमी पास नहीं आती (३) शीतोष्ण इत्यादि व्याधि सहन करने की सामर्थ्य हो जाती है (४) और रोग कमी निकट नहीं फटवता।

सारे व्याधियों का एक मात्र परन्तु सर्वोत्तम उपाय व्यायाम है। किसी ने क्या सब कहा है कि मरती के दिनों में एक व्यायाम करने वाले और एक दूसरे आसुमी की हाजत का देखी गो

स्पष्ट विदित हो जायगा कि व्यायाम करना कितना आवश्यक है।  
 थरजिश करने वाला जहाँ प्रसन्नता पूर्वक अपना काम काज कर  
 रहा है वहाँ थरजिश न करने वाला खरदी से सुकड़ रहा है। आश्चर्य  
 तो यह है कि व्यायाम करने से केवल खरदी के सहम करने की शक्ति  
 नहीं आती परन्तु गरमी मेलने की सामर्थ्य भी हो जाती है। रोगों  
 का मामला केवल कसरती ही कर सकता है। प्रथम तो, उसके पास  
 आते ही डरते हैं और श्वर न करे यदि आ भी आवे तो कसरती  
 उनका ऐसा सामना करता है कि इनका अपना सा मुह लेकर पीड़  
 हटना पड़ता है। मेर एक मित्र जीर्णज्वर से बीमार हो गए, डाक्टर  
 सलाह दे बैठे, ऐसे बड़े समय में जब बड़े थरजिश के बिना कोई  
 अपना सहायक प्रतीत न हुआ तो आपन नियमानुकूल व्यायाम करना  
 आरम्भ कर दिया। आज श्वर की दया से बीरोग भजे धगे दृष्ट पुष्ट  
 देखने में आते हैं।

विशेष गुण व्यायाम करने में यह है कि व्यायाम करने वाला  
 कभी थकता नहीं जा कि हमारे सांसारिक कल्याण के लिये परम  
 आवश्यक है। पर यदि तुम चाहते हो कि खरदी गरमी तुम्हें न सता  
 सके तुम पर बवाइ बीमारियाँ आक्रमण न कर सकें, तुमको काम  
 करने से कभी थकावट न हो, तुम सदा स्वास्थ्यपूर्वक रहा और  
 तुम्हें कोई व्याधि भी न सता सके, तुम्हें परिश्रम करने की  
 सामर्थ्य प्राप्त हो

## तो व्यायाम किया करो

आ दीर्घायुष्य का सबसे आवश्यक और सबसे सुगम भेद है।

व्याख्या श्लोक ३—शरीर व अधिप मोटापन को दूर करने  
 के लिये व्यायाम से बढ़कर और कोई औपधि ही नहीं है।  
 कसरती आदमी से इसके शत्रु सदा दूरने रहते हैं और उसे दुःख द  
 नहीं सकते। कहते हैं कि एक राजपुत्र जो व्यायाम नहीं किया करता



धा दिनों दिन उसका शरीर मोटा आलसी और निहम्मा हाता चला जाता था। हकीम बहुनेरा यत्न करते परन्तु कोई भी उसे अच्छा न कर सका। एक हकीम जी आकर कहने लगे की मैं जासू बरुंगा और १५ दिन के अन्दर ही अन्दर आप तन्दुरुस्त हो जावेंगे। राजपुत्र ने स्वीकार कर लिया। हकीम जी ने एक कोमल रेशमी कपड़े में दा सेर छोटा बन्द करके उसे अच्छी तरह सजा कर राजपुत्र को दिया और कहा कि अमुक बाग के चारों ओर राज एक घास कर लगाया कीजिये। राज पुत्र ने उसको जासू समझ कर वैसा ही किया और यह देखकर उसे बड़ा आश्चर्य हुआ कि १५ दिन के बाद उसकी और ही वृत्ति होगई, तब तो हकीम जी ने सब भद बता दिया कि यह व्यायाम ही है जो आलसी मनुष्य को उद्यमी, और भद से सुदौल सुन्दर, और बीमार से तन्दुरुस्त बना देता है। अत इस व्यायाम को कभी भी नहीं छोड़ना चाहिये। क्योंकि 'बेकल' का कथन है, कि "आराम्यता मवत्त व्यायाम पर निभर है"।

व्याख्या श्लोक ४—कसरत करने वाले मनुष्य को बुढ़ापा जल्दी नहीं आसकता। कसरती का शरीर, मांस तथा चमड़ा पुष्ट होता है। जो लोग बुढ़ापे की तकलीफों से बचना चाहते हैं उनके लिये व्यायाम से बढ़कर कोई औपधि नहीं। जिस लोगों ने व्यायाम का अपना सहचर बनाया है वह बुढ़ापे में तन्दुरुस्त, मजबूत, और कांतिधान रहि आते हैं, जहाँ कि दूसरे जीते हुए मृतमाय प्रतीत हात हैं उनके लिये बुढ़ापे का एक र घण बुसदायी होता है। यदि बुढ़ापे की तकलीफ से बचना चाहते हो माना बुढ़ापा आया ही नहीं तो व्यायाम किया करा। परंजिहा कोमिया से कम नहीं है। व्यायाम को न करने वाले पहिल ही बूढ़े होकर नाना प्रकार के दुखों में पड़ते हैं।

व्याख्या श्लोक ५—जा मनुष्य सौन्दर्यरहित तथा शूरत्य

( बहादुरी ) और धौयन हीन हो उसको व्यायाम सुन्दर व युष्क बना देता है ।

व्याख्या श्लोक ६—व्यायामी पुरुष का गरिष्ठ जला हुआ तथा कच्चा इत्यादि चाहते कैसा ही खराब मोजन क्यों न हो हज़म हो जाता है और कुछ हानि नहीं पहुंचाता ।

व्यायामी मनुष्य को आमाशय की शिकायत करते कभी नहीं सुनगे । जैसा कि मैं पूर्व सिद्ध कर चुका हूँ आमाशय का तन्धुस्त रहना तन्धुस्ती और हीघायुष्य का भेद है और व्यायाम आमाशय का तन्धुस्त रखने का उपाय है । पस व्यायाम सर्व्व करना चाहिये । जिन लोगों का धायमी फ़ुज़ की शिकायत रहती है, जिनका महाग्नि का राग है जिन्हें बहसमी के दस्त आते हैं उन सर्व्व महाशयों को स्मरण रखना चाहिये कि उनके लिए सारी औपधियों से बह कर एक मात्र व्यायाम ही औपधि है ।

प्रिष्ठ भाजन खाने वालों का अश्रयमव व्यायाम करना चाहिये । शफ़्तों के कज़रों, सदा लेटे रहने के स्वभाव वाले अमीरों, रात दिन बैठे रहने वाले दुकानदारों और आरामतलब बाबुओं का सदा व्यायाम का ध्यान रखना चाहिये । जो स्त्रियाँ घर का काम काज ही नहीं करती उनका याद रखना चाहिये कि वह सदा बीमार रहेंगी, प्रसव काल में ४ दिन २ यन्त्रणां उठाएंगी और संभव है कि मृत्यु को भी प्राप्त हो जाय, इसलिये स्त्रियों को भी थोड़ी बहुत कसरत करते रहना चाहिये । स्त्रियों के लिए घड़ी पीसना, चर्खा कातना, घर का काम काज श्रयमेव करना, खेलन खेलना, अच्छे व्यायाम हैं इनके अतिरिक्त यदि काह और प्रयत्न कर लें तो भी अच्छा है परन्तु व्यायाम अवश्य करें । जिस समय स्त्रियाँ घरों में व्यायाम करना आरम्भ करवेंगी, पृथस्थ के सर्व्व क्लेश मिट जायेंगे । मनुष्यों का अपना ३ आवश्यक कर्तव्य समझना चाहिये कि वह स्त्रियाँ का ।

और अगले दिन एक भी नहीं। शरद बूझलीसीना का कथन है—  
 " कि यदि व्यायाम समता पूर्वक यथेच्छ और यथोचित समय पर  
 किया जाय तो सर्षोपायो से लाभदायक हो सकता है; परन्तु जिस  
 व्यायाम को समता पूर्वक न किया जाय वह दुर्बलता तथा शक्ति  
 हीनता का कारण होती है (२) व्यायाम से। व्यायाम का वास्तविक  
 लाभ उठाने के लिये यह उचित है कि व्यायाम दिन लगा कर किया  
 जावे। मिस्टर सैयडा लिखता है " कि, यदि तुमने मन की शक्ति  
 बढ़ाती है तो बैठे २ सूर्यदा व्यायाम कर सकते हो। सड़क फूटने मात्र  
 सारा दिन मानों व्यायाम ही करते रहते हैं परन्तु वह एक दूसरे की  
 अपेक्षा ऐसे पुष्ट नहीं होते जैसा कि होना चाहिये, कारण यह कि  
 उनका सड़क का फूटना इस अभिप्राय से नहीं होता कि वह पल  
 और स्वास्थ्य प्राप्त कर रहे हैं किन्तु वह उदर पूर्ति के लिये पल कर  
 रहे हैं। इन पर भी वह धरजिग न करने वालों से तबुखस्त और  
 ताकतवर हात हैं क्योंकि धरजिग अपना गुण तो अवश्य करती है।  
 यदि इनके साथ मन की शक्ति भी होती तो यह फिर क्या था। सैयडा  
 कहता है, " कि एक मनुष्य जा दिल के साथ धरजिग करता है  
 उसकी थोड़ी बहुत धरजिग भी उसका अधिक तबुखस्त और मजबूत  
 बनाती है उस व्यक्ति की अपेक्षा जो धरजिग तो बहुत करता है परन्तु  
 दिल से नहीं करता, जिस भाग को धरजिग करे दिख भी साथ ही  
 साथ अनुभव करे कि अमुक अङ्ग बल प्राप्त कर रहा है इस समय  
 पढ़े चुर्कच रहे हैं " ॥

व्यायाम का विशेष समय नियत नहीं किया जा सकता।

जा एक व्यक्ति के हाजात के अनुसार ही हो सकता है।  
 प्रातःकाल की वायु सैयम अत्यन्त स्वास्थ्य प्रदायक है इसलिये  
 उचित समय अधिकतर प्रातः काल ही है और यह भी सूर्योदय  
 के पहिले २ परन्तु मुफरहुलकखुब में लिखा है, कि बसन्त  
 ऋतु में मध्याह्न, ग्रीष्मऋतु में प्रातःकाल अथवा सायंकाल और  
 शरदऋतु में तीसरे प्रातः को उत्तम है ॥

भोजनाश्वर व्यायाम नहीं करना चाहिये और न ही उस समय जबकि भूक जग रही हो। भूक जगे हुए व्यायाम करना निन्दित है जैसा कि बृषली सीना लिखते हैं कि भूक जगे व्यायाम करने से उस समय व्यायाम करना अच्छा है कि पेट भरा हो।

हकीम बुक़ात की सम्मति है कि जब भूक जगी हो कभी भी व्यायाम न करे, व्यायाम के लिये सर्वोत्तम समय वह है जब कि आमाशय भोजन को पचा कर अन्तर्द्वियों में भेजवे अथवा अभी थोड़ा शेष हो।

व्यायाम-सदा खुले वायु में करना चाहिये। बन्द वायु में व्यायाम करने से उसमें तथा शुद्ध वायु पूरी मात्रा में अन्दर नहीं जा सकती। हमारा जीवन जैसा कि मैं लिख चुका हूँ आक्सीजन (वायुमय) वायु पर निर्भर है। जिस समय हम सांस लेते हैं आक्सीजन वायु हमारे फेफड़ों में आकर सारे शरीर में दौरा करके आप हुए और इस प्रकार वृषित हुए २ रुधिर के साथ मिलती है, उसमें जो अशुद्ध पदार्थ होते हैं उनको धूस लेती है और रुधिर को फिर वैसा ही शुद्ध करके शरीर में पुनः भ्रमण करने के लिये भेज देती है और स्वयम् बाहर आजाती है। इस अशुद्ध वायु को कार्बानिक एसिडगैस कहते हैं, इसे वृक्ष अन्दर सँचते हैं और इसमें से अशुद्ध पदार्थ जो हमारे शरीर से निकले थे अपने में सँच कर फिर शुद्ध वायु हमारे लिये निकाल देते हैं। व्यायाम का विशेष उद्देश्य यह होता है कि यह उत्तम जीवन तथा स्वास्थ्य प्रदायिनी वायु पूर्णमात्रा में और पुनः २ हमारे अन्दर आकर रुधिर को शुद्ध करे और वह शुद्ध रुधिर जल्दी २ हमारे शरीर में दौरा करके जहाँ कहीं भी अशुद्ध पदार्थ हो, उसे शुद्ध करके हमें भी मीरोग बनावे। परन्तु यदि अशुद्ध अथवा बन्द वायु में जो कि भूट पट अशुद्ध होजावेगी, व्यायाम किया जावे तो व्यायाम के

मुख्य उद्देश्य की पूर्ति नहीं हो सकती और इसी क्षिप इससे वा  
लाभदायक भी नहीं हास होता ॥

व्यायाम करते समय शरीर पर कोई तद्ग कपड़ा नहीं  
होना चाहिए वरम हासके तो लकड़ोटा बांध कर और शेष धर उता  
कर व्यायाम करना चाहिए। यदि कोई धर शरीर पर रहे तो  
तो वह दीक्षा होना चाहिए। विशेष कर हानी पर तो कोई धरा  
नहीं होना चाहिए ॥

व्यायाम के पश्चात् तत्काल ठण्डे पानी से स्नान करना, शुरुत  
पीना अथवा ठण्डी वायु में जाना वर्जित है ॥

प्रकृति तत्कालिक का परिवर्तन का पसन्द नहीं करती, अन्धरे से मर  
पद उजियारे में जाना वा उजियारे से यकायक अन्धरे में जाना इसी  
क्षिप धासा का हानिकारक है। व्यायामोपगन्त जब कि शरीर उष्ण हो  
रहा है, रुधिर की गति प्रबल है पसीना यह रहा है, उष्णता वा  
रही है, उस समय तत्काल सखी में जाना अपने धाप को जान बूझ  
कर कष्ट म डालना है। इससे गठिया, होजाने का भय है। ऐसे रसात  
उपस्थित है, कि व्यायाम तथा कठिन परिश्रम के पश्चात् जब कि  
शरीर अभी गरम वा लोय महाय और जहां महाये धरा से लाग उम  
को बडा कर ले गये। हम आश्चर्य है, कि फर्बोकर मिस्टर सेयर्ट  
विज्ञापत का प्रसिद्ध पहलधाम केवल सम्मति ही नहीं धरा प्रत्युत  
वजपूर्वक अनुरोध करता है कि व्यायाम के पश्चात् तत्काल ही नहा  
लेना चाहिये ॥

सैंडों महाशय लिखते हैं- (१) "व्यायाम के पश्चात् तत्काल जब कि  
शरीर गरम हा और श्वास बहुत धंदा हुआ हो ठण्डे पानी में स्नान  
करो यदि पक्षीना आरहा हा तो और भी अच्छा है ॥

(२) साम्राज्य में प्रवेश करने पर शीघ्र, तथा गिर को मकीमकार

मिगोला और छाती पर २० घेर छिंटि लगाया (३) यदि ग्रीष्म ऋतु हो तो केवल वा मिगट खानालय में रहें और यदि शरदऋतु हो तो प्रविष्ट होते ही बाहर निकल आना चाहिये। (४) खानालय से बाहर निकल कर शरीर के सूखने की प्रतीक्षा न करा, तौलिए से पोंछने की भी आवश्यकता नहीं, ऋतु पट निकलते ही एक चादर ओढ़लें जो शरीर को खुरक करे, यदि शरीर को पाछना ही हो तो बहुत ही जल्दी पांजकर रख पहन जा। तान्पर्य्य यह है कि खानके बाद शरीर को वायु से बच ना चाहिये, यदि शरीर भली प्रकार न पाछा गया तो भी काह हरज की बात नहीं है" ॥

मिस्टर सैण्डो का कथन है कि जो इस प्रकार व्यायाम के अनन्तर नियमानुसूल स्नान करता है वह बिना दिन पुष्ट और बलवान होता जाता है। निर्बल अवस्था में इस प्रकार नहाना वर्जित है, सम्भव है, कि यह विधि गुणवत् एक है। परन्तु जब तक ऐसा खानालय न मिले कि जहाँ वायु प्रवेश का समय न हो और नहाने के लिए भी पूरी सावधानी न कीजाय तो यह उपरोक्त खानविधि लाभदायक नहीं सिद्ध हो सकती। मैं उन मनुष्यों का मानता हूँ कि जिन्होंने व्यायाम के अनन्तर स्नान आरम्भ किया और गंधिया से बीमार हुए ॥

व्यायाम के उपरान्त इस प्रकार नहाना चाहे हानिकारक न हो, परन्तु ठण्डा पानी तथा शरदऋतु पीमा बहुत ही हानिकारक है, अतः इस से पूर्णतया बचना चाहिये ॥

जिस अङ्ग की कसरत की जाय उसकी धार रुधिर जल्दी २ घंटा करने लगता है और यह पुष्ट होता है, यथा भुजाओं का व्यायाम करने से भुजाएँ बालिष्ठ होती हैं, रुधिर ऊपर की ओर बहना करता है, छाती मजबूत होती है, विभाग पुष्ट होता तथा नेत्रों का काम पशुचता है। टाङ्गों का कसरत करने से टाङ्ग मजबूत होती

है मदाग्नि दूर होती है, वायुमी कम्प हट जाती है; आनाशुप घुब  
दावा है, जठराग्नि बढ़ती है ॥

## पायों तथा टांगों के व्यायाम ॥

(१) स्पार्टे—यह दो प्रकार के होते हैं, एक में केवल उठना  
बैठना होता है दूसरे में एक स्थान से एक पगकी दूरी पर पूरा उछल  
कर बैठ जाना तथा फिर वहाँ से उठ कर उसी प्रकार उछल कर  
पहले स्थान पर आना होता है ॥

२—पायों के अगले भाग के सहारे खड़े होकर और शरीर का  
तना हुआ रख कर और भुजाओं को ऊँचा करके उछलना ।

३—पायों के अगले भाग पर खड़े हो कर और भुजाओं का फैला  
कर होले २ बैठना और होले २ उसी अवस्था में उठना । जितना  
धीर २ यह प्रयोग किया जावे उतनी ही कसरत अधिक होती है ।  
दूसर बार इस प्रकार उठना बैठना कठिन हो जाता है, अब तक घर  
जिग पुरी न हो ले पायों के अगले भाग के सहारे ही खड़ा रहे ।

४—पायों के अगले भाग के सहारे खड़े होकर और शरीर को  
तना हुआ रख कर और भुजाओं को ऊँचा करके साथ कक्ष तक उछल  
जते खलना और उछलते हुए उसी स्थान पर आना ।

५—पायों के अगले भाग पर खड़ा होकर पैदियों का पृथ्वी  
के साथ मिलाना और फिर उठाना, और लगातार इसी प्रकार करते  
जाना ।

६—पायों की अंगुलियों के सहारे खड़े होकर अकड़े हुए खलना  
और वापस आना ।

७—पायों को जोड़ कर खड़ा होना और उछल कर टांगें छोड़ी  
कर देना, फिर उछल कर वसी प्रकार हा जाना ।

८—पाशों को जोड़ कर खड़े होना और उछल कर टांगे चौड़ी करके पृथ्वी पर न रख कर फिर उसी प्रकार हो जाना ।

९—पाशों के अगले भाग पर बोक रख कर बैठना और उछलते जाना, जैसे मेंढक उछलता है ।

१०—एक टाङ्ग उठाना और दूसरी टाङ्ग से उछलते हुए चलना ।

११—सारे शरीर को तना हुआ रख कर और टाङ्गों को किञ्चित् मात्र झुका कर फिर दाहनी टाङ्ग को एक कदम पर रखना और फिर टाङ्ग को उस जगह ले जाना और दाहनी टाङ्ग को अपनी पहली जगह पर ले आना । कहते हैं कि महाराजा भीरामचन्द्र जी के दूत श्रीअङ्गद जी ने राजा राघव के दरबार में अपनी टाङ्ग पृथ्वी पर टेक कर कहा था कि कोई इस टाङ्ग को उठावे । बहुतों ने उठाने की चेष्टा की परन्तु टाङ्ग हिल न सकी, अङ्गद मित्य यही व्यायाम १०० बार किया करता था ।

१२—शरीर को तना हुआ रख कर खड़ा होना, बाई टाङ्ग को एक कदम की दूरी पर किञ्चित् झुका कर रखना, और उस के साथ ही दाए हाथ को छाती की सीध में लम्बा करना और फिर पाशों को अपनी असली जगह पर लाना, और साथ ही भुजा को इकट्ठा कर के छाती तक ले आना, और इसी प्रकार करते जाना फिर दाई टाङ्ग और दाई भुजा से ऐसा ही करना ।

१३—दोनों टाङ्गों को चौड़ा करके भुजाओं के गिर क ऊपर ऊंचा फैला कर फैलाना, फिर उछल कर दोनों टाङ्गों का जोड़ लेना और भुजाओं को ऊपर ही फैला देना, फिर उछल कर टाङ्गों को चौड़ा कर देना और भुजाओं को ऊपर मिला देना इस प्रकार करते आना ।

१४—तने हुए खड़े होकर पहल एक टाङ्ग को फिर दूसरी टाङ्ग का झटका देना ।



११—भुजाओं का झुका करके छाती तक लाना और शरीर को फिखित भागे को झुकाकर होले २ दौड़ना ।

१६—सेल दौड़ना

१७—पैदल चलना ।

१८—दाएं पावों के बल बैठना और बाएं टाङ्ग भागे को सीधी करना और इसी प्रकार उठना बैठना, फिर बाएं पावों के बल बैठना और दाएं को भागे को सीधा करना और इसी प्रकार उठना बैठना ।

१९—एक टाङ्ग को उठाना दूसर पावों के अगले भाग पर खड़ा होना और उठना बैठना, इसी प्रकार उलटा कर

२०—पाव मिलाकर शरीर को तनाकर खड़ा होना और बल पूर्वक ऊंचा उछल कर पावों को चूतड़ों से मिलाकर और तल्लज उसी स्थान पर आजाना ।

२१—एक नियत स्थान से खड़ा होकर आर से भागे का छलांग मारना । स्थान को कुछ ऊंचा करके भी इसी प्रकार छलांग मारते हैं उसको पंजाबी म छड़प्या कहते हैं ।

२२—ग्यापाम नं० २१ की ग्याह जहा तक समथ हा छलांगे मारते चल जाना ।

२३—पीछ से बड़े बेग से दौड़ कर आना और नियत स्थान से छलांग मारना या कूदना; इसको पंजाबी म छाल मारना कहते हैं ।

२४—सीढ़ियां पर जल्दी २ चढ़ना और उतरना ।

## नाभी तथा कटि के व्यायाम ।

१—दांनों हाथा का कटि की दांनों और रफ्तों । वरम का तना

हुआ रखो, कटि से ऊपरीय भाग को एक ओर उदा तक संभव हो  
सुकाओ फिर दूसरा ओर, इसी प्रकार न्यून से न्यून सात बार करो ।

२—शरीर का तना हुआ रखो, दोनों भुजाओं को ऊपर को सीधे  
करो ताकि शिर दोनों भुजाओं के मध्य में हो । हाथों का मिजा जो  
और शिर भुजाओं के मध्य में ही लेकर नीचे झुककर पाओं के अंगूठों  
को हाथ की उँगलियों से छूओ । इस व्यायाम में ध्यान रखने योग्य  
यह बात है कि झुकते समय घुटने न मुँहें ।

३—दोनों हाथों को कटि की दोनों ओर रख कर शरीर का तना  
हुआ रख के कटि से ऊपरी भाग को अर्द्धवृत्ति की न्याई घुमाना ।

४—दोनों हाथों को शिर के ऊपर ऊंचा करे और नं० १  
की भाँति दोनों ओर बारी २ झुके ।

५—इस प्रकार विधि से आगे पीछे झुकना । यह प्लीहा रोगी के  
लिए विशेष गुणकारी है । जो जाग इस प्रकार व्यायाम करते हैं उन को  
प्लीहा रोग नहीं होता है, और पेट भी नहीं बढ़ता ।

६—पृष्ठी पर शिष्ट झोट-जाओ और हाथ पाव दो तीन फीट  
के अन्तर पर टेक कर सारे शरीर को ज़मीन से उठा लो और मूँह  
अरुढ़ आओ ।

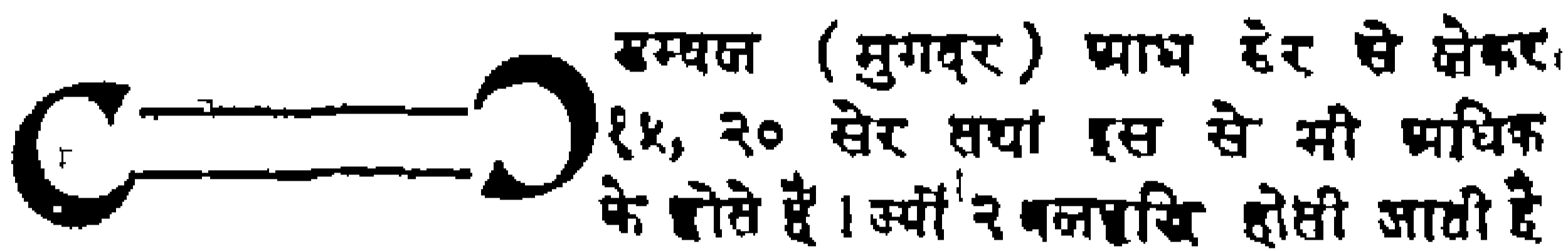
इसी व्यायाम को कई इस प्रकार भी करते हैं कि हाथों का शिर  
के ऊपर से फैला कर पीछे की ओर झुकते जाते और भुजाओं को  
ज़मीन की ओर करते जाते हैं यहाँ तक कि जमीन से जग आयें फिर  
इसी प्रकार टेढ़े सड़े होते हैं ।

जिन लोगों को इस व्यायाम के करने का अधिक अभ्यास हा  
जाता है वह हाथ और पाव को साथ २ रखकर भी इसी प्रकार  
कर सकते हैं और कई प्रकार की खेलें करते हैं ॥

नामी तथा कटि के व्यायाम से उदर सफे रहता है, अठरासि बढ़ती है मदाग्नि दुर जाती है, कब्ज की शिकायत जाती रहती है, भ्रिगर पुष्ट रहता है, मूत्राशय को भी पुष्टता प्राप्त होती है ॥

## सैण्डो के व्यायाम ।

सैण्डो विजायत का एक प्रसिद्ध पहलवान है । वह डम्बलों से व्यायाम करने की बहुत प्रशंसा करता है । डम्बलों को हमारे यहाँ मुगदर कहते हैं जिस का रूप यह होता है । यह



डम्बल (मुगदर) प्रायः ६ से लेकर १५, २० सेर तथा इस से भी अधिक के होते हैं । ज्यों-२ बनवाये जाती है

उनका वजन भी बढ़ाते जाते हैं । सैण्डो ने आज कल एक नए प्रकार के डम्बल तय्यार किए हैं और वह कहता है कि युवकों को इनके बढ़ाने की आवश्यकता नहीं है इनके घन्वर ६ कमानिया होती है । पहले सा कमानियों से व्यायाम करते हैं, जब ताकत बढ़ जाती है तीन कमानियों से व्यायाम किया जाता है और इसी प्रकार ६ कमानियाँ की जाती हैं । जितनी कमानियाँ अधिक हों उतना ही अधिक जोर एक डम्बल के दो भागों के मिलाने में लगता है, इनको स्पृङ्गग्रिप डम्बल (spring grip Dambles) कहते हैं । यह कमानियाँ पृथक् २ भी हो सकती है और लग सकती है । सैण्डो लिखता है कि यह इस धिये भी जरूरी है, कि व्यायाम दिन से शुरू करता है और बिना बिल लगाए व्यायाम

## किसी काम का नहीं

डम्बल को मजबूत पकड़ने से कमानियाँ टूट जाती है यदि बिल व्यायाम की ओर न हो ता तस्मय हाथ खीजा जायाता है । साधारण

जिन लोगों को इसी व्यायाम के करने का अधिक अभ्यास हा जाता है वह हाथ और पाद को साथ २ रखकर भी इसी प्रकार कर सकते हैं और कई प्रकार की खेलें करते हैं ॥

नाभि तथा कटिके व्यायाम से उदर साफ रहता है, अठराभि बढ़ती है, अजीर्ण दूर होता है, कब्ज की शिकायत जाती रहती जिगर पुष्ट रहता है, प्लीहा नहीं बढ़ती, मूत्राशय को भी पुष्टा प्राप्त होती है ॥

## सैण्डो के व्यायाम ।

सैण्डो विजायस का एक प्रसिद्ध पहलवान है । वह डम्बलों से व्यायाम करने की बहुत प्रशंसा करता है । डम्बलों का हमारे यहां मुगदर कहते हैं, जिसे का रूप यह होता है ।



यह डम्बल (मुगदर) प्रायः सेर से लेकर १५, २० सेर तक तथा इस से

भी अधिक के होते हैं । जैसे २ वज्र शक्ति होती जाती है उन का वजन भी बढ़ाते जाते हैं । सैण्डो ने आज कल एक नए प्रकार के डम्बल तय्यार किए हैं और वह कहता है कि युवकों का इनके बखलने की आवश्यकता नहीं पड़ती । इन के अन्दर ७, या ६ कमानियां होती हैं । पहले दो २ कमानियों से व्यायाम करते हैं । जब शक्ति बढ़ जाती है तीन कमानियों से व्यायाम किया जाता है और इसी प्रकार ६ कमानियों तक व्यायाम किया जाता है । जिसनी कमानियां अधिक हो उतना ही अधिक जोर एक डम्बल के दो भागों के मिलाने में लगता है । इन को स्प्रिंग ग्रीप डम्बल (spring grip dumbles) कहते हैं । यह कमानियां पृथक २ भी हो सकती हैं । सैण्डो लिखता है कि वह इस लिये भी जरूरी है कि व्यायाम दिज्ञ से होता है और बिना दिज्ञ लगाए व्यायाम ।

## किसी काम का नहीं है।

हमself को मजबूत पकड़ने से कामामियां बंध जाती है। यदि व्यायाम की ओर न हो तो तत्काल हाथ धोखा हो जाता है। साधारण हमself तो श्याम ३ पैसा पौण्ड के दर से मिल जाते हैं परन्तु इन भिन्न हमselfों का मुख्य १) रुपये होता है। सैरों ने एक किताब भी लिखी है जो बेहद रुपये को मिलती है इसका नाम "strength and how to gain." है। इस में अपनी तब अपने विषयों की प्रशंसा करने के अतिरिक्त, असली विषय बहुत थोड़ा है। लोग प्रसिद्ध व्यक्ति की रचित पुस्तक नाम कर माछ लेते हैं परन्तु उस में लिखा कुछ भी नहीं पाठे। उस सारी जो कुछ लिखा है वह केवल यह है कि व्यायाम सबको करना चाहिए चाहे बाल हो वा बुद्ध, युवा मनुष्य हो वा स्त्री। और व्यायाम दिन से करना चाहिये। सड़क फूटने वाले मजदूर इसी विषय बहुत बखर्च नहीं होते हैं कि वह व्यायाम पूर्वक व्यायाम की रीति से यह काम नहीं करते केवल अपने उदर पूर्णार्थ ही करते हैं। शीश का सामने रख कर व्यायाम करो तो और भी अच्छा है क्योंकि इस प्रकार तुम अपने शरीर को देख सकोगे। अपने अंगों का फैलते सुकड़ते देखो। अपने दिमाग में मजरी प्रकार ठाम रहना कि वह बल खाम कर रहे हैं। मनुष्य मानसिक शक्ति पूर्ण रूप से प्राप्त कर लेता है वह हमselfों के बिना ही अपने उभर अपना हाथ करके व्यायाम का शुभ मार्ग कर सकता है।

दूसरी बात जो इस में लिखी है वह केवल वा पृष्ठ व्यायाम मैजिक बाथ (magic bath) अर्थात् जादू का स्नान है और यह इस प्रकार है कि व्यायाम करते, २ जब कि सांस फूल रहा हो तत्काल स्नानाग्न में धुले जाओ ११ छीटे छाती पर लगाओ, कुछ छीटे मुख पर लगाओ और रुबकी लगा कर शीश ही बाहर आजाओ और ऊपर बसुर ओढ़ लो। शरीर का पोंछो तक भी नहीं, क्योंकि वायु, जग जग

का डर है। सैण्डो बिखुता है कि यही एक स्नान विधि है जिस के कारण मैं इतना बलवान हो गया हूँ कि ६ बोरे अपनी छाती पर खड़े कर सकता हूँ, शेर से जड़ सकता हूँ। ६४ इन्च मेरी छाती है, और माना प्रकार की व्याधियों से सुरक्षित हूँ। वाद्व्यावस्थामें मैं एक साधारण बालक था और अत्यन्त दुर्बल था। नियमानुकूल व्यायाम तथा आवृ के स्नान ने मुझे इतना बलवान बना दिया है। परन्तु हम अपने पाठकों को इस स्नान विधि की प्रेरणा नहीं करते क्योंकि प्रथम तो ऐसे स्नानालय ही नहीं हैं और वायु में यदि इस प्रकार व्यायामों पराम्भ स्नान करें तो उसी वक्त गण्ठिया हो जावे। दूसरे यदि एक निर्बल व्यक्ति यह स्नान प्रयत्न भी समझे तो भी भय है कि सर्घि पीड़ा से बीमार न हो जाय। इस लिये सैण्डो की और सारी बातों को प्रयोग करते हुए भी अभी इस स्नान से दूर ही रहना भला है।

व्यायामोपरान्त सैण्डो मालिश की भी शिक्षा देता है। इसे वह बहुत प्रभावोत्पादक बताता है और हमारे यहां के पण्डितानों में भी मसिख है कि भली प्रकार मालिश की जाय तो मनुष्य कागज भर बंद जाता है। सैण्डो ने तो दूके सींचे करने के लिये एक प्रकार का तैल भी बनाया है। परन्तु सरसों अथवा तिलों का तैल इस काम के लिये काफी है। गरमियों में सरसों का और सर्दियों में तिलों का ॥

अब सैण्डो के दुम्बलीय १८ व्यायामों का वर्णन किया जाता है।

(चित्र मम्बर चार पृथक पीछे दे दिये हैं वहां से देखना)

नोट—व्यायाम करते समय गुदा को सिकोड़ कर और घुटनों को किंचित झुका कर खड़े हों। इस प्रकार टोंगों का भी व्यायाम होता है चाहे हाथों की कसरत कर रहे हों ॥

नं० १—भुजाओं के आन्तरिक भाग को सामने की ओर करके नीचे को सींचे जटकाओ। पंखों को मजबूत धकड़ा कर कुर्सी पर से भुजाओं को मोड़ो और दुम्बल को कंधे तक लाओ। इस प्रकार धारी २

दोनों भुजाओं से करो। कुहमियों को नीचे करके भुजाओं के बाह्य भागों को पहलुओं से मिला कर रखो और प्रत्येक वार भुजाओं को बीच की ओर उमकी पूरी लम्बाई तक फैलाओ ॥

नं० २—हाथों के बाह्य भागों को सामने करो। इस अवस्था में कुहमी पर से मोड़ कर हाथ के उलटी तरफ को कंधे तक ऊपर ला जाओ और वार २ पूर्वोक्त व्यायाम की ग्याइ करो ॥

नं० ३—भुजाओं की अन्दर की तरफों को ऊपर करके कंधों के साथ एक सरल रेखा में उनकी पूरी लम्बाई तक फैलाओ और वार २ भुजा की अन्दर की तरफ से मोड़ कर सिर की ओर लाओ यहाँ तक कि कंधों के ऊपर आ जायें। इस बातका ध्यान रखो कि भुजाओं की सीध से नीचे न होने पावे। पेटों को खूब अकड़ाए रखो।

नं० ४—इस में भी नं० ३ की न्याई किया जाता है केवल इतना अन्तर है कि भुजाओं को वारी २ नहीं मोड़ा जाता किन्तु एक साथ ही दोनों भुजाओं को मोड़ना पड़ता है ॥

नं० ५—यथा सम्भव दोनों भुजाओं को सामने की ओर अकड़ाए हुए एक दूसरे के समन्तर फैलाओ। इसी अवस्था में कंधों की सीध में लेजाओ और फिर बाहर का कर लो। इसी प्रकार वार २ करते जाओ ॥

नं० ६—कुहमी से मोड़ कर भुजाओं को ऊपरकी ओर फैलाओ। हथेलियाँ का अन्दर की ओर रखो और वारी २ से एक २ भुजा को कंधे के साथ सम काम बनाते हुए पूरी लम्बाई तक ऊपर की ओर फैलाओ फिर कुहमी की बाह्य तरफ को पहलू के पास लेजाओ। सिर और शरीर को खूब अकड़ाए रखो। भुजाओं को पीठ की ओर खींच कर छाती को आगे की ओर उमार कर रखो ॥

नं० ७—पीठ का किंचित भाग ऊड़ाओ। हथेलियों का अन्दर की ओर करके हाथों को जनों पर रखो। घुटनों को बाहर की तरफ को छापी की ओर नीचे को दबाओ। भुजाओं को वारी २

से उम की पूरी लम्बाई तक सामने को कि वह कंधे की सीध में रहे ।  
ऊपर को फैलाओ ॥

न० ८—भुजाओं को कंधोंकी सीधमें पूरी लम्बाई तक फैलाओ  
और हाथों को पहुँचों तक यथा सम्भव सीधता पूर्वक घुमाओ । भुजाओं  
को आगे पीछे फैला कर इस व्यायाम को कई प्रकार से करो ॥

न० ९ भुजाओं का व्यायाम न० ८ को म्याई करो । उम ल  
सिरों से बकड़ो, पहुँचों को बाहर से अन्दर को घुमाते रहो ॥

न० १०—न० ९ की हालत में अन्दर से बाहर को घुमाओ ।

न० ११—हम्यजों को लम्बान में पृथ्वी पर दोनों पावों के  
धंगूठों की मध्यस्था रेखा के केंद्र में रखो । फिर उम को उठाओ  
और सीधे अकड़ कर इसप्रकार बड़े हो जाओ कि घुटनों में जरा भी  
सुकाव न रहे । फिर दाईं ओर पंखियों के बल अर्ध घूँस में घूम  
जाओ । दाईं भुजा को कटि से उठा कर सामने की ओर शरीर से  
सम कोण बनाता हुआ फैलाओ और बाएँ पावों को एक पग आगे  
बढाओ । दाईं भुजाको आर के साथ सामने को सीधा फैलाओ । फिर  
असदी से कुहनी को पीछे की ओर झेंच लो और बड़े हुए पैर को  
अपनी असली अगह पर ले आओ ॥

न० १२—यह व्यायाम न० ११ के विरुद्ध है अर्थात् उस में दाईं  
ओर का पंखियों के बल घूमना पड़ता है और इस में दाईं टाँग और  
दाईं भुजा से कसरत की जाती है ॥

न० १३—शरीर का भार पावों के धंगूठों और भुजाओं पर  
उठाओ । कुहनियों को सुकाते और भुजाओं को अकड़ाने से  
पुनः २ शरीर को ऊपर उठाओ और नीचे की ओर लेजाओ । शरीर  
को लूब अकड़ाएँ और शिर को पीछे की ओर झेंचे रखो । घुटनों को  
मठ सुकाने दो और इस बात का ध्यान रखो कि शरीर अथवा नीचे

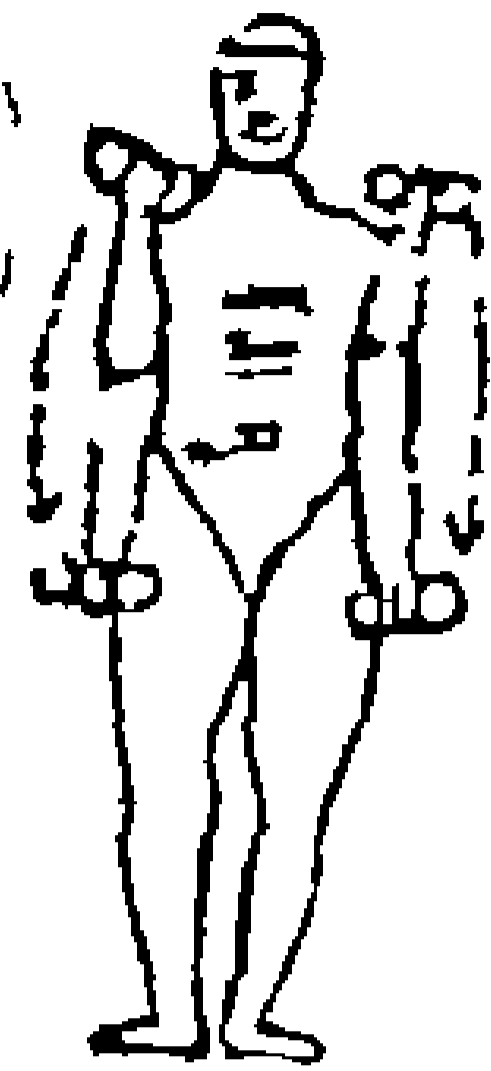




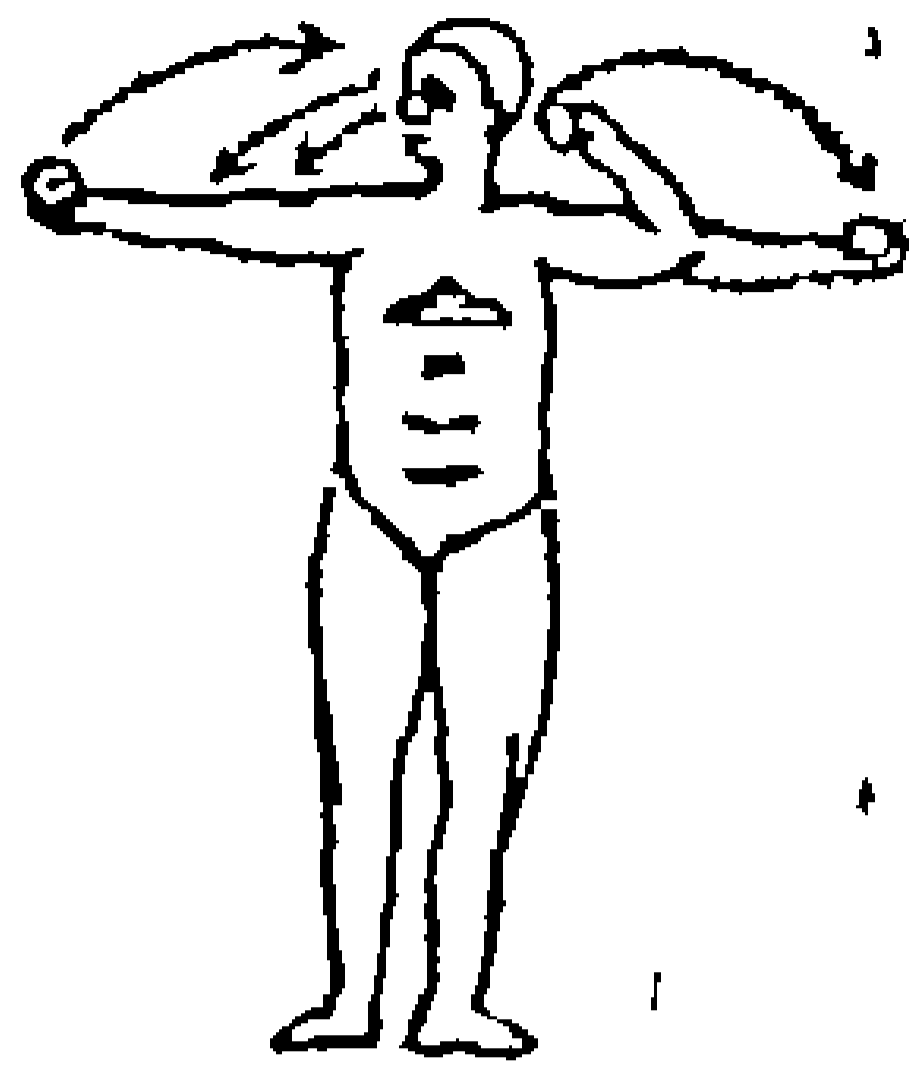
न० १



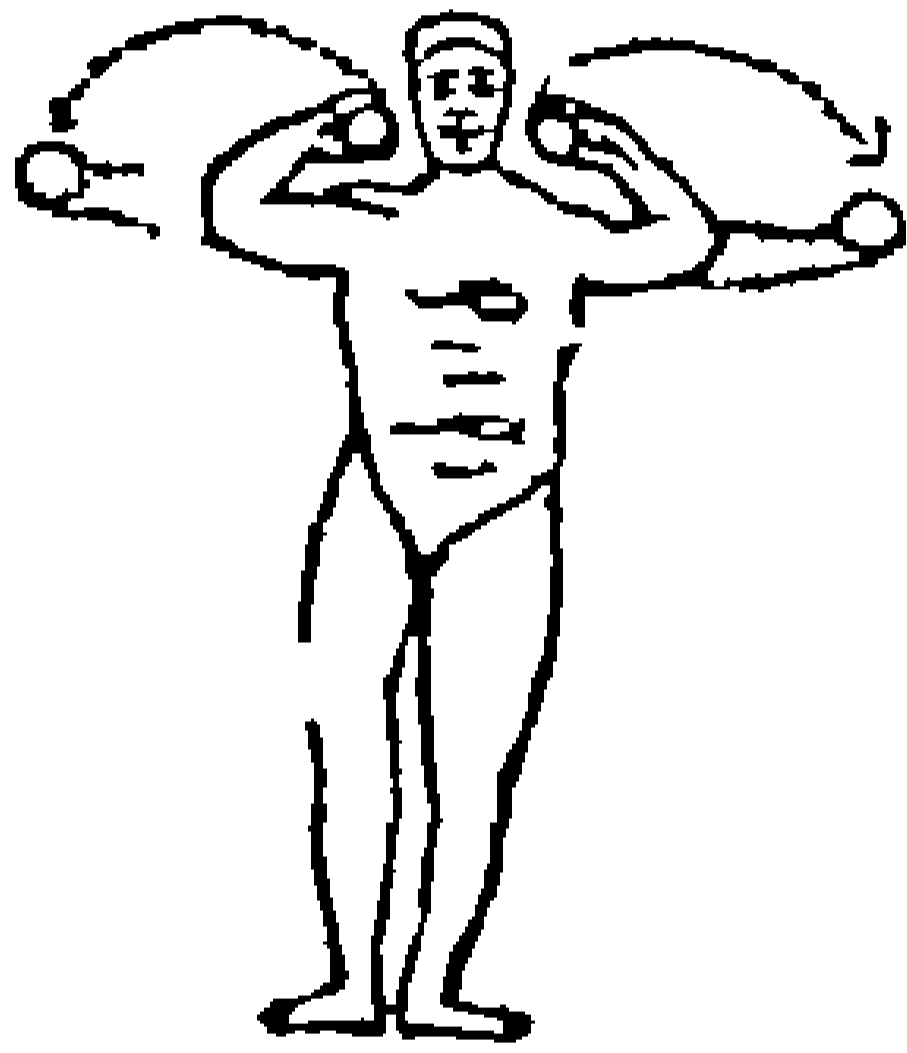
न० २



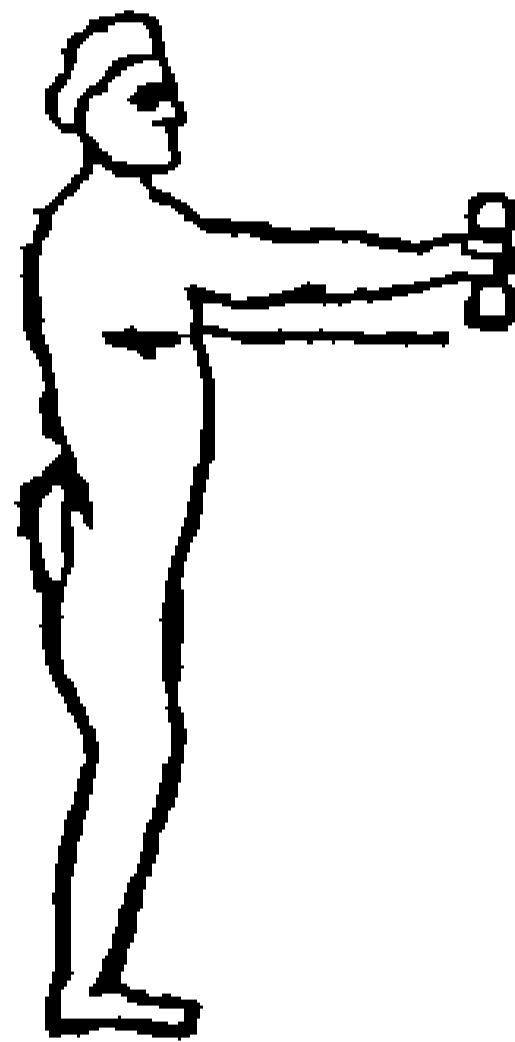
न० ३



न० ४



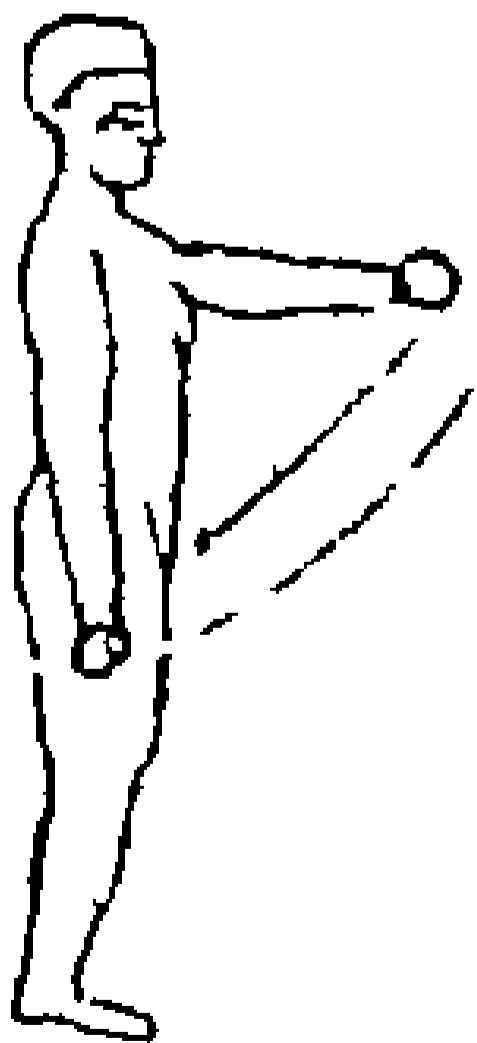
न०



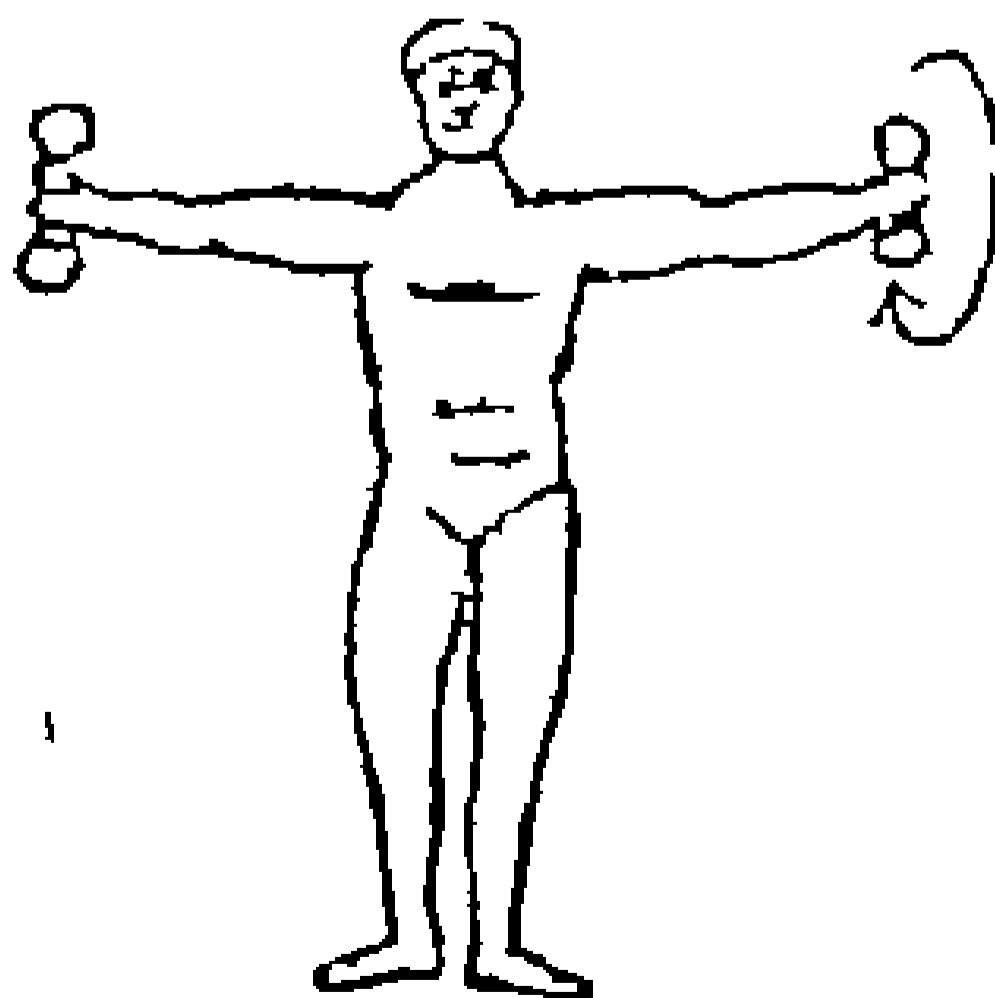
न० ५



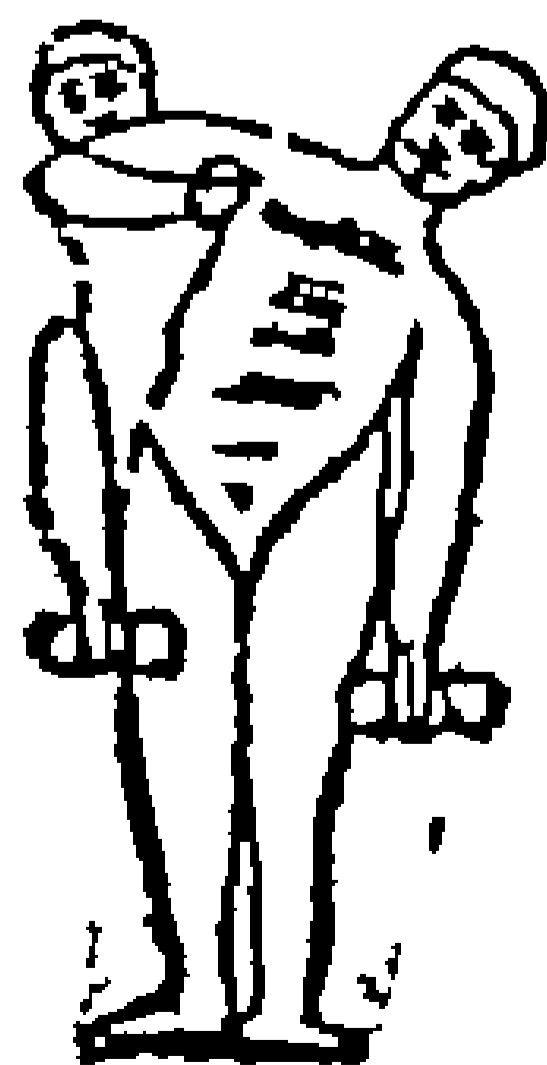
न० ६

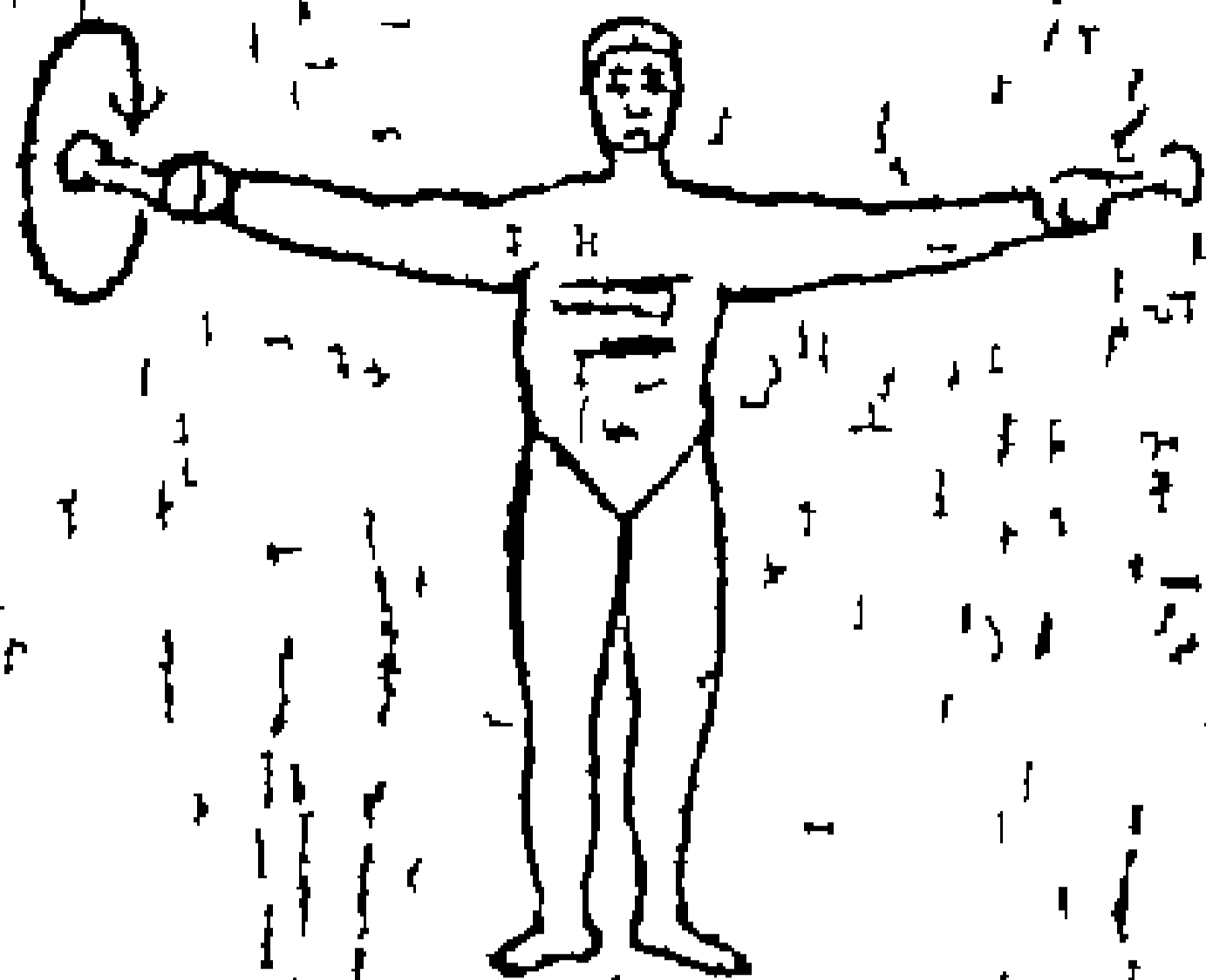


न० ८

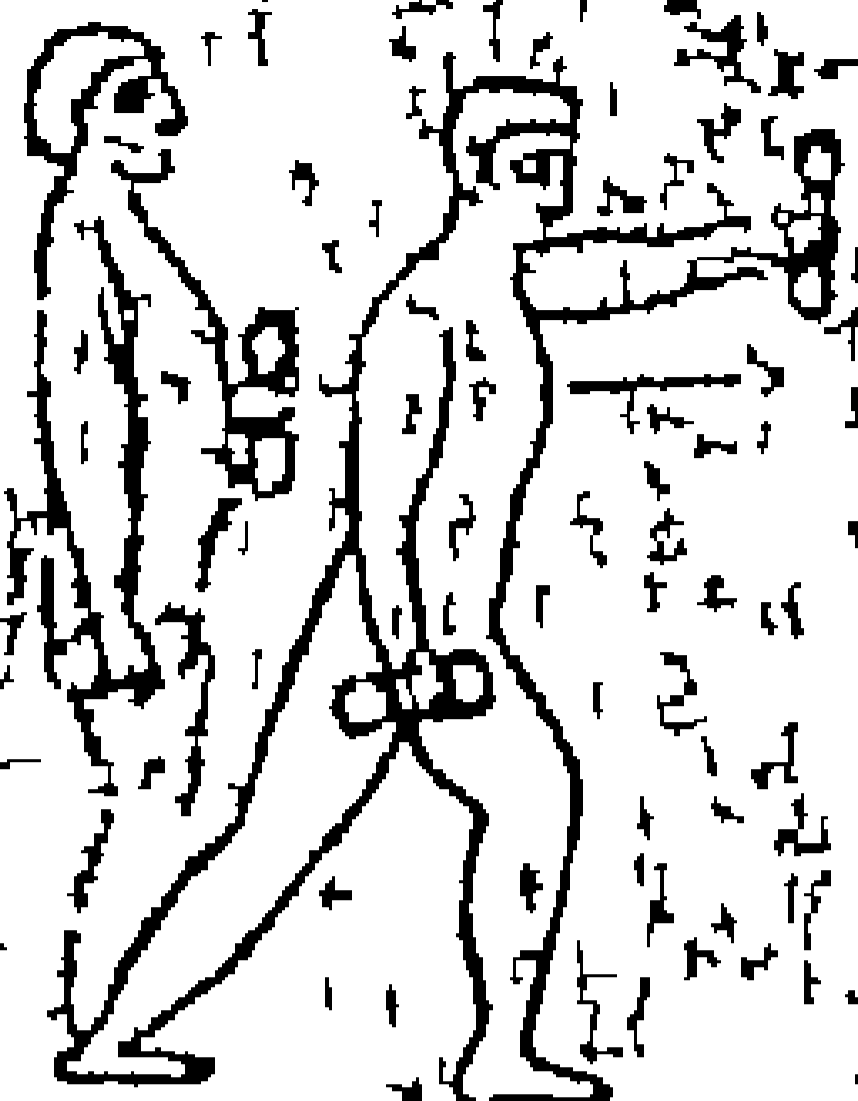


न० १८

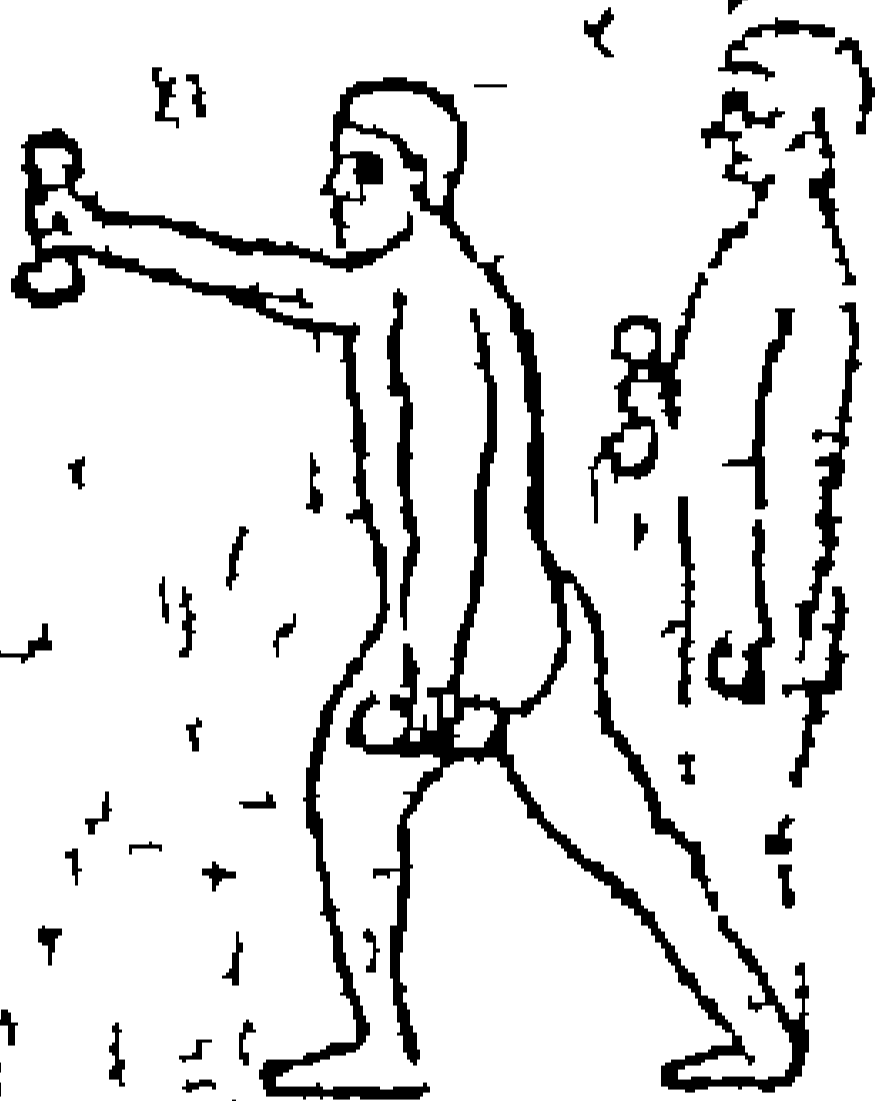




म० १२



म० १३



म० १५



म० १६



म० १७



## देशोपकारक औषधालय की

किंचित आवश्यक औषधियों के नाम सहित गुण और मूल्य ।  
अमृतधारा

इसकी प्रशंसा पृथक् 'अमृत' नामक पुस्तक में अंकित है ।  
और यह इतनी प्रसिद्ध है, कि अमृतधारा न केवल लगभग सर्व  
मानवी रोगों की ओ साधारणतः घरों में बूढ़ों, बच्चों, जवानों पुरुषों  
और स्त्रियों की हों ते रहते हैं अचूक इलाज है, प्रत्युत ये पत्नी आदि  
के रोगों को भी दूर करती है, विचित्र प्रभाव इस में ईश्वर ने भर  
रक्षता है । रोग नाम की शत्रु है । जहाँ रोग हो वहाँ ही जा पहुँचती  
है । वर्षों के रोग महीनों में, महीनों के दिनों में, दिनों के घण्टों  
में दूर करती है, मार्ग वा यात्रा में, हर घर में, हर जेब में, हर श्शुतु  
में, हर देश में, इस का अपने पास रखकर रोगों के भय से निर्मल  
हो सकते हैं ॥

सब प्रकार का शिर दर्द, कफज, खाँसी, शुष्क खाँसी, पार्श्व-  
शूल ( मसोनिया ), नजला, जुकाम, विपूषिका, मन्दाग्नि अरुचि,  
गुड़गुडाहट, मरोड़, परिणामशूल ( दर्द कोलज ), अतिसार वमन,  
मृगी, दन्तपीड़ा, वा दाढ़ पीड़ा दातो से एकजाना वापानी लगना,  
कर्ण पीड़ा कर्णघाव कर्णसाज, कर्णशोथ अर्पणमि, नासिकार्श,  
नाक में फुन्सियां, नासिका में दुर्गन्ध हॉक नेत्र पीड़ा कोड़ा,  
फुन्सी, सब प्रकार के घाव, काम का पचना रान का लसना, दाद,  
धम्यल गला बैठना, मुख शोथ मिठ का डंक, बिच्छू का डंक, सर्प  
का डंक, बावले कुत्ते का विष गले में दर्द, सर्व प्रकार के ज्वर मूत्र-  
दृच्छ, उपर्दश, गिलटियां बद्ध सन्धिवात, सर्व प्रकार का शोथ  
आन्तरिक व बाह्यक पीड़ाएँ चोट से दर्द, घवासीर, मस्तिष्क की  
निर्बलता, ग्रेग, रक्तवमन, रक्तपत्रमा, प्रसूत, हृदय रोग, कामछा,  
वायगोला आर्तव रुन्द-धी सर्व रोग बगठमाछा, ( इजीरा ), स्त्रियो

को शिर दर्द, गुद अश, दम्भारोग, दूध का दूध न पीना, समिपात, शिर घूमना, सन्यास, कम्परोग, लफवा अर्थात् घात, शिरकी खाज, नत्ररोग, फोला, पांफिनी, माखूना झुकर, पड़वाळ, प्रणताज, नकसीर, जिहवागोथ, मुख में फुन्सियां मुख का पकना, ओष्ठशोथ ओष्ठपुन्डी, दन्तकृमि, मसूढ़शोथ, गले पड़ना, हृदयमंग एक थूकना, पीप थूकना, छाती का शोथ फुफफुस शोथ, स्तन शोथ, स्तन फोड़ा, आमबास, मठरी यकृत पीड़ा यकृतवात, अलो र, पठोवर, पाणुरोग, आमो विसार, लीहोवर, पृथोवर, श्वरकृमि, रक्तगन्ध, पृकटये पीड़ा पृकटये शोथ, मूत्राशय पीड़ा, मूत्राशय शोथ अथवा पृथ, उश्चरोग, गर्भाशय की शोथ, गर्भाशय की पीड़ा, योनिस्त्राव, कटिपीडा, रिहसवाय, घुटने का दर्द, पिरुहुली का फूलना, निरुम्य पीडा पित्त सर्व प्रकार के रोग, नसूर ४ र्थ प्रकार की खाज उपाकी, गुली अर्थात् ओष्ठ का सूजन यदुश्वेद भस्म से उठना इत्यदि २ वर होते हैं ॥

मूल्य २॥ फो शशी दवाई ४ हराम । नमूना की शशी ॥), २ शौस की शशी मानो भसख से चार युगा २), वृन्द गिराने वाली शशी जिस में से मिसने वृन्द चाहो डाले जावे, ४ हराम २॥)

### अविद्यात

अमृतधारा की नफल है । प्रायः विद्यापन बाओं ने, नबल आरम्भ करती है, और लोग अल्प मूल्य देखकर मंगवाते हैं, इसलिये यह नकल बनाकर रफकी है जो इन नफालों से फिर भी बड़ी होती । और असल व नकल का फर्क दिखायेगी ॥

मूल्य की शशी ॥) नमूना की छोटी शशी ॥)

**अध्याय नं० १ महत्गजोत्पल औषधि—** बहुत वीर्यवर्द्धक  
 यह एक औषधिया का रूप है । नपुंसकता की सम्पूर्ण व्यवस्थाओं  
 में हितकर है यह पुरुषों के गुप्त रोगों के वास्ते अनरल औषधि है  
 नपुंसकता के प्रतिरिक्त वातज रोग कफज रोग, खाँसी, मजला  
 जुकाम कटपीडा रुन्धिवात को हितकर है । शुक्लमेह शीघ्रपतन  
 स्वप्नशोष को बहुत लाभदायक है । प्रभाव विदुत् ऊष्ण है । मूल्य  
 ६४ गोली ४) २२ गोली २) मसूमा ८ गोली ॥ , मात्रा १-१ ग ली  
 सायम् प्रात ॥

**अध्याय नं० २ लक्षणाचिन्तासु रस—** वैद्यक में लिखा है कि  
 यह रस नारद जी न श्री कृष्ण जी महाराज को बताया था, दूध के  
 साथ मित्य खाव तो बूढा भी युवा के तुल्य होवे । कामदेव के समान  
 हो जावे सन्नवात प्रमेह मगन्दर बरुठ शोथ रुग्णहणी मरोठ  
 खाँसी जुकाम बषाहीर, सन्धिवात, कटपीडा नेत्रपोठ ६, ६मान्द्य  
 धाण्यदुर्गन्ध गण्डगण्ड शिरपोठ प्रश्रादि को हितकर है । उदर तथा  
 अन्य रोग क पश्चात जो निर्वलता नपुंसकता मेहादि होता है ।  
 इसको विशेष रूप से हितकर है । शुक्लमेह, स्वप्नशोष शीघ्रपतन को  
 लाभदायक है । मूल्य ६४ गोली ४) = २ गोली २ मसूमा ८ गोली ॥

**अध्याय नं० ४ चरवाक—** शीघ्रपतन के लिये मकसीर  
 औषधि है, इसे चार पाच मास तक सेवन करने से ल्याक्षी और  
 शीघ्रपतन बन्देज हो जाता है शुक्लमेह स्वप्नशोष को भी गुणकारी  
 है, पाकीकरण भी है, मात्रा १ से ४ तोले तक दैनिक है पहले २  
 तोला से आरम्भ करके धीरे २ रोज बढ़ते उहा नष दिना गरमो  
 मादि मजूम होने के बाद जाये साधारणतय २ तोल के लग भल  
 खानावाहिये । हाथो साफर ऊपर से दूध पीना चाहिये चाभीस दिन  
 तक बाल पशुध पातम पदार्थ तेल की वस्तुयें और स भोग से  
 बर्हेज रहता हुआ जावे और उस के २० दिन पश्चात भी परहेज  
 रदसे तो सदा के वास्ते यह गुण उत्तमदन हो जाता है ॥

जी पूरा परदेज न रखते तो १५ दिन परदेज सहित कारे  
फिर मापश्यकता ही तो और १५ दिन परदेज सहित कारे जब तक  
मनोकामना पूरी हीवे, मुख्य १ पाव ३) ३ पाव १॥

अकसीर न० १०— बल वर्द्धक है प्रत्येक आरे में एक मास  
का छोड़ने से कमी बल कम न होगा। नारद भी मर्द हो आते हैं,  
बूढ़ों को युवा बनाती है। मात्रा १-१ गोली, सायम प्रातः मुख्य जिस  
में कस्तूरी पड़ी हुई है ६४ गोली ४), ३२ गोली २), मसूना ८ गोली  
॥) जिस में कस्तूरी नहीं पड़ी परन्तु घातुपुष्ट शेष सब औषधियां  
वही हैं ६४ गोली २), ३२ गोली १), मसूना ८ गोली ॥)

अकसीर न० ११— दृश्य, मरिचक, यक्षत, आमालशब,  
को पुष्टिदायक है, भ्रानन्द, वर्द्धक है, शीघ्रपतन, हृष्यदीप को  
हितकर है, पाकूती का काम भी देखी है, साऊन के दिनों में काम  
से मानसिक बल स्थिर रहता है, और बड़ा गुण करती है,  
है, बमीरो के कामे योग्य है, प्रत्येक प्रकृति के मनुकुल जाती है, इसका  
प्रधानांश स्वर्ण है, मुख्य ६४ गोली १०), १६ गोली २०) मसूना ५  
गोली ॥)

अकसीर न० १२ मरुत् क्षाभीकरम्— पिशे-रुषः शीघ्रपतन  
के रोगियों के वास्ते है। तीसर पहर एक दो गोली दूध से कामे  
स्तम्भन होता है, नित्य सायम प्रातः एक गोली बाने से शीघ्रपतन  
का मूलभेद होता है इसके कामे वास्ते को खीसी, मज्जला, जुकाम,  
कटिपीडा, घातज कफज, आदि रोग नहीं संताते १ मुख्य ६० गोली  
३), ३० गोली २), मसूना ५ गोली ॥)

अकसीर न० १५ मृदुरघ्वज— बल की औषधियों का यह  
माना जाता है। इसका प्रधान भाग चन्द्रोदय है। जिसका  
आयन्त कठिन है। ४० दिन कामे से ही मसली अचानी जाती है

वीर्य को सन्तानोत्पत्ति के योग्य बना देता है। वीर्य सम्बन्धी सर्व रोग पूर्णतया दूर हो जाते हैं। राजे महाराजे सर्वे इसको अपने पास रखते हैं। और प्राय खाते हैं। जिनको अरीशुन की सामर्थ्य है उनको अन्य औषधि की आवश्यकता ही क्या है। मूल्य १०) फी, तोला है। फी माशा ४।), माशा ४ रत्ता है। प्रति वर्ष १ तोला खा लो हों तो पूर्ण आयु तक लेजाया है ॥

अकसीर न० १६ वृद्धगेश्वर रस—इस में स्वर्णमल्ल, चांदीमल्ल, मोतीमल्ल, कस्तूरी, पंगमल्ल, कृष्णासक मल्ल, सीमसेना कपूर, आदि सम्मिश्रित हैं। आनन्द दायक पौष्टिक और उत्तेजक है। शुक्रमेह सुरन्त दूर होता है। स्वप्न दोष, शोथपतन को गुणकारी है। वीर्य गाढ़ा होता है, वीस प्रकार का प्रमेह और बारंबार मूत्र आना दूर होता है, जठराग्नि दीपन होती है, अग्नि वर्ण बल वीर्य और तेज बढ़ता है। पुराने ज्वरों पर घेते हैं, हृदय मस्तिष्क यष्ट को बल दायक है। मूल्य ३२ गोली ४), नमूना ८ गोली १)

अकसीर न० १६ वृद्धगेश्वर चंद्रोद्य मिश्रित—(ख)  
वेद्यक की प्रसिद्ध औषधि चन्द्रोद्य जब उपर्युक्त औषधि में बढ़ाई जाय, तो यह अलुपमेम होजाता है। यह भ्रूणध्वज से भी बढ़ कर है। वीर्य सम्बन्धी सर्व रोगों को दूर करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाता है। मूल्य १) प्रति गोली, आठ गोली ७) १६ पाणो १४)

अकसीर न० १७—अकसीर नं० १६ के भीतर अकीकमल्ल, संगयम्पमल्ल, लोहमल्ल प्रवालमल्ल, शिलाजीत, जायकछादि पड़ते हैं तो यह शीघ्रपतन प्रस्ती के वास्ते निदान्त दितकर हो जाती है। चित्त प्रसादक भी अधिक होजाती है। श्रेय गुण बढ़ी है, मूल्य ३२ गोली ४), नमूना ८ गोली १)

अकसीर नं० २० मन्मथ रस—बुद्धों की ज्ञान और गुण



बाल्य यमाने के बाद यद् योग शिबजी महाराज का निर्माण  
 उत्तमता यह है कि शीघ्र नहीं है। घिरुथाई लाम धीर करता है।  
 रुद्धि खाने में कोई हानि नहीं है। शीघ्रपतन, स्वान शीघ्र, शुद्धि  
 को दूर करता है, उत्तमक है, बन्धु के एक ७० वर्ष के पुत्र  
 बच्चों के पिता ने मुझे लिखा था कि युवावस्था के प्रारम्भ से  
 जाड़े में २ सप्ताह सेवन करता है और वह अथ तक नो पूरी  
 रखता है, सन्तानोत्पत्ति के योग्य है। सांसी नखला जुकास,  
 कामला, अपाघन को दितकर है। शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है। पौष्टिक  
 उत्तमक व स्वम्भक है। मूल्य ६५ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना  
 ८ गोली ॥)

अकसीर न० २३ दूध घृत पाचक—इसे १ रसी तक प्रकृति  
 अनुकूल नित्य खाने से दूध घृत पचाने की शक्ति दिन प्रति दिन बढ़ती  
 जाती है। सेरो तक नौभत पहुँचती है, २४ दिन के भीतर पूरा प्रभाव  
 प्रतीत होता है ४० दिन के भीतर सेरो दूध पचने लगता है, ६०  
 दिन के सेवन से सम्पूर्ण कफज व वातज रोगों को दूर करती है, जो  
 दूध पचने की शक्ति सदा के लिये बढ़ा देती है। मूल्य ४) रुपये  
 दोला, नमूना ३ मशा १।)

अकसीर न० २४ सुखकारक—स्वम्भक है शीघ्रपतन रोगी  
 को जब तक रोग दूर न हो क सो २ सापस्य रूठा पड़ती है। तीसरे  
 पहर दूध के साथ खार्ये पदच ल कोई प्रष्टी उपप्युक्त वस्तु न खार्ये,  
 चौगुणा समय होता है। मूल्य ३२ गोली २), नमूना ४ गोली ॥)

अकसीर न० २७ (अथ निर्मल न रोगे) —एति पदवात  
 एक दो गोलियाँ खा लीजिये, उदासी दूर, सुश्री चकतायुद, न  
 अ्या फा ल्या, तीसरे पहर खार्ये सो स्वम्भन हो। लिए दूध के साथ

सायम प्रातः सार्वे तो शीघ्रपतन को हितकर है, मूल्य ६० गोली १) नमूना ८)

अरुसीर न० २८ तैल माह कागनी—कफज वातज रोग नाशक, नपु सकसा, मस्तिष्क की निर्यलता, अस्मृति, शीघ्र पतन, कटिपीड, सर्वांगपीडा, आदि को दूर करती है, फरतल पर मर्द्धे तो दृष्टि शक्ति को बल देता है । स्तम्भन के घास्ते भी निर्यलता को तिला का काम देता है, नर्से और पड़े दृढ़ होते हैं, मूल्य १) शीशोध डराम, नमूना ८)

अरुसीर न० ३० घातुवर्द्धक—इस से धार्य्य बहुत बढ़ता है । और इसक पश्चात् पुसत्व बढ़ना आरम्भ होता है । शुक्रमेह, स्यप्र-दोष और शीघ्रपतन को भी हितकर है, मात्रा ६ माशा दूध के साथ, मूल्य २ पाव, नमूना ५ गोली ॥)

अरुसीर न० ३१ चन्द्रपमावटि—यह एक वैद्यक योग है, ओ विविध मामों से बड़े २ वैद्य यच्च रहे हैं, यह मूत्र के साथ शुक्र ( मर्ती आदि, जाने को रोकती है २० प्रकार के प्रमेह पयत्, अफारा, शूल मन्दाग्नि, अण्डवृद्धि, पायड, कामला, बवासीर, मगन्धर, नासूर, कटिपीड, फास, श्वास, दिका, डकार, मजलादि को हितकर है । धीर्य्य को शुद्ध करके सन्तामोत्पत्ति के योग्य बनाती है । मात्रा दो गोली सायम प्रातः मूल्य ३२ गोली १) नमूना ८ गोली ।)

अरुसीर न० ३३ आयुर्वेदिकटानिद्ध—रज धीर्य्य को शुद्ध करके सन्तामोत्पत्ति के योग्य बनाती है । जब कोई विशेष कारण प्रतियन्धक न हो तो स्त्री पुरुष दे नों को गाय के दूध के साथ खिलाना आरम्भ करें, एक दो मास सार्वे और प्रत्येक रसोघर्म्म के पश्चात् संभोग करें तो ईश्वर कामना पूरी करें । यह गोळिया बत्तेजक,

शुक्रमेह स्वप्नशोष, शीघ्रपतन, नाशक, शुद्ध रक्तोत्पादक, सन्धिघात नाशक है, और कटिपीड, गुणफपीड, पार्श्वशूल, रामपीडा, रीधमवायादि सर्ष वातज कफज रोग प्रमेह, कामला, रक्तक्षीणता, शोथ रोग, जठोदर, कठोदर, मूसा विष, स्त्रियों के मासिक रज की कमी व अधिकता, अण्डवृद्धि को हितकर है। मधु व पानी के साथ स्थूलता का दूर करती है। अंग्रेजी टानिक औषधियाँ से इस गुँ मुफावला करो अथवा ल दलें रहेगी। मात्रा १ गोली सायम प्रात, इच्छित अनुकूल न्यूनाधिक कर सकते हैं। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अम्लीर न० ३४ (क) शुक्रमेह (धातु खाना) के वास्तव्य अद्वितीय औषधि है। स्वप्नशोष को बहुत शघ्र दूर करती है, शोष पतन को भी हितकर है, वीर्य को गाढ़ा करने में अनुपम है, प्राण स्तम्भन को बढ़ाती है, मात्रा १ गोली सायम प्रात। मूल्य ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अम्लीर न० ३४ (ख) — उपर्युक्त औषधि के भीतर केशर, कल्दूरी, अम्यर, मोती, शिलाजीत, स्वर्ण, चाँदी, अभ्रकादि मत्स्य और संयुक्त की जाती हैं, तो यह उपर्युक्त लिखित गुणों के अति रक्त हृष्य मस्तिष्क मूषाशय, यकृत आमाशय को शूल दती है। उत्तेजना प्रकृत करती है अमीरों के खाने योग्य है। मूल्य ३२ गोली ४), १६ गोली २॥), नमूना ८ गोली १॥)

अम्लीर न० ३५ लोहासव — यह एक विशेष प्रकार का हमारा स्वनिर्माण लोहासव है, जो उत्तेजक है, पेटों को बल देने में अद्वितीय है, शुद्ध रक्त उत्पन्न करके कुठ दिनों में ललाइ प्रदान करता है, शारीरिक बल को बढ़ाता है। सुस्त पेटों को हितकर करता है वातज, कफज रोगों को दूर करता है, रक्तक्षीणता, पाण्डू, कामला को भी हितकर

हे इसके खाने वाले के केश शीघ्र श्वेत नहीं होते, मूल्य ४ औंस ४),  
२ औंस २), नमूना ॥)

अरुमीर न० ३९—शुक्र जनक है, शीघ्रपतन व वीर्यसाध  
को दूर करती है। वीर्य को खूब बढ़ाती है, और गाढ़ा करती है।  
शारीरिक बल को अधिक करती है। शीघ्रपतन के लिये विशेष रूप  
से हितकर है। शुक्रमेह को भी दूर करती है। लेस्यार औषधि होने  
पर भी कारिअ नहीं है। इसके खाने से प्राकृत स्तम्भन बढ़ता है।  
मूल्य को पाव ३), आधा पाव १), नमूना १ छटाक ॥

अरुमीर न० ४० स्वप्नशोप नाशक—यह औषधि विशेष कर  
स्वप्नशोप प्रस्ता के घासने है। शुक्रमेह व शीघ्रपतन नाशक है, स्तम्भक  
भी है। स्वप्नशोपधिक्य १ मास के भीतर नष्ट होता है। मूल्य ३२  
गोली १) नमूना २ गोली १)

अरुमीर न० ४१ कामिनी बर्षीकरणा—जो लोग कहते हैं,  
कि स्तम्भन को फोड़ औषधि उनको गुण नहीं करती इस का सेवन  
करें। ६ गुणा बन्धेज होता है। यदि दैनिक यह गालिया खाए जावें  
तो शीघ्रपतन दूर होकर सदैव स्तम्भन उत्पन्न होता है। शुक्रमेह,  
स्वप्नशोप का मूलच्छेद होता है। पेट को पुष्ट और रद्द करती है।  
कस्तूरी, सोना घादी केशरादि इस के प्रधान अंग हैं। मूल्य ३०  
गोली २५) ६ गोली ५) १ गोली १)

अरुमीर न० ४२ अद्वितीय औषधि—स्तम्भन के विचार  
से यह अपनी भाँति को पहिली औषधि है। किंचित् वृष्टियाँ हैं।  
बन्धेज की औषधि यथा, ज्ञोयफल, लौंग, जावित्र अफीम जुम्बपेद—  
स्तर, मायाशुतर अराधो, कुचिला, अकरकदा, कस्तूरी घट्टा आदि

शक्ति को बढ़ाती है, मात्रा १ गोली प्रातः १ सायं का दूध के  
मूल्य ४० गोली २), नमूना १० गोली ॥)

अक्षीर न० ५४ यह पूर्ण पुरुषों के शीर्ष और स्त्रियों के  
दूध बढ़ाने, उन को शुद्ध करने के बाले अत्यंत गुणकारी है शरीर  
को हट्ट पुष्ट करता है शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है रक्तघर्ष को दूर  
करता है मात्रा ६ माशा प्रातः या रात को जिस समय उच्छि  
समझी दूध के साथ सेवन कर सकते हैं मूल्य २) प्रति पाक  
नमूना १ छटाक ॥) हैं ।

अक्षीर न० ५५ स्वप्न दोष नाशक चूर्ण—यह विशेषतया  
शिशुओं के बाले है स्वप्न दोष व प्रमेह को दूर करता है दिमाग  
रोशन करता है, स्मरण शक्ति को बहुत ही तेज करता है, मात्रा ६  
माशा प्रातः ३ माशा सायं दूध के साथ, मूल्य २) प्रति पाक  
नमूना १ छटाक ॥) हैं ।

गोली पारा—पारा के गलास में दूध पीने से जो फायदा है  
वह इस गोली को दूध में बटका कर पीने से है । यह गोली दूध में  
नहीं बुलती एक प्रकार की विद्युत शक्ति उस में प्रकट होती है मुँह  
में रखने से ताप बढ़ती है, रोगजन होता है दूध अपना पूरा अस्व  
इसी स्वरूप में दिखलाता है सुकधीपाह शफा सुरम्य, प्रमद,  
प्रहतलाम है फोमठ गोली बडा १) गोली छोटी ॥)

सुक्राणि—पेशाब के साथ शक् का घोल इसी के बाले यह  
धमा है मूल्य ३० माशा ४), नमूना ७ माशा १) है ॥

प्रमेह नाशक—(मौपधि म्यायतीस) धीस इकार के प्रमेह को  
गुणकारी है, मूत्र के साथ और भी वस्तु भाती है सप को दूर  
करती है, मूत्रातिसार को विग्रह रूप से गुणकारी है मूल्य ६५  
गोली २) नमूना ८)

अकसीर न० १८ शिङ्गरफ मसम—वाजीकरण के लिये अनुपम मानी गई है, पेटों को असाधारण बल प्रदान करती है, मधुसक्तता दूर करने की घलवान औषधि है, बूटों को लाठी है, वातज य कफज रोग यथा, अरुणयात, अर्शियात सन्धियात, शून्यवात कफज खांसी मन्दाग्नि आदि को रामबाण है, शुक्र रपतोत्पन्न धरके चेहर को लाठ करती है। मूल्य १ तोला १०) नमूना १ माशा १) शीत शतु में अवश्य सेवन करें वज्रा खास १००) तोला है ॥

अकसीर न० १९, धगभस्म दर्जा अन्वत्—यह सदा सी मुठ से पहिले शुद्ध की जाती है, फिर मसम की जाती है, चौड़ी मसम भी इसके सामने कुछ नहीं है प्रमेह मूत्रकुच्छ सोजाफ, कुरह को हित कर है उत्तेजक है 'मर्द को धग और घोड़े को तग' को उक्ति इसी पर ठीक है। मूल्य १ तोला १०), ६ माशा ५), नमूना १॥ माशा

वगभस्म सामान्य—कच्छ को साधारण रूप से शुद्ध करके धनाया जाता है, गुण लगभग वही हैं जो ऊपर वर्णन किए गए हैं, प्रभाव किञ्चित् देर से होता है, मूल्य १ तोला २) ३ माशा ॥) मात्रा ३ रक्षी ॥

धगभस्म शार्ङ्गघरी—शुक्रमेह, सोमरोग २० प्रकार के प्रमेह को विशेष रूप से हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २)

अकसीर न० २५ त्रिषातु भस्म—यह फलई सीसा, जस्त की मिश्रित अत्युन्नम स्वर्ण रंग की मसम है। जो प्रदर, सोम शुक्रमेह आदि को दूर करने, दीर्घ को गाढ़ा करके प्राकृत बन्धेज उत्पन्न करने में विचित्र औषधि है। मूल्य १ तोला ४) ६ माशा २), नमूना १॥ माशा ॥)

अकसीर न० २६ स्वर्णभस्म अथवा दर्जा—पेठा को धुँरि  
 देती है, हृदय मस्तिष्क यकृत, एकाग्र, मूत्राशय, जमनेन्द्रिय, सब  
 को बल प्रदान करती है। वीर्य वर्धक और उत्तेजक है दूत, वृष  
 पाचनकारी है। तीन माशा भी यदि एकवार खाओ तो बर्षों भी  
 गढ़ शक्ति पुनः आ जाय। शुक्लमेह शीघ्रपतन ल्यप्रदीप प्रमेह, धातु  
 क्षीणता, मधुमक्ता, स्मरणशक्ति तथा हृदय की निर्बलता, सब दूर  
 हो। मूल्य १ तोला २०) ३ माशा २०), ममूना ४ रसी ४)

भ्यर्ग भस्म दर्जा दायव—गुण, यही है किंचित देर में प्रसार  
 होता है। सखी है, मूल्य १ तोला ४०), ६ माशा २०), १४ माशा  
 ५, ४ रसी २)

मूला भस्म—पित्त प्रकृति वाले धातु विकार में दस्तों को ही  
 जाती है सखी किंतु बड़ो उत्तम औषधि है। पुरानी स्त्रि पीड़ा  
 मस्तिष्क की निर्बलता मज्जा, प्रतिश्याम, रक्त वमन, रक्तपित्त को  
 हितकर है। वीर्य को मूत्राशय को गरमी को दूर करती है। मूल्य,  
 १ तोला ॥), ६ माशा। दर्जा अथवा १) तोला है ॥

स खपा भस्म (दर्जा ग्रास,—यह महम विशेष रूप से वीर्य  
 बल और उत्तेजना के लिये सैवार की गई है। १४ दिन के भीतर  
 पर्याप्त यज्ञ आता है। और ४० दिन के भीतर तो रक्तना कठिन  
 होता है, इसके प्रतिरिक्त अपूर्ण वातज कफज रोगों को रामदायक है,  
 मूत्रों की सहायक है, उनको युवा बनाती है। मूल्य ३ माशा, १२)  
 १ माशा ४), ममूना २ रसी १), मावा ससपास से १ खाबल तक ॥

स खपा भस्म—वातज सन्निवृत्त आर्द्रिवात, मधुमेह  
 कफज कास कटिपीडादि को हितकर है, उत्तेजक है। मूल्य १ तोला  
 १) ६ माशा २॥) १॥ माशा ॥२)

घादी मरु—धातुक्षीणता स्वप्नशय, शीघ्रपतन, हृदय, मस्तिष्क, आमाशय, की निर्यत्नता, नपु सकता को हितकर है। प्रमेह हृदय की धड़कन को भी हितकर है। मूल्य १ तोला २), ३ माशा २) नमूना १॥ माशा १)

फौलाद मरु शिगरु—यह मरु फौलाद की शिगरु के द्वारा की जाता है। घातु रोग यथा शीघ्रपतन, वीर्यस्राव, शुक्रमेह को दूर करके उज्ज्वला को बढ़ाती है, शुद्ध रक्तोत्पन्न करती है। यक्ष्म को बल देती है, रंग की श्वेतता को दूर करती है, मूल्य १ तोला १॥) ३ माशा १॥)

फौलाद मरु दर्जावास—यही याजीकरण शुद्ध है रक्तोत्पन्न करके चेहर को लाल करती है, मामर्द को मर्द बनाती है। मूल्य २०) तोला है ॥

फौलाद मरु (दर्जा अज्वल)—यह असली फौलाद की मरु भी ५३ मासों में बघार होती है। यही याजीकरण १, शुद्ध रक्तोत्पन्न करके चेहर को घोड़े ही दिनों में लाल करती है, पर्वण को बल देती है, वीर्य सम्बन्धी रोगों को दूर करके नपु सिर से मर्द बनाती है, मूल्य १ तोला ५), ६ माशा २॥), १॥ माशा १॥)

फौलाद मरु—धातु क्षीणता, नाताकती, शीघ्रपतनादि को हितकर है पशुत को बलदायक है रंग को लाल करती है। मूल्य १ तोला २५) ३ माशा १॥)

लोह मरु—यह उच्चम लोहे से सामान्य रूप से तैयार की जाती है। साधारण अवस्थाओं में परती जाती है, मूल्य १॥) प्रोचक ३ माशा १॥)



छिलका कुक्कुराण्ड भस्म—धस्तु, जाना, क्रिया के रोग  
पानी का जाना, सोम, प्रसूत, शुक्रमेह को दूर करती है। शीघ्रपतन  
को बहुत हितकर है। बहुत बढ़िया बाजीकरण है। मूल्य १ तोला  
३), ६ माशा १०) ४०, १॥ माशा १२), ली को बिलार्वे तो पल्ल  
योनी के सपश कर, क्योकि संकोचक है ॥

मण्डूर भस्म—पृष्ठ रोग कामला पाण्डू रोग, जठोर  
अपशय की निर्बलता को हितकर है, और शीघ्रपतन को भी जब  
कि रोकने वाली शक्ति की निर्बलता के कारण से ही बहुत गुणकारी  
है। मूल्य १ तोला १॥), १ माशा १२)

सीसा भस्म दुर्वा अथवा—यह पीठ रोग की सीसा भस्म  
अत्युत्तम है, बाजीकरण है, योर्ष्य के सर्व रोगों को हितकर है, मूत्र  
दृच्छ और सोजाक, फुरद को भी हितकर है। उचित अनुपात से  
सर्व रोगों म दी जाती है। कफज रोग, खाँसी, सप्रहथी, ष्वासीर,  
का दूर करती है। कामशेष की वृद्धि करती है। मूल्य १ तोला ३०)  
३ माशा ३॥), १ माशा १)

सीसाम्भस्म—मूत्रकृच्छ के वास्ते हितकर है। फुरद को भी  
गुणकारी है। मूल्य १ तोला १॥), ३ माशा १२)

भस्म बग व पारद मिश्रित—उठ जना शक्ति को कमवे है।  
शुक्रमेह, शीघ्रपतन ल्यश्रोप को गुणकारी है। २० प्रकार के प्रमेह,  
सोम रोगादि को दूर करती है। फुरद को भी हितकर है। मूल्य  
१ तोला ८), ३ माशा २), १॥ १)

ताम्र भस्म—बाजीकरण है, कफज व वातज रोगों का  
अत्युत्तम करता है, प'पवांत मादि को दूर करती है, जठोर को

हितकर है मूल्य श्वेतर्ग का ८) तोला, ३ माशा २), १॥ माशा १)  
और कृष्ण रंग २) ६० तोला ३ माशा ॥)

अनविध मोती (सुरभाराद नासुफता) मस्म—इरप, यकृत,  
मस्तिष्क औ बलदायक शोधपतन, स्वप्रदोष, शुक्लमेहादि निवारक है ।  
मूल्य ३०) ६० तोला । ३ माशा ७॥) २ रतो १।)

रस सिन्धूर—वेद्यक को प्रसिद्ध औषधि है । यह रसायन है,  
उर्ध्वक है, इसकी वेद्यक ग्रन्थों में बड़ी प्रशंसा लिखी है वसुधित  
पारा से लेया छत का मूल्य २०) तोला है और शुद्ध पारद से तैयार  
छत का मूल्य १०) तोला० शिगरफ से निकाला हुआ पारा से  
तैयार छत ५) ६० तोला है ॥

चन्द्रोदय—यह एक प्रकार का रस सिन्धूर सोना मिश्रित  
होता है, सूर्य औषधियों का राजा है, न केवल धातु सम्बन्धी सूर्य  
रोगों की सर्वोत्तम औषधि है, बरञ्च उच्चत अनुपान से प्रत्येक रोग  
में बर्ता जाता है, कई घर इस से बस गए हैं, वसुधित पारा से तैयार  
हूना का मूल्य १००) ६० तोला शुद्ध पारद से तैयार छत २०) ६०  
तोला है ॥

नोट —एक २ मध्य कई प्रकार से तैयार की जाती है । पाज २  
थीस २ प्रकार की तैयार हैं, किञ्चित् के नाम दिये हैं । अय अन्ध  
मस्मो के नाम और गुण भी यहाँ ही लिख देते हैं ।

श्रव पुरुषों के विशेष रोग सम्बन्धी तिला अकित होते हैं ।

तिला न० १—छुछ सुगन्धी युपत है, बूढा को भी प्रबल  
यना देता है, युदकों को विशेष रूप से लाभकारी है, हस्तफारों को  
और जा चौकिया बल बढ़ाना चाहें यह तिला हितकर है नसों और  
पट्टों को बल देता है, मूल्य ४ इरम ५) समूना एक इराम १।)

तिस्रा न० ३, (तिस्राय महन्)—हस्तकारों को विशेष  
हितकर है, साधारण अवस्थाओं में बहुत गुण करता है, (मूल्य १) रुपया नमूना २)

तिस्रा न० ४, (तिस्राय मायूसोन)—यह बड़ा प्रचण्ड है, चर्म  
का एक परत उतार देता है परन्तु हस्तकारों की नखा पड़ों को  
बहुत शीघ्र ठीक करता है ४ दिन के सेवन से पर्याप्त फल प्राप्त है।  
परन्तु खाने को मष्ठी औषधि भी साथ ही। पर्यो कि तिस्रायों के  
सेवन के साथ यौष्टिक औषधि का सेवन होना आवश्यक है। निराश  
रोगियों को इससे लाभ हुआ है शिथिलता, अजर्मग नपुंसकता  
दूर फलके पूरा फल प्रदान करता है, (मूल्य २ रुपया ३), नमूना ॥१॥

तिस्रा न० ६ (सिंग वर्द्धक)—इसके छगाने से, शिगोत्र  
बढ़ती है और स्थूल होती है, (मूल्य ४) आधी शीशी २, नमूना ॥१॥

तिस्रा न० ७ (सचेजना वर्द्धक) लेप—आवश्यकता से रक्षा  
प्रथम ३ मासों लगया जाता है पूरा फल प्राप्त होता है, अधिकार  
न्यत्रोपक भी है जिसने एक बार भी खाया है—हरान हुआ।  
(मूल्य ५) सोला ६ मासों २॥१॥, नमूना १ मासों ॥१॥

तिस्रा न० ८ [अद्वितीय अन्न वर्द्धक]—इसकी प्रशंसा  
पया है, जिसने एक बार खाया है उस पर मोहित हुआ, अतिशय  
आनन्ददायक अतिशय सुगन्धित जहाँ हो महक जाय एक खावले  
पर्याप्त है, पुःप स्त्री के आनन्द को कइ सीमा नहीं है (मूल्य १२)  
रुपया सोला ३ मासों ३), नमूना १ मासों १२)

तिस्रा न० ९ (आनन्ददायक)—बहुत पुत्रदायक है, इन्हीं  
को हितकर है सच्चे हर्ष का हेतु है ... को रक्षित करता है  
(मूल्य ३० गोली २) रुपया, १६ ग लो १ नमूना १)

तिला न० १० (चोखक व स्तम्भक)—यह ठेप न केवल चोखक है, चम्पार और ह्यूल्ता देता है, वरंच स्तम्भक भी है, जो लोग पन्धेज की औषधि खाना पसन्द नहीं करते उनके काम की वस्तु है, मुख्य १) द० १ तोला, नमूना १) है ॥

तिला न० ११—आनन्दशायक है, और बहुत गुणकारी है गहरा प्रेम उत्पन्न करने का हेतु है, आनन्दशायक तत्काल द्रावक है, मुख्य १), भाषा ॥)

तिला न० १२ तिलाइथ्री—यद्यपि प्रचलित है, परन्तु पहिले ही दिन अपना पल दिखाता है, मुख्य २) शीथी, इससे कम नहीं ॥

तिला न० १३ तिलायपिसा—अपर्युक्त गुण इस में भी हैं मुख्य २) शीथी इस से कम नहीं भेजा जाता ॥

स्त्रियो तथा बालको सम्बन्धी किंचित्

औषधिया ॥

पदरान्तक लोह—फिही प्रकार का प्रश्न है, काठ, पीत, श्वेत, इस से दूर होता है । कटि पीडा, लीम रोग आदि को हिनकार है मासिक धर्म का अधिकता, पीडा, बेजायशी सज आकरता है मुख्य ३२ पाकी २), नमूना १)

श्रुत्साधन (अर्क पुरिर् हैज)—श्रुत्साधन का काम होता वा म धाना, बेरना सहित भोना, और तत्सम्बन्धी सर्व रोग को दूर करके श्रुत् का धोरता है, और पल प्रदान करता है । स्त्रियो के लिए टा तेरु औषधि है मुख्य ४ पाकी २), नमूना १ भाँस ॥)

अठग की औषधि, (ब्रह्मपुत्र रम) — कतिपय स्त्रियों के लिये  
 होकर मर जाती है। जिस को अठरा या सत्रिया मसान बहुत है।  
 गर्माधान से लेकर पूरे शिशो तक और कुछ मास पश्चात् तक इन  
 गोळियों को सायम प्रातः खिलाया जाता है, और ईश्वर की हवा से  
 पालक जीठा रहता है। मूल्य ७०० गोली १०) रुपया ॥

दायालायक — यह औषधि प्रसूत समय देने से स्त्री सुगमता  
 से बालक जनती है। रक्त कम यथावश्यक जाता है। प्रसव के पश्चात्  
 होने वाले रोग दूर होते हैं। मूल्य १॥) नमूना ॥)

सुम्भरुई — इस औषधि को केशल कटि पर बांधने से शिशु  
 सुगमता से उत्पन्न होता है। मूल्य १ रुपया, ओ एक पार को  
 पर्याप्त है ॥

नारी रोगारि उष्य — यह औषधि स्त्रियों के अनेक रोगों को  
 गुणकारी है और उनको दलदायक टानिक है। जो स्त्रियाँ निर्दल हो,  
 शिशो शिशु मोग इच्छा मष्ट होती आदि, प्रसव के कारण को र  
 वा, निर्दल हो यह दवा गुण करती है। मूल्य ४० गोली ३), नमूना  
 १० गोली ॥), यह पक्षज यातज प्रकृति स्त्रियों के लिए है ॥

नारी रोगारि शत — इसके भी उपर्युक्त गुण हैं, और शिशु  
 प्रकृति स्त्रियों के लिये हैं। मात्रा ६ माशा, मूल्य ४० पुराक ३)  
 रुपया, नमूना १० पुराक ॥),

माय सुत्व — यह तो जो दलपत्नी से पचाता है और इसके  
 को प्रकृत अवस्था पर लाता और बहोर व दृष्ट करता है, मदे दल  
 स्त्री के लिये दुष्कार हो जाते हैं। मूल्य ४) नमूना १),

गोदपरी—अथ कि पुरुष का वीर्य ठोक हो यह गोठियां स्त्री को मनु स्नान पश्चात् झलार्ज जाती है, और एक दवाई भीतर लक्ष्मी जाती है । प्रथम तो प्रथम ही मास अन्याया अधिक से अधिक चौथ मास के भीतर पृथ्वी की धृपा से गर्भ स्थित हो जाता है । मृत्यु क्षमो औषधयो का ४ मास के वास्ते ५, है ॥

बाल रोग चूर्ण—बालको के प्राय रोग या अक्षीर्ण, अतिसार, श्वर खांसी आदि को हितकर है । प्रत्येक बालका बाल गृहमें रखना चाहिये । मूल्य ॥), नमूना ८)

बालको के दृष्टा रोग की औषधि—बालको के दृष्ट्या अर्थात् उसकी रोग के वास्ते यह औषधि रसायन अर्थात् अलीव गुणकारी है । मूल्य १ ताला ५) रुपये २ मात्रा १)

शिशुरक्षक,—( अरसीर वचगान )—यह बालको के वास्ते दामिक औषधि है । मन्दासि, कोष्ठवदता, हर पीले दस्तों का आना श्वर, तथा कृशता, बालक का सूखते जाना और रुद्धि रुग्ण रहना, विचारधकता सब दूर होते हैं । मूल्य ६४ गोठी १) नमूना ८ गोठी ८)

बासग्रह ( मृगी ) की औषधि—यह रोग प्राय बालको को ही जाता है यदा पुष्ट रोग है ईश्वर इससे रक्षा कर । प्राय बालक मर जाता है इस औषधि से प्राय १४ दिन में अराम आता है । मूल्य १४ गोठी २)

फूला पलो—यह सूक्ष्म मसाम की विचित्र औषधि है । इस को केवल कर्पट पर मला जाता है, और दर्द से महीन २ कृमि निकलते हैं, वही रोग का कारण होते हैं । भीतर से सब कृमि निकल जाते हैं, यह बालक जो प्रति दिन सुख रहा था, हरियां ही हरियां

दिखाई देती थी, जब प्रफुल्लित होना प्रारम्भ होता है। मुख्य रूप से १००) साधारण से ५) निर्धनो से १) रूप में।

पासविरेघन—बच्चों के प्रायः रोग को एवढता से प्रारम्भ होते हैं, और यदि उचित चिकित्सा ऐसी औषधि दी जाय जिस से कुछ रक्त मुख पूर्वक इस्त हो जाय, तो बड़ी जल्दी प्राराम जाता है, यह गोली यां एक दो माता के दूध के संग देने से एक दो इस्त बड़ी, सुगमता हो जाते हैं। मुख्य ६४ गोली १), नमूना ८ गोली २)

काली ग्वासी द्रव—बाळकों के वास्ते यह गोलीयां बहुत गुणकारी हैं, थोड़े दिनों में ही काम होता है, मुख्य १६ गोली ॥)

## उपदश औषधिया ॥

उपदश की औषधि—उपदश कठिन रोग है। यदि उपरबसी हो जाय तो पीढ़ियां तक पीछा नहीं छोड़ता। उपदश नर बच्चों मादीन के भेद से दो प्रकार का होता है। नर में गहर घाव केवल लिग पर होते हैं। मादीन का बिप रक्त में प्रविष्ट हो जाता है, और शरीर फूट पड़ता है। इसका पहला घाव साधारण होता है, इस के तीन दर्जे होते हैं पहले दर्जे में घाव केवल लिग पर होता है। दूसरे में शरीर पर काले दाग, ताम्र रंग की फुन्सियां और छोटे २ घाव आदि निकलते हैं। तीसरे दर्जे में हड्डी तक प्रभाव पड़ता जाता है। बड़े २ घाव कुएवत होते हैं। उपदश के वास्ते कई औषधियां देकर प्रदती हैं। साधारण रूप से यह हैं, अपनी अवस्थानुसार मंगाने, या इस मृदान्त मान पर स्वयमनिमित्त, नरके भेज देते हैं—

उपदश औषधि न० २—यह उपदश के तीनों दर्जों नर के

माशिन के घास्ते हितकर । वैतुक उपदंश के घास्ते भी हितकर है ।

मूल्य ४) रुपया, अर्ध औपधि २ ) रुपया ॥

उपदश औपधि नं० १३—उपदंश नर तथा माशिन को १४ दिन में आराम करती है । अथवा दर्जे को अकसीर है, दूसरे दर्जे में भी गुणकारी है । मूल्य ६० गोली ४) रु०, ३० गोली २) रुपया ॥

उपदश औपधि नं० १४—इस से २० या अधिक से अधिक ४० दिन के भीतर आराम आता है, केवल एक वृत्ति है । दर्जा अथवा दर्जे में मद्दितीय है । मूल्य ४० गोली ४) रुपया, २० गोली २)

उपदश औपधि नं० १५, ( चूत्रगान )—यह टिकिया है, दिन में तीन बार चिलम में रख कर हुक्का की तरह पीने से उपदंश नर, माशिन, प्रथमावस्था के घाव, खाहे फेसे ही गेहरे हों, अच्छे हा जाते हैं । फ्लूटमाला को भी हितकर है । आन्तरिक घाव किसी प्रकार को हो, इस के पान करने से अच्छा हो जाता है । तीक्ष्ण अवश्य है, परन्तु अशुभ औपधि है । कोमल स्वभाव वालों को सेवन नहीं करनी चाहिए । आराम तीन दिन में ही आता है । मूल्य ९ टिकिया २) रुपया ॥

उपदश औपधि नं० १६, ( उपदश विरेचन )—जब कि रोग जीर्ण हो चुका हो, या ऐसा बुसाध्य हो, कि आराम न आता हो तो पहिले जुलाब लेना उचित होता है । यह औपधि ३ माशा या अधिक से अधिक ६ माशा चिन्तारं जाती है । इस से उचितविरेचन होकर उपदंश का विष निकल जाता है । जिस को आसौज, कार्तिक, या वैश फाल्गुन में, उपदंश के फूटने का मय हो, वह प्रसू के आरम्भ में यह विरेचन लेले । मूल्य ६ माशा १) रुपया ॥



नोट:—सहमे जो उपदेश में वर्ती जाती है यह है—  
 मरुम, दारचिफना, रसफपूर मिश्रित या अलग, पारमरुम तुष्यमरुम  
 इत्यादि ॥

१. रसारिष्ट मिश्रित—षट्स ती वैद्यक औषधियों का संघट्ट है  
 उपदेश द्वितीय, तृतीय दर्जे में दितकर है । फोड़ा पुन्सी, शग  
 दाद, कृष्णशग ताम्र पर्ण घण्ट छुजली आदि को दूर करके शरीर  
 को सुन्दनपत्र करता है । सम सब रोगों में जिस में बिलायती कारक  
 रीला बचा जाता है, यह अधिक गुणकारी प्रमाणित होगा । मधुमेह  
 प्रमेह का दितकर है । प्रमेह के पश्चात् जो कार्यालक भयकर फोड़े  
 ( प्रमेह पिड़िका ) निकलते हैं, उनको भी दितकर है । वात रक्त  
 मगन्दर की गुणकारी है । उत्तेजक और सुखदायक है । मुख्य पोषक  
 २) उपदेश द्वितीय व तृतीय दर्जे में विशेष लाभदायक बनाने के लिये  
 उसको मिश्रित किया जाता है । उपदेश का विष दित जाने से जो  
 फोड़े व फोड़े रोग होता रहता है फोड़ा पुन्सी आदि निकलते रहते  
 हैं । तो इस को सेवन करना चाहिए । कण्ठमाला सन्धिवाह, और  
 उपदेश को भी दितकर है । मुख्य की शीतो ३ औन्स २) इषा,  
 मधुमा ॥=)

## सोझाक की औषधिया

सोझाक में पहिले अन्न व पोड़ा होती है मिठात कर होता  
 है, दूसरे दर्जे में पीव आनी पारमरुम होती है, कुर्द होजाता है, अन्न  
 धीरे २ बढ़ होजाती है, और पेचल पीप आती है, वा तारे के  
 निकलते हैं, इस से बढ़ जाय तो तीसर दर्जे में मूत्रावरोध होजाता  
 है मूत्र को माली संक्षार्य होजाती है कमी २ मूत्र रुक जाता है,  
 तीसरे दर्जे में पड़ुषा हुआ बढ़ी कठिना से दूर हो सकता है और

जीण हो जावे तो जाता ही नहीं, सोजफ के वास्त भी बहुत सी औपधियां दियार रहती हैं, अवस्थानुसार ही जाता है, साधारणतया निम्न लिखित हैं—

सोजाक औपधि न० १—प्रथम दर्जे में अफसीर का काम रहती है, २४ घण्टे के भीतर जलन दूर होती है कष्ट कम होजाता है जोड़े दिनों में पूर्ण लाभ होता है यदि वीष भी हो और जलन भी साथ हो, तो इस को खाकर पहिले जलन दूर करनी चाहिए ।  
मूल्य ४ डराम १) नमूना ८)

सोजाक औपधि न० २—बड़े ही तज्जुबियां के पश्चात् हमारा हृदय निर्माण कृत योग अफसीर सोजाक व कुर्रह है जो कि सोजाक की प्रत्येक अवस्था में गुणकारी है दाह भी हो, दोनों मिफ रूप हो, सब की अफसीर अच्छूक औपधि है, शुक्रमेहादि, को हितकर है मूल्य ६० गोली ४) नमूना १५ गोला (७ दिन का वास्ते) १) रुपया

अफसीर दमा व कुर्रह—यह औपधि केवल कुर्रह अर्थात् पीप जानै पर ही जाती है, एक ही दिन के भीतर वीष बन्द हानी कारुण्य होती है इस के प्रतिरिक्त उपर्दश को सितकर है इस वास्त जब सोजाक व उपर्दश एक साथ हो तब भी हितकर है, दमा सांसी आदि रोगों की दूर करती है, मूल्य २) नमूना १)

सम सोढ—पथरी फंफरी, मुवाशय ग्रथि के लिए अफसीर है, मूल्य ६ माशा २) शीशी ॥

नोट—भस्मा में से शीप मल्ल, संगअराहतमल्ल अहरमोह-रामल्ल, फिटकरोमल्ल, मोतोमल्ल और पारदादि हितकर है ॥

# बवासीर की औषधियाँ

यू ठो बवासीर ६ प्रकार की होती है, परन्तु बड़े ही शक्तिशाली हैं, रक्तार्श वा वातार्श सभी वैदिक भी होती है, जो कष्टसाध्य है साधारणतः निम्न लिखित औषधियाँ हैं —

अशौषधि न० ३—यह प्लूतो व वासी दना को हितकर है और साधारणतय इस से आराम आजाता है, मूल्य ४० गोली २) १) रुपया

अशौषधि न० ५—जब बवासीर के कारण शक्ति कम हो जाहादि से रोगी ध्याकुल हो, यह औषधि शक्ति देती है, जैसे अग्नि पर पानी। मूल्य १) नमूना।)

अशौषधि न० ७—यह विशेष कर रक्तार्श को काम दायक है, ७ दिन के भीतर रक्त बन्द होता है, और २-३ सप्ताह में पूरा आराम होता है। मूल्य ४० गोली २) रुपया नमूना।)

अशौषधि न० ९, ( इकर्सार बवासीर व शीघ्रपतन )—यह औषधि थलपदक, शीघ्रपतन, स्वप्नशोष, शुक्रमेहादि को काम दायक है, विशेषकर रक्तार्श के लिए, मूल्य ३० गोली ५) ६) गोली १) रुपया ॥

अर्श कुठार रस—जब अर्श के साथ इतनी कोष्ठपयता हो, कि कमी ठीक उतरता ही न हो, तो पहिले एक विरचन देनी बहुत हितकर होती है, यह एक अर्श विरचन है, एष इस्त हाते है, और प्रथम दिन से ही बवासीर को आराम माखूम होता है। मूल्य १६ गोली १) रुपया ॥

ग्नारसम—यह रक्तार्श और रक्तानिसार को गुणकारी है जोड़ी जाते ही अर्श रोग भाग जाते हैं, अर्श या एक घटी वही से जाते ही रक्त बन्द हो जाता है, अनासना के पानो से रक्तानिसार दूर होते हैं, मूल्य १६ गोली १) नमूना ४ घटी ॥

नोट—इनके अतिरिक्त चन्द्रप्रभावटी, अफसीर नं० ३३, कमी विलास रसादि पर्णन हो चुके हैं ॥

## प्लीहोदरौषधियां

मैलेरिया अथवा अधिष्णु देर रहने से तिल्ली बढ जाती है, और मैलेरिया अचिरकाल तक बना रहता है फिर अचर दूर जाने से भी तिल्ली बनी रहती है कमी उदर की अन्य अरुधियों से तिल्ली बढती है, निम्न लिखित औषधियां प्राय देते हैं:—

प्लीहोदरौषधि नं० २—यह औषधि उस समय दी जाती है, कि आमाशय निर्बल हो, तिल्ली साधारणत बढी हो, सुधा कम खगती हो, मात्रा ६ गोली मित्य । २४० गोली २) नमूना १)

प्लीहोदरौषधि नं० ३—पौष्टिक है, चक्षर को शीघ्र लाल करती है, बल को बढाता है, अग्नि सन्दीपन है, मैलेरियों के पुराने कीटाणु दूर होते हैं, सब प्रकार की तिल्ली दूर होती है, मात्रा २ घटी, मूल्य ६ माशा ४) रुपया, १३ माशा १) रुपया ॥

प्लीहोदरौषधि नं० ५—जब कि प्लीहा के साथ कोष्ठवृत्ता हो, या तिल्ली बहुत ही पुरानी और बढी हुई हो, तो यह औषधि गुणकारी है, उपरोक्त किसी भी औषधि के जाते समय इस औषधि को जारी रक्खा जावे, रात्रि को सोते समय पत्र गोली

मान से प्रातः सुलभर शौच, चापगा, और तिल्ली कम होती  
होती आयेगी। मूल्य ६० गोली १) रुपया नमूना चार आने।

फाओदरौपघि १० ६—यह प्लोहा को उस रूपा म  
रूप ने हितकर है, जब कि ज्वर भी साथ हो, या कमो २ हो जा  
हा पाण्डू का दूर करती है, शरीर को बल देती है। मूल्य ५५  
नमूना १)

## उदर गेगो की औषधिया

अहमौर हाजगा—अमोशय सम्यची सर्व रोगों को  
औषधि है आहार पच कर पूरा बल प्रदान करता है, साथ दिया  
सब पच जाता है, छुधा पड़ती है, आज कल के दिनों में जब कि  
पक्वाशय सम्यन्धी व्याधिया बहुत बढ़ी हुई है, लगभग सब अमो  
मन्दाग्नि श्रेष्ठ दिखाइ देते हैं, यह औषधि प्रसाद प्रमाणित है।  
मूल्य ६० गोली २) रुपया, ३० गोली १, नमूना १)

पाचक पूर्ण—उदर पीड़ा, गुदागुदाहट यमन विपूचिका  
अतिसारादि, रोगों को हितकर है, पाचन शक्ति खूब पड़ती है, अन्य  
पाचक पूर्ण इस के सन्मुख तुन्डु है, मूल्य २), नमूना १)

पाचनपटी—शूल, पेट की पीसी, गुदागुदाहट का हितकर  
छुपावर्द्धक है काष्ठवद्धता को दूर करती है प्रत्येक घर में बर्तना  
आदिप मूल्य ६४ गोली १), नमूना ८ गोली २)

मागुशवा, ( विपूचिका की अकमोर औषधि )—  
अमृतधारा भी विपूचिका के बाले अमृत है, तथापि ऐसी अकमर  
रोग के वास्तु किंचित अन्य औषधियां भी हमेशा तैयार रखनी  
आदिप, यह हमारी अनुभूत औषधि है, और २ घण्टे के भीतर ही

इस से प्रायः आराम आजाता है, घमन विरेचन घन्द होकर ज्वर हो जाता है । मूल्य ११ गोली १) कृपा, सदैव पास रखो ॥

रेचक घटी ( गोला जुवाश )— यह गोलियां जुवाश के लिए अनुपम हैं एक दो गोली रात का सोते समय खाने से प्रातः समय खुल कर शौच हो जाता है, एक द्रव आता है, कोई कष्ट नहीं होता शरीर सुखमय हो जाता है । १०-१२ गोलियां खाने से दश जुवाश खुलकर हो जाते हैं, तीनों बोपों के बेग को दूर करती हैं । मूल्य १०० गोली १) मसूना १२ गोली २)

आराम खान—जब सतत कोष्ठवद्धता होती है, तो उस से नामा प्रकार के रोग उत्पन्न होते हैं, और प्राण व्याकुल होत हैं, यदि विरचन घटी खाएँ, तो उस दिन विरचन हो जाता है, परन्तु अगले दिन और भी कोष्ठवद्धता बढ़ जाती है, और इस प्रकार यह क्रम बढ़ता जाता है, यह गोलियां बहुत ही सोच विचार के पश्चात् तय्यार की गई हैं, इन से विरचन नहीं होता केवल शौच खुल कर आता है, और प्रति दिन खाने से अन्नियों का पल बढ़कर सतत कोष्ठवद्धता दूर हो जाती है, और दूसरी औषधियों की तरह आगामी कोष्ठवद्धता बढ़ती नहीं है, एक और उक्तमता यह है, कि इस में एक औषधि बलयधरु सम्मिलित की गई है जिस से यह शुक रोगियों को अथवा कि उनको कोष्ठवद्धता भी साथ ही, दूसरी किसी पौष्टिक औषधि के साथ २ बहुत गुणकारी होती है मात्रा एक या दो गोली गर्म पानी या गर्म दूध से, मूल्य ३२ गोली १) कृपा, १६ गोली ॥)

गन्धार रस—कठिन से कठिन और जीर्ण से जीर्ण अतिहार, मरोड़, संग्रहणी आदि थोड़े दिना में दूर । प्रायः एक ही मात्रा से अतिहार मरोड़ादि को आराम आता है, विपूरिका के घमन विरचन

को आराम होता है, अतिसार व मरोड़ के वास्ते ऐसी दितकर बन  
घोषधि म होगी । मूल्य १), नमूना ⇨)

शूलवेटी—यह गोदियां सब प्रकार का उदरशूल यहां तक कि  
परिणाम शूल को भी दित कर है, यों में प्राय उदरशूल रोग हो  
आया करता है, इन गोदियों का रचना अच्छा है । मूल्य १० गोठी  
१) ३० गोठी २) १५ गोली ।)

इयास अफजा—हृदय की निर्यन्ता और घड़फन के वास्ते,  
मनुष्यम घोषधि है, २८ दिन में आराम जाता है । २८ दिन की मात्रा  
का मूल्य १) रुपया नमूना ⇨)

नाट —घांठी मस्य, संघ यस्व मस्य भी हृदय के लिए बड़ी  
दितकर है । मस्यों के घर्जन में देखो ।

मरदूर वटिका—कामठी, श्लेष्मबन्ता प इ रोग, एरुव की,  
निर्यन्ता के वास्ते राम्याण है, कुछ रक्त उत्पन्न होकर रंग लाल होता  
है, वैद्यक की असिद्ध घोषधि है मूल्य ११ गोठी १) ४ या ८

सु. प्रमदूर—उपसुंठ शुण है इसके अतिरिक्त शोथ को दित  
कर है । मूल्य १ तोला २), ३ मात्रा ३)

शोथ नाशक विरेकन—सब कि जोष पोष या पेटादि पर हो  
उस समय रसायनमयूर या अमृतघारा ओ घोषधि से-न की आब  
उसके साथ यह विरसात सेवन करना चाहिये, रायि की १-१ गोदि-  
यां आने से प्राय सुदूर शोथ होता है और जोष उतरता जाता  
है । मूल्य ६५ गोली १, नमूना ⇨)

## नेत्र रोग सम्बन्धी पेटन्ट औषधियां ॥

सुरमा न० १—यह सुरमा दैनिक सेवन के वास्ते है, नेत्रा को प्राय रोगों से सुरक्षित रखता है, दृष्टि स्थिर रखता है, और शीतलता प्रदान करता है । मूल्य १ तोला ॥) नमूना केवल १)

सुरमा न० २—नेत्र रोग यथा पानी जाना घुन्घ, मया फोला, जाला, कुफरे, पड़वाळ भादि को दूर करता है । मूल्य १ तोला ॥), नमूना १) ॥

सुरमा न० ३—यह सुरमा फोला के वास्ते विशेष रूप से हितकर । घुन्घ, जाला, कुफरा भादि को बहुत शीघ्र दूर करता है । मूल्य २) रुपये तोला, ६ माशा ४) नमूना १)

सुरमा न० ४—पड़वाळों के लिये विशेष रूप से हितकर है । पड़वाळों को उखाड़ २ फर कपाषा घाता है, तो फिर नहीं उमरे । मूल्य ४) रुपये तोला ६ माशा २), नमूना ३ माशा १)

सुरमा न० ५ मोतियाबिन्द—इस से मोतियाबिन्द, पानी उतरनी, घन्द होता है । प्राय ९ मास में पूर्ण लाभ होता है । मूल्य ८) रुपये तोला ३ माशा २), नमूना १ माशा ॥३)

मीमसेनी कर्पूर—वैद्यक का प्रसिद्ध योग है । नेत्र के सब रोगों को दूर करता है । छटका, शोथ, पौड़ा, गरनी, दाह खुजली, घुन्घ, जाला, पानी बहना उलाह उख दूर होती है । अन्धल दृष्टि का दृष्टि शक्ति वर्धक है । इसके अतिरिक्त और बहुत से काम घाता है । उल्लेख और पल वर्धक दि औषधियों में पड़ता है । उचित तो यह है, कि जहाँ किसी योग में कर्पूर लिखा हो, वहाँ इसको डालें, सभी पदयोग पूरा लाभ देगा । मूल्य १५) रुपये तोला, ३ माशा ३॥), १ माशा १५)



प्रत्येक मनुष्य के पढ़ने योग्य अति हितकर व

आवश्यक वैद्यक पुस्तकें ।

कविचिनोद वैद्यभूषण प० ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य भाषिण्यर्च

‘अमृतधारा’ लाहौर शिबि ।

प्लेग प्रतिबन्धक—ठाकुर के विषय में वेद्यों, इकीशों  
डाक्टरों ने आज तक जितना अनुसंधान किया है, सब इसमें वर्णित  
है, स्वास्थ्य रक्षा के प्रत्येक नियम और प्रत्येक औषधि का वर्णन  
वर्णन है, इस को पढ़ कर किसी अन्य पुस्तक के देखने की आवश्यकता  
नहीं रहती, मूल्य ॥२०॥ उर्दू ॥३॥

श्रुतचर्या—हमार देश में ६ ऋतु होती हैं; वसन्त श्रुत  
वर्षा, शरद, हेमन्त और शिशिर ऋतु, इनका सविस्तर वर्णन, श्रुत  
श्रुतियों का मनुष्य पर प्रभाव, इनके अनुसार रहन सहन, खाने पीने  
परिहार, और गृहस्थ के नियम ऐसी उचितता से वर्णन किया है, कि  
प्रत्येक मनुष्य मछी भान्ति लाभ उठा सकता है, प्रत्येक ऋतु में  
वाले रोगों का वर्णन य इलाज भी साथ में दिया है, इसके अति  
प्रत्येक ऋतु में होने वाले, फल भाजियों के गुण वर्णन किया है, मूल्य

अन्य पुस्तकों का नाम तथा मूल्य

शिशु बालन मूल्य प्रति जिह्व १), उर्दू ॥२॥ कोष्ठबद्धता  
साधे पाठ्य आना, उर्दू ॥२॥ शीघ्रपतन मूल्य १-॥), उर्दू ॥१॥ सौं  
का वर्णन मूल्य प्रति जिह्व ॥॥), शोषघ्नान मूल्य प्रति जिह्व ॥॥), उर्दू  
शीघ्रता का वर्णन मूल्य प्रति जिह्व १) उर्दू ॥॥) मलेरिया शरद  
वर्णन मूल्य प्रति जिह्व ॥२॥), उर्दू ॥१॥) वीर्य का वर्णन मूल्य  
जिह्व ॥२॥), उर्दू ॥२॥) क्या हम लड़का लड़की खेजानुसार उ  
कर सकता है मूल्य ॥॥) दिष्टोरिया का वर्णन मूल्य ॥॥) शुद्ध गर  
रुनफ्लूपमजा मूल्य केवल ॥॥) मछी मूल्य १) प्रसून काष्ठ मूल्य ॥॥

मिटने का पता—अमृतधारा लाहौर


## वैद्यक पत्र देशोपकारक ॥

उर्दू में साप्ताहिक और हिन्दी में पाक्षिक है । जिनको वनिक भी वैद्यक का शौक है, अपनी तथा कुटुम्ब के स्वास्थ्य की रक्षा करना चाहते और नियमों को जानना चाहते हैं, वह देखते ही तम के प्राहक हो जाते हैं, स्वास्थ्य-रक्षा धर्म है, क्या आप नित्य नया ज्ञान प्राहकों तक पहुचाने वाले, प्रत्येक महाशय का बिना शुल्क चिकित्सा करने वाले, भारतवर्ष के प्रसिद्ध वैद्यों के अनुभूत योगों को प्रस्तुत करने वाले, स्वास्थ्य के नियम बताने वाले फला फौसल, भस्में, वैद्यक, युनानी, व डाक्टरी के अनुभूत योग पेश करने वाल पत्र के प्राहक बनकर उसकी सहायता नहीं करेंगे मूल्य हिन्दी वार्षिक २।।) वण मासिक १।।), वष का मूल्य इफट्टा देने पर १।) की कोई औपधि या औपधिया मुफ्त मिलती हैं ॥

निवेदक—

मैनेजर देशोपकारक, लाहौर ॥



ऋतु चर्या 

पं० ठाकुरदत्त शर्मा



# ऋतु चर्या

जिस में ६ ऋतुओं का पूरा वर्णन है, प्रत्येक ऋतु के  
वास्ते स्वास्थ्य सम्बन्धी नियम, सैर, व्यायाम,  
आहार, व्यवहार, स्नान, वस्त्र आदि की,  
पूरी २ शिक्षाएँ हैं, और प्रत्येक ऋतु में  
होने वाले रोग, और उनका इलाज  
भली भाँति वर्णन किया गया है,

जिसको

कविविनोद वैद्यभूषण पण्डित  
ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य

“ अमृतधारा ” औषधालय के मालिक, वैद्यक पत्र  
देशोपकारक व वैद्यामृत के सम्पादक और अनेक  
वैद्यक पुस्तकों के रचियता ने लिखा

और

देशोपकारक पुस्तकालय के कार्यकर्त्ताओं  
ने छपवाकर प्रकाशित किया

अमृत प्रेस रोड रोड काहौर में छपी ॥

आप जिस प्रेम से मेरी रचित पुस्तकों को खरीदते, पढ़ते, और उनका आदर करते हैं, उसके लिए जितना आप को धन्यवाद दू थोड़ा है । जब पहिले पहिल मैंने इस कार्य का आरम्भ किया था, और प्रत्येक विषय पर छोटी २ परन्तु सम्पूर्ण आवश्यक भागों से पूर्ण पुस्तकों को लिखना आरम्भ किया था, तो मुझे सन्देह था, कि पब्लिक मेरी सेवा स्वीकार करेगी या नहीं ? परन्तु मैं प्रसन्न हूँ, कि मेरी आशाओं से बढ़ कर आदर किया गया है । और अब पाठक मुझ को लिखत रहते हैं, कि अमुक विषय पर एक पुस्तक लिखिए, और अमुक पर भी लिखिए, मेरे पास समय बहुत ही कम है, समाप्त भर में केवल २ घण्टा । पुस्तक लिखने की बारी आती है, नहीं तो प्रायः मास एक पुस्तक निकालूँ, और पाठकों की इच्छा पूरी करूँ । जितना सम्भव है कर रहा हूँ, और शीघ्र ही कुछ पुस्तकें पाठकों के भेंट होने वाली हैं ॥

## यह पुस्तक ऋतुचर्या

जो आप के हाथों में है, वह देशोपकारक के एक लेख का अक्षर प्रत्यक्षर प्रति लेख है, मैंने संक्षेप से इस निबन्ध को लिखा था, मुझे इसके बदलने या फिर पढ़ने का भी अवसर नहीं मिला है, परन्तु लोगों ने इसको पसन्द किया था, इस लिए पुस्तकालय में छाप कर पाठकों की भेंट है । आशा है आप इसका पसन्द करेंगे । आगामी भाग्य में वृद्धि का ध्यान है ॥

ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य लाहौर ॥

# ऋतुचर्या ॥

## ऋतुओं का गुण जानना बड़ा आवश्यक है ॥

पाठकगण ! आपने कई बार पुस्तकों में ऋतुचर्या को सविस्तर देखा होगा, क्योंकि हिन्दी की प्रायः बहुत सी पुस्तकों में इसका वर्णन मिलता है । फिर मैंने क्यों इसको आरम्भ किया है, इसको यदि आप पढ़ेंगे तो आपको मालूम होगा, कि इस विषय को जानने की आज कल कितनी आवश्यकता है, आपको इसके पाठ से आनन्द मिलेगा, इसके नियमों पर चलन स लाभ होगा, जो वैद्य नहीं हैं उनके लिए स्वास्थ्य रक्षा की इमे पहिळी सीढ़ी समझनी चाहिए ॥

भारतवर्ष में जितने ऋतु होने हैं, आर जो उनके प्रभाव होते हैं, हमें केवल उनका वर्णन करना है । यूनानी पुस्तकों में चार ऋतु वर्णन किए गए हैं, अज़रेजी पुस्तकों में भी चार ऋतु बताए गए हैं, परन्तु वैद्यक ग्रन्थों में छैः ऋतुओं का वर्णन है ॥

जहां तक विचार किया गया इसका कारण यही प्रतीत होता है, कि इगिप्टियन और यूनान दोनों देशों में चार ही ऋतु होते हैं, और यूनान तथा इगलैण्ड के लेखकों ने अपने २ ही देश में छिस्त्रा, इमालेये उनको चार ही ऋतुओं का ध्यान रखा । यदि वह लोग भारतवर्ष में होता तो अवश्य छैः ऋतु वर्णन



करत । यद्यपि यूनानी को यहाँ प्रचलित हुए सैकड़ों वर्षों बाद  
 बुके, परन्तु किसी विद्वान ने यह सशोधन आज तक नहीं किया,  
 और सब के सब बराबर चार ऋतु लिखते चले आए हैं, और  
 यह चार ऋतु यह हैं —

रबीअ—इसको मौसम बहार भी कहते हैं, यह वह कास  
 है, जो शीत के पश्चात् और ग्रीष्म से पहिले आरम्भ होता है।  
 इसको अङ्गरेजी में स्पिंग (Spring) कहते हैं । इसके पश्चात्  
 मौसम गरमा आता है, जिसको यूनानी वैद्यों की रिभापा म  
 ख्रीफ कहा जाता है । यह मौसम बहुत गर्मी का होता है ।  
 और मौसम बहार व स्त्रियाँ के अन्तर्गत महीनों को घोसते हैं ।  
 ठाकुरी में इसको सम्मर (summer) घोसते हैं । इसके  
 पश्चात् मौसम शिजा आता है, जिसमें मौसम बहार की तरह  
 गर्मी और सर्दी बराबर होती है । इसको अंग्रेजी में वाटम  
 (Autumn) कहते हैं । और इसके पश्चात् मौसम सरमा म सा  
 है, जसकि अत्यन्त शीत पड़ती है । इसको यूनानी में शता कहते  
 हैं, और अङ्गरेजी में विन्टर (winter) बोलते हैं ॥

वैद्यक ग्रन्थों में पट ऋतु अंकित है,  
 और प्रत्येक ऋतु दो मास का होता है ॥

प्रथम वसन्त—इसके पीछे गर्मी आती है, इसको ग्रीष्मऋतु  
 कहते हैं । इसके पश्चात् वर्षा दो मास तक रहती है । इसको  
 पर्वाऋतु कहते हैं । उसके पश्चात् शरद ऋतु अर्थात् दृष्टी शीत

आरम्भ होती है। कभी गरमी कभी सरदी। दिन को घूप रात को सरदी, ऐसा समय रहता है। फिर हेमन्त ऋतु आता है, और दो मास शीत पड़ता है, इसका नाम शिशिरऋतु रक्खा गया है। भली भान्ति सोचने से यह छैः ऋतु सम्पूर्ण भारतवर्ष में पाये जाते हैं। परन्तु यह प्रभेद बहुत थोड़ा रह जाता है, यदि हम वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, व भावण को मौसम गरमा मान लें। भादों व आसौज को ख्रिजा। कार्तिक, मार्गशीप, पौष, माघ, को मौसम सरमा, और फाल्गुण व वैश्र को बहार कहें। इस प्रकार ख्रिजा और बहार के तो दो २ मास होजाते हैं, जो शरद ऋतु और वसन्त ऋतु समझने चाहिये, बाकी रहा मौसम गरमा यह चार मास का है, और वैद्यक ग्रन्थों के अनुसार यह प्रीष्म ऋतु व वर्षा ऋतु इस में आ जाते हैं। इस प्रकार मौसम सरमा वैद्यक की हेमन्त ऋतु शिशिर ऋतु के बराबर है, परन्तु वैद्यक ग्रन्था में जो छैः ऋतु लिखत हैं, वह दो प्रकार से लिखत हैं यथा —

एक प्रकार यू है

चत्र, वैशाख, वसन्त। ज्येष्ठ, आषाढ़, प्रीष्म।  
भावण, भादों, वर्षा। आसौज, कार्तिक, शरद।  
मार्गशीप, पौष, हेमन्त। माघ, फाल्गुण, शिशिर।

दूसरी प्रकार यू है

फाल्गुण चत्र, वसन्त। वैशाख, ज्येष्ठ, प्रीष्म।  
आषाढ़, भावण, प्रायूप। भादों, आसौज, वर्षा।  
कार्तिक, मार्गशीप, शरद। पौष, माघ, हेमन्त।

करते । यद्यपि युनानी को यद्वा प्रचलित हुए सैकड़ों-वर्षों की बात सुके, परन्तु किसी विद्वान ने यह सशोधन आज तक नहीं किया, और सब के सब परापर चार ऋतु लिखते चले आए हैं, और यह चार ऋतु यह हैं :—

रबीअ—इसको मौसम बहार भी कहते हैं, यह वह काल है, जो शीत के पश्चात् और ग्रीष्म से पहिले आरम्भ होता है । इसको अङ्गरेजी में स्पिंग (Spring) कहते हैं । इसका पश्चात् मासम गरमा आता है, जिसको युनानी वैद्यों की गिमापा में स्वीफ कहा जाता है । यह मौसम बहुत गरमी का होता है । और मौसम बहार व ख्रिष्ठा के अन्तर्गत महीनों को जोड़ते हैं । अङ्गरेजी में इसको सम्मर (Summer) बोलते हैं । इसका पश्चात् मौसम ख्रिष्ठा आता है, जिसमें मौसम बहार की तरह गरमी और सर्दी बराबर होती है । इसको अङ्गरेजी में आटम (Autumn) कहते हैं । और इसके पश्चात् मौसम सरमा आता है, जबकि अत्यन्त शीत पड़ती है । इसको युनानी में शीता कहते हैं, और अङ्गरेजी में विन्टर (Winter) बोलते हैं ॥

**वैद्यक ग्रन्थों में षट ऋतु अंकित हैं,  
और प्रत्येक ऋतु दो मास का होता है ॥**

प्रथम बसन्त—इसके पीछे गरमी आती है, इसको ग्रीष्मऋतु कहते हैं । इसके पश्चात् वर्षा दो मास तक रहती है । इसको वर्षाऋतु कहते हैं । उसके पश्चात् शरद ऋतु अर्थात् इसकी शीत

भारम्भ होती है। कभी गरमी कभी सरदी। दिन को घूप रात को सरदी, ऐसा समय रहता है। फिर हेमन्त ऋतु आता है, और दो मास शीत पड़ता है, इसका नाम शिशिरऋतु रक्खा गया है। मली भाति सोचने से यह छैः ऋतु सम्पूर्ण भारतवर्ष में पाये जाते हैं। परन्तु यह प्रभेद बहुत थोड़ा रह जाता है, यदि हम वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ़, व भावण को मौसम गरमा मान लें। भादों व आसोज को खिजा। कार्तिक, मार्गशीर्ष, पौष, माघ, को मौसम सरमा, और फाल्गुण व चैत्र को बहार कहें। इस प्रकार खिजा और बहार के तो दो २ मास होजाते हैं, जो शरद ऋतु और वसन्त ऋतु समझने चाहिये, बाकी रहा मौसम गरमा यह चार मास का है, और वैद्यक ग्रन्थों के अनुसार यह प्रीष्म ऋतु व वर्षा ऋतु इस में आ जात हैं। इस प्रकार मौसम सरमा वैद्यक की हेमन्त ऋतु शिशिर ऋतु के परामर है, परन्तु वैद्यक ग्रन्थों में जो छैः ऋतु लिखत हैं, वह दो प्रकार से लिखत हैं यथा :—

एक प्रकार यू है	चैत्र, वैशाख, वसन्त। ज्येष्ठ, आषाढ़, प्रीष्म। भावण, भादों, वर्षा। आसोज, कार्तिक, शरद। मार्गशीर्ष, पौष, हेमन्त। माघ, फाल्गुण, शिशिर।
दूसरी प्रकार यू है	फाल्गुण चैत्र, वसन्त। वैशाख, ज्येष्ठ, प्रीष्म। आषाढ़, भावण, प्राशुप। भादों, आसोज, वर्षा। कार्तिक, मार्गशीर्ष, शरद। पौष, माघ हेमन्त।

उपरोक्त लक्षणों में आपको ज्ञात होगया होगा, कि एक में प्रायुष ऋतु अधिक है । दूसरे में शिशिर । बहुत से वेश इस बात को नहीं समझते कि किसी पुस्तक में चैत्र वैशाख षष्ठ अतु है, तो दूसरी में फाल्गुण चैत्र क्यों षष्ठ आती है । वही भी यही बात है । जिन भागों में अधिक वर्षा होती है, उनमें गर्मी वैशाख, ज्येष्ठ तक रह कर आपाढ़ में वर्षा आरम्भ हो जाती है, और आपाढ़, भाद्रप, भादों और आसौज तक वर्षा रहती है । इनमें से आपाढ़, भाद्रप, का नाम प्रायुष ऋतु और भादों, असौज, का नाम वर्षा रख लिया है । आश्विन तक वर्षा होती रहती है । कार्तिक, मगध, में अल्प सरदी, और पौष, माघ, में अधिक सरदी रह कर फाल्गुण में षष्ठ आरम्भ होजाता है । परन्तु दूसरी अवस्था में फाल्गुण तक ही सरदी रहती है । और षष्ठ चैत्र, वैशाख, से आरम्भ हो जाती है । गङ्गा नदी के दक्षिण दिशा की ओर के देशों में प्रायुष ऋतु हिसाब है । और गङ्गा के उत्तर के प्रदेशों में शिशिर ऋतु हिसाब होता है । यह बात स्मरण रखनी चाहिये, कि जहाँ सरादेयों का मौसम अधिक देर तक रहता हो, वहाँ तो प्रीष्म, वर्षा, शिशिर, व हेमन्त, अन्यथा प्रीष्म, प्रायुष वर्षा, शरद, हेमन्त ऋतु होते हैं । आजकल इसमें भी एक कठिनता होगई है, प्रत्येक जगह की ऋतु देखने से ज्ञात होता है, कि कभी तो वर्षा ऋतु देर में आरम्भ होती है, और कभी पहिले आरम्भ हो जाती है । गत दो तीन वर्षों में हम देखते रहे हैं, कि आश्विन और कार्तिक में वर्षा आरम्भ हुई, और शीत चैत्र

वरम् वैशाख तक रहा, जिस से हम ने विचार किया, कि ऋतु बदल गए हैं, अर्थात् वर्षा के स्थान में प्रीष्म होगया है, और शरद के स्थान में वर्षा होगई है, इत्यादि । किन्तु इस साळ से फिर ऋतु पाहिले की भांति होने लगे हैं ॥

अतः उचित यह है, कि हमें ऋतुओं को नामों पर विभाजित न करें, वरम् ऋतु का एक स्वभाव व गुण होना चाहिए, जिस क अनुसार ऋतु माना जाय, अतः हम प्रत्येक ऋतु के गुणों का वर्णन करते हैं, इसको स्मरण रखना चाहिए, और इसके अनुसार ऋतुओं को समझना चाहिये ॥

## वसन्त ऋतु, रबीअ, मौसम बहार, स्प्रिङ्ग ( Spring )

यह वह सुहावना ऋतु है, जो शीत ऋतु के पश्चात् आता है, इस में न बहुत सर्दी होती है, न बहुत गरमी होती है । लोग वसन्त गाते हुए प्रसन्न होते हैं । वस व के अर्थ पीत इमी भास्ते हैं, कि इस में प्रायः पीत पुष्प खिलते है, सरसों चारों ओर फूली हुई खेतों को देखने योग्य बना देती है । वसन्त ऐसी सुहावनी ऋतु है, कि कवि लोग इसकी बड़ी प्रशंसा करते हैं, पसन्ती समीर प्रेमी लोगों पर वसा ही प्रभाव करती है, असाकि वृक्षों पर । इस में फूल सब ऋतुओं से अधिक खिलते हैं ॥

“ सखी ! ये दिन कैसे कटें आया है  
मौसम बहार ” ॥

आदिक गीत लोग प्रायः गाते किरते हैं, यह ऋतु पञ्चाश  
प्रान्त में प्रायः फाल्गुण और चैत्र में होता है, अर्थात् १५  
फरवरी से १५ अप्रैल तक ॥

भारतवर्ष के अन्य प्रान्तों में फर्क हो सकता है, पाठक गण  
इसके लक्षण स्मरण रखें । और इसके अनुसार महान  
समझें ॥

## ग्रीष्म ऋतु, खरीफ़, मौसम गरमी, सम्मर (Summer)

ग्रीष्म ऋतु वह काल है, जब कि गरमी बहुत प्रबण्ड होती  
है, पानी आधे हैं, लूएँ चलती हैं । सूर्य की किरणों के वाप  
से पृथिवी की वस्तुएँ सूख जाती हैं । इस ऋतु में गरमी के  
कारण पित्त निकलती है । यह ऋतु पञ्चाश में प्रायः वैशाख,  
अर्थात् १६ अप्रैल से आरम्भ हो जाता है । और जब तक पानी  
नहीं बरसता है तब तक ग्रीष्म ही कहा जाता है, जैसा कि पाठे  
लिखा जा चुका है । जहाँ बसन्त ऋतु चैत्र, फाल्गुण, में हो, वहाँ  
गरमी वैशाख और ज्येष्ठ तक रह कर आपाद से वर्षा आरम्भ  
हो जाती है । आज कल ऋतु बहुत खराब होगी है, इस वारे  
कभी वर्षा आपाद में आरम्भ हो जाती है, और कभी भावण में  
कभी मार्ग में, प्रायः भावण में आरम्भ होती है, इस वारे हम  
संस्कृत ऋतु के वास्ते प्राचीन शास्त्रों के विपरीत ३ मास नियत  
करते हैं । वैशाख, ज्येष्ठ, आपाद, अर्थात् १५ अप्रैल से १५  
जुलाई तक ॥

## वर्षा ऋतु, मौसमैत्रसात, फसले खरीफ़, आटम (Autumn)

यह ऋतु गरमियों के पश्चात् आता है। और समस्त ऋतुओं से निरुपेक्ष है। क्योंकि इसमें गरमी और वर्षा मिली हुई होती है। गरमी और नमी के मेल से अद्भुत अदार्थ बढ़ने लगने लगते हैं, कमी वर्षा होती है, कमी धूप लगती है, शरद वादल आए शरद चल गए, अभी वर्षा होगी। वर्षा ऋतु में क्षण २ में परिवर्तन होता रहता है। पुस्तकों में तो इस ऋतु को आसौज मास तक लिखा है, परन्तु आज कल आवण भादों, में दम्बने में आता है। इस वास्ते हम आवण भादों अर्थात् १५ जीलाई से १५ सितम्बर तक के काल को वर्षा ऋतु नियत करते हैं। और जहाँ जैसा हो वहाँ वैसा समझ लेना चाहिए ॥

## शरद् ऋतु, शुरु शता, आटम, खिजां, शुरु सरमा ॥

वर्षा के पश्चात् शीत आरम्भ हो जाता है, आसौज और कार्तिक के महीनों में हल्का शीत होता है। रात्रि में शीत दिन में गरमी। कभी सरदी कभी गरमी, यह ऋतु मौसमै बहार के सदृश होता है। आसौज, कार्तिक, अर्थात् १६ सितम्बर से १ नवम्बर तक रहता है ॥



# हेमन्तशिशिर ऋतु, शिता, मौसम सरमा, विन्टर ॥

आप ने देखा होगा, कि दो मास का हेमन्त ऋतु, और दो मास का शिशिर ऋतु कई ग्रन्थकार वर्णन करते हैं, और किसे ने शिशिर को उड़ा कर केवल हेमन्त को लिखा है। हम पर्यन्त तक ९ मास समाप्त कर चुके हैं ३ मास बाकी हैं, और सर्व सुच इन तीन मासों में शीत अधिक पड़ता है, इस वास्ते हेमन्त और शिशिर को मिला कर इन दोनों के लिये तीन मास नियत करते हैं, अर्थात् १५ नवम्बर से लेकर १५ फरवरी तक यह ऋतु समझना चाहिए ॥

और हमारे लेख में इस का नाम हेमन्त शिशिर ऋतु होगा, स्मरण रखना चाहिये कि हम ने पाच ऋतु वसन्त, प्रीष्ण, वर्षा, शरत् हेमन्त बताए ॥

अब यह समझ लेना चाहिये, कि किस ऋतु में किस वस्तु की प्रधानता होती है। यहाँ हम शुभ्रत का अनुशासन करते हैं :—

“ यह शीत ऋतु घाम, वर्षादि से विभक्त होता है, चन्द्र और सूर्य समय के विभक्त करने वाले होने से एक वर्ष में दो आयन होते हैं। एक को दक्षिणायन और दूसरे को उत्तरायन कहते हैं। इन में से वर्षा, शरत्, हेमन्त, दक्षिणायन होते हैं, और दक्षिणायन के तीनों ऋतुओं में चन्द्र का प्रधानता होती है। और इन रसों की वस्तुएँ अधिक होती हैं, अर्थात् वर्षा ५

में खट्टे, शरद में छावणिक, और हेमन्त में माघुर्ष्य रस की प्रबलता होती है। और एक दूसरे के सहारे से सब जीव धारियों का शक्तियां वाक्षिणायण में बढ़ती हैं।

“ शिशिर, वसन्त और ग्रीष्म उत्तरायण की तीन ऋतु हैं। इनमें सूर्य की प्रधानता होती है। कड़वा, कपड़ा, और चरपरा यह रस उत्पन्न होते हैं। ( शिशिर में कड़वा, वसन्त में कपड़ा और ग्रीष्म में चरपरा प्रबल होते हैं ) उत्तरायण में जीव धारियों की शक्ति कम होती है ॥

चन्द्र पृथिवी को सरस करता है। सूर्य गुष्क करता है। अस्तु यह द्वायाने मिल कर एक वर्ष होता है। पांच वर्ष का एक युग होता है ॥

“ इन ऋतुओं में से वर्षा ऋतु में औषधिया नवीन और थोड़े प्रभाव वाली होती हैं। पानी विकृत और भूमि मलीन हो जाती है। आकाश बादलों से चिरा होता है। इसी विकृत जल और मल युक्त भूमि के पदार्थ सेवन करने से कफप्रस्त रोगियों को शीत वायु से फट्ट होता है, अजीर्ण रोग वालों की दाह बढ़ जाती है और दाह के कारण गरमी बढ़ आती है। शरद ऋतु में जब कि बादल नहीं रहते और वायु गुष्क कर देती है, धूप पड़ती है, और वर्षा की सरस भूमियों पर सूर्य की किरणें पड़ कर उसको सुखती हैं, तब वह सञ्चित हुई गरमी ऊष्ण रोगों को उत्पन्न करती है ॥

“ सम्पूर्ण औषधिया जो वर्षा ऋतु से उत्पन्न हुई थीं यह

शरद ऋतु में रस पूर्ण होती है, और बहुत सी हेमन्त ऋतु जाकर परिपक्व होती हैं। शिशिर हेमन्त ऋतु में अल स्वच्छ चिकना, और भारी होता है। सूर्य की किरणें निस्तेज होती हैं वायु बहुत शीतल होती है। वात से शिथिल हुए मनुष्यों में चिकनाई, शर्दी और भारी पन होता है। इस त्रिदोष के कारण इस ऋतु में कफ का वेग होता है, और औषधियों में भी कफ जनक प्रभाव हो जाता है” ॥

“वही सञ्चित कफ वसन्त ऋतु में सूर्य की किरणों के वेग से फैलता हुआ दुर्बल मनुष्यों में कफज रोग उत्पन्न करता है। वही औषधियाँ फिर प्रीष्म ऋतु में निस्तेज और शुष्क हो जाती हैं, पानी बहुत हल्का होता है। सूर्य की किरणें स्पष्ट होती हैं। रुद्ध शरीर वाले मनुष्यों के रूखा पन और हल्का पन अधिक होता है। इस लिये वात सञ्चित होती है” ॥

फिर वर्षा ऋतु में जब पृथिवी अल से सरस होती है वायु शीतल हो जाती है और इसी कारण से वातज रोग उत्पन्न करती है, जो विकार वर्षा, हेमन्त और प्रीष्म में सञ्चित होते हैं, और शरद, वसन्त और वर्षा में उत्पन्न होते हैं, उनमें शान्ति का उपाय करना चाहिये” ॥

पाठक गण! उपर्युक्त अनुवाद से आपने समझ लिया होगा कि वात प्रीष्म ऋतु में सञ्चित होती है, और वर्षा ऋतु में प्रारम्भ में वातज रोग उत्पन्न होते हैं ॥

पित्त-वर्षा ऋतु में सञ्चित होता है और शरद ऋतु में प्रारम्भ में पित्तज रोग उत्पन्न करता है ॥

कफ—अशिर हेमन्त ऋतु में सम्बन्धित होती है और वसन्त ऋतु में कफज रोग उत्पन्न होते हैं ॥

यह रोग निम्न मनुष्यों को अधिक सघाते हैं । इनको सामायिक रोग कह सकते हैं । अतः आप देखते हैं कि वसन्त ऋतु में कफ रोग से अधिक पीड़ित लोग देखे जाते हैं । गरमियों के पश्चात् और वर्षा के अरम्भ में वातज रोग और शरद् ऋतु में अधिकतर गरमी के रोग देखने में आते हैं । यह भी स्मरण रहे कि :-

पित्त के विकार से उत्पन्न हुए २ रोग हेमन्त में अपने आप शान्त हो जाते हैं ॥

कफ दोष से उत्पन्न हुए रोग प्रीष्म ऋतु में अपने आप शान्त होजाते हैं :-

वात दोष से उत्पन्न हुए रोग शरद् ऋतु में अपने आप शान्त होजाते हैं । आग धन्वन्तरी जी ऋतुओं के विषय में इस प्रकार वर्णन करते हैं :-

“ दिन के पहले चरण में वसन्त ऋतु का सा समय होता है । दोपहर को प्रीष्म के तुल्य होता है, तीसरे पहर को प्राण्डु ऋतु और सायंकाल को वर्षा का सा समय होता है, और अर्द्ध रात्रि शरद् का सा और पिच्छ रात्रि हेमन्त का सा समय होता है ” ॥

उपर्युक्त लेख से हम निम्न लिखित प्रति फल निकाल सकते हैं :-

वात-दोपहर को समझ होता है और तृतीय पहर को दूषित होती है ॥

पित्त-साय काल को समझ होता है और अर्द्ध रात्रि को दूषित होता है ॥

कफ-प्रातः काल समझ होता है और दिन के प्रथम भाग में दूषित होता है ॥

इसके आगे सुश्रुत ने जो लिखा है वह समझने के योग्य है ॥

“ इनमें यथार्थ ऋतुओं में औषधियाँ और जल भी ठीक रहते हैं और सबन कारी जीव धारियों के किये प्राण, आयु, बल और ओज देने वाले होते हैं, यदि दुर्भाग्य से इन ऋतुओं में बदल पड़ल होजाय ( जैसाकि हेमन्त में गरमी का न पड़ना या बहुत अधिक पड़ना, वर्षा में वृष्टि का न होना या अधिक होना, गरमियों में गरमी का न होना या बहुत अधिक होना आदि ) इसमें अन्न जल और औषधियाँ आदि बिगड़ जाती हैं, और वह बिगड़े अन्न जलादि व्यवहार में आने से कई प्रकार के रोग उत्पन्न करते हैं अथवा महामारी हो जाती है ” ॥

पाठक गण ! क्या आपको अब भी श्राव, मर्ही हुआ कि हमारे देश में विभिन्न रोगों, डेग और विपूयिका आदि भयकर रोगों से लेकर छोटे बड़े तक क्यों होते रहते हैं ?

सप्तमुष परक जी का लिखना ठीक है, कि जब राजा और प्रजा दोनों में सु श्रद्धा फैलती है तो ईश्वर उस देश पर

कोप करता है, ( कोप हमारे लिए है, उनके लिये तो न्याय है, पहिले २ उस देश के ऋतु न्तरास होते हैं, उसके पश्चात् महामारी या बहुत से मनुष्यों को मारने वाले रोग यथा प्रेग हैजा आदि उत्पन्न होते हैं । इन सब का उत्तम उपाय इश्वर की उपासना है । बुरे कर्मों से बचना और उन कर्मों को करना जो उसकी इच्छा के अनुकूल है ॥

महाशयो ! अब तो देख चुके हो कि हमारे देश के ऋतु किस प्रकार परिवर्तन हो गये हैं । फिर रोगों का बढ़ना निःसन्देह सुभ्रत के अनुसार है । अस्तु यहा यह विषय नहीं है, मैं सुभ्रत के केवल अगले शब्द लिखता हू ॥

“ इस समय में शुद्ध अन्नोदक का सेवन करना उचित है । कमी २ यथार्थ ऋतुओं में भी ( अर्थात् जब ऋतुएं अपने २ समय पर यथायोग्य स्थित हों ) अधर्म के अधिक बढ़ने से अथवा पिशाच, राक्षसों के बढ़ने से देशों के देश प्राय नष्ट हो जाते हैं ” ॥

हमारी सम्मति में पिशाच, राक्षस स अभिप्राय उन मन घबन्त आकृतियों से नहीं है, जो साधारणतया समझी जाती हैं । हमारा अनुमान है कि यह विभिन्न राक्षसादि का वर्णन महामारी, प्रेग, हैजा आदि के कीटाणुओं का ही है । जैसा कि प्रेग के कीड़ों को इङ्ग्लिश में वेसीलिस कहते हैं । और यह कीड़े देश के देश नष्ट कर रहे हैं । अस्तु आगे सुभ्रत में यों लिखा है :-

“ जिस देश के जिस भाग में विपैली औपच, वायु, असमय

के फलों की अधिकता हो, तो यहाँ के रहने वालों को प्रायः श्वास, कास, वमन, प्रतिश्याय, शिर पीड़ा, ज्वर आदि रोग होते रहते हैं" ॥

इसना लिखने के पश्चात् अब हम प्रत्येक ऋतु का पृथक् स्मरण करते हैं ॥

जैसा कि स्मरण हो चुका है कि प्रथम तो यह ध्यान रखना प्रत्येक ऋतु में वह लक्षण जो प्रथम लिख चुके हैं, यदि वह ऋतु किसी स्थान पर इन महीनों में न आवे तो लक्षणों के अनुसार समझें। द्वितीय यह भी स्मरण रखना चाहिये कि प्रत्येक ऋतु सहसा एक ही धार परिवर्तन नहीं हो सकता। परन्तु शनैः शनैः एक के पीछे क्रमानुसार आता है, और जाता है। हम प्रत्येक ऋतु के सम्यन्त्र में जो सूचना लिखी जावेगी उनको भी ऐसा ही समझना चाहिये कि एक का धीरे-२ छानना दूसरे का अवलम्बन करना चाहिये। यथा—गरमी में ठंडे वस्त्र पहिने जायें हैं और शरदी में गरम, तो यह बदलन इस प्रकार न होगा कि जिस विधि तक जब तक कि ऋतु गरमी का है हम ठंडे वस्त्र पहिने रहें। और फिर एक दम ही गरम पहिने लें, प्रत्युत परिवर्तन शनैः २ होना चाहिये ॥

तृतीय यह भी है कि स्वभाव बख़्तान होता है अमेजी फदावत है :—

Habit is a Second nature

स्वभाव एक दूसरी प्रकृति है, अर्थात् १ तोला स्वभाव के

अनुसार एक मनुष्य हर दिन मरा सकता है और नहीं मरता है।

हमें नेपाल के एक पुरुष की सूचना मिली थी कि वह गरमियों में तो लिहाफ ओढ़ कर सोता था और शरदियों में ४ वा ५ बजे उठ कर छला पर जाकर स्नान किया करता था। छाहौर में १ पुरुष बाबा घों फिरा करता था, गरमी शरदियों में केवल १ छगोट से रहता था, और वस्त्र नहीं पहिनता था ॥ -

कुछ मनुष्यों को विशेष प्रकृति के कारण वस्तु फायदा करती है, वह उसको छोड़ना चाहे तो शनैः २ कर, उदाहरण लीजिये कि एक मनुष्य मद्यपान करता है, यह तो बुरी चीज परन्तु जो दैनिक उसका अभ्यासी है, उसको शनैः २ छोड़ना चाहिये ॥

चौथी बात में यह समझाना चाहता हूँ, कि एक मनुष्य जो निरोग्य है, जवान है, दृष्ट पूष्ट है, शीतोष्ण सहन करने की शक्ति रखता है, व्यायाम, सैर का अभ्यास रखता है, निरोग्यता के आवश्यक नियमों का पालन करता है। वह यदि हर ऋतु की कुछ बातों की परवाह न भी करे तो चिन्ता नहीं है, निर्यल और रोगियों को इन नियमों का पूर्णतया पालन करना चाहिये, भारोग्यता प्राप्ति के जो अत्यावश्यक नियम हैं, उनको तो अवश्य ही हर पुरुष को हर ऋतु में ही ध्यान रखना चाहिये, शेष यदि कुछ इधर उधर हो जावे तो बहम न करें ॥

## ग्रीष्म ऋतु (वैशाख, ज्येष्ठ, आषाढ)

शास्त्र में लिखा है कि ग्रीष्म ऋतु में सूर्य तेज किरणों वाला होता है, और दुःखदाई पवन नैर्ऋत्य कोण को चलता है, पृथिवी उम्र और नदी सूख कर प्रवाह रहित हो जाती है ॥



दिशा प्रज्वलित सी हो जाती है, चकवा चमकी जलाशय के दूबने को प्रथम २ दिशा में विघटने लगते हैं, जल पान को व्याकुल मृग मडली फिरती है, विरुद्ध तृण और छता सूख कर गिर जाते हैं, बड़े २ वृक्ष पत्र रहित होजाते हैं। मारे मांघों के पत्र टूट कर गिरने से पृथिवी पत्रों से आच्छादित होजाती है, और बहुत वृक्ष भाषी, भमूरे के पत्र रूप वस्त्रों के व्याप्त, हा ऐसी शोभा देते हैं कि मानो वसन्त ऋतु के वियोग से तपस्वी बन बैठे हैं, परन्तु आक तथा जवासा आदि वृक्ष यौवन अवस्था को प्राप्त होते हैं" ॥

जब कि यह बात सुके कि सूर्य की गरमी से घरी दर होती है तो यह साफ है कि मनुष्यों के अन्दर की एक को एक पिछली वसन्त ऋतु में थी, वह भी शुष्क होजाती है, जहा शुष्कता है वहा वात है, पस प्रीप्स ऋतु में मनुष्यों के अन्दर वात संचित होनी आरम्भ होती है, जैसा कि लिखा गया था। और जब वात संचित होती है तो परिणाम यह निकला कि प्रीप्स ऋतु में नमकीन, चरपटे और सट्ट रस वाली वस्तुओं का खाना और घूप में पठना और अधिक व्यायाम बर्जित है, और मिष अन्न, हलकी स्निग्ध, शीत और पसली वस्तुएं पच्य हैं, बाह्य तो गरमी बंद रही होती है परन्तु भीतर वात बढ़ी हुई होती है, पस गरम और शुष्क बीजों से परहेज और हलकी शीत-स्निग्ध या ऊष्ण-स्निग्ध वस्तु का सेवन हित है, ठंडे पानी में स्नान बहुत अच्छा है, मिर्ची मिष्टाकर ससुओं का पाना वाह्य वात को खान्त करता है, भाग्भट लिखता है —

“ चन्द्रमा समान श्वेत रग वाले चावलों को जगल देश के मांस सग खावे और अतिघन मांस रस नहीं पीवे । और रसाळा, राग खाडव, पीवे । और पानक, पञ्ज सारक इनको नवीन माटी के पात्रों में ढालकर और इमली की खटाई मिला कर पीवे ” ॥

— रसाळा की विधि—अच्छी प्रकार जमा हुआ दही दो सेर, घूरा श्वेत १ सेर, मधु १ छटाक, गाय का मफसून २ छटाक, एलायची, श्वेत, दारचीनी, नागकेशर, पत्रज, हर एक ६ माशा, सोंठ २ तोला, मिरच-काली २ तोला—औषधियों को बरफ करके सब को मिला कर थारीक कपड़े में पाष कर हाथ से दबा कर छान लें । इसको रसाळा या शिखरिणी कहते हैं, यह स्निग्ध घृष्य कफकारी, रुचिकारक, कातिदायक, भारी और बलकारी लिखा गया है, भ्रम को और वात पित्त को नाश करता है, पुष्टि और वीर्य कारक है ॥

द्वितीय विधि—पानी निकाळा हुआ दही २ सेर, सफेद घूरा १ सेर, शहद, अद्रक, ४-४ तोले, मिरचकाली २ तोले, दारचीनी, पत्रज, लौंग, केसर, एलायची, हर एक १-१ तोला ॥

इस प्रकार सब पदार्थ एकत्र करके कपूर से सुगंधित किये हुये पात्र में तड़णी स्त्री उसको मये, इस को मञ्जिका शिखरिणी कहते हैं । यह बलकारी, रुचिकारक, घृष्य, कान्तिकारक स्निग्ध, वीर्य तथा पुष्टिदायक, भारी तथा कफकारक होकर प्रतिश्याय वायु और भ्रम और पित्त को नाश करे है ।

तृतीय विधि—अच्छी प्रकार जमा हुआ मैस का मीस वही ४ सेर, श्वेत घूरा ४ सेर, दूध ८ सेर—सब को कारे माटे के बरतन में धारीक कपड़े में से छान लें (महीन बासन या ठीला कपड़ा धाय कर प्रथम वही तथा घूरा डाल कर ऊपर (घार से) दूध डालें) फिर इसमें पछायची के बीज, मीमसेनी कर्पूर और मरिच जितनी रुचि हो और मिठा दें—

लिखा है—“भोजन प्रिय भीमसेन ने इसको बनाया था, श्री कृष्ण ने बार-बार प्रीति से इसको खाया था, जो मालोग बसने ऋतु को त्याग कर निरन्तर भोजन करते हैं—इनके निरन्तर सूर्य की वृद्धि होती है और सर्व इंद्रियों का बल बढ़ता है, जिसका शरीर शीघ्र तथा शरद् ऋतु में सूर्य के ताप से सूख गया हो—जो प्रमत्त यनिता सुरत में खिन्न हो और जिनका शरीर मार्ग चलने से क्षिणिल हो गया हो, उन पुरुषों के शरीर में अत्काल पुष्टि करता है, यह रसाला शीघ्र, बलदायक, रुचिकारक, वात तथा पित्त नाशक, अग्नि को दीपन करने वाला, पुष्टि कारक, स्निग्ध, मधुर, शीघ्र, दृग्गवर और रक्षित, वृषा, दाह तथा जुकाम नाशक है” ॥

नोट—रमाछा जितना पच सके १ माघ गिलास उबना ही पीना चाहिये ॥

दही के स्थान पर इम्बली की भी शिखरिणी बनाते हैं ॥

अच्छी पकी हुई इम्बली लेकर सम भाग पानी में धिगे

रंग उसको छान कर उसके सम भाग सफेद घूरा, दाना  
 लायची छोटी, मिरच काली इत्यादि जो पश्चात् वर्णन हुआ;  
 गेही २ घारीक करके ढाल दें और अच्छी प्रकार मिलाकर  
 मेही के पात्र में रख लें यह सट मिठा अत्यन्त स्वादिष्ट है,  
 और मन को प्रसन्न करने वाली है, दीपन करने वाली है, कफ  
 और वात को नष्ट करती है, पुष्टिकारक है ॥

## राग खाण्डव ॥

राग खाण्डव मुरब्बा को कहते हैं, आमलादि के मुरब्बे  
 मीषम ऋतु में गुणकारी होते हैं, आमला, हरद, नासपाती इत्यादि  
 का मुरब्बा बनाना हो तो उनको काटे से गोद कर पानी में उबो  
 कर, ३ दिन तक मिगोवें, पानी में किंचित् फटकरी भी ढाल दें,  
 चौथे दिन निकाल कर स्वच्छ पानी से धो लें, फिर उस को  
 धी के साथ मध्यम अग्नि पर किंचित् मात्र मून लें तो भी हानि  
 नहीं, कई थोड़ा सा पानी मिला कर अग्नि पर रख दें कि  
 कुछ नरम हो जावे, पश्चात् ३ गुनी मिमी की चासनी करें और  
 अर्धचासनी हो जावे तो उनको उसमें ढाल दें, परन्तु चूल्हे  
 पर ही रहने दें और उगली से देखें, जब एक तार छूटने लगे  
 तो इलायची छोटी मिला कर हटार लें, चीनी के पात्र अथवा  
 अमरतबान आदि में ढाल कर रखें, और भोजन के साथ अथवा  
 वैधे ही सेवन करें ॥

## आम का मुरब्बा ॥

सबसे अधिक प्रसिद्ध है, स्मरण रहे कि इस का प्रभाव

गरम नहीं रहता, यह गरम ऋतु में सेवन किया जा सकता है।  
विषि विक्षेप करके यही है, अर्थात् अघपकी अविषा लेकर टाक  
कर धार टुकड़े करें और गुठली निकाल कर घी में मूत्र से और  
३ गुना घूरे की चाशनी करके उनको वैसे ही टाक दें, कर्षि  
विकार, पित्त, घात को नष्ट करता है, मूत्र को बढ़ाता है, स्वादि  
और सुखदाई है ॥

नोट—राग स्याण्डव मुरब्बा को कहते हैं, परन्तु खण  
चटनी को कहते हैं, विजौरा निम्बू, अमचूर, भतारदाना, इम्बली  
आदि जिन की चटनी करनी है उसमें, नमक, - मिरच धार  
मिठा कर सेल पर पीस कर चटनी बना सकते हैं ॥

## पानक ॥

इस को पसायी में गुडम्बा कहते हैं, पानक का अर्थ यह  
है, कि जैसे दाम इम्बली, फालसा आदि फल को लेकर ७ गुना  
पानी में उबाल कर अच्छी प्रकार मर्के, ताकि सटाई सब उब  
आवे, फिर ढपड़े से छान कर उसमें जितना फल या उतना ही  
मिथ्री मिठा दी, और जितना फल या उसका २० वां भाग पत्रम,  
मिरच काठी, दारचीनी, इलायची, धनिया, नाग केसर, जीरा,  
आदि और गरम मसाला डाल किया, यह पोट मिठा रस बहुत  
स्वादिष्ट होता है, स्निग्ध है, व्यास की अधिकता, यकृत,  
मूर्छा, पित्त, दाह, भ्रूणस आदि को नष्ट करता है, आगे विष  
पीस का पानक बनाया जावे वैसे गुण समस्त छेने पादिये, जैसे  
शस्य का पानक अकषट, अरुणि, सन्दाम्नि व्यास की अधिकता,

रधिर स्राव आदि को गुणकारी है, वेर का और फालसे का स्निग्ध है और कषय करता है। इम्वली की पानक, यकाषट, दाह प्यास की अधिकता, उदासीनता, भ्रांति, गले और तालू का सूखना, कृमि, घास मय को नष्ट करता है, गर्मी की ऋतु में ऐसे सुखदाई, खट्टे फलों का पन्ना बन कर सेवन करना बहुत अच्छा है ॥

नोट—मिथी छालते के स्थान में वाज समय फलों को गन्ने क रस में ही घोळ कर घना लेते हैं ॥

## पंच सारक ॥

दास, फालसा, मनार, वेर, और गुड़ सम भाग गन्ने के रस में घोळ कर और मल छान कर दारघोनी, तमाल पत्र, इलायची, नाग केशर आदि मिळा कर एक पन्ना बनाया जाता है, जिसको पंच सारक पन्ना कहते हैं, इसके भी उपोक्त गुण हैं ॥

## गुडम्बा आम ॥

आम का पन्ना पञ्चम में गरमियों के दिनों में बहुधा बरता जाता है। कषा आम शीतल तथा शुष्क होता है। कषे आमों को लेकर मूमल में सुभलात है, फिर पानी में गुड़ मिला कर आमों को उसमें मछते हैं, और मसाला स्वेच्छा अनुसार डालते हैं, जल वायु के दोष को हितकर है, अविचार को बंद करता है और बलकारक है ॥

वाग्भट्ट में आगे लिखा है “चन्द्रमा की चावनी को सेवन करता हुआ कर्पूर मछे, गुलाब का अफादि पीवे (सम्पूर्ण अर्घों

में सुगन्धि लाने के वास्ते भीमसेनी कपूर अथवा केरल कर्पूर की लाग देते हैं) । यथा अफ निकलते समय घातल के अफ काफू इलायची आदि घाघ देना व थाड़ा सा कपूर वर्तन क मोतर मळ देना और पुष्पों से सुगन्धित किए हुए पानियों को पीये, ( अफ बेदमुश्क, व केवड़ा का सेवन करे ) मद्रिपी का दूध जो मिसरी डालकर चन्द्रमा की उद्योतिस्ना में शतिल किया गया हो पीये, आकाश को स्पर्श करने वाले ऐसे बड़े २ शाक और ताल घृक्षों करके रुकी सूर्य की गरम किरण जिन्हों में तथा द्राक्ष ( अगूर ) के गुच्छों में लिपटी हुई माघवी की लता निकल कर भ्रषा करने योग्य बनों में और घाम की लकड़ी आदि से बना छपर खट अथात् घंगला सुगन्धित और शीतल गुलाब जल से छिड़के हुए परवों से शोभित और आम के नवीन पत्त और आम के गुच्छे चारों ओर लटक रहे तथा केला क पत्ते ( केला का गामा ) कल्हार ( सुगन्धित कमल ) मृणाल कमल कन्द कमल और उत्पल कमोदनी इनके कोमल पत्तों से रची शय्या, तथा खिले हुए फूलों के गमले घरे हुए और पुतालियों के स्तन हाथ और मुख से सुगन्धित फवारे छूट रहे, ऐसे घाराघर में सूर्य साप से आर्त मनुष्य को मध्यान्ह में सोना चाहिये ॥

जिस प्रकार की घाटिका का चित्र र्थिया गया है, वह तो धनाइय लोग ही प्राप्त कर सकते हैं । किन्तु मतलब यह है कि गरमियों में दिन को भी सोने की आशा है, और यथासम्भव

शीघ्र तथा रमणीक स्थान में सोना चाहिये । गरमियों में ही इस प्रकार की वाटिकाएँ, बगले, और बारहदरिया आनन्द देती हैं, और यह स्वास्थ्य के नियमों के अनुकूल है, यदि बुरी ओर न जावें । जिन में सामर्थ्य हो वह अवश्य बनावें, देखो अंग्रेज लोग अपनी कोठियों को कैसा सजाते हैं ॥

फिर लिखा है “ रात को महलों की छत पर जहाँ चन्द्रमा की प्रभा अच्छी तरह पड़े सोना चाँदिए, चन्दन लगावें, पुष्पों की माला पहनें, पतले और सफेद ढीले मलमल के कपड़े पहने, और ऐसे पक्षा से वायु करें जो दिखाते ही सुरन्ध मुद आवे और हलके हों, जिन से पानी की बूँदें पड़ें, सुगन्धि लगी हो ताकि उनसे वायु सुगन्धित निकले, कर्पूर की माला, मोती, हीरा, पद्मा आदि की चन्दन से मिली हुई माला पहने, मीठे आनन्ददायक शब्दों को सुने, अपनी प्यारी, सुन्दर, कोमलाङ्गी, महीन वस्त्र पहने हुई, और पुष्प द्वारों से सुसज्जित स्त्री के पास बैठे ” ॥

पाठक गण ! समझ सकते हैं कि उपरोक्त सम्पूर्ण बातें गरमियों की दाह को दूर करने के वास्ते हैं ॥

वैद्यसार समूह में लिखा है :—

“ तालाब, बावली, नदी-नैदर, वाटिका की सैर, पुष्पहार, चन्दन, शीतल गृह, हरद का चूर्ण गुद के साथ और मन्य गरमियों में सेवन करे ” ॥



## मन्थ ॥

सत्तुओं को लेकर थोड़ा सा घी में स्निग्ध करे, और मिर्गे छोड़े, जय पूरे फूल साथे तो न बहुत पतले और न बहुत गर पीने चाहिए । सत्तु गरामयों में बढ हितकर होते हैं ॥

जानना चाहिये कि हर्द को पारहमाम, सवन करने की आज्ञा है, प्रत्येक ऋतु में वह ऐसे अनुपान से सेवन की जाया है कि जो उस ऋतु के अनुकूल हो, अतः गरमियों में शुभ क साथ सेवन करने को लिखा है ॥

पुन लिखा है —

“ शरीर के रोम फूँों में जय गरमी प्रविष्ट होती है ठा श्वेत और महीन वस्त्र पहनने चाहिये, चन्दनादि लगाए हुए पुष्पों की माला पहने हुए शीतल जल से धुल हुए, महलों की छत पर पुष्पों की सेज बिछा कर चन्द्रमा की चादनी में जो मीठी नींद सोता है वह धन्य है ” ॥

नोट—गरमियों में बाह्यक गरमी की अधिकता नींद नहीं आने देधी, और न ही गरमियों में मीठी नींद आ सफवी है, जय तक कि बाह्य रूप से सरदी न पहुँचाई जाय, इस विषय में यदि सविस्तर देखना हो तो हमारा (रिसाला मीठी, नींद और फिल्लिफा ख्याब उर्दू देस्यो) ॥

नोट—आपने देखा है, कि बार २ महीन और श्वेत वस्त्रों का वपन आता है, श्वेत वस्त्र गरमियों में शीतल होते हैं, इसी वास्ते बार २ सनकी प्रेरणा की जाती है ॥

वैज्ञानिक लोग सूर्य के सात बड़े रंग वर्णन करते हैं, वह कहते हैं, कि प्रत्येक रंगदार वस्तु जो हमको दिखाई देती है उसका कारण यही है कि सूर्य की उसी रंग की किरणें उसमें प्रविष्ट होकर हमारी आँखों तक पहुँचती हैं, और शेष उसी में लय हो जाती हैं, यदि सब की सब आवें तो रंग सफेद होगा, क्योंकि सार्वों के मिलने से सफेद रंगत घनती है, और यदि सब की सब किरणें वहा ही लय हो जावें तो रंग श्याम होगा। अब जब कि श्याम में सब किरणें लय होती हैं तो साफ प्रगट है कि श्याम रंग सब से अधिक गरम होगा, यही कारण है कि गरमियों में श्वेत वस्त्र पहनने की आज्ञा है, और शीतकाल में श्याम वस्त्र पहनने की ॥

फिर लिखा है :—

“ गरमियों में मलमलादि के वस्त्र पहनें। दोपहर के समय खस के पत्तों से कमरे को ठंडा करें, वाटिका में, शरद स्नाना में, शीतल स्नान में सोवें ” ॥

एक और संस्कृत की पुस्तक से आवश्यक बातें चयुत की जाती हैं :—

“ साठी के चावल, बेगमी चावल, जौ, जुवार, मूंग, गेहूं, पवार, मटर, अरहर, कोदों, दाल मटर, कर्षा चरयूज, ककड़ी, ( तर ) कर्षा सीरा / यह तीनों वस्तुएं जब कि विपूचिका फैला होव अपायन हो, न खावें ) ॥

पेठा, करेला, मधुवा, चुलाई, चोक, कद्दू, पत्तल, खांड

मिठाया हुआ गाढ़ा और मलाई, ताला मीठा वही, मिसरी मिठ  
 हुई छाछ, खोरी, मरसा का साग, कसेरू, सिन्नाड़ा, पोइ का  
 साग, घरने और घायली वा कुओं का पानी, मसरी, नदीन  
 खाह वा यूग, गन्ना अथात् रस का रस, मालेपुष्पा, पेनी, लड्डू,  
 किरनी, लिखरन, छिपसी, जलेबी, सत्तू, आंटाकर शीतल चिच  
 हुआ दूध, मीठे पदार्थ, मेव, हलके सिन्ध, शीत पाचक, दूध,  
 चावल आदि गरमियों में खाने चाहिये ॥

## और जो मासाहारी हैं ॥

वह पकरा, हिरन, शशा, तीव्र, बिड़ा, मोर, क्यूतर, खोरी  
 मछली, नदी और छप्पर की मछली वा रसा ना सकते हैं ॥

## वर्जित ॥

अधिक खारी व लट्टी, परपरी वस्तुओं का सेवन, सूर्य  
 की धूप, मद्य, यीक्षण पदार्थ, अधिक तमक, तिलों का तैल, बैंगन,  
 सहजना, पका हुआ परधूज लहसन, आहू, फगनी, तिल की  
 खिचड़ी, राइ, उदक के पड़े, सड़ी हुई रोटी, यात्रा (सफर)  
 व्यायाम, अतिमम अधिक तिल, अलसी, गोह व मेदे का भांड,  
 बहुत मैथुन, स्त्री के साथ इफट्टा मोना, सरसों, रात्रि का जागरण,  
 अग्नि के सम्मुख बैठना, सूर्य की गरमी से छत्र हुए जल में  
 स्नान, भय, शोक, दुःख, क्रोधादि से बचने रहें ॥

## एक ग्रन्थ में लिखा है ॥

“ गरमियों में मस नहीं पीना चाहिये । यदि कफ शक

प्रकृति वाला मनुष्य कफ पात को दूर करने के लिए पीने में तो बहुत थोड़ी पीने, कफ पित्त की प्रकृति वाला कफ को दूर करने के निमित्त बहुत सा पानी मिलाकर थोड़ी पीने, अन्यथा शोथ, दाह, व्याकुलता, और आलस्य होती है।”

यह उन लोगों के वास्ते वर्णन किया है, जो मद्य पीते हैं। अन्यथा यूँ तो मद्य हर समय और विशेष कर गरमियों में सर्वथा वर्जित है। ( सविस्तर देखना हो तो हमारे बनाए हुए रिसाला पहरों के इलाज न० २ चर्च में देखो )

हमने प्रीप्स ऋतु सम्बन्धी सब बातों को पिछले पृष्ठ में सक्षिप्ततः वर्णन कर दिया है, मद्य किञ्चित् विस्तार के साथ पृथक् २ सब आवश्यक बातों का वर्णन करते हैं :-

## मैथुन ॥

यहाँ यह प्रश्न नहीं है, कि भोग कितने बाल के पीछे करना चाहिये वा उसके सब नियम क्या हैं, क्यों हितकर है, क्यों अहितकर है, इत्यादि २, यद्वा हमने फेबल इतना बतलाना है, कि प्रीप्स ऋतु में भोग अन्य सब ऋतुओं से कम करना चाहिए। वैराग्य के सम्पूर्ण माननीय ग्रन्थों में एक तरुण, सुदृढ़, पुष्ट, बलवान, सुन्दर मनुष्य के लिए जो अधिक से अधिक आशा दी है, वह यह कि चौथे दिन पीछे भोग कर सकता है। किन्तु प्रीप्स ऋतु में वहाँ ने भी लिखा है कि पन्द्रह दिन के पश्चात् भोग करना चाहिये। प्रीप्स ऋतु में शारीरिक परमाणु अधिक निकलते हैं और गरमी के कारण इस ऋतु में करने की हार्दिक

रुचि भी नहीं होती। प्रस्वेद के कारण कुछ सुख भी नहीं मिलता, फिर निरर्थक लोग क्यों झुक मारते हैं। और जब बलवान व बलवान मनुष्य के वास्ते 'अधिक से अधिक हर' पन्द्रहें दिन की आज्ञा है, तो सूर्य साधारण और निर्बल मनुष्यों को किन्न करना चाहिए। प्रत्येक मनुष्य समझ सकता है ॥

हमारी सम्मति में सब साधारण के वास्ते एक मास व एक बार की आज्ञा होनी चाहिए। ऐसे भी लोग हैं जो सम्पूर्ण प्रीप्म ऋतु में इस से बचे रहते हैं ॥

गरमियों में भोग के पश्चात् शरीर बहुत गरम हो जाता। इस वास्ते अन्य ऋतुओं की अपेक्षा इस ऋतु में भोग पश्चात् सदैव पानी पीने, वा शीतल जल से नहाने, वा ठंड शर्यत पीने से विशेष करके बचा रहे, नहीं तो कम्प, अपर्य घटकन आदि होने का भय है। और निर्बलता भी हो जाती है।

इकीम इन्द्रो स्वामस लिखता है, कि प्रीप्म ऋतु के सिवा प्रत्येक ऋतु में भोग की आज्ञा है, परन्तु मनुष्य इस विषय इतने गिरे हुए हैं, कि इकीमों को भी इन नियमों में शिथिल यरतनी पड़ती है ॥

## शोक है !

कि लोग अपने आपको गुरु नहीं सकते। मेरे पास मैंने इस प्रकार के पत्र भाते हैं, कि यह लोग जो केवल काम को ही भोग कर सकते हैं, परन्तु अनुशासन कयम है, कि वे फिर भी सप्ताह से अधिक नहीं रह सकते हैं। यदि सारा

का सध मुच आयु और स्वास्थ्य प्रिय हो, और यह भी निश्चय होजाव, कि नियम विरुद्ध बहु मैथुन से आयु और स्वास्थ्य क्षीण होती है, वो क्यों यह लोग इन बातों का ध्यान न रखें, परन्तु असल बात यह भी है, कि जितना मनुष्य धन हीन होता है, उतनी ही उसकी इच्छा शक्ति निर्बल हो जाती है, और वीर्य पतला होने के कारण शीघ्र ही पतन होता है । सुख कारण से भी उसकी काम वासना भङ्गक उठती है । उस समय वह अपने आपको नहीं रोक् सक्ते । परन्तु स्वल्प होने के पश्चात् पछतावे हैं । उस समय का पछताना और भी अधिक निर्बल करता है ॥

## स्नान का वर्णन ॥

यू तो स्नान करना प्रत्येक ऋतु में आवश्यक है, किन्तु प्रीष्म ऋतु में इसकी विशेष रूप से आवश्यकता है । स्वेद जो साधारणत आता रहता है, वह अप्राकृत पदार्थों को अपने साथ लाता है । जो रोम कूपों पर जम कर उनके मुख बन्द कर देता है, इसलिये आवश्यक है, कि साय व प्रातः प्रति दिन स्नान करके सौष्ठ्या से शरीर को अच्छी तरह पोंछा जावे । प्रीष्म ऋतु में सांघी तथा घूळ मिट्टी भी बहुत चलती है, और नङ्गे भी बहुत रहते हैं । स्नान शीतल जल से करना चाहिए, शीतल जल के स्नान से क्षुधा बढ़ती है । हृदय की गति वेगवान और शरीर की रगत छाल हो जाती है । गरम पानी से हानि पहुँचती है । केवल कमजोर, धूँड़े, दुबल, अजीर्ण रोगी, नुंहे यालकों, पेचिश के रोगियों, अतिसार और रज वाली स्त्रियों को शीत गरम

पानी से स्नान करना चाहिये, अथवा उनको जिन्हें ठण्डा पाना  
कमी अनुकूल नहीं बैठता, स्नान माय प्रातः काल में अथवा  
गरमी कम होती है करना चाहिये, अधिक गरमी में अथवा  
पसीना आया हो स्नान करने से एकदम से रोम छूप बन्द हो  
कर ज्वरादि हो जाता है। यदि ऐसे समय में आवश्यकता हो  
तो ठण्डे होकर स्नान करें, मार्ग (सफर) से आकर वा व्यायाम  
के पश्चात् यद्यपि स्नान करने को जी चाहता है, परन्तु उपराक्त  
कारणों का ध्यान करके शरीर का स्वेद साफ करके और ठण्ड  
होकर स्नान करना चाहिये ॥

कबारे के नीचे बैठ कर स्नान करना बहुत हितकर है।  
भोग करके, व्यायाम करके, सो करके, मार्ग से आकर, भोजन  
करके, सदासतः स्नान न करना चाहिये ॥

स्नान से वास्तव पानी म्यग्गु अच्छा ताजा होना चाहिये,  
गला मढ़ा, दुर्गन्धित आर मला न होना चाहिये। स्नान म्यग्गु  
साधारण आवश्यकताओं का भी ध्यान रखें ॥

## व्यायाम व सैर ॥

व्यायाम का पदा भारी लाभ यह है, कि हम से काष्ठम  
पश्चात् शरीर में स्थित हो जाते हैं। हम दैनिक खादर खाते हैं,  
उस का कुछ भाग शरीर में लग जाता है, कुछ मल मूत्र और  
कुछ स्वेद के द्वारा निकल जाता है। और इस से भी शरीर  
शारीरिक मल वा फॉरेनमैटर Foreign Matter के नाम से  
शरीर से भीतर रह जाता है। यह मल का घर है। व्यायाम

पश्चात् 'सका निष्काठ देता है । प्रत्येक मनुष्य सुगमता से समझ सकता है कि वर्ष भर में प्रीष्म ऋतु ही ऐसा समय है, कि बहुत कुछ पदार्थ अपने आप पपते और पसीने के साथ निकलते रहते हैं, अतः गरमियों में अधिक व्यायाम की आवश्यकता नहीं है, यह नियम उनके वास्ते है, जो स्वास्थ्य के निमित्त व्यायाम करते हैं, ना कि मल्ल घनने के निमित्त ॥

द्वितीय व्यायाम से गरमी उत्पन्न होती है । और गरमियों में गरमी भी अधिक होती है, इस वास्ते भी प्रीष्म ऋतु में व्यायाम कम करना चाहिये ॥

जिन्हें व्यायाम का अभ्यास नहीं और वह किसी की प्रेरणा से आरम्भ करना चाहते हैं, वह तो कदापि प्रीष्म ऋतु में आरम्भ न करें । घूरे, घाँ और निर्धलो के वास्ते साय व प्रातः की सैर, घोड़े की सवारी, बाग व नदी के किनारे सैर, खेल कूद पूरे व्यायाम हैं ॥

बलवान् युवक अपने अभ्यास के अनुसार छण्ड, मुगधर, पठक, डम्बल आदि व्यायाम कर सकते हैं । परन्तु और ऋतुओं की अपेक्षा इस ऋतु में कम करें । और जहा तक सम्भव हो प्रातः काल करें, क्योंकि इस समय गरमी बहुत कम होती है ॥

घाटिका में सूर्य अस्त होने से कुछ पहिले टेनिस खेलना वा और आनन्द दायक व्यायाम करना हितकर है ॥

गरमियों के दिनों में सैरना एक उत्तम व्यायाम है । सय ऋतुओं में यह बहुत ही उत्तम है, और गरमी अधिक नहीं होती है ॥



गरमियों में व्यायाम के पश्चात् जब शरीर को पसीना भाते तो उसे पोंछ कर ऊपर से वस्त्र ओढ़ लें। वायु लगाने से शरीर पहुँचने का भय रहता है, और इस व्यायाम के पश्चात् शीतल जल वा शर्बत पीना उचित नहीं। और दूध मिसरी मिला हुआ अति हितकर पदार्थ है, हलवा भी खा सकते हैं। परन्तु व्यायाम के पश्चात् पसीना सूखने पर स्नाना चाहिये ॥

घनाट्टर लोग जिनको शैर का अभ्यास है, उनके पास प्रीष्म ऋतु में यह हलका व्यायाम है, और इस से रक्त का भ्रमण सचेज होता है। थकावट दूर होती है ॥

मालिश इस ऋतु में विशेष रूप से हितकर है। येमझ सुलसे हैं और शीघ्र स्निग्धता महण कर लेते हैं। एक छटांक महण हुआ तिलों का तैल एक छटांक घृत स्नाने से वृद्ध गुण अधिक बल देता है ॥

मानसिक भ्रम भी और ऋतुओं की अपेक्षा कम किया जावे तो उत्तम है। जिस दिन बहुत गरमी हो, वायु न चरती हो, यू ही पसीना भा रहा हो तो व्यायाम को त्याग सकते हैं। सारांश यह कि इस ऋतु में व्यायाम और ऋतुओं की अपेक्षा कम करना चाहिये ॥

शैर इस ऋतु में आवश्यक है। प्रातःकाल सूर्योदय में पहिले और सायंकाल को सूर्यास्त के लगभग बहुत उत्तम है। इस समय की शरबतों में म. सा नहीं हो सकती। दिन भर की कठिन गरमी के पश्चात् ठण्डी वायु के शीके रसक भी

सहिष्णुता का प्रकाश करते हुए, तप्त हृदयों को शीतल करते हुए, मर करने वालों के घेरों को आनन्द से फुला देते हैं। इस ऋतु में गाड़ी में सैर करना बहुत अच्छा है ॥

## निद्रा का वर्णन ॥

मीठी निद्रा प्राप्त करने के लिये शरीर की ऊष्णता और शरीर की ऊष्णता का अनुकूल होना आवश्यक है। गरमियों में प्रायः ऐसा नहीं होता, इस लिए रात्रि के पहिले पहर में मीठी नींद भानी कठिन होती है। जैसाक पीछे वर्णन हो चुका, घनाह्य लोग स्रम की दृष्टियों, वाटिकाओं और फवारों आदि का प्रबन्ध कर सकते हैं, गरीब एक ईश्वरीय झोंके को तरसते हैं। गरमियों में रात्रि के पिछले पहर मीठी नींद होती है, क्योंकि उस समय शीतलता भासी है। यदि सोते समय गरमी अधिक है, तो ठण्डे पानी-अथवा फवारे के नीचे नहा कर सोने से प्रायः नींद आ जाती है। गरमियों में छः सात घण्टे की नींद पर्याप्त होती है। रात्रि का यदि पूरी नींद नहीं आई तो दिन को थोड़ा सा सो सकते हैं ॥

दिन को सोना और ऋतुओं में अनुचित परन्तु इस ऋतु में उचित है। गरमियों में दो पहर के समय प्रायः ऊष भानी आरम्भ हो जाती है, जो कि एकाध घण्टा सोने से जाता रहता है। परन्तु स्मरण रह कि भोजन करने के पश्चात् तुरन्त न सो जायें। धरन न्यून से न्यून एक दो घण्टा का अन्तर दें और शीतल गृह में जायें, दिन के समय केवल एक घण्टा सोना

स्थित है। जो लोग दिन को अधिक सोते हैं, उनमें मे॥ और स्मरणशक्ति दोनों खराब हो जाते हैं। स्वप्नदोष और शीघ्र पत्र का रोग आरम्भ हो जाता है, गरमियों में केवल इसलिए ३३ मा दिन को सोने की आशा है, कि शारीरिक परमाणु अधिक पिघलते रहते हैं, निद्रा उन्नेकी पूर्ति करे ॥

हमारे यहाँ गरमियों में बाहर सोते हैं, और अपनों में घनाढ्य हैं, वह हवादार घगलों में सोते हैं, और पक्षा विषयों हैं। इनका विचार है, कि बाहर गरमी या मरही एक समस्या में नहीं रहती, पहिली रात में गरमी और पिछ्को रात में मरही होती है, इस लिए शरीर में आरम्य व प्रणय भाजता है। और निर्धल रोगियों को जुकाम, ग्यामी, गठिया, अधरग हाने, का मर है। इसके आक्षेपिक आधी आर वर्षों के आने से भी उठने का कष्ट होता है। घनाढ्य लोग ही उनका अनुकरण कर सकते हैं, सामान्य स्थिति वाले मनुष्य सोने याही जगह, छत के ऊपर ऊपर लगा सकते हैं ॥

सर्व साधारण लोगों को जैसा उनके पाप दादा ने हास्य चला भाया है वैसा करना चाहिये ॥

मीठी निद्रा प्राप्त करने के सपिम्तार नियम, गरमियों में दिन को सोने की विधि, और सम्पूर्ण आवश्यक बातों को इकट्ठी हो, हमारे बनाए हुए "रिमाला मीठी नींद और जुकामिका" पत्र में देखें जो ॥२॥ को कार्यालय अमृतधारा लाहौर में मिलेगा। यह रिमाला सभी उद् में है, हिन्दी में नहीं हुआ है ॥

## पेय पदार्थ ॥

पान करने वाले पदार्थों में पानी मुख्य भाग है, और वही सब से उत्तम और पान क योग्य है। पानी यद्यपि आहार नहीं है परन्तु आहार का अनुपान अवश्य है। इसी लिए सम्पूर्ण जीवधारियों का जीवन पानी पर निर्भर है। इसके द्वारा शरीर की सब छोटी बड़ी नादियों में रून पहुँचाता है। और निष्कृष्ट पदार्थ पसीना तथा मूत्र द्वारा निकल जाते हैं। मीष्म ऋतु में पसीना बहुत आता है, इस लिये इस ऋतु में जल पीने की इच्छा अधिक होती है, जो पूरी करनी चाहिये। परन्तु स्मरण रहे कि पानी स्वच्छ, निर्मल, मीठा, सुधादु हो, खारी, दुर्गन्धित, अधिक नमकीन न हो। पानी पीने के रूप के समीप बूझड़खाना, कबूतरखाना, श्मशान, न लिया, चहबूँचे, और कुड़े आदि न हों ॥

जहाँ तड़ाग का पानी पिया जाता हो, वहाँ ऐसे तड़ाग का पीना चाहिए, जिनमें वस्त्र न घोए जाते हों, पशु उसमें पानी न पीते हों, वृक्षों के पत्ते और मूलादि उस में न पड़ते हों, अनुप्य उसमें स्नान न करते हों। यदि शुद्ध जल प्राप्त न हो सके तो उसको भोटा कर साफ कर लें, यदि पानी दुर्गन्धियुक्त हो तो उसकी गन्ध दूर करने का सुगम उपाय यह है, कि मिट्टी के माँड़े में भरें और फँसलैल वा कम्बल के टुकड़े में कोयले बांध कर उक्त घर्तन के मुख पर लगायें, और जब आवश्यकता हो तो इस में से पानी उठेल कर पीवें ॥

भोजन से पहिले और भोजन के पश्चात् तथा बीच में बहुत पानी पीना हानिकारक है। विशेष कर इम ऋतु में आमामर निर्मल होता है, इम लिये इम अमावधानी के कारण और इ पचने में बिन्न पड़े जाता है। और कभी जो मतलाने भगता है, कभी घमन हो आती है जिनका अभ्यास हो वह बीच में यादा पानी पी संकठ है एक घार में अधिक पानी पाना भी अनुचित है ॥

गर्मियों में प्रायः शरीर गरम और पसीने से भगा रहता है और इसी दशा में पानी पीने से कण्ठाबरोध और कठि पड़े जाते हैं, इस लिये पसीना सुखा कर पानी पीना चाहिये, गरम रोगादि से आकर तुरन्त पानी पीने से मृत्यु भी हो चुकी है। नीचे यह योड़े से उपाय पानी क ठण्डा करने के लिये लिखे हैं, पाठक गण उनसे लाभ उठावें—

प्रथम—कोरे भिट्टी के भाडों में पानी भर कर रात्रि का बाहर खुली वायु में भीर दिन का छाया में रखें। और रात्रि का बासी पानी न मिलावें। कहते हैं, कि जो बहुत दिन भर पूर में रहे और सभ्या को उसमें पानी भर दिया जाय वा प्रमत्त कर दूसरे बरतनों की अपेक्षा उसमें अधिक शीतल होगा ॥

द्वितीय—पानी का भीटाकर वायु में रखें वा दूसरे गारु की अपेक्षा शीतल होजाता है। भरसू ने लिखा है, कि जो लोगो को शीतल जल की इच्छा होती हो यह दिया जा वा पहिले पूर में पानी को रगत, और फिर वायु में शीतल करे।

आलीनूम न लिम्बा है कि मिश्र देश में यह नियम यह कि पानी को गरम करके रात्रि भर ऊच स्थान पर रखते और प्रातःकाल ऐसे गढ़े में जिमके भीतर खूब छिड़काव होता । सुराहियों पर धृओं का साजा टहनिया छपेटकर रख देते, इस से सारा दिन पानी शीतल रहता था ॥

तृतीय-एक सेर सड़बेरी, बाकी पत्तों समत कूट कर उसमें आध सेर खारी नमक मिलाकर गढ़े में भर दें, फिर उस गढ़ में पानी की सुराही आदि रख दें, तो पानी ठण्डा हो जाता है ॥

चतुर्थ-नौशादर ५ भाग, शोरा ५ भाग, जल १६ भाग, इसी हिसाब से बहुत सा पानी बनकर एक लकड़ी के पीपे में भरें, फिर सुर ही वा वाशुल में पानी भर कर और हाट लगाकर उसमें रख कर कम्बल से ढक दें, इस विधि से बहुत शीतल हो जाता है ॥

पञ्चम-पानी के घड़ पर सिट्टी लगा कर जवादि पादों और सदैव पानी से भिगोते रहें, इस विधि से उसकी हरियावल सुन्दर सालूम हागी और पानी भी ठण्डा रहेगा ॥

जहाँ प्राप्त हो सकती है वहाँ घनाढ्य लोग धरु का इन दिनों में बहुत सेवन करते हैं । और वास्तव में अच्छी विधि के साथ सेवन की जाय तो विषिन्न शान्ति व सुखदा है । परन्तु अधिक सेवन से आमाशय आदि को हानि पहुँचती है । और शीघ्र धूँका कर देती है । यू तो अरों और विशुचिकादि में तृपा दूर करने के लिए धरु के टुकड़े चमाते हैं । दाहकारी स्थानों में

वस्त्र में लपेट कर फेरते हैं, परन्तु धर्म चमकीली और स्वच्छ होनी चाहिए। धर्म के टुकड़े पानी में मिला कर पीना भी अनुचित समझा जाता है। और तजुर्वे में भी शांत होता है, कि ऐसा धर्म मिछाए हुए पानी से शान्ति नहीं होती। अर्थात् उसकी पीने के पश्चात् किञ्चित् आमाशय में गरमी प्रतीत होती है। इस लिए पानी की बोलचाल धर्म के भीतर रख कर पानी सर करके लिया जाय तो सर्वथा हितकर होता है। अथवा बहुत थोड़ी, बड़े छालनी चाहिए जो दाँतों को न लगे। ठण्डा पानी पीना चाहिए, परन्तु अति ठण्डे से बचना चाहिए ॥

दुग्ध (दहीर) — प्रायः प्रत्येक भायु के मनुष्यों का प्रत्येक अस्तु में दूध अनुपूरक बैठता है। क्योंकि मदा हित है। कृषि के विपरीत न हो तो प्रीप्स अस्तु में पिना भौटा हुआ दूध पीवे, यदि भौटा हुआ हो तो भी ठण्डा कर लिया करें ॥

प्रायः गरमी के दिनों में दूध की लक्ष्मी बना कर पीते हैं। परन्तु बाबे मनुष्यों को इस से बच हो जाती है। अथवा भी मतलबाने लगना है ॥

मठा — मर्मण्य मनुष्य मठा अधातु छाँट प्रायः मर्मण्य पीते हैं। और इस को बहुत अतिरिक्त पतते हैं। बास्तब में प्रायः काज इस के पी लेने से शान्ति ही रहती है ॥

घाय — जो अश्यामी है वह घाय को हमेशा इस प्रकार पीते हैं, कि गरमी से ब्याह और सरसी में दरी। परन्तु सर्व साधारण को गरमी में हातिदारक है ॥

मद्य-मद्य का पीना किसी ऋतु में भी हितकर नहीं। यह मद्य अहित है, विशेषकर गरमियों में तो बहुत ही हानिकारक है। क्योंकि इसे स हृदय, मस्तिष्क, जिगर, यकृत, मूत्राशय, धृक्वै, आदि के रोगों से उत्पन्न होते हैं। और असावधानी से पाने की जाय तो इन रोगों में शीघ्र पाणान्त हो जाता है ॥

शर्बत-निर्घन मनुष्यों को यही ठण्डाई है, कि मठा पी लिया जैसा कि वर्णन हुआ, वा दो तीन गुड़हर पुष्प, दो तीन काशी मिर्च, यादी सी सौफ व कासना, पानी में पिस कर छान कर पी लिया, अथवा बादाम, खशखश, घोट लिए। वा झाड़ी के बेर सुखा रखे और जब गरमी का ऋतु आया तो उनको ओखली में कूट कर गुठली निकाल कर शप वस्तु को चक्की में पीस लिया, फिर थोड़ा-यद् चूर्ण जिसको बरचूनी कहते हैं और थोड़ी सी शक्कर व पानी मिला कर पी लिया, वास्व में इसको छानकर पीने से आनन्द प्रसीत होता है, और स्वाद भी अच्छा होता है ॥

निर्घन मनुष्य तो ऐसी ठण्डाईयों को सेवन करते हैं, परन्तु भारतवासी घनाढ्य कुछ शर्बत बनाकर रखते हैं। और प्रातः काष्ठ वा धीसरे पहर जब तृपा प्रतीत हो पानी मिला कर पीते हैं, अतएव इस ऋतु के कुछ शर्बतों के बनाने की विधि और गुण व लाभ यहां लिखे जाते हैं :—

साधारण विधि शर्बत—मवा सेर खीळते हुए पानी में २ सेर साफ शक्कर मिला कर आग्नि पर पकावे यहा तक कि शर्बत तैयार हो जावे ॥



## खट्टे अनार का शर्वत ॥

ऐसे अनार जिनका छिलका पतला और गमलुह हो, और सड़े हुए न हों, लेकर और लकड़ा में उमका छिलका उतार कर दोनों का पानी निघोड़ कर छान लें। और एक नर अक से सवा पाष मिर्ची मिलाकर शर्वत बना रखें, यह प्रस दाह, मोह, वमन, और पित्त वेग को दूर करता है। मात्रा २ सौटा है ॥

## मिष्ट अनार का शर्वत ॥

घरन के साथ यलायती अनारों को अर्क निघोड़ें। यदि यह अर्क पाष भर हो ता, आंध मेर वा २३ पाव श्वेत शक मिष्टा कर मद्द अमि पर पका कर शर्वत बनावें। यह शर्वत हृदय व मस्तिष्क को सन्तुष्टि तथा शक्ति देने वाला है। मात्रा २ सौला से १ छटांक।

## शर्वत इमली ॥

एक वा दो सेर इमली का छिलका छे करके २ सेर पानी में रात्रि को भिगो दें। और प्रात समय पसका निघार देकर दोष इमली पर थोड़ा पानी डालकर फिर निघार लें, जब सब रस निकल भाये तो दोनों को एक में मिष्टा कर उस में घनि मेर शकर श्वेत मिष्टा कर मिष्टी की दानी में डाल कर बनावें ॥

यह शर्वत शोषक व मादक है। पित्त, दाह-और रुषा

निवारक है। वैशिक न्नर और लू छगने को हितकर है। शीतल व सारक है। मात्रा अर्ध वा १ छटांक ॥

## शर्वत नैबू ॥

नैबू का रस १ सेर निकाल लें, परन्तु अधिक दवाकर न बोदें। क्योंकि अधिक दवाकर निकालने से कड़वापन आता है। फिर इसको इतना औटावें, कि आधा रह जावे। एक सेर श्वेत कन्द मिलाकर चाश करें, यह शर्वत मदात्यय पित्तम शिरः शूल को दूर करता है। पित्त को दूर करता आमाशय को बल देता है। मात्रा २ तोला तक ॥

तथाच—नैबू के ताजा छिलके १ छटांक, नैबू का छना हुआ १ छटांक, श्वेत शक्कर १८ छटांक, पहिले अर्क नैबू को औटावें, कि उघाल आजाय, फिर आच से उतार कर नैबू के रस में डक कर रख दें, जब वह शीतल हो जाय तो र शक्कर मिला कर इतना पकावें, कि पौने दो सेर रह जाय। जी विधि है, ऐसे शर्वत की मात्रा ४ माशा होती है ॥

## शर्वत नारङ्गी ॥

नारङ्गी एक भाग, मिमी २ भाग, पहिले अर्क को तैर जो पीत फेन ऊपर आवे उसे उतारवे जावें, जब बस्था पर आजावे और आधा रह जावे, तो कन्द मिला लि बना लें ॥

शर्वत रोषक और पित्त नाशक है। घृणा को दूर करता २ वा ३ तोला ॥

## वस्त्र वर्णन ॥

सरदियों के पश्चात् जय प्रीष्म ऋतु आने लगे तो इक चारों वस्त्रों में परिवर्तन न करें। वरष र्यों २ गरमी होवी जर त्यो २ वस्त्र हलके करते जावें ॥

भारत वर्ष में मार्च के अन्त और एप्रिल के आरम्भ का हलके वस्त्र धारण करने का समय आ जाता है। जब गरमी शीत ऋतु आने लगे वष भी इसी नियम का ध्यान रखर चाहिये। और क्रमशः गरम वस्त्र धारण करने चाहिये ॥ -

भारत वर्ष में प्रीष्म ऋतु होने पर वस्त्र ऐसे महीन संपूर्ण शरीर दिखाई दें, बाहर पुरुषों को देखो कि एक मज्ज की दो अंगी भर की टोपी रखी है, न जाने इसके रसम क्या काम है? एक पोती है, उसको भी ऊपे से ऊपे धिर रहे हैं। कुरवा है, वो उसके भीतर से संपूर्ण शरीर रित देता है। और असह्य ऐसे हैं, जो सिवाय एक लगीटी बा इ सी पोती के और कुछ नहीं पहिनते, नह घड़ह रहते हैं। म मामों में तो इन दिनों वस्त्र हिन रहना कोई पाठ ही मही सभ्यता के विचार को छोड़ कर हम वैसाक मतानुसार कर कि इन दिनों ऐसे मनुष्यों का शरीर रोगों से सुरक्षित रहता। और गर्ह घटा उन के गिर, छाती, उदर पीछादि पकता रहता है ॥

हमारा तो यह धजुषा है, कि जितने वस्त्र महीन हो र ही शरीर गरम रहता है। किन्तु एक बार पण्मान वस्त्र की

से प्रस्वेद आकर शरीर शीतल रहता है। अतएव ग्रीष्म ऋतु में भी निस्सन्देह इतने वस्त्र पहिनो की तुम्हारी मर्यादा और सभ्यता बनी रहे, और मिट्टी धूल से भी सुरक्षित रहो ॥

श्वेत वस्त्र सब से उत्तम हैं। पीत रंग जो हमारे मध्यधारी पहनते थे अत्युत्तम है। और काले रंग को छोड़ कर और रंग भी धुरे नहीं हैं। श्वेत वस्त्रों को स्त्रिया अथगुण समझती हैं। शौक प्रस्त और विधवाए श्वेत तो पहिनती हैं, परन्तु मिट्टी से रगी हुई। कितनी धुरी प्रथा है। एक मर गया और अब तुम बीमार हो आओ। यह स्यापा बहुत से रोगों के फैलाने का कारण है। ग्रीष्म ऋतु में पियाषी, कपासी, कपूरी, वैगती, आषी, यादामी, मोषिया, हरिष, खशखाशी, मलागीरी, आदि रंग अच्छे हैं। पुरुषों को तो किञ्चित् साधारण रंग उत्तम हैं ॥

## वाचक वृन्द !

मैली चादर की रीति मूर्ख स्त्रियों के मस्तिष्क से दूर करने की चेष्टा करो। तग वस्त्र प्रत्येक ऋतु में धुरे हैं ॥

किन्तु ग्रीष्म ऋतु में जब स्वेद आता है, तो निवान्त कष्ट प्रतीत होता है। वस्त्र ढीला ढाका परन्तु फैलनेबल चाहिए। वायु परावर लगती रहे। और किसी स्थान पर, विक्षेपः छाती, पीवा, उदर पर दबाव न पड़े ॥

स्वेद के कारण से इस ऋतु में वस्त्र शीघ्र खराब होते हैं, स्वेद की दुर्गन्ध आनी आरम्भ होती है। इसलिये और ऋतुओं की अपेक्षा ग्रीष्म ऋतु में बहुत शीघ्र वस्त्र बदलने चाहिए।

स्वेद की गन्ध हानि कारक होती है ॥

गरमी को कम करने के वास्ते जो लोग गीले वस्त्र पहिन  
हैं वह बहुत बुरा करते हैं ॥

दीन लोग जो अधिक वस्त्र नहीं रख सकते उन को चाहि  
कि दो जोड़े रखें, प्रातःकाल स्नान समय एक को धो क  
सूखने डालवें और एक पहिन लें । दूसरे दिन इसको धो डाल  
और पहिना पहिन लिया । इस से बोधी का स्वर्ष न होगा  
और वस्त्र श्वेत और सुधरे रहेंगे । स्वच्छता में भी बहुत भ्रम ।  
समय स्वर्ष न होगा । यह उन अमीरों से अच्छा रहेगा, जे  
यद्यपि मूल्यवान वस्त्र रखते हैं, परन्तु रोज नहीं बदलते, कठिनत  
से चौथे दिन बदलते हैं ॥

## आहार ॥

आहार के विषय में पीछे बहुत कुछ वर्णन हो चुका है ।  
मीमा ऋतु में गरमी होती है । इस वास्ते शाक भाजी अधिक  
खावें । मांस भण्डे भादि जा खाते हैं, वह न खावें, जयदा  
जितना कम खावें अच्छा है । अम्ल पदार्थों की ओर रुचि अधिक  
होती है, जो कि उत्तम है । किन्तु दुर्बल और सुकुमार प्रकृति  
वालों को पद्यों की पीड़ा के भय से खट्टे पदार्थ भी कम में कम  
करने चाहिये । घामी कस्ती तथा पिगड़े हुए पदार्थ खाने से  
अर्जाण, अतिसार, मरोक, मूर्छा का भय है । आज कुछ प्रत्येक  
आहार शीघ्र पुष्ट जाता है ॥

अग्नाहार मीमा ऋतु में नहीं खाना चाहिये । और

स्रु वस्तुओं की अपेक्षा स्निग्ध वस्तुएँ अधिक लाभदायक होती हैं ॥

शीघ्र ऋतु में अठराग्नि मन्द होती है, इस लिए सोच समझकर और धुधा रख कर खावें। शीघ्र ऋतु में भोजन के समय दो के स्थान में तीन किए जा सकते हैं ॥

युनानी हकीमों के कथनानुसार इस ऋतु में गेहूँ की जमीरी रोटी, अगूर, खट्टे अनार, इमली, वा नेंबू के शर्बत में भेगों कर भात, सेव, अन्नानास, आम्र का सुरब्बा, कद्दू, ककड़ी की भाजी, पाळक, कुछफा का साग, शीतल स्निग्ध आहार हैं। मषार चाशनीदार, इमली का पन्ना, इमली की चटनी, चावलों का मांस, दही की घनी हुई पनीर, अन्ना, इमली, चावलों की पीछ (हीरी), आम्र का रस, सिखरन, फाल्गुवद, फिरनी, आदि तदार्थ विशेष रूप से इन दिनों में बनकर खाने चाहिए। प्रत्येक तदार्थ बनाने की विधि लिखें तो लेख बहुत बढ़ जावे। आवश्यक विधियाँ पीछे अंकित की गई हैं, और बहुत से पाठकगण जानते ही होंगे। घर में कह दिया करें, रखोइये भी प्रायः जानते हैं।

इस ऋतु में साधारणतः आड़ू, आम, अखीर, धैरान, प्याज, कद्दू, पेठा, ककड़ी, टिण्डे, फिरनी, गोला, गोंधी, छहसूडा, आदि होते हैं ॥

जय प्रकृति ने इनको इस ऋतु में उत्पन्न किया है, तो यह निस्सन्देह हमारा आहार है। पाजों के गरम होने का कारण

यह है, कि इन दिनों शरीर के भीतर पित का वेग हाता अस्तु, यदि प्रकृति प्रत्येक वस्तु शीतल उत्पन्न करती, तो मनुष्य स्वस्थ न रहता, और वातज रोग अखण्ड होते ॥

## यात्रा का वर्णन ॥

यात्रा का समय चाहे घोड़ा, वा गाड़ी, वा पैदल हो, यही अच्छी समझी जाता है। प्रातः काल बठ कर उठना इतक बल, फिर विश्राम करके ठण्डा होना पर बल, यदि गरमी हो, और लू चलने लगे तो बुपटा इस प्रकार पापे, शिर, पीवा, और कानों पर उस के टुकड़े से पेष मा ऊं क्योंकि इन अंगों को लू से बचाना आवश्यक है। चलते इ यदि कृपादि मिल जावे और कृपा लगी हो, तो ठहर कर, ठहर कर, स्वेद सुखा कर पानी पीवें, अन्यथा बड़ी हानि होती ॥

अनेक प्रकार के जलों को आमाशय में मिलाना भी हानिकारक है। इस वास्ते ऐसा करने से बचे रहो, ऐसा न करे पहिले नहर मिल गई उसका पानी पी लिया, फिर बापसी मिल गई उस का भी पी लिया, यह सब हानिकारक है। एक प्रकार का जल पीकर न्यून से न्यून २-३ घण्टे का अन्तर देकर पीन पादिए। यह भी हो सकता है, कि मार्ग में एक जलपात्र साथ रक्खा जावे और उसी से जलपान किया जावे ॥

और अपने साथ पसा भोजन रखने जो बासी होकर खराब न हो, और यदि मार्ग में ताजा भिष्टा पसा आये, तो अच्छा है। घोड़ा और इत्या आहार पसा दूध, चावल, इत्या

रोटी, विस्कृत हितकर है। मार्ग में बहुत तृषा कारी वस्तुएं यथा छिड़ी का मांस, चने की रोटी, अधिक लवणक, अधिक मिष्ठान्न। सावें। प्रातः समय किञ्चित् जलपान (लघु आहार) करके उन्हें तो उत्तम है। भोजन के पश्चात् विभ्राम करके चलना चाहिए, भोजन करते ही चलना बुरा है ॥

यदि लू लगे तो पद पाने में घोछ कर या इमली का अर्घ्य पीवें। और चित्त मतलावे तो इलायचीदाना चवावें। तामी का वेग शर्वत् इमली से दूर करें, और अन्य ऐसी वस्तुओं को अपने पास रखें। जो रोग तुम को प्रायः होता है उनकी औषधि मत भूलो ॥

रेल की यात्रा यद्यपि अधिक दुःखदाई नहीं है, तथापि गर्म ऋतु में रात्रि की यात्रा उत्तम है। और दिन में उस ओर वेंठें अघर सूर्य की किरण न आती हो। और दूसरी ओर धन्द करदें। यदि लू चलने लगे, तो वस्त्र गीला करके भीतर लटकावें, खिचकिया चाहे धन्द भी हो परन्तु सिलामिळी चुली रहें। रेल से बाहर नङ्गे पांव, और नङ्ग शिर धूप में न उतरें। और चाचित् शिक्षाप वी गई हैं उनका पालन करें ॥

## स्थान वर्णन ॥

- थोड़ा सा स्पष्टिले वर्णन किया गया है, कि कैसे हवादार बगला में रहना चाहिए। यहां केवल इतना बतलाना है कि रूढ़ को अन्य ऋतुओं की अपेक्षा इस ऋतु में अधिक स्वच्छ रखने की इस वास्ते आवश्यकता है, कि इन दिनों सूर्य की



गरमी से दूधे हुए परमाणु वायु में भा मिलते हैं ॥

घाज मनुष्य जो बगला बनाते हैं, तो उसके इर्दगिर ईश और बेलें उबनी लगाते हैं, कि सम्पूर्ण बगला उनसे पिर । मरु है, और वायु के गमनागमन का मार्ग यन्द् हो जाता है, और वह लोग शक्ति होते हैं, कि उनके घर का कोई न कोई मनुष्य रोग मस्त रहता है, जब कि वह कोठी में और नगर से घाज अफ्ठे भाग में रहते हैं । उनको पता नहीं कि उनकी बुद्धि पर परबह है । यह खुली वायु में तो रहते हैं परन्तु खुली वायु का अपने भीतर प्रविष्ट नहीं होने देते । बेल बूटे छोटे २ पृष्ठ और बेलें आवश्यक हैं, परन्तु किञ्चित् बुद्धिमत्ता से लगवानी चाहिए । सम्पूर्ण मकान को दैनिक विशेष रूप से साफ करने की माग होनी चाहिए । कर्श प्रका हो तो घोया जाना चाहिए । भग्ना साद देकर सब वस्तुएँ साद देनी चाहिए । घनवान परों में जो बहुत सी सामग्री सजावट की पड़ी होती है, उसके इतलतः बहुत सी मही गई होती है, और महानां उसे कोई हाथ नहीं लगाता । माछिक को चाहिए कि कमी २ अपने सन्मुख मीधरों से उन सब वस्तुओं को साफ कराया करें, इन दिनों आंधियां बहुत पछी हैं, और पर के भीतर फूटा किर्कट निव नवा में नया संभद हो जाता है । मफरई प्रिय गृहपाति फिर भी सदैव अपने गृह को स्वच्छ रख सकता है ॥

पर के भीतर की मोरियां, और बाहर की सब नाटियां, सब को स्वच्छ रखवाने का प्रयत्न करना चाहिए । पर के भीतर

कि कोई बहबूझा या हीरा हो तो उसका पानी वैदिक नया  
 ना चाहिए, और पहिले दिन का निकाल कर धोना चाहिए,  
 नया पानी फँस के वारते कोई गढ़ा हो तो उसको एक बार  
 हुत मा पानी ढाल कर धो ढालना चाहिए, और घर के  
 नाने ढालों का ध्यान रखना चाहिए, कि द्वार व खिड़कियाँ धारों  
 पर रखना उत्तम है, ताकि जिस ओर की वायु हो उस ओर की  
 खिड़कियाँ खोल दी जायें। एक कमरे में दोनों ओर द्वार रखने  
 से, तो आमने सामने नहीं होने चाहिए, प्रत्युत हट कर होने  
 चाहिए। इसका यह लाभ है कि एक ही वायु जो प्रविष्ट होगी  
 इस समस्त कमरे में फिर कर बाहर जावेगी। दूसरे ओर की  
 वायु बहती हो, तो कमरे में वह वेग मालूम न होगा।

एही के दिनों में प्रातः समय जो वायु चलती है, वह विषम  
 प रखती है, और कई सौभाग्यवान् सूर्योदय से पहिले सेर  
 रके वापिस भी आजाते हैं। प्रातः उठकर सर्व दरवाजे मकान  
 खोल देने चाहिए, ताकि धारों ओर से शीतल वायु प्रविष्ट हो  
 के, और दो तीन घण्टे के पश्चात् जब सूर्य गरमी देने लगे  
 सब दरवाजे बन्द करके केवल एक ही दरवाजे खोलने के लिये  
 ठे रखें, अन्यथा घर के भीतर बहुत गरमी हो जावेगी। हा  
 कान की छत के समीप शरोखे हो, तो उनको सुखा रखना  
 चाहिए, और सम्भव हो तो एक बार रात्रि को भी सब मकान  
 खोल देना चाहिए ॥

प्रीतिप्रसू में। अब बड़े २ काव्यांठयो और बनी लोगों के

मकानों में खस की टट्टिया उग जाती हैं, और उनका माप ही  
 कातिपय एक प्रकार का पखा भी लगवाते हैं, इस से कमरे में  
 वायु प्रवाहित रहता है, और खस की टट्टियों पर पानी डाल  
 जाता है, उस ओर से जो वायु प्रविष्ट होती है, वह शीतल व  
 सुगन्धित होकर कमरे के भीतर जाती है वरुदा उसके मात  
 भेजने में सहायता करता है ॥

यदि ऐसा पद्म न हो, तो खस की टट्टी उस ओर लगाए  
 जिधर से कि बहुत वायु आती हो, और वह भी स्मरण रहे, कि  
 कमरा हम दशा में बहुत ठण्डा होता है, सहसा उस से निकल  
 कर घाम में फिरने, या घाम से सहसा उसके भीतर जान स  
 हानि पहुँचती है। पहिली दशा में ताव लगाने, और दूसरी दशा  
 में प्रविश्याय आदि होने का भय है। पाजे लोग इन दिनों  
 तहखानों में रहते हैं, जय तहखानों में जाने के दिन आते, तो  
 पहिले वहाँ रूप आनि जला कर और सुगन्धित, वस्तुएँ पृथारि  
 आनि पर डाल कर वहाँ की दूषित वायु को निकाल कर बाहर  
 की शुद्ध वायु प्रविष्ट करना चाहिये, और फिर भी सुगन्धित  
 वस्तुएँ गलानी चाहिये। और स्वच्छता का अत्यन्त ध्यान रखना  
 चाहिये। क्योंकि तहखानों में इस प्रकार की विषैली वायु गुरान्त  
 बल्यम हो जाती है, जैसी प्रायः गहरे छप्पे कूपों में होती है।  
 और उस में बसने तक प्रसुप्त मर जात है ॥

**परन्तु उत्तम यही है ॥**

कि तहखाने के निवास को ही परित्याग करें। हमारे परीक्षे

मकान में सहखाना या परन्तु हम कभी उस में नहीं बैठे ॥

मायम प्रातः छिदकाव करना उत्तम है । साय को भूमि भण्ड होता है, भूतएव छिदकाव होने के साथ ही वहाँ जाकर न बठना चाहिए, तप्त वाष्प निकला करती है, जस भूमि शीतल हो जाये तथ आकर बैठें ॥

शहरों में पखाना का प्रबन्ध बहुत खराब होता है, एक ओर भोजन बन रहा है, दूसरी ओर सभीप पखाना है, यह बहुत निकृष्ट है । पखाना समय से ऊपर की छत पर ठीक है ॥

निवास सम्बन्धी जो और आवश्यक शिक्षाएँ प्रत्येक समय और प्रत्येक स्थान के लिए हैं, उनका भी ध्यान रखें । इस सगह वह सब नहीं लिखी जा सकती ॥

## ग्रीष्म ऋतु सम्बन्धी सधारण रोगों का संक्षिप्त वर्णन ॥

जैसा कि ऊपर बणन हो चुका इस ऋतु में वात सप्रद होती है जिसका कारण यह है, कि सूर्य की गर्मी से प्रवेष्ण शुष्क होना आरम्भ होता है, और कसता के साथ वस का हाना आवश्यक है । सूर्य की गर्मी हमको न केवल बाहर से सत ही है वरन हमारे भीतर की स्निग्धता का शुष्क करती है । शीत प्रकृति वातों को या जिनके भीतर श्लेष्म बहुत है आर कफज रोगियों को तो कोई हानि नहीं हानी, प्रत्युत यह ऋतु उनको बहुत अनुकूल बैठती है । गर्मी की अधिकता से श्वेत बहुत आता है, शरीर में आस्य और प्रमाद रहता है । नाड़ी

अधि २ चली है। लू और गरमी का अधिकता से पित्त प्रकृति  
 वाले प्रादि २ करते हैं, पद्मा सदा जाग रहा है, परन्तु पिता भी चैर  
 नहीं आता, किसी काम को जी नहीं चाहता। पित्त प्रकृति वाले  
 को शिर, शूल, क्वरादि रोग हो जाते हैं, ये तो प्रत्येक प्रकृति के  
 रोग होते हैं, परन्तु हमारा पतञ्जल, यद्वा केवल उन रोगों  
 के वर्णन करने का है, जो अधिकतर इसी प्रकृति में और बुरे  
 होते हैं ॥

## पित्ती ॥

गरमी के दिनों में शरीर पर महीन गुलाबी रंग के छोटे २  
 दाने से निकलते हैं, जिन में अस्यन्त सुजली होती है। यदा क्व  
 कि याजे समय मनुष्य व्याकुल हो जाता है, और जो दैनिक  
 लोगों सम्पूर्ण स्नान नहीं करते उनके पित्त अधिक निकलती है ॥

पित्ती के कारण से जब श्याम श्वेतिक हो रही हो तो कम  
 पर "अमृतधारा" की मालिश करने से सुख्य आराम  
 आजाता है, और पित्त मिट जाती है, परन्तु श्याम फिर भी हो  
 सकती है, पर्यन्त के छगाने में आराम आजाता है। जब  
 सम्पूर्ण शरीर में हो, तो निम्न के तेल १० तोला में १ गेस  
 "अमृतधारा" मिला कर दैनिक मालिश करनी चाहिये।  
 गांधनी अर्थात् सुखतानी मिट्टी पानी में पीस कर रातभर शरीर  
 पर मल कर एक घण्टे तक रखने, फिर स्नान करके धरत पदिन  
 से, तो पाप छै। दिन में आराम आजाता है। गरमियों के वाले  
 यह सुख्य औषधि है। कतिपय लोग गर्म रूट पीस कर पानी

मिला कर मरीर पर मलते हैं, यह चुभती भी है। यदि  
 हो सक तो पित्त का दूर करने के वास्ते यह भी उच्य  
 पाधि है ॥

निम्ब के साधुन इस मसलब के लिए बाजारों में बिकते है,  
 दे उन में निम्ब का खादिस वैठ खाला गया हो, तो यह भी  
 छे है ॥

## निम्ब इस कार्य के लिए

बहुत बढ़िया वस्तु है। निम्ब के पीमों का वैठ कोलू घाय  
 कलवाया जा सकता है। यदि बहुत ही अधिक पिथी हो, तो  
 न्य के पत्र घोट फे दो चार दिन पी भी छे, निम्ब पान करने  
 दिनों में घुब का सेवन अधिक करना चाहिए, क्योंकि यह  
 क होता है, रक्त पित्तादि रोग जिन लोगों को प्रायः हो जाते  
 , यह शर्वत, उम्रावे या रक्त शोधक बर्क सेवन करें ॥

साप्रीन वैठ १० तोला, कर्पूर १ तोला, मिलाकर रक्से  
 की मालिश शरीर पर करनेसे खामर पिथी, धूर होती है,  
 र घाने भी कम होते हैं ॥

बापे मनुष्य कारबालिक सोप धरते हैं, जो खुजली को  
 मिदोयक है, परन्तु दानों को गुण नहीं करता है। और इस  
 प बर्क नहीं जाती है ॥

यदि इन जुलाषों से आराम न आवे तो एक विरेचन लेकर  
 है रक्त शोधक बर्क पीवे ॥

## चर्मदाह

इस रोग में भी गेरुवे रंग के घण्टे मुखमण्डल  
 वायु पर पड़ते हैं। उन में गरमी मालूम होती है। और  
 आप जैसे ही बारीक र पास निकल कर आराम हा  
 मलाई या मोम रोगन की मालिश करन से लाभ होता है  
 दूर होती है ॥

गरमी से एक प्रकार के दाने भी निकलते हैं, इस  
 का स्वर भी होता है। और शरीर ऊष्ण व छात्र हा  
 लाल दानों के गुण्ठे निकल आते हैं, उनमें अत्यन्त ता  
 पता होती है। फसल दूर करें, यादाम रोगन लगाया  
 रबी, नीलायोंया आपी छटांक पानी में भिना कर दानों  
 पर लगावे, यद्यपि पुत्रेगी परन्तु आराम आयावेगा ॥

## दाहयुक्त कुन्तियां ॥

जिन को समेया में एगसीभा करते हैं, इस प्रसु में  
 होती है, पाँदछे साँठ और समझीकी होती है जो कि  
 पश्चात् रंग गदला हो जाता है, फेड़ कर पक्षर निष्ठ  
 दाह आदि लगती है, कभी उबर हो जाता है। पाँद  
 के पश्चात् दाने दूट कर उन में, पानी निकल आता है  
 लोगों को इस प्रसु में ऐसा हो जाने का भय हो बने  
 ही से पाप, काफी, और अधिक गरम वस्तुओं और गर  
 से बचे रहना चाहिए। और रक्तोपद्रव में पाँदियां कभी  
 विचरापदा, निम्बरप्र, का सेवन करना चाहिए। होती

करना चाहिए। घूने का पानी और मीठा वैद्य, मिला कर  
 चाहिए ॥

दि एक हलका जुलाब मगनेशिया, या सकुनिया का  
 हो वें और मकरा मुरदारसग, चन्दन, कर्पूर, गुलाब में  
 र लगावें, तो उत्तम है। और मरहम कर्पूरी उत्तम है।  
 इ ओकसाइड कैलोमल प्रत्येक २ ड्राम, कर्पूर २० ग्रैन,  
 ने थोड़ा सा मिपरिट में खरक करके अन्य औषधियों के  
 गा कर एवं स्थान पर छिड़का करें ॥

लेमछ, सिद्ध अकसाइड, व गिठीसिरीन श्री मछा  
 ॥

## नकसीर

इस से छोगों के प्रीष्म ऋतु में नासिका से सटसा करे  
 बिर आता है। वाफों का तो स्वभाव ही जाता है। मैंने  
 गी को देखा, कि उसके बहुत अधिक रुधिर आता है।  
 वह कोई औषधि न करता था, मैंने उस से कहा इस प्रकार  
 जावोगे, उस ने उत्तर दिया थोड़े दिन और वाफों हैं।  
 स के पश्चात् फिर किसी प्रकार की हानि नहीं होती।  
 प्रीष्म ऋतु में मुझे ऐसा होजाता है। अथ मैं इसकी  
 नहीं करता हू ॥

अ नकसीर फूटे तो शिर को नीचा न करना चाहिए।  
 छे को फैकना चाहिए, परन्तु ध्यान रहे कि रुधिर कण्ठ  
 जाने पावे। अथवा दोनों हाथ ऊपर सीधे करके सदे रहना  
 । इस से रुधिर बहुत कम गिरेगा। शिर को नीचा करने



से अधिक बढ़ता है। यदि रुधिर तटस्थ बन्द न हो, और पोड़ा २ घलाघटे, तो फिटफरी १ रत्ती को पानी में घोल कर फिर उस पानी में पीठ हई की छाल ४ रत्ती घिस कर नाक में डालें या नाक में पिचकारी करें, इस औषधि को मने भद्र वजुर्ष में अकसीर पाया है। फिटफरी और हई छाल का घिस कर यदि वैनिफ नाक में डाला जाये, तो नासार्श रोग सदा के लिए जाता रहता है ॥

फिटफरी, गोपी चन्दन, और अनार की छाल पीस कर इस की मिमवार लेना रुक को बन्द करता है। और नासार्श का गुणकारी है। फिटफरी के पानी में, वस्त्र अथवा रुई का पाव भिगो कर रखना भी हितकर है। उदर के आटे का गूँघ कर पालू पर छेप कर देने से भी रुक बन्द हो जाता है ॥

छाने के लिए यह योग हितकर है, गुण्ड पानकी ६ माशा, श्वेतचन्दन ६ माशा, मुण्डी ६ माशा, नारङ्गी का छिलका ३ पाशा, दरडा करके रात्रि को पानी में भिगोवे, और पात ६ छान कर शर्बत अनार भिजा कर पी लें, और जिन का प्राण अकसीर भावी है, वह दो बार सप्ताह इसका सेवन करें, और अपर्युक्त औषधियों में से किसी एक को नाक में डालें ॥

निम्न लिखित अनेकी योग भी हितकर लिखा है।—

पतंगीटक	ससप्यूरिक	एलिट	३	२	३
सीरप	आरनसनाई			२	१
टिकपर	विष्टोना	किरीया		६	६
इम्पुचन	मिष्टोवा	भिष्टीया		६	६

सब औषधियों को मिलावें मात्रा १ औन्स, दिन में दो बार दिया करें। नकसीर बहने लगे तो उस का बन्द करने के एक डाक्टर की पुस्तक में यह यत्न लिखे हैं -

रोगी के गलुबन्द, और गरेधान को ढीला करके उसे कुरसी या चारपाई, या धार का तक्रिया कराकर इस प्रकार बिठावें, कि शिर थोड़ा पीछे की ओर झुका रहे, और दोनों हाथ शिर के ऊपर रखें हों, फिर किञ्चित् धार लम्बे २ खास खींचें, ऐसा करने से प्रायः नकसीर बन्द हो जाती है। यदि इस पर भी रक्तस्राव न रुके, तो रोगी के शिर और प्रथा पर शीतल जल की धार डाली जावे, और नाक के नथनों को थोड़ी देर तक हाथ से बन्द रखें, थोड़ा सा वस्त्र भिगो कर रोगी की नाक में दें, या टिक्चर स्टील में रुई का काया भिगो करके रोगी की नाक में ठोस दें, या थोड़ी सी टैनिक एसिड की नस्य लेवें, या एलमलूशन (१० ग्रेन की औन्स) की नाक में बिचकारी करें, या टिक्चर स्टील ३० घून्ड, इन्फ्यूजन क्वार्शिया १ औन्स मिला कर तुरन्त पिठावें, या चूर्ण अर्गट १० ग्रेन पानी के संग पिठावें, यदि किसी प्रकार से भी रक्त बन्द न हो, तो नाक के पीछे छिद्रों में पटक करना पड़ता है, जिस को एक सुयोग्य डाक्टर ही कर सकता है ॥

## लू लगना ॥

ग्रीष्म ऋतु में प्रायः समाचार पत्रों आदि में पढ़ते होंगे, कि गरमी के प्रकोप से अमुक जगह इतने मनुष्य मरे। क्योंकि भाषों पर जब सूर्य की प्रखर रश्मियां पड़ती हैं तो वेदना, वेग,

गरुता रुसता, चर्मरुह मूर्च्छा, भ्रम, घमन आदि आरम्भ हो कर रोगी मर जाता है। जहां बहुत छूए चळ्ठी हैं, वहां प्रायः प्रेमा होता है, कि वत्ताप से झुलस कर उन का चर्म शरीर से पृथक् हो जाता है। एक जगह से पकड़ कर उठाओ तो वस्त्र की तरह शरीर से ऊपर को उठाता चला आवेगा। यह दशा मने स्वयम हो नहीं देखी केवल सुनी है। जब घाम बहुत सवेज हो जाता है, तो उस में गमन करने वाले मनुष्य के नेत्र छाल छोटे, प्रभाव युक्त हो जाते हैं, हाथ पाव में ऐंठन, दाह, रुस, शरीर हो कर मनुष्य मर जाता है। बाज समय मूर्च्छा और दशा की चळ्ठी हो कर ५ घण्टे में मनुष्य मर जाता है ॥

यदि छू ने सर्वथा दृग् न कर दिया हो, तो पानी पर शिर पर रखने, विरेचन देन, शीतल जल की धार शिर पर छोड़ने, सिरफा, शुक्राघ, रोगन कद, शिर पर रखने से भी लाभ होता है, परन्तु जब छू का अधिक प्रभाव हो जाय, और नाड़ी निर्बल और मूर्च्छा हो, तो शीतल जल और शीतल औषधियां शिर पर रखें। और खाने को कुछ पौष्टिक और उत्तम औषधियां दें, ताकि बल स्थिर रहे, खोयेदार वेदा पानी में घोष कर पिछाने रहें। इसली का पन्ना भी हितकर है, श्वेत सुरमा की भस्म इसली के साथ गुणकारी है, शीतल औषधियां जैसी उचित हों दें। और शीतल स्याम में रोगी को रखें। शीतल सुगन्धियां पिया करें, धूप से बचाए रखें ॥

त्वचा के पृथक् हो जाने के विषय में कोई विशेष औषधि नहीं छिन्न सफवा, मरहमादि लगाने से कदाचित् लाभ हो ॥

## ग्रीष्म ऋतु का तप ॥

यह स्वर प्रायः २४ से २६ घण्टे तक रहता है, और कभी ४-५ दिन या सप्ताह तक भी रहता है, इस से साहसा आलस्य, अगों का दूटना, शिरःशूल अम और अग्नि मन्द होती है। फिर यादी सी सरदी हो कर तप हो जाता है। जिह्वा शुष्क और शिथिल हो जाती है। नाड़ी की गति वेगवान हो जाती है, चेहरा लाल, कभी मतली और कभी घमन भी हो जाती है, कोष्ठबद्धता रहती है, सूत्र स्राव कम होता है, सायम जो स्वर अधिक और प्रात कम होता है। प्रत्याप बहुत होता है। दो चार दिन के पश्चात् स्वर बिन्दु देकर उत्तर आता है। देशीय स्त्रियां कहा करती हैं, कि स्वर पासाना कर गया है। अर्थात् चेहरा और ओष्ठों पर कुनिमया होकर स्वर उत्तर आता है, कभी अत्यन्त गवेद आकर, या नाक मुख से रक्त आकर, या आठिसार और घमन होकर और स्त्रियों की भयस्था में रुधिर प्रवाहित होकर स्वर उत्तर आता है, और प्रायः फिर नहीं होता। निर्घृष्टता घोंघे दिनों में दूर हो जाती है। औपधि इस की यह है, कि पहिले २ उपन कराया जावे, और पानी खाछिछ यहा तक उयालें, कि ठंडा भाग रह जावे, फिर उत्तर कर शीतल होने दें, पर प्रात का उयाला हुआ दिन भर और रात्रि का उयाला हुआ रात्रि भर होने दें, फिर दूसरे तीसरे दिन तक यदि पहिले घमन और पश्चात् विरेचन कराया जावे तो शुद्धि होकर आराम हो जाता है। घमन के वास्ते रुष्ण सब, सिक्खरीन और नमक मच्छा

है। अर्क की जड़ का एक या दो माघा चूर्ण भी करता जाता है। सलफेट आफ जिप्सम भी करता जाता है। घमन आने के पश्चात् काले दाने का जुलाब दें ॥

गरमी से एक प्रकार के दाने भी निकलते हैं, इस से इलका सा स्वर भी होता है। और शरीर ऊष्ण व लाल होकर छोटे र लाल दानों के गुच्छे निकल आते हैं, इन में अत्यन्त गरमी और खाज होती है। कब्ज दूर करें, चादाम रोगन लगाया करें। ५ रश्मी निलायोथा आधी छटाक पानी में मिला कर दानों के गुच्छों पर लगावें, यद्यपि चुभेगी परन्तु आराम आजावेगा ॥

## दाहयुक्त फुन्सियां ॥

जिनको अङ्गरेजी में ऐगजीमा कहते हैं, इस अस्तु में निकल आती हैं, पहिले साफ और चमकीली होती हैं, दो तीन दिन के पश्चात् रंग गदला हो जाता है, फिर फैलकर परस्पर मिल्क आती हैं। दाह और खाज होती है, कभी स्वर हो जाता है। पांच दिन के पश्चात् दाने टूट कर उनमें पानी निकल आता है। जिन लोगों को इस अस्तु में ऐसा हो जाने का मय हो, इनका पहिले ही से पाय, काफी और अधिक गरम वस्तुओं, और गरम मसालों से बचे रहना चाहिए। और रक्त शोधक औषधियां तथा धिरायता, पित्तपापका, निम्ब पत्र, का सेवन करना चाहिए। रोगी को दैनिक स्नान करना चाहिए। घूने का पानी और मीठ तैल मिला कर लगाना चाहिए ॥

यदि एक इलका जुलाब मगनेशिया, या सफमूनिया का

ले ही वें और सफेदा सुरदारसग, चन्दन, कर्पूर, गुलाब में  
 कर लगावे, तो उत्तम है, और मरहम कर्पूरी भी उत्तम है ।  
 जिह्व औकमाईस, कैलामल प्रत्येक २ डराम, कर्पूर २० मन,  
 को थोड़ा सा सिपरिट में सरल करके अन्य औषधियों के  
 मिला कर दर्द स्थान पर छिड़का करें ॥

कैलामल, जिह्व अकसाइस, व गिळीसिरान भी लगा  
 हैं ॥

## विषूचिका ॥

ग्रीष्म ऋतु में होने वाले रोगों में से है । यहां किञ्चित्  
 र से इसका वर्णन करते हैं ॥

विषूचिका को अङ्गरेजी में काळरा (Cholera) और  
 में हैजा कहते हैं । इसे दो प्रकार का वर्णन किया जा  
 है, एक विषैला दूसरा साधारण ॥

महामरी विषूचिका तो विशेष २ अवसरों में, या वायु  
 १५ परिवर्तन होने से उत्पन्न होता है । और साधारण  
 तय हो सकता है । क्योंकि विषूचिका अजीर्ण सम्बन्धी  
 से है । अजीर्ण और घात से घमन, घिरेचन, उदरशूल  
 आ है । संस्कृत में सूची सूई को कहते हैं, और घात से  
 सूई की सी चुभन हुआ करती है, और विषूचिका घात  
 है, अर्थात् अजीर्ण में अथवा घात होता है, तो विषूचिका  
 है । जो मिठाहारी होते हैं, उनको यह कदापि नहीं  
 । पेट खोप बहुत खाते हैं, और जो पाते हैं मुख में ठाठ

केते हैं, उनको प्रायः होता है। खीरा, ककड़ी के दिनों में बुरा खाने वाले जो पठिले ही नाकों नाक भरे होते हैं, उस पर इ बातज पदार्थों को खाते हैं, तो वायु प्रकुचित हो कर विपूचिका हो जाता है ॥

वमन, विरेचन, एषा, शूल, मूर्च्छा, पिण्डाडियों और ब्रह्मर्षों में शूल, मम्माई, जलन, रग का पदलना, कम्प, हृदशूल, शिरः शूल, यह लक्षण प्रायः विपूचिका में हुआ करते हैं ॥

अलसक, दण्डालसक, और विलम्बिका, तीन प्रकार का और विपूचिका होता है :—

**अलसकः**—जब दोष ऊपर नीचे न जावे, और आमाश्व में आम का भाग पच न सके, तब लस्सी के समान एक रस उत्पन्न होता है, उस से उदर और पार्श्वों में अफारा होकर मूर्च्छा हो, शूल हो, वायु रुक कर पार्श्वों और कण्ठ में फिरे, मूत्र, और अधोवायु भी रुक जावे, एषा बहुत लगे, उदगार आवे, इसे अलसक रोग कहते हैं। इसमें विरेचन देना आवश्यक है, ताकि दोष निकल जाय, अथवा वस्त्र की बत्ती बना कर सामुन और रश्मक औषधियों से संयुक्त करके गुदा में रफ्तें, ताकि विरेचन हो आवे, या वमन करावे या लघन करावे ॥

**दण्डालसकः**—इसमें, कफ, अफारा, मूर्च्छा, शूल, उदर की उष्मा, आतिसार, दाह, प्रस्वेद, कफ, गरुवा, वमन शब्द का रुकना, धारम्यार घूकना होता है। बाताकि दोष प्रकुचित होकर वृष्टमंश की दृष्टी पदिा करे, शरीर को काष्ठ की तरह गरुवा

देवे, इमको दण्डालसक कहते हैं । यह बहुत घुरी दगा है । इसमें पहुच कर बचना कठिन होता है ॥

विलम्बिका—जब कि स्वाया हुआ आहार कफ, वात से दूषित होकर ऊपर नीच न जावे, अर्थात् घमन, विरेचन, न होवे तो उसको विलम्बिका कहते हैं, अलसक और विलम्बिका में केवल यह भेद है, अलसक में कठिन शूल होता है, और इसमें नहीं होता है । इसको भी विरेचन आदि कराना है, परन्तु इसको कोई असाम्य और कोई दुःसाम्य कहते हैं ॥

विषूचिका में जब कि वात काले पड़ जावे, और नस, ओष्ठ आदि भा काले होजावे, रोगी किसी को पहिचान न सके, नेत्रों को घस जावे, शब्द धीमा हो जावे, हाथ पाव के जोड़ों में काले पड़ जावे, तो जान लो कि इस रोगी का बचना अत्यन्त कठिन है । सार यह कि विषूचिका एक रोग है, जिस में आम शक्त होता है, और जो पाक न होकर आमाशय में आकर न या अस्तिमार से कष्ट के साथ निकलता है । कभी घमन भी होता, और दस्त बहुत आते हैं, परन्तु जी अवश्य मतलासा होता है ॥

विषूचिका की परीक्षा—गदम मूत्र जैसे दस्त, पिण्डलियों में, जो का मतलाना, शरीर का शीतल पड़ जाना, कमी २ १, भी होता है । दूसरा विषूचिका विवैला है, विशेष २ १ १ से यह रोग उत्पन्न होता है, और समार्गिक होने के कारण जाता है ॥



## विषूचिका की उत्पत्ति के कारण ॥

मल का इकट्ठा होना, मीठ्ठ वस्तु में सफाई का न रहना, नालियों और मोरियों का साफ न रहना, दुर्गन्धि, मुर्द पशुओं का बस्ती के समीप पड़े रहना, बन्द पानी में घृष्टों के पत्त मर्त सड़ कर दुर्गन्धित होना, लोथों का खुले मैदानों में पड़ कर सड़ना गरमी के दिनों में विशेष कर वर्षा के पश्चात् बन्द पशु के दिनों में बहुत से मनुष्यों का एक जगह एकत्र होना, अनेक दिनों में बहुत से मनुष्य एकत्र होते हैं, जो पूरा र सफाई का प्रबन्ध न रहने के कारण सड़ाघ उत्पन्न होजाती है। अथवा वायु शुद्ध नहीं रहती, जैसा कि बड़े र मछों आदि के अवसर पर विषूचिका आरम्भ हो जाती है ॥

विषैली वायु के सेवन से जी हमेशा खराब रहती है, अतः फिर थोड़े से कारण से यथा बन्ध स्थान में बहुत से मनुष्यों का इकट्ठे रहना, किसी घुरी वस्तु का खाना, आदि से भी रोग हो जाता है। जब विषूचिका आरम्भ होती है, तो ससर्गिक होने के कारण दूर तक फैल जाता है, और वह लोग जो मछों पर ध्यान करते हैं, दूर र तक ले जाते हैं। मक्खीया भी रोग के फैलने की हेतु हैं ॥

डाक्टर समल्यू मोर साक्षि लिखते हैं—“मक्खीया ससर्गिक रोग फैलाने का बहुत बड़ा कारण है। यह रोगी के मल मूत्रों पर बैठ कर वहाँ से विष लेजाकर आहार पर बैठ कर उस विष को पीछा करती हैं, और वह विष मनुष्य खाता है। विषूचिका के

दिनों में भङ्गी को पूरी र आशा होनी चाहिए, कि वह कदापि दूसरे घरों का कूड़ा कर्कट आदि टोकरी में डाल कर न ले भाया करे, और अपने घर के पाखान को खूब साफ रखना चाहिये। बाढकों के मल को किसी खुले गमल या कम्बोड में डाल कर उपर रास या मिट्टी डाल देनी चाहिये। पाखाने में भी यदि रास या मिट्टी डाली जावे तो उत्तम है। खाद्य पदार्थों को ढक कर रखना चाहिये। खाते समय मस्त्रियों को पसे से हटाते रहें। बाजार से जा खाद्य पदार्थ लाये जाते हैं उन पर मस्त्रिया बहुत कुछ काम कर चुकती हैं, इस लिये उनको विशेष रूप से शुद्ध करना आवश्यक है ॥

स्मरण रहे कि छूत के लगने से प्रत्येक मनुष्य पर एक ही प्रकार का प्रभाव नहीं पड़ता है। बाध वो ऐसे हैं, कि उन पर प्रभाव होता ही नहीं है, परन्तु सावधानी करना सूप को उचित है। प्रायः बहु मैथुन अभ्यासियों, बहुभक्षकों, मज्जिणों, और आमाशय के रोगियों पर, शोफातुर चिन्वावीन रहने वाले मनुष्यों पर इसका प्रभाव बहुत होता है, सन्देह एक प्रबल कारण है। विपुषिका के दिनों का श्रवान्त है कि एक मनुष्य को दफ्तर में बैठे हुए सन्देह हुआ, कि उसे विपुषिका हुआ है, अस्तु घर जाकर चारपाई पर छेद गया, अद्वैरात्रि को रोग का वेग हो गया, इष्ट मित्रादिकों ने इकट्ठे होकर समझाया कि तुम्हें—विपुषिका नहीं है, परन्तु कौन मानवा था, विषय चिकित्सा आरम्भ की गई, रोग तो उसको कुछ था नहीं, और बस भी उधका-स्वास्थ्य बहुत बन्यो था, परन्तु फिर भी कई मास तक उसकी

प्रकृति न समली, और निर्बल व रोगी सा रहा ॥

कुछ काल की बात है, कि मेरा एक नौकर आया, और कहा कि उसके साथियों में से एक पहाड़ी मनुष्य को देखा हो गया, और वह मर गया है, उसे दाह करने माना है छुट्टी है, उसे छुट्टी दी गई, जिस डेरे में वह रहता था उस में नहीं प्रत्युत दूसरे डेरे में मृत्यु हुई थी। नौकर की भाकति से प्रगट होता था, कि वह मयमीत हो रहा है। बारम्बार यह उच्चारण करता था, “ कि सूतक पुरुष बड़ा युवा था ” ( स्मरण रहे कि विषूचिका बूढ़ों और बालकों की अपेक्षा जवानों को अधिक हानि पहुंचाता है ) अभी थोड़ी ही देर हुई थी कि वह फिर छोट कर आया और कहा कि मुझे दस्त आगया है, और कठिन पीड़ा हो रही है, उसको पसीना आ रहा था, चेहरे का रंग बदल रहा था, मृत्यु का मयानक दृश्य उसके सन्मुख था। मैंने उसको समझाया कि यह विषूचिका नहीं है केवल सुन्धारा भ्रम है, और उसको भौषणिकी, तो भी एक दिन तक उसे दस्त और वमन होते ही रहे ॥

## विषूचिका पर डाक्टरों की सम्मति ॥

डाक्टरों की कमेटी—जो सफाई के विषय पर विचार करने के लिये अस्टारिया की राजधानी वायना में बैठी थी, विषूचिका के विषय में उसकी सम्मति निम्न लिखित थी :—

छूत वाला विषूचिका—मारत वर्ष के आठरिठ और किसी अगई अपने आप उत्पन्न नहीं होता। और देशों में हमेशा बाहर से आता है ॥

रोगी का मूत्र जो बिना सोचे विचारे जहा पाते हैं फेंक देते हैं, यह मोरियों के द्वारा कूपों में प्रभाव करता है, और जो उन कूपों का जल पान करता है बीमार हो जाता है। पाश्चिमात्य डॉक्टरों की यह सम्मति है, कि विपूषिका का विष कुफूस के द्वारा भी पहुंचता है। अर्थात् वायु से भी इसका विष फैलता है ॥

डॉक्टर कनिङ्घम साहिब—का विचार है, कि यह रोग विशेष २ स्थान में ऐसा चिमिट जाता है, कि वहा से हिलना ही नहीं चाहता। इसलिये वह कहते हैं, कि जिस घर में हैजा का केस हो, तो यथा सम्भव उस घर को अन्याय उसके कमरे को न्यून से न्यून दस दिन तक छोड़ देना चाहिए, और शुद्धि करनी चाहिए ॥

विपूषिका प्रसव की सुमथा के बास्ते दिखेर पुरुष हो, और वहा खाने पीने से बचा रहे। फिर कोई भय नहीं है। रोगी के मूत्र को एक बर्तन में लेना चाहिए। प्रायः चिकित्सकों का कथन है, कि विपूषिका प्रसव का मूत्र जो शहर उघर फैला जाता है, वह सूख कर वायु के द्वारा उड़ कर दूर २ तक पहुंचता है, और वही विष मुझ और नासिका द्वारा भीतर जा कर रुधिर को विषैला करता है। बाखे मूर्ख विपूषिका प्रसव के वस्त्र नहरों और कूपों पर घोंते हैं, और अधिकतर विषैला पानी ही विपूषिका का हेतु है। क्योंकि मूत्र पानी में मिल जाते हैं और जो मनुष्य इस से नहावे वा पीवे है, उन पर विष का प्रभाव हो जाता है। महामरी के दिनों में शहर के उस भाग के कूपों का पानी पीना छोड़ दो, जहां कि विपूषिका हो, और

नहर का पानी पीना या उस से स्नान करना परित्याग करो ॥

लाहौर के सिविल सर्जन साहिब ने  
सन् १८७९ में विषूचिका के विषय  
में यह सम्मति दी थी ॥

“ विषूचिका का प्रभाव बमन और अतिसार के मछों में  
हुआ करता है, और वर्षाभादि से बढ़ कर फूँ आदि में प्रकृत है,  
अस्तु विषूचिका के दिनों में खून से बढ़ कर सावधानी यह है,  
कि पानी को छौटा कर पिया जावे, और छौटे हुए पानी के पत्रे  
में यदि १ माशा हीराकसीस डाल दें, तो विष का प्रभाव उक्का  
जाता रहता है । प्रति प्रातः समय एक दो, या जितने हो सकें  
छौटे हुए पानी के बड़े भर कर सुरक्षित रखने चाहिये । कतिपय  
डाक्टरों का मत है, कि विषूचिका होने का कारण वही है, जो  
मैलेरिया का होता है ” ॥

डाक्टरों ने विषूचिका की १२

उपाधियाँ वर्णन की हैं ॥

( १ ) सावलों के मांड या गर्दम मूत्र की मांघि अतिसार  
वा बमन ॥

( २ ) अत्यन्त दृषा, ( ३ ) अत्यन्त व्याकुलता, ( ४ ) मूत्र  
परोध, ( ५ ) हाथ पाँव और अवयवों में ऐडन, ( ६ ) निहाल  
और बल हीन होते जाना, ( ७ ) चेहरे पर सुईनी छा जाना, ( ८ )  
आँखें भीतर घस जाना, ( ९ ) शरीर का हिम के समान हाँव

हो जाता (-१०-) हृदय का सूयता, (११) उदरशूल, (१२) मुख, जिह्वा, नासिका का शुष्क होना, और श्रोत्र, जिह्वा, तथा नासिका का नीला हो जाता ॥

## विषूचिका का विष ॥

जब अधिक प्रविष्ट हो जाव, तो रक्त अमण रुक जाता है, और शरीर नीला होजाता है, और शीतल हो जाता है । नाड़ी की गति मन्द हो जाती है, और एकाध वस्तु से ही रोगी मर जाता है । परन्तु जब थोड़ा विष प्रविष्ट होता है, तो अग्रे मूठे बैठे हुए मनुष्य के पेट में अचानक मरोड़ा, वाः गुदगुदाहट, या घांसि होकर वमन व अतिसार आरम्भ हो जाते हैं । क्यों २ वस्तु आते हैं, क्यों २ निद्राल और बल हीन होता जाता है । और शरीर की उष्णता घटनी आरम्भ होजाती है । तृपा का वेग होता है । नाड़ी की गति मन्द होती जाती है । नेत्र मीठर घस आते हैं, और शरीर शीतल होजाता है । हाथ पावों में ऐंठन होने लगती है । रोगी छट पटाने लगता है कण्ठ रुक जाता है । नस और जिह्वा नीले हो जाते हैं । श्वासवायु शीतल, मूत्र मन्द, हाथ पावों की उगळियाँ खिंकुड़ कर पेसी हो जाती हैं, जैसे 'चिरकाल' तक 'जल' में रहने से होती हैं । 'शरीर' की उष्णता न्यून होजाती है । इसके पश्चात् मूर्च्छा होकर रोगी मर जाता है ॥

जब विषूचिका का विष प्रविष्ट

होता है ॥

तो न्यूनाधिक निम्न लिखित लक्षण प्रगट होते हैं :-

शरीर का बाहर से शीतल होने लगना, परन्तु भौंवर  
 दाह, नाड़ी की गति मन्द होनी, और प्राकृतदशा पर न क  
 नाड़ी से वात कोप प्रगट होना, मूत्र का रंग किञ्चित् रक्त  
 होजाना, पुरीष पिच्छल और श्वेत रंग का होना, वातज  
 पित्तज वमन का आना, घान्ति, और मिथ्याश्रुषा का ह  
 आमस्य के मुख में हृदय की ओर प्रीदा होनी, रक्तकाष्ठ,  
 वेग, शरीर की शिथिलता, निद्रा नाश, मुख के भीतर दन्त  
 में शूल, छाल रंग फुन्धियों का शरीर में निकलना, घेहरे का  
 फीका, साहस हानि, पी का अकारण व्याकुल होना, और वि  
 युक्त विचारों का उत्पन्न होना ॥

## ॥ प्रतिबन्धन ॥

बृटिश गवर्नमेण्ट की आज्ञानुसार डाक्टर सर विडियम  
 के० सी० आई० ई० ने जो पुस्तक "फैमली मैडीसिन" का  
 लिखी है, उसमें लिखा है :—

“ बहुत से स्वास्थ्य रक्षा के विधान एक शब्द 'सफाई'  
 भीतर आजाते हैं । विपूषिका काल और उसके पश्चात् स  
 ( डिसेम्बर ) के नियम ( विशेष कर मोरियों और क  
 के विषय में ) का पूरा ध्यान रखना चाहिए । विपूषिका  
 फैलने पर स्वास्थ्य रक्षा के नियमों का पहिले से अधिक ध  
 रखना चाहिए । और शहर के इतस्ततः कूड़ा, कंकट, दुग्ध  
 होनी चाहिए । परन्तु ध्यान रहे, कि जब कि रोग आरम्भ हो  
 है, तो उस समय गन्दी मोरियों और गदों को कोटना और स

करना, वायु को और भी दुर्गन्धित करेगा, इस वास्ते उनको  
 जैसे ही रहने दें। जहाँ रोग है, वहाँ गन्धक अछाना चाहिए।  
 जिस मुहल्ला या बाजार में विपूषिका का प्रकोप है वहाँ ३-३  
 गज के फासले पर अग्नि बालें, जो ४८ घन्टे तक लगातार बलती  
 रहे, और उस पर गन्धक की सुठी बराबर ढाड़ते रहो। अग्नि  
 सम्पूर्ण स्थानों में एक ही समय में प्रखलित करना चाहिए।  
 ४८ घन्टे के वास्ते २ सेर गन्धक एक स्थान की अग्नि के वास्ते  
 पर्याप्त है। विपूषिका के स्थानों से न पानी, न खाद्य, पदार्थ  
 (यदि सम्भव हो) लाने चाहिये। दूध भी न लाना चाहिये।  
 क्योंकि इसमें वही पानी मिलाया होता है। पानी और दूध बर्तने  
 से पहिले मली भान्ति उबाल देने चाहिए। अपने शरीर की  
 स्वच्छता का भी ध्यान रखना चाहिए। प्रातः समय रात्रि की  
 अपेक्षा अधिक सरदी हो जाती है। स्मरण रहे, कि इस समय  
 सरदी न लगे, इस में भयभीत होना रोग की वृद्धि का बहुत  
 बड़ा कारण है। अतएव इस से बचे रहना चाहिए, मच्छली के  
 खाने में (जो लोग खाते हों) विशेष सावधानी रखनी चाहिए।  
 क्योंकि बाली मच्छलियों पर विष का प्रभाव शीघ्र हो जाता है,  
 और वह विषैली हो जाती है। कपड़े फलों का अधिक खाना, रक्षा  
 पूर्वक न रखी हुई वस्तुओं का बर्तना, बुरी प्रकार पकाई हुई  
 भाजियाँ, दोपहर के समय घूप में रहना, या ठंडी रात्रि को ओस  
 और झहर (धुन्ध) में सोना, बहुत थकावट, और मदिरा आदि  
 मादक द्रव्यों का अधिक सेवन करना, कुपथ्य करना, यह सब



सम्पूर्ण धातु-शरीर पर तुरा प्रभाव डालती है, और मनुष्य शायद रोग ग्रस्त होने को रक्षित करती है। क्योंकि इन से धातु में अणु हो जाते हैं।

विषुविका के दिनों में उत्तम शुद्ध स्वच्छ मठ भेदक एक सैल (कस्ट्रायल) है। जब किसी कसबा में विषुविका हो, तो सुफल वाटने के वास्ते घटिकाएं भेजनी हों, तो निम्न लिखि गोठियां उत्तम हैं, एक गोठी पानी के साथ प्रत्येक दस्त क परफ देनी चाहिए—

- १) हींग २
- २) छाछ मिश्र १
- ३) अफंभि १

यह दो गोठी की मात्रा है। इसी दिसाय से भितनी वा चना लें, विषुविका के दिनों में अठराग्निका पूर्ण ध्यान रखना चाहिए। निम्न लिखित योग पाचन शक्ति को पुष्टि देकर स्वास्थ्य का काम देता है।

**पाचन कारी योग जो विषुविका के दिनों में बहुत ही गुणकारी है।**

(१) घोंठ, काठी मिर्च, छबंग, इत्र, लवण, काछा उषण प्रत्येक ३ बीछा, अमलवेद, यवभार, छोटा सज्जी, काछा जीरा, श्वेत मछोपची, दाना, पीत हरियतकी, छाछ, पत्रस, प्रत्येक एक गोठा, छेकर मूट पीसकर, भार पहर, कागजी नीबू के रस

खरल करके फिर घृत कुमारी के रस में खरल करें, और जङ्गली  
 बेर के समान गोळियाँ बनावें, और भोजन के पश्चात् या प्रातः  
 समय एक गोळी गरम पानी से खावें ॥

(२) सेंधव छवण २ माशा, इरीस की छाल २ माशा,  
 काली मिर्च १ माशा, शुद्ध गन्धक आमलासार १ माशा, वात्र  
 विदग् १ माशा, अजमीद १ माशा, मूलीसार १ माशा, यवधार  
 १ माशा, काला नमक १ माशा, पपिल २ माशा, समुद्र क्षार १  
 माशा, पादाना १ माशा, वर्दी एलायचीदाना २ माशा, श्वेत  
 एलायचीदाना १ माशा, श्वेत जीरा १ माशा, कृष्ण जीरा १  
 माशा, सब औषधियों को कूट पीस कर अद्रक के रस में तीन  
 दिन तक खरल करें, फिर शुष्क होने दें, सत्पश्चात् पीस कर बूर्म  
 बनावें, और भोजन के पश्चात् खावें । विपूषिका में भी इसका  
 सेवन करना लाभदायक है ॥

(३) मदार की जड़ की छाल, कागजी नींबू बीज की  
 मींगी, पलुवा शुद्ध, नारियल दारियाई, पपीता, काली मिर्च, हिंग,  
 मरमकी, पेपरमेण्ट, कशर, समान भाग लेकर अद्रक के रस में  
 काली मिर्च प्रमाण गोळियाँ बनावें । एक २ गोळी कभी २ खा  
 जावें ॥

विपूषिका में यह गोळी बहुत गुणकारी है । और प्रत्येक  
 रस्त माने के पश्चात् एक गोळी खिला देनी चाहिए । यदि प्यास  
 की अधिकता हो तो अर्क पोदीना, या अर्क घड़ार पीने को दें,  
 और गोळी साधारण पानी से भी दी जा सकती है ॥ ।

( ४ ) सांभर नमक २ तोला, काला नमक २ घोठा, सेंधा नमक १५ माशा, पिपलामूळ १५ माशा, श्वेत जीरा १५ माशा, रीपल १५ माशा, काली मिर्च १२ माशा, चव्य १५ माशा, वायविद्ग १५ माशा, अम्लवेत् १५ माशा, अनारदाना १५ माशा, घानिया शुष्क १५ माशा, श्वेत एलायची दाना ६ माशा, सोंठ ६ माशा, तज ६ माशा, सबको महीन पीस कर रस्सों, मात्रा ३ माशाभारम पानी के साथ ॥

हृदय रोग तथा वायगोळा, आमाशय क्षोष, अजीर्ण, विषु चिका, और अन्त्र रोग को यह चूण दूर करता है। इसको हृदय मास्कर चूण भी कहते हैं ॥

## विषुचिका के ४ दर्जे ॥

विषुचिका के प्रत्येक दर्जा का आयुः ४ दर्जों में से गुजरना पड़ता है, यदि विषु प्रबल हो, तो शीघ्र ही दो चार घण्टों के भीतर चारों दर्जों से गुजर कर प्राणान्त हो जाता है, और यदि विषु कम हो, तो दर्जे धीरे २ आते हैं ॥

प्रथम दर्जा—यिना प्रत्यक्ष कारण जी मरलाने लगे, पेट में गुड़ गुड़ाहट हो, शूल हो, हृदय म्मराष होता आवे, तो यह समय औषधि करने के लिए बहुत ही उत्तम है। 'असुवपाण' की ३ घूद मिर्ची पर डाल कर लिछायो करें, विषु दूर होकर चित्त ठिकाने आजायेगा, अर्क पुदीना, अर्क एलायची, अर्क सोंठ नीमू, सिरका, अनारदाना भी गुणकारी है। यदि चिकित्सा न हो, या विषु अधिक हो, तो दस्त नीला सा आता है या बमर

होती है। यदि रोगी कम हिम्मत नहीं है, और दस्त आने से बहुत सी दिक्कतनी और निर्बलता नहीं हुई है, तो रोगी को चैर्य दें, कि यह दस्त अजर्ण के हैं, फिर भी यदि दस्त या वमन हो जाये, और अन्य लक्षण भी विपूचिक के ही प्रगट हों, तो अब और उपाय है, एक से दस्तों को बन्द करना, दूसरा विष को उभारना, ताकि वह विष को और भी निकाल दे। यदि देखें कि रोगी निर्बल है, उसका हृदय प्रत्येक दस्त के पश्चात् बहुत घटेता है, और दस्तों से उसका बहुत निर्बलता होती है, और हृदय का दृढ़ मनुष्य भी नहीं है, तो दस्तों को बन्द कर दें, परन्तु दस्त आने से यदि ठ्याकुलता न हो, और निर्बलता अधिक न हो, तो उनको बन्द करना उचित नहीं। प्रत्युत याद की सी रेचकौषधि दें, ताकि आन्तरिक दोष भली भांति निकल जाय। फिर दस्तों को बन्द करना चाहिए। 'अमृतधारा' विपूचिका के लिए इस दर्जा में अकसीर औषधि है। प्रत्येक दस्त के पीछे ३ घूद अर्क पोदीना से देना चाहिए। यह दस्तों को बन्द नहीं करती, परन्तु यदि विकार अधिक हो, तो खुल कर दस्त और वमन हो जाती है, और विष को दूर करती है, और विष के दूर होने से दस्त तथा वमन बन्द होकर आराम हो जाता है ॥

डाक्टर मरे साहिब इन्सपेक्टर जनरल इण्डियन मैडिकल डिपार्टमेन्ट का कथन है, कि यदि आविहार मर्राश करने वाले वा अपक आहार के कारण से हों, जैसा कि प्राया होता है, तो दस्तों के प्रारम्भ में उसे निकालना चाहिए ॥

## विषूचिका पर प्रयोग ॥

( नोट ) साधारणतयः यह देखा जाता है कि छेग रोगी इलाज कम समय करते हैं, जबकि रोग बढ़ जाता है। विषूचिका के दिनों में औषधियां सर्वेस तैय्यार रखनी चाहिए, न जाने कि समय आपत्ति आ पड़े। किसी समय कोई कष्ट हो, पक्का नहीं चाहिए और न इस बहादुरी में रहना चाहिए, कि मैं एकांतों की परवाह नहीं करता हूँ, प्रत्युत ठाविस चिकित्सा शुरू करनी चाहिए। और यदि कोई बात स्वयं समझ में न आये तो सुरन्त वैद्य को बुलाना चाहिए, रोगी को बाल बच्चों से पूरा रीझें, अर्थात् दो आधूनी रोगी की सुभपा, क छिप नियत रोगीमघट्य अच्छा नहीं है। रोगी के कमरे को छुप नहीं रखना चाहिए, प्रत्युत वायु का गमना गमन आवश्यक है। रोगी के मूत्र जैसी वहां न फेंके जावे, किसी बर्तन में लेंगे या गढ़ा बन लेंगे, और प्रत्येक वार के पीछे कम पर गल मिट्टी, या घूनी, या बेंद, ताकि दुर्गन्ध न फैले। इस मल को अच्छी प्रकार कूड़ाकार बाहिर गढ़वा देना अच्छा है। रोगी के मूत्र, जो मल से भी छुप हों, उनको उछाना या गाड़ना उत्तम है, अथवा अत्यन्त गर्म मल से अच्छी प्रकार बाहिर साफ करे। और साफ करने के पश्चात् गंधक व हाँग की घूनी देकर पुनः मसोधन करें ॥

रोगी के पास रहने वाले को बहा, कुछ खाना पीना न चाहिए, और बाहिर आकर भी अच्छी प्रकार हाथ मुँह धोना चाहिए, और जिस घर में रोगी हो, वहाँ पर प्रति दिन सुगंधित

धों की घूनी करनी चाहिए, और गन्धक की घूनी की डाक्टर  
 ॥ देते हैं ॥

वह इस समय तक अच्छी नहीं है, जब तक कि रागी भीतर  
 भोगी अच्छा होजाये या मर-जावे तो पीछे से उस के गृह में  
 ८ की घूनी करके घर बंद कर दें, ताकि शुद्ध होजाये, और  
 ११ समय के पश्चात् द्वार खोलें, और जब तक गन्धक का  
 निकल न जावे तब तक अन्दर न जावें। सुगन्धित वस्तुओं  
 जलाते रहना गोग के दिनों में बहुत उत्तम है, इस से वायु  
 शुद्ध होती है, और शुद्ध वायु फफुहों में जाती है ॥

यदि वायु में दुग्न्ध फैली हुई हो, तो दूर होजायी है।  
 घेत वस्तुएँ चन्दन, पाळछड़, छरीळा, गुग्गळ, निम्य,  
 यवा, कपूर लोंग आवित्री, हारजीनी, गिलोय, घृष, केशर,  
 धूप लकड़ी, सुगन्धबाला, कस्तूरी, सोमान, नागकेशर, आदि  
 जिन्होंने मिल सकें एक में मिलाकर रखें, और आम्रि में  
 या करें, या घूनी दिया करें ॥

( १ ) मन्दार की जड़ की छाल, कागशी नींबू के बीज,  
 शशुद्ध, नारियल बरियार, पपीठा, काळीमिर्च, हींग, पोळ,  
 भेंट केशर समान भाग लेकर अद्रक के रस में खरळ करके  
 ठेया मिर्च प्रमाण बनावें, और प्रत्येक दस्त के पश्चात् १ या २  
 १ अर्क पौदीना के साथ खिलावें, ईश्वर पादे तो धाराम  
 ॥ ॥

( २ ) नौशादर गेरी, काछी मिर्च, समान भाग तीन भा शरय घांठी में खरल करके चने प्रमाण गोछिया बनावे १ प गोछी खाने से आराम आजाता है ॥

और थोड़ी देर क पश्चात् खर होजाता है, यदि न हो दूसरी गोछी फिर पानी के साथ देनी चाहिये ॥

यह एक भेद है और सन्यासी महात्मा का बतलाया यह योग है, जो देशोपकारक के पाठकों के लिए अंकित किया जाता है :—

( ३ ) मनुष्य का मूत्र १ छटांक पियाज का रस १ छटांक गोनों को मिला कर पिछामे स कठिन मे कठिन बिपूषिका को दूर हो जाता है ॥

( ४ ) सोबान कौड़िया १ छटांक, जायफल २ माशा, शंख चीनी ३ माशा, लवंग ३ माशा, अजवायन २ माशा, जो खे करके ३ ठोला पानी मिलावे, और एक हांठी में पेदे पर रं रखकर ऊपर छटकावे, और इत के इतस्तः उपयुक्त औषधि बिछा देवे और हांठी के मुख पर एक गड़वी या छोटा जो बिधी पांशु का हो रख देवे, और उस में पानी भर देवे, फिर १ घ कोयला सुझगाकर ऊपर हांठी रखे । ऊपर के बर्तन का पद जब गरम हो जावे, तो किसी यत्न से उसे निकाल कर और डाल दिया करे, जब कोयले शविल होजावे, तो उतार कर पिछा निकाल देवे, जिस में नीचे सोबान का तैल होगा, और इस पानी सा, इस पानी को दारचीनी का तैल समझे, फिर में रं

मेरी हो, तो लगादो आराम होजावेगा, और लोषान का तल  
विषुचिका, उदरशूल, वृकटैशूल, पार्श्वशूल, अतिसार, खास,  
पुसकवा, कफजकास, अजीर्ण आदि को गुणकारी है। मात्रा  
—३ चावळ सौंफार्के से विषुचिका घाले को दें, अस्यन्व गुणकारी  
। यह भी एक चावा जी का दिया हुआ योग है ॥

( ५ ) हॉग ३ माशा, काळी मिरच १ माशा, अफीम ४  
ची, कपूर ४ रत्ती, पानी में खरल करके लग भग २४ गोछिया  
लावें, और ३ घन्टे के पश्चात् १ गोळी खिलावें, आशा है, कि  
। गला से आराम आजावेगा ॥

तथाच—विषुचिका में वृषा व्रग हो तो छवङ्ग काय का पान  
करना चाहे दायत है ॥

तथाच—... मर, तिळ तैल १ सेर, कूट  
... ताला, येन्भव लवण ३ माशा, आम्रि में रखें,  
तब केवल सैल ही रह जावे, तो छान कर आयकल १ तोला,  
मेला कर रखें, विषुचिका वाले शरीर पर मालिश करने से  
... को दूर करता है ॥

( ६ ) शुद्ध पारा १ तोला, शुद्ध गन्धक १ तोला, मुहागा  
मुना हुआ १ तोला, यवक्षार १ तोला, लोटाखार १ तोला, काळी  
मेरच १ तोला, आंखला छाल १ तोला, हरीवकी छाल १ तोला,  
शुद्ध विष १ तोला, काळा निमक १ तोला, सामर निमक १  
तोला, पहिले पाग और गन्धक की कञ्जली करें, फिर अदरक के  
रस के साथ सम्पूर्ण औषधियों को ७ दिन तक खरल करके रखें,



मात्र १ रत्नी है। और विपूषिका के वास्ते रसायन है, एक वा  
का बनाया हुआ कई वर्ष के छिये पर्याप्त है, कितने ही पनुष  
को लाभ पहुंचा सकता है, लवङ्ग के काथ, सैं देव ।

( ७ ) शुद्ध पारद ७ माशा, शुद्ध गन्धक ७ माशा, मोरस  
शील ७ माशा, यवधार ७ माशा, सज्जी क्षार ७ माशा, पिच  
मूठ ७ माशा, पीपल ७ माशा, चित्रक ७ माशा, सोंठ ७ माशा  
बन्ध ७ माशा, शुद्ध भाग २७ माशा पहिले पारा और गन्धक  
की कज्जली करें, इसके पश्चात् अन्य औषधियों मिलाकर १ दि  
सुक्ष्मता के रस में खरल करके शुद्ध करें, और १ इठिया  
रस कर कपरोटी करक सुरक्षित स्थान में आध सेर चूने उदभे  
अग्नि देकर निकालें, और अरक के रस में ७ दिन तक भा  
करके सुखा लें, और यथाभावश्यक १ रत्नी या २ रत्नी मधु  
मिला कर सिलावें, और ऊपर से गुद का काथ पिलावें, इसे  
दूर करे, और सर्व प्रकार के उदरशूल, वायगोला, मूँडा, अस्था  
अतिमार, संप्रहणी, वमन, और शरीर की शिथिलता, भारि  
हो, और खुधा पड़े ॥

( ८ ) डाक्टर डोग कैम्फरआइल ( सैंड काफूर ) को मङ्गरे  
दुकन पारों से मिलता है, विपूषिका के वास्ते घर्से है, और  
से उत्तम जानते हैं ॥

( ९ ) पारदशुद्ध, जामलासारगन्धक शुद्ध, इन्द्र जी वि  
पिठगिरी, छोष, नागरमोथा, घाय के पुष्प, मोचरस, शर्करा  
भाग छेवें, पहिले पारा और गन्धक की कज्जली करके फिर

औषधियां मिठा करने सरल करें, और अमारदाना (सादि के) पाना से देवे, अतिसार, आम्रातिसार, सप्रहणी दूर हो, विपूषिका के रक्त, और धमन, सुरन्त ही बन्द होजावे, यदि बन्द करना अधिक न हो, तो इस को न देवे; जब बन्द करना चाहे सुरन्त बन्द हो जावेंगे ॥

(१०) डाक्टर भार डवस्यू स्टेवियल का विचार है, कि निम्न लिखित त्वचा में पिचकारी (हाइपोडरमिक चिरिज) विपूषिका के लिये बहुत गुणकारी है  
 सब प्यूरिक एसिड, ३ ड्राम

असिटेट आफ मारफिया १ १/२ ग्रैन  
 धरांसी १ १/२ ड्राम

पानी स्वच्छ ३ औन्स  
 सब को मिठाछो वाहु पिठली, या आमाशय की खाल के नीचे पन्टा २ पञ्चात् पिचकारी करें, जब तक आराम न हो ॥

(११) डाक्टर जी. बी. यस्टन साहिब—निम्न लिखित योग लिखते हैं :—

पेक्सटाक्ट इण्डियन ह्याम्प १ १/२ ग्रैन, क्लोरफॉर्म ३ औन्स, कर्पूर ३ ड्राम, म्युसीलेज ३ ड्राम, रोगन सारपीन २ ड्राम, बर्क बारबीनी १ औन्स, शर्वत सादह १ औन्स ॥

— पीने की मात्रा पन्टा २ के और फिर २ पन्टा के पञ्चात् ४ मासा ॥

(१२) डाक्टर फलेमिंग साहिब-निम्न । लिखित बोध की सम्पत्ति वेते हैं :-

- शुगर आफसेट १
- सौल्यूसन आफ आसिटेट आफ मारफिया १
- डायस मॉस्स्यूट एसिटिक एसिड १२
- विन्दु
- एक

### (१३) कालरापिल डाक्टर गिरे साहिब निर्मित ॥

- आहिफेन चूर्ण १
- दिङ्ग चूर्ण १
- काली मिर्च चूर्ण २

सब को मिला छे, यह एक गोली की मात्रा है, और प्रत्येक दस्त के पीछे एक गोली देवे, दस्तों के बन्द करने के वास्ते बहुत उत्तम बताई गई है ॥

### (१४) कालरा मिक्सचर हेमलटन साहिब निर्मित ॥

टिकचर आफ कैम्फर, टिकचर ओपियम, एक १ भाग,  
टिकचर रुबरे २ भाग ॥

तया-टिकचर आफ ओपियम, टिकचर आफ कैपसीस,  
टिकचर आफ कार्डिमम, जिनजर, समान भाग ॥

## (१५) कालरा मिक्सचर

अरस्वन वरजी साहिब निर्मित ॥

टिकचर आफ जिखर, टिकचर आफ कैपसीकम, टिकचर आफ पेपरमेण्ट, छाडीनम, सब को समान भाग छेकर एक में मिलावें ॥

(१६) छोरोडाईन—बहुत प्रसिद्ध पेटण्ट औषधि है, जिसका योग निम्न लिखित है :—

सुडफेट आफ साराक्रिया	५०	ग्रेन
फोस्यो रेमन आफ कैपसिकम	१५	मिनम
डाईल्यूट डाईडरो सियानिक एसिड	३	ओन्स
छोराफार्म	६	ओन्स
गलीसिरीन	३	ओन्स
पेक्सट्राक्ट इन्डियन हैम्प	२	स्करूपड
करामीड	३	ओन्स
अल्कोहल	१	ओन्स
आयेडआफ पेपरमेण्ट	१	डराम

डाक्टर सर निरखन साहिब—अपने स्वयम तजकबे के द्वारा कर्पूर की प्रशंसा करते हैं, ६-६ बुद्ध तेष अल्कोहालिक ल्यूसन आफ कैम्फर के दस २ मिण्ट के पश्चात् दिए गए ॥

स्मरण रहे कि पानी में नहीं बरम् खांच में दें, क्योंकि पानी कर्पूर जमा जाता है, और मैने छैः सौ रोगियों का इसके द्वारा उपचार किया है ॥

## थोड़े और वैद्यक योग ॥

कहसुन, शीरा, सेंधा नमक, सोंठ, कोंडी मिर्च, पीपळ, हींग, समान भाग भाग घूर्ण लैमूँके रस में मिठाकर खाने से विपूषिण दूर होवा है ॥

(१८) चिरचिटा अर्थात् पुठकण्ठे की जड़ २ माशा, पानी में मिठाकर पीवे, और करेले को रस वैठ मिठाकर (प्रोना भी गुणकारी है ॥

(१९) गोवत्स मूत्र को काढ़े और उस में पीपळ का पूर्व से ३ माशा प्रमिष्ट करके पी जावे, तो विपूषिका दूर हो जावे, और अठराभि सुषेय हो ॥

(२०) यव के घूर्ण को छाछ में मिठाकर ऊष्ण करके उस में यवक्षार मिठाकर पीवे, तो लाभ होवे ॥

(२१) चिलगिरी, सोंठ, कायफरे, प्रत्येके ३ माशा उष्ण स्नाय करे, इसके पीने से घमन, और विपूषिका दूर होता है ॥

(२२) यव का घूर्ण और यवक्षार लेकर छाछ में मिठाकर पीटावे और फिर शीतोष्ण पेट पर छेप कर दे, तो कठिन वार पीका और विपूषिका से हो दूर हो जाती है ॥

(२३) हर्षे छाछ, कस्या, कवावरी, हींग, सेंधा नमक, एवमे लैमूँके रस अथवा छाछ में घिस कर शीतोष्ण पेट पर छेप करे तो कठिन और अफाया दूर हो ॥

(२४) छवरा ८ माशा, प्रलायपी २ तोका, कायफर ३ ताछा, अफीम २ माशा, घूर्ण करके रखे, मात्रा ३ माशा मुख

गनी से छावे, तो विपूषिका, उदरशूल, अतिसार को दूर करता है। यह आषधि तीसरे दर्जे में बहुत गुणकारी है ॥

(२५) हड छाल, बघ हॉग, कुड़ा की छाल, मांगरा, सोपर नमक, अतीस सबका समान भाग लेकर चूर्ण बनावे, मात्रा ३ मोशा, शीतोष्ण जल के साथ पीवे, तो अजीर्ण, उदरशूल, विपूषिका और खाँसी इनको दूर करता है ॥

(२६) दारचीनी तैल—दारचीनी, पत्रज, रास्ता, चन्दन, सहजना की जड़, कूट, बघ, सताविर, इन सबको छीमू के रस में खरल करके गोळियां बनावे, और पातळ चंत्र से तैल निकालें या कम से कम इन सबको सीठे तैल में जलावे, इस तैल की शरीर पर माळिश करने से गरमी उभर आती है, विपूषिका और वातज रोगों को गुणकारी है ॥

(२७) आक का दूध ६४ तोला, धतूरे का रस ६४ तोला, श्वेत कनेर का रस ६४ तोला, कूट और सेंधा नमक इनका काय ८-८ तोला, तैल ६४ तोला, काजी ८४ तोला, सबको भिछा कर मन्द अग्नि पर पकावे, जब केवल तैल ही रह जावे, तो छतार कर रखें, यह विपूषिका, अहॉग वात, वातज रोगों को माळिश करने से दूर करता है। तीसरे दर्जे और चौथे दर्जे में इसको रुष्णीत छानने के वास्ते मला जाता है ॥

(२८) कृषावेगों में हॉग, जायफल, या नागरमोथा के साथ मोटाया हुआ पानी पिलावे ॥

(२९) मलाध की जड़, हाथी दाँत, पीपल, पियाज, इन सबको गरम पानी से घोटकर पीवे, तो विपूषिका दूर हो ॥

(३०) दूध में सोहागा ठाठ कर पीने से बमन विशेष हल हो  
दूर होती है । इसका बहुत से डाक्टरों ने भी प्रयुक्त किया है  
कि विषूचिका के वास्ते बहुत गुणकारी है । बाबे लोग दूध में  
देते, किन्तु दूध हानिकारक नहीं है ॥

(३१) कौंच की छाल, निम्ब की छकड़ी, चिरपिटा की जड़,  
गिलोय, कुड़ा की छाल, प्रत्येक समान भाग लेकर मिठाई  
साधा लेकर क्वाथ करके थोड़ा २ पिलावें, तो सुलकर बमन होना  
दोष निकल जाता है, यह केवल पहिले दर्जे में जब कि शक्ति  
हो, और दोष निकालना स्वीकार हो देवें ।

### (३२) विषूचिका के वास्ते सुरमा ॥

सोंठ, मिर्च, पीपळ, कौंच बीज, दारु हस्ती, हस्ती, बिमो  
छीमू की जड़, सब को कूट पीस कर पानी में गोली बनावें, म्वा  
छाया में सुखा कर रखें, थोड़ा सा पानी में घिस कर आँखों में  
लगाने से विषूचिका को छाम होता है ॥

(३३) चिरपिटा के पत्ते, काळी मिर्च समान भाग लेकर  
पिश्टार में खरल करके सुरमा लगावें तो विषूचिका दूर हो ॥

(३४) बल की जड़, सिरस की जड़, कौंच बीज, देवदार,  
हर्षे छाल, पहेड़ा, छाल, आमछा, सोंठ, काळी मिर्च, पीपळ,  
हस्ती, दारुहस्ती, इन सब को पकड़ी के मूत्र में खरल करके  
गोली बनावें, इसको पानी में घिस कर आँखों में लगाने से, कर्ण,  
। मकड़ी, पिच्छू आदि का विष, और अपाघन, म्वा, और जडोहर  
को छाम होता है ॥

## दूसरा दर्जा ॥

दो तीन घण्टा दस्तों के पश्चात् बेहरा मन्द, रोगी शिथिल, चिन्ता प्रस्त दिखाई देता है। शरीर शिथिल, नाड़ी निर्बल, श्वास और वमन पिच्छु की रङ्ग के, तृषावेग, हाथ पाव में ठंडी है, तब दूसरा दर्जा आरम्भ हो जाता है। अब दस्तों तत्काल बन्द करना चाहिए। योग नम्बर ९ जो पीछे अकित अक्षर है। दस्तों को बन्द करने वाले दूसरे योग भी कारी हैं। केळोमल एक रत्ती, अफीम २ रत्ती, गोली बन्नाकर भवे। छोरोडायन २० बूंद प्रत्येक दस्त के पीछे देना भी कारी है। और बहुत से शास्त्र इस दशा में कर्पूर देना भी म बसछाते हैं ॥

## एक अक्षर योग ॥

शाण्डू एक सख्या, काली मिर्च ७ सख्या, कूटी में छाल कर तब इतनी पीछे कि सर्वथा महीन हो जावे, और चिन्ता छाने लवे, इसके अतिर आने की देर है, तृषा तत्काल दूर होगी। त चाहे दस्त व वमन दोनों बन्द होंगे, व्याकुलता जाती गी, ऐसा मालूम होगा जैसे किसी ने बल्लही अग्नि पर पानी दिया ह, और हाथों में दाग देना वैद्यक पुस्तकों में लिखा गन्धक व केशर को छीमू के रस में मिठाकर पीवे तो विपूषिका होता है ॥

## सिरा दर्जा शक्तिपात या कोलेप्स ॥

इस दश में रोगी अत्यन्त निर्बल हो जाता है, आँसू भीतर



घस जाता है, स्वर वैद्यजात्र है, मूत्र घन्द्, शरीर बर्क  
 तरह शीतल, नाड़ी मन्द, हृदय हृष्य मादुम होता है। क  
 कठिनता से लिया जाता है, जिह्वा शुष्क न घीब, बाज र  
 द्विचकी आने छागी है। चेहरे पर मुदहपन छा जाता है, ठ  
 पसोना बहुत आता है। घृषा का धारम्भार बग होता है, म  
 इस समय शक्ति को स्थिर रखना चाहिए। चष्मता छाने के बर  
 गरम औषधिया आवश्यक है, कोई सुख दायक औषधि र  
 चाहिए, जो हार्दिक शक्ति को बढावे ॥

हृष्य योग यह है :-

सिपरिट एमूनिया एरोमैटिक

फर्पूर अठ

पराडी

३० ग  
२३ ग  
६ ग

ऐसी एक २ मात्रा, एक २। प्रण्टा के पीछे दें, परन्तु रत  
 अपने आप अभी तक निकलते ही, जिो शुगरआफ्लेड, या उ  
 औषधिया पीछे दस्त मन्द होने की। छिपी गई है। देवे ॥

### शिङ्गरफ भस्म ॥

बाज समय स्वर बढा देती है, और स्वर का चढता, वि  
 भिका के रोगी के बास्ते बहुत अच्छा लक्षण है। आयफ्ल सेठ के  
 मिष्ठाकर शरीर पद मलते है, और बास्ते बहुत ही उष्ण बसुरे  
 देते है। ध्यर्थ बहुत गरम वस्तुये न दें, आन्तरिक मरुकी, वा  
 आवी है। यदि चचित औषधि दी जावे, तो स्वभावतः अपने  
 आप गरमी का रजा जाता है। जब शरीर में चष्मता भाने छाने

तो उस समय अधिक उष्ण पदार्थ देना बन्द करें, प्रकृति अब काम करेगी। वाजे बहुत ही मदिरा देते हैं, यह बहुत ही अनुचित है ॥

इस दर्जे में मूत्रल औषधिया देनी चाहिएं। ताकि मूत्रादि बन्द होने से सन्निपात न होजावे ॥

एँठन दूर करने के वास्ते पट्टी गर्दन, और आमाशय मुख स्थान व पिंडुलियों पर लगावें ॥

छाश्कवारएमोनिया में बहुत सा पानी मिठाकर इस दर्जे में सुषाना उत्तम उक्तेजक, पौष्टिक और गुणकारी है ॥

इस दर्जे में रोगी की मृत्यु होती है, कोई विरछा ही बचता है, जो बचते हैं, तो कई घण्टे के पश्चात् या दूसरे तीसरे दिन इस रोग में परिवर्तन होता है, जिस से शरीर स्वास्थ्य की ओर मुक्तता है। क्रमशः वर्धाभत सुघरनी आरम्भ होती है। इस दर्जा को डाक्टरों में रीएकशन अर्थात् प्रत्याघात कहते हैं। शरीर गरम होना आरम्भ होता है। नाड़ी धीरे २ तेज होती है, और सास भी ठहरसा जाता है। आँखें जो बँठी रीं, उभरनी आरम्भ हो जाती है, और निद्रा भी स्वाभाविक आने लगती है, रोग के सब लक्षण कम हो जाते हैं, और स्वर या पोषण होकर कुछ दिन पीछे रोगी अच्छा हो जाता है ॥

कमी दुर्भाग्य से मस्तिष्क में दूधिर जमा हो जाने के कारण नेत्र लाल हो जाते हैं, दाह, मोह और फिर सरसाम (सन्निपात) होकर मर जाता है। उपाय यह है, कि यदि सुरन्त दस्त बन्द होने से हुआ है, तो बस्ति करे, मूत्र बन्द होने से हो, वा मूत्रल

औषधि दें, मास्तिष्क से रुधिर कम करने के वास्ते दो तिन ओर  
 लगावें, और रोगी को शोर गुल्ल से सर्वथा अलग रखें, पिंडबिंदों  
 पर राई की पट्टी लगावें। पाक्षीया भी उत्तम है। यदि मूर्च्छा  
 हो जावे तो सुरन्त ठन्डा पानी सिरका में मिला कर सिर पर  
 लगावें, और कपड़े को शीघ्र गीला करें। सिर, कनपटी, प्रां  
 गर्दन पर छाला डालने वाला प्लास्टर लगावें, और सिर को  
 नीचा रखें ॥

विपूचिका में ज्वर-आ जावे, तो उसके विष का प्रभाव  
 मिट जाता है। जब विपूचिका के लक्षण आते रहें, तो ज्वर की  
 चिकित्सा करें, यदि ज्वर साधारण हो, तो अपने आप ठहर  
 जावेगा, अन्यथा विपूचिका का कोई लक्षण न रहने पर मूत्र  
 और स्वेदन औषधियों से चिकित्सा करें ॥

यदि पेचिश हो जावे-वा लुआबदार धंसुएँ दें। तुलसीपत्र,  
 और ईस्पगोल अघमुना दें। यह मक्षेप्तया विपूचिका का उपचार  
 किया गया ॥

## ग्रीष्म ऋतु का तप ॥

यह ऋतु प्राय २४ से २६ घण्टे तक रहता है। और कभी  
 ४-५ दिन या सप्ताह दो सप्ताह तक भी रहता है। इस में  
 महसा आलस्य, अगों का टूटना, शिरःशूल, भ्रम और आमि मय  
 होता है। किर थोड़ी सी सर्दी होकर तप होजाता है। शिर  
 शुष्क और शिथिल हो आधी है, नाड़ी की गति बेगवान हो जाती  
 है। बेहरा साह, फर्मी मसली और कमी यमन भी हो जाती है

कोष्ठवृद्धता भी रहती है, मूत्रमनाव कम होता है, मायम को  
 स्वर अधिक और प्रात कम होता है, मोह बहुत होता है। दो  
 चार दिन के पश्चात् स्वर अपना धिन्द् बेकर उतर जाता है।  
 पश्चाधी स्त्रिया कहा करती हैं कि स्वर पाखाना कर गया है।  
 अर्थात् चेहरा और ओष्ठों पर फुन्सिया हो कर ज्वर उतर जाता  
 है, कर्मी अस्यन्त स्वेद आकर, या नाक मुख से रक्त आकर, या  
 अतिसार और वमन होकर, और स्त्रियों की अवस्था में रज  
 प्रवाहित होकर स्वर उतर जाता है, और प्रायः फिर नहीं होता।  
 निवेद्यता थोड़े दिनों में दूर हो जाती है। औषधि इसकी यह  
 है पहिले २ लङ्गन कराया जावे, और पानी खाळिस यहा तक  
 उपाले कि छठा भाग रह जावे, फिर उतार कर क्षीतल होने दें,  
 प्रातः काल का उवाळा हुआ दिन भर और रात्रि का उवाळा  
 हुआ रात्रि भर रहने दें। फिर दूसरे तसिरे दिन तक यदि पहिले  
 वमन और पश्चात् विरेचन कराया जावे तो शुद्धि होकर आराम  
 हो जाता है। वमन के बास्ते ऊष्ण जल, सिकखर्षीन और नमक  
 अच्छा है। अर्क की जड़ का एक या दो माशा चूर्ण भी बरदा  
 जाता है। सलफेट आफ जिङ्क भी वर्ता जाता है। मैतफळ से  
 भी काम ले सकते हैं। वमन माने के पश्चात् काले दाने का  
 जुळाम दें, ४ माशा काळा दाना बुवा मनुष्य के लिये पर्याप्त है।  
 जब वमन विरेचन हो चुके, या केवल रेचन हो तो नींबू की  
 सिकखर्षीन, या मिथी में नींबू निचोड़ कर पीना गुणकारी है।  
 दमली आलुयुखारा, कासनी, गुळाय पुष्प, वनफला भिगीकर उस  
 का पानी पीसे रहें। अमृतधारा मिथी के सर्वत में अकसीर का

काम देती है। और ऊष्ण जल में प्रस्वेद लाकर श्वर पूर करती है ॥

## अरुचि ॥

ग्रीष्म ऋतु में गरमी के कारण भुषा कम हो जाती है। परन्तु फलों के रस और पान करने की स्वादिष्ट चीजों को पीठ वर्णन हुई और आहार के साथ उचित खटाई, खाने से भुषा स्थिर रहती है। मक्खन यद्यपि भुषा को कम करता है, तथापि इस ऋतु में शीतल होने के कारण बहुत गुण करता है ॥

• रसता का वेग हो—तो मक्खन खाना, और मक्खन व लवण शरीर पर मलना, या ईसवगोल दूध के साथ खाना अस्यन्त हितकर है। गरमी का वेग ईसवगोल से तुरन्त भागता है ॥

## ग्रीष्म ऋतु पर जो कुछ लिखा गया पर्याप्त है ॥

सारांश इसका किञ्चित् शब्दों में सुन लीजिए। इन दिनों शरीर क पट्टे ढीले पड़ जाते हैं, स्वेद बहुत आता है, गरमी होने, विन्ती, पेटिक ऋतु श्वर, भुषा हीनता, विपूषिका, लू छाना, नासाशं भादि रोग प्रायः होजाते हैं, जिनका ध्यान हो चुका है इनके अतिरिक्त कभी तपमोहरका, विष धमन, विरेचन, क्षिरशुद्धि स्वफफानादि भी हुआ करती है। सूर्य की गरमी और उष्ण से सुरक्षित रखने, आनन्द दायक भागों, मफानों, और बगलों में रहने, और लू में याहर न निकलने का ध्यान हो चुका है ॥

छाया और घाम में ऊष्णता का ४०-५० डिग्री का अन्तर हो जाता है, इस लिए छतरी लगाकर निकलना चाहिये। फिर प्रीवा, और पृष्ठवश को विशेष कर घूप से बचाना चाहिए। इन में से केवल पृष्ठवश पर वस्त्र रहता है। गरमी से आते ही शीतल जल पाना, या शीतल कमरे में जाना, या स्नान करना, या इन दशाओं में तत्काल घाम में चले जाना अहित है, भोजन सावधानी से करें, ऊष्ण पदार्थ विशेष कर मास और मद्य से बचे रहें, चटनिया, गुठम्बे और मुरम्बे जिन का पहिले वर्णन हुआ न खाया करें, ठण्डी मामिया यथा कद्दू, खीरा, कफड़ी, चोरी, छौकी, टिण्डा, पालक, सुरफा आदि खावें, शर्बत सन्बल, नीलोफर, फालसा, सिकखीन, अर्क कासनी, अर्क केवड़ा, लैमूनेड आदि प्रायः सेवन किए जाते हैं। बहुत से उत्तम शर्बत लिखे गए हैं। कासनी, काहू, खीरा, कद्दू, पादामादि रगड़ कर ठण्ढाई की भाँति पीने की रीति हमारे पञ्जाब में है। प्रीप्स ऋतु में दोपहर को एकघण्टा सोने की आज्ञा है। परन्तु जो लोग गरमियों में नित्यम्प्राति सोने के अभ्यासी हैं, उन्हें रात्रि को पूर्ण निद्रा नहीं आती। इस ऋतु में यथा सामर्थ्य रेचक औषधि नहीं सेवन करनी चाहिए। यदि आवश्यकता पड़े तो सुरखीन, या शीरखिश्त, और बनफशा व गुलाब त्रिफला और फरूट साल्ट का हस्का सा जुलाब लें। मैथुन, स्नान, सफर, आहार पानी आदि का वर्णन अष्टक २ हुआ, प्रीप्स ऋतु का वर्णन समाप्त हुआ ॥

# हेमन्त ऋतु (अर्थात् मौसिम सरमा) ॥

( १५ नवम्बर से १५ फरवरी तक )

यद्यपि ग्रीष्म ऋतु के पश्चात् वर्षा का, और वर्षा के पश्चात् शरद ऋतु का वर्णन आना चाहिए, किन्तु उन को पीछे के भाग छोड़ कर पहिले हेमन्त का वर्णन करते हैं । गर्मी व सर्दी दो बड़े मौसम हैं ॥

आपने यह पहिले ही देख लिया होगा, कि हमारा मासिक इस ऋतु से १५ नवम्बर से ले कर १५ फरवरी तक स है ॥

हिम कहते हैं बरफ को, और जिस ऋतु में बरफ अधिक पड़े उसको हेमन्त ऋतु कहते हैं । इस में शरदी बहुत अधिक पड़ती है । और जो पहाड़ी स्थल है, वहां बरफ के कारण बस शरदी पड़ती है । बहुत ही शीतल उत्तरीय वायु चला करती है । कुहर पड़ा करता है, यहां तक कि बाज अगह सूर्य भी दोपहर को दिखाई देता है । बरफानी झरकों के नदा टाछावादि सब बरफ से ठप जाते हैं । पर्वतों के शिखर बरफ से ढप जाते हैं । पहाड़ों पर रहने वाले लोग इन दिनों में नीचे उतर के कम ऊंच पहाड़ों पर निवास करते हैं । इन के खेत बरफ से ढके रहते हैं । परन्तु जब फिर वहां जाते हैं, तो अपने खेतों को हरा पाते हैं । काक, गेंडा, मैसा, मेंडा, हाथी, शूकर, अश्व, अजा यह शिव में प्रसन्न रहते हैं । गेहू, चना, जौ, आदि हरे मरे खेत इस ऋतु में बहुत सुन्दर होते हैं । और प्रियङ्गु भादि वृक्ष फुलते फलते,

बढ़ जाती हैं, इन को संस्कृत कवि मधुन-योग्य रात्रि कहा  
ते हैं ॥

शीत ऋतु अमीरों के लिए बहुत सुखदाई है, और गरमी  
दुःख से सहन करते हैं। शीत ऋतु में अगीठिया जलाते हैं,  
गरम से गरम वस्त्र पहिन सकते हैं, इस ऋतु में गरियों को  
कष्ट होता है। गठड़ी की तरह धन कर रात्रि को पदे  
हैं, और प्रायः मर भी जाते हैं। शीत ऋतु की प्रशंसा में  
नीचे चार श्लोक आकित करते हैं, यह ऐसे स्पष्ट शब्दों में  
कि इस का भाषानुवाद देना हम शकित नहीं समझते। कवि  
ऋतु पर कैसे मोहित रहते हैं ॥

शीघ्र प्रचार सुरताकिल पत्र रात्रि सुशतल वारि विमात्र-  
त् । यः प्रेयसी कुच युग परिरम्यशीते, स्वर्गोऽपि तस्य हृदये  
वद्विभाति ॥ २ ॥ पृथु जघन कुचाभिर्नव मृगमद मिभौः  
अश्वर्षिताभिः शिधिर पुरुषाणाम् जन्म माफस्य माजाम् ॥ २ ॥

हेमन्त बहु शोषाढ्य, द्वौगुण सर्व सम्मथो, अमल शीतल  
रे सुरत स्वेद बर्जितम् ॥ ३ ॥

हेमन्त क्षिपु दुग्ध सर्पिस्त्रीना मजिष्टवासोभृतः वारि नीरद्रव  
प्रधारु वपुष, मिष्ठा विचित्ररवेः पूतेमुस्तन कामिनी जनकृता-  
ण मृदुभ्यान्तरे, ताम्बूलदल पूगीफल सुग्मनाः सुख शैरसे ॥४॥

तो कुछ वाग्भट्ट कहता है वही आज  
कल की साइन्स कहती है ॥

शीत ऋतु में धरती और वायु के कारण से बाहर आने



वाली गरमी शरीर के भीतर रुक कर शारीरिक छिद्रों से  
 है, और जठराग्नि या पाचन शक्ति को बढाती है। इस प्रसू  
 अग्नि को यदि ईंधन नहीं मिलता, तो वह रुधिर और मांस  
 जलाना आरम्भ करती है। युवा पुरुष को शक्ति अस्तु में  
 अधिक लगा करती है। और स्वाया पिया शाध पच जाया।  
 पौष्टिक औषधियां व आहार खाने को यही अस्तु निम्न  
 गया है ॥

वात की और जठराग्नि की तेजी का उपाय करना चाहिए।  
 इस से साफ प्रगट है, कि ऊष्ण और रुक्ष वस्तु कभी न  
 क्योंकि पहिले ही अतिर गरमी बहुत होती है। और रुक्षता  
 के कारण बहुत अधिक होती है ॥

वात की और जठराग्नि की तेजी का उपाय करना चाहिए।  
 इस से साफ प्रगट है कि उष्ण और रुक्ष वस्तु कभी न  
 क्योंकि पहिले ही अतिर गरमी बहुत होती है। और रुक्षता  
 के कारण बहुत अधिक होती है ॥

## अस्तु सदैव स्निग्धता पहुंचाना

सत्तम है। ऊष्ण स्निग्ध, शीत स्निग्ध, और मॉठरिष्ठ स्निग्ध  
 इस अस्तु में बहुत उपयोगी है। पौष्टिक औषधियां और आहार  
 इस अस्तु में इस वास्ते खाने की रीति है, कि इस अस्तु में  
 सकते हैं ॥

( १ ) शीत अस्तु में बाहर के शीत के कारण अतिर  
 कुछ गरमी होती है, परन्तु सरदी अतिर तक भी प्रगट

सकती है, इस लिये यदि सरदी भीतर तक पहुँचा दें, तो मनुष्य जीवित नहीं रह सकता अतः अग्नि को स्थिर रखने के वास्ते स्निग्ध और पाष्टिक शारीरिक ऊष्णता बढ़ाने वाले पदार्थों की आवश्यकता है। इसी लिये पथ्यापथ्य नामक पुस्तक में लिखा है, कि शीत ऋतु में मीठी-वस्तुएँ ईस का गुड़, म्वाड, मिश्री, गुठी मलाई, खोया आदि का अधिक सेवन करें, इस ऋतु में दैनिकहार के अतिरिक्त मिठाई आदि का अपन आप रुचि होती है। स्निग्ध पदार्थों में घृत, मलाई, ख या आदि और सम्पूर्ण भींगियों, बादाम, पिस्ता, बिछगोजा, चिरौजी आदि सम्मिलित करके खावें, जठराग्नि तज होती है, इसलिये यह वस्तुएँ भी पच जाती हैं। मात्रा प्रत्येक वस्तु की वाञ्छित रखनी चाहिए। पेट न बना इस प्रकार कोई वस्तु भी न पचगी। दूध में मिश्री मिठा कर पीना, और कभी २ घृत दूध में यह सब वस्तुओं से उत्तम है। और पान खाना इस ऋतु में सब ऋतुओं में अच्छा है ॥

( २ ) भोजन तैयार हो रहा हो तो खावें, क्योंकि फिर ठण्डा हो जाता है, और भाजी तरकारी में जो घृत होता है वह जम जाता है। भोजन ना तो शक्तिल खावें और न ही इतना उष्ण कि दन्त सहन न कर सकें ॥

( ३ ) बासी पदार्थ न खाने चाहिए, और यार्मी को गरम करके खाना और भी बुग है ॥

( ४ ) कसैली चरपरी, कड़वी वस्तुएँ कम खानी चाहिए ॥

( ५ ) भोजन काल और मात्रा क विषय में जा शिक्षा

पाहिजे वी गई है, उस का ध्यान रखना आवश्यक है। सां  
दुहराने की आवश्यकता नहीं ॥

## एक और जगह लिखा है ॥

हेमन्त ऋतु में रात बर्फी होने के कारण प्रातः काठ ई  
धुंधा लगती है, इसलिये शौचादि से निवृत्त होकर, कुछ उत्पन्न  
करना चाहिए। कुछ न कुछ पाकादि बना रखना चाहिए, या  
बिस्कुट दूध, या और जो कुछ अनुकूल हो, खा लेना चाहिए,  
जिन का फल दैनिक मिल सके वह सब से उत्तम है। अमेरिका में  
ब्रेकफास्ट का प्रत्येक ऋतु में रियाज है। हमारे लोग शीत ऋतु  
में केवल इतना करते हैं, कि भोजन कुछ शीघ्र तैयार करके खा  
लेते हैं, जो और प्रबन्ध न कर सकें उनके वास्ते शायद बर्फी है,  
जैसे बिना अग्नि के ईंधन नहीं जलता है ऐसे ही बिना धुंधा  
बाहार खाने से अठराभि बुझ जाती है ॥

## मालिश ॥

शीत ऋतु में वात के कारण रुग्णता बहुत होती है, इस विषय  
प्रतीक पर तैल की मालिश करते रहना, शिर में तैल लगाना  
कानों में तैल डालना बहुत आवश्यक है। तिलों का तैल सर्व  
पित्तव्याधियों में इसम है। और जो विशेष तैल बनाना चाहें वह  
गर्म तैल, नागायण तैलादि जिन के योग शास्त्रों में दिए हैं,  
अनवा लें। बदाम गिरी, श्वेत तिल सम भाग लेकर तैल निकलवा  
लें, तो रुग्णता को दूर करने में बहुत अच्छा है ॥

नोट—साधारण लोग मालिश करते समय सब प्रकार पर

लिश करके फिर शिर पर मालिश करते हैं, परन्तु मास्त्रों का  
 है, कि पहिले शिर में लगाना चाहिए, क्योंकि शिर अष्ट  
 है पहिले शिर पर मालिश करने से रुधिर की चाल इस  
 र होगी, अन्य अंगों पर मालिश करने से रक्त की गति उधर  
 हो जावेगा, और प्रथम शिर को खाली करना अच्छा नहीं है ॥

इसी विषय में पारिजात ग्रन्थ में ऐसा लिखा है कि शिर  
 मालिश के पश्चात् जो तैल बचा हो उसको सर्व प्रकार शरीर  
 नहीं मलना चाहिए, इसका कारण हमें ज्ञात नहीं हुआ, वहाँ  
 ल इसना लिखा है, कि शिर की मालिश का बचा हुआ तैल  
 शिर में लगाने से पुण्य की हानि और धन का कमी होती है ।  
 में ऐसा होता है ? इसका बड़ा कुछ घर्षण नहीं है ॥

जो लोग पर्याप्त व्यायाम करने वाले हैं, उनको दैनिक या  
 त्रे, तीसरे, चौथे और छेठ सप्ताह में एक बार अवश्य  
 लिश करनी चाहिए । जोड़ों और नाभि पर मालिश अधिक  
 है । ताकि जोड़ों के भीतर की स्निग्धता जो वात से शुष्क होती  
 , स्थिर रहे । पाद, नाभि, और शिर में, यदि दैनिक स्नान से  
 षा पहिले मालिश कर लिया करें तो उत्तम है, कान और नाक  
 भी थोड़ा सा तैल दैनिक लगा सकते हैं । और सम्पूर्ण शरीर  
 ो मालिश सप्ताह में एक बार कर सकते हैं । एक जगह लिखा  
 , कि घृत से ८ गुणा अधिक बल तैल की मालिश में है ॥ ✓

## व्यायाम ॥

पर्यायन्दोदय में लिखा है कि हेमन्त ऋतु में मल विद्या

में निपुण मनुष्यों के साथ कुश्ती लड़े, दण्ड मुगदरादि का व्यायाम तो प्रत्येक ऋतु में गुणकारी है, इस ऋतु में उपर्युक्त विशेष रूप से वर्णन होना प्रगट करता है कि कम से कम इन ऋतु में अवश्य मालिश करनी चाहिए। कोई मनुष्य बिना व्यायाम के स्वस्थ नहीं रह सकता ॥

और इन दिनों, कई कारणों से व्यायाम की अधिक आवश्यकता है। शीत के कारण, रक्त भ्रमण कम हो जाता है, कुसुम क्रिया और भ्रमि मन्द हो जाती है। और इन ऋतु में पाचक पदार्थ खाए जाते हैं, उनका पचाने का लक्ष्य भा व्यायाम की आवश्यकता है, जिसके बिना आमाशय निवृत्त हो सकता है ॥

## एवम् लिखा है—

कि, मालिश मद्धित दण्ड कमरम करना, पाचन शक्ति को बढ़ाता है, और शरीर को दृढ़ करता है, रोग को माफ करता और निश्चरता है, कोष्ठबद्धता को दूर करता है, शीर्ष को बढ़ाता है, दृष्टि शक्ति को समेक करता है, सुजकी आदि को भी गुणकारी है ॥

इस अगह यह लिखा वना भी आवश्यक है, कि प्रायः लोगों को ज्ञात नहीं है कि व्यायाम के मालिश पहिले की आवश्यकता पश्चात् और मर्हों का भी इस विषय में मत भेद है। वे व्यायाम पहिले और मालिश पीछे करने की आज्ञा देते हैं। सुषुप्त में भी प्रथम व्यायाम पश्चात् मालिश और सत्पश्चात् स्नान करने का वर्णन आया है, और दिन चर्यों की सब पुस्तकों में मालिश

का वर्णन व्यायाम के पश्चात् ही आता है। और युक्ति के अनुसार भी है। मालिश का कोई लाभ नहीं यदि तैल रोमकूपों के भीतर नहीं रखता है। व्यायाम रोमकूपों का खालसा है, और तैल अधिक खपता है, और यदि पहिले मालिश की हुई हो, तो रखा हुआ तैल भी प्रस्वेद के साथ लौट सकता है ॥

व्यायाम को प्रत्येक ऋतु में अर्ध शक्ति से करना लिखा है। मतलब यह है कि इसना अधिक न थक जाना चाहिए, कि जो थकाने लगे, जिन्होंने मछ धनना है वह उस समय तक करें, जब तक कि प्रस्वेद से तर न हो जावे, सर्व साधारण के लिए इसना पर्याप्त है, कि जब नाक से श्वास लेते २ इसती थक जावे, कि मुख खोलने की प्रबल इच्छा अनुभव हो तो व्यायाम बन्द कर देना चाहिए। छाती पर पसीना आ जावे, तो यह सब से भेष्ट व्यायाम है। यदि पसीना न आवे, और भ्रम अनुभव हो तो इस समय छोड़ देना चाहिए। व्यायाम के लिए प्रातःकाल का समय बहुत ही उत्तम है। जिनको काष्टवद्धता रहती हो, उनको शीघ्र से पहिले, अन्यथा शौच के पश्चात् व्यायाम करना चाहिए ॥

आहार के पश्चात् व्यायाम करना रोगीया सृत्यु को युक्ताना है। खाली उदर भी व्यायाम करना वर्जित है। परन्तु वहा खाली उदर से अभिप्राय वह समय है, कि क्षुधा लगी हो, निर्मलता अनुभव हो रही हो। क्योंकि इस समय व्यायाम करने से और अधिक निर्मलता होती है। जिनको प्रातःकाल भवसर न मिले वह सायम् को व्यायाम करे ॥

व्यायाम खुले मैदान में करे । ताकि व्यायाम के पश्चात् शीतल वायु में आने से प्रतिश्याय, सन्धिघातादि रोगों का भय न रहे । हाँ निर्बलों का भावर ही व्यायाम करना चाहिए और जब तक शरीर की गरमी प्राकृत न हो, भीतर ही रहना चाहिए, बलघाम नियम पूर्वक व्यायाम करने वालों को शरीर पर किसी वस्त्र की आवश्यकता नहीं । परन्तु दूबरे लोगों को एक लम्बा कुर्ता पहिन लेना चाहिए । कुरता और पाजामा जितने हीले हों उतने ही उत्तम हैं ॥

बुढ़ों को दैनिक पैदल भैर करना चाहिए । बालकों को शौचना कूटना और कचड़ी खलना भा गुणकारी है । बहुत अधिक व्यायाम करने से हृदय अधिक निर्बल हो कर प्रायः रोग लग जाते हैं । और सर्वथा न करने से बसा व अप्राकृत भावा बढ़ कर रोग खड़े हो जाते हैं । प्रत्येक काम में परिमाण रखना चाहिए ॥

व्यायाम के पश्चात् दूध पीना सब से अधिक गुणकारी है । और मक्खन, मलाई, शोरा, भी गुणकारी है । चक्कर को बहाल कर पीना भी गुणकारी है । किन्तु मिथी हालनी चाहिए । मूग खाल कर पीना भी प्रायः पुस्तकों में लिखा है । यूनानी वैद्यों ने लिखा है, कि व्यायाम के पश्चात् शीतल जल या क्षरतादि कदापि न लेना चाहिए । जिस प्रकार शारीरिक व्यायाम न करने से रक्त भ्रमण मन्द, फुफुसाक्रिया पाचन शक्ति, अठरापि, कम हो जाती है, चित्त में आसत्य और शरीर में मंद पड़ती है ।

कोष्टवृद्धता और बवासीर हो जाती है, वैसा ही, मस्तिष्कीय-व्यायाम न करने से आलस्य हो कर ठीर रोग उत्पन्न हो जाते हैं। और घुरे कामों की ओर चित्त की वृत्ति होती है। अस्तु लिखना पढ़ना अध्ययन करना गृहकार्य, श्रेयगोपासना में अपने २ समय में व्यस्त होना चाहिए, मस्तिष्कीय व्यायाम न करने वाले प्रायः दुराचारी होते हैं, सामान्य से बढ़ कर आरंभ हर समय मस्तिष्कीय व्यायाम करते रहने से भी आलस्य, कृमता, बुद्धि मन्द हो जाती है ॥

## स्नान ॥

जा नियम प्रीष्म ऋतु का वर्णन करते हुए लिखे गए हैं उनका ध्यान रखना चाहिए परन्तु युवा स्वस्थ मनुष्यों को शीत ऋतु में शीतल जल से स्नान करना चाहिए हा बालकों, यूढ़ों, और निर्बलों को शीतोष्ण जल से स्नान करना चाहिए, युवा और स्वस्थ मनुष्य अब शीत ऋतु में भस्मीमयियों की तरह बरें-तो यह उनको भूल है ॥

मैं पूना की ओर गया, तो मालूम हुआ कि वह लोग मित्य प्रति गरम पानी से स्नान करते हैं, लंदन में एक रंगीली बाबू से मुझ भिँडन का भवधर हुआ बातलाप करते हुए जब मैंने कहा, कि मैं तो सदैव शीतल जल से स्नान करता हूँ, तो वह अत्यन्त हैरान हुआ, और कहने लगा महाशय हम तो मर जायें, उष्ण जल से नहाकर ही कितनी देर तक कायत रहते हैं, मैंने निवेदन किया, कि 'शीतल' जल से नहाने में यद्यपि उष्ण समय



शीत लगेगा, परन्तु पीछे से शरीर उष्ण हो जाता है, और उष्ण पानी से नहाने के पश्चात् शीत लगता है, एक बार जन्म न खाँडियर गया था, तो वह साठिस यह मालूम करके कि मैं प्रति दिन शीतल जल से स्नान करता हूँ, बहुत हैरान हुआ।

इस में कोई संशय नहीं कि यदि कभी २ गरम पानी से स्नान कर लिया जावे, तो इन दिनों बहुत उत्तम है, क्योंकि रोमकूप इन दिनों बहुत अच्छी तरह सुख जाते हैं, परन्तु प्रति दिन युवा पुरुष के लिये शीतल जल ही उत्तम है, शीतल जल बल लाता है, और उस से स्नान करने के पश्चात् शरीर बलक जाता है ॥

और उष्ण पानी बहुत सुस्त करने वाला है, उष्ण जल से स्नान करने वालों का यह स्मरण रखना आवश्यक है, कि कम से कम शिर के ऊपर उष्ण पानी न डाला करें, जितना अधिक गर्म पानी हागा, उतनी ही हानि होगी ॥

हमाम ( उष्ण स्नान ) कभी २ अच्छा है, यदि हमाम ठीक बना हो, उष्ण स्नान के काम देने के वास्ते बहुत प्रकार के मायान बिछायत में विकते हैं, और बम्बई से भी मिल सकते हैं ताकि मनुष्य घर बैठे, जब चाहे उष्ण स्नान कर सके, भारत वर्ष में उष्ण स्नान का आज कल बहुत कम रिवाज है, जो है वह नार्थों के पास है, और इस वास्ते उन में वह बात नहीं है, जो होनी चाहिये, यह २ नगरों में शिक्षित महाशयों को उष्ण स्नान घर बनानी चाहिये, वही लाभदायक वस्तु है ॥

स्मरण रहे कि जो लोग विधि पूर्वक व्यायाम करते हैं, उन क शैमकूप स्वभावतः खुले रहते हैं, और यदि उन को हमाम में स्नान करने का अवसर न मिले, तो कुछ हानि नहीं है, हमाम (उष्ण स्नान) घर में स्नान करने से शरीर हलका हो जाता है, हानिकारक मवाद बहुत कुछ निकल जाता है, हमाम पक्का होना चाहिए और ऐसा कि ताजी वायु किसी प्रकार आ जावे ॥

नाकि वायु के झोंक, इस में धुवां अन्धेरा और दुर्गन्ध न हो, पानी मीठा हो, उसके तीन भाग हों, पहिले भाग में साधारण पानी, दूसरे में उस से गरम, तीसरे में शीतोष्ण पानी होना चाहिए ॥

बहुत अधिक गर्म ९२ से ६८ दर्जा तक ऊष्ण से स्वेद हो कर सुस्ती दूर होती है, इस से अधिक गर्म हो, तो शरीर शिथिल और शारीरिक ऊष्णता कम, और आमाशय दुर्बल हो जाता है, हमाम में भूखे, या भोजन करने क पश्चात् स्नान न करें। अपितु भोजन करने से ३-४ घण्टे के पश्चात् स्नान करें, और अधिक देर तक भी हमाम में न रहना चाहिए न जल्दी २ एक भाग से, दूसरे भाग में चले जाना चाहिये, और नहीं जल्दी से बाहर जाना चाहिये, प्रत्युत इस प्रकार थोड़ी २ देर एक २ भाग में ठहर कर बाहर जाना चाहिए, जिनको हमाम न मिल सके, तो स्वेद कर्म (वाष्प स्नान) एक बन्द कमरे में कर सकता है, बहुत शुणकारी है, वाष्प का स्नान इस प्रकार किया जाता है, कि एक चारपाई पर जिस में बदे २ छिद्र हों, और भाप शरीर

तक पहुँच सके, सर्वथा नग्न हो कर छेद जावे, और दो वर्तन बड़े २ आध पानी से भर कर अग्नि पर रखे जावें, और मुख पर ढकने रहें, जब पानी उबलने लगे, और खूब गर्म हो जावे तो एक वर्तन ऊपर की ओर, और दूसरा पांच की ओर, रख कर ढकन को थोड़ा सा सरकावें, ताकि वाष्प निकले, परन्तु वाष्प के वर्तन रखने से प्रथम फेबल मुख बाहर रख कर शेष सम्पूर्ण शरीर वस्त्र से ढाँक देना चाहिए, और वस्त्र चारपाई के नीचे मूमी तक छूटका रहे, ताकि वायु किसी ओर से अन्तर, न आवे, और वाष्प भी बाहर बहुत कम आवे, एक ओर से वस्त्र उठा कर, वाष्प बौल दी जावे, और इस अन्तर में दो वर्तन और अग्नि पर रखना चाहिए, ताकि जब प्रथम वर्तनों से उष्ण वाष्प न निकले, तो दूसरे रख दिये जावें, यहाँ तक कि सब शरीर को पर्याप्त स्वेद भाजावे, और थोड़ी देर के लिए, मुख भी भीतर किया जा सकता है, पुनः भीतर ही भीतर स्वेद को पाँछें, यहाँ तक कि सब स्वेद शुष्क हो जावे, फिर धीरे २ वस्त्र का दूर करें ॥

जो ऐसा भी न करें, वह निम्न लिखित विधि ग्रहण करें :-  
 उष्ण पानी बहुत सा लेकर एक बन्द मकन में बले जावें, पहिले पाव को धोवें, फिर शरीर पर पानी डालकर खूब मलकर स्नान करें, परन्तु शिर पर पानी पीछे डालें, जब कि वह कम हो गया होगा, या दूसरे वर्तन में कम, उष्ण पानी पास रखें, और स्नान के पीछे सहर के अगोले या चौलिये से शरीर को अच्छी तरह पाँछें, यहाँ तक कि शरीर छाल हो जावे, और पावों को खूब मलना चाहिए ॥

पट्ट से स्थानों में उष्ण करने निकलते हैं, उन में स्नान करना भी गुणकारी है, यदि उपयुक्त सम्पूर्ण सावधानिया की जावे, तो शोषण होने का भय न रहे ॥

## एक श्लोक में इस प्रकार लिखा है :-

“तैल की मालिश की बिकनाई ( शुष्क वस्तु का उबटन मलने से दूर करने के पश्चात् जो शास्त्र की कही हुई विधि से स्नान करें, फिर कस्तूरी व केशर को घिस कर शरीर पर लगावें, और अगर की धूनी लेनी भी गुणकारी है, प्राङ्गण लोग स्नान के पीछे मस्तक, कर्ण, मीथा, भुजा ( याजे केवल मस्तक ) पर चन्दन घिस कर लगाया करते हैं, शीत ऋतु में उनको केशर या कस्तूरी या कषक केशर उस में अधिक करना चाहिये, यदि कस्तूरी व केशर पतली सी घिस कर शरीर में दा चार जगह लगाई जावे, तो शरीर सुगन्धित रहता है, गर्म भी रहती है, और शीत कम लगती है, चन्दन की धूनी भी शरीर में सुगन्धि उत्पन्न करती है” ॥

आयुर्वेद शास्त्र में एक जगह लिखा है, कि ऋषित रूप से सूर्य की किरणों के द्वारा, या दूसरे उपायों से स्वेद लेवें ॥

## सम्भोग ॥

शीत ऋतु सब से उत्तम इस कार्य के लिये वर्णन की जाती है, परन्तु ऋषि जी कहते हैं :-

“हेमन्त और शिशिर ऋतु में स्वेष्टानुसार भोग करें” और सुभक्त में भी लिखा है, कि “युवा स्वस्थ मनुष्य प्रति तीसरे दिन कर सकता है” जहां शीत ऋतु में ऋषित अनुषित का वर्णन है,

यहां मैथुन को इस ऋतु में उचित लिखा है, युनानों पुस्तकों में भी शीत ऋतु में उत्तम लिखा है, और इन्हीं कारणों से राग शीत ऋतु में यह मैथुन कर बैठते हैं, दूसरा कारण यह भी है कि बाह्य शीत होने से उष्णता भवित होती है औषधियाँ और आहार भी इन दिनों में अधिक पौष्टिक चाये जाते हैं और घृत दुग्ध का और ऋतुओं से अधिक भोजन होता है, प्रायः इकट्ठे सोते हैं, इस वास्ते रुधि इस ओर अधिक रहती है, हम बताना चाहते हैं कि आश्रमों में जहाँ प्रति तीसरे दिन आज्ञा दी है, वहाँ शम्भु युवा व स्वस्थ भी लिखा है, और यह लिखा हुआ— किस समय का है ? उस समय का जब कि घृत बहुत सस्ता मिलता था, जितना कि आज कल गेहूँ है, और दूध को मूल्य बिकता ही नहीं था, उस समय की जब कि आलस्य का जीवन कोई प्यवीर्य करना नहीं चाहता था, स्वस्थ युवाओं के वास्ते यह सीमा है ॥

जिस का तात्पर्य यह है कि स्वस्थ से स्वस्थ, बलवान् से बलवान्, पुरुष के वास्ते अधिक से अधिक इतना करना चाहिए, और तीन दिन का अन्तर अवश्य करना चाहिए, तीन दिन से कम का अन्तर किसी भी मनुष्य के वास्ते अधिक है, उपरोक्त कथन का यह मतलब कदापि नहीं है कि शीत ऋतु में प्रत्येक मनुष्य को इतनी बार करना चाहिये, प्रत्येक मनुष्य को अपनी शक्ति का अनुमान करना चाहिये, इस में कुछ संदेह नहीं कि प्रीष्ण ऋतु में जिन को सामर्थ्य है, प्रति दूसरे मास करने की आज्ञा है, इस ऋतु में लगभग प्रति सप्ताह या पाक्षिक कर सकता है,

पान पर वर्णन कर देना आवश्यक है, कि सम्पूर्ण वैद्यक में जब इस विषय की आलोचना की जाती है, तो वह घर्म शर से नहीं, वरन् वैद्यक शास्त्र के विचार से की जाती है, एक तो यह काम है कि बतावे कि कितना प्रयत्न हो कर मनुष्य रह सकता है, यदि धार्मिक विचार को लिया जावे तो यह है, कि ऋतु स्नान से छुड़ होन के पीछे एक बार मैथुन यदि गर्म स्थित हो जावे तो जब तक बालक दूध पीना न देवे, सर्वथा इस काम के समीप न आवे ॥

सारांश यह कि शीत ऋतु दूमरी ऋतुओं से अधिक अनुकूल तदाक को सन्मुख रखना चाहिए, सुश्रुत में लिखा है, कि मूत्र से शूल, काम, स्वर, निर्बलता, पाण्डु रोग, शर्द, आदि हो जाते हैं । और जो लोग उचित सीमा तक उचित विधि संग हैं, वह बहुत बड़ी आयु प्राप्त करते हैं, घुड़ापा नहीं आता, बल और रग उन का बढ़ता है, और उनके पर झुरियां नहीं पड़ती हैं ॥

अस्तु जहां तक हो सके अधिकता से बचे, जब युवा स्वस्थ स्वे त्रि न दिन के अन्तर की आज्ञा है, तो सोचना चाहिए । सकल के निर्बल हस्तमैथुन प्रस्त और रोगियों के वास्ते ; कितनी अधिकता है, बल तो यह है, कि बिना स्तम्भन ग के कर ही न सकें, परन्तु एक बार से अधिक भी दैनिक से न सकें ॥

एक प्रासिद्ध डाक्टर लिखता है, कि दैनिक मैथुन से एक मनुष्य के वास्ते भी जो आज तक कोई भी सप्ताह में

हुआ है अधिक है ॥

फिर यदि आजकल के युवा दैनिक वरन् एक दिन में कई बार मुस्र काछा करके जवानी में ही यूँ न हों। तो क्या हानें। एक रात्रि में एक बार से अधिक इतना हानिकारक है, कि उसका अनुमान ही नहीं हो सकता। २५ वर्ष से ४९ वर्ष की आयु में परन्तु मनुष्य निर्बल न हो, इस ऋतु में सप्ताह में एक बार कर के स्वस्थ रह सकता है ॥

डाक्टर इलीयन साहिय का वचन है, कि योड़े से ऐसे मनुष्य होंगे कि जो सप्ताह में एक बार से अधिक इस काम को कर सकते हैं, अधिकता के जानने की यह भी एक विधि है, कि जब तक प्राकृतिक उत्तेजना न हो तब तक न करें, प्राकृतिक उत्तेजना बढ है, जो बिना स्त्री के साथ हमने खेळने, बिना किस्सा कहानियों के सुनने, बिना मन में घुरे विचारों के छाने के अपने आप उत्पन्न हो, और मनुष्य को मैथुन की ओर आकृष्ट करे, पविदाळ के साथ यदि मैथुन किया जावे तो योड़ी बेर तक स्वच्छित होने के पीछे योड़ी निबळता मालूम हो कर फिर विशेष धामन्द मालूम होता है। और जरीर पहिले से अधिक हलका और स्वस्थ मालूम होता है ॥

जिन लोगों को हृदय व मस्तिष्क की नियरुता का राग हो, उनको चाहिए कि ऋतु कोई भी हो बहुत यत्न रखें, और स्त्रियों में मैथुन कदापि नहीं करना चाहिए ॥

## निद्रा का वर्णन ॥

सोने का वर्णन आरम्भ करते समय सब से पहिली बात

लिखनी जो आवश्यक है वह यह है कि यद्यपि दो मनुष्यों के इच्छा सोने से एक दूसरे की गरमी गरम श्वास आदि से शीत कम अनुभव होता है, परन्तु यह बात बहुत हानि कारक है ॥

लोग कहते हैं :—“आया महीना पोह, जीवतगे ओह, जहदे सोवतगे दो” । परन्तु हम कहते हैं :—“जल्दी मरतगे ओह, जेहदे सोवतगे दो” । इस असु में स्त्री पुरुष इच्छे एक चारपाई पर सोते हैं, विशेष कर जिनके बाल बचे अभी न हुए हों, यह बहुत बुरा है प्रत्युत मूर्खता है । इन लोगों को मालूम नहीं है, कि इस प्रकार स्त्री के साथ सोना, शुक्रमेह, और शीघ्र पतन का हेतु होता है, रात्रि को सोने के पश्चात् प्रातः ओ पश्चात् क्रिया आवेगा तो उस में बहुत सा वीर्य निकल जावेगा । मनुष्य के शरीर से सदैव पिजळी निकलती रहती है, पुरुष के भीतर पनात्मिक और स्त्री के भीतर अणुत्मिक विद्युत होता है, दोनों के सिद्धांत से आनन्द होता है, परन्तु वह अवश्य बटता रहता है, और इस प्रकार दोनों की क्षति घटती है, उस के कारण से भोजन भी ठीक नहीं पचता है ॥

इसके अतिरिक्त पुंसत्व शक्ति भी कम होती है । इसका कारण यह है, कि जो वस्तु सदैव पास रहती है उसकी इच्छा कम होती जाती है । (सुखिमान् स्त्रियां अपने शरीर की पतियों से भी प्रायः इसी भाँति छिपाती रहती हैं, कि उनकी रुचि बनी रहे । अपने घर की स्त्रियों से बाहर की स्त्रियों को दुराचारी इसी छिपे पसन्द करते हैं, कि वह सदैव पास नहीं रहती हैं) पहिले २



तो धीरे धीरे हर समय ही रहता है, किन्तु जो सदैव एकत्र सोने वाला है, इस इच्छा को दबाया है जिस से शरीर दिन प्रति दिन निर्बल होता जाता है, और जब हर समय ए सो मैथुन के समय अधिक बल नहीं होता है, यदि शराब के ही इच्छा होती रहती है, फिर वह दूर यह भी एक बड़ी हानि है, कि इकट्ठे सोते हुए ए कार्बोनिक एसिड गैस अन्दर जाती है, और अग भीतर मुह कर ले, तो दोनों की हवा तुरन्त मात्र अपवित्र कर देती है, इसी प्रकार की और भी बातें से इकट्ठे सोना हानिकारक है, जो सदैव इकट्ठे सोते धीरे धीरे अवश्य निर्बल हो जाता है, केवल गर्भावान के सोना चाहिए और उस से पीछे अपनी २ चारपाई सोवें॥

( २ ) सरदियों में दिन को सोना आरोग्यता के कारक है, और अजीर्ण, रात की शराबी, मुह रु अठराभि का मन्व होना, व नशके व जुकाम को उत्प केवल इसलिए कि रात को नियत समय से कम सोने हुआ हो, दिन को सोना चाहिए, और वह भी रात आधा, दिन को सदा दिन के भोजन के पीछे सोने के चक्को एक बार नहीं बलाकि धीरे २ छोड़ देना चाहिए

( ३ ) सरदियों में रात को थूकें लोग अन्दर को स्मरण रखना चाहिए, कि ताजा हवा जी को ताज कपड़े एक की जगह दो ऊपर ले लो, किन्तु मकान

दरवाजे बन्द मत करो, एक दरवाजा था खिड़की जा कि सोने की चारपाई से दूर हो अवश्य खुली रखनी चाहिए, जो मनुष्य छोटे से कमरे में बहुत से मिल के सोते हैं, और आश्चर्य यह कि कोयला आदि भी सुलगाते हैं, वह और भी कार्बानिक एसिड गैस फैलाते हैं, और वह रोग को आप भोळ लेते हैं। कुछ मनुष्य मकान में अधिक सरसों के दिन कुछ किवाड़ बन्द करके और सरसों से बर्धन के वास्ते छिद्रों में भी कपड़ देकर कायल में करते रह, इन बेचारों के पास कपड़ा कम था, फिर सब सो गए, किन्तु पाठः काल सब मुरदा पाए गए। कोयले सुलगाने हों तो बाहर से सुलगाकर भीतर लाओ, कोयलों का धूआं आरोग्यता के वास्ते हानिकारक है, सोने के कमरे में रोशनदान अवश्य रखने चाहिए, और यदि यह काफी हो तो समाम खोल दिए जावें, और दरवाजा न भी खोला जावे ता कोई हानि नहीं है, यदि चार चक्र कुत्ते बिल्ली आदि का भय हो ता खोलने वाली खिड़कियों में छाने की धाँसे, या छोटे की जाळी लगवा सकते हैं ॥

## हेमन्त ऋतु का वर्णन ॥

मिथिष ए० हमफरी साहिबा अपन रिखाळे सुन्दरता में छिखती हैं, कि वह स्त्री कदाचित सुन्दर नहीं हो सकती, जो सोते समय सब खिड़कियों को बन्द रखती है, वायु का आना जाना जारी रखने के बहुत से लाभ हैं, सब वायु में ४०० में १ अंश यदि कार्बानिक एसिड गैस हो, तो कुछ हानि नहीं करती है, किन्तु इस से अधिक हानिकारक है। बड़े मारी कमरे की वायु

एक मनुष्य के श्वास में १ घंटे के अन्दर खराब हो जाती है, यदि वायु के अनेक जान का मार्ग न हो, तो आप विचार सकते हैं कि साधारण कमरे की वायु की प्रातः काल तक क्या हालत होगी ? क्या ऐसे कमरे में सोने याटा मनुष्य ताप्य होकर उठेगा कदापि नहीं ॥

( ४ ) ऊपर लिखे हुए कारण से कम्बल, या श्रेक क अन्दर मुत्र करके सोना आरोग्यता के लिये हानि कारक है यदि फिर को सरदी खगधी है, तो गल्लरन्द या टापी गरम ओढ़ कर सोओ, निन्तु मुख को बाहर रक्खो, नहीं तो तुम खराब वायु में श्वास छे रहे हो ॥

( ५ ) बहुत सी सुली वायु को प्राप्त करने के लिये यह भी अ वश्यक है, कि सोने के कमर में बहुत सा असबाब न हो, जितना असबाब अधिक होगा उतनी ही वायु उस में कम आवेगी, और उतनी ही जल्दी यह फिर खराब हो जावेगी, जितना कमरा चौड़ा होगा, असबाब उस में कम होगा, उतना ही वायु हमको अधिक मिलेगी ॥

( ६ ) सरदियों में विचार्थी विशेष कर आर दूसरे लोग भी रात को पढ़ते हैं, क्योंकि दिन छुट हाते हैं इस के विषय में याद रक्खो कि लैम्प आँसों के सामने नहीं रखना चाइये, वगए एउ ओर को हा, बाई ओर ठीक होता है, बाई ओर होने से लिखने पर हाथ की छाया पड़ती है, आँसों पर लैम्प के प्रकाश का आवश्यक्ता नहीं है, और दूसरी बात यह भी स्मरण रक्खो, कि १२ घंटे रात के पहिले २ अवश्य सोना चाडिये, यही सोने

का अच्छा समय है, और पहिले सगय के स्थान में पिछले पहर  
ठठना अच्छा है, पहिले समय यदि पढ़ें तो सोने के नियत समय  
से १५ मिनट पहिले काम छोड़ कर मास्तिष्क को विश्राम द्वा,  
अन्यथा काम करता हुआ मास्तिष्क नींद में हानि करेगा नींद के  
छिये मास्तिष्क में दाबिर की कम आवश्यकता है, और मास्तिष्कीय  
काम से रक्त घ्रमण अधिक होता है ॥

( ७ ) शरीर शक्तु में बिछौने के गदेछे अमीर लोग बहुत नरम  
रसत हैं, बाण तो चारपाई पर छुटकते फिरते हैं बहुत से छोटे २  
भाषा दरजन सिरहाने लगा छते हैं, यह सब नींद में हानिकारक  
होते हैं, गदेछा भी नरम २ नहीं होना चाहिय, सिरहाना केवल  
साधारण ऊर्षाई का होना चाहिय, बहुत नरम बिछौने शरीरिक  
अङ्गों को बल नहीं देते हैं, शरीर सुखील भी नहीं बनता है ॥

( ८ ) मिनठे पाशों सरदियों में बहुत सरद रहें और इन  
कारण से नींद में बिन्न उरस्थित हो, उनको सोने से पहिले गरम  
पानी से घोने चाहियें, या सोते समय गरम पानी की चोतल  
पाशों के नीचे रखारे क भीतर रख लेना चाहिये, और गरम  
पट्टी शयना भी लाभदायक होगा ॥

( ९ ) सरदियों में यदि रात को कपड़े पहन कर सोवें तो  
सर्दी बहुत कम लगती है, रात को ठठना पड़े तो हवा कदावि  
नहीं लगती है, रात के पहिनन के वास्ते सामर्थ्य के अनुसार  
विबिध प्रकार की युनियाने जो शरीर के साथ लगी रहती हैं  
कामकारी हैं, इस प्रकार की युनियाने भी मिल सकती हैं कि  
उन में पात्राया कुत्ता इकट्ठा बना होता है, उसको अगरेषी में

कम्बलिनशन कहते हैं, जिनको यह न मिल सके, उनको सरर का ही पाजामा कुरा पाइनना चाहिये ॥

(१०) मोने के कमरे में जिनको रात को दीपक सलता रखने का अभ्यास है, उनको देखना चाहिये कि यदि सरसों का तैल के दीपक का प्रबन्ध हो सके तो बहुत उत्तम है, नहीं तो एसो लैम्प होना चाहिय जिससे धूआं बहुत कम निकले। यदि पलापुरुफ हो, तो बहुत अच्छा है, क्योंकि ऐसी अवस्था में जा यादा बहुत धुआं रहे वह भी चिमनी के ऊपर जो लकना है उस को ही लगता जावेगा, गैस बहुत घुरी है, और पिजली सब से उत्तम है ॥

## यात्रा का वर्णन ॥

रात्रि के समय सरदियों में यात्रा बहुत कम हानी है, क्योंकि सरद बहुत हानी है यदि यात्रा रल के द्वारा करनी हो, तो दीक्षा चढ़ा सवें, परन्तु वायु के आवागमन क लिये यह आवश्यक है, कि ऊपर की ओर जो शिष्टमणी होती है, उनका खुला रखें, और वाद र शिष्टकी से मुख बाहिर निकाल कर न देखें, और न ही बसनी रेल में मुख बाहर निकालें, यदि गफा आदि में सफा करना हो या पदल चलना हो, तो सिर और गले को ढाप रखें, मौजे गरम पहनें, आर वस्तान हों तो बहुत ही अच्छा है। यदि नाक को सरदी लगे तो नाक के पीतर रुई दी जासकती है, छाती पर वस्त्र अधिक होना चाहिये, आर यदि कम्बल मारि ओढ़ने को हो तो उत्तम है ॥

। सरदी की यात्रा में चाय अच्छी है, क्योंकि गर्मी देती है, और अपने पास कोई और भी बड़ बड़क गर्मी देने वाली वस्तु रखनी चाहिये, ताकि आवश्यकता होने पर खाई जासके। नियत समय पर पहुँच कर भी गरम २ बड़ बड़क भोजन खा लेना चाहिये, सरदी लगने पर तुरन्त आग के पास न होनाए, वरन् प्रथम अगीठी दूर ही रखें, फिर चाहे उसके पास ही हो जावें ॥

यात्रा पर जाने से पहिले घृत की बनी हुई वस्तुएँ और मीठा व शक्कर आदि खावें वैद्यक ग्रन्थों में गरमियों में यात्रा पर जाने के समय खिचड़ी व दही खाना लिखा है, परन्तु सरदियों के छिये मिमी व दूध लिखा है, जो कि बड़ बड़क है, मार्ग में होटलों में जा २ कर मादिरा मत पीवें, यह गर्मी नहीं देती है, यह तजरुबा क पीछे मिथ हो चुका है, कि मद्यपी को सरदी अधिक लगती है, केवल नशे के समय कम होता है, और मादिरा जबकि सब अङ्गों और शरीर को निर्धक कर देती है, तो यह माफ मालूम होना है, कि स्वास्थ्य विगाड़ने पर सरदी अधिक लगेगी, यात्रा में वात्र कितने गरम हो सकें रखें, न मालूम क्या आवश्यकता पद नावे ॥

## शरद ऋतु के मेवे ॥

अखरोट—रुष्ण, रुक्ष, पृहण, उदर कृमि नाशक है, सारक है, शक्कर मिठा कर आना माटापा छाता है, परन्तु मुख में दाने निकल भात है, और जिह्वा प विशेष कर बालकों की जिह्वा पर ) गुरुता व शिरःशूल उत्पन्न करता है, गिरी के ऊपर का श्वेत

कम्भीनेशन कहते हैं, जिनको यह न मिल सके, उनको सरसों का ही पाजामा कुरता पहिनना चाहिये ॥

(१०) सोने के कमरे में जिनको रात को दीपक जलाने का अभ्यास है, उनको देखना चाहिये कि यदि सरसों का संल के दीपक का प्रबन्ध हो सके तो बहुत उत्तम है, नहीं तो एसो छैम्प होना चाहिये जिससे धूमा बहुत कम निकले। यदि पक्षापुरुक हो, तो बहुत अच्छा है, क्योंकि ऐसी अवस्था में आयादा बहुत धुआ रहे वह भी चिमनी के ऊपर लो ठकना है एम का ही उगता जावेगा, गेब बहुत पुरी है, और पिजली सब से उत्तम है ॥

## यात्रा का वर्णन ॥

रात्रि के समय सरसियों में यात्रा बहुत कम जाती है, क्योंकि सरसों बहुत जाती है, यदि यात्रा रल के द्वारा करनी हो, तो शीशा चढ़ा लें परन्तु वायु के आवागमन के लिये यह आवश्यक है, कि ऊपर की आर लो झिलमली होती है, उनका खुला रखें, और वाग २ भिड़की से मुख बाहिर निकाल कर, न देखें, और न ही बरुमी रेल में मुख बाहर निकालें, यदि गच्छा आदि में पका करना हो या पदल चलना हो, तो सिर और गले को ढाँप रखें, मौसम गरम रहने, और दस्तान हो तो बहुत ही अच्छा है। यदि नाक को सरसों लगे तो नाक के पीतर रुई ही आसफती है छाती पर बस्त्र अधिक होना चाहिये, और यदि कर्मस भारि आँदने को हो तो उत्तम है ॥

। सरदी की यात्रा में चाय अच्छी है, क्योंकि गरमी देती है, और अपने पास कोई और भी बिलकुल गरमी देने वाली वस्तु रखनी चाहिये, ताकि आवश्यकता होने पर खाई जासके। नियत समय पर पहुंच कर भी गरम २ बिलकुल भोजन खा लेना चाहिये, सरदी लगने पर तुरन्त आग के पास न होजाए, वरन् प्रथम अगीठी दूर ही रखें, फिर चाहे उसके पास ही होजायें ॥

यात्रा पर जाने से पहिले घृत की बनी हुई वस्तुएं और मीठा व मक्खर आदि स्वादों वैद्यक ग्रन्थों में गरमियों में यात्रा पर जाने के समय खिचड़ी व दही खाना लिखा है, परन्तु सरदियों के छिये मिथी व दूध लिखा है, जो कि बिलकुल है, मार्ग में होटलों में जा २ कर मदिरा मत पीयें, यह गरमी नहीं देती है, यह तजकरा क पॉले सिद्ध हो चुका है, कि मद्यपी को सरदी अधिक लगती है, केषल नशे के समय कम होता है, और मदिरा जबकि सब अङ्गों और अंगों का निर्मूल कर देती है, तो यह साफ मालूम होता है, कि स्वास्थ्य बिगड़ने पर सरदी अधिक लगेगी, यात्रा में वात्र किछने गरम हो सकें रखें, न मालूम क्या आवश्यकता पड़ जावे ॥

## शरद ऋतु के मेवे ॥

अश्वरोध—कृष्ण, रुख, वृहण, उदर कृमि नाशक है सारक है, मक्खर मिखा कर खाना माटापा छाता है, परन्तु सुख में दाने निकल जात हैं, और मिखा व विशेष कर बालकों की निहा पर ) शुक्रता व शिरःशूल उत्पन्न करता है, गिरी के ऊपर का श्वेत



छिन्नका उतारें तो मुख और तालू को हानि नहीं पहुँचाता, और छिन्नका उतारने की विधि यूँ बताते हैं, कि जुवार की भूषों में देर तक तब पर रख कर मूँ और हाथ से मलें तो छिन्नका उतर जाता है, और गरम प्रकृति वाले को यदि कुछ कष्ट वेवे, विकसकीन उसको दूर करती है ॥

## अरवी ॥

शीतल, पिच्छल, पृष्य और वीर्यवर्द्धक है। परभु गुरुपाक, और गले के लिये हानिकारक है, विशेष कर निर्बल भावाश्रय वाला या इसे बड़ी कठिनता से पचा सकता है, शीतलता के कारण शरद ऋतु में सार जा सकती है ॥

## आलू ॥

शीतल, रुक्ष, और कफकारक है, और वायु मनुष्यों को तो आलुओं के खाने से उदरशूल, अतिसार और किसी र को इस में निशास्ता आधेक होने के कारण काष्टवृत्ता हो जाती है, अतः यदि किसी को सदैव कोष्टवृत्ता रहने, या आम शय की निर्बलता, या मन्दाग्नि, या अग्नी की निर्बलता या रक्तविकार हो, तो उसके खाने से अवश्य बचना चाहिये। शरद ऋतु के खाने के योग्य नहीं है, यदि खावें तो अदरक डाल दें ॥

## वादास ॥

ऊष्ण स्निग्ध है, मस्तिष्क को बल देने वाला व शरीर को पुष्ट करने वाला पृष्य और वीर्योत्पादक है, और जीणकास व पार्श्वशूल के लिये कामकारी है। डाक्टरी रसायनिक विधि से

मालूम हुआ है, कि इसमें निशास्ता, चिकनाई व क्षयर और गूर अधिक होता है, और सूप दायक व कोमलता करने वाला है, विशेष कर लिगेन्ट्रिय की स्वराश व स्वामी में बहुत लाभ दायक होता है। बहुधा मनुष्य कहते हैं, कि बादाम रासत की मालिश में हिमाग में साकत आती है, और वास्तव में इसकी मालिश करने से लाभ भी होता है, इसके अधिक प्रयोग से पट के भङ्गों को यदि कुछ हानि पहुँच तो उसको ठीक करने वाली वस्तुएँ मस्तगी व क्षयर बताते हैं, शरद ऋतु में खान के योग्य एक प्रशुत वस्तु है ॥

भीठ बादामों में कोई २ बादाम कड़वा निकल आता है, ये बादाम में एक बहुत हानि कारक विष होता है, इस स्थिति में न खाना चाहिये, और इसकी परिधान बिना खाने केवल इस प्रकार हो सकती है, कि कड़वा बादाम भीठे बादाम की गोष्ठा कुछ छोटा और चौड़ा अधिक हाता है ॥

## वाथू का शाक ॥

शीतल, कोमल, पाचक व सुषा बर्द्धक होता है, कहते हैं कि इसमें पकृति वाले मनुष्य के लिये बहुत अच्छा होता है, और अधिक उत्पन्न करता है। शाकों में मेथी व चोलाई का शाक उत्तम होता है ॥

## पिस्ता ॥

उष्ण, रुच, बर्द्ध पुष्ट करने वाला और आमामय, व हृदय, व सन्धि के लिये लाभकारी है, व शरीर को मोटा करने वाला और शुद्ध रक्षादाक है ॥

## चिरौंजी ॥

ऊष्ण, हिनग्घ, शुक्रोत्पादक, और कफ को दूर करने वाली है, परन्तु देर में पचने वाली है, और घी व शक्कर व अटा के साथ हलवा बना कर खाने से शरीर मोटा करती है, ओर देर में पचने वाली होने के कारण यदि कुछ हानि करे तो मधु या सिकज्जीन से ठीक हो जाती है ॥

## चिलगोज़ा ॥

गरम तर, धीर्य को पुष्ट करने वाला, और दिमाग को बल देने वाला समझा जाता है ॥

## छुहारा ॥

गरम सुश्क, धीर्य को पुष्ट करने वाला और गाढा कषिर उत्पन्न करने वाला है । बहरउलजवाहर में लिखा है, कि शरीर को मोटा व गरम करने वाला है परन्तु इसका सखन मदा अच्छा नहीं, विशेषकर उस समय जब कि शिग पीड़ा व आँसों के रोग हों, या मसूदों में पीड़ा व सूँहा का रोग हो । दूध में बारषीनी के साथ मिलाकर खान से मैथुन की इच्छा अधिक होती है । यह मारी व देर में पचने वाला है, यदि ऐसी अवस्था हो, तो अनार के पानी व सिकज्जीन से ठीक हो जाती है ॥

## सरसों का शाक ॥

गरम और मूत्रातिवार में कामकारा है, परन्तु माही और देर में पचने वाला है, और वायु को उत्पन्न करता है, इसके अतिरिक्त सुकूपार प्रकृतियों को इसके खाने से गले में सरास व खाँसी हो सकती है ॥

वैशक में इसको बहुत सागों से घुरा छिन्वा है, मल को अधिक करता है, और नीर्य और हृष्टी को कम करता है ॥

## सिंघाड़ा ॥

शीत, स्निग्ध, पुष्टिकारक, व धीर्य उत्पन्न करने वाला है, परन्तु घाही और देर में पचने वाला है ॥

## शकरकन्द ॥

पुष्टिकारक व धीर्य उत्पन्न करने वाली है, परन्तु इस में निशास्ता अधिक होने के कारण देर में पचने वाली व निर्बल आशय को कुछ हानि कारक हो सकती है ॥

## शलग्राम ॥

वीष्टिक व मारक, व पेशाब छानने वाला है, परन्तु वातकारी व देर में पचने वाला है, इस कारण से वात मनुष्यों को इसके लाने से पेट में पीड़ा व मरोड़ हो जाता है । मरिच व खीरा इस की हानि को ठीक करता है ॥

## छोटी द्राक्ष ( किशमिश ) ॥

गरम तर, यक्ष्म को बल देने वाली, व मेदा व भवाहियों व सांसी व वृक्त्रय, व मूत्रार्शय के रोगों में लाभकारी, व कोमल करने वाली समझी जाती है । डाक्टर कहते हैं, कि यह भूख को बढ़ाने वाली और विच को प्रसन्न रखने वाली है ॥

## नारियल ॥

नारियल के मयस को खोपा कहते हैं, यह गरम तर है, और

वीर्य को उत्पन्न करने वाला, वार्धाकरण, मूत्र लाने वाला, और  
 पृथ २ मूत्र आन व पीठ की पीड़ा में लाभकारी है, परन्तु देर में  
 पचन व छा व आमाशय के लिये हानि कारक है। खांड इस की  
 इस हानि का दूर करती है, डाक्टर लोग नदर्या व तंज के स्थान  
 पर, व कण्ठमाछा प्रकृति वालों, व राह्यक्षमा के रोगियों को दते  
 हैं, और शरीर पर इस की मालिश भी कराते हैं ॥

## गाजर ॥

गरम तर, मूत्र लाने वाली, सारक है। इसका मुख्या वाधी  
 करण, व पीठ की पीड़ा को दूर करने वाला है, देर में पचन  
 वाला है ॥

## गन्ना ॥

गरम तर, मूत्र लाने वाला, व कोमल करने वाला, पीठ को  
 दूर करने वाला, व स्वांथी में लाभकारी समझा जाता है। गन्ने के  
 रस में क्षार के अतिरिक्त तेषाव भी होता है, इसी कारण से  
 अधिक चूसने से मुख छिन्न जाता है। विशेषकर पहले गन्ने में,  
 जिनका कि गुण घनता है, और इस में मिठास है, इस वास्ते इस  
 को शरीर बरक लित्वा है ॥

## गोभी ॥

सर्द तर, पित्त को दूर करने वाली द्रव्य है, परन्तु देर में  
 पचने वाली व घात के उत्पन्न करने वाली है, और कहते हैं, कि  
 आमाशय व प्रकृत को बल देती है, परन्तु जिन के आमाशय व  
 अंतर्दियों में शीघ्र खराब हो जाती है, उनको नहीं खानी चाहिये ॥

## मूली ॥

ऊष्ण रुक्ष ( गरम ) मूत्र छानने वाली, व आहार को पचाने वाली, और वायु व दूहा को दूर करने वाली समझी जाती है, मनु कहते हैं, कि आप ढर में पथवी ह, और दही व मसूर भी ल के साथ इस को नहीं खाना चाहिये, और अधिक खाने से प बढ़ जाते हैं । वह अल जघाहर का कथन है, कि योजन से हिंसे मूली खाने से समन हो जाती है, और गठिया रोग वालों के लिये हानि कारक है, और शिर व दांतों व हृदय व आमाशय में भी इस से हानि पहुंचती है, लघण और मधु इस को ठीक करते हैं ॥

## मेथी का शाक ॥

गरम रुक्ष, कफ को दूर करने वाला, हृदय व यकृत को बल देने वाला, सस्तेमऊ व छाती मोचक व कास नाशक है, पीठ की पीड़ा के लिये लाभकारी समझा जाता है ॥

## नारंगी ॥

शरद तर, हृदय को बल देने वाली व पित्त के दूर करने वाली, व कफ उत्पादक है । नवीनानुसन्धान से इस में शर्करा व ठेसदार वस्तु और वह वेष्णव है, जो नींबू में पाया जाता है । ऐसे निर्बल वृद्ध, जिन को कोई चर्म रोग होजावे हों, या जिनकी कोई प्रकृति हो, या जिन अंगानों को गठिया या और कारण से जोड़ों में दर्द या कोई चर्म रोग हों, वह एक दो नारंगिया प्रति दिन खाने से लाभ होता है, और कुछ न कुछ स्वास्थ्य बढ़ता है ॥

## शुकन्दर ॥

पानी इस का गरम व मरद है, और इस प्रकार सब रोगों से मातादिल है। दूधित पीव को दूर करता है, मल सारक है, कफ को दूर करता है, और वीर्य को पुष्ट करता है। शुक्रन्दर को पका कर खाते हैं, मिर्चा मिला दिया जावे, तो इस का दाप गवाता है। शुकन्दर भाठा होता है, घट्टा देणों में इस की खाठ भी बनात है आर अधिक खान म पेचिदा करता है ॥

## सहजना ॥

ऊष्ण रुक्ष है, कफ को दूर करता है, भूक बढ़ाता है शोष को दूर करता है, वात व रुधिर के विकार को नाश करता है, पेट में फुन्नी में लाभकारी है, पेट का बदन, जोड़ों का बदन व विहा क रोग में गुणकारी है, वीर्य को पुष्ट करता है मूत्रल है, मूत्र घण की पथरी का तोड़ता है, इस के फूल गुरु व माही हैं, कफ व विकार व जोड़ों के दर्द को दूर करते हैं, व वात को घटाने वाले हैं। पत्तों का साग पका कर खाना छाती व दिल के दर्द का लाभकारी है। इसकी फलियों व मूली का अचार ठाठवे हैं, जो नीत रोगों में गुणकारी हैं। फलियों का अचार ठाठने की वर विधि है, कि एक दिन पानी में अमर अचार ठाठे, या गरम पानी में उबाल लें, फिर राई, नमक, मरिष भावि और बरसों का तैल डाल दें, ताकि खटा हो जावे, इस से अचार की गरमी कम हो जाती है, इस की जड़ का अचार घम वात रोगों को दूर करता है, पित्त प्रकृति वालों के लिये हानि कारक है, और

महजने के अक्षर को नेत्र के लिये भी हानि कारक लिखा है ॥

## लाल गन्ना ॥

गरम तर है इम का रस सुदृह को ताड़ता है, रुधिर को सूक्ष्म करता है, मूत्र उत्सर्जने की कठिनाई को दूर करता है, शरीर का माटा करता है, मसाने को जाधन करता है, खांसी और छापी की खड़बड़ाहट को दूर करता है । कभी इसका पार्श्व शूल में भी देते हैं, ताकि कफ व थूक पतला होकर आसानी से निकल जावे । बर्ध्म को पुष्ट करता है, और तयोयत को मुलायम करता है ॥

## राव ॥

गन्ने के रस को पकात २ लाल रंग हो जाता है, अभी तर हा और पानी सूखा न हो, उसको राव कहते हैं, शर्करा व गुड़ की अपक्षा देर में पचने वाला है, खाने में कम वर्सा जाता है, इस से तम्बाकू आदि बनाते हैं । इम प्रधान भङ्गों को बल देने वाला स्वेद लाने वाला, और रग निवारने वाला लिखा है ॥

## गुड ॥

ऊष्ण, रुक्ष है, पाचक है, और कोमलता कारक है, पित्त उत्पादक है, और दाह उत्पन्न करता है । ताजा २ अधिक गरम होता है, और वेधिग आदि उत्पन्न करता है, खटाइ इस को ठीक करती है हृदय व अवयवों को बल देने वाला है । मैथुन के पक्षपत्त वृष में डालकर पीना निर्मलता को दूर करता है, और मधु के स्थान में इसे काम में लाते हैं, और पाकों में भी इसकी



चाशनी वर्तते हैं, जितना पुराना हो, उतना ही अधिक गुणकारी होता है, ४० वर्ष का पुराना गुड़ उदर रोग, अन्त्रि रोग, और वासीर के वास्ते अत्युत्तम है ॥

## शकर ॥

ऊष्ण स्निग्ध है, और इस वास्ते गुड़ से अच्छी है, गुड़ की अपक्षा ऊष्ण कम होती है, परन्तु इस के अरपत को ठंडा माना जाता है, जितनी शुद्ध होती जाये, ऊष्णता कम होती जाती है। खांड, धीनी, और उस से पीछे मिथी की ऊष्णता क्रमशः कम है। शकर जितनी पुरानी होती है, तरी के स्थान पर उष में सुशकी होती है, इस अणुओं अणुओं के लिये लाभकारी है, और कोठे को बल देती है, यकृत को बल देती है और वात को दूर करती है, शुद्ध रक्त उत्पन्न होता है, अणुओं को बल देने वाली, रुधिर सघातक, और धीर्घ्य पुष्ट करने वाली है, सारक है विष्टम्भी नहीं है ॥

एक बहुत बड़े को जो युवा मास्म होता था, देखा, कि यह दूध में मिथी या पूरा कर्मी नहीं डालता था, परन्तु सारक मिठाता था, उस का यह ऊष्ण था, कि यह एक अत्युत्तम वस्तु है जिसको साधारण मनुष्य नहीं जानते ॥

## पीने का वर्णन ॥

गरमियों में तो पानी में एक डालने की आवश्यकता है, सर्दियों में बिना चर्क के ही चर्क का आमन्त्र मिष्ट ज्ञाता है, परन्तु स्मरण रहे, कि अधिक सर्द पानी शर्तों को हानि पहुँचाता

विद्यपि यह व्यसन बहुत बुरा है कि गरम र तो रोटी खाई जाव और पानी जब पीवें, तो बहुत ठंडा हो, या तो कुछ देर ठंडर कर पिओ या पानी को जरा गरम कर लेना चाहिये, केवल इतना कि उसकी सरदी जाती रह । ताकि गरम हो जावे । गरम हो जाव । गरम रोटी स मुख के भीतर के मसूदे और दांतों की झिल्ला फैलती है, और अकस्मात् उन पर सरदी पहुंचने से वह सिक्कड़ जाती है, और पीछे खराब ब डीली हो जाती है । रोटी के पीछे ठंडा पानी पीने से हलक और आमाशय को भी हानि पहुंचती है, और बाबू र डाक्टरों का कथन है, कि गरम र खान के बीच में सग्व पानी से प्रयः की मसलाने लगता है, इसलिये प्राय हलक से उतरे जब कुछ समय बित गया हो, सब पानी को पीना चाहिये ॥

## मद्य ॥

बाबू काम समझ मनुष्य खयाल करते हैं, कि सरदियों में मदिरा पान से गरमी पहुंचती है और पाचन शक्ति बढ़ जाती है, और काम करने को दिळ चाहता है, इस को निम्न लिखित डाक्टरों की सम्मति से खण्डन करते हैं ॥

बिलर जान फ्रैङ्कलिन—प्रशान्त सागर (बहर मुन्जमिद)  
जिस से बढ़ कर सरदी किसी जगह नहीं हो सकती गये, तो डाक्टरों ने मदिरा सर्वथा पहुंचने नहीं दी थी ॥

आरसी डाक्टर तल्लु साहिब—लिखते हैं कि “शीत ऋतु में जब सेना का फूच होता है, तो मैं किसी को मदिरा नहीं पीने देता ” ॥

लडन में सरदी लगने से जितने रोग होने हैं वह शराबियों को ही होते ॥

डाक्टर कारनगिर साहिव लिखते हैं, कि मैं चौथी रजमेन्द के साथ नौकर था, मदिरा न पीने वाले तो आरोग्य रहे, परन्तु मदपिओं को दुःख उठाना पड़ा ॥

मोजन के साथ मदिरा क्षुधा बढ़ाती नहीं है, वरत सूटी क्षुधा अत्यन्त फगती है, और ऐसा करने वाले मनुष्य का आमाश्व इतना निर्मल हो जाता है, कि फिर मदिरा के बिना एक प्राण भी पचाना कठिन हो जाता है ॥

एक उर्दू कवि लिखता है:—

शेर ॥

ऐ शोलाक शराब तेरा रु सियाह हो ।

जिसको लिपट गई तू उसको जला दिया ॥

जिसको शराब नोशी का चस्का जरा लगा ।

कहरा समझ के सारी ही खम को उड़ा गया ॥

दाजम समझ के इसको किसी ने अगर पिया ।

मामूली स्वाना पीना भी उसका छुड़ा दिया ॥

हे इश्वर ! भाग्य वासियों को इस से बर्खा, ताकि वह भी किसी वन्नति की ओर मुख करें ॥

शेर ॥

नशा हिंदियों से छुड़ा या इच्छाही ।

पद बिगड़ी हुई दे बना या इच्छाही ॥

हवा मफदह की जो सिर में भरी है ।

मिटा देगी यह नक़्श पा या इलाही ॥

वही पहिली भारतवर्ष वाली हालत ।

दिखा या इलाही, दिखा या इलाही ॥

पाठक गण ! सम्मिल आओ, यदि तुम मदिरा पीते हो  
तो इसको तुम्हें छोड़ दो, और कभी किसी तरह भी सुख न  
खाओ ॥

### शेर ॥

देखना ऐसा न हो जो हो कहीं \* खाना खराब ।

ऐसी कमफहमी से बरबादी है अक्सर देखना ॥

गदगी वाली में सिर पगडी कहीं टोपी कहीं ।

मैं परस्तों का ज़रा यह हाल अवतर देखना ॥ -

† मुसकरातों से बचो कहना हमारा मान लो ।

बरनह पछताओगे तुम एक रोज़ आखिर देखना ॥

### दूध ॥

वेद्य वस्तुओं में दूध सब से उत्तम वस्तु है, और मिथी डाल  
कर पीना शारीरिक अग्नि को बढ़ाता है, निर्बल मनुष्यों को बल  
देता है, वीर्य को बढ़ाता है, और हृदय व अस्तिष्क को बल देने  
वाला है । लिखा है, कि दूध ऊष्ण, स्निग्ध या सरस तर, मीठा,  
घात विष को दूर करने वाला, सारक सुरन्त वीर्य उत्पन्न करने

\* खराब खाना । † नशों ।

† मदिरा की हानियों का पूरा र पता लेना हो, तो हमारी  
रचित पुस्तक 'बहरों का इलाज न० २ पदो मूल्य १) है ॥

वाला घाजीकरण, घुस्त्रिघर्षक, पुष्टिकारक, आयु को बढ़ाने वाला, रक्त रूप का निश्चरने वाला, रमायन अर्थात् टानिक और रक्त को बढ़ाने वाला है, जीर्ण ज्वर, फुफ्फुस मूच्छा, समहणी, श्व, हृत्पावेग हृद्दोग मूत्राशय रोग, गोला, वधासरि, रक्त पित्त, खातसार, अतिश्रम व गर्भाशय रोग में सदैव लाभकारी है, यह मनुष्य जा सदा दाहकारी भोजन स्वास्ते रहस है, उन को भक्षण दूध का सेवन करना चाहिये । दूध नये ज्वर में नहीं पीना चाहिये, और पुग्ने ज्वरों में यह अमृत के समान है ॥

गाय का दूध सध से उत्तम होता है भैंस का दूध यद्यपि शारीरिक शक्ति को बढ़ाता है, परन्तु घुस्त्रि के लिये लाभकारी नहीं है अस्तवता पुष्टिकारक गाय क दूध से अधिक है ॥

बकरी का दूध—शीतल है, इस की दुर्गन्धि के कारण यह मनुष्य इसको पसन्द नहीं करत, परन्तु वास्तव में यह गरमियों में बहुत लाभदायक है (डाक्टर लोग बालक के लिये गाय की अपेक्षा बकरी का दूध उत्तम समझते हैं, पेशिश के लिये भी गुणकारी है । मुख क छाले दूर करता है, और रोगियों का शाहार है )

भेड का दूध—थोड़ा नमकीन होता है, अस्मरी नाशक है, परन्तु हृदय के लिये लाभकारी नहीं है ॥ वातज रोगों को अधिक गुणकारी लिखा है ॥

उरनी का दूध—नमकीन, भारय और कष्ट है गाय, अन्तार, यकृत की निबलता यजागीर और चर्दर घृमि में लाभदायक है ॥

अतः अहाँ तक हो सक, गाय का दूध ही पीने, और रक्त बढ़ाने के लिये भैंस का, जिहा गाय ने अभी पचसा दिया है,

उसका दूध अच्छा नहीं होता है और जिन गायों का बछड़ा मर जाता है उनका भी दूध ऐसा अच्छा नहीं होता। जो गाय घरी घाम, विनीले आदि खाती है, उनका दूध बहुत उत्तम होता है, और जिस गाय को गाम्बिन हुए ३ मास बीत गये हों, वो दूध में खारापन हो जाता है, और प्रभाव ऊष्ण हो जाता है, और बलदायक नहीं रहता है। पइली धार जो गाय ड्याइ हो उसका दूध निर्बल हो जाता है। जिस गाय का रग पछड़े के रग के साथ मिलता हो, या कृष्ण व श्वेत रग की गाय का दूध उत्तम होता है और जिन गायों के रंग ऊपर को उठे हों उनका दूध बहुत उत्तम होता है ॥

दूध को सूर्योदय के पश्चात् पीना चाहिये, और इन दिनों में गरम करके पीना चाहिये। जिन को दूध घात करता हो और कफ पैदा करता हो, उनको पलायची, दारचीनी, सोंठ, छुहारा, उस में उबाल लेना चाहिये और फिर उसको पीना चाहिए, जिन को प्रसिध्याय रहता है, और वह इस वास्ते दूध नहीं पीते, भली मांति पी सकते हैं। व्यायाम करने वालों को दूध अवश्य पीना चाहिये ॥

घारोष्ण दुग्ध गरम २ पी लें, वो गरम करने की आवश्यकता नहीं है। ऐसा दूध इसका अधिक बलदायक, तीनों दोषों के विकार को दूर करने वाला और अमृत के समान होता है। परन्तु भैंस का दूध थोड़ा ठण्डा करके पीना उत्तम है। गरम २ दूध घात और कफ को दूर करता है, यदि गरम करके सरद किया

जावे, तो उसकी सामीर सरद हो जाती है, और वह विचित्र रोगों में गुणकारी होता है। बल चाहने वाले जवानों को दूध में पानी मिलाये बिना खूब औटाना चाहिये, हिलाते रहना अच्छा है। जब खूब गाढ़ा हो जाय तो घी व मिथी मिलाकर पीवें। सब पुष्टिकारक औषधिया इस से नाथे हैं ॥

जो समय उचित हो, उस समय दूध पीवें। विद्यार्थियों को रात को दूध नहीं पीना चाहिये, इस से स्वप्नदोष का भय होता है। वैम रात को दूध पीना बुरा नहीं है। प्रातःकाल दूध पीना भी अच्छा है। एक जगह यूँ लिखा है:--

“ पहिले पहर में पिया हुआ दूध शीघ्र को बढ़ाव, बल बन बाढा है, और पाचन शक्ति को बढ़ाता है। तीसरे पहर का पिया हुआ दूध बल देता है, और कफ उत्पन्न नहीं करता, गरमी को दूर करता है, पाचन शक्ति को तैयार करता है, यारों को बढ़ाता है, कई रोग के लिये गुणकारी है, व युद्धे मनुष्यों को भी लाभदायक है, रात को पिया हुआ दूध बहुत से रोगों में गुणकारी है, और उन रोगों के लिये अधिक है जो अति शीघ्र और दोषों का कुपित करने वाली वस्तुएँ खाते हों, भार जो सट्टी कढ़वी, इमी, सारी भारी वस्तुएँ दिन में खाते हैं, उनको रात को दूध पीना लाभ करता है ॥

दूध और भोजन के बीच में दो तीन घंटे का अंतर रखना चाहिये। स्त्री सुरम्भ बल खाती है और दूध सुरम्भ बल का देता है। जो घुरे रंग का, घुरे रसाद बाढा, सदा, दुर्गन्धि

बाछा और गांठदार हो, उसको न पीना चाहिये, और न ही दूध को खट्टी और नमकीन वस्तुओं के साथ मिछाकर खावें। तीन पहर तक रक्खा हुआ दूध अच्छा नहीं होता, उबाल कर पीना चाहिये और ६ पहर पीछे रोग उत्पन्न करता है, और दस पहर के पीछे तो विष ही समझें। मछली व मक्खिन के साथ दूध पीना अच्छा नहीं है ॥

## चाय ॥

चाय का रिवाज भारतवर्ष में बहुत होता जाता है, और हज़ारों घरानों में चाय के बिना कोई दिन नहीं गुज़रता है। इस छिये इसका वर्णन हम थोड़ा विस्तार सहित करना चाहते हैं ॥

चाय को संस्कृत में चाहा, इर्कू में चाय, बंगाली में चाह, मराठी चाहा, गुजराती चाय, और अंगरेज़ी में टी ( Tea ), छत्तीसगढ़ में थी, और अरबी में सा, या शा बोलते हैं। यह बात मनो-रक्षणता से खाली नहीं कि संस्कृत नाम चाय के “ टाय ” से निकलते हैं। टाय चीन के चाय परगनों से चाय को कहा जाता है और अनुसन्धान कृत वर्णन करते हैं, कि चाय मध्य से पहिले चीन में ही उत्पन्न हुई थी, और चीन से सब देशों में फैली। “ ट ” को “ च ” से बदल कर सर्व नाम भारतीय बनते हैं। अरबी वालों ने ‘ च ’ को ‘ स ’ या ‘ श ’ से बदल दिया। अंगरेज़ों ने टाय को टी और छत्तीसगढ़ी वालों ने टी से थी बना लिया ॥

अंगरेज़ों ने थीसियों प्रकार की चाय बना ली, और तीस चालीस रुपये सेर तक की चाय मौजूद है, परन्तु जैसे गुण इन



में नहीं पाए जाते । कहते हैं, कि भोजन के पीछे एक घूंट चाय आहार को सर्वथा पचा देती है, और चहरे को लाल करती है, और रंग व रूप निश्चारती है, परन्तु मैं इस समय यह विश्वङ्गना चाहता हूँ, कि चाय के गुणों के विषय में चिकित्सकों का परस्पर कितना मत भेद है ॥

ऊपर लिखित चाय के गुणों के साथ यदि निम्न लिखित डाक्टर शैलर की सम्मति को पढ़ें, तो कितना आश्चर्य होता है । डाक्टर माहिष कहते हैं, कि "चाय व कार्बी दोनों पाचन शक्ति पर हानिकारक प्रभाव डालती हैं, इसकी परीक्षा यों की है, कि पहिले ३० क्यूबिक सैन्टिमीटर पेपसीन में डायल्सूट (एक छोरी फ्लोरिक एसिड और पानी मिला दिया, फिर उस में ४ रवा श्रीमा मांस का जो पकाकर बहुत बारीक कर लिया गया था, मिला दिया, फिर मिक्सचर के ४ हिस्से करके ४ बरतनों में डाल दिया, एक में चाय का काढ़ा डाला, दूसरे में चहवा, तीसरे में खालिस पानी, और चौथे में कुछ न डाला, कुछ समय के पश्चात् देखा, तो चाय के काढ़े वाला मांस ६४ प्रति सेंकड़ा गला था, चहवे वाला ६१ प्रति सेंकड़ा, और पानी वाला ९३ प्रति सेंकड़ा, और जिस में कुछ न डाला था, उसका मांस ९४ प्रति सेंकड़ा गला था । इस वजहसे से उस ने दृष्ट रूप से निष्कर्ष कर दिया, कि चाय और कार्बी दोनों का पाचन शक्ति पर पुनः प्रभाव पड़ता है । चहवा है वह चाय जो चहवे मांस और राटियों के टुकड़ों को गलावा करती थी " ?

डेली फ्रानीकल पत्र में लिखते हुए एक डाक्टर साहिब चाय का विषय में यु लिखते हैं :—

“एक स्वस्थ मनुष्य जो कि दिन में ३ बार भोजन पचा सकता है यदि बीच में कोई और वस्तु पीता है तो अपनी पाचन शक्ति को खो कर लेता है। यदि सृषा लगने पर पानी पीवे का आरोग्यता के लिये हानि कारक नहीं होगा, परन्तु पानी के अतिरिक्त दूसरी वस्तु विशेष कर चाय का पीना हानि कारक है। खाने में चाय का प्रयोग ठीक नहीं है, वरन् यह एक प्रकार की उत्तेजक पद वस्तु है। यद्यपि प्रत्येक चाय पीने वाले को चाय नहीं लग जाती, परन्तु बहुत से ऐसे हैं, जो इस के दास बन जाते हैं।

“एक एसी घटना भी वीची है, कि एक स्त्री ने बहुत सी चाय पी ली, और उसको एक प्रकार की मूर्च्छा हो गई, जैसी उनके प्राय आधिक मादरा पीने से हा जाती है। चाहे ऐसा प्रभाव कभी २ ही हो, परन्तु इस से स्पष्ट प्रगट होता है, कि शारीरिक अङ्गों पर किस प्रकार चाय का पुरा प्रभाव पड़ता है, और शारीरिक अङ्गों को उत्तेजित करने के लिये भी लोग इसका प्रयोग करते हैं” ॥

बहुत-से मनुष्य-ऐसे हैं, जिनके चाय पीने की बड़ी मारी इच्छा रहती है, परन्तु दूसरे पदार्थों के लिये थोड़ी य रसवया ही नहीं होती। चाय चाय के पीने वाले ऐसे हैं, कि यदि प्राण ही उनके चाय का प्याला न मिल जाये, तो वह बिस्तरे से उठ ही नहीं सकते। कारण यह है, कि चाय पीने वाले का हृदय जब

सूखने लगे, शरीर खाड़ी सा मालूम हो, और प्रकृति का निर्बलता और विद्विषापन व सुस्ती हो, तो उस से यह मालूम कर रना चाहिये, कि चाय पीने वाले पर चाय की पिछली मात्रा का प्रभाव आता रहा, और फिर पीने की आवश्यकता मालूम होती है। जैसी दशा कि मक्खिरा के नशे में होती है, वैसी ही चाय पन से भी होती है, क्योंकि जब चाय की अन्तिम मात्रा का प्रभाव जाता रहता है, तो पचेजक प्रभाव स्थिर रखने के लिये आवश्यक है, कि और चाय पान की जावे, इस प्रकार शरीर में विष का चक्र जारी रहता है, और इस विष का प्रभाव यह होता है, कि प्रधानावयव नियम विरुद्ध कार्य करने लगते हैं ॥

चाय पत्तों के सचेजक करने वाली औषधियों में से है, जिस में कोका (जिस से कोकॉन बनती है, जो एक बिपैठी वस्तु है) काफी भी सम्मिलित है। इन वस्तुओं के प्रयोग से शारीरिक और मानसिक शक्तियां साधारण से अधिक स्वर्ध होने लगती हैं, और शरीर के अंग निबल हो जाते हैं, यदि किसी योग्य डाक्टर की शिक्षानुसार औषधि स्वरूप इन वस्तुओं का प्रयोग करना परे, और उस से जो क्षीणता शरीर में या प्रधानावयवों में हो, वह उत्तम भोजनों और आराम से पूरी हो जावे, तो इतनी हानि शरीर में नहीं होती है, परन्तु लगातार प्रयोग से यह कभी पूरी नहीं हो सकती ॥

एक बार जब चाय का व्यवसन पड़ जावे, तो शरीर में नियम विरुद्ध कार्य जारी रहता है, और उसका परिणाम यह

होता है, कि पट्टे अनुभव हीन हो जाते हैं, और चाय इस रोग की वजह है। चाय में केवल संचालन शक्ति ही नहीं बरम् प्राही भी है, और इस प्राही अश के कारण पाचन शक्ति में क्षराधी हा जाती है। चाय आमाशय के भीतर भोजन चमक की भाँति कठोर कर देती है, और वह मनुष्य को चमक नहीं पचा सकते, उनको इस का सेवन नहीं करना चाहिये, और सस्ते दामों की चाय प्राहा अश अधिक रखने के कारण पाचन शक्ति के लिये अधिक हानिकारक है ॥

एक बार एक चाय पीने वाले ने वर्णन किया कि यदि चाय के काढ़ को किसी ऐसे बरतन में रखने समय तक रक्षित जाये, जिस में सफेद जिल्ला किया हुआ हो तो वह जिल्ला को खा जाता है। इस से भली भाँति समझ में आतावेगा, कि वह चाय का काढ़ा मनुष्य के भेदे पर किस प्रकार का बुरा प्रभाव करता होगा, मनुष्य दूसरे जनदारों से अपने आप को उत्तम समझता है, शायद इस लिये कि अपने आस्ते उत्तम २ विष प्रयोग करने के लिए मालूम कर लेता है, या बना लेता है। बहुत से मनुष्य किसी न किसी विपैली वस्तु के दास हैं, इन विषों में से चाय भी एक हानिकारक विष है, और शराब की नाई अपने दास को मतवाला बना देती है। इस को बहुत पीने वाला और इस का मौहताज एक प्रकार का नशई कहलाता है, जितना जल्दी चाय को रोकने के लिये सोसाईटिया स्थित की आनें, उतना ही उत्तम है, विशेष कर लड़कों को सम्पाक की भाँति चाय के सेवन से रोकना चाहिये ॥

टी हिस्पीपसिया Tea Diarrhea जो कि चाय पान व  
होती है, अथवा चाय की पदार्थमी, यह विषय रोग है, यहाँ तक  
कि यिलसन साहिब ने इन की चिकित्सा भी बताई है:—

कार्बोडिक एसिड	१	२	पूत्र
बाई कार्बोनेट आफ सोडा	५	५	पेय
एरोमैटिक सिपरिट आफ एमोनिया	१२०	१२०	पूत्र
पानी	१	१	मौस

यह एक सुराक है ऐसी दो सुराकें प्रति दिन देवें ॥

फ्रान्स के एक विख्यात डाक्टर मोस्योअल्बी साहिब  
लिखते हैं —

“ कि जो मनुष्य चाय अधिक पीता है, उन के मस्तिष्क की  
कोमल नसें निर्यत्न हो जाती हैं, और सुन्नन की शक्ति कम हो  
जाती है, और कानों में शायें २ आरम्भ हो जाती हैं । स्त्रियाँ जो  
मरदों की अपेक्षा निर्यत्न होती हैं अधिक तर इन्हीं रोगों में फँसी  
रहती हैं । डाक्टरों की सम्मति है कि चाय पीने से एक मर्ति  
रोग हो गया है, जिस की सूरत यह है, कि पहिले दिमाग में  
जोश पैदा हो जाता है, और चेहरे की रंगव पीली हो जाती है  
और चाय पीने वाला इस की परवाह नहीं करता, बोधे समय  
पहिले आत्मिक व शारीरिक दुःख प्रगट होने लगते हैं, प्रकृति दुःख  
हो जाती है, चेहरा बहुत ही पीला हो जाता है, हृदय की धड़कन  
वृत्त हो जाती है । इन बिन्दों के पैदा होते ही चाय को छोड़  
नहीं जाता, बल्कि जिस प्रकार शराबी मत्थेक रोग की चिकित्सा

शराब ही जनाते हैं, इसी तरह चाय का अभ्यास इन दुस्वों को कम करने के लिये और भी अधिक चाय का सेवन करता है, रोग दिन प्रति दिन बढ़ता और पुराना होता चला जाता है, इस समय दिल के रोग और जोड़ों व पट्टों की खराबी, दिल का घड़कना आदि रोग खोर करते हैं, इस लिये अधिक चाय का प्रयोग दिल के रोग और पट्टों की निर्वलता उत्पन्न करता है। चिकित्सा इसकी यह है, कि चाय को छोड़ दें और खुले मैदान में व्यायाम किया करें” ॥

डाक्टर ब्लेक साहिव लिखते हैं:—

“आरम्भ में चाय व काफी का सेवन स्वास् के लिये किया जाता है, परन्तु पीछे मनुष्य को इसकी आदत पेशी होजाती है, कि छोड़नी कठिन हो जाती है ॥”

“ऐसे मास पिता की सन्धान वीर्य गत रुचि के कारण नशे वाली वस्तुओं की इच्छा होती है। शराब पीने की शराब सोसाइटिया शराब की जगह जो कम नशे वाले अर्क, चाय, काफी आदि वजवीप्त करती हैं, इस विचार से कि इन से शराब की आदत छूट आवेगी, गलती करते हैं, कम नशे वाली वस्तुओं के दोष काल तक सेवन करने से तेज नशे की इच्छा उत्पन्न होती है ॥

“चाय व काफी आदि मनुष्य के अरीर पर मेदिरा की मांति निकृष्ट प्रभाव करती है, केवल न्यूमाधिकता का अन्तर है। चाय व काफी में दूर की हानियों के भतिरिक्त समीप की हानि

यह है, कि हाथों में कम्पवात उत्पन्न हो जाता है, पाचन शक्ति विगड़ जाती है, सेखी व फुरती जाती रहती है, और दिक् बढ़कने लगता है" ॥

बीसियों डाक्टरों की सम्मतिया और भी भक्ति की मा मकी हैं, जो चाय की आरोग्यता, पाचन शक्ति, दिल व दिमाग के लिये हानिकारक बतलाते हैं, परन्तु आप विस्मित होंगे, कि पुराने डाक्टरों की सम्मतिया चाय के विषय में बहुत उत्तम हैं। किन्तु नवीन अनुसन्धानों ने अब इसको आरोग्यता के लिये हानिकारक प्रमाणित कर दिया है, तो लकीर के फकीर होकर उसको पीते जाना कोई बुद्धिमानी नहीं। उदाहरणतः योग्य चिकित्सक यदि कोई मूळ देखें और सर्व सम्मति से उसको प्रगट करें, तो उसको मानना चाहिये।

चाय को कोई २ हकीम ऊष्ण, रुक्ष, और कोई २ शीतल रुक्ष कहते हैं। युक्ति यह छाते हैं, कि तथा को मुसावी है और मीतर की दाह को शान्ति देती है, और मद्य की हानियों को दूर करती है। इस पर 'सख्यनुलभदविया' का रचिता लिखता है, कि चाय ऊष्ण रुक्ष है, और इस को शरद समझना बहस है ॥

इसलिये ऊष्ण प्रकृति वालों के लिये चाय गुणकारी नहीं है, बरम् बेबल किसी २ रोग की अवस्था में उत्तम है। इमी बास्ते युनानी हकीम 'रूबनबेदार' ने लिखा है, कि ऊष्ण प्रकृति वालों के लिये चाय ५ मास है :—

१-मूत्र छानने वाली है, और शूठी वृषा को शान्ति देती है ॥

२-भीत शिरःशूल को दूर करती है ॥

३-दाह व आमामशय को शान्ति देने वाली है, डाक्टर

बालकिशन साहेब कौल एसिस्टेंट सर्जन लिखते हैं, कि जो चाय का औहर है उस को थोड़ी मात्रा में देने से पृक पर बड़ा प्रभाव पड़ता है ॥

मसखनुल अदधिया के राधिता ने लिखा है, कि पसीना छानने वाली और मूत्र छानने वाली है, शूठी वृषा को शान्ति देती है, शिरः शूल दाह, और बुष्ट डकार को बन्द करती है ॥

## दाऊद इनताकी ॥

दाऊद इनताकी लिखते हैं, कि रुधिर को शुद्ध करती है, कपोलों का रग बढ़ाती है, और वह औषधियां जो आमामशय में न पहुँचे, पहुँचा देती है । मस्तिष्क की पुष्टि के लिये सब से उत्तम आहार है, - हृदय बढ़कन और हृदय रोगों को दूर करने वाली है, और शोक को हटाती है ॥

डाक्टर छैनक साहिब लिखते हैं, कि चाय का प्रभाव बल शायक और पालन कारी मस्तिष्क और पट्टों पर होता है इसके लिये से साधारण पुरुषों की बुद्धि को सहायता मिलती है ॥

एक डाक्टर साहिब लिखते हैं, कि चाय थोड़ी २ पी जावे, जो पित्त प्रसन्न रखने वाली, बल देने वाली, और सुस्ती क, दूर करने वाली है । जो लोग रात को बैठ कर लिखने पढ़ने आदि काम करते हों उनकी सुस्ती और थकावट का दूर करता है ॥



“मुहम्मद विकारिया” इसको मध्यम लाभकारी विमला  
 “अहल हील” भी इस को ऊपर लिखित रोगों में गुण  
 बतलाता है ॥

मसखनुलअदविया में इस के गुण जो लिखे हैं क  
 सायं यह है, कि पट्टों को बल देने वाली, रुह को बँध  
 वाली, आमाशय को बल देने वाली, शीतल प्रकृति वाहों के  
 सुशी उत्पन्न करने वाली, और हल्की है, सुदा खोलती है, भ्रम  
 दूर करती है, पसिना लाने वाली, मूत्र लाने वाली, तृषा बग  
 लाने वाली, शिरःशुष्क को दूर करने वाली, दाह नाशक, आमाश  
 य शोधक, रुधिर व कपालों का रग निखारने वाली, आमाशय  
 मस्तिष्क को पुष्टि वाक, मद्य व अहसन, व प्यास की दुर्ग  
 हरने वाली, हृदय रोगों व हृदय घड़कन के लिये लाभकारी, शी  
 व दुःख, कामला, पाण्डु मलोदर, अर्श, मूत्रावरोध, मूत्र रु  
 जो शीत या यूक्टे की निर्बलता के कारण हों, गुणकारी है ॥

वैद्यक समय में चाय का सेवन न होना या, इसी वक्त  
 किसी पुरानी वैद्यक पुस्तक में इसका वर्णन नहीं मिलता है  
 अलपचा पीछे की लिखी हुई पुस्तकों में इसका वर्णन मिलता है।  
 परन्तु वहाँ भी पूर्ण रूप से इसका वर्णन नहीं है। एक पुस्तक में  
 इसका लिखा है:—

“चाय ऊष्ण है, पाचन शक्ति को बढ़ाती है, पाचक है,  
 अथवा आर हृय को पचाती है, हल्की है, विष व कफ को दूर  
 करती है, और कुछ २ वात को दूषित करती है” ॥

“ जो चाय सैराष्ट्र देश में तिनकों के समान उत्पन्न होती है, वह पाचक, हृदय को बल देने वाली, कफ और खांसी को दूर करने वाली, और खरों को दूर करने वाला है” ॥

डाक्टरी मेटरिया मैडिका में चाय के निम्न लिखित गुण लिखे हैं :—

“ अधिक चाय पीने से अपाचन हो सकती है, परन्तु कदाचित्त यह प्रभाव टैनिन के कारण होता है, जो कि चाय में मौजूद होता है, कैफीन के कारण में नहीं होता, ( जो असली जौहर चाय है ) चाय पीने वालों के प्रायः दांत-खराब हो जाते हैं, कफाएन का प्रभाव प्रायः मनुष्यों में थोड़ा सारक होता है, परन्तु यह मालूम नहीं कि किस अंश के कारण यह प्रभाव पड़ता है ॥

“ कैफीन मूली भांति रश्च जाती है, रुधिर में उस से कोई परिवर्तन नहीं होता, हृदय के ऊपर मनुष्यामें थोड़ी मात्रा से यह प्रभाव उत्पन्न होता है, कि हृदय की शक्ति बढ़ जाती है । उसका परिणाम यह होता है, कि रुधिर का प्रवाह बढ़ जाता है, ताप की गति प्रायः कम हो जाती है । विपैले आहार से दिल घड़कने उगाता है । यह परिणाम जो अधिकतर हृदय पेशी पर कैफीन के सीधे प्रभाव पड़ने के कारण उत्पन्न होते हैं, परन्तु Whulatory Center पर प्रभाव पड़ने से भी ऐसा होता है ॥

“ कैफीन से शरीर की छोटी र घमनियां पड़िठे सिद्ध हो जाती हैं, फिर फैल जाती हैं, और यह प्रभाव अधिकतर मांस पेशियों पर पड़ने के कारण से होता है ॥

पशुओं में श्वास की गति केफीएन से तेज हो जाती है। औपधि की मात्रा से श्वास की गति तेज हो जाती है, और अंतः श्वाहार से गति सुस्त हो जाती है। यह खूब मालूम है, कि पाठ और काकी मस्तिष्क को तेज करती हैं। यह स्टीम्यूलेण्ट (मोह का) प्रभाव केफीएन के कारण होता है” ॥

रोगी आग चठठा है, और काम करने की शक्ति बढ़ जाती है। युक्ति और विचार दोनों शक्तियाँ तेज हो जाती हैं। इस विषे केफीएन से जो तेजी मस्तिष्क की होती है, वह अफीम के विरुद्ध होती है, और तेजी में केफीएन की तेजी एकसी होती है, अर्थात् सब क्रियायें एक जैसी तेज हो जाती हैं, जो कि अफीम में नहीं होती, और अफीम की शक्ति तेजी न होने के कारण रोगी को शक्ति नहीं आती है। अधिक चाय पीने वालों के शारीरिक शक्तियों में कम्प उत्पन्न हो जाता है, जिस से, रोगी क काम करने लगते हैं। केफीएन से मनुष्य के मस्तिष्क और पेशियों में बड़ा प्रभाव पड़ता है, खियाल किया जाता है, कि केफीएन स पशुओं के काम की शक्ति बढ़ जाती है ॥

केफीएन से प्रथम छोटी २ नसें विकृत जाती हैं, इस विषे मूत्र कम निकलता है, परन्तु उसके पश्चात् शीघ्र ही पृथक् शीघ्र ही नसें फैल जाती हैं, उसके सैल्य तेज हो जाते हैं, और मूत्र निकलना बढ़ जाता है, अतः केफीएन उच्च स्थानिक मूत्र करने वाली औषधि है ॥

शरीर की घनावट पर केफीएन के प्रभाव के विषय में बहुत अनुभव किये गए हैं, परन्तु परिणाम कुछ नहीं निकला, अर्थात्

इस कारण से कि इसका प्रभाव कुछ नहीं पड़ता, मूत्र में रैन्यन का निकलना बढ़ जाता है, फलान्ति यह रैन्यन इसी से सीरे रूप से प्राप्त होता है मूत्र का जाना जो कि कहा जाता है, यह जाता है, वह भी अनुमानिक केफोएन से ही निकलता है। विषैल आहार से शरीर की ऊष्मा बढ़ सकती है ॥

चाय और काफी के सेवन से वायु मनुष्यों में हृदय का काम बेहता हो जाता है। थोड़ी मात्रा में केफीएन बहुत ही सीधा प्रभाव करती है, इसका विशेष प्रभाव धुब रूप पर पड़ता है, इसलिये उसके रोग में इसको सावधानी से देना चाहिये, किसी २ समय इस से माइमीन अथात् अर्द्धावभेदक दूर हो जाता है। केफीएन हृद रोगों में वर्तता जाता है। एथारटिक और साइट्रिक एस्ट्रुस में जब कि केवल ओस दिखाने की आवश्यकता होती है, वा बड़ी मात्रा में वर्तते हैं, यथा केफीएन की ३ वा ८ ग्रेन एक दिन में देने से रोगी सुगमता से सह सकता है, इसके साथ अट्रिकनिया (कुषला सत्व) को भी सम्मिलित कर सकते हैं डिजीटेस के स्थान केफीएन का प्रयोग नहीं हो सकता, क्योंकि इस से न तो हृदय की गति मन्द होती है और न ही नियम सुधार होती है, साबिगेटक प्रभाव के कारण केफीएन दिल के रोगों में विशेष कर काम करती है, कि जिस में हृदय रोगी हो, ॥

## चाय बनाने की विधियाँ ॥

कुराबादीन कमीर का रचियता रूप में चाय बनाने का

विधि, ( जो कि उस समय प्रचलित थी ) वह लिखता है ॥

एक सर पाना को इतना उमालें, कि ३ पाव रह जावे, या कमका तुम्हें चायदानी में, जिस में चाय के पत्ते डाले हुए होते हैं, उलट देन हैं और टुकने से टुक दते हैं । इस टुकन में छिद्र भी होते हैं, ता कि वाष्प भी निकलती रहे, फिर उसको रुमाक से एक षट तक टुक छोड़त हैं, जिस से यह पानी कुछ रगदार हो जाता है, और पछ उसको प्यासिरों में डालते हैं, और कड़वाने व कपैलापन दूर करने के लिये घोड़ी सी मिथी, और सुरभी दूर करने के लिये गाय या बकरी का दूध उमाला हुआ इस में मिला देत हैं, और फिर पीते हैं, और उमाले हुए पत्तों को कैक दिया जाता है ॥

पान्तु डाक्टर गार्डनर साहिब लिखते हैं :—

“ कि उमालते हुए पानी में चाय डालकर फाय पनाकर पीना चाहिए, साधारण विधि जो चाय पाने की है, उसमें बहुत से चाय के भाग पानी में नहीं आ सकते हैं, हां उमालते हुए पानी में जब कि वह घूस्दे पर ही हो, चाय डाल दी जाय और दो चार मिनट तक उबानी जावे, तो बहुत उत्तम है ” ॥

( १ ) युनानी दहीमों ने चाय पीने की निम्न लिखित विधि वर्णन का है :—

२ सेर पानी को इतना उमाला जावे, कि ३ पाव रह जावे, फिर दारफीनी, लौंग, सौंफ, अजवायन, पन्नायची दाना, सुरभी हर एक ४ मागा सबको अघबुटा करके और चाय ४ मागा देवे ही डालकर एक घासन में टुकने से टुक दें, और ८ वा ९ पत्ते

पीछे रस छान करके बोतल में भर कर रखें, और आवश्यकता के समय थोड़ा सा लेकर गरम करके और मिर्चा डाल कर पिया करें ॥

( २ ) ६ सेर पानी को इतना उबानें कि ३ सेर रह जावे, फिर दारचीनी लौंग, मौफ, भजवायन, रसायर्षोदाना, सुशगी सब को भण्डूटा करके उसमें डाल दें, जब ३ पाव पानी रह जावे तो ९ माशा घाय डालकर चत्तारें और टकना देकर कड़े वह कपड़े से छुपावें, ताकि भाप न निकलने पावे, कुछ देर पीछे शक्ति अनुमार छटाक हड़ छटाक भरक ले कर मिर्ची डाल कर पावें ॥

( ३ ) दारचीनी, अगर, अनीसून, मालव, मस्तगी रुमी, श्वेत चन्दन, गाबजवान प्रत्येक ३ माशा लेकर पानी में डालकर उबालें, जिस समय खूब उबाल आ जावे, तो ३ माशा घाय डाल कर भाप से चत्तारें और बस्त्र आदि से ढाप कर रख दें, दो या चार तोला इम अर्क में मिर्ची मिला लें, यदि शरद प्रकृति हो, तो चावल भर मुद्क भी डाल सकते हैं यदि सुसर्की हो, तो दूध भी मिला सकते हैं ॥

पञ्जाब में जा घाय बनाने की साधारण रीति प्रचलित है, और यहाँ आयुर्वेद सारे भारतवर्ष में हागी वह यह है, कि घाय पानी में डाल कर उबाली जाती है, और जब खूब रग निकल जाता है, तो नमक या मीठा, मीठे के साथ प्रायः दूध भी मिलाते हैं। कश्मीरी इसक विरुद्ध करते हैं, मीठी घाय में दूध नहीं डाला

झाटा है, नमकीन में दूध झाँकते हैं । सरदियों में प्रायः पाय की दुकानें खुल जाती हैं । उन में भी जो पाय होती है, बसकि वह तो पाय को सारा २ दिन भाग पर पड़ा रहने देते हैं ॥

१-वक्तव्य-पाय का फाँव रगत में बहुत फाँस, स्वाद में तीक्ष्ण व कड़वा हो, तो वह उत्तम नहीं है, और काढ़े में परि पुगान्धि न हो तो समझो कि पुरानी है । उत्तम पाय का काढ़ा एक घंटे रग का और सुगंधित हाता है, व स्वाद में भी तीक्ष्ण व कड़वा नहीं होता है ॥

२-यदि पाय का डिब्बा खगीश दुभा हो तो कुछ दिन के बर्तने योग्य निकाल कर ठिको को दूध बन्द कर देंगे, सभी पदार्थों और गीली हवा लगने से और यूही खुला रहने से पाय खराब हो जाती है ॥

३-कहते हैं, कि खुली पड़ी रहने से पाय खराब हो जावे, तो कड़ाही में डाल कर नरम भाँव पर रखें और हाथ से रिकारें, पन्द मिनट में ठीक हो जाती है, फिर डिब्ब में पाबवानी से रखें ॥

कई कम्पीरियों में यह विधि प्रचलित है, कि पाय पाणी की बखी व नमक सुकेमानी के साथ मिठाकर सुब उभाकते हैं और कड़वी से सुब दिखाते हैं और पछे एकसन मछारे को मिठा कर पीते हैं ॥

कायगर-पाय को पाणी के साथ डालकर सुब उभाकते हैं, जब उभाक आ जावे, तो पानी के छीटे देते रहते हैं, जब पानी खारा रह जावे, भाग से छतार कर कुछ २ गरम पीते हैं ॥

## चाय कीमाकी ॥

१ अफगानिस्तान में प्रचलित है :—चाय १ लोटा, दार  
एलायची और सौंफ का चूर्ण ३ माशा साध सेर पानी  
कर इतना उबालें कि अर्ध पाव पानी जल जाए, उमर  
न कर और चाय दानी में डाल कर मलाई और मीठ  
पर एक घटा रूनाळ से ढांप दें, ताकि दमपुष्ट हो आवे  
ताम में डालें ॥

## चाय मुगलई ॥

४ सेर पानी में ३ माशा एलायची छोटी, ९ माशा सौंफ,  
११ दारचीनी, डाल कर खूब उबालें, फिर चाय ६ माशा  
ग, इच्छानुसार डाल कर थोड़ी देर के पीछे चूल्हे से हटारें  
। या तीन पात्रों में ५-७ घार लोट पोट करके छान कर  
प में मिथी डाल कर पीवें, यह चाय कश्मीरी लोग  
पे हैं, और लाभकारी भी मालूम होती है ॥

जय महादुर डाक्टर पेठीराम साहिब ऐल, ऐम, ऐस,  
ट सर्जन चाय बनाने की यह विधि लिखत हैं :—

। एक सुधरे बरतन में चाय के पत्ते डाल कर उन पर  
हुआ पानी डालना चाहिये, और उभे १० या १५ मिनट  
नी में रहने दें, पीछे पानी छान कर साफ बरतन में  
” ॥

## चाय की मात्रा ॥

। कि चाय एक समय में कितनी पानी चाहिये ? एक प्रश्न



है, जिम्मे का निश्चय होना वसंतमान समय में कठिन है, कोई पुरुष  
 पाग डालने हैं, कोई योही हकाम व राफ्टरों से कोई २ है।  
 माशा काट १ साला, काट १-३ साला कोई २ साला, और कई  
 २-३ साला लिखता है, राय बहादुर बेकीराम साहिब २। ५। ५।  
 पानी से १-३ साला घाय लिखते हैं, और युनानी चिरिस्वायें  
 ने घाय की मात्रा बयल ३ मात्रा लिखा है ॥

परन्तु पानी की घाय के यामों में किमी, २ ने ५। ५। ५।  
 और पाण २ ने ५ मात्रा लिखा है एक इकीम साहिब ने रा  
 माशा भी एक म्यान पर लिखा है । मरी सम्मति में एक सब  
 के लिए ६ माशा घाय डालना पर्याप्त है, परन्तु इस से भी बड़ी  
 हो तो उत्तम है, परन्तु —

## दूध की मात्रा ॥

दूध की मात्रा में भी भेद है, अधिक न लिखकर यह लिखने  
 पर्याप्त है, कि यदि एक ही प्रकृति हा तो थोड़ा दूध डालें, यदि  
 एक प्रकृति बाला सर्वथा न डालें विच प्रकृति हो तो एक भाग  
 घाय के पानी में ३ भाग दूध डालें, इसी मति समझ कर  
 निस्संदेह यादा व अधिक कर लें, साधारण अवस्था में दूध  
 घाय का पानी और पाघा दूध उत्तम है ॥

## मीठे की मात्रा ॥

मीठे की मात्रा तो बसाई ही नहीं जा सकती, जितना की  
 जाता हो, इच्छा के अनुसार डाल लें, जो नमक मिठाई हो  
 भी इच्छा के अनुसार लिखें ॥

नोट :—गरम प्रकृति वालों को चाय के पीने से कृशता उत्पन्न  
 है। दूध व मीठा इसको ठीक करता है, मसतु जो गरम  
 ति बाड़े हों, वह चाय को दूर और मीठे के बिना कमी न  
 । सरद प्रकृति वालों के आमाशय को खराब करती है।  
 क खटाई उभरती हुई चाय में डाल दें। यह उसको ठीक  
 ती है, और सर्द प्रकृति वाले मनुष्य सौंर खटाई के बिना  
 व को न पीवें। बिना कुछ स्वादे के पीने से गरमी क रासे  
 र हाने हैं। इपी वास्ते भोजन प्राप्त को कुछ खाकर चाय पाव  
 । चाय का गरम पीना भी हानिकारक है, विशेष कर ऊष्ण  
 ति वालों को गरमी की ऋतु में दांत भी निर्बल हो जाते हैं,  
 व की अनुभव शक्ति में भी न्यूनता आती है, इस वास्ते चाय  
 थोड़ी गरम पीनी चाहिये। खाना खाने के पश्चात् थोड़ी गरम  
 य पाने से भाजन बहुत जल्दी पचता है। गरामेयों में कभी र  
 र मरिषियों में दूपरे चाय चाय पीनी चाहिये। दंतिक आदत  
 प नहीं है, और वह जग जो इत में कई बार चाय पीते हैं,  
 गाय नहीं रहते, डाक्टर रायट साहिब की सभ्यति है, कि  
 जिन के साथ चाय पीने से अपाचन होती है, इस लिये भोजन  
 पीछे पीना उत्तम है ॥

चाय पीने के पाछे तुरन्त सरद पानी पीने से गळे की नसों  
 से मय है, किसी नशीला औषधि का बिना आवश्यकता परिमाण  
 अधिक बार र दिया जावे, वो अवश्य प्रधानावयवों में विचार  
 ले जावेगा। उत्तम से उत्तम वस्तु भी परिमाण से अधिक हानि  
 करक है। फिर चाय क्यों हानि न करेगी? जब कि यह परिमाण

से अधिक पी जाये । खाली आमाशय में चाय पीना बहुत फलदायी है, परन्तु यदि रात का मोजन भली भाँति न पशा हो हो सफ़ारा व गरुवा भादि प्रातः पाई जावे, तो चाय पीने में हानि नहीं है ॥

एक माहिय लिखते हैं, कि यदि मात्रकल की आवश्यकता पर ध्यान किया जाय तो चाय एक आवश्यक वस्तु है, और इसे कुछ हानि नहीं पहुँचती, परन्तु सुरी विधि से सेवन न हो जाये, और अधिक बरती जाय, तो निरस्य हानिकारक है । पीव नहीं आती है, दिक्कत होने लगता है । पेटों की निर्मोही हो जाती है ॥

संसार की विचित्र दशा है, वही अंगरेज जिनको ठोकर लगाया था, तो चाय उबाल कर पानी फैक दिया था, और उसे चाय गए य । अब उन्होंने ने इसे आवश्यक बना दिया है, प्रातः हर दिन और दिन में कई बार चाय पीना एक विधान हो गया है, कोई दिन भी तो खाली नहीं जाता है, हॉटलों में चाय, ठोकर और बिस्कुट हा दिव्याई देते हैं । यम्बई बिलायत का बन्दर प्रसिद्धा जाता है, मैं जब यम्बई में गया मुझे आश्चर्य हुआ, कि यहाँ के लोग और जा जाते हैं, उनकी देखा देखा न जान किन्तु बार चाय पीते हैं । लोगों का चयन था कि यहाँ की वायुमण्डल है, इस वारते चाय की आवश्यकता है । मैं जिस इंसान से पूछा था, प्रातः एक टोप्ट और चाय पी जातो थी, मैंने मेनका से पूछा कि मुझे दूध भेजा जाया करे, मैं अधिक चाय पीने

वैसा ही होने लगा, मैं वहाँ पंद्रह दिन रहा, कोई प्रभाव नमवार  
वायु का सात न हुआ, गली २ और बाजार २ में रेस्ट्रॉन्ट मौजूद  
हैं, सैकड़ों बरम् हथारों होटल आदि हैं, जहाँ चाय के प्याले  
पड़ते हैं ॥

जैसे अंगरेजों के हाँ कोई अतिथि आवे तो चाय से उत्कार  
ता है, वैसे ही बर्मा में जहाँ जाओ, चाय आपके आगे आवेगी,  
घाट की विचित्र रीति है, किसी जगह चाय है, किसी स्थान  
पर चाय है, किसी स्थान पर दूध है, किसी स्थान पर मक्खन,  
किसी स्थान पर कैमोनेड है। न जाने अतिथि सरकार के  
ये ऐसी ही वस्तुएँ क्यों नियत हैं ॥

बाप २ डोग तो वहा २०-२० प्याले चाय के एक दिन  
पी जाते हैं, और फिर आश्चर्य यह है, कि पहिले चाय पी,  
तो मित्र मिल गया उसने कैमोनेड दिया वह भी दूध, फिर  
तो मित्र मिला, उसने पान दिया, वह भी दूध, फिर एक  
मिल गया, वह चाय बेता है, वह भी भीतर ! फिर वह  
सदा अपाचन और रोग प्रस्त होने की शिकायत न करें,  
त्या करें ॥

मैंने चाय के सम्बन्ध में सब बातें आपके सामने रख दी हैं।  
में निवेदन है, कि छादगी में आरोग्यता है, छुट्ट बड के  
न सकार में कोई वस्तु नहीं है। अपने स्वभाव को बितना  
रखोगे, उतना आराम पाओगे। यद्यपि मैं गर्मी पा  
परु में कभी चाय नहीं पीता तो भी मुझे कोई हानि नहीं

होती। सदस्यों पुरुष जो कि शहरों के बाहिर हैं, चाय से बरी हुए हैं, और वह अधिक स्वस्थ हैं। उत्तम से उत्तम वस्तु की लत भावत हो जाती है, और सदा एक ही वस्तु खाई जाती है, से वह कामकारी नहीं रहती है। इस छिप उत्तम हो, बरि जल ऐसी वस्तुओं से बचो, यदि मन बस में सही है, तो गरमियों में कभी २ केवल आवश्यकता के समय, और शीत ऋतु में सप्ताह में एक दो बार, या प्रतिश्याय आदि की अवस्था में कुछ दिन प्रति दिन ऊपर लिखित नियमानुसार चाय पिया करें ॥

## पहिनने का वर्णन ॥

सरदियों में बाहिर की सरदी से कपूर की रक्षा की बहुत आवश्यकता होती है। हाथ पाशों को सुखा रखने से बहुत शोष हाथ पाशों का फूटना आदि हो जाता है। छाती या गर्भ को सरदी छानने से प्रतिश्याय, सांसी, टाटूपफ, पुण्ड्रिका, पत्तिशुल, इत्यादि होने का समय है, भिर को सुखा रखने से गर्भों को रिर पीडा हो जाती है। सरदियों में बाहिर रहनी सरदी होती है, कि अकस्मात उसके छानने से कुछ भ्रमण रुक को शुरू होईस कोई रोग आरम्भ हो जाता है। निमोनिया से अधिक गर्भ इसी ऋतु में होती है। इस छिपे वर्षण वस्तु पहिनने सादावक हैं। निरैक, कफज प्रकृति बालों, बच्चों, मुद्दों, को विशेष का मारी से बचे रहना चाहिये। हमारे पत्राव में एक बड़ा ठ प्रसिद्ध है—

(पाशा बच्चों का खाता, जवानों का माई, और मुद्दों का कमाई, अर्थात् बच्चों को सरदी बहुत घापी कापी है, बच्चों

को साधारण छगती है, परन्तु दूबों को अधिक छगती है। इस प्रकार के मौसम न होने के कारण ही बड़े सरदियों में बहुत दुख होते हैं। यद्यपि उनका विश्व खेल की ओर लगे रहने से वह मारी अपेक्षा सरदी कम अनुभव करते हैं, परन्तु सरदी उन जमाओं पर प्रभाव बहुत शीघ्र करती है। बर्षों के पाओं वस्त्र मारी टांगें नगी रहती हैं, जो कि हानि कारक है। बर्षों शिर को गरम कपड़े से छपेटने की आवश्यकता नहीं है, प्रत्युत पाओं और छाती की रक्षा करनी चाहिए, इसी प्रकार से हृदय रोगियों को, गठिफा के रोगियों को, जिनको छाती या पेट का कोई गड़बड़ या जिन्होंने विरेचन लिया हो, खासी प्रविश्याय के रोगों पर शीघ्र ही सरदी से घुटा प्रभाव होगा है, इस वास्ते रज रहे, कि वस्त्र पर्याप्त हों, बर्ददार, कश्मीरा, पश्मीना, नाव आदि भिन्न २ प्रकार के गरम वस्त्र बाजार में बिकते हैं, शीत ऋतु में हितकर हैं ॥

गरम से यह अभिप्राय है, कि बाहिर की सरदी को भीतर तक नहीं होने देते, और भीतर की गरमी को बाहर निकलने में देते ॥

(सदम्बर के प्रारम्भ से धीरे २ गरम कपड़े पहिनने प्रारम्भ करें। बर्षों ७ सरदी बड़े धनको बढ़ाते जावें। उदाहरणतः प्रथम शिष्ट, उसके पीछे पाजामा, फिर वास्कुट, फिर कोट, फिर शरकोट, या चादर, जुतावे और दस्ताने जिनको मिठ सफें, लें, परन्तु दस्तानों की आदख न ढाली जावे वो उत्तम है। के काम में हानि न होवे ॥)

कंपकों को खुली बायु में शीघ्र उतार कर न फेंके, बरम् कपरे के भीतर उतारें। रात्रि को रात्रि के पूषक वस्त्र पहिनी, यदि वही वस्त्र रात को रहते हैं, तो उनको बहुत शीघ्र बदलो। रात के पहिनने के कपकों का वर्णन नीचे के वर्णन में ही युक्त है। सरदियों में परीना कम आने से कपके शीघ्र खराब नहीं हो सकते, परन्तु फिर भी जब उनमें मैल ज्ञात हो, तो धुलाना चाहिये, और पहिने सोव कर बैसे ही गरम वस्त्र मीठ हैं, जो धुलाने के खराब न हों। स्त्रियों के कपके की म्यादे एक ही वस्त्र से कां धरने न उपसीत करें ॥

पञ्जाब की हिन्दू स्त्रियों में विशेष कर लाहौर जमुतसर जगि लाहरो में रिवाज है, कि यदि कोई नयदीकी सम्बन्धी मर जाये, तो एक साल तक कुत्ता नहीं पहिनती। ऐसी स्त्रियों को सरदियों में एक ही पोती पहिने देख कर दया जाती है। परन्तु लाहरो में तो यह है, उनके पति छात्र पत्न करें, वह यही उचरें वेती है कि "गौ बिरादगी में अजित होना नहीं चाहती। हाथ! हाथ! लोग मुझ को क्या कहेंगे, कि हेस्तो जी मारि मर गया, अभी कुछ भी दिन उपसीत नहीं हुए, कि पोशाक पहिन बेठी है"। ऐसे पुरे रिवाज के विरुद्ध बहुत उपाय करना चाहिये। मरती को ऐसी दठा स्त्रियों को वाक्य करना चाहिये। अन्त में रोग की दशा में चिरिमा ता मरती को ही करनी पडती है ॥

( सरदियों के पहिनने के बिय फुलाने उषम उषम जाती है। फुलाने रक्त रग की गरम होतो है, परन्तु रक्त रग की उषम खराब पत्नम करतो है। इप दिवे एक कुत्ता नीचे पहिन कर

उपर फ्लाउरेन की कमीज पहिनी जावे; वो उत्तम है- फ्लाउरेन-  
 मुकड़े जाती है, इस छिप खुला कुरवा सिछाना चाहिये । किन्तु  
 फ्लाउरेन न मिळ सके, वह खदर दोहरे का एक कुरवा पहिने,  
 रफ्तें, सरदियों में पहिने के वास्ते काछे रंग के वस्त्र सब से  
 उत्तम समझे जाते हैं, क्योंकि अधिक गरम होते हैं। काछ वर्ण  
 के वस्त्र पहिने मरदों के छिपें तो फैशन के विरुद्ध हैं, स्त्रियों  
 को रक्त वर्ण के उत्तम होंगे ॥

येसे गरम कपड़े उत्तम हैं, जो गरम होते हुए बहुत मोटे  
 और बोझिल न हों । जो लोग कश्मीरे, और यनातों पर कपड़े  
 नहीं खरच कर सकते, उनको साधारण वस्त्र दुर्द्वार सिछवा  
 देने चाहिये ॥

मेहन्ती जादमी को थोड़े वस्त्रों की आवश्यकता होती है,  
 भाराम उठव, सुख और काश्मि बहुत से वस्त्र पहने हुए भी  
 ठिठरता रहता है । इसलिये सरदियों में सुकुमार जीवन कदापि  
 न व्यतीत करें, प्रातः को व्यायाम करने से सारा दिन छीत से  
 सुरक्षित रहते हैं ॥

विषय :- चर्मोपद्रवों में पिसा है :-

पिङ्गले शोरसे, मास, मद्य पीने वालों को मदिरा, पूरी,  
 कपारी, गेहू से बनी हुई वस्तुएँ, पेठे की वस्तुएँ, लड्डू की बनी  
 हुई वस्तुएँ, मिश्री, खाद्य, बवाशा आदि गन्धे की वस्तुएँ भार दूध  
 की वस्तुओं को खदर वस्तु में खेवत कर सकते हैं । विठ की  
 वस्तुएँ, बवाहरणतः गुजक, विठ कुवा, मुगा आदि, नये पादक,



जगति भी सामग्री हैं। इसके, परन्तु गरम, चंद्रम, आर आदि  
की धूनी से सुगंधित करके वस्त्र पहिन, गरम। परबों से एक  
दुए गृह में छोड़े" ॥

गरम वस्त्रों में शगमट्ट ने रजाई आदि कई बाग, बिंदु का  
प्याऊ आदि, रोखी चम्र, बाळों के वस्त्र, जैसे घुमना, बोनन,  
कमल आदि, कडमीरा आदि का वर्णन किया है। और सा  
इस कार्य के लिये मिला २ आकारों में काम से छाए करते हैं।

जबित दिधि से सूर्य की किरण में बैठे, पसीना, छेपे, पल्ल  
बहुत धूर कामे से और पसीना अधिक निकालने के कारण  
आदि रोग का हेतु होते हैं। पाशों में सँपे, झूठा, दोनों या इन  
से कम एक यदा रखें और नगे पाशों भूमी पर रखने से शरीर  
बढ़ती है ॥

प्रकृति के अनुसार घुव सेके, और जगति भी घुव के बिना  
केवनी घुरी नहीं है। सूर्य की ओर पीठ करके बैठे। मेत्र में  
सूर्य की किरणें आँ, परन्तु जगति की पीठ से पाग धरकर धेरे  
या जगिठी दूर बठा कर भारी वायु को रुक्य करें। इसका जगि  
म अधिक गरम और न अधिक रुक्य, परन्तु शीतोष्ण ब्रह्म से  
जाहिये ॥

ब्रह्म के अनुसार विष रोग से प्रसंग करना जाहिये, जगिठी,  
दर, बेक फल, गुह पिछाकर, पाग रुक की टाल, पखा वायु,  
कीरा, सुरा, बदेका की मोगी, अंदरक, छँठ, छोग, कधी अविना,  
दरवा, पीरक, छोक, मेधी, कमलगहा, चौकड़े, कासी दिव,

बनिवा, हींग, धी, बधुना, डोंग, दूध की खीर, ( बकरा, श्या, मग, डवा, मोर, खीर के मांस, उन के ठिये ओ मांस खाते हैं ) बरबड, अम्हीरी डैमू, विछायधी जलार, अगूर, सेव, अछरोट, पुराने गेहूं सांठी के छाल चाबड, कइसन आरि शीत ऋतु में सेवने योग्य हैं, सेंधा लवण, एलायधी, मेघरा, जायफळ, चूरु, दही, डाल जमीकन्द, बाब, अठेधी मी खाई जा सकती है ॥

सुगन्धित वस्तुएँ लगाना, पाप पीडा खाना, उत्तम र मोजन खाना, और यदि ईश्वर वे : वो रेश्मी वस्त्रों पर ध्यान करना चाहिये ॥

झरने का, चर्चा का, चावली का, फूरें का, या उत्तम सरोवर का बड पीवें । ठ्यायाम शीत ऋतु में बहुत कामकारी है ॥

दूधरे स्वान पर ठिखा है :—

“ नया, अन्न, कट्टी वस्तुएँ, धूप खेचना, सिठ, ठ्यायाम करना, सैठ का सर्वन करना, हेमन्त ऋतु में घैरों, ने छापदायक ठिये हैं । सोंठ व हर्ब मिठाकर खाने से शीत, अर के रोगों से सुरक्षित रह सकते हैं ॥

“ हेमन्त ऋतु है पावन शक्ति को बढ़ाता है, इस ठिर अधिक शरद वस्तुओं को इस ऋतु में सेवन न करना चाहिये । कसेरू, माडा का शक, सिपादे, कदली फल, आलू, अक्षयश, अषिड बडव, नदी व छोटे ताछाव या खेतों का : नर, पैस का दूध, बड़े मेढे का मांस, अषिड पव, पटर, दिन के समय शयन, पुराने जल, बडन, अषिड शीतल जल से स्नान, शीतल वायु

के शक्ति-प्राना, ससू, टेके कद्दी, ककी, और हडके कर्पे  
 शीघ्र वाटिकाओं में अिन में घुप ज हो बैठना, यदि रमि  
 कमप्रता चाहिये, यदि कोई वस्तु खड़े आवे - तो एउडे एक  
 को ठीक करने वाली वस्तु अवश्य - पाप, कानी, चारिप । व  
 उद्व के पाप अद्रक आदि मिला छे ॥

पाठकों को स्मरण होगा, कि क्षति ऋतु में मैने हेमन्त में  
 [क्षिप्र ऋतु दोनों] को मिलाया हुआ है, वैचक पुस्तकों में । इस  
 ऋतु का पूषक वर्णन है, यद्यपि इसका कोई वैधा अन्तर नहीं है  
 परन्तु इस विचार से क्षिप्र ऋतु का पूषक वर्णन हो जाने की  
 वा देनों को पूषक २ मानते हों, यह इस ऋतु के अन्तर्गत है  
 पाठ इन बातों का अर्थ समझ सकें । नीचे, बोदे किसे क  
 अनुवाद किया जाता है :—

१० "ओ, पदार्थ हेमन्त ऋतु में पंचाण्य कहे गए हैं, यदि  
 क्षिप्र ऋतु में पंचाण्य सम्पन्नो चाहिये" ॥

११ "इस ऋतु में पीपल के साथ हरे काष्ठ मिला करे जाने  
 से इस ऋतु में होने वाले रोग आक्रमण नहीं करते हैं" ॥

१२ "पाठिक शराह का अर्थ ( जो खाते हैं ) अन्तर्गत २ बीज  
 पैप, दाकी, पेडा, सुखत, मडाई, विरिक्तम् । वैध के अर्थ,  
 चापड, पकीये, शुभगुने आदि । अद्रक, आम, तिरयोडा, कोमार  
 आदि का आचार, हांग, नीर, घेवा उदम, इन्वडी, राड, माली,  
 व थिचडी का अर्थ है ॥

मोठ की थिचडी अरु रिवों में गोवा रोग आये हैं । जो

बाँके, चना की दाँल, दाँल, घी, मिर्ची और दूध मिला कर  
खिचड़ी बनाई जाती है ॥

खिचड़ी के साथ घी या अचार मिला प्रतीत होता है, जैसा  
जहा है, "इस खिचड़ी के चार पार, "घी, पापड़, और  
अचार" ॥

"ऊँची २ रुई की गदियों पर सोना, ब्यायाम, भी वैल  
देन, कहीं इतरो को छगाना, बीड़ा खाना, ऊँच २ भोजन,  
बाँके को इस ऋतु में प्राप्त होते हैं । आगे से ऊँच किये  
मरे में प्रायः पुस्तकों में अपनी स्त्री के साथ एक चारपाई  
यन करना इस ऋतु में ठीक लिख दिया है, परन्तु हमारी  
ते में यह हानिकारक है । बहुत थोड़े अनुप्य हैं, जो एकत्र  
अपने आपको धरा में रख सकते हैं । ऊँचता प्राप्त करने  
गल से ऊँचता सो बैठना होगा । एउध शयन में मैथुन  
। भी, तो भी धीर्य पतला हो ही जाता है ॥

**ऋतु सम्बन्धी रोग ॥**

रसता—इस ऋतु में रुधिरा बहुत होती है, आरम्भ में कंटे  
ल धाते हैं, आल धुक्क रहती है, इसके वास्ते वैल का  
नावश्यक है । कद्दू का वैल या बादाम रोगन, या लैतून  
। इस काम के लिये बहुत लाभकारी प्रमाणित होते हैं ।  
रुधिरा हो तो काले तिल, मगख बादाम, मगख पिस्ता,  
कद्दू, मगख अशुआध, मगख लीरा, मगख पिठगोष्ठा को  
र वैल निकाल कर मला करें । पी, मक्खन, मलाई का  
सेवन करें ॥

प्रतिश्याय-प्रायः लोगों को शीत वायु में न्युक्त या जुकाम का रोग होता रहता है, जैसे तो हमने ऐसे दम्ये हैं, कि शीत वायु ही इस में रोगी रहते हैं यदि कफ नासिका में बड़े या जुकाम, और यदि कण्ठ में गिरे, तो मजला कदते हैं। यदि पतला हो तो प्रसवे पित्त भी सम्मिश्रित टागा है, अन्वया करके कफ से होता है। शीत लगने से पानी में भीगने आदि से आरम्भ हो जाता है। बहुत ऊष्ण पस्तु या गर शीतल जल पीने से, आ अवापन से भी हा जाता है। कभी इसके साथ घोड़ा या खर होता है कभी शिर पीड़ा होती है आवाण भारी, पित्त मुस्त, कोष्ठकृत्ता, गर्मिमा-य आदि होती है। तीन चार दिन में यदि आराम न आवे, तो रोग बढ़कर खार्सा होजाता है। खार्सा की भी पिकरिषा न की जाये, तो खई तक हो सकती है ॥

रोगी को शीतल वायु से बचावें। शिर पर कपड़ा बांधें रखें। भोजन हलका व साधारण, जल जहां तक सम्भव हो शीतल न पीवें, बरन् ऊष्ण पीवें। यदि मापध्य हो तो स्नान भी ऊष्ण जल से करें, परन्तु ऊष्ण जल शिर पर न डालें। अवापन हो तो पसकी विद्विष्टा करे। कोष्ठकृत्ता को दूर करे। जिनको खार्सा की शीतल समय से प्रतिश्याय होजाने की आशंका है, पर शीत की आशंका न हो, प्रति दिन शीतल जल से स्नान किया करें, यदि जनको शीतल सटने का अभ्यास हो जाये ॥

योग अङ्गरेजी ॥

आइकर एमाभिगा एपी टीस / एयम, विपरिह ईबर मारर

३० घूद, टिंकषर कैम्फर कम्पौण्ड ३० घूद, वाइलम एपीकाक  
 १० घूद, सीरप टोको १ डराम, शुद्ध लड १ औन्स, यह एक  
 मात्रा है। प्रातः व रात्रि को सोते समय पिछावें, यदि नासिका  
 बहुत घुटी हो तो एमोनिया सुधाना चादिये, होवरस पौडर ५  
 ग्रेन, सोडा सीडी एसास १ ग्रेन, पानी के साथ खिलाया करें ॥

### वैद्यक योग ॥

शुद्ध पारा ४ तोला शुद्ध गन्धक आमलाचार ८ तोला,  
 बम्बनाग १६ तोला, त्रिकुटा ३२ तोला, हरद झांठ बहेड़ा छाल,  
 मामला गुठली रहित, पोहकरमूळ, अजमोद, वनतुलसी, वाय-  
 विद्ग, कायकळ, चव्य पाचों लवण, डोंग, निशोष ( विरवी ),  
 नमालगोटे की जड़ प्रत्येक २ तोला ॥

प्रथम पारा और गन्धक को दो पहर खरछ करके फिर  
 सब औषधियां भिठाकर घूप में तुलसी के रस से ७ दिन खरछ  
 करें, और गोष्ठियां चने के समान बना लें ॥

जुकाम, नजला, सांसी और दमे तक को गुणकारी है।  
 भर्क गावजुवान से एक गोभी देवें, सुरन्त लाभ होगा। जिनको  
 शीत जसु में सदा रतिश्याय होता रहता है, कुछ दिन इसका  
 भी सेवन करें ॥

### युनानी योग ॥

अतरीकळ कश्नीसी, या यमानी सार्से, ताकि शोषन हो  
 जावे। गुलेठी, कीहराना, अतमी, सवाजी, गावजवान मनकषा,  
 इह की छाल प्रत्येक ४ माशा, मिर्गो कर शरदट लफा मिर्ग

कर पितावै, समीरा पोख ससुआश, समीरा बनकशा, बादार से बने बनाए मिलते हैं ॥

## निस्वार जो सुवाद को निकाल कर जुकाम को लाभ करती है ॥

घावट अर्क दूध में भिगोयें, योदा २ दूध प्रति दिन हाथ दिया करें, २ दिन में जिसना खप सके । पुनः इसको डेहर महीन पीस कर सुखा लें । इसकी निस्वार से सुध छीकें भाषी हैं ॥

नौशादर, कडई पूना, व कपूर भिगाकर एक बोतल में रक्छें । आवश्यकता अनुधार दिखा कर काक शीघ्र कर सूँ, जो जुकाम को लाभकारी है ॥

जुकाम के कारण पट्टों में दर्द हो, जो १ रची अर्द्धम, डोधान, व हापर श्रेष्ठ का घूर्ण कोपछा पर हाउकर सुत व नासिका में चपकी भाप दें ॥

अमृशमारा जुकाम व नखला व खाँसी को पर्येक अरथा में गुणकारी है । साधारण जुकाम नासिका पर अंगाने से ई आया रहता है ॥

## इनफ्लोएन्जा ॥

एक प्रकार का सज्य जुकाम होना है, जिस में डार में होना है । यह अमार्गिक रोग माना गया है, इसको अहरेजी में इनफ्लोएन्जा कहते हैं, तपन्यछी भी इसको कह सकते हैं ॥

प्रथम पण्य से योदा बर होना है । नासिका बढ़ी और छीकें भाषी हैं । माथे व नेत्रों में पीडा, गला दुग्गा, अण्डा

मारी, खासी, श्वास छोटा प्यना, कटि आदि में पीड़ा, अजीर्ण व स्वाद के विकार, फमी २ छापी की पीड़ा, या जोड़ों का दर्द, रोगी अत्यन्त निर्बल हो जाता है। प्रायः एक सप्ताह पश्चात् अधिक पछीना, मूत्र या दस्त होकर रोग दूर हो जाता है। चिकित्सा लगभग वही है, जो ऊपर वर्णन हुई है ॥

गुळ बनफसा, गावजुमान, मुलेठी, धीहदाना, खतमी के बीज, अस्तुखवदूस, मकोय, प्रत्येक ६ माशा, ऊष्ण जल में फाड़ा करके भिमी मिठाकर पिछारें। शरबत जूफा या शरबत एकाप्र भी गुणकारी है ॥

सपिरिट एमोनिया ऐरोपेटिक १५ घूद, टिकषर कैम्फर कम्पौण्ड २० घूद, टिकषर एपीकाक १० घूद, सपिरिट टोली १ डराम, पानी १ औन्स, यह एक मात्रा है, दिन में ३ बार दें, निर्बलता की अवस्था में निम्न लिखित योग गुणकारी है :—

एमोनिया कार्ब ५ ग्रेन, टिकषर छेविण्डर १ डराम, इनच्यूजन सिन्कोना १ औन्स, इसी १ मात्रा को दिन में तीन बार दें, भोजन नरम और छोछ पाचन खावें, उदाहरणतः धवागु चागुदाना, पानी में पका खने का पानी, दाळ मूग आदि ॥

## खांसी ॥

सुश्क व तर दो प्रकार की मानी गई है। डाक्टर लोग खांसी को कोई रोग नहीं गिनते हैं, बल्कि दूधरे रोगों का चिह्न मानते हैं। सुश्क खांसी प्रायः गरमी, सुश्की और तर कफ से हुजा करती है ॥



धूँ, गरदा मुख में जाने से, अथिः दिनभ्य बहुते का कर ऊपर जल आदि पीने से मूँटी पर पानी पीने से, मूँ, मूँ या छीक रोकने से, शीत लगने से और नमी की वायु या स्थान में सोने से प्रायः खाँसी हो जाती है ॥

शीत में प्रायः फफूँ खाँसी होती है, और बूँदों की प्रायः के समय रात्रि की सोते समय बहुत मताती है । काज रगों के साथ २ पीछे खाँसी आबइयक हो जाती है, उदाहरणतः स्रसरा के साथ २ और आठसक गठिया, कोष्टबद्धता, और माथिक धर्म के बन्द होने के पश्चात् भी प्रायः खाँसी हो जाती है ॥

खाँसी सुदक के वास्ते निम्न लिखित योग हमारा अनुभूत योग है :—

मगज छू २ तोषा, मगज पादाम २ तोषा, कवीरा गौर श्वेत २ तोषा, पनफगा २ तोषा, श्वेत मरुमाश २ तोषा, निम्नगता ६ माशा, सब को पीस कर रोगन पादाम ३ टाँडा में मिला लें, और पीददाना या शेषवगोष्ठ का तुलाव गादा ९ मिला कर घटनी की बना लें, और एक दिन में दो तीन बार शनिक खाटा करें ॥

**खाँसी तर के वास्ते निम्न लिखित  
योग हमारा अनुभूत है ॥**

पाग शुद्ध, गन्धक आमलापाव शुद्ध, काटार चाम, कफ-नाग, चित्रा, पत्रज, धम्मालू के बीज, तेशर, माग छतार, शाना एक्यपी, पीरकामूक, मोंठ, काठी परिर, पीपल, इहं की काट,

बहेदा की छाल, आंवला, शुद्ध जमाळगोटे के बीज, सब भाग  
 डेबें । प्रथम पारा और गन्धक को दो पहर तक खाल करें, फिर  
 और औषधिया मिठा कर एक दिन खरख करें, और सब  
 औषधियों से दुगना गुड़ मिठाकर बेर के समान गोठिया बनावें,  
 एक गोठी प्रातः अर्ध गावजुषान से खावें, इस से खांसी के  
 अतिरिक्त कफज दमा, क्षय, गोळा, शूल, वात रोग, अरुधि, गले  
 का रुकना, अदिसार, पाण्डू राग अदि को लाभकारी है, बीहदाना  
 के पानी से खुश्क खांसी के ठिये गुणकारी है ॥

## खांसी खुश्क व तर का योग ॥

यह योग दोनों प्रकार की खांसी में गुणकारी है, और मेरा  
 अनुभूत है, बीहदाना, गोंद कर्करा, शहरतेगाळ, मुन्डेडी का  
 चूर्ण, निशास्ता, अश्यास्र श्वेत, प्रत्येक १ तोळा, मगज वादाम  
 २० मग, सब औषधियों को कूठ कर गोठियां जगली बेर के  
 समान बनावें, और उन में से दो चार बार मुख में रख कर  
 धूयें, प्रथम ही दिन लाभ प्रवीण होता है ॥

दूसरा—निम्न लिखित योग भी खांसी खुश्क व तर दोनों  
 को लाभकारी है, परन्तु तर के ठिये अत्यन्त गुणकारी है । यह  
 शार्ङ्गपर का सितोपलादि चूर्ण है, और मेरा अनुभूत है । मिथी  
 १६ तोळा, बंध छोचन ८ तोळा, पीपल ४ तोळा, पलायवी  
 छोटी २ तोळा, शारपीनी १ तोळा, सब का चूर्ण करके रखें  
 और मधु में पिठा कर खाटा करें । यदि खुश्क खांसी हो, तो  
 मधु के साथ सब से जाया भाग घी भी मिठा डेबें ॥

## खांसी के लिये टोटका ॥

सत्व मुंछेठी १ ढोला, गुंछेठी घूर्ण २ ढोला, घोंठ १ ढाका,  
काली मारिष १ ढोला, पीपल १ ढोला, सब को पीस कर घण्टे  
में बेर के समान गोठियाँ बनाएँ, सोते समय एक दो गूसा करें ॥

दयाकृमा—दयाकृमा बाजारों में बना पनाया बिकता है,

गले की सरसराहट और गले की खराब व शुष्क खाँसी का दूर  
करने के लिये जति उत्तम औषधि है । मुंछेठी घूर्ण २ ढोला,  
ब्रह्मशाला श्वेत २ ढोला, फूट पीस कर भाप घेर पानी में रात्रि  
को भिगोवें, और प्रातः कबाल कर छान कर भाप घेर रात  
भिखा कर घण्टे की पायनी बनाएँ, और निगरजा १ ढोला,  
कदोय १ ढोला, भिखा कर रखें, दो गोला ग्राह्य करें ॥

## खांसी के लिये योग ॥

देवगु पीनी १ ढोला, पतूर के बीज ८ माशा, घोंठ ४  
माशा, गोंद कीकर २ माशा, सब औषधियों को फूट पीस कर  
परद के दाने के समान गोठियाँ बनाएँ, और प्रातः व सायं  
जल से एक गोली दें । यह गोठियाँ ककुर खाँसी और रमा  
को बहुत लाभकारी हैं ॥

हव जद्वार निर्वसीवटी खांसी खुश्क  
व तर के लिये अत्यन्त गुणकारी है ॥

साक्षय गिरी, मरुसाय के बीज, इन्धेक ५ पाका, जद्वार  
( निरपघी अघस ) १ माशा, बीदराना, पशानी के बीज, ५२

की गिरी, खीरा की गिरी, प्रत्येक २ माशा, सत्व, मुलेठी, निशाणा, कर्वाग, कीकर गोंद सकार सेगाळ, बनफस गावजुवान, मुलरी खतमी प्रत्येक १ माशा केशर कश्मीरी अफीम, प्रत्येक ४ रत्नी, सब औषधियां महीन पीस कर बीहड़ाना के लुभाव से बने समान गोमियां बनावें । एक २ गोली सायम प्रातः गाव-जुवानके या ईस्पगोळ के पानी के साथ खावें ॥

## दमा का योग ॥

इसको अङ्गरेजी में एग्जमा कहते हैं, इस में सास बहुत गीस जाता है । फेफड़े की पारीक नाधियों में और सास लियों में शोथ होकर श्वास की-सगी का कारण होता है, और त अस्तु में यह अधिक होता है, और यह रोग कफ की सहा में होता है । कफ नाधियों में फस जाता है, और जब वह नहीं निकलता है, चैन नहीं जाता है, बृद्धों को अधिक है, और स्त्रियों की अपेक्षा पुरुषों को अधिक देखा गया है, उ प्रकार सांसों सुश्क से तर होती है, इसी भाँति दमा भी व सुश्क दो प्रकार की होता है, और शीत अस्तुस अधिक म (तर) ही हुआ करता है ॥

सुश्क वा गर्मी के दमे के लिये केवल ईस्पगोळ या ईस्पगोळ सत्व मेरा अनुभूत है । ३ माशा प्रति दिन दूध से या गर्भवत म आदि से देवें, कुछ मासों में सर्वथा माराप हो जाता है । विफिरसक कफ और पैथिक श्वास में प्रभेद नहीं समझते करते हैं । एक बार जब कि हम यात्रा में थे, हमारे साथ

ही एक चर्मरु से आप हुए मनुष्य को दमा हो रहा था, बेचारा  
 बेहाल या शौच तक नहीं आ सकता था, क्योंकि श्वास ठा  
 हुआ था, डाक्टर से औषधि मांगी, और दो तीन मात्रा खाई,  
 परन्तु दमा अधिक हुआ। उस के मित्र व सम्बन्धी मुझे ले गये,  
 परीक्षा से ज्ञात हुआ, कि रुख श्याम है और औषधि उस ही  
 जा रही है। मैंने उसको बन्द कर दिया। अमृतधारा की  
 वृक्ष दूध में मिलाकर दे दी। एक घण्टे के पश्चात् छास पालूम  
 हुआ, और सारी रात्रि वह सुख में सोया रहा, एक दो बार  
 और वह दूध से अमृतधारा सहसा कर ले गया, और पूर्वतया  
 आराम आ गया ॥

कफज श्वास प्रायः बुधाप्य ही है और चिर काल तक  
 रहता है, और यदि यह पुराना हो जावे, तो अघात हो जावे  
 है। यहा पूरा २ वर्षेन तो हो ही नहीं सकता, केवल कुछ योग  
 दिये जाते हैं -

( १ ) वेग के समय सरल के बीच एक दो यादों से सुबेठी  
 चूने के साथ जल वा मधु के साथ पीठ कर। चरा देन स बर  
 रुक जाता है ॥

( २ ) शुक्र पाण, शुक्र सामग्यार गन्धक, फौल दामस,  
 पच्छ नाग, कोर्दी मस, घग भरम, कृष्णाभ्रक मस, प्रत्येक  
 १ तोला, त्रिफला, पत्रज, वागरमोधा, वापभिरग, नाग देवर,  
 रेणुका ( सम्मल्लाके बीज ) कर्भीला, पीपलामूल, प्रत्येक २ तोला,  
 और जल पीपली के रस में या पीपल के काड़े में, एक दिन

सरक करके चने के समान गोष्ठियां बनावे, दमा के अतिरिक्त कृकज, बवासीर, भगन्दर आदि को भी लाभकारी है ॥

( ३ ) दमा के सिंगरिट भी विद्यते हैं । इस में प्रायः घतूरा होता है । घतूरा का घूवा दमा के वास्ते गुणकारी है, और वैद्यों ने सब से प्रथम मालूम किया था । इस बात को अङ्गरेज की अपनी पुस्तकों में मानते हैं ॥

( ४ ) खाने का लवण लेकर उसको बर्क दुग्ध में एक दिन खरक करें, फिर आक के दो तीन पत्तों में लपेट कर और एक मिट्टी के कसौरे में रख कर १५ सेर उपलों की आंच दें, भस्म होगी । यात्रा ३ रसी पसाशा में या बर्क गावजुवान के साथ या मनका में, दमा को अत्यन्त लाभकारी है ॥

( ५ ) सुगन्ध दमा में अटरोपियन की खाल में पिचकारी अत्यन्त गुणकारी है । या टिकचर सोबोलियल इथीरियल, टिकचर हायोसुयम्स, सिपरिट ईयर कम्पौण्ड सिपरिट छोराफारम प्रत्येक २० ग्रूय घेका पा कल मिठा कर पिठा दें, और दो २ पन्ते के पचास दो तीन बार पिघावे ॥

पर दमा के वास्ते १० ग्रेन जिंक बलफास ऊष्ण जल में मिठा कर दिन में ३-४ बार पिघावे रहें कि दमन ही आवे ॥

इसके पीछे टिकचर बैलाडोना २ डराम, सिपरिट टोडो २ औन्स, इस में से एक डराम के अनुमान थोड़े से जल में मिठा कर दिन में ३-४ बार पिघावे रहें ॥

# फुफ्फुस, पित्त शोथ, व पार्श्वशूल ॥

( मर्यात् निमोनिया और प्वातुछसम्ब )

शीत आदि के छग जाने से यह पीड़ा होती है, पसली की पीड़ा को पार्श्वशूल कहते हैं, और फुफ्फुस शोथ बहुत हानि कारक है। इन्को अंगरेजी में निमोनिया ( Pneumonia ) कहते हैं और इस से प्रायः मौतें होती रहती हैं। डाहौर के विख्यात डाक्टर रहीम का एक रात्रि को जब कि शीत आधिक थी, एक साहिब की चिकित्सा के यामे डाहौर से ३ मील की दूरी पर गये। वसको निमोनिया था, वह रोगी बच गया, परन्तु अने जाने की शीत से स्वयं डाक्टर साहिब को निमोनिया हा गया, और मृत्यु की प्राप्ति हुए। पार्श्वशूल को 'अङ्गरेजी' में प्लुरेसी ( Pleurisy ) कहते हैं, छाती में प्रायः कुत्ता के नीच मकड़न व चुभन प्रतीत होती है, क्या २ पीड़ा बढ़ती है, र्वास विष करे जाता है, मुष्के खामी थोड़ी हानि है, खांसने और हिंजने व साथ पीड़ा बढ़ती है, अन्तिम यहां तक पीड़ा बढ़ती है, कि रोगी छाती को हिंसा भी नहीं सकता, कन्धा व हंसली को अक और भी टोस पाई जाती है, नाडी लगातार धकती है, जिहां सर्व्व आरीदार, मैली, मूत्र रक्तवर्ण, कभी मोह और शिर की पीड़ भी होती है, यदि ठीक चिकित्सा न हो, तो रुधिर के एकत्र होने से पीप भी बन जाती है, जो कि प्रायः अघ्राप्य प्वाभित होती है ॥

कभी २ छाती के मांस में भी ऊपर की ओर पीड़ा होती

है, वह क्षीन लगने से या कठिल वस्त्र बांधने, या गीली भूमी पर खयन करने से होजाती है इस पर कोई रुष्ण वैल मर्दन करना पर्याप्त है, अमृतधारा के मलने से तुरन्त पीड़ा दूर हो जाती है, इस में उश्न नहीं होता है, परन्तु पार्श्वेशूल में होता है, और निमोनिया में तो तीक्ष्ण प्रबल बर होता है, परन्तु पीड़ा पार्श्वेशूल से थोड़ी होती है ॥

निमोनिया में प्रथम कम्पन्वर चढ़ता है, श्वास बेगवान, प्रति मिन्ट ३०-४० धरन कमी २ साठ बार, तापी १००-१२० और कमी २ १४० बार । रुष्मा १०४ या १०५ । श्वास कठिनता से जाता है, थोड़ी शुष्क छापी, थोड़ा कफ भी निकलता है, जिस आर के फेफड़े में सूजन हो, उस थोर का बहरा रक्त वर्ण हो जाता है, एक दो दिन के पश्चात् कफ छेद्यार छाछी लिये मूरे रंग का, या हलका जगारी वर्ण का निकलने लगता है, स्वर की आधिकता से मोह रहता है क्षिर की पीड़ा व बढ़कन, छापी में पीड़ा व अलन, व रुष्णता, कमी सरसाम (सन्निपात) के लक्षण व अचेतनता होती है, निगलने में कठिनता अधिक बसन, यक्षुत शोथ, कामला, अविचार, अस्यन्त निर्वृत्ता, चित्त भ्रम, बढ़कन का होना धुरे लक्षण है साधारणतया तीसरे चौथे दिन रोग में कमी हो जाती है ॥

## पार्श्वेशूल की डाक्टरि चिकित्सा ॥

रोगी को आराम से बिस्तर पर ठिठारें, पीड़ा के स्थान पर राई लगावें, वा अलसी की पुलटिस बांधें, वा सारपोन के वैल



की माहिष करें, या त्रिनमैट तारपीन लगावे, या गिलास रगा करे २ छटांक एक रुधिर निकालें, या जोके लगावाएँ और एक फ्लोलेन की पट्टी छाती के चारों ओर मन्नी भागि डपेट दें, और यह योग पिछावे ॥

बिलाइफर एमोनिया पेसीटास १ डराम, सिप्रिट ईणर नाईटर २० ग्रुद, वाइनम पपीकाफ १५ ग्रुद, टिकषर ओपियम १० ग्रुद एम्बा फेम्फोर १ औन्स । यह एक मात्रा है, प्रति चौथे घट ६ ॥

## निमोनिया का डाक्टरी इलाज ॥

रोगी को सुन्य एक ऊष्ण वस्त्र में शीत से सुरक्षित बिस्तर पर छिटोपे परन्तु कमरे के द्वारों को बन्द करके ताजा वायु का गमनागमन बन्द न करे, केवल इतना सावधाना रखनी कि वायु के झोंके न लगें, कमरे में अग्नि रखें पीड़ा स्थान पर रोई लगावे या अलसी या रोई की पुछटिस बांधे, या बेंक दें, या टिकषर आयोडिन लगावे, या जाके लगाएँ, या गिलास लगावाएँ, और आरम्भ में वही योग देवे, जो पाइवेल्ल के डिप ऊपर लिखा गया है, फिर दो तीन बार यह योग देवे ॥

एमोनिया फार्क ३० ग्रेन, टिकषरसिका १ डराम, सिप्रिट ईणर नाईटर १ डराम, सिप्रिट ऐमोनिया ऐरापेटक १३ डराम, टिकषर सिम्कोना कर्पोड २ डराम, टिकषर डेनिगा १ डराम, एका (ग्रुद लठ) ६ औन्स, इस में से १ औन्स प्रति चौथे घंटे घन्टे देवे ॥

सब ठहर धरवा है, तो शरीर की ऊष्मा कम होती है

इस समय उच्छेदक वस्तुओं का प्रयोग करें, अन्यथा अधिक निर्भङ्गता हो कर रोगी की मृत्यु का भय है, स्वर्ण भस्म हो तो उत्तम है ॥

## योग जो छाती की पीड़ा, पार्श्वेशूल, निमोनिया को गुणकारी है ॥

बाहसिंघा लेकर टुकड़े २ कर लें, जितना वह है, उस में उतनी ही अजवायन और शोरा कर्झी लेकर जल के साथ पीस कर बट टुकड़े उस के भीतर देकर फोयलों की अग्नी में रखें, जब जल कर भस्म होजाये, निकाल कर पीस लें, और आठ के दूध में आधा दिन खरल करके टिकिया बनाकर १० सेर ऊपलों की अग्नि दें, श्वेत भस्म होगा मात्रा १ रत्ती, अजवायन व सौंफ या इनके अर्क के साथ दो तीन बार दिन में दें, अनुमूक्त है, यदि रोगी पित्त प्रकृति का हो, तो उस में १ रत्ती मूगा भस्म भी मिला लेना चाहिये ॥

पार्श्वेशूल का युनानी योग—यनफशा, गावजुवान इसराज, मकोय, सतमी, खवाजी, पत्येक ४ भाशा, एकटो उबाल कर शर्बत पकाये या मिश्री में मिलाकर पिलावें, यदि कोष्ठवद्धता हो तो अमलताम का गूरा सुरजपीन और बदाम रोगन, एक २ तोला और उस में मिलावें ॥

नमूनिया वा रिया का युनानी योग—अमलताम का जुलाब कोष्ठवद्धता के दूर करने के लिये दें, या—वस्ती वर्म

करें, सन्नाय लहसुंदियों, नीलोफर, गावजुवान, सुठेटी, चण्डमा,  
खवाजी प्रत्येक ६ माशा। चण्डाल के शर्मत अफा या बनफसा  
मिठाकर हवे, या इन्हीं वस्तुओं का शर्मत तैयार करें और ३-३  
ठोला शर्मत दिन में २ बार पिछावें ॥

फषद (रक्तस्राव) पार्श्व शूल में गुणकारी है, परन्तु  
निमोनिया में प्रायः हानि कारक होता है ॥

## विपादिका रोग ॥

शीत ऋतु में बहुधा मनुष्यों के पग या हाथ का हाना फट  
जाते हैं और कभी २ बहुत पीदा होता है और पाशों के हाथ  
ही फट जाते हैं। यदि प्रति दिन स्नान समय हाथों से पग धोय  
जायें तो पाशों संक्रम रहते हैं। पाशों धान के पश्चात् सूखा ठण्ड  
सलुवामें मल छें, और फिर तौछिये से पोंछ कर मौजू पहिन करें  
तो और भी लाभदायक है। हाथ पाशों प्रायः उनके फटते हैं,  
जो कि जब पानी छोटे बसको तभी समय नहीं पोंछते या भासि  
के सम्मुख बैठ कर सुझाते हैं, और इसी वास्ते सरादियों में अधिक  
फटते हैं पाशों की सेंकना नेत्रों के छिये हानिकारक है। रात्रि  
के समय गेहूँ का आटा भली माधि बबटन की माति मल कर  
और पाशों को कर सुराबे पहिन कर पो रहो, हाथ पाशों कोमल  
हो जाते हैं। हाथ पाशों उत्तम 'सायुन' से घोंकर ग्लीसिरीन  
मलना भी लाभदायक है। ऊष्ण मल में लक्षण बाल कर पाशों  
धीने से सुरक्षित रहते हैं। यह बहुत उत्तम विधि है। मसाल  
एक फलतु वस्तु है जो सामान्य से सिधरी और पाशों से

कोमलता और सुन्दरता काही है। वैसलिन Vaseline उत्तम अमेजी औषधि है, हाथ पाशों फटने से अभिषाय तो केवल सुन्दरा पत्र ही है। परन्तु इस से अधिक विवाई फटना बुरा है, पाशों की खाल खण्ड २ होजायी है, और कभी २ तो तब में एक सगळी तक चली जाती है। व्यायाम का ध्यान रख्यो ताके एक भ्रमण होता रहे, और हाथ पाशों को गाव न छान दिया जावे। कोमलता न होने दें। तब वस्त्र या भूषण वहीं पहिनने चाहिये, यदि छीमू का रस हाथ पाशों घोने के पीछे लगाया जाव तो काफ़ी विवाई नहीं होती ॥

( १ ) मोम १० तोला विल का तैल या जैतून का तैल ९ तोला, तैल को ऊष्ण करके मोप डाल कर रख दो, जब आवश्यकता हो ऊष्ण करके विवाइयों से भीतर भर दो। थोड़े दिनों में आराम हो जाता है, हमारा अनुभूत है ॥

( २ ) बहुत सी अङ्गरेजी औषधियां जो इस काम के लिये विकती है, उन में मोम व यूकालिप्टस आयल (Eucalyptis Oil) जाता है। सब भाग विघटा कर बोवियो में भर लो और उसे छताया करो, सुन्दरापन और विवाइया दूर हो कर आराम वा जाता है ॥

( ३ ) अमृतधारा सोप दो टिकिया लेकर उसको छोटा २ कतर कर एक छटांक छीमू का सत और तबना ही यूडीकोन (Eudecolon) मिला कर ऊष्ण करके घीशी में रख्यो, इस पाधुन के मडने से बहुत कोपलता आवती है ॥

( ४ ) ग्नीसिरीन और गुलाबार्के सम भाग मिळाकर रखो, और माछिजु किया करो । भाग बहुत मुलायम होते हैं ॥

( ५ ) यव को भिगो कर कूट कर छिछका दूर करो, इसको कूटा कहते हैं, इसको मोटा २ पाँस लो, बाघे पाँच कूटा पान में छाल कर ऊष्ण करें । एक पहरे हाथ या पाँसों उस में भिद्ये रहें, फिर निकाल कर नेछ या ची से माछिजु करके गरम मीथे पहिन कर सो रहें । दो चार दिन में सब व्याधिया दूर हो जावेंगी ॥

( ६ ) बरगस की लड को जखरोट के तैल में भिस कर उगाना चाहिये ॥

( ७ ) पाँसों की बिबार्डे फटन से पहिले अछन होती है, उसी समय औषधी ली जावे वा उत्तम है । इस क बास्ते निम्न छिचिन योग गुणकारी है :—

( क ) सेष्ठाव गन्धक एक भाग, ग्नीसरीन १ भाग, पानी ३ भाग मिळा कर उगाया करे ॥

( ख ) ग्नीसरीन गुलाबार्के मिळा कर सूख पोथो या शरपीन ३ मेन, वा शरपीन ४ मेतून का तैल परा सा मिळाकर उगाओ । उष्ण और पानी भी काम दाखल है ॥

( ग ) दो सजों के छोटे २ टुकड़े कर लो, और एक डटाक साछय परधी के साथ पारीक छडनों में से बिकाछो, और राठ को वाँच कर सो रहे ॥

( ८ ) बिवाई के दूर करने वाली युनानी कैरुवी-खीय, जूधा, प्रत्येक ३ माधा, पहिदाना का लुमाई, निहारवा, प्रत्येक

६ माशा, मोम श्वेत १ तोला, चरबी बकरी १ तोला, बाधाम  
रोगन १ तोला, रागन को गरम करके उस में चरबी व मोम  
पिघलावें, और शीतल करके बिवाई पर लगाया करें । इस से  
सुरदरापन दूर हो कर कोमलता बहुत शोध हो जाती है ॥

( ९ ) द्वितीय । गुठ धनफला ६ माशा, गुठ खतमी, पगज,  
कर, प्रत्येक १ तोला, कद् के बीज १ तोला, मोम श्वेत १  
तोला, बकरी के गुरवे की चरबी ४ तोला, चवेली का तेल ४  
तोला, पथम दो औपधियां कूट कर जल में पिगोवें और लुआव  
निकाळें, मगज कर व कद् के बीज को पीस कर शीरा निकाळें,  
फिर मोम व चरबी व तेल में पिघलाकर शेष औपधियों में  
मिलावें और काम में लावें ॥

( १० ) परहस-राल व बी प्रत्येक १ तोला, मोम श्वेत ३  
माशा, घा कृष्ण करें और मोम को उस में पिघलावें, फिर राल  
महीन पीस कर उस में पिछा कर शीतल करें, बिवाई फटने के  
छिप अति उत्तम है । आवश्यकता के समय किञ्चित् कृष्ण करके  
बिवाई में रखें ॥

( ११ ) असुवधारा मोम में मिठा कर लगावा अत्यन्त  
गुणकारा है ॥

शेखरुलरईस हकीम, बूअलीसीना ने  
इसके लिए बहुत से योग लिखे हैं,  
जिन में से दो चार नीचे अंकित  
किये जाते हैं

( १ ) केकड़ा मला हुआ, जैतून के तैल के साथ पीस कर लगाना बहुत लाभदायक है, विशेष कर हाथ के फटने को ॥

( २ ) मुरदासग, मोम, जैतून तैल, मधु, सम भाग, कठ और मोम को पिघला कर मधु और मुरदासग भी ( कपड़ों पर करक ) बाँध कर लगाया करे ॥

( ३ ) कशीरा लेकर महीन पीसें, उस के बरत भाग विस्फायज ( खकाली ) की जड़, कड़वा, और कुन्दर लेकर पीसें और गोंद वतम सम भाग कशीरा के छें । सब को परण्ड तैल के साथ मिला कर काम में लावे । श्वेत साहीब का कथन है, कि यह मेरा अनुभूत है ॥

( ४ ) फानून का अनुवादक लिखा है, कि मेरा अनुभूत है :—

कुठ कड़वा, दरड़ा करके पानी में रखाके, जब सूख इसका प्रभाव पानी में आ जावे, तो पतार कर कुछ सरद होने पर पाओं को उस में डुबा दें । दो तीन दिन में आराम आजाता है ॥

( ५ ) काठे तिलों का तैल, गोंद वतम, शिला रस सब का पीस कर लगा दें । अनुभूत औषधि है ॥

( ६ ) विस्फायज ( खकाली ) को सुरमावत् पीसकर मक्खन हाथों के फटने के लिए शुणकारी है ॥

( ७ ) आरम्भ में इतना पर्याप्त है, कि पाओं को ऊपर पानी में रखें । तैल और चरबियों को मलते रहें । विशेष कर परण्ड तैल और घेड़ की चर्बी और बादायम गिरी मिस में जोड़ा

या मोम मिठाया गया हो, कामकारी है। हरमठ का फाड़ा, या शीरा अन्नर मिठाकर मेंहरी लगाना भी उत्तम है ॥

नोट- जो अनुस्य रात्रि को सदा पाओं या विशेष कर एही में वैल मछे वसके पाओं कमी नहीं फटेंगे ॥

हाथ पाओं फटने के छिप यह योग भी सामहायक है। रोगन वादाम २ छटाक, मछली की चरबी २ छटाक, मकं पन तुळसी ६ माशा, मोम श्वेत शुद्ध ३ छटाक, सप्त को सप्त भाग मिठा कर अग्नि द्वारा पिघलाकर चीनी के स्वच्छ पात्र में जमा करें, और ऊष्ण पानी से घोने के पश्चात् लगाया करें ॥

जादा मारना-इस को अङ्गरेष्ठी में (Chillblain) कहते हैं। शीत से छाँकी और थोड़ी ही जखन होती है, और कमी छाँके भी हो जाते हैं, और इस से भी यह आवे, तो छाँके फूटने के पश्चात् गरुते घाव हो जाते हैं ॥

प्रथम अवस्था में ही, यदि अमृतभारा बल ही जावे, तो रुधिर का दौरा साफ हो कर रोग जाता रहता है ॥

या छिनिमैन्ट कैम्फर, या छिनिमैन्ट वैसाहोना, या छिनिमैन्ट आयोडीन गुणकारी है ॥

पोदीना, छाँगा, पानी में पीस कर लगा देना भी कामकारी है ॥

तारपीन का वैल ४ माशा, रोगन असून ४ माशा, पिछा कर लगाया कामकारी है, छोराकार्य अङ्गरेष्ठी तुकानों से छहर मछ दिया आवे, तो यह भी गुणकारी है ॥



वदि दूसरे दरजे तक रोग पहुँच जाव और ठाने होय तो सनफो काट कर चम्प का श्वेत मरहम लगावें । चटपटी सुहागा, या अमृतधारा भी गुणकारी है । यदि ठाने पट गहरे घाव हो जावें, तो और घावों की न्याईं चिकित्सा करें ।

## वर्षा ऋतु ॥

शब्द ऋतु का वर्णन अमास हो चुका, अब वर्षा ऋतु का वर्णन आरम्भ किया जाता है । हमने अपनी व्याख्या में भारत और भारतो को वर्षा ऋतु समझ कर यह लिखा बिधा है, कि की किसी स्थान पर इन मासों में वर्षा ऋतु न हो वो वह सब के अनुसार समझ लें । हमारे यहां लगभग १९ जुलाई से १९ अक्टूबर तक वर्षा ऋतु है । जिनके हा प्रथम आरम्भ हो जाव, या बिरहाळ तक रहे, वह उन दिनों में इस के अनुसार धोर करें । और वर्षा ऋतु की प्रससा शास्त्रों में इस प्रकार लिखी है :-

“वर्षा ऋतु में नदियां बड़े वेग से और बढ़ाव से बढ़ती हैं, और धीर के वृक्षों आदि को बसाई से जाती हैं, बाबडी, ठान, छप्पर आदि में कमोदिनी और कमल के पुष्प होते हैं ॥

गढ़े, कुएँ, और सब स्थानों की ऊंची नीची भूमि सब से भरी होती है, और प्रतीत नहीं होता कि यहाँ गढ़ा है वा नहीं । हरी र पास प्रत्येक स्थान पर दिखाई देती है । सूर्य, चन्द्र, और ताप बहुत से गरजने वाले ही नहीं परन्तु बरसने वाले वर्षों

भाटिम रहते हैं, अथवा दिन व रात्रि को भी बर्षा कमान  
भी तरसती रहती है, और भूमि में पायः कीड़े मकौड़े अधिक  
जाते हैं। वीरवहोठियां रक्त वम्प्र धारण किए टहलती रहती  
। मूनाग अर्थात् केचुवे भी निकलते हैं। हिरन मोर, मेंढक,  
धैरों की गरज सुन कर आनन्द से बोलते हैं। पहाड़ों पर असली  
सुन्दरता आती है। मांति २ की घुटियां सगरी हैं। जगल में  
मीठे सुब्ब से मोर बोल रहे हैं। गाल किञ्चित् नीच वर्ष के अठ  
से भर जाते हैं। इस मानसरोवर की ओर जाते हैं, कमल  
प्रफुल्लित हो जाते हैं। बावल के गरजने से पर्वतों की "कन्दराओं"  
मोर गुफाओं में गुम्बद का सा शब्द आता है। कदम्ब, कचनाल,  
और केवकी के फूलों से बारा शर्मा पात हैं। इस ऋतु में वात  
प्रबल होता है। यह वर्षा ऋतु तो बहुत से कार्यों को रोक  
देती है" ॥

## भोजन वर्णन ॥

वर्षा चन्द्रोदय में निम्न लिखित वस्तुएँ इस ऋतु में खेवन  
करने योग्य लिखी हैं :—

गेहूँ, घाटी के चावल, कुठियाँ, रक्त चावल राई व अलसी,  
सरसों पका पेठा, खीरा, तोरई, बेंगन, वास्तुक, मरसा शाक,  
धूसा उदयन प्याज, सेंधा उवण, मिश्रित छाछ, पोई का शाक,  
चीनी, उदयन, सिद्धरत (योग दिया जा चुका है) गुड़ मिठा  
कर, बही, गन्ना, शिबड़ी घी मिठा कर, दूध की खीर, फेनी,  
पाठ पूदा, उदय उवाला दुआ, दूध, खजूर, मिर्जौरा, कमल गट्टा,

मधुमे का शाक, पुष्पा करोंदा, छद्दतूत, भसीर, पके बेर, धाम, नारियल, गाय का दूध, बकरी का दूध, वर्षा का ताजा सब, पनर, घी, खांड, मूग, जलेबी, पूरी, आदि खानी चाहिये ॥

और जो मांस मधी है, उनके वास्ते मूग बकग, कबूतर, ससा, हीसर, बटेर, कुक्कुट, कछुवा, और छोटी मछली छिन्ना है ॥

## वर्षा ऋतु में वर्जित पदार्थ ॥

कधी ककड़ी ( तर ), कषा खीरा, औ, पियार, ठोरी, नाडी, शाक, करेला, ककौड़ा, पालक का शाक, सिंघाड़े, कसेरु, भात, मसूर का दूध, कगनी, मोठ, मटर, चना, मसूर, भरहर की दान, कोरों, जुवार, अघपके औ, कचे फेले, चरपरे ककड़े, हलके मूग और सून्ने-हुवे शाक, गोमी, टीखे, चिड़वा, फूट ( कुट ) तीबाव नदी का अल, तरयुज, माग, मोर का मांस, सूखा मांस यह नहीं खाने चाहिये ॥

स्मरण रहे कि इन का अभिप्राय यह होता है, कि-रोगी तो कदापि इन वस्तुओं को न खावें, और आरोग्य पुरुष योकी यदि आवश्यकता पड़े तो खावें ॥

वैद्यक में छिन्ना है, कि गरमी की ऋतु में यद्यपि गरमी अधिक पड़ती है, परन्तु अन्न जल की सुबकी के कारण वायु उत्पन्न होता रहता है, और वह वायु वर्षा ऋतु में विकार उत्पन्न करता है । और वर्षा ऋतु में पाचन शक्ति निर्बल होने से जो खाद्य है, वह मली भांति पचता नहीं है । इसका वाक अर्थ

रहता है, और इसी लिए गर्मी भी एकत्र होती रहती है, जो गर्मी जगती। ऋतु में जाकर विकार करती है। नैसा कि लिखा है :—

वर्षा में अन्न, औषधियां नई और निर्बल होती हैं, (नई इसलिये कि जल भी नया होता है, शाक तरकारियां आदि नई होती हैं, और घने गेहू आदि में भी सूक्ष्म परमाणु प्रविष्ट होते हैं, अन्न गदला और विकार उत्पन्न करने वाला होता है। भूमि पर दिनका कीचड़ आदि होने से भूमि आर्द्र होती है। ऐसे घुटे अन्न अन्न के सेवन से और घुरी भूमि पर और वादलों से ठके हुए आकाश के नीचे रहने से, या गीली भूमि में गीले शरीर वाले पशुओं को दुर्गन्ध के कारण बात उभरती है, जो कि गर्मी की ऋतु में एकत्र हुई थी, इस से पाचन शक्ति निर्बल हो जाती है, जिस से आप हुए अन्न आदि ठीक नहीं पचते, वरन् उन को अम्ल पाक (पकते समय खट्टा होना) होता है, यह खटाई गर्मी को उत्पन्न करती है, और गर्मी धीरे २ एकत्र होता रहती है, परन्तु यह पित्त वर्षा ऋतु में ही विकार उत्पन्न नहीं करता क्योंकि शीतलता रहती है, आगे शरद ऋतु में जब कि सूर्य कीचड़ को सुखाता है, वायु में सुशुभी जाती है, शीतलता बढ़ती है, उस गर्मी के रोगों को उत्पन्न करता है। इसी वास्ते गर्मी का मौसमी अथवा आसौज, कार्तिक आदि में होता है” ॥

ऊपर लिखित लेख से भली भाँति ज्ञात होता है, कि वर्षा ऋतु में वायुज वस्तुओं का सेवन सर्वथा न करना चाहिये, सुशु

वस्तुपे वायुम होती हैं, अतः इनका सेवन सर्वदा अयोग्य । परन्तु यूनानी लिखते हैं, कि वर्षा ऋतु में नमी की अधिक होती है इसलिए सूक्ष्म वस्तुओं का सेवन करना चाहिये, वे में जो वस्तुपे पथ्यापथ्य वर्णन की गई हैं, उन में इस बात पूरा ध्यान रक्खा गया है । छाछ बाकी करती है, जो उस सेवन में लक्षण डालने की आज्ञा है । करेला बाकी करता है । लिए इसको बाजित कर दिया है । परन्तु यूनानियों ने आज्ञा दी है ॥

मीठा, खट्टा, नमकीन, यह चीनों वात को दूर करने वात और ऐसी ही वस्तुओं का सेवन गुणकारी है, तथा मधु, शर्करा, सेंधा लवण इत्यादि । इस ऋतु में पाचन शक्ति निर्मल ही जा है, इस वास्ते पाचन शक्ति को बल देने वाले और हलके मोटे द्रव्य कर बतलाए हैं । पानी दूधित हुआ होता है, अतः औंटा हुआ पानी पीना प्रायः लिखा है ॥

ऊष्ण स्निग्ध वस्तुओं की गरमी रक्त की अधिकता को कम करती है, और स्निग्धता वात को दूर करती है अतः पृथ्वी की आज्ञा है । ऊष्ण रुक्ष पदार्थों की रुक्षता वात को बढ़ाता है, अतः वह उत्तम नहीं है । वासी अन्न भी वात को बढ़ाते हैं । इसलिए वायुम तरलता तो निःसन्देह इस ऋतु में अधिक होती है, किन्तु स्निग्धता वात को कम कर देती है, अतः उसकी आवश्यकता है ॥

वर्षा ऋतु में कीड़े मकौड़े, तथा छोटे र जन्तु और मकें

वाले बहुत उत्पन्न हो जाते हैं, जो कि सायम् के समय प्राय निकलते हैं, अतः सायमकाळ को भोजन भी बिन रहते ही खा लेना उत्तम है, और भोजन वनावे समय भी अधिक सावधानी रखनी चाहिये । रात्रि को यदि भोजन खाने का अभ्यास हो तो दीपक के पास न खावें, क्योंकि पतंगादि बहुत एकत्र हो जाते हैं ॥

## पीने के लिए ॥

वर्षा का जल बहुत उत्तम है । परन्तु नदियों के जल की साक्षात् नहीं दी है । क्योंकि वह गदगे होते हैं, और वातज होते हैं । वायु आर्द्रता के कारण तृपा अधिक लगती है और अधिक सबल वस्तुओं के खेवन से पाचन शक्ति और भी निर्मल हो जाती है, अतः इस काम में सावधानता रखनी चाहिये । महा केवल नदी नालों का जल मिल सकता है, महा उनके समीप एक गढ़ा खुदवा लें, और जल उस में आने दें, जब उसके भीतर सब गरद मिट्टी आदि नीचे बैठ जावे, सब पानी काम में लावें, वा घड़ों में डाल कर थोड़े से निर्मली । बीज, या फिटफड़ी फूट कर डाल दें, गरद, मिट्टी नीचे बैठ जाने पर वह सब ऊपर से लेकर दूसरे घड़ों में रख दें । कहते हैं, कि एक गिरी बादाम की पानी के साथ घोट कर घड़े में मिला देने से सब गरद नीचे बैठ जाती है । जो घनी है वह अर्क सिचयाने का प्रबन्ध कर सकते हैं । एक दिन पानी देग में डाल दें और अर्क खेंच लें । जब विकार नष्ट हो जावे हैं । इस अर्क जर्वातु Distilled water को मटकों में छीसल स्थान में रख दें । एक दिन का निर्वाह

हुआ वो चार दिन धरने में कोई हानि नहीं है । किसी रं स्वार पर गढ़ा में एकत्र हुआ २ वर्षों का जल केबल पीने को मिला है वह इस कस्तु में अधिक सुरा होता है । उसको भी शुद्ध करके या कम से कम चबाळ कर और शीतल करके पीना चाहिये ॥

फूप को योदे ऊंचे हों, और धन में भी गर्दे मिठ्ठी पारि और वर्षों का जल चला जाता हो वो बह जल भी पीने के योग नहीं रहता है । यही अवस्था बालकों की है । हां, ऊंचे बपुतर वाले फूप उत्तम रहते हैं । फिर भी यदि जल-चयाह कर मिया जावे तो उत्तम है, क्योंकि विविध प्रकार के न दिखाइ देने वाले कीटाणु इन दिनों में उत्पन्न हो जाते हैं । गदला जल पीने से रस पेचिया, जुकाम, सिंही, आदि रोग हो जाते हैं ॥

गढ़ा जैसी जगह विख्यात नहीं का जल भी वर्षों कस्तु कुछ न कुछ गदला हो जाता है, और नियार कर ही पीने चाहिये । सुले-हुए शुद्ध परतनों में जल ठाळ कर पीने, और और सदैव देख कर मिया और खार्या करे, क्योंकि धन में भी कीटाणु न हों । जल रखने वाले बर्तनों को दो बार अच्छी भांति धोना चाहिये, अर्थात् कार्बे जम जावेगी, और मैल धन के रूप को घृणित कर देगा । पीसल आदि के पात्र भी अच्छी भांति शुद्ध करने चाहिये । वह भी वर्षों कस्तु में खराब हो जाते हैं ॥

अब जब कि नियम पठा दिया गया है, तो प्रत्येक मनुष्य जान सकता है, कि अमुक वस्तु उसे योड़ी खानी चाहिये वा सर्वथा न खानी चाहिये ? इस लिये,

वर्षा ऋतु में होने वाली कुछ तर-  
कारियों और भेवों के गुण लिखे  
जाते हैं :—

अगरुद-शीतल स्निग्ध, किञ्चित् रुष्ण, आमाशय व हृदय  
को बल देता है। भोजन के पीछे खाना हानिकारक है, भोजन को  
बेर में पचने देता है, प्राणो है, छींक और मूत्राशय की जठन के  
छिये गुणकारी है। भूक बढ़ाता और मस्तिष्क को तर करता है।  
सदा अमरुद प्र ही यकृत को बल देने वाला है। आमाशय के छिये  
हानिकारक है। इसके पत्ते दस्तों व पाषों के छिये गुणकारी हैं ॥

मिष्ट अनार शीत रुक्ष कोई मात बिल भी कहते हैं, आहार  
सम्बन्ध कम होता है, रुधिर सृष्टि करता है, और वातकारी है।  
पेट को बल देता है, तृषा को शान्ति देता है पृष्ठ को  
बल देने वाला है, मूत्र प्रवाहित करता है, धीर्य पैष्टिक है,  
प्रधानावयवों को शक्ति देता है, पीह व कामला को भी गुणकारी  
है। हृदय की घड़कन के छिये गुणकारी है। कपोलों की रगत  
को उत्तम करती है। इसकी छाल मली हुई छापी में छाम करती  
है। इसका छिड़का, सदित स्वरस निकाला, हुआ दस्तों को बन्द  
करता है ॥

अम्ल अनार-शीत रुक्ष और प्राणो है। आमाशय व ककृत  
की, रुष्णा व छापी की, जठन को शान्ति देता है। मूत्र व बमन  
को दूर करता है। रुधिर के जेश को दूर करता है। कामला व



धुम्क खुजली के लिए गुणकारी है। खांसी और पुंस्रव की शक्ति के लिये हानिकारक है ॥

असुर-ऊष्ण स्निग्ध है, आहार सत्व अधिक होने के कारण सब फलों से उत्तम है, पित्त प्रसन्न करने वाला, व शीत पचन वाला है। शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है, रक्त शोधक व रक्तवाहक है। शरीर को मोटा करता है। वातम सुवाद दूर करता है। पृक्कण्डु को शक्ति देता है, और छाती के रोगों को गुणकारी है ॥

यदि सखी के साथ पका कर शोध पर, लगावे, तो शोध को दूर करता है, और रोग कोषों को खोखला है ॥

घोरी-३ प्रकार की होता है, पिया घोरी, भिन्नी घोरी, काकी घोरी। यह शीतल स्निग्ध है, अथः पित्त को दूर करने वाली है। पित्त रोगों में गुणकारी है। श्वरो में दी जाती है। यवाधीर को गुणकारी है। किसी र ने तो इसको कर से मी पचव आहार रोगों के लिये ठिखा है। बलोर, कामठा, प्रीहा को मी गुणकारी है। कफ बढ़क नहीं है। हा, भिन्नी घोरी कफ को परपन्न करती है, और माही मी है, तप से पतप पिया घोरी है जो कोमठ र छापी लोदी गई हों ॥

चिर्घाटा-ऊष्ण स्निग्ध है, शरीर की दमता व दुर्बलता को दूर करने वाला है। वात रोगों में यह रोगियों को दिया जाता है, क्योंकि पापक व लघु है। पित्त रोगों में मी तर होने के कारण हानिकारक नहीं है, बूझ करता है, यह दो प्रकार का होता है, ठम्या और गोठ कफवा होता है, परन्तु ऊष्ण व दधिक व विकार को विशेष कर दूर करता है ॥

१. चुकन्दर—पानी इसका ऊष्ण स्निग्ध है, और इस प्रकार सब आहारों से मोषविष्ठ है। विकार उत्पन्न करने वाले सुबाह को दूर करता है, सारक है और कफ को दूर करता है, वीर्य शैथिल्य है। चुकन्दर को सटाई मिठाकर पकाते हैं, सिरका मिठाया चावे तो इसके प्रभाव को ठीक करता है, मीठा होता है, और बहुधा रेशों में इस से खांड भी पनाते हैं। अधिक खाने से पेचिष्ठ उत्पन्न करता है ॥

२. टींढे—शीतल है, पित्त को दूर करने वाला, कफ को उत्पन्न करने वाला, देर में पचने वाला है, पाचक है। अकेला या किसी दूसरी वस्तु में मिठा कर पकाते हैं, और इस तरकारी को कद्दस उत्तम जानते हैं। पित्त प्रकृति वाले रोगियों का कोमल आहार है ॥

३. कद्द—शीतल स्निग्ध है, परम्यु आहार सत्व फल है, मूत्रल है, पेट को कोमल करता है, शुद्ध पोषोत्पादक है। बितन्ध नाशक है, खरब प्रकृति वालों को हानि कारक, और पित्तल, व ऊष्ण प्रकृति वालों के लिये हितकारी है, विशेष कर लई प्रस्तों के लिये उत्तम आहार है। खांडी के लिये हामकारी और घरीर व मासिक के लिये गुणकारी है। अमाशय की गरमी और खरब को शान्ति देता है, और कोमलकारी है ॥

४. करेला—विरुपाव भासी है। शीतल रस है, कोई इसे ऊष्ण और कोई इसे मास दिष्ठ कहते हैं। सारक है, पाषी को दूर करता है, वीर्य को सुष्ट करता है, अमाशय को बढ देता है

चदरकामि नाशक है, यथासौर, कामला के लिये - गुणकारी है।  
 निच व रुधिर के विकार को दूर करता है। कोइ, उकसा व  
 गाठिया के लिये कामदायक है, पिच व कफ को निकालता है,  
 पथरी को छोड़ता है, मूत्र प्रवाहित करता है। पठों को बल देता  
 है, धातु पवन व प्रमेह को गुणकारी है। प्याज तेल और इमली  
 इसके प्रभाव को ठीक करने वाले हैं। इसको प्रथम छीब कर  
 लक्षण लगा कर रख छोड़ते हैं, ताकि कड़वाहट जाती रहे, फिर  
 इस में छत्रण, मिरच, व मसालह भर कर तेल में तल लेते हैं।  
 बहुत स्वाद युक्त बनता है। क्षीय पचने वाला है। प्याज के साथ  
 भी पकाते हैं। प्याज के साथ बना हुआ उत्तम और वीर्य पोषक  
 होता है ॥

बिही-मीठी, मोतादिष्ठ, सरद है। मस्तिष्क व आमाशय का  
 बल देती है, मूत्र व दूध जारी करती है। जीवात्मा व मन से  
 असमता व बल देती है। सुक खांसी को लाभकारी है। पतलान  
 को दूर करती है ॥

खट्टी बिही-सरद शुष्क, आमाशय को बल देती है। गर्भ  
 पालन नहीं होने देती, जिगर की निर्बलता को लाभकारी है। सरद  
 इस के प्रभाव को ठीक करता है ॥

पाळफ का शार्क-शीघ्र सिग्ध है सरद प्रकृति पाळों का  
 क्षानि कारक है। ऊष्ण प्रकृति वाले इसका सेवन कर सकते हैं  
 कोमलकारी व मूत्र छानने वाला है। यदि इसके खाने से क्षानि हो  
 तो गाय का घी बादाग रोगन इसका ठीक कर सकते हैं ॥

चौलाई का झाक-शीतल स्निग्ध है और आहार इस में कम है। मूत्र छानने व छा व खासी के लिये गुणकारी है। ऊष्ण प्रकृति वालों के लिये कोमलकारी है ॥

सेम-शीत रुक्ष है, इस वास्ते इस ऋतु में अच्छी नहीं है। अक्षय करती है, और देर में पचने वाली है। गरम मसाला व त्री के बिना कदापि न खानी चाहिये। कफ व पित्त को शान्ति दती है ॥

शाम-इंघर सब को देवे। पौष्टिक, शक्ति वर्द्धक वार्जिकण है। वृकद्वय, मूत्राशय, आमाशय वान्तों को लाभकारी है। यह सब प्रशंसा इन शब्दों में आगई प्रभाव ऊष्ण रुक्ष है, इस वास्ते अधिक खाने क पश्चाम् दूध में थोड़ा सा पानी मिला कर पी लेंगे ॥

नास्पाती-शत, रुक्ष पित्त प्रसन्न कारक आमाशय व पाचन शक्ति को बल देने वाली, और हृष्य घट्कन व सुषो को पूर करने वाली है। परन्तु माही है, बहुत थोड़ी सी खा लेंगे ॥

मादिरा-कामी मनुष्यों का मूर्ख ण्मूह यह कहता है, कि मरिरा का आनन्द ही वर्षा ऋतु में है। वर्षा हो रही हो, घूँसे पड़ रही हों, पटा छाई हुई हो, उस समय फवारे के समीप या नदी के तीर बारहदरी, महल, या अटारी में बैठ कर अपनी प्रिया के साथ शरभ पीने का जो आनन्द है, उसको कवियों की छेखनी पूर्ण रूप से वर्णन नहीं कर सकती। सत्य यू है, कि वर्षा में जब कि पटा छाई हो, और गरमी के स्थान में शीतलता हो

गई हो कुछ २ घूँ भी पढ़ रही हों, पत्र समय प्रत्येक कार्य में चित्त खूब लगाता है। जिन लोगों का लेख लिखने की भावना हो, उन का मन इसी कार्य में लगाता है। मुझे अपने सम्बन्ध में स्मरण है कि ऐसी अवस्था में, मन यही चाहता है कि कोई पुस्तक पढ़ कर समाप्त कर दूँ। कई इस समय कवितार्थ पढ़ते हैं, और कई इस समय शाय पढ़ाते हैं। किसी को कोई शाय पदार्थ पचा पूरे, चने, रसोदियाँ आदि जो अच्छी स्वादी है, मगवाते हैं। कामी पुरुष स्त्रियों के साथ यैधुन पसंद करते हैं। मद्यपी यदिरा की बोलचाल चाहते हैं, घरसी घरस का रस लगते हैं। शाह क्या सुहावना समय है। अब कि उत्तम से उत्तम कार्य हो सकता है, परन्तु शोक कि दुष्ट मनुष्य उसको दुष्टता में उलटा करते हैं, और फिर कहते हैं कि शराब का आनन्द ही वर्षा ऋतु में जाता है। शराब प्रत्येक अवस्था में दूषित है, सब नशों में अपावित्र है, शराबी आज नहीं तो कल अवश्य ही रोगी होगा। शराब मांस की भौर पुनः स्त्री का प्रायः चाहने वाली होती है, और इस वास्ते शराबी मर्दाना नीच होता है। इसके पूरे अवगुण जानने के वास्ते हमारे पूर्व-गिराम "पहरों का इलाज" न० २ देखो। मूल्य २) है ॥

छस्ती-छस्ती अर्थात् छाछ जो दही से बनती है, यह प्रायः वातकारी है, और इस ऋतु में प्रधान होती है। इस वास्ते सावधानी से और थोड़ी पीनी चाहिये। पूर की छस्ती भी इतना घात करती है, अतः पयल गरमी के समय ही पा सकते हैं, या

आप घूसने के पश्चात् पीवें ॥

शुर्बत-वर्षा ऋतु प्रारम्भ होने पर प्रायः शुर्बतों का पीना बन्द हो जाता है, और न ही भावश्यकता होती है। हाँ, कुछ दिन वर्षा न होने के कारण गरमी हो, तो गरमी की ऋतु की म्याई शुर्बत पीना जा सकता है ॥

दूध-दूध प्रमाथों को अपने भीतर बहुत शीघ्र ग्रहण करता है, अतः रोग कीटाणुओं से बचने के लिए उष्ण करके पीना चाहिये, यदि सही समय का घारोष्ण दूध पीया जावे तो इतनी हानि नहीं। यदि थोड़ा समय भी दुहे को भीत गया है, तो कदापि कषा न पीवें, वरन् उष्ण किया हुआ पीवें। बकरी, गाय का दूध उत्तम है। भैंस का पादो होना है, परन्तु पनीर में कुछ हानि नहीं है ॥

## चाय और काफी ॥

दूध मिठा कर पी जा सकती है, परन्तु व्ययक्त प्रत्येक ऋतु में पुरा है। पानी में भीगने वा ओष में छयन करने के कारण जड़ों का टूटना आदि हो, या किसी समय शीतलता प्राप्त हो, तो एक जाध प्याला हलकी चाय का पी सकते हैं। चाय के पूरे गुण और दोष प्रथम छिद्ये जा चुके हैं ॥

बादाम-बादाम पत्तायधी छोटी व पांच काली मिरध सरपई की म्याई पानी में घोट कर पीना प्रायः लाभकारी होता है। म्यायाम के पश्चात् भी इसका सेवन कर सकते हैं ॥

पूड़े—घर्षा के दिनों में पूड़े प्रायः खाए जाते हैं। भांडों में गुड़ या खांड छाल कर घोल कर पतला बना लेते हैं, और उस पर किसी पत्ते से बस्तर देते हैं, और तैल या घी से बरसा अनुसार तल लेते हैं ॥

माछ पूड़ा आटा व खांड मिछा कर गाढ़ा करते हैं, और घी में छोड़ कर तल लेते हैं। भारी होता है परन्तु पुष्टिदायक, वात पित्त को दूर करने वाला, कीर्ण्य पौष्टिक और हृदय को बल देने वाला होता है। कोई २ मनुष्य चाबले का आटा दवा में गूँथ कर पेड़े बना लेते हैं, और घी में तल कर खांड की चौसारी वाशती में छोड़ देते हैं ॥

यह चाबले के पूड़े, पुष्टिकारक आहार रुचि को बढ़ाने वाले, वात पित्त दूर करने वाले अन्न व घृषा की अधिकता को दूर करते हैं ॥

## पूड़े अर्थात् चिले नमकीन ॥

बेसन, दाल बना ३ सेर छहसन अथवा छहसन धात १ गिरह, छाले मिरह १० नग, धनिया १० तोला, फीरा १ बवेर १ तोला, यमलाह गरम अथवा छवग, काछा जीरा, काछी मिरह बड़ी पछायबी आदि १ तोला, चारों छवण १ तोला, बेसन को छगमगा १ सेर अल में घोल कर पसालह पीस कर घस में मिछा कर रक्को और एक सबा घूले पर चढ़ा कर, तल पर दई व फुरेरी आदि अग कर बटोरी, से पेसनादि, को तबे पर बरसा कर फैला लें, फिर थोड़े समय पोछे किसी पष्टे आदि से उतरे

हैं, इसमें पड़ी सावधानी यह भी होती है, कि बहुत पतले हों, और मलने न पावें, और न ही फसे रहें ॥

## आम का अचार ॥

५ सेर आम छील कर तगाश कर उत्र में १ सेर प्यास, १ पाव कळौंजी, १ पाव लाल मिरच, १ पाव चौफ, ३ सेर छवण पास कर भिजा कर समुतधान में डाल कर उसका मुग बन्द करके ३ दिन पर्यन्त घूस में रक्खें, और प्रति दिन कई बार समुतधान को हिलात रहें। चौथे दिन मरुआ का तेल उस में डबना डलें, कि सब वस्तुपे तेल में डूब जायें, और २ सप्ताह तक घूस में ही रहने दें सम तय्यार है ॥

दूसरी विधि-५ सेर आमों को छील कर गुठली दूर करके छोट २ छम्बे टुकड़ कर दें, और निम्न लिखित मसालह फूट कर सभी छौंजा फ मखिरिक उस में भिजा कर समुतधान में रख कर १० दिन तक छाया में रक्खा रहने दें, और इस के प्सात काम में लावें, यह तेल मिलाये विना १ वर्ष पर्यन्त ही विगदना ॥

पसालह की मात्रा-५ सेर को यह मसालह पर्यन्त होवा। हबदी १ छटाक छाले मिरच १ छटाक, ( वा यया रुचि ), चौफ ३ छटाक, पानिया ३ छटाक, जीरा श्वेत १३ छटाक, छौंजी छटाक, सेयी १॥ छटाक, हींग उत्तम २ माशा, छण २॥ व, बकी एडावची के दाने ४ सोज, पद्रक १॥ छटाक ॥

तीसरी विधि-५ सेर सावत आमों को इस प्रकार एक



खिरे से बराबरी, कि एक ओर परस्पर जुड़े रहें, फिर गुठली की गिरी निकाल कर और ऊपर लिखित बरसातद को छे कर भाग में रैल में मिला कर भागों के मीतर गिरी के स्थान पर भर कर बाँध की कीलें लगाकर अमृतबान में रख कर १ घंटे रैल दूसरे या तीसरे दिन उस में डालें, और एक मास के पश्चात् स्थाने क काम में लावें ॥

## अंदरसे ॥

३ पाव घृत की ऐसी बाशनी बकावें, कि मोटी छार बघने लगे, फिर छहार कर उस में १ छटांक कम घेर बाबलों का जाटा मिला कर अमृतबान में भर कर रख दें, और गाढ़ा अधिक हो तो उस पर पानी का छीटा दें, और दो तीव्र दिन के पश्चात् पूरी की न्याईं टिकिया बना २ और बाबलों के आटे की सुरकी लगा २ कर ऊपर घृत में डालते जावें, और ऐसी सावधानी से चतारते जावें, कि वह टूटने न पावें, बस तैयार है, मात्रा १ छटांक पर्याप्त है ॥

## गुलगुले ॥

इस की वस्तुयें भीठे बीजों की न्याईं होती हैं, केवल पकाने की विधि में भेद है। जयात् कदाही में घा चढ़ावें, और छहार व सौंफ मिला हुआ जो जाटा है, उस में से थोड़ा २ इस प्रकार कदाही में डालें, कि पतली २ और हथेली के समान या कुछ इस से चौड़ी वस्तु बन जावे, फिर छोट छोट कर चतार दें। बर सावधानी रखें कि वे तो बचे रहें, और न अड़गे जावें ॥

## मूंग बड़ी ॥

१ सेर दाल रात को भिगोवें, और प्रातः धोकर छिछका हतार कर बारीक पीस लें, और निम्न लिखित मसाला पीस कर मिठा कर बड़ी बना लें :—

बड़ी मसाला के दाने १ तोला, लौंग ३ तोला, काठी मरिच २॥ तोला जीरा ह्वेत ७॥ तोला, हिंग ३ मास्रा, घनिया १० तोला छाल मरिच ५ तोला ॥

## आम्र पाक का अत्युत्तम योग ॥

यह योग वास्त्व में बहुत उत्तम है, और वर्षा ऋतु में खाये से बहुत काम देता है :—

उत्तम पके हुए मीठे आम यथा सहारनपुरी का स्व ४ सेर, सांड देशी उत्तम १ सेर, बी भाष सेर, सोंठ भाष पाव, काठी मरिच एक छटांक, पीपल भाषी छटांक, पानी १ सेर, पोपल मरिच और सोंठ का घूर्ण कर लें, फिर सब वस्तुओं को एक मिट्टी के सुले मुख वाले पात्र में जो साफ और टढ़ हो, पा चीनी के पात्र में ढाक दें, और भठी भांति मिठा लें, और फिर उसे भग्नि पर रखें और काष्ठ के कड़ले से दिखाये जायें, यहाँ तक गाढ़ा हो जाये, और सब पानी सूख जाये और बी छूटता बेधित हो ॥

इस समय निम्न लिखित वस्तुओं का प्रत्येक २ घूर्ण करके लें । पीपलामूल, नागरमोथा, चन्य, घनिया, काठा जीरा, सोंठ और नाग केशर दारचिनी, साठीस पत्र, प्रत्येक ४ तोला

फौलाद मरु ४ तोला, गुंगा मरु ४ तोला, षण मरु ४ तोला,  
मरु, सो न डालना चाहें वह वैसे हा बना सकते हैं ॥ -

यह वस्तुएँ डाल कर खूब मिला लें, और नीचे उतार दें  
सम समय जो मगज डालना चाहें लिम्बदेह डाल लें। म  
शीबल होने पर दो तो आध सेर शहद मिला लें, और मिला  
कर एक परात में पकट दें। इस समय यदि पाक मरु रही  
हो, तो यू ही किसी मिट्टी के परतन में डाल कर रखें, यदि  
सख्त हो, तो परात में डाल कर बरफों की न्याई टाट लें, मात्र  
१ तोला से ४ तोला तक, वृष वाषा के साथ, या गोश्रि को  
सोते समय पहिले दिन १ तोला, दूसरे दिन सवा तोला, तीसरे  
चौथे दिन ३॥ तोला, एक सप्ताह के पश्चात् २ तोला, इसी  
तर्ह ४ तोला कर आजाय ॥

## वृत्रों का वर्णन ॥

वृषा ऋतु में विषय प्रकार के वृत्रों की आवश्यकता हुआ  
है। किसी समय घूप है और अधिक तृप्तों को आवश्यकता नहीं  
है किसी समय वर्षा है, और गन्ध पायु बक रही है, पचास  
बपने के लिए अधिक वस्त्र था दिये, कभी गरमी के पश्चात् वर्षा  
होने पर लोग वृषा में स्नान करते हैं, और कभी वादिर आगे के  
वामे ऐसे वृत्रों की आवश्यकता होती है जो वर्षा से वर्षा में  
पहाड़ों में जहा प्रायः वर्षा होती रहती है, पहाड़ बपती, ताकि के  
अनुसार हर कोई पुरुष वर्षा से बपने का उद्योग रखता है।  
पनधान मनुष्य को पाटरप्रूफ (Water Proof) बोधर बेट है।

रखते हैं, यह मोमजामे की भाँति के वस्त्र से बना हुआ होता है। दूसरी ओर पानी नहीं जा सकता। ऐसे ही वस्त्र का कनटोप होता है, अस्तु इसको धारण करके जहाँ चाहो, यहाँ में फिरते, भीतर के वस्त्र बिछकुछ सुरक्षित रहेंगे ॥

मुझे स्मरण है, कि जब मैं खिमला गया था, तो ओवरकोट वाटरप्रूफ खरीद कर लेगया था, ताकि वहाँ जो इतनी वर्षा होगी तो उसका आनन्द ही हम को क्या आवेगा, यदि हम उस में न भूँगे। अस्तु जिस समय वर्षा होती है उसको पहिन कर निकल जाता था, और सब फूँछो तो वाटरप्रूफ कोट होता ही वर्षा की मौसम खदाने को है, वही तो अमीर लोगो को कौन सी ऐसी आवश्यकता पड़ती है, जो वर्षा में फिरें? वाटरप्रूफ लगभग ३०) रुपए को एक आता है। निर्धन मनुष्य मूरा कम्बल रखते हैं, उसका मुग्घड़ बना कर काम करते हैं, उस के नीचे भी पानी बरे में पहुँचता है, क्योंकि मोटा होता है। मैदान में वर्षा कम होती है, इस वासते छतरी से भी लोग प्रायः काम चलाते हैं, छतरी का वस्त्र भी थोड़ा बहुत वाटरप्रूफ होता है। वाटरप्रूफ के अर्थ यह है, कि पानी को रोकता है, पानी इसके भीतर नहीं गुजर सकता है। पहाड़ों में साधारण मामों के रहने वाले उन्नी रहते हैं, परन्तु इन सब के अतिरिक्त ऐसे भी किसान आदि होते हैं, जो लंगोटा कस कर और नगे हो कर वर्षा में काम करते हैं। इस से इनको कुछ हानि नहीं पहुँचती क्योंकि वह काम करते हैं, और अभ्यासी होते हैं, परन्तु हमारे सुकमार

प्रकृति वाले वायू कब इन बूदों को सह सकते हैं? मन्वसा न पढ़ती है, जीवन सामग्री की अधिक आवश्यकता होती नहीं जाती है, बीसियों प्रकार के वाटरप्रूफ इस समय बाजार में मिलते हैं और सैकड़ों प्रकार की छात्रियां देखी जाती हैं। शर्त, लाले, चूक भीगने से रोगी हो जाते हैं, अतः उनको रोकना ही नहीं चाहिये ॥

( २ ) प्रपा प्रसु में जन्म गर्णों के पश्चात् शीतल वायु प्रसु को इस से बचना चाहिये और पर्याप्त वस्त्र पहिन लेना चाहिये। यदि सरदी मालूम ही न होती हो, तो दूसरी बात है। उदाहरण के तौर पर डॉक्टरों में मैं फ्लालैन के वस्त्र की विषयत पढ़ा हूँ, तो इसके अतिरिक्त सुझाव को और कोई कारण प्रतीत नहीं होता कि वहाँ सरदी बहुत अधिक होती है। परन्तु शोक तो इसमें बेशी डाक्टरों पर है, जो केवल बिलायत के डाक्टरों के लिखे हुए शब्दों को दुहराना ही जानते हैं, और बरसों बुद्धि को काम में लाने में दोष समझते हैं, वह भी लिखते हैं, कि इस प्रसु में फ्लालैन का वस्त्र पहिनना चाहिये। फ्लालैन का वस्त्र पसीना लाता है, और वायु आवायुष्य लाता है, अतः पसीना का सूखना पाठिन हो जाता है, और पसीना आने से शीत बहुत दुरिस्त होता है। पसीना शीघ्र न सूखने से शीत बहुत निकसती है और अधिक पसीना आने से जी परछे लगता है, यह तो ठीक है, कि बरसों का योश इस प्रसु में न चाहिये, और यह भी ठीक है, कि बाहर जब शीत हो तब

सर्पण होने चाहिये, क्योंकि प्रायः ऋतु में परिवर्तन तुरन्त होता रहता है। जब तुम बाहर निकले थे तो धूप थी, परन्तु घन्टे में बादल आकर घपा हो रही है, इस अवस्था में यदि एक मछमछ का कुत्ता और घोषी पहिन कर निकले थे, तो वास्तव में आप को कष्ट होगा। छत्री से सदा साथ रखो, मुझे एक समय ऐसा कष्ट हुआ था, कि मैंने अपनी नोट बुक में लिखा था है, कि चाहे कैसी ही धूप हो, वर्षा ऋतु में छत्री लेकर निकलना चाहिये परन्तु गरम वस्त्रों के धारण करने के लिये तो न कहूंगा। श्वेत लट्टे, मछमछ, टूविल, गुजराती आदि इस धार के वस्त्र सिलाओ, हलका सूती वस्त्र इस ऋतु में बहुत गराम देता है, और जो धमीर हैं वह जो जोड़े रख सकते हैं। गर्मी के समय कुछ महीन और सरदी के समय कुछ मोटे पहिनने चाहिये, और विशेष कर स्त्रियों को अपने पाओं का और पेट सरदी से बचाना चाहिये, और ऋतुवर्ती स्त्रियों को मोटे ही व पहिनना चाहिये। क्योंकि शीत लगने से ऋतु सम्बन्धी पा अर्थात् क्षीणता, आर्तव बर्धता आदि प्रारम्भ हो जाते हैं।

बाछों की छाती को शीतल वायु से सुरक्षित रखना चाहिये। ऊष्ण प्रकृति वाले वर्षा होने पर बहुत प्रसन्न होते हैं, पर वह सब में खेलना चाहते हैं, कोई भय नहीं खेलने दो, पर वर्षा के वस्त्र उन्हें उदा दो ॥

भीगा हुआ वस्त्र पहिनना हानि कारक है। किसी कारण से भी वस्त्र भीग जावें, तो उनको उतार दो, और दूसरे वस्त्र

पाइन लो, और यदि उस समय दूसरे वस्त्र पास न हों, तो ऊर्ध्व को उतार कर निचोड़ कर दिखाकर सुखा लो। मीगे वस्त्र रखन स नगा रहना उत्तम है। और यदि मीगे हुवे गीले वस्त्र धूप में छालने हों, तो रस्सी के ऊपर डाल कर सुखावें, और यादत भाव तो उसे उतार दें। उस समय आर्द्रता वायु में हो जाती है। वस्त्र दीव रों पर सुखने रखे जावें तो गीली दीवार की धूप जो धूर में निकलती है उनको गीला और खराब कर बेती है ॥

वर्षा ऋतु में विशेष रूप से वस्त्र स्वच्छ रखने चाहिये। मैले कपड़े पर मँह पड़ जावे, तो जूरे हो जाती हैं। पर्साना निकलने और कीचड़ भादि लगने के कारण वस्त्र शीघ्र मैले हो जावे हैं। जिन से हो सके वह शीघ्र २ बदलें अन्यथा सफाई में दो बार बार धो कर सुखा लिया करें। इसके वास्ते कठ २ पोछाके पर्याप्त हैं ॥

दूरी, तोषक, गाढीया, आदि अथ मैले हो जावें, तो धूप निकलने पर सुखा लें, अन्यथा विच्छ, कीच, मुकौरे, और कई प्रकार के अन्तु उन में आर्द्रता से उत्पन्न हो जाते हैं ॥

जिन कमरों में धूप नहीं पहुँचती, उन के भीतर जगिन की गरमी करनी चाहिये, जब कि आर्द्रता प्रवीत हो ॥

## स्नान वर्णन ॥

स्नान के लिये सब नियम बही हैं, जो कि प्रथम वर्णन हा चुके है। सर्गियों में तो उदैव गरम पानी से स्नान करने की रीति है, परन्तु वह अनुप्य वह आनन्द कदा पाते हैं, जो पाछा

झुन्नों, नदियों, और नहरों में वैस्ते, और मिश्रों के साथ स्नान करते हुए घाते हैं। भिनको वैरना नहीं आता, उनको गहरे और वैरने वालों को भी बहुत गहरे जल में नहीं जाना चाहिये वर्षा ऋतु में भी शीतल जल से दैनिक स्नान बुरा नहीं है। और कण्ठमाळा के रोगियों और निर्बल मनुष्यों को शीतोष्ण जल से स्नान की आज्ञा है। दैनिक स्नान ऐसा ही आवश्यक है, जैसा कि अन्य ऋतुओं में बल्कि इस से भी आवश्यक। क्योंकि इन दिनों में अधिक पसीना आता है, और मैल जमती है, पित्त निकलती है, और जब शरीर पर हाथ मारो मैल की वातिया तुरन्त पतार लो, यदि शीत न हो तो दोनों समय निस्सन्देह स्नान करो ॥

## मैथुन वर्णन ॥

संस्कृत की बहुत सी पुस्तकों में पढ़ते हैं, और अद्भुत ढंग से यह लिखते हैं, कि “जब वषा की झड़ी छगी हो, तो मिया के सग प्रसग पित्त को प्रसन्न करने बाळा, और आरोग्यता के देने बाळा है, और भिन को ऐसा अवसर है, वह बहुत माग्यशाली है”। मैं नहीं समझता कि यह शब्द किन मनुष्यों ने लिख दिये हैं? क्योंकि वैद्यक शास्त्र इस ऋतु में मैथुन की कमी का ध्यान रखना आवश्यक बताता है। आटों में भी यह बिर्यास है, कि “वर्षा ऋतु में लहू, पानी एक होता है” मैथुन कम करना चाहिये। बलवान से बलवान पुरुष के लिये प्रति पन्द्रहवें दिन की प्रायः आज्ञा है। शायद भिन वैश्यों ने ऐसा लिखा है, उनका



अधिकांश फेब्रुअरी हा य मस से है, वस्तु यह उम से भी मयानक  
और घुरी काम है ॥

हीर व राजा पढ़ने वाले लोगों को अपदेश दिया करते हैं :-

“ माघन ही महार होमे वैशियां फोहारों हों, पैसा मवार  
दा नवेकला साह छये ” ॥

इत्यादि २ बहुत करते फिरते हैं, जिस से लोगों का  
आचरण खराब होता है और यह बात मन में अम जाती है,  
कि इस प्रवृत्ति से स्त्री धर्म खूब करना चाहिए । एक स्थान पर मैंने  
लिखा हुआ देखा, कि जब बाइल गजजे, फोहारों पढ़ें तो काम के  
बश हो कर अन्धा होवे ॥

जैसा कि मैं पहले वर्णन कर चुका हूँ, यह समय ऐसा  
होता है, कि जिस २ धान ६० और जिस का धन चादता है,  
उस समय उसी और वह चलायमान होता है, और यही कारण  
प्रतीत हुआ, कि कामी और वासनाओं के दास मनुष्यों ने ऐसा  
लिख दिया, और अदिरा व मैथुन को वर्षा के समय आवश्यक  
पणायत ईश्वर बुनिया को ऐसी बातों से बचावे ॥

अन्त में मैं कहता हूँ, कि आधारेण लोगों को १ मास में  
पहिसे इस कार्य में न पढ़ना चाहिये ॥

दिन के समय मैथुन सब अगह वर्जित है, और अस्तुत में  
तो इसका नाम ही रात्रि क्रिया अर्थात् रात का काम है । अतः  
पादे फोहार पढ़नी हो, पादे विजली गर्जनी हो, कदापि इस  
को न करें । डाक्टर कासन ने जो दिन भी ऐसा करना लिखा

है। वह इसके लिये युक्ति देता है, कि 'वह कार्य मलाई का कार्य है, और लोग शायद रात्रि का इसलिये करते हैं, कि वह इस को इस लिये करते हैं कि वह इस को मलाई का काम नहीं समझत'। यह युक्ति ही उसकी निर्बल है, - क्योंकि रात्रि को सारे कार्य घुरे ही नहीं किए जात, इस लिये यह मानने के योग्य नहीं है ॥

## सैर व व्यायाम-का वर्णन ॥

इस ऋतु की सैर वा वास्तव में चित्त का खड़ावी है। बनों, उपवनों और मदानों में फिरकर हरियावळ, व प्रकृति की शोभा को देख कर चित्त को प्रसन्न करो। हा कोई २ मनुष्य जब खूब धरो हा रही हो, तो आनन्द के मारे बाहिर निकल जाते हैं ॥

ऊष्ण प्रकृति वाले आरोग्य और थलवान मनुष्यों का तो इस से कोई हानि नहीं होती, परन्तु निर्बल मनुष्यों को और कण्ठ माला प्रस्त रोगियों को खासी व क्षय आदि हो जाने का भय होता है, और वाळकों व वृद्धों को तो अशुभमेव भय है। हां, योही २ फुहाइ पढ़ रही है, तो छाता छेकर-निकलना और हरियावळ का आनन्द उना उत्तम है। वर्षा के दिनों में भूमि गीळी और कीचड़ युक्त होने से शहरों के भीतर की वायु उत्तम नहीं रहती है, इस वास्ते शहर वाळों को प्रति दिन सायम् व प्रातः दोनों समय अथवा एक समय तो अवश्य सैर करनी चाहिये और शेष नियम जो प्रथम वर्णन हो चुके हैं, उन को पालन करें ॥

व्यायाम तो प्रत्येक ऋतु में गुणकारी है, और जैसे ही इस ऋतु में भी है। इसके गुण व नियम जो पहिले वर्णन हो चुके हैं, उन को पढ़ लीजिये ॥

चैरना इस ऋतु का विशेष व्यायाम है, जो लोग चैरना नहीं जानते, उनको गहरे पानी में नहीं जाना चाहिये। वस स्थान तक रहो, जहाँ पानी का बहाव न हो, और यदि साक्षात् जुद्ध मारि हो, तो वस, स्थान तक कि जहाँ पानी भूमि को छग सकते हों, पञ्जामी में मसल है, कि “ इन दिनों नदियाँ अपने मार्गके होती हैं ” अर्थात् जैसे स्त्री अपने ससुराल में बहुत बन्धन में रहती है, मगर मार्गके में उसे स्वतन्त्रता का समय होता है। ऐसे ही नदियाँ इन दिनों में जोवन पर होती हैं। किसी को शरय व छज्जा इनको नहीं, जो भाए मदा से भावेगी। इसलिये चैरने जैसे वसम और मनोरञ्जक व्यायाम के साथ इस पास का भी अवश्य ध्यान रक्षना चाहिए ॥

इस ऋतु का दूसरा व्यायाम पंग व शूला है। मैं वस मनुष्य को घन्यवाद देता है, जिस से इस व्यायाम का निर्माण किया है। सारे शरीर का व्यायाम हो जाता है, और पंग के द्वारे के साथ जो वायु शरीर को छगती है, वह रोम २ में भंग जाती है, छाती फैलती है, नागु और टांगें पुष्ट होती हैं। श्रियाँ तो इस में और भी आनन्द उत्पन्न कर लेती हैं, सब कि वह कुछ २ घण्टा २ गाती भी जाती हैं। फेफड़ का और भी व्यायाम

कठिन है, परन्तु सीमा पर पहुँच कर आराम से बैठ जाओ और  
खुद ही ध्यानन्द उदाओ । पींग पर चढ़ कर किसी २ मनुष्यों  
का शिर घूम जाता है, और यदि वह अधिक चढ़े, तो वमन भी  
हो जाती है, उनको नहीं चढ़ना चाहिये । परन्तु सम्भव हो तो  
यात्रा २ प्रति दिन अभ्यास करें, तो थोड़े ही दिनों में ऐत्रा होना  
बन्द हो जाता है ॥

मैं जब पींग पर झूला करता हूँ, तो ऊपर चढ़ कर कह  
देता हूँ, कि इसको सर्वथा छोड़ा कर दो, और जरा भी न  
टिँकाओ । इस प्रकार से पींग चढ़ानी थोड़ी बुद्धिमानी का काम  
है, और बहुत ज्यादा जोर लगता है जो बहुत नहीं झूल सकते ।  
बाहिर किसी वृक्ष से पींग लटकवाओ, चार मिश्र मिल कर जाया  
करो, और मौजें किया करो ॥

## यात्रा का वर्णन ॥

भारतवर्ष में अभी तक यह विचार है, कि यौमासा अर्थात्  
वर्षा के ३-४ महीने यात्रा नहीं करनी चाहिये । साधू लोग भी  
इस नियम का पालन करते हैं, कि जहाँ वर्षा का प्रारम्भ हुआ,  
वह एक स्थान पर ठेरा जमा बैठे है, और ४ महीने वही स्थान  
में रहते हैं, और पहाड़ों में रहने वालों को भी विषय देखा ही  
कमना पड़ता है । क्योंकि नदी नाके इतने चढ़ जाते हैं, कि उन  
को २-३ मील की थोड़ी सी भी यात्रा करना हो, तो भी १०-  
२० नाके गुजरने पड़ते हैं, और होता क्या है, अभी पानी  
घुटन २ है, और अभी कटि तक आगया है, पीछे वर्षा हो गई

और इतना जम् इस साधारण नाके में हो जाता है, कि कुछ में स जानों कठिन है। मैदानों के लोग इसभी परवाह नहीं करते हैं, क्योंकि रेल गाड़ों आदि यात्रा के ऐसे सामान प्रस्तुत हैं, कि अथ वह अथ प्रतीत नहीं होता जिस विषय से पुराने छागों ने रोका होगा इस में कोई बाध नहीं, कि रेल की दुर्घटनाएँ भी इन दिनों में बहुत होती हैं, भूमि पोछी होकर पट्टी से रेल उतर जाती है, और कहीं क्लिप्त जाती है, कहीं पड़क टूट जाता है, और आना जाना बंद हो जाता है, परन्तु फिर भी यात्रा जारी रहती है, अतः आम कल यात्रा की अवस्था देख कर इस यात्रा का पालन न करना चाहिए। यदि साधारण रेल गाड़ी की यात्रा है, या सड़क पक्की है और मार्ग में नदी नाके नहीं, तो कोई हानि नहीं है, अन्यथा प्रयत्न करना चाहिए, कि यात्रा इस ऋतु में बहुत कम हो। रेल से वाहन में यात्रा को सरस कर लय है, और जय विजय की माँति यहाँ भी प्रबन्ध हो जायेंगे, और दुर्घटनाएँ से टकरें बन्द हो जायेंगी तो लोग बहुत प्रसन्न होंगे ॥

बाहे एक साधारण यात्रा हो, परन्तु फिर भी वषा की पूरी सामग्री रखना आवश्यक है। ओवर कोट, छाता, शान के लिए कोई कृष्ण पुष्पिकारक अथवा, वस्त्र या चीज जोड़े गिर उठाने वाले प्रकार के रखने चाहिये, केवल एक ही वस्त्र न हो। यात्रा में भीगने का अवसर हो, तो शीत ही किसी शुष्क स्थान पर ठहर कर वस्त्रों को सुखा लें। यदि शीत प्रतीत हो, तो पाक

पभीरी आदि जो कुछ चाय हो स्या छें, यदि सम्भव हो, सो  
ऊष्ण चाय पी लें ॥

रेल में बैठे हुए वर्षा होवे, सो निघर से यूँ जाती हो  
सिड़कियाँ बन्द कर लें, हाथ, मुख, बाहिर निकाल कर मागने  
का यत्न न करें । स्टेशन पर पहुँचने के समय यदि वर्षा हो, सो  
थोड़े समय तक मुसाफिर खाने में बैठ जायें ॥

वर्षा ऋतु में वर्षा के पश्चात् कभी घूप निकलने से अत्यन्त  
गरमी हो जाती है, जिस से पसीना आता है और दिल धरता  
है, इस वास्ते पसा पास रखना बहुत उत्तम है । पसीना आया  
हुआ हो, सो उस को सुखा कर जल पीना उत्तम है । भोजन  
पार्स में और अस्टेशनों पर इस ऋतु में प्रायः उत्तम नहीं मिलता,  
ठंडा और मीठा हुआ और दुर्गन्ध युक्त हा तो कदापि न लें,  
और दूध आदि से काम चलायें । दूध भी ऊष्ण होना चाहिये ॥

वर्षा ऋतु में प्रायः पानी गदगा और खराब हो जाता है,  
और पानी का परिवर्तन बहुधा रोग उत्पन्न करता है । जैसे कि  
रेल में प्रातः समय छाहौर का जल पिया ह, हा सायम को  
बेहमी का पीना पड़ता है, और विविध जलों का आमाशय में  
प्रक्षीप्त होना यूँही हानिकारक है, और इस ऋतु में तो अषद्य  
हानि पहुँचाता है ॥

दृष्टान्त स्वरूप एक छाहौर निवासी यदि लखनऊ जाता है,  
सो वहाँ का जल इस ऋतु में उसे अनुकूल नहीं आता है, इस  
अभिप्राय के लिये कोई सो चाय पीते हैं और कोई मूर्ख भग व

मादिरा आदि आरम्भ कर देते हैं, जो यद्यपि जल के परिवर्तन  
हानि प्रभाव को तो नष्ट करती है, परन्तु शरीर के भीतर अनेक  
रोग उत्पन्न करने का कारण होता है। पियाज भी उत्तम माना  
गया है, अमृतधारा जल की हानि से सुरक्षित रखती है, मीठ  
और गुड़ मिलाकर भोजन से पहिले खाता जल की हानि का  
लाभकारी है ॥

किसी नदी या नाले के पार पतरना हो, तो नौका उत्तम  
होनी चाहिये। पानी का वेग बहुत आधिक न हो, और यदि  
नौका में बैठने से जो मसछावे, तो अमृतधारा की एक मूद जिला  
पर लगावें। समुद्र की यात्रा में जहा कइ दिनों तक जहाज में  
रहना पड़ता है, घमन प्रारम्भ हो जाती है। उस को सामुद्रीय  
रोग या Sea sickness कहते हैं। अमृतधारा गाना, निम्बू का  
रस, इम्यली घूसना, चाचा कल, अनार या सेब आदि का रस  
और घनालोपन चन्दन श्वेत, विजौरा की छाल, समान भाग  
होकर गुठामाक, य सिरफा में पीस कर आमाशय पर छप  
करना लाभकारी है ॥

## शयन वर्णन ॥

निपट और पृथ्वी मनुष्यों को हम यह शिक्षा देंगे, कि यह  
वर्षा ऋतु में बाहिर न सोवें, और छत के नीचे सोवें, पानी  
प्रथम तो ओख पड़ती है, दूसरे कभी २ सोप हुवे वर्षा हानि  
प्रारम्भ हो जाती है, और छत समय न हो बैठने को मन पड़ता  
है, और न ही बैठने के पित्त निबोद हो सकता है। हाँ अभी

बोझी २ घूँसे पड़ती हैं, ओहो ! यह तो बरसने वाला बादल नहीं जान पड़ता । इन्हीं विचारों में मनुष्य पड़ा रहता है, कि वर्षा मूसलाधार पड़नी आरम्भ हो जाती है, और कभी हट जाती है । प्रत्येक अवस्था में इस भाँति वर्षा में भीगना, और निद्रा में गड़बड़ उत्पन्न करना, कोई बुद्धिमान उचित नहीं कह सकता है ॥

सब लोग ऐसा प्रवृत्त करें, कि न तो ओस पड़े, और न वर्षा आने पर इस भाँति चारपाई चूठानी पड़े, और फिर अकरा-सकरी पड़े, तो बहुत उत्तम है । मकान की सब से ऊपर की छत पर बगलाकार छप्पड़ बनाया जावे जो चारों ओर से खुला हो, वा यह काम्य सिद्ध हो सकता है ॥

और प्रत्येक साधारण स्थिति का मनुष्य ऐसा कर सकता है चारपाई के पायों के साथ लकड़ी लगा कर ऊपर चादर तान देने से ओस से बच सकते हैं, परन्तु वर्षा से नहीं । हा यदि मोमलासा लगाया जावे, तो साधारण वर्षा में चूठना नहीं पड़ता, वर्षा के पश्चात् जब अधिक गरमी होती है तो निस्सदेह बाहिर निकलन को मन चाहता है, अन्यथा वर्षा ऋतु में भीतर सेना खना दुखदाई नहीं है ॥

उत्तम यह है, कि इस ऋतु में सर्वथा नगे ही खोले बाहिर घोर हुए अकस्मात् वायु के परिवर्तन से जुकाम आदि हो जाता सम्भव है । हा भीतर हों तो हानि नहीं । निचलों और रोगियों और प्रसूयः स्त्रियों को अवश्य वस्त्र पहिन कर और ओढ़ कर



सोना हितकर है। दिन को ध्यान करना वैद्यक मन्त्रों में उल्लेख नहीं किया गया, और तल्लुके से भी यही सिद्ध होता है। इस ऋतु में सोने से आलस्य होती है, चित्त दुर्बल होता है, और कफरोग भी उत्पन्न होते हैं ॥

स्त्री के साथ सोना जिन लोगों ने उचित ध्यान दिया है, उन का भी पुरुषों का किया हुआ मानने योग्य नहीं है ॥

किसका धोना चाहिये, और अन्य आवश्यक बातों का वर्णन पहिले किया जा चुका है, उसी के अनुसार ही यहाँ समझें ॥

## रहने के मकान ॥

मकान की शुद्धि तो प्रत्येक ऋतु में आवश्यक है, परन्तु इस ऋतु में विशेष आवश्यक है, वर्षा होने से कूड़ा फरफट व कीचड़ इधर उधर फैलित हो जाता है, जब धूप लगती है, तो उस में सर्वाधिक उत्पन्न होती है, और वायु अत्रि हो जाने से मकान जो मैले होते हैं, और जिन में शुद्धि नहीं होती वह भी सर्वाधिक से दुर्गन्ध देते हैं। अतः मकान के भीतर से अच्छी भाँति कूड़ा फरफट निकाल कर उस के भीतर अग्नि लगा देनी चाहिये, ताकि शुष्क हो कर दुर्गन्धता जाती रहे, बाहिर भी पर्याप्त शुद्धि रखें, और वर्षा के पश्चात् कीचड़ को दूर कर दें। मकान के पास कोई गड्ढा हो, तो या तो उसे भर दें या पानी निकाल दिया करें। पक्ष तिनके आवि यह कर मकान के पास आ गये हों, तो भगी से साफ करवा दें। रुई आदि पास पड़ा हो, तो उठवा दें ॥

भारतवर्ष में कहावत है, कि सिंह का इतना मय नहीं, जितना वर्षा में टपकने का। यदि गृह के भीतर पानी भरता है, तो उस से सारा गृह जाई हो जाता है, और आर्द्र गृह में रहना वास्तव में भयानक है, अनेक प्रकार के रोग हो जाते हैं। इसी वास्ते लो बड़ों की शिक्षा है, कि वर्षा आरम्भ होने से प्रथम रहने के मकानों को भली भाँति छीप पोष देना चाहिये। छपरों को नया बनवावे और मिट्टी सँ छीपें। महलों वाले छतों पर मिट्टी डलवावे दीप करावे, कोई छिद्र हो तो उस को बंद करवावे, टूटा फूटा बनवा लें। अभिप्राय यह कि वर्षा आरम्भ होने से प्रथम तसल्ली कर लें, अन्यथा सारी वर्षा यही होगा, कि घेर वर्षा आरम्भ हुई, उघर तुम को छत पर चढ़ना पड़ा, वर्षा होती में मिट्टी छगाई और वह खुल गई। इस वास्ते जिस स्थान से टपकता है वह कठिनाई से बन्द होना है और वर्षा में मीगना पड़ना है। छत के भीतर पानी अवश्य चला जाता है। यदि रात्रि हो, तो मोर भी कष्ट होता है। फिर क्यों न तुम पहिले ही इस बात का प्रबन्ध कर लो। सूखी मिट्टी का एक गड्ढा अपने गृह में रख लो क्योंकि वर्षा में सूखी मिट्टी नहीं मिलती। यह समय पर काम देवेगी। मकानों के ऊपर वर्षा में घास आदि चग आना है, उसको हसाइ दो ॥

पशु घासा यदि पास हो, तो उसको प्रति दिन साफ कराओ और सूखी मिट्टी डलवा दिया करो, अन्यथा इन दिनों उस के भीतर दुर्गन्धि आती है, जो आरोग्यता के लिये हानि कारक है।

साप, विच्छृ और अन्य ऐसे जन्तुओं का इन मकानों में भय होना है, इस वास्ते प्रथम तो पाओं पर जूता रखो। दोनों समय दूरी, चादनी, गालीचे आदि उठवा कर झड़वा कर घूप लगाने पर घूप दे दिया करो, फल पर बैठने की अपक्षा फुसकी या पीढ़ी मूढ़ा उत्तम है। मकानों के कोनों में जो जाला, काई आदि समा हो, उसको दूर करो। मकान के भीतर घूना कड़ई को रखना वायु को सुखाता है। और वायु की खराबी को दूर करता है ॥

मकान ऊची भूमी पर उत्तम है, और यदि ऊर्ध्व निचली भूमि पर मिल, तो उध में भरती भरवा कर उस को ऊंचा कर लो, फिर उस पर मकान बनाओ, विशेष कर इस प्रस्तु में चाँचे का मकान बहुत हानि कारक होते हैं ॥

विपैल जन्तु मकानों में इन दिनों में बहुत उत्पन्न होते हैं। इन के दूर करने की संक्षिप्त विधि सर्वे रिसाला जहरों का इतान नम्बर एक मूह्य (३) में लिखा गई है, जो चाहे मगा कर देख सकता है ॥

छास, मुछावां, चवन श्वेत, हरपल, वायविदग, रास गुग्गुल इन को पीस कर रखें या घूर में मिला कर बधियां बनाएँ उध के घूँ से सय जन्तु भागते हैं ॥

मदार के पत्ते जिस स्थान पर फेला दिये जावें वहाँ कोई जंतु नहीं आता ॥

खमरद को अगूठा में लगाये रखना भी उनको पास नष्ट आने देता ॥

यादि घर में बक या मोर या सुरगाबो, या बारहसिंगा, या बगली घूहा, पला हुआ हो, तो उत्तम है। बहुधा कोड़े इन के मय से नहीं निकलते ॥

नियोला—सुवास तितली की सुगन्ध से भागता है ॥

दीमक—चुनार या वृष के पत्तों के घूरे से मर जाती है। कबेर के ब्याले हुवे पानी के छिड़कने से भी मर जाता है, जिस घर में हुदहुद हो, दीमक नहीं रहती, हरे को जला कर रास छिड़कने से जाती रहती है, यदि मिट्टा के तेल में नीला थोपा बाल कर छिड़क दें, तो पुस्तकों में बिछकुल दीमक नहीं छगती। हाँग तेल में पिछा कर छिड़कने से भी दीमक भाग जाती है ॥

मच्छर—सुरावा सरोकाष्ट, उष्टुक, छौंजी, मोरदपत्र, सरों पत्र, भेड़ की धींगनी गधक, गुग्गुल, काठा धाना, गाय का गोबर, अनार की लकड़ी, सरों फल, बारहसिंगा, फिटकड़ी की घूना से सर्वथा भाग जाते हैं ॥

सनोवर के फूल १ भाग, अजवायन ३ भाग, तिल में मिछा पकाकर घूनी दें, और जैतून के तेल की माछिस करें, मच्छर बिछकुल नहीं काटेंगे ॥

याद सरों की छायाएँ और पत्र घस्रों में रखें तो मच्छर पास न आवेंगे ॥

पदि हड़ताल और नौशादर को बसा में मिछा कर किसी घर में कुछ दिन घूनी दें, तो मच्छर उत्पन्न न होंगे ॥

यादि छौंजा, या हरमल, या अफसम्बान, या तितली, या

निम्ब का उबाला हुआ पानी गृह में छिड़कें, तो मच्छर निकल जाते हैं ॥

जैतून का तैल लीमू के रस में मिला कर बरतार पर माठिब करे, तो मच्छर नहीं सतावेंगे ॥

दारचीनी और छषग के पानी को छिड़कने से मच्छर पाए नहीं आते ॥

मिट्टी के तैल की दुर्गन्ध से भी मच्छर और सटमठ दूर होते हैं ॥

सायन और मिट्टी के तैल को मिला कर गाढ़ा करके रखना और हाथ पाओं पर घकना एक अगारज का अनुभव है ॥

सरो के पत्ते व छकड़ी, या तुळसी पत्र या परब पत्र, विस्तरे पर रखने से मच्छर नहीं आते और तुळसी विशेष रूप से घों में छोगानी चाहिये ॥

## निवास गृह व विषैले जन्तु ॥

पिस्तू-इन्द्रायण, तिवडी, उशुक, अमिठवायि, काठा शाना, गोखरू, पानी में उबालकर घर में छिड़क दें सब पिस्तू मर जावेंगे ॥

गन्धक व कनेर के पत्तों का धूसा भी उनको मार देता है ॥

जगडी चूहे की चायी एक छकड़ी पर मल कर किसी स्थान पर रख दी जावे, तो सब पिस्तू उसी स्थान पर एकत्रित हो जाते हैं ॥

कीकावा विछाने से उसकी दुर्गन्ध से सब मत्त और मूर्च्छित हो जाते हैं ॥

टेसू के फूँट या मजवादन बिस्तरे पर रखने से पिस्तू नहीं आते ॥

सर्प-प्रत्येक प्रकार का सर्प पारासिंगा, व बकरी के सुर और बाल गन्धक, मनुष्य के बाल, राख, गुग्गुलु, चकवीनम, गन्दा महरोष्ठा, अनार की लकड़ी, सोसन की जड़, अक'करा, की घूनी से भागता है ॥

यदि घर में सर्प निकलते हैं तो सोते का पर रखें, फिर दिखाई न देवेगा, गन्धक और नौशादर सिरका में मिठा कर या गाड़ में मिठा कर सर्प के स्थान पर डाल दें, सर्प या सो भाग आवेगा, या मर आवेगा । राई और नौशादर के पानी को भी घोल कर डालते हैं, सवाले दूध, या नौशादर मिश्रित पानी का भी यहा प्रभाव होता है । पहरमोहग उसली सर्प के मुख में प्रविष्ट किया जावे, तो तुरन्त मर जाता है । यदि नौशादर मुख में घोल कर सर्प पर डुली करें, तो भी मर जाता है । यदि घागे को कतरान में छपेट कर अपने चारों ओर बिछावें, तो कोई अन्तु अपने पास नहीं जाता है । वरन जब उस पर टाँटि पड़ती है, तो तुरन्त मर जाता है । और उस के नेत्र पानी होकर ३६ जाते हैं । कुइकी फूट कर सर्प के बिल में डालने से वह मर जाता है । यदि घणगादड़ को घर में गाड़ दें, तो सर्प भाग जाता है । प्यास और लहसन की घूनी से भी भाग जाता है । तमाळगोटा महीन पीस कर जहा कहीं सन्देह हो छिड़क दें । सर्प को घूम पहर घुरा जाता है, कपड़े का घूम बहुचायें, या गन्धक का सेण

घूम देवें, तो वहाँ से कहीं चला जावेगा । मारखोर बकरे का चमड़ा घर में रखने से सर्प भाग जात है और पाय नहीं जाता है । मारखोर बकरा पहाड़ों में केवल सर्प खाता है । मरुवा जिस जिस घर में हो, कहते हैं, कि वहाँ से सर्प नहीं जाता ॥

लुपफली-केशर की सुगन्ध से मागती है ॥

बिच्छू-पित्तू जिस वस्तु से मागता है, बिच्छू भी वही से मागता है, गधक का घूम या वनतुलसी का रस छिड़कने से भाग जाते हैं । यदि कुछ बिच्छू जलाए जायें, वा भी वह भाग जात है । फिटफरी, शौली, पीरा, सर्षपानम जुन्दबहुम्बर, गुग्गुलु बकरी का खुर जला हुआ, सब सम भाग लेकर गोठियाँ बना कर कई पार जलावें, सब बिच्छू भाग जायेंगे । गन्धक, हड़ताल, गंधे के सुम, बकरा का चरबी, व गाय के घा का धूनी भी वही प्रभाव रखता है । वन तुलसी मूली, मूली के पत्ते, खिलारण, बकरा की मींगनी, हड़ताल, सम भाग लेकर घरेली में मिला कर छिद्र के पास जलावें या कुछ मूली के बीज उस के भीतर डालें, तो वह बाहिर न निकलेगा, बायूना, हरमूल, उहसन, सम्मालू के काढ़ा के छिड़कने का भी वही प्रभाव होता है । हींग का पानी और जगली प्याप का काढ़ा अनुभूत है । ऊष्ण प्रकृति वाले, छद्मन करने वाले की धूक व क्रोध की अवस्था की प्राण बिच्छू पर गिर कर उसको मार देती है ॥

कहते हैं, कि जीवित बिच्छू को तैल में जलाकर नये उत्पन्न हुए बाण्डक के हलक में धरा सा मल दें, या बिच्छू को सपठे में

रखा कर... उल्टी भाग से जन्म के दिन टिकोर करे, तो विन्डू का विष उस पर कुछ प्रभाव नहीं करता। यदि मृत, चीठ को सुखा कर घर में रखें, तो सर्प विच्छू आदि सब जन्तु उस से भाग जाते हैं ॥ -

चूहा-यदि किसी चूहे को खस्ती कराके, या दुम काट कर, या उसके चेहर की खाल काट कर छोड़ दें, या सब चूहे उस से डर कर भाग जाते हैं। मुरदाभग, कुटकी, सखिया, मण्डूर, कभर, अजवायन, करव की जड़, व जगन्नी प्याज से चूहे मर जाते हैं। और फिटकरी के धूँ से भी भाग जाते हैं। एक चूहा पकड़ कर उसको तारकोठ या तालापाय के पानी या तापान में डबा कर छोड़ दें, तो भी चूहे भाग जाते हैं। तारकोठ और गन्धक का सपाव मिलाकर बिलों पर लगा देने से चूहे घरा से चले जाते हैं (कहते हैं कि घर में कोई बर्तन पानी से भर कर उन के लिये रख दें तो फिर वह और किसी घर में नहीं जाते)। क्योंकि जब वह प्यासा होगा है, सब ही दर एक घण्टा को काटता है) घड़वा पोटास उनके बिलों के पास रखने से भी भाग जाते हैं ॥

खटमल-तुलसी से भागते हैं, और मर जाते हैं, कहे हैं, कि खटमल जो कावेदार, फल, दाता है, काटकर, चारपाईयों के नीचे टुकड़े २ करके फैलावे, तो सब खटमल उस के भितर एकत्रित हो जाते हैं। पारे को भटे की सफ़ाई में खरल करके मिलावे, फिर इतना-कटे, कि, मरदमभव हो जावे। पल सादि क



द्वारा चरपाई के छिद्रों में लगावें, दो बार बार ऐसा करने से दूर हो जावेंगे ॥

मधु मासिका-दुग्धा, मांस को अग्नि पर भूने जाने की गम्भ से, चुनार के पत्तों की धूनी से, घन्वक, व महसन के घूस से भागती है ॥

० यदि सतमा रस, क्वार्ली रस, और रेत शरीर पर पड़ें, तो मक्खी या भिड़ पीस नहीं आता है ॥

हम पाछे लिख चुके हैं कि वर्षा ऋतु में बहुत स जन्तु उत्पन्न हो जाते हैं, इनके दूर करने की विधि भी लिखी जा चुकी है। कभी ऐसा भी होता है, कि जन्तुओं को इन से कष्ट पहुँचता है। यह बात स्मरण रखने योग्य है, कि कोई भी विषैला जन्तु काट आवे, तो अमृतधारा उस के विष को तुरन्त दूर कर देती है। कभी २ हम जानते भी नहीं हैं, कि इस कीड़े मकौड़ों का नाम क्या है, कभी २ हम उसको देखते भी हैं। और उसके काटने से पीड़ा, शोथ, आदि आ म'हा जाती है। इन सब अवस्थाओं में अमृतधारा पर पूर्ण विश्वास किया जा सकता है। वही २ विषैले जन्तुओं की चिकित्सा यहां हम फिर लिख देते हैं ॥

## वृश्चक दंश की चिकित्सा ॥

न० १-आक ( मदार ) के चार पांच पत्तों को गरम करके उनका पानी निकाल कर निस्वार करें। छींक आने पर तुरन्त काम होगा। अनुमूख है ॥

न० २-आम का फूल या पूर जिस दिन पहिले विकार है

इसको हाथों में खूब मल लें। जब किसी के बिच्छू काटे, तो अपना हाथ ऊपर से काटे हुए स्थान के ऊपर से नाथे की ओर फेरना आरम्भ करें, कोई ५-६ मिनट में लाभ हो जावेगा। यह प्रभाव हाथों में एक वर्ष पर्यन्त रहता है। इस क्रिया के साथ कोई २ मनुष्य मंत्र आदि भी पढ़ते हैं। परन्तु मंत्र निष्फळ है। यह लाभ के फूल का प्रभाव है ॥

न० ३—जहाँ बिच्छू ने काटा हो, वहाँ पर तैल (केस्टर आइल) लगा दें ॥

न० ४—एक हाथ में थोड़ा घूना पानी ढोळ कर और दूसरे हाथ में थोड़ा सा नौसादर पानी में घिस कर लगाए, फिर इन दोनों हाथों को मल कर रोगी को सुषाँ, आराम हो जावेगा ॥

न० ५—बिच्छू के डंक के दूर करने के लिये \*—जिस स्थान पर बिच्छू काटे। गूँदर के वृक्ष का दूध लगाना अस्यन्त लाभकारी है। दो चर घिन्ट में ही आराम हो जाता है। फाया करके रखना चाहिये ॥

न० ६—फटकड़ी को दुगने पानी में ढोळ लो, और २-२ घूँद भाँसों में डालो, ढाँढवे ही प्रधीत होने लगेगा, कि बिच्छू ने काटा ही नहीं है। यदि आराम न भी जाये, तो फिर एक बार और डालें ॥

न० ७—सघण का पानी इसी भाँति बनायें, शरीर के जिस ओर बिच्छू ने काटा हो, उसके विपरीत ओर कान में ३-४ घूँद डालें, आराम हो जायगा ॥

नं० ८-जिस मनुष्य को बिच्छू काटे, उसको शक्ति वरना चाहिए, और बिच्छू का विष खतारने, वाछा बिच्छू के काटे हुए मनुष्य से छिपा कर-मदीन मैदा के, अष्टक लवण पीस कर एक वस्त्र की पोटली में धारें, और बिच्छू काटे हुए के समुदाय लवण की पोटली को पानी में धार करके, वादिने हाथ में लेकर अप हाथ से बिच्छू काटे हुए मनुष्य के, नेत्रों को धोकर ऊपर लिखित पोटली निषोड दें। इस २-३ बार क डालने से पण भारोग्यता प्राप्त होती है, कई बार का अनुभूत है ॥

नं० ९-जिस किसी को बिच्छू काटे, वो तत्काल मिट्टा की सैल जो प्रत्येक घर में मलया जाता है, माछिस करे। सुरन्त काय होगा ॥

नं० १०-कारल हाईडराईट २ ग्राम, कैम्फर १० भाग, इन दोनों को मिठा कर शीघ्रा में खूब हाठ दकर रक्खा जाये, और काटे हुए स्थान पर सूह से गहरा छेद करके इस खूब हाठ दें, सुरन्त काय होगा।

नं० ११-सरोष के बीज का लफर २ टुकड़े इस विधि से करें, कि इसकी दोनों धारें पृथक् २ रें। एक हाठ को पानी में धिस कर जइस्पोरा की माठि बिच्छू के टंक पर डगावे, जितना विष होगा, सब निकल छागा ॥

नं० १२-येरी की कोपल और काठी मिरस भी कायकारी है। गरम २ सैल का डगाना, यहा गुणकारी है, वा बिच्छू का उडू पृथक करके पेट पीर कर पाघना गुणकारी है। जइरेपी भीपधि

हों तो कोकॉन लोशन की पिचकारी खाल में लगाना, इस से बढ़कर कोई औषधि नहीं है ॥

भाक के पत्तों का पानी दोनों नयुनों में टपकावे तुलन्त आराम होगा ॥

न० १३-धबूल की पत्तियां हुके में पिछावे ॥

न० १४-मकड़ी का जाला जो कि श्वेत या रुपे का समान गोल होता है, हुके में पिछावे ॥

न० १५-महर्षि स्वामी दयानन्द जी की पाकट घुक से- (भ्रमेर से) जमाकगाटा की गिरियां निकाल कर लीमू के रस में एक सप्ताह तक भिगो रखें, इसके पश्चात् खरक करें, और छाया में ही खरक करें, अहां पर बच्छू ने काटा हो, वहां पर लगा दो, और साथ ही घाव पर लगा दो ॥

## सर्प दंश की चिकित्सा ॥

अन्य-इक स्थान को ऊपर से सूख कर बांधें और जलावे, व आक की जड़ से घसन भी करावे । नैशादर ३ मासा मधिरा १ मासा में मिला कर पीवे, २ घटे के पीछे वेवे, आराम होगा ॥

न० २-सांप के विष की एक अद्भुत चिकित्सा-भिस समय किसी को सांप काटे तुरन्त एक कुकट पकड़ कर उसकी गुरा के पास के पक्ष उखाड़ बाछें, और उस स्थान पर कुछ पछने लगावे, कि रक्त निकल आवे फिर इक स्थान पर पछने लगाकर उस कुकट की गुदा को मढवे, वह वहा पर धिपक जावेगा

और साँप क विष को खँष लेगा, परन्तु कुकट मर जावेगा, और साँप का काटा हुआ मनुष्य आरोग्य पावेगा ॥

न० ३—एक और अद्भुत चिकित्सा—२ ठोठा (राठों) का घूण १ पाव पानी या डड पाव पानी में घोळ लो, और उस से दो घोटल भर लो । १ छटांक घुसा हुआ प ना भाष, २ घट पीछ पिळाना आरम्भ करो । जिस समय रोगी कहे, कि यह कड़वा है, उस समय बन्द करदो और समझो कि ईश्वर ने जीवन दान दिया । यदि बावळ कुसे ने किछी को फाटी हो तो उस के छिब भी यह चिकित्सा अत्यन्त कामका ी है, और बहुत विपल बिच्छू के छिण भी इसका प्रयोग दिना जा सकता है ॥

न० ४—साँप काटे का योग—सखिया, श्वेत, गुत्ता श्वेत, नौशादर, हुषे के नेचे की मल, बड़ा बिच्छू, भाक का दूध सब समान भाग ले खरल करके एक घट शीशी में रखें, और आवश्यकता के समय एक पर भाक क दूध में रगड़ कर लगावें, पेट का दरद हो, तो आमाशय पर कुछ पछन लगावें । यदि मूर्छा हो, तो सिर पर भी पछन लगा कर गोळी भाक के दूध में रगड़ कर पछनों पर लगावें । ईश्वर चाहे तो आगम हो जावेगा, अनुमूत है ॥

न० ५—साँप काटे के छिण—धतूरा सेत के बीज १ ठोठा छेकर ५ छीमू के रस में खरल करके शीशी में रखें । साँप के काटे हुषे मनुष्य की भाषों में चलाई से सुरमा की मांति लगावें साँप का विष दूर हो कर साँप काटा हुआ आरोग्य हो जावेगा ॥

नं० ६-साप के काटे की अति उत्तम चिकित्सा-शंख १ तोड़ा, नौसादर १ तोड़ा, गहागा १ तोड़ा, गोदन्वी हड़ताल १ तोड़ा, हड़ताल वर्की १ तोड़ा, प्रत्येक वस्तु को घृषक २ महीन पीस कर कपड़छान काके सबको मिला कर ३ छटाक दूध भाक, ज्यौ। फि ३ छटाक बरांठी में खरल करके गोठी बना कर जस्त के कटोरे में रख कर जस्त का ही डकना देकर कपड़ मिट्टी करके ९ सर उपलों की भाग दें। शीतल हान पर उतार लें रग श्वेता छिये आस्मानी होगी, मन्ना ३ माशा एक ऊष्ण घृत में मिला कर पुस के कण्ठ के नीचे उतार दें। बहुत म्यानुक साप यथा सगपूर या कपियर हो, एक मात्रा से काम नै हो, तो दो तीन मात्रा में आ आवेगा। स्मरण रह, कि यह औषधि प्रत्येक प्रकार की महामरी (प्लग) के छिये भी अति पचम है ॥

न० ७-सुरमा जो साप के काटे को लाभकारी है-अमाळ गेटा के बाजके भीतर का बीज लेकर लीमू रस की २१ पुट्टे खें, और उम्या सी बची पत्तों, इस वधि को मजुप्प के थूक में पिघ कर लगाने से साप का विष बिलकुल ही उतर जाता है ॥

न० ८-शुद्ध मुरदारसग २ तोड़ा, भांगपत्र १६ तोड़ा। भाग क पत्तों को पानी के साथ पीस का जुगदा करके बीच में मुरदारसग ३ क्लें और ४ घेर के लगभग उपलों की भाष दें। इस प्रकार की ३ भांच देने से भस्म हो जावगी। यह भस्म साप के काटे हुवे की भाखों में लगाएँ या खिछाप। विष उतर जावा है ॥

नं० ९ साँप का टुक-बिचको साँप काटे तुरन्त ही एक पोथी सहस्रन गाय के घूँघ में खूब पीस कर साँप के काटे हुए को पिछावें । ३० मिनट में अवश्य आराम हो जाता है ॥

नं० १०-बीछा थोथा अर्थात् तृतिया महिन पीस कर घूँघ करके एक क्षीरी में रक्खें, आवश्यकता के समय थोड़े से घूँघ को किसी नली में टाँठ साँप के काटे मनुष्य को नाक में फूँके, कुछ मिनट में नाक से पानी बहना आरम्भ होगा, और प्रपः छीकें आ आँवेंगी । यह क्रिया २ या ३ बार करने से साँप का विष विलकुल उतर जावगा, और स्वस्थ हो जावगा ॥

नं० ११-आम की गुठली से मगज निकालकर जिसको बि विमर्ली कहस हैं, पानी में पीस कर साँप के काटे हुए को द्रान्त पिछा दें, इस के पीने के पदनात् मळ उतरगा । यदि १ बार में विष दूर न हो, तो २-३ बार पिछावें । विष उतरने क पीछ साँप के काटे हुए को सहस्रका स्वाद मीठा घालूप होगा ॥

नोट-यह सदा ध्यान रहे, कि साँप का काटा हुआ, प्रथम रात्रि का सोने न पावे । यद्य जादि घाँघने से भी कोई हानि नहीं ॥

नं० १२-यदि साँप काटे हुए को हुँफे की कोट जो नाडी के भीतर जम जाती है, तुरन्त ही खिछाईं भावे तो आराम हो जावेगा ॥

नं० १३-साँप के काटे हुए को कामकारी-यदि किसी को साँप काट जाय, तो तत्काल घागा या रक्खी डक के स्थान से ३ या ४ उगळ पर दृढ़ बाध दें, और पानी की धार में रख कर

किसी वस्त्र या घास से टंक के स्थान पर फेरें और साफ करें  
 भार वस्त्र पर उबधरे या छुरी से खूब पछ छगावें फिर काँइ  
 तेजाब या कगस्टक और यदि यह न हो, तो भाग के कोयले  
 से काटे हुवे स्थान को जला दो । एक दोसछ में कुछ नौसावर  
 और घूना समभाग ले कर रोगी को सुषामो और बीमार को  
 चढावे फिर से रहो, सोने या ऊचने न दो ॥

न० १४—अन्य—यदि किसी को ऐसा सांप काटे कि जिसक  
 काटते ही मनुष्य मर जाता है, तो घस की चिकित्सा यह है,  
 कि तत्काल काटे हुवे स्थान को जला दिया जावे, या काट दिया  
 जावे, यदि सांप या कुत्ता या और ऐसे दुस्रदाई जानवरों के काटे  
 पर जमाछगोटा का धीम विष कर छगावें, तो बहुत काम  
 होता है ॥

न० १५—अमरीका के एक विद्वान न साँप के काटे की एक  
 बहुत चिकित्सा मालूम की है, कि साँप के काटते हुवे मनुष्य  
 की जिह्वा पर छोराकार्म रस दिया जाय, तो शरीर में विष न  
 बढ़ सकेगा ॥

न० १६—अन्य—आधी मरिच ७ मग, नीला घोया ३ माषा  
 पीस कर मोर के मडे में ढाळ कर छिद्र-षद करके ४० दिन पड़ा  
 रहने दें, फिर घस को पास लें । मात्रा १ रसी तक पी लें । घरा  
 सी घाब पर छगावें । आराम होगा ॥

न० १७—रीठा—जो प्रत्येक स्थान पर भिळ सकवा है,  
 जिहना चाहें, किसी पात्र में कपड़ मिट्टी, करके जला लें, और



इसके पश्चात् सुरभे की न्याईं महीन पीस कर अपने पाम सरा रक्खें । जिस समय किसी मनुष्य को साव काठ, खाव, ताम्र एक पत शा में भर के खिलावें, और ऊपर से दूध में घी मिला कर पिछावें, और हर ३ घट के पश्चात् पसाशा में भर कर फिर खिलाते रहें, और घी मिला हुआ दूध पिछाते रहें । पानी पास तक न आने दें । और रोगी के मकान को इतना गरम रक्खें, कि पपीना पक पकीना भासा रहे, और इस मांसि विष शरीर क राम कूपों द्वारा निकल जावे ॥

श्वेत वायु का पूर्ण यथाव रक्खें । ईश्वर चाहे, तो कैंसा ही विषैला साप काट गया हो, २-३ दिन में सर्वथा 'भाराम हो जाता है । साव २ बड़े साँपों के काटने से मुख से रक्त गिरने लगता है इस अवस्था में फटकड़ी इतत २ मासा महीन पीस कर २ घमचे पानी में घोळ कर पिछावें, ईश्वर ने चाहा, तो सुरन्त रक्त बह हो जावेगा, यदि बन्द पड़ जावे, तो रीठा का छिलका ३ मासा, तूषिया १ रसी खूब महीन पीस कर ३ डटोक गुड़ में मिला कर खिलावें, और १० मिनट के पश्चात् ऊष्ण जल पिछावें ॥

न० १८-साप की चिकित्सा-नाभि पर से बाल उठाकर चादा सा जेश्वर दें, जिस से कि रुधिर निकल जावे, और जमाल गेटा एक २ दाना पीस कर लगावें, बमने हो कर विष चतर भावेगा, जब तक बपन मन्द न हो, दूध न पिछावें । जब बमन मन्द हो सा दूध पिछावें ॥

न० १९-साँप के काटे की चिकित्सा-सर्व साधारण के

द्वितीय लिखता है, कि साय के फाटे की चिकित्सा जो मैने और बहुत से मेरे मित्रों ने अनुभव की है, यह है, कि वसमा १ तोला कारी मिरच ६ माशा, पास कर शींग निकाल कर दान करे साय के फाटे हुए मनुष्य को पिलावे। यदि मरने वाला हो और बेहोश भी हो, सा मा तत्काळ दाश आ जावगी। फिर एक या र घन्टा के पश्चात् २ वाग पिछान से सर्वथा आराम मा जावगा ॥

( एक प्राश्न )

इसके अतिरिक्त बहुत सी चिकित्सा अपनी पुस्तकें “ घर का वैद्य ” नामी में दिये हैं जिसका मूल्य = ) है। इन विषों का पूरा वर्णन हम रिवाजा “ जहरों का इलाज ” न० ३ में करेंगे ॥

यहां केवल थोड़ी सी चिकित्सा लिखते हैं। रिवाजा “ जहरों का इलाज ” न० १ व २ भी देखने योग्य है ॥

सहस्र पाद—( कनकमूरा ) यह मा यदा दुष्ट अन्तु है, श्वर बिना को यह न दिखलाव, मूष शरीर में चिमट जाता है, उत्तरा ही नहीं है। यदि इसको किसी और वस्तु से पकड़ कर घुंठें, तो और भी नीचे को भसता है। कोई छाई को सलाइ ऊपर करके इसके ऊपर उगते हैं, जिस से इस का खेक पहुंच, तो कहते हैं, कि यह पाओ छोड़ देता है। एक बार एक महाशय ने विशेषकारक में लिखा था, कि श्वर देकी उस पर हातने से यह पानी की न्यारै बह जाता है, ॥

श्वर—वर्षा ऋतु में श्वर भी हो जाता है, और प्राय मैलेगिया श्वर होता है—परन्तु यह श्वर अधिकतर शब्द ऋतु में होता है,

इसलिये इसका उस शीर्षक में वर्णन करेंगे, कदाचित्त बालों, धुँवों, निर्यत्नों को जल में भोगने से या घूप में जा रहे हों तो वर्षों आ जाने से गर्मी, सरदी का प्रमथ एक समय पहुँचने से प्रायः उबक हो जाता है, इस ज्वर में कभी केवल हृत्पूजन और धाँकी की इरादत जाती है कभी अधिक उबक भी हो जाता है। यदि किसी और रोग का कारण न हो तो कबल इसका सहज चिकित्सा यह है, कि ऊष्ण, चाय, पिछावे। कभी ऊष्ण दुग्ध साथ भिलाकर पिछा देने से और गरम वस्त्र ओढ़ कर छेटने से पसीना आकर लाभ होता है। पसीना लाने वाला दूसरी औषधि भी की जा सकती है, सौंफ भून कर और मिमी पिछाकर ऊष्ण जल के साथ मिलाने से पसीना जी आ जाता है कोष्ठ रुका भी खुलती है। यदि कोष्ठबद्धता है, तो दलका शोधनकारी भोजन अवश्य देना चाहिये। कभी सनाथ व हर्द की छाल थोड़ी सी मिछा कर एक ही हस्त लाने अच्छे हैं। वा चार दिनों में साधारण सावधानियों से प्रायः दूर हो जाता है॥

**हर्द**—जो मनुष्य व्यागम नहीं करते, वायु में कम निकलने हैं, व रोगियों को, व निर्यत् मनुष्यों को वर्षों वातु में शर्दों की पीड़ा हो जाती है, श्वेद आकर, वायु लगने से प्रायः गूँठों की शर्दें होती हैं। प्रायः फूल्हा, हस्त, पिछली आदि में यह शर्दें होने लगता है। साधारण शर्द में श्वर आदि नहीं होता है, दधाने में प्रायः लाभ होता है। प्रायः सैल तिलों का ऊष्ण २ मंठ कर कई घाघना पय्याप्त होता है। ३ चायल मफीस शर्द को दूर करती है,

सादि, अमृतधारा बवं । और छगवें, अमृतधारा, दूसरी बवों को भी लाभकारी है ॥

ऊष्ण २, दूध पिछा कर घस्र ओढ़ा दें, ताकि कुछ पथीना आजावे । पेंकना भी प्रायः गुणकारी होता है । यदि कोई गठिया आदि की ओर प्रकृति न हो तो यह द्रव्यें शीघ्र हो दूर हो जाया करवा हैं ॥

## मिश्रित ॥

प्रायः इस ऋतु में विपूषिका भी फूट पड़ता है, इसका वर्णन रमी का ऋतु में दिया जा चुका है, वहाँ से देख लें । इन विनों वस्तुओं में धीघ दुर्गन्ध पड़ जाती है, फल तरकारिया बढ़ने लगे लगती हैं, कीड़े पड़ जाते हैं, इसकी भी सावधानी रखें ॥

पेसा कहते हैं कि बादल की गर्ज का शब्द शीतला, बसरा आदि के रोगियों को नहीं सुनना चाहिये । हमको इसका असली कारण ज्ञात नहीं हुआ । परन्तु यह-हम मानते हैं, कि शब्द में प्रभाव है, और गर्ज से ही वायु रोगियों को हानि-पहुँच जाया करती है, अमरनाथ शिष्य को ज्ञाते हुए मार्ग में एक खूनी तलाब नाम का एक स्थान आता है, वहाँ पर यदि कोई थोड़े-सा प्रायः एक पड़नी आरम्भ हो जाती है, कई मनुष्य इसके भीतर धब धब मर चुके हैं, पिछले समय के मनुष्य ऐसे-साग जानते थे, जो थोड़े ले जाते, इस लिए शब्द के प्रभाव से इनकार नहीं है । बादल गर्जे स्थिरा टीन आदि को अथवा, थाल यथापर पेसा आदि वहाँ करती हैं, कि बादल की गर्ज सुनाई न देवे ॥

प्रण रोगियों के लिये भी प्रण का मगा रखना, और शरि नंगा फिरना सुरा है। इस ऋतु की बनाई हुई औषधियां, पूं गोष्ठियां आदि क्षीघ्र विगड़ जाती हैं, इस लिए ऐसी कस्टिड औषधियों के लिये यह आज्ञा है, कि वर्षा ऋतु के पर्यन्त वैप्यार की आवे, और वर्षा ऋतु का अन्त होने पर बहुरी नहीं, फिर नवीन वैप्यार हों। एक वर्षा ठपसीत हो जाने से औषधियां विगड़ जाती हैं ॥

इन दिनों आर्द्रता होने से ऐसी औषधियां जिन में शोरा, नौसावर आदि हो, कठिनता से वैप्यार होती है, क्योंकि प्रायः आर्द्रता क कारण भीली ही रहती है ॥

## वसन्त ऋतु (अर्थात्-मौसिम बहार १५ फरवरी से १५ अप्रैल तक) ॥

३ ऋतुओं प्रीष्ण ऋतु, शरद ऋतु, और वर्षा ऋतु का वर्णन हो चुका है, अब बसन्त ऋतु का वर्णन किया जाता है ॥

वसन्त ऋतु को अंग्रेजी में Spring, और जर्मनी में रबीस कहते हैं। इस समय को १५ फरवरी से १५ अप्रैल तक निश्चय कर चुका हूँ इस में न बहुत शरदी होती है, न बहुत गरमी, बसन्ती के अर्थ पीत के हैं, और घरसों के बाले पुष्प वास्तव में इस ऋतु में अद्भुत शोभा देते हैं ॥

छाहौर में बसन्त का मेला धूम धाम से मनाया जाता है, और उस दिन से शीत ऋतु का अन्त समाप्त जाता है। उम्र यादिर खेतों में आते और बिच को प्रसन्न करते हैं। रात का ड

की वायु प्रेमी जनों के भीतर भी वैसा ही परिवर्तन करती है, जैसा कि वृक्षों के भीतर होता है, और पुष्प खिलते हैं ॥

“दिन कैसे कटेगे बहार सखी री” इत्यादिक गीतों के शब्द श्राव्य सुने जाते हैं ॥

एक संस्कृत कवि ने बसंत ऋतु की प्रशंसा की है, जो कि वास्तव में इस ऋतु के योग्य है, उसका भाषार्थ निम्न लिखित है :—

“जिस ऋतु में मौलसरी, मरुवा, चवेठी, रक्त पुष्प, काको-  
रदा, मुचकुन्द आदि वृक्षों के फूलों और दास की सुगन्धि से  
मदमारी कोयल की कूकू उसके सुनने से उत्पन्न हुए २ कामदेव  
के बाणों से बीधी हुई देव कन्याएँ बार २ मोह में जाती हैं, और  
मह्याचल की शीतल और मन्द २ बहने वाली सुगन्धित वायु के  
कारण आम्र के फूलों के गिरते हुए बुरों से रगे हुए शरीर वाले  
भ्रमर बन में शोर मचाते हैं, उस ऋतु को वसन्त ऋतु कहते हैं ॥

‘वसन्त ऋतु में चारों ओर उत्तम दृश्य होता है, और  
संगल देखने योग्य होते हैं, केसू, कमल, आम्र, मौलसरी, अशोक  
आदि के पुष्प निकलते हैं, कोयल मन को हरती है, माकाद्य  
विरहित रहता है, दक्षिण की वायु चलती है, नवीन लहलहायी  
हुई पत्तियां वृक्षों में निकलती हैं” ॥

इमें जिस बात का अनुभव नहीं, उस पर कुछ नहीं लिख  
सकते, परन्तु पुस्तकों में इसका बड़ा वर्णन जाता है, पुराणों में  
काम देव का बड़ा मित्र वसन्त ऋतु ही है, काम देव ने जहां  
जहाँ अपनी सेना का एकत्र किया है, वसन्त ऋतु सब से प्रथम

है, काम देव के वाण सदैव पुष्पों के होते हैं ( इन वाणों का वर्ण काम शास्त्र में किया जाएगा ) श्री कृष्ण जी महाराज की यह लीला अधिकतर धसन्त में ही होता है । सस्कृत के कवियों की सारी कविता इस पर एकत्रित की जावे, तो एक पृथक पुस्तक चाहिये । जिस स्त्री का पति परवेश गया है, उस पर तो उन कवियों ने गजब ही किया है, शर्मला के 'पृथ्वी' के 'पुष्प' की धोका बाजी पर पृष्ठ ही भर दिये हैं । वसन्त ऋतु को 'विवाही' के जीतने वाला लिखा है । आम्र क पुष्पों की आनन्दय सुगन्धि और उसे पर भ्रमरों की मस्ती, गोयठ का शब्द, जम्बेरी क खिलने पर उसकी सुगन्धि में मतवाले भ्रमर, स्वच्छ आकाश, चद्रमा की चोन्दनी, ऋतु की एक ही अवस्था यह सब मिला कर एक अनुपम अवस्था उत्पन्न करते हैं, और कवियों के अनुसार इस ऋतु में मनुष्य सब से अधिक काम के घण्टा में होता है ॥

एक कवि लिखता है, जैसे राजा की चढ़ाई पर चेता अयकार लगाता है, इसी प्रकार वसन्त ऋतु के प्रारम्भ में मान कामदेव की संधारी निकली है, यह अकार को जीतेगा, यह मलयाचल की वायु में मतवाले हाथी पर सवार है, और कोयलों क मुख अयकारे लगा रहे हैं ॥

## कफ की अधिकता ॥

हम इन वाणों का वर्णन करते हुए आप को आगे ले चलते हैं, पिछला विशर ऋतु में कफ समझ होता रहता है, और वसन्त ऋतु में यह प्रकृषित होकर रोग उत्पन्न करता है, वागमद में

लिखा है, कि "जैसे सूर्य की गर्मी से बरफ ढल जाती है, इसी भाँति बसन्त में गर्मी आरम्भ हो जान से संचित हुआ कफ पतना होकर अठराभि को कम करके बहुत उत्पन्न करता है, अतः बसन्त के आरम्भ होते ही इस कफ को जितना चाहिये।" आग्नेय, महागज लिखते हैं, कि चिन् प्रसन्न करने वाला आसल, गन्ध, और सुगन्धित पल ४ गुणों वाली वायु बलही है कफ इस ऋतु में प्रबल होता है ॥

## कफ को जीते ॥

लिखा है, कि षण्, वि षन, नस्वार के द्वारा हलके और शुष्क भोजन से, और माण्डिस व सुगन्धित, व कफ को दूर करने वाली औषधियाँ लगाने से, व्यायाम और कुक्षी से इस कफ को जो मनुष्य जीवता रहता है, वह बसन्त ऋतु में गी नहीं लाग है ॥

इस श्लोक के भीतर सब नियमों का वर्णन कर दिया है। नास मांसिक शोषन के लिए है, और यह उन मनुष्यों को छेना चाहिए जिनका भवाद नासिका, के द्वारा अधिक गिरता है, या जुकाम रहता है, षमन और विरेचन द्वारा, कफ शरीर से निकाला जा सकती है। षण् मनुष्यों का यह स्वभाव है, कि प्रत्येक षण्ण या क्षेत्र में विरेचन क द्वारा कफ शरीर से निकाल देते हैं यह स्वभाव छेना तो उक्त नहीं है, अलक्षता चिन्की प्रकृति कफ हो, और इसलिए कफज रोग उनको इस ऋतु में अवश्य घटावे हो, उनको अवश्य विरेचन छे छेना चाहिये। स्वस्थ मनुष्यों



के लिये केशव यही सावधानी पर्याप्त है, कि वह व्यायाम  
नकश करे ॥

माछिशा भी जितनी हो सके करे । भोजन हलका और शीघ्र  
पाचक खावे, क्योंकि पाचन शक्ति निर्बल हो जाती है । यदि  
कोई चूर्ण कफ नाशक घना हुआ हो, तो भोजन करने के पश्चात्  
थोड़ा सा खाया जा सकता है, मिस्र से धानि भी सहेम रहे,  
वास्तव में इसके लिए व्यायाम से बढ़कर कोई औषधि नहीं है ॥

## कफ नाशक मृदु विरेचन लिखा जाता है ॥

देशी सौंफ, हूमी सौंफ, हंसराज, बिछीलौदन, प्रत्येक ५  
माशा, अजीर्ण बिछायती ५ सख्या पानी के एक प्याले में चबाएँ,  
जब भाषा रहे उतार कर मूठ छान कर गुळकन्द पौने तीन ठोठे  
बिछा कर पीवें, और चने के रसा के साथ फुलका खाया करें,  
या खवखरोटी खावें, रात दिन इसी प्रकार करें, इस से कफ  
पक आवेगा ॥

सातवें या आठवें दिन उपर्युक्त विरेचन का योग बना कर  
काम में आवें जिसका योग भी निम्न लिखित है :—

## कफ नाशक विरेचन ॥

सस्तुसदूस, सौंफ की जड़, फासनी, अजगर, (हरदारी  
कुशा) प्रत्येक ७ माशा, सौंफ अघकुटी, हंसराज, हतमी के बीज  
प्रत्येक ६ माशा, मुनक्का बीज रहित १ ठोठा, अजीर्ण पीठी ४

नग' सूमी सौंफ, कसूस बीज प्रत्येक ४ माषा, सनामर्का १ तोला, रात्रि को जल में भिगो रखें, और गुलकन्द ५ तोला मिला कर प्रातः उठते जव भाषा रहे, तो उताव कर मल छान कर उस में गूदा जम्बूतास ५ तोला, काल शकर आवश्यकता अनुसार घोंस कर १फर उसका छान कर रोगन बादाम ६ माषा मिलाकर पिनावे यदि निक्षोष पूर्ण भी ६ माषा बाल दें, तो और भी गुणकारी हो जाव और यदि बहुत ही प्रबल विरेचन देना हो, तो चारीकून २ माषा, और सम्मिलित करें इस से खूब दस्त होंगे ॥

गाळियों क विरेचन भी इस ऋतु में उत्तम हैं, क्योंकि यह रफ को निकालते हैं, जमाळगोटा शुद्ध हो तो हानि नहीं है ॥

पाचन शक्ति को बढ़ाने के लिए जिन की पाचन शक्ति इन दिनों में निर्बल हो जाती है निम्न लिखित दो योग लिखे हैं, योग वास्तव में अति उत्तम और अनुभूत हैं, जिनकी पाचन शक्ति निर्बल होती है यह अवश्य इनका प्रयोग करें :—

पाचन घटी—सोठ काला मरिच, लौंग, सेंधा नमक, काळा नमक, प्रत्येक ३ तोला, अम्लवेद, जवाझाग छोटा सखी, मीरा काळा, श्वेत इलायची दाना, पत्रज, प्रत्येक १॥ ताला, कूट पीस कर एक दिन कायसी छामू के रस में, एक दिन घृतकुमारी के गूदे में और एक दिन अदरक के रस में खरल करके जगली बर के बराबर गोठियां बनावे और भोजन के पश्चात् या और जब आवश्यकता हो तो प्रातः के समय गरम जल से खा लिया करें ॥

पाचक चूर्ण—अजवायन तीनों सौंफ, बर्क पुष्प, लौंग, इरद

की आठ बहेड़ा छाल, आवला, सोंठ, मिरस, पीपल, दारूचीनी, पीपला मूल, सप्त भाग पीस कर लीसू के रस में भिगोवें, दो एक दिन के पश्चात् पीस कर सुखा लें मात्रा ९ माशा ॥ - १६

## मदिरा पीना उचित है ॥

इस कफ का ध्यान रख कर किसी रोगी के रोग मध्यम भी उचित लिख दिया है, परन्तु मध्यम कफ के दूर करके आतीरक और शानियां मां करती है और इसका व्यसन हा जाने का सवाभय है, अतः जटा तक सम्भव हो इस दुष्ट से बचना चाहिये ॥

लिखा है, निश्चित प्रमाण करने वाले दिल को बल देने बाध नासब, अरिष्ट, सीधु माध्वीक, और माधवी को चित्रों के साथ पावें, इनसे यह भी ज्ञान होता है, कि यह वस्तुओं का कल भी मदिरा भी न्यई नहीं होती, यी, अरन्, औषधियों का कल कर काम कला बनाई जायगी, जैसाकि नासब, अरिष्ट तो वैद्य मध्य कई प्रकार के वैद्यार करते हैं, जो, बड़े कामकारी होते हैं, मगर भी यदि उनको छोड़ कर इन कामकारा वस्तुओं का प्रयोग करें, तो यद्यपि उनको, मोती, में गिराने वाला नशा न आवे, परन्तु काम बहुत होगा ॥

आमव औषधियों को भिगो कर उसमें तेजी से चर्पन करने से बनता है। अरिष्ट में प्रथम काष्ठ करके फिर कफनोपद्रव औषधियों का जोड़ा जाता है, इसका यदि अर्कगणिका ल ठिया जाय, तो नशा अधिक हो जाता है। मसी - अरिष्ट, - द्राक्षासव आदि

वैद्यक की विख्यात औषधियाँ हैं। सीधू गन्ने के रस में बनता है। माधवीक पाख अगूर आदि से बनाया जाता है। माधवी शब्द के संस्कारों से बनाई जाती है। अन्तिम वर्णित तीन छग भग मधिरा की समान हैं ॥

अब हम केवल एक द्राक्ष आसव का योग लिखते हैं, जो कि अरिष्ट की न्याई तैय्यार होता है ॥

योग—दाख २॥ सेर, मिथी १ सेर, वेर की जड़ १॥ सेर,

घाय के फूल १ पाव, सुपारी ५ छटाक, जायित्री, जायफल, लौंग, एक २ छटाक, त्रिफला (हर्द, बहेड़ा आवला) ३ छटाक, सौंफ, शरबीनी, इलायची दाना छोटी या बड़ी, प्रत्येक १ छटाक, सोंठ, मिरच, पीपल, एक २ छटाक, केशर १ तोला, कस्तूरी ३ माशा ॥

प्रथम मुनक्का को १६ गुणा जल में उयालें, जब आधा रह जावे, सब औषधियां डाल कर घड़े में घन्ड करके भूमि में दया दें, और १ मास के पश्चात् निकालें। मात्रा २ तोला, पुष्टिकारक है, कफ के दूर करने वाला है, पित्त प्रसन्न करने वाला है, रग को ठीक करता है। लोहासय भावि भी बहुत लाभकारी है, परन्तु यदि इन के योग भी देने लग जायें, तो लेख, उम्या हा जावेगा ॥ —

अहित—जब हम को नियम मालूम हो गया, तो मारु पात है, भारी, कब्ज करने वाली वस्तुआ को नहीं खाना चाहिये, या कम खाना चाहिये, जैसे नाड़ी का शक, पोई का शक, उदक, माल, गन्ना, मिथाड़े, तिल घाघल की खिचड़ी, भैंस का दूध,

धूल की वस्तुएँ, उदक, फा पड़ा आवि, धिकनी वस्तुएँ, दिन का सोना, अधिक मीठा खाना, दही छाछ भी, इस ऋतु में उत्तम नहीं है, पनीर वर्जित है, दूध रूप्य करके पीना चाहिये ॥

**व्यायाम**—व्यायाम के सम्यन्ध में विस्तार पूर्वक पीठे ऋतुओं के षर्णने में लिखा जा चुका है । व्यायाम से बढ़ कर श्वित प्रसन्न करने वाली व कफ के दूर करने वाली मरिष्ट व पाचक व कफ नाशक चूर्ण क्या हो सकते हैं । जो इस ऋतु में खूब व्यायाम करते हैं, वह मोटे नहीं होते ॥

लिखा है, कि वसंत ऋतु में सैर सब ऋतुओं से बढ़ कर लाभ करती है, इस लिए एक पथ दो काज हो जात हैं । यदि प्रातःफाल बाहर सैर को निकल जायें, और बाहर सुखी वायु में व्यायाम करें । व्यायाम का पूरा लाभ तभी होता है, कि शीघ्र व हम जितनी वायु भीतर ले जायें, वह सब साफ हो । व्यायाम उस समय तक करना चाहिये, जब कि पसीना आ जावे । इस ऋतु में व्यायाम करना समय लेखकों व अत्यन्त लाभकारी लिखा है ॥

व्यायाम तो सदा ही लाभकारी है, परन्तु शौच कि दिन प्रति दिन व्यायाम का रिवाज इस देश से उठता जाता है, अग्यारे अंग इतने दिखाई नहीं देते, और जो हैं वहाँ पदे लिखे आदमी जाते नहीं हैं, साधारण मनुष्यों जावे और सम उठावे हैं, यदि अमीर लोग इन के साथ मिलना नहीं चाहते तो क्यों अपने अग्यारे नहीं बना लेते । मछे काम में सत्रा

नहीं चाहिये ? क्या तुम को ध्यान नहीं, कि दिन प्रति दिन हमारी सतान कितनी निर्धल हो रही है। क्या शाहदौला के घूरे उत्पन्न करना चाहते हो ? जहां तक तुम से हो सके, घूरे व्यायाम किया करो, और औरों को कराया करो। यदि ईश्वर ने इतनी सामर्थ्य दी है, तो अपने घासीचों में अखाड़ा बना दो, और व्यायाम की सामग्री भगवा लो, और लोगों को बुलवाओ, और दूसरों को व्यायाम करने का शौक दिलाओ, देशोपकारक के पाठकों में से कई कहा करते हैं, कि देशोपकारक में क्यों इतने व्यायाम लेख अंकित होते रहते हैं। मैं क्या करूँ, मुझे यह देख कर शोक होता है, कि व्यायाम का शौक कम हो रहा है। जीवन सभ्यता बहुत बढ़ गया है, प्रत्येक आगे बढ़ना चाहता है। परन्तु स्वास्थ्य को देख कर कोई वस्तु न लो, आरोग्यता का ध्यान रखो, और फिर निस्संदेह परिश्रम करो कौन रोकता है ॥

॥ सैर ॥

सैर के लाभ - छिन्नने की यहाँ कोई आवश्यकता नहीं है, मुझे केवल यह बतलाना है, कि सैर सब से लाभकारी वसन्त ऋतु में है। वसन्त के दिनों में जो नियम पूर्वक सैर करता है, वह प्रसन्न रहता है। चेहरा लाल हो जाता है। मैंने स्वयम् पहिले दिनों जय नदी पर जाकर व्यायाम करनी आरम्भ की, जिस वसन्त की सैर हो जावी और व्यायाम भी होता था, तो मैंने देखा, कि मैं पहिले की अपेक्षा स्वस्थ हो गया था, यद्यपि व्यायाम

पहिले भी होता था। शास्त्रों में “घसते भ्रमण श्रेष्ठ” लिखा है। इस पद्य में न केवल घसत ऋतु में विद्यप रूप में अधिक सैर करने की शिक्षा है, बरन् प्रति दिन सैर करने की, मात्रा भी दी है, क्योंकि लिखा है, कि विचार में प्रतीत होता है, कि एक दिन के भीतर भी ६ ऋतु अव्यतीत हो जाते हैं ॥

प्रातः काल से १ पहर तक वसत की भी ऋतु रहती है इस के आगे प्रीप्स है, और इसी भाँति हेमव ऋतु तक गिन जायें ॥

अतः जय प्रति दिन घसत आती है, तो प्रति दिन सैर की शिक्षा भी होगई, इस से पद पर एक और नियम भी इस एक छोट्टे में वाक्य में मिलता है:—

वसत ऋतु की भी ऋतु प्रातः काल में एक पहर तक अधिक से अधिक है, वास्तव में यही समय सैर के लिये उत्तम है। घास का कथन है

“घसन्ते भ्रमण पथ्यम्” ॥

घमन्त में घूमना सदा पथ्य है, अर्थात् एक नाशक है ॥

इस में प्रतीत हुआ जाता है, कि घमन्त ऋतु में सूर्य घूम करे, और प्रति दिन प्रातः सैर के लिये जाया करे। प्रातः काल की वायु शान्त होती है, और शान्ति देती है ॥

मिस्र अहमद साहिबा लिखती हैं:—“कि बहुत सी स्त्रियों के रोग इस वास्ते ग्यरास हो जाते हैं, कि वास्तव वायु उन में दूर रहती है” ॥

एक छोटी साहिवा लिखती हैं, कि (सघ-युवा स्त्रियों के चहरे गुलाब की भांति खिल जावेंगे, यदि वे हर प्रति दिन प्रातः मुलायम में निकलें, विशेष कर घसत के दिनों में और ओस पत्र करके चेहरों पर मलें) ॥

सर के सम्यन्ध में आवश्यक-शिखाएँ यही हैं, जिनका मैं पहिले वर्णन कर चुका हूँ, अतः यहाँ और अधिक न लिखता हुआ फेरल। इन शब्दों से इस लेख को समाप्त करता हूँ ॥

यदि तुम स्वस्थ और सुन्दर होना चाहते हो  
तो स्वयम् सैर करो और अपनी स्त्री को भी  
सैर कराओ ॥

इस से तुम्हारी मन्तान भी सुन्दर और आरोग्य होगी ॥

**स्नान**—नियमों का जो वर्णन हो चुका है, घसन्त ऋतु में भी दैनिक स्नान ही चाहिये, नास्त्रकार लिखते हैं, कि स्नान करने के पश्चात् कर्पूर, पेशर, अगर मल, चन्दन लगावे । इस से कफ को शान्ति होती है, चित्त प्रसन्न रहता है, जो कि आवश्यक है ॥

उपटन मलना इस ऋतु में अत्यन्त लाभकारी लिखा है, स्नान से प्रथम यदि यह हो सके, तो उत्तम होगा । निम्न लिखित उपटन बहुत उत्तम है —

**योग**—रक्त चन्दन, नागरमोथा, सरसों श्वेत, नीला आटा,



मायुन अगरेषी, सोढा धाई कारय, निखास्ता, गेहू, चीरा, ओष  
 वादाम, सम भाग पोस फर रक्खें, केशर, अगर व चन्दन च  
 लप करना बड़ा लाभकारी लिखा है ॥

**आहार अन्न जल**—जल के सम्बन्ध में तो केवल इतना  
 लिखा है, कि भोजन पश्चात् न पीना चाहिए । कफ को बढ़ाता  
 है, कभी २ गरम २ जल पीना कफ को शान्त करता है, और  
 भोजन को पचाता है, प्रायः जब कि अजीर्ण आदि प्रतीत हो  
 ना चार घूट ऊष्ण जल को पीना विश्व को ठीक कर देता है ॥

कफ की अधिकता वालों के लिये लिखा है, सोंठ क साव  
 औटाया हुआ जल और खैर सार, चन्दन, आदि का औटाया  
 हुआ जल, या शहद मिला हुआ जल या नागरमोथा बाल का  
 औटाया हुआ जल, लाभकारी है ॥

यह भोजन जिनको स्वाद हस्ता, कसैला, क्षीण और  
 कृश हो, कफ को दूर करते हैं, यह इस प्रेतु में वचित है,  
 पान लाभकारी है, शहद मिला कर हर्ष का क्षूर्ण खाना बहुत  
 ही गुणकारी है । नरम, शुष्क व ऊष्ण और इसके भोजन  
 उत्तम हैं ॥

केशर, त्रिफला ( हर्ष, पहेदा, आंबला ), त्रिफुटा ( पीपल,  
 काठी मरिच, सोंठ ), हलदी, अहसा, भांग, पीपलामूल, अश्वगन्ध,  
 अजधायन, जीरा, मदरक, विसरपपरा, मूली, पेठा, हर्षि, मेथी,  
 सुपड़ा, पका हुआ खीरा, पकी व छोटी दूधी, पपुआ, कपनार  
 की फली, चौलाई, परबल, त्रिभीकन्द, करेला, शहद मिस्री

पीपल, शहद मिली हर्द, साठी के चावल, सरसों, चने, मटर, जौ, मूग, अरहर, कोशो, सामरिया, पेंसाई, मसूर, रक्त चावल, राई, जुषार, धूका का साग, सहजना, पका तरबूज, पंगन, लहसन, शहद, पुपनी मदिरा, धारोष्ण गोदुग्ध, पान, बाल, त्रिकुटा, और जवाखार मिलाकर छाछ, कढ़ी आदि वस्तुएँ इस ऋतु में उचित हैं। नादी का साग, पोई का साग, तोरई, उदद, दही, आलू, गन्ना, सिंघादे, राजभाप, चावल, तिल चावल या दाल चावल की खिचड़ी, भैंस का दूध, उदद का दही, घैल की वस्तुएँ, खट्टी वस्तुएँ, बहुत तर-वस्तु, देर में पचने वाले, कफ वाले भोजन, मीठा, अधिक खाना इस ऋतु में अनुचित हैं ॥

मास भक्षियों के लिए जगली जीवा का मास शशा, मूग पकरा, सीतर, लवा, चिड़ा, मोर, नदी, तालाव आदि की मछली, और छोटी मछली पथ्य है। और घोंघा, मेढा और मुरगा आदि अपथ्य हैं ॥

### रहने का वर्णन ॥

एक स्थान पर इस प्रकार लिखा है, "दक्षिण की वायु से शीतल हुए, जिन में चारों ओर पानी की धारें बह रही हों, वृक्ष सूख लगे हों, कहीं इतने घने, कि सूर्य दिखाई न देये, कहीं ऐसे कि सूर्य कमी २ झलक देवे, प्ररोखों घाला मठल बना हो, कोयल फूक रही हो, माति २ के पूल खिल रहे हों वृक्ष झुक २ कर और शूम २ कर भूमि घूम रहे हों, ऐसे पारा पारीपे में दोपहर व्यतीत करे" ॥

फिर लिखा है:—कपूर, चन्दन, केशर लगे हुए अगर की धूनी देकर सुगन्धित श्वेत वस्त्र पलंग पर बिछावें, उबटन में इस ऋतु में गुणकारी लिखा है, निम्न लिखित योग बहुत उत्तम है ॥

रक्त चन्दन, नागरमोथा, केशर, सरसों, यषष्ण, साबुन सोडा चाईकार्ब, निशास्ता, पीरा, लोध, वादाम गिरी, सम भाग पीस कर यथा विधि मलें ॥

**अन्नजल**—के वास्ते केवल यह लिखा है, कि भाजन पोछे न पीवें, कफ बढ़ता है, ऊष्ण जल कफ को शान्त करता है यदि अपाचन हो तो २-३ घूट ऊष्ण जल पीना उसको दूर कर देता है ॥

फिर लिखा है—कपूर, चन्दन व केशर, लगे हुए अगर की धूनी देकर सुगन्धित श्वेत वस्त्र पलंग पर बिछावें ॥

“गादालिङ्गन घुम्बनादि रश्चिते , सवधयनं सन्मथम् ।

सेवेता प्रमदा वसन्त समये, श्रेष्म क्षयार्थं पुमाम्” ॥

सैर इस ऋतु में गुणकारी है अतः दिन को रात का किसी उपवन में प्रबन्ध हो सके तो उत्तम है, प्रत्येक अवस्था में गृह जितना सम्भव हो हवादार होना चाहिये । वसन्त ऋतु में श्वेत और साफ सुधरे पहिने चाहियें, और चित्त को प्रसन्न रखना चाहिये ॥

**मैथुन**—जैसा कि लिखा गया, कवियों ने इस ऋतु क भीतर अपनी स्त्री के साथ दमी, ठट्टा, मस्यौल, मेल, मूद का बहुत ही उत्तम माना है ॥

एक कवि लिखता है, कि इस ऋतु में स्त्री के साथ प्रेम से रहे, सदा ही घर में प्रेम से रहना चाहिये, परन्तु विशेष रूप से लिखने का यह अभिप्राय है, कि इसी खुशी से रहे। एक और कवि लिखता है, कि धन्य हैं वे लोग, जो अपने महलों के भीतर सोते हैं, जहाँ उनकी स्त्री गायन करती है, और हाथ में ताल करती है, धन्य हैं वे जो झूलती हुई चारपायी पर लेटते हैं, तान सुनते हैं, धन्य हैं, वे जो एकत्र झूले झूलते हैं ॥

‘गीतान्तरे च विधिवत् सुरत निषेव्यम्’ ॥

दूसरा कवि लिखता है कि शीतोष्ण जल से स्नान करके वस्त्र आभूषण पहन अपनी प्रिया के साथ बगीचे में जाकर बैठें एक और कवि लिखता है, झरने व झरोखे का पानी, पुराने गेहूँ और सुन्दर स्त्री का नृत्य देखना बसत ऋतु में उत्तम है ॥

यह सब स्वल्प तमाशे, व भोग आदि जिनको समय है दुनिया के भीतर और कोई काम नहीं करते हैं, उन के लिये ही होंगे, परन्तु यह हम अवश्य लिख देना चाहते हैं—

कि मैथुन के लिए जो नियम वर्णन किए गए हैं, उन में नहीं बदना चाहिए, आरोग्य स्वस्थ मनुष्य के वास्ते इस ऋतु में प्रति सप्ताह एक बार से बदना मूढ़ता है, और जो रोगी है, वह इस समय को अपने रोग के बढ़ाने वाला न बनावे ॥

और स्मरण रहे, कि विषय को जितना कोइ पढ़ावेगा वह बढ़ेगा, और जितना पढ़ावेगा, पड़ेगा। इस लिए जिन को

पमार में फुट करना है, जो जोयन को उत्तम आदर्श समझे हैं, जो नेकी को सब से बड़ा धन खयाल करते हैं, उन को इस को घटाना चाहिए ॥

**नींद**—सोने के सम्बन्ध में सब प्रकार की शिक्षा जो आवश्यक थी इस पुस्तक में दी जा चुकी है । यहां कुछ इतना लिख देना पर्याप्त है, कि दिन में सोने से कफ भी बढ़ जाती है, और कफ इन दिनों प्रबल होता है, अतः दिन में नहीं सोना चाहिये, कफ प्रकृति बालों को विशेष रूप से इस ऋतु में थोड़ा सोना चाहिये, इस से वह कफ की भाँसे कता से सुरक्षित रहेंगे, परन्तु न इतना थोड़ा कि बिच सरास रहे । प्रातःकाल ही उठना चाहिए उस समय सोने से कफ बढ़ता है, और सैर का समय भी जाता रहता है ॥

**विविध**—जो मनुष्य हर्ष का सेवन करते हैं, इन दिनों में इन को शहद या गुड़ के साथ खानी चाहिए इस के दैनिक सेवन से सब रोगों से सुरक्षित रह सकते हैं ॥

पसीना निकालना, हुप्पा पीना, फुरली करना, पसत, विरेचन, नेत्रों में अजन, रात्रि को जागना, शोक करना, यह पसत ऋतु में हितकर लिखे हैं । शोक करना और रात्रि को जागना यद्यपि कफ को शान्त करी है, और इस अभिप्राय के लिये लेखक ने लिखा है । परन्तु रात्रि को अधिक जागना चाहिए, और शोक कर्मा न करना चाहिये, यह कितना ही कफ हो । क्या और विधियाँ थोड़ी हैं ॥

## ‘ शरद ऋतु का वर्णन ॥

( अर्थात् १६ सितम्बर से १५ नवम्बर तक )

आसौज, कार्तिक को हम शरद ऋतु मान चुके हैं, इस को मौसम खिजां या फसल खरीफ और अगरेष्ठी में आटाइल कहते हैं, आसौज, कार्तिक, शरद ऋतु की प्रशंसा शास्त्रों ने इस प्रकार लिखी है —

“वीक्षणं हुए सूर्य्ये की तीक्ष्ण किरणों से सूखा हुआ कीचड़ जिस ऋतु में होता है, बादल दूर हो जाते हैं, चांद का चांदनी इसी लिए मली भांति भूमि पर पड़ती है, कहीं-कहीं तालाब, और जोहड़ भरे हुए होते हैं, और उनके भीतर कमल आदि झूमते हैं, उस को शरद ऋतु कहते हैं” ॥

शरद ऋतु में सूर्य पीला आर ऊष्ण हो जाता है । आकाश में श्वेत मेघ दिखाई देते हैं, साफ भी हो जाता है, तालाबों के भीतर कमल फूलते हैं, और हम आते हैं, और ऊंची-नीची पृथ्वी कीचड़ और घृक्षों से भरी रहती है । कीचड़ सूखने लगती है, घृक्षों में धुन लगता है । पिया यामा, ससौंस, फास, घाम, माल और बघूफ वृक्ष इस ऋतु में बढ़ते हैं, सारस इस ऋतु में बोलता है, चांदनी घड़ी आनन्ददायक होती है ॥

पात्मीक ने नदियों की वशा को एक उदाहरण से बतलाया है । सस्कृत के कवि भी अद्भुत ही लिखते हैं ॥

“शरद ऋतु में नदियां अपने दोनों किनारे को घीरे ”

दिखाती हैं, जैसे नऊड़ा स्त्री प्रथम समागम में जघा धीरे  
दिखाती है, साराश यह है, कि धीरे २ जल कम हो आवा  
है, और किनारे का रेत दिखाई देने लगती है ॥

“शरद ऋतु में कमल खिलता है, चमेली की सुगंध फैलती  
है, सरकड़े व जाही के फूल दूर से अद्भुत आनन्द देते हैं” ॥

इसी प्रकार और बातें भी लिखी हैं । अतः जिस ऋतु  
में कमल फूले, हस प्रसन्न हों, घषा के पश्चात् बादल श्वेत हों  
आकाश स्वच्छ हो, सताना आदि के वृक्ष हरे भरे हों, नदियों  
का जल कम होना आरम्भ हो, इस को शरद ऋतु जानें । इस  
में दिन को गरमी और रात्रि को शरदी हो जाती है ॥

जैसा कि वर्णन हो चुका है, विष वर्षा में समृद्ध होता है,  
और शरद ऋतु में कुपित्त होता है, इसी लिए पैत्तिक रोग इस  
ऋतु में उत्पन्न होते हैं, इस को सन्मुख रख कर निम्न उल्लिखित  
पथ्यापथ्य अकित करते हैं —

### शरद ऋतु में पथ्य ॥

खांड के साथ आमल्य का पूर्ण गरमी को बढ़ने नहीं देता  
है, कभी २ खाया जावे । जो रोग हरद खाते हैं, पानियां  
मेंघा नुमक, गोभी, कमलगट्टा, शरद, घी, नारियल का पाना,  
सिखरन ( जिम का वर्णन वर्षा ऋतु में हो चुका है ), गुग्गुलु  
मुम्भ, हरा सरयूज, पौंछाई, परवल, पफरी का दूध, बघुवा,  
पोंई का घाफ, नाही घाफ, दूध की सौर, साठी चायल, जलेयी  
केनी, केला, शाली चायल, चूका घाफ, तारी, सिंघाड़ा, अनार

ठींमू, कसेरू, गेहू, मक्खन, मलाई आदि और मांस खाने वालों के लिए मृग, मोर, तोतर, बकरा, घशा, छोटी मछली पच्य हैं ॥

**वर्जित**—पीपल, लाल भिरच, भाग, लहसन, हॉग, बैंगन, ष्ठी, ककड़ी, सरसों का तैल, मदिरा, गुड़ आदि ऊष्ण पदार्थ शल, तरबूज, मांस खाने वालों के घास्ते, ष्ठी मछली, मोर, मूँडा आदि ऊष्ण मांस वर्जित लिखे हैं ॥

असली अभिप्राय यह है, कि ऊष्ण वस्तुएँ थोड़ी खानी चाहियें, और निर्धल मनुष्यों व रोगियों को सघथा नहीं खानी चाहियें, तीक्ष्ण स्वाद वाली वस्तुएँ ऊष्ण होती हैं, वह छेक देवें, शीतल वस्तुओं को निस्सन्देह खावें । कसेले, मीठे, नमकीन, और चित्त प्रमत्त करने वाले भोजन हितकर हैं ॥

**पानी**—पानी जो पिया जावे, साफ सुधरा होना चाहिए । वर्षा का साफ जल पकत्र किया हुआ पीवें, बरफ का जल और साफ चशमे का जल पीवें । नदी जल भी इस ऋतु में साफ होता है, अभिप्राय यह है कि पेमा जल हो जो चित्त को प्रसन्न करे शान्ति देवे, साफ और निर्मल हो, हसोदक इर्सा लिख लिखा है ॥

### हसोदक ॥

“सारा दिन सूर्य की किरणों से उष्ण रहे, और रात्रि का चन्द्रमा की किरणों से शरद होवा रहे, और भगस्व के चढ़ने म पवित्र और निर्विष होगया हो, उसको हसोदक कहते हैं” ॥



माद्रों के अन्त में १५ सितम्बर के भास पास ही एक तारा अगस्त नाम का निकलता है, जिस के निकलने से अब पवित्र हो जाते हैं, मूल उन में नहीं रहता है, विशेष कर वर्ष का जल जो तालाबों नदियों आदि में होता है। कृष्ण के या ऐसे जल को लेकर दिन भर धूप में रख, और रात्रि का चांदनी में रखें ॥

धूप में रखने से तो सब रोग कीटाणु ऋतु जन्य रोग दूर हो जाते हैं, और सायंकाल के समय फिर वह जल उठा हो जाता है, तो जो मनुष्य उस का पीते हैं, और ईश्वर मार्ग दे तो उस से स्नान करते हैं, वह इस ऋतु में स्वस्थ रहते हैं, यह गरमी को जीतता है, शुष्क नहीं रहता है, हलका हा जाता है ॥

**स्नान**—इस ऋतु में शीत जल से स्नान करना शान्ति देता है, और साफ और पवित्र जल से स्नान करना पाहिमे, स्नान के पश्चात् चन्दन मलना प्रायः लिखा है, क्योंकि चन्दन सब अशुभता को दूर करके चित्त को प्रसन्न कर देता है, और चित्त प्रसन्न रखना इस ऋतु में विशेष कर लिखा है। स्मरण रहे कि चित्त की प्रसन्नता से गरमी कम होती है, और क्रोध, शोक, व दुःख से परती है, वह इस ऋतु में वर्जित है। इस ऋतु में कुछ एम लोदार भी हैं, जिन में छोग, हसेत गलते हैं ॥

इसी वास्ते लिखा है ॥

मिश्रों के साथ रहना, सीठा षोलना, सुगधित सुन्दर  
फूलों की माला पहिनना हितकर हैं, और क्रोध आदि हानि-  
कारक हैं ॥

निद्रा के सम्यन्ध में पहिले लिखी हुई शिक्षाओं को  
मिठाकर केवल इतना लिखना पर्याप्त है, कि रात्रि को जागृति  
से रक्षता बढ़ती है, इस लिए रात्री को बहुत जागना रक्षता  
को बढ़ाता है, अतः रात्रि को बहुत नहीं जागना चाहिये, और  
इन दिनों दिन में सोने से चित्त सराव रहता है, अतः दिन में  
सोना भी नहीं चाहिए । एक स्थान पर लिखा है —

चांदनी चन्दन, कर्पूर, वशीर, मोती, फूलों की माला, और  
सुन्दर वस्त्रों से सजाई हुई साफ छत्र में रात्रि के प्रथम भाग  
में चांदनी में विहार करें ॥

चांदनी का धानन्द तो इस ऋतु में है, परन्तु रात्रि  
के प्रथम 'भाग' के पश्चात् ओस पड़नी आरम्भ हो जाती है, शीत  
अधिक हो जाती है, अतः छाया में हो जाना उत्तम है ॥

मैथुन—इस ऋतु में कम करना चाहिये, मैथुन का  
वर्जित बातों के शीर्षक में इसी लिए गिना है । लिखा है, कि  
मनुष्य को मैथुन से प्रथम इस ऋतु में चन्दन लगाता चाहिए,  
और ऊष्ण करके शीतल कर लिया हुआ दुग्ध प्रथम पी लेना  
चाहिये ॥

साधारण शिक्षाएँ—वस्य इस ऋतु में सात पहिनने

चाहिये । श्वेत वस्त्र बहुत उत्तम है । घूप में नहीं फिरना चाहिये ।  
इस ऋतु की घूप खराब है, हरे वृक्षों की छाया में बैठना चाहिये ।

**रक्तस्राव तथा विरेचन**—जैसे उधर वसन्त में विरेचन लेना लिखा है, ऐसे ही शरद ऋतु में आरोग्यता के लिये विरेचन लेना लिखा है, इस के सम्यन्ध में आवश्यक सूचनाएँ उस स्थान पर दी जा चुकी हैं, इस लिए यह लिखने की आवश्यकता नहीं है, जो आरोग्य रहने के लिए वमन, विरेचन आदि लेते हैं, और कोई वर्ष प्रति वर्ष दो-तीन वर्ष के पश्चात् लेते हैं, उन के लिए यह ऋतु अच्छी है । रुधिर इन दिनों बढ़ता है, और कुछ विगड़ भी जाता है । अतः रक्तस्राव के लिए यह ऋतु उत्तम है, और काबुल आदि की ओर जहाँ फलों की अधिकता के कारण लोगों के भीतर रक्त बहुत बढ़ता है, यह लोग अवश्य इस ऋतु में रुधिर निकलवा लेते हैं ॥

### ऋतु सम्वन्धी रोगों का वर्णन ॥

इन दिनों मैलेरिया सबसे अधिक होता है । यद्यपि शरद ऋतु में भी घणन हो चुका है, फिर भी इस स्थान पर आप को यह समझा कर कि मैलेरिया क्या है, इस संघ को समाप्त करता हूँ । पाठकगण ! मेरी रचित "मैलेरिया" नामी पुस्तक को देखें, जा कि उप शुद्ध है मूल्य ॥२॥ है ॥

### मैलेरिया ज्वर की हानि ॥

मैलेरिया ज्वर भारतवर्ष का मयानक शत्रु है, शरद

इसलिये विचिन्सन साहिय लिखते हैं, कि "जितने मनुष्य मैलेरिया से मर चुके हैं, उतने सभ लड़ाइयों में नहीं मारे गये होंगे। मैलेरिया अगर भारतवर्ष का भयानक शत्रु प्रमाणित हो रहा है, हम उससे घेसुध हैं, और हानि दिन प्रति दिन बढ़ती जाती है, मौसिमी प्रकोप के दिनों में कमी २- इस दुष्ट से कुटुम्ब के कुटुम्ब लेटे हुए होते हैं"। एक बार लाहौर के लाहौरी दरवाजे पर किसी मनचले मनुष्य ने यह लिखकर लगाया था, कि 'वह मनुष्य हरामजादा होगा, जिस को इस ऋतु में श्वर नहीं आया'। वास्तव में उस साल कोई घर खाली होगा, जिस में एक दो विस्तरे मैलेरिया अगर के रोगियों के न पड़े रहते हों। तस्वेचेचाओं की सम्मति है, कि मैलेरिया देशों के देशों का नाश कर सकता है, युनान का नाश भी मैलेरिया से ही हुआ था, भारतवर्ष के भीतर प्रति वर्ष न केवल इस से अनगणित लोग निर्बल, कुश और सदा के लिए रोगी होते जाते हैं, बरन् अनगणित मृत्युएँ भी इसी से होती हैं। सुधिक्षित देशों में जहा २ इस रोग का जोर है, हम के दूर करने के लिये सहस्रों यत्न किये जाते हैं, और पर्योदों रुपया व्यय किया जाता है। इगलिस्तान में भी शीत देश होने हुए भी एक समय इस का कोप हो चुका है, परन्तु नालियों के उचित प्रबन्ध से अल सड़ने न देने वाली विधियों ने इस को वहां से दूर कर दिया है। इतनी पुस्तकें अंगरेजी में हर एक देश में लिखी गई हैं, कि जिन के नाम लिखने के वास्ते भी एक पुस्तक चाहिये ॥

चाहिये। श्वेत, वस्त्र बहुत उत्तम हैं। घूप में नहीं फिरना चाहिये।  
इस ऋतु की घूप सराय है, हरे वृक्षों की छाया में बैठना चाहिये॥

**रक्तस्राव तथा विरेचन**—जैसे उषर षसन्त में विरेचन लेना लिखा है, ऐसे ही शरद ऋतु में भारोग्यता के लिये विरेचन लेना लिखा है, इस के सम्बन्ध में आवश्यक सूचनाएँ उस स्थान पर दी जा चुकी हैं, इस सिद्धि को लिखने की आवश्यकता नहीं है, जो आरोग्य रहने के लिये वमन, विरेचन आदि लेते हैं, और कोई षष प्रति षष या दो तीन षष के पश्चात् लेते हैं, उन के लिए यह ऋतु अच्छी है। रुधिर इन दिनों बढ़ता है, और कुछ विगड़ भी जाता है। यद्यपि रक्तस्राव के लिए यह ऋतु उत्तम है, और फायुल आदि की ओर जहाँ फलों की अधिकता के कारण लोगों के मीठ रक्त बहुत बढ़ता है, यह लोग अवश्य इस ऋतु में रुधिर निकलवा लेते हैं ॥

### ऋतु सम्बन्धी रोगों का वर्णन ॥

इन दिनों मैलेरिया सब से अधिक होता है। यद्यपि शरद ऋतु में भी वर्णन हो चुका है, फिर भी इस स्थान पर आप को यह समझा कर कि मैलेरिया क्या है, इस लेख को समाप्त करता हूँ। पाठकगण! मेरी रचित "मैलेरिया" नामी पुस्तक को देखें, जो कि छप चुकी है मूल्य ॥=) है ॥

### मैलेरिया ज्वर की हानि ॥

मैलेरिया ज्वर भारतवर्ष का मर्यादक अणु है, डाक्टर

डबल्यू हिचन्सन साक्ष्य लिखते हैं, कि "जिन्ने मनुष्य मैलेरिया से मर चुके हैं, उतने सब लफ़ाइयों में नहीं मारे गये होंगे। मैलेरिया ज्वर भारतवर्ष का भयानक शत्रु प्रमाणित हो रहा है, हम उससे घेसुघ हैं, और हानि दिन प्रति दिन बढ़ती जाती है, मौसिमी प्रकोप के दिनों में फमो २ इस दुष्ट से कुदुम्ब के कुदुम्ब लेटे हुए होते हैं"। एक बार लाहौर के लाहौरी दरवाजे पर किमी मनचले मनुष्य ने यह लिखकर लगाया था, कि "यह मनुष्य हरामखादा होगा, जिस को इस जगत में ज्वर नहीं आया"। वास्तव में उस साल कोई घर खाली होगा, जिस में एक दो विस्तरे मैलेरिया ज्वर के रोगियों के न पड़े रहते हों। तस्वेषताओं की सम्मति है, कि मैलेरिया देशों के देशों का नाश कर सकता है, युनान का नाश भी मैलेरिया से ही हुआ था, भारतवर्ष के भीतर प्रति वर्ष न केवल इस से अनगणित लोग निर्धन, फुश और सदा के लिए रोगी होते जाते हैं, बरन् अनगणित मृत्युएँ भी इसी से होती हैं। सुसिद्धि देशों में, जहा २ इस रोग का खोर है, इस के दूर करने के लिये सहस्रों यत्न किये जाते हैं, और फरोड़ों रुपया व्यय किया जाता है। इंगलिस्तान में भी श्रोत देश होते हुए भी एक समय इस का कोप हो चुका है, परन्तु नालियों के उचित प्रबन्ध से जल सड़ने न देने वाली विधियों ने इस को घटा से दूर कर दिया है। इतनी पुस्तकें अंगरेजी में हर एक देश में लिखी गई हैं, कि जिन के नाम लिखने के वास्ते भी एक पुस्तक चाहिये ॥

मैलेरिया पर डाक्टर मही इटली नियामी का पुस्तक, डाक्टर मैनसन की पुस्तक, और डाक्टरान पेस, क्रस्टाए, स्टीफन, आवि की लिखित पुस्तकें अपन समय की स्वरूप हैं। डाक्टरों का सदा से मैलेरिया के साथ युद्ध रहा है। आनन्द का विषय है, कि भारत सरकार भी एतरेशाव मैलेरिया के अनुसन्धान के लिए बहुत सी सहायता कर रही है और बहुत सी पुस्तकें - मैलेरिया के मच्छरों के अनुसन्धान पर लिखी गई हैं ॥

डाक्टर पेंडरयूचेनिन साहिय ने नागपुर के कारागार में बंदा भारी अनुसन्धान करके एक पुस्तक लिखी है, जिस में मैलेरिया की उत्पत्ति का विस्तार पूर्वक वर्णन है। यह शोक से देखा जाता है, कि पब्लिक के लिये छोटी २ सहज पुस्तकें इस विषय पर नहीं लिखी गई हैं, भगरेखी को पुस्तकें यास्त्र में डाक्टरों के काम की होती हैं। साधारण मनुष्यों को उन से बहुत कुछ तात्पर्य नहीं होता, कि मैलेरिया उत्पन्न करने वाले मच्छर कितनी प्रकार के हैं, उन के शिर पर मुख किस प्रकार के होते हैं, किस मांसि वेष सुर्वत्रीन के नीचे रख कर उनको पहिचाना जाता है, रुधिर परीक्षा करने से कैसे प्रतीत हो सकता है, कि इन के भीतर मैलेरिया ज्वर के अन्ध हैं या नहीं। साधारण मनुष्यों के लिये और मैं कहूंगा कि बहुत स डाक्टरों, यों, और हकीमों के धारते साधारण रूप से समझ में आने वाली बातों की आवश्यकता है। मैलेरिया क्या है

लक्षण क्या है, किस प्रकार उत्पन्न होता है, किस प्रकार दूर  
 हा सकता है, चिकित्सा क्या है, इत्यादि २ आवश्यक बातें पय-  
 छिक को घताने की आवश्यकता होती है, और इसा उद्देश्य के  
 लिये मैंने लखनो उठाई है ॥

## मैलेरिया ज्वर ॥

( विषम ज्वर )

नाम—मैलेरिया ज्वर के लिये मौसमी ज्वर ही, साधारण  
 नाम है, इस लिये नहीं, कि यह विशेष ऋतु में ही होता है,  
 वरन् इस लिये कि विशेष ऋतु में जब वर्षा के पश्चात् सदाय  
 उत्पन्न होती है, तो अधिक होता है । कोर २ इस को  
 विपैला वायु तषखीर शमशी के नाम से पुकारते हैं, पिचज्वर  
 क लक्षण इस में पाए जाते हैं । अगोरेजी पुस्तकों में इस के  
 विविध नाम पड़े जाते हैं, एग्यू (Ague) पाल्युडिस्म (Paludism)  
 मार्शफीवर, और टेल्यूरिक ( Malaric ) आदि, स्याह बुखार,  
 अफरीकी बुखार, गरमा बुखार, रामन बुखार, आदि नाम भा इस  
 स्थान पर होने वाले मैलेरिया ज्वर ही के हैं । मैलेरिया के शब्दार्थ  
 सराध वायु ( तषखीर शमशी ) के हैं । टेल्यूरिक के अर्थ भूमि  
 स उत्पन्न होने वाला है ॥ इन बातों से प्रतीत होता है, कि  
 श्रुपित वायु अथवा दूषित भूमि की भाप से उत्पन्न होता है,  
 और, यही विश्वास चिरकाल तक चला आया, जब तक कि  
 सुईपीन के अनुसन्धान से यह प्रतीत न हुआ, कि इस का



असली कारण एक प्रकार के मच्छर हैं, अतएव वास्तव में यह सब नाम उचित नहीं हैं ॥

**स्थान**—मैलेरिया वास्तव में उष्ण देशों का रोग है, नात्तु उष्ण देशों में भीष्म ऋतु में होता है। शीत देशों में कभी ही देखा गया है, जैसे कि इंग्लैंड व स्काटलैंड में भी रह चुका है, परन्तु इस का अधिक खोर उष्ण प्रधान देशों में ही होता है, और इसी लिये इस को (Tropical) रोग भी कहते हैं। एक २ समय में आधे से अधिक मनुष्य उष्ण देशों के रोग ग्रस्त हो जाते हैं। यह बात विशेष रूप से अब प्रतीत हो चुकी है, कि खराप-दुर्गन्धि युक्त सड़े जल के पास पास लेरिया का अधिक प्रभाव होता है ॥

### एक डाक्टर लिखता है —

“यह रोग घास के बड़े मैदानों, और जंगलों में पाया जाता है, और स्वतश्चर्या के पास की बहदलों में और उजारों में इस का रोग होता है” ॥

सारांश यह है कि जहाँ २ जल ठहरा रहता है, और सड़ने का अवसर मिलता है, वहाँ २ मैलेरिया पाया जाता है। मैदानों में जहाँ जल बहने की निचान न-हो, पहाड़ियाँ नदियाँ नदी एकत्र होने के स्थान हों, और उन प्रान्तों में जहाँ छप्पर अधिक हों, मैलेरिया अवश्य पाया जाता है। यंगाल में सब से प्रथम

मैलेरिया आरम्भ हुआ, उसी स्थान से सारे देश में फैला वर्णन किया जाता है, और मैंने देखा कि वहा छप्पड़ों का बहुत रिवाज है, वर्षों का वह जल अपने छप्पड़ों या षष्ठे पक्षे तालाबों में एकत्र रखते हैं। एक २ ग्राम में कई २ ऐसे छप्पड़ देखे गए। ऊपर लिखित बात का यही कारण है, कि वषा ऋतु में और उस के पश्चात् मैलेरिया अधिक होता है। और इसी कारण से लोगों ने इस का नाम ही मौसमी स्वर रख लिया है, मनुष्य गणना के देखने से ऐसे स्थानों का भी पता लगता है, जहां इस प्रकार के स्थित जल धिलखुल नहीं हैं, परन्तु सम्भव है, कि वहा थोड़ा बहुत जल और मैलेरिया का इस प्रकार का दृढ़ सम्बन्ध है, कि लोगों का यह खयाल अयुक्त न था, कि रोग भूमि की धिपैली भाप श्वास में जाने से उत्पन्न होता है, बहुत सी पुस्तकों में लिखा जाता रहा है, कि नमदार भूमि की भाप मैलेरिया का कारण है, लोग वर्णन करते थे, कि भूमि खोदते हुए भाप लगी और स्वर होगया। साइन्स उन्नति कर रहा है, और अब हम को पता लग गया है, कि भूमि की वाष्प मैलेरिया का कारण नहीं है, प्रत्युत ऐसे स्थानों में सुगमता से पलने वाले सूक्ष्म मच्छर इस का कारण हैं ॥

छूत-नए अनुसन्धानों से यह भी प्रमाणित हो गया है, कि मैलेरिया एक दूसरे में इन्हीं मच्छरों के द्वारा प्रभाव कर जाता है, मैलेरिया जिस ग्राम में अधिक हो, यदि कोई मनुष्य

इस काम में जाता है, तो प्रायः प्रथम रात्रि को ही मैलेरिया का प्रभाव हो जाता है, रोगी और स्वस्थ। यदि व्यक्ति व्यवस्था के भीतर सावधानी से रहें, तो रक्षा हो सकती है ॥

। **मैलेरिया के लक्षण**—मैलेरिया का जब प्रभाव रुधिर में होता है, तो रुधिर के भीतर मैलेरिया के कीटाणु की उत्पत्ति होते हुए कइ २ दिन तक कोई भी प्रभाव ज्ञात नहीं होता है। १० दिन और कभी ३०—३० दिन तक रोगी सर्वथा स्वास्थ्य प्रतीत होता है, परन्तु किसी २ को तीसरे चौथे दिन ही लक्षण प्रतीत हो जाते हैं, इस समय को उत्पत्ति 'समय' कहना चाहिये, जब कि रुधिर के भीतर विष'षट् रक्षा हास्य है। इस समय के पश्चात् रोग के लक्षण प्रतीत होते हैं, प्रायः प्रथम शिर पीड़ा होती है, चित खराब होता है, कभी २ हाथ पाँवों' दूटते हैं, फिर सरदी लगती है, और ग्वर हो जाता है, यह सरदी कभी २ साधारण होती है, परन्तु बहुत से रोगियों में इसकी अधिक होती है, कि घर की सब रजार्सों' हाँकने पर भी रोगी की सरदी बन्द नहीं होती है, उस का वात से वात पजता है, उसके सम्बन्धी उस के ऊपर रजार्स' डाल कर धाप भी उस पर पड़ कर उसको दबाते हैं, परन्तु यह फिर भी फापता है। इन्ही सरदी लगते हुए भी यदि धर्ममास्टर (धर्ममात्रि) लगावें, तो हयरत बंद रही होती है, यद्यपि मैलेरिया ग्वर के जानने के लिये सरदी पड़ा आवश्यक लक्षण है, परन्तु आज अवस्थामों में यह सबका नहीं देखी गई है

थोड़े समय में कमी एक दो घंटे हरारत बढ़ जाती है, प्रायः १०३ से १०५ दर्जे तक होती है, और अग्र सरदी के स्थान में बहुत अधिक श्वर प्रतीत होता है, कमी २ रोगा ऐसा खयाल करता है, कि उस के भास पास अभी जल रही है, और अक यह वस्त्र उतार २ कर फेंकता है, प्रायः शिर पीड़ा व मतली और कदाचित्त घमन भी साथ रहती है, उतरने के समय बहुत स्वेद आता है, और देखा यह गया है कि जितना सरदी अधिक लगी थी, उतना ही पसीना अधिक आता है, स्वेद आकर उतरने का समय भिन्न होता है, किसी २ का १२, घंटे के भीतर २ उतर जाता है, और किसी २ का (जिन के भीतर अधिक विष होता है), एक २ सप्ताह तक एक तुल्य रहता है, और श्वर उतरने पर हरारत कमी २९८ से भी कम हो जाती है, और रोगी अपने आप दो आरोग्य खयाल करता है, केवल यह प्रतीत होता है, कि किसी ने सक्ति खंथ ली है, परन्तु यह आराम थोड़ी देर का ही होता है, और फिर पहिले से अधिक सर्व लक्षणों के साथ श्वर दौरा करता है ॥

**प्रकार**—इस श्वर को वैश्व में विषम श्वर कहते हैं, यह श्वर दो प्रकार का होता है एक को अंगरेजी में रेमीटेंट (Remittent) कहते हैं, दिन्दी में सतत श्वर और युनानी में मुसलसल बुखार के नाम से पुकारते हैं। हुम्पा दाइमा या शम्ब दाहिमा भी इस के नाम हैं, यह भयानक मैलेरिया श्वर है ॥

**इस का दौरा ॥**

कई दिन तक छागार रहता है, प्रायः ऐसा होता है,

कि जय पहिली बार ज्वर होता है, घूँकि प्रथम विष अभिष्ट होता है, ५—७ दिन तक एक जैसा रहता है, कभी प्रातः या कभी सायम को थोड़ा सा आरम्भ प्रतीत होता है, ५—७ दिन पश्चात् जय उतर जाता है, तो फिर विष कम हो जाने से अन्तर हो जाता है, कभी आरम्भ से ही समय थोड़ा करक आता है, जय थोड़े समय के लिए आवे, तो दूसरी प्रकार (intermittent) कहना चाहिये, इस को वैद्यक में अन्तर श्वर, युनानी में सप छरजा कहते हैं, अरबी में हुमा दाशरा या नाफस नाम है, यह कई प्रकार का है, परन्तु वह वा साधारण हैं, निम्न लिखित हैं, ( स्मरण रहे, कि फीवर अगरेजी में घुस्वार को कहते हैं ) ॥

( १ ) कोटीडियन फीवर ( Quotidian ) यह ज्वर प्रति दिन आता है, अर्थात् प्रति दिन आकर उतर जाता है, फिर दूसरे दिन आता है, प्रायः र्ष का समय २४ घंटे के लगभग होता है, इस को हिन्दी में अन्यदुः अर्थात् प्रति दिन का सप कहते हैं, और युनानी में हुमा नाश्या कहते हैं ॥

( २ ) टरशियन-फीवर ( tertian ) यह ज्वर, एक दिन छोड़ कर हर तीसरे दिन आता है, तीजा, चौथिया, रतिया, विजारी, जूड़ी आदि इस के भिन्न २ प्रान्तों में भिन्न २ नाम हैं, प्रायः सोग घारी का ज्वर कहते हैं, युनानी में सस्य खालिस और वैद्यक में तृतीयक श्वर कहते हैं । इस का दौर एक दिन छोड़ कर होता है, एक घारी से दूसरी घारी तक

है। यह मन्दिर गंगा के तीरे से जब बनवाया गया है, मन्दिर के सामने एक बड़ा तालाब है, जिसमें पानी हमेशा भर रखा है।

इस मन्दिर पर एक प्रसिद्ध कथा है, जो है, जो है।

इस मन्दिर का नाम है, जो है, जो है।

इस मन्दिर का नाम है, जो है, जो है।

इस मन्दिर का नाम है, जो है, जो है।

रोगी भी देखे हैं, कि जिन को ६-६ वर्ष से मैलेरिया का दौरा बराबर हुआ करता था। ऐसे रोगियों के लिये मैलेरिया के स्थान से निकल जाना ही उचित है ॥

यदि कुछ न कुछ औषधि होती रहती है तो यह दौरे थोड़े गिथिड हो जाते हैं। कोई २ रोगी केवल यह कहा करते हैं, कि इनको महीन या १५ दिन के पश्चात् एक आध दिन ज्वर होजाता है, कभी यह दौरे कठिन होते जाते हैं और—

### ब्लैक वाटर फीवर

या मृस्यु हो जाती है, पुनरापत्ति बुरी प्रकार का ब्लैक वाटर फीवर है, यह अमेची नाम बहुत प्रचण्ड दौरे का है, जो कि अधिक मैलेरिया के स्थान में हो जाया करता है। और इन रोगियों को जिन की चिकित्सा ठीक नहीं होती है, और उन्हें रिलिफ उन को हो चुकते हैं, इस में ज्वर बहुत ही तीव्र होता है, मूत्र का वर्ण काला सा और कभी २ फाछा ही हो जाता है। ब्लैक वाटर के अर्थ ही काला पानी के हैं, तीन दिन के पश्चात् पार हलमिक हो जाता है, यदि मली भांति चिकित्सा की जाये, तो इस से मृस्यु नहीं होती है, और कई रोगियों को तो इस का दौरा भी दबा दिया गया, फिर भा जोखित थे। परन्तु इसमें सन्देह नहीं, कि अब यदि योग्य चिकित्सक की चिकित्सा न की जाये, तो उसका फथन पर न चले, तो मृस्यु हो सकती है ॥

एक बार और उतरने के पश्चात् दूसरा दौरा घाने के वास्ते साधारण कारण हो जाते हैं, धूप में घूमना, शीत लगना, थका-वट होना, घासी वही भादि खाना, परन्तु वास्तविक कारण मैले-

समय वा सूर्य का प्रकाश ७ घण्टों तक चलता है, और हमें उसे  
(H.A.P.) और विन्डो में प्रवेश करने देते हैं। यह बीच का  
भाग होता है, इस भाँति हमें जो आराम में ठीक  
होता है, परन्तु अकस्मात् यहाँ पर जो सन्धि से फिट  
जाता है कई सप्ताह और कभी २ क्वार्टर तक चलता है, और  
होती सामान्य है, कि अब मैं जो आराम हो गया, और  
सब खतरा जाता रहा है, और कोयल या शेर या शेरुवा  
मनु भी शीघ्र हो सकता है, परन्तु मैं कुछ सामान्य के प्रकार  
जाँच, शीघ्र हो ही जाता है, यदि सन्धि स्थिति में न हो, तो  
उत्पत्ति-विशेषों का यह जो सन्धि स्थिति में फिट हो

का समय लंबा न हो ॥

२- आकस्मिक स्थिति में आराम हो जाता है, यदि वह ऐसी घण्टियाँ  
रक में चले जाते हैं और एक सप्ताह है, या कुछ ७ से एक  
दिनांक, अतीत सन्धि यह होता है, तो विशेषों के अन्वेषण  
विशेषों का शीघ्र आराम हो जाता है, परन्तु अतीत,  
रिग के स्थान में जाता है, तो निम्न स्थिति में और प्रकार का  
नोट नं० ३- यदि कोई समय समय अथवा वायु से बड़े

हय या विनाश सन्धि करे ॥

आराम का समय यह होता है, और फिर हमें जो विशेष  
विशेषों में विनाश हो रहा है। अब विचार होता है,  
हम जाते रहते हैं, परन्तु यहाँ अन्वेषण होता है, और हमें विचार  
हय आराम होना, अथवा फिर अन्वेषण आराम होना, इस भाँति



लगभग ४८ घंटे का अन्तर होता है, और यह अन्तर कभी २ घंटे नियम पूर्वक होवे है, कि जाभव होता है। यदि सोमवार को १० घंटे दिन के ज्वर भाया है, तो बुधवार को भी ठीक १२ घंटे ही जाता है ॥

[३] कुआर्टैन-ज्वर (Quartan) अर्थात्, पायिया:

ज्वर, इस ज्वर में एक घंटे की दूरे की दूरे तक लगभग ७० घंटे का अन्तर होता है, जो सोमवार भाया तो फिर बुधवार का भावगा ॥

इस को वैशक में पाताथक ज्वर और पुनानी में रघ्य दायरा कहते हैं, यह जो सप्ताह प्रकारों हैं, परन्तु एक दिन में दो बार (बिना सतत ज्वर) प्रति घण्टे, सात घंटे, या अष्टादश घंटे, कभी २ प्रति मास में, और एक घण्टे पुस्तक में लिखा था, कि प्रत्येक वर्ष भा इस को घारी आती है, और इस अवस्था में यह साल तक जारी रहता है ॥

नोट नं० १—यद्यपि आवश्यक नहीं है, परन्तु ऐसा प्राच्य होता है, कि दैनिक ज्वर तीसरे पहर के पश्चात्, धिजारी दोपहर के लगभग, और चौथिया दोपहर के पश्चात् चढ़ता है ॥

नोट नं० २—बहुत से रत्नवेत्ताओं की सम्मति है, कि मैलेरिया ज्वर अवश्य घारी का होता है, और सदा रहने वाला ज्वर मैलेरिया के विष के कारण नहीं होता है, और जो ७-८ दिन तक रहता है, और संसत (दुसादाइमा) जिस का नाम रत्न लिखा है, वह भी यास्तव में एक साथ नहीं होता है, इस के माधर इतना विष होता है, कि अन्तर बहुत ही थोड़ा होता है ॥

तो यह जर्मन मच्छर के भीतर चले जाते हैं, ईश्वर की माया है, कि यह फिर मच्छर के धूक में रहते हैं, और जब स्वस्थ मनुष्य को भी मच्छर काटते हैं, तो कीटाणु रक्त में प्रविष्ट होकर रोग उत्पन्न करते हैं ॥

डाक्टरों सब अनुसन्धानों के अनुसार कुनीन ही इसकी उत्तम औषधि है, युवा पुरुष को १५ प्रेन प्रति दिन और बालकों को ५ प्रेन तक दी जा सकती है। यदि ज्वर रेमीटेंट हो तो जब पसीना आने लगे, उस समय देखें, और फिर लगातार ८ या १० दिन तक १५ प्रेन प्रति दिन दो तीन बार करके देते रहें, और उस के पीछे कुछ समय तक १० प्रेन और फिर ५ प्रेन दी जावे, तो मैलेरिया के सब कीटाणु मर जाते हैं, यदि शिर के भीतर रहें, तो ज्वर कुछ समय तक बढ़ हो जाता है, और यह जब बढ़ जाते हैं, तो फिर ज्वर आता है, यदि ज्वर रेमीटेंट हो, तो उस समय कुनीन देनी चाहिये, जिस समय कि ऊष्मता कम होती है, और शिर को परफ या गुल रोघन से तर कर रखें, ताकि शिर शीतल रहे। यह ज्वर कुनीन देते रहने से एक सप्ताह में घण में आजाता है, येशी औषधिया इस के लिये बहुत सी हैं, एक औषधि निम्बादि घूर्ण जो वैद्यक का योग है, मैलेरिया की सब अवस्थाओं में लाभकारी है। तृतीयक, चातुर्थिक, दैनिक, अति शीघ्र इससे दूर हो जाते हैं, और रेमीटेंट शीघ्र घण में आजाता है। मैलेरिया पर एक पृथक पुस्तक लिखी गई है, इस बास्ते उसके घर्णन को यहा ही छोड़ दिया जाता है ॥

कविविनोद वैद्यभूषण प० ठाकुरद्वेषधर्मा वैद्य की आविष्कृत

## अमृतधारा लोजिन्जज

# अमृतधारा की मीठी टिकियां

जिस प्रकार विलायत से पेपरमेन्ट की टिकियां आती हैं, वैसी टिकियां अमृतधारा प्रविष्ट करके हमने बनवाई हैं, जिन का मुख में रख कर चूसते रहने से अमृतधारा का लाभ होता है, और दन्त दृढ़ होते हैं, दान्तों में कीड़ा नहीं लगता, मुख दुर्गन्ध दूर होती है, कफ, खुरखुरी, खासी आदि नहीं होती, घालक भी इनसे खा कर रोगों से सुरक्षित रहते हैं। मूल्य १०० टिकिया केवल।

मूल्य प्रति घण्टा  
३ टिकियां ॥२७)

## अमृतधारा सावन

मूल्य प्रति  
टिकियां)

चर्मरोगों के वास्ते खालिस अमृतधारा के स्थान से हमने अमृतधारा मिश्रित सावन तैय्यार करवाया है, जिसके बर्तने से न केवल चर्मरोग दूर, चम्बल, फोड़ा, फुन्सी खाज, पिछी आदि दूर होते हैं, बरम् चेहरा पर मलने, से चेहरे के कील, छान्सा आदि को दूर करता है, त्वचा को सुन्दर और फामल बनाता है, बालकों को मल कर नहलाने से चर्मरोग नहीं होते हैं। और इसइन्फिफर्ट है, रोगियों को देखने के पश्चात् इससे हाथ धुकर करने से फीटाणु तुरन्त नष्ट होते हैं, और रोग का भय नहीं रहता। फोड़े औषध सावन इसका सामना नहीं कर सकता। जितनी अमृतधारा इसमें डाली जाती है, उतनी तुलना में मूल्य हमने कम रक्खा है ॥

मिलने का पता —

मैनेजर फार्म्याल्य अमृतधारा, अमृतधारा भवन,

अमृतधारा डाकखाना, अमृतधारा रोड छहारा।

# देशोपकारक औषधालय की

निश्चित आवश्यक औषधियों के नाम सहित गुण और मूल्य ॥

## अमृतधारा

इसकी प्रशंसा पृथक् "अमृत" नामक पुस्तक में भक्ति है ।

और यह इतनी प्रसिद्ध है, कि अमृतधारा न केवल लगभग सर्व मानुषी रोगों की ही साधारणतः घरे में घूँटा पछाँ जघानों पुरुषों और स्त्रियों को हलते रहते हैं अचूक इलाज है प्रत्युत पशु पक्षी आवि के रोगों को भी दूर करती है, विचित्र प्रमाय इस में इश्वर ने भर रक्षी है । रोग नाम की शत्रु है । जहाँ रोग हो वहाँ ही जा पहुँचती है । वर्षों के रोग महीनों में, महीनों के दिना में, दिनों के क्षणों में दूर करती है, मार्ग वा पामा में, हर घर में, हर जेब में, हर श्रुतु में, हर देश में, इस को अपने पास रखकर रोगों के भय से निर्भय हो सकते हैं ॥

सब प्रकार का शिर दर्द कफज, खाँसी, शुष्क खाँसी, पार्श्व शूल ( नमोनिया ), नजला, जुकाम, विपूषिका, मन्द्राग्नि मरुचि, गुदगुदाइट, मरोड़, परिणामशूल ( दर्द कौलेंज ) अतिसार वमन, मृगी, दन्तपीड़ा वा दाढ़ पीड़ा, दातो से रक्तजाना वा पानी लगना कर्ण पीड़ा कर्णघाव, कर्णस्त्राज, कर्णशोथ, कर्णवृमि, नासिकाशं, नाक में फुन्सियाँ, नासिका में दुर्गन्ध छोंफ, नेत्र पीड़ा फोड़ा, फुन्सी, सप . फोर के घाव कान का पपना रान का लसना, शर, चम्पल, गला बैठना, मुख शोथ मिढ़ का डंक बिन्डू का डंक सर्प का डंक, बावले कुसे का विष गले में शर्ष, सर्व प्रकार के ज्वर, मूत्र-कुण्डू, उपदेश गिळटिया बद्ध सन्धिघात, सर्व प्रकार का शोथ, आन्तरिक व पाह्यक पीड़ायेँ छोटे से दर्द, यथासीर, मस्तिष्क की निर्बलता, पूंग, रक्तवमन, राजयक्ष्मा, प्रसूत, हृदय रोग, कामला पायगोटा आर्तघ हन्यन्धी सर्व रोग कथमोला, ( हथीरां ), स्त्रियो

को शिर दर्द, शुद्ध संघा, हृत्कारोप, बन्धा का दूध न पीना, सन्निपात,  
 शिर घूमना, सन्धास, कम्परोप, रुकवा, अर्धाङ्गनात, शिर की काठ,  
 वैभ्ररोग, पीडा, बाँफिनी, नाखुना कुकरे, पड़बात, व वनाज, नकसीर  
 जिहवाशोथ, मुख में फुन्सियाँ मुख का पकना, ओष्ठोथ मोरफुन्सी,  
 दन्तहमि मसूदशोथ, गले पड़ना, स्वरभंग, रक्त थूकना, पीह थूकना,  
 छाती का शोथ फुफफुस शोथ, स्तन शाय, स्तन फाड़ा, आमबात,  
 मठली पकृत पीड़ा पकृतबात, अलो (र, बठोर, पायदुरोप, आम-  
 विसार, श्लोहोदर, बृद्धोदर रुदरहमि, रक्तपन्दर, बृच्छय पीड़ा पृच्छय  
 शोथ मूत्राशय पीड़ा मूत्राशय शोथ अरुह पूरु उदररोग, गर्भाशय  
 की शोथ, यर्माशय की पीड़ा, बो निस्राव, कटिरीड़ा, रिहमबात, पुटने  
 का दर्द, पिठुली का फुन्सा नितम्ब पीड़ा पित्त, सर्ष प्रकार के  
 रोग, नासूर, रुर्म प्रकार की खाज उपाकी, गुली अर्थात् मोह का  
 सजना, मटुस्वेद ममि से ऊचना, इत्य दि २ वृर होने हैं ॥

मूल्य २॥ फी शीशी दवाई ४ डराम । नमूना की शीशी ॥  
 २ शीशी की शीशी मानो असस से चार गुणा ६), वृन्द गिराने  
 वाली शीशी जिस में से जितन बन्द पाहो टाके जावे, ४ इयक  
 २॥॥

### अवेह्यात

अमृतधारा की नकल है । प्रायः विनायन का भी ये नकल  
 मारम्भ करती है और लोग अल्प मूल्य देखकर मंगवाते हैं, इसलिये  
 यह नकल बलाकर रफकी है जो इन नकलों से फिर भी बचती होगी  
 और असस व नकल का पर्क दिखादेगी ॥

मूल्य फी शीशी ॥॥) नमूना की खेरी शीशी ॥

पिसने का पता:—अमृतधारा लाहौर

अक्षर नं० १ महत्गजीमण्डू औषधि—यह कीर्णवर्धक  
 रोगों के औषधिया का रूप है। मनुष्यता की सम्पूर्ण अवस्थाओं  
 में हितकर है, यह पुरुषों के गुप्त रोगों के वास्ते अनरल औषधि है  
 मनुष्यता के अतिरिक्त यातज रोग कफज रोग, खाँसी, नजला,  
 जुकाम कटिपीडा, सन्धिवात को हितकर है। हृक्मेह, शीघ्रपतन  
 स्वप्रदीप को बहुत लाभदायक है। प्रभाव लिखत रूप है। मूल्य  
 ६४ गोली ४) ३२ गोली २) ममूना ८ गोली ॥, मात्रा १-२ ग ली  
 सावम् प्रात ॥

अक्षर नं० २ लक्ष्मणविष्णु रस—वैद्यक में लिखा है कि  
 यह रस नारद भी ने श्री कृष्ण जी महाराज को बताया था, दूध के  
 साथ मित्य खाये तो बूढ़ा भी युवा के तुल्य होवे। कामदेष के समान  
 ही जाने सान्निपात, प्रमेह भगम्बर, अण्ड शोथ, रुग्णदृष्टी, मरोड़  
 खाँसी जुकाम, यबासीर, सन्धिवात, कटिपीडा, नेत्रपीडा, दाहमान्ध  
 माण्डुर्गन्ध गलगण्ड शिरपीडा, प्रदरादि को हितकर है। उषर वा  
 अन्य रोग के पश्चात जो निर्वलता, मपुंसकता। मेहादि होता है।  
 इसको विशेष रूप से हितकर है। हृक्मेह, स्वप्रदीप शीघ्रपतन को  
 लाभदायक है। मूल्य ६४ गोली ४) ३२ गोली २) ममूना ८ गोली ॥

अक्षर नं० ३ चरपाक—शीघ्रपतन के लिये मक्खीर  
 औषधि है, इस चार पांच मास तक सेवन करने से स्वाक्षी और  
 अष्टक बन्धेज हो जाता है, हृक्मेह स्वप्रदीप को भी गुणकारी  
 है। यात्रीकरण भी है, मात्रा १ से ४ तोले तक दैनिक है। पहले १  
 गोला से आरम्भ करके थोड़ी २ रोज बढ़ते जहाँ तक दिना गरमी  
 मादि मासूम होने के खाइ जाये साधारणतय २ तोले के लग बल  
 मानाघादिथे। इस को खाकर ऊपर से दूध पीना चाहिये चान्दीस शि  
 तक बाल पदार्थ यातज पदार्थ तेल की वस्तुओं और सभोग से  
 गहरे रथठा हुआ खावे और उस के २० दिन पश्चात भी परहेज  
 लिये तो सदा के वास्ते कइ गुणा उत्तमन हो जाता है ॥

जो पूरा परदेज न रक्खे तो १५ दिन परदेज सहित चाहे फिर आवश्यकता हो तो और १५ दिन परदेज सहित चाहे अब मनोकामना पूरी होवे, मुख्य १ पाव ३) २ पाव १।।

अकसीर न० १०—बस बर्द्धक है प्रत्येक जाड़े में एक खा छोड़ने से कमी फल कम न होगा। मामई भी मई हो आते बूढ़ों को युवा बनाती है। मात्रा १-६ गोली, सायम प्रात में कस्तूरी पड़ी हुई है ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ११), जिस में कस्तूरी नहीं पड़ी परन्तु धातुपुष्ट शेष सब वही है ६४ गोली २), ३२ गोली १) नमूना २ गोली १)

अकसीर न० ११—दृश्य, महिष्क, पकृत, आमाशय, मूत्राण को पुष्टिदायक है, ध्यानन्द बर्द्धक है, शीघ्रपक्व स्वप्नरोष को हितकर है, याकृती का काम भी बेसी है, ताऊन के दिनों में चाहे से मानसिक फल स्थिर रहता है, और बढ़ा गुण करती है। बड़े बड़े है, बमीरों के खाने योग्य है, प्रत्येक प्रकृति के अनुकूल आती है, इसका प्रधानांश स्यर्ष है, मुख्य ६४ गोली १०), १६ गोली २०), नमूना ३ गोली ११)।

अकसीर न० १२ मट्ठ बाजीकरद—पिठे-तपः शीघ्रपक्व के रोगियों के चारते है। तीसरे पहर एक दो गोली रूच से खाने से स्तम्भन होता है, नित्य सायम प्रात एक गोली खाने से शायक का मूत्रोद्द होता है, इसके खाने वाले को खाँसी, नजसा जुकाम, कटिपीडा, घासज, फफूँज, खाँसि रोग नहीं सताते। मुख्य ६० गोली ३), २० गोली १), नमूना १ गोली १)।

अकसीर न० १५ मकरध्वज—पलकी औषधियों का बड़े राश आता है। इसका प्रधान भाग सन्द्रोश्य है। जिसका खाने अत्यन्त कठिन है। ४० दिन खाने से ही मसली अश्लील आता है

वीर्य को सन्तानोत्पत्ति के योग्य बना देता है। वीर्य सम्बन्धी सर्व रोग पूर्णतया दूर हो जाते हैं। राजे महाराजे सदैव इसको अपने पास रखते हैं। और प्रायः खाते हैं। जिनको खरीशने की सामर्थ्य है वनको धन्य औषधि की आवश्यकता ही क्या है। मूल्य ५०) को तोला है। फी माशा ४), माना ४ रत्ता है। प्रति वर्ष १ तोला खा ओढ़ें तो पूर्ण आयु तक लेजाता है ॥

अकसीर न० १६ वृद्धेश्वर रस—इस में स्यर्षमस्म ( चाँदीमस्म मोतीमस्म, कस्तूरी, वनभस्म, छुण्णाभ्रक मस्म, भीमसैना कपूर, आदि सम्मिलित है। आनन्द दायक पौष्टिक और उत्तेजक है। शुष्कमेह तुरन्त दूर होता है। त्वक्म दोष, शोथपतन को गुणकारी है। वीर्य गाढ़ा होता है, पीस प्रकार का प्रमेह और बारंबार मूत्र माना दूर होता है, अठराग्नि दीपन होती है, अग्नि वर्ण यल वीर्य और तेज बढ़ता है। पुराने उबरे पर देते हैं, हृदय मस्तिष्क यकृत को बल दायक है। मूल्य ३२ गोली ४), नमूना ८ गोली १)

अकसीर न० १६ वृद्धेश्वर चन्द्रोद्य मिश्रित—(स) वीर्य की प्रसिद्ध औषधि चन्द्रोद्य जय स्यर्षुक औषधि में पढ़ाई आय, तो यह अनुपमेम होजाता है। यह मकरध्वज से भी बढ़ कर है। वीर्य सम्बन्धी सर्व रोगों को दूर करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाता है। मूल्य १) प्रति गोली, आठ गोली ७) १६ योगो १४)

अकसीर न० १७—अकसीर न० १६ के भीतर अकीमस्म तंगयकमस्म, लोहमस्म प्रवालमस्म, शिलाजीत, जायकलादि मिलते हैं तो वृद्धशोथपतन प्रस्त्रों के वास्ते सिद्धान्त विवर्ण हो जाती है। चित्त प्रसादक भी अधिक होजाती है। श्रेय गुण बढ़ा है, मूल्य २ गोली ४) नमूना ८ गोली १)

अकसीर न० २० मन्मथ रस—बूढ़ों को युवा और युवा



बामल बनाने के वाले यह वेग शिबजी महाराज का निर्माण है।  
 उत्तमता यह है कि तीव्र नहीं है। चिरस्थायी लाभ धीरे-धीरे करता है।  
 शरीर खाने में कोई हानि नहीं है। शीघ्रपवन, स्वप्न शेष, कुम्भ  
 को दूर करता है, उत्तेजक है, बम्बई के एक ७० वर्ष के वृद्ध २३  
 वर्षी के पिता ने मुझे लिखा था कि युवावस्था के प्रारम्भ से प्रत्येक  
 जाड़े में २ सप्ताह सेवन करता है और वह अब तक भी पूरी शक्ति  
 रखता है, सन्तानोत्पत्ति के योग्य है। सर्षप मजला जुकाम, वायु,  
 कामला, अपाचन को हितकर है। शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है। पौष्टिक  
 उत्तेजक व स्तम्भक है। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २), मसूना  
 ८ गोली ॥)

अकसीर न० २३ दूध घृत पाचक—इसे १ रसी तक प्रति  
 अनुकूल गित्य खाने से दूध घृत पचाने की शक्ति दिन प्रति दिन बढ़ती  
 जाती है। सेवन तक नौवसत पदु चली है, २४ दिन के भीतर पूरा प्रभाव  
 प्रतीत होता है ४० दिन के भीतर सेवन दूध पचने लगता है, ४५  
 दिन के सेवन से सम्पूर्ण कफज व वातज रोगों को दूर करती है, जो  
 दूध पचने की शक्ति सदा के लिये बढ़ा देती है। मूल्य ४) कपड़े  
 ठोड़ा, मसूना ३ मशा १॥)

अकसीर न० २४ सुखकारक—स्तम्भक है, शीघ्रपवन रोगों  
 को अब तक रोग दूर न हो कभी २ आश्चर्यकता पकती है। तीसरे  
 पहर दूध के साथ सार्वे पदचुड कोई खड़ी लक्षणयुक्त वस्तु न खाने,  
 त्रौष्टुणा समय होता है। मूल्य २२ गोली २) मसूना ४ गोली ॥)

अकसीर न० २७ (अथ निर्मल न रोगे)—एति पदसक  
 एक दो गोलीयों को लीजिये, उदासी दूर, सुती चकता नूर, पत्र  
 ज्यों का त्यों, तीसरे पहर सार्वे हो स्तम्भन हो। गित्य दूध के साथ

सायम प्रात कार्बे तो शीघ्रपतन को हितकर है, मूल्य ६० गोली १) नमूना ८)

अकसीर न० २८ शैल मार कागनी—कफज, घातज रोग माशक, नपु सकता, मस्तिष्क की निर्बलता, अस्मृति, शीघ्र पतन, कटिपीडा, सर्वांगपीडा, मादि को दूर करती है, फरसल पर मर्ले तो दृष्टि शक्ति को बल देता है। स्वप्न के वास्ते भी निर्बला को तिला का काम देता है, मर्ले और पहे दृढ़ होते हैं, मूल्य १) शीशोध इराम, नमूना ८)

अकसीर न० १० घातुवर्द्धक—इस से धार्य्य बहुत बढ़ता है। और वसक पदवात् पुंसत्व बढ़ना आरम्भ होता है। शुक्रमेह, स्वप्न दोष और शीघ्रपतन को भी हितकर है, मात्रा ६ माशा दूध के साथ, मूल्य २, पाष, नमूना ५ तोला ॥)

अकसीर न० ३१ चन्द्रपपावटि—यह एक वैद्यक योग है, जो विविध नामों से बहे २ वैद्य पेच रहे हैं, यह मूत्र के साथ शुक्र (मती भादि, जाने को रोकती है, २० प्रकार के प्रमेह पथरी, अफारा, शुक्र मन्दाति, अण्डवृद्धि, पायह, कामला, घवासीर, भगन्दर, मासूर, कटिपीड, फास श्वास, हिक्का उफार, नजलादि को हितकर है। धार्य्य को शुद्ध करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाती है। मात्रा दो गोली सायम प्रात मूल्य ३२ गोली १), नमूना ८ गोली १)

अकसीर न० ३३ आयुर्वेदिकटानिक—रज धार्य्य को शुद्ध करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाती है। जब कोई विशेष कारण प्रतिबन्धक न हो, तो स्त्री पुरुष दोनों को गाय के दूध के साथ चिठाना आरम्भ करें, एक दो मास खायें, और प्रत्येक रजोधर्म के पश्चात् संयोग करें तो इदवर कामना पूरी करें। यह गोळियाँ ठरीजक,

शुक्रमेह, स्वप्नदोष, शीघ्रपतन, नाशक, शुद्ध रक्तोत्प्रेरक, क्लृप्तक, सन्धिवात नाशक है, और कटिपीड, गुल्फपीड, पाण्डुशूल, रामपीडा, रीघनवायादि सर्व वातज कफज रोग प्रमेह, कामला, रक्तहीनता, शोध रोग, अछोदर, कठोदर, मूसा विष, स्त्रियों के मासिक रज को कमी व अधिकता, अण्डवृद्धि को हितकर है। मधु व पानी के साथ स्थूलता को दूर करती है। अंग्रेजी टानिक औषधियाँ से इस का मुकाबला करो अथवा दूजे रहेंगी। मात्रा १ गोली सायम प्रातः, प्रदोष अनुकूल न्यूनाधिक कर सकते हैं। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अकसीर न० ३४ (क) शुक्रमेह (घातु जाना) के बास्ते का अद्वितीय औषधि है। स्वप्नदोष को बहुत शोध दूर करती है, शीघ्र पतन को भी हितकर है, वीर्य को गाढ़ा करने में अनुपम है, पाण्डु स्तम्भन को बढ़ाती है, मात्रा १ गोली सायम प्रातः। मूल्य ३२ गोली २), नमूना ८ गोली ॥)

अकसीर न० ३४ (ख) — उपर्युक्त औषधि के भीतर केशर, कस्तूरी, अम्बर, मोती, शिलाजीठ, स्वर्ण, चांदी, अश्रुकादि मसम और संयुक्त की जाती है, जो यह उपर्युक्त छिद्रित गुणों के प्रति रिक्त हृदय मस्तिष्क, मूत्राशय, यकृत, आमाशय को बल देती है। उत्तेजना बहुत करती है, अमीरों के खाने योग्य है। मूल्य ३२ गोली २), १६ गोली १॥), नमूना ८ गोली १॥),

अकसीर न० ३५ लोहासव — यह एक विशेष प्रकार का इमारत स्वनिर्माण लोहासव है, जो उत्तेजक है, पेट को बल देने में अद्वितीय है, शुद्ध रक्त उत्पन्न करके कुछ दिनों में लड़ाई प्रधान करता है, शारीरिक बल को बढ़ाता है। सुस्त पेटों को हितकर करता है, वातज, कफज रोगों को दूर करता है, रक्तहीनता, पाण्डु, कामला को भी हितकर

है, इसके खाने वाले के केश शीघ्र श्वेत नहीं होते, मूल्य ४ औंस ४),  
२ औंस २), नमूना ॥)

अकसीर न० ३६—शुक्र जनक है, शीघ्रपतन व वीर्यह्राव-  
को दूर करती है। वीर्य को खूब बढ़ाती है, और गाढ़ा करती है।  
शारीरिक बल को अधिक करती है। शीघ्रपतन के लिये विशेष रूप  
से हितकर है। शुक्रमेह को भी दूर करती है। लेस्यार औषधि होने  
पर भी काफिर नहीं है। इसके खाने से प्राकृत स्तम्भन बढ़ता है।  
मूल्य की पाव २), आधा पाव १), नमूना १ छटाक ॥)

अकसीर न० ४० स्वप्नदोष नाशक—यह औषधि विशेष कर  
स्वप्नदोष प्रस्तां के घातने है। शुक्रमेह व शीघ्रपतन नाशक है, स्तम्भक  
भी है। स्वप्नदोषधिक्य १ मास के भीतर नष्ट होता है। मूल्य ३२  
गोली १) नमूना ८ गोली १)

अकसीर न० ४१ कामिनी वशीकरण—जो लोग कहते हैं,  
स्तम्भन को कोई औषधि उनको गुण नहीं करती इस का सेवन  
रहें। ६ गुणा धन्वेज होता है। यदि दैनिक यह गालियां खाईं आवें  
। शीघ्रपतन दूर होकर सर्वैव स्तम्भन उत्पन्न होता है। शुक्रमेह,  
प्लक्ष्म का मूलच्छेद होता है। पट्टों को पुष्ट और दृढ करती है।  
सूरी, सोना, चांदी केशरादि इस के प्रधान मंश हैं। मूल्य ३०  
ली २५) ६ गोली ५), १ गोली १)

अकसीर न० ४२ अद्वितीय औषधि—स्तम्भन के विचार  
यह अपनी भांति की पहिली औषधि है। फिचित् वृष्टियां हैं।  
वेज की औषधि यथा, जोयफल, लौंग, जाविन मफीम, सुन्दवेद-  
ए, मायाशुतर अराबा, कुचिला, अकरकस, कस्तूरी, बतूरी भादि

इस में नहीं है। न को एवद्धता करती है, न पीछे किसी प्रकार की हानि का भय है। पु सत्व को अधिक करती है, पट्टों को ढोटा नहीं करती। तीसरे पहर खाने से ३-४ गुणा बन्धेस होता है। जो नित्य खाना चाहे ३ माशा रोज मधु के साथ खावे। शोषपत्रक नाशक व उल्लेखक। मूल्य ८ तोला २), नमूना १ तोला १)

अकसार न० ४३ स्तम्भक—सैकड़ों औषधियों के भाँजमाने के पश्चात् इसको निकाला है, यह न० ४१ से भी विशेष काम में बढ़ कर है मूल्य बही है १ गोली १), २० गोली २१, ६ गोली ३)

अकसार न० ४४ (फसकसर)—इस के गुण नाम हैं हैं प्रगट हैं, इसके खाने से मन में प्रसन्नता उत्पन्न होती है, आत्मन्येक है हरय मस्तिष्क को पुष्टि देती है। शुक्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नों का नाश होता है। यदि तीसरे पहर को २-३ माशा का लेवे व विधिमानन्द आता है, स्तम्भक और सुखदायक है, मूल्य ५ तोला २, नमूना १ तोला १), कस्टूरी, अम्यर, पकृत मसूर, मोती, सोना घाँसी, केसर आदि से तैयार होती है ॥

अकसार न० ४७ शीत—यह औषधि कम लोगों के वास्ते जितको प्रकृति बहुत उष्ण है, अथवा पौष्टिक उष्णौषधि उनके प्रकृत नहीं आसकती है, या सोजाक का रोग है मूत्र में कुछ अलग भाग है, ललाह उसकी नहीं गरें, या मूत्राशय के भीतर इतनी गरमी कि थोड़ी ऊष्ण रक्त औषधि रोग को दूर करने के लिये में बड़ा है। प्रमेह, शीघ्रपतन स्वप्नशेष और पहाया सोजाक को गुणक है, आत्मन्येक दायक है, मस्तिष्क को तर व ताजा करती है, इस प्रकार प्रकृतवस्था पर खाने शुक्रमेहदि दूर होने के पश्चात् पौष्टिक औषधि हो जा सकती है। मूल्य १) तोला, ६ माशा १)

अक्षरीर न० ४८—यह औषधि स्वप्नशोष व प्रमेह नाशक है, शरीर को मोटा करने वाली, चेहरा को ठाल करने वाली है, पाचन शक्ति बढ़ाक है, कोष्ठवृत्ता को नाश करती है । मात्रा ३ भाग से ६ भाग तक है । मूल्य १ पाव ४) ३ पाव २) है ॥

अक्षरीर न० ५०—अमीरां के वास्ते तोहफा, प्रत्येक रोग का अच्छूक इलाज, सुरन्त गुणकारी, प्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नशोष के वास्ते अद्वितीय और वाञ्छीकरण के लिये रसायन है । मूल्य २ गोली १)

अक्षरीर न० ५१ अपूर्वचितामणि रस—एक आशमी की गर्दन घादी से अकड़ गई थी वह मुड़ती नहीं थी, कई इलाज कर चुका था, उसके वास्ते प्रयत्न इस दवा को तय्यार किया, तीन दिन में उसको छाम हो गया, फिर हमने इसको और अजमाया, यह ठोक अक्षरीर ही साबित हुई, घादी कोई रोग इसके सामन नहीं टहर सकता निर्यलता से पेशा हुई दाह को दूर करती है, सर्व रोगों को दूर करती है, प्रमेह बहुमूत्र शीघ्रपतन, स्वप्नशोष, को दूर करती है शकटापन, गू गापन यहरापन, कानों में आवाजों का आना, सिर दर्द, सिर का घूमना, अरुचि, मतली, घमन, पुराना ज्वर, क्षय रोग प्रसूत ज्वर, प्रवर आदि रोगों को दूर करती है स्वर्ण आदि इसमें भिळाने से मूल्य इसका अधिक है, मगर दयाइ कमाल है, मूल्य ३० गोली ५) है ६ गोली १) है ॥

अक्षरीर न० ५२ असन्त कुम्भाकर रस—यह शार्ङ्गधर उत्तम योग है, बहु मूत्र रिसर्ध प्रकार के प्रमेह को शरतिया दूर करता है, मूल्य ६० गोली २०) है, समूना ६ गोली २) है ॥

अक्षरीर न० ५३ यह गोडियां किसी भस्म व नशे वाली वस्तुओं के बिना तय्यार की गई हैं, शीघ्र पतन नाशक हैं । स्तम्भन

शक्ति को बढ़ाती है, मात्रा १ गोली प्रातः १ सायं का दूध से  
मूल्य ४० गोली २), नमूना १० गोली ॥)

अक्सीर न० ५४ यह चूर्ण पुरुषों के योग्य और स्त्रियों के  
दूध बढ़ाने, उसको शुद्ध करने के वास्ते अत्यंत गुणकारी है शरीर  
को दृढ़ पुष्ट करता है शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है रक्तप्रवाह को दूर  
करता है मात्रा ६ माशा प्रातः या रात को जिस समय उचित  
समय की दूध के साथ सेवन कर सकते हैं (मूल्य २) प्रति पाव,  
नमूना १ छटाक ॥) है ।

अक्सीर न० ५५ स्वप्न दोष नाशक चूर्ण—यह विशेषतया  
बिघार्यों के वास्ते है स्वप्न दोष व प्रमेह को दूर करता है दिमाग  
रोशन करता है, स्मरण शक्ति को बहुत ही तेज करता है, मात्रा ३  
माशा प्रातः ३ माशा सायं दूध के साथ, मूल्य २) प्रति पाव  
नमूना १ छटाक ॥) है ।

गोली पारा—पारा के गलास में दूध पीने से जो फायदे हैं  
वह इस गोली को दूध में लटका कर पीने से हैं । यह गोली दूध में  
नहीं घुलती, एक प्रकार की विद्युत शक्ति उस में फूंक देती है, मुँह  
में रखने से ताकत बढ़ती है, सम्मत् होता है दूध अपना पूरा असर  
इसी सूत्र में दिखाता है सुकधीशाह, शफा सुरमा, प्रमेह,  
पित्तलाम है, कोमल गोली बड़ा १) गोली छोटी ॥)

शुक्रादि—पेशाब के साथ शर्म का घाना इसी के वास्ते यह  
बढ़ाते है, (मूल्य ३० माशा ४), नमूना ७ माशा १) है ॥

प्रमेह नाशक—(धौपचि ज्यापतीस) पीस प्रकार के प्रमेह को  
गुणकारी है, मूत्र के साथ कोई भी वस्तु जाती हो, सब को दूर  
करती है, मूत्रातिसार को विनाश कर से गुणकारी है, मूल्य ६४  
गोली २) नमूना ८)

**अकसीर न० १८ शिङ्गरफ मसम**—बाजीकरण के लिये अनुपम मानी गई है, पेटों को असाधारण बल प्रदान करती है, मधुसफता दूर करने की बलवान औषधि है, बूटों को छाठी है, वातज व कफज रोग यथा, अद्भगवात, मादितवात सन्धिवात, शून्यवात कफज खांसी मन्दाग्नि आदि को रामबाण है, शुद्ध रफतोत्पन्न करके चेहर को छाल करती है। मूल्य १ तोला १०) ममूना १ माशा १) शीत शतु में अवश्य सेवन करें, इर्जा खास १००) तोला है ॥

**अकसीर न० १९, धगमसम दर्जा अन्वस**—यह सदा सौ पुठ से पहिले शुद्ध की जाती है, फिर मसम की जाती है, चांदी मसम भी इसके सामने कुछ नहीं है प्रमेह, मूत्रकुण्ड सोजाफ, कुर्रह को हित कर है, उतेजफ है 'मर्द को बग और घोड़े को तंग' को उक्ति इसी पर ठीक है। मूल्य १ तोला १०), ६ माशा ५), ममूना १॥ माशा

**धगमसम सामान्य**—कलई को साधारण रूप से शुद्ध करके बनाया जाता है, गुण लगभग वही हैं जो ऊपर वर्णन किए गए हैं, प्रभाव किञ्चित् देर से होता है, मूल्य १ तोला २), ३ माशा ॥) मात्रा ३ रसी ॥

**धगमसम शार्ङ्गघरी**—शुक्रमेह, सोमरोग, २० प्रकार के प्रमेह को विशेष रूप से हितकर है। मूल्य १ तोला २), ३ माशा २)

**अकसीर न० २५ त्रिधातु मसम**—यह कलई सोसा, अस्त की मिश्रित अत्युत्तम स्वर्ण रंग की मसम है। जो प्रदर, सोम शुक्रमेह आदि को दूर करने, वीर्य को गाढ़ा करके प्राकृत बन्धेज उत्पन्न करने में विशिष्ट औषधि है। मूल्य १ तोला ४), ६ माशा २), ममूना १॥ माशा ॥)



भ्रूक्षीर न० २६ स्वर्णभस्म ब्रह्मदूर्ज—पट्टों को युक्ति  
 देती है, हृदय मस्तिष्क यकृत, कृकृदय, मूत्राशय, जननेन्द्रिय सब  
 को बल प्रदान करती है। धीर्य्य यकृत और उत्तेजक है घृत दूध,  
 पाचनकारी है। तीन माशा भी यदि एकवार खाओ तो वर्षों की  
 गद्गल शक्ति पुनः आ जाय। शुभमेह शीघ्रपक्व स्वप्नशेष प्रमेह, धातु  
 क्षीणता, मधु मक्कता, स्मरणशक्ति तथा हृदय की निर्यलता, सब दूर  
 हो। मूल्य १ तोला (२०) ३ माशा (२०), नमूना ४ रत्ती ४)

श्वर्ण भस्म दूर्ज दोष—गुण यही हैं किंचित् देर में प्रभाव  
 होता है। सस्ती है, मूल्य १ तोला ४०, ६ माशा (२०), १॥ माशा  
 ५, ४ रत्ती २)

मूगा भस्म—पित्त प्रकृति वाले धातु विकार में प्रसर्तों को भी  
 जाती है सस्ती किन्तु यदो उत्तम औषधि है। पुरानी सिर पीड़ा  
 मस्तिष्क की निर्यलता मज्जा, पृथिव्याम, रक्त वमन, रक्तपित्त को  
 हितकर है। धीर्य्य को भ्रूशय को गरमी को दूर करती है। मूल्य  
 १ तोला ॥), ६ माशा ॥, दूर्ज ब्रह्मदूर्ज १) तोला है ॥

स खपा भस्म (दूर्ज मास)—यह भस्म विशेष रूप से धीर्य्य  
 यकृत और उत्तेजना के लिये तैयार की गई है। १४ दिन के भीतर  
 यर्ष्यास यकृत आता है। और ४० दिन के भीतर तो बलना कठिन  
 होता है, इसके अतिरिक्त संपूर्ण यकृत मज्जा रोगी को रामबाण है,  
 युद्धों की महायक है, उाको युवा बनाती है। मूल्य १ माशा (२)  
 १ माशा ४) नमूना २ रत्ती १) माशा ससबास से १ साबत तक ॥

स खपा भस्म—बातस सन्निवृत्त भावित्वात्, अर्थात् यकृत  
 कफस कास, कटिपीडादि को हितकर है, उत्तेजक है। मूल्य १ तोला  
 ३) ६ माशा २॥) १॥ माशा ॥२॥)

घादी मरु—घातुधीणता स्वप्नशोष, शीघ्रपतन, हृदय, मस्तिष्क, मामाशय, की निर्यलता, नपु सक्ता को हितकर है। प्रमेह हृदय की धक्कन को भी हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २) नमूना १॥ माशा १)

फौलाद भस्म शिगरफ़ी—यह भस्म फौलाद की शिगरफ़ के द्वारा की जाती है। घातु रोग यथा शीघ्रपतन, वीर्यस्राव, शुक्रमेह को दूर करके उत्तेजना को बढ़ाती है, शुष्क रक्तोत्पन्न करती है। घातु को बल देती है, रंग की श्वेतता को दूर करती है, मूल्य १ तोला १॥) ३ माशा १८)

फौलाद भस्म दर्जाभास—यही वाजीकरण शुद्ध है र रक्तोत्पन्न करके चेहरे को लाल करती है, मामर्द को मर्द बनाती है। मूल्य २०) तोला है ॥

फौलाद भस्म (दर्जा धन्वत्)—यह असली फौलाद की भस्म भी ३३ माशा में तैयार होती है। यही वाजीकरण है, शुद्ध रक्तोत्पन्न करके चेहरे को थोड़े ही दिनों में लाल करती है, पेटों को बल देती है, वीर्य सम्बन्धी रोगों का दूर करके नपु सिर स मर्द बनाती है, मूल्य १ तोला ३) ६ माशा २॥), १॥ माशा १८)

फौलाद भस्म—घातु धीणता, माताकती, शीघ्रपतनादि को हितकर है, यकृत को पल्लवापन्न है रंग को लाल करती है। मूल्य १ तोला २५) ३ माशा १८)

खोह भस्म—यह उरुम छोड़े से सामान्य रूप से तैयार की जाती है। साधारण मयल्यामो में बरकी जाती है, मूल्य १॥) तोला ३ माशा ६)

छिलका कुबकवायट भस्म—धातु जाना, क्रियो के श्वेत पानी का जाना, सोम, प्रसूत, शुक्रमेद को दूर करती है। शीघ्रपतन को बहुत हितकर है। बहुत बढ़िया बाजीकरण है। मूल्य १ तोला ३), ६ माशा १॥) रु०, १॥ माशा १=), स्त्री को खिलाने से प्रसूत योनी के सद्यः कर, फयो कि संकोचक है ॥

मगहर भस्म—यह रोग कामला, पाण्डू रोग, जलोदर मूत्राशय की निर्बलता को हितकर है, और धीघपतन को भी यह कि रोकने वाली शक्ति की निर्बलता के कारण से हो बहुत गुणकारी है। मूल्य १ तोला १॥), १ माशा १=)

शीसा भस्म दर्जा प्रवृत्त—यह पीत रंग की शीसा भस्म अत्युत्तम है, बाजीकरण है, योर्व्य के सर्व रोगों को हितकर है, नूरु पृष्ठ और सोजाक, फुर्रह को भी हितकर है। उचित अनुपान से सर्व रोगों में दी जाती है। कफज रोग, खासो, सप्रहथी, प्रदामोर, का दूर करती है। कामदेव की वृद्धि करती है। मूल्य १ तोला १०) ३ माशा ३॥), १ माशा १)

शीसामस—सूक्ष्मकृत्त के धाले हितकर है। पुर्रह को भी गुणकारी है। मूल्य १ तोला १॥), ३ माशा १=)

भस्म वा व पारद मिश्रित—इत जना शक्ति को बढ़ाने है। शुक्रमेद, धीघपतन स्फुटशोष को गुणकारी है। २० प्रकार के प्रमेद सोम रोगों को दूर करती है। कुर्रह को भी हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ६ माशा ३), १॥ १)

साम्र भस्म—बाजीकरण है, कफज व दातज रोगों का मूल्यदोद परखा है, पंपशोत आदि को दूर करती है, जलोदर का

द्वितकर है मूल्य श्वेतरंग का ८) तोला, ३ माशा २), १॥ माशा १) और कृष्ण रंग २) ६० तोला ३ माशा ॥)

अनविध मोठी (मुरवारीद नासुफता) मस्म—छत्रय यफूठ, मस्तिष्क को बलदायक शीघ्रपवन, स्वप्रदोष शुक्रमेहादि निवारक है। मूल्य ३०) ६० तोला। ३ माशा ७॥), २ रतो १।)

रस सिन्धूर—पेचक की प्रसिद्ध औषधि है। यह रसायन है, उद्योजक है, इसकी पेचक प्रन्थों में यही प्रशंसा लिखी है वसुधित पारा से तैया छत्र का मूल्य २०) तोला है, और शुद्ध पारद से तैयार छत्र का मूल्य १०) तोला० शिगरफ से निकाला हुआ पारा से तैयार छत्र ५) ६० तोला है ॥

चन्द्रोदय—यह एक प्रकार का रस सिन्धूर सोना मिश्रित होता है, सूर्य औषधियों का राजा है, न केवल धातु सम्बन्धी सर्व रोगों की सर्वोत्तम औषधि है, वरञ्च उचित अनुपात से प्रत्येक रोग में वर्त आता है, कई घर इस से बस गए हैं, वसुधित पारा से तैयार छत्र का मूल्य १००) ६० तोला, शुद्ध पारद से तैयार छत्र २०) ६० तोला है ॥

नोट.—एक २ भाग एक प्रकार से तैयार की जाती है। बाज २ बीस २ प्रकार की तैयार है, किञ्चित् के नाम दिये हैं। अथ अन्य मस्मो के नाम और गुण भी यहाँ ही लिख देते हैं।

अथ पुरुषों के विशेष रोग सम्बन्धी तिला अकित होते हैं।

तिला न० १—कुछ सुगन्धी युक्त है, बूटा को भी प्रयत्न बना देता है, पुष्पों को विशेष रूप से लाभकारी है हस्तकार्य को और जो शौकिया बल बढ़ाना चाहें यह तिला द्वितकर है, नसों और पदों को बल देता है, मूल्य ४ इञ्चम ५) ममूना एक दराम १।)

तिला नं० ३, (तिलाय मष्ट) — हस्तकारों को विशेष रूप से  
 दितकर है, साधारण व्यवस्थाओं में बहुत गुण करता है, मुख्य  
 १) रुपया, नमूना २)

तिला नं० ४, (तिलाय मायुस्तान) — यह पटा प्रचण्ड है, सर्भ  
 का एक परत उत्तर देता है, परन्तु हस्तकारों की नसों पर  
 बहुत शीघ्र डीक करता है ४ दिन के सेवन से पर्याप्त फल आता है।  
 परन्तु खाने को अच्छी औषधि भी होयदा। क्यों कि तिलामो के  
 सेवन के साथ यौतिक औषधि का सेवन होना आवश्यक है। निरार  
 रोगियों को इससे लाभ हुआ है शिथिलता, ध्वजमग, मयु सक्ता  
 दूर करके पूरा फल प्रदान करता है, मुख्य २ इराम ३) नमूना ॥०)

तिला नं० ६ (लिंग वर्द्धक) — इसका खाने से लिङ्ग  
 बढ़ती है और स्थूल होती है, मुख्य ४) माथी शीशी २, नमूना ॥१)

तिला नं० ७ (वसेजना वर्द्धक) लेप — मायुसक्ता से  
 प्रथम ३ मासों लगया जाता है, पूरा फल प्राप्त होता है, अधिकान-  
 न्द्रोपक भी है, जिसने एक बार भी खायावा (राम हुआ।  
 मुख्य १) सोला, ६ मासों २), नमूना १ मासों ॥०)

तिला नं० ८ (शुद्धार्ग अ-न्द वर्द्धक) — इसकी परीक्षा  
 क्या करें जिसमें एक बार खायावा इस पर मोहित हुआ, तिलासु  
 आतन्द्रायक, तिलासु शुान्धित जहाँ हो मदक आवे एक कावल  
 पर्याप्त है पृथक् स्त्री के आतन्द्र को क ई सीमा नहीं है मुख्य १)  
 कय्या तोटा ३ नार्श ३), नमूना १ मासों २)

तिला नं० ९ (आतन्द्रायक) — एत एत शीघ्र है, इसमें  
 को दितकर है सन्धे दर्श पा गे ३) भी एतदित करता  
 मुख्य ३२ गोली ०) कय्या, १६ ग गो १ नमूना ॥०)

तिला न० १० (उत्तेजक व स्तम्भक) — यह छेप न कियल  
 इच्छक है, लम्बाई और स्थूलता देता है वरंच स्तम्भक भी है, जो  
 लोग पन्धेज की औषधि खाना पसन्द नहीं करते उनक काम को  
 बहुत है, मूल्य १) रु० १ तोला नमूना १) है ॥

तिला न० ११ — आनन्ददायक है, और बहुत गुणकारी है,  
 रा प्रेम उत्पन्न करने का हेतु है आनन्ददायक तत्फोल द्रावण है,  
 य १), भाषा ॥)

तिला न० १२ तिलाइथी — यद्यपि प्रचण्ड है, परन्तु पदिल  
 दिन अपना बल दिखाता है, मूल्य २) चीथी इससे कम नहीं ॥

तिला न० १३ तिलायपित्त — उपर्युक्त गुण इस म भी है,  
 य २) चीथी इस से कम नहीं भेजा जाता ॥

स्त्रियों तथा बालकों सम्बन्धी किंचित

औषधिया ॥

पदरान्तक लोह — किसी प्रकार का प्रश्न हो, लाठ, पीठ  
 इस से दूर होता है । कटि पीडा, सीम रोग आदि को दिकर  
 गसिरा घन्ना को अधिकता, पीडा, बेकायदगी सब दूरकरता है,  
 ३२ गाली २), नमूना १)

शुद्ध (अके मुदिरे हैज) — शत्रुघ्न का काम होना,  
 आना, वेदना चहित आना, और तत्सम्बन्धी सर्व रोगो को  
 तके शत्रु को खोलता है, और बल प्रदान करता है । स्त्रियो  
 ए टालिक औषधि है मूल्य ४ भाँस २) नमूना १ भाँस ॥)

मृतुस्रावकवती (इषूय मुदिरैज — पाञ्च स्त्रियो के लिये  
वेय औषध का सेवन करना फलिय होता है, उन के बालों के  
गोलियाँ तैयार की गई हैं। यह आर्य के खोलने और पीड़ादि नाशने  
में प्रायः वैसा ही प्रभाव रखती हैं। मूल्य ३० गोली २) रु० मूमा ॥

मृतुस्रावक दृष्टि—मृतुस्रावक औषधियों के साथ दृष्टि  
दृष्टि भी वर्तमान से बहुत क्षायता मिलती है, राज शीघ्र प्रयाहित  
होता है। (मू० २) रु० मूमा १ है।

श्वेत प्रदरौपधि—स्त्रियो को जो श्वेत पानी जाता है, जिस  
को ह्यूकोरिया श्वेत प्रदर, जिरयासुलरदन, सेरानेरदुपतडना,  
मोनरोगादि भी कहते हैं। चाहे किसी प्रकार का और किसी रोगों  
की हो, इस से धाराम आजाता है। मू० २४ मात्रा २), बेमूमा  
८ मात्रा ॥) धाधारणपत्थाभो में २ मात्रा ही पर्याप्त है।

कुण्डलाष्ट छिन्नका मस—गुनमेय, श्वेत प्रदर, योनि के  
द्विफल है। पाञ्च स्त्रियो को विशेष समय पर पानी बहुत जाता है,  
किस के पा से विशेष रूप से द्विफल है ( छोटी दिग को भी निवारण,  
ठीक प्रकृत योनि के तुल्य करती है। मू० ३) रूपये तोडा (६ मात्रा १४),  
मूमा ३ मात्रा ॥)

गर्म स्त्रियो के लिये—गर्मिणी के लिये रोग, अर्ध, धाउ,  
मनीष, मोय, जो बलवाना, दमन मतिस्तार, उररुल, योनिदि  
को क्षाम करती है, गर्मिणी को कोई भी न्याय है, जो स्रुत  
होता है,। समस्त रहे कि गर्म की पजन के धारण अनुधाए को  
अति द्विफल है। मूल्य ३२ गोली २) रूपय,। मूमा ४ गोली ॥

मोर्तीपाक (माजुन र खरीद)—जिस स्त्रियो का गर्मिणी की

जाता है इन को जय गर्भ का प्वा लो तो उसी समय इस औषधि को आरम्भ करके प्रथम तो पूरे दिनों तक अन्यथा उस मास के अन्त तक जिस में गर्भ गिरता है, इस औषधि को खाना चाहिये, बफसीर है, न केवल गर्भ रक्षा करती है, अपितु ठाठक व प्रसूत को कई रोगों से सुरक्षित रखती है। मू० १ पाय १०) खया व

माया फल, या नियामत उजमा चरत्कारिक औषधि—यह एक विशिष्ट, संसार को अचम्भे में डालने वाली औषधि है। जय गर्भ होना तो दो मास के पश्चात् तीसरे मास जबकि मंग बनते हैं। इस की फेवल १ दिन ३ गोली दूध से खिला जाती हैं। अचिन्त्य प्रभाव से यह प्रसा करती है कि पुत्र हो उत्पन्न होता है। चाहे गर्भ के मोतर पुत्र हो या पुत्री। जिस के पुत्रिया ही उ पत्र होती हैं हम के बाले विशेष रूप से इश्वरीयदान है। इस के साथ यह प्रतिभा होती है, कि यदि कन्या उत्पन्न हो तो मुख्य वापस कर दिया जाएगा यह प्रतिभा इस लिये है कि नई बात होने से कई रोग विद्यमान नहीं करेंगे और १०) ध्यव करने से भिन्नछो है। मू० १०)

रक्त सन्धक—जब रक्त मासिक के इलाया आरी हो तो इस रक्त के तीन दिन के सेवन से बंद होगा, मात्रा ९ दिन को २)

प्रसूत रती—स्त्रियों के प्रसूत कोठ के प्यास कमी प्रसाव बानी से अथवा रोग आरम्भ हो जाता है, जिस से बहुत समय तक कष्ट उठाना पड़ता है यह गोदिया इस रोग को दूर करने के लिये बफसीर है, मूल्य ३२ गोली २) है, ममूना ४ गोली १, है ४

हिरटीरिया ( इन्वतिनाकुल रहम ) की दवाई—स्त्रियों के इस रोग को अनुभूत औषधि है, मूल्य ६४ गोली ४) नमूला १६ गोली १)



घठरा की औषधि, (ब्रह्मगुप्त २०) — कतिपय स्त्रियों के लिए  
 होकर मर जाती है। जिस को घठरा या सुखिया मसान करने है।  
 गर्भाधान से लेकर पूरे दिनों तक और कुछ मांस पकाने पर  
 गोखियों को सायम प्रातः खिलाया जाता है, और सुखिया की इतनी  
 पालक सीता रहता है। मुख्य (०० गोली १२) रूपों ॥

दायालायन — यह औषधि प्रसूत समय देने से श्री सुखिया  
 से बालक जनती है। एक कम यथापदवक जाता है। प्रसव के समय  
 होने वाले रोग दूर होते हैं। मुख्य (१५), समुना ॥

सुमनस ई — इस औषधि को कियल कटि पर बांधने से गर्भ  
 सुगमता से उत्पन्न होता है। मुख्य १ रूपों जो एक बार  
 पर्याप्त है ॥

नारी रोगारि उष्या — यह औषधि स्त्रियों के अनेक रोगों को  
 गुणकारी है, और बतला दलदायक दानिक है। जो स्त्रियाँ निर्या  
 दिनों दिन भोग दृष्टा नष्ट होती जायें प्रसूत के कारण कई रोगों  
 हैं, निर्यल हो, यह इषाह गुण करती है। मुख्य १० गोली १  
 १० गोली ॥), यह पक्क पातक प्रकृति स्त्रियों के लिए है ॥

नारी रोगारि जतु — इसके भी उपर्युक्त गुण हैं, और  
 मृत्ति स्त्रियों के लिये हैं। नामा ६ भाशा मुख्य ४० गुराफ  
 रूपों, समुना १० गुराफ ॥),

मन्था सुन्द — स्तनी को दलपने से बचाता है, और इसके  
 को प्रकृत मधुरता पर लाया और बतोर, बट्ट करता है, यह  
 लो के लिये दुस्तरदा दा जात है। मुख्य ४) समुना १)

गोद्वारी—जब कि पुण्य का दीर्घ ठोक हो, यह गोलियां स्त्री का ऋतु स्नान पश्चात् सिंहाई जाती हैं और एक ब्याई भीतर लकी जाती है। प्रथम तो प्रथम ही मास, अन्यथा अधिक से अधिक बोधे मास के भीतर इश्वर की कृपा से गर्भ स्थित हो जाता है। मूल्य इनो औषधियो का ४ मास फ पास्ते १, है ॥

पाल गोग चूर्या—बालको के प्राय रोग या अजीर्ण मठिसार, श्वर खांसी आदि को हितकर है। प्रायेक बालको वाले गृहमें रखना चाहिये। मूल्य ॥), नमूना ८)

पादकों के दन्ता रोग की औषधि—बालको के दन्तामयात् बसली रोग के वास्ते यह औषधि रसायन अर्थात् मठीय गुणकारी है। मूल्य १ ताला १) रुपये २ मासा १)

शिशुचक्र,—( अक्षरि वचनान्,—यह बालको के वास्ते टानिक औषधि है। मन्दाग्नि, क्षोद्यशक्ता, हरे पीले दस्तों का अनाश्वर, कृपा, कृशता, बालक का सुखते जाना, और रुद्धैय कृण रक्षा, विषाधिकता सब दूर होते हैं। मूल्य ६४ गोली १) नमूना ८ गोली ८)

पालग्रह ( मृगी ) की औषधि—यह रोग प्राय बालको को ही जाता है बड़ा दुष्ट रोग है इश्वर इससे रक्षा कर। प्राय बालक मर जाता है इस औषधि से प्राय १४ दिन में अराम आता है। मूल्य १५ गोली २)

फुला एलो—यह सूक्षिया मसान की विचित्र औषधि है। इस को वे बल कटि पर मजा जाता है, और बर्दा से महीन २ कृमि निकलते हैं वही रोग का कारण होते हैं। भीतर से सब कृमि निकल जाते हैं, यह बालक जो प्रति दिन सूख रहा था, हरियां ही हरियां

घठरा की औषधि, (प्रसूतपुत्र २०) — कठिण स्त्रिया के संतान होकर मर जाती है। जिस को घठरा-या सुस्त्रिया मसान कहते हैं। गर्भाधान से लेकर पूर दिनों तक और कुछ मास पश्चात् तक इन गोष्ठियों को सायम प्रात घिटाया जाता है, और ईश्वर की पूजा के बालक सीता रहता है। मूल्य ५०० गोली १०) रुपया ॥

दायालायक — यह औषधि प्रसूत समय देने से स्त्री सुगमता से बालक जनती है। रक्त कम पचावद्यक जाता है। प्रसव के पश्चात् होने वाले रोग दूर होते हैं। मूल्य १॥) नमूना ॥)

सुम्बजन ई — इस औषधि को केशळ कटि पर बांधने से बालक सुगमता से उत्पन्न होता है। मूल्य १ रुपया, जो एक बार की पर्याप्त है ॥

नारी रोगारि उष्ण — यह औषधि स्त्रियों के अनेक रोगों को गुणकारी है, और उनको दलदायक टानिक है। जो स्त्रियां तिबल हो दिनों दिन भोग इच्छा नष्ट होती आवे प्रसूत के कारण कहे हैं, कराबी हा, तिबल हो यह दवाई गुण करती है। मूल्य ४० गोली ३) नमूना १० गोली ॥), यह कफज घातज प्रकृति स्त्रियों के लिए है ॥

नारी रोगारि शत — इसके भी उपयुक्त गुण है, और स्त्रियों प्रकृति स्त्रियों के लिये है। मात्रा ६ माशा, मूल्य ४० चुराक, ३ रुपया नमूना १० चुराक ॥)

प्राण सुख — स्तना को ठलकने से बचाता है, और ठलके हुए स्तनों प्रकृति अवस्था पर लाता और बढोर बढु करता है, मरे स्तन स्त्री के लिये दुस्वार्थ हो जात हैं। मूल्य ४) नमूना १),

गोदर्रा—जब कि पुरुष का वीर्य ठोक हो वह गोलियां स्त्री को ऋतु स्नान पश्चात् खिटाई जाती है और एक इंचाई भीतर रक्खी जाती है । प्रथम तो प्रथम ही मास, अन्यथा अधिक से अधिक चौथे मास के भीतर इन्धर की छमा से गर्म स्थित हो जाता है । मुख्य दोनो औषधयो का ४ मास क वास्ते ५) है ॥

बाल रोग चूर्या—बालको के प्राय रोग या अजीर्ण मतिभार, इन्धर खांसी आदि को हितकर है । प्रायेक बालको बाले गृहमें रखना चाहिये । मुख्य ॥), नमूना ८)

बालको के दृष्टा रोग की औषधि—बालको के दृष्टादृष्टात् बसली रोग के वास्ते यह औषधि रसावन अर्थात् अतीव गुणकारी है । मुख्य १ त ला ५) रुपये २ मासा १)

शिशुरक्षक,—( अरसीर एचगान ,—यह बालको के वास्ते दानिक औषधि है । मम्दासि, कोष्ठवद्धता हरे पीले दस्तो का आना बर, हृया, पृथया, बालक का सुकते जाना, और सुक्षय रुग्ण रक्षा, विचारधकता सब दूर होते है । मुख्य ६४ गोली १) नमूना ८ गोली ८)

बालग्रह ( मृगी ) की औषधि—यह रोग प्राय बालको को हो जाता है बड़ा दुष्ट रोग है इन्धर इससे रक्षा कर । प्राय बालक मर जाता है इस औषधि से प्राय १४ दिन में अराम आता है । मुख्य १४ गोली २)

फूना रसो—यह सुखिया मसान की विशिष्ट औषधि है । इस को के बल कटि पर मला जाता है, और वहां से महीन २ छमि निकलते है वही रोग का कारण होते है । भीतर स सब छमि निकल जाते है, यह बालक को प्रति दिन सूध रहा या, दूरियां ही दूरिया

दिखाई देती थीं अथ प्रकुल्लिठ होना आरम्भ होता है । मूल्य का-  
वामो से १००) साधारण से ५) निर्धनो से १) खपया ॥

घातविरेचन—यथा के प्राय रोग कोट्ययता से आरम्भ होते  
हैं और यदि उचित कोमल ऐसी औषधि दी जाय जिस से कुछ  
सुख पूर्वक इस्त हो जाय, तो यही जहदी आराम पाता है, यह गालि-  
या एक दो माता के दूध के संग देने से एक दो इस्त बड़ी सुगन्ध  
हो जाते हैं । मूल्य ६४ गोली १), नमूना ८ गोली २)

काली खासी दूर—बालकों के वास्ते यह गोळियां बहुत सुख  
कारि हैं, छोटे दिनों में ही लाभ होता है, मूल्य १६ गोली १)

## उपदंश औषधिया ॥

उपदंश की औषधि—उपदंश कठिन रोग है । यदि उपदंश  
की छाया तो पीड़ियों तक पीछा नहीं छोड़ता । उपदंश नर तथा  
मादीन के भेद से दो प्रकार का होता है । नर में गहर घाव  
लिंग पर होते हैं । मादीन का विष रक्त में प्रविष्ट हो जाता है और  
शरीर फूट पड़ता है । इसका पहला घाव साधारण होता है इस  
तीन दर्जे होते हैं पहले दर्जे में घाव कबल लिंग पर होता है । दूसरे  
में शरीर पर फाळे हाग, साभ रंग की फुन्सियां और छोटे  
भादि निकलते हैं । तीसरे दर्जे में हड्डी तक प्रभाव चला जाता है  
बड़े २ घाव उद्वर्त होते हैं । उपदंश के वास्ते कई औषधियां  
होती हैं । साधारण रूप से यह है, अपनी अवस्थानुसार मंगाते, जो  
हमें पुस्तान्त प्राने पर स्वयम निश्चित करके भेज देते हैं—

उपदंश औषधि न० २—यह उपदंश के लोना दर्जे पर

मादीन के घाले हितकर । पैरुक उपर्दश के घाले भी हितकर है ।  
मूल्य ४) रुपया, अर्ध औपधि २ ) रुपया ॥

उपदश औपधि नं १३—उपदश नर तथा मादीन को १४  
दिन में आराम करती है । अष्वल दर्जे को अकसीर ३, दूसरे दर्जे में  
भी गुणकारी है । मूल्य ६० गोली ४) रु०, ३० गोली २) रुपया ॥

उपदश औपधि नं १४—इस से २० या अधिक से अधिक  
४० दिन के भीतर आराम आता है केवल एक घूटी है । दर्जा अष्वल  
में अद्वितीय है । मूल्य ४० गोली ४) रुपया, २० गोली २)

उपदश औपधि नं १५, ( घूम्रान )—यह टिकिया है,  
दिन में तीन बार चिठम में रख कर हुक्का की तरह पीने से उपदश  
नर, मादीन, प्रथमावस्था के घाव, चाहे कोसे ही गेहर हों, अच्छे हो  
जाते हैं । कण्ठमाला को भी हितकर है । आन्तरिक घाव किसी  
प्रकार का हो, इस के पान करने से अच्छा हो जाता है । तीक्ष्ण  
व्यर्थ है परन्तु अशुभ औपधि है । कोमल स्वभाव वालों को सेपन  
नहीं करनी चाहिये । आराम तीन दिन में ही आता है । मूल्य ०  
टिकिया २) रुपया ॥

उपदश औपधि नं १६, ( उपदश विरेचन )—जब कि  
रोग तीव्र हो चुका हो, या ऐसा दुसाध्य हो, कि आराम न आता  
हो तो पहिले जुलाय लेना उचित होता है । यह औपधि ३ माशा या  
अधिक से अधिक ६ माशा खिलाई जाती है । इस से उचितविरेचन  
होकर उपर्दश का घिप निकल जाता है । जिस को आसौज, कार्तिक  
या शैव फाल्गुन में उपर्दश के फूटने का मय हो यह षट्पु के आरम्भ  
में यह विरेचन लेले । मूल्य ६ माशा १) रुपया ॥

नोट.—महमें जो उपदेश में वर्ती जाती हैं वह हैं—सन्धि,  
मरम दारसिफना, रसकपूर मिश्रित या अलग, पारदभस्म, सुवामर,  
इत्यादि ॥

सारसारिष्ट मिश्रित—बहुत सी वैष्य औषधियों का संग्रह है  
उपदेश द्वितीय तृतीय वर्ज में हितकर है । फोड़ा फुन्सी दाग दाब  
दाद छुप्पादाग, ताम्र वर्ण घण्टा खुजली आदि को दूर करके शरीर  
को सुन्दर बना करता है । उन सब रोगों में जिनमें विलायती सारस  
रीला बर्ती जाता है वह अधिक गुणकारी प्रमाणित होगा । मधुमेह,  
प्रमेह का हितकर है । प्रमेह के पश्चात् जो कारवालाक मरकर फोड़ा  
( प्रमेह पिड़िका ) निकलते हैं, उनको भी हितकर है । वात रक्त  
मगन्दर की गुणकारी है । उत्तेजक और सुखदायक है । मूल्य १ दोहन  
२) उपदेश द्वितीय व तृतीय वर्ज में विशेष लाभदायक बनाने के लिये  
इसको मिश्रित किया जाता है । उपदेश का विष देठ जाने से अब  
कोई न कोई रोग होता रहता है फोड़ा फुन्सी आदि निकलते रहते  
हैं । तो इस को सेवन करना चाहिए । कण्ठमाला सन्धियात और  
उपदेश को भी हितकर है । मूल्य की शीशी ३ (बीन्स २) - स्वपा,  
ममूना (=)

## सोझाक की औषधिया

सोझाक में पहिले जलन व पोड़ा होतो है, नितान्त काए होता  
है दूसरे वर्ज में पीव आनी आरम्भ होती है, कुर्य होजाता है, उलत  
धीरे २ पद होजाती है, और केवल पीव जाती है, वा तार से  
निकलते हैं, इस से पद आये तो तीसरे वर्ज में सूखावरोध होजाता  
है, मूत्र की माली संवर्ण होजाती है, कभी २ मूत्र एक जाता है  
तीसरे वर्ज में पदुचा हुमा बड़ी कठिता से दूर हो सकेता है, और

शीघ्र हो जावे, तो जाता ही नहीं, सोजक के वास्ते भी बहुत सी औषधियाँ तैयार रहती हैं, व्यवस्थानुसार दी जाता है, साधारणतय निम्न लिखित हैं—

सोजक औषधि न० — प्रथम दर्जे में मफसीर का काम देती है, २४ घण्टे के भीतर जलन दूर होती है कष्ट कम हो जाता है दोढ़े दिनों में पूर्ण लाभ होता है यदि पीष भी हो और जलन भी साथ हो, तो इस को खाकर पहिले जलन दूर करने चाहिए ।  
मूल्य ४ धराम १) नमूना २)

सोजक औषधि न० २ — बड़े ही तज्जुबों के पश्चात् हमारा स्वयम् निर्माण कृत योग मफसीर सोजक व कुर्ह है, जो कि सोजक की प्रत्येक अवस्था में गुणकारी है दाह भी हो, दोमाँ मफ रूप हों, सब को मफसीर अशूक औषधि है, शुक्रमेणादि, को हितकर है, मूल्य ६० गोठी ४) नमूना १५ गोळा (७ दिन के वास्ते) १) जया

मफसीर दमा व कुर्ह — यह औषधि केवल कुर्ह अथात् पीष जाने पर दी जाती है, एक ही दिन के भीतर पीष दन्द होनी मारम्भ होती है इस के अतिरिक्त उपर्दश को सितकर है इस वास्त अब सोजक व उपर्दश एक साथ हो तब भी हितकर है, दमा खांसी आदि रोगों की दूर करती है मूल्य २), नमूना १)

सग ठोढ़ — पयरी कंकरी, मूत्राशय ग्रंथि के लिए मफसीर है मूल्य ६ माशा २) शोशी ३)

नोट — मस्मों में से सीप मस्म संगजराहसमस्म, जहरमोद्-  
रामस्म, फिटफरोमस्म, मोतोमस्म, और पारदादि हितकर हैं ॥



## बवासीर की औषधियाँ

यू तो बवासीर ६ प्रकार की होती है, परन्तु पहले  
भ्रंश हैं, रकार्श वा घातार्श कभी देखी जाती है, जो  
है साधारणतः निम्न लिखित औषधियाँ हैं —

अशोषधि न० ३—यह सूतो प चाही दना को हितकर  
और साधारणतय इस से थाराम आजाता है, मूल्य ४० गोली

अशोषधि न० ५—जब बवासीर के कारण घति कए  
दाहानि से रोगी व्याकुल ही, यह औषधि शक्ति देती है, जैसे ४  
पर पानी। मूल्य १) नमूना १)

अशोषधि न० ७—यह विशेष कर रकार्श को लाभ द  
है, ७ दिन के भीतर रक्त बन्द होता है, और २-३ सप्ताह में  
थाराम होता है। मूल्य ४० गोली २) रुपया नमूना १)

अशोषधि न० ६, ( अकसी बवासीर व शीघ्रपतन )  
यह औषधि बलवर्द्धक, शीघ्रपतन, स्पन्तशोष, शुद्धमेदादि को ल  
हायक है विशेषकर रकार्श के लिए, मूल्य ३० गोली ३), ६ गो  
१) रुपया ॥

अशोष कुठार रस—जब अशोष के साथ इसने कोष्ठबन्धता है  
कि कसी ठीक रहता ही न हो, तो पहिले एक विरचन देनी यह  
हितकर होती है, यह एक अशोष विरचन है, ज्युय रक्त दावे है, अ  
प्रथम दिन से ही बवासीर को थाराम माधूम होता है। मूल्य १  
गोली १) रुपया ॥

ग्नारसम्—यह रक्तार्श और रक्ततिसार को गुणकारी है गोली खाते ही अर्श रोग भाग जाते हैं अर्श या एक बटी वही से खाते ही रक्त पन्द्र हो जाता है अतिसार के पानो से रक्ततिसार दूर होते हैं, मुख्य १६ गोली १ नमूना ४ बटी ॥

नोट—इनके अतिरिक्त चन्द्रप्रभादशी अफसीर सं० ३३ अमी विलास रसादि वर्णन हो चुके हैं ॥

## प्लीहोदरौषधिया

मैलेरिया ज्वर अधिक देर रहने से तिल्ली बढ जाती है और मैलेरिया चिरफाल बढ पना रहता है फिर ज्वर हट जाने से भी तिल्ली धनी रहती है फभी उदर की अन्य सरासियों से तिल्ली बढती है, निम्न लिखित औषधिया प्राय देत है —

प्लीहोदरौषधि न० २—यह औषधि उस समय ही जाती है कि आमाशय निर्दल हो, तिल्ली साधारणत बढी हो क्षुधा कम खगती हो, मात्रा ६ गोली नित्य । २४० गोली २), नमूना १)

प्लीहोदरौषधि न० ३—शैथिल्य है, चेहर को शीघ्र लाल कर्ती है बल को बढाता है, अग्नि सन्दीपन है, मैलेरियो के पुरान कीदासु दूर होत हैं, सब प्रकार की तिल्ली दूर होती है, मात्रा ४ गोली, गुरुष ६ मात्रा ४) रुपया, १॥ मात्रा १) रुपया ॥

प्लीहोदरौषधि न० ५—जब कि प्लीहा के साथ कोएकदता हो, या तिल्लो बहुत ही पुरानी और बढी हुई हो, तो यह औषधि गुणदायक है, उपरोक्त किसी भी औषधि के खाते समय इस औषधि को जारी रक्खा जावे, रात्रि को सोते समय एक गोली



इस से प्रायः आराम आ जाता है वमन विरचन बन्द होकर बन्द हो जाता है। मूल्य १५ गोली १) खप्या सदैव पास रखो ॥

रेचक घटा ( गोला जुनाद )—यह गोलियां जुलाब के लिए अनुपम हैं एक दो गोली रात का सोते समय खान से प्रातः समय सुठ कर शौच हो जाता है, एक घंटा आता है कोई फल नहीं होता शरीर सुखमय हो जाता है। १०-१२ गोलियां खान से दस जुलाब सुठकर हो जाते हैं तीना दोके से बग को दूर करती है। मूल्य १०० गोली १), नमूना १२ गोली २)

आराम जान—जब बहुत कोष्ठक होता है तो उस सनाभा प्रकार के रोग उत्पन्न होवें हैं, और प्रायः व्याकुल होत हैं, यदि विरचन बंदी आवे, तो उस दिन विरचन हो जाता है, परन्तु अगले दिन आरमी कोष्ठकता बढ़ जाती है, और इस प्रकार यह क्रम बढ़ता जाता है यह गोलियां बहुत ही शौच विचार के पश्चात् तय्यार की गई हैं, इन से विरचन नहीं होता, फेपल शौच सुठ कर आता है और प्रति दिन खाने से अन्विया का बल बढ़कर सतत कोष्ठकता दूर हो जाती है, और दूसरे औषधियों की तरह आगामी कोष्ठकता बढ़ती नहीं है, एक और उत्तमता यह है, कि इस में एक औषधि बलयधक सम्मिलित की गई है जिस से यह कुछ रोगियों को जब कि उनके कोष्ठकता भी लाय हो, दूसरी किसी पौष्टिक औषधि के साथ २ बहुत गुणकारी होती है भावा एक या दो गोली गर्भ पानी या गर्भ दुध से, मूल्य ३२ गोली १) खप्या, १६ गोली ॥

गन्धार रस—कठिन स कठिन और रोग से जीर्ण अविचार, मरीच, संग्रहणी आदि थोड़े दिना में दूर। प्रायः एक ही भावा से अविचार मरोड़ादि को आराम आता है, विपूचिका के वमन विरचन

को धाराम होता है, अतिसार व मरोड़ के बाले पेसी हितकर मन्व  
औपधि ग होगी । मूल्य १), नमूना =)

शुद्धवटी—यह गोठियां सब प्रकार का उदरशूल यहाँ तक कि  
परिणाम शूल को भी हित कर हैं पर्ये में प्राय उदरशूल रोग हो  
जाया करता है, इन गोठियों का रक्षता बफला है । मूल्य ६० गोली  
१) ३० गोली ०) १५ गोली ।)

इयास बफला—हृदय की निर्बलता और घटपत के वास्ते  
अनुपम औपधि है, २८ दिन न धाराम जाता है । २८ दिन की मात्रा  
का मूल्य १) कथ्या नमूना ।=)

नोट—चाँदी मम्म, लम यदव कस्थ, गी हृदय क लिय परी  
हितकर है । मम्मों के घर्षण में देगो ॥

मण्डू वटिका—कामला श्लेष्मर्षता, पँह रोग यदव की  
निर्बलता के बाले रानमाण है, शुद्ध रक्त उत्पन्न होकर रंग बालहीता  
है वैद्यक की प्रसिद्ध औपधि है । मूल्य १५ गोली १) कथ्या ॥

रक्त भ्रमण्डू—अत्युत्त गुण है इसके अतिरिक्त शोध को दित-  
कर है । मूल्य १ तोला २), ३ मात्रा ॥)

शोध नाशक विरेचन—अप वि औष पाँच या पेटा है पर भी  
उस समय रसासमण्डू या अहतधरत को औपधि सेना की साथ  
हमके साथ यह विरचन रोपन धरमा बाधि, रात्रि को १-२ गोली  
यां थाने से प्रात सुदफर शोध होसा है, और शोध उत्तरसा जाता  
है । मूल्य ६४ गोली १ नमूना =)

## नेत्र रोग सम्बन्धी पेटन्ट औषधियां ॥

सुरमा न० १—यह सुरमा दैनिक सेवन के वास्ते है, नेत्रा को प्राय रोगों से सुरक्षित रखता है, दृष्टि स्थिर रखता है, और शीतलता प्रदान करता है । मूल्य १ तोला ॥) नमूना केषल १)

सुरमा न० २—नेत्र रोग तथा पानी आना घुन्घ मया फोला, आला, रुफरे, पड़वाळ भादि को दूर करता है । मूल्य १ ताळा ॥), नमूना १)॥

सुरमा न० ३—यह सुरमा फोला के वास्ते विशेष रूप से हितकर । घुन्घ, आला रुफरा भादि को बहुत शीघ्र दूर करता है । मूल्य ८) रुपये तोला, ६ माशा ४) नमूना १)

सुरमा न० ४—पड़वाळों के लिये विशेष रूप से हितकर है । पड़वाळों को उखाड़ २ कर उगाया जाता है, तो फिर नहीं उगते । मूल्य ४) रुपये तोला ६ माशा २), नमूना ३ माशा १)

सुरमा न० ५ भोविगादिन्द—इस से भोवियादिन्द, पाणि उठरती, पन्द होता है । प्राय २ मास में पूर्ण छाम होता है । मूल्य ८) रुपये तोला, ३ माशा २), नमूना १ माशा ॥५)

भोमसेनो कर्पूर—बैरुड का प्रसिद्ध योग है । नेत्र के सब रोगों को दूर करता है । दृष्टि, शोच, पीड़ा, गरमी, शब्द छुपनी, घुन्घ आला पानी रहना दृष्टार्थ रूप दूर होती हैं । अल्पक दर्शे एव दृष्टि शक्ति पर्यक है । इसके अतिरिक्त और बहुत से काम आता है । उते जक और बल पर्यक दि औषधियों में पढ़ती है । जचित तो यह है कि जहां किसी योग में कर्पूर लिखा हो वहां इसको डालें, तभी वह योग पूरा छाम देगा । मूल्य १५) रुपये तोला, ३ माशा ३॥), १ माशा १)

नुराञ्जन—यह सुरमा अत्यन्त दृष्टि शक्ति वर्धक है। विद्यार्थी फलदायि यदि इसका सेवन करे, तो कमी नैत्र निर्मल सक्षी, और न कमी पेनक की औषदयक होगी। दृष्टि क्षीणता के मामले इससे समान कोई औषधि न होगी। २ सप्ताह के सेवन के पश्चात् ही ऐसा प्राप्त होता है कि नई शक्ति आगई है। मूल्य २०) रुपये तोला, ३ माशा १) रुपये नमूना ६ रस्ती १।) रुपया ॥

कर्ण तैल—कर्ण रोग यथा दर्द, पीप, पाप, कानों में साप, आदि शब्द आना, ध्वषण शक्ति क्षीणता को हितकर है। मूल्य २ डराम १ रुपया, नमूना १।)

कर्ण पीड़ा नाशक—कर्ण पीड़ा के मामले यह कर्ण रोग औषधि अद्वितीय है। एक दो बून्दें भीतर खाते ही माराम आजाता है। मूल्य ४ डराम १) रुपया नमूना १ डराम ॥

बधिर नाशक—इसको कानों में डालते रहने से यदुराफन हो जाता है। यदि पीयादि मो आती हो तो पहले कर्ण तैल डालकर इसको दूर पर लेना चाहिए। मूल्य १ आंस २), नमूना २ डराम ॥

## नासा रोग सन्बन्धी पेटन्ट औषधियाँ ॥

अनुपम नस्य—यह निसोवर अद्वितीय है, जो छद्म पासरसने योग्य है। इस निस्यार के देते ही शिरवेदना, माया शोरो शब्द, कर्ण पीड़ा, नैत्रपोड़ा, प्रतियययादि दूर होते हैं, सुगी, सक्रियात तक को हितकर है। मूल्य १) तोला नमूना १।), इस से छीक कभी पाती है कभी नहीं आती ॥

मस्य छीक—इसके लेने से छीकें मूव जाती हैं। मूल्य १।)

जुफ, को दूर करती हैं शिर वेदन जो प्रतिश्याय पाकी शीप से ही  
बन्द होती है । मूल्य १ शीशी १ ममूना =)

मस्तिष्क कृमि नाशक मरुप—इस मिसहार के लेने से कृमि  
थोड़े दिना में गिर आते हैं । मूल्य ॥) की शीशी ॥

नकसीर की औषधि—घाहे कितनी देर से नकसीर आती हो,  
इसके कुछ दिन नाक में डालने से बन्द हो जाती है । मूल्य ॥)

कफके १ रस—इस के खाने से मजला जुफाम, कफज खात्री  
को तत्काल माराम आता है, जब मजला के जुफाम का वेग हो  
१-२ गोष्ठिया मर्क गाबजुवाम से बाले और कफज रोगों में  
सामक्ष्यक है ॥ मू य ३२ गालो १), नमना ८ गोली ।)

### दन्त रोग सम्बन्धी पेट्रन्ट औषधिया

मञ्जन न० १—दन्त रोगों यथा रक्त स्राव, पानी निकलना,  
पानी लगना दन्त पीटा मुख दुर्गन्ध, को हितकर है दाँतों को  
रक्षित करता है, मू य १) नगूना -)

मञ्जन न० २—विशेषकर दाँतों की सफाई के लिए बनाया  
गया है, इस के मलते रहने से दन्त म तिथी के समान घमकने लगते  
हैं, जिन् के टारटर (मल जम गया हो वइ उसे उतार कर मलते  
सर्वे त फिर न जमेगा मूल्य ) ममूना -)

मञ्जन न० ३ कग्नातिक—यइ मञ्जन अंगरेजों प्रकार का  
है रंग गुलाबी कारशालिक दूध पौडर है इन्त कृमि नाशक है,  
दाँतों को रक्षित करता है जो बिनायती मञ्जन को पसन्द करते हैं  
यइ इस को सेवन करें मूल्य ) ममूना -)

सने का पत्र — अमृतधारा लाहौर



नुराञ्जन—यह सुरमा अत्यन्त रुचि शक्ति वर्धक है। विद्यार्थी, फलफादि यदि इसका सेवन रक्खें तो कमी नैत्र निर्बल न होगा, और न कमी ऐमक की आवश्यकता होगी, यदि क्षीणता के वास्ते इसके समान कोई औषधि न होगी। २ सप्ताह के सेवन के पश्चात् ही इसका प्रभाव होता है कि नई शक्ति आगई है। मूल्य २०) रुपये तोला, ३ मासों १) रुपये, नमूना ६ रसी १।) रुपया ॥

कर्ण तैल—कर्ण रोग क्या दर्द पीष प्राय, कानों में सार २ आदि शब्द आना, ध्वन शक्ति हीनता को हितकर है। मूल्य २ हराम २) रुपया, नमूना १।)

कर्ण पीड़ा नाशक—कर्ण पीड़ा के वास्ते यह कर्ण रोग नाशक अद्वितीय है। एक दो बून्दें भीतर आते ही आराम आजाता है। मूल्य ४ हराम १) रुपया नमूना १ हराम ॥

शधिर नाशक—इसको कानों में डालते रहने से यह रोग नष्ट होता है। यदि पोषाधि मो जाती हो तो पहिले कर्ण तैल डाल कर उसको दूर कर लेना चाहिए। मूल्य १ औंस २), नमूना २ हराम ॥

### नासा रोग सन्वन्धी पेटन्ट औषधियाँ ॥

अनुपम नस्य—यह निखोर अद्वितीय है, जो सदैव पसरकर योग्य है। इस निखार के देते ही शिरवेदना भाया शीथी, शब्द स्वर्ण पीड़ा, नेत्रपोड़ा, प्रतिश्रययादि दूर होते हैं, मृगी, सन्निपात तक को हितकर है। मूल्य १) तोला नमूना १।), इस से छोक कमी पाती है, कमी नहीं आती ॥

नस्य छीद—इसके लेने से छोक नष्ट मानी है। मूल्य १) तोला

जुक, को दूर करती हैं शिर में उन जो प्रतिश्याव वाली शीय से ही  
बन्द होती है । मुख्य १ शीशी १, मसूमा =)

मस्तिष्क कृमि नाशक नस्य—इस तिसवार के छेने से कृमि  
थोड़े दिना में गिर जाते हैं । मुख्य ॥) फी जीशी ॥

नकसीर की औषधि—चाहे कितनी देर से नकसीर जाती हो,  
इसके कुछ दिन माक में डालने से बन्द हो जाती है । मुख्य ॥)

कफके १ रस—इस के खाने से नजला जुकाम कफज खांसी  
को तत्काल माराम खाता है, जब नजला क जुकाम का योग हो  
१-२ गोलीयां बर्फ गावजुवान से खाओ, और कफज रोगों से  
सामशायक है ॥ मूय ३२ गालो १), मसमा ८ गोली ।)

### दंत रोग सम्बन्धी पेट्रन्ट औषधिया

मञ्जन न० १—इन्त रोगों यथा रक्त स्राव, पानी निकलना,  
पाथी लगना इन्त पीडा, मुख दुर्गन्ध, को हितकर है, दाँतों को  
रबड़ करता है, मूय १) मसूमा -)

मञ्जन न० २—बिगोवकर दाँतों को सफाई के लिय बनाया  
गया है, इस के मलते रहने से दंत में तियों के समान समकमे लगते  
हैं जिन्के शारट्टर । मल कम गाय हो, बह वसे चतार कर मलते  
रहें त फिर न जमेगा मुख्य ) मसूमा -)

मञ्जन न० ३ क ग्वालिक—यह मञ्जन बंगरेजी प्रकार का  
है रंग गुलाबी कारशासिक दृश्य पीडर है इन्त ही नाशक है,  
दाँतों को स्वच्छ करता है जो बिलास्ती मञ्जन को बन्द करते हैं  
बह इस को सीवन करें मुख्य ) मसूमा -)

इसने का पत — अमृतधारा लाले



१-दीक्षा करस पीक ।

२-काथ दस ।

४-भारी विस्तिनकर ।

५-संसा आषाधि सरल करन

की मशीन ।

६-टिठिया बनाने की मशी

७-१०-११ सेर्पापासन की

मशीन ।

८-मानने की मशीन ।

९-सरल मशीन ।

१०-शीकनों ।

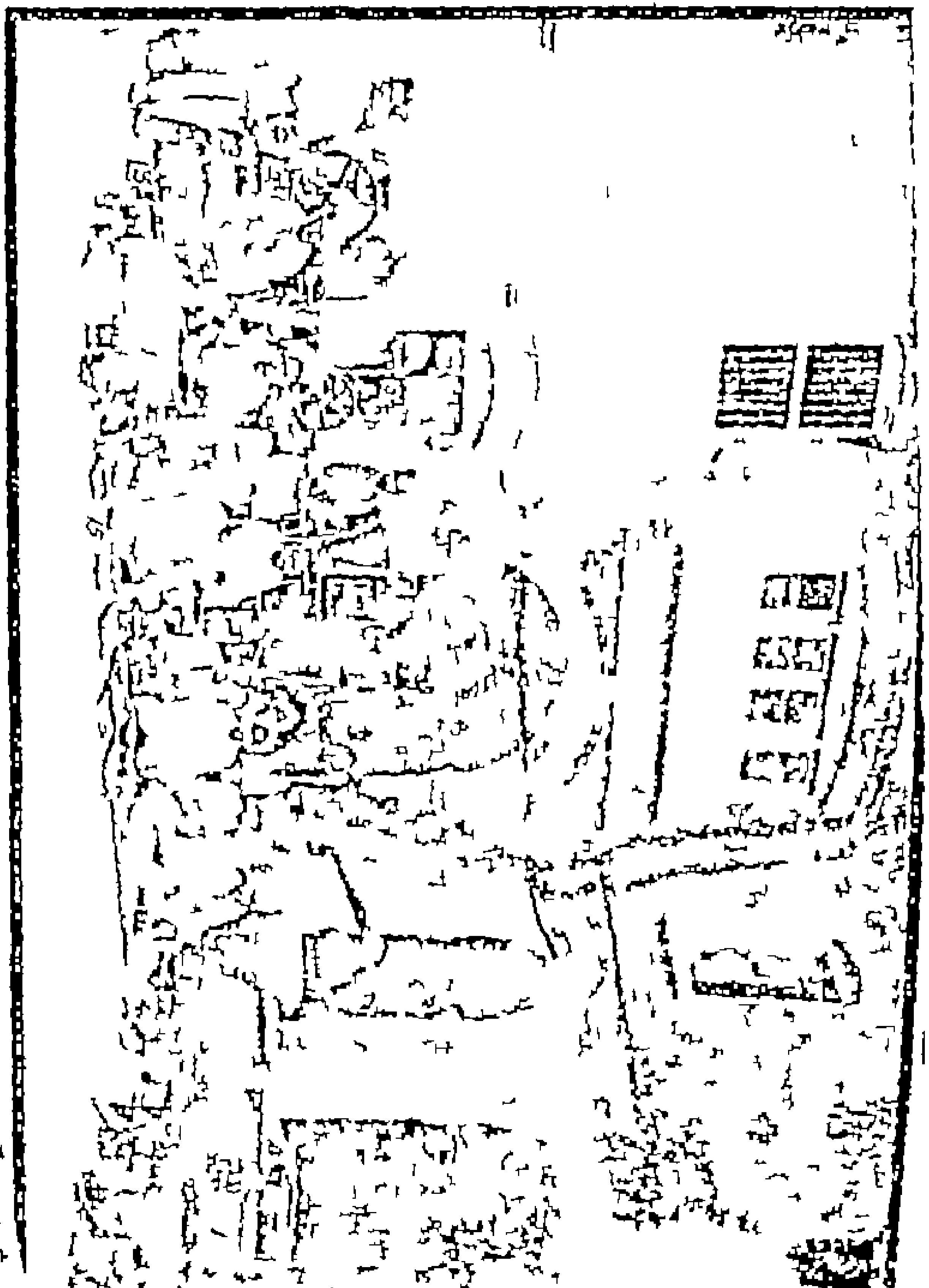
११-पाक सयारी ।

१२-२० संर आषाधि सरल

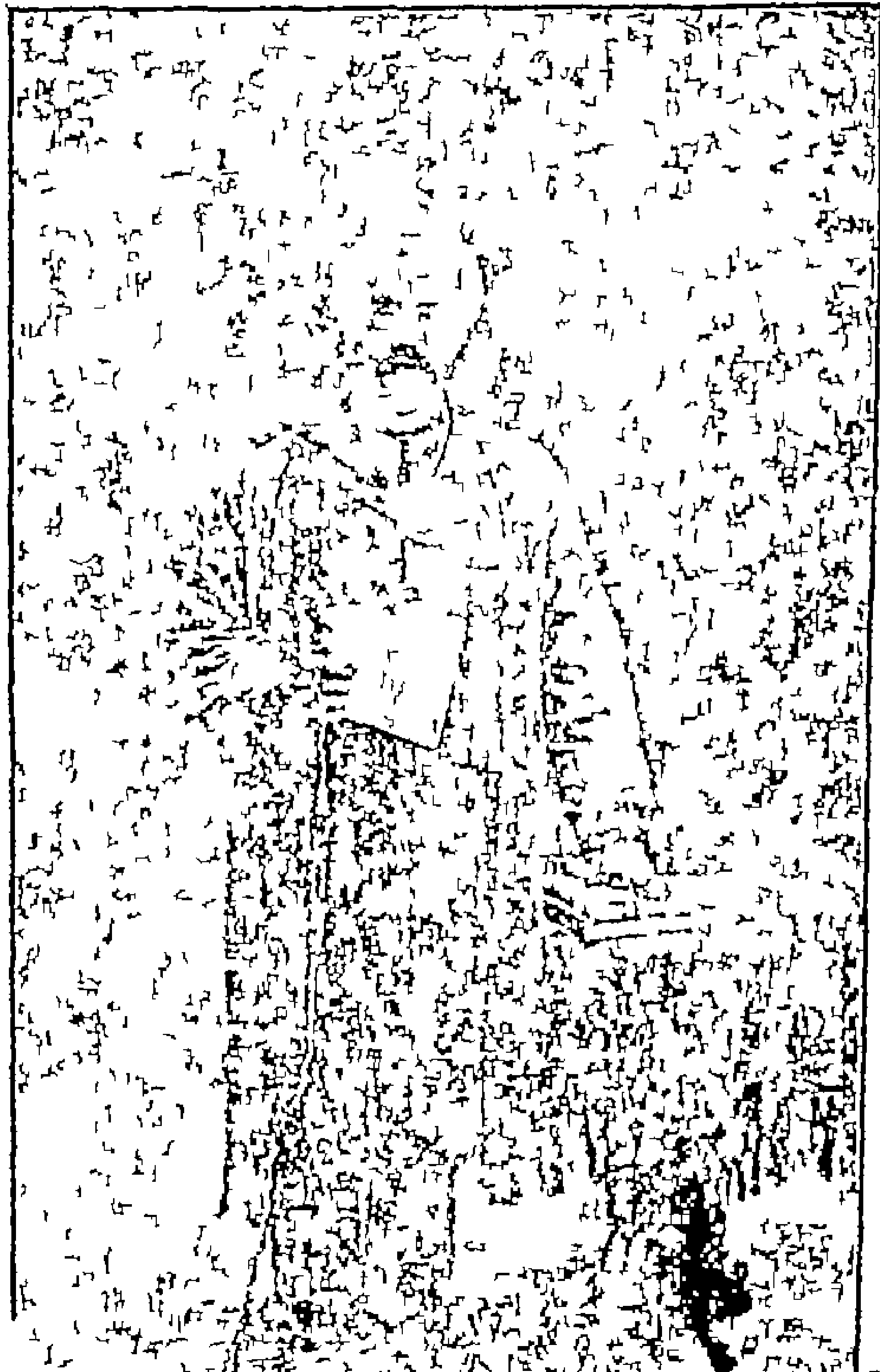
करने का मशीन ।

१५-गोखिया बनाने की

मशीन, सरल आधि ।



पं० ठाकुर दत्त शर्मा वैद्य, मालिक  
अमृतधारा औषधालय लहौर ॥



# हैम्यता ( जोफबाह )

पहिला अध्याय ।

नपुंसकता आज कल एक जगह व्यापी रोग है । और इसका कारण यह है कि हस्तमैथुन, जड़कों से व्यभिचार, यष्टुमैथुन आदि अत्याचार भी जगह व्यापी हो रहे हैं । डाक्टर फुलर ने इस को अच्छी तरह ध्यान किया है, वह कहते हैं, कि सारी दुनियाँ में यह रोग फैला हुआ है । यह पापों में सब से बड़ा पाप, और शूराह्यों में सब से बड़ी दुष्ट है । किसी वस्तु ने इतनी बीमारी और असह्यता नहीं फैलाई, जितनी कि इस भीष व्यसन ने । ग्रन्थ धृष्टि के भय से हम इस का स्पष्ट ध्यान नहीं कर सकते, केवल क्षुब्ध वयान अंकित करते हैं । और आशा करते हैं कि हमारे देश यन्त्रु इस के पाठ और अध्ययन से लाभ उठायेगे ॥

हस्त मैथुन—फारसी में इसी को लखफ कहते हैं । यह सब से बड़कर क्षयरदस्त फुल्दाहा है, जिसे मनुष्य अपने ही हाथों से अपने पापों पर भारते हैं । जिस को जीते जी मुरदा समना हो, जिस तन्दुरुस्त को रोगी बनना हो, जिन्हें स्वास्थ्य, सुन्दरता, साधयता, और नेशी को अपने भीतर से बूर करना हो, और रोगी, कुरूप, आलसी, कायर बनना हो, उन का यह मित्र है । अपने हाथों अपना सत्यानास करने का उदाहरण इस पर ठीक आता है । पों की निर्वहता, लई, रक्तवर्धि, मृगी, अघरग, मूछा, उम्पाद, पागलपन, आदि गुण रोग आकर उस का प्राणान्त करते हैं । आँसों की निवहता सुदमेध, स्वमशोप, शोषपतन, कटिपुल्ल चढ़का, हृषय व मेरि आदि की निवहता, श्वास, बवं गुरदद, यष्टुमैथुन, को मन्दाग्नि, प्रमेध, सुर्यदृष्टता, चेहरे पर घेरौनको आसपास

होते हैं। डाक्टर पाइनल एक चिकित्सक का ध्यान करते हैं, कि उस ने अपनी सारी निपुणता हस्तमैथुन के द्वारा नष्ट कर ली थी और अन्त में परलोक हो गया था ॥

डाक्टर एनीयर्ट ने एक बच्चे का वृत्तान्त लिखा है, कि यह बकरियां चराना करता था, स्वतन्त्रता के कारण यह दो वर्ष तक खूब हस्तमैथुन करती रहने लगे। जिस के कारण उस की कामवासना बहुत प्रबल हो गई थी। किञ्चित् कारण से भी उस की कामाग्नि प्रबल हो जाती थी, और यह विषय होती थी। इस का फिर और छाती भादि अङ्ग अङ्ग बहुत दुर्बल हो गए थे। अन्त में यहां तक नीपत पहुँची कि केषल पुरुष के देखने, अथवा उस के स्पर्श हो जाने से उस की मृत्ति मड़क उठती और स्पन्धित हो जाती। अन्त में हस्पताल धार गई परन्तु उस के घास्ते कुछ नहीं हो सका था, थापिस अपने घर भेज दी गई जहां पहुँचते ही थोड़ी देर पीछे मर गई ॥

हस्तकार अन्त में इतना दुर्बल हो जाता है कि याज्ञ, सुभय एक ही धार के भोग करने से मर जाता है। डाक्टर एन्डरास एक ऐसे मनुष्य का ध्यान करता है, कि जिस का एक धरया के घट में भोग के पीछे तुरन्त मूर्च्छा हो गई थी, और वह उसी दशा में हस्तसाध लीया गया था ॥

डाक्टर सैरस्स—एक ऐसे ही मनुष्य का ध्यान करता है जो हस्तमैथुन के साथ यदुमैथुन भी करता था। एक दिन यह धरया के घर में सारा दिन रात और सायम को मूर्च्छित धोगमा और तीसरे दिन मर गया ॥

डाक्टर गीबोट—(Giblot) एक १२ वर्ष का मनुष्य का जिक्र करता है जो इस युगे अक्सर के कारण पाभव हो गया। उस की इन्दी बहुत बड़ी थी और वह हर समय कामागुर रहता था ॥

स्मरण रखो कि यलवान अपने आप को घश में रख सकता है, परन्तु हस्तमैथुन कर्ता तुरन्त कामातुर हो जाता है ॥

डाक्टर डैसेल्यण्ड—(Deseland) ने एक लड़की का घशम किया है, जिसे छोटी आयु में ही हस्तमैथुन का व्यसन पड़ गया था। और अन्त में उस की रुचि इतनी बढ़ गई थी कि वह विषय छोड़कर बाजार में बैठ गई, और उस दशा में भी हस्तक्रिया को न छोड़ सकी, परिणाम यह हुआ, कि मृत्यु ने ही उस को इस व्यसन से छुटकारा दिया ॥

डाक्टर सैरुरियर—(Serrurier) एक मनुष्य का घशम करते हैं, कि हस्तमैथुन के कारण उस के शरीर में केवल हड्डियों का ढाँचा ही शेष रह गया था। आँखें अन्धर हो चलीं हुईं और लगभग अन्धी थी, हृदयपात्र, और दन्त निषेध थे, निदान यह इतना दुर्बल होगया कि खिन्न न सकता था। ६ मास तक इस दशा में रह कर मर गया ॥

डाक्टर टिस्सट—(Tissat) एक घड़ीताम का वृत्तान्त लिखते हैं, कि यह पहिले बहुत निपुण और स्वस्थ था। परन्तु १७ वर्ष की आयु में उस ने हस्तमैथुन आरम्भ किया, कोई दिन न छूटा था किन्ती २ दिन २, ३ बार तक कर बैठता था। निदान उस का मस्तिष्क (दिमाग) इतना निर्बल होगया, कि अब वह हस्तक्रिया करता तो पीछे मूर्च्छित होजाता। शिर पीछे की ओर खटक जाता भीषा फूँध आती। यह मूर्च्छा दशा दिनों दिन बढ़ती गई, परन्तु यह मूर्धे तब भी न रुमका, और उसकी काम उत्तेजना इतनी बढ़ गई, कि किञ्चित् छुने से भी धीर्य पात होजाता। स्त्री को देखते ही धीर्य निकल जाता, निदान यह ८ मं १२ वर्षों तक मूर्च्छित रहने



लगा । इस रोग में कुछ खा पी नहीं सका था । कटि में असह्य पीड़ा होती थी, दुर्बलता इतनी बढ़ गई थी, कि वह मुँह से सास भी नहीं निकाल सकता था । रग पीछा, काम काग के अयोग्य, मुँह से छार और नाक से खून बहता था, पेशिय भी आरम्भ होगई और प्रत्येक हस्त के साथ धीर्य भी टपकता था । श्वास लेना दुसर होगया, कहीं तक उस के दुःखों का ध्यान किया जाय, महा फट मोग कर और देखने, धारों को चित्ता देखकर मर गया ॥

डाक्टर जिमरमैन—( Gimmerman ) एक मनुष्य का जिस को पहले हस्तमैष्टन से भूगी का रोग हुआ, और पश्चात् मृत्यु आई ध्यान करते हैं । डाक्टर एक्टन ( Acton ) हस्तकार के लक्षण इस प्रकार लिखते हैं :—“ रग पीछा, दुर्बलता, और एक निर्बल कवर्ण्य रूप का होजाता है । मांस भीतर घंस जाती हैं, पुतकियाँ फैल जाती हैं, कायरता इस का आवश्यक फल है । हस्तकार दूसरे मनुष्य के साथ साथ तक नहीं मिल सकता । खोजामान, और एकमन्त्र प्रिय हो जाता है, यदि कोई वाचक अच्छी स्मरण शक्ति रखता हो, और फिर विस्मृति का रोग हो जाय तो जामखो कि वह हस्तकार होगया ॥

फिर यह सिखना है, कि इस दुर्बलता से नवयुवक बूढ़े, मुखपीत, सुस्त मूर्ख नपुंसक, कटि मुकी हुए, अर्धरग और गन्धामि वासे हो जाते हैं ॥

डाक्टर हाफमैन साहिय—का कारण है, कि हस्तकार का स्वप्नदोष, चित्त तथा कटि में पीड़ा, यदि य स्मरण शक्ति होनवा, आरिभक, शारीरिक, और मानसिक निवेष्टता, बुरे भयंकर स्वप्नों का आना, दिमागी चकर, कितनों को पागलपन, कितनों को गँठिया, कितनों को आमाशय और क्रांती की वेदना हो जाती है । धीर्य बिना इच्छा रहने लगता है । इन्द्रि निकम्मी हो जाती है, शीघ्रपतन, स्वप्न-प्रदोष और अन्त में मूर्खता नपुंसक ( 'मामर्द' ) बन जाता है ॥

**डाक्टर टिसोट—(Tisbot)** का कथन है, कि और बहुत सी खराबियों के सिद्ध एक यह बहुत बड़ी बरतती है कि मनुष्य की भांग के योग्य नहीं रहता, और बाजों को धैर्यता नहीं होती, अथवा अपूरा होती है, अथवा होकर शीघ्र ही मिट जाती है । धैर्यता होती ही, या खी के आदिगन आदि करते ही, या केषल विचारों के उत्पन्न होते ही वातु निकलना आरम्भ हो जाती है ॥

**डाक्टर समित्थ—**विषयता है, चर्च रोग ( तपदिक ) के एक प्रकार रोगियों में से प्रायः १८६ के रोग का कारण यह मैथुन था, १८६ रोगियों का कारण हस्तमैथुन था, २२० रोगियों का स्मशोप व शुक्रपतन था, अन्य और कारणों से रोगी थे । २२८ पागलों में २४ मनुष्य केषल हस्तमैथुन से पागल हुए थे । डाक्टर के पागलखाना के १६६ पागलों में ४२ केषल हस्तमैथुन से इस दुर्घटना को पहुँच था ॥

डाक्टर मिलर ( Miller ) ने अत्यन्त स्पष्ट रूप से हस्तमैथुन की बुराइयों का वर्णन किया है । जो इस साधारण पुस्तक में नहीं आसकती । अक्षिप्त लिखते हैं —

## लिंगेन्द्री की खराबियां ॥

अशुद्धकोय छटक आते हैं । बाज समय उन में पीड़ा होती है । लिंगेन्द्री में सरसराहट प्रतीत होती है । उत्तेजना कम, शीघ्रपतन, बिना आनन्द स्वप्नोप, प्रमेह, नपुंसकता हो जाती हैं । अक्षि सर्वथा नहीं होते । यदि कुछ होती भी है तो प्रविष्ट करते ही योग्य निश्चय कर लज्जा का सामना होता है ॥

**आमाशय की खराबीया—**कोष्ठवदता ( अपज ) सर्वेष होती है । कमी देखिय भी हो जाती है । स्मरण यह कि इस कोष्ठवदता का प्रधाज रेषक गोखियों से न करना चाहिये, यदि आप-

शकता हो तो मद्यमेदकयती भी दें, परन्तु अधिकतर व्यायाम करना और असह्य कारणा को दूर करना, और पुष्टी दायक औषधियां खाकर फलों का अधिक सेवन करना, इस का इलाज है ॥

**हस्तमैथुन**—से, सूत्रायय मसाना निर्बल होजाता है, मूत्र धार धार घाता है, स्तम्भन नहीं होता, शुर्बे के रोग या प्रमेह या मारु सिजीज ( bright-disease ) ( वेणव कम और घटीर पर शीघ्र मारम्भ होजाता है ) शुष्क कम होजाती है, पाण्डु, उदगार, पित्त की निर्बलता, धड़का, जखन और मन्दाग्नि, कमजोरी, दन्तदोष, यक्षिपक्षितरोग, वायुशूल, लुकाम, कुकपता, मांसों का मसल, उन्माद, निदान चर्ह होकर मर जाता है ॥

**पृष्टवश**—( शीङ की चर्ही ) क रोगः—मधी भाग में युव कृति में शुष्क, दागों की निर्बलता, प्रायः निचले भाग में भवरा हो जाता है । डाक्टर आदिय लिखते हैं, कि मृगी और मूर्खा के रोगी यहुवा हस्तकार हो हुमा करते हैं । एक बार एक यावत् को स्फुट में मृगी मारम्भ होगई । उस के माता पिता उस का कारण परिग्रम समझते थे, परन्तु मैंने श्याम रचना मारम्भ किया और उने पफुट और समझाया, किन्तु वह मूख इस दुष्कषण को त्याग न सहा, निदान पागल खाने में भेजा गया और वहा मर गया ॥

**मस्तिष्क विषार**—मस्तिष्क निर्बल, विच वा संमयुक्त रोग होमा, हर समय धुरी चिन्ताओं में प्रवृत्त रहना चिन्त का स्थिर होमा, मन को अपने घर में न रग्न रहना दृष्टि शक्ति, श्रवण शक्ति हीन, सब इन्द्रिया निर्बल, स्वर मद्धा, दूटा फूटा, फलों में शीघ्र स्वभाव चिड़ चिड़ा, शारीरिक और मानसिक दुर्बलता मर्गा रहती है । और फिर पुष्ट कामनाओं का धारण न जाता है । पाण्डु समय भागप्रधात कर लेता है । विद्याधियों को, जय मर्यस्त दुर्बल प्रसो की

उसका कारण बहुत परिभ्रम न समझो । बाजू खड़का को तो खड़का ही खोड़ना पड़ता है, लोग कहते हैं, इस ने बड़ा परिभ्रम किया है, किन्तु नहीं ॥

### पाठक गया ।

इस ने दूसरे ओर धी० ए० पास कर दिया है, अब पढ़ने की आवश्यकता ही क्या है, अस्तु कहा तक वर्णन किया जाय, इस्तमैयुन की इतनी सुराह्य है, कि उसके सविस्तर वर्णन के लिए एक बड़े पाठ की आवश्यकता है जो लिखा जा रहा है ॥

हमारे पास इसके बुरे परिणाम के इतने पत्र आते हैं, कि यदि उन सब का वर्णन किया जाय तो एक भारी ग्रन्थ ही जाय और मात्रक पढ़ने वाला एक रूपत्र को पढ़ कर हैयन हो जाय । साथ संसार इस बुरी क्रिया से न्याकुल है । एक बार एक नवयुवक को देखा कर तो मेरे रोंगटे खड़े होगए । एक रोगी की चिकित्सा के लिए मैं आखिरत गया हुआ था, वहाँ मैंने देखा कि वह २० कदम भी न चल सकता था, तुरन्त आस सड़ने लगता था, उसकी बुर्बलता इतनी बड़ी हुई थी कि बसुका जीमा आश्चर्य मालूम होता था । उस ने बताया कि ८ वर्ष की आयु से लेकर १७ वर्ष की आयु तक इतना इस्तमैयुन किया कि कई बार तो ३-४ बार दिन में किया करता था १५ वर्ष की आयु में विवाह हुआ १६ वर्ष की आयु में पञ्चाघात ( अचरंग ) हुआ, २२ साल की आयु में फिर अचरंग का अकर्मण्य हुआ, २३ साल की आयु में फिर दौरा हो गया, पञ्चाघात पेशिय आरम्भ हुई, २६ साल की आयु में घोर बड़का आरम्भ हुआ, और इस समय इस को श्वास रोग, यकृत की शक्ति, मन्थानि, पेट में साधेपम और बौभ, यकृतशूल, कटिशूल, हृकड़े की पिडली और शर्द, पिडुडियों में दर्द, पेट में दब, स्मरण शक्तिहीन, दुर्बलता इत्यादि

रोस थे, नक से गिन्न तक यह दुर्घेस था । और मरे देखने के थोड़े महीनों के पीछे उस का देहान्त हुआ । आज कल ऐसा समय आगया है, कि सैकड़ों पीछे ६६ इस दुर्घेसन के शिकार हैं, गिर क्यों म प्रत्येक जन धातु पुष्टि की औपधिया बूढता फिरे ॥

जडकों से प्राकृतिक नियम के विरुद्ध व्यभिचार करनेकी सी ऐसी ही हानिया हैं । प्रयुक्त इस से भी अधिक हैं इस लिए उसका पुनर्घरण नहीं किया गया । यह प्रकृति नियम वरुद्ध, निस्संदेह भारी पाप है ॥

—०—

## बहु मैथुन ।

हिन्दू शास्त्रों में लिखा है कि तरुणा पुरुष और स्त्री का जब विवाह हो, और स्त्री श्रुतुस्नाम से शुद्ध हो तो पुरुष केवल एक धार गर्भाधान करे । और गर्भ स्थित होने के पश्चात् जब तक वास्तव उत्पन्न होकर माता का दूध पीना न छोड़े तब तक दोनों भोग करने से बचे रहें । इस विधि से माता छद्म गर्भ में एक धार नौबत पहुँचती है । और यह तो हुई धर्मशास्त्र की आज्ञा । हमें अपने पाठकों को यह बर्खागोषर करना है कि कितने दिनों कर्प छे भोग किया जाय, किस में स्वार्थ्य में कोई फर्क न आवे । उपयुक्त नियम बहुत उत्तम हैं, परन्तु मनुष्यों की दशा आज कल बहुत गिरी हुई है ॥

यहुमैथुन—हमारे देश में इतना बढ़ गया है, कि, जिस का खरौन करमा असम्भव है । एक बार मैंने एक महाशय के पत्र को पढ़ कर बातों में संगधी बबार्, उस पत्र में लिखा था, "कि सात आठ सात तक मैं खगाठार ५ ६ रफा दैनिक भोग करता रहा" मैं सोचने लगा, कि इतना बख्शान पुरुष और सुराक स्नाम बाबा यदि किञ्चित् भी अपमि धाप को रोकता तो आज इस को मरे तक जाने

की क्या आवश्यकता पड़ती ? अपने बख से वह सत्कार का हेतुन करता ।

बहुमैथुन—ने भारतवासियों का सत्यागम कर दिया है । श्री के मासिक राजधर्म के दिनों में, या धीमास के दिनों में, घरवालों से मुंह काटा करने के भार प्रायः राजस्वजा की भी पम्पाह नहीं करते । यह २ शुद्धाचारों का बलाने वाले उपदेशक महाशय व दूसरी श्री की ओर दृष्टि भी न करन वाले अपने घर में बहुमैथुन से नहीं रुकते ॥

\* एक डाक्टर साहय लिखते हैं—शोक । कि कितने विधाहित जोड़े हैं जिसका स्वास्थ्य भोग के नियमों का मनुष्य से उपाह और बरबाद हो चुका है । बिना किंचि सोचने के यह क्या कर रहे हैं ?

यह असाधवा नी स अपनी रुचियों की यागदोर डीखी छोड़ देते हैं, और पागलपन से दुःख और शोक की ओर जाते हैं ॥

बाज लोग इन मूर्खता के कारण बहुमैथुन करते हैं, कि कहीं श्री यह न समझ ले कि इस में बख नहीं है । मूर्ख यह नहीं जानते कि जब बहुमैथुन के कारण नार्मई हो जायेंगे तो उस समय रुग्ण ही इच्छा पूरी न कर सकेंगे, फिर क्या होगा । यहाँ यह लिखना आवश्यक मान्य होता है कि श्री बहुमैथुन से कहीं प्रसन्न नहीं होती है । बहुमैथुन से व घृणा काती है । पूरा स्थावित होता १७ के लिए अत्यन्त आनन्द का हेतु है और दैनिक को श्री स्थावित होती नहीं, यदि ही तो घाटे काख में मुग्धा होजायें । १५ दिन पीछे एक बार प्रसन्न करे व से को दैनिक ४ बार अपना आप गवाने वाले की अपेक्षा अधिक प्रसन्न करती है ॥

शरीर का सार धीर्य है । रुजिर की सै बृद्ध के बराबर वार्थ की एक बृद्ध होती है । यह पता प्रमोद रत्न है कि इन में यरीर

बतपन्न होता है। इस को 'वरबाह फरना' किसी सूखेता का काम है। रिसाखा धीर्य कीपर (॥८) में हमारे यहाँ से मंगाकर पढ़ें। डाक्टर कारपेन्टर (Carpenter) साहब बिसते हैं, कि बहुमैथुन से पढ़ों की किया बार २ घने से स्वास्थ्य को हानि पहुंचाने वाले इतु बतपन्न होते हैं ॥

डाक्टर एक्टन (Acton) साहब न बख्की तरह बिसाया है, कि मैथुन का प्रभाव बघदय पढ़ों के द्वारा मस्तिष्क तक पहुंचता है। और दुर्बल जन प्राय इस माघात से मर भी जाते हैं। लेकिन ! कि सखा (सखाय) स्खलित होने क पछात एक ओर को मिर पढ़ता है। मैथुन से बख मद्य होता है, और पढ़ों को 'माघात' पहुंचता है, पारीरिक और मोरिभक बेज तथा मोज निकड आते हैं। तब माघात समक सकते हैं कि बहुमैथुन कितना हानिकारक होता है ॥

### बहुमैथुन की कहानिया ।

डाक्टर एक्टन साहब बिसते हैं, कि जीवन दायक रत्न का बचिकता से निकलते रहना और प्रमद से उरपन्न हुए पढ़ों के जीव का बार - होना बहुत ही हानिकारक है। प्राय नियम से रहने वाले स्त्री पुरुष भी विवाह होते ही दैनिक मैथुन आरम्भ कर देते हैं, और उस समय तक करते रहते हैं, जब तक कि रीमारी उर्धे बियर नहीं कर देती। यह इबाज कटवाते हैं, पैरि उन के साधारण रोग का इबाज करता है, बहुमैथुन के विषय में एक प्रभ भी नहीं पूछता, और न ही बसे रहने की भाषा करता है। निदान मग्नाप्रि, पढ़ों की निर्बलता, प्रादि रोगों से उस को आराम नहीं आता है। यदि रोगी किसी ऐसे डाक्टर के पास जावे जो कि उस को बता दे कि यह समस्त रोग बहुमैथुन के कारण है, तो यह बिसिस्त होता है। बख धान पुरुष का पढ़िसे पहल बड़ी मारी मरानी नहीं होती और इस बख समझने हैं कि इस से कोई हानि न होगी, परन्तु जीमः

नहीं तो कुछ देर में उस को इस का सख्त अवश्य भुगतना पड़ता है।  
बाज योगों का कारण हम लोगों को मासूम न होता था, अब निश्चय  
हो गया है कि उन योगों का कारण बहुमैयुन है।

अरस्तू ने एक बार सिकन्दर को खिला था, “ कि काम इसे-  
जना के घपीभूत न हो, यह प्रकृति सुकर की है ” ॥

मुफर्रह उलकलूब ( यूनानी पुस्तक ) में लिखा है, बहुमैयुन सब  
से अधिक हानिकारक है, और बहुमोग से यह पराधिया उत्पन्न  
होती है:—पेटों की निर्वक्षता दृष्टि शक्ति की हीनता, प्रमेह स्वप्नदोष,  
शीघ्रपतन, पीठ में दर्द, बडका मस्तिष्क की निर्वक्षता, यकृतशूष  
अजीर्ण, परीर का दुर्बल होना, व्याकुलता, सन्तान का न होना या  
दुबल होना, वातु का पानी के सहरय पतला होना, कुरुपता, चेहरे  
पर झुर्रांपन, नेत्रों में अयोमा, और प्रत्येक काम से जी रकताना,  
किसी से बात करने को जी न चाहना, आँखों से पानी जाना, दर्द  
धिर निरस्तर, नज्रबा, जुकाम मूत्राणय की निवक्षता, ग्रामायय की  
निर्वक्षता, हृकद्रे की निर्वक्षता, यकृत की निर्वक्षता, हृदय की निर्वक्षता  
और स्मरण शक्ति की हीनता इत्यादि २ ॥

किसी ने सत्य कहा है:— ‘घातु शक्ति है, शक्ति ही अविम है,  
शक्ति ही तख्यादि है, शक्ति की कमी बुढापा है, और शक्ति का ही  
नाश मृत्यु है’ ॥

डाक्टर फुद साहिब का कथन है —“कि बहुमैयुन स्त्री को  
कम और पुरुष को अधिक हानि पहुँचाता है। क्यों कि पुरुष के  
बहुमैयुन में स्त्री भाग नहीं लिया, करती। एक और डाक्टर साहिब  
बिबते हैं कि बहुमैयुन से ऐसे पुरे फल पैदा होते हैं जिससे स्त्री  
और पुरुष दोनों का नाश होजाता है। स्त्री पुरुष इसके ह्यान में कि  
असारिक सुकों को अयमोग करके पूरी वायु को पहचने, योड़ी



प्रायु में ही संसार से बच बसते हैं। यह बात अधिक ध्यायवासी मुदताम नहीं है ॥

## कितने समय पश्चात् भोग करना चाहिये ॥

अब इस स्थान पर आवश्यक प्रतीत होता है, कि बहुमेषुन और उचित मेषुन की कोई सीमा नियत की जाय, जिससे मनुष्य उचित सीमा के अन्दर रहकर बहुमेषुन से बच सके। वैद्यक चिकित्सा ग्रन्थों में लिखा है, कि स्वस्थ और बलवान् पुरुष को प्रति चौब दिन मेषुन करना चाहिये, लेकिन मोक्षार्थ के वा माहिर्मा में हर पन्द्रहवें दिन इस क्रिया को करना उचित है। अब इस सिद्धान्त पर अच्छी तरह धियार करना चाहिये कि यह भाषा युवा वन्दुरस्त और बलिष्ठ ब्राह्मी के वास्ते है। मानो युवा, वे भी युवा स्वस्थ से भी स्वस्थ, एह स भी एह, ब्राह्मी को अपना जीवन और स्वास्थ्य स्थिर रखने के वास्ते इन नियमों का पालन करना चाहिये। एवं महाशयो ! जरा सोचने की बात है कि सप्ताह में दो बार जब स्वस्थ और बलवान् के वास्ते भाषा है, तो दुर्बल इस्तकार और भावकष के रोगियों के वास्ते दैनिक करना कितना हानिकारक है ! और क्या ऐसे मनुष्यों को कोई भी औषधि लाभ पहुंचा सकती है ? कदापि नहीं ! चाहे वह किसी उत्तम स उत्तम औषधि चाहे कोई धाम न होगा। शोक ! सामर्थ्य तो ऐसी ही कि बिना स्तम्भन यदिका आए मनोष पूरा न कर सके, परन्तु मेषुन प्रति दिन एक बार से अधिक करने से भी धास न माई। मुझ इसी भाषा करती है, जब कि प्रायः भीमान् लिखा करते हैं, कि एक बार तो सम्भोग होजाता है, परन्तु दूसरी बार उत्तेजना नहीं होती। शोक है ऐसे मनुष्यों पर। आखीर न मे एक स्थान पर लिखा है, कि छः मास के पश्चात् मेषुन करना चाहिये। इमधीयता से

यसे एक मनुष्य ने पूछा कि स्त्री भोग कितने दिना पश्चात् करमा चाहिये? उसने उत्तर दिया कि एक वर्ष के पश्चात् । उसने कहा जो एक सात न रह सक, आपने फरमाया, छै' मास के पीछे करे । उसने फिर पूछा कि जो छै मास भी न रह सके, आपने कहा तीसरे महीने करे । उसने कहा जो इतना न रक सके, कहा कि हर मास में एक बार मैथुन करे । युवक को शक्ति न हुई और कहा जो इतना भी सम्हाप न कर सके फरमाया कि हर सप्ताह सुद क्षमा करे । युवक ने इस पर भी पूछा कि जो इतनी देर भी न रक सक? आप ने कहा चौथे दिन भोग करे । युवक ने फिर भी घड़ी प्रश्न किया जिस पर ( ग्रेसठरईन वूमर्षिसेमा ) ने फरमाया कि जो इसका जी चाहे करे परन्तु कफन भी तैय्यार रखे ॥

सात्पर्य्य यह है कि वैमिक भोग करने वाले की मृत्यु साय २ रइतां है न जाने कय मद्यण करछे । वूमर्षी सेना ने बड़े बखवान् पुरुष के लिये चौथे दिन की प्राप्ता की है ॥

## फिर साहिवो ?

। आज कल के पुरुष हीन, धातु क्षीण रोगियों को क्या साह तक भी करना चाहिये । डाक्टर साहिब लिखते हैं कि दैनिक भोग बखवान् से बखवान् मनुष्य के धास्ते जो आज तक हुए हैं पटुत है । वेमे मनुष्य भी हैं जो बर्षों तक इस क्रिया को अपनी शक्ति में बिना किसी विशेष ध्यानार्थ कमी के कर सकत हैं परन्तु एक समय धा आता है, कि वह निबल होन आरम्भ हाते हैं । सप्ताह में दो बार] बहुत से मनुष्यों के धास्ते बहुमैथुन है । सप्ताह में एक बार प्रत्येता सीमा बख कहा जा सकता है । और केवल स्वस्य मनुष्य २५ साह भी आयु से ४० साह की आयु तक इसके अनुसार कर सके हैं ॥

२१ वर्ष तक सर्पया मैथुन न करना चाहिये, २१ से २५ के मीटर यदि आयुपरकता हो तो दसवें या पन्द्रहवें से अधिक न करना चाहिये। जितनी अधिकता की जायेगी उतना ही घब कम होगा, जायगा। यदि सुनाये तक मीरोग रहना चाहते हो, तो सम्पूर्ण में धीरे को नष्ट न करना चाहिये ॥

डाक्टर ऐपटन ( action ) साक्षिब बिल्लते हैं, कि यदि कोई पूछे कि मैथुन में अधिकता क्या है ? तो मैं उत्तर दूंगा कि जो और कामों में अधिकता है। अधिकता यह है जिससे स्वास्थ्य को हानि पहुंचती है। मेरे तजुर्वे में परिष्करी मानसिक काम करने वाले विवाहित पुरुष, किश्चित हो ऐसे होंगे जो कि सप्ताह में एक बार से अधिक इस काम में प्रवृत्त हो सके हैं। एट और स्वरय मनुष्यों के लिए यह नियम है ॥

डाक्टर ट्राल ( trail ) साक्षि ने बही नियम बिल्लते हैं, जो कि हिन्दू शास्त्रों में बंकिठ हैं। और वह यह भी बिल्लते हैं, कि जो काम वासनाओं में संसे हुए हैं यह इन नियमों का पाबन नहीं कर सके। और जो लोग नियमानुसार जीवन व्यतीत करते हैं, जिन का सिद्धांत है, कि जीने के लिए कामो, न कि जाने के लिए जिम्मी, व्यायाम करते हैं, स्वास्थ्य सम्बन्धी नियमों का पाबन करते हैं, पारीरिक स्वास्थ्य का उन्हें पूरा ध्यान होता है, तो वह माय यह काम भी नियमानुसार करते हैं। जो दुर्बल होते हैं, कोई काम नियमानुसार नहीं करते, और स्वास्थ्य जिनकी दृष्टि में कुछ नहीं, भाहार, वस्त्र, नियमित, व्यायाम का जितने ध्यान नहीं, वह सदैव शुभ मैथुन किया करते हैं। इसके अतिरिक्त जो लोग इस काम पर धन रहते हैं, उनके वास्ते कोई नियम नहीं है। एजाओं मम्बाओं का कोई दिन खासी नहीं जाता है, परन्तु इनका ध्यान इसी ओर होता है, और वह एजाओं रूप वस्त्र धारण करने के लिये बर्ब करते रहते इस पर भी वह बड़ी मायु में श्री के बोग्द नहीं रहते ॥

डाक्टर द्राघ साहिव का कथन है कि, मेरा यह विश्वास है, कि जिस ही ऐसे क्षणों जो सप्ताह में एक बार बिना स्वास्थ्य की सहायी और जवानी में बुढ़ापा खाने से कर सकते हैं ॥

मुफर्रहउल्कलूब में लिखा है, कि पित्त, कफ प्रकृति वाले काम में अधिक प्रवृत्त हुआ करते हैं, और भैयुन से कम हानि पाते हैं। परन्तु घातज प्रकृति वाले उनसे कम भार कफज व घातज प्रकृति वाले इस क्रिया में असमर्थ होते हैं ॥

### मैथुनाधिक्य के लक्षण

डाक्टर विलेमस ( Llamond ) साहिव के वचन विशेष माननीय हैं। अर्थात् जिस भोग के पश्चात् आनन्द भावे, शरीर में स्फूर्ति और नूतन शक्ति प्राप्त हो, शरीर अधिक फुरतीला और काम करने के योग्य हो, जबकि व्यायाम या मानसिक काम की अधिक शक्ति, शिरोन्द्रिय में थोड़ी बेर पछि शक्ति और उत्तेजना अनुभव हो, तो हमें समझना चाहिये कि सम्भोग स्वास्थ्य के नियमानुसार हुआ है। यदि भोग क्रिया के पीछे थकान, पेट का भारीपन, अनुभव हो तो जान लेना चाहिये कि उचित सीमा उल्लंघन की गई ॥

क्यों साहिव ! छाती पर हाथ रख कर बताओ जो सही, कि कमी तुमने इस नियम की पालना की है, फिर तुम्हें सवा औपचारिकों की आवश्यकता न रहे तो क्या हो ?

दूसरा नियम—अधिकता जानने का यह भी है कि जब तक सच्ची राखि न हो सम्भोग न करें। सच्ची राखि यह है, जो बिना कस साथ हसे भोले बिना किस्सा कहानियों क सुनने, बिना दृष्टि में ऐसे विचारों को छाए, अपने आप उत्पन्न हो और मनुष्य को भैयुन की ओर प्रेरित करे ॥

हमरा यह रहे कि थोड़ी सी थकावट और सुस्ती जो थोड़ी देर के वास्ते जान पड़ती है उस से धिपसाही (माचिकता) आदि नहीं होती, कमजोरी ज्यादा, सुस्ती, एहसासी माचिकता प्रगट करती है। जब कि मास के पीछे फिर में दब जाने लगे, तो यह वास्तविक दुर्बलता का लक्षण है। इन नियमों पर ध्यान देने और सोचने विचारने से पता होगा, कि प्रति सैकड़ा ६६ मनुष्य बीघर सीमा से बढ़ कर फरन के कात्या केमे २ रोगों से फल रह रहे। आज सब के निर्घणों के बिप फर्द महीनों के पश्चात् नियमानुसार कहा जासका है। हम जानते हैं कि धिपसी रोग तरह २ के कष्ट घटाते हुए भी इतनी देर समतोप न कर संकेते, परन्तु यह उन की इच्छा है कि स्वास्थ्य और मानस की ओर पग धरे, मध्या रोग और दुःख की ओर। धिपसी पुरुषों के वास्ते ओ फिली की नहीं सुना करते इतना और निघदन कर देते हैं कि यदि हमारी सम्मति को नहीं मानते तो परमेश्वर के बिप इतना ही अवश्य करें, की महीने में एक दो बार, और माचिक से माचिक चार बार से कभी न घरे अन्यथा रोग ही हाथ मछ २ कर रोगा पड़ेगा, और निघय जाना कि धिपसि धिपसि माने वासा है, जब कि तुम धिप में एक बार भी नहीं कष्ट सकोगे, नपुंसक फइलाभोगे, या ऐसे कठिन रोगपतन रोग में परत होगे कि धिप-छात्रा ही पदस पड़ा करेगी। इस समय तुम्हारा जीघने बोक प्रतीस होगा काय। की हमारी विद्या को पढ़ने ही मान जाओ ॥

## कलैव्यता के अन्य कारण ॥

इसमेंपुन, अनुचित व्यवहार व मैपुनाचिक्य ही धीर्य सम्पत्ती नहीं सर्व रोगों के विशेष कारण हैं जिसका पणान हा चुका है। जो धार मोद और आवश्यक है जो अकित किये आते हैं ॥

सबिस्तर ध्यान करने की हम यहा आपसककर नहीं

संकेत माघ लिखते हैं, बहु मैथुन से भी जो निर्बलता होती है वह भी प्राण शक्ति, रक्त, और घात के कम होने से होता है और यही तीन वस्तुयें उच्छेजना के घास्ते आवश्यक हैं। प्राण शक्ति सूक्ष्म है, आनन्द प्रदान करती है, रुधिर के कारण कठोरता इस में आती है, और घात से फैलावट होती है ॥

प्राण शक्ति तीन प्रकार की—हार्दिक, मस्तिष्कीय, और यकृतिय ॥

हार्दिक शक्ति से मैथुन में आनन्द आता है ॥

मस्तिष्क की शक्ति से स्त्री पुरुष के अनेन्द्रियों के मिश्रण से आनन्द होता है ॥

यकृत शक्ति मैथुन की ओर प्रेरित करती है ॥

इन ३ की निर्बलताओं से उनकी जीवन शक्ति में निर्बलता आनाही है। और रुधिर की कमी से जो ह्युष्यता होती है उस में कठोरता नहीं आती है। और यह अधिकतर यकृत की निर्बलता के कारण से होता है ॥

घात क्षय की ह्युष्यता में फैलावट मज्जी मांति नहीं होता उस समय घातक्ष औपधिया व पदाय दिए जाते हैं परन्तु इस प्रकारका रोग हमने कम देखा है। धीम्य के अधिक निकलने और उसके स्रोत हो जान से प्राण ह्युष्यता होती है। यही तो शरीर का सुय है और इस क न होने से शरीर के समस्त अघयष भी निबल हो जाते हैं और तब प्राण रक्त घात भी हाता बना इन क यह कर ही फ्या सकता है इस घास्ते बहुत काले ध्यान रक्ना च दिए कि धीम्य जब कम हो, पतला हो, या दुबिल हो तो पहले उस की ओर ध्यान दिया जाय ॥

इस क्रिया से यदि नसें व पड़े ऐसे सुस्त हो गए ह, कि उन पर वैद्यु की गति का कुछ प्रभाव नहीं होता है तो भी उच्छेजना

समग्रमय है, वस शमय उपपुष्ट नारणों का शोक काक वा शी-  
थि के साथ २ कर्त तिसा य धेवादि की मालिय में हम मण्डे  
पुर्वी को रङ्ग करना खादिये ताकि यह मयमा ममाय दीया अय  
पहुचा कर पूर्ण यति का हेतु दग सब ३

## सब से बुरी प्रकार की नपुंसकता

यह है जो कि मम से उत्पन्न होती है। मय रसा गुणा, कर्तु-  
मानि सम्पूर्ण सब मय कर देते हैं। यह विचार कि मैं शरबे मरी  
हा सकुणा में निवृत्त हूँ, मनुसक वनक के विष पर्यन्त है। इन  
ऊपर २ से मय कहते हैं। कि मैं बचता हूँ, अपरस्व हूँ परन्तु  
योदा भाग्यदिव विरपास हा जाय कि शुभ शुक्ल नहीं कर सकते हो,  
किर छोड़े अछा बत भी हा परन्तु शुभ शुक्ल नहीं कर सकते। मय  
का पक्ति नहीं बचता है, इसका इयान किती भीपाधि से नहीं हो  
सकता, इसके वरसे और उपाय करके पढ़ते हैं। कई छात्रों के मय  
इसका ज्ञान है, कि हम पर तो सब शुक्ल कर लेते हैं, परन्तु बाद  
कुछ नहीं हो सकता है। ऐसी मनुष्यों को तो हम यह उचर दिना  
करते हैं, कि मयता है शुभ एक पाद से बचते हो, परन्तु प्राय वेसा  
होता है, कि मनुष्य मयक पर से भी रह जाता है, और इसका  
कर्म कारण सिपाय मय के सम्बन्ध के जालूम नहीं हुआ करता है।  
परिधी पाद ही पास जाते समय मय और मय मालूम हुई और  
शुक्ल न हुआ, इस के पीछे फिर यह मय दूर नहीं होता। मयिक  
धैर्य से सिकटों कपड़ों की भीपाधिया लेकर लगे हैं मय मय  
हुना, होता। बाकी मय सिपाय भी मयों पक्षि गी मयकता का रोग  
होती है, एक बार किता कारण से पुनः रह गया यह होस होती है,  
गुणा की दृष्टि से देखता है, या मलीन कर देती है, उस से पुनः के  
दिव में नहीं से गहरा पाव घगता है, और ५ के विष कम से कम  
कम ही के विष मनुसक हो जाता है।

के भीपाधिया

पर मय

ही बहावा आ

बहुत खटाई खान मिथे अधिक लघण भी क्लेश्यता उत्पन्न करते हैं। सोझाक, आतक के रीके भी नपुसकता हो आया करती है। लिंगेन्द्री में किसी प्रकार की खरपी किसी नाड़ का कट जाना अथवा कोपों का अपने काम में निर्धर हो जाना, पुंसकत्व को कम करते हैं। इस प्रकार कह पाते हैं, जिन्को जान कर और असली कारण को माखूम करके इलाज किया हुआ कुछ काम दे सकता है अस्य नहीं ॥

यह रोग धड़े कठिन रोग हैं, और यह रोग अधिक रोगी होते हैं, जो अज्ञानता से बिना चिकित्सक के गुण स्वभाव जाने इलाज करते रहते हैं ॥

## लिंगेन्द्रियों की चिकित्सा पद्धति ॥

कारणां कारणां हो शुका अथ चिकित्सा सिखी जाती है। चिह्न के रोगों से हमारा अभिप्राय घोर्य रोगों, नपुसकता, यीम्र पतन, शुक्रमह, घातु धारद्वय, लिङ्ग की नसों, और पट्टों की शिथिलता प्रमेहादि, इन के साथ जो और रोग होते हैं, असाकि पहले यणन किया गया है, वह सब इसी के भीतर समझनी चाहिये ॥

गोक का स्थान है, कि यह रोग इतने बढ़ते जाते हैं, कि वैगिक साक को देख कर भारत वर्ष की रण मर रोना माता है। भूटे मत भार सभ्यता के फैलाने वाले कहते हैं, कि ऐसे रोगियों के इलाज की आवश्यकता नहीं है। उन्होंने अपने किए का फल पाया और ऐसी औषधियों का विहापन देना पाप है। परन्तु साहियों! दूबतों को बचाता, गिरे हुए को उठाना तो हमारा कर्तव्य है ॥

डाक्टर ट्राल (Trall) साहयि कहते हैं, कि जो रोग इस समय ऐसे कठिन रोगों से पीड़ित हैं यह कभी इन कुकर्मों कर्ता न बनते यदि इनको पहले पतसाया जाता। नि चिकित्सक समझा इसके विनायकारी



पक्षों से अपमान करने हैं, और ग गाना गिता दग पानों को बसक  
 बसक्य पानकते हैं कुपणाना मित्रा ची भगत उनका बगव करदेती  
 है। हमारे एक हमारे पास माते हैं जिसमें सन्मुख्य लोग होते हैं और  
 लिखते हैं कि कोई इससे इतना इतिहास में यह यथावत इगत  
 हान ता कर्ण धरने पाप पर आप कुदाली म मारते, मस्तु को कि  
 शुभ है उनका हम न डटाये, यह मन्थता और 'मनुष्यत्व'  
 में दूर है ॥

इस पुराण के लक्षणा की लक्षणा में कटा जा चुका है, और  
 अपवित्र पत्र प्राप्त है कि पत्र इस विज्ञान का हमने परिक्षे पर  
 होता है

यदि कोई अपनी इच्छा के अनुसार स्वयम् शीघ्र 'सौच' के हो  
 यह मगया मने है, जो स्वयम् महो पाजना कर लगे वमको सति  
 शार हाथ उन पात्र पर जो इस पुराण के पक्षि एगी ए विषय  
 आदिये ॥



## दूसरा भाग ।

अब हम उन मनुष्यों के पास लिखित आदेशक  
 उपनाये लिखते हैं जो दुर्भाग्य से इसमैपुन अपथा  
 बहुमैपुन करने के कारण विविध रोगों में प्रस्त हैं ।  
 इतिहास के इको से स्पष्टिचार और बहुपुन से तो माप ही कर  
 दिया था, इस पर म्के, लुके, विषयन राजने रही सही कसंद  
 निराज ३, मस्के इस लघाही का बात इठला, द, और रोग के दूर  
 करने का लघा कुश दया करता है । और रोगी भी यदि साधारण  
 पत्र लगे हों, तो लगे से लगे ही के पत्र लगे हैं, परन्तु पात

पुष्टि की औषधियां अमिका विद्यापन (शरितहार) देखते हैं उसी से मगधा लेते हैं। उन में से कोई सात दिन में ही सदैव को पुष्टि देने की प्रतिज्ञा करता है, कोई १५ दिन के भीतर पचघान पुष्टप समाता है, कोई चालीस दिन के भीतर पदघान बनाता है। विद्यापन को पढ़ते ही रोगी फड़क जाता है, किसी को सन्यासी दवा बता गया है, किसी के घाप दादा की प्रमाधशाही औषधि है। शब्द ऐसे चरित्रकार लिखते हैं, कि जो उसे पढ़े एक पार तो अवश्य ही घवाह मगधाय। क्योंकि एक दो रुपया की औषधि से आयु भर की शक्ति का ठेका करते हैं। यदि इनमें से एक भी सच्चा होता तो रोगी क्यों मटकते फिरते? वास्तविक बात यह है कि ऐसी औषधियों से थोड़े दिन किञ्चित् पुष्टि प्राप्त होकर पश्चात् पढ़ने से मीसुरी समस्या होजाती है। हजारों और लाखों ऐसे रोगी हैं, जो एकको छोड़ दूसरी और दूसरी को छोड़ तीसरी और इसी प्रकार वीलों औषधियां मगधाते रहते हैं। परन्तु "पढ़ता गया रोग यह दादग न्यों २ औषधि कीना" हम यह नहीं कहते कि सबके सब झूठ हैं परन्तु बहुत बड़ी रुखा इन सुदूरे विद्यापन बाजों की है। एक ही औषधि को लेकर वह सब का उसी से इबाज करना चाहते हैं, और हम तजस्व से कहते हैं कि कई रोगियों पर हम ने उस २ औषधियों को चढ़ा, सब कहीं जाकर आयम हुआ। धीर्य सम्बन्धी रोगों का दूर करना कोई बाबको क्लेश नहीं है। औषधि लेवन फास में लाम और पम्पाव रही होजाने का यह कारण है, कि उनमें अफीम, भग, संखिया आदि ऐसी मिष्ट होती हैं, कि पहिले पढ़ने तो उनका उच्छेदन कारी प्रमाध होता है परन्तु पीछे से सम्पूर्ण पढ़े (ल्लायु) सुर्वल होजाते हैं।

साहसो ! यदि आपको मेर रुधन पर विश्वास नहीं है तो किसी अरने मित्र से जो ऐसी औषधियां मगधा चुका हो शरियाफत करके। यद्यपि पढ़ने वाच वाचने यात्रोंमें से प्रत्येक की औषधि मगधाई, परन्तु रोगी की समस्या में धीस से उन्नीस का फल न हुआ। इस प्रकार

का इलाज कराने से पहिले यदि "रिसाला हकीम व मरीज उर्दू" जो (२) को कार्यालय अमृतधारा से मिश्रता है पढ़ लिया जाय तो बहुत उचित होगा। इसमें घैघ वा रोगी के कर्तव्यों का बयान है। हिन्दी में अनुवाद होरहा है।

हा ! बहुत दफा रोगी का भी अपराध होता है। यह स्मरण रखना चाहिये कि घातु सम्बन्धी सम्पूर्ण रोगों को बहुत धीरे से आराम आता है और जो लोग आज इसकी कत्त (उसकी औपधि) सेवन करते रहते हैं, और इकता के साथ एक का इलाज नहीं करते वह अकृत कार्य्य रहा करते हैं। जिस योग्य वैद्य का तुमने इलाज आरम्भ किया है, और आराम लगा है, तो उसकी आज्ञानुसार चिकित्सा करते आओ। आप सोचें तो सही, कि जिस मकान को गिराते हुए इसनी देर लगी है, कि ऊँच छाकों के पीछे कमरा इस इतने तक पहुँचा है, उसको फिर बनाने के वास्ते कितनी देर की आवश्यकता है। सोचो तो सही कि पाँच साँच की दरारियों से नमक गई यदि को वापिस खाने के वास्ते आप केवल सप्ताह दो सप्ताह की अपधि देते हैं। हमने अपनी औपधियोंका नमूना इसीवास्ते रक्खा हुआ है कि यदि आपको विज्ञापनिक वैद्यों ने आविष्कारित (घटजन) कर दिया है, तो घोड़ी सी औपधि मंगवा कर देखलो, यदि किंचित भी आराम हो तो फिर इसको यथेष्ट समय तक सेवन करो। जो लोग हमसे परिचित हैं, और औपधि निश्चित कराते हैं, चाहे एक ही सप्ताह में आराम आजाये या छः मास में, वह सिधाय हमारे और किसी के पास न आवेंगे। क्योंकि उनको विश्वास हो चुका है कि हमारे यहाँ से अच्छी बर्बाद और कहीं नहीं मिलेगी। परमात्मा की कृपा है कि जो लोग हम से यिधि पूर्वक इलाज कराते हैं - वह प्रति सैकड़ा २० आरोग्यता लाभ करते हैं। आगे ईश्वर के आधीन है, हम कोई दावा नहीं करते हैं। हम केवल यह कहते हैं, कि हम अच्छी से अच्छी औपधि देंगे, कि जो और जगह से नहीं मिलेगी, क्योंकि केवल इस

रोग की सौ से अधिक औषधियां हर समय हमारे बर्दां सेप्यार  
रहती हैं ॥

हैं मैं यद्य घण्टान कर रहा था, कि धीर्य सम्बन्धी रोगों को देर  
में प्रायम प्राया करता है। इसमें यह बात स्मरण रखें, कि  
हृक्मेह अर्थात् घातुका मूत्र के साथ गिरना शीघ्र बंध होसका है।  
स्वप्न दोष अधिक को इससे अधिक देर लगती है। जो लोग  
बिना करते हैं कि हम चाहते हैं कि स्वप्न दोष पूरात' पन्ध हो  
जाये, यह गलती करते हैं, अथ उन के घास्ते पेसा हामा कठिन है।  
यह तबो जब एक बार पधने लग पड़ी तो फिर पुर्यात' पन्ध कभी  
न होगी। इसलिये हमारा अनुभव है कि महीने में एक दो बार प्रायः  
अधानों को औषधि करने पर भी होता रहता है। सप्ताह में एक बार  
या अधिक ( बाजों को रात में दो तीन बार जाने लग जाता है )  
स्वप्न में धीर्य का निकल जाना बहुत घुल है, और इसका अर्थ  
इलाज करना चाहिये। स्वप्नदोष यह बहुत हानिकारक होता है, जोकि  
बिना अर्थ सम्बन्धी स्वप्न के हो, बिना ज्ञान होने के धीर्य निकल  
जाया करे और अभाव को ही पता लगे। इसके सम्बन्ध में इतना  
और स्मरण रखना चाहिये कि बाज समय पुष्टि कारक दवा  
खाने पर स्वप्न दोष पहिले से अधिक हो जाया करता  
है। और इसका कारण यह होता है कि यतीर इस योग्य नहीं  
होता कि वह पुष्टि और धीर्य को समार लकेओ उस औषधि से  
व्यस्य होता है। यदि औषधि घातु गादी करने वाली है तो धीरे २  
स्वप्न दोष मिट जावेगा। शीघ्र पतन देर तक ठहरने याथा रोग है  
और इसका इलाज महा कठिन है। कभी २ पेसा भी देखा गया है  
कि स्वप्न दोष, घातु शीघ्रता, घातु जाना सब दूर होगए, परन्तु  
अप पतन कभी विराममान है ॥

जब कि प्रवेश करते ही शीघ्र निकल जाता है, या उत्प्रेषणा होते ही धातु निवृत्तनी आरम्भ होती है, या प्यार करते ही शीघ्र स्मरित हो जाता है, और घड़ना उठानों पड़ती है तो यह वृत्त अत्यन्त धुरी होती है। और चिरकाय तत्र इसके इच्छाज की आवश्यकता होती है। परन्तु जिसके दमिक भी स्वप्न है यदि वह इमार्थ 'शीघ्र पतन दूर विना औषधि' का मंगल कर उसके नियमों पर मसख करे तो अपने ही को प्रसन्न रख सकता है यदि वेदममल भी करे, जो इसमें घणन है तो स्वप्न की शक्ति भी बहुत बढ़ सकती है (जितनी चाहे) शीघ्र पतन रोग को बहुत ही घोर २ आरम्भ आया करता है। स्वप्नकारी औषधियाँ साफ़ एक दिन का गुञ्जारा हो सकती हैं, और महीने पन्द्रहवें किसी अच्छे वृद्ध से यदि आवश्यकता पड़े यह काम मजबूरन ले लें। परन्तु स्वप्न की औषधियों के अधिक सेवन से शीघ्र पतन आगे से भी अधिक बढ़ जाता है और अन्य बहुत से रोगों के उत्पन्न होने का भय रहता है। स्वप्नकारी औषधि प्रेषण यहो खानी चादिये जो रोगों को नष्ट करने वाली हो अस्तु यही उचित है कि मसखी रोगों का इच्छा करे, और उसके घास्ते दम मन दम से रत्न करे। साध मर भी औषधि खानी पड़े तो भी अवश्य साधे। अन्यथा स्मरण रहे कि यदि इधर उधर मटकते फिरने का कारण नहीं आयेगा। कुछ लोग जितनी उतमें स्वप्न शक्ति होती है उससे अधिक इच्छा करते हैं, वस्तुतः यह शक्ति प्रत्येक मनुष्य में भिन्न २ होती है और जो किसी को स्वाभाविक हो उसमें पड़ना फलित है जो पीछे कस दूर है वह औषधि से दूर होने योग्य है। १ मिनट से १० मिनट तक स्वाभाविक भिन्न २ प्रकार के वादों को भाजूम हो सकती है। शीघ्र पतन के घास्ते एक साधन भी है ॥

कम उत्प्रेषणा यदि अन्य कारणों से होता पुष्टि कर औषधि खाने से शीघ्र आराम आता है। यदि बहुत बिना महीने २ ३ हो

तो इसके घास्ते पुष्टि कर औषधि का भी आवश्यकता पड़ती है, और साथ ही लिंगछाप वा मालिश भी कर्वाई जाती है और धीरे २ मास आ जाता है ॥

अचेतनता अथवा ह्रैव्यता को विशेष रूप से दूर करने वाली और पुष्टि कर बहुत सी औषधियाँ हैं, और यदि प्रमेह, शीघ्रसम स्वप्नदोष, इत्यादि और रोग न हों तो दो तीन सप्ताह औषधि खाए से ही बहुत बख उत्पन्न हो जाता है। यहाँ यह स्मरण रखना चाहिए जब बाजीकरण के घास्ते औषधि लेवन करें, तो जो यदि औषधि ले उत्पन्न हो वह ज्यों २ उत्पन्न हो, गंवाते न जायें। यह पुस्तक लिखी जा रही थी कि एक रोगी मेरे पास आया और प्रकट किया कि जो पाँच पुष्टियाँ औषधि आपने दी थी उससे पाँच ही दिन पुष्टि रही, उसके पश्चात् फिर मैंने आज तक सेंनी प्रसंग नहीं किया। मैंने उससे प्रश्न किया कि पाँच दिन में क्या आप सम्मोग कर सकते थे ? उसने उत्तर दिया कि हाँ इन पाँच दिनों में तो प्रति दिन करता रहा हूँ। और इन दिनों घृत भी पचाता रहा हूँ और पुष्टि भी खूब रही है। रफूति और तय्याह ही मामूम होती रही है। मैंने उसको समझाया कि यदि वह ५ दिन सम्तोप रखता तो यही पाँच पुष्टियाँ दो चार सप्ताह तक उसकी शक्ति को स्थिर रखतीं।

## अत इन रोगों की औषधियाँ ॥

स्नातक समय जिनका मैथुन करने से दूर रखा जाय उतना ही उत्तम है। जब तक औषधि लेवन करें तब तक अवश्य बचे रहें, मायसा ४० दिन तो अवश्य परहेज करके एक औषधि लेवन करें। जिसको थिराया तक औषधि खानी पड़े वह मालिश इस क्रिया को कर सकते हैं। जो बहुत कामो हैं वह पन्द्रहवें दिन करें यद्यपि उन्हें औषधि अधिक देर तक खानी पड़गी। जो किञ्चित् भी रोक न सक

सामय इन्हीं में है। एकरमस्म घ रस ही पौसों रसों को दूर करसका है। सन्यासियों का लीला प्रसिद्ध है, जा वर्षों के रसों को एक दिनमें गंधा दिया करते हैं, यह इन्हीं भस्मों अथवा रसाधिक से बनता है। भस्म एक दिन के पालक से लेकर सी वर्ष के बूढ़े तक को उचित भाषा में दी जासकी है। रसों और भस्मों का एक साधन जो कुछ कर सका है यह वृक्षी-औषधियों का एक कटारा भी नहीं कर सका। वैद्यक पत्र बेधोपकारक जिन की पढ़ने का अयसर मिश्रता है यह भस्मों और रसों के छाया से असीमास्त अवगत है, यहाँ विस्तार पूर्वक नहीं लिखा जा सका ॥

योग कहते हैं कि भस्म हानि बहुत करती है, परन्तु मैं कहता हूँ कि भस्मों, रसों, और प्रत्येक वस्तु को यदि उचित अवसर पर न दिया जावे तो हानि करती है। सोठ भी यदि अनुचित विधि से दी जावे हानि करेगी और इसी प्रकार भस्म संख्या भी। परन्तु सोठ का छाया भी साधारण है और इस छाये अनुचित विधि से ही हुई हानि भी वैसी ही करती है, प्रत्युत भस्म संख्या ऐसा कि गुण में अमृत तुल्य है अनुचित विधि से देने से उसका दुष्प्रभाव भी बहुत अधिक प्रगट होगा। अस्तु हमारा रक्षक कि यदि भस्म प्रकृति को सोच विचार कर उचित विधि से दिया जाता है, तो कभी हानि न होगी प्रत्युत अमृतवत प्रमाणित होगी। भस्म और रसों में यह वही विशेषता है, कि अनुपान के परिवर्तन से प्रत्येक प्रकृति के अनुकूल होजाते हैं। यथा एक रस पुष्टि के लिए हमने एक व्यक्ति को दिया और कहा कि पान से खाया करो, उसने चाया उसका बहुत भारी हुई अथ यदि वह उसको मात्रा कम कर देवे या पान के स्थान में मक्खन या मखार में खाये वही भस्म उसको लाभदायक होगी। भस्मों और रसों में लिखा होता है कि समुद्र योग में लाभदायक है, तो वह उसके सम्पूर्ण प्रकारों में प्रायः द्रिठकर होता है। यदि उचित रूप से स्वभाय के अनुसार अनुपान निषेध कर

दिया जावे । भस्मों और रसों के द्वारा चिकित्सा एक महान् और भेद चिकित्सा है

एक बात धार है कि जो भस्म उचित रूप से तैयार न की गई हों, वह वास्तविक हानि कारक होते हैं । यद्यपि रोग को दूर कर देती है, परन्तु अन्य हानियाँ करती हैं । जैसा कि अरुद्र पाण्डे की भस्म प्रायः नपुंसकता और कुष्ठ को उत्पन्न करती है, यदि कोई ऐसी भस्म देता है तो उसका दोष है न कि भस्म का । प्रायः देखा गया है कि अरुद्र घातुओं की घनी हुई भस्में बहुधा रोगों को उत्पन्न करती हैं जिसको कि यह शुद्ध होकर दूर कर सकती हैं । इसका ह्रास यह हो सकता है कि योग्य षोष से तैयार करवा जावे और ऐसे षोष से न किया जावे । मुझ एक धार एक महापथ ने सिखा, कि अमुक १ दुकानों से भस्म कर्कर ॥) तोला मिश्री है आप १५) तोला क्यों बेचते हैं ? मैंने उत्तर दिया कि ऐसी भस्म १०) तोला पर भेज सका हूँ परन्तु जो भस्म डेढ़ सौ पुट दकर महीन मर के परिधम से तैयार करूँ तो १०) रु० तोला से कम नहीं दे सका । स्मरण रखो कि सस्ते की ओर ध्यान न देना चाहिये, किन्तु उत्तम औषधि की ओर, और हम आप लोगों को निश्चय दिलाते हैं, कि हमारी प्रत्येक भस्म अथवा रस अत्यन्त सफाई और चौकसी से तैयार किये जाते हैं । यदि खराब हो जावे तो तुरन्त फेंक दिया जाता है ॥

भस्मों के सेवन के विषय में दो बार एवम् बिलने की इस विषय आवश्यकता हुई कि कभी २ फोई पत्र आ ही जाता है, कि मेरे मित्र मुझ को भस्म के सेवन करने से रोक्ते हैं । यह उनकी भूल है, क्योंकि यदि उन्हें भस्म दितकर है, तो निसन्देह उनको सेवन करमा चाहिये ॥



## श्रौषधियों के सेवन करने की विधि

(१) श्रौषधि की जो कम से कम सुराफ लिखी हो इसके आरम्भ करनी चाहिये। यथा लिखा है कि मात्रा अर्ध गोषी से दो गोषी तक, अथवा मात्रा दो चावण से एक रत्ती तक तो इसका अभिप्राय वही होता है, कि पहिले दिन सघ से थोड़ी मात्रा अर्ध पटिका, अथवा २ चावण, अथवा जो कुछ लिखा हो आवे। यदि मात्रा एक पटिका वैनिफ है तो छोटी पटिका धुड़ कर खानी चाहिये। उस दिन यदि तदीयत पर कोई विशेष प्रभाव न हो, प्रत्युत ऐसा प्रतीत हो कि जैसे कोई श्रौषधि खार् ही नहीं, तो अगले दिन मात्रा अधिक कर दें और इस प्रकार बढ़ाते जायें। यदि पहले ही विषस गर्मी अथवा कोई अन्य ऐसी ही बात गगट हो, तो दूध मलाई अधिक सेवन करें। तथा दूसरे दिन मात्रा किञ्चित् कम कर दें। सम्पूर्ण श्रौषधियों के सेवन में इसी नियम को स्मरण रखना चाहिये, और यह भी स्मरण रहे कि पित्त प्रकृति वाले वैदिक श्रौषधियों को, अल्प मात्रा में सेवन कर सकें हैं। और कफ प्रकृति वाले अधिक, जो लोग पचा सकें वह सायम मात्रा दो घार बर्धार् कर सकें हैं। कुछ क्षति नहीं है ॥

(२) श्रौषधि सेवन के दिनों में मेषुन से बचे रहना चाहिये। अथवा उन नियमों के अनुसार करना चाहिये जो प्रथम भाग में इसके विषय में अंकित है। यदि बीर्य को गाढ़ा करने याही श्रौषधि खाते हैं, तो ऐसे विचारों से भी बचे रहना चाहिये, परन्तु जब याज्ञिकरस के घास्ते खाते हों उचित मात्रा में सम्भोग घुरा नहीं है ॥

(३) यदि कोई श्रौषधि गुणा करती हुई अनुभव में हो तो पर्यन्त पूर्य सकें हैं, और जो घाम कर रही हो, तो उसका परिष होमे पर्यन्त खाना चाहिये ॥

( ४ ) जो खोग कहा करते हैं, कि ऐसी औषधि हो कि सारी आयु भर आपधि की आवश्यकता न रहे, उन की सेवा में मेरा यह उत्तर है कि अब तुम उत्पन्न हुए थे और फिर कबानी प्राप्त की थी उस समय भी तो तुम को यह बीमारी न थी। यदि तुम ने अपनी अनुचित क्रियाओं से इसको सहेड़ दिया है, तो क्यों न फिर वही क्रियाओं से यह बीमारी तुम्हें आ धरेगी। यदि तुम स्वास्थ्य सम्बन्धी नियमों का पालन करोगे, और प्रथम भाग के नियमों का पूरा ध्यान रखोगे, तो निश्चय आओ कि फिर कभी यह रोग न होगा ॥

( ५ ) दूध, घृत, मलाई मक्खन आदि पदार्थ ऐसी औषधों के सेवन करने वाले को अधिक खाने चाहिये, परन्तु इतना कि जो पच सके। क्रमशः इन के पचने की शक्ति बढ़ती जाती है। दूध शीतलाह में सबसे हल्का और गरमियों में धारोप्या उत्तम है, जो कि उसी समय का बुद्धा हुआ हो। मलाई, मक्खन, शीतल रिग्व है, धी रण्णास्त्रिग्व है। यदि औषधि सेवन काल में कुछ रुचता अथवा दाह आदि प्रतीत हो तो मक्खन अथवा घी, अथवा दूध के खाने अथवा एक गायजुवान और घेहमुखक आदि पीने से दूर धोगाती है। दूध गरम करके उत्तम घी और मिथी मिठाकर पीना बहुत ही पुष्टि देता है, और र्घाष्य को बढ़ाता है। मध्यान्ह के उपरान्त तीसरे पहर इस को भी पी लिया करें तो उत्तम है ॥

( ६ ) पुष्टिकर औषधि सेवन करने से पहिले जुझार से बिया जाय तो उत्तम है, जिनके कोष्ठवद्धता रहती हो उनको तो अवश्य देना चाहिये ॥

( ७ ) औषधियां प्रायः दूध के साथ खानी खिली हैं। दूध गाय का उत्तम है। जो घह न मिथे तो भैंस वा बकरी का, यदि दूध न मिथे तो घी से अथवा मक्खन से अथवा मलाई से बर्बाद धाय। यह न मिथे तो मधु से अथवा मधु प घृत से खा सके हैं। परन्तु

स्मरणा रहे कि मधु घृत से बना हो। दूध मिन को प्रसुक्क  
 प्राये घट काही मूसखी का एक निरुक्तपालें वा बहुत उत्तम है।  
 मूसखी १ सेर में छः सेर पानी मिखा कर एक पिचवा लें ॥

## वीर्य सम्बन्धी रोगों में निम्न लिखित वर्जित है.-

मैथुन, तैष के पशयं, बहुत उष्ण ( गर्म ) पदार्थ, मख मूत्र  
 आदि के वेग को रोकना, विष्टमी पदार्थ, छाछ दही, और सम्पूर्ण  
 प्रकार के सहे पशयं ( यथावश्यक किंचित् अवार दाना या इमली  
 की सद्यई खा सके हें । ) दिन में सोना नमक का अधिक व्यवहार ।

## निम्न लिखित पदार्थ बल बढ़ाने वाले हैं -

अन्डे २ स्वादिष्ट भोजन, राग, पासा, अपनी प्रिय स्त्री को  
 सुगन्धि लगा कर पास बैठाना, पुष्पों की माखा, पाटिकाषों ( धनीचों )  
 की और, च प्रभा की चांदनी, घी, दूध मिश्री मिखाकर पीना, गेहूँ,  
 वरुद, शंठी च यल, दाल, गुताय र, कौचपीच, दाखर, तासमबाना  
 अश्वगन्ध, गज्ज, भिगवा मेवा, सेमल का फूल अजूर, गारियल  
 नादान, तिल मूहखो, नुकेली, अकरकरा, जायफल, जापिनी, धतू  
 जोवन साक्षिप, आमका, अशलाश, मस्तगी, मोचरद, पीपल, लोड,  
 नागमोधा, इत्यादि बल पोष्य को बढ़ाने वाले हैं ॥

कुछेक वस्तु जो धीर्य सम्बन्धी रोगों के लिए लाभ  
 दायक हें व अन्य औषधियों के सेवन के साथ अथवा  
 ऐसे ही इनको सेवन करना बड़ा गुणकारी है। यदि  
 विशेष औषधियों के सेवन के साथ इनमें से कोई भी

वस्तु सेवन की जाय तो बहुत ही शीघ्र लाभ होता है ।

(१) चावलों को घौर माश की चुन्नी हुई दास को अलग २ घी में मून रखते । इन में से दो दो घाला लेकर दूध में डाल कर घोर की माश्रि बना कर सप तो पीर्य गाढा करता है । महेगुफ को बल देता है पौष्टिक तथा प्रमेह नाशक है ॥

(२) ईसबगोल हो तोले लेकर दूध में डाल कर घोर बना कर बाना पिचम प्रकृति वालों के लिये विशेष गुण कमी है । प्रमेह को दूर करता है घौर पिचम शिः शुद्ध को दितकर है । शीघ्र पतन को भी जागदायक है । घर में तय्यार करते सप्रब यदि दूध में इजाबची, दारचीनी एक २ माशा घौर केसर एक आधी रखी मित्रा लिया जाय तो अधिक पौष्टिक हो जाता है ॥

(३) घाजीकरण औषधियों के साथ जा दूध पिया जाता है यदि उस दूध में घोटके समय खजिर मिसरी ६ माशा पीस कर डाल ही जावे घौर भली शान्ति एक आने पर मिसरी मित्रा कर उस दूध को पिया जावे तो बहुत ही अच्छा है ॥

(४) जो लोग सन्तानोत्पत्ति के लिये औषधि सेवन कर रहे हैं वह निम्न लिखित औषधियों को प्रयोग में लाते रहें । दूध को घोटाने समय इस में ३ माशे से ६ माशे तक यथा स्वभाव हुकम बीड ( कुहारे का गूद ) मलमज के कपडे में पाच कर छटका दें । जब देखे कि साथ गूद दूध में मिश्र गया तो उस दूध में मिसरी मित्रा कर पी लिया करे । गोमू की मल हत्यादिक सप कपडे में ही रख भावनी ॥

(५) मलाईके लड्डू--मलाई पहिवा आच खेर, घुठ पाच खेर घौर तिथी एक खेर मित्रा कर मधुम अग्नि पर पकावें

जब गाढा होने पर धाबे तो छोटी व बड़ी इलायची धाबिनी, लवङ्ग, केसर सब एक तोला मिखाये और पाँच २ तोला के छद्म बना लेवे मूक लगे तो एक बादिषा करें ॥

(६) पौष्टिक जामन—कौष्ठ बीज की गिरी को बारीक पीस कर पानी में गुग्गुलु और समतोल बोया मिखा कर गुग्गुलु जामन की भाँति घृत में तख कर मिथरी की बाहरी में डाल देवे। धीरे साठ गुग्गुलु जामन निय प्रति धाया करे। बहुत ही पौष्टिक और शोध पथम तथा प्रमेह नाशक है। यदि जलेबी बनानी हो तो कौष्ठ बीज के बराबर गेहूँ का आटा (बमोर साधा हुआ जैसा कि जलेबी के लिये होता है) मिखा कर बलेबिर्वा तख कर बाहरी में डाल देवे। इन बलेबियों को दुध में डाल कर धाना अत्यन्त लाभदायक है ॥

(७) नारियल को बारीक कुतर कर दुध में मिखा कर मन्थन अग्नि पर पकावे जब थोर की चार्ह हो जावे तो बस में घृत डाल कर पकने दे लवे अच्छी तरह पक जावे मिथरी मिखा कर जावे। इस खीर के कामे से दुर्बल मनुष्य मोटा हो जाता है। पीवे पुष्ट होता है और मास्तिष्क में यत्न जाता है ॥

(८) पूहे—काले तिल, असम्य, कौष्ठ बीज, बिहारी कसू सब को सम तोल लेकर चूर्ण बना ले और चूर्ण के समान छाठी के भावक पीस कर मिखाये। इस में से दो दो तोले लेकर बकरी या गाय के दुध में पठका २ गुग्गुलु कट पूडों की तरह घी म तख ले। इन पूडों को दुध की खीर के साथ धाया करे तो सब धीर्मे को बढाने तथा शरीर को पुष्ट करने में अद्वितीय है ॥

(९) धनों की दाल—धनों की दाल को रात्रि भर दुध में

मिनी रखें प्रातः चिल चट्टे पर पीठी बनावे उसके घृत में पकाये तखे

और अभी गरम ही हों कि उनको हाथों से मल कर बारीक करके फिर घी में भूने । और फिर एक खेर मिश्रित मिश्रावे प्रति दिन दो से पांच तोला तक खावे घटे पौष्टिक है ।

अब हम उन औषधियों का वर्णन करते हैं जो साधारण रूप से इन रोगों में हम वर्तते रहते हैं । हमारे पास अनेक रोगों की बहुत सी औषधियां तैयार रहती हैं । परन्तु इन औषधियों की सम्पूर्ण सूची नहीं है, जो साधारण रूप से हितकर हैं उनका बर्षन सेवन विधि समेत नाचे करते हैं । अपनी औषधियों के प्रभावशास्त्री होने के मरौवे पर प्रायः प्रत्येक औषधि का नमूना भी देते हैं, अर्थात् प्रथम इसके कि कोई औषधि आप करीवें यदि आप इच्छित समझें तो उसका नमूना मगाए, फिर हम आशा करते हैं कि हमारी औषधियां स्वयम् प्रशंसा करावगी ॥

स्मरण रहे कि औषधियों के साथ कोई पृथक् सेवन विधि पत्र नहीं भेजा जाता, प्रत्येक दवाई की सेवन विधि यहा ही लिखी है । और पथ्यादि का नियम पृष्ठ ३३, ३४ पर अंकित हैं, सब के साथ ऐसाही समझें ॥

अक्सौर न० १—(महत् याजीकरण औषधि) यह दवाई बहुत सी पुष्टि कारक औषधियों का समूह है । यह उन रोगियों को सेवन करना चाहिये जिनको प्रमेह स्वप्नदोष आदि की लोपेसी बहुत शिकायत नहीं है केवल नाटाकरी (हैजरा है) । और यह औषधि घातुपौष्टिक होने के अतिरिक्त घात, कफ के रोग खासी, नसखा, जुकाम, कटिखून, सन्धिघात, छातीदर्द, आदि रोगों को दूर करती है । शीघ्रपतन को भी दूर करती है, और दूध भी इस

से अविष्क पचते और बल देते हैं। शरीर में रक्त बढ़ता है और मुख पर सुरक्षी आती है मूल्य ६४ गोली ४) कस्तूरी ८ गोली ॥ कुराक एक गोली से तीस गोली तक प्रातः भोजन खाने से प्रथम और रात को सोजने के पश्चात् ३ घण्टा का अन्तर देकर दूध के साथ खाने-

घकसीर न० २, (लक्ष्मी विलास रस) - यह अर्पित शुक्रमेह शीघ्रपक्व, स्यज्जदोष, को गुण्य करती है, श्वरादि रोगों के पश्चात् जो दुर्बलता बालु क्षीणता अथवा प्रमेह आदि होता है, वृको दूर करने में रामनाथ है। इसके सेवन करने से बल वीर्य भी बहुत बढ़ता है। अनाय इकीम कुतुबदीन साहब मृतपूर्य चिकित्सक श्री महाराज अरभू ने इसके सेवन के जो अनुभव निबन्ध लिखे हैं वह नीचे अंकित करते हैं -

सन्निपात-में एक गोली अदक के पानी के साथ अथवा सोंठ के काथ के साथ सायं प्रातःकाळ देवें ॥

कुष्ठ के लिये-भीम के पत्ते अथवा छाळ के काथ के साथ एक दो गोली खिलायें ॥

प्रमेह-शुक्रमेह व अथ प्रमेहों पर दूध के साथ एक गोली प्रातः खिलायें ॥

अगंदर, घवासीर, नासूर-के घास्ते अर्क सोंठ के काथ खिलायी चाहिये और अदक के घास्ते दूध के पानी से खिलायें ॥

संग्रहणी-अत्रिसार, रंकाधिफार के घास्ते गुण्डास के सोडों के पानी से खिलाये, अर्थात् सोडों को पानी में मिलाए रखें और मल जान कर एक या दोनों समय देवें ॥

खांसी-में हठ का चूर्ण २ माशा मिलाकर अर्क वायुवायन के साथ देवें ॥

रक्तार्श (खूनीयदासीर)—में शरबत अमार से ॥

जोड़ों की दर्द हो तो अदरस के पानी अथवा लोंठ के काय के साथ सिद्धावे । इकलापन के वास्ते ४ रसी घब का घूर्य मिजा कर गरम पानी से सिद्धावे ॥

गले के दर्द—में मिथी के साथ दपें । उदर सूख में गरम पानी के साथ सिद्धावा आदिये ॥

कर्णशूल(दर्द कान)—में मद्य (काय माच) के काय के साथ सिद्धावे ॥ आख पीडा करती ही तो घृत के साथ ॥

नासिका की दुर्गन्धि के लिये खमीर पसफशा के साथदेवे  
आख की कुर्वलता के लिये—घृत के साथ । समस्त  
आन्तरिक पीडाओं को योगन पादाम पद्म तोला के साथ । सिर  
दर्द के वास्ते शरबत अमार के साथ । प्रदूर गं बकी के घुग्घ के  
साथ दितकाले है ॥

यह सद्मी विद्यास रस मारद अूपि जी ने भोक्तु जी महाराज को बताया था । दुध के साथ सदैव आवे तो बूढा भी जवान हो जावे ।

वाजीकरण के वास्ते भी दुध से साथ सदैव आवे तो कामदेव के समान होजावे । दृष्टि की निर्वक्षता, मस्तिष्क की निर्वक्षता आदि दूर हो । मात्रा १ गोली से ३ गोली तक । इसमें अधिक पथ्य की आवश्यकता नहीं, बिना संशय आराम करता है, ( पथ्यापथ्य देखो पीछे ) मूल्य ६५ गांजी ४) नमूना पाठ गांजी ६)

१३६



अकसीर नं० ३—यह धीर्य वाता स्वामाधिक बन्धेन और प्रमेह श्वादिक रोगोंके नाश करने में अधिकारी है। मात्रा २ तोला से ४ तोला तक है। प्रातः खिजा कर दूध पिंलावे। बन्धेन के लिये लीहरे पहर पांच तोला ऐसे ही खिजावे। मूत्र पाष भर का १) अरु पाष का १) ॥

अकसीर नं० ४—यह बहुत ही कषा शुष्क स्वाद है। केशर्ष वात, कफ प्रकृति वालों को ही जाती है। इससे स्तम्भन बहुत होता है, बेशाव वार २ पाना सुरन्ध बन्ध हो जाता है मूत्र प्रति तोला २), मात्रा आधी रत्ती से ४ रत्ती तक दूध के साथ। मूत्र ३४ गोली ४) ममूना पाठ गोली ॥)

अकसीर नं० ५ चरपाक—यह अकसीर शीघ्र पतन के लिये है। ४० दिन तक साधे से सदैव के लिये स्वामाधिक बन्धेन पूर्व रूपसे बन्धन होता है। ऐसे मनुष्य को बचित है कि ४० दिन तक ली गमन न करे। यदि तदुपरान्त २० दिन और भी मेषुन से बन्धन करे तो बहुत अच्छा है। इस प्रकार स्वामाधिक बन्धेन जितना कि होना चाहिये उतना ही सदा के लिये हो जयेगा। १२ दिन के सेवन से प्रायः जुगना जाम हो जाता है। जो अधिक दिन न परहेन कर सकें यह १५—१५ दिन पर्य्य पूर्यक कई घार करके पार्थ मूत्र ३) पाष भर का, मात्रा एक तोला से चार तोला तक है ॥

अकसीर नं० ६ नुरुदीन का चूर्य प्रमेह और शीघ्र पतन नाशक तथा पौष्टिक भी है। मुख में सुगन्धि होती है, इससे तथा आस्तिरु में घल जाता है। और २४ दिन के अन्तर बल बढ़ने लग जाता है, पौष्टिक योगों में मस्सों को छोड़ कर सब से बढ़कर है। मात्रा ३ मात्रा से ६ मात्रा तक प्रातः दूध के साथ है। मूत्र प्रति

तोका ३) द्वाबा तीन दिन के लिये पर्याप्त है।

अकसीर न० ७ मसम संखिया दर्जाखास रोतिशक पदामे और सर्व प्रकार को नपुसकता का दूर करने के लिये आदि हीय है। मात्रा एक चवज से चार तक है। यह पताशे में दालकर पानी के घूट से तीसरे पहर का मिगज सबे और ऊपर से पात्र सब व दूध तलखी व पिशाक लगे तो बुधरा की चाहें तो बुध में भी मिठाकर पी जावे। पिछन प्रकृत व जे पहाशा के स्थान में मरसन तथा मखाद में छवे। ४८) प्रति ताहा, ४) प्रति माशा, चार ही २)

अकसीर न० ८ (पौष्टिक फसेली, -पति शक्ति पदामे में अद्भुत प्रभाव रखती है। थोड़े दिनों क सेवन से शरीर में शक्ति का संचार होने लगता है। कफज और वातज सर्व रोग नाश हो जाते हैं, शुष्क रुधिर व्यपन्न होता है। मुख मडल छाया हो जाता है। गरम मिजाज वालों को तथः। प्रीणा शूतु में यह औषधि नहीं लाद जा सकती बहुत ही बाली करण है मूल्य १६) प्रति तोका १४ माशा का २) मात्रा एक रस्ती से दो, रस्ती तक मरसन मखाद में छारें। दूध का सेवन भी अच्छा है। प्रातः को मध्य होतर को दोनों समय अथवा गरमी प्रतीत हो तो फेषल तीसरे पहर ( मध्य होतर ) व

अकसीर नम्बर ९, (हर्ष शको रस) यह बर्वाई शीतोष्ण है। तिसको शीघ्र तन रोव हो कर हो ली टाटी है। रसम दोष शुक्रमोद को दितकर है। बुडेपन में भा वीर्ण गाढा होकर बल व्यपन्न होगा है। परशु दसका लान शुर्न २ होता है मूल्य ६० गोली १) मखाना ०, लूपक १ गोली से तीन गोली तक ।

अकसीर नम्बर १०—यह धानीकण्य है। जो लोग प्रति

यदि एक मास भी खवन कर लिया करे तो बस बहुत रहेगा । इसके खवन से संबंधी गये गुजरे मनुष्यों को भी बहुत ताकत होती है । जिनकी रातों रातों की अचिकता की आवश्यकता है यह इस को खावे । खुराक एक गोली से ३ गोली तक पानी में निगल लिया करे और ऊपर से पाश्चिम रोगम झाड भिजा कर खा लिया करे ऐसा न करे तो दूध पीये । मुख्य (६ गोली ५), समुना झाड गोली १) । यह औषधि मध्याह्नोत्तर खानी चाहिए ॥

**अकसीर नम्बर ११**— यह अमारिके खवन करने योग्य है । ऐसी औषधि अमारिके खवन किया करते हैं । कमी कोर, ही कमी खवन करती, यह रघाई रोग पतन नाशक है । प्रमेह, स्वप्न दोष नियारक और बहुत पुष्टि कारक है । इत्य, मस्तिष्क, यकृत, आमाशय, मूत्राशय को बलदायक और सब प्रकार की पुष्टि करता है । प्रधान अघयर्षो को पुष्टि करता है । इस छिप मृत्यु समय देने से प्रायः गरमी आ जाती है । ठाऊन के दिनों में इसको खाते रहने से योग का भय नहीं होता । चाफूती का काम भी देती है । जोरों क हर्ष को दितकर है । और यह सम्पूर्ण गुण भी है जो खर्षा विस्त्रास वस भ खवन लिए गए हैं । मात्रा एक गोली से ३ गोली तक । साथ प्रात एक गावर्जुष म या दूध के साथ खावे, मुख्य (६ गोली १०), समुना ८ गोली १) ।

**अकसीर नम्बर १२**— ( महत्वाजीकरणा औषधि )  
 यह गोखिया बसके घास्ते हैं, जो घीम पतन से बुकी रहते हैं । यदि छीलेर पहर इसकी १ से ५ गोली तक प्रकृति अनुसार दूध के साथ खावे तो स्तम्भन होता है । यदि १ गोली से २ गोली तक प्रतिदिन राजह दूध के साथ खावे तो घासु गाढ़ा, घीमपतन दूर होता है, पाश्चिकरण भी है । इससे बाली, मन्त्रबा, सुकाम, एवं

औषधि मिलने का पता अमुत बास साहौर ।

कमर, व अग्न्य रोग, कफज व घातज व वाही रोग, मधु मधुघा  
सोंठ के पानी के साथ खाने से दूर होते हैं, खुराक १ से ४ गोली  
तक ! मूल्य ६० गोली ३) नमूना २० गोली १)

अकसीर नम्बर १३—( महत्वाजीकरण ) यह साधारण  
पौष्टिक औषधियाँ का समूह है। इस क गुण देख कर इस क प्रयोग  
कषों की विद्वता प्रकाशित होती है। यह धातु पौष्टिक है, कटिग्रूल  
से हितकर है। आर्सा, नजला, गठिया अघरण, व अग्न्य पीड़ाओं  
को दूर करती है। यह उन लोगों को दी जाती है, जिन को धातु  
धीयता के साथ ही मूत्रातिसार भी हो, चार मास से ही मूत्राति  
सार बंद होने लगता है, और यद्य भीर्य ७ दिन क अघर ही पदघ  
से अधिक मासूम होता है। जो आग पुष्टि को दबाइ हर जाहे में  
आया करते हैं, उनको यह पदुत हितकर है। मात्रा १ मास से ३  
मास तक, प्रातः सायम् पठाये में दक्ष कर पानी से निगख विषा  
करे। अघघा जैसे ही-आ बंधे। घण्ट बंद घण्ट के पीछे जब यह पच  
जावे तो वृघ अितमा पच सकें पीघ। वृघ पचने की शक्ति दिन  
प्रति दिन बढ़ती जावेगी। मूल्य आधपावर), नमूना आबी छटा(क ॥)

अकसीर नम्बर १४ (पद कुशाद औषधि) प्रमेह रोग  
पतन तथा रुज्जरोप नाशक है। मात्रा ६ मास सायं प्रात वृघ के  
साथ है। मूल्य पावमर का ३) आध पाघो का ॥४) है ॥

अकसीर नम्बर १५—(मकरध्वज) यह औषधि दध और  
घोर्य का राजा है। इस में चन्द्रोदय, कश्मी, आमोसना कपूर,  
जायफस, लौंग, समुद्रयोप काजीमिर्ष, लयुक्त हैं। चन्द्रोदय नाम  
रक्त रत्ना सद्व है, पशु अन्न चन्द्रोदय तैयार करना कठिन है।  
मकरध्वज नामसे पहिले एक जुतावधे, फिर २महीने या कमसे कम

औषधि मिदने हा पठा अमृत धरा जाही।

एकमात्र होने भस्मपत्रक रस्ती प्रतिदिन दूध के साथ खावे । चत्वार्षिक ४० दिन स्त्री प्रसंग से बच कर इसको खावे । मात्रा एक रस्ती से ७ रस्ती तक है । और दूध की का रूय सेवन करें । चाकि अधिक पाक हो ३० दिन के पीछे थसख जवानी आजाता है । धीर्य सम्बन्धी को भी खराबी हो, दूर होकर सन्तान उत्पत्ति के योग्य होता है । इरे प्रकार की पारीरिक व मानसिक व चातु की दुर्बलता दूर होती है । बूढ़ा जवान होता है । मकर स्वज सर्व रोगों को दूर करता है । इसका विस्तृत वर्णन यदा अधिक नहीं हो सका । अधिमानुषान विधि से प्रत्येक रोग पर धर्मा का सकता है । राजे महाराजे सदैव इसे सेवन करतेये । इसीस्तरण प्रकृति पिच्छ इतनी रानियाँ रखत पर भी दुर्बल न होतेये । मरते हुए क मुख में टाख दें, एकबार तो अघश्य इश्वर की कृपा से उठ खड़ा होगा, हम इसके द्वारा करें नि सन्तानों के पर बसा खुदे हैं । मुख्य ५० तोषा, साधारण अवस्थाओं में पंच तोषा पर्णोत्त होता है । अन्यथा ३ तोषा सेवन करें । यस तीन तोषा स स्व उद्देश्य पूरे होंगे । जो हर वर्ष १ तोषा का छोड़े तो बस क्या कहना है । उमकी आयु बहुत ही बढ़े ॥

अकसीर नम्यर १६—(पृथ्वीगेश्वर) इसमें सोना, चारी ती, कर्तवी, रत्न अन्नक, मोमसनीकपूर, भादि पराये समुक्त हैं । मेह सुरन्त इस से दूर होता है । दूध के साथ प्रति दिन एक से गोदिया खाव, पीप्रपटा, स्वप्नशोप, की अधिकता के लिए बहुत इच्छकर है । शरवत भोजोफर या कृष से दिया करें । अिनके अम्यर धीर्य बहुत कम हो, और दुपख हों, उनको कुछ दिनों के सेवन से [जवान बनाता है । अिनकी धातु खराब हो इससे अफती होजाती है । अ्यादि के पीछे की दुर्बलता जाती रहती है । हृय, मास्तिष्क, यकृत को पुष्टिदायक है । अीया अर में भी दितकर है । सूखादि अकर आता गया २० प्रकार के प्रनेह की माशक है । गुण स्वच्छ हो जाता

मोर्षि मिळने का पता अन्ना द्वारा जाहौर ।

है। भोज, शीर्ष, बल, रंग, तेज इव से बढ़ता है। इन सब के वास्ते दूध से सिद्धाये। पाण्डु कामघा (बरकान) के वास्ते छाछ के साथ एक गोली रोज काये। जर्ग्य स्वर के वास्ते अर्क गिखोय व अजघायन के साथ एक गोली दिया करे। कफल रोग यथा बांसी, नज़्जा, जुकाम में अर्क गावह्नुधान वा अदरक के पानी से देवे। अपाचन, अदधि, आदि को सौंफ से दिया करे। अतिसार, समहर्षी, के वास्ते जयशाय के बीजों के पानी से दितकर है। पुराने सोझाक को खर्बत मसूर से दितकर है। मूत्रातिसार में पानी से दे सकते हैं। स्त्रियों के सोमरोग पर आंघवा के पानी से देवे। यह सुखदायक घातु पौष्टिक इत्यादि है। मूल्य ३२ गोली ४ रु०, समुना ८ गोली १),

अकसीर न० १६ (घ) इसमें चंद्रोदय ढाला जाता है मूल्य प्रति गोली १) जो कोइ इसका सेवन करता है कमी निर्वल नहीं होता। यह अत्यंत दर्दा के मकरन्धव से भी अधिक गुणकारक है। क्योंकि सोमे को मलम भी इसमें मिटाई जाती है मात्रा एक गोली से दो गोली तक दूध के साथ देवे ॥

अकसीर नम्बर १७, ( बृहदयेङ्गश्वर मिश्रित )-इस में अकसीर नम्बर १६ की औषधियोंके अतिरिक्त मलम अफिक, संगपशव फौछाद, सुंगा, मोमयाइ, आयफल तादि भी संयुक्त है। प्रभाव दोनों दोनों के एक ही है, परन्तु यह रोगको दिया जाता है जिन को शीघ्र पतन को अधिक शिकायत हो, और नम्बर १६ बन को ही जाती है जिन को शुक्रमेह की अधिक शिकायत हो, ऐसे गुण मिलते है। मात्रा एक गोली से ३ गोली तक दूध के साथ मूल्य ३२ गोली ४) समुना गोली १)

अकसीर नम्बर १८ ( शिगरफ मलम )-यह मलम विशेष

औषधि मिश्रित है पना अदरक यथा जाइरे।

विधि से तैयार की जाती है, जिन लोगों की नसी पट्टों की उचित  
 सर्वथा न हो, अथवा बहुत कम हो, और कोई खराबी न हो  
 उनको दिया जाता है जो शीकिया बल बढ़ाना चाहे, वह भी इस को  
 आवे । मरुम शिगरफ में परमारमारी विशेष शक्ति भर ही है । सर्वथा  
 नामर्द को मर्द करना इस का काम है । हम ने एक २ दिन इस मरुम  
 से कपूरों को योग्य बनाया । वल वृद्धि में मछिलीय है ४० दिव  
 लगातार इस को आवे, तो सब प्रकार का बल बढे और चेहरा पर  
 सुरभी धरे । माथा एक चावल से रती तक मुनका वा मरुम से  
 आवे । ऊपर से छोटा गर्म २ दूध घूट पर पीना चाहिये । सब रोग  
 वातस्र व कफस्र गठिया, अघरंग, लकवा रमा, सांसो कटिशल, ईर  
 छाती, मपाचन मादि को भी दितकर है । सरदी में घरीर सुन्न  
 होगया हो तो भी दो चार चावल गर्म कर देते हैं, वेसो सम्पूर्ण  
 मवस्थामों में मुनका में खिलाकर ऊपर से अरक का पानी वा सौंड  
 का कषाय पिलाना चाहिये । मूल्य की तोला १०) नमूना १मा १)

**अकसीर नम्यर १६, ( वग मरुम दर्जा अठवल ) -**

विशेष मरुम कच्छ डेढ़ सौ पुट में तो कियत शुद्ध की जाती है । इसके  
 सम्मुख मरुम चादो भी तुण्ड है । शुक्रमेह और २० प्रकार के प्रमेह  
 दूर करने में रामबाण है, शीघ्रपतन स्वप्न दोष, को भी दितकर है,  
 इस से पीर्य बहुत गाढ़ा होता है । लोआक और कुर्द को भी राम  
 दायक है । "मर्दको बज्र और घोटकों तंग" वाली फशाबत इसीपट्टे ठोक  
 जाती है । अधिक देर सेवन करने से मनुसक को भी पुसक बनाता  
 है । जिसका वीर्य पतला हो उस को पुष्टिकर औषधि यथा मरुम  
 शिगरफ आदि खाने से पहले कम से कम एक मास इसको खाना  
 चाहिये, माथा एक रती से २ रती तक दूध के साथ प्रात वा दोती  
 समय । मूल्य एक तोला १०) ३ माथा २॥) नमूना ६६ माथा ३॥)

औषधि मिष्टने का पता अमृत चारा छाहौर ।

अकसीर नम्बर २०, ( मन्मथ रस )-यह रसायन शिथली महाराज ने निर्मित की थी, इस से बुढ़ा भी जवान हो जाता है, और जो हर साठ खाये वह कभी कमजोर नहीं होता। बाजीकरण कल्पद्रुम में लिखा है -कि हमेशा इस को वही खावे जिसके पास बहुत सी स्त्रियां हों। इस में यह गुण है कि यह तेज नहीं है। क्रमशः गुण करता है और धीरे तक प्रभाव रहता है। हमेशा खाने से कोई हानि नहीं होती, शीघ्रपतन, शुक्रमेह, स्वप्नदोष आदि का नाशक है। पाचन शक्ति को बढ़ाता है, रुधिर को उत्पन्न करता है। पायुष वा कामला ( यस्कान ) कास श्वास, जुकाम, आदि को दूर करता है। पुष्टि दायक और संतुष्टि कारी है। जब इस औषधि को मेने सम्राट् पार पत्र में लिखा तो बम्बई के एक ७० वर्ष के वृद्ध ने जो २२ बच्चों का पिता था मुझ को लिखा कि यह योग मुझ को पहले से मादूम या यह युवावस्था से प्रत्येक जाड़े में दो सप्ताह इसके सेवन का अभ्यासी है जिस का फल यह है, कि अब भी सन्तान उत्पत्ति के योग्य है। मात्रा एक गोली से ४ गोली तक गरम दूध के साथ सार्ने। ऊपर से पान चयार्ये ती अच्छा है। मूल्य ६४ गोली ४), नमूना दगोली ॥)

अकसीर नम्बर २१ (४) रूपे घ ( रस-बाजी करण-बन्धेन कर्ता शीघ्रपतन तथा प्रमेह नाशक है यह मूत्र को भा गुण करती है भावामर्द रती से एक रती तक मक्खन या मलाईमें, मूल्य १३) तोछा नमूना १॥ मात्रा २) ६ मात्रा ७) है ॥

अकसीर नम्बर २२ (तामेश्व रस)-उपरोक गुणों के प्रतिरिक्त यह अधिक तेज है और दूध को पचाने में असुल है। मात्रा ३ रती से १ रती तक मक्खन में। मूल्य तोछा १३)

औषधि मिश्रण का पत्रा समुन द्वारा सादोर।



अकसीर नम्बर २३-दूध भी पचाने के लिये औषधियाँ प्रायः तीव्र हुमा करती हैं, परन्तु यह विशिष्ट औषधि है। यह ऐसी चीज है वैद्यक की गण है जिसको प्रत्येक मनुष्य दैनिक खाता है। दूध को पचाने की शक्ति दिन प्रति दिन बढ़ती जाती है, वहाँ तक कि बच्चों की मौखिक पहुँच जाती है, ऐसे मनुष्य की शक्ति कितनी होगी प्रत्येक मनुष्य समझ सकता है।

मासा २ चावल से ६ चावल तक एक दिन में, ४४ चावल प्रति दिन खाए जा सकते हैं हमने एक महाशय को ४० दिन खिलाया, यह आसकल २,३ सेर दूध दैनिक पचासकने हैं। पहिले दारी में मांस का नाम न था, अब मूय मोटे ठामे हैं। छाँक भर दूध भी पहले न पचता था, अब धीरे पीते हैं। अब दूध और घी पचे तो इससे बहुत फर शक्ति किसमें है। पताशा व खाट में डाल कर २,३ पूर दूध से निपल जावे। अधिक दूध तब पीवे जब उसको इच्छा प्रतीत हो। दिन में २,३ बार थोड़ा २ पियां करे, फिर दिन प्रति दिन बढ़ाते जावे १४ दिन के पीछे ऐसा गुण साहिर होगा कि हेरानो होगी। इसमें गर्मी वैधी नहीं है। और गुण इतना कि जो ७० दिन सा छेप हो उस कि पचना ही पचा है। सर्व रोग अफज सन्निपात आदि को हितकर है। मात्रा एक चावल से ६ चावल तक, मूल्य प्रति टोला १) रुपये ३ मासा १।)

अकसीर नम्बर २४ ( हनुम. खुशकुन )-मासा की बोर विशेष सीमा निवृत्त नहीं की जा सकती, जिन लोगों ने स्वप्न की इवाह समी तक नहीं खाए उन को एक गोली भी अधिक है, बाधी जानी चाहिए, हा सपले दिन धरती प्रकृति का अनुमान करके पुराक अधिक की जा सकती है, और जो स्वप्नगीर्षों के अस्थाधी हैं, यह आठ २ गोलीवा भी जा जाते हैं, इसी प्रकार चितकी प्रकृति

औषधि पिछले का पता अफज कारा साहौर ।

कफज वा य तिल है, वह अधिक खा लेंते हैं। परन्तु गरम प्रकृति वाले को एकाघ गोली ही पर्याप्त होती है। सत्य तो यह है, कि एक दिन साकर इसकी मात्रा नियत करनी चाहिए, साधारणतः ऐसी गोळियाँ बल को हानि पहुँचाती हैं, हमने इस में ऐसी औषधियाँ प्रविष्ट करने का उद्योग किया है कि जिससे बलको हानि नहीं होती। यद्वात ६ मध्य रखने की है कि दैनिक स्वप्नान के पहले गोळियाँ का सेवन न करना चाहिये, यदि मनुष्य तुरन्त स्थलित हो जावे, और औरत न हो तो स्वप्नान उत्पन्न नहीं हो सकती, यदि उत्पन्न हो तो नपु सफ होती है। स्त्री शुश न रहने से घर में सुख नहीं होता है, इसी प्रकार क्षीणपतन के रोगियों को अपने रोग का इलाज कराते हुए जब तक आराम न पावे कभी २ शावश्यकता पड जावे तो ऐसी गोळियों को आवश्यकता होती है, इस लिये यह गोळियाँ परोपकारार्थ बनाइ गई हैं। जो आनन्द के पीछे पड़कर इसको सेवन करेगा निःसन्देह हानि उठावेगा, हम अनुचित इसकी प्रशंसा नहीं कर सकते। सारांश यह कि स्वप्नान की गोळियाँ सदैव सेवन करना हानि कारक है। खाने की विधि यह है, कि १ वा २ गोली प्रकृत्यानुसार लगभग ५ बजे पानी के साथ और यदि प्रकृति गरम है तो थोड़े से दूध के साथ या मछाई के साथ निगल जायें ६ बजे एकाघ गोली और खाइ जा सकती है, ( यह पुराक बलवान की है, निर्बल को पहिले कम साकर गन्तमान कर लेना चाहिए, अर्थात् इस से अधिक खा सकता है) १० बजे मैथुन करना चाहिए, मैथुन पीछे गरम पिया हुआ दूध मिथी डाल कर जितना पिया जा सके वैसे जिस से कफज न हो ॥

गोली खाने के पीछे का १० मिनट चाहिए और यदि लुधा छो तो और या कलपा का १० मिनट ६१ थोड़ी सी खाना चाहिए या आनी ३ घण्टे प्रथम छाया जा सकता है। इस बात का ध्यान रखना चाहिए, कि गोली खाते पीछे कोई बस्तु ऐसी न खाइ जाय जो सड़ी या नमकीन हो नहीं ता चर्बेद्वय पूरा न होगा ॥

इन गोळियों से चौगुना बन्धेज होती है, जिनको शीघ्रपतन का कठिन रोग है, उनको चौगुना समय भी हो काय क्या मासूम होना, याज्ञो का अस्यास हो जाता है, कि पहिली बार शीघ्र स्वस्थ होकर दूसरी बार वया इच्छा बन्धेज होता है, मूल्य ३० गोली २) तमूना ॥

नोट—यही बार्ते जो इसके विषय में हैं अन्य स्वप्नकौषधियों वया अकसीर न० ४१, ४२, ४३, के विषय में समझ लें ॥

अकसीर नम्वर २५, ( त्रिधाता भस्म-वद्म, सीसा, जस्त )—यही भस्म है कि जिसको बहुत से लोग भस्म सोना कह कर बेचते हैं। क्यो कि इसका रंग पीला होता है। सबैष का स्वप्न-न इससे उत्पन्न होसकता है। क्योकि वीर्य, धो माता करमे में अतिशय है। शुक्रदोष, वा भीशय रोग के लिए अकसीर है, यदि ७ दिन मक्खन में डालकर सिंघारें, और नमक से परहेज, रक्ते तो घातु जाना तुरन्त दूर कर। और पुष्टि भी बहुत करता है। माता ३ रती से ३ रती तक मक्खन या दूध के साथ। मूल्य प्रति तासा ४), ३ माशा १), डेढ माशा ॥

अकसीर नम्वर २६, ( स्वर्ण सरप दर्जा, अरुवल )  
 खन्द रती भी जो इस भस्म को खावे इस का प्रशंसक बन जावेता, बुद्धा भी जवान हो जाता है। दृश्य, मस्तिष्क, श्रेष्ठ, वृषभ, मामाशय मूषाशय, मरुनाच्छय, सब को विशेष शक्ति देती है। एक आडे यदि ३ माशे भी सेवन करलें, तो बर्षों की मरुतुई २ शक्ति छोट आवे। यहाँ को पुष्टिदायक, वीर्य उत्पादक, भी दूध को पचाने वाली है। जब मक्खन में बना मारम्भ किया जाता है, तो जिनको मक्खन नहीं पचता वह छोटे, दिनों के पंद्रचाठ पाव २ मक्खन एक समय में खा लेते हैं मारपता नहीं उगता कहा गया। मक्ति को बढ़ाने और स्थिर रखने वाली है। बुद्धों की छाठी और निव न्तानो को सन्धान देने वाली है ॥

मात्रा एक अशकाश से चार घावठ तक है । भक्षण या गझाई में डाल कर निगल जावे, पश्चात्, वही समय या प्राय घण्टा पीछे दूध जितना पचा सके पान करे । यदि, अमाशय का ध्यान हो, तो फिर प्रति मात्रा पंशलोघन २ रसी दाना दलायची ३ रसा जवा रिश मसुगी २ रसी मिठा लिया करें । उचित अनुपान विधि से कफज रोगों को हितकर है । मुख्य ८०) फी तोठा मसूना ४ रसी ४) रजा दोयम ४०) तोठा मिठता है ॥

अकसीर नम्बर २७, [ अथ निर्बल न होंगे ]—यह गोळियाँ प्रमेह, और शीघ्रपतन नाशक है धातुपुष्ट करके शुद्धरक्त उत्पन्न करती हैं विशेषकर स्वच्छिन्न होने के पीछे एक गोली खाने से सारी सुस्ती जाती रहती है, और तीसरे पहर ३ गोली खाने से बन्धेज होता है । दैनिक खाने से शुक्रदोष दूर होता है । मात्रा १ से ४ गोली तक दूध से खाये । भोग के पीछे की निर्बलता दूर करने के लिए विशेष रूप से हितकर है दूध प्राप्त न हो तो वेसे ही खाये, हृदयरंजन पुष्टि दायक है । मुख्य ६० गोली १) मसूना ८)

अकसीर नम्बर २८, [ तैलमालकदानी ]—कफज रोग नाशक, धातु व मस्तिष्क पुष्टिकारक है, स्मरण शक्ति को बढ़ाता है जिसकी स्मरण शक्ति निर्बल है वह अवश्य सेवन करें, नेत्रों की निर्बलता को भी हितकर है हथेली मर्ले तो आंखों में ज्योति भाये, अग्निमके छिप भी अद्वितीय है । र्द्वं कमर, अन्य अंगों का पीड़ा, गठिया आदि को हितकर है । माच्छि भी की जाती है । दस्तकार को इसका तिठा कराते हैं, दर्दस्थान और जोटस्थान पर मठने से आराम जाता है मात्रा २ बूँद से ३ बूँद तक पताया में डालकर

धीमपतन, को दूर करे है। माथा १ गोली से २ गोली पानी के साथ खाया करे पश्चात् दूध पीवे,। शुक्र रोगों में दूध के साथ, बवासीर के साथ वासी पानी, सूनी बवासीर में दही के मठे, मगन्धर और मण्ड वृद्धि में त्रिफला के फल से छीदा में सिकांडपीन, कामला में छाछ पीडामो में अदरक के पानी के साथ दे सकते हैं। मुख्य ३१ गोली १), नमूना ८ गोली।)

घकसीर नम्बर ३२, ( शाही नुसखा )—इस नुसखे में कोई धातु नहीं डाली जाती तो भी इसके सेवन से रूप खीबन वसेज भी वृद्धि होती है। रक्त बहुत पैदा होती है। रुन्धी भूख लगती है। पुष्टिदाता, धीर्यवर्द्धक, कामोत्पादक, दृष्टि वद्धक और हृदय मस्तिष्क पर यकृत, फो वल देने वाला है ॥

गामाशय और मूत्राशय को पुष्टि देने वाला, और अन्न वायक है। धीमपतन, कमर का दर्द, निर्वलता के वाकने गुणकारी है। रक्त शोधक है। वाजीकरण है ॥

सदा सरदियो में इसका सेवन करने वाला प्रबल और अवाग रहता है। और स्वामाविक सुम्मान होता है ॥

माथा—गरम प्रकृति के वाकने ३ माथा। कफज प्रकृति के वाकने १ माथा ताजे वा उपाटे हुये दूध से हर रोज खावे ॥

१४ दिन के अन्दर २ मण्ठी तरह फाफी फर्क मालूम होगा। पय्य आदिक जो पीछे लिखे हैं वैसे ही है। हा यदि रक्षण में सार्व और गेहू की रोटी घी से चुपड़ कर चूरी वा चूरमा बनाकर सार्व और गिरियां दूध, घी, मक्खन, मलाई, इत्यादि का सेवन करें, तो बहुत शीघ्र छाम देखें, और दुर्गन्धि आदि जाती रहे। प्रकृति अनुसार मात्रा न्यूनतम अधिक कर सकते हैं। मुख्य ४, नमूना ॥)

अकमीर मन्वर ३३, ( आयुर्वेदिक टानिक )— आयुर्वेदिक टानिक में इसका नाम इस वाले रखा है, कि मन्वेजी टानिक औषधियों से इसका मुहायिला दिया जावे। सर्वदुष ही आयुर्वेदिक टानिक सप से पढ़ाए रखेगी। मात्रा ३ से २ तोला तक है, पीर्य साधनो रोगो के दिव्य में इसकी सेवन विधी इतनी ही पयत्त है, कि प्रात भोजन के पहले और रात को सोते समय इसको दूधसेकार्ये। यदि सन्तान न होती हो, तो स्त्री पुरुष दोनों एक ही मास तक दूध से इसको सेवन करें। प्रादेकप्रतु स्नान के पीछे गन्नाघान नियो जाव, दो, दो तीस मास में परमात्मा इच्छा पूर्ण करें। स्त्री पुरुष के रज व पीर्य के दोषो को दूर करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाता है ॥

पुष्टिकारक है। पीर्य क्षाय, स्वप्नशेष शीघ्रपतन को दूर करता है। शुद्ध रक्त उत्पन्न करता है। शारीरिक बलको बढ़ाता है। हृष्य मस्तिष्क, और यकृत को पुष्ट करता है। वात प्रकृति वाली को विशेषत गुणकारी है इसके सिवाय निम्न लिखित रोगो में भी गुणकारी है —

गठिया, सुटगे, कमर पसरी व छाती का दर्द, शीघ्रजोषु, मादि सर्व वातज रोगो के वाले गोली सायम प्रातः गरम पानीके साथ कार्ये, या मधु तथा अम्लक के रस अथवा सोंठ के बाले से कार्ये, धो का सेवन रजर्ष, दूध वम पीर्ये ॥

मधुमेह— मूत्रातिसार और वस म शकर मलमूमम आदि का माना,—हरद को छिलका, आमठा, दाऊदछरी, नागरमोथा देव दाऊ प्रत्येक दो भागे चार गुना पानी मिटाकर पचाय बनाये, और छान कर मधु मिटाकर इसके साथ साथ १ गोली खाया करें ॥

मोटापा—मधु ३ तोला पानी में घोळकर उसके साथ १ वा दो गोळियां प्रातः निहार सुप्त सार्वे और लिप (Fats) वस्तु से परहेज करें। ध्यावाम खूब किया करें ॥

पाहु, कामला, हलीमक.—एक गोली गोमूष के साथ बाया करें। वा कासनी के रस से वा कासनी के फर्क से दो सार्वे। कोष्टकता हो तो उसको दूर करलें, छाउ भी हितकारी है ॥

श्वेत कुष्ठ नवीन—निम्ब के छिलके के काढ़े में रोम एक वा दो गोळियां बाया करें ॥

सूजन तथा शोथ—सौंरु, मनी, तथा कासनी के फर्कों को मिठाकर सोयम प्रातः खिठावें ॥

जलोदर, कठोदर—पुनर्ना, ( इटसिट ) की लड ६ मासे लेकर उसको कवाय करके उसके साथ एक वा दो गोली खिठाया करें ॥

नेत्र रोग—विफला के पानी में मधु मिठाकर उससे १ गोली बाया करें। और घी का ज्य सेवन करें ॥

घूहे का विष और प्लेग—घी के साथ १-१ गोली प्रातः मध्याह्न, सायम को दवें। इश्वर छपा करेगा ॥

प्रदर—रसौंठ, विचगिरी, दाखलडी चिटापता समान भाग में मिठावें। और २ मासे एक गोली के साथ मिठाकर यकती के दूध वा पानी के साथ बाये। वा उपरोक्त बीजें ३ २ मासे लेकर कवाय करके इससे खिठावें ॥

ऋतुअभाव—सौंफ, सोये, गावजुवान, प्रत्येक ६ मासे लेकर कवाय बना का इसके साथ राजनडा होमेके साथ दिन' पहिले

भारम्भ करें। और जब एक मत्तुखाव होता रहे सेवन किया करे।  
इसीतरह जब तक सर्वथा नाराज न हो प्रति मास किया करें ॥

अगलकोम की शोध—त्रिफला क काढ़े के साथ देवे ॥

अगलघृदि—त्रिफला के काढ़े के साथ सायम प्रातः एक  
गोली खिलाव ॥

फण्टमाला—बालमार के मूल के बजल १ तोड़ा का क्वाथ  
बनाकर उसके साथ २ गोली प्रातः तथा १ सायम् को आवे। पी के  
साथ आने से भी गुण करेगी। मत्तलय यह है कि इस द्वाार को  
योगवादी कहा है। और यदुत्त से रोगों को गुणकारी है ॥

कफज रोग—पथाः—कफ युक्त खांसी प्रवास, जुकाम, मळठा  
भारि मे पिपलामूल, नागरमोथा, यही हरड, मत्येक ३ भाग्ये के काढ़े  
के साथ देवे। योगवादी का मत्तलय यह होता है कि जिस अनुपान के  
साथ दी जावे उस बीमारी को गुण करती है। इस अपनी पुदि के  
अनुसार अन्य रोगों में भी परत सकते हैं। और उपरोक्त रोगों में  
अपनी पुदि के अनुसार अनुपान परत सकते हैं। सर्व प्रकार की  
शक्ति के वाले दूध से सायम प्रातः कानी खाविये। गरमी में पथा  
गरम प्रकृति वाले इस्खगोल भी भूसी ३ भाग्ये मिला छिवा करें। मूल्य  
६४ गोली ९), नमूना ८ गोली ॥),

अकसीर न० १८ (शुक्रमेह की अनुपम औषधि)—

वीर्य क्षाव के वाले यह औषधि अद्वितीय है। वीर्यपतन और क्षाव  
क्षोप को भी दूर करके सदैव को स्तम्भन प्रदान करती है वीर्य पादा  
होकर सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनता है, यह दो प्रकार की शिवा की  
जाती है। अकसीर न० १८ क) और अकसीर न० १८ (ख) (ग) में  
यही औषधियाँ हैं जो (क) में हैं। परन्तु उनके शिवा करणी, मन-



विद्यमौली भास्पर, शिलाजीत, दर्शन और रौप्य भस्म, कृष्णासक  
मसम, मांससेनीकपूर, आदि विशेष है। जिससे यह उपरोक्त गुणों के  
प्रतिरिक्त हृदय, भस्त्रिक गुमाशय, यकृत और ग्रामाशय को भी पुष्टि  
देता है ॥

अमीरो के खाने योग्य है। स्वप्न शक्ति स्थिर होती है।  
अफीम का इसमें नाम तक नहीं। फिर भी उससे उस्तम बन्धेन करत  
है। घातु आमा इत ठरुद भागता है जैसे गर्दम के शिर से साँग।  
सर्प शरीर के पट्टे, मास विह, जोड़ इमसे गठे हुए रहते हैं। मात्रा  
११ गोली सायम प्रात ॥

यदि पित्त प्रकृति हो तो ३ मासे इक्षुगोल की मूसा में १ गोली  
रस धर शरवत नीलोफर या दूध से खा सार्वे। अगर शीत प्रकृति  
हो तो पानी से एक गोली सायम प्रात सार्वे। अथवा केदार, जाक-  
फठ, जापिरी, तम, दारखीनी, लौंग, समान भाग मिलाकर रसें। और  
माघ रती इस चूर्ण के साथ १ गोली मलाई में रस कर खा जाया  
करें। जय वीर्यसाय दूर हो आवे, तो पु सत्य के वास्ते इन गोलीयो  
को दूध से खाया करें। मुख्य मरुसीर नं० ३४ (क), ३२ गोली का  
२, नमूना माड गोली ॥) मृत्य (ख) ३२ गोली ॥) नमूना ८ गोली ॥)

अकसीर न० ३५ (लोहासव) - पौष्टिक है पट्टे की शक्ति  
देने में अनुपम है। शुद्ध रक्त वेदा करके छोड़े दिनों में सुख करदेता  
है। अरौरफ शक्ति को बढ़ाता है मिस्तर सेपन किया जाये तो पांढो  
को शीत नहीं होने देता। गठिका पचनवयात कफ रोगो को हितकारी  
है सुन्त पट्टे को चैतन्यता देने में अनुपम है। यस्त रोग, श्वास,  
बाँसो, कफ, वीर्य रोग, रंघनवायु आदि के वास्ते रामबाण है।  
माघा अमान के वास्ते ३ मासे साधारणतया है। परन्तु २ मासे से  
मारम्मा फरसे प्रकृति के अनुकूल ३ मासे तक रह सकता है सरदियो



जाने से गये गुजर का दलदान दनाता है हुबला पट्टी को ताबत वेनि के वास्ते प्रसिद्ध ही है, हाकटरी में इससे बढ़कर फोर चीज पट्टी को इभारने वाली घर्जन नहीं की है। मात्रा २ मासे खाकर ऊपर से दूध पीवें। या तीसरं पहर को खाया करें। कीमत फी पाव ८), नमूना १) रु० हमने अपनी बुद्धि से अत्यन्त कठुवे कुचले का मीन कर रिया है ॥

अकसीर नं० ३८, (शीघ्रपतन का इलाज) यह इधार्इयक और मस्तिष्कको शक्ति देती है। ठण्डिगठ खुल रखती है आनन्द अरुक शीघ्रपतन के वास्ते विशेष कर से तैयार की जाती है। १ पाखी का पादा पीस कर आप सेर दूध में डालवें। और प्राण पर रखें, १-२ उधार्इ आमावे तो दूध का रंग पीला हो जायेगा, तब अरा ठडा करके मिथी मिलाकर पीजावें, प्रातः या रातको छोते समय जैसे सुमीवाहो। गरम प्रकृति वालों को १ पाखी पर्याप्त है, शीठ प्रकृति वाले १-२ पाखी भी का सकते हैं १४ दिन के पश्चात् प्रागेसे रुय डा स्तम्भन होगा, और ज्यों २ सेवन करेंगे ज्यादा ही होया जायेगा। मुख्य ६४ गाखी २), नमूना १६ गोलो ४)

अकसीर नम्बर ३९, [ वीर्यवर्द्धक, पुष्टि दायक और शीघ्रपतन निवारक ]—यह दवाइ शीघ्रपतन के वास्ते अकसीर नं० ३८ की तरह विशेष हितकर है, विशेषता इस में यह है, कि यह पीय को खूब पैदा करती है, और पादा करती है, शारीरिक शक्ति को बढा ती है, और कामोत्तेजक भी है, मस्तिष्क को हद करती है, बिनागी काम करने वाले के वास्ते म्बामत है। सदा का स्तम्भन होता है, क्योंकि वीर्य अल्प होने क हाथ २ गाढा भी होता जाता है, पीय भाव को धूर करती है और इसी जलदार दोले हुए भी विष्टम्भो नहीं है, मात्रा ६ माहा से १४ तात तक है। साधारणतया १ तादा प्रमाण होठ ३४ है, प्रातः २ या तीस पाव दूध लफा कर गें दावें, और

में अधिक गुणकारी है । रात की आने समय समय में हाथकर जो  
आवे और ऊपर में दूध पीने । मुख्य दो चीस का ३) दूध, मूला ।

अकसीर न० (३३)—गुप्त पत्रों को तेज पत्तों में मनुस  
है । जिसको वेपल मेशुन इति की विप्लता होने इस लेख का  
संयन करें । घाने और लगाने दोनों काम देता है । एग और जो  
फिर न की देत होजाते हैं । ( Nervous debility ) के रोगों  
कोई बाकरी वगैरे इसकी परावरी नहीं पर सबही, एक ही एते में  
ही माशुपर्व्य अनक मेशुन दालि देता होने लगती है । अनेक सके  
और बावर शूर होते हैं । घाने के वास्ते इसकी भाषा १ घूँ  
है । परन्तु पहिले रोज घूस पीनी एक ठिमटा को लगाकर ठिमटा  
मकलन में जो उ है । जो मकलन को निगल जाये इसी तरह रोजाना  
घोटी ब्यापे, यदा तक कि प्रकृति के अनुसार, गुन्र से स्याद भी का  
सकते हैं । १४ दिन सेपन करके १ सातह छोड़ें । फिर भी यदि  
इच्छितफल प्राप्ति न हो तो इसी तरह और खेपन करें (दूध पी मकलन  
मठार का घूँ सेवन रफें । लगाने के वास्ते २—३ घूँ दालि  
पर लगाकर ऊंगली से धीरे धीरे २ दो चार मिन्ट तक मन्डि  
करें । अण्डधोश व सीपन को न लगमें दें । और ऊपर से पान अण्ड  
का पना या लाजपथ बांध दें । खेपन समय इन्दीव को पानी से  
बचायें । लेख मदी है, पही से पूरी है कि उपाय न करते हुए मो  
पहों को मजबूत करता है । स.रियो में एकसा सेपन अर्पित रफ  
उपयोगी है । कफज, वातज रोग, गठिया, घुबने का रूँ, रीपन बसु  
बसा, आंसो, आशुक्ति पत्रों की निषेधता भादि को शिखरी है  
एक ही ही के ३) दूध, मूला ।

अकसीर नमः ३७ [कुचलापाक]—यह एक गुलाबी  
प्रयोग है । अत्यन्त पानीपरण है । कसर के रूँ को दूर करता है ।  
बूँ और चीठ प्रकृति वालों को बहुत ही मजबूत है । १४ दिन

खाने से गये गुजर का दूधदान दनाता है कुचटा पट्टी को ताबत बेन के वास्ते प्रसिद्ध ही है, साफ्टरी में इससे बहुर फोड़ चीज पट्टी को बभारने वाली वर्णन नहीं की है। मात्रा २ मासे खाकर ऊपर से दूध पीये। या तीसरे पहर को खाया करें। कीमत की पाव ८), मसूना १) रु० इससे अपनी बुद्धि से अत्यन्त कठवे कुचले को मीन कर दिया है ॥

अकसीर नं० ३८, (शीघ्रपतन का इलाज) यह दवा रूग्ण और अस्तिरुक्को रुक्ति देती है। रुपिगत खुल रखती है अतः अरुण शीघ्रपतन के वास्ते विशेष रूप से तैयार की जाती है। १ गोली का थोड़ा पीस कर आध सेर दूध में डालें। और प्रातः पर खें, १-२ खाले आधावे को दूध का रंग पीसा दो जायेगा, तब जरा ठंडा करके मिथी मिलाकर पीयावे, प्रातः या रातको सोते समय जैसे सुमीतादा। गण्य प्रकृति वालों को १ गोली पर्याप्त है, शीत प्रकृति वाले १-२ गोलियाँ भी खा सकते हैं १५ दिन के पश्चात् आगे से रुग्ण का स्वप्न होगा, और ज्यों २ खेपन करेंगे ज्यादा ही होता जाएगा। मूल्य ६४ गोली २), मसूना १६ गोली ४)

अकसीर नम्बर ३९, [ वीर्यवर्द्धक, पुष्टि दायक और शीघ्रपतन निवारक ]—यह दवा शीघ्रपतन के वास्ते अकसीर नं० १८ की तरह विशेष हितकर है, विशेषता इस में यह है, कि यह वीर्य को सूब पैदा करती है, और बाढ़ा करती है, शारीरिक रुक्ति को बढा ती है, और कामोत्तेजक भी है, मास्तिरुक् को रुव करती है, हिमागी काम करने वाले के वास्ते म्नामक है। सदा का स्वप्न होता है, क्योंकि वीर्य अत्यन्त होने के साथ २ गाढा भी होता जाता है, वीर्य भाव को घूर करती है और रुतना सतदार होते हुए भी विष्टनी नहीं है, मात्रा ६ माहा से १५ तांछे तक है। साधारणतया १ तांछा प्रमाय होठ होता है, प्रातः सेर या तीस पाव दूध सेर १५ में डालें, और

में अधिक गुणकारी है। रात को सोते समय अमर में हाथों को  
जाके और ऊपर में दृष पीने। मूत्र दो घोंस का २) रुपये, ममूना ॥

अकसीर न० (३६)—गुस्त पट्टी को तेज बंगामे में मनुष्य  
है। जिगमो पोषण मेयुन शक्ति की दिविलता होवे इस तैल का  
संबन करें। याने और लगाने दोनो काम देता है। रग और वे  
फिर से को देस होजाते हैं। ( nervous debility ) के वाले  
कोई घाबट्टी क्यां इसकी दरापरी मदी कर सकती, एक ही हस्ते में  
ही माइसर्व्य अमर भीयुन शक्ति देता होमे लगती है। मगेल सबेठ,  
और कापर गुर होते हैं। याने वे वास्ते इसकी भावा है पूर्व  
है। परन्तु पड़िटे रोज मद्रुत घोड़ी एक दिन ॥ को लगाऊ। अमर  
अमरम में पो छ दे। और मरुम को निपट जाये इसी तरह सेनाता  
थोड़ी पटावे, यहाँ तक कि अहति के अनुसार पुनर से थपार भी का  
सकते हैं। १४ दिन सेपन करके २ सप्ताह छोड़ें। फिर भी यदि  
इच्छितफल प्राप्ति न हो तो इसी तरह और सेपन करें। दूध पी मजन  
मलाई का दूध सेवन रफ्तें। लवाने को वास्ते २—३ पूर्व इन्द्रिय  
पर लगाकर ऊंगली से धीरे धीरे २ दो सार मिस्ट तक माञ्छि  
करें। अण्डहोश व सीपन को न लगाने दें। और ऊपर से पान मण्ड  
का परात या मासपव बांध दें। सेपन समय इन्दीव को पानी से  
पचायें। तेज नहीं है, यही तो लूनी है कि उपाट न करते हुए भी  
पहले को मजबूत करता है। स दिनों में इतका सेपन अधिक उप-  
उपयोगी है। एकज, वातम रोग गटिया, घुबने का दर्द, शीत वायु,  
पुमा, सांसी, आशुति पट्टी की निर्धलता मारि भी दिविलता है।  
एक घीघी के २) रुपये, ममूना ॥

अकसीर नमर ३७ [कुचलापाक]—यह एक युवाता  
प्रयोग है। अत्यन्त वाजीकरण है। मार के दर्द को दूर करता है।  
दूध और शीत मण्डलि वाचो को घुब ही मनुष्य है। ४० दिन

खाने से गये गुजर का रक्षण बनाता है खुसला पट्टी की ताबत वेन के वाले प्रसिद्ध ही है, हाफ्टरी से इससे बड़कर फोड़ खीज पट्टी को इभारने वाली वर्णन नहीं की है। मात्रा २ मासो खाकर ऊपर से दूध पीवें। या तीखर फहर को खाया करें। कीमत की पाव ८), मसूना १) रु० हमने अपनी बुद्धि से वात्यन्त कडवे कुचले का मीन कर दिया है ॥

अकसीर नं० ३८, (शीघ्रपतन का इलाज)-यह इवारइवव और मस्तिष्कको शक्ति देती है। ठबियत खुड रखती है धानइ अरक शीघ्रपतन क चारठे विशेष रूप से तैयार की जाती है। १ गाळी का बाड़ा पीस कर भाघ सेर दूध में डालवें। घोंग भाग पर रखें, १-२ उबाले बाजारवे तो दूध का रंग पीला हो जायेगा, तब अरक ठडा करके मिथी मिखाकर पोसावें, रात का रातको खाये समथ जैसे सुमीठादा। गरम प्रकृति वालों को १ मोली पर्याप्त है, शीत प्रकृति वाले १-२ मोली भी खा सकते हैं १२ दिन के पश्चात् आगे से दूध का स्तम्भन होगा, और ज्यों २ सेवन करेंगे ज्यादा ही होता जाएगा। मूल्य ६४ पौंसो २), मसूना १८ गोली ३)

अकसीर नम्बर ३९, [ वीर्यवर्द्धक, पुष्टि दायक और शीघ्रपतन निवारक ]-यह इवार शीघ्रपतन के खास्ते अकसीर नं० ३८ की तरह विशेष हितकर है, विशेषता इस में यह है, कि यह पीय हो खूब पैदा करती है, और बाड़ा करती है, शारीरिक शक्ति को बढा ती है, और कामोत्तेजक भी है, मास्तिष्क को हल करती है, बिमागी जम करने वाले के खास्ते म्बामत है। बड़ा का स्तम्भन होता है, व्यक्ति वीर्य-उत्पन्न होने क, छाघ २ गाढा भी होता जाता है, पीय राय को हूर करती है और शक्ती को बढाद दोष हूप भी विपन्नी नहीं, मात्रा ६ मासो से १३ तादो तक है। चाचारयतका १ तासा, ममाय रुठ ३४। है, भाघ सेर १२। दूध अरक २२ में डालें. ॥

दुध का ज्वार पर रखें, और जैसा दाढ़ा दा ठाव और मम म धं  
 बहार पर कांट मिठाकर काटाव खादिष्ट दाया । ( धगर कोरि-  
 रिक्त और मन्धिक की दृष्टि बढ़ाने की शक्ति दा तो रीर की तण  
 गाढ़ा दा जाम क दशात इसमें काघ पाय या हार्कि की दाहकर  
 गुनल जैसा कि पापा मूसा जाता है, खात हाकपे वा हाररर मिथा  
 या कति मिठाकर गा जयें, एत दरद टी में पदाया दुभा दा धार  
 सादा पदा भी रहे ता करार नहीं दाता, किन्तु १ पाय का २) मगुम  
 १ क्रांक ।) घ ट मामा ।

अकमीर नम्बर ४०, [ स्वप्नदोष निवारक ]—  
 वहाँ विद्यमान के रोगों के कारणें कोण है, वध पीर्यजा  
 और शीघ्ररतन का भी माहक है । यदि छात्रम सधय घड़वि घु  
 सार की सीत गादिपा दुधे का मलाई से पायें ता स्वप्न भी होता है  
 १ मात में देवन से स्वप्न दोष को अधिकता पायी रहती है । स्व  
 से पास्ते तो स्वप्न दोष दूध हुआ नहीं करता, माया स्वप्न  
 को ही सीत गोदिपा । और स्वप्न दोष पौष्ट के पाय १ मध  
 तीसरे पदर का काघ पाय गरम दूध से या थोड़ी मलाई का देव  
 पानी से का लिया करें । गाया है गाणी से न गाणी यका  
 १२ गोली १) नमूना व गोली पार आयी ०

अकमीर न० ४१, ( कामिनी परीक्षण )—  
 कामिनी के पास्ते है इसका सब से मुख्य फायदा यह है, कि यह शी  
 यतन को पूर करती है, जो शोष दशा करते हैं, कि उन्हें स्वप्न म  
 होता, वध जरा इसे आगता दें, तीसर पदर को एक गोली घाट  
 के साथ या तवे, काई ममकीत या कही यस्तु न काय, दुध, म  
 खादि प्रा सकते हैं, जैसा अकमीर न० २४ के पाय में किना  
 है । इस से व गुणा स्वप्न होगा । यह मलाशयोधक है, इस वा  
 पीरु व गरम दूध पीव, वध इत न दा मथन, सौट पुनर करजो



मौ कम लागी, एक गाळी को बडे कमान को सुराक है । चाधारण मनुष्य को घानी गाळी हो पर्याप्त है ।

यह गोजिया रोज सुपह दूब के साथ एक नाल तक सेवन की आवे तो शीघ्र गमन दूर होता है रक्तदोष और जातु रात का सत्याश शो जता है यद्ये ही दिनों में शक्ति बहुत बढ़ती है, सुगंध पैदा होती है, मित्र सेवन के लिए ई चे ई गोक्षी तक कनी खादिये । हमने कस्तूरी, घाना, घादी, मोक्षी, कसूर, अमर गी गदोनीकाफूर इत्यादि चीजे उम्भित की है, जिनको ईश्वर ने समर्थ दिया है इन्हे खादि-वे कि साथ में २-२ मास जरूर इन घों, घ का सेवन किया करें पूर्व शक्ति प्राप्त होती है, मुख्य एक गाळी का एकदम ३० गोक्षी के २५)६० ॥

अकसौर नं० ४२, ( अनुम औपधि )—यह दवाई हमें बहुत थोड़े समय से मिली है और समाप्त थाया है, कि स्वस्मान करने वाली यसी दूसरी दवाई हमनी सहनी नहीं मिलेगी । स्वस्मान की औपधियां बहुत सखी हैं, जब कि यह उलटा कब्र को तोड़ने वाली है, स्वस्मान की औपधिका अधिक सेवन करने से अक्षरों छावि रोग करती है, परन्तु यह उलटा उमरी को रोदकर पेशाब हाफ जाती है, स्वस्मान की औपधियां मादक होती हैं और पुष्टवर्धक को हानि पहुंचाती है, परन्तु यह मैथुन शक्ति का बढ़ाती है, और पक्षों का छोटे नहीं होने देती, स्व मन दर्शिया सिर दर्द करती है, यह वैसा मौ कुछ नहीं करती, है, यह चाधारण रोज को घाने की चीज है चाधारण होता है, कि इस विषय पर चाचों नुरुखे लिखे गए परन्तु न जाने यह छोटी ही चीज क्यों किसी को न मालूम हुई, ऊपर लिखे गुणों के अतिरिक्त इससे पप्रेज भी सुर होता है, ३-४ गुण

दुग्ध को अग्नि पर रखें, खीर जैसा गाढ़ हो जावे और नर्म हो जावे, बतार कर काँठ मिठाकर कासाव, रघाविष्ट होया । ( अगर शारीरिक और मस्तिष्क की शक्ति बढ़ाने की इच्छा हो तो, खीर की तरह गाढ़ हो जाने के पश्चात् इसमें आध पाव या छटाँक धी दाऊकर भूमज्ज जैसा कि सोयाभूसा आता है, जाज होजावे ता बतारकर मिथी या काँठ मिठाकर खा जायें, इस तरह टी में पकाया हुआ दा पार सताह पड़ा भी रहे ता बरान नहीं होता, मुख्य १ पाव का २) नमूना १ छटाँक ।) अठ माना ॥

अफसीर नम्बर ४०, [ स्वप्नदोष निवारक ]—यह दवाई विशेषरूप से स्वप्नदोष के वास्ते तेजहार की गई है, यह वीर्यसाध और शीघ्रपतन को भी नाशक है । यदि सायम खाने प्रकृति अतुल्य हो तीस गोखीरा दूध या मलाई से खाएँ तो स्वप्न भी होता है । १ मास के दोषन से स्वप्न दोष को अधिपता जाती रहती है । सरा के वास्ते तो स्वप्नदोष बढ़ हुआ नहीं करता, माया रतमन को हो तीन गोखीरा । और स्वप्नदोष बौरह के वास्ते १ गोखी तीसरे पहर को आध पाव गरम दूध से या थोड़ी मलाई से बेयस पानी से खा लिया करें । मात्रा १ गोखी से २ गोखी तक है, १२ गोखी १) नमूना = गोखी पार घापी ॥

भी कम लागी, एक गोखी छो दहे शयान भी पुगाऊ है । आचार्य  
मनुष्य छो प्राणी प्राणी ही पर्याप्त है ।

यह गोखिया रोग सुपह दूब क साथ एक मास तक सेवन की  
जावे तो शीघ्र रोग दूर होता है स्वप्नदोष और चातुमात्र का उत्पानाश  
हो जता है चचे ही दिनों में शक्ति बहुत बढ़ती है, सुगंधि पैदा  
होती है, निरव रोग के क्षिप ३ से ६ गोखी तक लेनी चाहिये । हयने  
करतूरी, सोमा, चादी, मोती, बेसग, अमर गी तलेनीकाफूर इत्यादि  
चीजे अमिश्रित की हैं, जिनको ईश्वर ने सहाय दिया है दन्ड चादि  
व कि साथ में १-२ मास उकर एक और घ का सेवन किया करें  
पूर्ण शक्ति प्राप्त होती है, मूल्य एक गोखी का एकदामा ३० गोखी के  
२५)६० ॥

अकसीर नं० ४२, ( अनुम घौपधि )—यह दवाई हमें  
बहुत छोटे समय से मिली है और हमारा दावा है, कि स्वप्न करी  
घाली पसी दूसरी दवाई इतनी सस्ती नहीं मिलेगी । स्वप्न की  
घौपधिया बचाने वाली है, जब कि यह बड़का बचाने को तोड़ने वाली  
है, स्वप्न की घौपधिया अधिक सेवन करने से अश्वरी आदि  
रोग करती है, परन्तु यह बड़का बचाने को तोड़कर पेशाब बाफ  
जाती है, स्वप्न की घौपधिया ग्राहक होती है और पुंसत्वशक्ति  
को हानि पहुँचाती है, परन्तु यह मेषुन शक्ति का बढ़ाती है, और  
पहों को छोटे नहीं होने देती, स्वप्न बचानेवाला सिर दर्द करती है,  
यह वैसा भी दुख नहीं करती, है, यह आचार्य रोग की शाने की  
धीन है आश्चर्य होता है, कि इस विषयपर खासों लुहरे लिखे गए  
परन्तु न जाने यह छोटी सी चीज क्या किसी को न मालूम हुई, ऊपर  
लिखे गुणों के अतिरिक्त इसके घण्टे भी पूरा होता है, ३-४ गुण

ता साधारण] बात है ।) इस की नात्रा चार से आठमासे तक होना  
 जवान आदर्भ है, यह आठमासे पहले ही दिन सा सकता है, धरना पहले  
 कम प्रशस्त घर पांच म ये योगी खादिये । साथम् समय शुद्ध में  
 मिलाकर का जाव, सटी शरी चीजों तक का कर्ण म करें, १० बजे  
 के अन्दाज में इसका प्रभाव होगा । इसको प्रति दिन भी खया आ  
 खरता है जब कि यह शीम पतन की उत्तम औषधि प्रमायित होगी  
 मात्रा ३ माशा प्रात और ३ माशा रात्र शुद्ध में खटे या दूध से  
 खये यदि एक ही समय खानी दो ता १ माशा खये इस अजीब वस्तु  
 की कीमत हमने बहुत स्थूल रखी है, इस खर्च को भाखून सैज  
 खादि खनने की हम तथापी कर रहे हैं । आठ तोले खर्च को डिबिया  
 के दो करये । एक तोला नमूना के चार खाने ॥

अकसीर न० ४३—अत्यन्त रतम्भक—यह अकसीर  
 मंदर ४१ से भी पढ़ कर है । यह गुण उह कर्तमर होता है । जिस को  
 पहिलेही काफो यधेअ है वन को गठा तुर्शी (जब सखटाई न खार् जाय  
 माथि क वाछ मामिला, समस्त । म. प्रा १ गोकी कर्ण काती वाने तो  
 अभ्यासीनही है प्रथम अर्ध गोकी खेदन करें, जो अभ्यासी है वह हो  
 गोसी सी, सा सकते हैं, शेषविषय देखो अकसीर न ४४ के वर्णन में ॥

अकसीर न० ४४, (फलकसीर)—इसके गुण नाम से प्रगत  
 है । इसके खाने से हृष और आनन्द आता है । सुख यदक है, हृष  
 ष मस्त्रिक को आनन्दस्य पुठि धेती है शुक्रसेद, शीघ्रपतन, स्वप्रदाय  
 का भाव होता है । यदि तीसरे पदर को २ ३ माशा का खेवे ता बहुत  
 आनन्द आता है । स्वस्मक और सुखदायक है । कश्मी, अम्बर  
 यापूत, जमरुद, माती, सोना, चांदी केशर खादि से तैयार होती है  
 मूल ५ तोला २) नमूना १ तोला ॥)

अकसीर नं० ४५—प्रथम विशेष ध्वंसर पर डीकापन होजाता है, या थोड़ी देर पीछे रुग्णोग समय निर्यस्तता होजाती है, तो यह औषधि बहुत हितकारक है। शीघ्रपतन को भी दूर करती है। मात्रा १ माशा तक है। दैनिक दोपन के घास्ते १ माशा प्रातः १माशा तीसरे पहर दय्याति है। शीघ्रपतन दूर होकर स्वम्भन होना। और आवश्यकता से पहिले शिथिल होजाने को काम होगा। मूल्य १ तोला १) मसूना ६ माशे घाठ आना )

अकसीर नं० ४६, अम्बरी शिंगरफ—यह एक बहुत ही हितकर धत्वर्षक शिङ्गाफ रुग्ण का योग है, जिसके भीतर केश, ५ स्त्री, अम्बरादि सम्मिलित है, और यक्षता दूर करने के लिये दुग्ध व मास्यस्य विशेष विधि से मिष्टाया हुआ है, मात्रा अर्ध माशा अर्धकूल आने पर यदाते २ हो माशा, मासूली १ माशा तीसरे पहर दूध के साथ, प्रथम पहिले ही दिन प्रभाव होता है मूल्य ३) तोला ६ माशा १०)

अकसीर नं० ४७, पौष्टिक शीतल—यह औषधि वन कोषों के लिए है, जिसकी प्रकृति बहुत गरम है, कोई पौष्टिक गरम औषधि वनको अनुकूल नहीं आ सकती, या सोजाक का रोग था, पेशाब में कषम बाकी है, छाती बसकी नहीं गई, या मूत्राशय के अन्दर इतनी गरमी है कि अथ भी गरम व रुधौषधि रोग को दूर करने के उपाय में बढ़ाती है, सार यह कि सर्दी गम्भी है इतको दिया जाता है, प्रमेह शीघ्र रहस, स्वप्नदोष, सोजाकको हितकर है, आरुग्ण दायक है मस्तिष्क को तर ब ठाजा रखती है इससे उचित से गरमी हट जाने और प्रमेहादि दूर हो जाने के पश्चात् पौष्टिकौषधि दी जाती है, मूल्य ॥) तोला, मात्रा १ से २ माशा तक आयत प्रातः पहली के दूध से सर्वत नीजोफर से या सबसे अच्छा दूध या पानी है तीन पाष या सेर दूध अग्नि पर रखके, उवाक आजाय ता अन्तमें एक तीव्र निघोड़ दें, या

प्याथ वाध वही डालें फट आवेया साफ पायी, नियार छे, रमोर मही  
थाना है यह पायी दूध का रानी है इसमें मीठे के वास्ते शरबतु नीला  
फर पा मिथी गिद्धा लखते हैं ।

अकसीर न० ४८—यह औषधि शुक्रपेट व स्वप्न पाशक  
है, शरीर को मोटा करने वाली है, रग को लाल करने, घाली, मारी-  
रिफ यक्ष को बढ़ाने वाली, आमाशय को बल देने वाली, दीर्घजी  
वृषज को दूर करने वाली है । मात्रा १० माशा से लेकर ३ माशा तक  
जिगको बधन साथ हो यह दवा अग्य औषधियों के साथ हो जाती  
है, दिनके जरा से ख्याल से उपेक्षा होकर योग्य निश्चल खाता है,  
जसको विशेष का से गुणकारी है । मूल ४) पाप प्राधपाव २) ४० ।

अकसीर न० ४९ (गोली, करतुरी)—यह पसीरों के वास्ते  
है, इनमें सेवन से शीघ्रसेन दूर होता है, जो खसाह के पद्याह ही  
रथोटा, दूगा फरक अवश्य देखने, इसके अतिरिक्त पाजोकरय है ।  
इसके खुसने से मुख में सुगंधी उत्पन्न होती है, कोइ मशीली वस्तु इस  
में नहीं है । मात्रा १ गोली पाठ, अनुकूल धारि पर १ गोली साधन  
को भी रूपद से दूध पीये, मुख्य ४ गोली १), १६ गोली २) कर्पा  
३२ गोली ७) कर्पा ॥

अकसीर न० ५०—राज्यों और पसीरों के योग्य । अर्ध  
शुभ लगन । धाजोकरण सदा नौ एड । प्रथम दिन से ही प्रस पुंड्र  
आरम्भ होअ ती है, मुख्य ३० गोली १६) ६ मागी ३), २ गोली त सरे  
पहर को दूध से साथ, यदि पबजावे हो दूध में घूरा सम्मिलित  
करना चाहिये ॥

अकसीर न० ५१ (अपूर्व चिन्तामणि रस)—पायी शरत  
सय प्रकार के प्रमेद को दूर करती है । अयादर्थ स बाधक कोण-रक

बदर पायु, दिज की कगजारी, अरुचि, वमन, शिर सूज-कथेशूक-  
बदरपन, अग्र, बघलाता, गुद्ध, प्रसूत रोग, गम सम्वन्धी राग, प्रदर,  
सामराग-त्रिदोष-स्योरीग- इत्यादिकों को हितकर है। मात्रा साथ  
प्रातः एक २ गोली दूध से (मूल्य ६ गोली १) ,

अकसीर नम्बर ५२ (यमन्त कुसुमाकर रस—पारक-  
वर का प्रसिद्ध योग—ज्यावतीम, सप्त प्रकार का प्रमेह का शरतिया  
रसाञ्ज है। मात्रा एक २ गोली साथ प्रातः श्लायकी के चूर्ण और  
तीन माशा शहद के साथ प्रमेह जीघपतन रवप्रशप घोर्य हीतता  
के लिये साथ प्रात एक २ गोली दूध के साथ आवें। अमल पित्त  
के लिये एक २ गोली साथ प्रात एक माशा श्वेतचलन के साथ  
ताम माशा मिशरी में रस कर नारयन्त के पानी के साथ भिक्षाव।  
यदि नारयन्त का पानी न मिले तो नीलाकर का अर्क वा शरवा के  
साथ दें। मूल्य नमूना ६ गोली २)

अकसीर न० ५३—यह गाणियायिना किष्ठी भस्म या  
मादक पदार्थ से तय्यार की गई है। जीघपतन सायानाश करने  
और बन्धेस के लिये अद्वितीय है। मात्रा एक २ गोली साथ प्रात  
दूध से प्रात मूल्य ४० गोली २) नमूना १० गोली माट माना ॥

अकसीर न० ५४—यह शूल है। पुरों का वीर्य और  
स्त्रियों का दुध बढ़ाता है और बलका शुरू करता है। यकी हो उत्तम  
घन्तु है। शरीर को दृष्ट पुष्ट और रविर को हृष्ट करता है। खूनी  
अकसीर के खून को रोकता है। मात्रा २ माशा प्रात बाराबि को  
जिस समय सुमीठा हो दूध के साथ मूल्य एक पायो २) नमूना एक  
प्याद ॥)

मिठने वा पत गमूनभारा लारी ।

घाकसीर न० ५५—स्युर्ग है । स्वप्नदोष वाँटों विगैरत विद्यार्थियों के लिये बड़ी उपयोगी वस्तु है । मस्तिष्क को दृज्यत करता और स्मरण शक्ति को बढ़ाता है । मात्रा तीन माशा सायं प्रातः दूध के साथ, मुख्य एक पाव २) नमूना एक छटाह ॥)

घाकसीर न० ५६—यह अत्यन्त पौष्टिक है । यदि ५ माशा तीसरे पहर दूध के साथ सेवन की जाय तो एक ही दिन मस्तिष्क प्रभाव दिसलातो है । यह शीघ्रपान दूर करने में अतिशय नागी गइ है । इस में कोई मस्म नहीं पडी है । इतको हर अवस्था और हर ऋतु में सेवन कर सकते हैं । सुरावः ३॥ माशा प्रातः और ॥ माशा सायं दूध के साथ सेवन करना चाविये, और प्रकृति के अनुसार हो तो ३ मागे तक सेवन कर सकते हैं, मुख्य पाव पाव का २), नमूना ॥)

घाकसीर न० ५७—स्वप्नदोष के लिये है । पुराण पर उक्त लोगों के वास्ते जिनको विवाह नहीं हुआ है । सुरावः ७ माशा प्रातः ५ माशा सायं पानी से । मुख्य २) फी शीघी ॥

घाकसीर न० ५८ स्त्रियों आसय—हृदय व मस्तिष्क का पुष्टिदायक है और मेषुन शक्ति को बृद्धि करता है । हृदिका इत्यादि में आतशक आदि के कारण जो पीड़ा होती है उसे दूर करता है । आतशक के तीसरे दर्जे के सब रोगों में कामदायक है । दिष्टिया मृगी आदि में भी गुमकारी है । सुरावः दोमाँ समय में अनोपरान्त पानी के चमच में । यदि स्तनन क लिये जानो हो तो ८८ दूध सुरावः रफ्त, और पीठे थोड़ा दूध पीये । मुख्य २ दाम ४) ४०

मिठमे पा पता समुदायारी छादर ।



अक्सौर न० ५६ ( शीघ्रपतन की अक्सौर दवाई )

२० दिन खाने से व्याभाषिक रुकन होता है । कफज रोगों के लिये अधिक लाभदायक है, मुख्य २० सुराफ २५)

अक्सौर न० ६० ( गणेश पुष्प घृत )—संधि पीडा, घ

मृगी आदि को दूर करने में बहुत उपयोगी है । यह बहुत पौष्टिक और स्तंभक है । खाने में लगाने दोनों काम में नास्ता है । परल ही दिन प्रभाव दिखाता है । मुख्य प्रति तोला २)

अक्सौर न० २७ ( व - इतम कसूरी आदि औषधिया

योर डाल कर अधिक स्तंभक प लाभदायक बनाया गया है । मुख्य ३२ गोली २) ५० करोली ॥) है ॥

पारद गुटिका—पारा के गिलास में दूध पीने के जो गुण हैं,

यह इस गोली को दूध में लटका कर पीने में है । यह गोली दूध में नहीं बुझती और एक प्रकार की विद्युत शक्ति इसमें शर दती है । गुण में रखने से बल बढ़ाता है । स्तम्भन होती है दूध अपना पूरा प्रभाव दिखाता है, यह पौष्टिक व शीघ्रपतन व स्वप्नशोष को दूर करती है । इसका खेपनविधि पत्र औषधी व साथ भजा जाता है मुख्य यही गोली १) छोटी ॥)

शुद्ध शीलाजीत—शुक्रमेह, मूत्रातिसार प्रश्न, प्रसून मूत्र

रुच्छ, गणपतन, स्वप्नशोष आदि को हितकर है । बाजीकरण है, सन्मोग के पीछे छाये तो निर्वलता दूर होती है । छाती के रोग

---

ध्यान कि पुस्तक यदुत सी छप चुकी थी तब यह औषधि तैयार है । इस वाले अक्सौर न० २६ व स्पष्ट पृष्ठ पर नहीं लिखी गई ।

---

मिलन का पता समृत्तभारा लाहौर ।

राजशर्मा, जीर्णोत्तर का हितकर है। घाट पर धर्म से बड़ा लाभ होता है। दूदी डुर दूदी को-ओड़ती है। इस के अनिश्चित और बहुत से रोगों को हितकारी है। बढिया अकसीर है। इसकी सब विधि पर औषधि के साथ बना जाता है, इसे प्रायः प्रमेह, क्वनदोष, सोजाक, सुरह, आदि के वास्ते यह भस्म और शुद्धशिलाजीत मसली समान भाग मिला कर दिया करते हैं। ३ रती प्रायम प्रायः दुध आदि से छिछानो चाहिये। जो लोग इसका सेवन करते हैं, बहुत लाभ उठाते हैं। यह शुद्ध एक उत्तम करके, घंटीर को गांठ देती है। मुख्य १ तोडा १०) साधारण (—) तोडा और यह शिलाजीत में स्वण भस्मादि मिठाकर विशेष रूप से बनाते हैं जो सर्व रोगों के मोशने और वृद्ध बढान में अधिकोप होजाती है। (गु० २०) तोडा।

नाद—अकसीर न० ७ अकसीर न० १८ अकसीर न० १६ अकसीर न० २५ और अकसीर न० २६ के वर्णन में जो भस्म सखिया शिङ्गरफ, वग दजा अकवल, त्रिपुण भस्म और स्वर्ण भस्म दजा अकवल का वर्णन, दोषुफा, इन के अनिश्चित

## अन्य भस्मों

जो कि वीर्य विकारों में बरती जाती हैं।

सेवन विधि इन सब के साथ भली जाती है। यथा विधान से बहुत ध्यान चाहिये ॥

प्रवाल भस्म-वित प्रवृत्ति पाठो, शुक्लमह गहनों को हो जाती है।

मिचरी का पता अमृतभारा गायीर।

सुर्ती की बड़ी उत्तम औषधि है। पुरानी शिर पीड़ा अथवा मरण  
नमला, प्रतिश्याय, रक्तपमन घडमा भी हितकर है। मूत्राशय की उष्मा  
को दूर करता है। गुणजलन को भी हितकर है। मूल्य १ तोला ॥  
६ माशा ॥)

सुखिधा मसम—यासज कफज रोगों सधिवात गडगिवात,  
कफजकास श्वास, कटिपीडादि को हितकर है उत्तमक है। मूल्य  
( तोला ५), ६ मोना २॥), १० माशा ०५)

चादी मसम—शुक्रमेह स्वप्नशेष शीघ्रवतन, हृद्य मस्तिष्क  
ए मासाशय का निर्बलता, धातु धीणता, को हितकर है। प्रमेह  
दृश्य की घडकन का भी गुणकारी है। मूल्य ८ तोला ८ रुपया ३  
माशा २), गमुना २॥ माशा २)

लोहभस्मशिङ्गरफा—यह मसम फौलाद व शिङ्गरफा के मन्  
ध की लगती है। धातु के रोग यथा शीघ्रवतन शुक्रमेह का दूरकरण  
व क्षयता को घटाती है। शुद्ध रक्तोत्पन्न करती है। यकृत को मल  
केतो है, रग की श्वेतता को दूर करती है। मूल्य २ तोला २॥), ३  
माशा १=)

फौलादमसम ( दजा अञ्जल )—यह मसली फौलाद की  
मसम भी ५३ माशा म तैयार होती है। बड़ी उत्तमक है। शुद्धरक्त  
त्पन्न करके चहरे को थोड ही दिनों में साठ करती है। मूल्य ५)  
तोला, ६ माशा ६॥) उद माशा दस माशा

फालादमसम—धातुर्मीणता, शुक्रमेह, शीघ्रवतनादि, का हित

कर है यक्ष को घटायक है, रंग को हार करती है । मुख्य ५॥  
दिया तोला, ३ माशा ॥=) इस घाना

लोहभस्म—यह उत्तम लोहे से, सामान्य रूप में तैयार की जाती है, साधारण शब्दार्थों में दर्ती जाती है । मुख्य ॥॥) तोला ३ माशा ॥)

कुक्कुट-ख छिलका भस्म—श्वेतपदर, सोमोग, शुक्रमद, को दूर करती है । जीघपतन को बहुत हितकर है । बहुत शक्ति उभे जक है । लो को खिलावे तो अन्नत योनिक सदा करे मुख्य २, तोला ३), १ माशा ॥॥) रु, १० माशा ॥=)

मयूर भस्म—यक्ष रोग, कामलो पाशु रोग, शोथ, अर मूत्राशय की निर्यलता को हितकर और शीघ्रतम को भी अर कि रोकने, शक्ति की निर्यलता क कारण से तो बहुत गुणकारी है । मुख्य १ तोला १॥), ३ माशा ॥=)

सीसा भस्म ( टर्जा अन्वित )—यह पीत रंग की सीसा भस्म मयूराम है । बाजीकरण है शौर्य के अर्थ रोगों को हितकर है । मूत्र छुल्ल और सोयाक, कर्कह को भी हितकर है । अस्मि अरु वान स सर्व रोगों में की जाती है । फकल रोग खांसी रुग्णणी अवासीर, को दूर करती है । काम वृ की वृद्धि करती है । मुख्य १ तोला १०) दिया ३ माशा ॥॥ दिया, १ माशा ॥॥ दिया ॥

सीसा भस्म—मूत्रछुल्ल के वास्ते हितकर है । कुर्द को भी गुणकारी है । मुख्य १ तोला ॥), ३ माशा ॥=)

यद् य पारद मिश्रित भस्म—उत्तमना शक्ति को बढ़ाती है शुक्रमद शीघ्रपतन स्वप्नशोप, को गुणकारी है । १० प्रकार का प्रसिद्ध

मिठम का पता प्रसूतधारा लाठी ।

- सोम रोगादि को दूर करती है। सोजाफा घुर्गद को दितकर है।  
मूष्य १ तोला ६) ३ माशा २), ११ माशा १) ६०

ताम्र मरम—शमीकरण है, कफप्रय यातन रोगोंका मूलो  
च्छेद करती है, कम्पवातमादि को दूर करती है। जलोघर को  
दितकर है। मूष्य श्वेत रंग का ८) तोला ३माशा ०) ११ माशा  
१) ६० है। और कृष्ण रंग २) तोला ३ माशा ॥) माना

अमविघमोतीमस्म, (मरवारीद नासुफता)—इह,  
यच्छत, मलिक्का को यलहायक, शीघ्ररत्न स्वन्दीप, शुक्रमेहादि  
निवारक है। मूष्य ३० ६० तोला ३ माशा ७०) ४ रमी १।)

रस सिन्धूर—वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि है। यह रसायन  
है, उत्तजक है, इसकी वैद्यक ग्रन्थां में बड़ी प्रशंसा लिखी है। पुनु  
लित पारा से तैयार कृत का मूष्य २०) तोला है। और शुद्ध पारद  
से तैयार कृत का मूष्य १० ६० तोला शिगरफ से निपाळा हुआ  
पारा से तैयार कृत ५) ६ तोला है ॥

अःद्रोह्य—यह एक प्रकार का रस सिंधूर सोना मिथित है।  
सर्व औषधियों का राजा है। न केवल धातु सम्बन्धी सर्प रोगों को  
सर्वोत्तम औषधी है वरन् उचित अनुपात से प्रत्येक रोग में वरता  
जाता है। कइ घर इस से बस गए है। पुनुलित पारा से तैयार कृत  
का मूष्य १००) तोला, शुद्ध पारद से तैयार कृत २०) ६० तोला है ॥

## तिला ( लिंग तैल )

विशेषकर उन लोगों के वास्ते जो अपने हाथों मपना सत्यानाश कर चुके हों पुष्टिकारक औषधि के साथ २ तिला ( लिंग तैल ) का होना भी आवश्यक है। परन्तु स्मरण रहे, कि नकंछा तिला बहुत कम लाभ करता है। वास्तव में लिंग तैल नर्सों पेशों की सुस्ती दूर होकर चैतन्यता आती है, परन्तुसब तक आंतरिक यंत्र की उत्पत्ति न हो, इस से कुछ नहीं हो सता। तिला हमारे यहाँ बहुत प्रकार के तैयार होते रहते हैं। दो चार का नीचे वर्णन करते हैं।

तिलाओं की साधारण लेपन विधि यह है कि—रात मध्य रात्रि के समय थोड़ा सा तैल लेकर उंगली से धीरे २ मासिच करे यहाँ तक कि तैल भीतर सोख जावे तैल को ऊपर घमड़े पर लगाता चाहिये निचली सीपत नर्म होती है उसको बचाता चाहिये भार मिमय खुतना होता है, वनको सुपारी (लिंगमुस) भी बचाता चाहिये केवल ऊपर की छाल पर लगाना चाहिये अण्डकोष और प्रत्येक को मलजगद बचाता चाहिये। क्योंकि अन्तर स्थानों पर लगाने से घाव होजाता है। तैल मासिच करन के पश्चात् भाजपत्र परिण्ड पत्र या पान को पत्र बाव दें। यदि भूज से अण्डकोष भादि पर लग कर घाव हो जाये तो घृत राधवा मधुसूत क लगाने से यह फल पुर हो सता है तिला लेपन पर्यन्त शिशुओं में कल न लगाने देना चाहिये। यदि स्नान करना हा तो तैल से भोगा हुआ संगोट बाघ रखें ताकि पानी ऊपर हो से पर जाय। विविध ह्, आय तो परबोई भी मदी। तिलाओं को अंशुम लगाकर ७ दिन छोडना चाहिये इसी प्रकार ऊपर तक आशा पूर्ण नही करना चाहिये ॥

मिलने या पना समुत्पत्ता नाहीर।

तिला न० १—कुछ सुगन्धि युक्त है। बूढ़ों को भी काम  
बना देता है, बूढ़ों को विशेष रूप से गुणकारी है। दूध मैथुन से  
शियिल्ट हुआ को और जो शौकिया पद बढ़ाना चाहें, यह तिला का  
परायण है। नसों परों को बल देता है। साधारण कुन्सिया सी होती  
है कोरें कष्ट नहीं होता। मूल्य ४ डराम ५), १ डराम १।)

तिला न० २—यह ठेज नहीं है और जग जावे तो डर नहीं  
है। दूध मैथुन वालों को विना उपाद के बड़ा काम पहुँचाता है।  
मूल्य २ डराम १) एक रु०, मसूना १) घार घाना।

तिला न० ३, तिलायमहत्—दूध मैथुन कार्यों को विशेष  
रूप से गुणकारी है। साधारण मयल्याओं में बहुत काम पहुँचाता  
है। साधारण कुन्सिया होती है। विशेष कष्ट नहीं। मूल्य ४ डराम २)  
मसूना २)

तिला न० ४, तिलाय मायूसीन—यह कष्टघ्नक है। चर्म  
का एक परत उतार देता है। परन्तु दूधकारों को नसों परों का  
बहुत शीघ्र ठीक करता है। ४ दिन के सेपन से ही बल प्रतीत होता  
है। किन्तु खाने की अच्छी औषधी भी खाए हो क्योंकि तिलाओं के  
खाए वैदिक औषधि का सेवन करना आवश्यक है। निराश रोगियों  
को इस से बहुत काम हुआ है, शियिल्टता, ब्यजसंगता, नपु सकता  
दूर करके पूरा बल प्रदान करता है। इस की श्वार युद्ध की मालिश  
करके पान का पठा बांध दिया करें। ४ दिन के भीतर ऊपर का चर्म  
बलर जावेगा फिर भीतर से नया चर्म आता है, जो बलवान होता  
है। बहुत ज्यादा कष्ट नहीं होता अधिक कष्ट अनुभव करेंगे तो नसून  
उगावे से शान्ति होती है। ४ दिन के पीछे ७ दिन छोड़ कर फिर  
उगावे इसी प्रकार दो बार बार करें। मूल्य २ डराम २), मसूना १।)

मिठम का परा—असुतवारा लोदीर

तिला न० ५—पह परत दरत कुछ नहीं बतारता न खुब  
पुन्ची होती है, जरा सी घूरी सी कमी निकलती है, कानी नहीं सिफ  
बकी है परन्तु जोम तिला न० ४ से कम नहीं फरता है । १० दिन के  
छगाने से नानर्द मर्द होता है । मूल्य ४छराम ४) नमूना १ दरान १)

तिला न० ६ ( लिंगवर्द्धक )—इस के छगाने से एम  
घोर स्पूस होता है, तीप्र नहीं है, बहुत सा छगाना चाहिए गढा  
देव होना चाहिए, इस में हींग ३ भाग मिलाने हो और भी ४८=  
है । मूल्य ४) कप आबी शीशी २) कप नमूना ॥)

तिलाय न० ७ (उत्तेजनावर्द्धक);—आवश्यकता से १ परत  
कपन छगाना जाता है, उस दिन अधिक बल आता है । छपराम  
भी है, जिसने एक घार भी आरमाया प्रसन्न हुआ, भर्द, या १ भाग  
ककम ६ भाग मधुमें निमाद्य पर छगाकर फलगड प्रादि देकर वष  
वीध दे, एक घंटा पीछे पीछे दें, समय पर खुब बज माफून होया ।  
नासि बढ जायेगा । मूल्य १ ठाला १), ६ भाग २५) नमूना  
१ भाग ॥)

तिलाय न० ८ अत्यानन्द दायक (मुक्तजिज्ञे शाहा)—  
इसकी प्रयोग क्या करें, जिसने एकघार भी आजसोवाँ बसर नोदिव  
हमा, अत्यन्त आमरु दायक, अत्यन्त सुगधि युक्त, जहाँ हो इतक  
आय एक चावत प्रयास है । १चायक से १एँ तक सुपारी परे छपाने  
यदि अधिक इच्छा हो, तो १-२ चबल कपर भी छगावे, परन्तु  
अधिक छपाने से स्त्री को अलम होती है । एक घा घार में अरसेब  
बंदावा हा जायेगा, कि कितना छगाना चाहिये । अम्बर, कश्मीरी  
केसर, लहर जैसी अंगूरियाँ है । इस्तिफ सुगधि के निनि १ कद-

निचने का पसा—अमृताघारा खाहोर ।



सहा लगा सकते हो । मुख्य १ गोली १२), ३ माशा ३), नमूना २ माशा १२)

तिलाय, न० ६ (आनन्ददायक)—यह भी अत्यन्त प्रसिद्ध द्रव्य है, दोनों को आनन्द देवे है । इसी द्रावक भी है । एक गाला हस्तधारवा मधु में घिसकर एक चटा पहिले लेप करें, और हमा करने हें । मुख्य ३२ गोली २), १६ गोली १), नमूना १),

न० १० लेप पौष्टिक व स्तन्नक—यह लेपन केवल स्तनधारक है, छायाई और स्थूलता प्रदान करता है, परन्तु स्तन्ननकारी है । जो लोग स्तन्नन की औषधि खाना परुद नहीं करते, उनके काम को बहुत है । स्तन्नन के वास्ते बेट माशा के समान लेपकरके एक घंटा पीचे पोंछ दें । रोग निवृत्ति के लिये रात को लेपकर के पोंछ दिया करें या गरम पानी से धो दिया करें । मुख्य १ माशा २० नमूना १), चारमाशा

लेप न० ११, ( फामनी द्रावक )—न० ८ के शुद्ध है वह पपीरों का है तो यह गरीयोंको । एक माघ माशा न० ८ की तरह उपकरण कार्य में प्रयुक्त हो लगभग वही गुण है । मुख्य १), चाया गोली १),

तिला न० १२—इस का नाम तिला अशरी यह तिला न० ५ की भांति तेज है दो तीन घाघल भर लेकर माक्षिश करें, और ऊपर पान के पत्ते घाघ दिया करें और बहुत ही सावधान रहे । पहले ही दिन छलि प्रतीत होगी । अधिक कष्ट हो तो मक्खन लगा दें, चार दिन लगा कर सात दिन छोड़ दिया करें, जो तकलीफ महन कर

मिठने का परा—प्रभुतपारा छादीद

सकने हों वह मंधपाछे । मूल्य एक शीशी २) इस से न्यून नहीं बेजा  
जा सकता ॥

तिलान न० १३—यह भी न० १२ की तरह ठेका है गुण भा बेव  
है । मूल्य एक शीशी २) इस से न्यून नहीं बेजा जा सकता ॥

तिलान न० १४—यह विद्याओं का रासा है और बहुत ही  
गुणकारी है मूल्य ६) शीशी

तिलान न० १५—अत्यन्त आनन्द दायक है । बच्चों के  
बालों को चमकाने के लिये भी नोयत प्रयुक्त होती है । मूल्य  
२) शीशी ॥

सिद्धवसा—पीटा रगत पर और सुस्त रगत पर मछठेरी, इस  
की मात्स्य किण पर करने से नखों और पंखे पुष्ट होते हैं । यदि मधु  
मिश्रण इतनी मात्रा में घुटा जाय कि कहीं कहीं वह घ घानन्द दायक है  
मूल्य २) शीशी, ६) माशा ॥) घाट आना

सिद्धवसा—इतना मधु मकरन्द गुण है मूल्य ३) शीशी या ६) माशा

पंजाबी प्रेस लाहौर में छपा ।

मिठने का पता—मसूखवादा लाहौर ।

# क० वि० वै० भू० पं० ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य

रचित प्रत्येक मनुष्य के पढ़ने योग्य वैद्यक पुस्तकें

सोजक का वर्णन-तत्सम्बन्धी व्याख्या उसका कारणनिदान और चिकित्सा बहुत उत्तम रीति से अंकित है (मूल्य ॥)

शीघ्रपतन-समस्त दुनिया में ९९ प्रति सैकड़ा से भी अधिक इस रोग में ग्रस्त हैं, कारण यह है कि सुरभ्यसन सम्पूर्ण अंग पर अधिकार किये हुये है, इस पुस्तक में इनकी पूर्ण व्याख्या की गई है, और पञ्चोदर चिकित्सा और सब प्रकार के प्रयोग भी दिये गए हैं, ताकि प्रत्येक घनी व निर्धन लाभ उठा सकें (मूल्य १/-) ॥

डाक्टर लुईकोहनी के चार स्नान-की पूरी विधि बड़ी योग्यता से संक्षिप्त रूप में लिखने का पद्मासुदन से प्लेग की चिकित्सा कैसे करनी चाहिये, इसका भी वर्णन किया गया है (मूल्य ५/-) ॥

ब्राह्मी-आज कल ब्राह्मी के तन्त्रा नाशक, मास्तिष्क पोषक, स्मरण शक्ति बढ़क, प्रमेह नाशक आदि होने को सभी जानने लग गए हैं, और ब्राह्मी बहुत रुचन की जा रही है। इस में ब्राह्मी का पूरा वर्णन करके सेवन करने के असंख्य उपाय लिखे गए हैं (मूल्य १/-) ॥

मन्त्र काल-यह पुस्तक घर में मौजूद होनी चाहिये और प्रत्येक घर में पढ़कर या सुना कर इस के सम्पूर्ण लेख हृदयस्थ करा देने चाहिये। प्रत्येक दाया को इस से अवगत होना आवश्यक है। इस में २३ तत्सम्बन्धि चित्र हैं। (मूल्य ॥\*)

प्लेग से बचाव-वाक्य के विषय में क्या, हकीमा पंडा यशो ने आज तक अतमा अनुसन्धान किया है सब इस में अंकित है स्वास्थ्य रक्षा के प्रत्येक नियम और प्रत्येक औषधि का सविस्तार वर्णन है इसको पढ़कर किसी अन्य पुस्तक के देखने की आवश्यकता नहीं रहती (मूल्य ॥\*)

कोष्ठघटा-मूत्र घटा, कृमि के कारण, उत्तम और चिकित्सा बहुत उत्तम रीति से लिखी है, देशी मगरेष्ठी, सब प्रकार की घटा नाशक और पाचन कारी औषधियां संक्षिप्त हैं ॥) ॥

करते हैं वह मंगवाते । मुख्य एक छोटी २) इस से म्यून नहीं मंत्र  
जा सकता ।

तिला न० १३—वह भी न० १२ की न्याहे लेज है मुख्य भी देवे  
ही है । मुख्य एक छोटी २) इस से म्यून नहीं मंत्र जा सकता ।

तिला न० १४—यह तिलाओं का राधा है और बहुत ही  
धुंधला है मुख्य ६) छोटी

तिला न० १५—अत्यन्त आनन्द दाक है । बघपि न० ८ की  
पांति धुंधिल नहीं है । पदोशी तक की नीबत पड़ जाती है । मुख्य  
२) छोटी ।

रिचवसा—पीडा स्थान पर और सुख स्थान पर मसंडेवे, रण  
की माछिदा छिग पर करने में तसों और पड़े पुष्ट होते हैं । यदि मधु-  
मिथाकर इसकी माछिग २ घसटा पदिले करें घस व आनन्द दाक है  
मुख्य २) लोका, ६) माशा ४) पाठ आना

रिचवसा—एगमग अपराक सुख है, मुख्य ३) पाठ आ० लोका

पंजाबी प्रेस लाहौर में छपा ।

---

मिठने का पता—मन्तुधारा लाहौर ।

# क० वि० वै० भू० पं० ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य

रचिन प्रत्ये ६ मनुष्य के पढ़ने योग्य वैद्यक पुस्तक

सोजक का वर्णन-तत्सम्बन्धी व्याख्या उसका कारणनिदान और चिकित्सा बहुत सराम रीति से अंकित है मुख्य ॥१॥)

शीघ्रपतन-समस्त दुनिया में ९९ प्रति सैकड़ा से भी अधिक इस रोग में ग्रस्त हैं, कारण यह है कि घुर व्यसन सम्पूर्ण जगत पर अधिकार किये हुये है, इस पुस्तक में इनकी पूर्ण व्याख्या की गई है, और पञ्चीत् सविस्तर चिकित्सा और सब प्रकार के प्रयोग भी दिये गए हैं, ताकि प्रत्येक धनी व निर्धन लाभ उठा सकें मुख्य ॥२॥

हाकटा लुईकोहनी के चार स्नान-की पूरी विधी बड़ी योग्यता से संक्षिप्त करके लिखने क पञ्चासुवन से प्लेग की चिकित्सा कैसे करनी चाहिये, इसको भी ध्यान किया गया है मुख्य ॥३॥

ब्राह्मी-भाज कल ग्रन्थी के तन्द्रा नाशक, मास्त्रिक पौष्टिक, स्मरण शक्ति वृद्धक, प्रमेह नाशक आदि होने को सभी जानने लग गए हैं, और ग्रन्थी बहुत रुवन की जा रही है। इस में ग्रन्थी का पूरा वर्णन करके खेषन करने के असह्य उपाय लिख गए हैं मुख्य ॥४॥

प्रसूत काल-यह पुस्तक घर में मौजूद होनी चाहिये और प्रत्येक घर में पढ़कर या सुना कर इस के सम्पूर्ण लेख हृदयस्थ करा देने चाहिये। प्रत्येक शायी को इस से अवगत होना आवश्यक है। इस में २३ तत्सम्बन्धि चित्र हैं। मुख्य ॥५॥

प्लेग से बचाव-साकल क विषय में घटा, हकीमा य हा कर्णों ने आज तक जितना अनुसन्धान किया है, सब इस में छिपित है स्वास्थ्य रक्षा के प्रत्येक नियम और प्रत्येक औषधि का सविस्तर वर्णन है इसको पढ़कर किसी अन्य पुस्तक के देखने की आवश्यकता नहीं रहती मुख्य ॥६॥

कोष्ठयद्धता-मल पद्धता काल के कारण, उत्पन्न और चिकित्सक बहुत सराम रीति से लिखी है, देशी मंगरुची, सब प्रकार की बरतना नाशक और पाचन कारी औषधियां संक्षिप्त हैं ॥७॥

# आवश्यक नोट ॥

(१) सब पत्र गुप्त रख्य जाते हैं ॥

(२) ऐसे हर पत्र को हम समयम पढ़न और उत्तर नोट करने और वास फ़र्क से लिखवाते हैं ॥

(३) सब औषधियाँ हमारे पर्यवेक्षण में तैय्यार होनी हैं।

(४) पुस्तक में लिखी औषधियों के बिना यदि किसी दूसरी औषधि का किसी विशेष पुरुष के लिये आवश्यकता हो तो बंद पना दी जाती है ॥

(५) जो महाशय किसी बيمारी के वास्ते नुस्खा ( योग ) जानना चाहें उन को पत्र के साथ फीस भझनी चाहिये, जो कि पथा शाक है । परन्तु १) से न्यून का मनीमाटर नहीं लिया जायेगा ॥

(६) यदि कोई औषधि अनुकूल न पड़े तो तत्कात पत्र लिख कर बदलाना चाहिये ॥

(७) जो महाशय या इलाज के वास्ते जानना चाहें वह पत्र लिखकर और अपनी हाइस वर्जन करके पहिले पूछें कि हमको जाने की आवश्यकता है या नहीं और कितने दिन रहना आवश्यक है ॥

## सूचना

जो महाशय इलाज के वास्ते यहाँ पधारे, उसको मफान रहने को दिया जायेगा, यदि वह चाहें तो दैनिक औषधि भी बिना रीस दीजेंगे । जाने मारि का प्रबन्ध उग का अपना होगा ॥

हमारे मफान का-पता निम्न लिखित है —

**ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य**

ममृतधारा धर्मन ममृतधारा सड़क- अमृतधारा टाकडाना लाहौर ।

पत्र तथा तार के वास्ते " ममृतधारा " लाहौर काफी है ॥

स्वाधिकार सुरक्षित हैं कोई साहित्य छापकर नुकसान न उठावें ।

ओ३म

# शीघ्रपतन

तत्सम्बन्धि व्याख्या, उसका कारण  
निदान और चिकित्सा

प० ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य, सम्पादक उर्दू तथा  
हिन्दी देशोपकारक, आविष्कृत 'अमृतधारा'  
और अन्यान्य वैद्यक पुस्तकों के रचयिता  
ने लोकापकारार्थ लिखा ॥

भार

— ○ —

“ काव्यालय अमृतधारा ” के काव्य कलाओं  
ने लोकोपकारार्थ समझ करके  
अमृत प्रेम में छपयाया

\* नं० ५४५

पत्र व्यवहार तथा तार का इतना पता काफी है —  
'अमृतधारा' लाहौर

कापी १ •]

[मूल्य १॥

## हजार हजार ॥

धन्यवाद है उम परमात्मा का जिसने हम का बुद्धि प्र  
की । बुद्धि ही स हर रोग क निवारण करने के एमे एम इ  
निकल रह हैं । बुद्धि न हाती, तो मनुष्य सदा राग प्रसक्त ही र  
धीघूपत्तन एक भयानक राग है । जो कि गलस्थी पुरुषों की र  
और आनन्द पर कुल्हाडा चगाता है । बुद्धि भ्रष्ट दान स  
रोग दुर्व्यसनों में फसके और एमे राग मूल लेते हैं । परमा  
सय को बुद्धि देवें, कि वह व्यसना में न फसें । परमात्मा की  
हुई शक्तिया का निरादर करने का यही हाल है । बाप आ  
कहते हैं, कि एसे विषयों पर पुस्तकें नहीं छिपनी चाहियें । ग  
जा गिर गय हैं, रनका उठाना नहीं चाहिय । बरत और भुं  
पर कुण में हा गिरा म्ना चाहियें । इस के पशुन से गच्छि ल  
कम हावें और गेगी अपनी चिकित्सा कर सक तो में भ  
मिहनस सफल समझूगा ॥

हाकुरदत्त शर्मा वैद्य

सादर ॥



# शीघ्र-पतन

धीर्य कहते हैं उस लम्बदार श्वेत रंग विशेष, प्रकार की गन्ध वाली वस्तु का जिस स घञ्जा घनता है ॥

शीघ्र पतन के अर्थ है सह्यास क समय उसका जल्दी निकल जाना ॥

यह एक रोग है

जो मैं दाखल कह सकता हूँ कि मी म स ९९ का आज कल अवश्य है। जिसको वृद्धों वही इस से व्याकुल है। पञ्चायत में बहुत थोड़े जग इसको पञ्चे से घञ्जे हागे। यदि मैं यह कहूँ कि प्रायः इक्ष्वाकूरी हकीमों का यह रोग सदा मित्र है तो कुछ झूठ नहीं होगा, क्योंकि इसी की वद्वैतत वह कमा रह ह। कोई भी विद्यापन पेसा न होगा जिसमें इस रोग का वर्णन न हा। जम्मन घटिका धिधिध नामों से लच्छेदार शब्द लिख कर वची जाती हैं, "इयते को तिनके का सहाय" रोगी इन्ही को सेधन कर के काम वासना को वृत्त करना चाहते हैं, परन्तु शोक ! कि परिणाम उनकी भाशाओं के विपरीत हाता है। यह घटिकारण रोग का और भी भड़काती हैं। इसके अतिरिक्त पेसी गालियों स निम्न लिखित रोग हो जाते हैं—

पथरी, प्रमेह, शूश्रुच्छ, मानसिक निर्यलता, सन्तान कान होना इत्यादि। इस प्रकार घञ्चारे रोगी अपनी रही सही शक्ति का विगाड़ कर जीते जी मुर्दह हो जाते हैं, और हाथ मल र कर रोते हैं ॥

कार्योत्थय अमृतधारा में जो दैनिक पत्र इस विषय में प्राप्त होते रहते हैं, यदि उसका सायश भी अंकित करूँ तो आप लोगों क रोगटे लड़े हो जाय इस अवस्थाको किसने पढ़ाया? हमारे दुष्कर्मों न ऐसा कि आप को अभी धिदित हो जायगा ॥

## कारण

शोथपतन का प्रथम और सब से बड़ा कारण हस्तमैथुन है। यह वह सांघातिक अभ्यास है, जो मनुष्य का दम के दम में नष्ट कर देता है। यदि इसका सविस्तर धर्षण किया जाय तो महीमों ही उत्पन्न हो जाय इस लिये इसका सविस्तर धर्षण तो "काम व रति शास्त्र" में करेंगे, किन्तु यहां भी संक्षिप्त धर्षण करना उचित प्रतीत होता है। व्यमचार से भी यह कर शरीर को नष्ट करने वाला, मासिक शक्ति को क्षीण करने वाला, चेहरे के तेज और आँसुओं की ज्योति को हरने वाला, मानुषी शक्ति को जड़ से उखाड़ देने वाला, प्रमद, स्वप्नदोष, मामदी, हार्दिक निर्यसता, यकृत की निर्बलता, मस्तिष्क की निर्यसता, हृदिनाश इत्यादि रोगों का उत्पादक एक बुरा व्यसन सर्वत्र प्रचलित है। इस को फारसी में जलक या मुद्दतङ्गी कहते हैं। हमने इसका नाम हस्तमैथुन रक्खा है, यों तो फिस्ती भी प्रयोग्य प्रकार से धीर्य नष्ट करने से प्रयोजन है। शोक का विषय है, कि यह खिले पत्रे सभ्य धर्मानो की गर्दन पर हमेदा सवार है, विद्यार्थी प्रायः इस ज्ञानक व्यसन के अभ्यासी पाए जाते हैं। मन्त्रियों के पुजारी, धम्म शालाओं के मार्ह, मस्जिदों और खानक़ाहों के मुख्या भी प्रायः इस बुरे फर्म में व्यस्त रहते हैं ॥

हस्तमैथुन प्रायः छोटी आयु में ही आरम्भ हो जाता है, मृत मातायें और अज्ञान दाइयां जब बच्चे से लाड करती हैं, तो उनकी उपस्थेन्द्री को बार २ छूती हैं, राज दाइयों का यह नियम होता है कि सोते समय उपस्थेन्द्री को पकड़ कर घेरि हिलाती और मलती रहती हैं, बच्चे को कुछ सुख प्रतीत होता है और यह सो जाता है। इस प्रकार उसको हाथ लगाने और मलते रहने की भावत होजाता है। आज कल यस्त शानदार और गरम पहने जात हैं। घर भी गरम होते हैं, आहार मनाफादार और बहुत मिल्ता है। और उस से भी अधिक यह कि मादक द्रव्य पचा अफीमादि मातायें बहुत छोटी

प्रायुसे ही आरम्भ कर देती हैं। इस प्रकार बच्चे अभी दस वर्ष की प्रायु को भी नहीं पहुँचते, कि कामोत्तेजना उत्पन्न होने लगती है। उपस्थि का सदा हाथ में रखने और मलते रहने की टेव तो पहले ही से होती है, पर हस्तमैथुन आरम्भ हो जाता है। इन बच्चों की स्वच्छता का भी कुछ इतना ध्यान नहीं रक्खा जाता। नहाने धोने का नियम इनको आते ही नहीं ॥

कई २ दिन बिना नहाने के बीत जाते हैं, उपस्थेन्द्रि में श्वेत मज्जा एकत्र होना आरम्भ हो जाता है, जो उत्तेजना का एक कारण है, इससे एक प्रकार की मीठी स्राव भी होती है जो अचक्षुषमेव बुद्धिया में प्रवृत्त कर देती है ॥

मुझा, भारी, और पुजारी जिनको आहार भी परमात्मा की कृपा से अच्छा मिलता है, सारा दिन वे फिर सोप पड़े रहते हैं, हर समय स्त्रियों का आगमन जिनके पास रहता है, भला क्योंकर न इस कुकर्म के कत्ता हों ! अब कि बड़े २ तपस्वी भी जङ्गलों में रहते हुए इस कामदेव को जीतने में असमर्थ हुए। इन सब से यह चढ़कर एक बड़ा भारी कारण इस दुष्ट व्यसन का घुरी संगठ है। हर समय की उत्तेजनाकारी यात घीत, उपन्यासों के खच्छेदार शब्द और किन्से कहानियों में सुन्दरता का वर्णन भी इस घुरे मार्ग की ओर ले जाने में सहायता देता है ॥

### पाठक गण !

इस घुरे अङ्गुली से स्वयं बच्चों और दूसरों को बचाओ, क्या आप को मालूम नहीं कि यह क्रिया नाशकारी है ! घात तो ऐसा ही होता है, क्योंकि यदि आप इसकी हानियों से अवगत होते तो अवश्य इसके निर्मूल करके उपाय सोचते और यह दुष्ट रोग प्रत्येक छोट बड़े के सिर पर सघार न होता। सीजिये हम आपको हस्तक्रिया के घुर फलों से अवगत किये देते हैं ॥

परमात्मा ने स्त्री की योनि में एक प्रकार की तरबता भर

## कारण

शीघ्रपतन का प्रथम और सब से बड़ा कारण हस्तमैथुन है। यह वह साध्यात्मिक अभ्यास है, जो मनुष्य का दम के दम में नष्ट कर देता है। यदि इसका सविस्तर वर्णन किया जाय, तो महीनों ही खर्च हो जाय, इस लिये इसका सविस्तर वर्णन तो "काम य रति शास्त्र" में करेंगे, किन्तु यद्यपि संक्षिप्त वर्णन करना उचित प्रतीत होता है। व्यमधार से भी यह कर शरीर को नष्ट करने वाला, मानसिक शक्ति को क्षीण करने वाला, चेहरे के तेज और आँसुओं की ज्योति को हरने वाला, मानुषी शक्ति को जड़ से उखाड़ देने वाला, प्रमेह, स्वप्नदोष, नासर्दी, हार्दिक निर्यस्तता, यकृत की निर्यस्तता, मस्तिष्क की निर्बलता, दृष्टिमाश इत्यादि रोगों का उत्पादक एक दुर्गम व्यसन सर्वत्र प्रचलित है। इस को फारसी में जलक या मुस्तजमी कहते हैं। हमने इसका नाम हस्तमैथुन रक्खा है, जो तो किसी भी उपयोग्य प्रकार से धीर्य नष्ट करने से प्रयोजन है। शोक का विषय है, कि यह लिये पढ़े सभ्य धर्मियों की गर्दन पर हमेशा स्वार है, विद्यार्थी प्रायः इस ध्यानक व्यसन के भोग्यासी पाए जाते हैं। मन्दिरों के पुजारी, धम्म शालाओं के भारी, मसजिदों और सानकानों के मुल्ला भी प्रायः इस बुरे काम में व्यस्त रहते हैं ॥

हस्तमैथुन प्रायः छोटी आयु में ही आरम्भ हो जाता है, मूत्र मातायें और अज्ञान दाहियों जब बच्चे से लड़ करती हैं, तो उनकी उपस्थेन्द्री को धार र फूटी हैं, आज दाहियों का यह नियम होता है कि सोते समय उपस्थेन्द्री को पकड़ कर घेरिश् हिलाती और मलती रहती हैं, यन्त्रे की कुछ सुख प्रतीत होता है और यह मा जाता है। इस प्रकार उसको हाथ लगाने और मलते रहने की भादत हाजाती है। आज कल घर घर शामदार और गरम पहने जाती है। घर भी गरम होते हैं, आहार मसादादार और बहुत मिलाता है। और उस में भी अधिक यह कि मादक द्रव्य यथा अफीमादि मातायें बहुत जाती

प्रायुसे ही आरम्भ कर देती हैं। इस प्रकार पक्षे सभी दस वर्ष की प्रायु को भी नहीं पहुँचते, कि कामोत्तजना उत्पन्न होने लगती है। उपस्थि को सदा हाथ में रखने और मलते रहने की रीति तो पहले ही से होती है, पर हस्तमैथुन आरम्भ हो जाता है। इन बच्चों की स्वच्छता का भी कुछ इतना ध्यान नहीं रखा जाता। महाने घोने के नियम इनको भाते ही नहीं ॥

कई २ दिन बिना महाने के पीत जाते हैं, उपस्थेन्द्रि में श्वेत मल एकत्र होता आरम्भ हो जाता है, जो उत्तेजना का एक कारण है, इससे एक प्रकार की मीठी खाज भी होती है जो अवश्यमेव बुद्धिया में प्रवृत्त कर देती है ॥

मुष्ठा, मारि, और पुजारी जिनको आहार भी परमात्मा की कृपा से अच्छा मिलता है, सारा दिन वे फिर सोप पड़े रहते हैं, हर समय स्त्रियों का आगमन जिनके पास रहता है, भला क्योंकि न इस कुकर्म के फल हों ! जब कि यड़े २ तपस्वी भी जङ्गलों में रहते हुए इस कामदेव को जीतने में असमर्थ हुए। इन सब से यह चढ़कर एक बड़ा भारी कारण इस दुष्ट व्यवसम का घुरी संगत है। हर समय की उत्तेजनाकारी यात नीत, उपन्यासों के खच्छेदार शब्द और किस्से कहानियों में सुन्दरता का वर्णन भी इस घुरे मार्ग की ओर ले जाने में सहायता देता है ॥

### पाठक गण !

हम घुरे अज्ञात से स्वयं बच्चों और दूसरों को बचाओ, क्या आप को मालूम नहीं कि यह क्रिया नाशकारी है ? घात तो ऐसा ही होता है, क्योंकि यदि आप इसकी हानियों से भवगत होते तो अवश्य इसके निर्मूल करने के उपाय सोचते और यह दुष्ट रोग प्रत्येक छोटे बड़े के सिर पर सवार न होता। लीजिये हम आपको हस्तप्रिया के घुरे फलों से भवगत किये देते हैं ॥

परमात्मा ने स्त्री की योनि में एक प्रकार की तरबता भर

अवस्था होजाती है। बधासीर भी सम्भव है कि होजावे अन्त में शीघ्रपतन और नपुंसकता आ दवाती है। किसी राग से अकस्मात् इतनी आंखों की ज्योति दूर नहीं होती, और मनुष्य अन्धा नहीं हाता जितना कि केवल इस घुरी क्रिया से होता है। इस क्रिया से केवल शक्तियां ही नष्ट नहीं होतीं बरन् शरीर भी निकम्मा होजाता है ॥

मुख पीला, अवाञ्छित सपथ, और शरीर में जगह-कठिन पीड़ा होने लगती है ॥

इस्टीन साहित्य कहते हैं कि इस घुरे व्यसन से मध्ययुवक बूढ़े होते हैं। चेहरा पीला आलसी, अशानी, और नपुंसक होजाते हैं, कमर झुक जाती है। अर्थात् गंघात होजाता है, अमाशय में फरक आजाता है। सम्पूर्ण शरीर निर्यल और आंखें भीतर घुस जाती हैं ॥

इस जगह उन असंख्य पत्रों में से जो देशोपकारक भीषण अथ में पहुँचते रहते हैं, एक को उद्धृत किया जाता है, जिससे पाठक अनुमान कर सकते हैं, कि हस्तमैथुन से अन्त में लोग कितना दुःख उठाते हैं ॥

एक श्रीमान् लिखते हैं— मैं एक २६-२७ वर्ष का लघु अवान याहुर में जन्मिलमैन और भीतर से शोक और दुःख का पुतला हूँ,। यूँ तो मेरी मरी अघामी की उमर है, परन्तु स्त्री के समीप जान से इतना भय है कि जैसे सिंह के पास जाने से बकरा, मध्या विष्टी के पास जाने से चूहा डरता है। कारण इसका यह है कि जिस समय मरी आयु १४ वा १५ वर्ष की हुई और मैं मिडल की दूसरी श्रेणी में पढ़ता था तो मैने माता पिता से योरडिंगहाउस में प्रविष्ट होने की प्राथना की -- वह स्वीकार की गई। मैं योरडिंगहाउस में गया गया ! नर्क में प्रविष्ट होगया। मैं अपनी तीव्र बुद्धि के कारण अपनी श्रेणी में सय से प्रथम रहता, था, सम्पूर्ण पाठ

मेरे गिर्ह जमा होगये सुपरिगटेगडेन्ट योर्डिंग भी प्रसन्न था, उसने कहा जिस जगह चाहो अपना निवासस्थान नियत करजो मैने चारों ओर देख कर

सुन्दर व अल्पायु लड़कों के मध्य में विस्तार लगा दिया, अब रात्रि में जो हमारे अध्ययन का समय था में सर्वथा (खिखने के योग्य नहीं है, सम्पादक)

स्कूल में चार दिन की छुट्टी हुई और अध्ययन घोड़िङ्ग जाते समय घोड़िङ्ग का सारा प्रयत्न हमारे सिपुर्दे कर गया, इस प्रयत्न का हमने वह चार रातें विषय भोग में बिताई। कई विद्यार्थियों की संख्या बढ़ाकर बुधवार की खूब शक्ति की और मन लगा कर अपने जीधन रूपी वृक्ष की अड़ को काटने में प्रवृत्त होगए। स्कूल में इस दिन

की छुट्टी हुई और हमारे प्रेमास्पद भी अपने घरों को चले गए, उनके वियोग का हाल क्या खिखूँ, इस एक आंसुओं की छड़ी नेत्रों से बँह रही थी,

अब हमारा रात्रि का नियत समय आता तो हम का कठिन दुःख और हेश होता हमने अपने सहपाठकों से अपनी अवस्था वर्णन की तो उन्होंने हम को हस्तमैथुन की सम्मति दी। और हमने दो २ बार तीन २ बार आरम्भ

करके जीधन धन को लुप्तना आरम्भ किया, यहा तक कि छुटियाँ समाप्त होगई और हमारी डबल प्रैक्टिस आरम्भ होगई

और दिन प्रति दिन वही तीव्र बुद्धि और स्मरण शक्ति जो सराहनीय थी निकृष्ट और निन्दनीय होगई, और हम परीक्षा में तीसरी बार जाकर अचर फर्स्ट श्रेणियों में रह कर पड़ी कठिनता से

उत्तीर्ण हुए, हमने घोड़िङ्ग छोड दिया और हस्तमैथुन को अपना मित्र बना कर एकान्त में रहने लगा हर्ट्स पास कहलाने लग

परन्तु भीतर ही भीतर हस्तमैथुन को पैम० ए० पास करके पल० पैस० डी० के भी कण्डीडिट हो गये थे ॥

अर्थात् स्वप्न दोष तो एक निश्चित बात थी, यदि किसी समाह में प्रति दिन न हुआ तो दूसरे दिन घाटी से होता कुछ आश्चर्य ही न था, यह भी महत्ते रहे। परन्तु इस पर भी इस न हुआ परन्तु यदि कहीं प्रेम का रूपका किञ्चन मात्र भी चर्चा सुन लिया तो सुनत ही

सुनत पतन हांगया ~~कोई~~ कोष्टवदता, और अपाचन इतनी दुः  
कि सुधा ससाधों व लिय जाती रही, निरन्तर, सिरदर्द, हाथों में  
कम्प हांगया मानों सम्पूर्ण रागों का अँ घर हांगया ।

जो कुछ भी कडा मुँह पर फरती है । तीन वर्ष से दवाइ कर रहा  
है कोई लाहौर का इदतकारी घैय नहीं कि जिसके घी० पी० न  
मगधा खुका है । परन्तु लाभ 'बसि से उछीस नहीं हुआ' ॥ ( इस  
चिह्नी म बहुत सा खोइ दिया है ॥ )

सज्जन गया ! यदि घेस ही और पत्रों को उद्धृत करम सगु  
तो आप विस्मित होजाय और कसेजा मुँह को भाये ॥

इस कुकर्म के घुरे फल ॥

लम्पी चौड़ी फिल्लासफी की आयश्यकता नहीं, साफ बात  
है कि जब अमोक्ष रक्त शरीर का सूर्य नष्ट हो ता क्या प्रभाव  
होगा । यह घुरी क्रिया जब पहिले आरम्भ होती है तो कुछ  
इतना प्रत्यक्ष प्रभाव नहीं दिखाती, और इस्तेखिये बाज आसमक  
कुछ परवाह नहीं करते और यह दिन प्रति दिन बढ़नी आरम्भ होती  
है । अन्त में हृदय, मस्तिष्क, जिगर, मूत्राशय यकृत की शक्ति नष्ट  
होजाती है । घुरे प्रकार का स्वसदोष, हृदय का धड़कना युद्धि का  
पिगाइमा, निर्धसता, नपुंसकता, अक्षि भादि ता इसके बाप हाथ क  
कर्तव्य है । शीघ्र पतन ~~अ १०१~~ आरम्भ होजाता है । शिर भारी रहता  
है । जुकाम और नजला भी अँर आजमाते है । आसस्य और प्रमाइ  
तो इस के सगे भाइ है । किसी काम के करने को जी नहीं चाहता ।  
घेहारे की अलार्इ, मेघों की ज्योति, आती रहती है । बाल २ में भूख  
होने लगती है । साय दिन उदासी रहती है । जहाँ बैठ गए यहाँ  
में हिंसा महीं जाता देखिय कौन भाकर पाह पफइ कर उठाता है ।  
बाज देखने में तो अँधे परन्तु मोतर में गज हुए हांस है ॥




## वाचक वृन्द !

यह हम कुछ हानि कारक क्रिया का कथा चिह्न है ।

मुझे लज्जा आती है, कि मैंने इस विषय को देशोपकारक में लिखा, परन्तु फरें क्या लोगों को इस की खराबियों से अवगत कर के उस से बचना भी मुख्य कर्तव्य था, । लज्जा का स्थान है कि हम को लिखते हुए लज्जा आवे, और करने वालों को करते हुए लज्जा नहीं आती । सत्य जानिये वह खोग संसार में कोई काम नहीं कर सकते, जो हम कुकर्म के अभ्यासी हैं । स्मरण रखो यह क्रिया विनाश कारिणी है, जो अब भी हमारी शिक्षा न मानेंगे वह जीते जी मृत प्राय थोड़ी ही देर को हाथ मल २ कर रोवेंगे । हमने अपना कर्तव्य पालन कर दिया मानें वा न मानें आपकी इच्छा ॥

दूसरा बहुत बड़ा कारण और पहिले से भी निरूप्य इस रोग का यह है, जिसका नाम खेने भी घृणा आती है । इस लिए यहां केवल इतना ही लिख कर बन्द करता हूं, पाठक स्वयम् समझ लेंगे ।

( ५३ ) धनि मैथुन से शीघ्रपतन होता है । क्योंकि इस दशा में भी धीर्य पतला हो जाता है । और मन्स में विना इच्छा खराब होने लगता है । और यही शीघ्रपतन  की नीच है ॥

( ५४ ) मान्सादि के अधिक सेवन से भी शीघ्रपतन प्राय हो जाता है । क्योंकि यह वस्तुएं गरम हैं ॥

( ५५ ) सटे पदार्थों के अधिक सेवन करने से भी शीघ्रपतन हम लिये होता है कि खराब धीर्य को पतला करती है ॥

( ५६ ) बहुत बैठने से भी शीघ्रपतन रोग हो जाता है ॥

( ५७ ) वेद्यों में अथवा रजस्वला से भाग करने से शीघ्रपतन रोग होता है ॥

( ५८ ) अन्य विशेष कारणों से हृदय, यकृत, मस्तिष्क पुर्वल हा जाने से भी शीघ्रपतन हो जाता है ॥

( ९ ) कभी धीर्य की अधिकता और रुधिर की बहुतायत के कारण से भी शीघ्रपतन रोग होता है । नहीं २ शब्द "है" कहने में भूल की "होगा" कहना चाहिये था । आज फल से यह असम्भव प्रतीत होता है, कि शीघ्रपतन धीर्य की अधिकता और रुधिर की बहुतायत से हो । मला हम में इतना धीर्य और रुधिर कहाँ कि जो शीघ्रपतन का हेतु होवे, हमारे माता पिताओं का छोटी आयु में विवाह और अब हमारी छोटी आयु में विवाह इस पर रक्त अधिकता का दाया निरर्थक है ॥

वाजे वैद्य भी यह भूल कर जाते हैं, कि जब मोघ ताज्ज मनुष्य देखा, पूजा धीर्य खूब जाता होगा ? अब ही उत्तर हाँ में मिला, नतीजा शीघ्रपतन धीर्य की अधिकता के कारण, और मृत फसद शोध दिया, ताकि रक्त का आवेश और धीर्य की अधिकता कम हो जाये परन्तु इनको आश्चर्य से देखना पड़ा जब कि शीघ्र पतन के साथ दुर्बलता भी इन रोगी को हो गई । हम भारतवासियों को स्वच्छता का प्रेम नहीं, स्वास्थ्य की हमें परवाह नहीं, धन हमारे पास नहीं, आहार हमारा अच्छा नहीं रुपया हमारे पास नहीं । यदि होता है तो दुराचार से उम्फा सत्यनाश कर देंगे किन्तु हमको रक्त और धीर्य की अधिकता कहां ॥

( १० ) स्तम्भन की श्रद्धा भी शीघ्रपतन उत्पन्न कर देती है । साधारणतः यह आश्चर्य प्रतीत होता है, परन्तु घासनाथ में भव्य यही है कि जो घस्तु स्तम्भन करती है, यह धीर्य की निःसख परब शीघ्रपतन उत्पन्न करती है ॥

( ११ ) पनुष्य के शरीर में प्राप्त शक्ति है उनका उत्पादन शोषण, सम्परण, धारण, पाचन, रचन भाठ रूप है । धारणशक्ति वह है जो आकृष्ट की दुह घस्तु का रक्ते । अब जिसकी यह धारण शक्ति हीन होगी उसको शीघ्रपतन भयदय होगा ॥

क्योंकि धीर्य को ठहरा रखन वाली शक्ति जब निर्यल है तो धीर्य को कौन ठहरायेगा ? ऐसी वृशामें तो स्तम्भन घाटिका भी रह आयेगी । मत्त म्यारहवा कारण धारणा शक्ति का निर्यल होना है ॥

( १२ ) धीर्य कोश में गरमी हो जाने से भी शीघ्रपतन होता है क्योंकि गरमी के कारण धीर्य पतला और शीघ्र गिरने वाला हो जाता है ॥

### लक्षण

( १ ) यदि यह हस्तमैथुन से हो ता उसके चिन्ह वही हैं जो पहिले वर्णन हो चुके ॥

( २ ) यदि घृणित व्यसन ( गुद ) से शीघ्रपतन है तो भी वही लक्षण होंगे जिनका वर्णन हो चुका है ॥

( ३ ) हस्तमैथुन से शीघ्रपतन हो तो उसका लक्षण उत्तेजना का कम होना, धीर्य का कम निकलना, दुर्यलता इत्यादि २ हैं ॥

( ४ ) मास मद्यादि के सेवन से यदि शीघ्रपतन रोग है तो उसके लक्षण धीर्य का अधिक गिरना और उत्तेजना अधिक होना समझो ॥

( ५ ) सट्टाई के अधिक सेवन करने से यदि यह रोग हुआ है तो इसके लक्षण कफ का अधिक निकलना धीर्य का रंग भ्रंत होना, उत्तेजना में कमी और इन वस्तुओं का सेवन पहिले भावश्यक होगा ॥

( ६ ) यदि बहुत घेठे रहना इस रोग का कारण है, तो उसके लक्षण धीर्य का बहुत निकलना और उत्तेजना का कम होना है

( ७ ) याजारी स्त्री वा रजस्वला से संभोग करने के कारण यदि यह रोग पीछे पड़ा है, तो लक्षण मूत्र का रंग लाल, जलम से भ्रामा, मूत्राशय में सर्वैष गरमी मानूम होना है ॥

( ८ ) दिल, दिमाग, जिगर की निर्यलता से शीघ्र पतन है, तो उत्तेजना का अच्छा न होना और उन धर्मों में से किसी का दुबल होना है ॥

( ८ ) धातु और रक्त शक्ति के कारण शीघ्रपतन है ता घीय दूध की कभी लस्सी की तरह होगा, पतन होते समय बहुत ज्यादा निकला करेगा । उत्तेजना भी अधिक होगी, मधुन वजन से निर्बलता न प्रतीत होगी, चेहरा खाल होगा, इन्दी कठोर होगी, शरीर बल युक्त होगा ॥

( १० ) स्तम्भन खागी औषधिया सवन करने से यदि शीघ्र पतन है तो घीय कम होगा, पतला होगा, और कष्टसे निरक्षर करेगा ।

( ११ ) यदि वारणा शक्ति हीन है, ता घीय अधिक गिरगा, सफेद और पतला होगा, सब्दी और तर्गे पाई जाएगी, उष्णता न होगी ॥

( १२ ) घीय काश में गरमी हानी, इसके घी ससर्ण हैं जो न० ७ में वर्णन हुए ॥

## शीघ्रपतन रोग की चिकित्सा अकित की जाती है ॥

यदि बिल विमागादि दुर्बल है, ता उनकी औषधि करो । यदि रज घीय अधिक है, तो फस्य मधुन, और शीतल पदार्थ संपन करने चाहिये ॥

शाय सय के पास निम्न लिखित औषधियां हैं । यदि किसी विशय राग के लिए अधिक हितकर होगी ता वहाँ लिख दिया आयागा ॥

औषधियां युनामी तथा बसक दानों प्रकार की लिखी हैं । युनामी नाम फोड़ ० उनको जिन्होंने युनामी को औषधिया कभी नहीं पकी हैं अप्रसिद्ध प्रतीत होगा, परन्तु युनामी पेशवर्ष से उसी नाम से मिल आयेगी, हमने औषधियों के प्रसिद्ध नाम ही अनुवाद करके लिखे हैं ॥

( १ ) फीकर की फली बिना गिरी के छाया में शुष्क की हुई ६ माशा, साजय छोटा ६ माशा, ग्राड दूरी एक शाला भव का मलग २ घाटीक पान कर थड़ ( घरगाद ) के दूध में खाल कर, और

एक २ माशा की गालियां बनावे । एक गाली प्रमात घासी पानी से खावे, मैथुन चार्जित है । १४ दिन के भीतर ही विचित्र प्रमाघ दिखाई देता है । यदि चूरी के सिंघाये और कुछ न खावे तो नामक को मर्द बनाने की शक्ति रखता है, और प्रमेह या स्वप्न दोष को भी हितकर है लघण रहित रोटी घृत खाइ मिला कर मली हुई को चूरी कहते हैं ॥

( २ ) शालघ मिशरी ६ माशा, तालमखाना ६ माशा, सफेद मूसली ६ माशा, वैशलोचन ६ माशा, इलायची के बीज ६ माशा कृष्ण मिथी सव के घरापर, सब का कूट छान कर रखें । प्रमात ताजे दूध के साथ ६ माशा खावें, मैथुन और खटाई से बचे रहें यह औषधि प्रमेह और स्वप्न दोष का भी हित कर है ॥

( ३ ) शफाकुल ६ माशा यहमन सफेद ६ माशा, यहमन सुख ६ माशा, गोखरु घड़ा ६ माशा शतावरी ६ माशा, गूद कीकर ६ माशा, गौद वैतीर्य ६ माशा, घबूल के बीज ६ माशा इम्यली के श्वेत बीज ६ माशा, तुलसी के बीज ६ माशा, भूसी ईसबगोल ६ माशा शालघ ६ माशा, रंगमाही देह माशा, मिथी सव के घरापर, बीज तुलसी और ईसबगोल के अतिरिक्त और सब घस्तुओं को कूट पीस कर छानें और फिर सब को मिलाकर यज्ञ से रखें । खुरक ४ माशा, ताजे दूध के साथ, मैथुन और खटाई आदि से बचे रहें ॥

( ४ ) जहर मौह्य खटाई १ तोला, मूंगा की जड़ १ तोला, दम्बुल भखवायन १ तोला, मोचरस १ तोला, वैशलोचन १ तोला, शफाकुल १ तोला, सफेद मूसली ३ तोला, स्याह मूसली ३ तोला यहमन सुख ३ तोला, शतावर ३ तोला, ईसबगोल की भूसी ३ तोला, गौद घबूल ३ तोला, शालघ मिथी ३ तोला, फली घबूल १० तोला मिथी ४० तोला, सब को कूट छान कर फकी बनायें और एक माला प्रमात ताजे दूध के साथ खावें यह फकी प्रमेह और साजाफ घाल को भी गुण कारक है ॥

( ५ ) मण्डूर पाक भी हितकर है विशेषकर उस अवस्था में जब कि धीरे की धारणा शक्ति, निषष्ठ हागइ हा, नुसखा घूनानी है ॥

### मण्डूर पाक विधि

यही हरड़ १० माशा, बहेड़ा १० माशा चायला १० माशा, काली मिरच १० माशा सोठ १० माशा, पीपल १० माशा, मागर मोथा १० माशा, चीता १० माशा, बालछड़ १० माशा, बीज साया १० माशा, शुद्ध मण्डूर या मण्डूर भस्म १० माशा, सब को कूट छान कर यादाम रागन से बिगध कर क स्थच्छ शहद में मिलाकर द्वा माशा \* कस्तूरी मिलायें, मात्रा ६ माशा, तक चीनी के पाष में रख छोड़ें पश्चात् सेवन कर, खूगफ ६ माशा से ६ माशा तक ॥

### मण्डूर क्षोषन विधि

मण्डूर को १६ दिन रात अंगूरी सिरका में पसी जगह भिगो रखें कि मिट्टी आवि उसमें न पड़े, फिर गुप्फ करने के पश्चात् पीस लें, यही शुद्ध मण्डूर समकें रंग बिजित्त लाली पर हागा ॥

( ६ ) घहमन सफेद १ तोला, लोध पठानी १ तोला, शकड़ १ तोला, गाजर के बीज १ तोला, सब का चूर्ण करके ६ माशा प्रात और ६ माशा सायम को पाष भर बुग्ध के साथ खाये। मैथुन, सयद और चादी पदार्थों से बचे रहें ॥

( ७ ) लोध पठानी ० तोला, गौखरू दो तोला, गुड़ पुराना १ तोला, चूर्ण करे और ६ माशा सायम और ६ माशा प्रात ताज कूच से खाये मैथुन व सट्टे पदार्थों से बचे रहें ॥

( ८ ) केशर ३ माशा, निर्यमी ३ माशा, आवित्री ४ माशा आयफस ४ माशा, धारणीनी ४ माशा, कस्तूरी १ माशा इमली क मखि १ तोला, अमविध मोती १ तोला, खाखिश शहद पाष पाष, सब औषधियों का कूट छान कर मधु में मिलाकर कायली घन के समान गालियां बनायें एक गाली सायम प्रात खायें तो भक्ति बंधज फारी है। अपथ्य न करें ॥

\* कस्तूरी का मिशरी के साथ पीस कर मिलाना चाहिये नहीं ता एक ही जगह रह जायगी ॥

( ९ ) छोटी इलाची के घीज १० माशा, ४ रती, जायफल १० मा० ४ रती, दारचीनी १० मा० ४ रती, गुजराती सुपारी ७ मा० गुलाब के फूल ७ मा०, फस्वरी ५ रती श्वेत चन्दन ७ मा०, सोने के धर्क बड़े ६, चांदी के धर्क बड़े ६, सब को कूट छान, कर भर्क गुलाब में खरल कर के थोड़ी के सुलाय में मिलाकर काबुली चना प्रमाण गोलियां बनायें, एक गल्लो दूध के साथ खावें ॥

[ १० ] शुष्क भांघले को महीन पीस कर गीले भांघले के रस में खरल करें इस प्रकार कम से कम ७ पुट हें यदि इकीस हें, तो बहुत ही उत्तम है । फिर चाहे जङ्गली घेर के समान गोलियां बनावे चाहे चूर्ण रक्खें । मात्रा ३ मासे प्रातः समय पानी के साथ खावें और एक घण्टा के पश्चात् ताजा दूध पीवें, इसके प्रागे घड़ी २ औषधियां भी याज्ञ समय फीकी पड़ जाती हैं । पण्य यही ॥

[ ११ ] अकरकण, मोघरस, मूसली स्याह, मूसली सफेद, बहुफली, इन्द्रिय, गोखरू, जडमूंगी की भस्म, गिलोय, खसूरिया, कीच, उटंगन, विलगिरी, सिंघाड़ा, शीतल चीनी, रुमीमस्तगी, सब औषधियों को सम भाग लेकर अलग २ कूट छान कर अच्छी तरह मिला लेवे और सब से दुगनी देशी खाद मिलाकर प्रभात एक फरकी लेवे, बहुत बलकारी है, प्रमेह और शीघ्रपतन सब को दूर करता है । एक प्राचीन हस्त लिखित पुस्तक का योग है ॥

[ १२ ] मूसली स्याह, मूसली सफेद, सिंघाड़ा, बिबधीज नासमस्ताना, कीचपीज, उटंगनबीज, अजमोद खुरासाही, मोघरस, कमरकस, गोंदगुजराती, सोंठ, काखीमिथ, गोखरू, तेजपल, जायफल, मालकगिनी, सब को समान भाग लेवे, कूट छान कर सब के तुल्य देशी खाद मिलावे और फिर शहद डाल कर जंगली घेर के घण्टा गोलियां बनायें, और नित्य साथ प्रातः ताजे दूध के साथ एक गोली खावे यह भी उसी पुस्तक का योग है । और इसको नितान्त यह और उत्तेजना कारी भी लिखा है । पण्य यही ॥

[ १३ ] मोचरस १७॥ मा०, शालय १७॥ मा०, समुद्र सोख १७॥ मा०, मूसली स्याह १७॥ मा०, मूसली सफेद १७॥ मा०, यादाम की गिरी १७॥ मा०, सोंठ २० मा०, पान की जड़ १० मा०, दास प्राय सेर सोंठ देशी १ सेर ॥

सब औषधियों को पीस लेवे और दास को पृथक् कूट फिर साह की घास दूध डाल कर करे फिर सब द्रव्याद्या डालकर थोड़ी देरके पश्चात् भाग से उतार। गिरीया मिथानी हों तो मिला लेवे, फिर प्रयास भस्म कलई वा चादी भस्म यदि मिले तो मिला लेवे, खुरक २ से तनि तोला तक धातु को गाढ़ा करने में अठित्यि औषधि है। पथ्य वही ॥

[ १४ ] गोंद छुहाय १ तोला, दूध में आधे और नरम भाच पर रखे, पकाय घण्टा पीछे उतार कर रात को सोते समय साध, स्नान दिन के मीठर धातु पौष्ट हो। पथ्य वही ॥

[ १५ ] तासमझाना, मूसली स्याह मूसली सफेद सोंठ गोसूरु, कौचधीज, असगन्ध, मेमल की छाल, कत्या सताधर लसू डिर्या, मोचरस, समान भाग से पार्ष्णि कर कपडछान फरक प्रमात गाय के दूध के साथ आधे, खुरक ६ मा०, । पथ्य वही ॥

[ १६ ] यादाम की गिरी सवासेर, यशलोचन १ तोला, भ्रम विध मोती ३ मा०, स्याहक १ मा०, शोष्य घण्ट १ मा०, अस्यर ३ मा० केशर १ मा०, वस्तुये ३ मा० गों घृत २ सरं मिथी ३ सेर, यादाम को दूध में भिगो दें फिर छिलका उतार कर पानि लं मुन घृत में भून, शेष औषधियों को तीन दिन खरल करें, फिर मिथी की घासगी कर सब कुछ डालकर मिला रखे, प्रकृति अनुकूल साधे । अधिक से अधिक ५ तोला तक दूध के साथ सघन कर, शीघ्रपतन, नियलतादि को अत्यन्त हितकर है। यथा मे सर्वथा धरे गे ॥



(१७) इल्ली के पीसों की गिरी, धिनौल की गिरी, हरद की गिरी समान भाग छ दो घान साल क पुराने गुड़ में बंगली धर के समान गालिया बनावें, और नित्य एक गोली गऊ के दूध के साथ खावें पच्य वहा ॥

तथाच—बावचा ८ माघा, पुरानागुड़ ८ माघा, मिलाकर अरु माघा का गाला बनावें और दूध के साथ खाव ॥

(१९) मूसलीपाक—मूसली सफेद १ सर दस सेर दूध में उबाल, जब दूध शुष्क होजाय तो पाव भर घृत डालकर भून, पुन ३ सेर स्वाड की चाबनी कर उसमें उपरोक्त खोया डाल दें, और निम्न लिखित औषधियां महीन पासकर डाल —गोंद कीकर १६<sup>१</sup> ताळा, नारियल १६ ताळा बादाम गिरा १६ तोळा चिरौंचा १६ ताळा, आयफल, ल्यंग, कशर, चम्प, बालुछट, कौंचबाब, दारचीनी, नागकशर, पत्रज, सोंठ, मिच कासा पापल, आयित्रा सब नौ २ माघा, भस्म कसद, चांदी, फौलाद, प्रवाल में से जो मिल मिळा लखे यदि न मिलसक वा न सही, तीन २ ताळा क लट्टु बनाय, और नित्य प्रात काठ ग्याय ॥

इसक सबन स शारीरिक दुयस्तता, मानसिक निर्यलता, मन्दाग्नि, खांसी, ध्याम, नपुसकता, वीर्य का पतला होना, शरार की रुमता, प्रमद आदि दूर हाते हैं ॥

निम्न लिखित भस्में शीघ्र पतन रोग में हितकर हैं ॥

भस्म चांदी, भस्म साना, भस्म अभ्रक म्याह, धरा भस्म, भस्म जट, व धाम्वा प्रवाल, भस्म सोप, भस्म छिलका कुफटाण्ट, भस्म हाग, भस्म मानी, भस्म फौलाद, भस्म मण्डर ॥

प्रत्येक भस्म के बनाने की विधि नीचे अंकित की जाती है ॥

विधि भस्म चानी—चांदी का पत्रा करो और उसको भाग में तथा तथा कर, सरसा के तेल में डाल दो,—इस प्रकार मात पुन दा फिर णसा ही ७ पुठ छाछ में दो, फिर सात गोमूत्र में सात कुल्थी के काठ में, मात त्रिकला के जल में ॥

फिर इस पत्रे के नीचे ऊपर दृढ़तालघरकी उधने ही बचन की लेप कर कपरोटी करके १६ सेर ऊपलों की अग्नि देवे । ३ बार इसी प्रकार अग्नि देकर पीकुषार के गूदे में मरल कर कपरोटी कर आग देवे, पीकुषार की दो अग्नि देने के पश्चात् पीपल के छिम्के के नुदरे में रखकर आग देवे । मरम सफेद तैयार होगी ॥

प्रमेह, म्वम दाग, हृद्योग आदि को पीछे दिनों म दूर करगी, सप रोगा का उखा देगी, इसके असख्य लाभ हैं । मात्रा १ रसी मक्खन में ॥

विधि मरम सोना—एक तोला घाना को महीन रत फिर दो सोमा पाय डालकर कागधी नैवू के रस में खरल करे जब सगुण पाय स्थान में मिक काय और एक गोला सा बंध जाय ता एक मिठी क कृस म तीन छोसे आवलसार गंधक का चूण आधा नीचे आधा ऊपर रख कर मुख बन्द करके सात कपरोटा \* कर, फिर पांच छैः सेर क लगभग अगमा ऊपलों क बीच म रख कर वायु से बचा कर आग देवे, स्वांग घीवल होने पर निकाल, और पारा में फिर खरल कर, और इस प्रकार जितनी होसके अग्नि देवे । १४ आंच में अत्युत्तम मरम होती है । मात्रा एक पादल ॥

महज विधि—कचनार क आध सेर नुगदा में ताभा मर घाना रख कर १६ सेर ऊपलों की अग्नि देवे, इस प्रकार एक दो अग्नि म अरम होजाती है । परन्तु इसके गुण उपरोक्त के पासग मर भी नहीं होते । लोग महज विधियों के पीछे पडते हैं और लाभ को नहीं देखते । मात्रा आधी रसी ॥

मरम अश्रक स्याह—अश्रक स्याह का कोयलों की आग में मूब खाल करे और दूध में बुसावे, इस प्रकार ७ पुठ देवे, पश्चात् गो घृत में पीठ

\* कपट पर मिठी अगा कर पाल क इप गिर्द कसदे अब सूख जावे, ता फिर इसी प्रकार ७ बार को ॥

कर टिकिया बनाकर प्याला में रख कर दूध प्याला ऊपर देकर मिट्टी से मुस बन्द करके आग इतनी देय, जो दस सेर से कम न हो, अधिक चाह बितनी दें। फिर निकालकर खट्टी बूटी जिसको चौपत्ती भी कहते हैं और जो पानी वाली जगह अधिक होती है, प्रत्येक वस्तु उसकी खट्टी होती है, स्नेह चटनी बना कर खाते हैं, इसके पानी में इसी प्रकार खरल करके टिकिया बनाकर प्याला में रख कर अग्नि देये, फिर इसी प्रकार त्रिफला के जल की, फिर पीकवार के गूदे की एक २ पुठ दे, ४ पुठ में भस्म होजावेगी, उत्तम होने के चिन्ह यह है कि चमक सबधा नहीं होती। यदि चमक पाकी हा ता इन्ही वस्तुओं की फिर पुटे दें। यह भस्म १ चावल से १ रत्ती तक उचित अनुपात के साथ स्थिमान स सम्पूर्ण ज्वरों को दूर करती है। दूध के साथ खाने स सम्पूर्ण शीघ्र सम्बन्धी रोगों की जडां को खो देती है ॥

धरा भस्म—पहिल नीचे आठ दस सेर ऊपने विछाये तह धरापर करें, और इन पर नीम क पत्त रगाह कर बारीक करके विछाये, ऊपर ७ तोला कसह क तीन २ माघा के टुकड़े अलग २ रख दे और उसके ऊपर भाध तर नीम विछाकर आठ दस सेर ऊपने जमा कर अग्नि लगा देव ॥

रुग्णा शान पर यत्र स ऊपर क ऊपर उतार कर कलह क भस्म हुए टुकड़ों का खुन स गुराक एक रसा तालमम्बाना क खुण स टासकर दूध स पावे ॥

टिप्पणी—यदि नीम न मिले तो धरक (बकायन) हा मदी ॥

भस्म जह प्रवाल—मिरस (शर्गेश) क पत्त पाट कर एक पाव कर प्याला में विछाये, और फिर हा तीन तोला अहप्रवाल (अर्थात् गुलिया की जह) रखकर पाव भर खिरस के और पत्ते विछाकर मुस बन्द करके १५ मर के लग भग अग्नि देवे भस्म तैयार होगी ॥

मालव, त्राकमन्वाना, मूसलीस्याद, मूसली सफ़ेद, षडालोघन, इलायची मोचरस के चूर्ण में दो रत्ता डाल कर ताजे दूध के साथ खावे ॥

भस्म शाखा प्रयाल—प्रयाल छाया को एक मिट्टी के सफ़ेरे में डाले और उसका कुवारगन्दल (धीकवार) के गूदे से भरे अर्थात् इतना छुआव डालें कि प्रयाल छाया से ४ अंगुल ऊपर रहे, फिर मुँह बन्द करके १० सर उपलों की अग्नि से पश्चात् निकालकर गुलाबजल व बदसुन्द में एक दिन खरक करके बर्तन में रखें ॥

यूराक एक रत्ती उपरोक्त विधि अनुसार खाव अथवा एक रत्ती कपत दूध ताजा से खावें ॥

भस्ममीप—माता की सीप ४ सोला, गंग के नख के ममान छार २ टुकड़े, एक मिट्टी के पात्र में डालें, और धीकवार (कुवारगन्दल) के गूदे से भर कर कपरोटी करके मिट्टी से मुख अच्छी तरह बन्द करके \* गजपुर की अग्नि दें ॥

मात्रा—एक रत्ती से २ रत्ती तक अल्प मात्रा में दें । इससे तबन से सब प्रकार के ज्वर, खाँसा, कास, श्वास, वातम, कफज, यहूत व प्रीहा के रोग दूर होते हैं, वृक्क (गुदह) का भा हितकर है ॥

शीघ्रपस्तन के वास्ते मोचरस के चूर्ण में मिलाकर ताजा दूध के साथ खावें ॥

भस्म छिलका कुकटाण्ड ॥

कुकटाण्ड के अण्डों के छिलकों को दो दिन तक नमक के पानी में भिगो कर आन्तरिक मिलाई और छसादि से शुद्ध कर, और शुष्क करके एक मिट्टी

\* एक गाल गड़े में जिसकी सब सर गहराई और गज भरबादाह हो; उनमें बोन

में इबाई रखकर अग्नि देने का गजपुर कर्तव्य है ॥

के पात्र में डालें, और सड़ी, सूटी के [ जिसका वणन पीछे हुआ है ] रस से कूने का मुस्र बन्द करके गरुपुट की अग्नि दें, यदि मील न हो तो नीबू के रस से खरस करें, और टिकियां बनाकर एक और अग्नि देय, परन्तु दूसरी अग्नि की कदाचित्ही आवश्यकता होती है, यह मर्म नपुंसकता और प्रमह को बहुत दितकर है ॥

स्त्रियों को जो श्वेत पानी आता है, और उनको दुर्बल कर देता है, उसका वास्त बहुत दितकर है, यदि कुछ दिनों तक मू्री को गिलावे तो अक्षत यानि क तुम्ह करे ॥

मात्रा—१ रत्ती से दो रत्ती तक, क्षीयपतन के वास्ते ताजे दूध के साथ क्वथन यही या तालमग्यान का चूण मिलाकर खाये ॥

होराभस्म—यह बहुमूल्य वस्तु है, इस वास्ते केवल रात्रा महारुमा ही रसका बनायेंगे ॥

होरा को एक गेद्यमी घम्भ्र में धारें, फिर एक मटका में डालकर आधा मटका पानी से भरें, और उनमें १० तोला कुलपी डालकर छारा दिन पकावे फिर पोटली को निकाल और पानी नेंकदें, अगले दिन फिर उसा प्रकार कर, इस प्रकार सात बार करें, फिर सात दिन तक घासक के मूत्र में पकायें, फिर निकाल कर दूकड २ कर देवे, और पान की जड के नुगदे में रखकर एक मिट्टी के अथवा चीनी के सिंदोरे में रखकर कपगोटी करके गरुपुट की अग्नि दें, यह एक पुट है, इस प्रकार की ७ पुटें देवें मर्म तैयार है ॥

मात्रा—१ घायल का अष्टम भाग पडों को शक्ति देने और अग्नि को दीपन करने में इससे बढ़कर कोई दवाई न होगी सब रोगों को उचित भनुमान से दितकर है, क्षीयपतन के वास्ते दूध के साथ गिलावे ॥

### अनघिघ मोतीमस्म ॥

यह वस्तु भी बहुत मूल्यवान है, अथात् १५) रुपये तोला कम से कम मिलते हैं ॥

अनघिघ मातो १ तोला को गाय के दूध में खरल करके टिकिया बना कर गाशुधान के नुगदा में रख कर सम्पुट करके ५ सेर ऊपलों की भाग देवें मात्रा १ चावल, इसके गुण भी हीरा मम्म से मिलते सुन्दरे हैं ॥

### फौलादमस्म ॥

फौलाद को रेतकर मामुन के पत्तों के रस में भिगावें, १५ दिन तक खरखर मीगा रहे । फिर निकाल कर बारहवां भाग धिगरफ के साथ सुआष पीसुवार में १ दिन खरखर करके टिकिया बना कर एक प्याला में रख कर गमपुट की अग्नि देवें, इसी प्रकार तीन, चार, छे, सात, अठनी बार हो सके अग्नि देवें । मात्रा — १ चावल से लेकर १ रत्ती तक मकरान में छाल कर खावे, या धी में छाल कर पी जायें, या दूध के साथ खावें, दूध घृत मूष सेवन करें, क्योंकि यह मम्म गरम है, उत्तमना घाति के लिए राम बाण है ॥

लक्षण इसमें कम खाना चाहिये । यदि कोई २८ दिन तक संयम न खावे तो बल का तमागा देसे बहस आदि के रोगों में छाल में म्वाते हैं ॥

### मण्डूरमस्म ॥

मण्डूर को १५ दिन रात अंगूरी निरका में ण्सी जगह मिगो रखें, अहां मिट्टी पट्टा न पड । शुष्क होने के पश्चात् पीसुवार के सुआष में एक दा पट्टा खरखर करके टिकिया बना कर मिट्टी के प्याले में बन्द करके साच सात सेर ऊपलों की अग्नि दे, मम्म लाल रंग की होगी, न हो तो और पुटे देवें ॥

मात्रा—आधी रत्ती से दो रत्ती तक उचित अनुपात से खावे, या मफूर पाक बनावे, जैसाकि पीछे वर्णन हुआ ॥

अथ यहा किञ्चित् ऐसे स्तम्भिक योग अकित किए जाते हैं जो समय पर काम आवें ॥

यह स्मरण रखना चाहिए कि जो इस प्रकार के योग होते हैं, यह रोग का दूर नहीं करते । उनका प्रभाव थोड़े घण्टों वा एक दिन के वास्ते होता है, प्रत्युत वाजे इनमें जहा एक दिन के वास्त शीघ्र पतन का दूर करते हैं, यहां आगे के लिए शीघ्र पतन को अधिक कर देते हैं । हम नीचे उन योगों का अकित नहीं करेंगे, कि जो एक बार तो काम दें, परन्तु पीछे से मनुष्य का सत्यानाश कर दें, इन का सदा सदन मा अच्छा नहीं है, जब तक रोग दूर नही केवल कमी ७ काम में लावें ॥

(२०) इम्वली क बीजों को टुकड़े करके किसी कपड़े में बांधकर ४ दिन तक भिगो दे, पश्चात् मछ कर गिरी निकाल और आटे की तरह महीन करे, फिर यह चूण यदि २ तोला हो तो उद्ध का चूण १ तोला, गाभर के बीज १ तोला, बंगमसम ६ माशा, ( इसका बनान की विधि पीछे अकित हो चुकी है ) मिलाकर फिर छोहार से चारटे सगनावे, फिर छद्द मिलाकर १ माशा की गोठिया बनावे, एक गोली सायकाल गरम दूध से लावे । खटाइ से सवगा बचाव करें । भोजन एक दो घण्टे पहिले ग्या लेना अच्छा है क्योंकि उसमें सवण दाता है ॥

यदि यह गोली नित्य प्रात फाल सात्रे दूध के साथ लावे तो शीघ्र पतन सदा के मिय दूर हो ॥

(२१) किरिमश पाष भर, सग बरहस ५ तोला, साधमस्ताना ५ साण, छोह मसम २ तोला, सय को कूट पीस कर जंगली बेर प्रमाण गोठियों बनावे

सामान्यनुसार एक दो गोखियां मधु और मलाई के साथ खावे, खाने की विधि पहिले लिख चुके हैं यह गोखियां बड़ी बल कारक हैं ॥

(२२) अकरकरा, सोंठ, लौंग, केदार, पीपल, श्वेत चन्दन, जायफल, जाधित्री, कर्पूर, पंगमस, छोदमस, छै २ माशा, अफीम एक तोला ॥

सयका बूट मधु के साथ ठण्ड के खाने के समान गोखियां बनाव, एक गोखी उसी प्रकार खावे, शीघ्र मृत्यु बड़े स्तम्भन बहुत है ॥

(२३) जायफल, अकरकरा, लौंग, सोंठ, केदार, पीपल, कस्तूरी, भीमसती कपूर, अभ्रकमस, समान भाग हवें, और सय क धराधर अफीम छह खगल कर, फिर मृग के दाना प्रमाण गोखियां बनावें, और एक मा दा गोखियां मन्थ्या समय त्वाय इसका भी उपरोक्त वर्णित गुण हैं ॥

### शिगरफ ॥

मैंने पहिले भस्मों में शिगरफ का बणन इस बातसे नहीं किया, कि यह अत्यन्त गरम वस्तु है। युवक गण कहीं हानि न उठावें, एक मृगक भाग में इसका बणन करता हूँ। बूट तो बेचटक इसका बणन कर सकते हैं। परन्तु जो युवा हैं उनको बहुत चौकसा रमना चाहिये, और जय कभी इसका या इसके मिश्रित योग का सेवन कर तो पृथ, मलाई, मस्वन, दूध का त्रितना दोसके सेवन करें ॥

युवावस्था में जठराग्नि अपने पूरे प्रमाण पर होती है इस वास्तु शिगरफ जैसी वस्तुओं का बिना सावधानी के खाना अवश्य हानि कारक है। किन्तु सावधानी से खाया जाय तो योग्य सम्बन्धी रोगों में अमृत के समान गुणकारी है। नर्पुंगफता के वास्ते इससे बहुत संसार में और जोड़ पनाथ न होगा। मैंने पीछे छोद मस शिगरफ के साथ करन, को लिखा है, उसका कारण यह है, कि यह बहुत हितकर है उसके साथ शिगरफ के परमाणु मिलते हैं ॥



## शिगरफ भस्म ॥

जो घीघ्र पतनादि के लिये बहुत दित कर है —

शिगरफ रुमी एक तोला, किसी कूजा में डालकर उस कूजे को धतूरे के पत्तों के रस से पूणतया भर दें, फिर अग्नि पर रखें, जब सब रस सूखजाय तो धतूरे के पत्तों के नुगदा में रखकर और न्यून अच्छा तरह कपरोटी करके एक सेर ऊपलों की अग्नि दें और ध्यान रखें, जब सम्पुट के फटने का आशय सुनाइ द्य, तो तुरन्त निकाल लें, और घातल हान पर शिगरफ बीच में से ले लें । फिर धतूरे के हर फल लेकर १० ताला पानी में उबाल कर आने इस पानी में शिगरफ को खरल करें और एक छटाक हरी भांग के पत्ते का नुगदा में सम्पुट करके केवल १ सेर की अग्नि दें, फिर शिगरफ लेकर एक कटाही में रखें और ऊपर एक छटाक गाय का घी डालें, और ऊपर ढकना रखें, उसके ऊपर १५ सेर के लग भग कोइ मार रखें, १२ मिण्ट की अग्नि के पश्चात् शिगरफ को निकाल कर पीस कर घीघी में यत्न सांख छोड़ें, मात्रा दो चायल प्रमात समय मन्मन में डालकर सपथ्य भाया करे तो नपुंसक भी बलवान होकर सन्तानोत्पत्ति के योग्य हो । सब रोग दूर हों । सार्यकाल पान के साथ साथ ता स्नग्मन हों ॥

(२१) ८ तोला बच्छ नाग ( अर्थात् मिहातेलिया ) को जिमीकन्द के पानी में घाहा खरल करके बीच में ८ तोला शिगरफ रखें, और आध पात्र के लग भग ऊपर सपथा स्पेन कर गेंद सा बना ल फिर २ सेर पका कर डफा तब (कुसुम तैल) लेकर उसका एक देगचा में डालें, और उसके पात्र में यह गोला छोड़ें, पुन एकन दफर बहुत दृन्ता के साथ मिष्टा लपटे, और १० सेर के लग भग मात्र भी रख दें, ४ घंटे नीचे अग्नि वाले, पहिल कमठा जलान फिर एक घण्टा पीछे क्रिश्चिन्त त्रेत्र, फिर उसमें अधिक तेज करें ॥

इसो प्रकार ४ पहर तक करते रह, और पहर के पश्चात् नीचे उतार छे शीतल होने पर संभिया, कांच के रंग का होगा, शिगरफ उग्रामी रंग होगा, सखिया श्वास, नपुसकता को दितकर है ॥

शिगरफ नपुसकता दूर करने में अद्वितीय है २१ दिन उपरोक्त विहित विधि से खाएँ, और मैथुनादि से बचा रहे, तो पूज्य नामदे भी मर होवाय ॥

स्मरण रखो, शिगरफ बाह सम्बन्धी सब रोगों के दूर करने में अद्वितीय है ॥

(२६) शिगरफ १ तोला, मासकंगिनी छटांक, मलावा छटांक मधु छटांक, गाय का घृत छटांक ॥

विधि—एक छोट के तवे या कड्डे में शिगरफ की इली रखकर ऊपर मासकंगिनी और मलावा को दरहा करके डालें पश्चात् मधु और गाय का घृत डालें, फिर भाँडे को चूड़े पर रखकर नीचे धीमी अग्नि दे । यहाँ तक कि सब औषधि बलजावे, शीतल हान पर शिगरफ निकाल कर पीस कर शीशी में रख छोड़ें । और वैसा पहिले यज्ञन हुआ, उसी विधि से नार्थे नपुसकों और हस्तनारों (मज्जूकों) क वास्ते अद्वितीय है ॥

(२७) एक कडाही में सवा सेर कुचलों का चूर्ण नीचे ऊपर देकर धीमे में छटांक तक शिगरफ की इली रख ऊपर २॥ सेर घृत डाल दें जब पी और कुचले बल जावे, तो उधार से, सेवन करने की विधि यही है जो पहिले बताइ गई ॥

### शिगरफ पटी ॥

बल शीघ्र बढ़क और सम्भनकारी है । शीघ्र पतन को दितकर है । शिगरफ ३ माथा, पीपल ३ माथा, केशर तीन माथा, कस्तूरी १ रत्नी, पंगमरम १ तोला, सब को छेकर पान के रस में सरल करके उबद की दास क बरपर गोली बनावे । एक गाँधी प्रातः कास दूध के साथ खावे, दूध घृत का अधिक सवन रख्ये ॥

## किंचित और सिद्ध योग ॥

(२८) गोखरू, तालमखाना, शतावर, कौंच बीज, नागवला, (गगेरन) अतियला (कधी), समान भाग लेकर चूर्ण बनावे । मात्रा ३ माद्या, सायम् प्रात या कवल साते समय दूध के साथ बल को बढ़ाता है । घीमपतन को दूर करता है, शुक्रमेह को भी हितकर है ॥

यदि नागवला और अति यला न मिल सक, तो केवल गोखरू और कौंच बीज समान भाग कूट कर खाना भी हितकर है । एक पुस्तक में लिखा, या, कि जिसके घर सौ स्त्रियां हों वह पद्विष्टा योग, और जिसके घर में २० स्त्रियां हों वह दूसरा याग सदैव स्वाया कर ॥

(२९) तालमखाना, मूसली सफेद, म्बरटी, शतावर, सोंट, असगंध कौंचबीज, सेमल का मूसला, शतावर, मोचरस, गोखरू, सायफल, फूलमम्याना मंग बंगलोचन, समानभाग ले, सब बराबर मिथी मिलाकर साते समय ३ माद्या से ९ माद्या तक दूध के साथ खाव, यह शीघ्र पटक है । शुक्रमेह और घीमपतन इससे दूर हो जाता है । यह मूत्र को भी बहुत हितकर है ॥

टिप्पणी—बिचारना चाहिये, कि शुक्र की निबलता घीरे । कितने काल में जाकर असली रंग दिखाती है । अब यह कैसे हो सकता है, कि शायम एक दो दिन में आजायें । बिगड़ते इतनी देर लगे तो सुघरते कितनी दर लगेगी ? इस प्रकार की औषधियों को असली लाभ प्राप्त करने यागत कुछ समय चाहिये । हा, मस्सों में शीघ्र लाभ पहुंचाने की सामर्थ्य अवश्य होती है ॥

(३०) भस्म अभ्रकस्याह यत्रिया २ तोला, गोखरू ४ तोला, सतार ४ तोला, सयका चूर्ण बनाये ॥

मात्रा—८ रत्नी से १ माद्या तक दूध के साथ खाव । ७ दिन के भीतर ही अमृत प्रमाय दिखनाये, शीघ्र बहुत बढ जावे, यह अधिक हो, तो घीम पतन शुक्रमेह, म्बपन्याप दूर हो ॥

(३१) कनर की जड़ काँच बीज, समान भाग छकर सूट पान कर चूर्ण करें ॥

माथा—१ माथा रात को दूध के साथ साये जीमपतन। दूर हो, स्वप्न होय जाता रहे, बल की वृद्धि हो, धीर्य गात्र हो ॥

(३२) बालीकरण मोदक—काँच बीज पानी में भिगो दे, पश्चात् छिलका उतार कर गिरी को सुन्या लेवे, और पीस कर कपटछान करे, ६४ तोला, इस चूर्ण को ४ सेर दूध में डालकर मन्दगति पर पकावे, यहाँ तक कि खोया हो जाये फिर ४ तोला घृत में भूने, फिर मूँछली खत ६४ तोला, सुरासानी अजयायन ३२ तोला, काले घनूरे के बीज ८ तोला, गावर के बीज २४ तोला खासास ६४ तोला, सन की जड़ ३२ तोला, गोखरू ६४ तोला उटंगन के बीज ३२ तोला, मोचरस २८ तोला, नारियल ४८ तोला, जो महीन पीस कर सबके मरकर मिश्री की चाशनी करके सब औषधियाँ का डाल देवे। और दो ० तोला वा चार ० तोला के छद्म बना लेवे, एक मनु नित्य प्रति रात्रि के समय खावे, और ऊपर से दूध पीवे, फिर महिमा दस, जो लोग जीमपतन को हमेशा रोते हैं, वह इसको एक मास ही सेवन करके देखें यह पौष्टिक है, स्तम्भक है, और नपुंसकता को दूर करता है। यदि इसमें शग भस्म, छोह भस्म, कुष्माण्डक भस्म थोड़ी ० मिलाएँ, तो अत्यन्त बल वीर्य उत्पन्न हों ॥

(३३) कामघिनीद्रु—मूसली श्वेत, मूसली स्याह, सालुमत्ताना, घीतमूषीनी मस्तगी, आयफल, काँच बीज, पीपल, गाखरू, सत्व गिलो, गिरी माळकंगिनो बहुपत्ती, अमरगन्ध, लक्ष्मणा, उटंगन, पान, कर्पूर, कुचगी, कुळञ्ज, अफीम, मानू, घनूरे के बीज, फूस प्रियंगु, शारचीनी, इसाबचो, सप्रपत्र, नागकेसर, प्रत्येक ० तोला, महीन पीस कर कपटछान करे, फिर सबकी

अमृत घृत। और मिर्ची मिलाने दें, और दूध के साथ सरल करके जिंगला बेर की समान गोमियां बना लें, या वैस ही रहने दें। एक बाँधो गोली प्रति दिन दूर्ध के साथ खावे। शीघ्रपतन को दूर करता है, बहुत आनन्द देता है, प्रेम और नपुंसकता दूर हो दो तीन गोमियां सायंकाल को खाव स्वयम् पता लगागा ॥११॥

( ३४ ) घलवीर्यमानवटी—भाज कल के पुरुषों के वास्तु अमृत के समान है। धनूरे के बीज स्याह ८ ताला कटेरा के पीस १५ तोला, विदारोकन्द खद्यस्तार्थ, मूसली सफ़ेद, मूसली स्याह, चम्य, अण्डगन्ध, खरेटी के बीज, मस्ताना, धर्षान्नाचन, दारचानो, इलायचो, लौंग समुद्रशार्थ, पोपल चायफल, आवित्री, धानयां, कायफल सुरासाना अजर्वायन, सत्वगिलाय, तालमस्ताना, गाखरू, तिल, सेंभाडा, कंकाल, प्रत्येक २ तोला, सबका चोपाइ, भाग भाचरस लव, और ४ गुणा सेंभल का जड़ महान पास कर १३ सर दूध में मन्दाभि पर पकाय । जब खाया हाजाय तो २४ तोल घृत, २४ तोल मधु और २८ तोल मिर्चा डालकर खूब मिलाय, फिर २, २ ताला के लवु बना लव एक माटक ग्यावर ऊपर से दूध पोवे । इतन स्वम्भ है, कि वर्षन नहा दासकता । इसके सधन सं नामट, मद हाता है । पीय उत्पन्न हाता है । धारारिक बल बढ़ता है । रुधता को दूर करता है । मूष मूद, शुक्मूद, शीघ्रपतन, स्वमदाप का बहुत हितकर है ॥

( ३५ ) सिंहावणमटी—केशर, लाग, आवित्री, चायफल, मिर्ची, सेमर को जड़, माजू, काला जीरा, समुद्र शोप, सपेद्रमूसली, तालमस्ताना, बबूल की कोपल, राख, पाना, मस्तगी, धिंगरफ शुद्ध, कस्तूरी, कपूर, प्रत्येक २ माशा, सबका पीस कर मधु में मिलाकर अख माशा की गोमिया बनाये । एक बाँधो गोली तथा सामप्य तीसरे पहर को खावे । और ऊपर से दूध पान करे तो इच्छानुसार काम दवे, दीर्य सम्यधी सब योग और नपुंसकता

इसके प्रतिदिन प्रातः काल स्नान, से दूर होजाती है । शीघ्र पतन को विषय रूप से छिन्नकर है ॥

(३६) कम्बूरी २ भाग, स्वर्ण मल्ल १ भाग, पर्कषादी ३ भाग, केशर ४ भाग, श्वेत एलायची के बीज ५ भाग, जायफल ६ भाग, बंधूलोचन ७ भाग, आवित्री ८ भाग, इन सब को बकरी के दूध, वा पान के रस में खरक करके एक २ रसी की गोळियां बनावे ॥

मात्रा—एक वा दो गोळी, मलाई, मक्खन, वा दूध के साथ साथ, शीघ्र गाढ़ा हो, पुरुषार्थ बहुत बढ़े, शीघ्रपतन दूर हो, इसका नाम श्रातु धण्डीपनी है, क्योंकि यह शुष्क और दग्ध हुए शीघ्र को भी पुन उत्पन्न करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाती है ॥

(३७) उत्तम नवीन तालमखाना, १ तोला लें, और किसी धान वा पद्यत में रस कर एक २ दाना करके चुनलें, अर्थात् जो बकर मिट्टी आदि, मिले उस को निकाल कर फेंक दे । तालमखाना को इतना स्पष्ट करें, कि उस मात्र भी फिकल न रहे । अन्यथा खाया न जायगा । फिर बड़ का दूध उस में इतना डालें, कि वह भीग जाय । फिर शुष्क दान दें । शुष्क होने पर पुनर्घार बड़ के दूध से तर करें, और सुखालें, फिर इस ताल मखाना को गरी के ताब्रे गोस में छिद्र करके मरदें और उसी टुकड़ से गोले का छिद्र बन्द करके, गेहू का गूथा हुआ आटा छपेट कर गोला सा बना लें, ५, ६ सर उपले अघात पाथियों की अग्नि लगाई, जय पुष्पा, उठना बन्द हो तो उस में इस को रस दें, और ध्यान रखें कि गिरी जल न जावे, जब ऊपर का आटा खाले हा जाय, ता गाले को निकाल कर भाटे को धुपक करें, और तालमखाना को महीन पीस कर चूर्ण करें ॥

इस के पश्चात् शीघ्रपतन, शीघ्रपतन, गोमयस्यु, गोमयस्यु, मूसलीस्यु, मूसलीस्यु, गावजूबान, प्रत्येक २ तोला, शालमिमी, समुद्रजोय, इन्द्रजौ, मोघरस, इन्द्रायचीस्यु, प्रत्येक एक तोला, शालचीनी

१ माथा, सौरजान् १॥ तो० घफाकेल १॥ तोला, बघलोचन १॥ तो०, बूझीदां एक तोला, पिस्ता ५ तो०, चिलगोजा ५ तो०, मीठी बदाम गिरी १० तो०, सूय महीन पीस छान कर पिसे हुए तालमस्ताने-के घृण और नारियलगिरी को दकड़ी करके मिलाएँ, फिर मिर्ची १ सर पक्की की चादनी करके अषष्टेह बनाएँ। मात्रा १ तोला। खटाई और बहुमैथुन वर्जित है। यह योग बड़ा विनित्र है। शेषन करने पर महिमा दिखाई देती है ॥

(३८) चाबित्री ६ माथा, सायफल ६ माथा, केशर ६ माथा, सत्व शसवगोल १ तोला, एक गरी के गोला में छिद्र करके चारों वस्तुयें डालकर थोड़ा आटा लगाकर, ५ सेर दूध लेकर उसमें गासा डाल देवे, और सायही पुहाय, चिरौजा, गिरी अखरोट, गिरी बादाम, नारियल, प्रत्येक एक छटांक डाल देवे, जब खोया होजावे तो उत्तार कर सब को पीस लें, घारीक होजावे ता दा सेर घृत में भूनें, और मिर्ची लगभग २ सर के पीस कर मिला दें, फिर छटांक २ के मोदक (लड्डू) बनायें। मात्रा अर्ध या एक रोज दूध के साथ खायें ॥

घृक मद् घीपतन का दूर करता है, बलको बढाता है, शीघ्र को गाढा करता है, और स्वप्नक भी है ॥

(३९) कौचबीज, उटगनबीज, हुलहुल के बीज, प्रत्येक एक पाव, सब को पीस कर दा सेर दूध में पकावे, जब साया होजावे, तो १६ तोला घृत में भून लेवे और ४ सेर मिर्ची की चादनी करके उसमें सोये को डाल देवे। फिर घा २ तोला क लड्डू बना लेवे, तीसरे पहर को एक लड्डू खालेवे और ऊपर से दूध पीवे और इन तीनों चीजों का समत्कार देस, मुख बन्दक है, स्वप्नक है, और पौष्टिक है ॥

(४०) कालीमिष ४ तोला, पुपनीसौड १२ तोला, घृत १० तोला, तालमस्ताना १२ तोला, हुलहुल के बीज १२ तोले, सब को पीस कर खरों

मात्रा ६, मात्रा से-१ तोला तफ दूध के साथ । स्वप्न होता है, सम्भरण है, शीघ्रपतन और शुक मेह को दूर करता है, उच्चैजता बहुत कम्पा है ॥

(४१) शुद्ध पारा १ तोला, शुद्ध गन्धक ३ तोला, स्वाद अक्षक मस्य ३ तोला, भीमसेनी कपूर ८ माशा, बंगमरस ८ माशा, ताम्र मस्य ४ माशा, लोहभस्म १ तोला, विघार के पीप, विदारिकन्द, घृताक्षरि, तालमल्याना, सरदी, कीचबीज, कनी, जार्यफल, जावित्री, लोहा, मार्ग के बीज, राशवण, अजवायन, प्रत्येक ४ माशा । पहिले पारा और गन्धक की कबली करें, फिर दूसरी औषधियाँ मिलिकर बरल करके पानी के साथ दो ३ रसा की गोसियों बनावे, एक गोली साकर ऊपर से गरम ३ घूब पीवे । इस से छाँ बल घटता है यह आजमान स प्रतीत होता है । एक संस्कृत की नाम नीय पुस्तक का यह धीग है । जहाँ लिखा है, विद्विषाके मरु सौमित्रिया शीवे यह मूत्र औषधि की स्वाया करे ॥ बहुत सम्भक है, सूते को युमा का छा बर प्रदान करता है । इसका नाम मनमथरस है । यह शिथिलका कसा हुआ है । इतिहास हकीम प्रथमा बहुत लिखे है, परन्तु यह वाया मे कहा जा सकता है, कि इस औषधि के पासंग का भी यह नहीं पहुचता ॥

(४२) श्वेत विषमपरे की ब्रह्म को सिम्पल के रस की मात पुट दप, फिर समान भाग सिम्पल का गोंद मिलाकर सब के बराबर शुद्ध आमलाशरि शुक मिलाव । मात्रा ३ माशा, ऊपर से १ पाय दूध पीवे । इस की वा शक्ति है, यह मजन करने वाला ही जान सकता है । इस का नाम चाण्डासनी रस है । चाण्डासनी इस वाली इस का नाम है, कि इस के म्बाने वाला अपने आप को रोक नहीं सकता ॥

(४३) मूसलीपाक (युनानी) - छालव १ ॥ जाला, मूसली श्वेत १ ॥ ता, समर का बर १ ॥ तोला, सहासाठ १ ॥ ताषा, पीपल ८ माशा, काळीमिषल १ माशा, राजरवीज ८ माशा, घसगमबीज ८ माशा सोयानी



८ माशा, पियाजबीज ८ माशा, स्वस्तसांड २० ताला, मधु २० तोला, स्य औषधियों को कूट पीसकर मधु व स्वांड मिलाकर चिकने भाँडे में रख छोड़ें मात्रा ९ माशा स १ तोला तक गायक दूध के साथ । घीम्य मन्वधी सब रोगों को दूर करके सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनाता है ॥

(८४) कृष्णाक्षक भस्म, कायफल, कूट, अश्वगन्ध, खरगी, मेथी, मोचरस, विदारीकन्द, मसली, गाम्भर, क्षीरकन्द, केलाकन्द, शतावरा अजमा उदद, कृष्णातिल घनिया, मुलठी गगेरुन की छाल, मीममनी कपूर, कस्तूरी, आयफल, केशर, भारंगी ककहासिगी भगवा त्रिकुटा (सोँठ पीपल, मिच), श्वेत जीरा कृष्ण जीरा, चित्रा चात्रमात (इलायची दागचिनी पत्र, नागकेशर), माठ की अद, गजपीपल कास्य मन क शीज अजमा समस क शीज कौंच योज त्रिफला (हड बडडा आमला) समान भाग मकर मध क चौथाई भाग पीस कर महीन कर आर दुगनी खाड दही की चाशनी करें । और औषधियां डाल कर मधु और घृत भी जितना थप सके डाल दें । माशा ६ माशा से ७ ताला तक दूध क साथ खावें, इस क गुण भाग चिन्तामणि में इस प्रकार लिख है — स्तम्भन बहुत हा स्त्रियो का बंध कर, बहुत सुख उपजे, स्त्री पहिले ब्रह्म, नपुंसक का बन्धान कर धर का दूर करे, मध रगों का नाश कर, काम ध्यास अतिभार कर रगों को दूर करे मन् आनन्द प्रदान कर कास्य घाति घट आवे मारोग यह कि यह अमृत क समान है । इसका एक थप मयन करन म गुणाप दूर हाथ आर बलिपलित दूर होव ॥

(८५) प्यत इलायची के शीज, कणर तन प्रायित्री तमानपत्र मग कायफल, मस्तगी, अकरपुरा मोट, अफीम, प्रत्यक १ ताला कस्तूरी ५॥ ताला मिथी ३३ ताला, मधु क साथ १ माशा तक तीसर पहर का खावें शीघ्रपतन का लक्षणमात्र भी न रहगा । योग चिन्तामणि म लिखा है कि हा पहर का स्तम्भन हा ॥

(४६) अकरकरा, मोचरस, कृष्णमूसली, श्वेतमूसली, बहुफली, इन्द्रजौ, गाम्बर, प्रवालमर्म, गिल्लोय, लिखुदियां, कौच, उटहन, विलगिरी, सिपादा, बाबची, रूमा मसुगो, समान भाग कृष्णमीस कर मिलाव और औषधियों ने बुगणी खाइ मिछाके और ६ मासो के मरगमग प्रात काल खाया करे, बस बीस्य मूष पदे, घीघपतन, शुक्रमह, नपुंसकता दूर हो। बीस्य शांत होजाव, पतसे बीस्य सालों का विशेष रूप से इसका सधन करना चाहिये ॥

(४७) अकरकरा १ तोला, लौंग १ तोला, खसखस १ तोला, मूसली १ तोला, प्याज के बीज १ तोला, आयफल १ तोला, अश्वगध १ तोला, पिपलामूल १ तोला बूट छान कर पानी क माथ अछला पर ५ समान गोलियां बनावे। एक गोली प्रात काल मूष म खाया कर। वातज कफज, प्रकृति वालों के वास्ते रसायन है। उत्तेजनाशक्ति बहुत उत्पन्न दाती है। परन्तु कुछ काल तक सधन करना चाहिये ॥

(४८) कौचबीज ३ तोला गोखरू ३ तोला, शतावरि १ तोला बामछइ ३ तोला, गोंदबमूल ३ तोला, चायचिनी १॥ तोला, गाम्बर के बीज १॥ तोला, प्याज के बीज १॥ तोला, इन्द्रजौ १ तोला, मूसली १॥ तोला ३ तोला कुम्भिन (पान की छइ) १ तोला, कुन्दर ६ माशा कासी मिस ६ माशा, लौंग ६ माशा, पीपल ६ माशा नरकचूर ६ माशा, अकरकरा ६ माशा मधु सब के बराबर गरम करके आपधियां पीस छान कर मिलासे। माशा १ माशा म एक तोला तक मूष क माथ। अत्यन्त बस पटक दे। घीघपतन का दूर करता है। शुक्रमह का हितकर है। सम्पन्न प्राकृतिक बढाता है। कटि आर पाशों का पीडा का हितकर है ॥

(४९) भून घन का साल १ तोला बाराक पीस कर कपल बीज क तैल यथाशक्य में भून, फिर पास्त क डाटा का मिर्गी कर रस मिफान लें और उसमें ५ तोला मिधा का चाउनी करें, आर उपरोक्त औषधियां हालकर इसका नैवार करस नित्य इतनाही रात्रि का खाया करे, शुक्रमह पूर्णतया

रू हाँसा है । स्वप्न दिन प्रति दिन उत्पन्न होता चला जाता है । शीघ्रपतन रू हाँसा है । इसके स्वप्न के पश्चात् दूध के सियाप और कुछ न खाना चाहिए ॥

(१०) शुद्ध आमलासार गन्धक, और आमला का चूर्ण समान भाग लेकर ७ दिन आमला के रस और ७ दिन समल के रस में खरल करके रखें, और १ मासा दैनिक दूध से खाया कर, यह दो वस्तुएं अद्भुत फल प्रती हैं । शीघ्रपतन इस औषधि से सर्वथा दूर होकर मनोकामना पूरी होती है । लिखा है कि अम्बा उर्ग का बूदा भी इसके सेवन से धीर्यमान् हो जाता है

(५१) मेमल को गाल का चूर्ण और शुद्ध आमलासार गन्धक समान भाग लेकर समल के रस में ७ दिन खरल करके रखें, १ मासा शीघ्र दूध के साथ खाया इसका गुण इस प्रकार लिखा है —

—“कामदेव के समान सुन्दर स्वरूप का पलित नष्ट हो, वेग में अश्व के समान हो शीघ्रपतन के याम्ब विनाश रूप से दितकर है” ॥

( ) सुभुत में लिखा है — कौच बीज तालमखाना का चूर्ण बनाकर १ ताला गाय के घागण दूध में खाया ताँ वीर्य निर्बल कमी न हो, बल की वृद्धि होना।

( १ ) कौचबीज, गारुड, उटङ्गन बीज, समान भाग का चूर्ण बनाकर रखें और १ ताला चूर्ण सर भर दूध में पकाये, जब गाढ़ा होजाय, तो मिथी बनाकर पीये यह भी सुभुत का योग है और लिखा है —

—“इससे पुरुष रात्रि भर मधुन शक्ति से भानन्दित रहे ॥

(५६) उटङ्ग, विदारोकन्द और उटङ्गन के बीज समान भाग का चूर्ण बनाकर १ ताला या न्यून यथाशक्ति गाय के दूध में पकाये, गाढ़ा होजाय ताँ भी बनाकर पीजाय । सुभुत में लिखा है —

—“तो पुरुष रात्रि भर चिन्ता के समान मधुन में प्रवृत्त रहे ” ॥

नोट—एसी गाय का दूध जिसने पहिली ही धार बछड़ा दिया हो, और बछड़ा ठा तान मास मे कम न हो, और उसको खाने के वास्त उहदके पसे पेली समत दिए जाते हों, बहुतही पौष्टिक और बसवर्धक होता है । यह भी सुकृत मही लिखा है —

[११] कान्च बीज और उष्ट्र पीस कर और ४ तोला दूध में औद्य कर म्वाया करें । वीर्य गाढा, दाता है ॥

[५६] सुभ्रत में धन्यन्तरि जी महाराज लिखत है —

विदारी कन्द का खाय एक साला घृत और दूध के साथ पीय, तो युवा भी युवा हो जाय ॥

तयाच—४ तोला उष्ट्र पीस कर मधु और घृत मिला कर चाट, ऊपर से दूध पाय । इस मे पुरुष अश्व क समान हा जाता है । तयाच—गहूँ और कौच भोजा का दलिया बना कर दूध में डाल कर खीर पकाय, और घृत मिला कर म्वाया करे । मधु और मिथी भी मीठा करने के वास्ते डाली जा सकती है । तयाच—पीपल के फल, जड़, छाछ, और कापल स सिद्ध किया हुआ दूध (अथात् इन का काय करके दूध में डाल कर औटावे) खाए और मधु मिला कर पीये ता चिह्न क समान मेषुन कर ॥

सुभ्रत में ही दुसरी जगह लिखा है —

विदारीकन्द का उसी के खरस स खरल करके [दा चार दिन] उस में घृत और मधु मिला कर १ तोला चाटा करे, ता दस दिनों का खामी हा । [अर्थात्क] इसी प्रकार आमसा की उसी क खरस पी ७ पुटें देकर [या ७ दिन खरस करके] खाए, मधु और घृत मिला कर खाए, और ऊपर से दूध पीय, ता अस्ती बध का युवा भी युवा की तरह खानन्दित हो सकता है ॥

✓ [७७] मूसली कौच बीज गोहारे का गूदा, धतावगि, मिषाण शम्भ

तुलसी के बीज, अन्तिम औषधि के अतिरिक्त सब औषधियों को महानि कूट पोस लें और मिला कर रखें । ६ माघा लेकर सर दूध में औषध सर पानी समत डाल कर अग्नि पर रखें, जब पानी जल जाय और कबल दूध रह जावे, तो उतार कर मिश्री यथा रुचि मिला कर पी लें । घृत भी डाला जा सकता है । इस के खाने से क्षीप्रपतन जाता रहता है, वीर्य बहुत गाढा हो जाता है । संतानोत्पन्न होती है । शुक्रमेह दूर होता है । अत्यन्त बल वर्द्धक औषधि है । मस्तिष्क को बल और शीतलता प्रदान करती है ॥

(५८) उडद की खीर—उडद को दाल घृत में भून कर दूध में पकावे, और दैनिक खाया करे, तो वीर्य गाढा हो, और बहुत उत्पन्न हो । क्षीप्रपतन को बहुत लाभदायक है ॥

[५९] उडद की दाल और चावल को पृथक् २ घृत में भून कर मिला दें, इस को यथा रुचि दूध में पकाकर खीर बनावे और इसको खाकर रात्रि को सो रहे, इस प्रकार करेन से मस्तिष्क पुष्ट होता है, वीर्य बहुत गाढा होता है, मूत्राशय की ऊष्मादि सब जाती रहती है । उत्तमक व बल वर्द्धक है ॥

लोह मसम अत्यन्त बल वर्द्धक ॥

शुद्ध पाय १ तोला, शुद्ध आमलासार गन्धक १ तोला, फीट्याद रेखा हुआ, या लोह चूर्ण २ तोला, प्रथम पारा और गन्धक को खरल करे कि स्याद कजली हो जावे ॥

फिर लोह चूर्ण दालकर एक पहर खरल करे, फिर वीकुमार का गूदा डालकर यहाँ तक खरल करे, कि उष्णता उत्पन्न हो जाय, और धुआँ निकलना आरम्भ हो । फिर ठिकिया बनाकर नीचे ऊपर परेण्ड का पत्ता देकर ताम्र की घाडी में रखकर छट पण्डा घूब में रखे, फिर पान के छेर में दबावे,

तीन दिन क पञ्चासु निकाल कर रस फन्द गिलाय, त्रिकुटा क काय, अहसा का काय, गलाय का काय, चित्र क काय, निरगुप्ता, अनार का बकस, मंगारा टाक पयाथासा, कलाकन्द, विषयसार, नालामुष्ठी, बबूल की फला सरय, कक्षा गवावर, गाखरु का स्वरस या कादा, इन सब में तान २ पुट दब। यदि सब न मिलें, तो चा मिलें उनमें कम से कम एक दिन खरल कर लेव। माश्र एक ग्जा मधु, और घृत मिलाकर चाने। ऊपर म गताबरि का काथ पीव ता और भा अच्छा है। इसक असंख्य गुण हैं ॥

(६१) पारद भस्म, स्तम्भनार्थ—शुद्ध पारद ५ तोला, शुद्ध आमलसार गन्धक ५ तोला, दो बटे बयबर क सीप लकर एक में पहिले आधा गन्धक निछावे और ऊपर पारद रखे, फिर शेष गन्धक का घृण ऊपर, बबाकर दूसरा सीप ऊपर देकर अच्छी तरह कपरोती करके, फिर घान की १५ सर मूठी के बीच में रखकर अग्नि देवे, जब स्वयम् हीनल होजावे तो निकाल लेवे, पारद भस्म निकलगा। इस पीस कर रस छोटे माश्रा एक चाबस से आधा रखी, तक, कूष मक्खनादि स ख्राव ता पुरुपाय बहुत बने, पुद की मुषा करे। सब योग दूर करे। बधेज यथा इच्छा करे। घीमपवन को दूर करे। इस्तकारा को अमृतवत है। तृतीय पुहर को मिथी और कूष के साथ ख्रावे, तो बल और आनन्द पावे। यह रसरामसुन्दर में लिखा है ॥

(६२) अत्यन्त वाजकिरण सिद्धरकमस्म—शुद्धरक १ तोला, लौंग १ तोला, फिटकरी ६ तोला, मांग का रस १ पौब, एक मिट्टी के कूड़े में हीन तोला, फिटकरी बिछावे, ऊपर ६ माश्रा लौंग का घृण डालकर रस को टक देवे, और फिटकरी उसपर देकर, मांग का रस डाल देवे। और मसी भान्ति कपरोटी करके सग मग ५ सेर ऊपसों के मध्य में रखकर अग्नि देवे। श्रेष्ठ रोग की शिद्धरक भस्म प्राप्त होगी। माश्रा ५ चाबस मक्खन के

साथ रास साथ, ४० दिन में नामद भा मद होजाव । पुरुषत्व इतना । भाता है, कि संभालना कठिन होजाता है ॥

(६३) सिद्धरफ मिश्रित कुक्कुटाण्ड भस्म बल वर्धक—छिलका कुक्कुटाण्ड १ तोला, सिद्धरफ १ तोला, पीकुवार के स्वरस से खरस करके टिकिया बनाव, और शुष्क करके मिट्टी के कूच के भीतर इस प्रकार बन्द करके कि वायु भीतर न जासके, ३ मेर ऊपलों की अग्नि के मध्य में रखे । गतिल होने पर निकाले, श्वेत भस्म होगी । मात्रा आधी रत्ती दूध वा मक्खन के साथ वस्यदक है । शुक्रमेह, शीघ्रपतन का दूर करती है । हस्तकारों के हास्ते दितकर है । ४ घण्टा पहिले खाये तो आनन्द बढ़क है ॥

(६४) गोस्त्ररूपाक—गायूर १ सर का चूर्ण लकर ४ सेर दूध में आगाव, यहां तक कि खोया होजाव । फिर ० सर गाय के घृत में इस खाये का मूत, फिर ३—४ सेर देही खाइ की चाघनी करे, और उसमें इस खोण को डालकर मिलाव, फिर निम्न लिखित औषधियां डालकर उतारकर सुरन्त अच्छी तरह मिला लये —

जावित्री, लौंग, लाध, मिश्र, भीमसेनी कपूर, नागरसाथा, समुद्रशोष, पत्तूर के बीज, इलदी, आमला, पीपळ, केशर, नागकेशर, इलायची, पत्रज, अर्जुन, कौशवीर, अजवायन, प्रत्येक ८ माशा, भांग सब औषधियों से आधी चूर्ण करके डालें, माशा ३ माशा से १ तोला तक दूध के साथ प्रात समय खाये । बसासीर, प्रमह, निबस्त्या सब दूर हो । स्त्री पहिले हो । स्वप्नक है । अियों का मृग रूपी मद मल्लन करके सिद्ध सिंह के समान है वातव रोगों को दूर करता है, शीघ्रपतन का बढिया इलाज है ॥

(६५) मूसलीपाक वडा—श्वेत मूसली का चूर्ण १ सेर, ८ सर दूध

में जोटावे, यहाँ तक कि खोया होजावे, स्मरण रहे कि मूखली बहुत फूँस्वी है, दूध में डालते ही यह शक्त होने लगता है, कि खोया बन गया। खोईसी रस्नी चादिए, कि दूध का खोया बन जावे, अन्यथा बहुत जीष खराब होजावेगा। इस खोये को १ सर घृत में मूने, और जब अच्छी तरह मून छँ तो ४ नेर मिर्ची को चायनी करके उसमें खोया डाल दवें, और साथही उसमें निम्न औषधियों का सूप भी मिलावें, बादाम गिरी, जो मिलानी चाहें मिलावें ॥

औषधियां जो डालनी हैं — शोंठ कासीमिन्त्र, पीपल, इलाइची दासुधोनी, पत्रज, हाऊबर, खैर, छसावरि, नीरा अत्रभोद, चिचक, गजपीपल, अरुवायन, पिपलामूल, आमला, कचूर, गोमरू, घनियां, अश्वगंध, इरड, नागरमोथा, समुद्रघोष खोंग, जायफल, जावित्री, नागकेशर, तामसमाना, खरेटी, नागखला, अतिशला कौन्धीज, मुलठी, समल का गौद, सिपाइ, नागखला, अतिशला, कौन्धीज, मुलठी, कमलगद्दा, बघालोचन, सुगन्धवाला कज्जोळ, अरुकरा, कर्पूर, प्रत्येक १ ताला, धुल तिल आधसर, खन्नादक १ ताला कृष्णअन्नक मम्म २ ताळा, माघा २ ताळा स ५० ताला तक, दूध के साथ खावे ॥

गुण—असौण, शुष्म प्रमदा, अघ, फोस, शंसि, फोटी, कुमा, उर कामला, पाण्डुरोग, अतिशरि, घाँसीपता, दृष्टि शक्ति हानिता, शक्ति, विष, कफ, सघ्रिपात के रोग, नपुन्तकता, स्त्रियों के मासिक शत्रु सम्बन्धी रोग, मूत्र शुष्म मूत्रबद्ध, मूत्राविसार, मधुमेह, अरुमरी, आनाह, शृणता, निवसता पातरक, शुष्मेह, क्षीपूषेन, आदि रोग दूर हो, इससे पाचनशक्ति बढ़े, कामदेव स्ये, यह अश्विनो कुंसाही का निर्माण कृषि है। पुढारै (संतोषी) को पूर करने के लिए बनाया था। निवेल श्री पुढारै की देख के रोगी बनाया गया। यीस्य को कठान में आदितीय है ॥४०॥



(६६) श्वेत मूत्राणु के सेवन की एक और भी विधि है—दो घण्टे के बाद काँच लेकर उसके महीन सूत्रों ( रेखाओं ) को बूर करें, और काष्ठ की छुरी से टुकड़े करके काष्ठ की सुई से छिद्र करके डोरा डाल कर छाया में सुखावें, पश्चात् घूण करें, १ ठाँला चूर्ण १ तोला मिर्ची के साथ पाव पानी में डालकर काष्ठ की मथानी से बिलोवें, यहाँ तक कि उसका लुआब निकल आवे, तब उसको खा जावें । २० दिन तक ऐसा करें । अम्सवस्तु, यातन पदार्थ, मैथुन, शीतल वस्तु, शीतल अन्न, शाल मिर्च, आदि स बचे रहें । अत्यन्त फल वर्द्धक है । बृद्ध इस से युवा होता है । शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, शुक्रमेह का लेशमात्र तक नहीं रहता । वीर्य सन्तानोत्पत्ति के योग्य बनता है । इकीम शरफुद्दीन साहब अपने अनुभूत योगों में लिखत हैं, कि मैंने इसका खाना आरम्भ किया, मेरे पिता ने कहा कि ४० दिन तक माग न करना, रात्रि को पिता की एक आर मेरी चारपाई, दूसरी ओर मेरी स्त्री की चारपाई, और मध्य में अपनी चारपाई रखकर सोते, ताकि मैं मिल न सकूँ । अभी बीस ही दिन साथे हुए थे, और पुरुपार्थ इतना बढ़ा कि मैं रोक न सका । अपनी टांग को पिता की चारपाई के ऊपर स फैलाया और अपनी स्त्री को उस पर चढ़ा कर अपनी चारपाई पर लाया, और <sup>शोका</sup> के पश्चात् फिर टांग पर चढ़ाकर उसकी चारपाई पर मेमना खाहा, टांग काँपती रही, मेरी स्त्री का पाँव पिताजी के पेट में जा लगा, वह जाग उठे और बोले — ' हे अत्याचारी ! यदि २० दिन और सन्तोष करता तो यह कष्ट और निर्यलता भी भाकी न रहती' ॥

बलहीन रोगियों को जो औषधि सेवन के साथ इस क्रिया स नहीं सकते, शिक्षा ग्रहण करनी चाहिये ॥

(६७) पलकारक हलवा—एक सज्जन निम्नलिखित योग की बहुत प्रशंसा करते हैं — पौष्टिक योगों में दो गुणों की आवश्यकता है, एक तो इन्ध्र्य उत्तम और स्वादिष्ट हो, द्वितीय उसके बनाने की विधि सुगम हो ।

तीस घण्टे की मीठर इस योग के दुस्य, अन्य किसी पुस्तक वा अन्य ग्रन्थ में  
 मैंने नहीं देखा ! भाषा है, कि जो भीमान् इसका सेवन करेगा वह भी ऐसी  
 ही प्रशंसा करेगा । निम्नलिखित सोलह विचित्र गुण इस योग में हैं —

(१) निरोग मनुष्यों को दैनिक अपना प्रमाय दिखाता है ॥

(२) स्खलित होने के पश्चात् सेवन करने से फिर वैसाही बल उत्पन्न  
 होजाता है ॥

(३) मस्तिष्क निर्बल नहीं होने देता ॥

(४) बुकाम व नखला के रोकने वाला है ॥

(५) बल वीर्य और भोज को बढाने वाला है ॥

(६) हृदय और यकृत को अत्यन्त बल देता है ॥

(७) शुद्ध रक्त उत्पन्न करके धरीर को पुष्ट और यक्षमान करता है ॥

(८) स्वग्मन अफीम की मिलावट के बिना इतना करता है, कि अफीम  
 भी नहीं करसकती ॥

(९) वीर्य को बढाने और सतेज करने वाला है ॥

(१०) रुसवा नहीं होने देता ॥

(११) नेत्रों को श्याति और शक्ति को प्रदान करता है ॥

[१२] मूत्राविसार का रक्षक है ॥

[१३] पछों को बहुत बल देता है ॥

[१४] प्रत्येक प्रकृति के मनुष्य का अनुकूल बैठता है ॥

[१५] छोट केतु में आबा भी नहीं लगने देता ॥

[१६] किसी प्रकार की दुर्गन्ध वा कुस्वाय नहीं प्रतीत होता ॥

विधि यह है, कि पहिले एक सेर गोंय का घृत देगच्चा में इतना गरम  
 किया जाय, कि उसका फेन सारी पर आजाय । ऐसा न हो कि भाग कृष्ण  
 बर्ण होकर घृत का स्वाद खराब होजाय । फिर इसको ठण्डा करके मीठर

एक सेर मिर्ची का चूर्ण, या उत्तम घृत, चीनी, डालकर, हाथ से सूत्र हिंसा  
मिलाकर एक जान कर दे। पश्चात् ५ ताला घृत में ३ माशा कैदार पृथक्  
सूत्र पीसकर मिला दें। पश्चात् शतइलायची २१ सें० थोड़ा मुख खोलकर  
ढाल दें। और ५ ताला इलायचीदाना सामित भी मिलावें। फिर बादाम  
गिरी छिलका रहित १५ तोला डालें, और दो ताला सुपारी, और ३ तोला  
घुशाय गाय क घृत में पृथक् २ पीस लें और इन दोनों को मिलाकर बहुत  
मन्द अग्नि पर देगचा में पकाकर जब हलवा के समान होजाय, तो आधपाव  
पी में मन्द अग्नि पर भूनें, जब लाली पर आजाय तो उसी योग में मिश्रित  
करें। अब इस का अग्नि पर चढ़ा दें, और धमके से दिखाते रहें। अग्नि  
मध्यम रख्य एक घण्टा पश्चात् घृत इसमें स पथक् हाना आरम्भ होगा,  
फिर उस समय इसमें ५ तोला सागूदाना, आ मरगद [मड] क घृत में  
मिगा कर छाया में शुष्क किया गया है, मिलादें, फिर ५ मिष्ट आर  
दिखाते रहें, पश्चात् नीचे उतार कर निम्न लिखित द्रव्य और मिलादें —  
अनयिष मोती ३ माशा, अर्क केपडा में पीस कर शुष्क किए हुए, मुरम्बा  
सब पिसा हुआ, चने की खील ५ ताला, क्षमीय गावमुशान १० तोला पिसा  
हुआ, कस्तूरी १ माशा, खत मूसली सुरमाषत पिखी हुई १॥ तोला, मुरम्बा  
गाजर पिसा हुआ १० तोला, नारियल कतरा हुआ ५ तोला, अदुयेट गिरी  
अच्छी नवीन ५ तोला, मधु अच्छा नवीन अपने सामने का निकलवाया हुआ  
२० तोला, चांदी बक १ दफ्तरी, स्वयं बक १६ सप्या, फिर अग्नि पर  
रखकर दो मिष्ट हिंसा बुलाकर उतार कर रखदें प्रातः वा तीसरे पहर  
शुभा स्नान पर और सोते समय दो २ तोला खावें ॥

यदि निघन मनुष्य है तो स्वर्ण बक, मोती, कस्तूरी न मिलावें शय  
मूस्यवान् वस्तुएँ चांदी बकदि भी कम डाले। यदि पित्त प्रकृति है, तो इसी  
योग में बीच वार्तक दरवा किए हुए ६३ सीला, इसपगोरु की भूसी २ तोला

घृत में थोड़ा भून कर मिलावें, मधु आदि उष्ण द्रव्य न डालें, परन्तु मूसली में न्यूनता न हो, और घेर पक्की गाजरों को कर्कश करके आध घेर घृत में सूख भूनें, जब छछाई पर आजावे, ता इस योग में मिला देने से बहुत गुण करता है उष्णता नहीं होने देता। विदित है, कि अत दक्षिणी मूसली अन्तिस द्रव्य एवं मिलावनी चाहिए अत कि घृत इसके से अग्नि पर मका प्रकार पृथक् हो चुके । अन्यथा मूसली को छछदार तारें पीछ स निकला करती हैं । खाना कठिन होता है । यह भा ध्यान रखें, कि घृत घूटन के पश्चात् अधिक तीव्र अग्नि में और देर तक पकाने से सत्व जल जाता है, सार यह कि मन्द अग्नि पर किश्चित देर लगाती है, परन्तु काइ हानि नहीं होती ।  
 बज्र, मसम १ तोला, चांदी मसम ३, माशा, यदि किसी साहिब की इच्छा हो तो मिला सकते हैं ॥-

(१७) यहमन साल, यहमन श्वेत प्रत्येक २—२ माशा, मूसली श्वेत, मूसली कृष्ण ३—३ माशा, सार्वभूमि मिथी ६ माशा, सदाकल ६ माशा, बुर-आम १ माशा, चरगद की दाढ़ा ६ माशा, सेमल का मूसम ३ माशा, कुल्लुन ३ माशा, इमली की गिरी ३ माशा, सरबालो क रोज ३ माशा, शीज बन्द ३ माशा, कमरकस ३ माशा, पिन्दक की गिरी ३ माशा, गोंदकीकर १ तोला, गोंद आम १ तोला, गोंद डाक १ तो०, मासकडनी २ माशा, गिरी भारियक ३ माशा, विनोला की गिरी ३ माशा, सुपारी श्वेत ३ माशा, अर्जुन की छाल २ तोला, अस्वगन्ध नागोरी २ तोला, गोखरु ३ माशा, इस्पगोल की मूसी ३ तोला, सरव बइयेजा २ तोला, पूम्पखाना १ तोला, सब औषधियों को पारक करके समान भाग मिथी मिलावें, और ६ माशा दैनिक सायम प्रातः गाय के घृत से खाया करें, २१ दिन में साम प्रसीध होगा, बल शीघ्र रूप बढ़ेगा, शीघ्रपतन-नाश होगा ॥

(१८) शीज बन्द ३ माशा, कृष्ण मूसली ३ माशा श्वेत मूसली ३

हो तो एक २ गोली सायम् प्रात स्वार्से, शीघ्रपतन का दूर करने के अतिरिक्त अत्यन्त बल बढ़क भी है ॥

[७२] यह याग शुक्रमह, और शीघ्रपतन के लिए बहुत ही हितकर है । साल्वमिथ्री ६ माशा, शक्यकल ६ माशा, तालमन्वाना ६ माशा, बीजमन्द ६ माशा, समुद्रघोष ६ माशा, तज ६ माशा, चिनियागाद ६ माशा घसापरि ६ माशा, उटङ्गन शीघ्र ६ माशा, गोखरू बड ६ माशा तादरीलाल ६ माशा, बहमनध्वत ६ माशा मूसली श्वेत ६ माशा, सेमल का मूसला ६ माशा, रुमीमन्मरी ६ माशा काहुयाज ६ माशा रमग्राम बीज ६ माशा, सब को कुट पीस कर समान भाग मिथ्री मिलाकर चूण बनाव माशा ३, ताला तक गाय के दूध के साथ स्वाया कर ॥

[७३] शक्यकल ५ माशा, साल्वमिथ्री ७ माशा ध्वत मूसला १ ताला, इमला गिरी १ ताला तादरीलाल ६ माशा तादरा पीत ६ माशा इलायची दाना माशा बशलोचन ध्वत १ माशा शकर ताला नियमानुसार चूण बनाकर माशा दैनिक गाय के घाराण दूध के साथ स्वाया करें । थोड़ा ही दाना म बल शीघ्र गाना शकर प्रकृत अवस्था पर आजायगा ॥

[७४] गिरी सिपाटा छुष्क १ ताला, साल्वमिथ्री १ ताला यिनाला गिरा १ ताला मिथ्री ध्वत ३ ताला सब का कुट छान परस्पर मिलाव और प्रात समय १ छटाक घा में इलावा बनाकर स्वाया कर ॥

[७ ] सुख गालाय विलाजात गुद तालमन्वाना ध्वत इलायची दाना, पापाणभद मुल्ती, बशलोचन बड मम्म प्रत्येक १-१ ताला, ध्वत मिथ्री समान भाग । माशा माशा प्रात समय गाय के दूध पाव दूध के साथ स्वाय, अनुभूत है ॥



माशा तालमखाना ३ माशा समुद्रगोप ३ माशा सिरबाली राज ३ माशा,  
 समल का उल ३ माशा मौलमिरी की छाल ३ माशा समल का गौर  
 माशा उटकन यीज ३ माशा, लिहसोडा ३ माशा, ब्रह्मदण्डी ३ माशा,  
 बहूपली ३ माशा, तज ३ माशा, मैदालफडी ३ माशा, बबूलफली १७  
 माशा गाल्यर १७ माशा मध का कूट छान कर सब के समान श्वत  
 छकर मिलाकर दैनिक प्रात समय ६ माश मर गाय के लोका दूध १ पाष  
 म स्वाध और स्वत्री वस्तुओं से बच रहें ॥

( ) ब्रह्मनध्वत १ ताला, बहमनलाल १ ताला, स्वगास की भुमी  
 माशा माल्यमिमी १ ताला, गौधबबूल माशा इमली की गिरि १  
 तेलका सब का महीन पीस कर समान भाग स्वाद मिला कर सायम् प्रात  
 ५-६ माशा गाय के धारण दूध के साथ खावे। इस्वर कृपा से १ सप्ताह के  
 भानर स्वयं बल धारण बरगा शामही शोधुपसन दूर जागा स्वष्ट पढाय  
 शक्ति ॥

[ ७ ] कुलिङ्गन गतावार तालमखाना मसला कुण, मसला श्वत,  
 मसल गाल्य अश्वगन्ध नागारा, गाल्यबूछ गाद मरुतना, माचरम,  
 समुद्रगाय रुसासन्तगा, बहमनध्वत, शकाकल, साल्य इलायचादाना श्वेत,  
 प्रत्येक १ ताला मकर चुन करके सब के समान श्वतशकर मिलाकर उठ  
 पाय या आध मेर बलिया मधु मिलाकर पाक समान बनाले, माशा - माशा,  
 सायम प्रातः गाय के धारण दूध के साथ बहुत लाभ दायक और अनुभूत है ॥

(७१) अमेजी योग—फास्फेट आफ आयरन ६ ग्रन त्रिकार्षिकीमिन  
 २ ग्रन, एक्सटैक्टनिकसवामीका १ ग्रन एक्सटैक्ट आफ टामिषाना ६ ग्रन  
 एक्सटैक्टकानबसडोका ३ ग्रन मध का मिलाकर गौद बसूल के साथ ६  
 गालिया बनाले, माशा १—१ गाली दिन में ३ बार पाल उणता प्रतीत

# देशोपकारक औषधालय की

किञ्चित् आवश्यक औषधियों के नाम सहित गुण और मूल्य ॥

## अमृतधारा ॥

इसकी प्रशंसा पृथक् अमृत नामक पुस्तक में अहित है । और यह इतना प्रसिद्ध है, कि सब जानते हैं, कि अमृतधारा न कबल स्मय सब मानुषी रोगों की जा साधारणतः घरों में बूझों बच्चों, जवानों पुष्पों और स्त्रियों का हात रहते हैं अचूक इलाज है, प्रत्युत पशु पक्षी आदि क रोगों का मा इर करती है । विचित्र प्रभाव इश्वर ने भर रक्खा है । रोग नाम की शत्रु है । अही रोग हा वही ही जा पहुचती है । हर ऋतु में, हर देश में इसका अपन पास रखकर रोगों के भय स निभय रह सकते हैं ॥

सब प्रकार का सिर दह फब्र, खाँसी पाण्डुशूल (न्यामोनिया , नजला सुकाम विश्वचिका, मन्दासि, असि अकारा गुडगुडाइट, मरोड परिणामशूल, (दद कौलघ), अतिसार आमतिसार बमन, मृगी दन्तपीडा व दाडपीडा दाँतों स रक्त आमा, व पानी रुगना, कणपीडा, कणपाष, कमसाज, कमशाष, कणकृमि नासिकास नाक में फुन्सियां, नासिका में दुगध, उँक नश्रपीडा, पोडा, फुन्सी सब प्रकार क पाष, काल का पकना रान का भासना दाद, बम्बल गला बैठना मुसुधाय, मिड का रुक, सीस का इइ विच्छू का इइ सप का इइ, बावले फुत्ते का विप, गल में दर्द, सब प्रकार क ज्वर भूयकृच्छू उपदंश गिल्टियां, बद्, सधिवात, सर्व प्रकार का शाध, आन्तरिक व बाहिक पीडायें ओट से दद, बवासीर, मस्तिष्क की निबहता, भोग रक्तमन, रात्रयन्मा

प्रसूत, इलायत, कामला, पायगोला, आतस सम्बन्धी सब रोग कण्ठमासा (इर्जात),  
 खियों का शिर दह, गुदभ्रष्ट पासुराग उध्या राग वषा का घृष म पाना,  
 सन्निपात, शिर घूमना, उन्मत्त, कम्प राग उध्या, अदृक्वात शिर की सान,  
 नन्त्ररोग फोला, बहना नाखुना कुकरे, पडवाळ घ्राणनाश नकसीर, बिहासाय,  
 मुक्क में फुन्सियां मुख का पकना आठशाय, आठफुन्सी वन्तकुमि मसूरा  
 शाय गल पडना, स्वरमग रुक थूकना, पीष थूकना छाती का शाय, फुफ्फुस  
 शोष, स्तन शाय, स्तन पीडा आमासयवात भतनी, यकृत पीडा यकृत वात  
 जलोदर, कठोदर, पाणुरोग आमासिसार प्रीहोदर, पुद्गादर वायवासा उदरकुमि  
 भगन्दर वृकटपीडा वृकट शाय मूत्राशय पीडा, मूत्राघात मूत्राशय, की शाय  
 अण्डवृद्धि, प्रदरराग गभाशय की शाय, गभाशय की पीडा यागि स पानी लक्ष्मना  
 कटिपीडा, रिधनवाय घुटने का दह, एडी, विठुसी, का फूकना, नितम्ब पीडा  
 पिती सब प्रकार के रोग नासूर सब प्रकार की शाय, छपाकी, गुठी अर्धात् आठ  
 का सूमना, बहु स्विद अग्नि से, जलना, इत्यादि, इत्यादि, इत्यादि, इत्यादि,  
 इत्यादि इत्यादि वरु होत हैं ॥

आन्तरिक व बाह्यक दोनों प्रकार से सबन की जाती है ॥ मात्रा २-१ वर ६०

मूल्य २॥) की शीशी द्वाई ४ ग्राम । नमूना की छोटी शीशी

॥), २ औंस की शीशी मानो अमल से चार गुणा ९), यूष गिराने

वाली शीशी जिससे जितने यूष चाहो गिरा लो ४ ग्राम २॥॥)

मिलने का पता — कारखाना 'अमृतधारा' लाहौर ॥

आवेह्यात— 'अमृतधारा' की नकल है । प्रायः बिज्ञापनवालों न नरसे

आरम्भ करदा है, और लोग अल्प मूल्य देस कर मंगवाते है । इस लिए यह नैरुठ

यनाकर रक्खी है जो इन नकलों से फिर भी अच्छी हागी । असल व मूल्य व

कक दिना दगी ॥

मूल्य की शीशी ॥॥)

नमूना की छोटी शीशी ।)



# पुरुषों के विशेष रोगों की औषधियाँ

अकसीर नं १ महत् वाजीकरण औषधि—बहुतसा र्थाप्य बदक, उत्तमक औषधियों का समूह है। नपुंसकता की सम्पूर्ण अवस्थाओं में हितकर है यह पुरुषों के गुप्त रोगों के वास्ते अनरुच औषधि है। नपुंसकता के आतिरिक्त वातज रोग, कफज रोग, खाँसी नसला जुकाम कटि पीडा सधिनता को हितकर है। शुक्रमह, शीघ्रपतन स्वप्न दोष को बहुत लालदायक है। प्रभाव किञ्चित्त उष्ण है। मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली २) नमूना ८ गोली ॥) मात्रा १ गोली सायम् प्रातः ॥

अकसीर न १०—यस्यस्यक है प्रत्यक जाड में एक मास या छाजन से कभी धरु कम से हागा। नामद भी मद हाजात है। बूडों का पुवा बनाती है। मात्रा १ गोली सायम् प्रात। मूल्य जिसमें कस्तूरी पडी हुई है। ६४ गोली ४) ३२ गोली २) नमूना ८ गोली ॥) जिसमें कस्तूरी नहीं पडी परन्तु घातुपुष्ट शय सब औषधियाँ धही हैं ६४ गोली २) ३२ गोली १), नमूना ८ गोली ॥)

अकसीर न ११—हृदय मस्तिष्क, यकृत आमाशय मूत्राशय का पुष्टदायक है। आनन्दवदक है। शीघ्रपतन, शुक्रमह स्वप्न दोष का हितकर है। याकृती का भी काम देती है। ताऊन के दिनों में खाने से मानसिक बल स्थिर रहता है। और बडा गुण करती है। उत्तमक है, अमीरों के खाने मास्य प्रत्यक प्रकृति के अनुकूल, इसका प्रधानांश स्वर्ण है, मूल्य ६४ गोली १०) १६ गोली २॥) नमूना ४ गोली ॥)

अकसीर न १५ मकरध्वज—वैद्यक औषधियों का यह राजा माना जाता है। इसका प्रधान अंश चन्द्रोदय है। जिसका बनाना निदान्त कठिन है। इसके खाने से ही असली जवानी आती है। बीप्य को सन्तानोत्पत्ति के योग्य बना देता है। बीप्यसम्बन्धी सब रोग पूर्णतय दूर हाजात है। राजे

महाराज सर्वैव इसको अपने पास रखते हैं, और प्रायः खाते हैं, जिसका सर्वदने की सामर्थ्य है, उसको अन्य औषधि की आवश्यकता ही क्या है । मूल्य ५ ) फी तोला, है । फी माशा ४), मात्रा ४ रती है । प्रतिवर्ष १ ताका का छोटे ता पूरा आयु बढ़ावे और धली रखे ।

**अकसीर न० १६ बृहद्विश्वेश्वर रस**—इसमें स्वप्न मस्म चाँदी मस्म, मातामस्म, कस्तूरी, बस मस्म, कृष्णाभ्रक मस्म, मीमं सनी सपूर, आदि सम्मिश्रित हैं । आनन्ददायक, पौष्टिक, और उत्तेजक है । शुष्कमद हुरन्त वृद्धता है । स्वप्नदाय, घ्रात्रपतन को गुणकारी है । वीर्य रात्र हाता और उत्तेजक हाता है । २० बीस प्रकार का प्रमद और बारम्बार मूत्र आना वृद्ध होता है । घटकांध वीर्य होती है । अग्नि बण, वल, वीर्य और तज बढ़ता है । पुराने ज्वरों पर भी प्रते है । हृदय मस्तिष्क यकृत का बलदायक है । मूल्य ३० गोली १) नमूना ८ गाळी १)

**अकसीर न० २० मनमथ रस**—इसको युवा, और युवा को मनमान क घास्ते यह याग शिव जो महाराज का निर्माण कृत है । उत्तमता यह है, कि ताम्र नहीं है । चिरस्थाइ काम धीर २ करता है । सर्वैव ज्ञान में सर्व ज्ञानि नहीं है । घ्रात्रपतन स्वप्नदाय शुष्कमद का वृद्ध करता है और उत्तेजक है । बम्पद क एक ७० बय के वृद्ध २२ वर्षों के पिता न मुक्त सिखा का कि युवावस्था क प्रारम्भ से प्रत्येक आठ में ० सप्ताह इगका सभन करता है, और यह बय तक भी पूरी शक्ति रखता है । मग्दानात्पत्ति क याग्य है । सर्वैव नयना, जुकाम स्वास, पांडु कामसा अपाधने का हितकर है । रक्त उत्तम करता है पौष्टिक उत्तेजक, प स्तम्भक है । मूल्य ६४ गोली ४), ३२ गोली १) नमूना ८ गाळी १)

**अकसीर न० २३ दूध घृत पाचक**—इस १ पाचक से १ रती ता प्रतिवर्ष अनुकूल नित्य खान से दूध घृत पचाने की शक्ति दिन प्रतिदिन बढ़ती है । वर्षों तक नोबत पहुंचती है । १४ दिन के भीतर पूरा प्रभाव प्रतीत हाता

४० दिन के भीतर सरो दूध पचने लगता है । ७ दिन के सेवन से सम्पूर्ण कफज व वातज राग का दूर करता है । पी दूध पचान की शक्ति सदा के लिये बढा देता है । मूल्य ५) रुपय तोला, नमूना ३ माघा १०)

अकसीर न० २४, सुखकारक—स्तम्भक इ शीघ्रपतन राग वालों को जब तक राग दूर न हो करती २ आवश्यकता पडती है । तीसरे पहर दूध के साथ चाबे पश्चात् कोई सद्य, बषण्युक्त वस्तु न खावे, चायुणा स्तम्भन होता है । मूल्य ३० (गाली २) नमूना ४ गोली ५)

अकसीर न २७ (अव निर्वेलन् होंगे)—रति पश्चात् एक दा गालियां शालीबिये सदासी दूर, सुस्ती चकनाचूर, मक् ज्यों का त्यो ॥ तीसरे पहर चाबे ता स्तम्भन हा नित्य दूध के साथ सायम् प्रात चाबे, ता शुभ्रमह शीघ्रपतन का हितकर है । मूल्य ६० गाली १), नमूना ३)

अकसीर न २८ तैल मालकगिनी—कफज वातज राग नाशक नपुसकता मस्तिष्क की निर्यलता, अस्मृति शीघ्रपतन कटिपीडा, सर्वांगपीड आदि का दूर करता है ॥ करतल पर मखे ता दृष्टशक्ति को बस देता है । स्तम्भन के मास्ते भी बतते हैं । हस्त मधुन निबलों को तिला को काम दता है । नसें भार पड दठ हात हैं । मूल्य १) शीघी ४ डराम नमूना ३।

अकसीर न ३१, चन्द्रप्रभा वटी—यह एक वैद्यक योग है, जो निविघ नामा से बड ० वय बच रहे हैं । यह भूय के साथ छुके (मनी आदि आन को राकती है । २ प्रकार के प्रमह, पथरी अफरा छूक, मदान अण्डपुदि पाण्ड कामला, बवासीर, मगन्दर नासूर कटिपीडा कास खास हिक्का, डकार, नसलादि को हितकर है । रज बाप्य का शुद करके सन्तानोत्पाति के योग्य बनाती है । मात्रा २ गोली सायम् प्रात । मूल्य ३२ गोली १), नमूना ८ गाली १)

अकसीर न ३३ आयुर्वेदिक टानिक—रज बाप्य का शुद करके सन्तानोत्पाति के योग्य बनाती है । जब काइ विशेष कारण प्रतिबन्धक न

इस ता श्री पुष्प दाना को गन्ध के दूध के साथ खिलाना आरम्भ करे। एक हा मास साथे, और प्रत्येक रोजाधम्म के पश्चात् गन्धाधान करे ता इत्थर कर्मना पूरा करे। यह गालियां उत्तमक शुक्रमह स्वप्रदाय, शीघ्रपात माद्यक सुदरेजत्वादि क आयुबल बढ़क सर्निर्घात नाशक है, और कटि पीडा सुस्किर्णादि, पाण्डु रानपाडा, रीपनुबाय आदि सब पातज कफजराग प्रमेह, कामला, रक्तक्षिप्ता, शाथराग अलोदर कठावर, मूत्र का विष, स्त्रियों क भ्रातृक रज को कमी क अधिकता, अन्त्रग्राह का हितकर है। मनु क पानों के साथ स्पृशता का दूर करती है। भ्रज्जा दमिक, अर्नाधियों का इस का सुकावस्था करण सम्भव है रहेगी। मात्रा १ गाली सायम् प्रातः प्रकृत अनुकूल न्यूनाधिक कर, सकत है। मूल्य ६४ गाली ४) ३२ गोला २), नमूना ८ गाली ॥)

अकसीर न ३४ (क) — शुक्रमह (भात जाना) क वास्तव अद्वितीय औषधि है स्वप्रदोष को बहुत शीघ्र दूर करता है। शीघ्रपातन का मा हितकर है। कीर्त्य का गाढा करन में अनुपमय है। प्राण्ण स्तम्भन को बढ़ाती है। मात्रा १ गाली सायम् प्रातः। मूल्य ३२ गोली १) नमूना ८ गाली ॥)

अकसीर न ३४ (ख) — उपयुक्त औषधि क भाँतर कसर, कस्तूरी अम्बर मोती शिखाजत स्वण चाँदी अक्षकाद भस्मों और मंगुक्त की जाता है ता यह उपयुक्त आसत गुणा क आतारक हृदय मास्तिष्क, मूत्राशय यकृत, आमाशय को बल दती है। उत्तमना बहुत करता है। अमीरों क खाम याम्य है। मूल्य ३२ गोली १), १६ गोली २॥) नमूना ८ गाली १॥)

अकसीर न ३६ (क) — मुस्त पत्तों का पुष्ट करने में अद्वितीय है। जिनको केवल उत्तमना की कमी हो यह इसका सेवन करे। राज और ल्याल दोनों क काम आता है। उसे पड़े पुनर्जीवित होजाते हैं। एक तिन्का से समाह मक्खन क साथ खात है। जिनको केवल कभी उत्तमना हा उसके दीजाती है मुस्त दसम पुस्त हाजाते हैं। प्रभाष उष्ण है। पातज कफज रोग सर्निर्घात शुष्क पीडा रीपमधाय, श्वास, कफज, कास म्नासु की निवृत्तादि का हितकर है। मूल्य ५) गाली ४ इराम आधी २॥), नमूना ॥॥)

अकसीर न ३९—शुक्रमेह व शीघ्रपतन—शुक्रमेह को बुर  
 करती है, मस्तिष्क के लिये अति हानिकारक है। शीघ्रपतन को बुर  
 गढ़ा करती है। शरीरिक बल अधिक करती है। शीघ्रपतन के लिये  
 स हितकर है, शुक्रमेह को बुर करती है—अधपत्र औषधि हान के भी कारक  
 नहीं है। इसके सौने ग मास स्तम्भन बढ़ता है। मूल्य की पाव २) नमूना  
 १) गाली ॥

अकसीर न ४० स्वप्नदोष नाशक—यह औषधि विशेष चर  
 स्वप्नदोष प्रसो के वास्त है। शुक्रमेह व शीघ्रपतन नाशक है स्तम्भक भी है।  
 स्वप्नदोषाधिक्य १ मास के भीतर ही नष्ट होता है। मूल्य ३२ गाली १), नमूना  
 २) गाली १)

अकसीर न ४१ कामिनी वशीकरण—जा सोग ५ है कि  
 स्तम्भन १ काइ औषधि चतको गुण नहीं करती इसका सेवन करें। ६ गुणधर्म  
 होता है। ५ दैनिक यह गालिया खाए जायें ता शीघ्रपतन बुर होकर  
 स्तम्भन उत्पन्न होता है। शुक्रमेह, स्वप्नदोष का मूलच्छेद होता है। पशु ५  
 कार बुर करती है कस्तूरी सोना चांदी मोती केसरादि इसके प्रधान अंग  
 ३० गाली २), ६ गाली ५ १ गाली १)

अकसीर न १८, शिगञ्जक भस्म—वाशीकरण में अनूपम  
 मानी गई है। पशु को असाधारण बल प्रदा करती है। नपुंसकता बुर करन  
 की बरवान् औषधि है। बूतों की साठी है। मातृ व कर्ज रोग यथा मदाह  
 पात आर्द्रितपात सन्धिबास, शून्यपात कफजरासी, मन्दाग्नि आदि का रामबाण  
 है। शुद्धरक्षोत्पन्न करके चेहरे को शुक करती है। मूल्य १ तिका १०) ३ मास  
 २॥) नमूना १ मास १) शीतजमु में अवस्म सेवन करें। दजा मास १ ०)  
 तोला ६ ॥

अकसीर न १९ बगभस्म दर्जा अन्वल—यह सयासी पुत्र स  
 पहिले शुद्ध की जाती है फिर भस्म की जाती है। चांदी भस्म भी इसके सामन

मिह, प्रमह, मूत्राणु सर्वाणु, कुरुह को हितकर, गुणक १।  
और पोंडे को ठम की चक्ति इसी पर ठाक आती है। मूत्र-  
६ माशा, ७ नमूना १॥ माशा १०) मात्रा २ रती ३

रुमिस्म सामान्य—यह का राधारण छुद परद बनाया जात,  
गुण रुगमग वही है जो ऊपर बणन किए गए है परन्तु प्रमह। किचित् हर  
स हाता है। मूत्र १ तोला २) ३ माशा ॥) मात्रा ३ रती ॥

अकसीर न यथ, त्रिधातु भस्म—यह कुरुह, सांसा व बसत  
मिधित अस्मि पीत रंग की भस्म है। आ प्रदर सोम कुकमद, धारि व  
शु करम, प्य को गाडा करके प्राकृत बन्धेस (स्तम्भन) उत्पन्न करने में शिधि  
धौपधि। मूत्र केवल १ तोला ४) ६ माशा २) नमूना १॥ माशा ३)

अकसीर न ३६, स्वर्ण भस्म अब्बल दर्जा—पर को पुषि  
दुह, हृदय, मस्तिष्क, मज्जा, बकद्वै, मूत्राशय, जननान्द्रिय राष वस प्रदान  
की है। पीप्यबसक और उत्तेजक है। घृत वृष पाचनक अभिरक्षक है।  
माशा भी यदि एक बार खा लो, तो वर्षों की गई हुई शक्ति पुनः ब्राजाप  
शुक्रमेह, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, प्रमेह धातुक्षीणता नणकता, स्मरणशक्ति तथा  
हृदय की निर्बलता सब दूर हो। मूत्र १ तोला २), ३ माशा २=), १० माशा  
१०), ४ रती ४)

स्वर्णभस्म दर्जा दोस्र—गुण वही है, परन्तु किचित् हर में प्रमह  
दोता है। मूत्र २ तोला ४), ६ माशा २), १० माशा ५) ४ रती २

मूत्राभस्म—पित्त प्रकृति वाले धातु विकार में प्रसों का दीवार्ती है।  
सखी किन्तु बस उत्तम धौपधि है पुरानी घिर पीडा, मस्तिष्क की निवसता  
मज्जला प्रतिश्याय, रक्तपमन, रक्तपित्त को हितकरक है। पीप्यकोष, मूत्राशय की  
गरमी को दूर करती है। मूत्रदाह का भी हितकर है। मूत्र १ तोला, ॥)  
छ माशा ॥)

संखियाभस्म (देर्जा ग्वास)—यह भस्म विशेष रूप से घट और  
उत्तमना के लिए तैयार की गई है। १४ दिन के भीतर पर्याप्त बस माशा है।

और ४० दिन के भीतर तो रुकना कठिन होता है, इस के अतिरिक्त सम्पूर्ण वातज कफज रोगों को रामबाण है। बूढ़ों की सहायक है, उनको युवा बनाती है। मूल्य १ माशा १२) १ माशा ४), नमूना २ रत्ती १) मात्रा सप्तसाश स १ चावल तक ॥

**सखियाभस्म**—धातुज, कफज, सन्धिवात, आदितवात, अर्द्धाघात, कफज कास, श्वास, कटिपीडादि को हितकर है, उत्तेजक है। मूल्य १ तोला ५) ६ माशा २४) १॥ माशा ॥२५)

**धांतीभस्म**—धातुकीणता स्वप्रदोष शीघ्रपतन हृदय व मस्तिष्क कामाक्षय की निर्बलता, मर्पुसकता, को हितकर है। प्रमेह, हृदय की घड़कन का भी हितकर है। मूल्य १ तोला ८), ३ माशा २) नमूना १॥ माशा १)

**फौलाढभस्म शिक्करफी**—यह भस्म फौलाद की शिगरफ के द्वारा की जाती है। धातुराय यथा शीघ्रपतन वाय्वलाव शुक्रमह को दूर करके उत्तेजना को बढ़ाता है। शुद्ध रक्षास्पत्र करती है। यकृत का बल देती है रम का क्षतता का दूर करती है। मूल्य १ ताला १॥) ३ माशा ॥२५)

**फौलाढभस्म, (दर्जा) स्वास**—यह भस्म असली फौलाद की बड़ परिश्रम से १ बय के भीतर तैयार होती है। सातही मात्रा में नामद को मद समान की शक्ति रखती है। बूढ़ और नपुंसक भी इस के खाम से सन्तानात्पात क योग्य हुए हैं। ७ दिन साकर राकमा कठिन होता है। सर्वत्र तैयार नहीं रहती क्योंकि एक बार बिक जान से फिर दर म तैयार होता है। मूल्य ३ माशा १९२) रत्ती १६)

**फौलाढभस्म, (दर्जा अखल)**—यह असली फौलाद की भस्म भी कई मासों में तैयार होती है। बड़ी वाय्वलाव है। शुद्ध रक्षास्पत्र करके चहरे को थोड़े ही दिनों में छाल करती है। पछों को बल देती है वाय्व सन्ध्या रोगों का दूर करके नामद का मर्द बनाती है। मूल्य १ ताला ५) ६ माशा २॥), १॥ माशा ॥२५)

**फौलाद भस्म**—भातु क्षीयता, नटाकती, घाघ्रपतनादि का हितकर है।  
पकृत को बलदायक है, रग को साँठ करती है। मूल्य २॥) तोला, २ माशा ॥२॥)

**मण्डूर भस्म**—यक्ष्म रोग, कामला, पान्चू रोग शोथ, अकार, मूत्राशय की निबस्तता का हितकर है, और घाघ्रपतन को भी जब कि रोदन वाली शक्ति की निबस्तता के कारण से हो बहुत गुणकारी है। मूल्य १ ताका १॥), ३ माशा ॥२॥)

**सीसाभस्म**—मूत्रकृच्छ्र के वास्ते हितकर है। कुरह को भी गुणकारी है। मूल्य १ ताका १॥) ३ माशा ॥२॥)

**अनविधि मोतीभस्म, (गुरवारीद नासुफता)**—इद, यक्ष्म, मस्तिष्क को बलदायक, घाघ्रपतन स्वप्रदाय, शुक्मेहादि निवारक है। मूल्य ३०) ६० तोला ३ माशा ॥१॥), ४ रत्नी १॥)

**रस सिन्धूर**—वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि है। यह रसायन है, उत्तमक है इस की वैद्यक ग्रन्थों में बड़ी प्रशंसा छिटी है। विमुद्धित पारा से तयार कृत का मूल्य २०) तोला है। और शुद्ध पारद से तयार कृत का मूल्य १०) तोला शिगरफ से निकाला हुआ पारा से तयार कृत ५) ६० तोला है ॥

**चन्द्रोदय**—यह एक प्रकार का रस सिन्धूर सोना मिश्रित होता है। सब औषधियों का राजा है, म केषल—भातु सम्बन्धी सूय रोगों की सर्वोत्तम औषधि है। यरभ उचित अनुपान से प्रत्येक रोग में बतता जात है। यह प इस से बस गए हैं। विमुद्धित पारा से तयार कृत मूल्य १ ) ६० तोला है पारद से तयार कृत २०) ६० तोला है ॥

**कौड़ीभस्म**—घम के बहने, मन्दामि, शोदा, कफज रोगों को हितकर है। उत्तमक है मूल्य १॥) आना तोला ॥

**कृष्णाभ्रकभस्म**—सर्व प्रकार के ज्वरों के लिये रामनाथ है। लाल १ मूल्य १॥) ६ तोला ३ माशा १॥)



श्वेताश्वकभस्म—ज्वरों के लिये गुणकारी है। मूल्य १ तोला १)

गोदन्तीहृत्ताल भस्म—सर्प ज्वरों को हितकर है। बालक से लेकर बूढ़ तक सेवन कर सकते हैं। मूल्य ॥) आना तोला ॥

श्वेत सुरमा भस्म—पैतिक रोगों में हितकर है। मूल्य ॥) तोला ॥

सगजराहत भस्म—कास, राजयक्षा, रक्तवमन तप, मूत्रकृच्छ्र, और पित्तज रोगों को हितकर है। मूल्य ॥) तोला ॥

सगयश्यभस्म—हृद रोग मदात्यय चन्माद, और घडकन का दूर करती है मूल्य १॥) ६० तोला, ६ माशा ॥)

जस्तभस्म—सुरमा की न्याइ रुगान स पानी जाना, घुष, तिमिर और खाने स सन्धिवात धीघ्रपतन कासादि का हितकर है। मूल्य १) ६ तोला ॥

मोतीसीपभस्म—साजाक के लिये अनुपम है पुसत्व बढक है। काम स्वास को बूढ करती है। मूल्य १॥) तोला, ६ माशा ॥)

चारहसिंहाभस्म—सब प्रकार की पीडाओं, वातवदना, पास्वेगुल गुस्क पीडा, संधिवात, वातज बल को हितकर है। मूल्य १॥) ६ माशा ॥)

सगयहूढभस्म—शुकद्वै व मूत्राशय के रोगों को हितकर है। पथरी का दूर करती है। शुकद्वै पीडा को नाश करती है। मूत्रकृच्छ्र का भी हितकर है। मूल्य १॥) तोला ॥

जहरमोहरा खतार्ई भस्म—बिषों का दूर करती है। पैतिक रोगों में बर्ती जाती है। हृदय का बल दती है, और बहुत स रोगों को हितकर है। मूल्य आठ आना तोला ॥

अक्षीक भस्म—जीमज्वर, यकृत व हृदय की कण्ठता, भडकन, पड़ों की दब, हृदय, मस्तिष्क शुकद्वै, मूत्राशय की निर्बलता, मधुमेह और चातुक्षीणता का हितकर है। मूल्य २) ६० तोला, दवा अण्ड १ ) ६० तोला

[अब पुरुषों के विशेष रोग सम्बन्धी तिला ( लिङ्ग तैल )  
अंकित होते हैं ।]

तिला न० १—कुछ सुगन्धी पुष्प है । बूटों को भी प्रबल बना देता है । उनको विशेष रूप से कामकारी है । हस्तकारों को और जो शक्ति बल बढ़ाना चाहें यह तैल दितकर है । नसों और पदों को बल देता है ।  
मूत्र्य ४ डराम ५) रुपये । एक डराम १।)

तिला न० २—यह वही है जो अक्षर न० २९ ( सु ) में पाठ अंकित हो चुका है । जोड़ों पर मदन करने से पीड़ा बन्द करता है । हस्तकारों ( अर्थात् हस्त मैथुन से जिन की नसों कमजोर जागड़ हैं ) को बिना उपाय ( फुली को पूरा काम देता है । मूत्र्य २ डराम १) नमूना ।)

तिला न० ३, तिलाय महत्—हस्तकारों को विशेष रूप से दितकर है । साधारण अवस्थामों में बहुत गुण करता है । मूत्र्य ४ डराम १) रुपया, नमूना ५)

तिला न० ४, तिलाय मायूसीन—यह बड़ा प्रबल है । वन का एक परत उतार देता है । परन्तु हस्तकारों की नसों पदों का बहुत क्षीण टांक करता है । ४ दिन सेवन से पर्याप्त बल आता है । दिन्तु खान की अच्छी औषधि भी साथ हो । क्योंकि तिलाओं के साथ वैदिक औषधि का सेवन होना आवश्यक है । निरास रोगियों को इस से काम हुआ है । सिधिसता च्यत्रभय, नपुमकता पूर करके पूरा बल प्रदान करता है । मूत्र्य २ डराम ३) नमूना ५)

तिला न० ५, आनन्द बर्दक चाही—इस की प्रशंसा क्या करें, जिस न एक बार आसमाया इस पर मादित हुआ । नितान्त आनन्ददायक नितान्त सुगन्धियुक्त वही हो महक जाने, एक चाबल पर्याप्त है, पुरुष स्त्री के आनन्द की काह सीमा नहीं । मूत्र्य १२) ४० तोला, ३ माशा ४), नमूना १ माशा १५)

तिला नं० ११, ( कामनी ट्रावक )—न ८ के गुण है  
बह अमीरों का है ता यह गरीबों को । एक माघ माशा न० ८ की तरह  
लेप करके काव्य में प्रयुक्त हो बहुत ही शीघ्र, की - होगी, । मुख्य १) है

सिंहबसा, ( चरबी शेर )—पीड़ित अंगों पर और सुस्त स्थान  
पर मलते हैं । इस की मालिश पर करने से नसें व पट्ट सबल होते हैं ।  
भार मधु मिलाकर इस की मालिश १ घण्टा प्रथम करें पौष्टिक व अनन्ददायक  
है । मुख्य १) तोला, ६ माशा ॥)

### अब स्त्रियों के रोगों की औषधियां वर्णन करते हैं ॥

प्रदरान्तक लोह—किसी प्रकार का प्रदर हो, साल पीठ श्वेत,  
इस से दूर होता है । कटिपीडा, सोम रोग आदि को हितकर है । मासिक  
धर्म की अधिकता पीडा, बकावदमी सब दूर करता है । मुख्य १२ मोली  
२) रुपया, नमूना १)

आर्तिव प्रवर्तक ( अर्क सुदर्न हेज )—ऋतुसाध का कम हाना,  
या न आना बदना सहित आना, और तत्सम्बन्धी सब रोगों का दूर करके  
ऋतु को खासता है । और बल प्रदान करता है । स्त्रियों के लिए व्यनिक  
औषधि है । मुख्य ४ भास २) नमूना १ भास ३)

श्वेत प्रदरौषधि—स्त्रियों का जाँ श्वेतपानी आता है जिस का  
ल्यूकोरिया श्वेतप्रदर चिरयानुलरहस सेलानरतुबसकनां सामरागादि भी  
कहते है । चाहे किसी प्रकार का और किसी दवा का हा इस से आराम  
आजाता है । मुख्य २४ मात्रा २) नमूना ८ मात्रा ॥१) साधारणवस्थाओं में  
८ मात्रा ही पर्याप्त है ॥

कुन्कटाण्डलिलका भस्म—शुक्रमेह, श्वेतप्रदर दानों का हितकर  
है । बासी स्त्रियों का विषय समय पर पानी बहुत आता है, उस क वास्त

विधेय रूप से हितकारी है ॥ थाइ दिन स्त्रियों का बिलाने तो बहुत शक्ति से  
मुत्पन्न करता है । मूल्य ३) रुपय ताळ । ६ मासा १५), नमूना १॥ मासा १५)

**गर्म चिन्तामणि**—गर्भिणी के सब रोग, ज्वर कास अजीर्ण घात,  
जी मचलाना वमन, अतिसार, उदरशूल, शीतादि को काम करती है । पर्मिषा  
को क्यइ भी व्याधि हा इस से काम हाता है । स्मरण रह, कि यम से  
वमन क बास्त अमूठधारा भी अति हितकर है । मूल्य ३३ गाळी ३ ),  
नमूना ४ गाळी १)

**मोतीपाक ( भाजून मुखारीद )**—जिन स्त्रियों को यमपण  
होजाता है उन का जब गर्भ का पता लगे तो उसी समय इस आरम्भ करके  
प्रथम सा पूरे दिनों तक अन्यथा उस मास के अन्त तक जिस में गर्भ बिरठा  
है इस औषधि को खाना चाहिये । अकसीर है, न केवल गर्भ रक्षा करती है,  
अपित्त वातक व प्रसूत का कइ रोगों से सुरक्षित रखती है । मूल्य १ पाव  
१०) रुपया, आपपाव ५), इस से कम मंगान का काम नहीं है ॥

**मीठा फल, ( चमत्कारिक निर्माण )**—यह एक शिवाग्र  
ससार को अचम्बे में शालन वाला औषधि है । जब गर्भ होजाय तो २ मास क  
पश्चात् तीसरे मास जबकि अमल पमोत है । इस की केवल ३ दिन २ गाळी रूप  
से खिखइ जाती है । अचित्य प्रभाव यह एसा करती है, कि पुत्र ही उत्पन्न  
होता है । चाहे गर्भ के भीतर पुत्र हो वा पुत्री । जिन के पुत्रिया ही उत्पन्न  
होती हैं, उन् के बास्त विशेष रूप से इस्वीय दान है । इस के साथ यह प्रतिज्ञा  
होती है, कि यदि कन्या उत्पन्न हा तो मूल्य वापस कर दिया जाएगा । यह  
प्रतिज्ञा इस लिए है, कि नई बात जाने में कई लोग विद्यास नहीं करते, और  
१०) म्यय करने में शिक्त है । मूल्य १०)

**अठरा की औषधि, ( ब्रह्मपुत्र रस )**—अतिपय - स्त्रियों के  
सम्मान हाकर मर जाती है । जिस को अठरा वा सुस्त्रिया ममान रहने है ।

गमाधान स लेकर पूरे दिनों तक और कुछ मास पश्चात् तक इन गोलियों को सायम् प्रातः खिलाया करें और ईश्वर की कृपा से बालक जीता रहता है।  
 मूल्य ७०० गोली १०) रुपया ।

**शिशित घात**—यह औषधि प्रसूत समय देने स स्त्री सुगमता स बालक अनर्ता है। रक्त कम यथावश्यक जाता ह। प्रसूत के पश्चात् हाने वाले रोग दूर हात है। मूल्य १॥), नमूना ॥॥

**सुखजनाई**—इस औषधि के केवल कटि पर बांधने से बालक सुगमता से उत्पन्न हाता है। मूल्य १) रुपया या एक बार को पर्याप्त है ॥

**गर्भकारकवटी, (हबूवहमल)**—अबकि पुष्ट्य का बीज्य ठीक हो, यह योक्तियां स्त्री को क्तु स्नान पश्चात् खिलाइ जावे, तो प्रथम ही मारत अन्यथा अधिक स अधिक बांध मास के भीतर ईश्वर की कृपा से गम स्थित होजाता है। मूल्य २४ गोली या ४ मास को पर्याप्त है ५) रुपया ॥

**अब बालकों के रोगों की औषधियों का वर्णन करते हैं ॥**

**बालरोग चूर्ण**—बालकों क प्राय राग तथा अधीर्ण अतिसार, ज्वर, खांसी आदि का हितकर है। प्रत्येक बालकों वाले यह स रक्षना चाहिए।  
 मूल्य १ भीन्स ॥), नमूना २),

**बालकों के डन्वा रोग की-औषधि**—बालकों क डन्वा अर्थात् पसली रोग के बास्त यह औषधि रसायन अर्थात् अतीव गुणकारी है। मूल्य १ तोस ५) रुपये, नमूना २ मास १)

**शिशुरक्षक ( अकसरि चचगान )**—यह बालकों क वास्त दैनिक औषधि है। मन्दारिन, काष्ठबद्धता, हरे पीले दस्तों का आना, ज्वर, घृषा कृशता बालक का सूखत जाना, और सदैव रुग्ण रहना, पित्ताधिकता सब दूर हात है। ६४ गोली १) नमूना ८ गोली २)

**फूलो फलो**—यह सूखिया मसान की औषधि है। इस को केवल कठि पर मसा जाता है, आर वहाँ स महीन २ कृमि निकलते हैं, वही रोम का कारण हात है। तीन दिन के भीतर सब कृमि निकल जात है और यह पालक जो दिन प्रति दिन सूख रहा था, हड्डियाँ ही हड्डियों दिशा देती था अब प्रफुल्लित हाता है। मूल्य धनवानों स १००) साधारण स ५) निधना स १) रुपया ॥

**अब विधधि रोगों की औषधियों का वर्णन करते हैं ॥**

**उपदश की औषधि**—उपदश कठिन रोग है। यदि बेपरवाही की जाय तो पीठियों तक पीछा नहीं छाडता। उपदश नर तथा मादीन के भेद सदा प्रकार का हाता है। मर में गहर घाव कबल सिंग पर होत है। मादीन का खय रक्त में प्रविष्ट हाजाता और शरीर फूट पडता है। इसका पइछा पाव साधारण हाता है। इस के तीन दर्जे हात है। पहले दर्जे में घाव केवल सिंग परे होता है। दूसरे में शरीर पर कबल दाव, तख रग की कुम्बिया और छद २ घाव आदि निकलत है। तीसरे दर्जे में हड्डी तक प्रभाव बढा जात है। बड २ घाव कुपयत होत है। उपदश के वास्तु कई औषधियाँ तैयार रहती हैं। साधारण रूप स बहु दे, अपनी अवस्थानुसार मंगवासे या हम इतारत आने पर स्वयम् निश्चत करक भज दत है -

**उपदश औषधि न० २**—यह उपदश के तानों दर्जों मर व मदीन के वास्ते दितकर है। पैतृक उपदश के वास्तु भी दितकर है। मूल्य ४) रुपया अरु औषधि ०) रुपया ।

**उपदश औषधि न० ४**—मर उपदश के वास्तु और मदीन मादीन के वास्ते अकसीर है। मबधा हानि रहित गारिम्या है साधारण दारिक वस्तुओं से बनी है। दा गाली बासी पानी स खाई जाती है। मूल्य १२५ गाली ४) ६४ गाली २ रुपया ॥

उपदंशौपधि नं० १५—प्रायः १५ दिन में आराम आता है। दोनों प्रकार के उपदंश दर्जा अम्वल में अद्वितीयगुणकारी है। मूल्य २८ गोली १) उपया, १४ गोली २) उपया ॥

उपदंशौपधि नं० १६—यह भाषधि भी सम प्रकार के उपदंश को विशेष कर प्रथम व तृतीय-दर्जे को अकसीर है। मूल्य २८ गोली १) उपया, १४ गोली २) उपया ॥

उपदंशौपधि नं० १७—उपदंश नर तथा मादीन को १४ दिन में आराम करती है। अम्वल दर्जे को अकसीर और दूसरे दर्जे में भी गुणकारी है। मूल्य ४) ६० भाषी २) ६० ॥

उपदंशौपधि नं० १८—इस से २० या अधिक से अधिक ४० दिन के भीतर आराम आता है। केवल एक घूटी है दर्जा अम्वल में अद्वितीय है। मूल्य ४० गोली ४) ६०

उपदंशौपधि नं० १९, ( धूम्रपान )—यह विक्रिया है, दिन में तीन बार अचलम में रखकर हुका की तरह पीने से उपदंश नर मादीन प्रथमावस्था के पाव चाहे कैसे ही गहरे ह। अम्वल हाजात है। कष्टमात्र को भी हितकर है। आन्तरिक पाव किसी प्रकार का हो। इस के पीने से अम्वल होजाता है। तीव्र अवश्य है, परन्तु अद्रुत आपधि है। कामस स्वभाव वालों को सखन नहीं करना चाहिये। ३ दिन में ही आराम आता है। मूल्य १) विक्रिया २)

उपदंशौपधि नं० २०, ( उपदंश रेचन )—जब कि रोग जीण हो चुका हो, या ऐसा दुःसाध्य हो, कि आराम न आता हो, ता पदिल जुलाब लेना उचित होता है। यह औषधि ३ मासा या अधिक से अधिक ६ मासा खिस्तार्द जाती है। इस से उचित रेचन होकर उपदंश का विष निकल जाता है। जिस का भासोत्र कार्तिक या वैश्र फाल्गुण में उपदंश के फूटने का भय हो वह ऋतु के आरम्भ में यह रेचन लें। मूल्य ६ मासा १) उपया ।

तथाच, (उपदशौषधि न०-१७) ५- (द्वितीयं तृतीयं दश  
उपदश के लिये), यह औषधि दुःसाध्य जीर्णोपदश के पाँच द्वितीय, तृतीय दर्जे  
क पाव फाड़ा कुन्वा मणादि का हितकर है। तावृष्टिद्र को गुणकारी है। तागूर  
को हूर करता है। मूल्य (४ गासी ४) रुपय, २३ गोली, २) रुपया ॥

सारशारिष्ट—अधुत शौषधक औषधियों का संग्रह है। चतुर्दश  
द्वितीय, तृतीय दर्जे में हितकर है। फोडा कुन्वा दाप मम्बक दाद, कृष्णदाप  
ताम घण चम्पक, सुगन्धा आदि को हूर करके शरीर का कुन्दनवत करता है।  
उन सब रोगों में जिन में सजायती सारस्पीसा बता जाता है, यह अधिक  
गुणकारी प्रमाणित हागा। मधुमेह प्रमेह का हितकर है। प्रमेह क पमान् का  
कारणहूल मयकर फाड़ (मह पिष्टिका) निकलत है उन का भी हितकर  
है। वात रक्त मगन्दर को गुणकारी है। उतेशक और सुखदायक है। मूल्य  
१) वातसे २) स्पेय ॥

सारशारिष्ट मिथित—उपयुक्त गुणों के अतिरिक्त उपदश द्वितीय  
व तृतीय दर्जे में विशेष लाभकारी घनानि के लिये इस को मिथित किया जाता  
है। उपदश का बिप बेट जान स जब काइ स काइ राय हाता रहना है, फाड़ा  
फुन्सी आदि निफसत रहत है, ता इस का समय करना चाहिये। कष्टमाला,  
सन्धिवात, और उपदश का पाँचों का भी हितकर है। मूल्य ५) शीघी  
, ३) अङ्ग (२) रुपया समूना ॥

रक्तशोधक—यह कवल उखा (सारस्पीसा) का संग्रह है। प्रभाव  
सग मग वहीं है आ सारशारिष्ट मिथित के है। मूल्य २) रुपया, समूना ॥  
हयूय हयात—उप शरीर ही क्यों न गल गया हा, इस औषधि  
के समय स कावन बन जाता है। कुष्ट तक का हितकर है। शरीर के पाव  
धातुशक के पाव इस से अच्छे होजात है। जिन क शरीर बहुत सता  
होयात है उन का दीजाता है। ४० दिन यानी चाहिये। मूल्य ४०) पासी  
४), रुपया समूना ८ गासी ॥



' सोजाक की औषधि—साजाक में पहिले जलन/ध पीडा हाती है । नितान्त कष्ट होता है । दूसरे दर्जे में पीब आनी आरम्भ होती है । कुरह होमाता है जलन धीरे २ बन्द होमाती है । और केवल पीब जाती है वा तार स निकलते हैं, इस से भी बढ जावे तो तीसरे दर्जे में अवरोध होजाता है । मूत्र की नाली सकीण होमाती है । कभी २ मूत्र रुक जाता है । तीसरे दर्जे में पहुँचा हुआ सोजाक बडी मुश्किल स दूर हासकता है । और बीण होजावे तो जाता ही नहीं । सोजाक क वास्तों में बहुत सी औषधियाँ तैयारि रहती हैं । अवस्थानुसार दी जाती हैं साधारणतया निम्न लिखित हैं —

सोजाक औषधि न० १ — प्रथम दर्जे में अकसीर का काम देती है । २४ घण्टे के भीतर जलन बुरँ होती है । कष्ट कम होता है, छोटे दिनों में पूर्ण छाम होता है । यदि पीब भी हो और जलन भी साब हो तो इस को आकर पहिले जलन दूर करनी चाहिए । मूल्य ४ ठराम १) रुपया नमूना २)

सोजाक औषधि न० २ — बढी-तलुबों के पश्चात् हमारा स्वयम् निम्माण कृत योग अकसीर। सोजाक व कुरह को है, जो कि प्रत्यक अवस्था में गुणकारी है । दाह जलन हो पीब हो, दोनों मिले हुए हो, सब की अकसीर—अचूक औषधि है । शुक्रमहादि को दितकर है । मूल्य ६० गोल्ला ४) नमूना १५ गोल्ला ( ५ दिन क वास्त ) १) रुपया ॥

अकसीर दमाकुरह—यह औषधि केवल कुरह अथात् पीब आने पर दी जाती है । एक ही दिन क भीतर-पीब बन्द हामी । आरम्भ होती है । इस क अतिरिक्त उपदस का दितकर है । इस वास्तो जब सोजाक व उपदस एक साथ हों तब भी दितकर है । दमा—साँधी आदि, रागों का दूर करती है । मूल्य २) रुपया, नमूना १)

नोट—मस्कों में स सीपमस्म, सगजराहतमस्म, फिटफटीमस्म, मोतीमस्म

और पारदादि दितकर है ॥

बवासीर की औषधि—यू सा बवासीर १ प्रकार की होती है। परन्तु बड़े दो ही भेद हैं। रक्षाश व वातास । कमी पैतृक भी होती है आ कष्ट साध्य है। साधारणतया निम्न लिखित औषधियाँ हैं —

अर्शौषधि न० ३—यह सूनी व बादी दोनों को हितकारी है। और साधारणतः इस से आराम आजाता है। मूल्य ४ गोली २) रु०, नमूना १)

अर्शौषधि न० ७—यह विशेष कर रक्षाश को लाभदायक है। ७ दिन के भीतर रफ बन्द होता है। और ३-३ सप्ताह में ५४ आराम आता है। मूल्य ४ गोली २) रुपया, नमूना १)

अर्शौषधि न० ५—जब कि अश के कारण नितान्त कष्ट हो पौशा, दाह जसनादि से मनुष्य व्याकुल हो, उस समय यह औषधि यही सार्थक होती है, जैसे अग्नि पर पानी टाछें। मूल्य १), नमूना १)

अर्शौषधि न० ८—इस गांठी का पित्त कर मस्तों पर उगान स स्राज बसन्त, शोथ सब बन्द होता है और मस्तों मुरदा जाते हैं। मूल्य ३९ गांठी २) रुपया, नमूना १)

अर्शौषधि न० ९, (अकसीर बवासीर व शीघ्रपतन) — औषधि बल्यदक शीघ्रपतन, स्वप्रयोग शुक्रमदादि को लाभदायक है। विशेष कर रक्षाश क लिए मूल्य ३० गांठी ५) ६ गांठी १) रुपया १) —

अर्शौषधि न० १०—बवासीर सूनी बादी का विशेष कर जब कि दोषबद्धता साथ बहुत हो अद्वितीय है। मूल्य २), नमूना १)।

अर्शकुठाररस—जब अश क साथ इतनी कष्टबद्धता हो कि मस्त कमी तक उतारता ही न हो, तो पहिले एकरवन दनी बहुत दितकर हाती है। यह एक अशविरचन है। मूल्य दस्त हाति है और अथक दिन स दो बवासीर को आराम माशूम होता है। मूल्य १५ गोली १) रुपया १)

**प्लीहोदरौषधि**—म्लेरिया ज्वर अधिक दर रहने से तिस्ली बढ जाती है। और म्लेरिया फिर काल तक बना रहता है। फिर ज्वर हट जाने पर भी तिस्ली बनी रहती है। कमी उदर की अन्य खराबियों से तिस्ली बढती है निम्न लिखित औषधियाँ प्राय दत्त हैं — 105 17

**दवाई प्लीहा न० २**—यह औषधि उस समय दी जाती है जब कि आमालस्य निबल हा तिस्ली साधारणत बढी हो क्षुधा कम लगता हो मात्रा ६ गाली मित्य। मूत्य २५ गोली २) नमूना १)

**प्लीहोदरौषधि न० ३**—पीष्टिक है, चहर क रग को क्षीप्त कर करती है। बल को बढाती है। अग्नि सन्दीपन है, म्लेरिया क पुराने कागणु बढ होते हैं। सब प्रकार की तिस्ली दूर होती है। मात्रा २ रती मूत्य ६ माशा ४) रुपया १॥ माशा १) रुपया ॥

**प्लीहोदरौषधि न० ४**—सब प्रकार के प्लीहा के वास्ते हितकर है। प्राय २० दिन में आराम आता है। साधारणत यही दी जाती है। नमूना ४ गाली २) रुपया नमूना १)

**प्लीहोदरौषधि न० ५**—प्रबोकि प्लीहा के साथ क्लेश्यदता हो, या तिस्ली बहुत हो पुरानी और बढी 'हुइ हो' तो यह औषधि गुणदायक है। उचित यह है, कि उपरोक्त किसी भी औषधि के राते समय इस औषधि का जारी रक्खा जावे। रात्रि को सात समय एक गाली खान स प्रात सुसकर शौच आवेगा और तिस्ली कम हाता आबगी। मूत्य ६० गाली १) रुपया नमूना १) ५॥ १॥ १)

**अकसीर हाजमा**—आमालस्य सम्बन्धी सब रगों की अपूर्क औषधि, है। आहार पच कर पूरा बल प्रदान करता है। गायब पिया सब पच जाता है। क्षुधा बढती है। आज कल के दिनों में जबकि पक्वालय सम्बन्धी व्याधियाँ

बहुत बड़ी हुई है तथा भग सब अमीर मन्दाग्नि प्रस्ता, विस्तार वर्त है । यह औषधि प्रसाद प्रमाणित होती है । मूल्य १० गोली १) द्रव्या, १० गोली १) द्रव्या, नमूना १)

**पाचक चूर्ण**—उदर पीडा गुदगुदाइट बमन, विशुचिक्र अतिहार आदि रोगों को दितकर है । पाचन शक्ति खूब बढ़ती है । अन्य पाचक चूर्ण इस क सम्मुख तुच्छ है । मूल्य २) द्रव्या नमूना १)

**पाचनवटी**—शूल, पेट की बादी गुदगुदाइट, अफारादि का दितकर है । क्षुधा बढ़क है काष्टवद्धता का पूर करता ह । प्रत्येक घर में बतमान रहनी चाहिये । मूल्य ६४ गोली १) द्रव्या नमूना ८ गोली २)

**प्राणदाता, (विशुचिका की अकमीर औषधि)**—यू ता भगुठ धारा भी विशुचिका के वास्ते अमृत है, तथापि ऐसे मयकर तथा क मस्त किञ्चित् अन्य आयुधियों भी हमेशा तयार रखनी चाहिये । यह हमारी असुमृत औषधि ह । और ५ घण्टे के मांतर ही इस से प्रायः आराम आजाता है । बमन विरेचन बम्न होकर उबर होजाता ह । मूल्य १५ गोली १), गदम पात रचना, विशुच कर इस रोग क प्रकोप क दिना ग ॥

**रेचक वटी (गोली जुलाब)**—यह गालिया जुलाब क लिए अतुगम है । एक दा गोली रात को मोल समय गान स प्रातः समय सुलकर घोंष डा जाता है । एक दस्त आता है । काड कष्ट नहीं हाता । गर्धर गुम्भय दाजाता है । १ — १२ गालिया गान स ८ दस जुम्भय सुलकर दाजात है माने रोगों क वेग का पूर करती ह । नम्य १० गोली १), नमूना २)

**गन्धार रस**—कठिन स कठिन और जीण स जीण अतिहार मराट, समदशी, आदि थोडे दिनों में पूर । प्रायः एक ही मात्रा से अतिहार मरीटदि को आराम आता है । विशुचिका के बमन विरेचन को आराम होता है । अति सार स मराट के वास्ते ऐसी दितकर अन्य औषधि न होगी । मूल्य १ तोन्य १) द्रव्या नमूना २)

**ह्यातअफजा**—हृदय की निबलता और धड़कने के वास्त अनुपम औपाध है। २८ दिन में आराम खाता है। २८ दिन की मात्रा का मूल्य २) रुपया, नमूना 12)

**मण्डूरवटिका**—कामला स्वतन्त्रता, पाण्डु रोग बहुत की निबलता, क वास्त रामबाण है, छुद्रक उत्पन्न हाकर रग माल हाता है। वैद्यक की प्रसिद्ध औषधि है। मूल्य १६ गोली १)

**सुरमा न० १**—यह सुरमा दैनिक सवन के वास्त है। नेत्रों को प्राय रोगों से सुरक्षित रखता है। दृष्टि शक्ति स्थिर रखता है। और शीतलता प्रदान करता है। मूल्य १ तासा 11) नमूना कबल 7)

**सुरमा न० २**—नेत्र राग यथा पानी आना नया फलना आला कुच्छे पुडवाल आदि का वृत्त करता है। मूल्य १ तासा 111) नमूना 711)

**सुरमा न० ३**—यह सुरमा फलना क वास्त विषय रूप से दितकर है। पुन्ध, जोडा वृक्षों आदि का वृत्त शाय वृत्त करता है। मूल्य ८) रुपय तासा ६ मासा 4) नमूना 9)

**सुरमा न० ४**—पुडवाल क लिए विषय रूप से दितकर है। पुट वालों का उखाट १ कर सगाया जाता है आ फिर नहीं उगत। मूल्य ८) रुपय तासा २ मासा ७) नमूना ३ मासा 9)

**भीमसेनी कर्पूर**—यद्यक का प्रसिद्ध वोग है। नेत्र क सब रोगों का वृत्त करता है। बलका क्षाय, पीटा गरमी लह सुजरी पुन्ध नाठा, पानी पहना, सलाह सय वृत्त होता है। अज्वल दर्ज क्य, दृष्टि, शक्ति बढ़त है। इग क अतिरिक्त और बहुत से काम भाता है। उत्तजक और सकबदद्यादि औषधियों में पड़ता है। उचित ता यह है कि जहाँ किसी याग में कपूर लिखा है। इस का टालें तभी यह योग परा लाभ देगा। मूल्य १५) रुपया तासा, ३ मासा ३11), १ मासा 911)

**नूराञ्जन**—यह सुरमा अत्यन्त दृष्टि सफ़ि बख़्त है। विषादी, कृकादि यदि इसका सेवन रखत ता कर्मा मंत्र निबल न होंगे, और न कभी ऐनक की आभेर्वकेसा होगी। दृष्टि क्षीणता के वास्ते इसके समान कोई औषधि न होगी। २ सप्ताह के सेवन के पश्चात् ही ऐसा ज्ञात होता है कि नद दृष्टि आगई है। मूल्य २०) तोला, ३ माघा ५) रुपये, नमूना ६ रत्ती १।)

**कर्ण तैल**—कण रोग यथा दद पीडा, घाव, कावों में सार् ३ अर्ध शब्द आना धवण शक्ति दानता को दितकर है। मूल्य २) २ टराम, नमूना १।)

**अनुपम नस्य**—यह निस्वार अद्वितीय है, जो सटैब पास रखन योग्य है। इस निस्वार के सेत ही शिखरना भाघा शीशा दाद दद, कम पीडा, मुखघोष, मत्र पीडा प्रतिश्यायादि दूर हात है, सुगी, सतिपात तक का दितकर है। मूल्य १) तोला नमूना १।) इस स छीकें कभी आती है, कभी नहीं आती।

**मखन न० १**—दन्त रोगों यथा रुक रोग पानी निकलना, पाना लगाना, दन्तपीडा मुखदुग्ध का दितकर है। दांतों का स्वच्छ करता है। मूल्य १) नमूना १।)

**मखन न० २**—विशय कर दांतों को सफ़ाई के लिए बनाया गया है। इस क मस्त रहन स दांत मोतियों के समान चमकन लगत है। जिस के टारटर ( मस ) खम गया हा वह उस घतार कर मल्ले रहे ता फिर न खममा मूल्य १) नमूना १।)

**नकसीर की औषधि**—बाद किन्ती दर स नकसीर जाता हा, इस क कुछ दिन माक में हासन से बन्द होजाती है। मूल्य १।)

**बाल उदाने की अनुपम औषधि**—इस को पानी में गान कर लगाने स एक मिष्ट के भातर कठोर से कठोर और कर्मस स कामल धान के बाल उद स दूर होत है। जिस २ मगनाया प्रशमा की है। मूल्य की छीकिया १) नमूना १।)

बाल दूर करने की औषधि, (अर्थात् बाल आयु पर्यन्त न  
उगें)—बाल दूर करने की औषधि के सहन से फिर उमर भर बाल नहीं  
उगते । बालों को साफ करके इस को लगाया जाता है इस से आगामी बाल  
निकलने बन्द्य हात हैं । मूल्य ३॥) फी० शीशी १) नमूना नहीं ।

बालों का सुगन्धित तैल—बालों का जलम व मुख्यतः करता है ।  
बढ़ाता है, शिर का शीतल रखता है, बाल सुन्दर, स्याद चमकीले और जलम  
रहते हैं । दैनिक लगाया करो, मूल्य २ औन्स १), नमूना १)

बाल उगाने की औषधि—इस औषधि के लगाते रहने से जिस  
जगह चाहा बाल उत्पन्न कर सकते हैं, जब बारीक बाल उत्पन्न हायार्ये तो  
मूर्छे बढ़ाने का तल लगाते रहें । मूल्य १) प्रति टिकिया ।

मूर्छे बढ़ाने का तैल—यह तैल न केवल मूर्छों को बरस प्रत्येक  
स्थान के बालों को बढ़ाता है, उन की स्याही स्थिर रखता है । मादा ।  
रोबदार मूर्छों का सा बेहतर कैसा मछा मादम हाता है । मूल्य फी शीशी  
३ औन्स २) नमूना १)

उबटन—इस उबटन को स्नान समय सहन से चहरे के चुरे दाग,  
काँस छाद्योंदि दूर हाकर बेहरा साफ होता है । छुरियां नहीं बढ़ती चेहरे का  
रंग दिन प्रति दिन निरस्तता जाता है, सूरत मनमोहिनी होजाती है । विष्णुवत  
की सेविया इस को लगाकर विस्मित होती है, कि एक भारतीय औषधि उन की  
हजारों एसी औषधियों की तुलना में उत्तम है । मूल्य केवल १), नमूना २)

सौन्दर्य बद्धक—यह स्नान के पश्चात् सेवन किया जाता है । एक  
प्रकार का तैल है, जो चेहरे को चमकाता है, और दाग कौलादि को दूर करता  
है । यदि स्नान से पहिले उबटन और स्नान पश्चात् सौन्दर्य बद्धक का सेवन  
हो तो बस कहना ही क्या है । मूल्य फी शीशी १०) नमूना २)

**सौन्दर्यमलाई**—जिस स्त्री को एक बार दो मंदिर इस की इच्छा करेगा। नरम मलाई हाथ पर रंग कर चेहर पर मली जाती है। बेहरे को नरम, फलम, और सुन्दर करती है। छींद आदि कर होती है। और क बन्दर या किसी जगह क राम दू करक इस का समादा ता भी रेशम की तरह बरम हाजाती है। मूल्य २) नमूना ॥)

**नोट**—सौन्दर्य विषयक एक पृथक सूची तैयार दान वाली है। यदी पर केवल किञ्चित् का बर्णन किया जाता है ॥

**मुख रक्षक**—मुख क छालों क भारत दिवकारी है। बाद बालक का हा ना पंशों को, मूल्य ॥) नमूना १)

**पान मसालाह**—पान ग्राने वाले भीमानों का यात्रा में जहाँ पान नहीं मिलता निदान्त कष्ट होता है। इस क अतिरिक्त, हम न दया है कि बाजारी पान विक्रता प्राय माखन मतनों आद में सामग्री रखत है। इस लिए मद मसाला बनाया गया है। एक पान पर चुटकी रम दीजिए पान तैयार है। यसा ही रम दगा पैसा ही स्वाद दगा इस क अतिरिक्त मुख दुर्गंध का दूर करेगा स्तम्भन बढावेगा दातों का रू करेगा कफादि का दुष्प दूर करेगा मूल्य १) रुपया नमूना २)

**ताम्बूल वटी**—यह लाग जा पान क बट २ पत्र मुख में टामन क बिना पान का आनन्द करना चाहत है, या यात्रा में जहाँ पान न जाय भी फलित है इस गानया का साथ एक गाला मुख में रखन ग पान का मजा भी आगा रग मा दगा एवं ऊपर तारात गुण है। मूल्य १ गाला १) नमूना २)

**स्वर वदय**—परीस्थो, मस्तिश्रो सद्यस्त्रो उपदेशको पण्डितो एगियो स्वसमाष्टो आश्रितो के यात्र दिन को बौधन का काम है। यह गालया रगनी चालिय। यथावश्यक गोर्मी मुख में रखने से गला जग्य मद



बैठता, बैठा हुआ जल्दी सुस्त हो । और कुछ दिन लगातार खाने से कण्ठ मुरीखा होजाता है । मूल्य १० गोली २), नमूना १)

**दृष्टघ्न औषधि**—इस के कुछ दिन लगान से दाद चाहे किसी जगह हो आराम आजाता है चम्बल को भी हितकर है । बहुत नरम जगह पर जबकि सुजाया हुआ हो, धाही दर लगती है । दूसरी जगहों पर नहीं लगती, दाद, घप्पड़ कुछ नहीं पड़ता, घस्त्र सराव नहीं होते । इस को लगाकर काइ काम बन्द नहीं करना पड़ता । मूल्य १) ४ डराम नमूना १ डराम १)

**गोगन मसीहा**—जीण से जीण नासूर का दूर करता है भगन्दर का हितकर है । इस के लगान से प्रथम सब प्राण निकल कर मात्र से भरना आरम्भ होता है । अन्य सब प्रकार के बाधा का भी बहुत गुणकारी है । इस के गान से कुरह का काम जाता है । आन्तारक धामा का गान से भरता है । मूल्य १ आन्स ३) उपया ४ डराम १॥) नमूना १ डराम १)

**मूर्घ्य घृत**—इस के धार पर मरुत से सब प्रकार की राज तर प मुक दूर जाता है । फाटा फुन्सी जिन का कई प्रकार के निकलत रहत है उन का रमायन है । गाम्त धरीर भी सबधा स्वच्छ होजात है । घमोज रागों का अस्यन्त काम दायक है । मूल्य २ औन्स १) उपया नमूना ४ डराम १)

**टिकिया छीव**—इस का गामूत्र से या अमा कष म पिस पर लगान से थिम्प छीव स्वत कुछ दूर होजाता है । मूल्य ॥) टिकिया ॥

**प्लेग की औषधि**—७ गोली तक खाने से प्लेग राग जाता रहता है । यदि साथ अमृतधारा भी हो ता १० प्रति सेकण आराम आता है । यदि प्रति मास कुछ मा छेना करे ता प्लेग का भय जाता रहता है । मूल्य ४० गोली केवल ॥) है ॥

**खांसी की गोलियाँ**—इन गोलियों का मुख में रग कर घूमन से मइ रागी रस दा या स्निग्ध धान दिनों में काम दाता है । मूल्य ६० गोली १) नमूना २)

**जया गुटिका**—यह गोस्त्रिमां कफज, कस्य भास क वास्त भति गुणकारी है। पुरानी खांसी इन म दो तीन सप्ताह में जाती है। ज्वर साथ ही भी हो आ सकती है। विषमज्वर का भी हितकर है। मरुमदक है। सदर पीडादि को भी हितकर है। मूल्य ३० गाली २) नमूना १,

**अकसीर वदन**—गल व छाती क सब रोग काम, खास, गल पडना भादि का हितकर है। आणज्वर रक्तवमन राजयक्षा की खांसी में, रक्त जान म घाट दिनों में पूरा गुण करता है। इस लिय अम्य औषधियों क साथ दिख सिल, में इस का अवश्य सेवन करना चाहिये। निर्बल बालकों का बलवान बनाती है। पुबल शरीर बालों का स्थूल। मूल्य ११) खांसी ॥

**ज्वरारि अघ्रक**—यह गालिमा विषमज्वर क वास्त अनुपम व अद्रितीय है। पुराना ज्वर और विषय कर यह ज्वर आ पन्ता उतरता है। प्राय पहिल दिन छाट दता है। त्रितीयक औषधिया, दैनिक आम वास्त है जिस दिन खाये उसी दिन महा खात। मूल्य १६ गाली १' ८ गाली १) आना

**ज्वरार्क**—म्सरिया, जूही, या मौसमी किसी प्रकार का दो तीन दिन के भीतर जाता रहता है। म्सरिया हृमि का नष्ट करन म रामबाण है। दैनिक आम वास्त नित्य दो बार जान वासा ताया, औषधिया जाता म्भ का कर करता है। मूल्य ११) खांसी, जिस म पुका र्थ ३ दिनोंका मात्रा जाती है ॥

**त्रितीयक ज्वर तन्त्र**—इस औषधि का ज्वर पन्ना १ घण्टा पहिल मध्यमा उगल्य पर बांध दन स ज्वर नहीं रहता मूल्य ११)

**नोट**—और औषधियों औषधियों ज्वर सम्बन्धी तयार होती रहती है। पैराक में इस क सम्बन्धी सिकटा रम है ॥

**पीडा नाशक**—इस का एक ही पुटिया के सेवन से पाहे किसी प्रकार की मसों व पशों की पीडा हो जाती रहती है। शिर पीडा, कदिपीडा बुन्क, दान या किसी जगह की भी पीडा हो १५ मिनट में आराम। पुरानी

पीडा हो तो कुछ दिन सेवन करनी चाहिये। अन्यथा पटिसी पुटिया से ही आराम हो जाता है। जिन को दूध शिर का रोग हो इस को अघ्न्य अपन पास रक्खा करें। एक पुटिया ५ मिनट में पीटा बन्द कर देगी।  
मुख्य १ नमुना १)

**ब्रह्मी अरिष्ट**—स्मरणशक्ति के वास्ते इस से बढ कर कई औषधि न होगी। मस्तिष्क की निबलता, शिरपीडा पुरुषों के वीप्यसम्बन्धी रोग, स्त्रियों के रक्तसम्बन्धी रोग, छुक्मेहादि को हितकर है। मसमदक है। थोडे दिनों में मस्तिष्क दिव्य हो जाता है। वाणी मधुर हो जाती है। मान पिया और काव्य इस से शाघ आती है। मुख्य २) कपया सीसी ४ औन्स ॥

**धृद्विवाधिका वटिका**—यह गालियों सब प्रकार की अण्डद्वि को हितकर है, नल उतरने का एक वा दिन में आराम दती है। अण्डघोष और अण्डपीटा का भी हितकर है। अन्न पृदि (आत उतरने) को हितकर है किन्तु आराम दो चार मारा में आता है। यह गोशियों इलीपद का भी हितकर है।  
मुख्य ६० गोली २॥) १५ गोली ॥२)

**अफाम निवारक**—इन गालियों के खान से अफोम घट आती है। सैकड़ों मनुष्य छोड चुके हैं। मुख्य ६० गोली १॥) जो रती तक अघ्न्य खात है उन क वास्त ६० गोली पय्यास है। अधिक खान वाल २-३ टबिया तथा आवश्यक संगासे ॥

**मोटा होने की औषधि**—कृतिगय साग काइ बियत राग न दान पर भी और अच्छा आहार खान पर भी मोटे नहीं दाते, यह इस का सेवन क्रिया करें। मुख्य भाष सर ४), नमूना भाष पाष १) कपया ॥

**वातकुलान्तकरस**—यह गोशियां मूर्धा क वास्ते रामवाण है। प्राय १ मास क मातर आराम दो जाता है। इन गालियों के साथ २ नाक में डालने के वास्त अमृतधारा रसनी चाहिये। मुख्य १० गोली ५) १२ गोली २) बालकों को ३ से ४ अद गोली तक दना चाहिये ॥

ढवाई गठिया ( सधियात )—ओठों का पीला, 'घोंप, सान्घवात-  
अदागवात, आदियातात का इतकर है। मूल्य (० गाली १) नमूना ॥)

अमृत की गोलियाँ—रक्तज कास ज्वाला, पटदर, सीतज्वर,  
नत्रपीटा नत्रराग, नासूना तम प्रकार का विष, हठी का ज्वर, वात, सधियात,  
दन्तराग, काष्ठबद्धता, पक्षांतर, व्यापन, सपदस विष्णुदस उत्तरा,  
रुदरकृमि मूत्रमद आमाशय की निर्बलता, संप्रहर्षा, मूत्रकृच्छ्र सधियात  
सपदस, शुक्रमेह, मधुमेह, सुस्वगन्ध दर्द शिर, कामला, जन्धेदर पासुवीनता  
शुगी, श्वेत कुट्ट मासूर, गंधधिर, अतिसार, मंत्राठ कर्णपीडा वेन्तपीडा  
अधराता, कातवपद गिटादि का दश, शरीर की विभिक्षता, गुदभ्रम,  
धीतदाप नासिपीडा, तप्तक श्वात अक्षरी, उप प्रतिदमाय, मूत्रार्थसार,  
बासुधों का डब्बा राग, मूत्रा की आपफता इत्यादि राग दूर होत है। धीर  
पांच सात गोलियाँ इकट्ठी दन स बाहिका रेचन का काम भी दता है। मूल्य  
(० गाली १) रुपया नमूना ८)

## हकीम ।

दुनियाँ में अनूपम मैडीसन चक्स ( औषधियों का हन्ना )

अनूपम इस वारते कि केवल ३ औषधियाँ हैं। जेय में रक्सा आमिडता में  
और केवल ३ औषधियों से सब राग दूर होम का टेका मिश्रता है, इस वारते  
इस का नाम हकीम रक्सा गया है। असुरतपारा एक अनूपम औषधि है, इउ  
के साथ इम में एक पीशी गम्भार रस और एक पीशी अमृत की गोलियाँ हैं।  
प्रसेसा इन की पीठ सिन्धी यह है। अमृतपारा ही पप्याम है। फिर उदा  
आपदकता पछे दन की साथ मिता देन का पृथक सेवन करने से पटब ही हो  
होगा। मूल्य तीनों का ४॥) है, परन्तु इस को सब साधारण में प्रचलित करण  
के वास्तु केवल ४) रुपय मूल्य रक्खा है। प्रयत्न माना सुकत है।

# पं० ठाकुरदत्त शर्मा वैद्य

## रचित

प्रत्येक पुरुष के पढ़ने को

बैद्यक पुस्तकें

गणित-३-११११

सोजाक का वर्णन—तत्स्वर्धी व्याख्या उस का कारण निदान  
आर चिकित्सा बहुत उत्तम रीती से अंकित है मूल्य ॥१॥

शीघ्रपतन—समस्त दुनिया में १९ प्रति सेकंटा से भी अधिक इस  
रोग में ग्रस्त है, कारण यह है कि पुरे व्यसन सम्पूर्ण अंग पर अधिकार किये  
हुए हैं इस पुस्तक में उन के पूर्ण व्याख्या की गई है, आर पश्चात् यविस्तर  
चिकित्सा और सर्व प्रकार के योग भी दिए गए हैं ताकि प्रत्येक घनी व निर्धन  
लाभ उद्य सके मूल्य १०॥

डाक्टर लूकोहनी के चार स्नान—की पूरी विधि यही  
याग्यता से सजित करके छिगन के पश्चात् उन से रोग की चिकित्सा कैसे करनी  
चाहिये, इसका भी वर्णन किया गया है मूल्य ८ ॥

मल्ली—आम कल मल्ली के तन्द्रा नादाक मात्सिक वैष्टिक स्मरण ताकि  
वर्द्धक प्रमद मासाक आदि हाने को समी जानने लग गए है और मल्ली बहुत  
सपन की शारदी है । इस में मल्ली का पूरा वर्णन करके रोबन करने क  
असंख्य उपाय सिख गए हैं, मूल्य १०॥

प्रसूत काल—यह पुस्तक घर में मौजूद हानी चाहिये और प्रत्येक  
घर में पढ़कर या सुनाकर इस क सम्पूर्ण लेख हृदयान्व करे दन चाहिये ।  
प्रत्येक राया को इस से अवगत होना आवश्यक है । इस म २२ काम  
दायक चित्र है । मूल्य १०॥

## विज्ञापन ॥

हमने बिलायत में एक टिकिया बनाने की मशीन मंगवाई है। इसी कारण हमारे ही गाँवों के स्थान में टिकिया बनने लग गई हैं। सो यदि सूची में गाँवों लिखी देखें और पहुँचें टिकिया, तो इसका विचार न करें ॥

## शीघ्रफलन विना औषधि दूर हो

हमारा तजम्मा है कि मौ मं ५९ पुष्प भारत वष में हम रोग के रोगा हैं । समय पर लम्बित होने से छग मरने का अच्छा समझते हैं, और इस रोग की निवृत्ति के लिये हजार उपाय करते हैं । परन्तु कुछ नहीं यमता है । इस रोग क वास्ते हमन अच्छी २ औषधिया निकाली है । परन्तु अब हम को एक पेसा विधि मिल गई है, कि विना किसी औषधि के जितना घडेज चाहो हा सकता है । साधु लोग इसी विधि से अपने अनमाल रत्न वीर्य की रक्षा करते हैं । स्वप्न दोष तक अपने वष में हो जाता है । इस विधि के बताने की १०) फीम लेते हैं:—

॥ का टिकट भेज कर पूरा व्योरा मगाओ । यह लिखना जरूरी है कि मैं विषाहित ह ॥

पता—'अमृतशरा लाहौर ।

निम्न लिखित में से जो चाहें ? जैसे का कार्टे लिखवा

# सुफ्त

सगला कर दिक आप प्रमता दोगे —

१ 'अमृत' इस रिवाल में जगम में 15 न्याय प्रश्न का माल्य  
एक का प्रत्यक्ष नमस्कारी अधिर्ता ओपधि

रिपिट—“अमृतधारा” Legal.

का का सरकार से रिपिटरी का सुधा है प्रम वर्गा द भार के ल मम  
द। किस प्रकार एक हा आपधि इतन सुय कर मकरा है। तार ग का  
अमृत धारा का मन्त्रा नुगता गिपाद प० का क क्षेत्र बरता जानता है।

## पुष्पों के शुभ रोग ॥

पुष्पा व गुल्ल रोगा क काय चिन्ह तथा चकित्ता पुनरय रिता व  
आमरुल की लम्बा का दग्गते में ही पता लगता। वर साथ कमा करने  
गद लम इस का पठित नदी पत्र मक। यद 10 पुत्र का रिनाता गुष्ठ।

अमृतधारा तथा देशोपकारक औपशल्य का मूर्शीपघ ॥

एग में औपधियों क नाम उा क सतिन आयन्यक पुा भी।  
लिता गय है। सी में कथियिनाद प० ठाकुरदत्तगम्ना वैश मन्त्रा

उवृ तथा हिन्नी देशोपकारक का जगप्रभिक अमृतधारा का मन्त्र।  
ते आयुर्वेद पुस्तकों की मूर्शी का माधरी मण्ड आदनी ॥

## वैशरु पत्र देशोपकारक ॥

उवृ म मन्त्रादि जी 16 द्वा म शक १। तन्त्रा मन्त्रा का  
का नाक है भरती तथा एगम क ना ल्य का म्ना कता काउम क र मि  
मा नात्म नादत एग मन्त्र ही उम क प्रादर हो आद है मूण 11  
वालि 11) एग मन्त्र 11) यद का मुत्र इत। दन पर 11) का का 11)



