अष्टांगहृदयम

तत्वगुणी चिकित्सा

🕉️ शरद ऋतु में पंचकर्म करवाने का सुनहरा अवसर 🙏

💆‍♂️पंचकर्म के लाभ💆‍♀️

✅शरीर से विषाक्त पदार्थ बाहर निकलते हैं
✅पाचन क्रिया सुधरती है
✅शरीर में ब्लॉकेज खुलते हैं
✅तनाव कम होता है
✅चयापचय की प्रक्रिया तेज होती है
✅इम्युनिटी बढ़ता है
✅चेहरे का चमक बढ़ती है
✅दोष,धातु,मल,अग्नि सम होते हैं

हर बीमारी बार बार
!! पंचकर्म एक बार !!

Ashtanghridayam Raj
@Ashtang_hridayam_raj
23.1K subscribers • 42 videos

Vaid gurudarshan Shastri
Ayurvedic pharmacist &
panchkarma therepist
Regd.10215 ➜📱**9991320020**

पंचकर्म कब कराए?

वात दोष के लिए वस्ति कर्म वर्षा ऋतु में, पित्त दोष के लिए विरेचन कर्म अश्विन, कार्तिक मास में और कफ दोष के लिए वमन कर्म चैत्र, वैशाख में सभी को करना चाहिए। वैसे रोगी एवं रोग के अनुसार पंचकर्म कभी भी किया जा सकता है।

पंचकर्म क्यों कराए?

अविशुद्धे शरीरे हि युक्तो रासायनो विधिः ।
वाजीकरो वा मलिने वस्त्रे रङ्गः इवाफलः।। महर्षि वागभट्ट
क्योंकि यदि अशुद्ध शरीर वाले व्यक्ति पर औषधि या टॉनिक अथवा वाजीकरण योगों का प्रयोग किया जाता है तो वह उस प्रकार व्यर्थ चला जाता है, जिस प्रकार मैले वस्त्र को रंगा गया हो।

दोषाः कदाचित् कुप्यन्ति जिता लङ्घनपाचनैः।
जिताः संशोधनेयें तु न तेषां पुनरुद्भवः ॥ चरक सूत्र. 16/20
अन्य चिकित्साओं से संशोधन चिकित्सा की विशेषता - दवाई या जड़ी- बूटी के प्रयोग से ठीक हुए दोष कभी कुपित हो सकते हैं किन्तु जिन दोषों का निर्हरण शास्त्रोक्त पंचकर्म की रीति से किया जाता है, वे पुनः उभड़ नहीं सकते।

मलो हि देहादुत्क्लेश्य ह्रियते वासक्तो यथा ॥
स्नेहस्वेदैस्तथोत्क्लिष्टः शोध्यते शोधनैर्मलः । अ.हृ.सू. 18/58
मलों (टॉक्सिन) का उत्क्लेशन- जिस प्रकार कपड़ा पर जमी हुई मैल को स्नेहन (स्नेह तथा क्षार प्रधान पदार्थ साबुन) तथा स्वेदन (गरम पानी) द्वारा उभाड़ कर निकाला जाता है, उसी प्रकार शरीर स्थित मलों (टॉक्सिन) को स्नेहन एवं स्वेदन विधियों से उत्क्लेशन (उभाड़) कर वमन एवं विरेचन नामक शोधनों से बाहर निकाल दिया जाता है॥

पंचकर्म कहां और किससे कराए?

पंचकर्म हमेशा शांत वातावरण में कराए,प्रदूषण से लगभग मुक्त एरिया में कराए। पंचकर्म जैसे क्रिया को घर पर न करें। ऑफिस या घर की छुट्टी लेकर ही कराए, जल्दीबाजी में न करें।

पंचकर्म हमेशा सर्टिफाइड पंचकर्म टेक्निशियन से ही कराए। जिसने सैकड़ों लोगों को पंचकर्म किया है, उनसे पंचकर्म कराना चाहिए और जिनके पास पंचकर्म का पूरा सेटअप हो एवं जिनके पास शास्त्रोक्त पंचकर्म करने का ज्ञान हो और उसी वैदिक पद्धति से पंचकर्म करता हो, उनके पंचकर्म कराना चाहिए।

पंचकर्म कराने में कितना खर्च होता हैं?

यह निर्भर करता है रोगी एवं रोग की की स्थिति पर। इसके लिए हम सर्वप्रथम केस टेकिंग करते है। इसके बाद हम तय करेंगे कि आपका पंचकर्म करना है कि नहीं। इसके बाद हम आपका शेड्यूल बनाते है। फिर हम ये औषधि व घृत का चयन करके आपको इस्टीमेट बिल बना देते है कि आपका इतना खर्च होने वाला है। फिर भी हम यहां बता देते है कि हम नौ दिन का हमारा पूरा शेड्यूल होता है जिसका चार्ज 25000₹ है। लेकिन जो व्यक्ति अष्टांगहृदयम आयुर्वेद क्लास का विद्यार्थी है उनसे मात्र 20000₹ चार्ज करते हैं।

इस फीस में आपको नौ दिनों तक रुकने, रहने-सहने, खाने-पीने,पंचकर्म के दौरान लगने वाली सारी औषधि, घी,तेल, डिस्पोजल क्लॉथ,साबुन-सर्फ, सुबह शाम फ्री चेकअप तथा 24 घंटे एक असिस्टेंट मिलता है।

हमने अब तक सौ से अधिक लोगों का सफल पंचकर्म किया है। कुछ व्याधियों में हमें शत प्रतिशत रिजल्ट मिले है जैसे फैटी लीवर, कोलेस्ट्रॉल, ट्राइग्लिसराइड, गॉल ब्लैडर स्टोन, किडनी स्टोन, मोटापा,थायरॉयड,शुगर, सर्वाइकल शारीरिक व मानसिक रोग इत्यादि।

पंचकर्म (विरेचन कर्म)

1st day	रोगी व रोग के अनुसार स्नेहपान 50ml
2nd day	रोगी व रोग के अनुसार स्नेहपान 100ml
3rd day	रोगी व रोग के अनुसार स्नेहपान 125ml
4th day	रोगी व रोग के अनुसार स्नेहपान 150ml
5th day	रोगी व रोग के अनुसार स्नेहपान 175ml
6th day	प्रातःकालीन अभ्यंग (मसाज) व स्वेदन (स्टीम थेरेपी)
7th day	प्रातःकालीन अभ्यंग (मसाज) व स्वेदन (स्टीम थेरेपी)
8th day	प्रातःकालीन अभ्यंग (मसाज) व स्वेदन (स्टीम थेरेपी)
9th day	प्रातःकालीन अभ्यंग,स्वेदन तत्पश्चात विरेचन कल्पपान

स्निग्धद्रवष्णिधन्वोत्थरसभुक् स्वेदमाचरेत् ।
स्निग्धत्र्यहं स्थितः कुर्याद्विरेकं, वमनं पुनः ।।

- स्वेदन आदि के प्रयोग सम्यक् स्नेहन होने के बाद स्वेदन कराना चाहिए। स्वेदन कराते समय स्नेहयुक्त, द्रव एवं उष्ण आहार का सेवन उस व्यक्ति को कराना चाहिए। स्नेहन कराने के तीन दिन बाद विरेचन कराना चाहिए। विरेचन कराने के एक दिन बाद अर्थात् एक दिन रुककर अगले दिन उस व्यक्ति को तिल, माष आदि से निर्मित कफकारक पेया आदि पिलाकर कफ को उभाड़ कर तब वमन कराना चाहिए, जिससे कफ का निर्हरण हो जाय।।

शास्त्रोक्त तरीके से पंचकर्म कराने के लिए संपर्क करें - 9991320020

हमारे द्वारा पंचकर्म का कुछ दृश्य