3

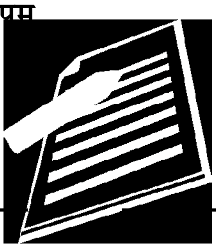
आरोग्यं परमं सुखम्

भवतां गृहे अनेकानि वस्तूनि दृश्यन्ते यथा गैसचुल्लः, सीवनयन्त्रं, तालकं नलम् इति। एतेषां सम्यक् चालनाय तैलप्रदानम् अनिवार्यं भवति। एतेषां सन्धिस्थलेषु यदि तैलं न दीयते तदा एतानि सम्यक् कार्यं न कुर्वन्ति कुण्ठितानि च भवन्ति। अस्माकं शरीरम् अपि एकं यन्त्रम् इव। कालिदासेन सत्यमुक्तम्– ''शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्।'' शरीरस्य इन्द्रियाणि– नासिका, कर्णः, त्वक्, नेत्रे, हस्तौ पादौ च सुदृढानि भवेयुः तदर्थं तैलमर्दनम् आवश्यकम्। नूनं तैलमर्दनेन स्वास्थ्यं वर्धते। स्वास्थ्यम् एव परमं प्रथमं सुखम्। आयुर्वेदे तैलमर्दनस्य महत्त्वं सुस्पष्टं वर्तते। चरकः आर्युवेदस्य सर्वश्रेष्ठः विद्वान् अभवत्। प्रस्तुतः पाठः चरकसंहितायाः एव संकलितः।

उद्देश्यानि

इमं पाठं पठित्वा भवान्

- तैलाभ्यङ्गस्य लाभान् लेखितुं समर्थः भविष्यति;
- तैलमर्दनस्य उपचर्यया अपसारितानां रोगानां नामानि लेखिष्यति;
- वाक्येषु कर्तृपदैः सम्बद्धक्रियापदानां चयनं कर्तुं शक्ष्यति;
- मतुप्प्रत्ययान्तशब्दानां प्रयोगं कर्तुं शक्ष्यति;
- स्व, नित्यं, न, एव, च, उच्चैः इति अव्ययपदानां वाक्येषु प्रयोगं करिष्यति;
- यण्–गुण–पूर्वरूपसन्धियुक्तानां पदानां चयनं करिष्यति।



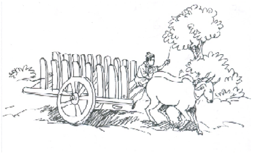
टिप्पणी

क्रियाकलापः

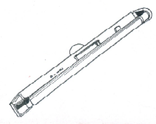
अधः केषाञ्चित् वस्तूनां चित्राणि तेषां नामानि च दत्तानि सन्ति। तेषु यत्कृते तैलम् आवश्यकं तत्समक्षम् 'आम्', यत्कृते च तैलम् अनावश्यकम् तत्समक्षं 'नैव' लिखत।

यथा–

आम् / नैव   आम् / नैव



3.1 शकटः ....



3.2 दण्डदीपः ....

3.2 द्विचक्रिका ....

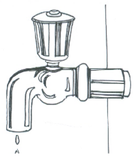
3.4 तालकः ....

3.5 रथः ....

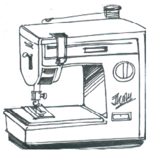
3.6 संगणकम् ....

3.7 नौका ....

3.8 कारयानम् ....

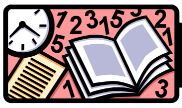


3.9 नलम् ....



3.10 सीवनयन्त्रम्......................

टिप्पणी



3.1 मूलपाठः

आरोग्यं परमं सुखम्

अत्र भवद्भिः ज्ञातं यत्– एतेषु कानिचित् यन्त्राणि तैलं विना कार्यं न कुर्वन्ति एवमेव शरीरम् अपि तैलं विना सम्यक् कार्यं न करोति। इदानीं वयम् 'आयुर्वेदे तैलमर्दनस्य महत्त्वं ज्ञातुं मूलपाठं पठामः।

नित्यं स्नेहार्द्रशिरसः शिरः शूलं न जायते।
न खालित्यं न पालित्यं न केशाः प्रपतन्ति च।।1।।

बलं शिरः कपालानां विशेषेणाभिवर्धते।
दृढमूलाश्च दीर्घाश्च कृष्णाः केशाः भवन्ति च।।2।।

न चास्यं कण्ठशोषः स्यान्नौष्ठयोः स्फुटनाद्भयम्।
न च दन्ताः क्षयं यान्ति दृढमूलाः भवन्ति च।।3।।

इन्द्रियाणि प्रसीदन्ति सुत्वग्भवति चाननम्।
निद्रालाभः सुखं च स्यान्मूर्ध्नि तैलनिषेवणात्।।4।।

सुस्पर्शोपचिताङ्गश्च बलवान् प्रियदर्शनः।
भवत्यभ्यङ्गनित्यत्वान्नरोऽल्पजरः एव च।।5।

जायते सौकुमार्यं च बलं स्थैर्यं च पादयोः।
दृष्टिः प्रसादं लभते मरुतश्चोपशाम्यति।।6।।

शब्दार्थाः
नित्यं = प्रतिदिन
स्नेहार्द्रशिरसः = सिर में तेल डालने से
शिरःशूलं = सिरदर्द
खालित्यं = गंजापन
पालित्यं = बालों का सफेद होना
प्रपतन्ति = गिरते हैं
शिरः कपालानां = सिर की हड्डियों की, अभिवर्धते = बढ़ता है
दृढमूलाः = मजबूत जड़ों वाले
कृष्णा = काले, कण्ठशोषः = गला सूखना
ओष्ठयोः = होठों के
स्फुटनाद्भयम् = फटने का डर
न क्षयं यान्ति = नष्ट नहीं होते
प्रसीदन्ति = प्रसन्न होती हैं
सुत्वक् = कान्तियुक्त त्वचा
निद्रालाभः = अच्छी नींद आना
मूर्ध्नि = सिर में
सुस्पर्शोपचिताङ्गः = शरीर सुस्पर्शी (नरम, मुलायम) हो जाता है।
अभ्यङ्गः = तेलमालिश
अल्पजरः = बुढ़ापा धीरे धीरे आता है
सौकुमार्यम् = कोमलता
प्रसादं लभते = तेज हो जाती है
मरुतः = वायु से होने वाला विकार
उपशाम्यति = शान्त हो जाता है

3.2 बोधप्रश्नाः

1. उपयुक्तम् उत्तरं (√) चिह्नीकुरुत–

(क) शिरसि तैलमर्दनेन केशाः न भवन्ति–

(i) कृष्णाः (ii) दीर्घाः
(iii) श्वेताः (iv) दृढमूलाः

(ख) नरः अल्पजरः केन भवति–

(i) औषधीनां प्रभावेन (ii) निद्रालाभेन
(iii) स्नानेन (iv) तैलाभ्यङ्गेन

(ग) एतेषां श्लोकानां लेखकः कः?

(i) कालिदासः (ii) चरकः

(iii) भासः (iv) सुश्रुतः

2. 'क' स्तम्भस्य श्लोकांशानां 'ख' स्तम्भस्य श्लोकांशैः सह मेलनं कुरुत–

'क' स्तम्भः	**'ख' स्तम्भः**
(क) नित्यं स्नेहार्द्रशिरसः	(i) क्षयं यान्ति।
(ख) न च दन्ताः	(ii) मूर्ध्नि तैलनिषेवणात्।
(ग) निद्रालाभः सुखं च स्यात्	(iii) शिरः शूलं न जायते।
घ) दृष्टिः प्रसादं लभते	(iv) न केशाः प्रपतन्ति च।
(ङ) न खालित्यं न पालित्यं	(v) मरुतश्चोपशाम्यति।

3. पाठं पठित्वा रिक्तस्थानानि पूरयत–

(क) .... शिरः कपालानां विशेषेणाभिवर्धते।

(ख) सुस्पर्शोपचिताङ्गश्च .... प्रियदर्शनः।

(ग) दृढमूलाश्च दीर्घाश्च .... केशाः भवन्ति च।

(घ) नित्यं स्नेहार्द्रशिरसः .... न जायते।

(ङ) जायते सौकुमार्यं च बलं .... च पादयोः।

3.3 अधुना अवगच्छामः

प्रथमः अंशः

भवद्भिः दृष्टमेव यत् माता स्वशिशोः शिरः प्रभृति पादपर्यन्तम् नित्यं तैलं मर्दयति। किमर्थम्? शरीरस्य पुष्टार्थम्। आम्, सत्यमेव। मल्लाः अपि नित्यं तैलं मर्दयन्ति। अतः तैलमर्दनेन अस्माकं शरीरस्य अंगानि कथं स्वास्थ्ययुक्तानि भवन्ति इति अत्र वयम् बोधामः।

3.11

नित्यं स्नेहार्द्रशिरसः
शिरः शूलं न जायते।
न खालित्यं न पालित्यं
न केशाः प्रपतन्ति च।।1।।

श्लोकः– 1

अस्तु **प्रथमं श्लोकं** पठामः।

पदच्छेद: नित्यम् स्नेहार्द्रशिरस: शिर: शूलम् न जायते।
न खालित्यम् न पालित्यम्, न केशा: प्रपतन्ति च।

अन्वय: य: नित्यं शिरसि तैलमर्दनम् करोति तस्य स्नेहार्द्रशिरस: शिर: शूलम् न जायते। तस्य न खालित्यम् न पालित्यम्, न च तस्य केशा: प्रपतन्ति। इदानीं श्लोकम् अवगच्छाम:।

3.12

व्याख्या–

शिर: शूलम् इति किम्? शिरसि पीडा।

कस्य शिर:शूलं न जायते? स्नेहेन तैलेन आर्द्रं शिर: यस्य तस्य। अर्थात् यस्य शिर: नित्यं तैलेन मर्दितं भवति, तस्य शिर:पीड़ा न जायते।

तैलार्द्रतया च पुन: किं किं न भवति?

(क) खालित्यं, केशराहित्यम् (गंजापन इति) शिर: केशरहितं न भवति।

(ख) पालित्यम्, केशानां श्वेतवर्णे परिवर्तनम् अर्थात् केशा: श्वेता: न भवन्ति।

(ग) केशानां पतनं च न भवति।

भाव:

य: मनुष्य: शिरसि तैलाभिसेचनं नित्यं करोति तस्य शिरसि पीडा न भवति। तस्य केशानां वर्ण: कृष्ण: एव वर्तते, श्वेत: न जायते। तस्य केशानां पतनमपि न जायते। अत: अस्माभि: नित्यं शिरसि तैलाभ्यङ्ग: करणीय:।

बलं शिर: कपालानां
विशेषेणाभिवर्धते।
दृढमूलाश्च दीर्घाश्च
कृष्णा: केशा: भवन्ति च।।2।।

श्लोक:– 2

अधुना **द्वितीयं श्लोकं** पठाम:

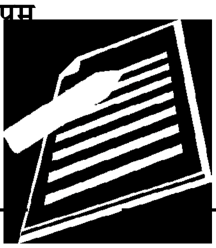
पदच्छेद: बलम् शिर: कपालानाम् विशेषेण अभिवर्धते।
दृढमूला: च दीर्घा: च कृष्णा: केशा: भवन्ति।।

अन्वय: शिरसि तैलमर्दनेन शिर:कपालानाम् विशेषेण बलम् अभिवर्धते। केशा: दृढमूला: दीर्घा: कृष्णा: च भवन्ति।

व्याख्या–

शिर:कपाला: के? शिरस: अस्थीनि।

शिरसि तैलाभ्यङ्गेन किं वर्धते? शिरस: अस्थ्नां शक्ति: नूनं तैलाभ्यङ्गेन वर्धते।



के दृढमूलाः भवन्ति? केशाः। केशानां मूलानि तैलेन दृढानि भवन्ति।

एवं हि तैलाभ्यङ्गेन केशाः कीदृशाः भवन्ति? दीर्घाः कृष्णाः श्यामवर्णाः दृढमूलाश्च भवन्ति।

भावः

शिरसि तैलप्रयोगेण शिरसः अस्थ्नां शक्तिः वर्धते अर्थात् मस्तिष्कः अधिकः क्रियाशीलः भवति। केशानां मूलानि सुदृढानि भवन्ति। तेन केशाः दीर्घाः श्यामवर्णाः च जायन्ते। अतः शिरसि तैलप्रयोगः अवश्यमेव कर्तव्यः। सुन्दरैः केशैः मानवः चिरं शोभते।

श्लोकः– 3

न चास्यं कण्ठशोषः
स्यान्नौष्ठयोः स्फुटनाद्भयम्।
न च दन्ताः क्षयं यान्ति
दृढमूलाः भवन्ति च।।3।।

अधुना **तृतीयं पद्यं** पठामः। बोधामः च अन्येः लाभाः के भवन्ति तैलाभ्यङ्गेन।

पदच्छेदः न च अस्य कण्ठशोषः स्यात् न ओष्ठयोः स्फुटनात् भयम्।
न च दन्ताः क्षयम् यान्ति। दृढमूलाः भवन्ति च।।

अन्वयः अस्य (नरस्य) न च कण्ठशोषः स्यात् न ओष्ठयोः स्फुटनात् भयम्। (अस्य) दन्ताः च क्षयम् न यान्ति दृढमूलाः च भवन्ति।

नरस्य कण्ठः केन न शुष्यति? तैलाभ्यङ्गेन।

तैलाभ्यङ्गेन कस्मात् भयं नास्ति? ओष्ठयोः स्फुटनात्।

तैलमर्दनेन के क्षयं (नाशं) न यान्ति (गच्छन्ति)? दन्ताः।

अर्थात्! – दन्तेषु ओष्ठयोः कण्ठे च तैलमर्दनं करणीयम्।

भावः

मुखे तैलमर्दनेन कण्ठः न परिशुष्यति। ओष्ठयोः स्फुटनात् भीतिः न भवति। तैलप्रयोगेण च दन्तानां मूलानि दृढानि भवन्ति। ते च बाल्यकाले एव न विनश्यन्ति। अतः मुखे दन्तेषु च सर्षपतैलाभ्याङ्गः नित्यमेव करणीयः। दन्तैः मानवस्य न केवलं शोभा भवति अपि तु भोजने तु तेषामुपयोगः प्रशंसनीयः एव।

व्याकरणबिन्दवः

वयम् अत्र पदानां सन्धिविच्छेदं, विग्रहं, क्रियापद–परिचयं च बोधामः।

सन्धिविच्छेदाः

स्नेहार्द्रः = स्नेह + आर्द्रः = अ + आ = आ दीर्घसन्धिः

चास्य = च + अस्य = अ + अ = आ दीर्घसन्धिः

विशेषणाभिवर्धते	= विशेषण + अभिवर्धते	= अ + अ = आ	
नौष्ठयोः	= न + ओष्ठयोः	= अ + ओ = औ	
खालित्यं न	= खालित्यम् + न	= म् + (व्यंजनम्) =	अनुस्वारः (–ं–)
क्षयं यान्ति	= क्षयम् + यान्ति	= म् + व्यंजनम् =	अनुस्वारः
दृढमूलाश्च	= दृढमूलाः + च	= : + च = श्च (: – श्)	
दीर्घश्च	= दीर्घः + च		
स्फुटनाद्भयम्	= स्फुटनात् + भयम्	= त् + भ = द्भ (त् → द्)	
स्याच्च	= स्यात् + च	= त् + च = च्च (त् → च्)	

(चवर्गयोगे तवर्गः तु चवर्गः जायते)

समासाः

समस्तपदानि	विग्रहः	समासनाम
शिरः शूलम्	शिरसि शूलम्	सप्तमीतत्पुरुषः
शिरः कपालानाम्	शिरसः कपालानाम्	षष्ठीतत्पुरुषः
कण्ठशोषः	कण्ठस्य शोषः	षष्ठीतत्पुरुषः
स्नेहार्द्रशिरसः	स्नेहेन आर्द्रं शिरः यस्य सः तस्य	बहुव्रीहिः
दृढमूलाः	दृढं मूलं येषां ते	बहुव्रीहिः

क्रियापदानिः

पदम्	धातुः	लकारः	पुरुषः	वचनम्
जायते	जन्	लट्	प्रथमः	एकवचनम्
अभिवर्धते	अभि + वृध्	लट्	प्रथमः	एकवचनम्
प्रपतन्ति	प्र + पत्	लट्	प्रथमः	बहुवचनम्
भवन्ति	भू	लट्	प्रथमः	बहुवचनम्
यान्ति	या	लट्	प्रथमः	बहुवचनम्
स्यात्	अस्	विधिलिङ्	प्रथमः	एकवचनम्

सारः

नित्यं तैलमर्दनेन शिरोवेदना न जायते। केशाः कृष्णाः भवन्ति। केशानां मूलानि दृढानि भवन्ति। तैलमर्दनेन कण्ठः न शुष्यति, ओष्ठयोः स्फुटनाद् भयं दूरीभवति, दन्ताः च दृढमूलाः भवन्ति।

नित्य सिर पर तेल लगाने से सिरदर्द नहीं होता और न ही बाल सफेद होते हैं। सिर की हड्डियों की शक्ति बढ़ती है। बालों की जड़ें मजबूत होती हैं। इसी तरह मुँह में तेल का कुल्ला करने से व्यक्ति का गला नहीं सूखता, होंठ नहीं फटते और दांत नहीं टूटते।

पाठगतप्रश्नाः 3.1

1. अधोलिखितपदानां सन्धिविच्छेदं कृत्वा लिखत–

   (क) स्नेहार्द्रः = ... + ...

   (ख) क्षयं यान्ति = ... + ...

   (ग) दीर्घश्च = ... + ...

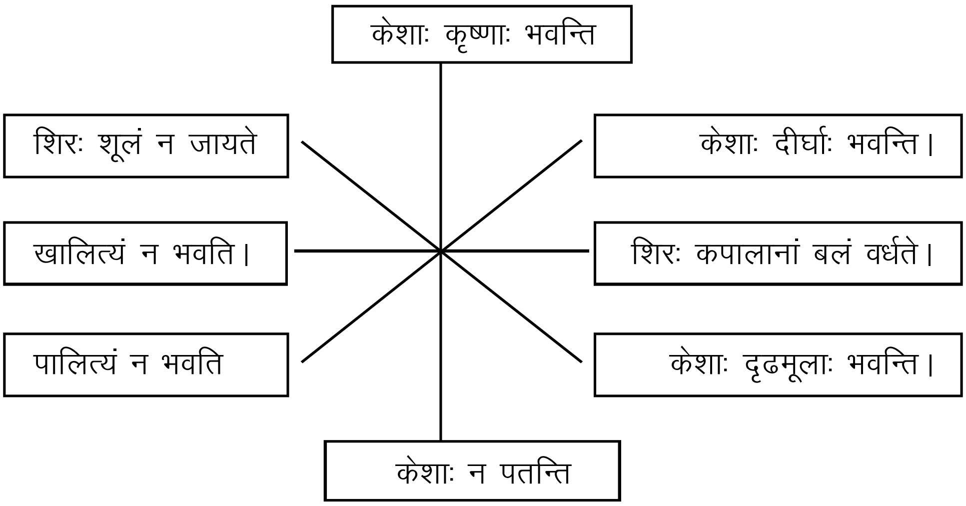
   (घ) स्याच्च = ... + ...

   (ङ) स्फुटनाद्भयम् = ... + ...

2. अधोलिखितानां क्रियापदानाम् अर्थैः सह मेलनं क्रियताम्

क्रियापदानि	**अर्थाः**
(क) जायते	(i) वृद्धिम् आप्नोति
(ख) अभिवर्धते	(ii) पतन्ति
(ग) प्रपतन्ति	(iii) गच्छन्ति
(घ) यान्ति	(iv) भूयात्
(ङ) स्यात्	(v) उत्पद्यते

3. रेखाचित्रे स्नेहार्द्रशिरसः अष्टगुणान् अधः पुनः रिक्तस्थलेषु पद्ये प्रदत्त क्रमेण लिखत–



(i) .... (v) ....
(ii) .... (vi) ....
(iii) .... (vii) ....
(iv) .... (viii) ....

4. रेखाङ्कितानि पदानि आधृत्य उदाहरणानुसारं प्रश्ननिर्माणं कुरुत–

उदाहरणम्–केशाः न प्रपतन्ति

प्रश्नः– के न प्रपतन्ति?

(क) शिरसः कपालानां बलं तैलमर्दनेन अभिवर्धते।

(ख) केशाः दीर्घाः भवन्ति।

(ग) दन्ताः क्षयं न यान्ति।

(घ) स्नेहार्द्रस्य शिरसः शूलं न जायते।

द्वितीयः अंशः

इन्द्रियाणि प्रसीदन्ति
सुत्वग्भवति चाननम्।
निद्रालाभः सुखं च स्यान
मूर्ध्नि तैलनिषेवणात्।।4।।

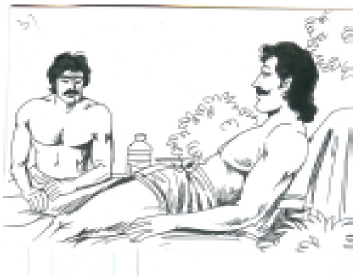
इदानीम् पुनः तैलाभ्यङ्गस्य अन्येषां लाभानां विषये द्वितीयम् अंशं बोधामः।

श्लोकः– 4

पदच्छेदः इन्द्रियाणि प्रसीदन्ति सुत्वक् भवति च आननम्।
निद्रालाभः सुखम् च स्यात् मूर्ध्नि तैलनिषेवणात्।

अन्वयः मूर्ध्नि तैलनिषेवणात् इन्द्रियाणि प्रसीदन्ति आननम् च सुत्वक् भवति सुखम् निद्रालाभः च स्यात्।

व्याख्या–


3.13

अस्तु, अस्य पद्यस्य भावार्थं विस्तरेण बोधामः। किं भवन्तः जानन्ति–

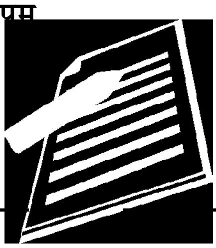
तैलनिषेवणात् इन्द्रियाणि कीदृशानि भवन्ति? तैलनिषेवणात् इन्द्रियाणि प्रसन्नानि सक्रियाणि दृढानि च भवन्ति।

आननं कीदृशं भवति? आननस्य त्वक् कोमलं कान्तियुक्तं च भवति।

शिरसि तैलमर्दनेन अन्य कः लाभः? निद्रायाः प्राप्तिः भवति। सुखम् अर्थात् सरलतया शीघ्रतया एव निद्रा आयाति।

भावः

शिरसि तैलाभ्यङ्गेन इन्द्रियाणि प्रसन्नानि सक्रियाणि च भवन्ति। आननस्य कान्तिः वर्धते। कृत्रिम–उपकरणानां च आवश्यकता एव न भवति। सुखपूर्वकं निद्रा भवति।



टिप्पणी

अधुना वयं **प चमं श्लोकं** पठामः तैलमर्दनस्य अन्यान् लाभान् च बोधामः।

श्लोकः– 5

पदच्छेदः सुस्पर्शोपचिताङ्गः (सुस्पर्श + उपचित + अङ्गः) च बलवान् प्रियदर्शनः।
भवति अभ्यङ्गनित्यत्वात् नरः अल्पजरः एव च।

सुस्पर्शोपचिताङ्गश्च बलवान् प्रियदर्शनः।
भवत्यभ्यङ्गनित्यत्वान्नरोऽल्पजरः एव च।।5।

अन्वयः अभ्यङ्गनित्यत्वात् नरः सुस्पर्शोपचिताङ्गः बलवान् प्रियदर्शनः अल्पजरः एव च भवति।

'सुस्पर्शोपचिताङ्गः' पदस्य कोऽर्थः? (सुस्पर्श + उपचिताङ्गः) सुखेन स्पृश्यानि = कोमलानि उपचितानि = दृढानि अङ्गानि यस्य सः।

सुस्पर्शोपचिताङ्गः कः भवति? यः नित्यं तैलाभ्यङ्गं करोति। नित्यं तैलमर्दनेन अङ्गानि कोमलानि भवन्ति। त्वक् च सुस्पर्शयोग्या भवति। सः नरः बलवान् कान्तिमान् च भवति।

'प्रियदर्शनः' पदस्य कोऽर्थः? 'प्रियं दर्शनं यस्य सः' अर्थात् सुन्दरः

'अल्पजरः' पदस्य कोऽभिप्रायः? अल्पा जरा यस्य सः अर्थात् अल्पवृद्धः = अर्थात् यः नरः नित्यं तैलमर्दनं करोति। सः सुन्दरः। दर्शनीयः भवति, सः शीघ्रं वृद्धः न भवति, चिरं युवा भवति इति।

भावः

यः नरः प्रतिदिनं तैलाभ्यङ्गं करोति तस्य शरीरं कोमलं पुष्टं च भवति। सः बलवान् सुन्दरशरीरः च जायते। सः विलम्बेन एव वृद्धः भवति।

अधुना एकम् अन्यं श्लोकं पठामः यस्मिन् पादयोः तैलमर्दनस्य लाभाः वर्णिताः।

श्लोकः– 6

पदच्छेदः जायते सौकुमार्यम् च बलम् स्थैर्यम् च पादयोः।
दृष्टिः प्रसादम् लभते मरुतः च उपशाम्यति।

जायते सौकुमार्यं न बलं स्थैर्यं च पादयोः।
दृष्टिः प्रसादं लभते मरुतश्चोपशाम्यति।।6।।

अन्वयः पादयोः (तैलाभ्यङ्गात्) सौकुमार्यम् बलम् स्थैर्यम् च जायते। दृष्टिः प्रसादम् लभते मरुतः च उपशाम्यति।

व्याख्या–

पादयोः तैलाभ्यङ्गात् किं भवति? पादयोः सौकुमार्यं कोमलता भवति। बलं शक्तिः स्थैर्यं स्थिरता च भवति। यथा वृक्षमूले जलसेचनेन समग्रः वृक्षः पत्रशाखादिभिः सह ऊर्जां लभते तथैव पादमूले तैलप्रयोगेन सर्वे स्नायवः पोषणं प्राप्नुवन्ति।

अन्यः को लाभः? पादयोः तैलनिषेवणात् दृष्टिः अपि निर्मला प्रसन्ना भवति। वायुजनित–रोगाः अपि उपशाम्यन्ति शान्ताः भवन्ति।

भावः

पादयोः तैलमर्दनेन पादौ कोमलौ बलयुक्तौ दृढौ च भवतः। नेत्रज्योतिः वर्धते। वातविकाराणां च उपशमः (नाशः) जायते। अतः तैलमर्दनं तु नित्यं कुर्यात्।

व्याकरणबिन्दवः

अत्र वयं पाठगतविविधव्याकरणबिन्दून् (सन्धिविच्छेदसमासमतुप्प्रत्ययादीन्) बोधामः।

सन्धिच्छेदः

चाननम् = च + आननम् = अ + आ = आ	दीर्घसन्धिः
सुस्पर्शोपचिताङ्गः = सुस्पर्श + उपचिताङ्गः = अ + उ = ओ	गुणसंन्धिः
भवत्यभ्यङ्गः = भवति + अभ्यङ्गः = इ + अ = य्	यणसन्धिः
सुत्वग्भवति = सुत्वक् + भवति = क् + भ = ग्भ	जश्त्वम्
स्यान्मूर्ध्नि = स्यात् + मूर्ध्नि = त् + म = न्म	त् – म्
नित्यत्वान्नरः = नित्यत्वात् + नरः = त् + न = न्न	त् – न्
नरोऽल्पजरः = नरः + अल्पजरः = अः + अ = ो ऽ	पूर्वरूपम्
मरुतश्च = मरुतः + च = : + च = श्च	विसर्गसन्धिः

1. **यण्सन्धिः**– यण् = य् व् र् ल् एते चत्वारः वर्णाः यण् कथ्यन्ते।

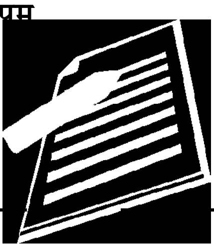
पूर्व वर्ण		उत्तर वर्ण	यण्	उदाहरणम्
1. इ/ई	+	असमानस्वरः	= य्	(i) प्रति + एकम् = प्रत्येकम्
				(ii) भवति + अभ्यङ्गनित्यत्वात्= भवत्यभ्यङ्गनित्यत्वात्
				(iii) यदि + अपि = यद्यपि
2. उ/ऊ	+	असमानस्वरः	= व्	(i) सु + आगतम् = स्वागतम्
				(ii) मधु + अरिः = मध्वरिः
3. ऋ/ॠ	+	असमानस्वरः	= र्	(i) पितृ + आज्ञा = पित्राज्ञा
				(ii) धातृ + अंशः = धात्रंशः
4. लृ	+	असमानस्वरः	= ल्	लृ + आकृतिः = लाकृतिः

2. **गुणसन्धिः**– अ (अर् अल्) ए, ओ

अ/आ + इ/ई = 'ए' भवति।

उदाहरणः– (i) देव + इन्द्रः = देवेन्द्रः

(ii) महा + ईशः = महेशः



अ/आ + उ/ऊ = ओ

उदाहरणः– (i) सूर्य + उदयः = सूर्योदयः

(ii) महा + ऊर्मिः = महोर्मिः

अ/आ + ऋ/ॠ = अर्

उदाहरणः– (i) देव + ऋषिः = देवर्षिः

(ii) महा + ऋषिः = महर्षिः

अ/आ + ऌ = अल्

उदाहरणः– तव + ऌकारः = तवल्कारः

3. पूर्वरूपसन्धिः–

यदि पदान्ते ए/ओ वर्णः भवेत् पश्चात् 'अ' ह्रस्व अकारः भवेत् तर्हि पूर्व–परयोः स्थाने ए + ऊ = 'ए', ओ + ऊ = ओ इति पूर्वरूपः एकादेशः भवति। अकारस्थाने च 'ऽ' चिह्नम् प्रयुज्यते।

उदाहरणः अन्ते + अपि = अन्तेऽपि

प्रभो + अत्र = प्रभोऽत्र

समस्तपदानां विग्रहः

समस्तपदानि	विग्रहः	समासनाम
निद्रालाभः	निद्रायाः लाभः	षष्ठीतत्पुरुषः
तैलनिषेवणात्	तैलस्य निषेवणात्	षष्ठीतत्पुरुषः
प्रियदर्शनः	प्रियं दर्शनं यस्य सः	बहुव्रीहिः
अल्पजरः	अल्पा जरा यस्य सः	बहुव्रीहिः
सुस्पर्शोपचिताङ्गः	सुस्पर्शानि उपचितानि अङ्गानि यस्य सः	बहुव्रीहिः

प्रत्ययप्रयोगः

बलवान्	बल + मतुप् प्रत्ययः	पु0 प्रथमाविभक्ति :	एकवचनम्

मतुप् प्रत्ययः

हिन्दीभाषायां 'वाला' इति अर्थे मतुप् प्रत्ययः प्रयुज्यते। 'मतुप्' इति प्रत्ययस्य 'मत्' इति शेषः भवति। यदि शब्दस्य अन्ते अ/आ भवति तर्हि मत् इति स्थाने 'वत्' भवति–

बल + मतुप् = बलवत्। बलवत् पदस्य रूपाणि पुल्लिङ्गे स्त्रीलिङ्गे नपुंसकलिङ्गे च द्रष्टव्यानि–

	पु.	स्त्री.	नपुं.
बल + मतुप् = बलवत्	बलवान्	बलवती	बलवत्
धन + मतुप् = धनवत्	धनवान्	धनवती	धनवत्
श्री + मतुप् = श्रीमत्	श्रीमान्	श्रीमती	श्रीमत्
हनु + मतुप् = हनुमत्	हनुमान्	हनुमती	हनुमत्

क्रियापदानि

प्रसीदन्ति	प्र + सद् = प्रसीद् धातुः	लट्लकारः	प्रथमपुरुषः	बहुवचनम्
स्यात्	अस् धातुः	विधिलिङ्	प्रथमपुरुषः	एकवचनम्
उपशाम्यति	उप + शम्	लट्लकारः	प्रथमपुरुषः	एकवचनम्
जायते	जन् (आत्मनेपद)	लट्लकारः	प्रथमपुरुषः	एकवचनम्
लभते	लभ् (आत्मनेपद)	लट्लकारः	प्रथमपुरुषः	एकवचनम्

सारः

शिरसि तैलनिषेवणात् इन्द्रियाणि प्रसन्नानि भवन्ति। निद्रा सरलतया आयाति। नित्यम् अभ्यङ्गात् नरः बलवान् प्रियदर्शनः च भवति। पादयोः तैलमर्दनेन पादौ दृढौ भवतः, दृष्टिः तीव्रा जायते, वायुजनितः रोगः च न भवति।

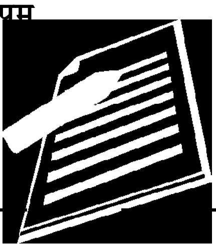
सिर पर नित्य तेल की मालिश करने से इन्द्रियाँ प्रसन्न होती हैं। चैन की नींद आती है। प्रतिदिन तेलमालिश से मनुष्य बलवान् और सुन्दर होता है। पैरों में तेल मलने से टांगें मजबूत होती हैं। नेत्रज्योति बढ़ती है तथा वायुजनित रोग नहीं होते।

पाठगतप्रश्नाः 3.2

1. अधोलिखितेषु अन्वयेषु रिक्तस्थानपूर्तिः क्रियताम्–

   (क) अभ्यङ्गनित्यत्वात् (i) .... सुस्पर्शोपचिताङ्गः (ii) .... प्रियदर्शनः (iii) .... एव (iv) .... भवति।

   (ख) पादयोः (तैलाभ्यङ्गात्) (i) .... बलम् (ii) .... च जायते। (iii) .... प्रसादं लभते (iv) .... च उपशाम्यति।



2. उपयुक्तम् उत्तरं चित्वा रिक्तस्थानेषु लिखत–

(क) .... प्रसादं लभते। (भक्तिः/मुक्तिः/दृष्टिः)

(ख) पादयोः तैलाभ्यङ्गात् .... उपशाम्यति। (बलम्/मरुतः/स्थैर्यम्)

(ग) मूर्ध्नितैलनिषेवणात् .... स्यात्। (निद्रालाभः/विद्यालाभः/धनलाभः)

(घ) अभ्यङ्गनित्यत्वात् नरः .... स्यात्। (कृशकायः/स्थूलः/बलवान्)

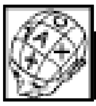
3. समस्तपदानि रचयत–

(क) निद्रायाः लाभः ....

(ख) प्रियं दर्शनं यस्य सः ....

(ग) अल्पा जरा यस्य सः ....

(घ) तैलस्य निषेवणात् ....



3.4 किम् अधिगतम्

- तैलाभ्यङ्गेन शरीराङ्गानि दृढानि भवन्ति। अतः तैलमर्दनं नित्यं कर्तव्यम्।
- शिरसि तैलनिषेवणात् शिरः शूलम् न जायते। केशाः च दृढमूलाः भवन्ति।
- पादयोः तैलमर्दनेन सौकुमार्यं, बलं स्थैर्यं च जायते।
- तैलाभ्यङ्गेन ओष्ठयोः स्फुटनं न भवति दन्ताश्च दृढमूलाः भवन्ति।
- 'मतुप्' (मत्) तद्धितप्रत्ययः अस्ति। 'अस्ति अस्य' इति विग्रहे 'मतुप्' भवति।

3.5 योग्यताविस्तारः

(क) कविपरिचयः

चरकः आयुर्वेदस्य प्राचीनविद्वत्सु चरकः अन्यतमः अस्ति। सः राज्ञः कनिष्कस्य शासने राजवैद्यरूपेण उषितवान्। मूलतः तु अयं गान्धारवासी आसीत्। अस्य कालः ईसापूर्वं प्रथमशताब्दी इति मन्यते। चरकस्य यशः भारतात् बहिः अपि प्रसृतम्। कविराजचरकस्य विषये सत्यमुक्तम् – 'चरकस्तु चिकित्सते।'

ग्रन्थपरिचयः

चरकसंहिता चरकस्य आयुर्वेदीयः ग्रन्थः अस्ति। अयं सर्वप्रथमः सर्वश्रेष्ठः च कायचिकित्सायाः ग्रन्थः वर्तते। सहस्रवर्षेभ्यः आयुर्विज्ञानस्य मूलं स्रोतः चरकसंहिता एव

अस्ति। अयं ग्रन्थः अष्टभागेषु त्रिंशत्सु अध्यायेषु च विभक्तः। ग्रन्थे गद्यस्य पद्यस्य च उभयोः प्रयोगः कृतः। आयुर्वेदक्षेत्रे तु अयं ग्रन्थः ईदृशः लोकप्रियः जातः यत् अष्टभ्यां शताब्द्याम् एव अस्य अनुवादः अरबीभाषायां जातः। फारसीभाषायाम् अपि अनुवादः उपलभ्यते। पाठेऽस्मिन् प्रस्तुतः अंशः सूत्रस्थानस्य पंचम–अध्यायात् संकलितः।

भावविस्तारः

तैलमर्दनम्– न कर्णरोगाः वातोत्थाः नमन्याहनुसंग्रहः।
नोच्चैः श्रुतिर्न बाधिर्यं स्यान्नित्यं कर्णतर्पणात्।।

पादाभ्यङ्गः– खरत्वं स्तब्धता रौक्ष्यं श्रमः सुप्तिश्च पादयोः।
सद्य एवोपशाम्यन्ति पादाभ्यङ्गनिषेवणात्।।
न च स्याद् गृध्रसीवातः पादयोः स्फुटनं न च।
न शिरास्नायुसंकोचः पादाभ्यङ्गेन पादयोः।

(ख) भाषा विस्तारः

धातुरूपाणि

√लभ्–लट् लकारः (आत्मनेपदे)

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	लभते	लभेते	लभन्ते
मध्यमः पुरुषः	लभसे	लभेथे	लभध्वे
उत्तमः पुरुषः	लभे	लभावहे	लभामहे

अस् = लट् लकारः (परस्मैपदे)

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	अस्ति	स्तः	सन्ति
मध्यमः पुरुषः	असि	स्थः	स्थ
उत्तमः पुरुषः	अस्मि	स्वः	स्मः

अस् = विधिलिङ् लकारः

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	स्यात्	स्याताम्	स्युः
मध्यमः पुरुषः	स्याः	स्यातम्	स्यात
उत्तमः पुरुषः	स्याम्	स्याव	स्याम

अस् = लृट् लकारः

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	भविष्यति	भविष्यतः	भविष्यन्ति
मध्यमः पुरुषः	भविष्यसि	भविष्यथः	भविष्यथ
उत्तमः पुरुषः	भविष्यामि	भविष्यावः	भविष्यामः

अस् = लोट् लकारः

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	अस्तु	स्ताम्	सन्तु
मध्यमः पुरुषः	एधि	स्तम्	स्त
उत्तमः पुरुषः	असानि	असाव	असाम

अस् = लङ् लकारः

	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
प्रथमः पुरुषः	आसीत्	आस्ताम्	आसन्
मध्यमः पुरुषः	आसीः	आस्तम्	आस्त
उत्तमः पुरुषः	आसम्	आस्व	आस्म

शब्दानां रूपाणि

हलन्तनपुंसकलिङ्गम् (सकारान्त)

मूलशब्दः	विभक्तिः	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
शिरस्	प्रथमा	शिरः	शिरसी	शिरांसि
मनस्	द्वितीया	मनः	मनसी	मनांसि
नभस्	तृतीया	नभसा	नभोभ्याम्	नभोभिः
तपस्	चतुर्थी	तपसे	तपोभ्याम्	तपोभ्यः
यशस्	पंचमी	यशसः	यशोभ्याम्	यशोभ्यः
तेजस्	षष्ठी	तेजसः	तेजसोः	तेजसाम्
शिरस्	सप्तमी	शिरसि	शिरसोः	शिरस्सु
शिरस्	सम्बोधन	हे शिरः!	हे शिरसी!	हे शिरांसि!

टिप्पणी

नकारान्तपुल्लिंगशब्दानां रूपाणि

मूलशब्दः	विभक्तिः	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
मूर्धन्	प्रथमा	मूर्धा	मूर्धानौ	मूर्धानः
मूर्धन्	द्वितीया	मूर्धानम्	मूर्धानौ	मूर्ध्नः
महिमन्	तृतीया	महिम्ना	महिमभ्याम्	महिमभिः
लधिमन्	चतुर्थी	लधिम्ने	लधिमभ्याम्	लधिमभ्यः
गरिमन्	पंचमी	गरिम्नः	गरिमभ्याम्	गरिमभ्यः
अश्वत्थामन्	षष्ठी	अश्वत्थाम्नः	अश्वत्थाम्नोः	अश्वत्थाम्नाम्
मूर्धन्	सप्तमी	मूर्ध्नि	मूर्ध्नोः	मूर्धसु
मूर्धन्	सम्बोधन	हे मूर्धन्!	हे मूर्धानौ!	हे मूर्धानः!

अनुरूपशब्दाः महिमन्, लधिमन्, गरिमन्, अश्वत्थामन्।

3.6 पाठान्तप्रश्नाः

1. क्रियापदानि चिनुत–
   (क) तैलप्रयोगेन पादयोः बलं जायते। ....
   (ख) दृष्टिः प्रसादं लभते। ....
   (ग) भवति अभ्यङ्गनित्यत्वात् नरः अल्पजरः। ....
   (घ) मूर्ध्नि तैलनिषेवणात् निद्रालाभः स्यात्। ....
   (ङ) मरुतश्चोपशाम्यति। ....
2. म जूषायां दत्तानां शब्दानां सहायतया तैलाभ्यङ्गस्य लाभान् षड्वाक्येषु वर्णयत–

शिरसि, केशाः, मूर्ध्नि, इन्द्रियाणि, सुत्वक्, आननम्, नरः, बलवान्, पादयोः, स्थैर्यं, दृष्टिः, प्रसादम्, शिरःशूलं, प्रसीदन्ति, जायते, अभ्यङ्गेन, निद्रा, कृष्णाः, भवन्ति।

3. अधोलिखितेषु रिक्तस्थानेषु कोष्ठकात् चित्वा अव्ययपदानि लिखत–
   (न, च, नित्यं, एव, उच्चैः)
   (क) वृद्ध .... श्रृणोति।
   (ख) .... तैलाभ्यङ्गात् नरः अल्पजरः भवति।
   (ग) शिरसि तैलनिषेवणात् केशाः कृष्णाः दीर्घाः .... भवन्ति।
   (घ) ईश्वरः .... अस्माकं माता, पिता, बन्धुः सखा च अस्ति।

4. सन्धिं/सन्धिच्छेदं वा कुरुत–
   (क) भवति + अभ्यङ्गः ....
   (ख) दृढमूलाः + च ....
   (ग) च + उपशाम्यति ....
   (घ) .... + ... स्नेहार्द्रः
   (ङ) .... + ... चास्य
   (च) .... + ... नरोऽल्पजरः
5. समस्तपदानां विग्रहं कृत्वा समासनाम अपि लिखत–
   (क) स्नेहाद्रशिरसः (ख) प्रियदर्शनः (ग) सुस्पर्शोपचिताङ्गः (घ) कण्ठशोषः
6. प्रदत्त–प्रकृति–प्रत्यययोगेन वाक्यपूर्तिं कुरुत–
   (क) (बल + मतुप्) .... नरः शोभते।
   (ख) सा नारी (रूप + मतुप्) .... अस्ति।
   (ग) (दान + मतुप्) .... लक्ष्मीः धन्या।
   (घ) अत्र अयं (श्री + मतुप्) .... कः आगतः?

3.7 उत्तराणि

बोधप्रश्नाः

1. (क) iii, (ख) iv, (ग) ii,
2. (क) iii, (ख) i, (ग) ii, (घ) v, (ङ) iv
3. (क) बलं, (ख) बलवान्, (ग) कृष्णा, (घ) शिरःशूलं, (ङ) स्थैर्यं।

पाठगतप्रश्नाः

3.1 1. (क) स्नेह + आर्द्रः, (ख) क्षयम् + यान्ति, (ग) दीर्घः + च,
(घ) स्यात् + च (ङ) स्फुटनात् + भयम्

2. (क) v, (ख) i, (ग) ii, (घ) iii, (ङ) iv,

3. (i) शिरः शूलं न जायते (v) शिरः कपालानां बलं बर्धते।
(ii) खालित्यं न भवति। (vi) केशाः दृढमूलाः भवन्ति।
(iii) पालित्यं न भवति। (vii) केशाः दीर्घाः भवन्ति।
(iv) केशाः न प्रपतन्ति (viii) केशाः कृष्णाः भवन्ति।

4. (क) शिरसः कपालानां बलं केन अभिवर्धते?
(ख) केशाः कीदृशाः भवन्ति?

(ग) के क्षयं न यान्ति?

(घ) स्नेहार्द्रस्य शिरसः किं न जायते?

3.2 1. (क) i. नरः, ii. बलवान्, iii. अल्पजरः iv. च

(ख) i. सौकुमार्यं, ii. स्थैर्यं, iii. दृष्टिः iv. मरुतः

2. (क) दृष्टिः, (ख) मरुतः, (ग) निद्रालाभः, (घ) बलवान्

3. (क) निद्रालाभः, (ख) प्रियदर्शनः, (ग) अल्पजरः (घ) तैलनिषेवणात्

3.6 पाठान्तप्रश्नाः

1. (क) जायते, (ख) लभते, (ग) भवति, (घ) स्यात्, (ङ) उपशाम्यति
2. (i) शिरसि तैलाभ्यङ्गेन शिरःशूलं न जायते।

(ii) केशाः दृढमूलाः, दीर्घाः कृष्णाः च भवन्ति।

(iii). मूर्ध्नि तैलनिषेवणात् इन्द्रियाणि प्रसीदन्ति, आननं सुत्वक् भवति निद्रा च सरलतया आगच्छति।

(iv) नित्यम् अभ्यङ्गेन नरः बलवान् भवति।

(v) अभ्यङ्गेन पादयोः बलं वर्धते।

(vi). अनेन दृष्टिः प्रसादं लभते।
3. (क) उच्चैः, (ख) नित्यं, (ग) च, (घ) एव
4. (क) भवत्यभ्यङ्गः (ख) दृढमूलाश्च (ग) चोपशाम्यति (घ) स्नेह + आर्द्रः

(ङ) च + अस्य (च) नरः + अल्पजरः।
5. (क) स्नेहेन आर्द्रं शिरः यस्य सः (बहुव्रीहिः)

(ख) प्रियं दर्शनं यस्य सः (बहुव्रीहिः)

(ग) सुखेन स्पृश्यानि उपचितानि अङ्गानि यस्य सः (बहुव्रीहिः)

(घ) कण्ठस्य शोषः (षष्ठी त.)
6. (क) बलवान् (ख) रूपवती (ग) दानवती (घ) श्रीमान्