

आयुर्वेदाची मूलतत्त्वे

अनुक्रमणिका

अध्याय - १ मूलतत्त्वे

१. आयुर्वेद - एक विशाल दृष्टिकोन	१९
मनुष्य - आयुर्वेदाचा केंद्रबिंदु	१९
आयुर्वेदाचे ८ विभाग	१९
आयुष्य - व्याख्या	१९
सुखी जीवन	१९
उपयुक्त जीवन	१९
आयुर्वेदाची उत्पत्ति	१९
आयुर्वेद - पाचवा वेद	२०
कायांग - मेडिसिन	२०
शल्यशास्त्र - सर्जरी	२०
शालाक्य तंत्र	२१
कौमार भृत्य	२१
रसतंत्र	२१
आयुर्वेद लिहिण्याचा उद्देश	२१
गुरु-शिष्य परंपरा	२१
आयुर्वेद सर्वांनीच शिकावा	२२
वय	२२
आरोग्य	२३
शारीरिक स्वास्थ्य	२३
मानसिक स्वास्थ्य	२३
सामाजिक स्वास्थ्य	२४
आध्यात्मिक स्वास्थ्य	२४
लोक - पुरुषाचे साम्य	२४

पुरुषार्थ - धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष	२५
आयुर्वेदाचे अंतिम ध्येय	२६
मोक्षप्राप्तीचे उपाय	२६
कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग	२६
योगशास्त्र	२७
ध्यानाने रोगमुक्ति	२८
२. चिरतरुण आयुर्वेद	२९
३. पंचमहाभूते	३२
पंचभौतिक प्रकृति	३२
पार्थिव, आप्य, तैजस, वायव्य, आंतरिक्ष प्रकृति	३३
४. वात-पित्त-कफ	३४
५. प्रकृति	३७
वात प्रकृति	३७
पित्त प्रकृति	३७
कफ प्रकृति	३९
सम प्रकृति	३९
६. वात, पित्त, कफ - क्षय व वृद्धि	४१
७. पथ्य-अपथ्य	४४
वात प्रकृति व रोग	४५
पित्त प्रकृति व रोग	४५
कफ प्रकृति व रोग	४५
वाढलेले दोष कमी करण्यासाठी उपचाराचे सर्वसाधारण नियम	४७
८. धातु	४८
रस	४८
रक्त	४९
मांस	५०
मेद	५१
अस्थि	५२
मज्जा	५२

शुक्र	५३
ओज	५४
सर्व सारवान धातू	५५
९. मन-अंतःकरण	५६
तामसी व्यक्ती	५७
राजस व्यक्ती	५७
सात्त्विक व्यक्ती	५७
त्रिगुणातीत	५८
पुरुषोत्तम	५८
आहार व मन	५८
सत्त्वसार व्यक्ती	५९
१०. आयुर्वेद दर्शन	६०
५ कोश	
मानवी शरीराचे महत्त्व	६०

अध्याय - २ रोग-मूलतत्त्वे

११. रोग	६३
रोग आणि कोश	६३
अन्नमय कोश, प्राणमय कोश	६३
मनोमय, विज्ञानमय, आनंदमय कोश	६४
रोगाची मूळ उत्पत्ति	६४
१२. रोगांची कारणे	६५
१. प्रज्ञापराध	६५
२. प्रारब्ध व क्रियमाण कर्म	६५
३. आनुवंशिक रोग	६६
४. रक्तगट आणि रोग	६६
५. जन्मजात विकृति	६७
६. वय	६७
७. देश	६७

८. स्त्री-पुरुष भेद	६७
९. प्रकृति	६८
१०. मानसिक प्रकृति	६८
११. शारीरिक रोगांची मानसिक कारणे	६८
१२. काल-ऋतु	६८
१३. इंद्रिये व त्यांचे विषय यांचे हीन, मिथ्या किंवा अतियोग	६९
१४. आहार	६९
१५. पचनशक्ति	७०
१६. आम - व्याख्या	७१
१७. विहार	७१
१८. व्यवसाय	७१
१९. वेगावरोध	७१
२०. जंतू व जंत	७१
२१. बी व माती	७१
२२. आगंतुक कारणे	७२
२३. व्यसने	७२
२४. वैद्य, रोगी व परिचारिका यांच्या चुका	७२
२५. भूतबाधा	७२
२६. ऋषीमुनींचे शाप	७२
२७. माहीत नसलेली कारणे	७२
१३. संसर्गजन्य रोग	७४
इन्क्युबेशन पिरिऑड	७७
कम्युनिकेबिलिटी पिरिऑड	७७
१४. रोगप्रतिकारशक्ति	७८
नैसर्गिक रोगप्रतिबंधक शक्ति	७८
लसी - व्हॅक्सिन्स	७८
अँटिबायॉटिक औषधे	७९
१५. निसर्गापासून दूर	८२
१६. मानवी मन व पेशी मन यांच्यातील वितुष्ट	८४

१७. रोगांचे वर्गीकरण	८६
१८. रोगांचे निदान	८८
रोगाच्या अवस्था व त्यांची लक्षणे - चय, प्रकोप,	८८
प्रसर, स्थानसंश्रय, व्याधिदर्शन, भेद, उपद्रव	
आमप्रधान रोगांच्या अवस्था -	९०
आमावस्था, पच्यमानावस्था, पक्वावस्था, निरामावस्था	
१९. रोगांची लक्षणे व त्यांचे महत्त्व	९१
ताप	९१
उलटी, जुलाब	९२
खोकला	९२
वेदना (दुःख)	९२
२०. साध्यासाध्यत्व	९४

अध्याय - ३ चिकित्सा सूत्रे ९७

२१. चिकित्सा सूत्रे	
अ. युक्तिव्यपाश्रय चिकित्सा	९७
१. शारीरिक रोग	९७
२. मानसरोग	९७
३. वेगावरोध	९७
४. समानांनी वृद्धि	९८
५. इच्छा - द्वेष	९८
६. लंघन - दीपन, पाचन - शोधन	९८
७. शोधन	९८
८. औषधे	९८
९. लंघन	९८
१०. दीपन	९९
११. पाचन	९९
१२. पाचक औषधांची उदाहरणे	९९
१३. दोष शमन	१००

१४. धातुवर्धक उपचार	१००
१५. शोधन	१०१
१६. पथ्य-अपथ्य	१०१
१७. इतर उपचार	१०१
१८. शल्यचिकित्सा	१०१
१९. हेतुविपरीत चिकित्सा	१०१
२०. लाक्षणिक उपचार	१०१
२१. स्थानिक उपचार	१०१
२२. जुनाट रोगांमध्ये रसायन चिकित्सा	१०१
आ. सत्त्वावजय	१०१
इ. दैवी चिकित्सा	१०२
ई. निरोगी रहाण्याचे उपाय	१०२
उ. विपरीत व विपरीतार्थकारी चिकित्सा	१०३
२२. चिकित्सेचे आधारस्तंभ	१०४
वैद्य	१०४
औषध	१०५
परिचारक	१०५
रोगी	१०५
२३. पंचकर्म चिकित्सा	१०७
स्नेहन	१०७
स्वेदन	१०७
वमन	१०८
विरेचन	१०८
बस्ति (एनिमा)	१०८
नस्य	१०९
रक्तमोक्षण	१०९
लहान मुलांतील पंचकर्म	११०
आधुनिक पंचकर्म	११०

२४. रसायन चिकित्सा	१११
१. आवळा, २. हिरडा, ३. त्रिफळा,	१११
४. नागबळा, ५. बिब्बा, ६. वर्धमान पिंपळी प्रयोग	१११
७. शिलाजतु ८. बला ९. विदारी कंद	११२
१०. गोखरु ११. चित्रक १२. बावची	११२
१३. लसूण १४. शतावरी घृत	११२
१५. अश्वगंधा १६. बुद्धिवर्धक रसायन	११२
१७. मण्डूकपर्णी १८. ब्राह्मी स्वरस	११२
१९. ब्राह्मी घृत २०. वेखंड रसायन	११३
२१. शतपाक वचा २२. मेधावर्धक रसायन	११३
२३. आयुष्यवर्धक रसायन	११३
२५. चिकित्सेच्या अवस्था	११४
१. रोगनाशिनी	११४
२. प्रकृतिस्थापिनी	११४
३. रसायनी	११४
४. नैष्ठिकी - मोक्षदायिनी	११५
२६. आयुर्वेदीय व आधुनिक चिकित्सा पद्धत	११८