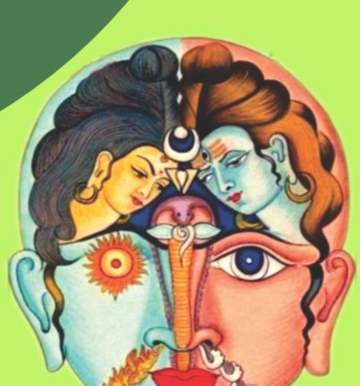
नाड़ी द्वारा रोग पहचान

सचित्र वर्णन

रोगों का पता लगाने के तरीके
बीमारियों का पता कैसे चलता है?
नाड़ी परीक्षण
स्वर विज्ञान



नाड़ी द्वारा रोग पहचान

यह पुस्तक नाड़ी विज्ञान को स्पष्ट करती है, जो एक प्राचीन स्वास्थ्य विज्ञान है। इसमें चित्रों के माध्यम से नाड़ी विज्ञान की विधियों को समझाया गया है, ताकि सभी व्यक्ति अपने रोगों की पहचान स्वयं कर सकें।

लेखक:

रोबिन सिराधना जो एक कम्प्यूटर साइंस इंजीनियर हैं। इन्होंने इस पुस्तक को लिखने का उद्देश्य सभी लोगों को अपने स्वास्थ्य की जानकारी प्राप्त करने और रोगों की पहचान करने की स्वतंत्रता प्रदान करना है।

कॉपीराइट राइट ©

इस पुस्तक को कॉपी करने का अधिकार सभी को है।

हमारी जानकारी के लिए Contact करें:

वबेसाइट: https://swdeshibharat.com/

व्हाटसएप नबंर: +91 9458665736

ईमले: swdeshiabhiyan@gmail.com

पता: मुज़फ्फरनगर, उत्तर प्रदेश, भारत

विषय सूची

विषय	पेज नं
नाड़ी विज्ञान परिचय	1
नाड़ी ज्ञान का अभ्यास कैसे करे	2
नाड़ी परीक्षण	4
साम दोषों की नाड़ी	7
रसों का नाड़ी पर प्रभाव	11
साम दोषों की नाड़ी कैसे जाँच करें	15
बीमारियों का पता कैसे चलता है?	17
नाड़ी परीक्षण के प्रमुख सिद्धांत	17
रोगों का पता लगाने के तरीके	18
नाड़ी की अन्य विशेषताएँ	20
स्वर विज्ञान	22

नाड़ी विज्ञान परिचय

आज के युग में रोगज्ञान एवं रोगी परीक्षा के अनेक साधन उपलब्ध हैं । एक्स रे, स्टेथिस्कोप, स्फिग्मो – मोनोमीटर, थर्मामीटर, अणुवीक्षण यन्त्र एवं अपथल्मस्कोप आदि आधुनिक चिकित्सकों में अधिक प्रचलित हैं । मल, मूत्र, रक्त और कफ की परीक्षा आदि के लिए अलग अलग साधन सामने आ चुके हैं । आँख, कान, नाक, जीभ, गुदा की परीक्षा के लिए भी अगणित साधन प्रस्तुत हैं । लेकिन अगणित परिस्थितियाँ ऐसी हैं जहाँ ये काम नहीं दे पा रहे हैं । रोगी की मानसिक स्थिति का पता इनसे चल नहीं सकता । काम, क्रोध, मद, मोह, लोभ आदि का पता इनसे नहीं लगता । भूख, प्यास, निद्रा आदि इनसे नहीं जाने जा सकते । कुल मिलाकर एक चिकित्सक केवल इन्हीं यन्त्रों के भरोसे नहीं रह सकता । यदि वह रोगी की पूरी व्याधि का सच्चा जिज्ञासु हैं तो सही निदान करने में बहुत बड़ी कठिनाई होती रहती हैं ।

ठीक इनके विपरीत नाड़ी परीक्षा । इसके द्वारा रोगनिदान करने के लिए पैसे की आवश्यकता नहीं । कोई झंझट और परेशानी भी नहीं । अनेक यन्त्रों के ज्ञान की आवश्यकता नहीं । केवल वैद्य और रोगी इसके उपादान हैं । यदि सर्वप्रधान यन्त्र हाथ ठीक हैं, उसमें स्पर्शज्ञान हैं और वैद्य का विवेक सत्य हैं तो रोगी का निदान बड़ी सरलता से अल्प समय में हो जाएगा ।

नाड़ीज्ञान का अभ्यास कैसे करें ?

आप सुबह उठते हैं, मल त्यागने की इच्छा होती हैं । जरा सा धैर्य धारण कर अपनी ही नाड़ी की परीक्षा कर लीजिये । तब मल त्यागिये । उसके बाद हाथ मुँह धोकर स्नान कर लीजिए । फिर अपनी नाड़ी देखिए । मलत्याग के पहले की नाड़ी और इस नाड़ी में अन्तर मालूम होगा । पहले नाड़ी मल से भरी हुई कुछ भारी चल रही थी । अब वह कुछ हल्की चल रही हैं, जैसे उस पर से किसी प्रकार का भार हट गया हो । लेकिन सुबह कफ की वृद्धि का समय हैं अतः नाड़ी की गति मन्द और सरल होगी । उसमें चंचलता या अधिक उछाल प्रतीत नही होगा । इस प्रकार आप नाड़ी में कफ की गति पहचानेंगे ।

दिन के 11 या 12 बजे हैं, आपको खूब भूख लगी हैं । जरा सा धैर्य रख करे अपनी नाड़ी देखिए । वह निर्जीव सी चपल चल रही हैं ।

अब भर पेट भोजन कर लीजिए, फिर अपनी नाड़ी देखिए । नाड़ी स्थिर हो गयी, जैसे उसे कुछ भरा हुआ बह रहा हो, साथ ही भोजन करते ही कफ की वृद्धि होने से नाड़ी की गति भी धीमी ही रहेगी । इस समय आपको आलस्य आदि कफदोष की वृद्धि के लक्षण भी प्रतीत होंगे ।

भोजन के 1 घण्टा बाद देखिए । मध्याह्न का समय हैं, भोजन पच रहा हैं । यह पित्तवृद्धि का समय हैं । इस समय नाड़ी में उछाल अधिक होगा, जैसे वह कूदती हुई

चल रही हैं । इस प्रकार आप पित्त की नाड़ी की गति पहचानेंगे । इस समय पित्तदोष की वृद्धि के लक्षण प्यास व गर्मी आदि भी आपको प्रतीत होंगे ।

शाम को वायु-प्रकोप का समय हैं । नाड़ी अपेक्षाकृत कुछ चंचल और टेढ़ी चलेगी । उसमें प्रातःकालीन सरलता और मन्दता नहीं रहेगी । इस समय आपको थकावट का भी अनुभव होगा । यह वायु का लक्षण हैं । इस प्रकार आप नाड़ी में वायु की गति जानेंगे ।

अब आप दोषों की गति पहचानने का रहस्य जान चुके । इसके अतिरिक्त आप अपने परिजनों, परिवार में, मित्रों की नाड़ी देखिए, आप नाड़ी पहचानने लगेगे ।

नाड़ी देखते समय रोगी को ऐसा रहना चाहिए जिससे उसके रोग का ठीक ठीक पता वैद्य को चल सके । मन में काम, क्रोध, मद आदि भाव न हों । अन्यथा इसका प्रभाव नाड़ी में आ जाने पर रोगज्ञान में गड़बडी होगी ।

नाड़ी परीक्षा का सर्वश्रेष्ठ समय प्रातःकाल सूर्योदय से लेकर एक प्रहर तक हैं । इसलिए कि रात भर विश्राम करने के कारण शरीर अपेक्षाकृत स्वाभाविक स्थिति में हो जाता हैं । मल-मूत्र सर्वश्रेष्ठ के कारण पेट खाली रहता हैं । साथ ही भूख प्यास भी नहीं लगी रहती । प्रातःकाल शरीर के बाहर एवं भीतर की प्रकृति भी शान्त रहती हैं । लेकिन इमरजेन्सी में किसी भी समय नाड़ी देखी जा सकती हैं । रोगी की नाड़ी का ज्ञान करने के लिए रोगरहित स्वस्थ मानव की नाड़ी की जानकारी आवश्यक हैं । इसलिए वैद्य को अभ्यास के लिए स्वस्थ मानवों की नाड़ी देखनी चाहिए । अलग अलग समय पर देखी गयी स्वस्थ की नाड़ी के अध्ययन से वैद्य नाड़ी का ज्ञाता बन जाता हैं । स्वस्थ की नाड़ी स्थिर एक गति से चलती हैं । यह गति

केचुआ की गति की तरह चलती हैं । इसकी गति बराबर एक सी रहती हैं, न तीव्रता होती हैं न मन्दता ही । चाल में भी कोई हेरफेर या परिवर्तन नहीं होता ।

नासमझ चंचल बालक अपने हाथ को स्थिर नहीं रख सकता । उसकी नाड़ी को उसके निद्राकाल में देखना चाहिए या फिर दूध पीते समय उसकी नाड़ी देखे ।

नाड़ी परीक्षण कैसे करें ?

हाथ की कलाई में अंगूठे की जड़ के नीचे एक हड्डी कुछ उभरी हुई प्रतीत होती हैं जो पतले लोगो में स्पष्ट दिखाई पड़ती हैं, मोटे लोगों या सूजे हुए हाथ वालों में जरा दबाकर स्पर्श करने से मालूम पड़ती हैं । उसके नीचे या सीध में ही वैद्य की तीनों अंगुलियाँ नाड़ी परिक्षार्थर स्पर्श करने के लिए पड़नी चाहिए । तीनों के नीचे कंपन का अनुभव करना चाहिए ।

नाड़ी में स्पन्दन महसूस होने के बाद त्रिदोष जैसे वात, पित्त, कफ का निर्णय करना आवश्यक हैं, क्योंकि इसी पर रोगनिर्णय एवं चिकित्सा का क्रम निर्भर हैं ।

नाड़ी परीक्षा के लिए भी तीन अंगुलियाँ ही काम करती हैं जैसे तर्जनी, मध्यमा और अनामा अंगुली । नाड़ी स्पर्श का मुख्य स्थान हाथ का मणिबन्ध हैं । केवल यहीं तीनों अंगुलियों द्वारा भली भाँति नाड़ी का स्पर्श किया जा सकता हैं ।

वात रोगो की पहचान -

वात रोग वह होते हैं जो वायु के प्रवेश होने से होते हैं, जैसे – सिर में दर्द, जोड़ो में दर्द, हड्डी में दर्द, मांसपेशियो में दर्द आदि । वात रोगो का मुख्य स्थान नाभि से लेकर पैरो तक रहता हैं ।

वात प्रकोप में नाड़ी वैद्य की तर्जनी अंगुली में अच्छी तरह स्पष्ट होगी । हमारी तर्जनी अंगुली में वात का अनुभव करने की सर्वाधिक क्षमता हैं । यही कारण हैं कि वात प्रकोप होने पर नाड़ी वैद्य की की तर्जनी अंगुली को अधिक स्पर्श करेगी ।

पित्त रोगो की पहचान -

पित्त रोग पेट से सम्बन्धित रोग होते हैं जैसे कि कब्ज, बवासीर, एसीडिटी, अतिसार, उल्टी, लीवर और आँत की सभी समस्या । पित्त का मुख्य स्थान गले से लेकर नाभि तक होता है ।

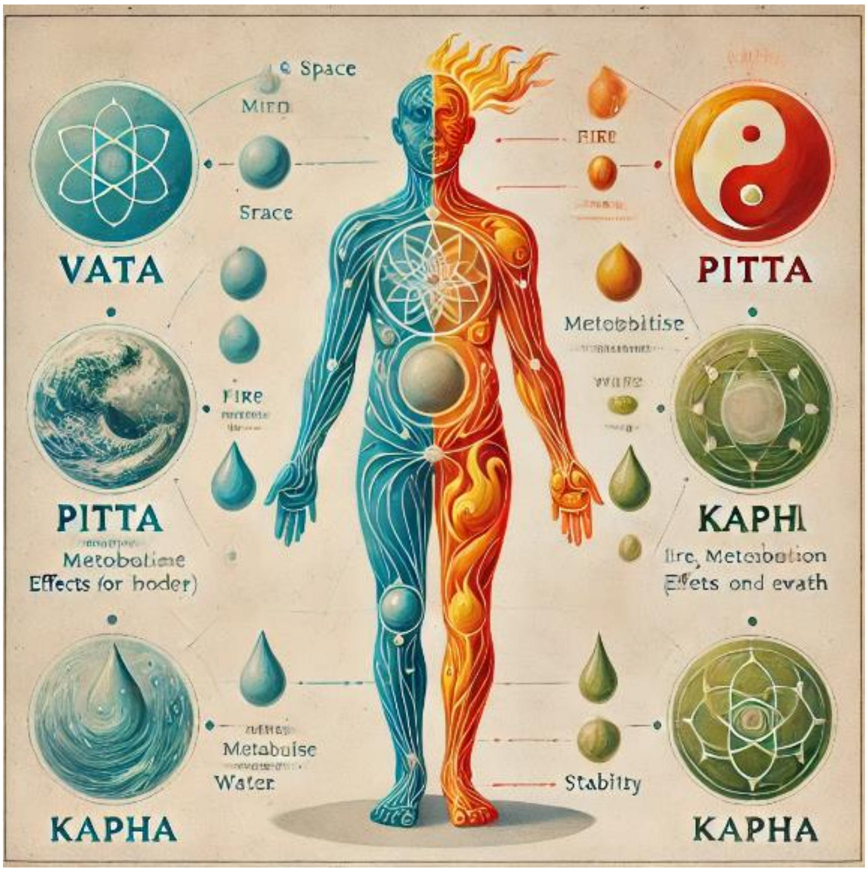
वैद्य की मध्यमा अंगुली पर रोगी की नाड़ी में पित्त की अनुभूति सर्वाधिक होती हैं । अर्थात् रोगी में पित्त होने पर वैद्य की मध्यमा अंगुली को नाड़ी स्पन्दन अधिक होगा अथवा उछलेगा । मध्यमा अंगुली से तिलक लगाने से आयु बढ़ती हैं । इन बातों से यह प्रमाणित होता हैं कि मध्यमा अंगुली में पित्त को स्पर्श करने या जानने की सर्वाधिक क्षमता हैं ।

कफ रोगो की पहचान -

कफ रोग हमारे मुख, कान, गला, नाक एवं सिर से सम्बन्धित रोग होते हैं । जैसे खाँसी, जुकाम, सर्दी लगना, बलगम, गले में दर्द, टॉन्सिल आदि ।

कफ प्रकोप में नाड़ी वैद्य की तीसरी अनामिका अंगुली में अधिक उछाल मिलेगा । इस अंगुली में कफ को अनुभव करने की सर्वाधिक क्षमता हैं । इसी अंगुली से संस्कारों में जल छिड़कते है, सभी अंगुलियों की अपेक्षा इसमें स्फूर्ति या गति कम हैं । यह आलसी बहुत हैं । इस प्रकार नाड़ी में प्रत्येक दोष की अभिव्यक्ति के लिए अलग-अलग अंगुली निर्धारित की गयी हैं । जिस अंगुली के नीचे नाड़ी का स्पन्दन अधिक हैं, उस अंगुली द्वारा दोष का निर्णय कर लें । यदि किसी दो अंगुली के बीच में स्पन्दन ज्यादा महसूस होता हैं तो उसके अनुसार दो दोष प्रकोप हैं ।

हमारे पेट में भोजन पचाने के लिए एक जठरअग्नि होती हैं । वो जठराग्नि जब भोजन को पचाती हैं तो उसका रस बनाती हैं उस धातु रस को आम कहा जाता हैं । इस धातु रस से वात-पित्त-कफ और हमारे शरीर के रक्त, मांस, मेदा, अस्थि, मज्जा, मल, मूत्र और



पसीना और शुक्राणु मिलकर जो बनता हैं उसे साम कहते हैं । यही हमारी बीमारी का कारण होता हैं । जिस भी आहार का रस आम बनेगा वह दोष अथवा जिस दोष के साथ वह मिल जायेगा वह दोष साम होगा । यह आम जहाँ भी रहेगा वहीं, उस समय सारे शरीर को बीमार करेगा ।

साम दोष क्या होता हैं, आइये समझते हैं । साम दोष के लक्षण हैं – मूत्र, नाखून, दाँत, त्वचा एवं आँखों में पीलापन, आँखो में लालिमा, कमर और सन्धियों में पीड़ा, सिर में तीव्र पीड़ा, निद्रा, मुहँ में फीकापन, बुखार आदि ।

साम दोषों की नाड़ी कैसे जाँच करें ?

धातु रस आम प्रोटीन युक्त होता हैं, और सभी प्रोटीन कफ वर्ग के होते हैं । इस प्रकार आम, लक्षणों एवं चिकित्सा के दृष्टिकोण से कफ दोष के समान हैं । इसलिए साम दोषों की नाड़ी भी कफ दोष की नाड़ी के समान ही चलती हैं । अन्तर यह हैं कि कफ या साम कफ की नाड़ी की स्पष्ट अनुभूति केवल अनामिका अंगुली में होगी । लेकिन शरीर में मूत्र, नाखून, दाँत, त्वचा एवं आँखों में पीलापन, आँखो में लालिमा, कमर और सन्धियों में पीड़ा, सिर में तीव्र पीड़ा, निद्रा, मुहँ में फीकापन, बुखार आदि बीमारी आये तो नाड़ी में अनामिका, मध्यमा एवं तर्जनी तीनों अंगुलियों में कफ की गति की सी अनुभूति होगी । यह नाड़ी कफ की गति के समान गति के मन्द और सरल होगी परन्तु इसमें कुछ भरा हुआ सा प्रतीत होगा । इसलिए यह भारी चलती हैं ।

निराम दोष क्या होता हैं ? साम दोष के लक्षणों से विपरीत लक्षण निराम दोष के होते हैं । यह नाड़ी सूक्ष्म चलती हैं । इसमें कुछ भरा हुआ सा प्रतीत नहीं होता और न ही भारी ही प्रतीत होती हैं । सूक्ष्म का मतलब मन्द गति से नही, बल्कि पतली रेखा के समान हैं ।

अब हम आगे देखेगें की हमारी नाड़ी पर किस भोजन से क्या प्रभाव पड़ता हैं ?

कल्पना कीजिए कि किसी नाड़ी में आपको वृद्ध कफ की गति मिली । जो कफ के समान हैं, और धीरे धीरे चल रही हैं, तब आप अनुमान कर लें कि उसने अच्छा, सात्विक, शुद्ध भोजन किया हैं । तभी आप ऋतु के अनुसार सोचिए कि कौन कौन से भोजन इन दिनों खाये जाते हैं, तब आप उस भोजन तक पहुँच पायेंगे जो नाड़ी दिखाने से पहले तक रोगी ने खाया होगा ।

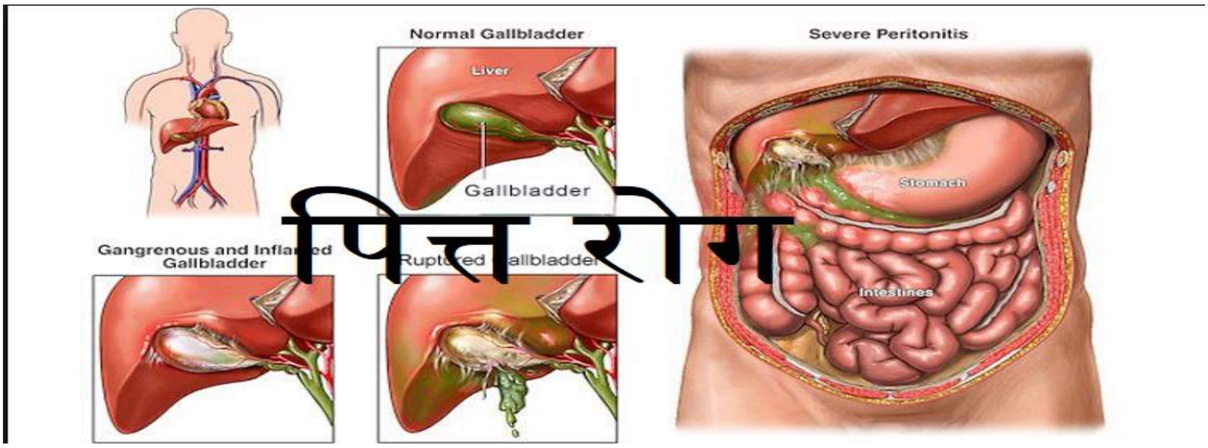
आहार में छः रस होते हैं जैसे खट्टा, मीठा, नमकीन, कसैला, तीखा, कड़वा ।

मीठा, खट्टा, नमकीन खाने से वात रोग उत्पन्न होते हैं । जैसे –

- अंगों में रूखापन और जकड़न ।
- सुई के चुभने जैसा दर्द ।
- हड्डियों के जोड़ों में ढीलापन ।
- हड्डियों का खिसकना और टूटना ।
- अंगों में कमजोरी महसूस होना एवं अंगों में कंपकपी ।
- अंगों का ठंडा और सुन्न होना ।
- नाख़ून, दांतों और त्वचा का फीका पड़ना ।
- मुंह का स्वाद कडवा होना ।

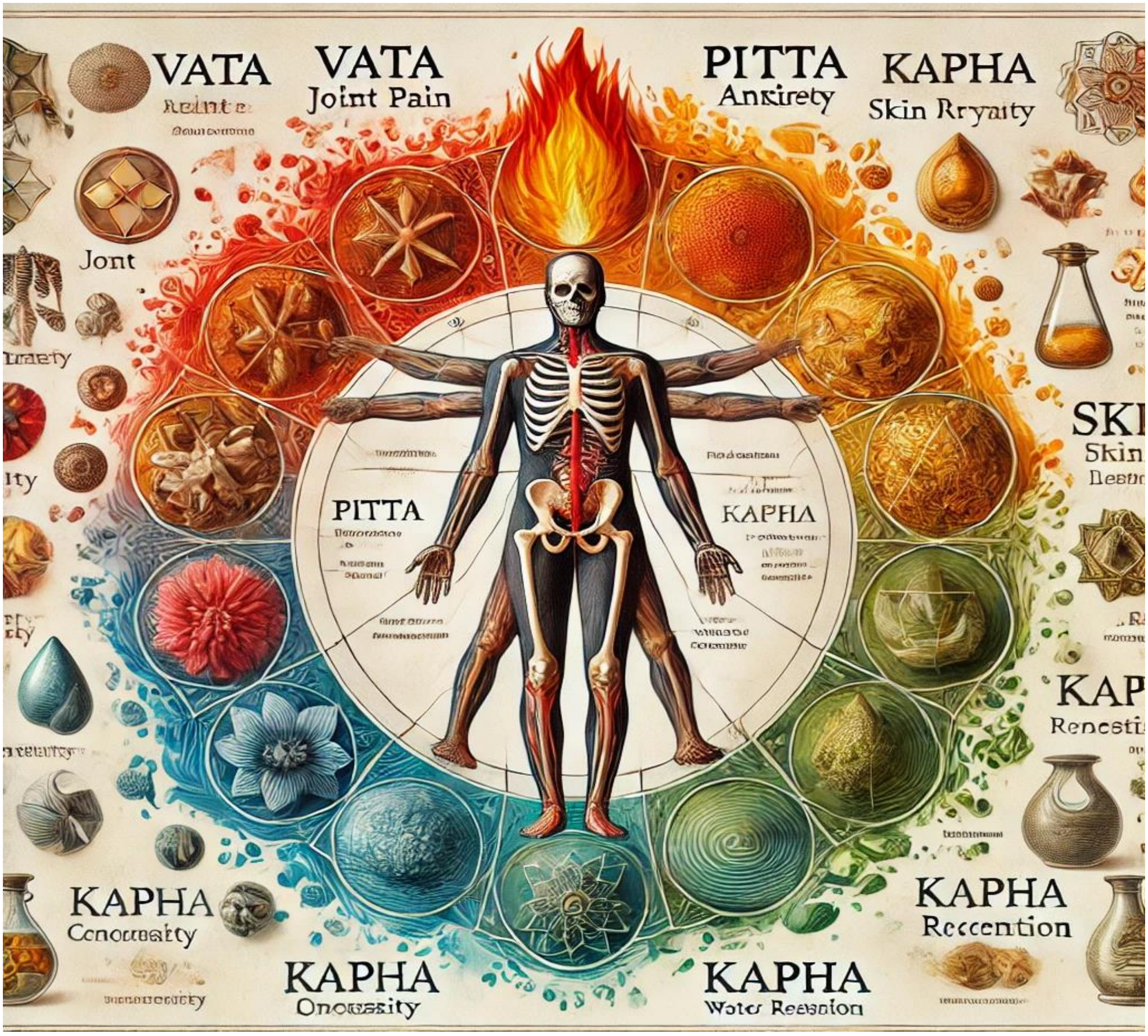
मीठा, तीखा, कसैला खाने से पित्त रोग उत्पन्न होते हैं । जैसे -

- सिर दर्द की बीमारी ।
- गर्दन से जुड़ी बीमारी ।
- पीलिया की बीमारी ।
- स्किन में दाने व चक्कते और सफेद दाग ।
- मधुमेह और पैनक्रियाज से जुड़ी बीमारी ।
- नाभि के आसपास मरोड़े आना ।
- पुरुषों में स्वप्न दोष की समस्या ।
- महिलाओं की बीमारी ।



कडवा, तीखा, कसैला खाने से कफ रोग उत्पन्न होते हैं । जैसे –

- हमेशा सुस्ती रहना, ज्यादा नींद आना ।
- शरीर में भारीपन ।
- मल-मूत्र और पसीने में चिपचिपापन ।
- शरीर में गीलापन महसूस होना ।
- शरीर में लेप लगा हुआ महसूस होना ।
- आंखों और नाक से अधिक गंदगी का स्राव ।
- अंगों में ढीलापन ।
- सांस की तकलीफ और खांसी ।



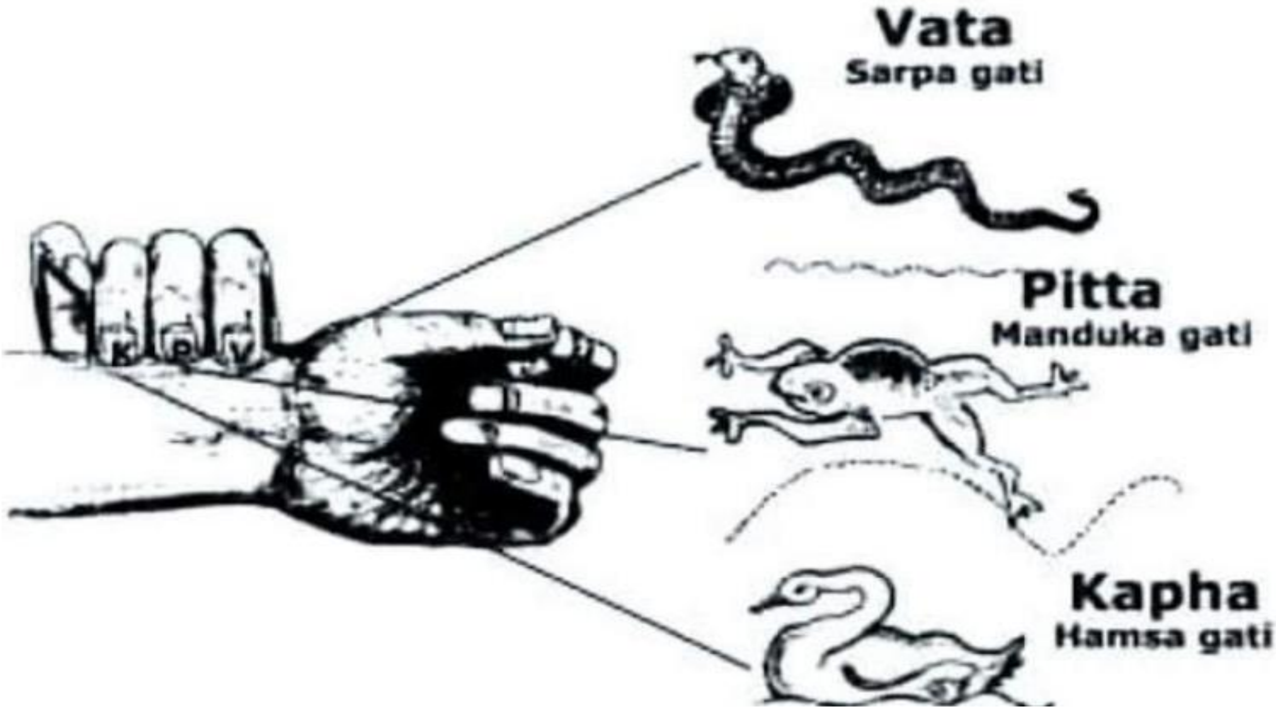
अब आप किसी भी दोष जैसे वात, पित्त, कफ का पता नाड़ी द्वारा लगा सकते हैं, तो उसके अनुसार रोगी ने कौन सा आहार लिया ये भी आप पता लगा सकते हैं ।।

रसों का नाड़ी पर प्रभाव

मीठा खाने पर, नाड़ी में सरल गति प्रतीत होती हैं । कफ होने के कारण इसका अनुभव अनामिका अंगुली पर अधिक होगा, शेष दो अंगुलियों पर अनुभूति का क्रम भोजन के अनुसार होगा ।

खट्टा खाने पर नाड़ी मेढ़क की गति के अनुसार उछल उछल कर चलेगी । पित्त बढ़ने के कारण यह गति मध्यमा अंगुली पर अधिक अनुभूत होगी । शेष दो अंगुलियो पर अनुभूति का क्रम भोजन के अनुसार होगा ।

नमकीन खाने पर नाड़ी तीव्र गति पर चलेगी । इस रस से कफ और पित्त दोनों प्रभावित होते हैं तो गति की अनुभूति अनामिका और मध्यमा अंगुली पर होगी ।



तर्जनी पर सबसे कम अनुभूति होगी ।

कड़वा खाने पर नाड़ी भौरें की गति का अनुभव होता हैं । वात और पित्त का प्रकोप अधिक होने के कारण तर्जनी और मध्यमा अंगुली पर अधिक अनुभूति होगी ।

तीखा खाने पर नाड़ी केचुआ की गति से चलती हैं । यह रस थोड़ा सा वात बढ़ाता हैं, इसलिए तर्जनी अंगुली पर थोड़ा अनुभूति होगी ।

कसैला खाने पर नाड़ी कठिन चलेगी । वात प्रकुपित होने के कारण तर्जनी पर विशेष अनुभूति होगी । शेष दो अंगुलियों पर भोजन के दोष प्रकोपक क्रम के अनुसार अनुभूति होगी ।

कसैला रस का एक काम संकोचन हैं जिससे कठिनता बढ़ती हैं । जिस कारण नाड़ी स्थिर हो जायेगी ।

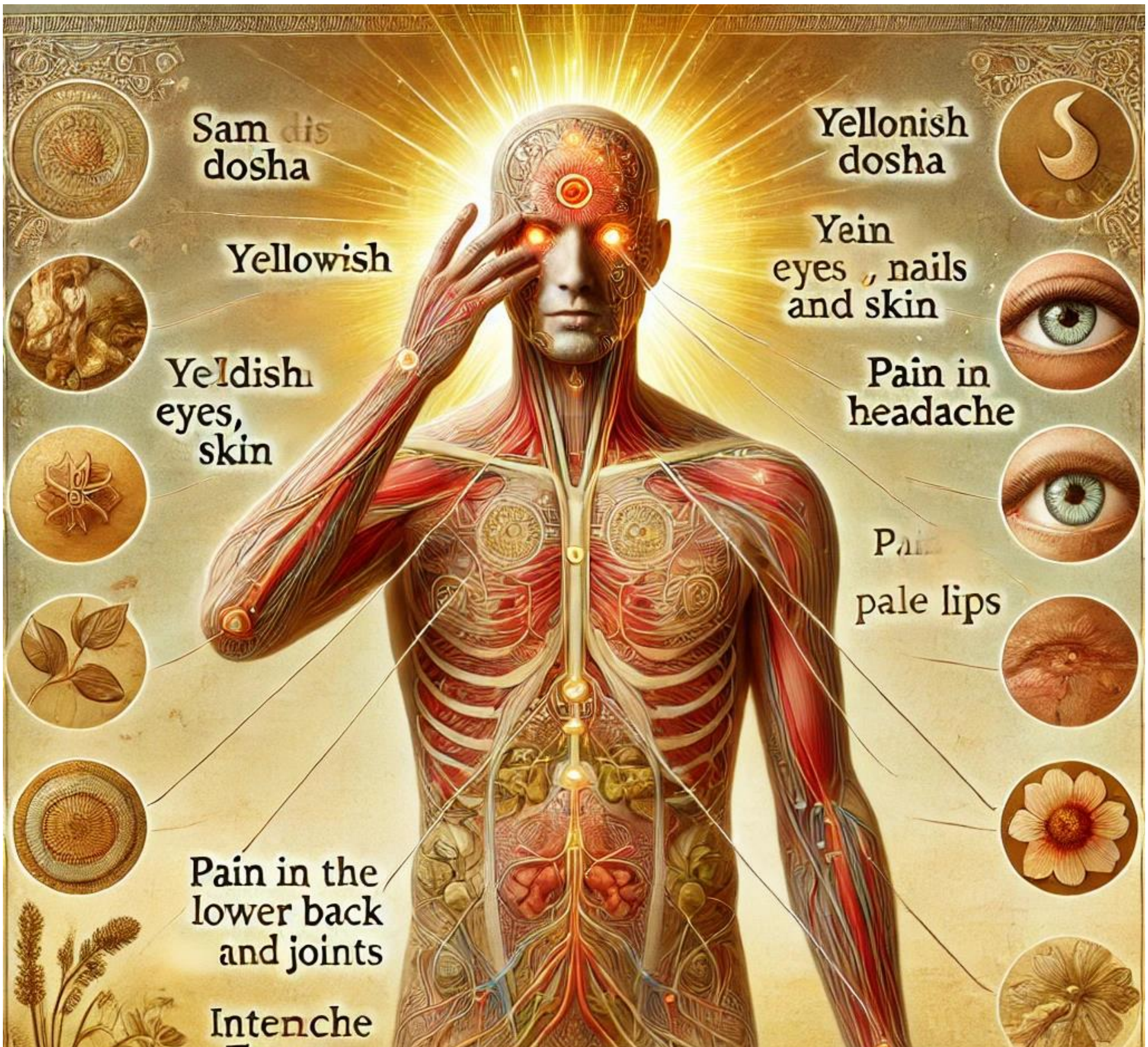
कुछ अन्य द्रव्य से नाड़ी पर प्रभाव -

- गुड़, केला, मांस, शीतल आदि भोजनों से नाड़ी में वात-पित्त की गति होती हैं
- मांस सेवन से नाड़ी स्थिर और डण्डे के समान मोटी चलती हैं ।
- दुध के सेवन से नाड़ी शीत चलती हैं ।
- गुड़ के सेवन से नाड़ी स्थिर और मन्द चलती हैं ।
- मूली के सेवन से नाड़ी धीरे-धीरे चलती हैं ।
- केला के सेवन से नाड़ी रक्त से भरी हुई समान भारी चलती हैं ।
- भूने हुए द्रव्यों जैसे चना, चावल, जौ, बाजरा आदि का दाना के सेवन से नाड़ी स्थिर और धीरे चलती हैं ।

आपसे अनुरोध हैं कि आप अपने रिश्तेदारों, मित्रगण एवं परिवार जनों की भी नाड़ी चेक करें, ताकि आपको अभ्यास होता रहे और आप नाड़ी विशेषज्ञ के ज्ञाता बन जाये ।।

हमारे पेट में भोजन पचाने के लिए एक जठरअग्नि होती हैं । वो जठराग्नि जब भोजन को पचाती हैं तो उसका रस बनाती हैं उस धातु रस को आम कहा जाता हैं । इस धातु रस से वात-पित्त-कफ और हमारे शरीर के रक्त, मांस, मेदा, अस्थि, मज्जा, मल, मूत्र, पसीना और शुक्राणु मिलकर जो बनता हैं उसे साम कहते हैं । यही हमारी

बीमारी का कारण होता हैं । जिस भी आहार का रस आम बनेगा वह दोष अथवा जिस दोष के साथ वह मिल जायेगा वह दोष साम होगा । यह आम जहाँ भी रहेगा वहीं, उस समय सारे शरीर को बीमार करेगा ।



साम दोष क्या होता हैं, आइये समझते हैं । साम दोष के लक्षण हैं – मूत्र, नाखून, दाँत, त्वचा एवं आँखों में पीलापन, आँखो में लालिमा, कमर और सन्धियों में पीड़ा, सिर में तीव्र पीड़ा, निद्रा, मुहँ में फीकापन, बुखार आदि ।

साम दोषों की नाड़ी कैसे जाँच करें ?

धातु रस आम प्रोटीन युक्त होता हैं, और सभी प्रोटीन कफ वर्ग के होते हैं । इस प्रकार आम, लक्षणों एवं चिकित्सा के दृष्टिकोण से कफ दोष के समान हैं । इसलिए साम दोषों की नाड़ी भी कफ दोष की नाड़ी के समान ही चलती हैं । अन्तर यह हैं कि कफ या साम कफ की नाड़ी की स्पष्ट अनुभूति केवल अनामिका अंगुली में होगी । लेकिन शरीर में मूत्र, नाखून, दाँत, त्वचा एवं आँखों में पीलापन, आँखो में लालिमा, कमर और सन्धियों में पीड़ा, सिर में तीव्र पीड़ा, निद्रा, मुहँ में फीकापन, बुखार आदि बीमारी आये तो नाड़ी में अनामिका, मध्यमा एवं तर्जनी तीनों अंगुलियों में कफ की गति की सी अनुभूति होगी । यह नाड़ी कफ की गति के समान गति के मन्द और सरल होगी परन्तु इसमें कुछ भरा हुआ सा प्रतीत होगा । इसलिए यह भारी चलती हैं ।

निराम दोष क्या होता हैं ? साम दोष के लक्षणों से विपरीत लक्षण निराम दोष के होते हैं । यह नाड़ी सूक्ष्म चलती हैं । इसमें कुछ भरा हुआ सा प्रतीत नहीं होता और न ही भारी ही प्रतीत होती हैं । सूक्ष्म का मतलब मन्द गति से नही, बल्कि पतली रेखा के समान हैं ।

रक्त, मांस, मेदा, अस्थि, मज्जा, मल, मूत्र और पसीना, नख, रोम मल और शुक्राणु, ये सभी वात-पित्त कफ से दूषित होने के बाद दूष्य कहलाते हैं । रस, कफ से दूषित

होता हैं, रक्त, पित्त से दूषित होता है एवं अस्थि, वात से दूषित होता हैं । मेद और मज्जा भी कफ वर्ग के हैं । इसके दूषित होने पर कफ की गति के समान नाड़ी चलेगी।

रस जैसे - खट्टा, मीठा, नमकीन, कसैला, तीखा और कड़वा । रस के दूषित होने पर या रस द्वारा शरीर में बीमारी आने पर, नाड़ी कफ के समान गति पर चलेगी । और इसकी चिकित्सा भी कफ के समान होती हैं । इसका अनुभव अनामिका अंगुली पर होगा ।

रक्त के दूषित होने पर, अर्थात् रक्त द्वारा शरीर में बीमारी आने पर, नाड़ी पित्त के समान गति से चलेगी । यह जान लीजिए कि जब भी पित्त प्रकुपित होगा, तब रक्त अवश्य विशेष दूषित होगा । इसका अनुभव मध्य अंगुली पर मिलेगा ।

मांस की वृद्धि में नाड़ी गम्भीर चलती हैं, यह गति रक्त की अपेक्षा मांस के अधिक होने के कारण हैं ।

मेद – चर्बी रोग में नाड़ी कफवत् चलती हैं । यह गति अनामिका अंगुली पर विशेष प्रतीत होगी ।

अस्थि मज्जा शुक्र – अस्थि द्वारा रोग उत्पन्न होने पर नाड़ी वात के समान गति से चलेगी, और तर्जनी अंगुली पर इसका अनुभव महसूस होगा ।

गुप्त रोगों जैसे – स्वपन दोष, शीघ्रपतन, नंपुसकता आदि में नाड़ी कफ के समान गति से चलेगी । इसका अनुभव अनामिका अंगुली पर होगा ।

बीमारियों का पता कैसे चलता है?

नाड़ी की गति:

तेज नाड़ी: बुखार, पित्त दोष, या संक्रमण।

धीमी नाड़ी: कमजोरी, कफ दोष, या थकान।

नाड़ी का बल:

कमजोर नाड़ी: रक्ताल्पता (anaemia) या हृदय संबंधी समस्या।

नाड़ी की लय:

असमान नाड़ी: हृदय रोग, मानसिक तनाव, या वात दोष।

तापमान और नमी:

ठंडी और धीमी नाड़ी: कफ से जुड़ी समस्या।

गर्म और तेज नाड़ी: पित्त का असंतुलन।

नाड़ी परीक्षण के प्रमुख सिद्धांत

त्रिदोष का संतुलन:

आयुर्वेद में शरीर के तीन प्रमुख दोषों (वात, पित्त, कफ) का संतुलन शरीर के स्वास्थ्य का प्रतीक है।

वात (Vata): गति और गतिविधि से संबंधित।

पित्त (Pitta): पाचन और चयापचय (metabolism) से संबंधित।

कफ (Kapha): संरचना और स्थिरता से संबंधित।

नाड़ी परीक्षण इन तीन दोषों के असंतुलन का पता लगाने में मदद करता है।

नाड़ी की गति और लय:

नाड़ी की गति (pulse rate) और उसकी लय को देखकर रोगों का विश्लेषण किया जाता है। सामान्य रूप से, वयस्कों में नाड़ी की गति 60-100 प्रति मिनट होती है।

स्पंदन के प्रकार:

सर्पगति (Snake-like movement): वात दोष का संकेत।

मेंढक की तरह गति (Frog-like movement): कफ दोष का संकेत।

चिड़िया जैसी गति (Bird-like movement): पित्त दोष का संकेत।

रोगों का पता लगाने के तरीके

1. हृदय और रक्तसंचार संबंधी रोग

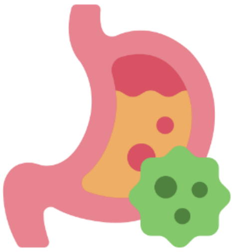
तेज नाड़ी (Tachycardia): बुखार, रक्तचाप, या हृदय की अधिक धड़कन।

धीमी नाड़ी (Bradycardia): हृदय की कमजोरी, थायरॉयड की समस्या।

अनियमित नाड़ी (Irregular Pulse): हृदय अतालता (Arrhythmia) या मानसिक तनाव।

2. पाचन तंत्र के रोग

कमजोर नाड़ी: भूख न लगना, कब्ज, या कफ दोष।

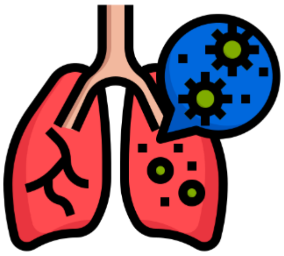


तेज और गर्म नाड़ी: एसिडिटी, जलन, या पित्त का असंतुलन।

नाड़ी में असंतुलन: दस्त, अपच, या संक्रमण।

3. श्वसन तंत्र के रोग

धीमी और भारी नाड़ी: सर्दी, खांसी, कफ से भरी छाती।



तेज और गर्म नाड़ी: बुखार, गले में संक्रमण।

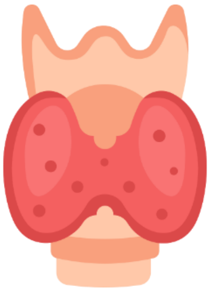
4. मानसिक स्वास्थ्य

असमान नाड़ी: चिंता, अवसाद, या अत्यधिक मानसिक तनाव।

धीमी नाड़ी: अवसाद या अत्यधिक थकान।

तेज नाड़ी: गुस्सा, उत्तेजना, या घबराहट।

5. थायरॉयड और हार्मोनल समस्या



तेज नाड़ी: हाइपरथायरॉयडिज्म।

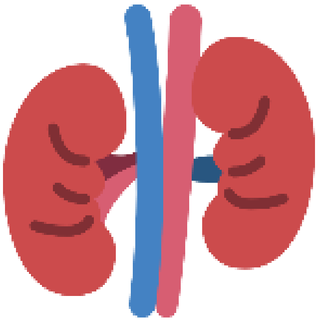
धीमी नाड़ी: हाइपोथायरॉयडिज्म।

6. संक्रामक रोग

तेज और असामान्य नाड़ी: बुखार, डेंगू, मलेरिया, या अन्य संक्रमण।

गर्म नाड़ी: शरीर में संक्रमण या सूजन।

7. गुर्दे और मूत्र संबंधी रोग



धीमी और भारी नाड़ी: मूत्र रुकावट, किडनी की समस्या।

तेज नाड़ी: शरीर में पानी की कमी।

नाड़ी की अन्य विशेषताएँ

नाड़ी की गहराई:

सतही नाड़ी: हल्की समस्या, जैसे सर्दी या थकान।

गहरी नाड़ी: गंभीर रोग, जैसे अंगों का दोष या दीर्घकालिक बीमारी।

नाड़ी की शक्ति:

मजबूत नाड़ी: सामान्य स्वास्थ्य या उत्तेजना।

कमजोर नाड़ी: खून की कमी, पोषण की कमी।

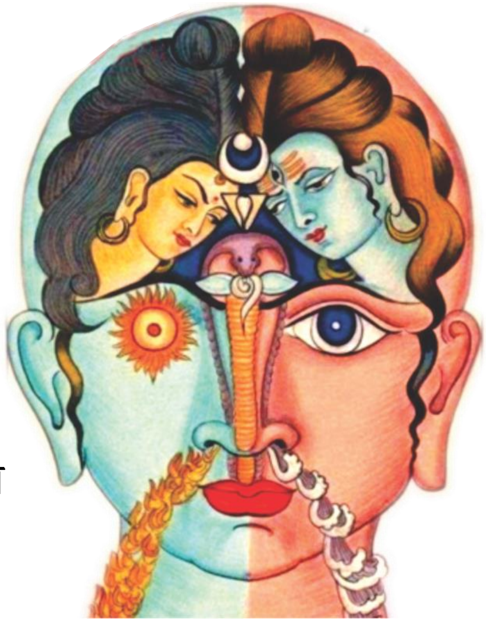
नाड़ी का तापमान:

गर्म नाड़ी: शरीर में सूजन, बुखार।

ठंडी नाड़ी: थकावट, कमज़ोरी, या कफ दोष।

स्वर विज्ञान

आपके शरीर में तीन नाड़ियां हैं, इडा, पिंगला, सुसुम्ना। इसको दूसरे नामों से भी जाना जाता हैं - एक सूर्य (Surya) नाड़ी, एक चन्द्र नाड़ी और एक मध्य नाड़ी। ये तीनों नाड़ियां शरीर के हर अंग में उपस्थित हैं ।

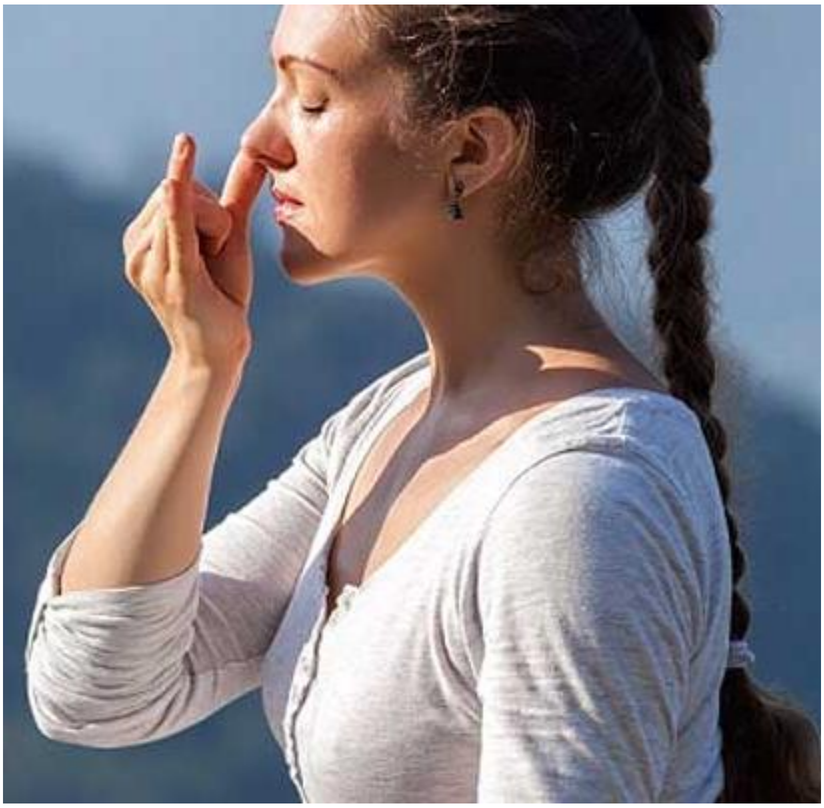


इनके अपने-अपने प्रभाव हैं । शरीर के हर अंग में इनका अपना असर हैं । जब जरूरत पड़ती हैं तो ये नाड़ियाँ बढ़ती हैं और कम होती हैं । इनके माध्यम से ही शरीर के जीव का संचालन होता हैं, प्राण का संचालन होता हैं ।

नाड़ी शोधक प्राणायाम - इसका मतलब हैं नाड़ियों को शुद्ध कर दे ऐसे प्राणायाम । नाड़ियां शुद्ध हैं तो आप स्वस्थ हैं । नाड़ियां विकृत हैं तो आप अस्वस्थ हैं । इसलिए प्राणायाम योग को उत्तम बताया गया हैं ।

आपकी एक नाड़ी हैं दाहिनी नाक में, जिसको आप कहते हैं सूर्य (Surya) नाड़ी । एक हैं बायीं नाक में जिसको कहते हैं, चन्द्र नाड़ी और एक हैं मध्य में, यह मध्य नाड़ी हैं । मध्य नाड़ी सबसे अच्छी मानी जाती हैं, सूर्य (Surya) और चन्द्र की तुलना में । मध्य नाड़ी, सूर्य (Surya) नाड़ी और चन्द्र नाड़ी को नियंत्रित करने में बहुत मदद करती हैं।

सूर्य (Surya) नाड़ी का काम हैं आपको गुस्सा दिलाना, आपका ब्लड़ प्रेशर बढ़ाना, आपकी शुगर बढ़ाना, आपमें उत्तेजना पैदा करना । आप जितने खराब शब्द जानते हैं अपने जीवन में वो सब इस सूर्य (Surya) नाड़ी के प्रभाव से आते हैं ।



वाग्भट्ट जी कहते हैं कि खराबी नहीं होगी जीवन में तो जीवन नहीं हैं, इसलिए थोड़ा गुस्सा भी चाहिए, थोड़ी उत्तेजना भी चाहिए, थोड़ी खराबी भी चाहिए, थोड़ा चिड़चिड़ापन भी चाहिए, थोड़ा दूसरों के बारे में खराब सोच आये ऐसा भी चाहिए । जब जिसकी जरूरत हैं वह उस समय में चाहिए । क्योंकि आप सदगृहस्त हैं । सन्तों के लिए यह नहीं चाहिए । सूर्य (Surya) नाड़ी नहीं होगी तो कोई बच्चा पैदा नहीं कर सकता । सूर्य (Surya) नाड़ी की ताकत पर ही जीवन आगे बढ़ता हैं । ये सब जरूरत के हिसाब से आप में हो ।

लेकिन विज्ञान कहता हैं कि शरीर में ऐसी व्यवस्था हैं कि गुस्सा ज्यादा देर टिकेगा नहीं, उत्तेजना ज्यादा देर टिकेगी नहीं, दूसरे के प्रति खराब विचार, दूसरे के प्रति घृणा ज्यादा देर टिकेगी नहीं ।

आप कोई भी काम करते हैं तो बी.पी. बढ़ता ही हैं । जब आप मेहनत करते हैं, तो आपका बी.पी. बढ़ता हैं और उसके बाद शांत हो जाता हैं । लेकिन आप बी.पी के मरीज होते हैं तो आपका बी.पी बढ़ता हैं लेकिन घटता नहीं हैं । शुगर भी बढ़ता हैं जब आप कोई काम करने जाते हैं तो, और थोड़ी देर बाद कम भी हो जाता हैं ।

ये सारी चीजें सिर्फ नाड़ी से संबंधित होती हैं, वही सूर्य (*Surya)* नाड़ी । इसकी बहुत जरूरत हैं । जीवन इसी से चलता हैं ।

फिर इसके विपरीत हैं चन्द्र नाड़ी । चन्द्र नाड़ी वही जो आपको कल्पनाशीलता सिखाये । आप में प्रेम, वात्सल्य, करूणा, दया, ममता ये सारे गुण पैदा करती हैं ।

आप बहुत इन्टैलीजेन्ट हैं, आप बहुत होशियार हैं, आप बहुत ईमानदार हैं, आप हमेशा सत्य बोलते हैं, कभी भी दूसरे की बुराई सुनते भी नही हैं, दूसरे की बुराई करते भी नही हैं, तो आप समझ लीजिए कि आप चन्द्र नाड़ी के प्रभाव में हैं ।

चिकित्सा करने वाले लोग नाड़ियों के हिसाब से मनुष्यों के स्वभाव का वर्गीकरण करते हैं कि आदमी चन्द्र नाड़ी वाला हैं या सूर्य (*Surya)* नाड़ी वाला हैं ।

इसके बाद उसकी आँखें देखकर हम पता करते हैं कि आदमी किस कैटेगरी वाला हैं । आँखें कभी झूठ नहीं बोलती हैं और आँखों से कोई बच नहीं सकता हैं । इसलिए दुनिया के हर एयरपोर्ट पर आंखों का ही परीक्षण होता हैं, क्योंकि ये झूठ नही बोलती हैं ।

सूर्य (*Surya)* नाड़ी और चन्द्र नाड़ी के वर्गीकरण से दवाइयों का वर्गीकरण हो जाता हैं, कि सूर्य (*Surya)* नाड़ी वाली दवाएं देनी हैं या चन्द्र नाड़ी वाली दवाएं देनी

हैं, इसके बाद स्वभाव का परीक्षण करते हैं तो अन्त में दो या तीन दवाई ही बनती हैं, तो ये सारी दवाओं का खेल नाड़ियों से ही सचंलित हैं ।

मध्य नाड़ी दोनो के बीच की नाड़ी हैं, मध्य नाड़ी वाले पेशेन्ट न तो ज्यादा गुस्सा करेंगे, ना ही ज्यादा ठंड़ा रहेगे, ना तो ज्यादा उत्तेजित होगे और ना ज्यादा शांत होगें, ना तो ज्यादा किसी से घृणा करेंगे, ना ही किसी से ज्यादा प्यार करेंगे, वो बीच वाले हैं ।

आयुर्वेद यही कहता हैं, ये बीच वाला रास्ता ही अच्छा हैं, बहुत सद्गुण भी नही चाहिए, बहुत अवगुण भी नही चाहिए, बीच वाला रास्ता चाहिए।

चन्द्र नाड़ी ज्यादा सक्रिय होने से आदमी कायर भी हो जायेगा और नपुंसक भी हो जायेगा । जब चन्द्र नाड़ी बहुत सक्रिय हो जाती हैं तो बिल्कुल कायरता, बिल्कुल नपुंसकता आ जाती हैं । ऐसी स्थिति में इलाज करने में काफी दिक्कत आती हैं ।

इसले आपके जीवन की सब चीजें संतुलित होनी चाहिए । वही आपके जीवन की सबसे अच्छी स्थिति है ।

भारत में किसी भी ऋषि ने सद्गृहस्थों के लिए सब कुछ त्यागने की बात नहीं की हैं इस देश के सभी शास्त्र ये कहते हैं कि त्याग के साथ भोग करना हैं। सिर्फ त्याग नहीं करना हैं और सिर्फ भोग नहीं करना हैं । सदगृहस्थों के लिए कमण्डल लेकर हिमालय में जाना नहीं हैं । त्याग पूर्वक भोग मध्य नाड़ी कराती हैं । प्रेम पूर्वक गुस्सा भी मध्य नाड़ी करवाती हैं । माँ जैसी हैं ये मध्य नाड़ी ।

सामान्य रूप से जो स्वस्थ स्त्रियां हैं उनकी मध्य नाड़ी ही प्रबल होती हैं । सामान्य रूप से जो स्वस्थ पुरूष हैं उनकी सूर्य (*Surya)* नाड़ी प्रबल हैं । सामान्य रूप से बच्चों की चन्द्र नाड़ी प्रबल हैं।

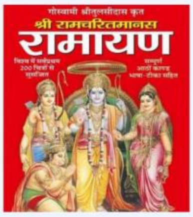
जिनकी चन्द्र नाड़ी प्रबल हैं वो कफ प्रधान ही होंगे । जिनकी सूर्य (*Surya)* नाड़ी प्रबल हैं वो पित्त प्रधान होंगे । वात वाले लोग मध्य नाड़ी वाले लोग होते हैं ।

अब ये नाड़ी पहचाने कैसे ? तो एक तरीका तो ये हैं कि आपकी कौन सी नाड़ी प्रबल हैं यह जानने के लिए नाक के नीचे उंगली रखें और देखें कि वायु दाहिनी नाक से तेज चल रही हैं या बायीं नाक से तेज चल रही हैं । जिस नाक से तेज चल रही हैं वही नाड़ी आपकी हैं । यदि दायी नाक से तेज चल रही हैं तो सूर्य (*Surya)* नाड़ी, यदि बायीं नाक से तेज चल रही हैं तो चन्द्र नाड़ी, यदि दोनो में एक समान चल रही हो तो मध्य नड़ी । यदि सूर्य (*Surya)* नाड़ी चल रही हैं तो आप पित्त के प्रभाव में हैं और यदि चन्द्र नाड़ी चल रही हैं तो आप कफ के प्रभाव में हैं । यदि मध्य नाड़ी चल रही है तो आप वात के प्रभाव में हैं ।

अपना इलाज करते समय या दूसरों का इलाज करते समय आप यह ध्यान रख सकते हैं कि आप इस समय किसके प्रभाव में हैं - पित्त के या कफ के । उसी के अनुसार आपको नियम का पालन करना हैं और उसी की दवायें खानी हैं ।

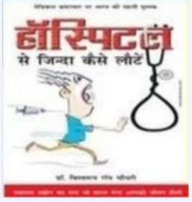
दवाओं में जैसे मेंथी दाना वातनाशक और कफ नाशक दोनो हैं । त्रिफला का चूर्ण वात नाशक व कफ नाशक दोनो हैं । इसी तरह अजवाइन पित्त नाशक हैं ।

इस बात का हमेशा ध्यान रखना हैं कि जो बढ़ा हैं उसको बढ़ाने वाली दवायें नहीं खानी हैं । नाड़ी से इतना ध्यान रखना हैं कि जो चल रही हैं उसकी उल्टी दवा खानी हैं । जैसे चन्द्र नाड़ी चल ही हैं तो उसको नियंत्रित करने के लिए दवा देना हैं ।



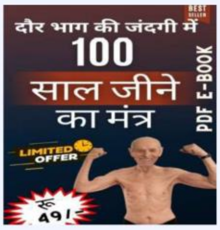
नालंदा लाइब्रेरी

किसी भी पुस्तक पर क्लिक करें
पढ़ें एवं डाउनलोड़ करें

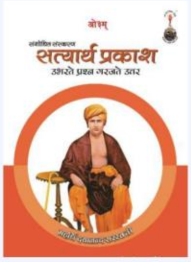


1. वैदिक गणित की 3 पुस्तकें

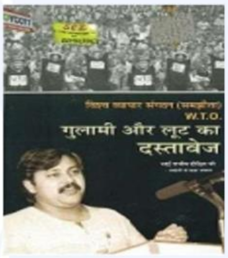
2. वेद पुराण की सभी पुस्तकें



3. 350 लघु और कुटीर उद्योग

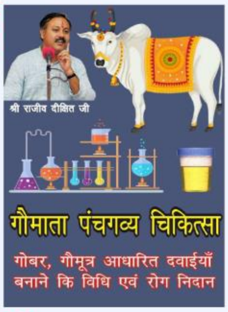


4. श्री राजीव दीक्षित पुस्तकें



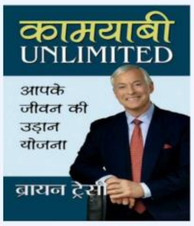
5. चिकित्सा सम्बन्धी पुस्तकें

6. सनातन धर्म पर आधारित पुस्तकें

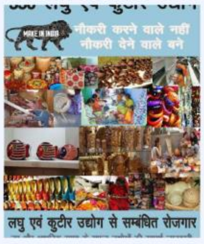


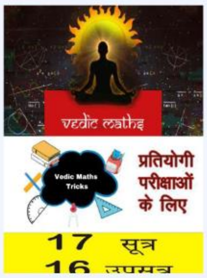
7. मोटिवेशनल बुक्स

8. धन कमाने की पुस्तकें



9. Competitive Exam Books





lifetime Access

For More Information:

www.rajivdxt.in
swdeshiabhiyan@gmail.com
WhatsApp Number 9458665736

नालंदा लाइब्रेरी की
सभी पुस्तकें पढ़ने
के लिए क्लिक
करें।।
PDF
READ MORE

चिकित्सक सलाह
अपनी बीमारी हमें बताये
चिकित्सक से पूछें
CLICK!
₹20 रूपये परामर्श शुल्क

Download Now पर
क्लिक करे और ऐप
डाउनलोड करे
RAJIV DIXIT
चिकित्सा
पुस्तके
ऑडियो
स्वदेशी सूची
स्वरोजगार
उत्पाद विधि
पंचगव्य
स्वदेशी खेती
इतिहास
भारतीय संस्कृति
वैदिक गणित
गुरूकुल
हमसे जुड़े
स्वदेशी बाजार
समर्थक सूची
Ayurveda
Homeopathy
Rajiv Dixit
Android App
Search on
Google Play
Store
"Rajiv Dixit"
DOWNLOAD NOW

Download Now पर
क्लिक करे और ऐप
डाउनलोड़ करे
Learn Sanskrit &
Dictionary
rn and Dictionary
संस्कृत हिन्दी शब्दकोश
Sanskrit English Dictionary
उर्दू रहित हिन्दी
संस्कृत सीखे
वैदिक गणित
हिन्दी व्याकरण
Learn Sanskrit and Dictionary
Search on Google Play Store
"Learn Sanskrit & Dictionary"
DOWNLOAD NOW

श्री राजीव दीक्षित जी, प्रोफेसर धर्मपाल एवं अन्य महत्वपूर्ण पुस्तकें खरीदें।
6 से 8 दिन में आपके घर तक पहुँच जायेगी।
BUY NOW
अष्टांगहृदयम् भाग - 1
अष्टांगहृदयम् भाग - 2
स्वावलम्बी बने और स्वदेशी की ओर चले...
स्वदेशी उत्पाद विधि
भारतीय संस्कृति एवं विज्ञान
W.T.O.
गुलामी और लूट का दस्तावेज
सम्पूर्ण प्राकृतिक चिकित्सा
गौमाता पंचगव्य चिकित्सा
गोबर, गौमूत्र आधारित दवाईयाँ बनाने कि विधि एवं रोग निदान
वैदिक मैथ्स
प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए
17 सूत्र
16 उपसूत्र
गुरुकुल शिक्षा एवं बाल संस्कार
जीरो बजट खेती एवं गौमाता चिकित्सा शास्त्र
रोगी रोग मुक्त
बिना दवाई
• योगासन
• हस्त मुद्रा योग
• एक्यूप्रेशर पद्धति
श्री राम कथा में भारत की सभी समस्याओं का समाधान
मैक्समुलर द्वारा वेदों का विकृतीकरण
स्वदेशी भारत
मांसाहार से हानियाँ

स्वदेशी मंच
CLICK HERE...
शेयर करें, सुलझाएं और आगे बढ़ें!
Photo
Video
Audio
PDF
PDF
यहाँ आप कुछ भी शेयर कर सकते हैं!
स्वदेशी मंच – जहाँ हर विचार की अहमियत है, और हर समस्या का समाधान है!
www.swdeshibharat.com

मोटिवेशनल(अंग्रेजी और
हिन्दी) 600+ पुस्तकें
Buy Now
₹10

राज कॉमिक्स सेट
1000+ कॉमिक्स
₹19
Buy Now

सनातन धर्म पर आधारित
1000+ पुस्तकें
Buy Now
₹15

श्री राजीव दीक्षित

30 नवंबर 1967 से 30 नवंबर 2010

DOWNLOAD APP

1) राजीव भाई एक वैज्ञानिक थे और ज्ञान के भण्डार थे जिस पर उन्होंने कभी घमंड नहीं किया और सिर्फ हकीकत को जानने की कोशिश किया और उसे सबको बताया

2) एक प्रखर प्रवक्ता थे जो कठिन ज्ञान को भी सरल भाषा में व्याख्यान के माध्यम से सबको बताया।

3) राजीव भाई सैटेलाईट टेक्नोलोजी वैज्ञानिक थे, लेकिन उन्होंने धर्म, इतिहास, राजनीति, अर्थशाश्त्र, व्यापार, विदेशियों की लूट, खदानों की लूट, रक्षा अनुसंधान, आयुर्वेद, योग, उपनिषद, ग्राम विकास, उर्जा विज्ञान. खेती, दवाए सब पर बहुत ही बारीकी से अध्ययन किया और सबको जागरूक किया।

4) भारत की लूट के रहस्य "विदेशों में कालेधन" का सबसे पहले खुलासा किया।

5) बहुत ही ईमानदार थे, नैतिकता के पुजारी थे और ईमानदारी से प्रत्येक बात का साक्ष्य एकत्रित किया और सबको साझा किया।

6) कभी किसी से डरे नहीं और प्रत्येक बात प्रमाण के साथ और शालीनता के साथ सबको बताया।

7)"भारत स्वाभिमान" जैसे संगठन की बाबा रामदेवजी के साथ मिलाकर निर्माण किया जो राष्ट्र निर्माण में लगा हुआ है।

8) गाय की रक्षा अभियान में बहुत काम किया और बताया कैसे गोवंश भारत को महान बना देंगे।

9) विदेशों में किताबो में बंद रहस्य को सरल भाषा में भारतवासियों को बताया।

संस्कृत सीखें | उपचार पूछें | चिकित्सा सीखें | स्वास्थ्य जाँचे | पंचगव्य चिकित्सा

गुरुकुल शिक्षा | वैदिक गणित | PDF पुस्तकें | उत्पाद विधि | रोजगार

मुख्य वेबसाइट (Main Website)

www.swdeshibharat.com

www.rajivdxt.in

YouTube
BHARTIYA CULTURE