

योगासन / प्राणायाम



बैठकर किये जाने वाले आसन :



पीठ के बल लेटकर किये जाने वाले आसन :



प्राणायाम :



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।

Diabetes / मधुमेह



विद्वानों की दृष्टि में 'यज्ञ'

- 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 औषधि 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)**
- मैंने कई वर्ष की चिकित्सा के अनुभव से निश्चय किया है, कि जो महारोग औषधि भक्षण करने से दूर नहीं होते, वे वेदोक्त यज्ञों द्वारा (अर्थात् यज्ञ चिकित्सा से) दूर हो जाते हैं। **-(कविराज पंडित सीताराम शास्त्री)**
- 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)**

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	} (प्रतिदिन अग्निहोत्र कार्यक्रम देखें।)
अञ्जलि	11:30 P.M. to 11:55 P.M.	
	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



यज्ञ एवं योग साधना केन्द्र

वसोः पवित्रमसि द्यौरसि पृथिव्यसि मातरिश्वनो घर्मोऽसि विश्वधाऽसि ।
परमेण धाम्ना दृहस्व मा ह्वामा ते यज्ञपतिर्हर्षीत् ॥ **-(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। (संप्र० चतुर्थसमुल्लास) -महर्षि दयानंद सरस्वती।

यज्ञ चिकित्सा

पतंजलि आयुर्वेद का विशिष्ट उत्पाद

मधुमुक्ता

(हवन सामग्री)

500 g

स्वास्थ्य-साधना का आधार

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 info, Unit address, read the first character (s) of the Batch Code #.
A) A-1, Industrial Area, Haridwar-249401, Uttarakhand, INDIA
B) Ghatak, Khasra No. 210, 211, Patanjali Food & Herbal Park,
Laksar Road, Patanjali, Haridwar-249401, 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:- yajyajiyaanam@gmail.com



Images are for representation
purpose only

गुड़मार, नीम, कालमेघ, मेथी, दालचीनी, अश्वगंधा, नील, हरड़ छोटी, गिलोय, बहेड़ा, हल्दी, चिरायता, जामुन गुठली, जीरी काली, कचूर, वासा, कुटज से निर्मित मधुमुक्ता (हवन सामग्री) से डायबिटीज/शुगर, पेन्क्रियाज आदि के उपचार में लाभप्रद तथा वातावरण जीवनीय शक्ति से युक्त, सुगन्धित, स्वच्छ एवं शान्तिदायक बनता है।

Madhumukta (Havan Samagri) useful for treatment of diabetes, pancreas troubles etc. and maintain vitality, good smelling, peacefulness, 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 में सोंठ का प्रयोग भी अत्यंत लाभदायक है। सामान्य व्यक्ति भी स्वास्थ्य लाभ हेतु इस पानी को पी सकते हैं।

आयुर्वेदिक उपचार



- दिव्य वसन्त कुसुमाकर रस, दिव्य अभ्रक भस्म, दिव्य स्वर्णमाक्षिक भस्म, दिव्य अमृतासत्, दिव्य प्रवाल पंचामृत, दिव्य मोतीपिष्टी।
- दिव्य मधुनाशिनी वटी, दिव्य गिलोय घनवटी, दिव्य चन्द्रप्रभा वटी, दिव्य मधुकल्प वटी, दिव्य शिलाजित सत्।

पथ्य-आहार

चोकर युक्त आटा (गेहूँ+जौ+चना+सोयाबीन), मूँग, अरहर, चने की दाल, करेला, परवल, लौकी, तोरई, टमाटर, कद्दू, खीरा, हरी मिर्च, पालक, बथुआ, प्याज, लहसुन, नींबू, मेथी, सहिजन आदि की सब्जियाँ, आँवला, जामुन फल व गुठली का चूर्ण, मेथी दाने का पानी, प्रतिदिन 5-7 नीम के कोमल पत्रों का सेवन, पपीता, अमरूद आदि फलों का अल्प मात्रा में प्रयोग किया जा सकता है। फीका दूध, छाछ, कषाय रस प्रधान फल का सेवन, भोजन के पश्चात् 15-20 मिनट व प्रतिदिन 3-4 किलोमीटर भ्रमण।

अपथ्य-आहार

अधिक समय तक बैठे रहना या आराम करना, भोजन के पश्चात् दिन में सोना, नया अनाज, चावल, दहि, गन्ने का रस, मौसमी, केला, अनार, अंजीर, चीकू, सेब, चीनी, गुड़, मिश्री, आलू, धूम्रपान तथा मद्यपान रोग को बढ़ाने वाला होता है। मूत्र व मल के वेग को नहीं रोकना चाहिए।

घरेलू उपचार

- खीरा, करेला और टमाटर एक-एक की संख्या में लेकर जूस निकालकर सुबह खाली पेट पीने से मधुमेह में लाभ होता है।
- जामुन की गुठली का पाउडर करके, एक-एक चम्मच सुबह-शाम खाली पेट पानी के साथ सेवन करने से मधुमेह नियंत्रित होता है।
- नीम के 7 पत्ते सुबह खाली पेट चबाकर अथवा पीसकर पानी के साथ लेने से मधुमेह में लाभ मिलता है।
- सदाबहार के 7 पुष्पों को खाली पेट जल के साथ चबाकर सेवन करने से भी मधुमेह में लाभ मिलता है।
- गिलोय, जामुन, कुटकी, निम्बपत्र, चिरायता, कालमेघ, सूखा करेला, काली जीरी, मेथी, इनको समान मात्रा में लेकर चूर्ण कर लें। यह चूर्ण 1-1 चम्मच सुबह-सायं खाली पेट पानी के साथ सेवन करने से मधुमेह में विशेष लाभ मिलता है।
- करंजबीज चूर्ण को आधा-आधा चम्मच की मात्रा में प्रातः सायं गुनगुने जल के साथ सेवन करने से मधुमेह में लाभ होता है।

मधुमेहनाशक दलिया

गेहूँ : 500 ग्राम चावल : 500 ग्राम
बाजरा : 500 ग्राम साबुत मूँग : 500 ग्राम

सभी को उपरोक्त मात्रा में लेकर, भूनकर दलिया बना लें। इसमें अजवाइन 20 ग्राम तथा सफेद तिल 50 ग्राम भी मिला लें।

आवश्यकता के अनुसार लगभग 50 ग्राम दलिया को 400 मिली पानी में डालकर पकाएँ, स्वादानुसार सब्जियाँ व हल्का नमक मिला लें। नियमित रूप से 15-30 दिन तक दलिया का सेवन करने से मधुमेह में लाभ होता है।

आहार-विहार-विचार और, शुद्ध होता है नित व्यवहार।
ऐसे देवों में देवयज्ञ का, आर्त्तों मिलकर करें विस्तार ॥