

124
123
124

दुग्ध-गुण-विधान

124



श्री स्वाम्वा-सिंहकृत-पुस्तकालय

पो० बापस नं० ८, बनारस-६

डा० गणपतिसिंह वर्मा,

400

प्रकाशक—

रसायन फार्मैसी,
(दरियागंज ३) देहली

400

सर्वाधिकार सुरक्षित है।

मुद्रक—

नन्दलाल वर्मा

स्वस्तिक प्रिन्टिंग प्रेस,
बाजार मसजिद तेहवरखा, देहली।

विषय सूची

विषय	पृष्ठ
भूमिका	५
दुग्ध की वैज्ञानिक परीक्षा	६
दुग्ध क्या है ?	१३
दुग्ध की आवश्यकता	१४
दूषित दुग्ध के भयंकर परिणाम	१६
बाजारु दुग्ध की रसायनिक परीक्षा	१६
कीटाणुओं से दुग्ध को शुद्ध करना	१७
दुग्ध में मिलावट	१८
खालिस दुग्ध की परीक्षा	१८
कच्चा दुग्ध किस प्रकार रखना चाहिये।	२०
दुग्ध पान में त्रुटी	२१
दुग्ध पीने की सही तरकीब	२२
दुग्ध में विभिन्न तत्व	२४
दुग्ध से शरीर की सब व्याधियां दूर करने की विधि	२५
दुग्ध चिकित्सा के नियम व विधि	२७
सात सेर दुग्ध पचाने की विधि	३०
दुग्ध के स्वादिष्ट मिष्ठान	३१
शिर की बीमारियां	३३
अर्धावभेदक (आधा शीशी)	३४
मस्तिष्क को अत्यन्त बल देने वाला दुग्ध	३५
पागलपन की चिकित्सा	३७

विषय	पृष्ठ
अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय	३६
बालभ्रूड	४०
गंज की चिकित्सा	४०
नेत्र रोग	४१
नासिका रोग	४२
कर्ण पीड़ा	४३
मुख और दन्त रोग	४५
कण्ठ और गले की व्याधियां	४५
छाती और फेफड़े के रोग	४७
आमाशय और आंतों के रोग	५०
हृदय रोग	५५
यकृत व स्नीहा सम्बन्धी रोग	५६
दर्द गुर्दा का उपाय	५६
मधुमेह	६०
लक्षणवात (सोजाक)	६०
अर्श (बवसीर) नाशक दुग्ध चूर्ण	६२
त्वचा तथा सन्धि की व्याधियां	६३
ज्वरों का वर्णन	६७
राजयक्ष्मा	६७
पुरुषों के गुप्त रोग	७१
स्त्री रोग चिकित्सा	७३
बाल रोग	७५
भस्म निर्माण खण्ड	७६

भूमिका

एक समय था, जबकि भारतवर्ष में प्रातःकाल वेदों के श्रुतिगान में आर्य-ललनाओं के गो-दोहन का मधुर शब्द भी समिश्रित होता था। आश्रमों और गुरुकुलों में कन्यायें गो-सेवा की क्रियात्मक रूप में शिक्षा प्राप्त करती थी। उस समय के आर्य स्त्री और पुरुष अपने गृह में गोवों का रखना परम-धर्म समझते थे। उन्हें गोवों का पालन पोषण और दूध दुहने इत्यादि का सब कार्य अपने हाथ से करने में बड़ा आनन्द आता था। भगवान् कृष्ण की गो-सेवा प्रसिद्ध ही है। उस समय के लोगों को पीने के लिये दूध भी खूब उपलब्ध रहता था जिससे उनका स्वास्थ्य उत्तम, कान्ति उज्ज्वल और बुद्धि तीव्र होती थी, कारण कि स्वस्थ व्यक्ति के भोजन में जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यकता है, वे सब दूध में उपलब्ध होते हैं। गो-पालन और दूध इत्यादिके व्यवहार की प्रवृत्ति बराबर बनी रहती थी और उसे माता के रूप में मानते और सत्कार करते थे। मुसलमानों के पैगम्बर हजरत मोहम्मद साहिबने भी दूध की खूब प्रशंसा की है। जब भी आप दूध पीते थे दुआ करते थे कि इसमें बरकत कर और ज्यादा दे। प्राचीन काल में शायद ही कोई घर ऐसा होता था, जिसमें न्यूनातिन्यून एक दो दूध देने वाली गायें विद्यमान न हो, दूध और मक्खन मुख्य रूप से खाद्य पदार्थों के तौर पर उपयोग में आते थे। परिणाम-स्वरूप स्त्रियों का स्वास्थ्य और शक्ति स्थिर रहकर भावी सन्तान पर भी बहुत अच्छा प्रभाव पड़ता था तथा उससे यह देश सब प्रकार की उन्नति की पराकाष्ठा पर पहुँचा हुआ था।

दूध प्रकृति का सर्वोत्तम पेय पदार्थ है, इसमें आज कुछ भी सन्देह नहीं रहा है। मनुष्य के स्वास्थ्य, बल और शारीरिक विकास के लिये सब प्रकार के रसायनिक उपादानों का प्रयाप्त और समुचित रूप से दूध में विद्यमान होना विज्ञान द्वारा सिद्ध हो चुका है। इतना ही नहीं बल्कि इससे भिन्न २ रोगों की चिकित्सा भी सरलता पूर्वक की जा सकती है। यहां तक कि अब तो यह चिकित्सा प्रणाली व्यापक रूप धारण करती जा रही है और अमेरिका में अब ऐसे अनेक चिकित्सालय स्थापित हो चुके हैं जिनमें प्रत्येक रोगका इलाज केवल दूध से ही किया जाता है। जिनका वर्णन इसी पुस्तक के आगामी पृष्ठों में आएगा।

लन्दन की नैशनल मिलको पब्लिसिटी कौन्सिल की ओर से मिलक इनदी होम (Milk in the home) नामक एक पुस्तक प्रकाशित हुई है यह पुस्तक बड़े २ डाक्टरों की सम्मती से लिखी गई है। उक्त पुस्तक में जहां दुग्ध में रोगहारिणी शक्ति का विवेचन किया गया है। वहां यहां तक लिखा है कि गर्भविधत बालक की परवरिश के लिये दूध अत्यावश्यक है। गर्भवती माता को प्रतिदिन के अन्य भोजन के साथ शुद्ध दुग्ध का प्रयाप्त उपयोग करना चाहिये न्यूनातिन्यून एक पाईंट दूध जो प्रतिदिन पीना उचित है, जो पूर्णतया रक्त की वृद्धि करता है और गर्भ स्थित बालक की भी पृष्टी होती है।

इस आवश्यकता को इंग्लैण्ड की सरकार भी अनुभव करती है और अपनी आज्ञा और सहायता से स्थानीय अधिकारियों द्वारा स्त्रियों के लिये गर्भ धारण करने के अन्तिम तीन मास तथा दूध पिलाने वाली माताओं के लिए, जिनकी पारिवारिक आय प्रयाप्त नहीं होती, दूध का प्रबन्ध करती है।

इस अभागे देश में सरकार द्वारा इस प्रकार की सहायता मिलने की आशा करना दुराशामात्र है। कोई सुनहला समय जब भारत का बच्चा २ "चाहे गरीब का हो या अमीर का" दूध तथा

घी की नदियों में नहाया करता था। आज इस अन्न संकट के समय में दूध घी आदि दिव्य पदार्थों के पाने की कौन कहे, भारत के सैंकड़ों लाल भूख की ज्वाला में जलकर बड़ी बेवसी के साथ इहलीला को समाप्त कर रहे हैं। भारतीयों के प्राचीन आयुर्वेदिक ग्रंथों में जहां दुग्ध, घृत अनुपान मिश्रित जड़ी बूटियों द्वारा चिकित्सा का विधान पाया जाता है, वहां आज विदेशी शिष्टा प्राप्त हमारे कर्णधारों द्वारा भारत वासियों के गले में करोड़ों रुपयों की विदेशी (अंग्रेजी) दवाइयां जबरदस्ती घुसेड़ी जाती हैं। ऐसी हालत में सरकार द्वारा औषधि रूप में भी दुग्ध की सहायता प्राप्त करने की आशा आकाश कुसुमवत है। अतएव हम भारतीयों का सबसे बड़ा कर्तव्य यही है कि हम अपनी प्राचीन संस्कृति और आयुर्वेद विज्ञान को अपनायें और विदेशी दवाइयों के लिए एक पैसा भी व्यय न करने का दृढ़ संकल्प करें।

इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए हमने अद्यावधि 'अर्क गुण विधान' 'लवण गुण विधान' 'पलाण्डु गुण विधान' 'अरिष्टिक गुण विधान' 'बबूल गुण विधान' 'घृत गुण विधान' आदि आदि दो दर्जन के करीब ऐसी पुस्तकें प्रकाशित की हैं, जिनसे विद्वान वैद्यों के साथ २ साधारण जनता तथा आवश्यकता पड़ने पर स्त्रियां भी प्रत्येक रोग की चिकित्सा घर में ही कर सकती हैं। इसी धुन में बहुत दिनों से यह विचार मेरे मस्तिष्क में चक्कर लगा रहे थे कि "दुग्ध गुण विधान" नाम से भी एक प्रमाणिक पुस्तक की रचना की जाय, किन्तु दुग्ध सम्बन्धी भांति २ के नवीन आविष्कारों और अनुभवों में फंसे रहने के कारण विलम्ब होता जा रहा था। इसी बीच में जनाब डाक्टर सरदार अलीखान साहिब "अलवी" W. O. I. M. D. S. A. S. M. F. फिजीशीयन एण्ड सर्जन का दुग्ध सम्बन्धी एक लेख मेरी दृष्टि

से गुजरा । लेख महत्व पूर्ण था, जिससे मालूम होता था कि आप इस दुग्ध चिकित्सा पद्धति के योग्य चिकित्सक हैं । चुनांचे मैंने डा० साहिब से प्रार्थना की, कि वह अपने दुग्ध सम्बन्धी तमाम अनुभव, जिनसे आपने अपने रोगियों पर इस्तेमाल करके सफलता प्राप्त की है लेख बद्ध करके इस पुस्तक में प्रकाशनार्थ भेज देने की कृपा करें । डा० साहिब एक उदार हृदय सज्जन व्यक्ति हैं आपने मेरी प्रार्थना सहर्ष स्वीकार करते हुये अवकाश न रहने पर भी दुग्ध सम्बन्धी अपने तमाम अनुभव निसंकोच रूप से लिखकर भेज दिये । जिनसे पुस्तक की महता और उप-योगिता और भी बढ़ गई है । डा० साहिब की इस कृपा के प्रति मैं हार्दिक कृतज्ञता का प्रकाश करता हूँ और पाठकों की ओर से भी धन्यवाद देता हूँ । डाक्टर साहिब के अनुभवों के साथ उनके उपनाम 'अलवी' शब्द को प्रयोग के नीचे प्रकाशित कर दिया है ।

इसके अतिरिक्त उन महानुभावों को धन्यवाद दिये बिना भी नहीं रह सकता जिनकी रचनाओं और लेखों से मुझे इस पुस्तक की पूर्ति में सहायता मिली है । मैंने इस पुस्तक को बड़े परिश्रम पूर्वक लिखा है । यदि कहीं कोई त्रुटि रह गई हो तो पाठक सहर्ष सूचित करें, ताकि आगामी संस्करण में संशोधन कर दिया जाय । आशा है कि जनता इस पुस्तक को अपना कर मेरे इस परिश्रम को सफल करेगी।

गणपति-निकेतन

दरियागंज ३ देहली

विनया-वनत

लेखक—

दुग्ध-गुण-विधान ।

दुग्ध की वैज्ञानिक परीक्षा ।

दुग्ध एक तरल द्रव्य है, जिसकी रंगत श्वेत और स्वाद रुचिकर होता है । जिसमें एक विशेष प्रकार की गन्ध होती है जो अप्रिय नहीं होती । इसका कोई अंश तहनशील नहीं होता अर्थात् तलछट नहीं जमती ।

नीली रंगत वाला दूध खराब होता है । या तो उसमें से मक्खन निकाला गया होता है या उसमें कीटाणु आदि होते हैं । ऐसे दूध का रसायनिक प्रभाव एम्फोपडक अर्थात् न तो तिजावी है और न नमकीन है ।

इसका तौल विशेष १'३० से १'३४ डिगरी तक होता है जो Lectometer यन्त्र द्वारा मालूम किया जाता है । यह एक शीशे की नाली का बना होता है जोकि ऊपर से बन्द होता है और नीचे पारा भरा रहता है । इस पर भिन्न २ दरजे लगे होते हैं । दूध से गिलास भरकर उसमें यन्त्र को धीरे से छोड़ दिया जाता है और दूध के ऊपरी तल पर यन्त्र की जो डिगरी होती है उसे पढली जाती है, वही अंश विशेष होता है । यह अंश प्राय ६० दरजा फारनहीट की उष्मा पर होता है । जिस दूध का तौल विशेष १'२४ से कम हो उसमें अवश्य ही पानी की मिलावट होती है । जब दूध पर से मलाई उतारली जाती है तो उसका तौल विशेष भी बढ़ जाता है किन्तु फिर जब उसमें पानी मिला दिया जाता है तो असली

हालत पर आजाता है या कच्चे दूध में से मक्खन निकालकर उसमें यदकिंचित खांड और पानी मिलाने से उसका वजन ठीक हो जाता है। उत्तम दुग्ध में ८ से ११ प्रतिशत तक चिकनाई या मक्खन पाया जाता है, जोकि Creamometer यन्त्र से जाना जा सकता है। यह भी एक कांच की नली का बना होता है जिस पर १०० डिगिरियों के चिन्ह बने होते हैं। इसमें दूध भरकर आठ या दस घण्टे पड़ा रहने देते हैं। इस अर्से में मक्खन दूध के ऊपर आ जाता है फिर इसकी डिगिरियां पढ़ लेते हैं। अच्छे दूध में ८ प्रतिशत से कम मक्खन नहीं होना चाहिये।

प्रत्येक पशु के दूध में न्यूनाधिक अंश में पनीर, पानी, शक्कर चूना, पोटाश और सोडा इत्यादिक लवण (क्षार) आदि होते हैं। गाय के सेर भर दुग्ध में प्रायः ३ १/२ छटांक पानी, १/२ छटांक शक्कर, १/२ छटांक मक्खन, १/२ छटांक पनीर और १/२ छटांक लवणादि होते हैं। भिन्न पशुओं के यह अंश न्यूनाधिक मात्रा में होते हैं जिनसे उनके गुणों में भी अन्तर आजाता है।

चूंकि इस पुस्तक में हमने भेड़, बकरी, गाय भैंस, ऊंटनी और स्त्री के दुग्ध से बहुत से रोगों की चिकित्सा विधि लिखी है। अतः उनके प्रत्येक दुग्ध के विषय में संक्षेप रूप से कुछ वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है।

गाय का दूध

चूंकि गाय की गर्भावधि मनुष्य की भान्ति नौ मास है, इस लिये अधिकांश वैद्यों और हकीमों का मत है कि मनुष्य के लिये गाय का दूध ही सबसे अधिक उपयोगी है किन्तु स्त्री दुग्ध की अपेक्षा इसमें शक्कर और लवणत्व तथा जलीय मात्रा न्यून होती है और चिकनाई तथा पनीर अधिक मात्रा में होता है। इसलिये नवजात शिशु अथवा नन्हें बालकों के अनुकूल नहीं पड़ता। यदि

आवश्यकता आपड़े तो इसमें कुछ पानी और खांड मिलाकर जोश देकर पिलाना उचित है।

कहते हैं, गाय के दूध को अधिक दिन तक सेवन करते रहने से किसी २ को अश्मरी रोग तथा स्वित्रकुष्ठ उत्पन्न कर देता है और नुएँ बहुत पैदा हो जाती हैं। कफ प्रकृति के लिये कच्चा दूध हानि कारक होता है।

भैंस का दूध

इसका दूध गाढा और गुरु होता है। इसमें चिकनाई और पनीर के अंश अधिक मात्रा में पाए जाते हैं। अनुभवी वैद्यों और हकीमों का कथन है कि भैंस का अधिक दूध पीना मनुष्य को मंद बुद्धि बना देता है।

बकरी का दूध

रक्त शुद्धि के लिये बकरी का दूध जितना लाभदायक है और किसी का नहीं! इसका कारण यह है कि बकरी का चारा प्रायः भांति २ की बूटियां और भिन्न २ वृत्तों के पत्ते हैं जोकि स्वभाव से ही रक्तशोधक होते हैं और उनका प्रभाव दूध पर पड़े बिना नहीं रह सकता। इससे कण्डु, दद्र, चम्बल और आतशक आदि रोगों का नाश हो जाता है। चिकित्सा विधि आगामी पृष्ठों में वर्णित है।

नोटः—बकरी का दूध कच्चा नहीं पीना चाहिए, क्योंकि इससे जूर्ये पड़ जाती हैं और शरीर में बकरी की सी दुर्गन्ध आने लगती है। किन्तु दो चार उबाल देकर दूध पीने से यह दोष दूर हो जाता है।

भेड़ का दूध

इसका दूध भी भैंस की तरह गाढा और बाजीकरण होता है। इसमें चिकनाई बहुत ज्यादा होती है। अधिक दूध पीते रहने

से शरीर में दुर्गन्धि आने लगती है और बदन में जूँ पड़ जाती है। कड़ियों के कण्डू भी हो जाती है।

ऊंटनी का दूध

ऊंटनी का दूध बाकी तमाम दूधों से पतला होता है। इस का स्वाद, यदकिञ्चित् नमकीन सा होता है। चूँकि बकरी की भाँति ऊंटनी भी अनेक प्रकार के कांटेदार वृक्षों और बूटियों को खाती है, इसलिये इसका दूध भी बहुत से रोगों में लाभदायक सिद्ध हुआ है। इसके पीने से प्रायः दस्त आते हैं, मूत्र खुलकर आता है। प्लीहा आदि उदर रोगों को भी अति फायदेमन्द है। कई रोगों में ऊंटनी का दूध फाड़कर उसका पानी निकालकर औषधि रूप में व्यवहृत होता है और यह भी बकरी के दुग्ध की भाँति गुणकारी होता है।

ज्वर पीड़ित और पित्त प्रकृति वालों के लिये ऊंटनी का दूध हानिकारक होता है।

गधी का दूध

गधी का दूध वैद्यों और हकीमों के निकट क्षयी (तपेदिक) वालों के लिये अत्यधिक लाभकारी माना गया है। इसमें चिकनाई और पनीर का अंश बहुत ही न्यून पाया जाता है। किन्तु शर्करा अधिक होती है, इसलिये स्त्री दुग्ध के समतुल्य ही होता है और निर्बल बालकों को अनुकूल आ जाता है।

घोड़ी का दूध

यह दूध गरम और तर है। परन्तु लोग इसे सरद ख्याल करते हैं। क्योंकि तरावट के कारण इसका बच्चा धूप में लेटा रहता है जिससे जनसाधारण गलती में पड़ जाते हैं।

स्त्री का दूध

दूसरे दर्जा में सरद और तर है। यह वही चीज है जिस

से पलकर हम इतने बड़े हुए हैं। स्त्री का दूध भी बहुत से रोगों में काम आता है। जैसा कि यथा स्थान लिखा जावेगा। स्त्री के दूध में शर्करा अधिक मात्रा में होती है।

इस पुस्तक में उन्हीं दूधों के प्रयोग लिखे जावेंगे जिनका ऊपर वर्णन हो चुका है। इसलिये बाकी दूधों के विषय में लिखना फिजूल ख्याल करते हैं।

दूध क्या है

इसके सम्बन्ध में वैद्यों और हकीमों के भान्ति २ के विचार हैं। जिनमें से अधिकांश तो दूध को रुधिर समझते हैं। किन्तु कई वैद्य इसका विरोध करते हैं। इसलिये सबके भिन्न २ मत हैं, किन्तु यहां हम दोनों फरीकेन का मत सामने रखकर उनकी दलीलें पेश करते हैं।

दुग्ध रुधिर नहीं है—

बल्कि जो वनस्पति आदि पशुओं के आमाशय में पहुँचती है उसका फिर रस (केलोस) बनता है उसमें से दुग्धांश को स्तनों की रगें खँच लेती हैं। रुधिर का उसमें एक कण भी नहीं होता।

दलील

उदाहरण स्वरूप आप एक गाय को घास खिलाइये और उसके तीन चार घण्टे बाद दूध निकालिये। निसन्देह उस दूध में उस घास की गंध पाई जावेगी जो तीन चार घण्टे पहले खिलाया गया था, बल्कि कई बार तो दूध में सब्जी भी जाहिर हो जाती है। इससे परिणाम निकला कि दूध रुधिर से नहीं, बल्कि सब्जी से बनता है। इसके अतिरिक्त बुद्धि इस बात को स्वीकार नहीं करती कि एक दिन में दस २ सेर और पन्द्रह २ सेर रुधिर पैदा होकर दूध बने।

इस दलील से हम उन वैद्यों हकीमों और डाक्टरों को

गलती पर समझते हैं, जो दूध की उत्पत्ति रुधिर से समझते हैं।

दूध रुधिर ही का बदला हुआ रंग है।

बहुत से हकीम व डाक्टर इस बात में सहमत हैं कि दूध रुधिर ही है। वह कहते हैं कि जिस समय गर्भ माता के उदरस्थ होता है, उस समय उसकी खुराक, आर्तव का रुधिर ही होती है। यही कारण है कि गर्भ धारण करने के पश्चात् मासिकधर्म (ऋतु का आना) रुक जाता है। फिर जब बालक प्रसव होता है तो वही रुधिर दुग्ध रूप में परिवर्तित होकर बच्चे की गिजा बनता है और फिर मजेकी बात यह है कि वही दूध बालक के यकृत में जाकर पुनः रुधिर का रूप धारण कर लेता है।

दलील

यह कहते हैं कि अनुसन्धान के लिये तुम किसी कसाई के यहां जाकर जिबह की हुई किसी बकरीका ताजा दुग्धाशय लेआओ और उसके बीच में चीरा देकर उसमें गरमा गरम रुधिर भरकर खूब मजबूत टांके लगादो। फिर चमड़े की थैली में लपेटकर कुछ देर गरम भूबल (राख) में दबादो और दो घण्टे बाद निकालकर देखो, वही रुधिर जो तुमने अपने हाथ से भराथा, दूधबन चुका है।

दूसरी दलील

कई बार देखा गया है कि किसी रोग विशेष के कारण स्तनों में वह जौहर (जो रुधिर से दूध बनाता है) कम होजाता है तो उस समय स्तनों से दूध न आकर रुधिर ही आने लगता है। बस ! निश्चय हुआ कि दूध वास्तव में रुधिर ही है। परन्तु उस लीलामय भगवान की कारीगरी से लतीफ और सुस्वादु हो जाता है।

दूध की आवश्यकता

गत पृष्ठों में हमने वैद्यों और डाक्टरों के दोनों पक्ष के

विचार अंकित किये हैं, किन्तु अपनी और से कोई फैसला नहीं दिया, और नाही हम इस भंगट में पढ़ने की आवश्यकता अनुभव करते हैं। क्योंकि दूध चाहे रुधिर से बना हो या घास से हमने तो यह देखना है कि इसके पान करने से मनुष्य शरीर पर क्या प्रभाव होता है। दूध की मनुष्य को आवश्यकता है भी कि नहीं और बस ! और यही हमारा विषय है। यह सर्व सम्मत बात है कि स्वास्थ्य और तन्दुरस्ती के लिए लाइम (चूना) एक अत्यावश्यक वस्तु है। यदि शरीर में चूना पर्याप्त मात्रा में न पहुँचे तो सारा शरीर धीरे धीरे निर्बल होकर नाकारा होजाता है। क्योंकि बिना चूने के मस्तिष्क तन्तुओं, शिराओं और अस्थियों का पोषण नहीं हो सकता। इसके अतिरिक्त अन्तर्दियों की गति संचालन के लिए चूना (लाइम) एक अनिवार्य वस्तु है। चूने की सहायता से ही आमाशय में पाचक रस उत्पन्न होता है, और इसी के प्रताप से मूत्र का अम्लत्व दूर होता है।

दुग्ध में लाइम की मात्रा, अपेक्षाकृत सबसे अधिक है।

इस लिए दुग्धपान करना परमावश्यक है। मानुषी शरीर को स्वस्थ और बलवान बनाये रखने के लिए जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यकता है, वे सब दूध के उपलब्ध होते हैं। हाल के अनुशीलन से यह भी प्रगट हुआ है कि दूध में ऐसे अज्ञात पदार्थ भी विद्यमान हैं, जो अन्य बहुत थोड़ी वस्तुओं में उपलब्ध होते हैं। परन्तु वह जीवन के लिए अत्यन्त आवश्यक है। स्वास्थ्य सौन्दर्य और दीर्घायु के लिए दूध से बढ़कर उत्तम और हितकारी कोई दूसरा भोजन नहीं है। अतः यह निर्विवाद सिद्ध है कि मनुष्य जीवन के लिये दूध एक ईश्वर प्रदत्त न्यामत है, जिसे यथा सामर्थ्य प्रत्येक मनुष्य को प्रति दिन पान करना चाहिये। रही यह बात कि दूध किस तरह इस्तेमाल करना चाहिये, कच्चा या पका ?

दूध दूहने में क्या एहतियात दरकार हैं इत्यादि, इसका वर्णन आगामी पृष्ठों देखिये ।

दूषित दुग्ध के भयंकर परिणाम

जहां शुद्ध दूध का पान करना स्वास्थ्य रक्षा के लिए अमृत माना गया है, वहीं दूषित दूध स्वास्थ्य का नाश करने के लिए हलाहल बन जाता है यद्यपि खाने पीने की प्रत्येक वस्तुओं में स्वास्थ्य रक्षा के नियमों का पालन करना आवश्यक है । किन्तु दुग्ध के सम्बन्ध में तो विशेष सावधानी की आवश्यकता है । क्योंकि दूध अपने सपीमवर्ती हानिकारक विषैले द्रव्यों का असर अति शीघ्र ग्रहण कर लेता है । कच्चे दूध के वर्तन को यदि किसी रोगी के कमरे में रख दिया जाय तो वैद्यक मतानुसार रोग के नवीन कीटाणु तत्क्षण दूध में प्रविष्ट हो जाते हैं, और इस प्रकार से स्वास्थ्य को हानि पहुंचाने वाले विषैले कीटाणुओं के पनपने का दुग्ध सर्वोत्तम साधन होता है । अतः पाठकों की जानकारी के लिए इस विषय को तनिक विस्तार पूर्वक लिखते हैं ।

बाजारू दूध की रसायनिक परीक्षा

निरन्तर के अनुशीलन से यह बात प्रमाणित हो चुकी है कि जो दूध दुकानों पर क्रय विक्रय के लिए जाता है, उस में शरद ऋतु में १५ बूँद दूध के अन्दर अनुमानतः तीन लाख बैक्टेरिया होते हैं, और बसन्त ऋतु में प्रायः दस लाख संख्या में पाये जाते हैं, और ग्रीष्म ऋतु में तो इनकी संख्या पचास लाख तक पहुँच जाती है । यदि ऐसे दूध की सुराही में, जो समोष्ण स्थान में रखी गई हो, आधी दरजन बैक्टेरिया प्रविष्ट हों जाए तो कुछ ही देर में उनकी संख्या पांच लाख तक पहुँच जाती है और ४८ घण्टे के बाद केवल एक कीटाणु के बच्चों की संख्या २८ करोड़ १५ लाख तक हो सकती है । इससे स्पष्ट परिणाम निकाला जा सकता है कि

तनिक सी असावधानी से दुग्ध जैसा अमृत तुल्य पदार्थ हलाहल विष बन जाता है, जिससे न मालूम कितने मनुष्य काल का प्रास बन जाते हैं । इसी कारण से वैज्ञानिकों ने कच्चे दूध के सेवन से ही रोक दिया है और इसे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक बतलाया गया है । किन्तु यदि पूर्ण सावधानी से शुद्धतापूर्वक दूध निकाला जाए तो कच्चे दूध के समान शक्ति प्रदान करने वाली अन्य कोई वस्तु नहीं होती ।

स्वास्थ्य शत्रु कीटाणुओं से दूध को शुद्ध करना

प्रश्न होता है कि जब कच्चा दूध तनिक-सी असावधानी से बिगड़ जाता है तो उसके सुधार का भी कोई उपाय है या नहीं ? इसके उत्तर में निवेदन है कि दूध को जोश दे लेना (उष्ण कर लेना) ही उसकी शुद्धता का उत्तम उपाय है । इससे कम्पज्वर, पेचिश, रेडफीवर और उरःक्षत आदि के कीटाणु मर जाते हैं अतएव दूध को बिना जोश दिए नहीं पीना चाहिए ।

परन्तु साधारणतया लोग उस दूध को अधिक पसन्द करते हैं, जो बहुत देर तक पकता रहा हो । इसी आधार पर मावा या खोया आदि का आविष्कार हुआ है । किन्तु नई मालूमात से पता लगा है कि दूध को मन्द-मन्द अग्नि पर पकाना हानिकारक है क्यों कि धीमी-धीमी आंच देते रहने से बहुत-से गुणकारी तत्वों का नाश हो जाता है । अतः इसका भी विशेष ध्यान रखना आवश्यक है ।

दूध को जोश देने की विधि

दूध को अग्नि पर केवल इतनी देर रखें कि पांच मिनट तक उबलता रहे फिर तत्काल उतार कर ठण्डा कर लें । अब पुनः इसको जरा-सा गरम करना भी हानिकारक है । इससे विटामिन नष्ट हो जाते हैं ।

दूध में मिलावट

गत पृष्ठों में खालिस दूध के लाभ, हानि का वर्णन किया गया था। किन्तु यहां वर्तमान बाजारू दूध के विषय में कुछ पंक्तियां लिख देना अनिवार्य प्रतीत होता है। इस युग में कोई भी अच्छी चीज ऐसी नहीं मिलती, जिसमें दुकानदारों ने मिलावट न करदी हो, फिर दूध जैसी प्रचूर बिकने वाली चीज बिना मिलावट से कैसे बच सकती थी। अतः दूध में भी मिलावटें शुरू करदी गईं। यदि गाय के दूध में बकरी का दूध मिलाकर बेचने लगते, तो यह भी एक प्रकार का धोका था मगर उन्होंने तो कमाल ही कर दिया, इसमें ऐसे-ऐसे स्वास्थ्य को हानिकारक द्रव्य और घृणित वस्तुओं का समिश्रण आरम्भ कर दिया, जिससे अनुभवी लोगों को लिखना पड़ा, कि यदि दूध बेचने वालों की इन घृणित करतूतों का जन साधारण को ज्ञान हवे जाता तो शायद दूध से तोबा ही कर लेते।

दूध बेचने वालों में से कई तो इसमें दुर्गन्धित और मैला पानी मिलाते हैं और कुछेक अपने अपवित्र और बदबूदार कपड़ों को पानी में भिगोकर निचोड़ते हैं, कई चाक मिट्टी को पानी में घोलकर दूध में सम्मिलित कर देते हैं और कई एक भैंस के गाढे दूध में पानी मिलाकर उसे गाय का दूध कहकर बेचते हैं, सारांश भांति-भांति के कपटाचार करते हैं।

खालिस दूध की परीक्षा

इसकी परीक्षा के लिए एक यन्त्र का भी आविष्कार हुआ है। जिसका गत पृष्ठों में भी वर्णन हो चुका है। यहां एक-दो साधारण विधियां और लिखी जाती हैं :—

- १—खालिस दूध की अपेक्षा मिलावट वाला दूध शीघ्र बिगड़ता है।
- २—हाथ को साफ करके एक अंगुली दूध में डालें यदि अंगुली दूध से भरी रहे तो खालिस सन्नभना चाहिए, वरना नहीं।

३—शीशे के साफ गिलास में दूध भर कर रखें। यदि दूध साफ और गाढा हो, सुखादु और स्वेतवर्ण का हो और कोई चीज नीचे गिलास की पैदी में न जमे तो दूध खालिस होगा। वरना नहीं।

दूध दुहने में सावधानी

बाजारू दूध के विषय में तो चन्द बातें लिखी जा चुकी हैं, अब उन लोगों से भी कुछ निवेदन कर देना आवश्यकीय प्रतीत होता है, जिनके घर में, ईश्वर ने दूध देने वाले पशु रखने की सामर्थ्य प्रदान की हुई है। क्योंकि स्वास्थ्य रक्षा सम्बन्धी नियमों से परिचित न होने के कारण, वह भी बाजारू दूध की भांति इस अमृत तुल्य पदार्थ को सदोष बना लेते हैं।

दूध दुहना भी एक हुनर है

दूध दुहना भी साधारण काम नहीं है। इसमें संदेह नहीं है कि प्रत्येक मनुष्य दूध निकालना सीख सकता है, किन्तु प्रत्येक मनुष्य सफल दुहा (दुहने वाला) नहीं बन सकता। योरुप और अमेरिका में जहां दूध निकालना एक हुन्नर समझा जाता है, वहां एक चतुर दुहा डेढसो रुपया मासिक तक कमा लेता है। यह लोग डेरीफार्मों में जाकर डेढ सेर तक प्रति मिनट के हिसाब से दूध निकालते हैं, और लगभग ढाई घण्टा तक अविराम काम में लगे रहते हैं। किंतु अब इस काम के लिए यन्त्रों का भी आविष्कार हो चुका है।

दुहा के ध्यान योग्य बातें

- १—दूध दुहने से पहिले अपने हाथों और गाय आदि के थनों को खूब अच्छी तरह साबुन से या न्यूनातिन्यून गरम पानी से अच्छी तरह धोकर साफ कर लेना चाहिए।
- २—जिस वर्तन में दूध निकाला जाय, उसको भी प्रतिदिन मांजना और धोना चाहिए।

३—दूध निकालने से पहिले दूध वाले पशु को प्यार करना चाहिए और उसके शरीर पर हाथ फेरना चाहिए। उससे पशु बहुत प्रेम करता है। परन्तु दूध दुहने वाला एक ही न होना चाहिए, वरना पशु उसी के हाथ पड़ जायगा और फिर किसी दूसरे आदमी को अपना दूध नहीं निकालने देगा।

४—प्रायः ही लोग स्तनों को धोने की अपेक्षा केवल गीला करके दूध निकालते हैं, ऐसा करना हानिकारक है। कारण इससे दुग्धाशय पर लगा हुआ मैल दूध में शामिल हो जाता है। अतएव ऐसे लोगों को उचित है, कि वे स्तनों को गीला करना भी छोड़ दें। उससे अपेक्षाकृत यह कहीं अधिक उत्तम है। अमेरिका के डेरी माहर मिस्टर लारेंस लिखते हैं कि पहिले मेरी यह धारणा थी कि स्तनों को गीला किए बिना दूध निकालना ठीक नहीं, किन्तु अनुभव ने सिद्ध कर दिया है कि मेरी यह भूल थी। खुश्क थनों से दूध निकालना अधिक उत्तम है। पहिले इससे कुछ दिन कष्ट-सा तो प्रतीत होगा, किन्तु अभ्यस्त हो जाने पर इससे होने वाला लाभ उस प्रारम्भिक कष्ट को भुला देगा।

५—दूध शीघ्र-शीघ्र निकालना चाहिए, क्योंकि यह सिद्ध हो चुका है कि जितना जल्दी दूध निकाला जावेगा, उतना ही अधिक होता है। धीरे-धीरे दूध निकालने वाले बहुत कम दूध प्राप्त करते हैं।

६—पशु के थनों में दूध बिलकुल नहीं छोड़ना चाहिए। इससे न केवल दूध कम निकलता है बल्कि पशु दूध देने से रुक जाता है। यहां तक कि रोगी हो जाने का भी भय रहता है।

कच्चा दूध किस प्रकार रखना चाहिए
दूध दुहने के सम्बन्ध में कतिपय हितकारी एवं उपयोगी

बातें लिखी जा चुकी हैं, अब आवश्यकता है कि दूधको किस प्रकार रखना उचित है, दूध कितने समय के पश्चात् सेवन करने योग्य नहीं रह जाता, इस पर भी प्रकाश डाला जाय।

(१) यदि कच्चा दुग्ध रखकर सेवन करनेकी अभिलाषा हो तो उसे किसी लोटे या बोतल में डालकर बर्फ में दबा देना चाहिये। यदि बर्फ न मिल सकती हो तो किसी कपड़े को पानी में भिगो कर लपेट देना चाहिये। इस विधि से दूध दो पहर तक खराब नहीं होता।

(२) दुग्ध पात्र के पास यदि कोई दुर्गन्धित वस्तु पड़ी हुई हो तो उसको हटा देना चाहिये नहीं तो उसकी दुर्गन्ध तत्क्षण दूध में प्रविष्ट हो जायगी, अतएव दुग्ध को ऐसी वस्तुओं से सदैव अलग रखना उचित है।

(३) तांबे और पीतल के बर्तनों में दूध रखने से दूध अति शीघ्र बिगड़ जाता है, इस लिए बिना कलाई किये हुये पात्र में दुग्ध कदापि न रखा जाय, नहीं तो दूध हानिकारक हो जायगा। कलाई प्रतिमास ताजा करवा लेनी चाहिये। या मिट्टी के बर्तन में डालकर रखना चाहिये।

दुग्ध पानी में त्रुटी

कई लोग इस भूलोक के अमृत (दूध) से इस लिए लाभान्वित नहीं हो सक्ते कि यह उनके अनुकूल नहीं आता। दुग्ध पीने से उनको अजीर्ण हो जाता है; भूख नहीं लगती, खट्टे डकार आने लगते हैं इत्यादि, अतएव हम इस भ्रम को भी निवारण किये देते हैं। वास्तव में बहुत कम ऐसे मनुष्य देखे गए हैं, जिन्हें इस प्रकार की शिकायत हो बल्कि दुग्ध पान के नियमों से अनभिज्ञ व्यक्तियों को ही इस प्रकार की शिकायत का अवसर मिलता है। वे लोग

दूध को या तो उस समय पीते हैं, जब कि वह पड़े-पड़े दुषित हो जाता है. अथवा गट-गट पी जाते होंगे। यही कारण है कि उनकी दूध हजम नहीं होता। दूध पीने की सही तरकीब हम नीचे लिखते हैं।

दूध पीने की सही तरकीब

मुंह का थूक प्रकृति ने इस लिए उत्पन्न किया है कि उससे खाद्य पदार्थों को पचाने में सहायता मिले। अनुसन्धान द्वारा यह बात सिद्ध हो चुकी है कि मुखलार एक अत्युत्तम पाचक द्रव्य है। अतएव दूध को इस प्रकार पीना चाहिये कि मुंह में एक घूंट लेली, और गण्डूस की भांति दुग्ध को मुख में एक दो गति देकर निगल लिया। इस विधि से दुग्ध पान करने से वह कदापि हजम हुए बिना नहीं रह सकता। क्योंकि इस विधि से मुखलार दुग्ध में सम्मिलित होकर आमाशय में पहुँचती है जिससे पाचन क्रिया को सहायता मिलती है। यही रहस्य की बात है जिसे हृदय पट पर अंकित कर लेना चाहिए।

दूध पचाने वाली अनुपम औषधियां

यद्यपि उपरोक्त विधि से भी दूध सरलता पूर्वक बिना किसी टंटे के पच जाता है, तथापि कुछेक दुग्ध पाचक औषधियों का वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है। जो अद्वितीय, अनुपम और उपादेय हैं।

दुग्ध पाचक नं० १

यदि दुग्ध पान करते ही मल त्याग करने की अर्थात् टट्टी जाने की इच्छा हो जाती हो तो निम्नोक्त औषधि का सेवन करें।

सुहागा ५ तोला लेकर हरे चिरायता के आध सेर पानी में (यदि न मिल सके तो साधारण पानी में ही) घोलकर पकायें।

जब पानी खुरक होकर सुहागा भुन जाय तो उसको खरल में सूक्ष्म पीसकर किसी शीशी में संभाल कर रखें। आवश्यकता के समय इसमें से दो रत्ती सुहागा आधसेर दूध में मिलाकर पिलावें, इससे दूध भी हजम हो जायगा, और चुथा भी खूब लगेगी। अत्यन्त पाचक वस्तु है।

दुग्ध पाचक नं० २

सोडावाटर जिसमें गैस पर्याप्त मात्रा में सम्मिलित हो, दूध से चौथाई भाग मिलाकर पिलावें। इससे दूध हजम हो जायगा विशेष कर ऐसे लोगों के लिए, जिनको दुग्ध पान करने के पश्चात् वमन या अपचिकी शिकायत हो या पेट में गड़बड़ाहट होने लगती हो, अति हितकर है।

दुग्ध पाचक बटिका नं० ३

अफीम शुद्ध १॥ माशा, मीठा तेलिया १॥ माशा, कौलाद भस्म ५ रत्ती, कृष्णाभ्रक भस्म ६ रत्ती। समस्त औषधियों को गाय के दूध में सम्मिलित करके खरल करें और १-१ रत्ती की गोलियां बनालें, और एक गोली प्रतिदिन प्रातः सायं दोनों समय गो दुग्ध से दिया करें। अधिक से अधिक दिन भरमें चार गोलियां दी जा सकती हैं। प्रतिदिन आधपाव दूध बढ़ाते जावें और दूध के सिवाय कोई चीज खाने को न दें, इस विधि से दूध पिलाने से संप्रहणी का रोग दूर हो जाता है।

दुग्ध पाचक बटिका नं० ४

जिससे १८ सेर दूध प्रतिदिन हजम हो जाता है

यह प्रयोग हमें एक राज वैद्य की हस्त लिखित कापी में से प्राप्त हुआ था, जो कि दूध हजम कराने में अनुपम ही है। जिससे हमें प्रयोग प्राप्त हुआ था वे इन गोलियों को दो रुपया प्रति गोली

के हिसाब से बेचते थे। अत्यन्त बाजीकरण है और मनुष्य को चूधातुर बना देती है। चूंकि यह प्रयोग बहुत लम्बा है इसलिए इसका प्रमाण दे देना ही पर्याप्त समझते हैं। यह प्रयोग हमने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक "अनुभूत योग चिन्तामणी" के द्वितीय भाग में प्रकाशित कर दिया है। जिन्हें देखने की इच्छा हो उक्त पुस्तक रसायन कार्यालय पो० बो० नं० ११२५ देहली से मंगाकर देखें।

दुग्ध पाचक सरल औषाधि

चूना अनबुझ पानी में भिगोकर पानी निधारलें, और इस निथरे हुये पानी को दूध में मिला कर पिलावें। इससे दूध हजम हो जाता है।

दूध में विभिन्न तत्व

नीचे लिखे कोष्टक से यह मालूम हो जाता है कि औसत

दूध में विभिन्न तत्व प्रतिशत किस परिमाण में होते हैं।

दूध	पानी	प्रोटीन	चर्बी	कार्बोज	खनिज
मनुष्य का	८७.७५	१.६०	३.६५	६.२५	०.४५
गाय का	८७.३०	३.५५	३.७०	४.८८	०.७१
बकरी का	८५.७०	४.३०	४.५०	४.४०	०.८०
भैंस का	८२.२०	४.४०	७.१०	४.७०	०.८५

दूध में खनिज द्रव्यों का परिमाण प्रति हजार शुष्क अंश में इस प्रकार होता है:—

क्षारीय या वायु नाशक खनिज तत्व

दूध	पोटाशियम	सोडियम	केलिशियम	मैग्नेशियम	लोहा
मनुष्य का	११.७३	३.१६	५.८०	०.७५	०.०७
गाय का	१३.७०	५.३४	१२.२४	१.६६	०.३०
बकरी का	१५.६०	३.४५	१३.६०	२.३०	०.६०
भैंस का	६.६०	२.८८	१५.६५	१.५०	०.०८

अम्लोत्पादक या वायुकारक तत्व

दूध	फास्फरस	गन्धक	क्लोरीन	सिलिकान
मनुष्य का	७.८४	०.३३	६.३८	०.०७
गाय का	१५.७६	०.१७	८.०४	०.०२
बकरी का	२१.०५	०.३०	१३.५०	०.२०
भैंस का	१६.१५	१.३७	३.४७	०.००

इनके सिवाय आयोडीन, संखिया, कुचला, स्वर्ण, ताम्रादि धातुएं भी अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में पाई जाती हैं। क्षारीय पदार्थ जीवन क्रिया को तीव्र करके शरीर को क्षीण करते हैं, अम्लीय तत्व शरीर का पोषण करते हैं। शरीर को स्वस्थ रखने के लिए दोनों प्रकार के तत्वों की जरूरत है। वायुकारक तत्वों की अधिकता से रोग होते हैं।

दूध से शरीर की सभ प्रकार की व्याधियों को दूर करने की विधि

अब हम एक ऐसी प्रमाणिक विधि लिखते हैं जिससे मनुष्य शरीर में उत्पन्न होने वाली समस्त व्याधियों की चिकित्सा केवल दूध से ही सरलता पूर्वक की जासकती है। पाश्चात्य देशों में इसी चिकित्सा विधि से आज अनेक असाध्य रोगी चंगे किये जा रहे हैं। एक सुप्रसिद्ध अंग्रेज महिला श्रीमती एलाव्हीलर विलकाक्स (Ella wheeler wilcox) का कथन है कि हृदय से सम्बन्ध रखने वाले रोगों (Organic heart trouble) छोड़कर कोई भी शारीरिक व्याधि ऐसी नहीं है जो आग्रह पूर्वक दूध के सेवनसे मिट न जाय। यहां तक की राजयक्ष्मा और केन्सर (Cancer) जैसे भयंकर रोग भी दूध की चिकित्सा से चले जाते हैं। अमेरिका में अब ऐसे बहुत से चिकित्सालय स्थापित हुए हैं जिनमें प्रत्येक कठिन से कठिन

और असाध्य से असाध्य रोगी की चिकित्सा केवल मात्र दूध से की जाती है और वहां के कितने ही डाक्टर लोग इस पुस्तक में लिखी गई बातों से भी कम बातें बतलाकर रोगियों से सौ डालर अर्थात् तीन सौ से अधिक रुपया ले लेते हैं। हमें पूरा विश्वास है कि जो लोग रोग ग्रसित होंगे वे हमारे बतलाये हुए नियमों का आग्रहपूर्वक पालन करके अवश्य ही रोग से अपना पिण्ड छुड़ा सकेंगे। जो रोगी नहीं होंगे वे अपने स्वास्थ्य की दशा और भी अधिक सुधार लेंगे।

दूध व्याधि मात्र को दूर करने वाला है। अब हम यह बतलाना चाहते हैं कि व्याधियों को मिटाने के लिये दूध का सेवन किस प्रकार किया जाना चाहिये।

कुछेक प्रारम्भिक बातें

(१) दूध की चिकित्सा के पहिले एक दो या तीन निराहार उपवास कर लेने चाहियें। उपवास के दिनों में पांच सेर से लेकर सात सेर तक पानी नित्य पीलेना उचित है। उपवास से शरीर का सारा मल निकल जाता है। उपवास के पीछे दूध की चिकित्सा आरम्भ करने से शीघ्र लाभ होता है परन्तु उपवास करने से यदि कष्ट अधिक हो तो बलपूर्वक उपवास नहीं करना चाहिये।

(२) दूध का सेवन जिन दिनों में चल रहा हो उन दिनोंमें यदि हो सके तो पूरा २ विश्राम किया जाय। क्योंकि विश्राम करने से अति शीघ्र लाभ हो सकता है। परन्तु यदि रोग कठिन न हो तो नित्य का साधारण कामकाज किया जाय तो कोई हानि नहीं है।

(३) मुख्य बात इस चिकित्सा में ध्यान देने की यही है कि मनको सदा प्रसन्न रखा जाय। एक दो सप्ताह तक बालकों की न्यांई यदि शैया पर लेटा जासके तो लेटा रहना चाहिये। बालकों की नांई प्रहृष्ट चित होकर रहना चाहिये। यदि दूध का सेवन करने के

दिनों में एक दो सप्ताह तक कुछ भी काम न किया जाय और पलंग पर लेटे हुए विश्राम किया जाय तो शरीर बहुत अधिक पुष्ट होगा और उसमें रक्त की भी पर्याप्त मात्रा में वृद्धि होगी।

(४) दुग्ध चिकित्सा के दिनों में दूध के अतिरिक्त अन्य कोई वस्तु नहीं खानी चाहिये। दूध में भोजन के सभी प्रमुख तत्व मौजूद होते हैं। इसलिये कष्ट की कोई बात नहीं। दूसरे यदि दूसरी खुराक के साथ २ जो बहुत सा दुग्ध पीया जायगा तो दुग्ध में मिले हुए पोषक तत्व परिमाण में घट जायेंगे। दूध के अतिरिक्त दूसरी खुराक में यदि नाईट्रोजन और कार्बन अधिक होंगे तो वे शरीर को नसों में भर जायेंगे, जिससे शरीर के अन्यान्य अवयवों पर आवश्यकता से अधिक बोझ हो जायगा। अतएव रोगका शीघ्र नाश करने के लिए दुग्ध सेवन कालमें कोई भी दूसरा भोजन न लिया जाय।

दुग्ध चिकित्सा के नियम व विधि

(१) प्रत्येक मनुष्य को प्रतिदिन कितना दूध पीना चाहिये, यह निश्चय करना कठिन है। क्योंकि भिन्न २ प्रकृति के मनुष्य होते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के लिये भोजन भी तो निश्चय नहीं किया जा सकता। कई व्यक्ति दो २ सेर भोजन सुगमता-पूर्वक खा जायेंगे। किन्तु बहुत से व्यक्ति पावभर भी कठिनता से खा सकते हैं। उक्तम तो यही है कि लोग अपनी २ आवश्यकता समझकर अपने लिए दूध का परिमाण स्वयं निश्चय करलें। यद्यपि अमेरिका में कितने ही रोगियों को नित्य २० सेर से २५ सेर तक दुग्ध दिया जाता है तथापि यदि दुग्ध का सेवन करने से पहिले उपवास न किये गये हों तो तब भी पहिले दिन तीन सेर दुग्ध से आरम्भ करना चाहिये क्योंकि अमेरिका वासियों की भान्ति भारत में इतना अधिक दुग्ध पीने की आवश्यकता नहीं है। यहां वालों को थोड़े परिमाण में

पिया हुआ दुग्ध जितना लाभदायक होगा, उतना अधिक परिमाण में पिया हुआ नहीं होगा।

(२) दुग्ध बिना पानी का विशुद्ध लेना चाहिये और दूध गाय का ही सर्वोत्तम है।

(३) पीने के लिये जो दुग्ध लिया जाय वह पहिले हिला लिया जाये फिर चम्मच से थोड़ा २ करके आधा सेर दुग्ध एक बार में पीना चाहिये और आध सेर दुग्ध पीने में तीन से पांच मिनट तक का समय लगाना चाहिये। चम्मच से डाला हुआ दुग्ध जब मुंह में पहुँचे तब उसे थोड़ी देर तक मुंह में रोककर उसमें मुंह की लार मिलने देना चाहिये। जब थोड़ी लार मिल जावे तब कपट से नीचे निगल लेना उचित है। तद्पश्चात् आध घण्टे बाद फिर आध सेर दुग्ध इसी नियम से पीना चाहिये। इस रीति पर सवेरे ५ बजे से ६॥ बजे तक २ सेर दुग्ध पी लिया जासकता है।

इसके अनन्तर एक या दो घण्टे ठहर कर फिर ऊपर बतलाई हुई विधि से दुग्ध पीना शुरू करें। यदि सम्भव हो तो ताजा दुग्ध लेकर उपयोग करें, नहीं तो सवेरे का लिया हुआ दुग्ध लेकर काम में लाना चाहिए। दूध को बिगड़ने से बचाने के लिये दूध के लोटे को बर्फ में दबाकर रखना चाहिये। यदि बर्फ का प्रबन्ध न हो सके तो लोटे पर पानी में भीगा हुआ कपड़ा लपेट देना चाहिये इस प्रकार से रक्खा हुआ दूध एक बजे तक नहीं बिगड़ेगा।

साढ़े नौ बजे तक दो सेर दुग्ध पीने के उपरान्त १०॥ या ११॥ बजे फिर दूध पीना आरम्भ करें और उपरोक्त विधि से आध आध घण्टे के अन्तर से आध २ सेर दूध करके सेर या डेढ सेर दूध पी लिया जाय। इसके बाद सन्ध्या तक कुछ न खाया जाय। जब सन्ध्या समय ताजा दूध आवे तब बाकी का एक सेर दूध भी दो बार में पूर्वोक्त विधि से पी लिया जाय।

(४) दूध हमेशा कच्चा ही पीना चाहिए। औटाने से उसके पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं। औटाने के अतिरिक्त दूध में शकर या खांड आदि बिलकुल न मिलानी चाहिए।

(५) दो दिन तक इस रीति से दूध का सेवन करने के पश्चात् दूध का परिमाण बढ़ाकर पांच-छः सेर या सात सेर कर देना चाहिए। किन्तु एक दम सात सेर दूध पर न आना चाहिए, बल्कि एक-एक सेर दुग्ध नित्य बढ़ाना चाहिए। प्रातःकाल ७॥ बजे से यदि दुग्ध पीना आरम्भ किया जाय तो दस बजने तक तीन सेर दुग्ध पी लिया जावेगा। पीछे साढ़े ग्यारह बजे से फिर शुरू करें। दोपहर के एक बजे तक और दो सेर दूध पी लिया जायेगा। तद्पश्चात् सन्ध्या के सात बजे से आठ बजे तक बाकी का दो सेर दुग्ध पेट में चला जायगा। इस रीति से सात सेर दुग्ध नित्य पिया जा सकेगा।

(६) एक दम गटगट करके नहीं बल्कि थोड़ा-थोड़ा घूंट घूंट करके पीना चाहिए।

(७) तीन या चार दिन छः या सात सेर दूध पिया जाय, बाद में यदि शरीर में शक्ति हो तो और दूध का परिमाण बढ़ाने की आवश्यकता पड़े तो एक एक सेर करके दस सेर तक दूध बढ़ा लिया जाय। आवश्यकता होने पर इससे अधिक भी बढ़ाया जा सकता है। अमेरिका में तो एक रोगी ऐसा था जो नित्य ३२॥ सेर दूध पी लिया करता था। किन्तु सबकी प्रकृति एकसी नहीं होती, जितना दूध सुगमता पूर्वक नित्य बढ़ाया जासके उतना बढ़ाया जाय यही उत्तम है।

इस प्रकार दूध का सेवन प्रत्येक मनुष्य को कम से कम दो महीने तक तो करना ही चाहिये। अनेक मनुष्यों को तीन या चार महीने तक उसके जारी रखने की जरूरत होती है। जब तक पेट की सब प्रकार की गड़बड़ न मिट जाय शरीर का दुबलापन दूर

होकर जब तक सभी अंग-प्रत्यंग मांसल और पुष्ट न हो जायं शरीर में रक्त वृद्धि से मुखमण्डल पर खून की सुर्खी जब तक न आजाय और शरीर का वर्ण जब तक गोरा होकर बालक की नाई स्वच्छ और तेज युक्त न हो जाय तब तक दूध का सेवन जारी रखना परमावश्यक है।

सेरों दूध हजम करने की विधि

प्रिय पाठकवृन्द ! आप भलीभांति समझ गए होंगे कि बिना किसी औषधि की सहायता के दूध को हजम करने की विधि का हम ऊपर कथन कर चुके हैं जो चाहें इससे लाभान्वित हो सकते हैं।

वजन बढ़ाना

वजन बढ़ाने के लिए भी और कोई विशेष विधि नहीं है बल्कि यही विधि है, जिसका वर्णन हो चुका है इससे दिन प्रतिदिन रक्त उत्पन्न होकर वजन बढ़ने लगता है बल्कि कई लोगों का तो प्रतिदिन आध २ सेर अपितु सेर २ वजन बढ़ जाता है। पाचन शक्ति आदि के ठीक हो जाने पर एक स्त्री का वजन तो ६ सेर नित्य बढ़ता था। तीन सेर नित्य बढ़ने के कई उदाहरण देखने में आए हैं। अमेरिकी लास एंजेलिस नामक नगर की निवासिनी मिसेस फील्डे नाम की एक अंग्रेज महिला ने ७। सेर दूध तीन महीने तक नित्य पीकर शरीर का वजन ३३ सेर बढ़ा लिया था। उनका शरीर इतना स्वस्थ हुआ था कि जितना पहिले कभी नहीं हुआ।

बढ़ा हुआ वजन कम न होगा

कई लोगों को शंका हुआ करती है कि इस प्रकार से बढ़ा हुआ शरीर का वजन स्थिर रहेगा भी कि नहीं ? यदि वह आरोग्य के नियमों का ठीक २ पालन करें तो यह बढ़ा हुआ वजन ज्यों का त्यों बना रहेगा।

दूध सेवन से आरोग्य हो जाने के बाद और नित्य प्रति साधारण रीति पर अन्न भोजन करने लगने के बाद भी सुयोग पाने पर वर्ष में एक बार ऊपर कही रीति से दूध का सेवन करते रहने पर आरोग्यता पूर्ण रीति से प्राप्त होती रहती है।

एक विशेष सूचना

जिनके पेट में दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़-गुड़' बोलता मालूम पड़े उन्हें चाहिये कि वे प्रातःकाल दूध का सेवन शुरू करने से कोई एक घण्टा पहिले एका या आधे खट्टे नींबू का रस निकाल कर उसमें एक या दो चम्मच शीतल जल मिलाकर पीजायं। जिन्हें दूध पीने में अरुचि हो उन्हें भी इसी प्रकार नींबू का रस लेना श्रेयस्कर है। जिनके पेट में अम्लत्व (Acid) कम परिमाण में होता है उन्हीं की दूध में रुचि नहीं होती और उन्हीं के पेट में पहुँचकर दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़-गुड़' बोलता है। इसी लिए नींबू का रस बतलाया गया है।

दुग्ध से बनने वाले स्वादिष्ट मिष्ठान

वास्तव में यह वैद्यक सम्बन्धी पुस्तक है, और इसमें हमने केवल दुग्ध के वैद्यकीय गुणों का ही वर्णन करना है तथापि नीचे कुछेक स्वादिष्ट मिष्ठान बनाने की विधियां भी लिखदी हैं जो कि न केवल अतिस्वादिष्ट ही हैं, बल्कि वैद्यक मतानुसार भी लाभदायक हैं, आशा है पाठकगण बनाकर लाभान्वित होंगे।

बादाम की खीर

मगज बादाम पाव भर लेकर गरम पानी में भिगो दें और कुछ देर बाद उसका छिलका उतार डालें। तद्पश्चात् चाकू से कतर कर चावल के सदृश्य टुकड़े बना लें और फिर दो सेर दूध को मंद २ अग्नि पर पकावें। जब आध सेर दूध जल जावे तब कतरे हुये मगज बादाम डालकर चम्मचे से हिलाते रहें। जब दूध गाढा

हो जावे और मगज बादाम तथा दुग्ध मिल जावे तब इलायची के बीज और रुह केवड़ा आवश्यकतानुसार डालकर मिलादें, और नीचे उतार लें। फिर खांड या मिश्री मिलाकर तशतरियों में डालकर ठंडी होने रखदें। जब तनिक शीतल हो जावे तब ऊपर चांदी के वर्क लगादें।

लाभ—अत्यन्त स्वादिष्ट और मस्तिष्क को बल देने में अपूर्व है।

स्पेशल खोर

यह भी अत्यन्त स्वादिष्ट और अमीरों के लिए उत्तम पदार्थ है। बनाने की विधि यह है कि अत्युत्तम पावभर चावल लेकर सेर भर गुलाबजल में अद्रित करके ३ घंटा रखा रहने दें। फिर तौलिये में बांधकर रखदें ताकि खुरक हो जावें। तद्पश्चात् पावभर घृत में भून लें। इतना भूने कि चावल सुख हो जावें, फिर तीन सेर भैंस के दुग्ध में डालकर पकावें। जब अच्छी तरह पक जावे तब थोड़ा-सा रुह केवड़ा और इलायची के बीज डालकर पांच छटांक मिश्री मिला कर तशतरियों में रखदें, और ऊपर स्वर्ण या रोप्य वर्क लगाकर पिस्ता कतर कर डालदें, और खालें।

दूध का भाग

यह देहली में खूब विकती है। बेचने वाले एक २ पैसे में एक तशतरी देते हैं। हमने इसका प्रयोग भी मालूम कर लिया था जो आज अविकल रूप से नीचे अंकित कर देते हैं।

विधि—एक सेर दूध में दो तोला समुद्र भाग का गर्भ सूद्ध पीसकर मिलादो, फिर जब मथोगे तो गाढ़ी-गाढ़ी भाग पैदा होगी इसे तशतरियों में भरते जाओ। आश्चर्य तो यह है कि भाग तशतरियों में व्यों के व्यों पड़े रहते हैं, खिरते नहीं। इसमें खांड नहीं मिलानी चाहिए।

शिर की बीमारियां

शिर की वे बीमारियां जिनके लिए दूध लाभदायक सिद्ध हुआ है उन्हीं बीमारियों का यहां कथन किया जाता है। दृष्टिकोण से जिस पशु का दुग्ध जहां उपयोगी सिद्ध होगा उसका नाम वहां लिख दिया जावेगा।

गरमी का शिर दर्द

यह शिर दर्द उष्ण वस्तुओं के अधिक सेवन से अथवा धूप में चलने फिरने से उत्पन्न होता है। जिसके लिए आध सेर गो दूध में तीन तोला इमली (जिसको गरम पानी में घोकर साफ कर लिया हो) डालकर एक घण्टा भिगोकर रखदें। तद्पश्चात् अग्नि पर पकावे। जब दूध फट जाय तब छानकर पानी को अलग करके पानी में मिश्री मिलाकर शीतल करके पिलादें। तीन चार दिवस के उपयोग से निश्चय शिर दर्द मिट जावेगा। यदि रोगी के मस्तिष्कपर इसकी मालिश भी करदी जाया करे तो शीघ्र लाभ होगा।

(२) सरदी के शिर दर्द का चुटकला

रोगी को ऐसे मकान में, जहां वायु का प्रवेश न हो बिठा कर गरम दूध की वाष्प दें या गरम दूध से शिर को धोयें तो अवश्य लाभ होगा।

(३) दूध की टकोर का चमत्कार

डा० सरदार अली साहिब 'अलबी' के चिकित्सालय में शिर दर्द का एक ऐसा रोगी आया जिसके दोनों ओर दर्द था और टीस मारता था, कस कर बांध देने से लाभ होता था। चूंकि रोगी को कब्ज भी थी इस लिए प्रथम उसे मगनेशिया का जुलाब दिया गया, जिससे रोगी को तीन दस्त हुए। फिर निम्नलिखित विधि से दूध की टकोर की गई। डेढ़ घण्टा में आराम हो गया।

(४) टकोर करने की विधि

एक सूती कपड़े को दूध में भिगोकर तनिक सा निचोड़ ल (ताकि दूध न टपके) फिर पीड़ा स्थान पर रखकर ऊपर से फलालेन की पट्टी एक से दो घन्टा तक आवश्यकतानुसार रखी जा सकती है और इस प्रकार रोगी की दशा के अनुसार दो से छः बार तक टकोर की जा सकती है। कठिन पीड़ा में यथा दर्द गुरदा आदि में दूध की पट्टी पर फलालेन का टुकड़ा समोषण करके रखना उचित है। (अलवी)

(५) टकोर का एक और चमत्कार

एक स्त्री हमारे चिकित्सालय में शिर दर्द पीड़ा से व्याकुल होकर आई जिसको चार मास से शिर दर्द की बीमारी थी। दर्द दौरे से आता था। मासिक धर्म की भी कोई खराबी नहीं थी नाही कब्ज थी। इस लिए कोई कारण विशेष तो ज्ञात हुआ नहीं कि दर्द क्यों है, तथापि ईश्वर पर भरोसा रखकर दूध से ही चिकित्सा आरम्भ करदी गई, जिसका विवरण इस प्रकार है कि दुग्ध से ही दिनमें तीन बार उपरोक्त विधि से टकोर की गई। डेढ़ घन्टा के अन्तर से एक सप्ताह तक इसी प्रकार टकोर कराते रहे और किसी औषधि का प्रयोग नहीं किया। एक सप्ताह में ही पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया और शिर दर्द मिटकर दौरे बंद हो गये।

(६) अर्धाव भेदक (आधाशीशी)

यह भी शिर दर्द की एक किस्म है। इस रोग में रोगी के आवे शिर में कठिन पीड़ा हुआ करती है। रोगी प्रकाश की ओर नहीं देख सकता। इसकी सर्वोत्तम चिकित्सा यह है कि रोगी को दो दिन तक सिवाय दूध जलेबी के और कुछ खाने को न दें। आशा है कि आराम हो जायगा।

(७) द्वितीय प्रयोग

आध सेर गो दुग्ध में एक तोला मगज बादाम के छोटे २ टुकड़े बनाकर डालें और पूर्व कथनानुसार खीर बनाकर मिश्री से मीठा करके खिलायें। इसके कुछेक दिवस सेवन करने से रोग से छुटकारा मिल जाता है।

(८) तृतीय प्रयोग (मिठाई)

गो दुग्ध का खोया बनाकर उसके पेडे बनायें और वह पेडे रोगी को खाने के लिये दें, किन्तु शर्त यह है कि रोगी को सिवाय पेड़ों के और कुछ भी खाने को न दें। इससे आधा शीशी का रोग नष्ट होजाता है।

(९) मस्तिष्क की निर्बलता

मस्तिष्क की निर्बलता एक ऐसी बीमारी है जिससे सिर दर्द, नजला, जुकाम आदि रोग उत्पन्न होजाते हैं, फिर इनसे बिगड़ कर भांति २ के कष्ट होजाते हैं, अतः यहां मस्तिष्क को बल प्रदान करने वाले कुछेक प्रयोगों का उल्लेख किया जाता है। जिनमें से पहला प्रयोग धनिक लोगों के काम का है।

(१०) मस्तिष्क को अत्यन्त बल प्रदान करने वाला

बकरी का दूध

यह एक वैद्यक सिद्धांत है कि बकरी को जो वस्तुएं खिलाई जावेंगी उन वस्तुओं की तासीर बकरी के दूध में प्रविष्ट होजाती है। अतएव जो महाशय मगज बादाम, अखरोट, पिस्ता आदि को अधिक मात्रा में सेवन न कर सकते हों उनको उचित है कि उत्तम स्वस्थ बकरी लेकर उसको इच्छानुसार पौष्टिक मेवों की गिरियां खिलाना शुरु कर दें और उसका दूध नित्य प्रति सेवन करते रहें।

फिर देखें कि यह दूध मस्तिष्क को बल पहुँचाने में कैसा अकसीर सिद्ध होता है।

कथा

स्व० श्रीमान् महाराजा साहिब पटियाला के सम्बन्ध में एक हकीम साहिब ने फरमाया था, कि उनके लिये एक बकरी को मगज बादाम, अखरोट, पिस्ते आदि की गिरियां ही खिलाई जाती थीं और उस बकरी का दूध ऐसा होता था कि आग पर रखने से समस्त दूध मलाई बन जाया करता था। जो महाशय सामर्थ्य रखते हों वह इस विधि से लाभ उठा सकते हैं।

११--द्वितीय प्रयोग

स्त्री के दूध में कपड़ा भिगोकर रोगी के सिर पर रखें और हर आध घण्टे के बाद बदलते रहें, कुछ ही दिन में मस्तिष्क (दिमाग) पुष्ट हो जायगा।

१२--निद्रा न आना

यदि उपरोक्त विधि से स्त्री के दूध से भिगोया हुआ कपड़ा रोगी के सिर पर रखा जाय और उसके हाथ पांजों की तलियों पर इसी दूध की मालिश की जाय तो नींद आने लगती है। अति प्रभाव उत्पादक वस्तु है।

१३--प्रतिनिधि

यदि स्त्री का दुग्ध प्राप्त न हो सके तो उसके अभाव में बकरी के दुग्ध का प्रयोग करें। इससे भी प्रायः नींद आ जाया करती है। किन्तु ऐसी दशा में कपड़ा दूध से भिगो कर माथे (पेशानी) पर भी रखना चाहिये।

१४--ताजा अनुभव

एक १८ वर्ष की आयु का रोगी चिकित्सालय में आया

जिसको नींद बहुत कम आती थी और सारी रात करवटें बदल बदल कर व्यतीत करता था। उससे कहा गया कि सिर और दांगों पर दूध का पोशाया (तरेरा) तीन बार करायें। ऐसा करने से उसे पहिले ही दिन पर्याप्त नींद आई और एक सप्ताह पर्यंत इसी चिकित्सा को जारी रखा गया जिससे उसे पूर्ण आराम हो गया।

१५--मंद बुद्धि बालकों के लिए

गो दुग्ध स्मरणशक्ति को तीव्र बनाने में अति लाभदायक है विशेषकर मंद बुद्धि बालकों के लिए तो अमृत के तुल्य है। यदि साथ में आधी रत्ती दालचीनी भी चबवा दी जाय तो और भी अधिक लाभदायक है। इसी प्रकार छोटी इलायची खिला कर ऊपर से दूध पिलाना भी श्रेयस्कर है।

१६--पागलपन

यह तो नहीं कहा जा सकता कि दूध पागल के लिए एक ही अकसीर है तथापि इसमें सन्देह नहीं कि लाभदायक अवश्य है। यहां हम दो ऐसे प्रयोग लिखते हैं जिनसे आपको अनुमान हो जायगा कि दूध से किस प्रकार पागल और दीवाने लोगों को स्वास्थ्य लाभ होता है।

पागलपन के एक प्रसिद्ध चिकित्सक की

चिकित्सा प्रणाली

बघा पल्लिया एक गांव है, वहां पर एक महाशय केवल दीवानों, पागलों का ही इलाज करते हैं। चूंकि आप सफल चिकित्सक हैं अतएव दस २ पागल जंजीरों से जकड़े हुए हकीम साहिब के पास मौजूद रहते हैं।

हकीम साहिब (४०) से कम फीस किसी रोगी से नहीं लेते। सारांश आप सफल चिकित्सक हैं और इसी एक ही चिकित्सा

के बल पर अपने जीवन को सुख पूर्वक व्यतीत कर रहे हैं। चूंकि हमारे हृदय में तो हर समय यही धुन समाई रहती है कि गुप्त से गुप्त प्रयोग मालूम करके जनता के सन्मुख रखें, जैसा कि हमारी “अनुभूत योग चिन्तामणी” और “पेटेन्ट औषधियां और भारतवर्ष” आदि पुस्तकों से प्रगट ही है। अतएव इस चिकित्सा विधि को मालूम किये बिना हम कैसे रह सकते थे। जिस किसी प्रकार मालूम करके अब आप की सेवा में सादर समर्पित करता हूं।

यदि रोगी के शरीर में रुधिर की अधिकता प्रतीत हो तो फसद खोलकर रुधिर निकलवा दिया जाता है, फिर निम्नलिखित विधि से दुग्ध का सेवन कराया जाता है। जिससे रोगी को पूरा आराम हो जाता है।

विधि

एक अहमरकानी रंग की स्वस्थ बकरी लावें। अर्थात् उसकी रंगत लालिमा युक्त काली हो। ऐसी बकरी का सेर भर दूध लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूर का सिरका मिलाकर आग पर रखें और जंगली अंजीर की लकड़ी से हिलाते रहें। जब दूध फट जाय, तो छानकर पानी में मिथी मिलाकर पिलावें, और पनीर की रोगी के शिर पर मालिश करावें। इसी प्रकार ४० दिवस पर्यन्त चिकित्सा करने से अवश्य आराम हो जाता है।

दूसरा चुटकला

रोगी के शिर के बाल उतरवा कर उसके सिर पर खहर का चार तह किया हुआ कपड़ा रखें और बकरी के दूध से तर करते रहें। प्रतिदिन न्यूनातिन्यून १२ घण्टे तक शिर को तर रखें, मानो यह एक सरल सा चुटकला है, परन्तु अनुभव करने पर अति लाभदायक सिद्ध होता है। यदि इससे रोग समूल नष्ट न भी होगा तो भी आराम जरूर हो जावेगा।

अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय

यह अत्यन्त ही दुष्ट और भयंकर व्याधि है, जिसके अग्रद बहुत कम हैं। मेरे अनुभव में तो नहीं आया, किन्तु एक हकीम साहिब ने जो कि बहुत ही योग्य थे लिखा है कि—तीन पाव अंडनी का दूध बिलकुल ताजा लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिलाकर अग्नि पर रखें और दुग्ध के फट जाने पर छानकर शर्वत जूफा ६ तोला मिलाकर प्रातःकाल प्रतिदिन पिलाया करें तथा प्रातः-सायं दोनों समय आठ से दस माशा तक वादाम रोगन रोटी से खिलाया करें। इसी से मृगी के रोगी को लाभ हो जाता है।

सन्निपात की दुग्ध चिकित्सा

यह ऐसा भयंकर रोग है कि जिससे हजारों प्राणी इस क्षण-भंगूर संसार से परलोक को सिंधार जाते हैं। इसका सविस्तार वर्णन तो “अनुभूत योग चिन्तामणि” में किया गया है। यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं कि जिससे सन्निपात की चिकित्सा दुग्ध द्वारा सरलतापूर्वक की जा सकती है।

मुझे एक रोगी को देखने के लिए बुलाया गया, जिसको कठिन ज्वर था और ज्वर के वेग से बिस्तर से भागने की कोशिश करता था और सन्निपात की अवस्था हो रही थी। मैंने परिचारकों को रोगी के सिर और टांगों पर आधा घण्टा तक दूध की टकोर करने की आज्ञा दी और उसे इतने ही अल्पकाल में ही सन्निपात को आराम हो गया। देखिए! एक कठिन रोग के लिए कितना सरल प्रयोग है।

(अलवी)

नोटः—मेरी राय में यह उपाय अवास्तविक सन्निपात के लिये ही लाभदायक है, जो कि ज्वर वेग के आधीन होता है और ज्वर की तेजी कम हो जाने पर स्वयंमेव दूर हो जाया करता है। अतएव

दूध ज्वर की तेजी को कम करने के लिए उत्तम वस्तु है। (लेखक)

बालभङ्ग

इस रोग में बाल गिरने शुरू हो जाते हैं और बालों के स्थान पर फुन्सियां सी निकलने लगती हैं। इस रोग के लिए भी दूध लाभदायक सिद्ध हो चुका है। श्रीयुत डाक्टर मलिक सरदार अली महोदय लिखते हैं कि मैंने एक रोगी को देखा जिसकी दाढ़ी में कण्डु थी। देखने से प्रतीत हुआ कि दाढ़ी की बाईं ओर अठन्नी के बराबर फुन्सियां हो रही हैं। मैंने उसको बालभङ्ग रोग निश्चय कर उसके बाल कटवा कर तीन वार दूध की टकोर करने की आज्ञा दी। प्रतिवार डेढ़ घण्टा टकोर की जाती थी। यह चिकित्सा १५ दिन तक जारी रखी गई जिससे रोग समूल नष्ट हो गया।

गंज

गंजके लिए भी दूध एक अद्वितीय वस्तु है, परन्तु चिकित्सा के लिये तनिक अवकाश की आवश्यकता है। जो लोग यह चाहते हों, कि हथेली पर सरसों ऊग आए, ऐसे लोग इस इलाज को शुरू ही न करें।

गंजकी चिकित्सा

एक गंजे रोगी के शिर को पहले सात दिवस पर्यन्त नीम के काथ से धुलवा कर जस्त की मल्हर लगवाई गई, परन्तु उससे तनिक भी लाभ न हुआ। फिर ईश्वर पर भरोसा करके कच्चे दूध की टकोर कराई गई जिससे एक सप्ताह में कुछ अन्तर प्रतीत होने लगी। फिर तो एक मास तक इसी चिकित्सा को निरन्तर जारी रखा गया। इस चिकित्सा से शिर पर पपड़ी जम गई थी जो एक सप्ताह के बाद स्वयंमेव ही उतर गई। तत्पश्चात् १५ दिवस तक यह ही सिलसिला जारी रहा। परिणाम स्वरूप इस डेढ़ मास की चिकित्सा से रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया।

नेत्र रोग

नेत्र रोगों में भी दूध को औषधि रूप से व्यवहार में लाया जाता है वह निम्नलिखित है।

आश्चर्यजनक लोशन

कच्चे दूध को बिलो कर मक्खन निकाल लें और पिचकारी से आंखों में डालें, इससे आंखों की लाली और दुखती हुई आंखें अच्छी हो जाती हैं। परन्तु बिना मक्खन निकाले हुए इस्तेमाल करना लाभदायक नहीं है।

दुखती आंखों की दवा

जब नेत्र पीड़ा किसी प्रकार भी शांत न होती हो तो उचित है कि लड़की वाली खी का दूध लेकर उसकी दो बूंद आंखों में टपका दें। तत्काल ही पीड़ा, टीस, जलन आदि से आराम होकर चैन पड़ जायगा।

नेत्रों के लिए शीतल औषधि

धुनी हुई रुई के कुछ फाये बकरी के दूध में भिगोकर पानी के कोरे घड़े पर रख दें। ५-६ घण्टे बाद वे फाये उठाकर आंख पर बांध दें। दो घण्टा के बाद खोल दें, और फिर चार घण्टे खुली रहने दें। तत्पश्चात् फिर बांधें, रात्रि के समय सारी रात बांधे रखने की हिदायत कर दें, इससे शीघ्र नेत्र पीड़ा शांत हो जाती है।

जाला व फूली

खी का दूध फूली और जाले के लिए अत्यन्त ही लाभदायक है। इसकी साधारण सी विधि तो यह है कि ताजा दूध लेकर २-२ बूंद आंखों में डाला करें। यदि इसको वैद्यक रीत्या-

नुसार औषधि रूप बनाना इच्छित हो तो उचित है कि रीठे के छिलके या सांभरशृंग को कूट कर सूक्ष्म पीसलें, और उसमें स्त्री का दूध सम्मिलित करके रगड़े एवं लम्बी २ गोलियां बना सुरक्षित रखें और आवश्यकता के समय पानी में घिसकर सलाई से आंखों में लगावें। कुछ ही दिनों के इस्तेमाल से पुराने से पुराना फूला व जाला शक्तिया मिट जाता है।

आश्चर्यजनक सुरमा

जिससे अंधेरे में दिन की भांति दिखाई देने लगता है।

इस प्रयोगका अनुभव तो नहीं किया गया किन्तु कई पुस्तकों में लिखा हुआ दृष्टिगोचर हुआ है। सम्भव है सत्य हो। पाठक-गण अनुभव कर देखलें।

बिल्ली का दूध १ तोला खरल में डालकर एक माशा उसी बिल्ली का पित्ता मिलाकर खरल करें, यहां तक कि दोनों चीजें खुरक हो जावें, बस सुरमा तैयार है।

यदि इस सुरमे को रात्रि के समय आंखों में लगाकर अंधेरे में जायें तो समस्त वस्तुयें प्रकाश की भांति दृष्टिगोचर होने लगती हैं। जिस प्रकार बिल्ली अंधेरे में भली भांति देख सकती है संभव है कि इस सुरमे में भी वही प्रभाव हो। (लेखक)

कर्ण और नासिका रोग

नक्सीर फूटना

जब नासिका की रंगें रुधिर से भर कर फट जाती हैं तो रुधिर नासिका मार्ग से बहकर निकलता है। यदि रुधिर का वर्ण श्याम (काला) हो तो उसे रोकने की चेष्टा न करें। यदि लाल रंग का हो तो उसको रोकने के लिए कुछेक प्रयोग लिखे जाते हैं, जिनसे प्रवाहित रक्त बन्द हो जाता है।

अकसीर मालिश

गधी का दूध आवश्यकतानुसार लेकर रोगी के सिर पर मर्दन किया करें जिससे न्यूनातिन्यून रोगी का सिर दो घण्टे तक गीला रहे। इसी प्रकार छः सात दिन की मालिश से फिर रुधिर न आयेगा।

नोट—प्रतिदिन दूध ताजा लेना उचित है।

द्वितीय प्रयोग

श्रीमान पं० कृष्णदयालजी वैद्य अमृतसर से लिखते हैं कि यदि नक्सीर वाले रोगी को बकरी का दूध पिलाया जाय तो इससे रुधिर का आना बन्द हो जाता है। इसी प्रकार दुग्ध घृत मिलाकर पिलाना भी श्रेष्ठ है। स्त्री के दूध की नस्य लेना भी नक्सीर के खून को बन्द करता है।

नाक के नथनों में वरम

इस रोग को भी एक प्रकार का जुकोम समझना चाहिए। इसके लिए भी दूध लाभदायक है। जिसकी विधि यह है कि रोगी को दूध नस्य की भांति सुघावें और दूध के ही गण्डूस करावें। इस प्रकार करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

कर्ण पीड़ा

यदि उष्ण दुग्ध की वाष्प कान में पहुँचाई जावे तो इस से भी पीड़ा शांत हो जाती है किन्तु यह क्रिया निर्वात स्थान में करनी चाहिये।

द्वितीय प्रयोग

बकरीका दूध और उसके समभाग सिरका मिलाकर समोष्ण करके कुछ बूंदें कान में टपकाने से तड़पते हुये रोगी को दो मिनट में चैन पड़ जाता है।

एक चमत्कारी प्रयोग

यदि कन्या वाली स्त्री के दुग्ध में थोड़ी सी अफीम मिलाकर समोषण करके कान में डालें तो तत्क्षण पीड़ा बन्द हो जाती है।

कान में फुन्सी

यदि कान में फुन्सी निकल आये तो बड़ी कष्टदायक होती है। यहां हम अपने एक मित्र (जो एक अनुभवी डाक्टर है) का प्रयोग लिखते हैं।

कान में दूध डालकर रुई से छिद्र बन्द कर दें और दिन में तीन बार इस प्रकार करें। किन्तु दूध प्रति बार ताजा लेना चाहिए। बहुत जल्दी लाभ होता है।

कान से पीप आना

यदि कान से पीप आने लगे तो कठिनता से अच्छी होती है। इसके लिये हम बहुत ही सरल चुटकले लिखते हैं।

सर्वोत्तम चिकित्सा

प्रथम कानको हाइड्रोजन परोक्साइड (Hydrogen prozide) से अथवा निम्बकाथ से साफ कर लें और फिर प्रति दिन प्रातः सायं दोनों समय ताजा दूध कान में डालकर रुई से बन्द कर दिया करें। गिनती के दिनों में लाभ हो जायगा। अत्यन्त प्रभावक प्रयोग है।

द्वितीय प्रयोग

स्त्री का दूध भी कान में डालना अति लाभप्रद है।

नोट—इस पुस्तक में जहां केवल दूध लिखा है, वहां गाय भैंस बकरी आदि का जो दूध प्राप्त होसके व्यवहार में लावें।

मुख और दांत रोग

मुख और दांत सम्बन्धी व्याधियां तो अनन्त हैं परन्तु यहां केवल उन्हीं का वर्णन किया जायगा जिनमें दूध एक सर्वोत्तम औषधि है।

मुंह के छाले

प्रायः लोगों के मुख में छाले पड़ जाते हैं। जिनके अनेक कारण हैं, वहां छालों के लिए एक सरल प्रयोग लिखा जाता है। जिससे शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

दिनमें तीन चार बार कच्चे दूध के गरुड़प करायें। इससे सरलता पूर्वक आराम हो जाता है।

मांस खोरा

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे। बड़ी भयंकर व्याधि है। निम्नलिखित प्रयोग से ऐसे रोगियों को भी लाभ हो जाता है जिनके मसूड़ों का मांस गल गया हो। दांत हिलने लग गये हों ऐसे समय पर उचित है कि—

रोगी को हिरनी के दूध के गरुड़प कराये जायें इससे शीघ्र ही आराम हो जाता है।

नोट—खोज करने वालों को हरिणी का दूध प्राप्त कर लेना कुछ भी कठिन नहीं है तथापि न मिल सके तो बकरी का दूध भी लाभदायक है किन्तु चिरकाल तक प्रयोग करने से लाभ होता है।

कण्ठ और गले की व्याधियां

कण्ठ और गले की बीमारियों में से हम यहां दो स्वास्थ्य नाशक बीमारियों का वर्णन करेंगे। इसके अतिरिक्त किसी और गले की बीमारी के लिये हमें दूध का लाभदायक सिद्ध होना प्रतीत नहीं हुआ।

खुनाक

यह एक अत्यन्त ही दुष्ट व्याधि है जिससे चंगा भला जीता जागता मनुष्य (प्राणी) दम घुटकर परलोक को सिधार जाता है। इससे रोगी का कण्ठ इतना अधिक सूज जाता है कि पानी भी कंठ से नीचे नहीं उतरता बल्कि सांस भी कष्ट से आता है।

खुनाक के लिये सरल उपाय

दूध के गण्डूस करना और दूध की टकोर करना अति उत्तम है। यदि गधी के दूध से गण्डूस कराये जावें तो शीघ्र लाभ होता है।

कण्ठ माला

यह वह व्याधि है जिसमें रोगी घुल २ कर जान देता है। इससे ही कण्ठमाला के रोगी को क्षयरोग भी हो जाया करता है। डाक्टरीय और वैद्यक मतानुसार कण्ठमाला और क्षय के किटाणु एक ही होते हैं। जब उनका आक्रमण गले से उतर कर फेफड़ों पर जाहोता है तो रोगी क्षय रोग में ग्रसित होजाता है, अतएव यह रोग सरलता पूर्वक जाने वाला नहीं है। यहां हम एक प्रयोग लिखते हैं।

कण्ठमाला की दुग्ध चिकित्सा

यह प्रयोग 'अलबी' साहिब का अनुभूत सिद्ध है, किन्तु यह उसी समय लाभ करता है जब कण्ठमाला की गिल्टिय फूट चुकी हों। बिना फूटी हुई गिल्टियों पर तनिक भी लाभ नहीं होता।

दिनमें तीन बार दूध की टकोर करें और प्रति बार दो घण्टा से कम न हो। इससे निरन्तर १५ बीस दिन की टकोर से आराम हो जाता है। देखिये कितना सरल उपाय है।

गले के घाव

यदि गले में छाले या घाव हो गये हों और किसी प्रकार भी ठीक न होते हों तो, उनके लिये उचित है कि रोगी को बकरी के दूध के गण्डूस करावें। इससे बहुत जल्दी लाभ हो जाता है।

नोट—शेख बू अलीसीनाने अपनी पुस्तक कानून शेख में लिखा है कि जिन्हा के पकने और फट जाने पर बकरी के दूध के गण्डूस कराना अति हितकर है।

छाती और फेफड़े के रोग

रुधिर निकलना

यदि रोगी के खांसने से रुधिर आता हो परन्तु फेफड़े का न हो तो उसके लिये भेड़ का दूध अति लाभप्रद है। प्रतिदिन इच्छानुसार पिलाना चाहिये।

कास

गरमी से होने वाली खांसी के लिये बकरी का ताजा धारोष्ण दुग्ध मिश्री मिलाकर पिलावें।

पुनः

खांसी के लिये ऊंटनी का दूध भी लाभदायक है, परन्तु ताजा होना चाहिये।

काली खांसी

यह अत्यन्त कष्ट देने वाला रोग है जो प्रायः ही बालकों को हुआ करता है अतएव इसका आश्चर्यजनक प्रयोग बाल-चिकित्सा में लिखा जावेगा, वहां देखलें।

दमे का अत्ताई इलाज

कई भाग्यशाली निम्नलिखित प्रयोग से बिल्कुल स्वस्थ हो

गये। हमारे सामने अनेक लोगोंने इसकी साक्षी दी है किन्तु इससे ग्रामीण लोग ही लाभ उठा सकते हैं अभीर और नाजुक लोगों को यह दवा हजम नहीं होती।

भैंस जब प्रथम बार बच्चा प्रसव करे उसका प्रथम दूध (खीस) सारा का सारा रोगी को पिला दें, बस! यही प्रयोग है जिससे कई व्यक्तियोंने हकीमांना सांचे में ढाल लिया है, सारांश वह पहिली बार के दूध को लेकर सुखाकर रखलें और सूक्ष्म पीसकर चूर्ण बनालें। मात्रा—एक हथेली भर उष्ण जल से दिया करें। कहते हैं यह भी लाभदायक सिद्ध होता है।

दमे का दौरा रोकने का उपाय

दमे का दौरा पड़ने के समय रोगी की जो दशा होती है, उसको चित्रित करना असम्भव है। रोगी कभी उठता है कभी बैठता है, कभी खड़ा होता है, कभी आगे की ओर झुकता है कि सांस आसानी से आये परन्तु सफलता नहीं मिलती। ऐसे कष्ट से मुक्त करने के लिये हम यहां यह प्रयोग लिखते हैं।

निर्बीज १० मुनक्का कुचलकर १० तोला गो दुग्ध और १० तोला पानी मिलाकर इतना उबालें कि पानी जलकर दुग्ध मात्र शेष रह जावे, अब उसको छानकर ६ माशा बादाम रोगन और १ तोला मिश्री तथा ५ कालीमिर्च डालकर पिलावें। तत्काल दौरा रुक जावेगा।

नोट:—केवल उष्ण दूध पिलाना भी हितकर है।

पल्न्युरसी और नमोनियां

इसमें संदेह नहीं कि नमोनियां भयंकर रोग है इससे आठ साल लाखों प्राणी मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं किन्तु दूध की टकोर (सेक) भी इसको दूर करने में हुकमी असर रखती है। इससे

पल्न्युरसी Pleurisy और नमोनियां Pneumonia दोनों अच्छे होते हैं जो निम्न प्रमाणों से सिद्ध है।

प्रथम प्रमाण

डा० गरगोनिया अम्बेरिया इटली, मेडीकल डाइजेस्ट बम्बई के पत्र में लिखते हैं—Pleurisy और Pneumonia में कच्चे दूध की टकोर बहुत हद तक ज्वर वेग को कम करती है, और पीड़ा भी शान्त करती है। रोगी को शीघ्र लाभदायक है। पसलियों के मध्यवर्ती मांस में पीड़ा और खिचावट हो तो वह भी इससे दूर हो जाती है।

द्वितीय प्रमाण

श्रीयुत डाक्टर सरदार अलीखां साहिब W. O. I. M. D. S. A. S. लिखते हैं कि नमोनियां के रोगी को खांसी के लिए एक औषधि दी गई और वाह्य उपचार में पीड़ा रोकने के लिए दूध की टकोर कराई गई, जिससे तीन दिन में ही रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया।

एक निमोनियां का और रोगी देखा गया, जिसको १०४ डिगरी ज्वर था और लेसदार जंगारी रंग का कफ थूकता था। खांसी भी बड़े जोर की थी, उसको दुग्ध से टकोर कराई गई। दिन में एक बार, रात्रि में तीन बार डेढ़ घण्टा प्रति बार तक कराई जिससे रोगी को कष्ट से तो प्रथम दिवस ही मुक्ति प्राप्त हो गई थी और सम्पूर्ण लाभ चार दिवस में हुआ।

कठिन साध्य नमोनियां

इसी प्रकार एक और रोगी देखने में आया जिसको ऐंटी-फ्लौजस्टीन का लेप करने और नमोनियां मिकथ्रर पिलाने से तनिक भी लाभ नहीं हुआ था उसे भी दूध की टकोर से लाभ हुआ।

दिन में चार बार प्रतिवार एक-एक घण्टा करने से १२ दिन में रोगी पूर्ण स्वस्थ हो गया ।

आमाशय और अन्न रोग

यदि आमाशय में वरम हो गया हो, वमन होती हों, तो ऐसी दशा में आमाशय पर दूध की टकोर करना अत्यन्त हितकर है । २४ घण्टा तक दुग्ध के अतिरिक्त खाने को और कुछ न दें । तद्पश्चात् दूध, चावल, खिचड़ी आदि और पुनः धीरे २ रोटी आदि खाने देना चाहिये । आमाशय का वरम कठिनता से जाने वाला रोग है, किन्तु दुग्ध की टकोर (तकमीद) से आराम हो जाता है ।

वमन

वमन बन्द करने के लिये भी दूध की टकोर सर्वोत्तम उपाय है । पिलाने के लिये शीतल दूध घूंट-घूंट पिलाना उत्तम है ।

हिकका

हिककी यदि देर तक न थमे तो बेचैन बना देती है, किन्तु इसके लिये स्त्री के दूध की नस्य देना अत्यन्त सरल और सर्वोत्तम उपाय है ।

भूख न लगना

और सब प्रकार के दूध जुधा को रोक देते हैं परन्तु अँटनी का दूध जुधावर्धक है ।

कोडी की पीड़ा

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे, यह बड़ा दुखदाई रोग है जिससे रोगी लोट पोट हो जाता है । इस रोग के लिये निम्न-लिखित प्रयोग अद्वितीय है, जिसको सर्व प्रथम हकीम इलाहीबख्श

महोदय सन्यासी ने अपनी पुस्तक में प्रकाशित किया था तदुपरान्त अनेक पुस्तकों में लिखा गया । हमारा अपना भी अनुभूत है ।

अँटनी का १॥ सेर दूध लेकर कोरी हांडी में डालें, किन्तु हांडी इतनी बड़ी हो जिसमें ५ सेर दूध समा सके और दूध डालने से पूर्व हांडी को पानी से भरकर रखें तद्पश्चात् उसमें दूध डाल कर शीशा नमक (जो पंजाब से आता है) ८ तोला अति सूक्ष्म पीसकर भिलादें और मन्द २ अग्नि पर पकाना आरम्भ करें और धीरे २ लकड़ी आदि से हिलाते रहें । यदि एक मिनट के लिये भी छोड़ दिया तो तमाम दूध उबल कर बाहिर निकल जायगा । इस प्रकार एक पहर पकाने से दूध गाढ़ा हो जायगा । तब उसमें अत्योत्तम तीन माशा काशमीरी केशर (जो पहिले से ही दूध में पीसकर रखी हो) भिलादें और फिर पकावें ।

किन्तु अग्नि बिलकुल मन्द-मन्द जलावें वरना दाग पड़ जाने का भय है । जब खोया तैयार हो जावे तब उतार लो । शीतल होने पर स्वयंमेव ही सूख जायगा । संभालकर रखें, बस दवा अक्सीर तैयार है ।

सेवन विधि

मात्रा—१ माशा दो घूंट शीतल जल से खिलादें । तत्क्षण पीड़ा शान्त हो जायगी । यदि रोग पुराना हो तो तीसरे पहर एक माशा और खिलादें । दूध, चावल, मट्ठा, छाछ और तोरी के साग से परहेज रखें ।

भोजन—करेला अथवा चने की दाल का पानी और गेहूं की रोटी खाने को दें ।

अतिसार

यदि मल पतला होकर अधिक मात्रा में निकले तो अतिसार और वारम्बार कब्ज के साथ निकलने को पेचिश (मरोड़) कहते

हैं। यहां दोनों प्रकार के रोगों की दुग्ध चिकित्सा का वर्णन किया जाता है।

अतिसार चिकित्सा

उष्ण करके ठण्डा किया हुआ आध सेर गो दुग्ध लेकर उसमें लोहे का बड़ासा टुकड़ा खूब तपाकर (जब वह लाल सुर्ख हो जावे) डाल दो। जब ठण्डा हो जावे फिर गरम करके दूध में डाल दो। इस प्रकार ७-८ बार लोहे के टुकड़े को गरम कर करके दूध में बुझाते जाओ। फिर आवश्यकतानुसार मिश्री मिलाकर पिलावें। इस दूध के पीने से दस्तों का आना बन्द हो जावेगा।

दूसरी विधि

यदि लोहे के टुकड़े की बजाय मिट्टी की ठिकरी को भी उपरोक्त विधि से गरम करके दूध में बुझाते रहें और फिर मिश्री मिलाकर दूध पिलावें तो अतिसार के रोगी को लाभ हो जाता है।

तृतीय विधि

गाय या बकरी के आध सेर दूध में पत्थरों तथा ठिकरियों के कुछ टुकड़े डालकर उबालें और शीतल करके मिश्री मिला करके पिलावें तो इससे भी दस्त बन्द हो जाते हैं। कितना सरल उपाय है।

अतिसार की पूर्ण चिकित्सा

श्रीयुत डा० सरदार अलीखान साहिब लायलपुर से लिखते हैं कि रोगी के पेट पर कच्चे दूध की टकोर कराने और दोनों समय दूध से वस्ति क्रिया करने से अति शीघ्र दस्तों का आना बन्द हो जाता है। अनेक बार का अनुभूत है।

पेचिश

पेचिश के दस्तों में भी उपरोक्त क्रिया लाभदायक सिद्ध हुई है, दोनों समय वस्ति क्रिया करें और दूध की टकोर करावें।

दूसरा चुटकला

सुदे पड़ जाने से पेचिश हो तो उसके लिए भेड़ का दूध निरन्तर कई दिन तक पिलाते रहना अति लाभदायक है। इससे सुदे निकल कर पूर्ण आराम हो जाता है, जैसा कि बाल चिकित्सा प्रकरण में आयागा।

संग्रहणी

यह भयंकर और कठिनता से जाने वाली व्याधि है। इसकी चिकित्सा में बड़ी २ औषधियां फैल हो जाती हैं। ऐसी बहुत ही कम औषधियां हैं जिनसे यह रोग जड़ मूल से नष्ट किया जा सकता हो, तथापि यह कहना सर्वथा अनुचित है कि इस रोग का कोई इलाज नहीं।

इससे पूर्व भी हमने एक नुसखा अपनी मास्टर पीस पुस्तक "अनुभूत योग चिन्तामणी" में प्रकाशित कर दिया है। जो संग्रहणी को जड़ मूल से नष्ट करने में रामबाण है। विशेषता यह है कि एक रोगी के लिए दो पैसे की दवा पर्याप्त होती है। जिन्हें देखने की इच्छा हो वह मूल पुस्तक को मंगाकर देखलें। अब यहां संग्रहणी की दूध से चिकित्सा करना लिखते हैं। दूध भी संग्रहणी के लिए अपूर्व वस्तु है। किन्तु कठिनता तो यह है कि संग्रहणी का रोगी दूध को हजम नहीं कर सकता। यदि अधिकाधिक मात्रा में दूध हजम होने लगे तो फिर रोग को जाते देर नहीं लगती। अतएव साथ में कोई दुग्ध पाचक औषधि खिलाते रहना चाहिये। जब रोग पुराना हो जावे तो उचित है कि और सब प्रकारके भोजन बन्द कराकर केवल दुग्धाहार पर ही रखा जावे। अति लाभप्रद है। रही यह बात कि दूध किस प्रकार हजम कराया जाय, इसके लिए पुस्तक के आरम्भ में ही हमने कुछ ऐसे प्रयोग लिख दिये हैं जिनसे दूध अधिकाधिक मात्रा में हजम हो सकता

है। विशेषकर वह गोलियां जिनमें अफीम और मीठा तेलिया सम्मिलित हैं—अति लाभप्रद हैं। जिनके सेवन से क्रमशः दूध बढ़ाते २ सेरों तक पहुँचाया जा सकता है। यहां तक कि कई रोगी तो दस सेर, १५ सेर तक दूध नित्य पचा जाते हैं। जिससे न केवल रोगी रोग से मुक्त हो जायगा बल्कि हृष्ट पृष्ट और बलवान भी हो जाता है। इसी प्रकार दही भी संप्रहणी के लिए अकसीर दवा है। हमने दही से अनेक रोगियों की चिकित्सा की है जिससे गिनती के दिनों में ही रोगी पूर्ण स्वस्थ होगये।

कोलंज

इस रोग में भी दूध अति लाभदायक है। इसका अनुमान इस बात से किया जा सकता है, कि एक रोगी को प्रायः बीस घण्टे से कोलंज का दर्द हो रहा था। ऐसी दशा में उसको साबुन के पानी से वस्ति दी गई। परन्तु उससे लाभ नहीं हुआ, फिर क्लोरोडीन तीस बूँद पिलाई गई किन्तु उससे भी तनिक सा फायदा हुआ। तदुपश्चात् दुग्ध की टकोर कराई गई और उससे उसी क्षण पीड़ा शांत होनी शुरू हो गई और पूरे एक घण्टे में पूर्ण लाभ होगया। देखिये जहां अंप्रेजी दवा क्लोरोडीन से १॥ घण्टा में कुछ लाभ प्रतीत न हुआ वहां दुग्ध से आराम हो गया।

अन्धी आंत की सूजन

यह पीड़ा नाभी से प्रायः दो इंच दाईं ओर हुआ करती है और दबाने से बहुत ज्यादा हुआ करती है। इसको बन्द करने के लिए भी दुग्ध अद्भुत चमत्कारी गुण दिखाता है।

एन्टीफ्लोजस्टिन से जहां तनिक भी लाभ नहीं हुआ वहां दुग्ध की टकोर से पहले ही दिन लाभ प्रतीत होने लगता है और तीन चार दिन में ही पूर्ण लाभ हो जाता है। (अलवी)

कोष्ठबद्धता

कई मनुष्यों को तो रात्रि को सोते समय गरम दूध पी लेने से प्रातःकाल खुलकर टट्टी लग जाती है किन्तु कईयों को तनिक अन्तर प्रतीत नहीं होता बल्कि अधिक कब्ज हो जाया करती है। ऐसे लोगों को उचित है कि वह दूध में एक तोला बादाम रोगन मिलाकर पिया करें। या ऊंटनी अथवा भेड का दूध पीवें।

हृदय के रोग

यहां केवल उन्हीं रोगों का वर्णन किया जायगा, जिनकी दूध से चिकित्सा हो सकती है।

हृदय की धड़कन

इस रोग के रोगी को न ही तो पूरी निद्रा आती है और न ही किसी काम को पूर्णरित्या कर सकता है। तनिक से कोलाहल से अथवा जरासी मुसीबत से घबरा जाता है, हृदय धड़कने लग जाता है तथा एकान्त प्रिय हो जाता है। सारांश रोगी भांति २ की कठिनाइयों में फंस जाता है, इसकी सर्वोत्तम दुग्ध चिकित्सा वही है जो उन्माद रोग के प्रकरण में लिखी जा चुकी है। जिसके ४० दिन तक जारी रखने से हृदय की गरमी और भय आदि दूर होकर रोगी स्वस्थ हो जाता है।

गर्मी के अनेक रोगों की एक ही अद्वितीय चिकित्सा

निम्नलिखित प्रयोग हमारा तथा हमारे मित्र कई हकीमों का अनुभूत सिद्ध है। यह हृदय की धड़कन, प्रमेह, तृषा, होलदिली और बेचैनी आदि के लिए लासानी है और विशेषता यह है कि नांही तो दवा की तैयारी में भगड़ा करना पड़ता है और न ही विशेष लागत की चीज है।

बकरी का या गाय का आध सेर दूध लेकर मिट्टी के कोरे

कूजे में डालें और उसके गले में रस्ती बांध कर रात्रि के समय किसी खूंटी पर लटका दें जिससे कि चन्द्रमा की शीतल किरणों का प्रभाव सीधा कूजे पर पड़ता रहे, फिर प्रातःकाल के समय उस दूध में ३ तोला मिश्री मिलाकर और दो चार बार उलट-पुलट करके रोगी को पिला दें, गिनती के दिनों में रोगी रोग से मुक्त हो जावेगा। अनेक बार का अनुभूत है।

नोटः—प्रायः ही लोग ऐसे साधारण चुटकलों पर विश्वास नहीं करते और उनसे होने वाले लाभों से वंचित रह जाते हैं। अतएव पाठक वृन्द इसे साधारण प्रयोग न समझें।

यकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोग

इसमें सन्देह नहीं कि प्लीहा भी मनुष्य शरीर का एक अत्यावश्यक अंग है, किन्तु इसमें रोग उत्पन्न हो जाने पर स्वास्थ्य का पुष्प कुमलाये बिना नहीं रहता। अतएव नीचे हम यकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोगों का वर्णन करते हैं और साथ ही इन रोगों की दुग्ध चिकित्सा भी लिख देते हैं।

यकृत पीड़ा

यह पीड़ा बड़े जोर से हुआ करती है, जी मिचलाता है और वमन होती है, कभी हिचकियां सतानें लगती हैं। नीचे हम इसी पीड़ा की चिकित्सा लिखते हैं जिससे भिन्दों में ही तड़फते हुए रोगी को चैन पड़जाता है।

यकृत स्थान पर दूध से टकोर शुरु करायें। कई बार की टकोर से शर्तिया आराम हो जावेगा। टकोर करने की विधि गत पृष्ठों में लिखी जा चुकी है। अलवी साहेब लिखते हैं कि एक रोगी को यकृत की कठिन पीड़ा हो रही थी। हमने दूध से टकोर (तकमीद) करानी शुरु की जिससे पहली बार में ही आराम हो गया, किन्तु एक बार और कराई गई।

यकृत शोथ

यह रोग भी कठिनता से जाने वाला है, इससे चेहरे का रंग मटियाला सा हो जाता है और यकृत स्थान में पीड़ा हुआ करती है। सांस खिचकर आता है और रोगी को बड़े जोर का ब्वर हो जाता है। यकृत स्थान पर शोथ प्रतीत होता है।

सबसे बड़ी परीक्षा यह है कि रोगी बाई करवट लेट नहीं सकता। कभी आंखों में साधारण पीतता और कभी पूर्ण रूप से पाण्डु रोग हो जाता है। ऐसी दशा में कच्चे दूध से दिनमें चार बार टकोर करावें, परन्तु प्रतिवार डेढ़ घण्टा से कम न हो। इससे कुछ ही दिनों में शर्तिया यकृत शोथ उतरकर आराम हो जावेगा। पीने को यदि अर्क मकोय दिया जावे तो अति शीघ्र लाभ होने की आशा है।

उदावर्त

इस रोग में प्रथम यकृत में निर्बलता उत्पन्न होती है और फिर पांव, मुख और उदर पर शोथ आजाता है। पेट बेहद फूल जाता है। इसके भेद सविस्तार वर्णन करने के लिये तो पुस्तक का विषय आज्ञा नहीं देता, अतएव एक प्रयोग लिखा जाता है जो इस रोग में लाभदायक है।

प्रयोग—इस रोग के रोगी को जब भी लुधा और पिपासा अनुभव हो तब उंटनी का दूध ही पिलाया जावे। यदि इतना सहन न हो सके तो न्यूनातिन्यून दिन में चार बार तो अवश्य पिलाया जावे। इस प्रकार दो तीन सप्ताह दूध सेवन करने से रोगी को अवश्य ही आराम हो जाता है।

वैद्यकीय नोट

रोगी को जिस उंटनी का दूध पिलाया जावे उसको यदि उन

दिनों में पीपल, बबूल, फरांस, इन्द्रायण, कासनी, मकोय, आक, शाहत्तरा इत्यादि में से जो प्राप्त हो सके उन वृक्षों और बेलों की पत्तियाँ बतौर चारा खिलाते रहें तो उसके दूध की तासीर में रोग नाशनी शक्ति और भी अधिक बढ़ जाती है।

उंटनी का ताजा दूध ही निकाल कर रोगी को पिलाना उचित है और यह कोई कठिन बात नहीं। उंटनी को भी बकरी की भांति जब जी चाहे दूहा जा सकता है।

प्लीहा

यह प्रसिद्ध रोग है, जिसके कष्ट का इस बात से अनुमान लगायें कि इस रोग के रोगी से कोई भी काम नहीं हो सकता। यहाँ तक कि तनिक-सा चलने-फिरने से ही दम फूल जाता है, और प्लीहा स्थान पर पीड़ा होने लगती है। खाने-पीने को जी नहीं चाहता। सारांश उसका जीवन ही नष्ट हो जाता है। इस रोग को दूर करने के लिए यहाँ कुछेक प्रयोग लिखे जाते हैं।

प्लीहा ध्वंश दुग्ध

एक सेर गो दुग्ध लेकर उवालों। जब दो-तीन उवाल आ चुकें तो उबलते हुए दूध में चार तोला कलमी शोरा डालकर दूध को तन्त्रण चूल्हे पर से उतार लें। दूध फट जावेगा। उसका पानी कपड़े में से छानलें और इस पानी को तीन दिन पिलायें और रोगी को हिदायत कर दें कि इसको पीने के पश्चात् बाईं करवट के बल लेट जाय। तथा उन दिनों में भोजन खिचड़ी मूंग या अरहर की दाल घृत मिलाकर खिलायें परन्तु दवा लेने के बाद दुपहर तक कुछ न खाना चाहिए। यदि तीन दिन के पश्चात् पूर्ण रूप से आराम नहीं हो तो फिर सात दिन तक सेवन कराना उचित है। घी खूब खिलाते रहें। एक सप्ताह में शर्तिया आराम हो जावेगा। (इसरारुल तिब्बा)

प्लीहा चिकित्सा

यदि कई दिन तक निरन्तर दिन में चार बार दूध की टकोर की जावे तो कुछ दिनों में प्लीहा को आराम हो जाता है। (अलबी)

प्लीहा में दूध का टीका

परिष्कृत दूध का टीका भी इस रोग में अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुआ है। दो सप्ताह में तीन चार अथवा पांच टीकों में प्लीहा अपनी असली हालत पर आ जाती है। विशेषकर मलेरिया के कारण बढ़ी हुई प्लीहा के लिए यह चिकित्सा अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुई है। हां! काले आजार से होने वाले रोग में इस से अधिक सफलता प्राप्त नहीं हुई।

टीका लगाने का स्थान

टीका शिराओं के स्थान पर अवयवों के मध्य में लगाया जाता है और दूसरे-तीसरे या चौथे दिवस के अन्तर से क्रमशः दो चार, छः आठ और दस सी. सी. की मात्रा में परिष्कृत दुग्ध जिसके स्निग्ध द्रव्य बिलकुल दूर कर दिए गए हों शरीर में प्रविष्ट किया जाता है।

(Indian Medical Gazette)

दर्द गुर्दा का उपाय

दूध से कपड़ा तर करके जरा सा निचोड़ दें ताकि फालतू दूध निकल जावे और फिर गुर्दे पर रखकर ऊपर गर्म फलालेन का कपड़ा रखकर पट्टी बांध दें और इसी प्रकार दिन में दो बार करें और रोगी को मूत्र अधिक लाने वाली औषधि भी खिलायें। पीड़ा शान्त हो जावेगी।

नोट—जहाँ दूध की टकोर दर्द गुर्दा को शान्त करती है, वहाँ यह भी याद रखना उचित है कि निरन्तर गो दुग्ध पान करते

रहने से दर्द गुर्दा और पत्थरी आदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं। अतएव दर्द गुर्दा के रोगी को गो दुग्ध न पिलावें।

मधुमेह

इस रोग में रोगी को अत्याधिक प्यास लगती है। जिससे बारम्बार जलपान करता रहता है और उतना ही अधिक पेशाब करता है। कई रोगियों के मूत्र में शर्करा आने लगती है जिसका चिह्न यह है कि रोगी के मूत्र पर शर्करा के कारण चिऊंटियां (Ants) एकत्रित हो जाती हैं। इस रोग की चिकित्सा अति कठिन है, ऐसे प्रयोग बहुत कम हैं जो मधुमेह को जड़ मूल से उखाड़ देने का प्रभाव रखते हों। हमने “अनुभूत योग चिन्तामणि” के द्वितीय भाग में दो ऐसे अद्वितीय प्रयोग लिख दिए हैं जिनसे इस रोग का शर्तिया नाश हो जाता है। यहां दूध से मधुमेह का इलाज करना बताते हैं यद्यपि यह इलाज पूर्ण विश्वासनीय तो नहीं है तथापि लाभदायक अवश्य है।

कथा

एक ५० वर्ष की आयु का अत्यन्त निर्बल इस रोग का रोगी हमारे पास आया जिसको छः मास से मूत्राधिक्य और प्यास की शिकायत थी और मूत्र में शर्करा भी आती थी। हमने उससे कहा कि दूध से मक्खन निकाल कर उस दूध को अधिक मात्रा में पिया करो अर्थात् दिन में कई बार पिओ। चुनांचे एक सप्ताह के पश्चात् रोगी ने बतलाया कि मुझे इस प्रकार दुग्ध पान करने से लाभ प्रतीत हुआ है। अतएव दो मास पर्यन्त यही इलाज जारी रखा गया, जिससे रोगी को मूत्र भी कम आने लगा, पिपासा भी शान्त हो गई।

उष्णवात (सोजाक)

यह भी बड़ा ही कष्टप्रद रोग है। इस रोग के रोगी की

दशा का पूर्ण मान चित्र और उसकी विवेचना का वर्णन तो “अनुभूत योग चिन्तामणि” में लिखा गया है। यहां केवल चिकित्सा ही लिखी जाती है।

प्रयोग

बड़े २ हकीमों का कथन है कि यदि सोजाक के रोगी को बिन सूचना दिये घोड़ी का दूध समभाग पानी मिला कर और सन्दल के शर्वत से मीठा करके प्रातः सायं पिलाया जाय तो इसको निरन्तर २१ दिन तक सेवन कराने से पुराने से पुराना सोजाक शर्तिया दूर हो जाता है। गरम चीजों से परहेज।

पिचकारी का प्रयोग

गाधी का ताजा दूध लेकर प्रातः सायं पिचकारी करने से रोगी को चैन पड़ जाता है और कई दिन में जखम साफ होकर पूर्ण लाभ हो जाता है।

द्वितीय प्रयोग

गाय अथवा बकरी का दूध लेकर उसमें कुछ पानी मिलाकर दिन में दो बार पिचकारी करें यहां तक कि मसाना दहल जाय इससे सोजाक की बढ़ी हुई पीड़ा को प्रथम दिवस ही आराम आने लगता है, और कुछ ही दिनों में पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है। यदि पिलाने के लिए घोड़ी का दूध वाला प्रयोग इसके साथ व्यवहार में लाया जावे तो पूर्ण चिकित्सा है।

मूत्रदाह

यह रोगी भी सोजाक का नमूना है, इसके लिए यदि दूध को पूर्वोक्त कथनानुसार (दूध को कूजे में डालकर चन्द्रमा के प्रकाश में लटकाना लिखा गया है) पिलाया जावे तो कुछ ही दिनों में पूर्ण लाभ हो जावेगा।

सरल उपाय

बकरी के ताजा दूध में बहुत सा ठंडा पानी मिलाकर और उसमें मिश्री या खांड मिलाकर पिलाने से मूत्रदाह, मूत्रकृच्छ्र दूर हो जाता है। गरम चीजों से परहेज करावें।

गुदा के रोग

गुदा रोगों में से अर्श एक प्रसिद्ध रोग है, जिसकी कठिन पीड़ा के कष्टों से मनुष्य मात्र परिचित हैं। भारतवर्ष में तो विरला ही कोई ऐसा कुटुम्ब होगा जो इस भयंकर रोग के आक्रमण से सुरक्षित रहा हो। यही कारण है कि प्रत्येक व्यक्ति यही चाहता है कि अर्श का चिकित्सक बन जाऊं तो मेरा रोजगार बखुबी चल सकता है। इसके विषय में नीचे कुछ छांटे हुए चुटकले लिखे जाते हैं।

अर्शनाशक दुग्ध चूर्ण

एक आश्चर्यजनक विधि जिससे दुग्ध मैदे के समान चूर्ण बनाया जा सकता है।

दयालु ईश्वर ने जड़ी बूटियों में ऐसे २ दिव्य गुण भरदिये हैं जिनसे भयंकर से भयंकर रोगों को सरलता पूर्वक मिटाया जा सकता है। अतएव हम यहां एक ऐसी बूटी का वर्णन करते हैं जिससे न केवल दूध को ही मैदे की तरह बनाया जा सकता है, बल्कि वह अर्श रोग की भी अत्युत्तम औषधि बन जाती है।

भैंस का दूध लेकर चूल्हे पर रखें और उसमें कंधी बूटी की कुछ शाखायें लेकर दूध में फिराते रहें, यहां तक कि दुग्ध चूर्ण के रूप में हो जावे। फिर समभाग खांड मिलाकर बोटल में भरकर रखलें। अर्श पीड़ित को प्रतिदिन एक हथेली भर मात्रा में जल के साथ खिलाया करें। अर्श के लिये लाभदायक है।

पीड़ा शांत करने और मस्से गिराने का उपाय

यदि बिल्ली का दूध मस्सों पर लगाया जावे तो तत्काल पीड़ा शांत हो जाती है और कई बार लगाने से रक्त साव बन्द हो जाता है तथा चिरकाल लगाते रहने से मस्से मुरभा जाते हैं।

त्वचा तथा संधि की व्याधियां

नीचे उन बीमारियों का वर्णन किया जाता है जिनका सम्बन्ध त्वचा और संधियों से है।

कण्डू (खुजली)

निम्नलिखित चिकित्सा से हर प्रकार की खुजली मिट जाती है, विशेषकर खुश्क खुजली के लिए तो अकसीर ही है।

गो दुग्ध से दिन में तीन चार बार कण्डू को धोने से शीघ्र ही आराम हो जाता है। अत्यन्त सरल और लाभदायक विधि है।

यदि सारे शरीर पर कण्डू हो तो दुग्ध में पानी मिलाकर उसमें कपड़ा तर करके शरीर पर मालिश करावें। इसी प्रकार प्रतिदिन एक घण्टा मालिश किया करें। तीन चार दिवस की मालिश से ही शर्तिया लाभ हो जायगा।

दद्रु

दाद की यह अव्यर्थ चिकित्सा है, प्रतिदिन दो बार पूर्व कथनानुसार दूध की टकोर किया करें। इससे कण्डू तो प्रथम दिवस ही मिट जायगी किन्तु पूर्णतया लाभ तो निरन्तर कई दिवस पर्यन्त प्रयोग जारी रखने से ही होगा।

चम्बल

चम्बल के लिए केवल वाह्य चिकित्सा पर ही निर्भर नहीं

रहना चाहियें बल्कि उचित है कि पहिले जुलाब देकर फिर कोई रक्त शोधक औषधि का सेवन करावें, पुनः दूध की टकोर आरम्भ करें। निरन्तर दो तीन सप्ताह के सेवन से लाभ होगा।

तर खाज

इस रोग में पहिले फुन्सियां होती हैं और फिर उन में अत्यधिक खाज आया करती है। खुजाने से जो पीत वर्ण का पानी सा निकलता है, वह इतना तीव्र होता है कि यदि किसी दूसरे स्थान पर लग जावे तो वहीँ पर फुन्सियां उत्पन्न हो जाती हैं। प्राय ही बाजू और सिर पर यह फुन्सियां अधिकतर देखी गई हैं, इसलिए निम्नलिखित दुग्ध चिकित्सा करें।

दिन में दो बार कच्चे दूध से टकोर करावें, इससे प्रथम दिवस ही कण्डु का उठना बन्द हो जाता है और कुछेक दिनों में पूर्ण लाभ हो जाता है।

ब्रण

ब्रण को पकाना, फोड़ना और घाव को भरना इत्यादि ये सब कुछ तो दूध से नहीं हो सकता तथापि पीड़ा को दूर करने और घाव को भरने के लिये दूध की टकोर उत्तम उपाय है। यदि फोड़ा कष्ट दे रहा हो तो उसे नशतर से चीरकर उसपर दुग्ध टकोर की क्रिया करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

लाहौरी फोड़ा

कथन मात्र के लिये तो यह फोड़ा ही है, किन्तु है ऐसी बुरी बला कि रोगी का पीछा छोड़ता ही नहीं। बडी २ मरहमें इसकी जड़को उखाड़ने में फेल हो जाती हैं। परन्तु इसके लिए भी दूध की टकोर अत्यन्त लाभदायक उपाय है।

फोड़े को लैनसिट से छीलकर उसका घाव खोल दें और उस

पर दूध की टकोर दिनमें दो बार कराया करें। इस चिकित्सा से दो तीन सप्ताह में ही पूर्ण आराम हो जाता है।

छायाकी

यह रोग कुछ ही घण्टों के लिये हुआ करता है, किन्तु कई बार देखा गया है कि कइयों का महीनों पीछा नहीं छोड़ता अतएव इसके लिये भी प्रथम जुलाब देकर पुनः दूध में पानी मिलाकर और उसमें कपड़ा भिगोकर शरीर पर मालिश करनी चाहिए।

पुराना घाव (नासुर)

जब घाव पुराना हो जावे तो उसका भरना बहुत कठिन होता है। इसके लिए उचित है कि बारीक कपड़े की बन्ती बनाकर और दूध से तर करके जखम के अन्दर रखा करें। इस चिकित्सा में समय तो लगेगा किन्तु लाभ आवश्यक हो जावेगा।

नोट—यदि घाव का मुंह तंग हो तो उसको ऑपरेशन करके चौड़ाकर लेना चाहिये।

छाले

कई बार शरीर के किसी भाग पर अनेक छाले उत्पन्न हो जाया करते हैं जोकि बहुत जलते रहते हैं। इसके लिये भी कच्चे दूध की टकोर कराना अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुआ है। कई बार की टकोर से छालों का पानी जब्ब होकर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है। आराम होने पर भी कुछ दिन तक टकोर करते रहना चाहिये।

आन्तरिक घाव

शेखुल रईस बूअलीसीना का कथन है कि आन्तरिक घावों के लिये दूध अत्युत्तम औषधि है। दूध के पीने से आन्तरिक घाव धुल जाते हैं। यदि कोई विशेष रुकावट न हो तो घाव भर भी जाते हैं।

चेहरे के दाग व कील

रात्रि के समय बकरी के दूध में सरसों भिगोकर रख दें और प्रातःकाल घोटकर मुखपर मलें और कुछ देर बाद गर्म पानी और साबुन से धो डालें। कई बार के प्रयोग से लाभ हो जावेगा।

दूसरी विधि

खी और गधी के दूध का खोया बना रातको चेहरे पर लेप करें और प्रातःकाल समोष्ण पानी से धोवें। इसके कई दिन के प्रयोग से कील, कांटे, दाग साफ होकर रंगत निखर आती है।

पश्चिमी स्त्रियों का तरीका

सुना जाता है कि रुमी जाति के उन्नति काल में अनेक सौन्दर्योपासक अमीरजादियां सौन्दर्य वृद्धि के लिये जल की अपेक्षा दुग्ध स्नान किया करती थीं। उनका विचार था कि दुग्ध स्नान से मनुष्य न केवल अनेक रोगों से बचा रहता है बल्कि सौन्दर्य वृद्धि के लिये भी अत्योत्तम साधन है।

आजकल योरुप की अनेक रमणियां दुग्ध स्नान करके रोम की कथाओं का क्रियात्मक अनुकरण कर रही हैं, विशेषकर सिनेमा की एक्टरस।

इस काम के लिये प्रायः ही बकरी या गधी का दूध इस्तेमाल किया जाता है। ईश्वर की लीला है कि भारतवासियों को तो पीने के लिये भी दूध प्राप्त नहीं होता परन्तु कहीं इससे मूल उतारने का काम ले रहें हैं।

सारांश परिणाम यह निकलता है कि दूध से दाग, धब्बे दूर होकर त्वचा कोमल और स्वच्छ हो जाती है। बस! हमारा तो केवल इतना ही अभिप्राय है।

ज्वरों का वर्णन

ज्वरों के भेद आदि वर्णन करने के लिए यहां स्थान नहीं है और न ही पुस्तक का यह विषय है अतएव हम इन सब बातों को छोड़कर केवल दो प्रकार के ज्वरों का वर्णन करते हैं।

विषम ज्वरों को तेजी दूर करना

दूध ज्वर को रोकने में तो तनिक भी लाभदायक नहीं है किन्तु ज्वर की तेजी को दूर करने के लिये अद्वितीय औषधि का काम देता है।

जब ज्वर का जोर हो तो ऐसे समय पर सिर और छाती तथा टांगों पर कच्चे दूध की टकोर करायें इससे अति शीघ्र ज्वर का बेग दूर हो जावेगा। परन्तु ज्वर को रोकने के लिए कोई और चिकित्सा करनी चाहिये।

राज्यक्षमा

यह वह रोग है जिसके पंजे में फंसकर अपनी जान नहीं बचा सकते। रोग क्या है, यमपुर का सन्देशा है। दुर्भाग्य से जो भी कोई इस रोग से प्रसित होजाता है तो बस जीवन से हाथ धो बैठता है। इसमें सन्देह नहीं कि आज तक राज्यक्षमा की कोई ऐसी सफल चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिससे ८० या ९० प्रतिशत सफल कहा जासके, तथापि जो औषधियां सफल प्रमाणित हुई हैं उनमें से "दूध" भी एक है। जिससे कई एक लोगों की सौभाग्य से स्वास्थ्य लाभ हो चुका है। हम यहां उन्हीं उपायों का वर्णन करेंगे जो सफल सिद्ध हो चुके हैं।

राज्यक्षमा और गधी का दूध

राज्यक्षमा और कैन्सर के लिए गधी का दूध अति लाभदायक सिद्ध हो चुका है। हमने स्वयं कई बार रोगियों पर अनुभव करके इसको लाभदायक पाया है। इससे रोगी के रोग में दिन

प्रतिदिन अन्तर पड़ता जाता है। विधाता की ओर से जिसका जीवन अवशेष होता है, वह अवश्य तन्दुरुस्त हो जाता है।

विधि

स्वस्थ, युवा और बलवान् गधी का दूध प्रातः-सायं १५-१६ तोला लेकर शवंत बनफशा में मिलाकर पिलाया करें। यह भी ध्यान रहे कि जिस गधी का दूध रोगी को पिलाया जा रहा है, उसको अच्छी खुराक देनी चाहिये, जैसा कि प्रथम ऊंटनी के विषय में लिखा गया है। तथा दूध के लिये ऐसी गधी खोजनी चाहिये जिसने नर बच्चा प्रसव किया हो।

यह खास हकीमाना नुक्ते हैं जिनको प्रत्येक मनुष्य नहीं जानता, इसलिये चिकित्सक को इन सब बातों का ध्यान रखना उचित है। यदि किसी सूखी, सड़ी बीमार गधी का दूध पिलाकर कोई इस प्रयोग को असत्य सिद्ध करेगा तो उसका कथन अमान्य होगा।

स्त्री का दूध और राजयक्ष्मा

कुछ काल की बात है कि अंग्रेजी समाचार पत्रों में योरुपियन फिलासफरों के एक नवीन अन्वेषण का चर्चा हो रहा था जिनमें लिखा गया था कि स्त्री का दूध मानुषी शक्ति को स्थिर रखने और खोई हुई शक्ति को पुनः वापिस लाने के लिये अमृत है और इसके सम्बन्ध में कुछेक अनुभव भी लिखे गये थे। और यह भी बताया गया था कि स्त्री का दूध पुरुष को स्तन से स्वयं चूसना चाहिये क्यों कि उस प्रकार ज्यादा लाभदायक सिद्ध होता है। चूंकि यह हिंस्रता का काम धार्मिक और साम्प्रदायिक जंजीरों के अन्दर जकड़े हुये रूढीवादी भारतीयों से नहीं हो सकता। हमें इसके लज्जाजनक या पापजनक होने से बहस नहीं, हमें यहां दूध से होने वाले लाभों का वर्णन करना है। न केवल योरुपियन डाक्टरों ने ही बल्कि बहुत

सारे वैद्यों ने भी इस क्रिया को राजयक्ष्मा और कैंसर के लिये अमृत तुल्य लिखा है।

एक मनोहर कथा

विलायत में एक राजयक्ष्मा का रोगी था, संयोगवश उसकी पुत्री का देहान्त हो गया और उसकी स्त्री को दूध चढ़ जाने से स्तनों में पीड़ा होने लगी तो उसके पति ने उसका दूध चूसना आरम्भ कर दिया और दिन उसको कुछ लाभ प्रतीत हुआ। अतएव उसने इस क्रिया को चिरकाल तक जारी रखा और कुछ ही दिनों में स्वस्थ हो गया।

राजयक्ष्मा और दुग्ध स्नान

राजयक्ष्मा के रोगी के लिए वैद्यक ग्रन्थों में दुग्ध स्नान की बड़ी महिमा लिखी है, क्योंकि इससे न केवल रोगी के रोम कूप खुल जाते हैं बल्कि इससे खुले हुये रोम कूपों द्वारा रोगी के सूखे हुए शरीर और अस्थियों में शक्ति का संचार होने लग जाता है, और इस प्रकार रोम कूपों द्वारा दूध को शरीर के अन्दर पहुँचाने में यह खास हिकमत बताई जाती है कि चूंकि राजयक्ष्मा के रोगी की पाचन शक्ति तो अत्यन्त निर्बल हो जाती है इस लिए वह दूध को अधिक मात्रा में पीकर पचाने में तो किसी प्रकार सफल नहीं हो सकता—अतएव स्नान से रोगी के कुमलाये और मुरम्भाये हुये शरीर को तरोताजा बनाया जा सकता है।

स्नान विधि

प्रश्न होता है कि रोगी को कितने दूध से और किस प्रकार नहलाया जाय। उसकी विधि यह है कि रोगी के लिए एक ऐसा टब मोल लें जिसमें रोगी सरलतापूर्वक तकिया लगा कर लेटने और बैठने की मध्यावस्था में रहे। अब उसमें रोगी को लिटाकर इतना दूध डालें कि रोगी गले तक डूबा रहे, तत्पश्चात् यदि रोगीमें

स्वयं शक्ति हो तो वह स्वयं अपने हाथों से अपने शरीर को विशेष कर छाती और नाभी स्थान को अधिक मलता रहे, इसी प्रकार शक्ति अनुसार रोगी को १५ मिनट से लगाकर एक घण्टा तक प्रतिदिन यही क्रिया करनी चाहिये। यदि सम्भव हो तो प्रातः सायं इसी प्रकार स्नान कराना चाहिये।

स्नानागार

स्नान के लिए ऐसे कमरे का प्रबन्ध करें जो कि स्वच्छ और प्रकाश युक्त हो। कमरेमें वायु तो आती हो परन्तु सीधी रोगी के शरीर को न पहुँचती हो। ऐसे कमरे में बन्द करके रोगी को टब में बिठाना चाहिये। और रोगी को स्नान कराने के पश्चात् उसके शरीर को किसी स्वच्छ और कोमल तौलियादि से साफ करके वख उड़ा दिया करें एवं फिर रोगी को कहें कि इसी मकान के अन्दर इधर उधर टहल कर विस्तर पर लेट जावे यदि भूख लगी हो तो जुधा अनुसार उचित भोजन खिलावें।

दुग्ध स्नान से लाभ

महर्षि चरक ने चरकसंहिता में दुग्ध स्नान के लाभों का विस्तार पूर्वक वर्णन किया है। इस प्रकार के दुग्ध स्नान से सैंकड़ों लाभ होते हैं, शरीर के सारे रोम कूप खुल जाते हैं और विजातीय द्रव्य रोम कूपों के द्वारा खारिज हो जाते हैं। शरीर की बढ़ी हुई उष्मा धीरे २ कम होनी शुरू हो जाती है, और शरीर में शक्ति का संचार होने लगता है। तथा विजातीय द्रव्य निकल जाने से शरीर हल्का फुल्का और फुर्तीला हो जाता है। कास और ज्वर दिन प्रति दिन घटने लगता है। शरीर की थकान और सुस्ती दूर होने लगती है और नींद भी आराम और चैन से आती है, और रोगी की चिन्ता भी मिट जाती है। चित्त प्रसन्न रहता है, और १०५ डिग्री का ज्वर इस प्रकार के स्नान से निश्चय ही १५-२० मिनट में उतर

कर १०० डिग्री या इससे भी कम रह जाता है। जो रोगी पाव भर दूध हजम न कर सकता हो, इस विधि से उसके शरीर में सेरो दूध की शक्ति पहुँचने लगती है और दित प्रति दिन रोगी को आराम होने लगता है तथा अन्त में शर्तिया आराम हो जाता है।

निवेदन

जो महाशय उपरोक्त चिकित्सा विधि से लाभान्वित हों कृपया वे परिणाम से अवश्य सूचित करें ताकि अगली आवृत्ति में उनके शुभ नाम के साथ तसदीक दर्ज करदी जावे।

पुरुषों के गुप्त रोग

चूंकि दूध एक अत्यन्त ही पौष्टिक पदार्थ है, अतएव यहां ऐसे चुटकले लिखे जाते हैं, जिससे दूध द्वारा पुरुषों के गुप्त रोगों की सरलता पूर्वक चिकित्सा की जा सकती है।

बाजीकरण अक्सरीं

कुछेक भस्में जो दूध से तैयार होती हैं, अत्यन्त बाजीकरण और बलदायक होती हैं उनका वर्णन आगामी पृष्ठों में किया जावेगा। अतएव यहां लिखनेकी आवश्यकता नहीं समझी। जिनको देखने की इच्छा हो वे भस्मों के प्रकरण में देखलें।

सन्यासी बाजीकरण क्रिया

गाय या भैंस का ताजा दूध लेकर तद्दणअग्नि पर रखदें जब कई उवाल आ चुकें तो उसको मधु (शहद) से मीठा करके दो गिलासों में नीचे ऊपर धार बांधकर उल्ट पल्ट करें, यहां तक कि १०१ वार एक गिलास से दूसरे गिलास में उल्ट पुल्ट होजावे अब इसको खड़े २ पीजावें और निरन्तर ४० दिन यही क्रिया करें।

लाभ

यद्यपि देखने में यह साधारण सी क्रिया दृष्टिगोचर होती

है किन्तु अनुभव बतलाता है कि इससे गिनती के दिनों में मनुष्य लाल सुख हो जाता है। तथा यह अत्यन्त बाजीकरण है।

हकीमाना नुकता

जब दूध को दो वर्तनों में उल्ट पुल्ट किया जाता है तो उसके अधिक लाभ होने का यह कारण होता है कि इस लोट पोट के अन्दर वायु से ऑक्सीजन का उत्तमोत्तम अंश दूध में सम्मिलित हो जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए अमृत है।

द्वितीय क्रिया

उपरोक्त विधि की भांति एक और भी क्रिया है जिससे सुस्ती, नामर्दा आदि नष्ट होकर शरीर में खून ही खून पैदा हो जाता है। चूंकि इसमें मधु ही प्रधान वस्तु है इस लिए इसका प्रयोग "मधु गुण विधान" नामक पुस्तक में देखें। मूल्य १॥) है।

मैथुनोत्पन्न निर्बलता

अव्वल नम्बर भेड़ी का दूध डेढ पाव और दूसरे नम्बर में भैंसे का अथवा गाय का दूध आध सेर में बादाम रोगन डेढ तोला मिलाकर मैथुन करने के पश्चात् पीलें। इससे तत्काल ही सारी निर्बलता मिनटों में दूर हो जाती है और इस प्रकार दुग्ध सेवन करने वाला कभी भी निर्बल नहीं होने पाता।

अत्यन्त बाजीकरण तथा स्तम्भक दूध

यदि बकरी को सोमल खार एक चावल से शुरू करके क्रमशः बढ़ाते २ एक माशा तक आटे की गोली में लपेट कर खिलाने लगें और उस बकरी का ताजा दूध नित्य प्रति पीते रहें तो इससे बाजीकरण शक्ति खूब बढ़ती है और प्राकृतिक स्तम्भन उत्पन्न होता है।

इसी प्रकार का दूसरा प्रयोग

उपरोक्त विधि से यदि हड़ताल बर्किया खिलाना शुरू करा दें और ताजा दूध पीते रहें तो इससे भी बाजीकरण शक्ति बढ़ती है और रक्त की शुद्धि होती है।

स्त्री रोग चिकित्सा

प्रकृतिने जहां दूध में और भी अनन्त गुण उत्पन्न किये हैं, वहां स्त्री रोगों के लिये भी लाभदायक बनाया है। यहां कुछ ऐसे प्रयोग कथन किए जाते हैं जिनसे स्त्रियां अपने घर में ही दूध से स्वयं अपनी चिकित्सा कर सकें।

मासिक धर्म की अधिकता

यह वह अनिष्टकारी रोग है जिसे बिचारी लज्जाशील स्त्रियां बताती तक नहीं। इसके लिये बकरी के दूध में लोहे या मिट्टी के कुछ टुकड़े आग में लाल सुख करके बुझायें और इसी प्रकार दस बार बुझाकर दूध को शीतल करके पिला दें आराम हो जावेगा।

आर्तव की अधिकता की अक्षरी दवा

इस दवा के कुछ ही दिनों के सेवन से आर्तव रक्त शर्तिया रुक जाता है। चाहे प्रतिदिन सेरों खून निकल जाता हो। चूंकि यह दवा सिलाखेड़ी भस्म है अतएव इसका पूरा वर्णन और बनाने की विधि इसी पुस्तक के अन्त में देखिये।

आर्तव की कमी

यदि मासिकधर्म के समय रक्त थोड़ी मात्रा में आता हो तो उसको जारी करने के लिये ऊंटनी का दूध गरमागरम गुड़ मिलाकर रोगणी को पिलावें और गर्म कपड़ा उढाकर लिटा दें। इससे रक्त पूर्ण मात्रा में आने लगेगा।

श्वेत प्रदर की दुग्ध चिकित्सा

यद्यपि यह इलाज जरा लम्बा अवश्य है किन्तु है लाभदायक दूध को पानी में मिलाकर दिनमें दो बार किसी दाई से गर्भाशय को धुलवाया जाये और यही क्रिया एक मास तक जारी रखें, फिर बन्द करदें। फिर एक मास धोने की क्रिया करायें। इसी प्रकार ३ बार करने से अवश्य आराम हो जाता है।

योनि कण्डू

यह भी एक लज्जाजनक रोग है, निम्नलिखित चिकित्सा से गिनती के दिनों में शर्तिया आराम हो जाता है। मलमल के साफ कपड़े को ४ तह करके दूध में भिगोकर योनि के कण्डू स्थान पर रखें इसी प्रकार दिनमें ३-४ बार करें। एक सप्ताह में पूर्ण लाभ हो जावेगा।

कुचाओं का शोथ

जब स्तन दूध में भरा हुआ हो तो बालक के शिर से या और किसी तनिक सी चोट लग जाने से स्तन में गांठ सी पैदा हो कर दर्द होने लगता है। यदि इसकी शीघ्र ही उचित चिकित्सा न हो तो पीप पड़कर रोगिणी को महीनों तक बीमार कर देती है। इसके लिए निम्नलिखित चुटकला अति लाभदायक है। प्रति दिन कच्चे दूध से दिनमें चार बार प्रतिवार डेढ घन्टा टकोर करें। आशा है कि पहिले दिन ही पर्याप्त लाभ प्रतीत होगा और तीन दिन में पूर्ण लाभ हो जावेगा।

छोटे स्तनों को बड़ा करने की विधि

पहिले स्तनों को तोलिये और गरम पानी से रगड़ २ कर लाल मुख बना लिया जाय फिर भेड़ के दूध की मालिश की जाया करे तो इस विधि से छोटे स्तन बड़े हो जाया करते हैं।

योनि संकीर्ण करने की विधि

यह कोई आवश्यकिय तो नहीं है किन्तु कई शोकीनों को इसकी भी आवश्यकता हुआ करती है। अतएव जबकि रोगिणी प्रदर रोग में ग्रसित हो तो उसके लिये यह चुटकला न केवल अस्थाई रूप से लाभदायक है बल्कि निरन्तर कुछ दिन उपयोग में लाने से रोग का नाश भी हो जाता है।

जब घोड़ी प्रथम बार बच्चा प्रसव करे तो उसका पहली बार का निकला हुआ दुग्ध लेकर उसमें कपड़ा तर करके रखदें और दूसरे दिन निकालकर छाया में सुखा लें। बस दवा तैयार है। आवश्यकता के समय दो घण्टे पहले स्नान करके उस कपड़े को योनि में रखलें, योनि संकीर्ण हो जावेगी।

नोट—यदि प्रतिदिन इसी क्रिया को जारी रखा जाये अर्थात् उसके कपड़े को योनि में रखा जाया करे तो इससे प्रदर रोग भी दूर हो जाता है।

केवल तमाशबीनी या आनन्द के लिये इस प्रयोग को न करें।

बाल रोग

बालकों के लिये दूध की कितनी अधिक आवश्यकता है। इसका अनुमान इस बात से पूर्णतया लगाया जा सकता है कि बालक का जन्म होते ही दूध की आवश्यकता होती है और प्रकृति देवी नवजात शिशु को ऐसी शिक्षा देकर संसार में भेजती है कि वह उत्पन्न होते ही माता के स्तनों को चूसने लगता है। किन्तु हम यहां ऐसी चिकित्सा का वर्णन करेंगे जिससे सरलता पूर्वक बालकों के अन्यान्य रोगों की चिकित्सा की जासके।

कर्ण शोथ

इस रोग में प्रायः ही बालकों के कान के नीचे शोथ

हुआ करता है जिससे ज्वर हो जाता है और कठिन पीड़ा होती है। यदि किसी तीक्ष्ण औषधि का लेप कर दिया जावे तो उसको बालक सहन नहीं कर सकता। अतएव कच्चे दूध की टकोर करने से बिना किसी कष्ट के आराम हो जाता है। कई बार की टकोर से शोथ उतरकर ज्वर भी दूर हो जाता है। यदि खाने के लिए कोई अन्य ज्वर नाशक औषधि देदी जावे तो उत्तम है।

काली खांसी

इस खांसी में जब बालक खांसता है तो उसका चेहरा नीला वा स्याही-मायल हो जाता है, उसको काली खांसी कहते हैं।

खालिस गो दुग्ध १० तोला, घी ६ माशा, पानी १० तोला तीनों को मिलाकर इतना पकायें कि पानी जल जावे और केवल दूध व घी बाकी रह जावे। अब इसमें २ तोला मिश्री मिलाकर थोड़ा २ पिलावें, इससे कालीखांसी शर्तिया दूर हो जावेगी। यद्यपि देखने में तो यह साधारणसा प्रयोग है किन्तु है बड़ा लाभदायक।

बालक की पेचिश (मरोड़)

कभी २ जब बालक की माता ग्रिष्ट भिजा खाले तो उसके कारण से बालक की नन्ही और कमजोर आंतड़ियों में सुद्धा पड़ कर कठिन पेचिश शुरु हो जाती है। ऐसे समय में यदि चिकित्सक पेचिश को बन्द करने की औषधियां देने लगे तो उससे लाभ के स्थान में हानि पहुँचने का भय रहता है, क्योंकि जब तक किसी रेचक औषधि से सुद्धे निकाल न दिये जाय तब तक पेचिश का रुकना भयावह होता है। अतएव सुद्धों को निकालने के लिये दो रेचक प्रयोगों का कथन किया जाता है।

प्रथम प्रयोग

कस्टरायल ३ से ६ माशा तक गरम दूध में मिलाकर और खांड से मीठा करके बालक को पिलावें। इससे सरलतापूर्वक दो

दस्त आकर सुद्धे निकल जायेंगे और पेचिश स्वयंमेव मिटजावेगी।

द्वितीय प्रयोग

भेड़ का दूध ताजा-ताजा लेकर गरम २ हालत में बालक को ५ तोला या न्यूनाधिक पिला दिया करें कई बार लगातार पिलाने से बिना जुलाब के सुद्धे निकलकर बालक स्वस्थ हो जावेगा। अनेक बार का अनुभूत है।

बालक को मोटा ताजा बनाना

यदि बालक को कुछ समय तक भेड़ का दूध पिलाते रहें तो इससे बालक मोटा ताजा हो जाता है और कब्ज आदि का कोई कष्ट नहीं होने पाता।

बालकों की खांसी का प्रयोग

निम्नलिखित प्रयोग द्वारा वमन होकर बालक की छाती साफ हो जाती है और जमा हुआ कफ वमन द्वारा निकल जाता है। नासपाल लेकर उसमें बालक की माता का दूध डालकर अग्नि पर रखें, जब मलाई आजावे तो किसी तिनके आदि से दूर कर दें, फिर मलाई आजावेगी वह भी उतार दें। इसी प्रकार तीन बार मलाई उतारकर बाजरे के दाने के बराबर शुद्ध नौशादर डालकर उतार लें और हिला दें।

नौशादर को शुद्ध बनाने के लिए उसकी डली को आटे की गोली में लपेटकर आग में रखें और आटे के सुख हो जाने पर निकाल लें। बस! यही शुद्ध नौशादर है।

प्लेग

यह बड़ा भयंकर रोग है, बहुत से प्राणी तो केवल इसके हो जाने पर भय से ही परलोक सिधार जाते हैं और कुछेक उचित चिकित्सा न होने से काल के प्राप्त हो जाते हैं। यद्यपि अब तक

इसकी विश्वासनीय चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिसको शत प्रतिशत सफल कहा जासके। हम पहले दो सर्वोत्तम प्रयोग अपनी अन्य रचनाओं में प्रकाशित कर चुके हैं और यहां भी एक दो चुटकले लिखते हैं जिनका सम्बन्ध दूध से है।

प्लेग के रोगी के लिए भोजन और दवा

रोगी को दूध और चावल पकाकर खिलायें और बाकी सब चीजों से परहेज करायें।

ऊपर बांधने की दवा

दूध चावल ही पकाकर बतोर पुल्टिस गिल्टी पर बांधे यदि रोगी का जीवन शेष होगा तो गिल्टी में पीप पड़कर फूट जावेगी और ईश्वर की कृपा से रोगी को आराम हो जावेगा।

शीतला से रक्षा

जिन दिनों में चेचक (शीतला) का संक्रामक रोग फैला हुआ हो यदि उन दिनों में किसी को दो सप्ताह पर्यन्त घोड़ी का दूध पिलाते रहें तो उस मनुष्य को चेचक नहीं निकलेगी।

चेचक के बाद गरमी

शीतला के रोगी को यदि उसकी गरमी का असर नष्ट न होता हुआ दिखाई देता हो तो उसको गाय का कच्चा दूध घी और मिश्री मिलाकर पिलाया करें। इससे थोड़े से दिनों में सारी गरमी दूर हो जावेगी।

कटि पीड़ा

यह रोग प्रायः वृद्ध मनुष्यों के हुआ करता है, जरासे चलने फिरने या काम करने से पीड़ा बढ़ जाती है। इसको दूर करने के लिये कच्चे दूध की टकौर करना उचित है। दिनमें तीन बार और हर बार दो घण्टा से कम न होनी चाहिये।

मोटापन

शरीर को मोटा बनाने के लिये बकरी का कच्चा दूध या उस में पानी मिलाकर पिलाना लाभदायक है।

नाटे बालक की चिकित्सा

ऐसे चिकित्सक आपको बहुत कम मिले होंगे जो इस रोग की चिकित्सा जानते हों, किन्तु हम यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं जिससे ठिगना बालक लम्बा हो जाता है।

ऊंटनी का दूध सेर भर लेकर कलईदार देगची में डालकर उसमें दो तोला मगज बादाम मीठे और ४ माशा तोदरी लाल सूक्ष्म करके डाल दें और मन्द २ अग्नी पर पकावें तथा उसके अन्दर चमचा हिलाते रहें जिससे मलाई न पड़ने पाये। जब डेढ पाव दूध बाकी रहे तो उतारकर शीतल करें और समोष्ण दशा में दो तोला उत्तम मधु मिलाकर पिला दें। यदि एक बार में न पी सके तो दो बार करके पिला दें। इसको निरन्तर एक वर्ष तक सेवन करते रहने से बालक लम्बा हो जावेगा।

भस्म निर्माण खण्ड

मुल्लित—सोमलखार

जो कि बाजीकरण के लिए अद्वितीय है।

काला सोमलखार, यदि न मिले तो सफेद संखिया एक तोला लेकर किसी उत्तम न घिसने वाली खरल में डालें और उसमें भेड का दूध डालकर खरल करना आरम्भ कर दें। यहां तक कि पूरा चार सेर दूध खरल करते २ खपा दें और फिर उसकी समभाग ८० गोलियां बना लें। मात्रा एक गोली मक्खन या मलाई में खिलाया करें। नामर्द को मर्द और मर्दको जवांमर्द बना देनेमें अक्सीर है।

सोमलखार मोमियां बनाना

बकरी का नवजात बच्चा जो जमीन पर न गिरा हो अर्थात्

हाथों में लेकर चारपाई पर रखें और उसकी मां का दूध पेट भर कर पिला दें। फिर उसको बंध करके उसका आमाशय दूध सहित पृथक् करके उसमें एक तोला सोमलखार की डली डाल कर आमाशय को छतपर लटका दें और ४० दिवस पश्चात् उतार लें। मोषिया होकर निकलेगा अब इसमें जायफल, जावित्री, दारचीनी प्रत्येक एक-एक तोला, कस्तुरी असली एक माशा पीस कर मिला दें और शीशी भर कर रखें। मात्रा एक रत्ती मक्खन में डालकर खिलाया करें। अत्यन्त बाजीकरण है।

बादफिरंग की अकमीरी गोलियां

रस कपूर १ तोला को १५ दिवस पर्यन्त भेड़ के दूध के साथ खरल करें। और प्रतिदिन न्यूनातिन्यून पांच से सात तोला तक दूध खपा दिया करें। इस प्रकार १५ दिवस पर्यन्त खरल कर चुकने के बाद चने के बराबर गोलियां बना लें। मात्रा एक गोली प्रतिदिन चूरी घी वाली के घ्रास में लपेट कर निगलवा दिया करें।

पथ्यः—गेहूं की रोटी लवण रहित घी के साथ खिलाते रहा करें। एक सप्ताह में ही पूर्ण लाभ हो जावेगा।

श्वेताभ्रक भस्म

अभ्रक को चूर्ण करके कूण्डे में डाल दें और फिर गधी का दूध मिलाकर खरल करते रहें। न्यूनातिन्यून ४ घण्टा खरल करके टिकिया बना लें और कूजे में बन्द करके ४ सेर उपलों की आंच दें इसी प्रकार प्रतिदिन खरल करते और आंच देते जायें। यहां तक कि चमक बिलकुल न रहे बस, भस्म तैयार है। मात्रा एक रत्ती उचित अनुपान से दिया हुआ कैसर, राजयद्मा और यकृत की निर्बलता तथा जीर्ण ज्वर में लाभदायक है।

कृष्णाभ्रक भस्म

कृष्णाभ्रक को अग्नि में लाल सुख करके बकरी के दूध

में बुझाते रहें। १०—११ बार बुझाने के बाद जब पीसने योग्य कोमल हो जावे तब उसको कूण्डे में डालकर खरल करें और बकरी का दूध सम्मिलित करते रहें। ढाई घण्टा खरल कर चुकने के बाद टिकिया बनायें और सराव सम्पुट करके १० सेर उपलों की आंच दें। इसी प्रकार न्यूनातिन्यून २१ बार बकरी के दूध में खरल करके अग्नि देते चले जायें, और फिर पीसकर सुरक्षित रखें। मात्रा एक रत्ती शर्वत वनफशा के साथ देने से ज्वर और प्लेग में लाभदायक है। तथा अन्य रोगों में भी सेवन की जा सकती है।

अभ्रक भस्म

जो कि बाजीकरण की उत्तमोत्तम औषधि है।

इस प्रयोग के सामने समस्त याकृतियां तुच्छ हैं। समय पर शेर बजर का काम कने वाला प्रयोग है प्रत्येक औषधालय में प्रस्तुत रहना चाहिये।

कृष्णाभ्रक या श्वेताभ्रक १ तोला, सोमलखार १ तोला (सूक्ष्म पीसा हुआ) दोनों को मिलाकर खरल में डालें और भेड़ के दूध में १ घण्टा तक खरल करें और सरावसम्पुट करके (कपरोटी करने की आवश्यकता नहीं) ५ सेर उपलों की अग्नि दें और फिर पूर्वानुसार एक तोला सोमलखार मिलाकर भेड़ के दूध में खरल करें और अग्नि दें। इसी प्रकार ७ बार क्रिया करें। खाकी रंग की भस्म तैयार होगी पीसकर सुरक्षित रखें। मात्रा आधी रत्ती से एक रत्ती तक मलाई में लपेट कर खिलायें और प्यास लगने पर दूध ही पिलाते रहें। इससे ५ सेर दूध हजम हो जाता है और बाजीकरण शक्ति बहुत ही बढ़ जाती है।

मूंगा भस्म

मिट्टी के सराव में दो तोला शाख मूंगा डालकर उस पर

५ तोला गो दुग्ध डालें और मुंह पर दूसरा सराव रखकर कपरोटी करके २० सेर उपलों की आंच दें, भस्म हो जावेगी। यदि एक आंच में पूरी तरह सफेद न हो तो दूसरी बार फिर दें और पीस कर रखें। मात्रा एक रत्ती। मस्तिष्क को बल देने वाली और ज्वरादि में लाभदायक है।

सिलाखेड़ी भस्म

यह प्रयोग हमारे परम मित्र शफायलमुल्क हकीम दिलवर हुसैनखां साहब मट्टी द्वारा प्रेषित है, एतदर्थ धन्यवाद। सिलाखेड़ी (सेलखेड़ी) आवश्यकतानुसार लेकर गो दुग्ध या बकरी के दूध में सूक्ष्म पीसकर एक २ औंस के गोले बनाकर सुखालें और १०-१५ सेर उपलों के मध्य में रखकर अग्नि दें लें, फिर शीतल होनेपर निकाल कर खरल में सूक्ष्म पीसकर रख लें, बस भस्म तैयार है।

सेवन विधि

मात्रा दो २ माशा प्रातः मध्याह्न एवं सायंकाल बकरी के दूध की लस्सी से दिया करें। इसको एक मास तक निरन्तर सेवन करते रहने से मासिक धर्म की अधिकता दूर होकर पुनः इस रोग के उत्पन्न होने का भय नहीं रहता। तथाच २-२ माशा हर दूसरे घण्टे शर्बत उन्नात्र या अर्क सौफ से देते रहना मलेरिया ज्वर को उतारने के लिए "एन्टीफेबरीन" से उत्तम सिद्ध होती है।

॥ समाप्त ॥

अनुभूत योग प्रकाश

आज से १५ वर्ष पूर्व जिस पुस्तक को प्रकाशित करने का आयोजन प्रकाशित किया गया था वह पुस्तक अब छपकर तैयार हो गई है। पुस्तक परिमित संख्या में छपी है अतः आप आज ही पत्र भेजकर मंगालें वरना फिर इस अनमोल ग्रन्थ का शीघ्र प्राप्त होना असम्भव हो जायगा (२) इस पुस्तक के योगों के विषय के केवल इतना बतला देना ही काफी होगा कि गत १५ वर्ष के सतत उद्योग से बड़े २ साधु महात्मा फकीरों, भीलों से लेकर राजा और रईसों तथा ख्याति प्रसिद्ध विद्वान वैद्यों, हकीमों और डाक्टरों के उन अनुभूत चमत्कारी योगों को इस पुस्तक के पृष्ठों पर अंकित कर दिया है, जिनको जमाने की हवा भी न लगी थी इसमें सबसे बड़ी वह रिसर्च आपको मिलेगी जिसे आज तक आपने सुना भी न होगा अर्थात् समुद्रीय द्रव्यों यथा मुक्का-शुकी प्रवाल, शंख, कपर्दिका आदि का तेल बनाना। इन तेलों की तुलना में इन द्रव्यों की भस्में बहुत ही तुच्छ लाभ पहुँचाती हैं। इन तेलों से अनेक ऋषसाध्य और असाध्य कहे जाने वाले रोग शर्तिया और शीघ्र मिट जाते हैं। दूसरी विशेषता यह है कि इन तेलों से उड़ने वाले सभी द्रव्य यथा पारद, हिगुल (शिंगरफ) आदि स्थाई हो जाते हैं। इसी प्रकार कैंसर (Cancer) जैसे भयंकर रोगका सफल अनुभूत योग इस पुस्तक के सिवाय और कहीं नहीं मिलेगा तथा मधुमेह बवासीर, नपुंसकता, दमा, हिस्टीरिया आदि के जाड़ू के समान चमत्कारी अनुभूत योग जिनसे ३ से ७ दिन में कैसा ही रोग क्यों न हो शर्तिया दूर किया जासकता है। सारांश इसमें कोई ऐसा रोग नहीं छोड़ा जिसका अनुभूत योग इस पुस्तक में न हो। मूल्य ६।) डा० ख० ॥)

पता—रसोयन फार्मसी पो० बो० नं० ११२५ देहली।

इन्जेक्शन बनाना व लगाना सीखो

इन्जेक्शन-चिकित्सा तत्काल प्रभाव दिखाने वाली होने से आज लोकप्रिय हो रही है, किन्तु वैद्यों, हकीमों को इसकी जानकारी न होने से बड़ी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है। इन्हीं भावों से प्रेरित होकर यह पुस्तक तैयार की गई है, जिसमें समस्त रोगों की चिकित्सा आयुर्वेदिक, होम्योपैथिक और एलोपैथिक इन्जेक्शनों द्वारा ही करना बतलाया गया है। रोग शीर्षक के नीचे क्रमशः प्रत्येक रोग के उपरोक्त तीनों प्रकार के इन्जेक्शन ऐसे ढंग से लिखे गये हैं कि जिससे चिकित्सक एक क्षण में निश्चय कर सकता है कि कौनसा इन्जेक्शन किस स्थान पर, कितनी मात्रा में, कितने अन्तर से, किस प्रकार लगाना चाहिए और साथ-साथ इन्जेक्शन बनाने की विधि भी लिख दी गई है। आयुर्वेदिक इन्जेक्शन जिन द्रव्यों से बनाये जाते हैं वह तमाम आपके घर में, खेतों और जंगलों में सर्वत्र मिल सकते हैं। एक-एक रोग पर कई-कई इन्जेक्शन बनाने के योग लिखे गये हैं। इसके अतिरिक्त सीरम, वैक्सिन, पेनिसिलीन, विटामिन्स के इन्जेक्शनों का वर्णन और उनको लगाने की सरल व निरापद सचित्र विधि भी खूब समझा कर लिख दी गई है, इस पुस्तक को पढ़ने के बाद इन्जेक्शनों के विषय में जानने को कुछ भी शेष न रहेगा और आप सब प्रकार के इन्जेक्शन तरल (लिक्विड) टेबलेट व पौडरादि रूप में बना व लगा सकेंगे। पोने चार सो पृष्ठ की पुस्तक का मूल्य ५) डाक खर्च ॥)।

पता—रसायन फार्मसी पो० बो० नं० ११२५ देहली।

