

血漿組織 Rasa dhatus. 血漿渠道 Rasavaha Srota

血液組織 Rakta dhatus Rakta vaha Srota.

肌肉組織 Mamsa dhatus Mamsavaha Srota

脂肪組織 Medas dhatus Medovaha Srota

骨骼組織 Asthi dhatus Asehi vaha Srota

骨髓組織 Majja dhatus Majjavaha Srota (神經系統).

生殖組織 Shukla dhatus Shukravaha Srota

(註 = 血漿組織. 女可分出乳房和子宮渠道, 共
15個渠道).

An Prana Vata

Pranavaha 氣

ha Vata

Vyana Vata

氣導道 Pranavaha Srota - Vata

消化導道 Annavaha Srota

水導道 Udakavaha Srota Kapha / 新陳代謝

泌尿導道 Mutravaha Srota

排泄導道 Purishavaha

排汗導道 Swedavaha Srota

An Prana Vata

Pranavaha 氣

na Vata

Vyana Vata

氣渠道 (pranavaha srota - vata)

Marma:

② Hridaya

② kshipra ③ kshipra

③ parshvasabdhi

③ Amsaphalaka

H27. ③ chitraka 白花丹

Marma: 1. Talahrut

An

Prana Vata

Ud

Udana Vata

ana Vata

Vyana Vata

Prana Vata ↓

Marma: ④ Vidhura
 ②⑥ Hridaya ③⑥ Amsaphalaka
 ③ Kshipra ⑫ Kshipra
 ③ Kucha ⑭ Kucha ⑦ Kurpara
 ②⑨ Stanamula ②⑨ Stanayohita

1. Prana Vata ↓

1. 氣氣
2. 坐落頭、大腦、胸部
3. 吸入、呼出、吞嚥
4. 維繫心臟、動脈、靜脈和神經系統。
5. 控制心靈、感官、智力、思維能力和情感
6. 支配頸部、胸、心臟、喉嚨。

Anna Jaha =

Samana

Udana Vata

ana Vata

Vyana Vata

Udana Vata ↑

二. Udana Vata ↑

1. 坐落於喉嚨、肺部。
2. 控制鼻子、喉嚨、胸部及肚臍。
3. 向上流動的氣，負責呼氣。
4. 從肚臍向上流動肺，進入喉嚨和鼻子。
5. 給聲帶力量，說話功能。
6. 加強思想，智力，記憶。
7. 心理上 - 記錄，記憶。

Marma: ③⑧. Vila ③⑦. Amsa ③⑨. Manya
④⑩. Matrika

Anna Jaha 三

Samana Vata naka

Apana Vata

Vyana Vata

Vyana Vata ②

Hob. Ashwagandha

三. Vyana Vata ①

1. 全身流動.
2. 位於心臟, 分佈全身的神經氣循環系統
3. 功能-導道循環運輸血液、營養素
4. 汗水, 心律功能、血管收縮、擴張等.
5. 是皮膚腺體 → 汗水
6. 控制動作-打呵欠
7. 心理上-包容、配合、同情心

③⑤ Brihati ③⑥ Amsaphalaka

Marma:

②⑦ Stanayohita. ③⑧ Apalapa.

②⑨ Hridaya ① Talahrit. ③ Talahrit

② Kshipra. ①② Kshipra ⑤ Manibandha

⑨ Urvi ⑩ Lohitaksha. ⑪ Lohitaksha

⑪ Kakshadhar. ⑫ Stanamula

↑

Samana Vata

↓

H18. © Ajwain

四. Samana Vata

1. 負責移動食物 → 進入胃和腸道的蠕動
2. 從胃區分隔為上、下直線的流動。
3. 監管消化食物、運送各種營養素到各個組織、
4. 往下將食物垃圾、運送到結腸區
5. 心理上，促進心理與精神同化，清晰、警覺性和精神平衡。

Marma:

- ④ Kucha Sira ⑬ Kucha Sira
- ⑥ Indravasi ⑰ Indravasi ⑱ Lohitaksha
- ⑲ Nabhi

Anna Jaha 三焦 Pa ka pit Pachaka Apana Vata aka Pitta

Apana Vata ↓

Talahrit

Marma: ⑬ Talahridaya, ⑫ Vitapa

⑫ Guda ⑫ Basti ⑫ Utkshepa

⑨ Bahvi ⑫ Lohitaksha

Urvi

⑫ Vitapa ⑫ Guda ⑫ Basti

⑫ kukundara

✕ Apana Vata ↓

1. 坐落結腸骨關節. 骨盆區域, 膀胱, 生殖器, 大腿
2. 負責排泄, 管理生殖結構, 維持胎兒平衡生長
3. 下調氣, 下調壓力維持胎兒的懸浮液(羊水) → 最後誕生.
4. 運行方向 ↓ 往下, 功=支持
5. 心理上 - 重新輕盈感
6. 病效 - 沙尿, 便秘, 氣精攝護腺腫大, 經痛.

Anna Jaha 消化 ta ka pi Pachaka Pitta Sadhaka Pitta

消化通道 Annavaha Srota - pitta

Marma:

⑥ Indravasti . ①⑦ Indravasti ③④ Parshvasabधि .

Pachaka pitta

H11. ① Bhuanalaki

H18. ① Ajwain

一、Pachaka pitta 恒合卡

1. 位於小腸、胃、結腸。
2. 分泌膽汁、消化火
3. 最重要 pitta，是將食品
推入腸胃里的火
4. 分泌胃酸、胰腸酶
5. 產生食慾和火煙癆。
6. 向下的力量，將食物
分成營養素和廢物
7. 提供能量給其他 pitta
8. 副產品：淋巴結、脂肪、乳
糜

Mayma:

④ Kucha Sira. ⑮ Kucha Sira

⑥ Indravasi ⑰ Indravasti ⑳ Basti

㉑ Nabhi

Ranjaka pitta ka pitta laka kap Bhraiaka Sadhaka pitta <

二. Ranjaka pitta 拉加卡

1. 是胃和食物的活动区
2. 血液颜色
3. 胆汁排出, 红细胞形成, 维持血液代谢.
4. 位于. 胃. 肝. 脾. 胰巴. 血液.

Ranjaka pitta

H10. ① Bhringaraj 旱莲草

H47 ① Guduchi

H33 ① Daruharidra 印度优牛.

Marma:

①8 Janu, ② Nabhi, ③ Kukudara.

Sleshaka Alochaka pitta laka kap Bhrajaka Sadhaka pitta

三. Sadhaka pitta 薩大卡

1. 位於「心臟」, 是「意識」的坐標.
2. 保持有節奏的心臟收縮.
3. 它帶來充足勇氣, 助力更生, 思路清晰.
4. 有助於心理功能, 知識, 智力, 意識.
5. 關注身體的新陳代謝
6. 處理心態和思想 (消化食物思想)

Sadhaka pitta

H02 @ Amalaki

H17 @ Brahmi

@ Hridaya

Sleshaka Alochaka pitta daka kap Bhrajiaka pitta kavaha 水

Alochaka pitta

H33. ① Daruharidra 印度伏牛

四. Alochaka pitta 阿樓哈特

1. 位於眼睛. 負責視覺

2. 起源自「火」

3. 駐留在眼睛的視網膜和視野.

Marma: ③ Kucha. ⑭ Kucha

④ Kucha Sira

sleshaka kaphi Bodh. kledaka kap Bhrajaka pitta ka vaha k

五. Bhrajaka pitta 普拉架卡

1. 位於皮膚、管理觸感覺力.
2. 排出熱能.
3. 控制人體皮膚的溫度
4. 激活汗水和皮脂腺的分泌物

Bhrajaka pitta

H . Sariva 拔菟根

H33 @ Daruharidra 印度伏牛

③⑤ Brihati ③⑦ Amsa ③⑧ Nila

Marma : ③⑧ Nila . ① Talahrit ③⑨ Manya

③⑩ Katikataruna

Sleshaka kapha Bodh. Kledaka kapha rupa A. Udakavaha 水

水道 Udakavaha Srota - kapha

Marma: ① Ani ③ ①⑨, Urv ④ ②⑩

⑤⑧. Apastambha . ⑬ Janu ⑭ kurpara,
草蓐. H 49. Gurmay - 胃脘脹痛

H silajit

Marma:

⑦ kurpara

1 Sleshaka kapha Bodh. Kledaka kapha rupa Avalambaka K

4 Avalambaka Kapha

1. Avalambaka Kapha
阿瓦拉布卡

1. 坐落胸部. 負責創造
凝聚. 力. 柔軟度. 濕潤
度. 流動性.

2. 位於心臟和肺的
內層. 起潤滑作用

Marma:

②④ Hridaya. ① Talahrut

② Kshipra. ①② Kshipra ②⑦ Stanamula

sleshaka kapha Bodh. kledaka kapha rupa kapha amsavaha

kledaka kapha

Marma : ④⑮ kurchashira, ②⑤ Nabhi,

②⑧ Apastambha.

③②. kukundara

二. kledaka kapha

胃腸大卡

1. 全落胃和粘膜区

2. 作用-保護胃腸.

3. 它將食物混合. 提供
潤滑作用

1. Sleshaka kapha Bodhaka kapha 2. Tarpaka kapha 3. Lamsavaha

三. Bodhaka Kapha

部大卡

1. 坐落於喉嚨裡，負責味覺。

2. 作用 - 清除口中的唾液和消化液。

Bodhaka Kapha

Marma:

③⑨ Manya

sleshaka kapha Medo

Raktavah Tarpaka kapha tamsavaha

Tarpaka kapha

四. Tarpaka kapha 踏帕卡

1. 座落在頭部
2. 負責滋養感覺器官
3. 功能 - 滋養和支撐腦
脊液, 以減輕
腦和脊髓的壓力.
4. 滋養眼睛和鼻子

②⑥ Hridaya. ④② krikatika

1 Sleshaka kapha Medo

Raktavaha

tsthivaha

Mamsavaha

Sleshaka kapha

H27. Chieraka 白芥丹

Marma:

⑤ Manibandha . ③① Katikataruna

③⑥ Amsaphalaka

①⑧ Janu ,

五. Sleshaka kapha
石壘哈卡

1. 位於關節腔, 提供潤滑給身體關節, 提供靈活的动作.
2. 若加重, 則關節產生鬆動. 或水腫.
3. 負責關節的潤滑.

Rasavaha

Medo

Raktavaha

Asthivaha

Mamsavaha

Marma: 血 滯 Rasavaha Srota / Rasadhatu 三 津 四 年 終

②⑥ Hridaya

② Kshipra . ①② Kshipra

⑥ Indravasti ⑨ Urvi ②⑩ Urvi

⑩ Lohitaksha ②⑩ Lohitaksha

③③ Nitamba ③⑨ Manya

Majjavaha

Medo

Raktavaha

Asthivaha

Mamsavaha

~~Marma~~: 血液 Raktavaha Srota / Rakta dhatu 循环系统

②⑥ Hridaya

①⑦ Kurpara

①⑩ Lohitaksha. ②① Lohitaksha

②⑤ Nabhi. ③③ kukundara.

③⑨ Manya ④⑩ Matraka

H33. ⑩ Daruharidra 印度伏牛

H62 ⑩ Amalaki

Majjavaha

Medovaha

ravah

Asthivaha

Mamsavaha

肉 Mamsavaha Srota / Mamsa dhatu - kapha

Marma:

⑪ kakshadhara

②④ Basti

②⑦ Stanamula . ②⑨ Stanayohita

◎ 甲非臍腫

Majjavaha

Medovaha

ravah

Asthivaha

経

ha 品

経脈 Medovaha Srota / Medas dhatu

Marma:

②④ Basti

②⑧ Apastambha

③② Kukundara . ③③ Nitamba

• H34. ① Devadaru 雪松

① Silajit

Majjavaha

旁

ura 三

Shukravah

Asthivaha

月經

ha 取

骨骼

Asthivaha Grota / Asthidhatu

Marma:

⑤ Manibandha

②⑧ Apastambha

⑥① Katikataruna.

③② Kukandara . ③⑦ Nitamba

H60. Kanchanara

H48. Guggulu

shigru 鼓支榧樹
辣木

Majjavaha

旁

ura 三車

Shukravaha

(

Artavavaha

經

ha 取

骨 髓

Majjavaha srota / Majja dhatu

神經系統

H62. ① kapi kacchu

H10. ① Bhringaraj

① Saffron

H14 ① Bibhitaki

H02 ① Amalaki

Marma:

③② Apalapa. ③② kuku_ndara

疾病: 多發性石重穴症 ⇒ Ashwagandha.

Stanyavaha 乳房

ura 三

Shukravaha

Artavavaha 月經

ha 尿

生殖 shukravaha srota / shukra dhatu

Marma:

② Vitapa

② Guda . ② Basti

① Saffron

H10. ① Bhingaraj

Stanyavaha 乳房

ura 三車

purishava

Artavavaha 月經

ha 尿

Artavavaha Srota 月經系統 / 通道

Marma:

② Guda . ② Vitapa

Stanyavaha 乳房

ura 三車

purishava

Ojas

travaha 尿

stanyavaha srota 乳房

Marma:

②⑦ Stanamula . ②⑨ Stanayohita

Swedavaha

pura 三

purishava

Ojas

ekavaha 一

Ojas

Marma:

② Vitapa. . ③ Kakandara ④ Parshvasabdhi

⑤ Hridaya

Swedavaha

ura 三車

Purishavaha

hata

↳

Mutravaha 尿

三十四, 尿道 Mutravaha Srota

H11. ☉ Bhuamalaki

H17. ☉ Brahmi

H ☉ Silajit

Marma:

②③ Guda

②④ Basti

③③ Nitamba

③④ Parshvasabdi

Swedavaha

pura 三車

purishavaha

hata

Swadhishthana 輪

排三世譯道 purishavaha srota

H60. ① kanchanara 紫荊花.

Marma:

②3 Guda

③4 Parshvasabhi:

Swedavaha

Pura 三車

Muladhara - 輪

hata

Swadhishtana 二輪

輪

排汗渠道 Swedavaha Srota

Marma:

③① Katikataruna, ③② Brihati

Vishudd

Manipura 三輪

Muladhara - 輪

Swadhisthana 二輪

第一輪 Muladhara chakras 海底輪

Marma:

② Guda.

Vishuddh Manipura 三輪 Ajna 五 Anahata Swadhishtana 二輪

第 = 輪 swadhishtana chakras

Marma:

②④ Basti ②② kukandara ③④ parshvasabdhi

Vishuddh Manipura 三輪 Ajna 五 Anahata 四輪 ahasrara 七輪

第三輪 Manipura Chakras

Marma:

② Nabhi ③ Brihati

② Nabhi

Vishuddha 五輪 di

V

Ajna 三

Anahata 四輪

ahaskara 七輪

第四輪 Anahata chakras

②⑥ Hridaya

Vishuddha 五輪 di

V

Ajna 六輪

ambush

Sahasrara 七輪

第五輪

Vishuddha chakras

Marma: 1

③7. Amsa.

Varuna nadi

V

Ajna 天輪

ambush

Sahasrara 土輪

第六輪 Ajna chakras

Varuna nadi

Vishodhara nadi Alambusha

Sahasrara 輪

第七輪 Sahasrara chakras

Varuna nadi

Vishodhara nadi

Alaambhara nadi

Yana Vata

Varuna nadi

②⑥ Hridaya.

A Payasvini nadi

Vishodhara nadi

Alambhika nadi

Vana Vadi

Vishodhara nadi - 消化

Maxima:

(35). Nabhi

A Payasvini Nadi

Shankhini N

Alagmbusha Nadi

Yana Vata

Alagmbusha Nadi

Marma:

② Guda.

A Payasvini Nadi

Shankhini Nadi

na Vata

Vyana Vata

An

組織

Shankhini Nadi

ana Vaf

Vana Vaf

An

組織

Pranavaha 梟

Vyana Vata