

‘आरोग्याङ्क’ की विषय-सूची

विषय	पृष्ठ-संख्या	विषय	पृष्ठ-संख्या
१- भगवान् शिवकी शरणागतिसे परम कल्याणकी प्राप्ति	१३	२४- ‘धर्मार्थकाममोक्षाणामारोग्यं मूलमुत्तमम्’ (गोलोकवासी संत पूज्यपाद श्रीप्रभुदत्त ब्रह्मचारीजी महाराज)	७४
मङ्गलाचरण		२५- भवरोगसे मुक्तिका उपाय (ब्रह्मलीन श्रद्धेय संत स्वामी श्रीशरणानन्दजी महाराज) (प्रेषक-एक साधक)	७६
२- वैदिक शुभाशंसा	१४	२६- ब्रह्मचर्य (ब्रह्मलीन परम श्रद्धेय श्रीजयदयालजी गोयन्दका) .	७७
३- ओषधि-सूक्त	१५	२७- आरोग्य-सम्बन्धी दोहे (श्रीधीरजकुमारजी खरया)	८१
४- आरोग्य-सुभाषित-मुक्तावली	१७	२८- आरोग्य-साधन (महात्मा गांधी)	८२
५- स्वस्थ रहनेकी रामबाण दवा (राधेश्याम खेमका) ...	१९	२९- स्वस्थ जीवनके लिये धारण करने योग्य ५१ बातें (नित्यलीलालीन श्रद्धेय भाईजी श्रीहनुमानप्रसादजी पोद्दार)	८४
प्रसाद		३०- परिवार-नियोजनमें संयमकी आवश्यकता (संत विनोबा भावे)	८६
६- आयुर्वेदके आविर्भावक पितामह ब्रह्मा (ला०बि०मि०) २९		३१- आरोग्य और भोजन-विज्ञान (स्वामी श्रीदयानन्दजी) ८८	
७- चिकित्सकोंके चिकित्सक भगवान् शिव (ला० बि० मि०)	३२	३२- भगवद्भजनसे रोगोंका नाश (ब्रह्मलीन श्रीमगनलाल हरिभाईजी व्यास) [प्रेषक—रजनीकान्त शर्मा]	९३
८- आयुर्वेदस्वरूप भगवान् श्रीविष्णु (ला०बि०मि०)	३४	आशीर्वाद	
९- आयुर्वेदके प्रथम अध्येता दक्ष प्रजापति (ला०बि०मि०) ३८		३३- आरोग्य—प्राथमिक आवश्यकता (अनन्तश्रीविभूषित दक्षिणाम्नायस्थ शृंगेरी-शारदापीठाधीश्वर जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी श्रीभारतीतीर्थजी महाराज)	९५
१०- देववैद्य अश्विनीकुमार (ला०बि०मि०)	४०	३४- आयुर्वेदके प्रवर्तक आचार्य तथा आयुर्वेद-परम्परामें चरक (अनन्तश्रीविभूषित श्रीद्वारकाशारदापीठाधीश्वर ज०गु० शंकराचार्य स्वामी श्रीस्वरूपानन्द सरस्वतीजी महाराज) ९७	
११- देवराज इन्द्रका शल्यकर्म (ला०बि०मि०)	४६	३५- आयुर्वेदिक चिकित्सापद्धतिकी दार्शनिक आधारशिला (अनन्तश्रीविभूषित ज०गु० शंकराचार्य पुरीपीठाधीश्वर स्वामी श्रीनिश्चलानन्द सरस्वतीजी महाराज)	१०१
१२- भूतलपर आयुर्वेदके प्रकाशक महर्षि भरद्वाज (ला०बि०मि०)	४७	३६- आयुर्वेदमें धर्म और दर्शन-संदर्भ (अनन्तश्रीविभूषित ऊर्ध्वाम्नाय श्रीकाशीसुमेरुपीठाधीश्वर ज०गु० शंकराचार्य स्वामी श्रीचिन्मयानन्द सरस्वतीजी महाराज)	१०८
१३- महर्षि वाल्मीकिके आरोग्य-साधन (शास्त्रार्थ-पञ्चानन पं० श्रीप्रेमाचार्यजी शास्त्री)	४९	३७- रोग और भैषज्य (स्वामी श्रीविज्ञानानन्दजी सरस्वती) ११२	
१४- महर्षि वेदव्यासजीका आरोग्य-विषयक अवदान	५१	३८- महारोग और उससे मुक्ति (अनन्तश्रीविभूषित श्रीमद्विष्णुस्वामिमतानुयायि श्रीगोपाल वैष्णव-पीठाधीश्वर श्री १००८ श्रीविठ्ठलेशजी महाराज)	११५
१५- श्रीमद्भगवद्गीतामें आरोग्य-उक्ति (श्रीनारायणप्रसादजी कुलश्रेष्ठ)	५३	३९- वास्तविक आरोग्य (श्रद्धेय स्वामी श्रीरामसुखदासजी महाराज) ११६	
१६- गोस्वामी तुलसीदासजीकी आरोग्य-साधना (डॉ० श्रीशुकदेवजी राय, एम्०ए०, पी०एच्०डी०, साहित्यरत्न) ५६		४०- हठयोग-साधना—स्वरूप एवं उपयोगिता (श्रीगोरक्षपीठाधीश्वर महन्त श्रीअवेद्यनाथजी महाराज) ११८	
१७- आयुर्वेदकी आचार्य-परम्परा और आरोग्य-साधना	५९	४१- ‘संसारव्याधिभेषजम्’ (स्वामी श्रीओंकारानन्दजी महाराज, आदिबदरी)	१२१
१८- भगवन्नाम-संकीर्तनसे वास्तविक आरोग्यकी प्राप्ति ...	६१		
१९- स्वस्थ रहनेके लिये संकल्पबलकी आवश्यकता (ब्रह्मलीन धर्मसम्राट् स्वामी श्रीकरपात्रीजी महाराज) ६२			
२०- जीवन और मृत्युका रहस्य (ब्रह्मलीन जगद्गुरु शंकराचार्य ज्योतिष्पीठाधीश्वर स्वामी श्रीकृष्ण-बोधाश्रमजी महाराज)	६४		
२१- आयुर्वेद भगवान्की देन (ब्रह्मलीन जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी श्रीनिरंजनदेवतीर्थजी महाराज) [प्रेषक—ब्रह्मचारी सर्वेश्वर चैतन्य]	६७		
२२- ब्रह्मचर्य-रक्षाके उपाय और फल (ब्रह्मलीन स्वामी श्रीअखण्डानन्द सरस्वतीजी महाराज)	६८		
२३- स्वस्थ तन एवं स्वस्थ मन (ब्रह्मलीन योगिराज श्रीदेवराहा बाबाजीके अमृत-वचन) [प्रेषक श्रीमदनजी शर्मा]	७३		

विषय	पृष्ठ-संख्या
४२- 'जुग बिधि ज्वर मत्सर अबिबेका' (आचार्य श्रीकृपाशंकरजी महाराज, रामायणी)	१२४
४३- मानसायुर्वेद-परिचय (आचार्य श्रीकिशोरजी व्यास) १२६ आयुतत्त्वमीमांसा और आरोग्य-साधन	
४४- आयुष्कालका रहस्य या आयुकी अभिवृद्धि (डॉ० श्रीत्रिभोवनदास दामोदरदासजी सेठ)	१२९
४५- प्राणवायु और आयुका सम्बन्ध (आचार्य पं० श्रीचन्द्रभूषणजी ओझा)	१३१
४६- प्राणतत्त्व (आचार्य श्रीमुरलीधरजी पाण्डेय, एम्०ए०) १३४	
४७- भैषज्य-विज्ञानका मूल स्रोत—अथर्ववेद (डॉ० श्रीश्रीकिशोरजी मिश्र)	१३७
४८- प्रकृति-प्रदत्त आठ चिकित्सक (डॉ० श्रीविद्यानन्दजी 'ब्रह्मचारी', एम्०ए०, पी-एच०डी०, विद्यावाचस्पति) १४१	
४९- आयुष्टे शरदः शतम् (काशीपीठाधीश्वर श्रीरामशरणदासजी) १४४	
५०- आरोग्य-साधन (पं० श्रीमुकुन्दवल्लभजी मिश्र, ज्योतिषाचार्य)	१४६
५१- वास्तुशास्त्र और आरोग्य (श्रीराजेन्द्रकुमारजी धवन) १४८	
५२- जीवका गर्भवास और देहरचना (वैद्य पं० श्रीनन्दकिशोरजी गौतम 'निर्मल', एम्०ए०, साहित्यायुर्वेदाचार्य, साहित्यायुर्वेदरत्न)	१५१
५३- जन्मान्तरीय पापोंसे रोगोंकी उत्पत्ति (धर्मशास्त्रादि सप्त आचार्य विद्यावाचस्पति डॉ० श्रीवासुदेवकृष्णजी चतुर्वेदी, काव्यतीर्थ, एम्०ए० (हिन्दी-संस्कृत), साहित्यरत्न, पी-एच०डी०, डी०लिट्०)	१५४
५४- सर्वरोगमूल—भवरोग (श्रीश्यामलालजी हकीम)	१५६
५५- स्वस्थ तनमें स्वस्थ मन (मुनि श्रीकिशनलालजी)	१५७
५६- स्वास्थ्यपर संगीतके स्वरोंका प्रभाव (डॉ० श्रीप्रेमप्रकाशजी लक्कड़, एम्०ए०, पी-एच०डी०, एल्-एल्०बी०, कमिशनर)	१६०
आरोग्य-प्राप्तिमें आयुर्वेदकी विशेषता	
५७- असाध्य रोग और आयुर्वेद (पं० श्रीलालबिहारीजी मिश्र) १६१	
५८- वे रोग, जिन्हें यन्त्र नहीं देख पाते (ला०बि०मि०) १६७	
५९- आयुर्वेदका प्रयोजन (आचार्य श्रीप्रियव्रतजी शर्मा, भू०पू० निदेशक एवं डीन चिकित्सा-विज्ञान- संकाय, का०हि०वि०विद्यालय)	१७०
६०- आयुर्वेद शब्दका अर्थ, परिभाषा एवं प्रयोजन (डॉ० श्रीसीतारामजी जायसवाल, फिजीसियन एण्ड सर्जन) १७२	
६१- आयुर्वेद—संक्षिप्त परिचय (डॉ० श्रीप्रदीपकुमारजी सचान, प्रवक्ता, रा० आयु० कालेज, झाँसी)	१७२
६२- आयुर्वेदकी वेदमूलकता (डॉ० श्रीज्योतिर्मित्रजी, राष्ट्रिय आचार्य, भू०पू०प्रो० एवं अध्यक्ष चिकित्सा- विज्ञान संकाय, का०हि०वि०विद्यालय)	१७६

विषय	पृष्ठ-संख्या
६३- ऋग्वेदका उपवेद आयुर्वेद—उद्भव एवं इतिहास (दण्डी स्वामी श्रीमद् दत्तयोगेश्वरदेवतीर्थजी महाराज) १८१	
६४- 'आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः' (वैद्य श्रीदयारामजी अवस्थी शास्त्री, एम्०ए०, आयुर्वेदाचार्य, बी०आई०एम०एम०)	१८४
६५- वैद्यकीय आचारसंहिता (वैद्य श्रीलक्ष्मीनारायणजी शुक्ल, आयुर्वेदाचार्य)	१८५
६६- वेदोंमें आयुर्वेदका तत्त्वानुसन्धान आवश्यक (गोलोकवासी प्रो० डॉ० श्रीगोपालचन्द्रजी मिश्र, भूतपूर्व वेदविभागाध्यक्ष वाराणसेय संस्कृत विश्वविद्यालय)	१८७
६७- 'जीवेम शरदः शतम्' (वैद्य श्रीबालकृष्णजी गोस्वामी, आयुर्वेद-वाचस्पति)	१८८
६८- आयुर्वेद और मृत्यु-विचार (विद्यावाचस्पति डॉ० श्रीरंजनसूरिदेवजी)	१९१
६९- आयुर्वेदीय निदानकी अनूठी पद्धति—नाडी-परीक्षा (वैद्य श्रीगोविन्दप्रसादजी उपाध्याय, विभागाध्यक्ष रोगनिदान विज्ञान विभाग, आयुर्वेद महाविद्यालय, नागपुर) १९३	
७०- नाडी-विज्ञान (वैद्य श्रीमदनगोपालजी शर्मा, भिषगाचार्य, पूर्व निदेशक, विभागाध्यक्ष- कायचिकित्सा, मौलिक सिद्धान्त राष्ट्रिय आयुर्वेद संस्थान, जयपुर)	१९७
७१- बालीमें आयुर्वेद-ग्रन्थके लेखक—श्रीगणेशजी (श्रीलल्लनप्रसादजी व्यास)	१९८
७२- आयुर्वेदका त्रिदोष-सिद्धान्त (साधु श्रीनवलरामजी रामस्नेही, साहित्यायुर्वेदाचार्य, एम्०ए०)	१९९
७३- दोषसाम्यमरोगता (आचार्य श्रीविष्णुदत्तजी अग्रवाल, प्रिन्सिपल ऋषिकुल स्टेट आयुर्वेदिक कॉलेज, हरद्वार) २०१	
७४- जनपदोंके उद्ध्वंस होनेके कारण तथा उनसे बचनेके सूत्र (आचार्य डॉ० श्रीगौरकृष्णजी गोस्वामी शास्त्री, काव्यपुराण दर्शनतीर्थ, आयुर्वेदशिरोमणि)	२०५
७५- आयुर्वेदमें शल्य एवं शालाक्य-चिकित्सा तथा यन्त्र-विवरण (डॉ० श्रीकमलप्रकाशजी अग्रवाल) ...	२०७
७६- आयुर्वेद और होम्योपैथी—एक विवेचन (श्रीरामगोपालजी पालड़ीवाल)	२१०
७७- आयुर्वेदमें दिव्य औषधियाँ (पद्मश्री वैद्य श्रीसुरेशजी चतुर्वेदी, आयुर्वेदाचार्य)	२११
७८- विश्वकी दृष्टि हमारी जड़ी-बूटियोंपर (श्रीदीनानाथजी झुनझुनवाला)	२१४
७९- आयुर्वेदकी अनूठी चिकित्सा [सच्ची घटना] (गोलोकवासी भक्त श्रीरामशरणदासजी, पिलखुआ) [प्रेषक—शिवकुमार गोयल]	२१६

विषय	पृष्ठ-संख्या
विविध चिकित्सा-पद्धतियाँ	
८०- स्वर-विज्ञान और बिना औषध रोगनाशके उपाय (परिव्राजकाचार्य परमहंस श्रीमत्स्वामी निगमानन्दजी सरस्वती) २१७	
८१- 'नाना पन्था विद्यते' (डॉ० श्रीवत्सराजजी) २२२	
८२- आधुनिक चिकित्सा-पद्धतिका विकास-क्रम (डॉ० श्री के० त्रिपाठी, एम०बी०बी०एस०, एम०डी०, डी०एम०) २२७	
८३- एलोपैथी चिकित्साके मूल सिद्धान्त—गुण-दोष (डॉ० श्रीभानुशंकरजी मेहता) २३३	
८४- एलोपैथी चिकित्सासे लाभ तथा हानि (श्रीमती उषाकिरणजी अग्रवाल) २४०	
८५- होमियोपैथी चिकित्सा-विज्ञान (डॉ० श्रीशिवकुमारजी जोशी, होमियोपैथ) २४१	
८६- होमियोपैथी चिकित्सा-पद्धति और असाध्य रोग (डॉ० श्रीसोमनाथजी मुखर्जी, एम०बी०एच०एस०, एम०बी०एच०सी०) २४४	
८७- होमियोपैथिक चिकित्सा-पद्धतिद्वारा शारीरिक एवं मानसिक व्याधियोंका निवारण (डॉ० श्रीरफीक अहमद एम०ए०, पी-एच०डी० (होमियोपैथ)) ... २४४	
८८- बायोकेमिक चिकित्सा-प्रणाली (डॉ० श्रीविष्णुप्रकाशजी शर्मा) २४७	
८९- प्राचीन 'रोम' की चिकित्सा-पद्धति—'हिलियोथेरपी' एवं 'क्रोमोपैथी' (डॉ० श्रीदेवदत्तजी आचार्य, एम०डी०) २४८	
९०- क्रोमोपैथी अर्थात् रंग-किरण-चिकित्सा (डॉ० श्री डी०ए० जगताप) २५१	
९१- एक्यूप्रेसरका इतिहास (डॉ० श्री आर०के० शर्मा) २५३	
९२- एक्यूप्रेसर-चिकित्सा (डॉ० श्रीबृजेशकुमारजी साहू एम०एस्-सी०, पी-एच०डी०, आयुर्वेदरत्न) २५७	
९३- सुजोक-चिकित्सा-पद्धति (डॉ० सुश्री गीतांजली अग्रवाल, सुजोक थेरेपिस्ट) २५९	
९४- चुम्बक-चिकित्सा (मैग्नेट थेरेपी) (श्रीबाबूलालजी अग्रवाल) २६०	
९५- स्पर्श-चिकित्सा (बाबा श्रीश्रीमुरलीधरजी) २६७	
९६- 'स्पर्श-चिकित्सा' बनाम 'रेकी-चिकित्सा' (डॉ० श्रीराजकुमारजी शर्मा) २७०	
९७- पिरामिड-चिकित्सा (डॉ० श्रीसत्यनारायणजी बाहेती) २७४	
९८- धूम्रपान-चिकित्सा (श्रीनाथूरामजी गुप्त) २७५	
९९- औषध-ऊर्जा प्रसारण—बाल (केश)—चिकित्सा- प्रणाली (डॉ० श्रीअश्विनीकुमारजी) २७७	
१००- ज्योतिष—रोग एवं उपचार (श्रीनलिनजी पाण्डेय 'तारकेश') २७९	

विषय	पृष्ठ-संख्या
१०१- वेदोंमें सूर्यकिरण-चिकित्सा (पद्मश्री डॉ० श्रीकपिलदेवजी द्विवेदी, निदेशक, विश्वभारती अनुसंधान परिषद्) २८४	
१०२- रोगोंका यौगिक निदान एवं चिकित्सा (श्रीसोमचैतन्यजी श्रीवास्तव) २८८	
१०३- प्राकृतिक चिकित्सा क्या है ? (डॉ० श्रीविमलकुमारजी मोदी, एम०डी०, एन०डी०) २९१	
१०४- प्राकृतिक चिकित्साके सिद्धान्त (डॉ० श्रीशरदचन्द्रजी त्रिवेदी, एम०डी०) २९३	
१०५- हस्त-मुद्रा-चिकित्सा (डॉ० श्रीसत्यनारायणजी बाहेती) २९८	
१०६- कायोत्सर्ग और स्वास्थ्य (आचार्य महाप्रज्ञ) [प्रेषक—श्रीरामनिवासजी अग्रवाल] ३०२	
१०७- यज्ञोपवीतसे स्वास्थ्य-लाभ (वैद्य श्रीबालकृष्णजी गोस्वामी) ३०५	
१०८- नैसर्गिक चिकित्सा (डॉ० श्रीबसन्तबल्लभजी भट्ट, एम०ए०, पी-एच०डी०) ३०६	
स्वस्थ-जीवनके सूत्र	
१०९- स्वस्थताका रहस्य ३०८	
११०- आरोग्ययुक्त शतायु-प्राप्तिकी कुंजी (महामण्डलेश्वर स्वामी श्रीबजरङ्गबलीजी ब्रह्मचारी) ३१५	
१११- मानसिक स्वास्थ्य और सदाचार (डॉ० श्रीमणिभाई भा० अमीन) ३१७	
११२- वेदोंमें स्वस्थ-जीवनके मौलिक सूत्र (डॉ० श्रीभवानीलालजी भारतीय, एम०ए०, पी-एच०डी०) [प्रेषक—श्रीशिवकुमारजी गोयल] ३१९	
११३- स्वस्थ रहनेकी आदर्श जीवनचर्या (प्रो० श्रीवेणीमाधव अश्विनीकुमारजी शास्त्री, एम०ए०, भिषगाचार्य) ३२१	
११४- प्रकृतिके अष्टरूप जगत्को आरोग्य प्रदान करते हैं (डॉ० आचार्य श्रीरामकिशोरजी मिश्र) ३२७	
११५- स्वस्थ जीवनके लिये ऋतुचर्याका ज्ञान (वैद्य श्रीअनसूयाप्रसादजी मैथानी, एम०ए०, आयुर्वेदभास्कर, वैद्याचार्य) ३२९	
११६- सबकी सेवा करे और सबपर आत्मवत् दृष्टि रखे ३३२	
११७- स्वास्थ्य-रक्षाका प्रथम सूत्र—प्रातः-जागरण (डॉ० श्रीमुरारीलालजी द्विवेदी, एम०ए०, पी-एच०डी०) ३३३	
११८- निद्रा—स्वस्थ जीवनका आधार (डॉ० श्रीबृजकुमारजी द्विवेदी, एम०डी० (आयु०) ३३४	
११९- सुखका मूल—धर्माचरण ३३८	
१२०- स्वास्थ्यसूत्र (संकलन—श्रीराजकुमारजी माखरिया) ३३९	
१२१- आरोग्य-साधन (डॉ० श्रीरामचरणजी महेन्द्र, एम०ए०, पी-एच०डी०) ३४१	

विषय	पृष्ठ-संख्या
१२२- स्वस्थ जीवनका आधार (डॉ० श्रीशिवनन्दनप्रसादजी)	३४४
१२३- प्राणायाम तथा उससे स्वास्थ्यकी सुरक्षा (डॉ० श्रीनरेशजी झा, शास्त्रचूडामणि)	३४७
१२४- मानस-रोग [कविता] (पं० श्रीकृष्णगोपालजी शर्मा) ३४९	
१२५- स्वास्थ्य-रक्षामें योगासनोंका योगदान	३५०
१२६- मोटापा दूर करें (डॉ० श्रीअरुणजी भारती, डी० ए० टी०, एम०डी० (ए०एम०), एम०आई०एम०एस०)	३५७
१२७- बुढ़ापा दूर रखनेवाला संजीवनी पेय [प्रेषक—श्रीविठ्ठलदासजी तोष्णीवाल]	३५८
१२८- आँवला खायें—बुढ़ापा दूर भगायें (डॉ० श्रीश्यामसुन्दरजी भारती)	३५९
१२९- पानी भी एक दवा है—इसके चमत्कार देखें (अ० भारती)	३५९
१३०- आरोग्य-प्राप्तिका सर्वोत्कृष्ट साधन—पञ्चगव्य (शास्त्रार्थ पंचानन पं० श्रीप्रेमाचार्यजी शास्त्री)	३६०
१३१- सर्वरोगहर टॉनिक—पञ्चगव्य (स्व० पं० श्रीहिमकरजी शर्मा वैद्य, आयुर्वेदभास्कर) [प्रेषक—श्रीसुधाकरजी ठाकुर]	३६४
१३२- धार्मिक व्रतोंसे आरोग्यकी प्राप्ति (डॉ० श्रीकेशव रघुनाथजी कान्हेरे, एम०ए०, पी-एच०डी०, वैद्य विशारद)	३६७
१३३- औषधि-शास्त्र (भेषज-विज्ञान)—में दूधका महत्त्व (श्रीश्रवणकुमारजी अग्रवाल)	३६९
१३४- तक्र-माहात्म्य—(योगरत्नाकरके आलोकमें) (डॉ० श्रीमुकुन्दपतिजी त्रिपाठी, 'रत्नमालीय' एम० ए०, पी० एच० डी०)	३६९
१३५- स्वमूत्र नहीं गोमूत्र लीजिये (श्रीराजेन्द्रकुमारजी धवन)	३७१
१३६- चाय और स्वास्थ्य (श्रीमदनमोहनजी शर्मा)	३७१
१३७- पौष्टिक पदार्थ (मेवों)-द्वारा अनेक व्याधियोंका इलाज (डॉ० श्रीसुनील गजाननरावजी टोपरे, एम० डी० (शारीरक्रिया)	३७२
१३८- आहार-विवेक (डॉ० श्रीसोहनजी सुराना)	३७६
१३९- जीवनका प्रथम आधार—आहार (पं० श्रीशशिनाथजी झा, वेदाचार्य)	३७८
१४०- आहार एवं पथ्यापथ्य (श्रीरामहर्षसिंहजी प्रोफेसर एवं अध्यक्ष कायचिकित्सा विभाग, आयुर्वेद संकाय, काशी हिन्दू विश्व विद्यालय, वाराणसी)	३८०
१४१- शाकाहारसे स्वास्थ्यकी सुरक्षा (श्रीरामनिवासजी लखोटिया)	३८३

विषय	पृष्ठ-संख्या
१४२- गेहूँके पौधेमें रोगनाशक ईश्वरप्रदत्त अपूर्व गुण (श्रीचिन्तामणिजी पाण्डेय, सा० भू०, ए० एम० टी० आई०)	३८५
१४३- गेहूँके चोकरका औषधीय गुण (श्री जे० एन० सोमानी)	३८७
१४४- समस्त रोगोंकी अमृत दवा—त्रिफला (डॉ० श्रीराजीवजी प्रचण्डिया, एम० ए० (संस्कृत), बी० एस्-सी० एल्-एल्०बी०, पी-एच० डी०)	३८८
१४५- 'हरीतकीं भुंक्ष्व राजन्!' (श्रीप्रकाशचन्द्रजी शास्त्री, एम० ए०, साहित्यरत्न) ३८९	
१४६- शहद—कितना गुणकारी! (श्रीदरवानसिंहजी नेगी) ३९०	
१४७- दैनिक जीवनमें तुलसीका उपयोग और आरोग्य-विधान (कुमारी सुमन सैनी)	३९१
१४८- पुष्पोंका चिकित्सकीय उपयोग (डॉ० श्रीकमलप्रकाशजी अग्रवाल)	३९३
१४९- आरोग्यका खजाना—नीम (डॉ० श्रीबनवारीलालजी यादव)	३९६
१५०- स्वास्थ्य-रक्षामें अडूसा और अर्जुनका योगदान (वैद्य श्रीराजेशजी जेतली)	३९७
१५१- वनौषधि-परिचय—ब्राह्मी (श्रीधीरजकुमारजी खरया) ३९९	
१५२- ब्रह्मवृक्ष—पलाशका स्वास्थ्यमें योगदान (डॉ० सुश्रीलेखा वी० चित्ते, कायचिकित्सा-विभाग, जामनगर)	३९९
१५३- बेल (बिल्व)-की महत्ता एवं स्वास्थ्य-रक्षामें उसका उपयोग (वैद्य पं० श्रीगोपालजी द्विवेदी)	४००
१५४- सहजन एक अमूल्य औषधि (डॉ० श्रीविजयकुमारजी पाठक, बी०ए०एम०एस०) ४०३	
१५५- स्वास्थ्योपयोगी मेथी (श्रीहरीरामजी सैनी)	४०३
१५६- पुनर्नवा (ह० सैनी)	४०५
१५७- सोयाबीन	४०६
१५८- दैनिक जीवनमें उपयोगी—'पुदीना' (श्रीप्रबलकुमारजी सैनी)	४०६
१५९- अत्यन्त गुणकारी है—मूली (श्रीमती कमला शर्मा) ४०७	
१६०- गाजर (ह० सैनी)	४०९
१६१- सीताफल (ह० सैनी)	४१०
१६२- प्रकृतिका दिव्य फल अंगूर (अ० भारती)	४१०
१६३- फलोंकी रानी नारंगी (अ० भारती)	४११
१६४- स्वास्थ्य-रक्षामें अमरूद (जामफल, अमृतफल)-का उपयोग (प्र० सैनी)	४१२
१६५- अमृतबीज—चन्द्रशूर (श्रीमती सीमा राव)	४१३
१६६- त्रपुस (खीरा)—एक उत्तम मूत्रप्रवर्तक फलशाक (वैद्य श्रीमोहनलालजी जायसवाल, एम०डी० (आयु०) एम०आर०ए०व्ही०, रा०आयु०सं०, जयपुर)	४१४

विषय	पृष्ठ-संख्या
१६७- स्वास्थ्य-रक्षामें विभिन्न फलों एवं कन्द- मूलकोंका उपयोग (श्रीरामानन्दजी जायसवाल) .. ४१५	
१६८- आयुर्वेदके अद्भुत प्रयोग (पं० श्रीमदनमोहनजी व्यास) ४१७	
१६९- दैनिक जीवनके उपयोगमें आनेवाली महत्वपूर्ण औषधियाँ, उनके घटक तथा बनानेकी विधि (१) (डॉ० श्रीमहेशनारायणजी गुप्ता, बी०एस्-सी०, बी०ए०एम०एस०) ४१८	
(२) (डॉ० श्रीशरदचन्द्रजी त्रिवेदी, ए०एम०ओ०) ४१९	
१७०- दैनिक जीवनमें प्रयोज्य कुछ वस्तुओंके गुण एवं उनसे लाभ (रा०जायसवाल) ४२२	
१७१- कुछ उपयोगी फल एवं शाकपदार्थ [प्रेषक—श्रीगोवर्धनदासजी नोपानी 'सत्यम्'] ४२४	
१७२- माता एवं शिशुके स्वास्थ्यकी रक्षाके लिये जानने योग्य आवश्यक बातें (श्रीमती ज्योति दुबे) ४२७	
रोग-निवारणके अनुभूत सिद्ध प्रयोग तथा सत्य घटनाएँ	
१७३- विभिन्न रोगोंके अनुभूत प्रयोग (वैद्य श्रीमोहनलालजी गुप्त, आयुर्वेदरत्न) ४३४	
१७४- विभिन्न रोगोंके घरेलू उपचार (श्रीनवलसिंहजी सिसौदिया) ४३७	
१७५- आकस्मिक चिकित्सा ४४०	
१७६- नीरोग रहनेहेतु घरेलू नुस्खे (श्रीशिवनाथजी दुबे) ४४६	
१७७- अनुभूतचिकित्सा प्रयोग (डॉ० श्रीदिनेशचन्द्रजी उपाध्याय) ४४८	
१७८- हृदय-रोगमें घीया, तुलसी और पोदीनेका रामबाण प्रयोग (श्री के० सी० सुदर्शनजी, सरसंघचालक—आर०एस०एस०) ४४९	
१७९- बाल-रोगोंके नुस्खे (श्रीमैथिलीप्रपन्नजी ब्रह्मचारी) ४५०	
१८०- एपेन्डीसाइटिस (आन्त्रपुच्छ)—पर सफल प्रयोग (श्रीविष्णुकुमारजी जिन्दल) ४५०	
१८१- नीमसे वातरोगसे मुक्ति (पं० श्रीवीरेन्द्रकुमारजी दुबे) ४५१	
१८२- मिरगी एवं अनिद्रा रोगके अनुभूत प्रयोग (वैद्य ठाकुर श्रीबनवीरसिंहजी 'चातक') ४५१	
१८३- मधुमेह-निवारण—चार अनुभूत योग (वैद्य श्रीलक्ष्मीनारायणजी शुक्ल, आयुर्वेदालङ्कार) ४५३	
१८४- मधुमेह और उपचार (श्रीमती मीना पत्की) ४५४	
१८५- सफेद दागका नुस्खा (श्रीराजपालसिंहजी सिसौदिया, रिटा० वित्त एवं लेखाधिकारी) ४५५	
१८६- पायरिया ४५६	
१८७- तीन नुस्खे (श्रीसुधीरकुमारजी) ४५६	

विषय	पृष्ठ-संख्या
१८८- दो अनुभूत योग (वैद्य श्रीरामसनेहीजी अवस्थी) ४५७	
१८९- स्मरण-शक्तिकी दुर्बलता ४५७	
१९०- बवासीरका अचूक इलाज—त्रिफला चूर्ण (श्री एच०सी० अवस्थी) ४५९	
१९१- खूनी एवं बादी बवासीरका अचूक नुस्खा (श्रीजगदीशचन्द्रजी भाटिया) ४५९	
१९२- लू लगना ४५९	
१९३- परीक्षित नुस्खे (वैद्य श्रीरामसेवकजी भाल) ४६०	
१९४- घरेलू दवाएँ (श्रीप्रयागनारायणजी तिवारी) ४६१	
१९५- अठारह नुस्खे (डॉ० श्री जे० बी० सिंह, आयुर्वेदरत्न) ४६२	
१९६- आधासीसी (माइग्रेन)—की अनुभूत सफल चिकित्सा (वैद्य पं० श्रीपरमानन्दजी शर्मा 'नन्द', एम्०ए०, आयुर्वेदरत्न, ज्योतिर्विद् एवं वास्तुशास्त्री) ४६३	
१९७- उपयोगी घरेलू उपचार (श्रीमती प्रतिमा द्विवेदी) . ४६४	
१९८- गठिया ४६५	
१९९- अमृतधाराके विविध प्रयोग [प्रेषक श्रीओमप्रकाशजी धानुका] ४६६	
२००- दर्दहर लाल तेल (श्रीरणजीतसिंहजी, शिक्षक) ... ४६६	
२०१- गोमूत्रका रोगोंपर घरेलू प्रयोग (राजवैद्य श्रीरेवाशंकरजी शर्मा) [प्रेषक—श्रीमनमोहनजी मण्डेल] ४६७	
२०२- दन्तमंजनका नुस्खा (श्रीसुभाषचन्द्रजी शर्मा) ४६८	
२०३- गुणकारी नीबूके विविध प्रयोग (डॉ० श्रीगणेश- नारायणजी चौहान, एम्०ए०, होमियोविशारद) ४६९	
२०४- तुलसीसे आरोग्य प्राप्त करें (वैद्य श्रीराकेशसिंहजी बक्सी) ४७५	
चिकित्साजगतके प्रमुख आचार्य	
२०५- आरोग्यशास्त्रके प्रवर्तक भगवान् धन्वन्तरि ४७८	
२०६- महर्षि कश्यप और उनका ग्रन्थ—काश्यपसंहिता (आचार्य डॉ० श्रीजयमन्तजी मिश्र) ४८०	
२०७- आरोग्यमनीषी—आचार्य चरक और उनके उपदेश .. ४८२	
२०८- आचार्य 'सुश्रुत' एवं उनकी अद्भुत 'शल्य- चिकित्सा' (श्रीदत्तपादजी भिषगाचार्य) ४८३	
२०९- आचार्य वाग्भट और अष्टाङ्गहृदय ४८५	
२१०- माधवनिदानके प्रणेता आचार्य माधव ४८५	
२११- आचार्य भावमिश्र और भावप्रकाश ४८६	
२१२- नाडीशास्त्रज्ञ आचार्य शार्ङ्गधर ४८६	
२१३- आयुर्वेदका इतिहास पुरुष—जीवक कौमारभृत्य (श्रीमौगिलालजी मिश्र) ४८७	

चित्र-सूची (रंगीन-चित्र)

विषय	पृष्ठ-संख्या	विषय	पृष्ठ-संख्या
१- 'आरोग्यं भास्करादिच्छेत्' आवरण-पृष्ठ		नारायणका स्मरण-ध्यान २६२	
२- पितामह ब्रह्माद्वारा आयुर्वेदका उपदेश ९		८- देववैद्य अश्विनीकुमारोंद्वारा महर्षि च्यवनको युवावस्थाकी प्राप्ति २६३	
३- आरोग्यदानसे अपार ऐश्वर्यकी प्राप्ति १०		९- सदाचार, सेवा और आरोग्य २६४	
४- आयुर्वेदके प्रवर्तक भगवान् धन्वन्तरि ११		१०- आयुर्वेदके उपदेश आचार्य— (१) महर्षि चरक (२) महर्षि सुश्रुत ४८९	
५- आयुर्वेदमूर्ति भगवान् सदाशिव १२		११- सात्त्विक आहार-निषिद्ध आहार ४९०	
६- आयुर्वेदके उपदेश देवराज इन्द्र २६१			
७- आरोग्यका मूलमन्त्र—भगवान् लक्ष्मी-			



(सादे-चित्र)

१- अश्विनीकुमार और च्यवन—तीनोंको सरोवरसे एकरूपमें निकला देख सुकन्याका पहले संशयमें पड़ना, फिर अपने पतिको पहचान लेना ४२	(१०) प्राण-मुद्रा ३०१
२- अपने ऊपर वज्र प्रहार करते देख च्यवनमुनिका इन्द्रकी भुजाको स्तम्भित कर देना और उन्हें निगल जानेके लिये कृत्याको उत्पन्न करना ४३	(११) लिङ्ग-मुद्रा ३०१
३- उपमन्युकी गुरुनिष्ठासे प्रसन्न हुए अश्विनीकुमारोंका उन्हें वरदान देना ४५	१४-चित लेटकर करनेके आसन (१) पादाङ्गुष्ठ-नासाग्र-स्पर्शासन [चित्र २] ३५०
४- नाडी-ज्ञान-प्रक्रिया १९८	(२) पश्चिमोत्तानासन ३५०
५- लम्बाईके रूपमें शरीरके तीन भाग २५५	(३) सम्प्रसारण भू-नमनासन ३५१
६- चौड़ाईके रूपमें शरीरके तीन भाग २५५	(४) जानुशिरासन ३५१
७- हाथमें शरीरके अङ्ग समान संख्यामें २५९	(५) हृदयस्तम्भासन ३५१
८- हाथमें शरीरके अङ्ग समान स्थितिमें २५९	(६) उत्तानपादासन— (क) द्विपाद-चक्रासन ३५१
९- अध्ययन करते वक्त पिरामिडका उपयोग २७४	(ख) उत्थित-द्विपादासन ३५१
१०- जलको आरोग्यप्रद बनानेके लिये पिरामिडका उपयोग २७४	(ग) उत्थित-एकैक-पादासन ३५२
११- दर्दको दूर करनेके लिये पिरामिडका उपयोग २७४	(घ) उत्थित-हस्त-मेरुदण्डासन ३५२
१२- शरीरको स्वस्थ रखने एवं निद्राके लिये पिरामिडका उपयोग २७५	(ङ) शीर्षबद्ध-हस्त-मेरुदण्डासन ३५२
१३- हस्त-मुद्रा २९८	(च) जानु-स्पृष्ट-भाल-मेरुदण्डासन ३५२
(१) ज्ञान-मुद्रा २९९	(छ) उत्थित-हस्तपाद-मेरुदण्डासन ३५२
(२) वायु-मुद्रा २९९	(ज) उत्थित-पाद-मेरुदण्डासन ३५२
(३) आकाश-मुद्रा २९९	(झ) भालस्पृष्ट-द्विजानु-मेरुदण्डासन ३५२
(४) शून्य-मुद्रा २९९	(७) हस्त-पादाङ्गुष्ठासन ३५३
(५) पृथ्वी-मुद्रा ३००	(८) पवन-मुक्तासन ३५३
(६) सूर्य-मुद्रा ३००	(९) ऊर्ध्व-सर्वाङ्गासन [चित्र २] ३५३
(७) वरुण-मुद्रा ३००	(१०) सर्वाङ्गासन (हलासन) [चित्र २] ३५३
(८) अपान-मुद्रा ३००	(११) चक्रासन ३५४
(९) अपान वायु या हृदय-रोग-मुद्रा ३०१	(१२) शीर्षासन ३५४
	(१३) शवासन ३५४
	१५-पेटके बल लेटकर करनेके आसन— (१) मस्तक-पादाङ्गुष्ठासन ३५४
	(२) नाभ्यासन ३५५
	(३) मयूरासन ३५५

विषय	पृष्ठ-संख्या	विषय	पृष्ठ-संख्या
(४) भुजङ्गासन (सर्पासन)		१६- बैठकर करनेके आसन	
(क) उत्थितैकपाद-भुजङ्गासन	३५५	(१) मत्स्येन्द्रासन	
(ख) भुजङ्गासन	३५५	[चित्र २]	३५६
(ग) सरलहस्त-भुजङ्गासन	३५५	(२) वृश्चिकासन	३५६
(५) शलभासन	३५५	(३) उष्ट्रासन	३५६
(६) धनुरासन	३५६	(४) सुप्त वज्रासन	३५७

(फरवरीके अङ्ककी विषय-सूची)

१- भगवान् सविताको नमस्कार	४९३	१४- पक्षाघातकी अनुभूत चिकित्सा (डॉ० श्रीसत्यपालजी गोयल, एम्० ए०, पी-एच्० डी०, आयुर्वेदरत्न)	५२३
विविध रोगोंकी चिकित्सा		१५- अर्श या बवासीर	५२५
२- व्याधि और उनकी ऐकात्मिक चिकित्सा		१६- शिरावेध—एक दृष्टि (डॉ० श्रीसुरेश्वरजी द्विवेदी एम्० ए०, पी-एच्० डी०, बी० ए० एम्० एस्०) ..	५२७
(डॉ० श्रीबाचल विष्णुदासजी दत्तात्रय, आयुर्वेद तज्ञ) ४९४		भवरोगसे मुक्ति	
३- उदर-रोगके कारण, लक्षण एवं आयुर्वेदीय चिकित्सा (डॉ० श्री एस० पी० पाण्डेय, एम्० डी०, आयुर्वेदरत्न)	४९६	१७- भावरोगका संक्षिप्त विवेचन (आयुर्वेदचक्रवर्ती श्रीताराशंकरजी वैद्य)	५२९
४- दन्त-दर्द-निवारक अनुभूत प्रयोग (श्रीरामगोपालजी रुणवाल)	४९७	१८- 'एक व्याधि बस नर मरहिं ए असाधि बहु व्याधि' (श्रीश्यामनारायणजी शास्त्री, सा० र०, रामायणी) ...	५३२
५- मधुमेह—कारण और निवारण (डॉ० श्रीवेदप्रकाशजी शास्त्री, एम्० ए०, पी-एच्० डी०)	४९८	१९- भगवन्नाम-स्मरणसे रोग-निवारण (डॉ० श्रीभीष्मदत्तजी शर्मा)	५३६
६- निरन्तर बढ़ती व्याधि मधुमेह—परहेज एवं उपचार (डॉ० श्रीताराचन्द्रजी शर्मा)	५००	२०- रामनाम—सब रोगोंका अचूक इलाज (महात्मा गाँधी)[प्रेषक—श्रीशिवकुमारजी गोयल]	५३८
७- विबन्ध या कोष्ठबद्धता (वैद्य श्रीजगदीशप्रसादजी खन्ना) ५०४		२१- मानस-रोग एवं उनके उपचार ('मानस-मराल' डॉ० श्रीजगेशनारायणजी शर्मा) ..	५३९
८- रोगोंसे मुक्तिका उपाय—विपश्यना (डॉ० श्रीप्रेमनारायणजी सोमानी भू० पू० निदेशक चिकित्सा-विज्ञान-संस्थान, काशी हिन्दू विश्व विद्यालय, वाराणसी)	५०७	२२- भवरोगसे मुक्तिका उपाय—तत्त्वज्ञान (आचार्य डॉ० श्रीउमाकान्तजी कपिध्वज)	५४१
९- विपश्यना-पद्धति (श्रीअक्षयबरजी पाण्डेय)	५०९	रोग-निवारणके अनुभूत सिद्ध प्रयोग एवं सत्य घटनाएँ	
१०- संधिवात—कारण और निवारण (वैद्य पं० श्रीलक्ष्मीनारायणजी पारिक)	५१३	२३- अनुभूत प्रयोग (वैद्य श्रीशिवकुमारजी शर्मा आचार्य, पी-एच्० डी० नाडी एवं जटिल रोग विशेषज्ञ)	५४३
११- उच्च रक्तचाप (हाई ब्लडप्रेसर)—का आयुर्वेदिक उपचार (स्व० कविराज वैद्य श्रीगोपीनाथजी व्यास) [प्रेषक—वैद्य श्रीपवनजी व्यास]	५१४	२४- घटनाएँ—	
१२- दमा (श्वास)—रोग—आहार-विहार तथा ध्यान (डॉ० श्रीजानकीशरणजी अग्रवाल, एम्० डी० (आयु०))	५१८	(१) गोमाताकी कृपासे मैं असाध्य रोगोंसे मुक्त हुआ (श्रीसोहनलालजी बगड़िया) [प्रेषक—श्रीधर्मेन्द्रजी गोयल]	५४४
१३- हृदयरोग	५२०	(२) मन्त्र-जपसे रोग-मुक्ति (प्रो० श्रीश्याम-मनोहरजी व्यास, एम्० एस्-सी०)	५४५
		२५- नम्र निवेदन और क्षमा-प्रार्थना	५४६

चित्र-सूची

(रंगीन)

१-आरोग्य-साधनासे जीवन्मुक्ति [आवरण-पृष्ठ]	४९१
२-सूर्योपासनासे आरोग्यकी प्राप्ति [मुख-पृष्ठ]	४९२