हैं कि पानी में 2-3% भी सोल्यूट हो तो इन अधिशोषका द्वारा सोखे जल की मात्रा दरअसल आधी रह जाती है। जी हां, 100% जल के मुकाबले इन सोल्यूशन से हमारी कोशिकाएं केवल आधा जल ही प्राप्त कर पाएंगी। तो बताइए, आधे जल से प्यास शांत होगी या फिर भड़केगी ? कोल्ड-ड्रिक्स के रसायन अलग से हमारे शरीर को प्रताड़ित करते हैं। हमारा सुझाव यह है कि घर का कोकम शर्बत, कोकोनट पानी वगैरह इन कोल्ड ड्रिंक्स के मुकाबले बेहतर उपाय हैं। CO_2 का झंझट तो नहीं!

पाठक मित्रों, अपने देश में कभी हथेली में पानी लेकर संकल्प लिया जाता था। यह द्रव्य हमारे जीवन का हमेशा ही एक अनमोल द्रव्य रहा है। यहां हमने पीने के पानी की कुछेक विशिष्टताएं गिनाई है, अन्य और कई भी हैं। जल के अनेक अन्य पहलुओं पर बातें करना बाकी है। रियेक्टर में यह शीतलक है, मंदक है। रंगहीन होते हुए भी यह ग्रीन, ब्लू तथा ग्रे-वॉटर है। इसमे विद्युत, चुंबकत्व है, इसकी भाप से टर्बाइन चलती है। कृषि की यह बैक बोन है। वाटर वो साइकिल है जिसमें मनुष्य व्यवधान डाल अपने पैरों पर कुल्हाड़ी मार रहा है। जी हां, यह औषधि भी है। होम्योपैथी के अन्वेषक डॉ. हॅनीमैन मानते थे कि इस चिकित्सा का आधार है जल की रचना में मैकेनिकल एनर्जी द्वारा जनित परिवर्तन। संक्षेप में कहें तो यहीं एकमात्र यौगिक है जोकि मनुष्य द्वारा उत्पादित अथवा 40 लाख यौगिकों में सबसे विलक्षण है, सबसे अहम है, सबसे जरूरी है। मगर आश्चर्य, अप्रैल-मई 2014 में 16वीं लोकसभा के चुनावों में यह किसी भी राजनीतिक दल के घोषणा-पत्र तक नहीं पहुंच पाया। परंतु देर-सबेर यह शुद्ध जल इस सरकार को लोगों तक पहुचांना ही होगा जिसका जिक्र मैथिलीशरण गुप्त जी ने किया है।

पीयूष सम, पीकर जिसे होता प्रसन्न शरीर है,
हां, रोगनाशक, बल विनाशक उस समय का नीर है।।

संपर्क करें :
डॉ. देवकी नंदन
द्वारका, नई दिल्ली - 110 075
मो. 09910332145, 09717585073
ईमेलः deokinandan1@rediffmail.com

आयुर्वेद के अनुसार जल के औषधीय गुण

पी. आर. भट्ट

जल सभी स्थानों पर सुलभ होने वाली सबसे सस्ती लेकिन सबसे अधिक महत्वपूर्ण औषधि है। कभी-कभी तो जब सारी औषधियां असफल हो जाती हैं तब जल का एक घूंट या मात्र कुछ बूंदें ही जादू के असर की तरह काम करके मनुष्य के जीवन को आश्चर्यजनक ढंग से बचा देती हैं। इसलिए कहा भी गया है।

अजीर्णे भेषजं वारि जीर्णे वारि बलप्रदः।
भोजनेचामृतंवारि भोजनान्ते विषप्रदः।।

अजीर्ण में जब भोजन पच न रहा हो जल औषधि का काम करता है। भोजन के पच जाने पर जल पीना बलवर्द्धक होता है। भोजन में मिला हुआ जल अमृत के समान लाभकारी होता है। भोजन के तुरन्त बाद जल पीना विष तुल्य हो जाता है क्योंकि इससे भोजन पचाने वाली अग्नि मन्द हो जाती है। जल जीवन के लिए एक आवश्यक वस्तु होते हुए भी हम यह नहीं जानते कि स्वस्थ जीवन जीने के लिए जल किस प्रकार उपयोगी हो सकता है। इस बात का जितना सम्यक ज्ञान आयुर्वेद देता है शायद ही कोई दूसरा ग्रन्थ या अन्य चिकित्सा पद्धति देती हो। आयुर्वेद के प्रसिद्ध ग्रन्थ भाव प्रकाश निघन्टु में जल का विशद वर्णन किया गया है। जैसे कि जल के विभिन्न नाम, जल के विभिन्न गुण, जल के भेद, वर्ष भर में प्राप्त भिन्न-भिन्न समयों में जल के भिन्न-भिन्न गुण, जल के विभिन्न स्वरूप, जल पीने का उपयुक्त समय, कब जल नहीं पीना चाहिए, कब कम जल पीना चाहिए, अशुद्ध जल को पीने लायक कैसे बनाया जाए, पिया हुआ जल कितने समय में पच जाता है इत्यादि का जितना विशद, सम्यक व सटीक वर्णन इस ग्रन्थ में किया गया है शायद ही संसार के किसी दूसरे ग्रन्थ में किया गया हो।

जल के नाम

पानीयं सलिलं नीरं कीलालं जलाम्बुच।
आपो वारवारि कं तोयं पयः पाथोस्तथोदकम्।
जीवनं वनमम्भोऽर्णवोमृतम् घनरसोऽपिच।

पानीयं, सलिलं, नीरं, कीलाल, जल, अम्बु, आप, वार, वारि, कं, तोय, उदक, जीवन, वन, अम्भः अर्णः, अमृत तथा घनरस ये जल के पर्यायवाची हैं।

जल के गुण

पानीयं श्रम नाशन क्लमहरं मूर्छापिपासपहम्।
तंद्रा छर्दिविबन्धहृदवलकरं निद्राहरं तर्पणम्।।
हृदयं गुप्तरसं हिअजीर्णशमकं नित्यंहितं शीतलम्।
लध्वच्छं रसकारणं निगदितंपीयूषवज्जीवनम्।।

जल श्रम को दूर करने वाला, क्लान्ति नाशक, मूर्छा, प्यास को नष्ट करने वाला, तन्द्रा, वमन और विवन्ध को हटाने वाला, बलकारक, निन्द्रा को दूर करने वाला, तृप्ति दायक, हृदय के लिए हितकर, अव्यक्तरस वाला, अजीर्ण का शमन करने वाला, सदा हितकारक, शीतल, लघु स्वच्छ, सम्पूर्ण मधुरादि रसों का कारण एवं अमृत के समान शास्त्रों में कहा गया है।

जल के भेद

पानीयं मुनिभिः प्रोक्तं दिव्यं भौममिति द्विधा।
धाराजं करकामय तौशारचं तथा हेमं।
दिव्यंचतुर्विधमं पोक्तं तेषु धारामं गुणाधिकम्।।

भाव प्रकाश निघण्टु में जल के दो भेद कहे गए हैं : दिव्य जल और भौम जल। इसमें भी दिव्य जल को चार प्रकार का कहा गया है : धाराजल, कारकामय जल, तुषार जल और हेम जल। इसमें जो धारा जल होता है वह अन्य जलों की अपेक्षा अधिक गुणदायक होता है। धारा जल आसमान से वर्षा के रूप में प्राप्त होने वाले जल को कहते हैं। कारकामय जल आसमान से ओलों के रूप में प्राप्त होने वाले जल को कहते हैं तथा भौम जल पृथ्वी के अन्दर संचित रहने वाले जल को कहते हैं। हेमजल हिमगलन से निर्मित होने वाले जल को कहते हैं।

धारा जल के लक्षण

धाराभिः पतितं तोयं गृहीतं स्फीतवाससा।
शिलायां वसुधायां धौतायां पतितंचतत्।।
सौवर्णे राजते ताम्रे स्फाटिके कांचनिर्मिते।
भाजनें मृण्मयेवापि स्थापितं धार मुच्यते।।

धारा जल के रूप में आकाश से गिरा हुआ यदि धुली हुई स्वच्छ शिला पर या पृथ्वी पर गिरा हुआ हो तो उसे लेकर स्वच्छ मोटे वस्त्र, सोना, चांदी, तांबा, स्फटिक कांच अथवा मिट्टी, से चाहे जिस किसी के बने हुए बर्तन में रख दे इसी को धारा संज्ञक जल कहते हैं।

धारा जल के गुण

धारा नीरं त्रिदोष्घननिर्देश्य रसं लघु।
सौम्यं रसायनं वल्यं तर्पणं हृदि शीतलम्।।
पाचनं मूर्छा तन्द्रा दाह श्रमनाशनमं।

यह त्रिदोश नाशक, अनिर्देश्य रस वाला, लघु, सौम्य, रसायन, बलकारक, तृप्तिदायक, आह्लाद उत्पन्न करने वाला, जीवन स्वरूप, पाचक, बुद्धि वर्द्धक एवं मूर्छा, तंद्रा, दाह, श्रम, क्लान्ति, प्यास इन सब को दूर करने वाला होता है। इसमें विशेष कर वर्षा ऋतु का जल विशेष लाभदायक माना गया है।

धारा जल के भेद

धारा जलं च द्विविधं गांग सामुद्र भेदतः।
धारा जल के दो भेद कहे गए हैं गांग तथा सामुद्र।

गांग जल के लक्षण

आकाश गंगासम्बन्धित जल मादाय दिग्गजाः।
मेघैन्तरिता कुर्वन्तीति वच सताम्।।

सत्पुरुषों का कथन है कि दैविक शक्ति आकाश गंगा का जल लेकर मेघों के द्वारा जल बरसाते हैं। अश्विन या क्वार मास में बरसने वाला जल इतना शुद्ध होता है कि उसे गंगा जल ही मानना चाहिए। इस जल में भिगोया गया अन्न खराब नहीं होता है।

समुद्री जल के लक्षण

तद् गांग सर्व दोषघ्नं ज्ञेयं सामुद्रमन्यथा।
तत्तु संक्षार लवणं शुक्रं दृष्टि बलापहम्।

यदि भिगोया हुआ अन्न तुरन्त खराब हो जाए अथवा उसका रंग बदल जाए तो उसे समुद्र जल समझना चाहिए।

जल के निर्विष तथा सविष होने का प्रमाण
फूत्कार विष वातेन नागानां व्योम चारिणाम्।
वर्षासु सविषं तोयं दिव्यं मयाश्विनं विना।।

शास्त्रों में कहा गया है कि वर्षा ऋतु में आकाशचारी नागों (दिव्य सर्पों) की फुफ्कार से जल विष युक्त हो जाता है किन्तु, वही जल अश्विन में विष युक्त नहीं रहता।

यतोऽगस्तस्य दिव्यर्षेरुदयात्सकलं जलम्।
निर्मलं निर्विष स्वादु शुक्रलं स्याददोषापहम्।।

शरद ऋतु में आकाश में अगस्त्य तारे का उदय हो जाता है अतः सम्पूर्ण जल निर्मल, निर्विष, स्वादु, शुक्रल एवं दोष जनक नहीं होता।

हेम जल के लक्षण

हेमवद्शिखरादिव्यो द्रवीभूयाभिवर्षति।

हिमालय आदि के शिखरों से द्रवीभूत होकर जो हिम बरसता है उससे प्राप्त होने वाले जल को हेम जल कहते हैं।

हेम जल के गुण

यतदेवं हिमं हेमं जलमार्हुमनीषिणः।
हिमाम्बु शीतं स्निग्धं गुरु वातविवर्धनं।।

यह शीतल पित्तनाशक, गुरु तथा वायु को बढ़ाने वाला होता है।

भौम जल के भेद

भोमम्वो निगदितं प्रथमं त्रिविधं बुधैः।
जांगलं परमानूपं ततः साधारणं क्रमात्।।

विद्वानों ने भौम जल को जांगल, आनूप तथा साधारण इन तीन प्रकारों का माना है।

जांगल जल के लक्षण

अल्पोदकोऽल्पवृक्षस्य
पितरक्तमयान्वितः।
ज्ञातव्यो जांगलोदेशस्तत्र्य जांगलं जलः।।

जिस स्थान पर थोड़े जल व थोड़े वृक्ष होते हैं उस स्थान को जांगल देश तथा वहां पैदा होने वाले जल को जांगल जल कहते हैं।

जांगल जल के गुण

जांगलम सलिलं रुक्षं लवणं लघु पितन्वितः।
वह्निकृत कफहृत पथ्यं विकारान् हरते बहून्।।

यह रुक्ष, लवण रस युक्त, लघु, पित्तनाशक अग्निवर्धक कफनाशक, पथ्य एवं लवण रस युक्त, लघु, कफ नाशक, पथ्य तथा अनेक प्रकार के विकारों को नष्ट करने वाला होता है।

आनूप जल के लक्षण

बह्वम्बु बहुवृक्षच वातश्लेष्मा मयान्वितः।
देशोऽनूप इतिख्यात आनूपं तदभवज्जलं।।

जिस स्थान पर अधिक रूप से जल तथा वृक्ष होते हैं एवं वात तथा कफ संबंधी रोग अधिक होते हों उसे आनूप देश कहा जाता है तथा वहां प्राप्त होने वाले जल को आनूप जल कहते हैं।

आनूप जल के गुण

आनूपं वारि वार्यभिष्यन्दि स्वादु स्निग्धं घनं गुरु।
बन्हिहृदं कफंकृतं हृद्यं विकारान् कुरुते बहून्।।

यह अभिष्यन्दि (नेत्रों के लिए अहितकर), स्वादिष्ट, स्निग्ध, धन, गुरू, अग्नि को नष्ट करने वाला, कफ कारक, हृदय के लिए हितकर एवं बहुत से रोगों को उत्पन्न करने वाला होता है।

साधारण जल के लक्षण

मिश्र चिह्नस्तु यो देश सहि साधारणः स्मृतः।
तस्मिन देशे यदुदकं तत्तु साधारणं स्मृतम्।।

जहां पर जांगल तथा आनूप दोनों ही देशों के चिह्न मिले हुए हों तो उसे साधारण देश तथा वहां के जल को साधारण जल समझना चाहिए।

साधारण जल के गुण

साधारणं तु मधुरमं दीपनं शीतलं लघु :।
तर्पणं रोचनं तृष्णा दाह दोष त्रय प्रणुत।।

यह मधुर रस युक्त, अग्नि दीपक, शीतल, लघु, तृप्ति कारक रोचक, प्यास, दाह तथा त्रिदोष को दूर करने वाला होता है।

भौम जल के अन्य प्रकार से भी दो भेद होते हैं -
नद्या नदस्यावा नीरं नादेयं इति कीर्तितम्।

भौम जल का एक प्रकार नादेय भी है। नादेय का अर्थ होता है नदी का जल।

नादेयं उदकं रुक्षं वातलं लघु दीपनं ।
अभिष्यन्दि विषदं कटुकं कफपितन्वितः।।

नदी का जल रुक्ष, वातजनक, लघु, अग्निदीपक, अभिष्यन्दि, विशद, कटु रस युक्त एवं कफ तथा पित्त को दूर करने वाला होता है।

शीघ्र तथा मन्द गति से बहने के भेद से नदियों के जल में जो गुण भेद होते हैं वे शीघ्र तथा मन्द गति से बहने के कारण अलग-अलग होते हैं।

ऐसी जितनी भी नदियां होती हैं जो शीघ्र गति से बहती हैं उनका जल स्वच्छ तथा लघु होता है तथा मन्द गति से बहने वाली जितनी भी नदियां होती हैं उनका जल सेवा तथा गिरी हुई पत्तियों के कारण स्वच्छ नहीं होता उनका जल भारी तथा अस्वच्छ होता है।

नद्यः शीघ्रवहा लघ्वः सर्वायाश्चामलोदकाः।
गुरुव्यः शैवालसंछन्ना मदंगाः कलुषाश्चया।।
हिमवत्प्रभवा पथ्याः नद्योस्माहृत पाथसा।
गंगा शतद्रु सरयू यमुनाद्यागुणोतमाः।
सह्य शैलभवानद्यो वेणा गोदावरी मुखाः।।
कुर्वन्ति प्रायशः कुष्टमीषकांत कफावहोः।

हिमालय से निकलकर बहने वाली या पत्थरों से टक्कर खाकर बहने वाली, ऐसी गंगा, सतलुज, सरयू, यमुना आदि जो नदियां हैं उनका जल पथ्य या गुण युक्त एवं उत्तम होता है। सह्य पर्वत से निकलकर बहने वाली वेणा, गोदावरी आदि नदियां उन सब का जल प्रायः कुष्ठ रोग को पैदा करने वाला होता है। ये वात एवं कफ को बढ़ाने वाला होता है।

औद्भिद जल

बिदार्य भूमि निम्ना यन्महत्या धारयाम्रवेत।
तत्तोयं औद्भिदं नामं बदन्तीति महर्शयः।।

भौम जल के अन्तर्गत एक प्रकार का जल भी होता है, जिसको औद्‌भिद जल कहते हैं।

औद्‌भिद जल के लक्षण तथा गुण

औद्वदं वारि पितघ्नं विदाह्यतिशीतलं।
प्रीणनं मधुरं वल्यमीशितं वातकर लघु।।

नीची जमीन को फोड़कर जो जल धारा के रूप मे निकलता है उसे औद्‌भिद जल कहते हैं। यह पितनाशक, अविदाही, अतिशीतल, तृप्तिकारक, मधुररस युक्त एवं किंचिद वात कारक तथा लघु होता है।

अंशुदक जल

दिवा रबिकरैंजुष्टं निशि शीतकरांशुभिः।
ज्ञेयं अंशुदकंनामं स्निग्धं दोष त्रयापहम्।।

जिस जल के ऊपर दिन में सूर्य तथा रात्रि में चंद्रमा की किरणें पड़ती हों उसे अंशुदक जल कहते हैं।

अंशुदक जल के गुण

अनभिस्यन्दि निर्दोषमान्तरिक्षं जलोपमम्।
वल्यं रसायनं मेध्यं शीतं लघु सुधा समम्।।

यह जल स्निग्धगुण युक्त, त्रिदोश नाशक, अभिष्यन्दि, निर्दोष, अन्तरिक्ष जल के समान, वातकारक, रसायन, मध्य, मेधा के लिए हितकर, शीतल, लघु तथा अमृत के समान हितकारक होता है।

भिन्न-भिन्न समयों में जल के स्वरूप तथा गुण

पौशेवारि सरोजातं मार्धैत्तुतडागजम्।
फागुन कूप सम्भूतं चैत्रेचौन्च्यंहिर्तैमतम्।।
बैशाखै नैझरंनीरं जेष्टे शस्तं तथौद्‌भिदम्।
आषाडे शस्यते कौपं श्रावणे दिव्यमेवच।।
भाद्रेकौपं पयं शस्तंमाश्विने चौंज्यमेवच।
कार्तिके मार्गशीर्षे च जलमात्रंप्रशस्यते।।

पौष मास में सरोवर का जल, माघ मास में तालाब का जल, फागुन मास में कुएं का जल, चैत्र मास में चौंन्च्य का जल, बैसाख मास में झरने का जल, जेष्ठ मास में ओद्‌भिद जल, आषाढ़ मास में कुएं का जल, श्रावण मास में आकाश का जल, भादौ मास में कुएं का जल, क्वार मास में चौंच्यं का जल, कार्तिक तथा अगहन मास में सम्पूर्ण जल प्रशस्त होता है।

जल ग्रहण करने का समय

भोमानाम्भ्सौ प्रायो ग्रहणं प्रातरिष्यते।
शीतत्वं निर्मलत्वंच यतस्तेषां मतो गुणः।।

सभी प्रकार के जलों को प्रातः काल ही ग्रहण करना चाहिए क्योंकि उस समय जल शीतल तथा निर्मल होता है।

जलपान ग्रहण करने का उचित समय

अत्यम्बुपानान्नविपच्यतेऽन्न निरम्बुपानाच्च स एव दोषा।
तस्मान्नरोवह्नि विवर्धनाय मुहुर्मुहुं वारि पिबेत भूरिम्।।

अधिक जल पीने से अन्न नहीं पचता और कुछ भी जल न पीने से वही अवस्था होती है अतः मनुष्य को चाहिए कि उत्तम स्वास्थ्य के लिए बार-बार थोड़े अन्तराल पर जल पीता रहे।

शीतल जल पीने के योग्य व्यक्ति

मूर्छा, पित्त सम्बन्धी रोग, गर्मी, दाह, विष, रक्त विकार, मदात्यय, श्रम, भ्रमरोग, तमक श्वास, वमन, रक्तपित इन सब रोग वालों के लिए शीतल जल हितकर होता है।

मूर्छा पितोष्णदाहेषु विषे रक्ते मदात्यये।
श्रमे भ्रमे विदग्धेऽन्ने तमकेवमथौयथा।।

शीतल जल किसे नहीं पीना चाहिए

पार्श्वशूले प्रतिश्याये वातरोगे गलग्रहे।
आघ्मानं स्मिते कोष्ठे सद्य शुद्ध नवज्वरे।।
अरुवि ग्रहणी गुल्मंच श्वास कासेषु विद्रधौ।
हिक्कायां स्नेहपानंच शीताम्बु परिवर्जयेत।।

पार्श्व शूल, जुकाम, वात रोग, गलग्रह, अफारा, बद्धकोष्ठ के तत्काल बाद, नवीन ज्वर, अरुचि, ग्रहणी, गुल्म, श्वास, खांसी, विद्रधि, हिचकी, स्नेह पान, इन सब में शीतल जल वर्जित होता है।

किन अवस्थाओं में कम पानी पीना चाहिए

अरोचते प्रतिश्याये मंदाग्नो श्वयथौ क्षये।
मुख प्रसेके जठरे कुष्ठे नेत्रामयेज्वरे।।
व्रणे मधुमेहेच पिवेत पानीयल्पकम्।

अरुचि, जुकाम, मंदाग्नि, शोथ, क्षय, मुख प्रसेक, उदर रोग, कुष्ठ, नेत्र विकार, ज्वर, व्रण, ओर मधुमेह इन रोगों में अल्प जल पीना ही हितकर होता है।

मनुष्य के लिए जलपान की आवश्यकता

जल प्राणियों का जीवन स्वरूप है सम्पूर्ण जगत जलमय है। इसलिए एकदम से ही जल का त्याग नहीं करना चाहिए।

जीवनं जीविनां जीवो जगत सर्वन्तु तन्मयम्।
नातोल्पनिषेधेन कदाचिद् वारिवार्यते।

प्यास का स्वरूप

अत्यन्त प्यास बड़ी भयंकर होती है क्योंकि उससे सद्य प्राण निकल जाते हैं। इसतिए प्राणों को धारण करने का साधन जल अवश्य ही पीते रहना चाहिए।

तृष्णा बलीयसी घोरा सद्य प्राण विनाशिनी।
तस्मादेव तृष्णाऽऽतार्य पानीयं प्राण धारणम्।।

गुणकारी जल के लक्षण

जो जल गन्ध रहित हो तथा जिसका रस पूर्ण रूप से न मालूम पड़ता हो एवं जो शीतल हो तथा शीघ्र ही प्यास को मिटाने वाला हो तथा स्वच्छ लघु तथा हृदय के लिए हितकर हो ऐसे जल को उत्तम समझना चाहिए।

अगन्धं अव्यक्त रसं सुशीतं तर्पनाशनम्।
स्वच्छं लधुंच हृदयंच तोयं गुणवदुच्यते।।

अवगुण दिखाने वाला जल

पिच्छिल कृमिलं किलन्नं पर्ण शैवालकर्दमैः।
विवर्ण बिरसं सान्द्रं दुर्गन्धं न हितं जलम्।।

जो जल पिच्छिल (चिकना), कृमियुक्त, पत्तों तथा सेवार से युक्त एवं कीचड़ से खराब हो गया हो, विकृत वर्ण का हो गया हो, विरस तथा दुर्गन्ध युक्त होता है वह जल हितकारी नहीं होता है।

दूषित जल को स्वच्छ बनाने के उपाय

निन्दितं चापि पानीयं क्वथितं सूर्य तापितम्।
सुवर्ण रजतं लौहमं पाषाणं सिकतामपि।।
भृशं संताप्य निर्वाप्य सप्तधा साधितं तथा।
कर्पूर जाति पुन्नागं पाटलादि सुभाषितम्।
शुचि साद्रं पट स्रावि क्षुद्र जन्तु विर्वजितम्।
स्वच्छ कनकमुक्ताऽधै शस्याद्‌दांषवर्जितम्।।
पर्ण मूल विशग्रन्थि मुक्ता कनक शेवलैः।
गोमेदेन च वस्त्रेण कुर्यादम्बु प्रसादनम्।।

जो जल उक्त प्रकार से निन्दित हो उसे काढ़े की भांति पकाएं। सूर्य की किरणों से गरम करके अथवा सोना, चांदी, लोहा, पत्थर, बालू को खूब गरम करके सात बार उक्त जल में बुझा दें, तदोपरान्त कर्पूर, चमेली का पुष्प सुलतान चम्पा का पुष्प, पाढल आदि के पुष्पों से सुभाषित करके और तब स्वच्छ तथा गाढ़े वस्त्र से छानकर, छोटे-छोटे कृमियों को दूर कर, इस प्रकार से स्वच्छ किए जल को सुवर्ण तथा मोती के द्वारा शुद्ध करके जल स्वच्छ तथा दोष रहित हो जाता है। पत्ते, मूल, कमल, मोती सुवर्ण, मणि, गोमेद मणि या वस्त्र इन सब से जल को स्वच्छ करना चाहिए।

पिये हुए जल के पचने का परिमाण

पीतं जलं जीर्यति यामयुग्माद्यैमेकमात्राच्छुतिशीतलंच।
तर्द्धमात्रेण श्रुतं कदुष्णं पयः प्रपाके त्रय एव काला।

पिया हुआ साधारण जल दोपहर के लगभग दो घंटे में पच जाता है। उबालकर तत्पश्चात् शीतल किया हुआ जल एक पहर लगभग डेढ़ घन्टे में पच जाता है तथा औटाया हुआ किचिंद गरम जल आधा पहर लगभग एक घन्टे में ही पच जाता है।

संपर्क करें :
श्री पी. आर. भट्ट, प्रधानाचार्य
राजकीय इण्टर कालेज हिसरियाखाल
टिहरी (गढ़वाल) मो. : 07579022065
[ई-मेल : prbhatt04@gmail.com]