

केशकी समस्याओंपर आयुर्वेदीय एवं आध्यात्मिक उपचार

विषयसूची

१. संकलनकर्ता एवं सूक्ष्म ज्ञान-प्राप्तकर्त्री साधिकाका परिचय	५
२. सनातनके ग्रन्थोंमें प्रयुक्त संस्कृतनिष्ठ हिन्दीकी कारणमीमांसा	७
३. संस्कृतनिष्ठ हिन्दीके प्रयोग हेतु सनातनकी समर्थक भूमिका	८
४. आध्यात्मिक परिभाषामें विशेषतापूर्ण प्रस्तावना	१०
५. भूमिका	१२

अनुक्रमणिका

१. कलियुगकी कालसे सम्बन्धित विशेषता	१३
२. केशका रंग	१३
२ अ. केश प्राकृतिकरूपसे श्वेत होना	१३
२ आ. आयु बढ़नेपर भी केश काले रहना	१४
२ इ. केश असमय श्वेत होनेके विभिन्न कारण	१५
२ ई. कुछ जीवोंके जन्मसे ही अथवा शैशवकालसे ही केश श्वेत होनेका शास्त्र	१९
२ उ. केशको रंगद्रव्य लगाना इस उपायसे सम्भावित हानि	२१
२ ऊ. आयुर्वेदीय उपचार	२२
२ ए. आध्यात्मिक उपचारोंके सन्दर्भमें अनुभूति	२२
३. सिरमें रूसी अथवा फुंसियां होना	२४
४. सिरमें खुजली होना	२८
५. जुएं होना	२९
६. सिरके केश असमय झडना (केश झडना अथवा गंजा होना)	३३
७. मुख, हाथ एवं पैर पर अतिरिक्त रोम होना	६०

विषयसूची अन्तर्गत क्रमांक ५

भूमिका

आजकल ऐसा एक भी पुरुष अथवा स्त्री मिलना दुर्लभ है, जिसे केशकी कोई भी समस्या न हो। केशमें रूसी होना, केश असमय श्वेत होना, उनका झडना अथवा खलवाटता (गंजापन) आदि समस्याएं आजकल सर्वत्र दिखाई देती हैं। ये समस्याएं शारीरिक तथा मानसिक कारणोंसे ही उत्पन्न होती हैं, ऐसा मानकर इनपर उपचार किए जाते हैं। ये उपचार मुख्यतः विषम चिकित्सा विज्ञान अर्थात् 'एलोपैथी'के आधारपर किए जाते हैं।

आधुनिक विज्ञान केशकी समस्याओंके कारणोंका विचार करते समय केवल शारीरिक एवं मानसिक कारणोंका ही विचार करता है। केश अत्यधिक झडना, स्त्रियोंके होंठ तथा ठोडीपर दाढी-मूँछके समान रोम होना आदि समस्याओंके कारण 'आध्यात्मिक' होते हैं। इस ग्रन्थमें केशकी समस्याओंके मूलभूत आध्यात्मिक कारणोंका भी विवेचन किया गया है तथा ग्रन्थमें केशकी विशिष्ट समस्याओंपर आयुर्वेदीय उपचार भी दिए हैं। आयुर्वेदीय औषधिसे विकार जडसे नष्ट होते हैं। उनमें प्राकृतिक घटक होनेके कारण उनके दुष्परिणाम भी नहीं होते।

ग्रन्थमें दिए आयुर्वेदीय उपचार तथा आध्यात्मिक उपचारोंके आचरणसे केशकी समस्याओंसे सभी मुक्त हो पाएं, यही श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है !

- संकलनकर्ता

निद्रासम्बन्धी निसर्गनियम और आचार बतानेवाला सनातनका ग्रन्थ !

शान्त निद्राके लिए क्या करें ?

- * आयुर्वेदानुसार कब सोएं और कब न सोएं ?
- * पीठ अथवा पेट के बल क्यों न सोएं ?
- * दक्षिणोत्तर नहीं, पूर्व-पश्चिम क्यों सोएं ?

