त्राटकम्

त्राटकविधिविषये उच्यते यत् अश्रुपतनात् पूर्वक्षणपर्यन्तं निमेषोन्मेषकं त्यक्त्वा यत् सूक्ष्मनिरीक्षणं क्रियते तदेव निरीक्षणकार्यं बुधजनैः त्राटकनाम्ना अभिधीयते। तन्निरीक्षणकार्यं समाहितमनसा कार्यम्। त्राटकाभ्यासात् पूर्वं प्रातःकाले शनैः शनैः वामभागे, दक्षिणभागे, ऊर्ध्वभागे, अधोभागे च नेत्रसञ्चालनाभ्यासः करणीयः यस्मात् नेत्रनाडीषु दृढता आयाति परिणामतः नेत्रसञ्चालनानन्तरं कृतेन त्राटकाभ्यासेन नेत्रहानिर्न भवति।

त्राटकस्य प्रकारत्रयमुपलभ्यते। तद्यथा –

(क) बाह्यत्राटकम्– चन्द्र-प्रकाशितनक्षत्र-इत्यादिषु दूरवर्ती-लक्ष्येषु दृष्ट्योः स्थिरीकरणमेव बाह्यत्राटकमित्यभिधीयते। परन्तु बाह्यत्राटकं समीपस्थप्रतिमायाम् अथवा सूर्ये न कर्त्तव्यम्।

(ख) आभ्यन्तरत्राटकम्– भ्रूमध्ये नासिकाग्रभागे वा दृष्ट्योः स्थिरीकरणमाभ्यन्तर-त्राटकमित्युच्यते। परन्तु भ्रूमध्ये अधिकसमयपर्यन्तं न द्रष्टव्यम्।

(ग) मध्यत्राटकम्– श्वेतभित्तिकायां स्थिते श्यामचिह्ने, कर्गदखण्डे श्यामलेखन्या लिखिते ॐ इत्यस्मिन् बिन्दुनि-इत्यादिषु समीपवर्तिलक्ष्येषु दृष्ट्योः स्थिरीकरणमेव मध्यत्राटकमित्युच्यते।

Scanned with CamScanner

त्राटकानन्तरमश्रुसम्पाते सति अक्षिपीडिते सति क्षणानन्तरं प्रत्यग्रे जले मुखं शिरः वा अवगाह्य मुखे जलं प्रपूर्य चक्षु-द्वयं पात्रे उन्मीलन-निमीलनं कर्त्तव्यम्। तदनन्तरं गुलाबजल-इत्यनेन त्रिफला-इत्यस्य जलेन वा चक्षुद्वयं प्रक्षालितव्यम्। तथा त्राटकाभ्यासकाले सर्वदैव जलनेतिक्रिया कर्त्तव्या। एतदवधेयमस्ति यत् अश्रुसम्पातानन्तरं तस्मिन्नेव दिवसे पुनः त्राटकं न कर्त्तव्यम्।

इति