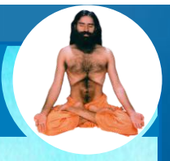
योगासन / प्राणायाम



प्राणायाम :

योगासन :

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।

Brain Disease / मस्तिष्क रोग

ज्योतिष्मत्यादि

(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 वायुमंडल में रोगानुसार योगाभ्यास करें।

ज्योतिष्मती, शंखपुष्पी, ब्राह्मी, अश्वगंधा, अगर, तेजपत्ता, अपामार्ग, इलायची छोटी, गुलाब फूल, जटामांसी, गुग्गुल, सर्पगंध, कपूर, सफेद चंदन, पीपल, तालिश पत्र, वच, कूठ से निर्मित ज्योतिष्मत्यादि (हवन सामग्री) से अपस्मार, (मिर्गी), उन्माद आदि मस्तिष्क संबंधी रोगों के उपचार में लाभप्रद तथा वातावरण जीवनीय शक्ति से युक्त, सुगन्धित, स्वच्छ एवं शान्तिदायक बनता है।

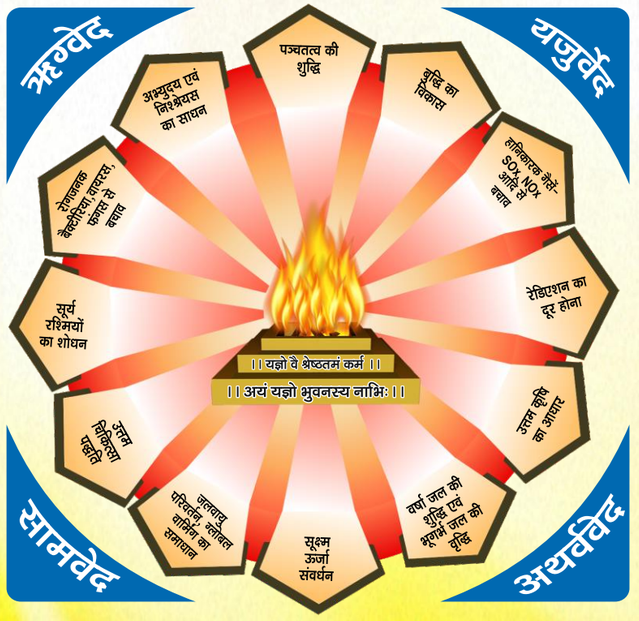
Jyotismatyadi (Havan Samagri) useful in epllepsy, mania etc. brain related diseases and maintain vitality, good smelling, peacefully, health and hygiene of atmosphere.

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

मेध्य

500 g

(हवन सामग्री)

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 यत्रोक्तं 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 वायुमंडल में रोगानुसार योगाभ्यास करें।

ज्योतिष्मती, शंखपुष्पी, ब्राह्मी, अश्वगंधा, गिलोय, अपामार्ग, वायविडंग, गुड़वच, उस्तेखद्दूस, पुष्करमूल (कुष्ठ) से निर्मित मेध्य (हवन सामग्री) स्मृति, मस्तिष्कपोषण, तनाव, शिरोवेदना, भय, अनिद्रा आदि के उपचार में लाभप्रद तथा वातावरण जीवनीय शक्ति से युक्त, सुगन्धित, स्वच्छ एवं शान्तिदायक बनता है।

Medhya (Havan Samagri) useful for treatment of memory, tension, headache, fear, insomnia etc. and used as brain tonic and maintain vitality, good smell, peace, 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

- दिव्य मेधावटी, दिव्य मेधा क्वाथ।
- दिव्य अरविन्दासव, दिव्य सारस्वतारिष्ट।
- दिव्य गोदन्ती भस्म, दिव्य रजत भस्म, दिव्य एकांगवीर रस, दिव्य कुमारकल्याण रस, दिव्य रसराज रस, दिव्य गिलोय सत्, दिव्य मोती पिष्टी, दिव्य प्रवाल पिष्टी, दिव्य अमृतासत्।

पथ्य-आहार

- गेहूँ, मूँग की दाल (छिलके वाली), लौकी, तोरई, कच्चा पपीता, गाजर, टिण्डे, पत्तागोभी, करेला, परवल, पालक, हरी मेथी, अंकुरित अन्न, सहिजन की फली, चना, हरी मिर्च व अदरक (अल्प मात्रा में), गाय का दूध व घृत सर्वोत्तम है। गोदुग्ध उपलब्ध न होने पर ही भैंस के दूध का प्रयोग करें।
- फलों में सेब, पपीता, चीकू, अनार, अमरूद, नाशपाती, जामुन, मौसमी आदि फलों का प्रयोग सामान्यत: किया जा सकता है। सूखे मेवों में काजू, बादाम, मुनक्का, किशमिश, अंजीर, चिलगोजा, छुहारे, खजूर आदि का प्रयोग करें।
- पोस व मखाने की खीर खायें।

अपथ्य-आहार

- मद्यपान, विरुद्ध आहार, गर्म पेय व भोजन, भूखा व प्यासा रहना, निद्रा रोकना, अधिक नमक, सरसों का तेल, मसाला, आचार, तीक्ष्ण व गर्म द्रव्यों का सेवन, अनुचित वातावरण, चिन्ता, भय, क्रोध, शोक, रात्रि-जागरण व मानसिक दबाव।

घरेलू उपचार

- बादाम का तैल सुबह खाली पेट तथा सायंकाल सोते समय नाक में डालने से सिर दर्द, माइग्रेन, अनिद्रा, स्मृति-दौर्बल्य, सिर में भारीपन, पक्षाघात, कम्पवात, डिप्रेशन व साइनस में विशेष लाभ होता है। सिर दर्द व अनिद्रा में तुरन्त प्रभाव करता है। बादाम तेल की सिर में मालिश करने से भी उपरोक्त सभी रोगों में शीघ्र लाभ होता है।
- 4-4 बूँद गाय के घी को दोनों नासिकाओं में डालने से अनिद्रा तथा माइग्रेन में लाभ होता है।
- निर्गुण्डी के पत्रों का स्वरस निकालकर 4-4 बूँद नाक में डालने से शिर:शूल, कफज-विकारों तथा माइग्रेन में लाभ होता है।
- गाय का घी नासिका में डालें तथा भोजन में लेंवे।
- ज्योतिष्मती का तैल 1 या 2 बूंद दूध के साथ सेवन करें।
- मिश्री तथा तुलसी के बीज का चूर्ण दूध के साथ सेवन करें।
- ब्राह्मी, शंखपुष्पी आदि मेधा वर्धक औषधियों का नियमित सेवन करें
- संगीत सुने, सुगंधित पदार्थों की धूनी लेवें, जैसे- गुग्गुलु, लोहबान, सुगन्धित पुष्प आदि।
- ओंकार तथा गायत्री मंत्र आदि का जाप करें।
- मोती कि माला धारण करें, चन्दन का सीर पर लेप लगाये।
- शान्त, एकान्त व मन को प्रसन्न करने वाले स्थान, स्नान, अभ्यंग (मालिश), सकारात्मक विचार, भावनात्मक सहयोग (Emotional Support) एवं ध्यान-प्राणायाम करें।

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