"षट्कर्माणि"

पातञ्जलयोगसूत्रे शौचमस्ति नियमरूपयोगाङ्गान्तर्गतमेकम् उपाङ्गम्। शौचं बाह्याभ्यन्तरभेदेन द्विविधम्। यद्यपि बाह्यशौचं स्नानादिभिः क्रियते जनैस्तथापि शारीरिकप्रणालीनां शोधनार्थं स्नानादिभ्य अतिरिक्ततया षट्कर्मणामत्यावश्यकता।

(१.) <u>धौतिकर्म</u>

धौतिशब्दस्यार्थोऽस्ति प्रक्षालनम्। अतः शरीरशुद्धिकरणस्य सामान्याप्रक्रिया धौति इत्युच्यते। मुखादारभ्य गुदापर्यन्तमवस्थितायाः अन्ननलिकायाः शुद्धिकरणप्रक्रिया धौति इत्युच्यते। धौतिकर्म अन्तर्धौति-दन्तधौति-हृद्धौति-मूलशोधनमित्यनेन रूपेण चतुर्धा विभक्तः। अयम् अन्तर्धौतिः पुनः वातसार-वारिसार-वह्निसार-बहिष्कृतरूपेण चतुर्धा विभक्तः।

<u>हृद्धौतिः</u> नाम्ना एवावगम्यते यत् धौतिरियं हृदयस्य मलानामपनयनं करोति। हृद्धौतिक्रियायाः प्रकारत्रयं भवति – दण्डधौतिः, वमनधौतिः, वासधौतिश्चेति।

(क) दण्डधौतिः – दण्डधौतिकर्मणः विधिविषये उच्यते यत् कदलीवृक्षस्य अन्तर्भागस्य दण्डं, हरिद्रादण्डम् अथवा वेत्रदण्डं गृहीत्वा तद्दण्डं मुखेन हृदयपर्यन्तं शनैः शनैः प्रापयित्वा हृदये चालयितव्यं तदनन्तरं तद्दण्डं शनैः शनैः निष्कासितव्यम्। दण्डेन क्रियमाणत्वात् अस्याः धौतिक्रियायाः नाम अस्ति दण्डधौतिः। कार्यमिदं भोजनात् पूर्वमेव कर्त्तव्यम्।

त्रिफुट इतिपर्यन्तं दीर्घं षट्मिलिमिटर इति आयतयुक्तं रबड़-इत्यस्य नलिकां गृहीत्वापि कार्यमिदं कर्तुं शक्यते।

Scanned with CamScanner

क्रियेयं करणात् प्रागेव उत्थाय किञ्चिद् अग्रे नम्रीभूय। लवणमिश्रितं किञ्चिदुष्णं जलं पीत्वा रिक्तोदरेण एव दुग्धपान सदृशतया रबड़-इत्यस्य नलिकायाः निगरणं कर्त्तव्यम्। तदनन्तरं वक्षस्थलं चालय रबड़ इत्यस्य नलिकां निष्कास्य समग्रमेव अन्तःस्थितं जलं वमनसदृश-तया निष्कासितव्यम्।

(ख) वमनधौतिः – वमनक्रियया धौतिकर्म क्रियते इति अस्याः क्रियायाः नाम वमनधौतिः। वमनधौतिक्रियायाः लक्षणविषये उच्यते यत् सुधीजनः भोजनानन्तरम् आकण्ठं जलं पीबेत् तदनन्तरं क्षणपर्यन्तम् ऊर्ध्वदृष्टिं कृत्वा पूरितं तज्जलं वमनं कुर्यात् इति। जलमन्तर्भागे अवस्थितो न भवेत्।

प्रातःकाले शौचादिभ्यो निवृत्तो भूत्वा क्रियेयं कर्त्तव्या इति केषाञ्चन मतम्। प्रथमम् एकलिटर-इतिपरिमाणतः सार्द्धैकलिटर-इतिपरिमाणपर्यन्तं किञ्चिदुष्णं जलं पीबेत्। जलं लवणमिश्रितं भवेत्। अधुना तर्जनी-मध्यमा-अनामिकेति अङ्गुलीत्रयं जिह्वामूले प्रवेश्य यावत् पीतं जलं सर्वं न निष्कासितो भवति तावत् वमनं कर्त्तव्यम्।

वमनधौतिक्रियायाः एव अन्यत् रूपमस्ति कुञ्जरक्रिया। परन्तु अत्र एतदेव पार्थक्यमस्ति यत् वमनधौतिक्रियायाम् अवरुद्धय * जलमायाति वमनवेलायां परन्तु कुञ्जरक्रियायां सकृदेव आयाति।

'कुञ्जर' शब्दस्यार्थोऽस्ति गजः। यथा गजः स्वशुण्डेन जलमाकृष्य बहिर्भागे त्यजति तथैव क्रियायामस्यां मुखेन जलं पीत्वा वमनक्रियाया तज्जलं बहिः निष्कास्यते इति अस्याः क्रियायाः नाम कुञ्जरक्रिया अस्ति। तथैव गजवत् कार्यं क्रियते इति अस्या अपर नाम गजकरणी अपि अस्ति।

वमनधौतिक्रिया इव अन्या एका क्रिया अस्ति व्याघ्रक्रिया। यद्यपि वमनधौतिक्रियामेव केचन जनाः व्याघ्रक्रिया इति वदन्ति परन्तु तन्न। यतो हि वमनधौतिक्रिया रिक्तोदरे जलं पीत्वा ~~पर~~ क्रियते परन्तु व्याघ्रक्रियायां जलस्य व्यवहारः न भवति तथा क्रियेयं भोजनानन्तरं घण्टात्रयं घण्टाचतुष्टयं वा पश्चात् क्रियते।

यथा व्याघ्रः मृगयायां सम्प्राप्तेन मांसेन अधिकतया उदरं पूरयति। तदनन्तरं घण्टात्रयं घण्टाचतुष्टयं वा पश्चात् अर्द्धपक्वं तद् भोजनं वमनेन बहिः निष्कासयति तथैव क्रियायामस्यामपि वमनं क्रियते इति अस्याः क्रियायाः नाम व्याघ्रक्रियाः।

इति

Scanned with CamScanner