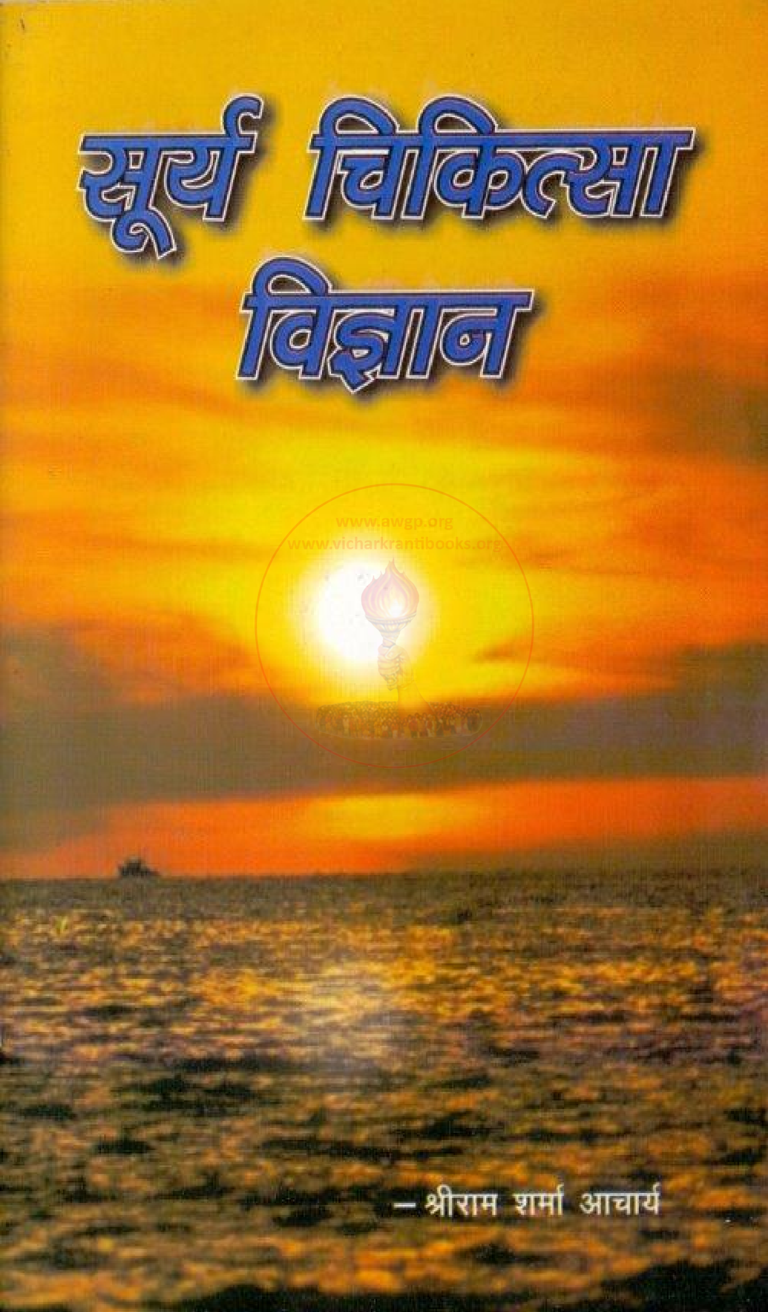
सूर्य चिकित्सा विज्ञान



www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

– श्रीराम शर्मा आचार्य

: BOOK MADE AVAILABLE FOR DIGITIZATION BY :

VICHARKRANTI PUSTAKALAY
SURAT, INDIA

: OUR MAIN CENTERS :

Shantikunj, Haridwar,
Uttaranchal, India – 249411
Phone no : 91-1334- 260602,
Website : www.awgp.org
E-mail : shantikunj@awgp.org

Gayatri Tapobhumi,
Mathura, U.P., India – 281003
Phone no : 91-0565-2530128,
Website : www.awgp.org
E-mail : yugnirman@awgp.org

: BOOK DIGITIZED BY :

Vicharkranti Pustakalay, Thana-Faliya, Dindoligam, Surat-394210, Gujarat, India
E-mail: vicharkranti.awgp@gmail.com | Website : www.vicharkrantibooks.org

सूर्य चिकित्सा विज्ञान

लेखक :

पं० श्रीराम शर्मा आचार्य

www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

प्रकाशक :

युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट

गायत्री तपोभूमि, मथुरा

फोन : (०५६५) २५३०१२८, २५३०३९९

मो. ०९९२७०८६२८७, ०९९२७०८६२८९

फैक्स नं०- २५३०२००

पुनरावृत्ति सन् २०१५ मूल्य : ७.०० रुपये

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

भूमिका

स्वस्थता की स्थिरता, वृद्धि एवं रोग-निवारण के लिए सूर्य-किरणों से बढ़कर कोई तत्व इस पृथ्वी पर नहीं है। यह प्राचीन और आधुनिक दोनों ही चिकित्सा विज्ञान द्वारा एक स्वर से स्वीकार किया जाता है। यदि मनुष्य सूर्य किरणों का समुचित सेवन करे तो वह अपनी आरोग्यता को सुरक्षित रख सकता है।

इस पुस्तक में सूर्य-किरणों की महत्ता बताई है और सूर्य-सेवन से स्वस्थ रहने पर जोर दिया गया है। साथ ही क्रोमोपैथिक साइंस के आधार पर रंगीन काँचों की सहायता से किरणों में से आवश्यक रंगों का प्रभाव लेकर, उनके द्वारा रोग-निवारण की विधि बताई गई है। इस चिकित्सा विधि से योरोप तथा अमरीका में विगत पचास वर्षों से चिकित्सा हो रही है। वहाँ इस चिकित्सा विज्ञान में असाधारण सफलता प्राप्त हुई है। अब इसका प्रचार भारतवर्ष में भी हुआ है। जहाँ-जहाँ इस पद्धति के अनुसार चिकित्सा की गई है, आशाजनक लाभ हुआ है।

सूर्य-चिकित्सा विधि हमारे अपने अनुभव के अनुसार भी बहुत लाभदायक सिद्ध हुई है। खर्च की दृष्टि से तो यह सबसे सस्ती है। भारत जैसे गरीब देश के लिए तो यह बहुत ही उपयोगी है। वे परमार्थी लोग जो पीड़ितों के रोग निवारण के इच्छुक हैं, किंतु अर्थाभाव के कारण अपने विचारों को कार्य रूप में परिणत नहीं कर पाते, उनके लिए यह चिकित्सा विधि बहुत ही उपयोगी है। हमारा विश्वास है कि जनता के आरोग्य संवर्धन तथा संरक्षण में यह पुस्तक उपयोगी सिद्ध होगी।

-श्रीराम शर्मा आचार्य

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

सूर्य चिकित्सा विज्ञान

सूर्यआत्मा जगस्तस्थुषश्च। -यजु० ७।४२

सूर्य संसार की आत्मा है। संसार का संपूर्ण भौतिक विकास सूर्य की सत्ता पर निर्भर है। सूर्य की शक्ति के बिना पौधे नहीं उग सकते, अण्डे नहीं बढ़ सकते, वायु का शोध नहीं हो सकता, जल की उपलब्धि नहीं हो सकती अर्थात कुछ भी नहीं हो सकता। सूर्य की शक्ति के बिना हमारा जन्म होना तो दूर, इस पृथ्वी का जन्म भी न हुआ होता।

प्रकृति का केन्द्र सूर्य है। इसकी समस्त शक्तियाँ सूर्य से ही प्राप्त हैं। आत्मा के बिना शरीर का अस्तित्व नहीं हो सकता, उसी प्रकार जगत की सत्ता सूर्य पर अवलंबित है। भौंरा अपना जीवनरस प्राप्त करने के लिए फूल के चारों ओर जिस प्रकार मँडराया करता है, उसी प्रकार पृथ्वी अपनी जीवनरक्षा के उपयुक्त सामग्री पाने के लिए सूर्य की परिक्रमा किया करती है। धरती यदि हमारी माता है, तो सूर्य पिता है, दोनों के रज वीर्य से हम जीवन धारण किए हुए हैं। शारीरिक रसों का परिपाक सूर्य की गर्मी से होता है। शक्तियों का विकास, अंगों की परिपुष्टि और मलों का निकलना उसी महत शक्ति पर निर्भर है। यह तो हुई हमारे शरीर और उसके जीवित रहने के साधनों के विकास और परिपुष्टि की बात। यह साधारण क्रम सभी जड़-चेतन जीवधारियों के जीवन में भी चलता रहता है।

जब संकटपूर्ण दशाएँ आती हैं, तब सूर्य से हमें असाधारण मदद मिलती है। भगवान भास्कर में इतनी प्रचंड रोग नाशक शक्ति है, जिसके बल से कठिन से कठिन रोग दूर होते हैं। दूर जाने की जरूरत नहीं, भूखे-प्यासे रहकर काम करने वाले किसान जिन्हें बहुमूल्य पौष्टिक पदार्थों के दर्शन दुर्लभ होते हैं और दिन रात कठोर कार्य में पिले रहते हैं फिर भी स्वस्थ और हट्टे-कट्टे रहते हैं, बीमारी उनके पास भी नहीं आती। यदि कोई रोग हुआ तो दो चार दिन बिना दवा के अपने आप ही अच्छा हो जाता है। इसके विपरीत शहरों में रहने वाले वे लोग जो दिनभर छाया में

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

रहते हैं, पौष्टिक पदार्थ खाने और पूरा आराम करने के बावजूद भी बीमार पड़े रहते हैं। पेट की शिकायत भोजन हजम न होने, टट्टी साफ न आने की शिकायत तो प्राय: शत प्रतिशत लोगों को होती है। धातुस्राव, जुकाम, रक्तहीनता और मेदवृद्धि आदि बीमारियाँ भी उनमें से अधिकांश को घेरे रहती हैं। तपेदिक और निमोनियाँ से जितने शहरी लोग मरते हैं, उतने ग्रामीण नहीं। सब जगह पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों का स्वास्थ्य खराब पाया जाता है। इन सबका एक ही कारण है, सूर्य रश्मियों का अनादर। जब से हमने धूप में रहना असभ्यता और बंद जगहों में निवास करना सभ्यता में शामिल किया है, तब से अपने बहुमूल्य स्वास्थ्य को गँवा दिया है। सभ्यता के चक्कर में पड़कर हमने सूर्य का तिरस्कार किया, फलस्वरूप स्वास्थ्य ने हमारा तिरस्कार कर दिया।

स्वस्थ जीवन बिताने के लिए सूर्य की सहायता लेने की हमें बड़ी आवश्यकता है। इस महत्त्व को समझकर हमारे प्रचीन आचार्यों ने सूर्य प्राणायाम, सूर्य नमस्कार, सूर्य उपासना, सूर्य योग, सूर्य चक्र वेधन, सूर्य यज्ञ आदि अनेक क्रियाओं को धार्मिक स्थान दिया था। डाक्टर सोले कहते हैं कि सूर्य में जितनी रोग नाशक शक्ति मौजूद है, उतनी संसार की किसी वस्तु में नहीं है। केन्सर, नासूर और भगंदर जैसे दुस्साध्य रोग जो बिजली और रेडियम के प्रयोग से भी ठीक नहीं किए जा सकते थे, वे सूर्य किरणों का ठीक प्रयोग करने से अच्छे हो गए। तपेदिक के डॉक्टर हरनिच का कथन है कि 'पिछले तीस वर्षों में मैंने करीब-करीब सभी प्रसिद्ध औषधियों को अपने चिकित्सालय में आए हुए प्राय: २२ हजार रोगियों पर अजमा डाला, पर मुझे उनमें से किसी पर भी पूर्ण संतोष न हुआ। अब गत तीन वर्षों से मैंने सूर्य-चिकित्सा प्रणाली का उपयोग अपने मरीजों पर किया है। फलत: मैं यह कह सकने को तत्पर हूँ कि सूर्य-शक्ति से बढ़कर टी. बी. के लिए और कोई औषधि नहीं है।'

डाक्टर होनग ने लिखा है कि 'रक्त का पीलापन, पतलापन, लोह की कमी, नसों की दुर्बलता, कमजोरी, थकान, पेशियों की शिथिलता आदि की बीमारियों में मैंने पाया कि सूर्य की मदद से इलाज करना ला जबाव है।' लेडी कीबो जो अमेरिका की प्रसिद्ध चिकित्सक हैं, अपने

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

अनुभवों की पुस्तक में लिखती हैं कि 'इस वर्ष मेरे इलाज में करीब २ दर्जन लोग ऐसे आए जो बिल्कुल दुबले हो रहे थे, जिनकी चमड़ी लटक रही थी और हड्डियाँ टेढ़ी पड़ गई थीं। जाँच करने पर पता लगा कि इन्हें धूप से वंचित रखा गया है। मैंने सलाह दी कि प्रातःकाल एक घंटे तक इन्हें नंगे बदन धूप में टहलाया जाए और खुली हवा में इन्हें घूमने फिरने दिया जाए। इस उपाय से उनकी तंदुरुस्ती दिन-प्रतिदिन बढ़ने लगी और कुछ ही दिनों में बिल्कुल स्वस्थ हो गए।' मियो अस्पताल के सिविल सर्जन एफ. प्रिवेल्ड ने एक पुस्तक में अपना अनुभव लिखते हुए कहा है कि 'सूरज की धूप का अगर ठीक तौर से इस्तेमाल किया जाए तो सेहत दुरुस्त रह सकती है और अगर किसी किस्म की बीमारी हो जाए तो भी वह धूप के जरिए दूर हो सकती है।' प्रसिद्ध दार्शनिक न्योची का मत है कि जब तक दुनियाँ में सूरज मौजूद है, तब तक लोग व्यर्थ ही दवाओं की तलाश में भटकते हैं। उन्हें चाहिए कि इस शक्ति, सौंदर्य और स्वास्थ्य के केन्द्र सूर्य की तरफ देखें और उसकी सहायता से अपनी असली अवस्था को प्राप्त करें।

भारतवासी भगवान सूर्य के इस उद्भुत रहस्य से अपरिचित नहीं हैं। गुरु लोग बालकों को अपराध करने पर धूप में खड़ा रहने का दण्ड देते थे। योगी लोग धूप में तप करते थे। यह करने से पूर्व सूर्य की रोगनाशक शक्ति के बारे में विचार कर लिया गया था। सूर्य-उपासना से कष्ट साध्य रोग नष्ट हो जाने और सुवरण काया हो जाने की बात घर-घर में प्रचलित है और उस पर विश्वास किया जाता है।

रोगों का कारण

सूर्य-चिकित्सा शास्त्र शरीर में रंगों की घट-बढ़ के कारण रोगों का होना मानता है। इसके लिए यह जान लेना आवश्यक है कि रंग वास्तव में क्या है।

पदार्थ-विज्ञान के छात्र जानते होंगे कि संसार के संपूर्ण पदार्थ परमाणुओं द्वारा बने हुए हैं। विश्व में असंख्य प्रकार के रासायनिक तत्त्व व्याप्त हैं। विभिन्न-विभिन्न प्रकार के तत्त्वों के, विभिन्न मात्रा में मिलने

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

पर अलग-अलग पदार्थ बन जाते हैं। यह मिश्रित पदार्थ जड़ और चेतन दोनों प्रकार के होते हैं। तुम दूध को कई पात्रों में रखो और उनमें से एक में दही, दूसरे में कांजी, तीसरे में नमक, चौथे में शक्कर डालकर कुछ देर तक रखा रहने दो। फिर देखो कि उनमें क्या परिवर्तन होता है। सब पात्रों का दूध अलग-अलग स्थिति में होगा और उनके गुण तथा रूप आपस में बिल्कुल भिन्न होंगे।

चूना और हल्दी को इकट्ठा कर दें तो उसका रंग लाल हो जाएगा, उसी प्रकार नारियल के तेल में रतन ज्योति बूटी डाल दें तो उसका रंग भी लाल हो जाएगा। इन चारों चीजों में से यद्यपि किसी का रंग लाल न था, पर मिश्रण होते ही रंग बदल गया। इसलिए समझना चाहिए कि रंग कोई स्वतंत्र पदार्थ नहीं है, वह विभिन्न प्रकार के रासायनिक पदार्थों के आपस में विभिन्न मात्रा में मिश्रण के परिणाम हैं।

जिस प्रकार हर एक वस्तु के स्थूल, सूक्ष्म और अत्यंत सूक्ष्म परमाणु होते हैं, वैसे ही रंगों के भी होते हैं। बाजार से जो रंग मोल लाओगे उसमें स्थूल परमाणु होंगे। उसे पानी में घोलकर किसी कपड़े को रंग दोगे तो वह स्थूल परमाणु पानी के सहारे सूक्ष्म होकर कपड़े के रेशे में मिल जाएँगे, उस दशा में रंग के अणु सूक्ष्म ही हैं, पर अत्यंत सूक्ष्म नहीं, क्योंकि उन्हें साबुन या किन्हीं मसालों की सहायता से छुड़ाया जा सकता है। अत्यंत सूक्ष्म परमाणु वह है जो किसी पदार्थ में इतना मिल जाए कि बिना उस पदार्थ को नष्ट किए वह पृथक न हो सके। पत्तियों का रंग, बालों का रंग, शरीर का रंग ऐसे ही अत्यंत सूक्ष्म परमाणुओं से बना हुआ है। रंगीन काँच में जो रंग होता है, वह भी इसी श्रेणी के परमाणुओं द्वारा निर्मित है।

रंग स्वयं एक वैज्ञानिक मिश्रण है। आगे चलकर हम बताएँगे कि कौन-कौन सा रंग किन-किन रासायनिक पदार्थों के सम्मिश्रण से बना है। लड्डू देखने में तो स्वतंत्र चीज है, परंतु वास्तव में वह खाँड़, मैदा, घी, खोआ आदि का सम्मिश्रण मात्र है। इसी प्रकार रंग भी कोई स्वतंत्र चीज नहीं, वह भी विभिन्न रासायनिक पदार्थों के अत्यंत सूक्ष्म परमाणुओं की स्फुरणा है।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

हमारा शरीर भी रासायनिक तत्त्वों से बना हुआ है। उसके जिस अंग में जिस प्रकार के तत्त्व अधिक होते हैं, वही रंग भी हो जाता है। चमड़े का रंग गेहुँआ, बालों का काला, आँखों का सफेद, पुतली का कसीसी, जीभ का गुलाबी, नाखूनों का फिरोजी, नसों का नीला, फेफड़ों का पीला, आँतों का भूरा, भीतरी झिल्लियों का मटमैला, हड्डियों का सफेद इस प्रकार शरीर के विभिन्न अंगों के विभिन्न रंग होते हैं। यदि इनमें पृथक-पृथक प्रकार के द्रव्य न होते और द्रव्यों के मिश्रण से विभिन्न रंग न बनते तो भीतर बाहर सब जगह एक सा रंग होता। अब पाठक समझ गए होंगे कि शरीर में रंगों की विभिन्नता किस कारण से है।

शरीर में स्थित पदार्थों की कमी-वेशी की सर्वसुलभ, सस्ती और निश्चयात्मक परीक्षा किसी भी अंग का रंग देखकर की जा सकती हैं। पीला चेहरा देखकर आप अनायास ही कह सकते हैं कि इसे कमजोरी है और रक्त निर्बल हो गया है। पीली आँखें पाण्डु रोग और नीली या हरी आँखें कमलवाय (कामला) रोग का प्रतिनिधित्व करती हैं। कफ, पेशाब, मल आदि का रंग शरीर में उपस्थित गड़बड़ी का बहुत कुछ बयान कर देता है। यदि रंग का घटने-बढ़ने का महत्त्व न होता तो पीला या लाल रंग लिए हुए पेशाब आने पर आप क्यों चिंतित हो उठते हैं ? जवान सफेद पड़ने लगे और नाखून पीले हो जाएँ, तो आपको बीमारी की आशंका प्रकट होती है। जीभ के काली पड़ जाने पर मृत्यु की आशंका प्रकट हो जाती है।

निश्चय ही शरीर में रंग एक विशिष्ट तत्त्व है और इसका ठीक रहना आवश्यक है। यदि अंगों के स्वाभाविक रंग घटें, बढ़ें तो रोग का ही प्रतीक समझना चाहिए। सूर्य चिकित्साशास्त्री इसी रंग की कमी-वेशी को लक्ष्य करके पीड़ित स्थान पर उसी के अनुसार रंग पहुँचा कर चिकित्सा करते हैं।

कोई भी परिवर्तन उस समय तक नहीं हो सकता, जब तक कि गर्मी न पहुँचे। गर्मी और पानी से हर जीवित पदार्थ में तुरंत ही परिवर्तन हो जाता है। बरसात में पौधे बहुत तादाद में उगते हैं और बहुत जल्दी बढ़ते हैं। हजारों किस्म के कीड़े-मकोड़े वर्षा ऋतु में अपने आप पैदा हो

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

जाते हैं। मक्खियाँ, मच्छर, बीरबहूटी, केंचुए, मेंढक और न जाने कितनी तरह के जंतु इस ऋतु में पैदा होते हैं, वे गर्मी और जाड़े में पैदा नहीं होते।

गर्मी का केन्द्र सूर्य है, इसे ही अग्नि तत्त्व का अधिष्ठाता माना गया है। जो आग हम चूल्हे में जलाते हैं, वह भी सूर्य की शक्ति से ही आ जाती है। आपने देखा होगा कि गर्मी के दिनों में जरा से प्रयत्न से आग जल उठती है और उसमें गर्मी अधिक होती है, किंतु जाड़े और बरसात में वह प्रयत्न पूर्वक प्रज्वलित होती है, सो भी मंद वेग से। मनुष्यों के शरीर गर्मी के कारण ही जीवित रह सकते हैं। गर्मी शांत होते ही शरीर मुर्दा हो जाता है। यह जीवित रखने वाली गर्मी हमें सूर्य से प्राप्त होती है। इसलिए सूर्य की किरणों को पानी में मिश्रित करके उसे इस योग्य बनाया जाता है कि वह शरीर में आवश्यक परिवर्तन करता हुआ उचित द्रव्यों को पहुँचा सके। सूर्य किरणों में एक और भी खूबी है। वह यह है कि उनमें स्वयं रंग होते हैं। आकाशस्थ चंद्र, मंगल, बुध, बृहस्पति, शुक्र, शनि आदि ग्रहों की किरणें भी पृथ्वी पर आती हैं, यह सूर्य की किरणों में मिल जाने के कारण उन्हें सप्तरंग वाली बना देती हैं। सूर्य के सप्तमुखी घोड़े का वर्णन पुराणों में इसी दृष्टि से किया गया है। किरणें घोड़ा हैं और सात रंग उसके सात मुख हैं। इंद्रधनुष में सात रंग साफ दिखाई देते हैं। आतिशी शीशे के तीन पहलू वाले टुकड़े में भी यह रंग दिखाई देते हैं। सूर्य-किरणों से समस्त रोगों का नष्ट होना प्रसिद्ध है और इसे प्रत्येक विज्ञानी स्वीकार भी करता है।

सूर्य-चिकित्सा शास्त्री जिन रंगों की रुग्ण शरीर में कमी देखता है, उन्हें पहुँचाता है। इस रंग को वह सूर्य किरणों से प्राप्त करता है। रंगीन काँच में एक ही रंग की किरण पार हो सकती है और शेष रंगों की बाहर ही रह जाती हैं। इसलिए रंगीन काँचों का आवश्यकतानुसार उपयोग करके उनके द्वारा वांछनीय रंगों को प्राप्त कर लिया जाता है। बीमार भाग पर रंगीन काँच द्वारा प्रकाश देना, इसी सिद्धांत पर निर्भर है।

बोतलों में पानी भरकर उनमें उन रंगों को आकर्षित इसलिए किया जाता है कि यह रंगों से प्रभावित जल द्वारा पेट में पहुँचकर रक्त में मिल

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

जाए और अपने प्रभाव से अव्यवस्था को दूर कर दे और क्षतिपूर्ति करता हुआ पीड़ित भाग को स्वस्थ बनाए। जल की विशेषता प्रसिद्ध है कि सूर्य के साथ सम्मिश्रण से जीवित पदार्थों में वह तुरंत ही सजीव प्रतिक्रिया पैदा करता है।

शक्कर, तेल, मक्खन, औषधि आदि को इन्हीं रंगों से प्रभावित कर लेना ठीक है। इससे उन वस्तुओं की शक्ति स्वभावतः कई गुनी बढ़ जाती है।

रोगों का निदान

सूर्य चिकित्सा विज्ञान के विद्यार्थी को विभिन्न प्रकार के रोगों के नाम याद करने की जरूरत नहीं है, उसे तो यह देखना चाहिए कि रोग क्यों हुआ है। आमतौर से बीमारियों के तीन मुख्य कारण हैं-(१) गर्मी का बढ़ जाना, (२) सर्दी का बढ़ जाना, (३) पाचन क्रिया में कमी आ जाना।

www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

गर्मी बढ़ जाने से रोगी को जलन, बेचैनी, प्यास, खुश्की, घबराहट आदि बातें होती हैं। पीड़ित स्थान गरम होता है। बीमार को ठण्ड प्राप्त करने की विशेष इच्छा होती है। ऐसे में रोगों को लाल रंग की अधिकता से उत्पन्न हुआ समझना चाहिए।

सर्दी बढ़ जाने से रोगी की नसें सिकुड़ जाती हैं। पेशाब अधिक होता है, दस्त पतला होता है, शरीर में पीलापन छाया रहता है तथा मुँह, नाक आदि से बलगम जाने लगती है। बीमार गर्मी में सुख अनुभव करता है। ऐसे रोगों को नीले रंग की अधिकता से उत्पन्न हुआ समझना चाहिए।

शरीर के रसों का ठीक तरह से परिपाक न होने का कारण पीले रंग की कमी है। पीले रंग का काम है कि वह शरीर की समस्त धातुओं को पचाए। भोजन से रस, रस से रक्त, रक्त से माँस इसी प्रकार क्रमशः अस्थि, मज्जा, मेद, शुक्र का ठीक प्रकार से बनाना, शरीर स्थित पीले रंग का काम है। यदि धातुएँ ठीक प्रकार न बन रही हों और वे कच्ची रह जाती हों तो पीले रंग की न्यूनता समझते हुए उसी रंग को शरीर में पहुँचाने का प्रबंध करना चाहिए।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

आयुर्वेद प्रणाली में वात, पित्त, कफ का सिद्धांत है। वह भी इन रंगों से मिलता जुलता है। पीला रंग वात, लाल पित्त और नीला कफ से बहुत कुछ समानता रखता है। आयुर्वेदिक वैद्य जिस बीमारी को पित्त से उत्पन्न बताएगा, सूर्य चिकित्सक उसे प्राय: लाल रंग से उत्पन्न निर्णय करेगा। वैद्य जैसे दो या तीनों दोषों के मिलने से कई बीमारियों की उत्पत्ति बताते हैं, वैसे दो-दो या तीन-तीन रंगों की कमी से कई बीमारियाँ उत्पन्न हो सकती हैं।

सूर्य-चिकित्सक को रोग का निदान करने के लिए किसी पुस्तक पर पूरी तरह अवलंबित न रहकर अपनी बुद्धि से अधिक काम लेना पड़ता है। उसके लिए यह जरूरी नहीं है कि हजारों बीमारियों और उनके लक्षणों को कण्ठाग्र करे, अपितु उसकी बुद्धि ऐसी तीक्ष्ण होनी चाहिए कि सूक्ष्म दृष्टि से इस बात की परीक्षा भली भाँति कर ले कि किस रंग की किस रोग में कमी या अधिकता रंगों का निदान कर लेना आधा इलाज है। यदि इस विज्ञान के विद्यार्थी रोग के कारण को ठीक प्रकार समझ लेंगे तो वे चिकित्सा करने में अवश्य सफल होंगे।

रंगों की कमी के कुछ लक्षण इस प्रकार हैं :-

नीले रंग की कमी से-आँखों में जलन तथा सुर्खी, नाखूनों पर अधिक सुर्खी, पेशाब में ललाई या पीलापन, दस्त ढीला और पतला, चमड़ी पर पीलापन या शरीर में उष्णता बढ़ना, चंचलता, क्रोध की अधिकता, अतिसार, पाण्डु रोग।

पीले रंग की कमी से-खुश्की, मंदाग्नि, भूख न लगना, नींद कम आना, शरीर में दर्द, जँभाई, हाथ-पैरों में भड़कन।

लाल रंग की कमी से-नींद की अधिकता, सुस्ती, आलस्य, कब्ज, आँख, नख, मल-मूत्र आदि में सफेदी के साथ नीली झलक।

दो रंगों की कमी होने पर दोनों के लक्षण मिलते हैं। तीनों रंग कम हो जाने पर तीनों के लक्षण पाए जाएँगे।

रोग की परीक्षा करते समय सूर्य चिकित्सक रोगी के सारे कष्टों को मालूम करता है तथा समस्त शरीर के रंगों को बड़े ध्यान पूर्वक देखता है। तदुपरांत अपनी सूक्ष्म बुद्धि के अनुसार निर्णय करता है कि-

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

(१) समस्त शरीर में गर्मी बढ़ रही है ? (२) सर्दी बढ़ रही है ? (३) परिपाक नहीं होता ? (४) गर्मी सर्दी मिली हुई है ? (५) अपरिपाक के साथ सर्दी-गर्मी भी मिश्रित है ? (६) अलग-अलग अंगों में अलग-अलग विकार है ? (७) तीनों कारणों में से कौन-सा कारण कम और कौन-सा अधिक तादाद में है ?

इन सब प्रश्नों पर विचार करके वह रोग की वर्तमान स्थिति का पूरा निश्चय कर लेता है। तदुपरांत उसके लिए चिकित्सा का निश्चय करता है। मान लीजिए गर्मी और अपरिपाक का मिश्रित रोग है, तो नीला और पीला मिला हुआ रंग देता है। यदि गर्मी बहुत अधिक और अपरिपाक साधारण है तो पीला रंग कम और नीला रंग अधिक मिलाना पड़ेगा, किंतु यदि गर्मी साधारण हो और अपच बढ़ा हुआ हो तो पीला अधिक और नीला कम मिलाना पड़ेगा। अलग-अलग अंगों में अलग-अलग दोष हैं तो उनका बाहरी उपचार भी अलग-अलग होगा। एक अंग पर एक प्रकार की तो दूसरे पर दूसरे रंग की रोशनी डालने या लगाने का उपचार हो सकता है, किंतु पीने का जो जल होगा वह समस्त शरीर में बढ़े हुए कारणों की मात्रा का ध्यान रखते हुए कोई मिश्रित रंग निर्णय करना पड़ेगा और उसी का जल औषधि की तरह देना पड़ेगा।

इस निदान और उपचार के निर्णय में चिकित्सक की तीक्ष्ण बुद्धि ही निर्णय कर सकती है।

सूर्य का रंग

सूर्य का रंग देखने में पारे की तरह सफेद मालूम पड़ता है, परंतु उसकी किरणों में सात रंग रहते हैं। यह सब रंग अलग-अलग ग्रहों के हैं। सूर्य के आस-पास जो ग्रह घूमते हैं, उनकी किरणें पृथ्वी पर आती हैं और वह भी सूर्य की किरणों के साथ ही मिल जाती हैं। योरोप के ज्योतिषियों ने यंत्रों द्वारा यह सिद्ध कर दिया है कि चंद्रमा का रंग चाँदी जैसा सफेद, मंगल का ताँबे के समान, बुद्ध का गहरा पीला, बृहस्पति का सुनहरी, शुक्र का नीलमणि के समान, शनि का लोहे जैसा, राहू का अँधियारा और केतु का अनिश्चित रंग है। राहू-केतु की किरणें नहीं चमक सकतीं, केतू के रंग का कोई ठिकाना नहीं। इसलिए सात ग्रहों के

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

सात रंग ही सूर्य की किरणों में पाए जाते हैं। उपरोक्त ग्रह हमेशा घूमते रहते हैं। अपनी गति के अनुसार जब वे पृथ्वी के निकट या दूर होते हैं तो उनकी किरणों में भी घट-बढ़ हो जाती है। तदनुसार प्राणियों पर अपना प्रभाव डालती हैं।

पुराणों में सूर्य के सात घोड़े होने की कथा इसी आधार पर है। उन्होंने किरणों को घोड़ों की उपमा दी है। सातों रंग मिलने से सफेद रंग बनता है, इसी से सूर्य सफेद दिखाई देता है। एक तिकोना बिल्लौरी काँच लेकर उसे धूप में रखो तो उन सातों किरणों को अलग-अलग देख सकते हो। पानी की बूँदों में जब दूरस्थ सूर्य किरणें चमकती हैं तो पूर्व या पश्चिम में इन्द्रधनुष पड़ता है। इस इन्द्रधनुष में भी सातों रंगों के दर्शन किए जा सकते हैं। पश्चिमी ज्योतिषी इन किरणों को अपने यंत्रों की सहायता से देखते हैं और उसके आधार पर ग्रहों की स्थिति के बारे में बहुत ज्ञान प्राप्त करते हैं।

www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

सूर्य किरणों के सातों रंग यह हैं-(१) बैंगनी (२) नीला (३) आसमानी (४) हरा (५) पीला (६) नारंगी (७) लाल। यह तो सब लोग जानते हैं कि असल में लाल, पीला और नीला तीन ही रंग हैं। अन्य रंग इसके आपसी मिश्रण से बनते हैं। अलग-अलग ग्रहों से आने के कारण, किरणों के सातों रंग स्वतंत्र हैं, वे मिलावट के कारण इस रूप में दिखाई नहीं देते, तो भी उनका जो असर होता है वह मूल रंगों के अनुसार ही होता है। इसलिए उसका वही गुण होगा जो इन दोनों रंगों की ऐसी मात्रा मिला देने से होता है, जिसके अनुसार हरा रंग बना था। इसलिए हम इस पुस्तक में उन मूल रूप तीन ही रंगों का वर्णन करेंगे।

शरीर में रासायनिक पदार्थ

हमारे शरीर में रहने वाली वस्तुओं में करीब तीन चौथाई भाग ऑक्सीजन का है और शेष नाइट्रोजन, हाइड्रोजन, क्लोरीन, फ्लुओरिन आदि हैं। इनके अतिरिक्त आहार द्वारा विभिन्न मात्राओं में मेगनीशियम, पोटेशियम, सोडियम, सिलीकन, चूना, कैल्शियम, कार्बन, लिथियम, पारा, शीशा, ताँबा, लोहा, गंधक, फास्फोरस आदि पदार्थ मिलते हैं। यही

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

पदार्थ रंगों में भी पाए जाते हैं। इनकी मात्रा विभिन्न रंगों में विभिन्न प्रकार की होती है।

डाक्टरों ने वैज्ञानिक अन्वेषण के पश्चात् विभिन्न रंगों में जो पदार्थ पाए जाते हैं, उनका वर्णन इस प्रकार किया है-

गहरे बैंगनी रंग में-हाइड्रोजन, कैल्शियम, एल्युमिनियम।

पीलापन लिए हुए हरे रंग में-ऑक्सीजन, नाइट्रोजन, कार्बन, सोडियम, कैल्शियम, बेरियम, क्रोमियम, निकल, ताँबा, ऐल्युमिनियम, टिटेनियम, स्ट्राँशियम, केडिमियम, कोबाल्ट, रूबीडियम, मैंगनेशियम।

पीले रंग में-नाइट्रोजन, कार्बन, ऑक्सीजन, बेरियम, कैल्शियम, केडिमियम, कोबाल्ट, टिटेनियम, एल्यूमिनियम, क्रोमियम, लोहा, निकल, ताँबा, जस्ता।

लाल रंग में-रूबीडियम, कैडिमियम, स्ट्राँशियम, जस्ता, बेरियम, ऑक्सीजन, नाइट्रोजन।

नारंगी रंग में-टिटेनियम, एल्युमिनियम, रूबीडियम, कोबाल्ट, जस्ता, निकिल, लोहा, कैल्शियम, ऑक्सीजन।

पीलापन लिए हुए नारंगी रंग में-मैगनेशियम, निकिल, जस्ता, सोडियम, नाइट्रोजन, कार्बन।

गहरे नारंगी रंग में-केडिमियम, स्ट्राँशियम, ताँबा, लोहा, बेरियम, कैल्शियम, नाइट्रोजन, ऑक्सीजन, हाइड्रोजन।

यहाँ यह बात ध्यान रखने की है कि मुख्य रंग लाल, पीला और नीला तीन ही हैं। इन्हीं की न्यूनाधिक मात्रा के मिश्रण से विभिन्न रंग बनते हैं।

नीले रंग के गुण

हल्का नीला रंग, जिसे आसमानी भी कहते हैं। यह शांतिप्रद आकर्षक चुम्बक-शक्ति लिए हुए है। साथ ही यह अग्नि को मंद करता है। समस्त शरीर में या उसके किसी भाग में गर्मी बढ़ गई हो, तो उसे शांत करने के लिए नीला रंग अपना अद्‌भुत असर रखता है। ज्वर की गर्मी से जो जला जा रहा हो, बार-बार पानी माँगता हो, प्यास न बुझती हो, उसके लिए नीला रंग बड़ा उपकारी है, सिर में चक्कर आ रहे हों,

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

दर्द हो रहा हो, माथा भन्नाता हो; भ्रम या मूर्छा के लक्षण प्रतीत हों, तब नीले रंग का प्रयोग बड़ा लाभदायक सिद्ध होगा। गर्मी के दिनों में नीले रंग से प्रभावित किया हुआ पानी बड़ी शीतलता प्रदान करता है। जिन मनुष्यों को गर्मी अधिक सताती है, उन्हें नीले रंग का पानी बहुत फायदा पहुँचाएगा। कुत्तों को पिलाने से उनके पागल होने का भय नहीं रहता। आग से जले हुए या पागल कुत्ते अथवा सियार के काटे हुए स्थान पर आसमानी पानी का भीगा हुआ कपड़ा रखना चाहिए और उस स्थान को उसी पानी में बराबर भिगोए रखना चाहिए। ऐसे रोगियों को नीला जल दो-दो घंटे बाद आधी-आधी छटाँक की मात्रा में औषधि की तरह पिलाया भी जा सकता है।

कै-दस्त की बीमारी (हैजा) में नीला रंग बहुत मुफीद है। बीमारी फैल रही हो तो स्वस्थ मनुष्यों को इसका प्रयोग करना चाहिए। हैजा जब बहुत उग्र अवस्था में पहुँच जाता है, तब रोगी के शरीर में लाल रंग की कमी हो जाती है और शरीर ठंडा पड़ने लगता है, तब नीले रंग के साथ लाल रंग भी देना हितकर होता है। पेट पर इसी जल के भीगे हुए कपड़े की गद्दी रखने से दस्तों में रुकावट होती है और कै होना रुक जाता है। अतः सात-आठ घंटे में रोगी को खतरे से बाहर किया जा सकता है।

पेचिश, ऐंठन के साथ दस्त होना, आँव या लहू आना, नीले रंग की पानी की ५-६ खुराकों में रुक जाता है। तीन-चार दिन में ही बिल्कुल आराम हो जाता है। इस रोग में गर्म चीजें हानिकारक हैं इसलिए हल्का और सुपाच्य भोजन खिलाना अच्छा है। यदि नीले रंग की बोतल में दूध भरकर १५ मिनट धूप में रखा जाए तो औषधि और पथ्य दोनों का काम दे सकता है।

अण्डी का तेल जिन बोतलों में आता है, वह नीले रंग और कुछ सुर्खी की झलक लिए होती हैं, उनमें तैयार किया हुआ पानी निमोनियाँ की बीमारी में बहुत फायदा पहुँचाता है। इससे फेफड़ों को मदद मिलती है। प्लेग की बीमारी में नीले रंग का पानी पिलाना और गिल्टी पर उसी से भीगा हुआ कपड़ा रखना चाहिए। पित्त ज्वर में नीला पानी बहुत ठीक है।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

आँखें दुखने आ गईं हों या रोहे पड़ गए हों तो नीले पानी की बूँदें दवा की तरह डालना उचित है। सिर तथा आँखों पर नीले काँच द्वारा प्रकाश डालना चाहिए, मोतीझरा या चेचक में भी नीला रंग उपयोगी है। हाँ यदि मोतीझरा या चेचक अच्छी तरह न निकली हो तो उसे बाहर निकालने के लिए लाल पानी दिया जा सकता है। तिल्ली, पांडु, जिगर बढ़ना नीले रंग के प्रभाव से शांत हो सकते हैं। बिच्छू, बर्र, ततैया, मधुमक्खी, कानखजूरा, कौंतर, चींटी आदि के काट लेने पर इसी के पानी की गद्दी काटे हुए स्थान पर रखनी चाहिए। जननेन्द्रिय संबंधी रोगों में नीला रंग अद्भुत गुण दिखाता है। प्रमेह, स्वप्नदोष, सुजाक, गर्मी, रक्त-प्रदर, मासिक-धर्म की खराबी, जल्दी रजस्वला हो जाना, रक्त अधिक जाना आदि में नीले रंग का प्रयोग सदैव हितकर होगा। सिर के बाल झड़ना, मुँह के छाले, हाथ पैर फटना, मसूड़े फूलना, जलन, हड़फूटन, अनिद्रा में भी यह रंग गुणकारी है। क्षय, दमा, रक्त-पित्त के विकार नीले रंग से बहुत शीघ्र अच्छे होते हैं। बुड्ढों के लिए तो यह रंग अमृत तुल्य है।

लाल रंग के गुण

लाल रंग का धर्म गर्म है। शरीर को इससे बल और उत्तेजना मिलती है। जो अंग कारणवश शिथिल हो गए हैं, ठीक प्रकार अपना काम नहीं करते, वे लाल रंग से उत्तेजित होकर अपने काम में प्रवृत्त हो जाते हैं। ठण्ड के कारण जो अंग सिकुड़ गया है, या सूज गया है, वह इस रंग के प्रभाव से अच्छा हो जाता है। सुस्ती, आलस्य, निर्बलता, रक्त की गति न्यून हो जाना आदि के लिए भी उपयोगी है। शरीर में कोई रोग भीतर छुपा हुआ हो तो उसे उखाड़ने के लिए उत्तम है। लकवा, गठिया, जोड़ों का दर्द, वात की पीड़ा में इसका प्रयोग आश्चर्यजनक फल दिखाता है। पसली का दर्द, बहुत कमजोरी, मासिक धर्म का न होना या देर में बहुत थोड़ा होना, नपुंसकता जैसे रोगों के अनेक रोगी लाल रंग के उपयोग से अच्छे हो चुके हैं। अनावश्यक चर्बी बढ़ जाने से शरीर मोटा होने लगता है और यह भार इतना बढ़ जाता है कि उसकी गिनती एक प्रकार के रोगों में शुमार हो जाती है। लाल रंग का प्रयोग मुटापे को घटाकर शरीर

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

को स्वाभाविक दशा में ले आता है। अंडकोष बढ़ जाने पर इसका उपचार बहुत फलदायक होता है।

पीले रंग के गुण

पीला रंग पाचक और शोधक है। यह रसों को पचाता है और शारीरिक विकारों का शोधन करता है। विशुद्ध पीले रंग की बोतलें अक्सर प्राप्त नहीं होतीं। उनमें कुछ लाल रंग की झलक होती है। विदेशों में सूर्य-चिकित्सकों ने इस कार्य के लिए खास तौर से पीले रंग की बोतलें बनवाई हैं, पर वे हिंदुस्तान में हमें अभी तक प्राप्त नहीं हुईं, विदेशों में इनका मूल्य बहुत है और मार्ग-व्यय सहित यहाँ आकर दाम मँहगा पड़ता है। इसलिए सूर्य-चिकित्सक आमतौर से लाल झलक लिए हुए नारंगी बोतलों का ही प्रयोग कर लेते हैं। यह भी अच्छी हैं। इनके द्वारा तैयार किए हुए जल में कुछ उष्णता का गुण बढ़ जाता है।

पीला रंग पेट की खराबी के लिए बहुत अच्छा है। कुछ दिन के लगातार सेवन से आमाशय और आँतों की खराबियाँ दूर हो जाती हैं। मुख, नाक या गुदा द्वारा रक्त जाने, कण्ठमाला, मधु प्रमेह, बहरापन, चर्म रोग एवं कुष्ठ रोगों में पीले रंग से बहुत फायदा होता है। बैठे रहने के कारण जिन लोगों को भोजन ठीक प्रकार हजम नहीं होता, वे पीले रंग का गुण आजमाकर संतोष लाभ कर सकते हैं। दस वर्ष से कम उम्र के बच्चों को लाल रंग की अपेक्षा पीला रंग ही देना चाहिए, क्योंकि यह अधिक गर्म न होते हुए भी लाल रंग के सब गुण रखता है। छोटे बच्चों को अधिक गर्मी की आवश्यकता नहीं होती इसलिए उन्हें पीला या नारंगी रंग ही देना उचित है।

जाड़े में आने वाले और फसली बुखारों के लिए पीला पानी अच्छा है। नजला और हिस्टीरिया में भी इसके द्वारा बहुत लाभ होता है।

मिश्रित रंग

लाल, पीले, नीले रंगों के आपस में मिलने से ही अन्य अनेक रंग बनते हैं। इन अन्य अनेक मिले हुए रंगों के गुण वही होंगे जो उसमें मिले हुए मूल रंगों के हैं। कई रंगों के मिलने से जो रंग बना है उसमें यह

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

देखना चाहिए कि कौन-सा अधिक है। उसी के अनुसार मिश्रित रंग का गुण समझना चाहिए। मान लीजिए कि किसी काँच का रंग बैंगनी है, उसके रंग में नीलापन अधिक है और लाल कम है तो वह थोड़ी-सी गर्मी लिए हुए शीतल होगा किंतु यदि लाल रंग अधिक कम हो तो उसे शीतलता लिए हुए गरम समझना चाहिए। विभिन्न रंगों के क्या-क्या गुण होते हैं, इसका कुछ थोड़ा-सा परिचय इस प्रकार है।

नारंगी रंग-नारंगी रंग कब्ज को दूर करने वाला है। इस रंग का सूर्य की किरणों का जल पीने से आँतें ठीक होकर अपना काम पूर्ववत् करने लगती हैं, परंतु स्मरण रखना चाहिए इसका अधिक तादाद में पी जाना लाभ के स्थान में उल्टा हानि कर सकता है। जो लोग दिनभर बैठे रहते हैं और घूमने फिरने का अन्य प्रकार का कोई शारीरिक परिश्रम नहीं करते, उनके लिए नारंगी रंग का सेवन करते रहना बड़ा उपयोगी है। १२ वर्ष से कम आयु वाले बालकों को लाल रंग नहीं दिया जाता, क्योंकि उनके स्वभाव में स्वयमेव गर्मी और चंचलता अधिक होती है। जिन रोगों में लाल रंग देने का विधान है, उनमें बालकों को हमेशा नारंगी रंग ही देना चाहिए। नारंगी रंग के कुछ दिन के लगातार सेवन से खून खराबी, चर्म रोग और कुष्ठ रोग अच्छे हो जाते हैं। किन्हीं-किन्हीं को इसके सेवन से दस्त चलने लगते हैं, उन्हें इसकी मात्रा कम कर देनी चाहिए। अनेक चिकित्सकों ने इस रंग का उपयोग शीत ज्वर, नजला, छाती की जलन, अपच, पेट का दर्द, मिरगी, फेफड़े के रोग आदि पर किया है और उससे अद्भुत लाभ पाया है।

बैंगनी रंग-यह शीतल और भेदक है। जब शरीर में गर्मी अधिक बढ़ जाए या ज्ञान-तंतुओं में उत्तेजना हो, तब इस रंग का उपयोग बड़ा लाभप्रद होता है। सन्निपात, प्रलाप, कै, बहुमूत्र तथा प्रमेह रोग में इसके द्वारा अद्भुत लाभ होता है।

गुलाबी रंग-यह कुछ उत्तेजना देने वाला, हल्का, पाचन करने वाला और शीतल है। गर्भवती स्त्रियों के रोगों में लाल की जगह गुलाबी रंग देना चाहिए। प्रसूत रोग, गर्भाशय की पीड़ा, सिर दर्द, मुँह में छाले आदि में इसका आश्चर्यजनक लाभ होता है।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

गहरा नीला-यहाँ गहरा नीला कहने से हमारा मतलब उस रंग से है जो कुछ कालापन लिए हुए है। लाल या पीली झलक उसमें बिल्कुल न होनी चाहिए। गहरा नीला रंग एक प्रकार का टॉनिक है, ताकत देना इसका प्रधान गुण है। प्रमेह आदि के कारण या बहुत दिनों की बीमारी की वजह से लोग बहुत कमजोर हो गए हों, उनके लिए गहरे नीले रंग का उपयोग बहुत मुफीद है। क्षय रोगों में जब कि रोगी की दशा दिन-दिन गिरती ही जाती है, गहरा नीला रंग देना चाहिए। इससे रोगी को बड़ी मदद मिलती है और उसका ह्रास रुक जाता है।

खाकी रंग-यह रंग पशुओं की कई बीमारियों में बहुत फायदा करता है, परंतु मनुष्यों के लिए उतना उपयोगी नहीं है। यह एक प्रकार का नशा लाता है। पेट में खलबली पैदा करता है और रक्त की चाल को बढ़ा देता है। कोई जहरीली चीज खा लेने पर जब वमन कराने की जरूरत हो तब इसका उपयोग करना चाहिए।

www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

हरा रंग-मस्तिष्क को शांति देता है और बुद्धि को विकसित करता है। जुकाम के लिए फायदेमंद है। बैगनी रंग बहुमूत्र, मूत्रकृच्छ में अपना अद्‌भुत लाभ दिखाता है। आसमानी रंग मानसिक चिंताओं को दूर करता है।

सफेद और काले रंग सूर्य चिकित्सा में प्रयोग नहीं किए जाते क्योंकि इन रंगों के काँचों में होती हुई जो किरणें जाती हैं, वह ऐसी कोई शक्ति उत्पन्न नहीं करती जिनका असर मानव-शरीर के रोगों को दूर करने लायक हो।

यह थोड़े से मिश्रण इसलिए बताए गए हैं कि पाठकों की समझ में वास्तविक बात आ जाए। रंगों की कमी वेशी के कारण तथा मिश्रण की मात्राओं में अंतर होने के कारण इतने रंग बन सकते हैं, जिनकी गणना करना असंभव है। यह कहने की तो आवश्यकता ही नहीं, कि हल्का रंग न्यून और गहरा रंग अधिक गुण रखता है, किंतु इतना गहरा जिसमें होकर सूर्य की किरणें अच्छी तरह पार न हो सकें, व्यर्थ होगा। उससे अधिक लाभ मिलना तो दूर न्यून लाभ भी न मिल सकेगा। यह सब होते हुए भी निश्चित रंगों में एक अपनी विशेषता

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

अलग भी होती है। सूर्य-चिकित्सकों को इसकी जानकारी प्राप्त कर लेना आवश्यक है।

काँच का चुनाव

यह बताया जा चुका है कि सूर्य की सप्तरंगी किरणों में से केवल एक रंग लेने के लिए रंगीन काँच ही सर्वोत्तम साधन है क्योंकि उसमें होकर सूर्य किरणों का यही एक रंग पार हो सकता है जिस रंग का काँच हो, इसलिए सूर्य चिकित्सक के लिए एक मात्र उपकरण रंगीन काँच ही है।

प्रयोग के लिए कौन-सा काँच लेना चाहिए, यह बड़ी टेढ़ी समस्या है। सूर्य चिकित्सा के लिए खास तौर से जो काँच विदेशों में तैयार किए गए हैं, वह भारतवर्ष में प्रायः प्राप्त नहीं होते, क्योंकि एक तो देश में सूर्य चिकित्सा विज्ञान का अभी प्रचलन ही बहुत कम हुआ है, दूसरे इन काँचों का मूल्य अधिक है। इन्हीं कारणों से व्यापारी लोग उन्हें मँगाते नहीं। जिन चिकित्सकों को जरूरत होती है, वह इसलिए नहीं मँगाते कि एक तो थोड़े से काँच मँगाने पर मार्गव्यय अधिक पड़ता है, दूसरे रास्ते में टूट-फूट हो जाने का भय भी बना रहता है।

जो चीज आसानी से उपलब्ध नहीं हो सकती उसके स्थान पर हमें सुगमता पूर्वक मिल सकने वाली वस्तु से ही काम चलाना चाहिए। बाजार में कई प्रकार के काँच मिलते हैं। इनमें से सावधानी पूर्वक अपने काम की वस्तु चुन लेनी चाहिए। जो काँच बाजार में मिलते हैं, उनमें अक्सर विशुद्ध एक रंग के कम मिलते हैं जैसे नीला काँच साधारणतः हर दुकानदार के यहाँ मिल जाएगा, पर उसके संबंध में जानकारी प्राप्त करने पर पता चलेगा कि यह कई किस्म के हैं। मेजरीन या कोबाल्ट नामक काँच में कुछ लाल झलक भी होती है। इसलिए उसमें होकर नीली किरणों के साथ लाल किरणें भी पार होती हैं। इस प्रकार क्यूप्रोडा सल्फेट कलर्ड में नारंगी रंग की मिलावट होती है। यह परीक्षा साधारण आँखों से नहीं हो सकती। अँधेरे कमरे में एक दीपक जलाना चाहिए और काँच को आँखों के सामने रखकर देखना चाहिए कि दीपक की लौ का रंग कैसा है ? जो रंग उस लौ का दिखाई पड़े वही उस काँच का वास्तविक रंग

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

समझना चाहिए। हरे रंग में आयरन ऑक्साइड से प्राप्त हुआ रंग अधिक शांतिदायक होता है।

सर्वसाधारण के लिए उन्हें अभी अधिक गहराई में न जाकर जो काँच या बोतल मिल सकें उन्हें ही संग्रह कर लेना चाहिए और अँधेरे कमरे में दीपक की लौ देखकर यह निर्णय करना चाहिए कि इसमें कौन रंग अधिक और कौन कम मात्रा में मिला हुआ है। उसी के मिश्रण के अनुसार उस काँच का गुण समझकर चिकित्सा में प्रयोग करना चाहिए।

यदि विशुद्ध रंग के काँच न मिल सकें तो वह लेने चाहिए जिनमें कम से कम मिश्रण हो और जिस रंग का मिश्रण हो उसी के अनुसार उसका गुण भी समझना चाहिए। यह शीशे बिल्कुल साफ हों, बीच में ऊँचे-नीचे गड्ढेदार या दाग वाले काँच चिकित्सा में प्रयोग होने के अयोग्य हैं। इसी प्रकार बहुत अधिक गहरे रंग के भी अनुपयुक्त हैं। उनमें होकर किरणें ठीक प्रकार पार नहीं हो सकतीं और बाहर ही रह जाती हैं। काँच का रंग न तो बहुत हल्का ही होना चाहिए और न बहुत गहरा। मध्यम रंग के स्वच्छ और आधे सूत मोटे काँच इस कार्य के लिए ठीक हैं।

जल, तेल, दूध, शक्कर आदि तैयार करने के लिए रंगीन बोतलों की जरूरत पड़ती है। इनमें उपरोक्त बातों का ध्यान रखना चाहिए। बोतलें भीतर बाहर से खूब साफ कर लेनी चाहिए, जिससे प्रस्तुत औषधि में अशुद्धि उत्पन्न न होने पाए।

रंगीन काँच न मिलने पर एक दूसरी तरकीब भी काम में लाई जा सकती है। सफेद काँच या बोतल के ऊपर जिस रंग का गटापार्चा (पारदर्शी-बटर पेपर) लगा दिया जाए तो वह उसी रंग का काम देने लगता है। गटापार्चा को काँच पर पूरा चिपकाने की आवश्यकता नहीं है। केवल किनारों पर चिपका देना काफी है जिससे वह न गिरने पाए। जो स्थान चिपकाया गया है, उस स्थान में होकर सूर्य किरणें ठीक तरह से पार नहीं होतीं, इसलिए बोतल पर जहाँ गटापार्चा चिपकाया गया है, उस भाग को धूप की ओर न रखकर छाया की ओर रखना चाहिए।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

चिकित्सा-विधि

सूर्य चिकित्सा में रंगीन काँचों का कई प्रकार से प्रयोग किया जाता है। पीड़ित स्थान पर समस्त शरीर पर रंगीन रोशनी दी जाती है। किसी एक स्थान पर रोशनी देने के लिए एक-एक फुट लंबा चौड़ा शीशा लेना चाहिए। इसके किनारों पर चौखट जड़वा लिया जाए और दोनों तरफ पकड़ने के लिए दस्ते लगे हों, यदि चटकनीदार चौखट बनवाया जाए तो एक ही चौखट में आवश्यकतानुसार बदल-बदल कर काँच लगाए जा सकते हैं, अन्यथा सब रंग के काँच अलग-अलग चौखटों में फिट होने चाहिए। काँच को धूप में रखना चाहिए और पीड़ित अंग को उसके नीचे रखकर प्रकाश देना चाहिए। यदि थोड़े ही स्थान पर प्रकाश देना है तो काँच का उतना ही भाग खुला रख कर शेष भाग के ऊपर कोई मोटा कागज, बसली, चमड़े या लकड़ी आदि का टुकड़ा रख देना चाहिए।

इस कार्य के लिए एक छोटा कमरा भी खासतौर से बनाया जाता है। इसमें जंगल की तरफ धूप का ध्यान रखते हुए बड़े-बड़े काँच लगाए जाते हैं। कमरे के तमाम दरवाजे और खिड़कियाँ बिल्कुल बंद कर दिए जाते हैं, जिससे आवश्यक रंग के अतिरिक्त और कोई किरण उसमें प्रवेश न करने पाए। रंगीन काँच में होती हुई किरणें कमरे के अंदर जाती हैं जिन्हें रोगी अपने पीड़ित भाग या समस्त शरीर पर लेता है।

रोशनी का तीसरा तरीका लालटेन का है। एक लालटेन इस प्रकार बनवानी चाहिए कि जो तीन तरफ से बंद हो और सामने की ओर एक गोल काँच लगा हो। यह काँच गोलाई लिए हुए बीच में उठा हुआ और किनारों पर पतला जैसा कि साईकिल की लेम्प का होता है, हो सके तो और भी अच्छा है। इस लालटेन के भीतर बत्ती जलानी चाहिए। जलाने में तेल किसी भी किस्म का इस्तेमाल किया जा सकता है। फिर भी इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि उस तैल का धुआँ कमरे की वायु को विषैला बनाने वाला न हो।

यूरोप अमरीका आदि ठंडे मुल्कों में जब कई-कई दिन मौसमी खराबी से सूर्य दर्शन नहीं होते, तब इन लालटेनों द्वारा प्रकाश लेकर काम चलाया जाता है। रात के समय जब किसी रोगी को प्रकाश देने की

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

आवश्यकता पड़ जाए तो इन लालटेनों से काम चलाया जा सकता है। मस्तिष्क संबंधी और तंतुजाल की बीमारियों में इस उपचार से आश्चर्यजनक लाभ होता है।

रंगीन बोतलों द्वारा पानी, दूध, तेल, शक्कर, मक्खन या अन्य दवाएँ तैयार की जाती हैं। जमीन पर लकड़ी का तख्ता रखकर उस पर बोतलें रखनी चाहिए। पानी तैयार करने के लिए ८ घंटे बोतलें धूप में रखनी चाहिए। यह ऐसे स्थान पर रखनी चाहिए जहाँ निर्बाध रूप से दिनभर धूप रहे। छतों पर बोतलें तैयार करना अधिक उपयुक्त है, क्योंकि ऊँचे स्थान पर एक तो दूसरी चीज की छाया नहीं पड़ती, दूसरे धूल आदि भी वहाँ नहीं पहुँचती है। अलग-अलग रंग की बोतलों को एक दूसरे से इतनी दूर रखना चाहिए कि किसी की छाया किसी के ऊपर न पड़े। यदि एक रंग की छाया दूसरे पर पड़ेगी तो निश्चय ही उसका गुण जाता रहेगा।

बोतलों को खूब साफ करके उनमें स्वच्छ जल भरना चाहिए और कड़ा कार्क बंद करके साफ स्थान पर रखे हुए लकड़ी के तख्ते के ऊपर उन्हें अलग-अलग रख देना चाहिए। आठ घंटे में जल औषधि स्वरूप बन जाता है। तेल को १० दिन, घी को ६ दिन, शक्कर को एक सप्ताह, किसी दवा को आठ दिन लगातार धूप में रखना चाहिए। यदि एक ही अलमारी या संदूक में उन्हें रखना हो तो सब रंगों के लिए अलग-अलग खाने होने चाहिए। इस बात की खास सावधानी रखनी चाहिए कि तैयार बोतलों के ऊपर दीपक या किसी अन्य प्रकार का प्रकाश न पड़ने पाए।

तैयार किया हुआ पानी तीन दिन बाद काम में नहीं लेना चाहिए, वह गुणहीन हो जाता है। अन्य वस्तुएँ चार छै महीने तक काम दे सकती हैं। इसके बाद उन्हें भी गुणहीन समझना चाहिए। पानी को छोड़कर अन्य वस्तुएँ पंद्रह दिन धूप में रखकर तैयार की जा सकती हैं। वे जितने अधिक दिन धूप में रखी जाएँगी, उतनी अधिक शक्ति वाली होंगी, किंतु पंद्रह दिन बाद वह वस्तु अपनी शक्ति खोने लगेगी। सूर्य चिकित्सकों को शक्कर आदि भी तैयार करके रख लेनी चाहिए। सफर में या वर्षा ऋतु में जब जल तैयार नहीं किया जा सकता, यह वस्तुएँ पर्याप्त सहायता

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

करती हैं। शक्कर के स्थान पर होमियोपैथी में काम आने वाली 'शुगर आफ मिल्क' की गोलियाँ तैयार कर ली जाएँ तो वह और भी अधिक उपयुक्त हैं।

जानने योग्य कुछ आवश्यक बातें

चिकित्सकों को यह भली प्रकार जान लेना चाहिए कि मुफ्त में ही काम चल जाने या पानी, शक्कर, तेल आदि का प्रयोग होने के कारण सूर्य चिकित्सा निर्बल या हीन वीर्य उपचार नहीं है। विधि पूर्वक तैयार किए गए पदार्थ शरीर में रासायनिक द्रव्यों से मिलकर ऐसा वैज्ञानिक सम्मिश्रण तैयार करते हैं कि रोगों में उद्भुत लाभ होता है। हमारे अनुभव में अब तक ऐसे मरीज आ चुके हैं, जो बड़े-बड़े अस्पतालों में महीनों इलाज कराने के बाद निराश हो रहे थे। सूर्य चिकित्सा ने उनके प्राण बचाए और नवीन जीवन प्रदान किया। जिन रोगों में सर्जरी की आवश्यकता है, उन्हें छोड़कर शेष रोग सूर्य चिकित्सा से अच्छे हो सकते हैं।

सबसे अच्छी बात यह है कि यह चिकित्सा प्रणाली बिल्कुल निर्दोष है। अन्य चिकित्सक अन्य प्रकार की विषैली, अप्राकृतिक और तीक्ष्ण औषधियाँ देकर एक रोग को कुछ समय के लिए अच्छा कर देते हैं, पर वह औषधि ही फिर दूसरे रोग का कारण बन जाती है। उदाहरण के लिए कुनैन से ज्वर चला जाता है, पर दाह, जलन, कानों में बहरापन, सिर भिन्नाते रहना, गर्मी का प्रकोप आदि दूसरे रोग आ घेरते हैं। 'एस्प्रीन' सिर दर्द को दूर कर देती है, पर बाद में दिल के ऊपर नया हमला होता है। सूर्य चिकित्सा इस प्रकार के रोगों से मुक्त है। वह गिरी हुई दीवार को ईंट-ईंट करके चिनती है और कुछ ही दिनों में मजबूत इमारत खड़ी कर देती हैं। अफीम पड़ी हुई बाजीकरण औषधियाँ खाकर जिन्होंने कुछ दिनों स्तंभन का सुख भोगा था, वे कुछ ही दिनों में शरीर की मूल शक्ति खो बैठे और पीछे सिर धुन-धुन कर पछताए।

सूर्य चिकित्सा से बीमारी अच्छी होने में दूसरी औषधि के मुकाबले में कुछ क्षण अधिक लग सकते हैं, परंतु जो लाभ होगा वह स्थाई होगा। सच बात तो यह है कि सूर्य चिकित्सा द्वारा ही सबसे जल्दी आराम होता है। एक रोग के, एक-सी स्थिति के, दो मरीजों को लिया जाए और एक

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

का इलाज सूर्य चिकित्सा से और दूसरे का अन्य पद्धतियों से किया जाए और उसका अंतिम परिणाम देखा जाए तो पता चलेगा कि तीक्ष्ण एवं विषैली दवाओं से एक रोग दब गया, किंतु दूसरा उठ खड़ा हुआ, उसे ठीक करने पर फिर समय लगा। निश्चय ही उतने समय में सूर्य चिकित्सा द्वारा उपचारित दूसरा रोगी स्वस्थ हो गया। इस प्रकार यह आरोप ठीक नहीं कहा जा सकता है कि इस पद्धति से रोगी देर में अच्छे होते हैं। कुछ देरी होती भी है तो वह केवल पुराने रोगों में, जो रोग पुराने नहीं हैं, उनमें तो बहुत ही जल्दी लाभ होता है। कई बार तो जादू की तरह बीमारियाँ अच्छी होती देखी जाती हैं।

यह कहना ठीक नहीं, किरणों द्वारा तैयार पानी आदि में बहुत थोड़ी ही शक्ति हो सकती है, उसी भ्रम में यदि चिकित्सक भी रहा तो रोगी संकट में पड़ सकता है। लाल रंग का तैयार किया हुआ पानी यदि अधिक तादाद में पी लिया जाए तो दस्त लग जाएँगे और रोगी गर्मी के मारे बेचैन हो जाएगा। कभी-कभी तो मुँह या पेशाब के रास्ते खून तक जाने लगता है। नीला पानी अधिक पी जाने से जुकाम, सर्दी पसली में दर्द, खाँसी, जोड़ों में दर्द आदि उपद्रव हो सकते हैं। चिकित्सकों को सावधान किया जाता है कि वे इस भ्रम में न रहें कि इस जल, शक्कर या रोशनी को ज्यादा कम मात्रा में देने से कोई विशेष हानि लाभ नहीं है।

साधारणतः बड़े आदमी के लिए ढाई तोले जल की मात्रा दिन में दो से तीन बार देनी चाहिए। एक वर्ष से कम उम्र के बच्चे को ३ माशे, एक वर्ष से पाँच वर्ष तक के बच्चे को ६ माशे, पाँच से बारह वर्ष तक के बच्चे को एक तोला, बारह से सोलह वर्ष तक के को दो तोले, उससे ऊपर उम्र वालों को ढाई तोले जल की मात्रा देनी चाहिए।

रंगीन काँच द्वारा रोशनी देनी हो तो छोटे बच्चों को एक मिनट, बड़े बच्चों को दो मिनट और जवान आदमी को पाँच मिनट, दोपहर से पूर्व की रंगीन धूप देनी चाहिए। जब शक्कर देनी हो तो उम्र के हिसाब से एक माशे से लेकर छै माशे तक देनी चाहिए। तेल और घी बाहरी अंगों में लगाने के काम आते हैं, इसलिए इनकी कोई मात्रा नियत नहीं है। जहाँ जितना लगाने की जरूरत है वहाँ उतना काम में लेना चाहिए। दर्द को दूर

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

करने और नसों को प्रभावित करने के लिए तेलों की मालिश की जाती है और घी मरहम की तरह काम में लाया जाता है।

पथ्य की तरह रंगीन दूध का उपयोग होता है। दूध को सिर्फ एक घंटा प्रातःकाल की धूप देनी चाहिए। दोपहर बाद की धूप दूध के लिए अनुपयुक्त है। शुद्ध, स्वच्छ, धारोष्ण दूध को साफ बोतल में बंद करके पानी की तरह धूप में रखना चाहिए और एक घंटे बाद इसे प्रयोग करना चाहिए। यह दूध जवान आदमी को अधिक से अधिक २५० मि.ली. दिया जा सकता है।

कुछ औषधि चिकित्सक अपनी दवाओं को सूर्य शक्ति से भी संपन्न करना चाहते हैं जिससे वे अधिक गुणकारी हो जाएँ। वे ऐसा कर सकते हैं, उन्हें क्वाथ कल्क २ घंटे, अर्क अवलेह ६ घंटे, काष्ठादि चूर्ण, गोलियाँ, पाक, घृत ८ घंटे, तेल दो दिन और रसों को एक सप्ताह धूप देकर सूर्य शक्ति से संपन्न करना चाहिए। यह चिकित्सक को निर्णय करना चाहिए कि किस औषधि का क्या गुण है और उसके अनुसार किरणों का रंग देना चाहिए। इसके विपरीत गरम औषधि में नीला रंग मिश्रित किया जाए तो वह ठण्डे गरम का मिश्रण होने से गुणहीन हो जाएगी। गरम औषधि को यदि अधिक शक्तिशाली बनाना है तो उसे लाल रंग ही देना चाहिए। औषधि का गुण और उनके अनुसार रंग चुनना यह वैद्य की बुद्धिमानी और ज्ञान के ऊपर निर्भर है। फिर भी यह ध्यान रखना चाहिए कि जल, शक्कर, तेल और रोशनी ही विशुद्ध-सूर्य चिकित्सा है। इसमें औषधि आदि का समावेश नहीं है। अन्य दवाओं में रंगों का भी प्रयोग कर लेना, यह तो औषधि चिकित्सकों की अपनी मर्जी पर है।

भिन्न-भिन्न रोगों की चिकित्सा

ज्वर अनेक प्रकार के होते हैं। आयुर्वेदिक, यूनानी और डाक्टरी में उनके बहुत भेद बताए हैं, परंतु इन सब का वास्तविक कारण एक ही है अर्थात् शरीर में अनावश्यक गर्मी का बढ़ जाना, कारणों की भिन्नता से यह अलग-अलग प्रकार का दिखाई देता है। जब ज्वर का प्रकोप दिमाग पर अधिक होता है तो जुकाम कहा जाता है। प्रकृति की ओर बढ़ता है तो

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

पैत्तिक कहलाता है, सर्दी-गर्मी मिलकर जो बुखार आता है, वह मलेरिया है। जिन ज्वरों में कफ सूख जाता है उन्हें इन्फ्लूएन्जा कहते हैं। जुकाम बिगड़ जाने पर अक्सर खाँसी हो जाती है। पाठकों को यह स्मरण रखना चाहिए कि पेट में, आँतों में रक्त या शरीर के अन्य किसी भाग में दूषित मल इकट्ठे हो जाते हैं, तब उनको दूर करने के लिए प्रकृति संघर्ष करती है, यही ज्वर का मूल कारण और स्पष्ट लक्षण शरीर में गर्मी बढ़ जाना है।

गर्मी का रंग लाल है। हर प्रकार के ज्वरों में गर्मी बढ़ी हुई होती है। गर्मी को शांत करने के लिए शीतलता का देना आवश्यक है। जब किसी गरम चीज को स्वाभाविक स्थिति में लाना होता है तो उसे ठंडक देते हैं। यही प्राकृतिक नियम सूर्य-चिकित्सा पर भी लागू होता है। नीला रंग ठंडा है इसलिए ज्वर की दवा नीला रंग है। हल्के रंग की बोतल में तैयार किया हुआ पानी देना चाहिए। सिर में दर्द अधिक हो तो मस्तक पर नीले काँच की रोशनी डालना उचित है। अधिक पीड़ित अंग को भी नीले रंग के शीशे की धूप देनी चाहिए। वात-ज्वर में गहरा नीला रंग, पित्त ज्वर में आसमानी और कफ ज्वर में नारंगी रंग देना ठीक है। बड़े आदमी को ढाई तोले पानी की मात्रा दिन में ४ बार और बच्चों को एक तोले की मात्रा २ से ३ बार देनी चाहिए। बुखार के साथ में यदि पेट में कब्ज भी हो तो पीले रंग का देना उपयोगी होता है।

कुछ लक्षणों में विशेष सावधानी की जरूरत है। चेचक निकल रही हो तो नीला रंग नहीं देना चाहिए अन्यथा चेचक निकलना रुक जाएगा जो बहुत हानिकारक सिद्ध हो सकता है। यदि सन्निपात या निमोनियाँ आदि में एक दम शीतलता आ जाए तो भी नीला रंग ठीक न होगा, उस दशा में लाल रंग देना उचित है। बुखार की हालत में जुकाम बिगड़ा हुआ हो, कफ चिपट गया हो, कुकर खाँसी हो तो हरा रंग फायदेमंद है।

अतिसार

दस्तों की बीमारी की भी बुखार की तरह शाखाएँ हैं। आमातिसार, रक्तातिसार, पेचिश, मरोड़, संग्रहणी आदि का कारण एक ही है। आसमानी रंग सब प्रकार के दस्तों में फायदा करता है। पुराने दस्त जो बड़े-बड़े

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

डाक्टरों के इलाज से अच्छे नहीं हो सके थे, वे नीले पानी के उपयोग से ठीक होते देखे गए हैं। नए और मामूली दस्तों में हल्के हरे रंग से फायदा हो जाता है।

कब्ज

सूर्य-चिकित्सा के सिद्धांतानुसार दो प्रकार के कब्ज होते हैं। एक लाल रंग के बढ़ने से, दूसरा पीले रंग के बढ़ने से, या यों कहिए कि गर्मी की अधिकता से, दूसरा सर्दी की अधिकता से। लू लग जाने से, गर्मी के चले आने, तेज मिर्च-मसाले, सिरका, माँस आदि खाने, अति मैथुन करने, ज्यादा परिश्रम करने, दुःख-क्रोध-शोक करने से जो कब्ज होता है, वह गर्मी का है। इसमें प्यास अधिक लगती है, चक्कर आते हैं, मितली-सी होती हैं, पेट ज्यादा भारी नहीं होता, पर भोजन को देखते ही अरुचि होती है, दस्त पतला होता है, पेशाब पीला उतरता है, शरीर दुबला हो जाता है, पित्त बढ़ जाने के कारण मुँह का जायका कड़वा रहता है, खट्टी डकारें आती हैं।

नीले रंग की अधिकता अर्थात् सर्दी के कारण कब्ज उनको अधिक होता है जो दिनभर घर पर बैठे रहते हैं, शारीरिक श्रम न करने के कारण मेदा और आँतें सुस्त पड़ जाते हैं, जिससे रोगी का शरीर फूलने लगता है। कुछ दिन में तोंद निकल आती है और चलना फिरना तक कठिन हो जाता है। अधिक घी पड़े हुए मिष्ठान या अधिक केला, मेवा आदि गरिष्ठ पदार्थ खाने से भी कब्ज होता है। निराशा, सुस्ती, जुकाम से भी कब्ज होता है। पेट भारी रहता है, मेदे में सूजन मालूम होती है, दस्त कम तादाद में फटा हुआ, छिछड़ेदार और आँव लिए हुए आता है, पेट और आँतें जकड़ी हुई सी मालूम देती है और भीतर सुइयाँ चुभाने जैसा हलका दर्द होता रहता है।

लाल रंग की अधिकता में नीला रंग और नीले रंग की अधिकता में लाल रंग देना चाहिए। नीला रंग दोनों तरह के अजीर्ण में फायदा करता है। कुछ चिकित्सक कारण के अनुसार नीला तथा लाल रंग और साथ में पीला रंग मिलाकर देते हैं। कई डॉक्टर सर्दी के कब्ज में नारंगी और गर्मी की अधिकता में हरा रंग देना फायदेमंद बताते हैं। जिन स्त्रियों को गर्भ के

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

कारण कब्ज रहता हो उन्हें नीले रंग का पानी देते रहना ही उचित है। पुराने कब्जों में जब पित्त विकृत हो जाता है तो कलेजा बढ़ने लगता है और उसमें जलन रहती है, ऐसी दशा में हल्का नीला रंग उस इकट्ठे हुए विष का शोधन कर देता है और रोगी शीघ्र ही अच्छा हो जाता है।

सिर का दर्द

अक्सर कमजोरी, पेट की खराबी या आकस्मिक आघात से सिर में दर्द होता है। केवल मस्तिष्क की बीमारी के कारण दर्द होने वाले मरीज बहुत कम देखने में आते हैं। चूँकि मस्तिष्क के ज्ञान तंतु समस्त शरीर में फैले हुए हैं, इसलिए किसी भी अंग में पीड़ा हो मस्तिष्क में उसकी झंकार अवश्य पहुँचती है। बहुत समय तक शरीर के अन्य अंगों की पीड़ा की लगातार सूचना पाते रहने से सिर के भीतर के तंतु उत्तेजित हो जाते हैं और सिर में दर्द होने लगता है। अपच के कारण पेट में जो जहरीली गैस बनती है, वह मस्तिष्क तक प्रभाव पहुँचाकर सिर में पीड़ा उत्पन्न करती है। जिन लोगों को बहुत कमजोरी है वे थोड़ा ही शारीरिक या मानसिक परिश्रम करने से थक जाते हैं और यह थकान सिर शूल की शक्ल में दिखाई देती है। सर्दी या गर्मी का अचानक झटका लगने या माथे पर चोट लग जाने से भी दर्द होता है। बुखार और जुकाम में सिर दर्द होना प्रसिद्ध है।

जिस कारण से सिर में दर्द हो रहा हो उसे जानकर स्थानीय इलाज करना चाहिए। सर्दी के कारण सिर दर्द है, तो नारंगी और गर्मी के कारण दर्द है तो हल्का नीला रंग देना चाहिए। इन रंगों का पानी पिलाना तथा उसी रंग के पानी में भीगा कपड़ा सिर पर रखना चाहिए। हरे काँच द्वारा मस्तिष्क पर धूप देनी चाहिए। इस प्रयोग से दर्द बहुत जल्दी अच्छा हो जाता है।

खाँसी

खाँसी दो प्रकार की होती है-एक सूखी, दूसरी गीली। जिस खाँसी से गले में खुजली उठे, बार-बार खाँसना पड़े किंतु कफ न आए उसे सूखी खाँसी और जिसमें कफ आए उसे गीली खाँसी कहते हैं। कई बार

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

खाँसी दूसरे रोगों से संबंधित होती है। पुराना बुखार, तपेदिक आदि बीमारियों में भी खाँसी होती है।

गहरे नीले रंग की बोतल का पानी खाँसी के लिए बहुत फायदेमंद है। इससे सूखा हुआ कफ गीला होकर निकलने लगता है जिससे रोगी को शांति मिलती है। यदि कफ सूखकर फेफड़ों में जमा हो गया हो या पसली से चिपट कर दर्द कर रहा हो तो नारंगी रंग देना चाहिए। खाँसी देर में अच्छा होने वाला रोग है। यदि यह अन्य रोग से संबंधित है, तब तो और भी अधिक समय लेगी। इसलिए धैर्यपूर्वक चिकित्सा करते जाना चाहिए।

गले की एक दूसरी बीमारी स्वर भंग है। इसे गला बैठना भी कहते हैं। इसके होने के कई कारण हैं। अधिक बोलना, रात को जागना, अधिक परिश्रम करना, सर्दी लगना या तीक्ष्ण चीजें खा लेने से आवाज बैठ जाती है और ऐसी तरह के शब्द मुँह से निकलते हैं जैसे किसी ने गले को दबा दिया हो, इस बीमारी में नीला रंग फायदेमंद है। एक-एक छोटा चम्मच पानी आधे-आधे घंटे बाद पीना चाहिए। अगर मामूली शिकायत हो तो तीन बार सुबह और तीन बार शाम को एक-एक तोले की खुराक लेनी चाहिए। इस इलाज से अक्सर एक दो दिन में ही गला खुल जाता है।

स्वाँस नली की जलन एक स्वतंत्र बीमारी है। इसमें गले में बड़ी जलन और खुजली-सी मालूम पड़ती है। कान भी खुजलाते हैं। ऐसा मालूम पड़ता है कि खाँसी आवेगी पर वह आती नहीं। जलन की वजह से प्यास भी मालूम पड़ती है, पर थोड़ा-सा पानी पीने के बाद पेट पानी के लिए मना कर देता है। इस बीमारी का इलाज भी बिल्कुल स्वरभंग की तरह है। आधे-आधे घंटे बाद छः-छः माशे नीला पानी देने से जलन बहुत जल्दी दूर हो जाती है।

कभी-कभी गले के भीतर फोड़ा उठ आता है, इसे 'हलक फुड़िया' भी कहते हैं। भोजन करना तो दूर पानी पीने में भी कष्ट होता है, बोला नहीं जाता, दर्द होता है और गला सूज जाता है। अधिक बढ़ जाने पर यह प्राणघातक भी हो सकता है। इस मर्ज में थोड़ा-थोड़ा करके जल्दी-जल्दी

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

हल्के नीले रंग की खुराकें देना चाहिए और इसी पानी से दो-दो घंटे बाद कुल्ले कराने चाहिए।

श्वाँस

जब दमे का दौरा हो तो पंद्रह-पंद्रह मिनट बाद एक-एक तोले नारंगी रंग का पानी देना चाहिए। पाँच-छः खुराकें लगातार देने के बाद परिणाम देखने के लिए दो-तीन घंटा ठहरना चाहिए और फिर उसकी मात्रा शुरू कर देनी चाहिए। इससे दौरा शांत हो जाएगा। जिन लोगों को दमे का पुराना मर्ज है, उन्हें भोजन के बाद नारंगी रंग की एक मात्रा लेते रहना चाहिए। इससे भोजन हजम होता है और श्वाँस रोग को लाभ पहुँचता है।

क्षय

तपैदिक या पुराने बुखारों में दो-दो तोले नीले पानी की खुराकें दिन में चार बार देनी चाहिए और फेफड़ों पर नीले काँच का प्रकाश डालना चाहिए। यदि रोगी बहुत ही निर्बल हो गया हो और उसकी स्नायु असमर्थ होती जा रही हों तो तीसरे चौथे दिन नारंगी रंग की भी एक खुराक देनी चाहिए।

दाँतों के रोग

दाँतों में कीड़ा लग जाने से वह भीतर ही भीतर खोखले हो जाते हैं, जड़ें ढीली हो जाने के कारण दाँत हिलने लगते हैं, कब्ज के कारण मसूड़े फूलते हैं, इन सब दशाओं में दर्द होता है, भोजन के समय तकलीफ होती है, ज्यादा ठण्डा पानी भी नहीं पिया जाता। दाँतों के ऊपर चढ़ा रहने वाला मसाला जब कमजोर हो जाता है तो खट्टी चीज खाते ही दाँत झूँठे पड़ जाते हैं और उनसे फिर चीज कुचली नहीं जाती।

मामूली शिकायतों में आसमानी रंग के पानी से दिन में पाँच-छः बार कुल्ले करने चाहिए। अगर दर्द ज्यादा हो रहा हो या मसूड़े फूल रहे हों तो नारंगी रंग के पानी से कुल्ले करने चाहिए। मसूड़ों में कभी-कभी फुंसियाँ उठ आती हैं या सारे मुँह, होंठ, जबान, गले आदि में छोटे-छोटे छाले उठ आते हैं, उस दशा में भी नीले रंग के पानी के कुल्ले बहुत फायदेमंद होते हैं।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

दाँत निकलने के समय छोटे बच्चों को बहुत पीड़ा होती है। शरीर में गर्मी बढ़ जाने के कारण बच्चों को दस्त होने लगते हैं, आँखें फूल जाती हैं, बुखार आता है, दूध पटकते हैं तथा बहुत रोते हैं। इन सब बीमारियों में बच्चों को नीले शीशे का प्रकाश देना बहुत ही लाभदायक है। बीमारी बढ़ी हुई हो तो नीले रंग का थोड़ा-सा पानी भी दिया जा सकता है, परंतु जहाँ तक हो सके नीले रंग के प्रकाश का ही उपयोग करना चाहिए। बच्चों के लिए यही उपाय बहुत सरल और बिना जोखिम का है।

कान के रोग

ठंड लग जाने से कान के भीतरी पर्दे सुन्न हो जाते हैं। भीतर मैल होने पर भी तकलीफ होती है। कभी-कभी फुंसियाँ उठ आती हैं तब तो बड़ा दर्द होता है और कान सूज जाता है। भीतरी पर्दों में जख्म हो जाने से सड़न पैदा हो जाती है और पीव बहता रहता है। पर्दे तथा ज्ञान के तंतुओं के कठोर हो जाने से कम सुनाई देता है। कान की जड़ की नसों में विजातीय द्रव्य इकट्ठा हो जाने से कान के नीचे का भाग तथा जबड़े के आस-पास की जगह सूज जाती है।

इन सब व्याधियों में उनके कारण को देखते हुए इलाज करना चाहिए। यदि ठंड लगने का दर्द हो तो लाल रंग की बोतल में तैयार किया हुआ तेल दो-दो बूँद कान में डाल सकते हैं। मैल जमा हो तो उसे आहिस्ता-आहिस्ता निकाल देने के बाद नीले रंग का तेल डालना चाहिए। फुड़ियाँ हों तो नीले रंग के पानी की पिचकारी लगा कर उसे धोना चाहिए और नीले ही तेल की बूँदें डाल कर रुई लगा देनी चाहिए। बहरेपन के लिए हरे रंग की रोशनी कान और सिर पर डालनी चाहिए तथा कान की जड़ में सूजन होने पर नीले रंग की रोशनी देनी चाहिए।

कानों की बीमारियों का अक्सर पेट से भी संबंध रहता है, इसलिए पेट में कब्ज न होने पाए इसका भी ध्यान रखना चाहिए।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

नेत्रों के रोग

पेट में कब्ज होने पर आँखों के अधिकांश रोग होते हैं। इसलिए स्थिति को देखते हुए यदि उचित हो तो आरंभ में रोगी को कुछ दस्त करा देने चाहिए।

आँखों का दुखना, रोहे पड़ जाना, लाली रहना, धुँधला दिखाई देना, पानी बहना, कीचड़ आना, पलकों के कोने कटना, इन सब बीमारियों में नीला रंग बहुत ही फायदेमंद है। स्वच्छ, ताजा और छना हुआ जल नीले रंग की बोतल में तैयार करके उसकी दो-दो बूँद आँखों में डालनी चाहिए तथा नीले रंग का प्रकाश आँखों तथा समस्त चेहरे पर डालना चाहिए। इससे थोड़े ही समय में बीमारी दूर हो जाती है। तेज धूप और धूल से बचने के लिए यदि नीले काँच का चश्मा लगाया जाए तो भी बहुत मदद मिलती है।

www.awgp.org

मस्तिष्क के रोग

पागलपन, निराशा, चित्त में उद्विग्नता, मृगी, भयंकर स्वप्न देखना, स्मरण शक्ति की कमी, चिड़चिड़ापन, पूरे या आधे सिर में दर्द होना, डर लगना, चित्त न जमना, किसी की बात से तुरंत प्रभावित हो जाना। आदि रोग मस्तिष्क की निर्बलता और उसमें गर्मी अधिक बढ़ जाने के कारण होते हैं।

इन रोगों में समूचे मस्तिष्क पर नीले रंग का प्रकाश डालना चाहिए। यदि रोग बढ़ा हुआ हो तो नीले पानी में भिगोकर कपड़े या रुई की गद्दी सिर पर रखनी चाहिए। मृगी में नारंगी रंग का पानी देना और सिर पर हरे रंग का प्रकाश डालना उचित है। चित्त भ्रम, भूत आदि की आशंका होने पर पीला पानी देना और इसी रंग का प्रकाश डालना हितकर होता है।

नसों के रोग

नसों की निर्बलता या शक्तिहीनता के कारण कई रोग पैदा होते हैं। जोड़ों का दर्द, गठिया, गाँठों में दर्द या सूजन, नसों में अकड़न, खिंचाव, लकवा, आधा शरीर मारा जाना, कोई अंग काँपने लगना, भड़कन, कमर,

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

पीठ, हाथ, पाँव, या किसी और अंग में सूखा दर्द, माँसपेशियों में झनझनाहट, रीढ़ का दर्द, किसी हिस्से का संज्ञाहीन हो जाना, उसमें सूई चुभाने का भी ज्ञान न होना, यह सब नसों की बीमारियाँ हैं।

जब शरीर के विष बाहर न निकल कर भीतर ही जमा होने लगते हैं, तब प्राय: नसों के रोग उत्पन्न हो जाते हैं।

इन बीमारियों में लाल रंग बहुत उपयोगी है। पीड़ित स्थान तथा छाती, फेफड़े और पेट पर लाल रंग की रोशनी प्रतिदिन ४-५ मिनट डालनी चाहिए। दिन में एक बार लाल रंग का पानी और दो बार नीले रंग का पिलाना चाहिए। यदि लाल रंग के सेवन से रोगी को घबराहट होने लगे तो उसकी छाती पर नीले रंग का कपड़ा डालना उचित है इससे थोड़ी ही देर में घबराहट बंद हो जाएगी। लाल रंग उसी दशा में देना चाहिए जब रोगी को विशेष कष्ट हो अन्यथा पीले या नारंगी रंग का उपयोग करना चाहिए। यह बात ध्यान रखने की है कि सिर में किसी भी प्रकार का दर्द क्यों न हो वहाँ लाल रंग का उपयोग नहीं किया जाता क्योंकि इससे मस्तिष्क में गर्मी बढ़ जाने से अन्य रोग उठ खड़े होने की आशंका है। यही बात रीढ़ के दर्द के बारे में है। उस पर भी पीले या नारंगी रंग का ही प्रयोग करना चाहिए।

दर्दों की दशा में नियत रंग की बोतलों में तैयार की हुई शक्कर में से तीन-तीन माशे की मात्रा देकर ऊपर से उसी रंग का पानी दो तोला पिलाना चाहिए।

मूत्रेन्द्रिय के रोग

स्वप्नदोष, प्रमेह, नपुंसकता, शीघ्रपतन, सूजाक, आतिशक, मधुमेह,पेशाब पीला होना, मूत्र में एल्ब्यूमिन, चूना, चर्बी या मांस आदि का आना, पथरी, मूत्र नाली में दाह आदि मूत्रेन्द्रिय में कई प्रकार के रोग होते हैं। कारणों को देखते हुए इनकी चिकित्सा करनी चाहिए।

स्वप्नदोष के लिए रीढ़ पर नीले रंग का प्रकाश डालना और नीले रंग का जल पिलाना लाभदायक है।

प्रमेह के लिए नीले तेल की समस्त शरीर पर मालिश करना, नीले रंग का दूध बनाकर देना, नीला पानी सुबह और शाम पिलाना, रीढ़ पर नीला प्रकाश डालना उचित है।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

यदि पेशाब में शकर आती हो तो रीढ़ पर नीले रंग का तेज प्रकाश पंद्रह मिनट और तदुपरांत एक मिनट बैंगनी रंग का प्रकाश डालना चाहिए, प्रात:काल पीला और शाम को नीला पानी देना चाहिए तथा पीले तेल की मालिश भी करनी चाहिए।

नपुंसकता के लिए मूत्रेन्द्रिय पर लाल रंग का प्रकाश डालना और नारंगी तेल की मालिश करना लाभप्रद है।

सुजाक में नीले रंग का पानी सुबह शाम देना चाहिए और मूत्रेन्द्रिय पर नीला प्रकाश डालना चाहिए। नीले रंग का दूध देना भी हितकर है।

गुर्दे की सूजन, मूत्राशय की जलन में पीला रंग हितकर है। पथरी के लिए तीन मिनट नारंगी रंग का प्रकाश पेड़ू पर देना चाहिए और दिन में चार बार नारंगी रंग का पानी पिलाना चाहिए।

आतिशक में समस्त शरीर पर दिन में दो बार नीला प्रकाश देना चाहिए। समस्त शरीर पर नीला प्रकाश देने के बाद दो मिनट तक रीढ़ पर प्रकाश देना चाहिए। हरे रंग का मक्खन मरहम की तरह जख्मों पर लगाना चाहिए तथा दिन में चार बार नीले रंग का पानी देना उचित है।

जख्म

जख्म होने के अनेक कारण हैं। चाहे जिस प्रकार से घाव (जख्म) हो, उसे अच्छा करने का एक ही तरीका है। हरे रंग के पानी से जख्म को धोना, ५ मिनट हरी रोशनी डालना और हरे रंग के तेल में रुई का टुकड़ा भिगोकर उस पर रखना। जहाँ मरहम की जरूरत हो वहाँ हरे रंग का मक्खन लगाया जा सकता है।

यदि शरीर में फोड़े या फुन्सियाँ उठ रही हों तो भी उन पर हरे रंग का प्रयोग उपरोक्त प्रकार से करना चाहिए तथा सुबह-शाम हरा पानी पिलाना चाहिए।

खुजली दो प्रकार की होती है-एक सूखी, दूसरी गीली। सूखी में खुजली खूब चलती है, गीली में पीली-पीली फुन्सियाँ भी उठती हैं। सूखी खुजली के स्थान को नीले पानी से धोना चाहिए और नीला प्रकाश डालना चाहिए।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

सिर में खुजली चलती हो, खुरण्ट जमा होते हों, बाल उड़ते हों, चमड़ी फटती हो तो नीला प्रकाश डालना चाहिए और नीले तेल की मालिश करनी चाहिए।

चिरस्थायी रोग

बहुत से रोग ऐसे होते हैं जो धीरे-धीरे उत्पन्न होते हैं, जब वे पैदा होते हैं तब तो पता भी नहीं चलता, जब बढ़ जाते हैं तब लक्षण प्रकट होते हैं और रोग का पता चलता है। ऐसे रोग शरीर के स्वस्थ परमाणुओं को बहुत निर्बल बना देते हैं, इसलिए वे देर तक ठहरने वाले और देर में अच्छे होने वाले होते हैं।

दिल के रोग ऐसे ही चिरस्थाई होते हैं। दिल का ज्यादा धड़कना, अचानक हिलने लगना, थोड़ा-सा भी भय होने पर दिल में घबराहट होना, दिल में दर्द होना आदि लक्षण दिल के रोगी हो जाने पर होते हैं। प्रात: सायं नीला पानी तथा १५ मिनट तक हृदय पर नीला प्रकाश डालना, इन रोगों को दूर करने के लिए उचित है।

तिल्ली बढ़ जाने पर नारंगी रंग का पानी पिलाना चाहिए और नारंगी ही प्रकाश देना चाहिए।

यकृत बढ़ जाने पर पीला प्रकाश देना और पीला पानी पिलाना हितकर है।

जलोदर (पेट में पानी बढ़ जाने) की दशा में नारंगी रंग का प्रयोग लाभकारी है।

बवासीर खूनी और बादी दो प्रकार की होती है। बादी बवासीर में दिन में तीन बार नारंगी रंग का पानी पिलाना और मस्सों पर नीले रंग के पानी में भीगा हुआ कपड़ा रखना चाहिए या नीला प्रकाश देना चाहिए। आतिशी शीशे द्वारा सूर्य-किरणों से मस्सों को जला देना भी ठीक है। खूनी बवासीर में पीले रंग का पानी दिन में चार बार पिलाना और गुर्दा तथा पेट पर नीले रंग का प्रकाश देना हितकर है।

पाण्डु या पीलिया रोग में शरीर मटीला और पीला हो जाता है, नाखून और आँखों के डेले भी पीले पड़ जाते हैं। दिनभर पड़े रहने को जी चाहता है, पेट भारी रहता है और उदासी छा जाती है। ऐसे रोगों में हरा

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

प्रकाश समस्त शरीर पर १५ मिनट डालना चाहिए और हरा पानी ५० मि.ली. दिन में चार बार देना चाहिए।

रक्त-पित्त रोग के कारण मुख द्वारा या मल-मूत्र में खून जाता हो तो प्राय: आसमानी रंग का पानी और फिर दिन में तीन बार पीले रंग का पानी देना चाहिए। फेफड़ों में घाव हो जाने के कारण यदि खून आ रहा हो तो छाती पर नारंगी प्रकाश डालना लाभप्रद है। नाक से नकसीर फूटने पर नीले रंग का पानी नाक द्वारा खींचना चाहिए और पीने के लिए भी नीले जल का प्रयोग करना चाहिए।

आकस्मिक रोग

शरीर के स्वस्थ होते हुए भी कई बाधाएँ अचानक उठ खड़ी होती हैं। उनके उपाय जान लेना भी आवश्यक है।

आग से कोई भाग जल जाने पर नीले पानी को नारियल के तेल में मिलाकर लगाना चाहिए या नीले रंग की बोतल में मक्खन तैयार करके उसे मरहम की तरह लगाना चाहिए।

साँप के काटने पर उसको चीरकर खून निकाल देना चाहिए, पर तीन चार जगह कस कर बाँध देना चाहिए। खून निकल जाने के बाद नीले जल से धोकर उस स्थान पर नीले रंग के जल में भीगी हुई रुई की गद्दी बाँधनी चाहिए तथा उसके आस-पास नीला प्रकाश देना चाहिए।

बिच्छू, बर्र, मधु मक्खी आदि के काटे हुए स्थान में से सुई के सहारे डंक निकाल लेना चाहिए, तत्पश्चात वहाँ नीले पानी की गद्दी बाँध देनी चाहिए।

पागल कुत्ते या स्यार के काटे हुए स्थान पर हरे रंग का प्रकाश देना, हरे तेल का फाहा बाँधना तथा हरा पानी पिलाना उचित है।

ठंडक में से निकल कर एक दम तेज धूप में चले जाने या बहुत देर तक कड़ी धूप में रहने से लू लग जाती है। ऐसी दशा में नीले रंग की शकर में नीला पानी मिलाकर शर्बत की तरह ५०-५० मि.ली. की मात्रा दिन में चार बार पीना चाहिए।

उन्माद रोग, चित्त भ्रम या भूत आदि लग जाने की दशा में रात के समय नीला प्रकाश देना चाहिए। इस कार्य के लिए साईकिल की लैम्प

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

जैसी एक बड़ी लालटेन बनवा लेनी चाहिए। वह तीन ओर से बंद हो और सामने बड़ा गोल काँच लगा हो। इस काँच के पीछे नीला शीशा लगा देने पर नीली रोशनी होती है। मस्तिष्क के पिछले भाग पर यह रोशनी डालने से मस्तिष्क संबंधी विकारों में अपूर्व लाभ होता है। यदि किसी पर भूत आदि का विशेष प्रकोप हो तो इसी लालटेन में लाल रंग का काँच लगाकर उस पर देखने के लिए रोगी से कहना चाहिए। अपने भ्रम के अनुसार उसे उस काँच पर अपने मानसिक चित्र में भूत आदि दिखाई देंगे। इसी समय रोगी को आश्वासन देना चाहिए कि तुम्हारा भूत इस लालटेन में बंद करके जला दिया गया है, आदि बात कह कर उसका भ्रम दूर कर देना चाहिए। इस प्रकार बहुत रोगी अच्छे हो जाते हैं।

स्त्रियों के रोग

मासिक धर्म का कम होना या बिल्कुल न होना, बहुत कमजोरी के कारण होता है। दोनों ही अवस्था में प्रातः और सायंकाल नारंगी रंग का पानी देना चाहिए। मासिक धर्म के समय पेड़ू में दर्द होने की बीमारी में भी नारंगी रंग का पानी बहुत लाभप्रद है। ऋतुकाल के एक सप्ताह पूर्व से लेकर ऋतु स्नान के एक दिन बाद तक इस जल का सेवन करना चाहिए।

यदि रक्त बहुत अधिक आता हो तो नीले पानी की गद्दी पेड़ू पर बाँधना चाहिए और एक-एक घंटे बाद नीले पानी की मात्राएँ देनी चाहिए। यदि रोग बहुत भयंकर हो और रक्त बहुत मात्रा में जाता हो तो पेड़ू पर नीले रंग का कपड़ा स्त्री को चित्त लिटाकर डाल देना चाहिए और नीले रंग का जल किसी पात्र में लटकाकर उसके पेंदे में छेद कर देना चाहिए। जिसमें से बूँद-बूँद पानी टपक कर पेड़ू पर बँधे हुए कपड़े पर गिरता रहे। इस प्रकार पानी टपकने से बहुत जल्द रक्त बंद हो जाता है।

प्रदर रोग दो प्रकार का होता है। योनि से लाल या सफेद रंग का पानी धीरे-धीरे बहता रहता है। दोनों की चिकित्सा एक ही है। नीला पानी और उसी की गद्दी पेड़ू पर बाँधना ही इसकी श्रेष्ठ चिकित्सा है।

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

पेड़ू में रक्त जमा हो जाने से गर्भ का मिथ्या भ्रम होता है। नारंगी रंग का सेवन करना और पेट पर नारंगी रंग का प्रकाश डालना इसके लिए उपयोगी है।

जिन दिनों स्त्री के पेट में गर्भ हो उन दिनों दवा देने में बड़ी होशियारी की जरूरत है, क्योंकि थोड़ी-सी असावधानी होने पर गर्भ को हानि हो सकती है। इन दिनों स्त्री को ज्वर, दस्त, दाह, कै, अरुचि आदि साधारण शिकायतें हों तो नीले रंग की थोड़ी-थोड़ी मात्रा देनी चाहिए। इसी से लाभ हो जाता है।

सूर्य सेवन

सूर्य स्वस्थता एवं जीवनी शक्ति का भण्डार है। उसकी किरणों द्वारा पृथ्वी पर अमृत बरसता है। सृष्टि में जो स्फूर्ति, हलचल, विकास, वृद्धि एवं तेजस्विता दिखाई पड़ रही है, उसका स्रोत सूर्य है। सूर्य का संबंध यदि पृथ्वी से हटा दिया जाए तो भूतल पर एक भी जीव का अस्तित्व नहीं रह सकता। तब बर्फ का यह अंधकारमय गोला एक निकम्मी स्थिति में पहुँचकर अपने अस्तित्व को खो बैठने के लिए बाध्य होगा। वैदिक साहित्य में पृथ्वी को रज और सूर्य को वीर्य की उपमा दी गई है। पृथ्वी की उत्पादक शक्ति में प्राण डालने वाला यह सविता-सूर्य ही है।

जो प्राणी सूर्य के जितने ही निकट संपर्क में रहते हैं, उतने ही स्वस्थ एवं सजीव पाए जाते हैं। जिन पेड़-पौधे, लताओं को सूर्य का प्रकाश नहीं मिला, वे या तो बढ़ते पनपते ही नहीं, यदि बढ़ें पनपें तो उनमें चैतन्यता, ताजगी एवं जीवन शक्ति नहीं रहती। सूर्य के प्रकाश से वंचित रहने वाले प्राणी प्रायः पीले, निस्तेज, मुर्झाए हुए, बीमार और अविकसित रहते हैं।

डाक्टर मूर ने सूर्य की दिव्य शक्तियों का वैज्ञानिक ढंग से चिकित्सा में प्रयोग करके अद्भुत सफलता पाई है। उन्होंने लिखा है कि जिस बालक को धूप से बचाकर रखा जाता है, वह सुंदर और बुद्धिमान बनने के बजाए कुरूप और मूर्ख बनता है। स्विट्जरलैण्ड में जहाँ सूर्य की सीधी किरणें नहीं पहुँचती, वहाँ की अँधेरी कोठरियों में जो लोग

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

निवास करते हैं उनकी मूर्खता भरी बात देख-सुनकर वहाँ पर पहुँचने वाले यात्री आश्चर्य से चकित रह जाते हैं। उनमें अनेक लोग साफ-साफ बोल नहीं पाते, अनेक अंधे होते हैं, अनेक बहरे तथा कुरूप। गाँवों में खुले प्रकाश में रहने वाले गरीब किसान का स्वास्थ्य शहर की अँधेरी कोठरियों में रहने वाले धनवानों से कहीं अच्छा होता है। यह सर्वविदित है।

सर जेम्स वाथ ने अपने अनुसंधान की रिपोर्ट में लिखा है कि सेन्ट पीटर्स वर्ग में जो सैनिक बिना प्रकाश वाले स्थानों में रहते थे, वे प्रकाशवान स्थान में रहने वाले सैनिकों की अपेक्षा तीन गुनी अधिक संख्या में मरते थे। महामारी फैलने पर देखा जाता है कि अँधेरे मुहल्लों और अँधेरे मकानों में बीमारी और मृत्यु का प्रकोप सबसे अधिक रहता है। डाक्टर ऐलियर के चिकित्सालय में ऐसे रोग भी सूर्य किरणों द्वारा ही अच्छे किए जाते हैं, जिनके लिए कि डाक्टरों के पास आपरेशन के अतिरिक्त और कोई इलाज नहीं। चीन के डाक्टर फीनसीन ने धूप की सहायता से इलाज करने में बड़ी भारी ख्याति प्राप्त की है। उनका कथन है कि जब सूर्य की किरणें बिना मूल्य अमृत बरसाती हैं, तो फिर विषैली, खर्चीली, कड़वी और कष्टसाध्य दवाओं को लोग क्यों सेवन करते हैं, यह मेरी समझ में नहीं आता।

भारतीय सभ्यता में शरीर को खुला रखने की प्रथा थी। किसी भी देवता या महापुरुष का चित्र देखिए आपको लज्जा निवारण के कटि वस्त्र के अतिरिक्त प्रायः उनके सब अंग खुले हुए मिलेंगे। हमारे पूर्वज शरीर को खुला रखते थे, ताकि सूर्य किरणों में प्रकाश द्वारा जो अमृत वर्षा होती है उसे शरीर ठीक प्रकार ग्रहण कर सके। इससे स्वास्थ्य की दृष्टि से बड़ा लाभ होता है। रोगों के कीटाणु सूर्य किरणों के संपर्क में आकर बच नहीं सकते। चर्म रोग उन्हें नहीं होते जो शरीर को खुला रखते हैं। जुकाम, दमा, खाँसी, क्षय तथा फेफड़े और आँतों के रोग खुले बदन वालों को आसानी से नहीं होते। झूठी और हानिकर फैशन के चक्कर में पड़कर लोग वस्त्रों की भरमार करते हैं। इतने कपड़े लादे जाते हैं कि प्रकाश और हवा का शरीर से स्पर्श ही न हो सके। बच्चों को

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

भी झूठी सजावट और शेखी के मारे अनावश्यक कपड़े पहनाए जाते हैं, इससे शरीर की वृद्धि में बाधा पड़ती है, सहन शक्ति घटती है और देह मुरझाकर पीली पड़ जाती है। ऐसी स्थिति में बीमारी के कीटाणु निश्चिंततापूर्वक पलते रहते हैं और चुपके-चुपके शरीर को खोखला करते रहते हैं।

स्वास्थ्य कायम रखने और बीमारियों से बचने के लिए यह आवश्यक है कि हम धूप और प्रकाश से बचकर न भागें, वरन् उसके निकट संपर्क में आएँ। ग्रीष्म ऋतु की दोपहरी में पड़ने वाली असह्य धूप को छोड़कर शेष समय सूर्य की दृष्टि के सामने रहना चाहिए। प्रातःकाल की धूप तो अति उत्तम है। प्रातःकाल की सुनहरी धूप स्वस्थ और बीमार दोनों के लिए ही समान रूप से उपयोगी है। बीमारों को यदि सबेरे की धूप में तेज हवा से बचाते हुए स्नान कराया जाए, तो उनके लिए बहुत ही लाभदायक सिद्ध होता है।

www.awgp.org
www.vicharkrantibooks.org

मुद्रक : युग निर्माण योजना प्रेस, मथुरा

Free Read/Download & Order 3000+ books authored by Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya(Founder of All World Gayatri Pariwar) on all aspects of life in Hindi, Gujarati, English, Marathi & other languages at
www.vicharkrantibooks.org http://literature.awgp.org

: युगऋषि पं. श्रीराम शर्मा आचार्य- संक्षिप्त परिचय :

ज्यादा जानकारी यहाँ से प्राप्त करें :
http://hindi.awgp.org/about_us

- **विचारक्रान्ति अभियान के प्रणेता** : विचारों को परिस्कृत और ऊँचा उथाने मे समर्थ 3000 से भी अधिक पुस्तकों के लेखन के माध्यम से विश्वव्यापी विचार क्रान्ति अभियान की शरुआत की ।
- **वेद, पुराण, उपनिषद के प्रसिद्ध भाष्यकार** : जिन्हों ने चारों वेद, 108 उपनिषद, षड दर्शन, 20 स्मृतियाँ एवं 18 पुराणों का युगानुकूल भाष्य किया, साथ ही 19 वाँ प्रज्ञा पुराण की रचना भी की ।
- **3000 से अधिक पुस्तकों के लेखक** : मनुष्य को देवता समान, घर-परिवार को स्वर्ग, समाज को सभ्य और समग्र विश्वराष्ट्र को श्रेष्ठ बनाने मे समर्थ हजारों पुस्तकें लिखकर समयानुकूल समर्थ मार्गदर्शन प्रदान किया ।
- **युग-निर्माण योजना के सूत्रधार** : जिन्होंने शतसूत्री युग निर्माण योजना बनाकर नये युग की आधार शिला रखी ।
- **वैज्ञानिक-अध्यात्मवाद के प्रणेता** : जिन्हों ने धर्म और विज्ञान के समन्वय की प्रथम प्रयोगशाला 'ब्रह्मवर्चस शोध संस्थान' स्थापित कर सिद्ध किया कि "धर्म और विज्ञान विरोधी नहीं, पुरक है "।
- **'२१ वीं सदी : उज्जवल भविष्य' के उद्‌घोषक** : जिन्हों ने '२१ वीं सदी : उज्जवल भविष्य' का नारा दिया तथा युग विभीषिकाओं से भयग्रस्त मनुष्यता को नये युग के आगमन का संदेश दिया ।
- **स्वतंत्रता संग्राम के कर्मठ सैनानी** : जिन्हों ने महात्मा गाँधी, मदन मोहन मालवीय, गुरुवर रविन्द्रनाथ टैगोर के साथ राष्ट्र की स्वाधीनता के लिए संघर्ष किया एवं स्वतन्त्रता संग्राम सेनानी "श्रीराम मत्त" के रुप में प्रख्यात हुए ।
- **गायत्री के सिद्ध साधक** : जिन्हों ने गायत्री और यज्ञ को रुढियों और पाखण्ड से मुक्त कर जन-जन की उपासना का आधार तथा सद्‌बुद्धि एवं सतकर्म जागरण का माध्यम बनाया ।
- **तपस्वी** : जिन्होंने गायत्री की कठोरतम साधना कर २४-२४ लाख के २४ महापुरश्चरण २४ वर्षो में सम्पन्न किया । प्रकृति प्रकोप को शांत कर अनिष्टों को टाला, सृजन सम्भावनाओं को साकार किया ।
- **अखिल विश्व गायत्री परिवार के जनक** : जिन्हों ने अपने जीवनकाल में ही अपने साथ करोडों लोगों को आत्मियता के सूत्र में बाँधकर विश्व व्यापी 'युग निर्माण परिवार' - 'गायत्री परिवार' का गठन किया ।
- **समाज सुधारक** : जिन्हों ने नारी जागरण, व्यसन मुक्ति, आदर्श विवाह, जाति-पाँति प्रथा तथा परंपरागत रुढियों की समाप्ति हेतु अद्‌भूत प्रयास किए एवं एक आदर्श स्वरुप समाज में प्रस्तुत किया ।
- **ऋषि परम्परा के उद्धारक** : जिन्हों ने इस युग में महान ऋषियों की महान परंपराओं की पुनर्स्थापना की । लुप्तप्राय संस्कार परंपरा को पुनर्जीवित कर जन-जन को अवगत कराया ।
- **अवतारी चेतना** : जिन्होंने "धरती पर स्वर्ग के अवतरण और मनुष्य में देवत्व के जागरण" की अवतारी घोषणा को अपना जीवन लक्ष्य बनाया और चेतना का ऐसा प्रवाह चलाया कि करोंडों व्यक्ति उस ओर चल पड़े ।

गायत्री परिवार जीवन जीने कि कला के, संस्कृति के आदर्श सिद्धांतों के आधार पर परिवार,समाज,राष्ट्र युग निर्माण करने वाले व्यक्तियों का संघ है। **वसुधैवकुटुम्बकम्** की मान्यता के आदर्श का अनुकरण करते हुये हमारी प्राचीन ऋषि परम्परा का विस्तार करने वाला समूह है गायत्री परिवार। एक संत, सुधारक, लेखक, दार्शनिक, आध्यात्मिक मार्गदर्शक और दूरदर्शी युगऋषि पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य जी द्वारा स्थापित यह मिशन युग के परिवर्तन के लिए एक जन आंदोलन के रूप में उभरा है।

Free Download Complete Work Of Yugrishi Pt. Shriram Sharma Acharya, Founder of All World Gayatri Pariwar Books, Magazines, Articles, Stories, Poems, Great Personalities and many more at
www.vicharkrantibooks.org | www.awgp.org