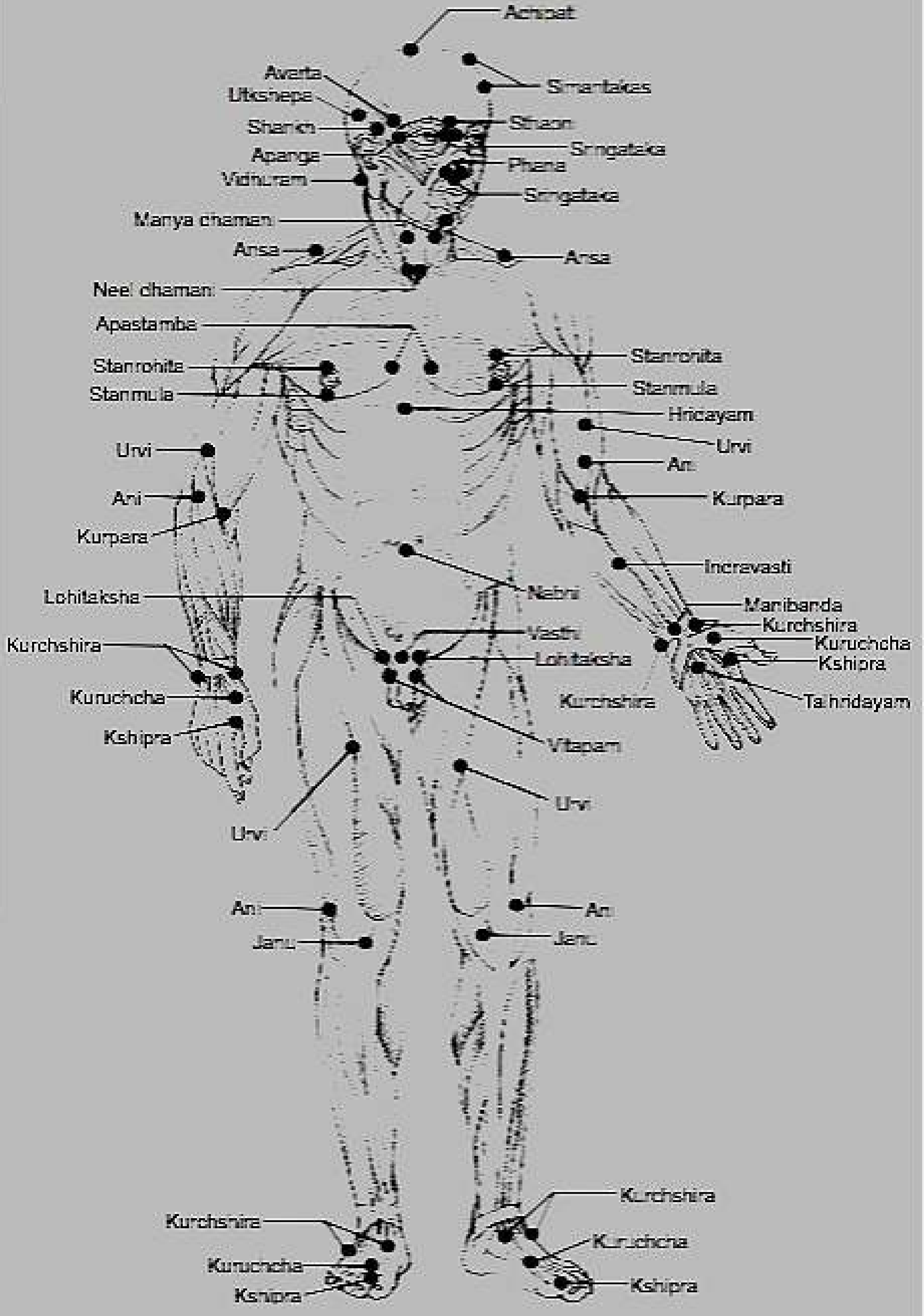

Adhipati
Simantakas
Avarta
Utkshepa
Shankh
Sthapni
Apanga
Sringataka
Phana
Vidhuram
Sringataka
Manya chaman
Ansa
Ansa
Neel chaman
Apastamba
Stanrohita
Stanrohita
Stanmula
Stanmula
Hridayam
Urvi
Urvi
Ani
Ani
Kurpara
Kurpara
Indravasti
Nabhi
Lohitaksha
Manibanda
Kurchshira
Kurchshira
Kuruchcha
Vasthi
Lohitaksha
Kshipra
Kuruchcha
Kurchshira
Talhridayam
Kshipra
Vitapam
Urvi
Urvi
Ani
Ani
Janu
Janu
Kurchshira
Kurchshira
Kuruchcha
Kuruchcha
Kshipra
Kshipra

# * Marma Shaarira

→ In the body there are some specific points or place injury to these can cause sudden Death, Pain or disability.

→ Marmas should be Protected during the surgical Procedures.

→ Sushruta has explained 107 types of Marma while Charaka has described only 3 types.

• **Definition of Marma**

मर्माणि नाम मांस - सिरा - स्नायु - अस्थि - सन्धि
(combination) सन्निपाता:, तेषु स्वभावत एव विशेषेण
प्राणास्तिष्ठन्ति ।

(Su. Sha. 6/15)

→ Marma can be defined as the anatomical site where there in confluence of मांस, सिरा, स्नायु, अस्थि and सन्धि

→ प्राण (life) dwells at these sites and also they are very important.

• **12 प्राणस् of Shaarira**

अग्नि: सोमो वायु: सत्त्वं रज तम: ।
~~पञ्चे~~ पञ्चेन्द्रियाणि भूतात्म इति प्राणा: ॥

(Su. Sha. 4/3)

→ There is a 12 Pranas of Shaarira.

## 10 प्राणायतना

दश प्राणायतनानि , तद्यथा - मूर्धा , कण्ठः , हृदयं , नाभि गुदं , बस्तिः ओजः , शुक्रं , शोणितं , मांसं इति । तेषु पूर्वाणि मर्म संख्यातानी ॥

(Cha. Su. 7/9)

→ There are 10 Pranayatanas.

→ मूर्धा - कण्ठ - हृदयं - नाभि - गुदं - बस्ति

first six are मर्म

ओज - शुक्रं - शोणितं - मांस

## Numbers and Place of Marma –

सप्त उत्तरं मर्मशतम् । तानी मर्माणी पञ्चात्मकानी भवन्ति : तद्यथा - मांसमर्माणी , सिरामर्माणी , स्नायुमर्माणी , अस्थिमर्माणी सन्धिमर्माणी च इति । न खलु मांस सिरा स्नायु अस्थि सन्धिभ्य अतिरेक अन्यानी मर्माणि भवन्ति । यस्मान्नोपलभ्यन्ते

(Su. Sha. 6/3)

→ Human body 107 मर्म are present. there are 5 types.

i) Mamsa
ii) Shira
iii) Snayu
iv) Asthi
v) Sandhi

→ * Marmas are not found in these five place.

Date
Page

- तत्र एकादश मांस मर्माणि ।
एक चत्वारिंशत् सिरा मर्माणि ।
सप्त विंशति : स्नायु मर्माणि ।
अष्टाव अस्थि मर्माणि ।
विंशति सन्धि मर्माणि च इति ।
तद एतत्
सप्त उत्तरं (Su.Sha. 6/4)
मर्म शतम् ॥

11 मर्म in मांस
41 मर्म in सिरा
27 मर्म in स्नायु
08 मर्म in अस्थि
20 मर्म in सन्धि

107 मर्म in शरीर

- तेषाम एकादश कस्मिन् सक्थिन भवन्ति, एतेन एतर सक्थि - बाहु च व्याख्याताौ, उदर उरसो द्वादश, चतुर्दश पृष्ठे, ग्रीवां प्रति उर्ध्वं सप्त त्रिंशत् ॥

(Su. Sha. 6/5)

→ 11 मर्म in Each सक्थि ⟶ 2 Leg 11 x 2
2 Arm 11 x 2
44

→ 12 in उदर & उरस (abdomin and Thorax)
→ 14 in पृष्ठ (back Region)
→ 37 in ग्रीवा or प्रति उर्ध्वं of ग्रीवा (Head and Neck)

i) सक्थि मर्म – or शाखागत् मर्म

तत्र सक्थि मर्माणि क्षिप्र - तलहृदय - कुर्च - कुर्चशिर गुल्फ - इन्द्रवस्ति - जानु - आणि - उर्वी - लोहिताक्ष एवं - विटप च इति । एतेनेतर् सक्थि व्याख्यातम् ।

(Su. Sha. 6/6)

उभयत : – दोनों Side
(Bilateral)

1) क्षिप्र (02) :- पादस्य अङ्गुष्ठा , अङ्गुल्य मध्ये क्षिप्रं नाम मर्म , तत्र विद्धस्य आक्षेपका एव मरणं ।

→ b/w the toe and Near By Finger.
→ 1/2 Angula Pramana.
→ Types of स्नायु
→ कालान्तर मर्म
→ आक्षेपक ⟶ मरणं

2) तलहृदय (02) :- मध्यम अङ्गुली अनुपूर्वेण मध्ये पाद तलस्य तलहृदयं नाम , तत्र रुजाभि मरणं ।

→ In mid of middle line finger and Padatala.
→ 1/2 Angula Pramana.
→ Types of मांस।
→ कालान्तर मर्म
→ रुजा (Pain) ⟶ Death.

3) कूर्च (02) :- क्षिप्रस्य उपरिष्टात् उभयतः कूर्चो नाम , तत्र पादस्य भ्रमणवेपने भवतः

→ At the interval of 2 Angula to क्षिप्र
→ 4 Angula Pramana
→ Types of Snayu
→ वैकल्यकरण मर्म
→ पाद unstable & oblique.

4) कूर्च शिर (02) :- गुल्फ सन्धेरधः उभयतः , कूर्चशिरः तत्र रुजा शोफो ।

→ bilateral of गुल्फ Sandhi
→ रुजा (Pain) & शोफो (सूजन) (गुल्फ सन्धे अधः)

[स्तब्धता :- loss of movement]

Date
Page

5) गुल्फ (02) :- पाद जङ्घयो : सन्धाने गुल्फ:, तत्र रुजः स्तब्ध पादता खञ्जता वा

→ At the sandhi of पाद (foot) & जंघा (Leg)
→ Pain, स्तब्धता, खञ्ज (लंगड़ापन)

6) इन्द्रवस्ति मर्म (02) :- पार्ष्णि प्रति जङ्घा मध्ये इन्द्रबस्ति:, तत्र शोणित क्षयेण मरणं

→ upward of Parshni and Middle of Jangha
→ Rakta Kshaya → Death

7) जानु (02) :- जङ्घोर्वो: उरु: सन्धाने जानु, तत्र खञ्जता: ।

→ Jangha and urhu sandhi [Joint of (Leg & thigh)]
→ Langdapana (Lameness)

8) आणि (02) :- जानुन ऊर्ध्वम् उभयत त्रय अंगुलम् आणि, तत्र शोफाभिवृद्धि: स्तब्ध सक्थिता च ।

→ urdha to Janu at the interval of 3 Angula.
→ Shotha (swelling) सोज, Sakthi, Stabdhata [loss of movement of limb]

9) उर्वी मर्म (02) :- उरु मध्ये उर्वी, तत्र शोणित क्षयात सक्थि शोष: ।

→ urhu Madhya.
→ शोणित क्षय, सक्थि Stabdhata.

10) लोहित अक्ष (02) :- ऊर्व्यां ऊर्ध्वम्, अधो वङ्क्षण सन्धे मूले उरु मूले लोहिताक्षं, तत्र लोहित-क्षयेण मरणं पक्षाघातो वा: ।

→ ऊर्ध्व to उर्वी मर्म, अधो to वंक्षण संधो and मूल of ऊरू:
→ Lohita Ksheya → Mrityu
Pakshaghata (Paralysis)

Inguinal fold
11) विटप मर्म :- वंक्षण वृषणयोर अन्तरे (मध्ये)
(02) विटपं, तत्र षाण्ढ्यम अल्पशुक्रता वा भवन्ति।
→ In mid of Vaksha & Vrishana.
→ षाण्ढ्य (नपुंसकता), less Shukrata (oligospermia)

| | Name | प्रमाण | Type | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | क्षिप्र | 1/2 अंगुली | स्नायु | कालान्तर |
| 2. | तलहृदय | 1/2 अंगुली | मांस | कालान्तर |
| 3. | कूर्च | 4 अंगुली | स्नायु | वैकल्यकरण |
| 4. | कूर्च शिर | 1 अंगुली | स्नायु | रुजाहर |
| 5. | गुल्फ | 2 अंगुली | सन्धि | रुजाहर |
| 6. | इन्द्रवस्ति | 1/2 अंगुली | मांस | कालान्तर |
| 7. | जानु | 3 अंगुली | सन्धि | वैकल्यकरण |
| 8. | आणि | 1/2 अंगुली | स्नायु | वैकल्यकरण |
| 9. | उर्वी | 1 अंगुली | सिरा | वैकल्यकर |
| 10. | लोहित | 1/2 अंगुली | सिरा | वैकल्यकर |
| 11. | विटप | 1 अंगुली | स्नायु | वैकल्यकर |

• बाहुमर्माणि तु क्षिप्र - तलहृदय - कूर्च - कूर्चशिर - मणिबन्ध - इन्द्रबस्ति - कूर्पर - आणि - उर्वी - लोहिताक्षं कक्षधरं च इति ॥

ii) बाहुमर्म —

एतेन एतर सक्थि बाहु च व्याख्यातौ । विशेषतस्तु यानि सक्थिन - गुल्फ - जानु - विटपानि , तानि बाहौ - मणिबन्ध - कूर्पर - कक्ष इशाणि

5) मणिबन्ध :- मूल भाग हस्त । मणिबन्धे कुण्ठता ।

→ Mula भाग of Hasta.
→ कुण्ठता (Hand movement stopped)

7) कूर्पर :- कूर्पराख्ये कुणि: ।

→ At this joint of Prakoshtha and Pragand. (fore arm) [bahu (arm)]
→ Bahu mid sankocha.

Axillary fold

11) कक्षधरे :- कक्षधरे पक्षाघात: ।
वक्ष: कक्षयो मध्ये कक्षधरं ।

→ In mid of Vaksha & kaksha (shoulder)
→ Pakshaghata. (thorax)

| | Name | प्रमाण | Type | |
|---|---|---|---|---|
| 5. | मणिबन्ध | 2 अंगुलि | सन्धि | रुजाकर |
| 7. | कूर्पर | 3 अंगुलि | सन्धि | वैकल्यकर |
| 11. | कक्षधर | 1 अंगुलि | स्नायु | वैकल्यकर |

[ व्रणावृते ⟶ थामडी फाटवी
अश्मरी ⟶ पथरी ]

Date ______
Page ______

## ii) उदर & उरस मर्म _

उदर उरसो गुद - बस्ति - नाभि - हृदय - स्तनमूल - स्तन रोहित - अपलाप - अपस्तम्भौ इति ।

(निकाल थवा)

1) गुद मर्म :- तत्र वात वर्चो निरसनं स्थूलान्त्र (01) प्रतिबद्धं गुदं नाम मर्म, तत्र सद्योमरणं

→ Related with Sthulantra. (वर्चों → मल)
→ Sudden death.

2) बस्ति मर्म :- अल्प मांस शोणितो अभ्यन्तरतः कट्यां (01) मूत्राशयो बस्ति:, तत्रापि सद्योमरणम अश्मरी व्रणावृते, तत्रापि उभयतो भिन्ने न जीवति, एकतो भिन्ने मूत्रस्रावी व्रणो भवति, स तु यत्नेन उपक्रान्तो रोहति : ।

[कटि ↓ Lower back] नो अंदर ज्यां ओछुं मांस अने शोणित होय ते मूत्राशय नुं आशय स्थान.

→ Mutrashaya is Basti.
→ Sudden Death, अश्मरी व्रण in both ~~[illegible]~~ causes death. अश्मरी vrana leads to मूत्र sravi vrana
↓
curable on treatment.

3) नाभि मर्म :- पक्वाशय - आमाशय मध्ये सिराप्रभवा (01) नाभि:, तत्रापि सद्यो मरणं ।

→ In b/w Pakvashaya & Aamashaya or sira origin place.
→ Sudden death.

Date ______
Page ______

4. हृदय मर्म :- स्तनयोः मध्यम अधिष्ठाय उरस्य
(01) आमाशय द्वारं, सत्व - रज - तम
अधिष्ठानं हृदयं, तत्रापि सद्य एव
मरणं ।

→ In b/w both ~~स्तन्य~~ स्तन्य and near to आमाशय द्वार. Place of सत्व / रज / तम
→ Sudden Death.

5. स्तन मूलं :- स्तनयोर अधः स्तात् द्वय अंगुलम्
(02) उभयत: स्तनमूले. तत्र कफ पूर्ण
कोष्ठतया (कास श्वासाभ्यां) म्रियते;

→ Adho to Stana at the interval of 2 Angula.
→ कोष्ठ fill with कफ, Death due to श्वास - कास

6. स्तन रोहित :- स्तन चूचुकयोर ऊर्ध्वं द्वय अंगुलम
(02) उभयत: स्तनरोहितौ; लोहित पूर्ण
कोष्ठतया कास श्वासाभ्यां च म्रियते ।

→ ऊर्ध्व to Stana chuchuka at the interval of 2 Angula.
→ कोष्ठ fill with Rakta, Death due to श्वास - कास

7. अपलाप मर्म :- ~~अंसकूट~~ अंसकूटतया: - धार अधस्तात पार्श्व उपरि
(02) भागयो अपलापौ नाम, तत्र रक्तेन
पूयभावं गतेन मरणं ।

[Scapula का Process
नीचे. Laterally upward]

→ अधः to पार्श्व - उपरी Place of Scapula.
→ रक्त - पूय ⟶ Death
  ↳ formation of पूय (रसी) in Rakta.
[PUS]

8.) अपस्तम्भ मर्म :- उभयत्र उरसो नाड्यौ वातवहे (02) अपस्तम्भौ नाम, तत्र वातपूर्णं कोष्ठतया कास श्वासाभ्यां च मरणम्

→ In उरः उभये 02 वातवह नाडी

→ कोष्ठ fill with Vata leading death due to श्वास - कास.

| | Name | Region | प्रमाण | Type | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | गुदा | उदर | 4 अंगुलि | मांस | सद्य प्राणहर |
| 2. | बस्ति | | 4 अंगुलि | स्नायु | सद्य प्राणहर |
| 3. | नाभि | | 4 अंगुलि | सिरा | सद्य प्राणहर |
| 4. | हृदय | | 4 अंगुलि | सिरा | सद्य प्राणहर |
| 5. | स्तन मूल | उरः | 2 अंगुलि | सिरा | कालान्तर |
| 6. | स्तन रोहित | | 1/2 अंगुलि | मांस | कालान्तर |
| 7. | अपलाप | | 1/2 अंगुलि | सिरा | कालान्तर |
| 8. | अपस्तम्भ | | 1/2 अंगुलि | सिरा | कालान्तर |

एवम् एतान्य उदर - उरसो द्वादश मर्माणि व्याख्यातानि ।

• जङ्घा :- foot

• जघन :- Pubic (Hip bone Part)

Date ______
Page ______

## iii) पृष्ठ मर्म —

अत ऊर्ध्वं पृष्ठ मर्माणि व्याख्यास्याम :

पृष्ठ मर्माणि तु कटिकतरुण - कुकुन्दर - नितम्ब - पार्श्वसन्धि - बृहती - अंसफलक - अंस च इति ।

1) कटिक-तरुण मर्म :- तत्र पृष्ठ वंशम उभयत: प्रति श्रोणिकाण्डम अस्थिनी कटिक तरुणे, तत्र शोणित क्षयात् पाण्डु विवर्णो हीनरूपश्च म्रियते

(02)

→ on both side of पृष्ठ वंशम (→ vertebral column) in Asthi of श्रोणि काण्डम् (iliac crest)

→ Pandu vivarna due to Rakta kshay

→ Hinrupa (looses of beauty) → Death

2) कुकुन्दर मर्म :- पार्श्वयो जघन बहिर्भागे पृष्ठ वंशम उभयतो कुकुन्दरे, तत्र स्पर्श अज्ञान अधः काये चेष्टा उपघातश्च:

(02)

→ on both side of पृष्ठ वंशम in पार्श्व, Jaghana Bahya.

→ स्पर्श अज्ञान and चेष्टा नाश in lower Part of Body.

3) नितम्ब मर्म :- श्रोणिकाण्डयो : उपरि आशया - आच्छादनौ पार्श्वान्तरप्रतिबद्धौ नितम्बौ नाम मर्म, तत्र अध कायशोषो दौर्बल्याच्च मरणम् ।

• पार्श्वान्तर प्रतिबद्धौ - Peritoneum Cover (अन्य भाग)

• आशयाच्छादनौ - Peritoneum cover

• अधकाय शोषो - नीचे नुं शरीर भाग

(iliac crest)

→ above the mid portion of Hip bone, connects the flanks (पार्श्व) to Median plane (अन्तर) and covers the आशय (Peritoneum)

~~→ Adherive to Abdom Komalay in b/w both Parshva~~

→ Shosha and Daurbalya in the lower part of body.

अधः पार्श्वान्तर प्रतिबद्धौ -

4) पार्श्व सन्धि :- अधन पार्श्व मध्ययो स्तिर्यग् ऊर्ध्वं च अधनात् पार्श्वसन्धी, तत्र लोहित पूर्ण कोष्ठतया म्रियते

(02)

lower part of the flank in b/w the अधन and flank obliquity above the Hip

→ In Adhobhag located in mid Parshva Jaghana Parshva mid & oblique.

→ कोष्ठ Filled with Rakta → death

5) बृहती मर्म :- स्तनमूलादृजु उभयत: पृष्ठवंशस्य बृहती, तत्र शोणित अति प्रवृत्ति निमित्तै उपद्रवै म्रियते।

(02)

triangular of osculation

→ In the line of स्तनमूलं on both side of पृष्ठवंशस्य

→ Excessive Raktasrava → Death

6) अंसफलक मर्म :- पृष्ठ उपरि पृष्ठवंशम उभयत त्रिक संबद्धे अंसफलके, तत्र बाह्वोः स्वापशोषौ;

(02)

~~Related to उभय trik of पृष्ठवंश upper side of पृष्ठ.~~

~~बाहु (bahu) Sunnata~~
~~bahu shosha~~

→ upper part of back and both side of vertebral column, near to trik (meeting place of Neck and two shoulder)

→ Bahu svap :- loss of tactile sensation
Bahu Sosa :- wasing of upper limb

7) अंस मर्म :- बाहुमूर्ध ग्रीवा मध्ये अंसपीठ स्कन्ध - बन्धनौ अंसौ, तत्र स्तब्ध बाहुता :

(02)

→ In mid of बाहुमूर्ध (कन्धा) & ग्रीवा अंसपीठ and स्कन्ध - बन्धन

→ Stabdhuta, Bahuta (frozen shoulder)

→ Junction of Arm, Head and Neck, bind the अंसपीठ and shoulder

| | Name | प्रमाण | Type | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | कटिक तरुण | ↑ | अस्थि | कालान्तर |
| 2. | कुकुन्दर | | सन्धि | वैकल्यकार |
| 3. | नितम्ब | अंगुलि | अस्थि | कालान्तर |
| 4. | पार्श्व सन्धि | | सिरा | कालान्तर |
| 5. | बस्ति | | सिरा | कालान्तर |
| 6. | अंसफलक | ½ ↑ | अस्थि | वैकल्यकार |
| 7. | अंस | ↓ | स्नायु | वैकल्यकार |

एवम एतानि चतुर्दश पृष्ठ मर्माणि व्याख्यातानि ।

iv) ऊर्ध्व जत्रु गत मर्म ०४१. ग्रीवा / ग्रीवा प्रति ऊर्ध्व मर्म ____

जत्रुण ऊर्ध्व चतस्त्रो धमनियाँ - अष्टौ मातृका - द्वे कृकाटिका द्वे विधुर - द्वे फण - द्वे अपाङ्ग - द्वे आवर्तौ - द्वे उत्क्षेप - द्वे शंख - एक स्थपनी - पंच सीमन्त - चत्वारि श्रृङ्गाटक - एक अधिपतिर इति ।

1) चार धमनियाँ :- तत्र कण्ठ नाडिम् उभयतः चतस्त्रो धमन्यो द्वे नीले द्वे च मन्ये व्यत्यासेन, तत्र मूकता, स्वरवैकृतो अरसग्राहिता च ।

→ Neela & Manya - on both side of कण्ठनाडि
→ Muka, Svara vikar, Arasagrahita.

2) मातृका & सिरामातृक :- ग्रीवायाम् उभयत चतस्त्रो सिरा मातृक :, तत्र सद्योमरणं ।

→ on both side of greeva
→ Sudden death.

3) कृकाटिक मर्म :- शिरो ग्रीवयो : सन्धाने कृकाटिके, तत्र चलमूर्धता ।

Instability of Head with abnormal incontrolled movement
→ At the sandhi of Shira and Greeva.
→ Shira kampa & calamurdhata

4) विधुर :- कर्ण पृष्ठतो अधः संश्रिते विधुरे, तत्र बाधिर्यं ।

→ Behind the कर्ण, Adhobhaga
→ Karna ~~[illegible]~~ Badhirya (deafness)

Date
Page

5) फण मर्म :- घ्राण मार्गम उभयत: स्रोतो मार्ग प्रतिबद्धे अभ्यन्तरत: फणे, तत्र गन्ध अज्ञानं ।

→ Internal to घ्राणमार्ग Related with Sroto marga (स्रोतोमार्ग)
→ gandha Nasha.

6) अपाङ्ग मर्म :- भ्रुपुच्छ अन्तयो अधो अक्ष्णो बाह्यतो अपाङ्गे, तत्र अन्ध्यं दृष्टी उपघातो वा ।

→ outer side of Netra भ्रुपुच्छ and Adho
→ Andhata (blindness), drsthi upaghata (refractive error)

7) आवर्त मर्म :- भ्रुव (भ्रुवो) उपरि निम्नयोर (निम्नयो) आवर्तो नाम, तत्र आप्य अन्ध्यं दृष्टी उपघातो वा ।

→ Urdhva to Bhru deeper part
→ Andhata (blindness), drsthi upghata.

8) शंख मर्म :- भ्रुव अन्त च उपरि कर्ण ललाटयो मध्ये शङ्खौ, तत्र सद्योमरणं

→ Urdhva to अन्त (end) of Bhru and in mid of ललाट
→ Sudden death.

9. उत्क्षेप मर्म :- शङ्खय उपरि केशान्त उत्क्षेपौ, तत्र सशल्यो जीवेत् पाकात् पतित शल्यो वा न उद्धृतशल्य:

→ Urdhava to Shankha in Keshantara part.

→ When Shalya is Present in the Marma man is alive. If it is removed or remove after Paka or forcefully it causes death.

10) स्थपनी मर्म :- भ्रुव मध्ये स्थपनि, तत्र उत्क्षेपवत्

→ b/w the two eye brows.
→ When Shalya is Present in the Marma man is alive. If it is Removed or Remove after Paka or forcefully it cause death.

11) सीमन्त मर्म :- पञ्च सन्धयः शिरसि विभक्ताः सीमन्ता नाम, तत्र उन्माद, - भय - चिंता - नाश मरणं

→ 5 Sandhi located in Shira.
→ Unmada, Bhaya, Chitta, Nasha, Mritiyu (Death)

12) श्रृङ्गाटक मर्म :- घ्राण - श्रोत्र - अक्षि - जिह्वा संतर्पणिनां सिराणां मध्ये सिरासन्निपाताः श्रृङ्गाटकानि, तानि चत्वारि मर्माणि तत्रापि सद्यो मरणं ।

→ In the Junction of Ghrana, Shrotra, Netra & Jihva - Shira that Nurishes it (संतर्पणिनां)
→ Sudden death.

13) अधिपति मर्म :- मस्तक अभ्यन्तर उपरिष्ठात सिरा-सन्धि सन्निपातो रोम आवर्तो अधिपति : तत्रापि सद्य एव ।

→ upper part of मस्तकाभ्यन्तर ( In side the cranial cavity)
at the सन्निपात of सिरा-सन्धि
→ extremely is corresponds to रोमावर्तो (whorl of hair)
→ death in 7 days.

2 Neela
2 Manya

| | Name | प्रमाण | Type | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | धमनिया | 4 अंगुलि | सिरा | वैकल्पकरण |
| 2. | सिरा मातृका | 4 अंगुलि | सिरा | सद्य : प्राणहर |
| 3. | कृकाटिका | 1/2 अंगुलि | सन्धि | वैकल्पकरण |
| 4. | विधुर | 1/2 अंगुलि | स्नायु | वैकल्पकरण |
| 5. | फण | 4 अंगुलि | सिरा | वैकल्प करण |
| 6. | अपाङ्ग | 1/2 अंगुलि | सिरा | वैकल्प करण |
| 7. | आवर्तो | 1/2 अंगुलि | सन्धि | वैकल्पकरण |
| 8. | शंङ्ख | 1/2 अंगुलि | अस्थि | सद्य : प्राणहर |
| 9. | उत्क्षेप | 1/2 अंगुलि | स्नायु | विशल्यघ्नानि |
| 10. | स्थपनी | 1/2 अंगुलि | सिरा | विशल्यघ्नानि |
| 11. | सीमन्त | 4 अंगुलि | सन्धि | कालान्तर |
| 12. | शृङ्गाटक | 4 अंगुलि | सिरा | सद्य : प्राणहर |
| 13. | अधिपति | 1/2 अंगुलि | सन्धि | अधिपति |

* मांस मर्म :- तत्र तलहृदय - इन्द्रबस्ति - गुद - स्तनरोहितानि मांस मर्माणि ।

* सिरा मर्म :- नील धमनी - मातृका - शृङ्गाटक - अपांग - स्थपनी - फण - स्तनमूल - अपलाप - अपस्तम्भ - हृदय - नाभि - पार्श्वसन्धि - बृहती - लोहिताक्ष एवं ऊर्वी: सिरामर्माणि ।

* स्नायु मर्म :- आणि - विटप - कक्षधर - कूर्च - कूर्चशिर - बस्ति - क्षिप्र - अंस - विधुर तथा उत्क्षेपा: स्नायुमर्माणि ।

* अस्थि मर्म :- कटीक तरुण - नितम्ब - अंसफलक तथा शङ्ख अस्थि मर्माणि ।

* सन्धि मर्म :- कूर्पर - सीमन्त - अधिपति - गुल्फ - मणिबन्ध - कुकुन्दर - आवर्त एवं कृकाटिका सन्धि मर्माणि । च इति

(Su.Sha 6/7)

Date ______
Page ______

# * Classification of Marma

तान्य एतानि पञ्चविकल्पानि भवन्ति ; तद्यथा सद्यः प्राणहराणि कालान्तर प्राणहराणि , विशल्यघ्नानि , वैकल्यकराणि , रुजाकराणि च इति ।

→ 5 Types of Marma

i) सद्यः प्राणहराणि मर्म (19)
ii) कालान्तर प्राणहराणि मर्म (33)
iii) विशल्यघ्नानि मर्म (03)
iv) वैकल्यकराणि मर्म (44)
v) रुजाकराणि मर्म (08)

तत्र सद्यः प्राणहराणि एकोनविंशति , कालान्तर प्राणहराणि त्रयस्त्रिंशत् , त्रीणी विशल्यघ्नानि , चतुश्चत्वारिंशद् वैकल्यकराणि , अष्टौ रुजाकराणीति ॥

(Su. Sha 6/8)

## i) सद्यः प्राणहराणि मर्म — (19)

• शृङ्गाटक अधिपति : शङ्खौ कण्ठसिरा गुदम् ।
हृदयं बस्ति नाभि च घ्नान्ति सद्यो हतानि तु ॥

(Su. Sha 6/9)

→ शृङ्गाटक - 04
अधिपति - 01
शङ्खौ - 02
कण्ठसिरा (मातृका) - 08
गुदम् - 01
हृदय - 01
बस्ति - 01
नाभि - 01

Date ______
Page ______

- इन्द्रियार्थेष्व असंप्राप्ति मनो बुद्धि विपर्यय: ।
कम्पश्च विविधास्तीव्रा भवन्त्य आयुहरे हते ॥
(Su. Sha. 6 / 9)

→ सद्यः प्राणहर मर्म also called आयुहर मर्म
→ असंप्राप्ति of इन्द्रियार्थेष्व :- loss of sensory perception
→ मनो बुद्धि विपर्यय :- Perversion in the activites of Mind and cognition.
→ विविधास्तीव्रा कम्पाश्च :- different types of severe pain and death

- तत्र सद्यः प्राणहराणि आग्नेयानि , अग्नि गुणेष आशु क्षीणेषु क्षपयन्ति ।
(Su. Sha. 6 / 16)

→ Injury leads to immediate death.
→ It is composed of Agni Mahabhuta.
→ Present Agni to quickly आशु क्षीण → Death

- मांसादिनां पञ्चानामपि समस्तानां विवृद्धानां समवायात् सद्यः प्राणहराणि ।
(Su. Sha. 6 / 17)

→ 5 part of मांस , सिरा , स्नायु , अस्थि , संधि Meet and grow at one place , then that place become a सद्यः प्राणहरमर्म .

- तत्र सद्यः प्राणहरमन्ते विद्धं कालान्तरेण मारयति ।
(Su. Sha. 6 / 22)

→ Injury to near point of सद्यः प्राणहर मर्म Death in कालान्तर and Not sudden Death

• तद्य सद्यः प्राणहर मर्माणि सप्तरात्राभ्यन्तरा मारयन्ति ।

(Su. Sha. 6/23)

→ Injury in सद्यः प्राणहर मर्म Death in 7 days / Night and 8 days.

ii) कालान्तर प्राणहराणि मर्म — (33)

• वक्षो मर्माणि - सीमन्त - तलहृदय - क्षिप्र - इन्द्रबस्ति
कटिक तरुणे - सन्धी पार्श्वजौ बृहती च या
नितम्बाविति च एतानि कालान्तरहराणि तु ॥

(Su. Sha. 6/10)

→ वक्ष मर्म - 08 → स्तनमूल - 02, स्तनरोहित - 02, अपलाप - 02, अपस्तंभ - 02

सीमन्त - 05
तलहृदय - 04
क्षिप्र - 04
इन्द्रबस्ति - 04
कटिक तरुणे - 02
सन्धि पार्श्व - 02
बृहती - 02
नितंब - 02

• हते कालान्तरघ्ने तु ध्रुवं धातुक्षयो नृणाम् ।
ततो धातुक्षयाज्जन्तु वेदनाभिश्च नश्यति ॥ (Su. Sha 6/37)

→ धातु क्षय :- depletion of धातु / tissues
→ क्षयज वेदना :- emaciation and pain due to emaciation.

अग्निगुणेष्वाशु क्षीणेषु क्रमेषु च सोमगुणेषु कालान्तरेण

तस्मात् कालान्तर प्राणहराणि सौम्य - आग्नेयानि ।

(Su. Sha. 6/16)

→ Predominantly composed of
सौम्य (jala or water) → Respectively to Agni
अग्नि (fire) → Instantly क्षीण क्षीण

एक हीन अल्पानां वा कालान्तर प्राणहराणि ।

(Su. Sha. 6/17)

→ Due to Reduction in any one of these structures that area become कालान्तर प्राणहराणि

तस्मात् कालान्तर प्राणहरमन्ते विद्धं वैकल्यम् आपादयति

→ Injury to near point of कालान्तर मर्म → वैकल्यता (distress)

कालान्तर प्राणहराणि पक्षान् मासाद्वा मारयन्ति । तत्र आशु तु क्षिप्राणि कदाचिद् आशु मारयति ॥ (Su. Sha. 6/23)

→ Injury in कालान्तर मर्म Death in 15 days to 1 month. / क्षिप्र → sudden death

iii) विशल्यघ्नानि मर्म — (03)

उत्क्षेपौ स्थपनि च एव विशल्यघ्नानि निर्दिशेत्

(Su. Sha. 6/11)

→ उत्क्षेप - 02
→ स्थपनि - 01

- ~~हस्ते वैकल्यमाप्नोति केवलं वैद्य नियुणात्~~ ।
~~शरीरं क्रियया युक्तं विकलत्वम् व्यापुयात्~~ ॥

(Su. Sha. 6/88)

- तत्र विशल्य प्राणहराणि वायव्यानि , शल्य मुख अवरुद्धो यावदन्त वायु स्तिष्ठति - तावद् जीवति , उद्धृतमात्रे तु शल्ये मर्मस्थान आश्रितो वायुर्निष्क्रामति , तस्मात् सशल्यो जीवत्य उद्धृतशल्यो म्रियते ।

(Su. Sha. 6/16)

→ This Marma is having dominency of वायु गुण.
→ The opening of vein is obstructed by Shalya the वायु is present inside till then the man is alive. But when Shalya is removed or there is पाक in वायु (Shalya is Removed) the वायु comes out causing death of Human.

- द्वितीनानां विशल्य प्राणहराणि ।

(Su. Sha. 6/17)

→ Due to Reduction in any two of these structures that Area become विशल्य प्राणहराणि.

- विशल्यघ्नं वैकल्यकरं च भवति ।

(Su. Sha. 6/22)

→ Injury to near point of विशल्यघ्नं मर्म → pain in विकलता (distress)
→ No Death

विशल्य प्राणहराणि कदाचिद अभिहलानि भारयन्ति ।

(Su.Sha. 6 / 23)

→ Death incase तीव्र आघात in विशल्य मर्म. कदाचित (विशेषत)

iv) वैकल्यकाराणि मर्म – (44)

लोहिताक्षाणि – आणि – जानु – उर्वी – कूर्च – विटप –
कुकुन्दर – कक्षाधरे – विधुरे स कृकाटिके
अंस – अंसफलक – अपांग – नीले – मन्ये ॥ 12 ॥
फणौ तथा वैकल्यकराण्य आहु आवर्तौ द्वौ तथैव च ॥

(Su. Sha. 6 / 12 – 13)

→

| | | | |
|---|---|---|---|
| लोहिताक्ष | – 04 | अपांग | – 02 |
| आणि | – 04 | नीला | – 02 |
| जानु | – 02 | मन्या | – 02 |
| उर्वी | – 04 | फण | – 02 |
| कूर्च | – 04 | आवर्त | – 02 |
| विटप | – 03 | | |
| कूर्पर | – 02 | | |
| कुकुन्दर | – 02 | | |
| कक्षाधर | – 02 | | |
| विधुर | – 02 | | |
| कृकाटिका | – 02 | | |
| अंस | – 02 | | |
| अंसफलक | – 02 | | |

(स्थिरत्वा च, शीतत्वा च)

- वैकल्पकराणि सौम्यानि, सोमो हि स्थिरत्वाच्छैत्याच्च प्राण अवलम्बनं करोति ॥

(Su. Sha. 6/16)

→ These are having सोम गुण.

→ सोम is स्थिर and शीत → अवलम्बन of प्राण

- त्रीहीननां वैकल्पकराणि ।

(Su.Sha. 6/17)

→ less then three structures → वैकल्पकराणि मर्म.

- वैकल्पकरं कालान्तरेण क्लेशयति रुजां च करोति ।

(Su. Sha. 6/22)

→ Injury to near point of वैकल्पकर मर्म → Pain in कालान्तर & रुजा (धातुगत Pain)

→ No विकलता

वैकल्यकराणि च कदाचिद अभिहतानि मारयन्ति

(Su. Sha. 6/23)

→ Death incease तीव्र & आघात in वैकल्यकरण मर्म कदाचित (विशेषत:).

V) कक्षाकर मर्म – (08)

- गुल्फौ द्वौ - मणिबन्धौ द्वौ - द्वे द्वे कूर्च शिरांसि च ।
  कक्षाकराणि जानीयादष्टावेतानि बुद्धिमान् ॥ (Su. Sha. 6/14)

→ गुल्फ – 02
मणिबन्ध – 02
कूर्चशिर – 04 (both side)

- कक्षाकराणि मर्माणि क्षतानि विविधा कक्ष: ।
  कुर्वन्त्यन्ते च वैकल्यं कुवैद्य वशगो यदि ॥

(Su. Sha. 6/40)

→ Pain (शूल) in कक्षाकर मर्माणि → more कक्षा (धातुगत Pain)

→ ददौ (रोगी) give treatment to कुवैद्य (अकुशल वैद्य) → विकलांग

Date ____
Page ____

- कक्षाकारण्य अग्नि वायु गुण भूयिष्ठानि, विशेषतश्च तौ कक्षाकरौ ; पाञ्चभौतिकं च कक्षाम् आहुरेके

(Su. Sha. 6 / 16)

→ These are having अग्नि as well as वायु गुण.

→ अग्नि and वायु is → कक्षाकर & Painfully महसूस

→ once Aacharya say's कक्षा is पंचमहाभूत जन्य.

- एकस्मिन्न एव कक्षाकराणिति न एवं, यतो अस्थिमर्मं स्वप्य अभिहतेषु शोणितागमनं भवति ॥

(Su. Sha. 6 / 17)

→ one structures अर्थात less then 4 structures this place कक्षाकर मर्म.

→ but this is not approve bcz.
अभिघात in अस्थिमर्म → blood flow incease this place संयोग of सिरा.

- कक्षाकर अति तीव्र वेदनं भवति । (Su. Sha. 6 / 22)

→ Injury in कक्षाकर मर्म → Extremely Pain
Starting → Extremly Pain
Later → Pain.

Date ______
Page ______

- Iffect on near Point of मर्म —

→ छेद भेद अभिघातेभ्यो दहन दारणाद अपि ।
उपघातं विजानीयान्मर्मणां तुल्य लक्षणम् ॥
(Su.Sha. 6/41)

→ By hitting the मर्म i.e Piercing (छेदन) भेदन - अभिघात, दहन कर्म, दारण near them similar symptoms are produced as are produced by hitting the मर्म.

→ मर्माभि घातस्तु न कश्चिदस्ति
यो ऽ पात्यया व अपि निरत्ययो वा ।
प्रायेण मर्मस्वभिताडितास्तु
वैकल्यमृच्छन्त्यथवा म्रियन्ते ॥
(Su.Sha. 6/42)

→ It is impossible that there is no harm or any discomfort as a result of an attack on a vital Point. when a vital Point is hit it leads to distress or death —

- Importance of मर्म

मर्माणि शल्य विषयार्धमुदाहरन्ति यस्माच्च मर्मसु हता न भवन्ति सद्यः । जीवन्ति तत्र यदो वैद्यगुणेन केचित् ते प्राप्नुवन्ति विकलत्वम् सशयं हि ॥
(Su.Sha. 6/33)

→ Marma is half of शल्य तंत्र
→ Due to cleverity of वैद्य if a person is alive not getting death due to मर्म वेधा, But he should get disability.