वन्दे धेनुमातरम्

पञ्चगव्य चिकित्सा

गाय, गंगा, गीता, गायत्री एवं गुरु हमारे देश में प्राचीनकाल से ही सभ्यता एवं संस्कृति के प्रतीक रहे हैं। ये पाँचों चीजें हमारे तन-मन में बसी हैं। गाय का दूध हमारे तन-मन को पुष्ट करता है, गंगा हमारे तन-मन को निर्मल करती है, गीता हमें सोद्देश्य एवं सार्थक जीवन जीने की कला बताती है, गायत्री मन्त्र सूर्य की उपासना तथा सद्‌बुद्धि का सर्वश्रेष्ठ मन्त्र है। भगवान् भास्कर समस्त प्राणियों (मनुष्य, पशु, पेड़-पौधे इत्यादि) के जीवनस्रोत हैं। गुरु पग-पग पर ज्ञान का आलोक देता और अंगुली पकड़कर पथ-प्रदर्शन करता है।

गाय विश्व की माता है– "गावो विश्वस्य मातरः।" सूर्य, वरुण, वायु आदि देवताओं को यज्ञ, होम में दी गई आहुति से जो खुराक (पुष्टि) मिलती है, वह गाय के घी से मिलती है। होम में गाय के घी से आहुति दी जाती है, जिससे सूर्य की किरणें पुष्ट होती है। किरण पुष्ट होने से वर्षा होती है और वर्षा से सभी प्रकार के अन्न, पौधे, घास आदि पैदा होते हैं जिससे सम्पूर्ण प्राणिजगत् का पोषण होता है।

नि:शुल्क गोमूत्र वितरण केन्द्र

स्थान : श्री लक्ष्मीनाथ मन्दिर, फतेहपुर शेखावाटी
समय : गरमी में : सायं 7:00 से 9:00 बजे तक
सरदी में : सायं 6:30 से 8:30 बजे तक

भारतीय शास्त्रों के अनुसार गौ में तैंतीस करोड़ देवी-देवताओं का वास है। उसकी पीठ में ब्रह्मा, गले में विष्णु और मुख में रुद्र आदि देवताओं का निवास है। यथा:

"सर्वे देवाः स्थिता देहे सर्वदेवमयी हि गौः।
पृष्ठे ब्रह्मा गले विष्णु मुखे रुद्र प्रतिष्ठितः।"

यही कारण है कि यदि सम्पूर्ण तैंतीस कोटि देवी-देवताओं का षोडशोपचार अथवा पंचोपचार पूजन करना हो तो केवल गोमाता की पूजा और सेवा करने से एक साथ सम्पूर्ण देवी-देवताओं की पूजा सम्पन्न हो जाती है। अतः, प्रेय और श्रेय अथवा समृद्धि और कल्याण, दोनों की प्राप्ति के लिए गोसेवा से बढ़कर कोई दूसरा परम साधन नहीं है।

गोमाता का हमारे उत्तम स्वास्थ्य से गहरा सम्बन्ध है। गाय आधिदैविक, आधिदैहिक एवं आधिभौतिक तीनों तापों का नाश करने में सक्षम है। इसी कारण अमृततुल्य दूध, दही, घी, गोमूत्र, गोमय तथा गोरोचन जैसी अमूल्य वस्तुएँ प्रदान करनेवाली गाय को शास्त्रों में सुखप्रदा कहा गया है।

गोमूत्र

गोमूत्र मनुष्य जाति तथा वनस्पति जगत् को प्राप्त होनेवाला दुर्लभ वरदान है। यह धर्मानुमोदित, प्राकृतिक, सहज प्राप्य, हानिरहित, कल्याणकारी एवं आरोग्यरक्षक रसायन है। स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य-रक्षण तथा आतुर के विकार-प्रशमन हेतु आयुर्वेद में गोमूत्र को दिव्य औषधि माना गया है। यह शूल, गुल्म, अफरा, खुजली, नेत्ररोग, मुखरोग, कुष्ठ, वात, आम, मूत्राशय के रोग, खाँसी, श्वास, शोथ, कामला तथा पाण्डुरोग नष्ट करनेवाला होता है।

गाय के मूत्र में कारबोलिक एसिड होने से उसकी स्वच्छता और पवित्रता बढ़ जाती है। वैज्ञानिक रीति से गोमूत्र में फॉस्फेट, पोटाश लवण, नाइट्रोजन, यूरिया, यूरिक एसिड, अमोनिया, क्लोराइड आदि विभिन्न पोषक क्षार विद्यमान रहते हैं। जिन महीनों में गाय दूध देती है, उसके मूत्र में लेक्टोज विद्यमान रहता है, जो हृदय और मस्तिष्क के रोगों में बहुत लाभदायक होता है। *बंगला कहावत है :* **'जो खाय गोरूरचोना, तार देह होय सोना।'** अर्थात् जो गोमूत्र पीता है, उसकी देह सोने जैसी (नीरोग) हो जाती है।

अमेरिका के *डॉ. क्राफोड हेमिल्टन* तथा *मेकिन्तोशने* ने बहुत पहले सिद्ध कर दिया था कि गोमूत्र के प्रयोग से हृदय रोग दूर होता है और मूत्र खुलकर आता है। गोमूत्र का प्रयोग निम्नवर्णित रोगों में उल्लेखनीय है :

- **यकृत के रोग :** जिगर का बढ़ना, यकृत की सूजन तथा तिल्ली के रोगों में गोमूत्र का सेवन अमोघ औषध है। इस अवस्था में गोमूत्र की सेंक भी लाभप्रद है।
- **विबन्ध :** जीर्ण विबन्ध या कब्ज होने पर 3-3 ग्राम हरड़ के चूर्ण के साथ गोमूत्र का सेवन करने से पुराना कब्ज नष्ट हो जाता है।
- **बवासीर :** गोमूत्र में कलमी शोरा 2-2 ग्राम मिलाकर पीने से बवासीर में लाभ होता है।
- **जलोदर :** 50 मि.ली. गोमूत्र में 2-2 ग्राम यवक्षार मिलाकर पीते रहने से कुछ सप्ताह में ही पेट का पानी कम हो जाता है। साथ ही केवल गोदुग्ध का सेवन किया जाय।
- **उदावर्त्त :** पेट में वायु अधिक बनने से यह विकार होता है। प्रातःकाल आधा कप गोमूत्र में काला नमक तथा नींबू का रस मिलाकर पीने से गैस रोग से कुछ ही दिनों में छुटकारा मिल जाता है।
- **मोटापा :** स्थूलता से मुक्ति पाने के लिए आधा गिलास ताजा पानी में चार चम्मच गोमूत्र, दो चम्मच शहद तथा एक चम्मच नींबू का रस मिलाकर नित्य पीना चाहिए।
- **चर्मरोग :** नीम गिलोय के क्वाथ के साथ दोनों समय गोमूत्र का सेवन करने से रक्तदोषजन्य चर्मरोग नष्ट होते हैं। जीरे को महीन पीस करके गोमूत्र में मिलाकर लेप करने से भी लाभ होता है।
- **पुराना जुकाम :** फूली हुई फिटकरी का चौथाई चम्मच चूर्ण आधा कप गोमूत्र में मिलाकर पीने से जुकाम ठीक हो जाता है।
- **उदर में कृमि :** इस रोग के होने पर आधा चम्मच अजवायन के चूर्ण के साथ चार चम्मच गोमूत्र का एक सप्ताह तक सेवन करना चाहिए।
- **सन्धिवात :** महारास्नादि क्वाथ के साथ गोमूत्र मिलाकर पीने से यह रोग नष्ट हो जाता है। सर्दियों में सोंठ के 1-1 ग्राम चूर्ण से भी अधिक सेवन किया जा सकता है।
- **हृदय रोग :** गोमूत्र में स्थित विभिन्न खनिज पदार्थ हृदय हेतु रसायन का कार्य करते हैं। इसके सेवन से रक्त का प्रवाह नियमित तथा पर्याप्त मात्रा में होता है तथा हृदयाघात में शरीर की रक्षा करता है।
- **कफ-वृद्धि :** गोमूत्र के सेवन से तन्द्रा, आलस्य, मुख का मीठा प्रतीत होना, मुखा स्राव, अजीर्ण तथा गले में कफ का लेप रहना आदि नष्ट होते हैं।
- **नासूर :** इसे नाड़ीव्रण भी कहते है। प्रातः सायं 4-4 चम्मच गोमूत्र के पीने तथा प्रभावित स्थल पर गोमूत्र की पट्टी रखने से एक-दो माह में रोगमुक्ति हो जाती है।
- **कोलस्टेरोल का बढ़ना :** गोमूत्र का 2-2 चम्मच की मात्रा में सुबह-शाम सेवन करने से बढ़ा हुआ कोलस्टेरोल कम हो जाता है।
- **यदि किसी** मनुष्य को क्षय हो तो उसे गौ के उस बच्चे का मूत्र जो केवल दूध पर ही रहता है, देने से रोग दूर होता है।
- **खूनी बवासीर में गोमूत्र** का एनिमा बहुत लाभप्रद है।
- **छोटे** बच्चे का पेट फूलने पर एक चम्मच गोमूत्र नमक मिलाकर पिला देना चाहिए। तुरन्त पेट उतर जाता है।
- आँखों में दाह, शरीर में सुस्ती और अरुचि हो तो गोमूत्र में गुड़ या शक्कर मिलाकर पीना चाहिए।
- शक्ति और उम्र के अनुसार नित्य सवेरे ताजा गोमूत्र 21 या 41 दिनों तक पिलाने से कामला (पीलिया-जॉण्डिस) रोग में निश्चय ही आराम हो जाता है।

गोदुग्ध

वर्तमान वैज्ञानिक मतानुसार गोदुग्ध में 8 प्रकार के विटामिन हैं : विटामिन ए-1, केरोटीन डी-ई, टोकोकेराल,

Shri B.K. Joshi
Manager - Commercial
MEC SHOT, Jodhpur

कुरूप मनुष्यों का सौन्दर्य विद्या है, तपस्वियों का सौन्दर्य क्षमा है।
–चाणक्य

Suresh Rathi Securities Pvt. Ltd.
JODHPUR

केवल वह जीवन काम का है
जिसे दूसरों के लिए जिया जाये।
- आइन्सटाइन

विटामिन बी-1, बी-2, रिवोफ्लेविन बी-3, बी-4 तथा विटामिन 'सी' है। खनिजों में कैल्शियम, फॉस्फोरस, लौह तत्त्व, ताँबा, आयोडीन, मैंगनीज क्लोरीन, सिलिकॉन मिले हुए हैं। दूध में कार्बोहाइड्रेट है, उसमें लैक्टास प्रमुख है जो पाचनतन्त्र को व्यवस्थित रखता है।

आधुनिक मतानुसार गोदुग्ध में विटामिन 'ए' व 'कैरोटिन' नामक पीला पदार्थ पाया जाता है जो कि अन्य दुग्ध में नहीं होते। यह रोग प्रतिरोधक है जो आँख का तेज बढ़ाता है और बुद्धि को सतर्क रखता है। गाय का दूध पीले रंग का है जो सोने जैसे गुण परिलक्षित करता है। गोदुग्ध में 4.9% शर्करा, 3.7% घी, 11% एसिड, 3.6% प्रोटीन, 7.5% पोटेशियम, 81.3% सोडियम पानी, 4% बसा, 4% कार्बोहाइड्रेट और 6.5% उर्जा कैलोरी है। गाय के दूध में विटामिन ए-100 इण्टरनेशनल यूनिट है जो गरम कर मावा बनाने पर 400 इण्टरनेशनल यूनिट हो जाता है।

गोदुग्ध अत्यन्त स्वादिष्ट, पौष्टिक, कोमल, मधुर, शीतल, रुचिकर, बुद्धिवर्द्धक, बलवर्द्धक, स्फूर्तिवर्द्धक, स्थिरता प्रदान करनेवाला, उत्साह एवं आशावादी दृष्टिकोण विकसित करनेवाला, ओज प्रदान करनेवाला, देहकान्ति बढ़ानेवाला, रक्तपित्त शमन करनेवाला, अतिश्रम नाशक, सर्वरोगनाशक अमृत के समान है।

गाय का दूध वात दोष से उत्पन्न रोगों को शान्त करनेवाला है। पाण्डु रोग तथा कामला में हितकर है। पुष्टिकारक क्षीण पुरुषों को ओजस्वी बना देता है। शरीर के दाह, हस्त-पाद-नयन आदि की विदाह को हरनेवाला, पित्त की अधिकता हरनेवाला, अन्न-पाचक-सम्बन्धी रोगों को जीतनेवाला है।

सन्तान की इच्छा रखनेवाली महिला गाय का श्रद्धापूर्वक पूजन-परिक्रमा कर, पुष्य नक्षत्र के पावन दिवस को कपास के पौधे की कोमल मूल (जड़) गाय के दूध में अच्छी तरह उबाले और उबले दूध को पीने योग्य ठण्डा कर सात दिन तक सेवन करें। अल्पकाल में ही निश्चित गर्भावस्था की प्राप्ति होगी। यदि पति-पत्नी दोनों बछड़ेवाली गाय का दूध पिये तो पुत्र प्राप्ति सम्भव है।

गोघृत

गाय के घी को चावल के साथ मिलाकर जलाने (हवन करने) से इंथिलीन ऑक्साइड, प्रोपीलीन ऑक्साइड और फार्मोल्डिहाइड नाम की गैस पैदा होती है और प्राणवायु (ऑक्सीजन) शुद्ध होती है। इंथिलीन ऑक्साइड और फार्मोल्डिहाइड जीवाणुरोधक है जिसका 'ऑपरेशन थियेटर' में कीटाणुरहित करने में आज भी उपयोग होता है। कृत्रिम वर्षा कराने के लिए वैज्ञानिक मुख्य रूप से प्रोपलीन ऑक्साइड गैस का प्रयोग करते हैं। यही प्रोपलीन गैस कीटाणुओं का नाश करती है।

गोघृत अमृत की तरह स्वास्थ्यकारक रसायन, अग्निप्रदीपक, शक्तिवर्द्धक, कान्ति, लावण्य, तेज, आयुष्यवर्द्धक, सुगन्धित, रुचिकर, स्मरण शक्ति, शुक्रवर्द्धक, विषनाशक, त्रिदोष (कफ, वात, पित्त) - नाशक, श्रमनिवारक तथा स्वर को मधुरता प्रदान करनेवाला है।

गोघृत से कुष्ठ रोग, सफेद दाग, जोड़ों के दर्द, चोट, सूजन, फोड़े-फुन्सी, उदावर्त्त , पाण्डु, कामला, रक्तविकार, माइग्रेन इत्यादि ठीक होते हैं।

- **कब्ज :** एक चम्मच गाय के ताजे घी में थोड़ी पीसी काली मिर्च मिलाकर सोते समय 3 दिन तक चाट लें। इससे आँतें मुलायम हो जायेगी, मल साफ होगा।
- बवासीर में गोघृत तथा त्रिफला चूर्ण मिलाकर सेवन करना लाभदायक रहता है।
- असमय या किसी अन्य कारण से बाल झड़ जाने पर घी की मालिश हल्के हाथ से 5 मिनट तक करें। इससे बाल पुन: उगे हुए देखे गये हैं। पुराना घृत अच्छा है।
- कमजोर नजरवालों को प्रतिदिन गाय का घी 2 चम्मच और मिश्री (पीसी हुई) 2 चम्मच मिलाकर भोजन के साथ या दिन में एक बार खाना चाहिए। दो माह तक खाने से बहुत लाभ होता है।
- पित्त सिर में चढ़ जाने पर गोघृत माथे पर चुपड़ दें। इससे चढ़ा हुआ पित्त तत्काल उतर जाता है।
- बालकों की छाती में कफ जम गया हो, तो गाय का पुराना घी छाती व पीठ पर नगाकर उसे मालिश करें।
- हड्डी टूटने का दर्द, गठिया का दर्द, पुरानी चोटों का दर्द, गोघृत 5-10 मिली. लेकर उसको गरम करें। साथ में हड़जोड़ की एक पाई चटनी की तरह पीसकर गरम गोघृत में मिला लें। गुनगुना सहता-सहता होने पर खा लें। तीन दिन के उपयोग से दर्द में चमत्कारी लाभ होता है।
- गाय के दूध में उसी का घी मिलाकर पीने से और गाय के घी का गरम हलवा खाने से कैंसर में लाभ होता है।
- अधिक हिचकी आने पर 1-2 चम्मच गाय का ताज़ा घी जरा-सा गर्म करके चाट लें।

दही-तक्र

गाय के दूध का दही उत्तम बलकारक, पाक में सुस्वादु, रुचिकारक, जठराग्नि बढ़ानेवाला सुस्वादु, स्निग्ध तथा वायुनाशक है।

गोतक्र जठराग्नि, मेधावर्द्धक, प्रदीपक, त्रिदोषहर तथा अर्शनाशक है। शरीर को कृश करनेवाली पीलिया, मेय, अंश, पाण्डु, मलस्तम्भ, अरुचि, भगन्दर, उदर प्लीहा, अतिसार, कफ, कोढ़, कृमि, पसीना, घी का अजीर्ण, वायुविष मार्जन, और शूल का नाश करती है। छाछ मधुरपाकी है। इससे पित्त का प्रकोप नहीं होता, कफनाशक है एवं खट्टी और मधुर है, इसलिए जोड़ों के दर्द का नाश करती है।

मधुर छाछ कफहर्त्ता और वात-पित्तनाशक है। नमक और सोंठ लेंडी पीपल के साथ मिलकर पीने से वह रुक्स और कफनाशक है। पेट में वायु हो तो लेंडी पीपल और नमक डालकर दें। जिन्हें पित्त हुआ हो, शक्कर और काली मिर्च के साथ दें। कफोदर में त्रिपूत, अजवाइन, जीरा व सैंधा नमक मिश्रण करके दें। मक्खनवाली छाछ नींद बढ़ाती है। दही में पानी मिलाकर देने से वह उष्ण व त्रिदोषनाशक बनती है।

कालेरा से मुक्ति के लिए दही या छाछ समान हिस्सों में लेकर पानी डालकर धीरे-धीरे शक्कर के साथ पिलायें।

दिव्य शक्तिवाला बच्चा पाना आसान है : गोमाता की कृपा से गर्भधारण करनेवाली महिला को चाँदी की कटोरी में देशी गाय के दूध का दही जमाकर नौ माह तक खिलायें, दिव्य शक्तिवाला बच्चा जन्म लेगा। चाँदी की कटोरी में दूध रख देने से दही अपने आप जम जाता है। इस प्रयोग से प्रसव सामान्य होता है और विकलांगता की सम्भावना नहीं रहती है।

नशे की मुक्ति : छाछ किसी भी प्रकार के नशे (जैसा गांजा, चिलम, तम्बाकू, शराब, हेरोईन, स्मैक इत्यादि) से होनेवाले प्रभावों को कम नहीं करती, अपितु नियमित सेवन से नशे की इच्छा ही धीरे-धीरे कम हो जाती है।

मोटापा : भोजन के बाद पतली छाछ में एक चम्मच मीठे नीम की पत्ती की चटनी मिलाकर सेवन करें। एक माह बाद वजन घटना शुरू होगा और आठ माह में करीब 10-12 किलोग्राम तक कम हो जायगा।

खाद : गाय के छाछ को ताँबे के बरतन में 15 दिनतक रहने दिया जाय तो इसका रंग हरा हो जाता है और इससे ऊसर भूमि भी उपजाऊ बन जाती है। फसल भाने लगती है। खेत में डालने पर फसल अच्छी आती है।

गोमय (गोबर)

गोमये वसते लक्ष्मी:

गोमय दुर्गन्धनाशक, शोधक, क्षारक, वीर्यवर्द्धक, रसयुक्त, कान्तिप्रद और लेपन के लिए स्निग्ध तथा मल आदि को दूर करनेवाला होता है। अमरीकी *डॉक्टर मैकपर्सन* के अनुसार गोबर के समान सुलभ कीटनाशक द्रव्य कोई दूसरा नहीं है। रूसी वैज्ञानिकों के अनुसार आणविक विकिरण का प्रतिकार करने में गोबर से पुती दीवार पूर्ण सक्षम है।

भोजन का आवश्यक तत्त्व विटामिन बी-12 शाकाहारी भोजन में नहीं के बराबर होता है। गाय की बड़ी आँतों में इसकी उत्पत्ति प्रचुर मात्रा में होती है और वहाँ इसका आचूषण नहीं हो पाता, अत: विटामिन गोबर के साथ बाहर निकल जाता है। प्राचीनकाल में ऋषि-मुनि गोबर के सेवन से पर्याप्त विटामिन बी-12 प्राप्त कर स्वास्थ्य लाभ लेते थे। गोबर के सेवन तथा लेपन से अनेक व्याधियाँ नष्ट की जा सकती हैं।

✍ **भवानीशंकर भोजक**
'बसन्त सदन', भोजक मोहल्ला,
पो.-फतेहपुर शेखावटी, जिला-सीकर (राजस्थान)

• Shri Madhusudan Vyas, Advocate
• Smt. Rekha Vyas, Jodhpur

जब हम कोई काम करने की इच्छा रखते हैं तो शक्ति आप ही आ जाती है।
-प्रेमचन्द

Shri Madan Chand - Smt. Indra Devi, Er. Mahaveer - Smt. Rakhi,
Miss Sapna, Master Siddharth, Palak & all Nahar Family, Chennai