योगासन / प्राणायाम

प्राणायाम :

भस्त्रिका

कपालभाति

बाह्य

अनुलोम-विलोम

उज्जायी

भ्रामरी

उद्गीथ

ध्यान

योगासनः

मकरासन-1

मकरासन-2

हलासन

शशकासन

गोमुखासन

वज्रासन

योग-प्राणायाम निर्देश

परम पूज्य स्वामी जी महाराज द्वारा निर्देशित प्राणायाम एवं आसनों का अभ्यास, जिसकी विधि एवं सावधानियों को ध्यान में रखते हुए योगाचार्य के निर्देशन में करें।

Cardiac Diseases / हृदयरोग

विद्वानों की दृष्टि में 'यज्ञ'

- **मैंने 25 वर्ष के खोज और परीक्षण से क्षय रोग का 'यज्ञ' चिकित्सा से सफल उपचार किया हूँ तथा उनमें ऐसे भी रोगी थे, जिनके क्षत (कैविटी) कई-कई इंच लंबे थे और जिनको वर्षों सैनिटोरियम और पहाड़ पर रहने पर भी अंत में डॉक्टरों ने असाध्य बता दिया, पर वे भी यज्ञ चिकित्सा से पूर्ण निरोग होकर अब अपना कारोबार कर रहे हैं।**

  -(फुंदनलाल अग्निहोत्री)

- जब यज्ञ किया जाता है तो वातावरण में प्राण ऊर्जा के स्तर में वृद्धि होती है जो कि प्रयोगों में यज्ञ से पहले और बाद में मानव हाथों की किर्लियन तस्वीरों की मदद से भी दर्ज किया गया था।

  -(जर्मन डॉ. माथियास फरिंजर)

- अनाहत चक्र (Cardiac Plexus) पर अग्निहोत्र (यज्ञ) के प्रभावों का अध्ययन किया है। यज्ञ के बाद की स्थिति वैसी ही पाई जाती है जैसी कि मानसिक या आध्यात्मिक उपचार के बाद होती है।

  -(डॉ. हिरोशी मोटोयामा)

- जलती हुई खांड (शक्कर) के धुंए में वायु को शुद्ध करने की बड़ी शक्ति है। इससे हैजा, तपेदिक (टी.बी.), चेचक इत्यादि का विष शीघ्र नष्ट हो जाता है। -(फ्रांस के विज्ञानवेत्ता प्रो. ट्रिवर्ट)

- यज्ञ की अग्नि पदार्थों को सूक्ष्म कर देती है, सूक्ष्मीकरण से पदार्थ की शक्ति असंख्य गुना बढ़ जाती है एवं औषधि का वह शक्तिशाली अंश उभर आता है जिसे कारणतत्व कहते हैं। स्थूल औषध की तुलना में सूक्ष्म की सामर्थ्य का अनुपात अत्यधिक बढ़ा चढ़ा होता है।

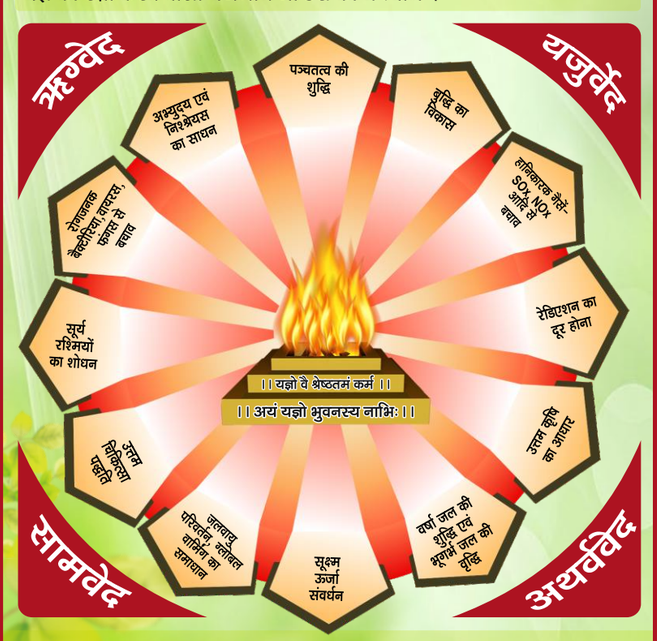
  -(हनीमैन के अनुसार)

- मैंने मुनक्का, किशमिश इत्यादि सूखे फलों को जला कर देखा है और मालूम किया है कि इनके धुएं से टाइफाइड ज्वर के कीटाणु केवल आधा घंटे में और दूसरे रोगों के कीटाणु घंटे दो घंटे में समाप्त हो जाते हैं। -(डॉ. टाटलिट)

यज्ञ एवं योग साधना केन्द्र

वसोः पवित्रमसि द्यौरसि पृथिव्यसि मातरिश्वनो घर्मोऽसि विश्वधाऽअसि। परमेण धाम्ना दृंहस्व मा ह्वार्मा ते यज्ञपतिर्ह्वार्षीत्॥ -(यजु. 1.2)

अर्थात् : हे विद्यायुक्त मनुष्य! तू जो यज्ञ शुद्धि का हेतु है। जो विज्ञान के प्रकाश का हेतु और सूर्य की किरणों में स्थिर होने वाला, वायु के साथ देश-देशान्तरों में फैलने वाला, वायु को शुद्ध करने वाला व संसार का धारण करने वाला तथा जो उत्तम स्थान से सुख का बढ़ाने वाला है। इस यज्ञ का तू मत त्याग कर तथा तेरा यज्ञ की रक्षा करने वाला यजमान भी उस को न त्यागे ।



अग्निहोत्र से वायु एवं वृष्टि जल की शुद्धि होकर वृष्टि द्वारा संसार को सुख प्राप्त होना अर्थात् शुद्ध वायु का श्वास, स्पर्श, खान-पान से आरोग्य, बुद्धि, बल, पराक्रम बढ़ के धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष का अनुष्ठान पूरा होना, इसीलिये इस को देवयज्ञ कहते हैं। (स०प्र० चतुर्थसमुल्लास) -महर्षि दयानंद सरस्वती।

यज्ञ चिकित्सा

पतंजलि आयुर्वेद का विशिष्ट उत्पाद

हृद्य

(हवन सामग्री)

500 g

स्वास्थ्य-साधना का आधार

भारत में निर्मित
MADE IN BHARAT

Store in cool & Dry Place.
Keep away from direct sunlight.
After opening transfer the content in an airtight container.

Mfd. By:
Divya Pharmacy
For mfg. Unit address, read the first character (s) of the Batch Code #.
A) A-1, Industrial Area, Haridwar-249401, Uttarakhand, INDIA
B) Unit-II, Khasra No. 210, 211, Patanjali Food & Herbal Park Laksar Road, Padartha, Haridwar-249404, Uttarakhand, INDIA
For Feedback and complaints write to :
The Consumer Care Manager, Divya Pharmacy,
A-1, Industrial Area, Haridwar-249401, Uttarakhand.
E-mail : customercare@divyapharmacy.org
Customer Care Toll Free No. : 18001804055
जानकारी हेतु सम्पर्क करें:- yajyavijyaanam@gmail.com

8904049100726

Images are for representation purpose only

आयुर्वेदेषु यत्प्रोक्तं यस्य रोगस्य भेषजम् ।
तस्य रोगस्य शान्त्यर्थं तेन तेनैव होमयेत् ।।
-(आयुर्वेद)

अर्थात्- आयुर्वेद में जिन रोगों के शमन के लिए जिन औषधियों का विधान है, उन-उन रोगों के शमन के लिए उन्हीं औषधियों से हवन करें।

प्रयोग विधि– प्रतिदिन सुबह-शाम प्रस्तुत हवन सामग्री से रोग की अवस्थानुसार 21, 51 या 108 आहुतियां मंत्रोच्चारण पूर्वक प्रदान करें। प्रत्येक आहुति में 2 से 3 ग्राम गोघृत के साथ उसी अनुपात में सामग्री की भी आहुति दें।

कक्ष में हवन करते समय खिड़की-दरवाजे खुले रखें तथा हवन के पश्चात् शांत-अग्नि के अंगारों पर प्रस्तुत जड़ी-बूटियों व गुग्गुल आदि द्रव्यों को रखें और उठ रही मंद सी धूनी वाले वायुमण्डल में रोगानुसार योगाभ्यास करें।

अर्जुन, पुष्करमूल, वच, रासना, दालचीनी, हल्दी से निर्मित हृद्य (हवन सामग्री) से हृदयाघात, उच्च रक्तचाप आदि हृदयसंबंधी उपचार में लाभप्रद तथा वातावरण जीवनीय शक्ति से युक्त, सुगन्धित, स्वच्छ एवं शान्तिदायक बनता है।

Hridya (Havan Samagri) useful in heart related diseases as cardiac stroke, hight blood pressure etc. and maintain vitality, good smelling, peacefullness, health and hygiene of atmosphere.

यज्ञ के भस्म का सेवन

सभी प्रकार के रोगों में यज्ञ शेष भस्म को छानकर प्रति 1 लीटर पानी में 2 ग्राम से 5 ग्राम की मात्रा में कपड़े की पोटली बनाकर जल पात्र में रखकर 8 घंटे के बाद यही पानी पियें। इसी जल मे सोंठ का प्रयोग भी अत्यंत लाभदायक है। सामान्य व्यक्ति भी स्वास्थ्य लाभ हेतु इस पानी को पी सकते है।

आयुर्वेदिक उपचार

*वैद्य के परामर्श से सेवन करें।

- दिव्य मोतीपिष्टी, दिव्य संगेयशव पिष्टी, दिव्य अकीक पिष्टी, दिव्य अमृतासत्, दिव्य योगेन्द्र रस, दिव्य जहरमोहरा पिष्टी, अभ्रक भस्म ।
- दिव्य अर्जुन क्वाथ, दिव्य आरोग्य वटी, दिव्य हृदयामृत वटी ।

पथ्य-आहार

गेहूँ का आटा, कम मात्रा में बाजरा एवं ज्वार, मूँग साबुत तथा अंकुरित दालें, काले चने, हरी पत्तेदार सब्जियाँ (पालक, मेथी, बथुआ), अजवायन, मुनक्का, अदरक, नींबू, लौकी, तुलसी पत्र, तोरई, पुदीना, परवल, सहिजन, कद्दू, टिण्डा, करेला आदि। अंगूर, मौसमी, पपीता, अनार, संतरा, सेब, अमरूद, अनानास, बिना मलाई का दूध, छाछ, अर्जुन छाल से सिद्ध दूध, सरसों, सूरजमुखी, सोयाबीन का तैल, गाय का घी, पुराना गुड़, शहद, मुरब्बे, बादाम आदि।

अपथ्य-आहार

वनस्पति घृत से बने पदार्थ, मैदा व बेसन के तले हुए पदार्थ, गरिष्ठ भोजन, कटहल, काजू, अखरोट, पिस्ता आदि सूखे मेवे, अचार, चटनी, सॉस, तले पापड़, बिस्कुट, चिप्स, केक, पेस्ट्री, नान या रुमाली रोटी, नूडल्स, पिज्जा, बर्गर, नमक, तले एवं डिब्बा बन्द खाद्य-पदार्थ, मक्खन, मलाई, मांस, शराब, धूम्रपान आदि निषिद्ध हैं।

सुगंध-मिष्ट-पुष्टिवर्धक, है रोगनाशक चार जिसमें हवि।
ऐसे दिव्य तेज पुंज को, कहते अग्निहोत्र जिसे कवि।।

घरेलू उपचार

- लौकी 500 ग्राम + पुदीना पत्र 7 नग + तुलसी पत्र 7 नग उक्त सभी को मिलाकर रस निकालकर प्रतिदिन प्रातः काल खाली पेट पीने से हृदय की धमनियों में हुए अवरोध भी खुल जाते हैं। कोलेस्ट्रोल, हृदय रोग व मोटापे के लिए लौकी का रस सर्वश्रेष्ठ है।

सावधानी- कड़वी लौकी का जूस न पिएं।

- अर्जुन की छाल व दालचीनी को दूध में पकाके, पेय बनाकर पिये।
- लौकी की सब्जी ज्यादा से ज्यादा सेवन करें।
- **अर्जुन क्षीर पाक :** 5-10 ग्राम अर्जुन चूर्ण में 1 कप दूध तथा 3 कप पानी मिलाकर पकाएँ। 1 कप शेष रहने पर छानकर प्रातःकाल खाली पेट पी लें। उक्त क्षीर पाक का नियमित सेवन, कमजोर हृदय वालों को अति लाभकारी होता है।
- शहद का अधिक प्रयोग करने से हृदय बलशाली बनता है तथा खून के विकारों को विराम मिलता है।
- अनार का शरबत पीते रहने से हृदय रोग कम होता जाता है
- करौंदे का मुरब्बा, रस, चटनी आदि हृदय रोग को दूर करते हैं
- रोज चार चम्मच आंवले का रस जरा-से सेंधा नमक के साथ सेवन करें।
- हृदय का दौरा पड़ने पर अंगूर का रस चम्मच से बार-बार देना चाहिए।
- अमरुद को भूनकर खाने से हृदय की कमजोरी दूर होती है।

प्राकृतिक चिकित्सा

- उच्च रक्तचाप में नींबू के रस का एनिमा, वैज्ञानिक मालिश, पाद स्नान, भापस्नान, धूपस्नान आदि क्रियाओं का प्रयोग तथा संतुलित एवं पोषक आहार के सेवन से लाभ होता है।

यज्ञ महिमा, पतंजलि योगपीठ

से जुड़ने हेतु सोशल मीडिया

www.facebook.com/swamiyagyadev	www.facebook.com/स्वामी विप्रदेव
twitter.com/@swamiyagyadev	twitter.com/@SVipradev
www.youtube.com/user/Swamiyagyadev	
https://instagram.com/Swamiyagyadev	

Vedic: 4:00 A.M. to 5:00 A.M. & 11:30 A.M. to 11:55 AM, 11:30 P.M. to 11:55 P.M. (प्रतिदिन अग्निहोत्र कार्यक्रम देखें।)

आस्था भजन: 5:00 A.M. to 6:00 A.M. (प्रतिदिन अग्निहोत्र कार्यक्रम देखें।)

E-mail ID : yajyavijyaanam@patanjaliyogpeeth.org.in Mobile & Whatsapp No. : 9068565306, 9890977399