



Ayurvedidya

A publication of Rashtriya Shikshan Mandal

आयुर्विद्या

Learn about Life



Editor
Shrikant Wagh

Managing Editor
Apoorva Sangoram

पृष्ठे : ३६ मूल्य : ₹ ५०/-

Vol. 90 (No. 2) July 2026

1

Ayurvedidya Masik (ISSN-0378-6463)



आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...



रुमार टॅब्लेट :

सर्व प्रकारच्या संधिवात, आमवात, स्नायूंचे विकार यासाठी हे औषध उपयुक्त. सर्व प्रकारच्या रूमेॅटिक डिजीजेस (Rheumatic Diseases) वर विशेषत्वाने उपयोगी आहे.

व्रणरोपक तेल मलम :

बदलत्या जीवनशैलीनुसार तेलांच्या वापरावर मर्यादा येत आहेत. याचा विचार करून वापरण्यास अतिशय सोपे मलम. पू नसलेल्या तसेच नवीन जखमांसाठी हे मलम उपयुक्त.



व्रणशोधक तेल मलम :

बदलत्या जीवनशैलीनुसार तेलांच्या वापरावर मर्यादा येत आहेत. याचा विचार करून वापरण्यास अतिशय सोपे मलम. जुनाट, भरून न येणाऱ्या जखमांसाठी, दुष्टव्रणांसाठी उपयुक्त.



गुलकंद (प्रवाळ युक्त) :

दाह, उष्णता विकार, उन्हाळ्याचा त्रास टाळण्यासाठी, गोवर व कांजिण्या होऊन गेल्यावर शरीरामधील उष्णता कमी करण्यासाठी.



शास्त्रोक्त व पेटेंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे

GMP Certified Company

फॉर

आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727



CONTENTS

• Editorial : Yoga for Pain	5
- Mihir Hajarnavis, Shrikant Wagh	
• Review : Honey Bees: a social insect	7
- Arvind Mujumdar	
• Review : Availability of Boron in Ayurvedic Compounds	13
- Ashwini Bodade, Indira Ujagare	
• Review : Nirlavana Ahara (Salt-Restricted Diet) and Alternative Dietary Approaches in <i>Kesha Vikara</i>	18
- Radhesh Shahagadkar, Saroj Patil	
• Review : BORON	21
- Arvind Limaye	
• Book Review : Researching Research For Ayurveda - A Journey	25
- Shriram Sheshgir Savrikar	
• Report : RSM' s Tilak Ayurved Mahavidyalaya Pune Department of Swasthavritta evam Yoga 12th International Day of Yoga	28
- Mihir Hajarnavis	
• Report : राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ संचालित 'आयुर्विद्या मासिकाचा' ८९ वा वर्धापन दिन समारंभ	31
- अपूर्वा संगोराम	
• अभिनंदन	30
• Announcement	32
• Guidelines for Authors	33

EDITORS

Shrikant Wagh
Editor

Apoorva Sangoram
Managing Editor

Rashtriya Shikshan Mandal
AYURVIDYA MASIK SAMITI
2025 -2030

Bhalchandra Bhagwat
President

Shrikant Wagh
Editor

Apoorva Sangoram
Secretary

Mukund Sangoram
Member

Abhaychandra Inamdar
Member

Nandkishor Borse
Member

Sangeeta Salvi
Member

Mihir Hajarnavis
Member

Sadanand Deshpande
Member

Sarika Chopde
Member

Aishwarya Ranade
Member

Rashtriya Shikshan Mandal
GOVERNING COUNCIL
2025 -2030

Bhalchandra Bhagwat
President

Atul Kapadi
Vice President

Rajendra Huparikar
Secretary

Prakash Kulkarni
Treasurer

Vijay Doiphode
Member

Dilip Puranik
Member

Mukund Sangoram
Member

Abhyachandra Inamdar
Member

Mandar Ranade
Member

Shrikant Patil
Member

Sangeeta Salvi
Member (Ex-officio)

"AYURVIDYA" Magazine is printed at 50/7/A, Dhayari - Narhe Road, Narhe Gaon,
Tal. - Haveli, Pune - 41 and Published at 583/2, Rasta Peth, Pune 11.

By **Dr. Bhalchandra Bhagwat** on behalf of Rashtriya Shikshan Mandal, 25, Karve Road, Pune 4.

Disclaimer : The views and opinions expressed in the articles are entirely those of respective authors and do not reflect the views of Ayurvedya Masik or Rashtriya Shikshan Mandal.

All legal matters are subject to Pune Division only.



आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...



कुंभजतु :

शरीरातील चरबीचे नियंत्रण करण्यासाठी उपयोगी.

वर्माल :

लहान मुलांमधील जंत, अजीर्ण, अन्नपचन व्यवस्थित न होणे अशा तक्रारींवर उपयुक्त, जंत होण्याची प्रवृत्ती नष्ट होते, मोठ्या माणसांमध्येही वरील कारणांसाठी उपयुक्त.



रक्तवर्धक अवलेह :

रक्ताल्पता, दौर्बल्या यामध्ये उपयुक्त.
बल्य रसायन, धातूवर्धक म्हणून उपयुक्त.

बालजीवन :

लहान मुलांना नेहमी द्यावे, भूक वाढते, पचन चांगले होते, अनुलोमक, बल व स्वास्थ्य टिकवणारे व वाढविणारे. शरीर अवयवांच्या सुनियंत्रित वाढीसाठी.



शास्त्रोक्त व पेटेंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे

GMP Certified Company

फॉर

आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727



Registered : Posting at PSO, Pune GPO - 411001

Posted & Published on 10 / 07 / 2026

RNI Registration No. MAH MAR - M / 1968 / 14635

This magazine is printed at Unique Offset, 50/7/A, Dhayari-Narhe Road, Narhe Gaon, Tal. Haveli, Pune-41 by Dinesh Dhadphale and published at 583/2, Rasta Peth, Pune - 11 by Dr. B. K. Bhagwat on behalf of Rashtriya Shikahan Mandal, 25, Karve Road, Pune - 4. Editor : Shrikant Wagh



आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...

बाळंत काढा नं. १ : प्रसूतीनंतर गर्भाशय मूळ स्थितीमध्ये येण्यासाठी, पोट दुखणे, अंग गरम होणे, प्रसूतीच्या वेळी झालेल्या जखमांमध्ये जंतू प्रादूर्भाव न होऊन पून होण्यासाठी. प्रसूतीनंतर (बाळंतपणानंतर) पहिल्या १० दिवसांपर्यंत. गर्भाशय शुद्धीसाठी. यामुळे प्रसूतीनंतरचे विविध त्रास टळतात.

बाळंत काढा नं. २ : प्रसूतीनंतर (बाळंतपणानंतर) १० दिवसांनंतर १ महिना होईपर्यंत उपयुक्त, प्रसूत स्त्रीची भूक वाढवते, पचन सुधारते, स्तन्यशोधक, स्तन्यजननामुळे बालकाचे पोषण उत्तम होते.

बाळंत काढा नं. ३ : प्रसूतीनंतर (बाळंतपणानंतर) १ महिन्यानंतर पुढील २ महिने, शरीरास मूळ प्राकृत स्थितीमध्ये आणते. जननसंस्थेला बळकटी देते. ताकद वाढविते.

कॅल्सिप्राल के टॅबलेट : शरीराला आवश्यक कॅल्शियम मिळण्याचे उत्तम स्रोत, कॅल्शियमच्या कमतरतेमुळे उत्पन्न सर्व प्रकारच्या विकारांवर उपयुक्त. वाढीच्या वयामध्ये मुलांसाठी उपयुक्त, केस गळणे कमी करते.



शास्त्रोक्त व पेटेंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे

GMP Certified Company

फॉर

आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727

