SCA
Shakti's Classes for Ayurveda
Chiseling the Brilliants

SINCE 2011 IN VARANASI

SHAKTI'S CLASSES for AYURVEDA

A Complete Centre for MD/MS(AIAPGET.), MO (UPSC & PSC), Other Ayurvedic Entrance Examination and Foundation Courses for Proff. I, II & III

ASHTANG HRIDAYA & SUSHRUT UTTARTANTRA

By
Dr. Shakti Raj Rai
9452376134

अष्टांग हृदय - सूत्रस्थान

Dr. Shakti Raj Rai

1.आयुष्कामीयाध्याय

- आयुःकामयमानेन धर्मार्थ सुखसाधनम्।
  आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः।। **- आयुर्वेद का प्रयोजन**
- 'ब्रह्मा स्मृत्वाऽऽयुषो'
- ब्रह्मा ➡ दक्षप्रजापति ➡ अश्विनीद्वय ➡ इन्द्र ➡ अत्रिपुत्रादि ➡ अग्निवेशादि
  - **आयुर्वेद अवतरण क्रम**
- क्रियते अष्टांग हृदयं नातिसंक्षेपविस्तरम्।
- कायबालग्रहोर्ध्वांगशल्य दंष्ट्राजरावृषान्। **- अष्टांग आयुर्वेद**
- वायुः पित्तं कफश्चेति त्रयो दोषाः समासतः।
  विकृताऽविकृता देहं घ्नन्ति ते वर्तयन्ति च। **- त्रिदोष के लिए**

हृदय नाभि के अधः	वात का स्थान
हृदय नाभि के मध्य	पित्त का स्थान
हृदय नाभि के उर्ध्व	कफ का स्थान

"वयोऽहोरात्रिभुक्तानां तेऽन्तमध्यादिगाः क्रमात्।"

- अवस्था, दिन, रात्रि व भोजन के अंत में वायु, मध्य में पित्त व आदि में कफ होता है।

विषमाग्नि – वात तीक्ष्णाग्नि – पित्त मंदाग्नि – कफ समाग्नि – समदोष

	सुश्रुत
क्रूरकोष्ठ - वात	- वातकफ
मध्यकोष्ठ - कफ या समदोष	- समदोष
मृदुकोष्ठ - पित्त	- पित्त

- वात का गुण (6)- तत्र रुक्षो लघुःशीतः खरः सूक्ष्मोश्चल। (विशद ×)
- पित्त का गुण (7)- स्नेह तीक्ष्णोष्ण लघुविस्रं सरं द्रवम्। (कटु लवण ×)

Shakti Notes for Ayurveda

- ❖ कफ का गुण (7)- स्निग्धः शीतो गुरुर्मन्दः श्लक्ष्णो मृत्स्नः स्थिरः। (मधुर मृदु पिच्छिल ×)
- ❖ संसर्गः सन्निपातश्च तद्द्वित्रिक्षय कोपतः।

  संसर्ग - दो दोषों का मिलना

  सन्निपात - तीन दोषों का मिलना

- ➢ **विषेणेव विषीक्रिमेः -** प्रकृति के संदर्भ
- ➢ समधातुः समस्तासु श्रेष्ठा, निन्द्या द्विदोषजाः - दोषज प्रकृति

हीन	वातज
मध्य	पित्तज
उत्तम	कफज
श्रेष्ठ	सम

- वृद्धिः समानैः सर्वेषां विपरीतैविपर्ययः

  (समान कारणों से वृद्धि होती है तथा विपरीत कारणों से ह्रास होता है।)
- 'यथापूर्व बलावहाः' - षड्रस के लिए (मधुर, अम्ल, लवण, तिक्त, उषण तथा कषाय)
- शमनं कोपनं स्वस्थहितं द्रव्यमिति त्रिधा - द्रव्य के प्रकार - 3 (प्रभाव से)
- रोग के प्रकार - 2 निज व आगन्तुज।
- रोगस्तु दोष वैषम्यं, दोषसाम्यमरोगता।
- दर्शनस्पर्शन प्रश्नैः परीक्षेत च रोगिणम्।

जांगल देश	वात प्रधान	(वातपित्त - चरक)
आनूपदेश	कफ प्रधान	(वातकफ - चरक)
साधारण देश	समदोष	

- ➢ **देश** - 2 भूमि व देह
- ➢ **काल** - 2 क्षणादि व व्याधि अवस्था भेषजयोग कृत - काल के लिए
- ➢ **औषधि -** 2 शोधन व शमन

  ❖ शरीरजानां दोषाणां क्रमेण परमौषधम्।

  बस्तिविरेको वमनं तथा तैलं घृतं मधु।।

Shakti's Classes for Ayurveda

- धीधैर्यात्मादिविज्ञानं मनोदोषौषधं परम्। - मानस रोग की चिकित्सा
- भिषग् द्रव्याण्युपस्थाता रोगी पादचतुष्टयम।
  चिकित्सितस्य निर्दिष्ट, प्रत्येकं तच्चतुर्गुणम्।।

वैद्य	4	दक्ष, तीर्थात्तशास्त्रार्थ, दृष्टकर्मा, शुचि
औषध	4	बहुकल्प, बहुगुण, सम्पन्न, योग्यम्
परिचारक	4	अनुरक्त, शुचि, दक्ष, बुद्धिमान
रोगी	4	आढ्य, भिषग्वश्यो, ज्ञापक, सत्ववान्

- **सुखसाध्य -** सर्वौषधक्षम, जितात्मन, अतुल्यदूष्यदेशर्तुप्रकृतिः, ग्रहेष्वनुगुणेषु
- **कृच्छसाध्य -** शस्त्रादिसाधन, संकरे त ततो गदः।
- **याप्य -** शेषत्वादायुषो, पथ्याभ्यासाद्विपर्यय।
- **अनुपक्रम -** औत्सुक्यमोहारति, दृष्टरिष्टोऽक्षनाशनः।

अष्टांग हृदय - 6 स्थान

सूत्र-30	निदान-16	कल्प-6
शारीर-6	चिकित्सा-22	उत्तरस्थान-40

शारीर स्थान	गर्भावक्रान्ति, गर्भव्यापद, अंगविभाग, मर्मविभाग, विकृतिविज्ञान, दूतादिविज्ञान
निदान स्थान	प्रथमाध्याय - सर्वरोगनिदान, अंतिमाध्याय - वातशोणित
चिकित्सा स्थान	विशि द्वौ (अतिसार व ग्रहणी) द्वौ च मूत्रिते (मूत्राघात व प्रमेह)

2. दिनचर्याध्याय

- ब्राह्मे मुहुर्त्त उत्तिष्ठेत स्वस्थो रक्षार्थमायुषः। **- अष्टांग हृदय - 2**
  सूर्योदय से 14 कला पूर्व का समय - ब्राह्ममुहर्त्त
- ब्राह्मे मुहुर्त उत्तिष्ठेज्जीर्णाजीर्ण निरुपयन् **- अष्टांग संग्रह - 2**
- शरीर चिन्तां निर्वर्त्य कृतशोचविधिस्ततः।
  दन्तपवन - 12 अंगुल, कनीनी समस्थौल्य, कटु तिक्त कषाय रस युक्त

Shakti's Classes for Ayurveda

अष्टांग हृदय	अर्क, न्यग्रोध, खदिर, करंज व ककुभ(अर्जुन)	**- 5**
चरक संहिता	करंज, करवीर, अर्क, मालती, ककुभ व असन	**(खदिर ×)-6**
अष्टांग संग्रह	सर्ज, अरिमेद, अपामार्ग	**(उपरोक्त के अतिरिक्त)**

- प्रातः एवं भोजन के पश्चात - काल **(प्रातर्भुक्त्वा च मृद्वग्रं)** **(दातौन)**
- छर्दि, अजीर्ण, श्वास, कास, ज्वर, अर्दित, हृदय, नेत्र व शिरोरोग, तृष्णा, मुखपाक, कर्णरोग
  - दन्तपवन निषेध।
  - सौवीरांजन - नित्य हितमक्षणो
  - रसाञ्जन - स्रावणार्थ, सप्तरात्रे **(चरक – 5/8 रात्रि)।**
  - **नावन, गण्डुष धूमपान ताम्बुल - क्रम (नागधूता)**
  - ताम्बुल निषेध - 'रुक्षोत्कुपितचक्षुषाम्', क्षतक्षीण, रक्तपित्त, विष मुर्च्छा, मद, शोष
- **अभ्यंग -** ....आचरेतनित्यं, जराश्रमवातहा।
  दृष्टिप्रसादपुष्टयायुः स्वप्नसुत्वकदार्ढ्यकृत॥
  'शिरःश्रवणपादेषु तं विशेषेण शीलयेत्'।
  'वर्ज्योऽभ्यंगः कफग्रस्तकृतसंशुद्धिअजीर्णभि॥ **- अभ्यंग वर्ज्य**
- **व्यायाम -** लाघवं कर्मसामर्थ्य दीप्तोऽग्निर्मेदसः क्षयः, विभक्तघनगात्रत्वं- **लाभ**
  वातपित्तामयी बालो वृद्धोऽजीर्णी च ते त्यजेत् **- निषेध**
  - अर्धशक्त्या निषेव्यस्तु - **शीतकाले वसन्ते**
  - मन्दमेव ततोऽन्यदा - **अन्य ऋतु में (ग्रीष्म वर्षा शरद)**
  - **व्यायाम के पश्चात् -** तं कृत्वाऽनुसुखं देहं मर्दयेच्च समन्ततः।

अतिव्यायाम का प्रभाव-

- तृष्णा क्षयः प्रतमको रक्तपित्तं श्रमक्लमं।
  अतिव्यायामः कासो ज्वरश्छर्दिश्चजायते॥

उद्वर्तन - उद्वर्तन कफहरं मेदसः प्रविलायनम्।
स्थिरीकरणमंगानां त्वक्प्रसादकरपरम्॥

Shakti's Classes for Ayurveda

स्नान

- दीपनं वृष्यमायुष्यं स्नानमूर्जाबलप्रदम्।
  कण्डूमलश्रम स्वेदतन्द्रातृड्दाहपाप्मजित्।।

- अधः कायस्य- उष्ण जल स्नान - **परिषेको बलावहः**
- उत्तमांगस्य - उष्ण जल स्नान - **बलहृत्केश चक्षुषाम्**

अयोग्य

अर्दित नेत्रास्यकर्णरोगातिसारेषु आध्मान पीनसाजीर्ण भुक्तवत्सु च गर्हितम्।

सुखसाधन धर्म की प्रशंसा-

सुखार्थाः सर्वभूतानां मताःसर्वा प्रवृत्तयः सुखे च न विनाधर्मातस्माद्धर्मपरोभवेत्। **अ0हृ0 2/20**

दशविधपाप - 10

कायिक	हिंसा, आस्तेय, अन्यथाकामं (3)	
वाचिक	पैशुन्य, परुष, अनृत, सम्भिन्नालाप (4)	**पैशुन्य- चुगली करना**
मानस	व्यापद, अभिध्या, दृग्विपर्ययम् (3)	

- अवृत्तिव्याधिशोकार्तानिनुवर्तेत शक्तितः।
- आत्मवत्सततं पश्येत् कीटपिपीलिकम्।
- उपकारप्रधानः स्यात् अपकारपरेऽप्यरौ।
- काले हितं मितं ब्रूयादविसंवादि पेशलम्। **(अविसंवादि - सत्य)(पेशलम् - मधुर वचन)**

- पूर्वाभिभाषी - मिलने पर स्वयं बोलना चाहिये।
- प्रकाशयेन्नापमानं न च निःस्नेहतां प्रभो – **(अपने अपमान को प्रकाशित न करें।)**
- त्रिवर्गशून्यं नारम्भं भजेत्त चाविरोधयन् - **(त्रिवर्ग से रहित कार्य न करें।)**
- न पीडयेदिन्द्रियाणि न चैतान्यतिलालयेत – **(इन्द्रिय निग्रह करें समभाव से।)**
- जनस्याशयमालक्ष्य यो यथा परितुष्यति - **(यथोचित व्यवहार करें।)**
- अनुयायात्प्रतिपदं सर्वधर्मेषु मध्यमाम् - **(सभी धर्म में मध्यम मार्ग।)**

सदवृत्त

- सातपत्रपदत्राणो विचरेत युगमात्रदृक - **(छत्र व जूता धारण)**
- निशि चात्यधिके कार्ये दण्डी मौली सहायवान्।

Shakti's Classes Avurveda

सुश्रुत उत्तरतंत्र

Dr. Shakti Raj Rai

ज्वरप्रतिषेध

- येनामृतमपां मध्यादुद्धृतं पूर्वजन्मनि - धन्वन्तरी के लिए
- उपद्रव युक्त पुरुष का व्रण कृच्छसाध्य होता है।
- रोगनीकराट - ज्वर के लिए।
- जन्मादौ निधने चैव प्रायो विशति देहिनां। अतः सर्वविकाराणामयं राजा प्रकीत्तितः।

सामान्य लक्षण - स्वेदावरोधः संतापः सर्वाङ्गग्रहण।

ज्वर के प्रकार - 8

सम्प्राप्ति -........रसस्वेद प्रवाहिणाम्। स्रोतसां मार्गमावृत्यं मंदीकृत्य हुताशन निरस्य बहिरुष्माणं पक्तिस्थानश्च केवलम्।

ज्वर कारण - औषधीपुष्पगन्धाश्च, शोकान्नक्षत्रपीडया,
अभिचाराभिशाम्यां मनोभूताभिशंकया,
स्त्रीणामपप्रजातानां प्रजातानां तथाऽहितैः।

ज्वर का पूर्वरूप - वैरस्यं नयनप्लव
इच्छाद्वेषौ मुहुश्चपि शीतवातातपादिषु
जृम्भाऽगंमर्दो गुरुता रोमहर्षोऽरुचिस्तमः

विशेष पूर्वरूप - वातज - जृम्भा
पित्तज - नयनदाह
कफज - अनन्नाभिनन्दन

Shakti's Classes for Ayurveda

वातज ज्वर	वेपथुर्विषमो वेग, निद्रानाश, वक्त्रवैरस्य, जृम्भाऽऽध्मानं शूलं।
पित्तज ज्वर	तीव्र वेग, निद्राऽल्पत्वं, प्रलाप, कटुता वक्त्र, मुर्च्छादाह मद तृष्णाभ्रम।
कफज ज्वर	रोमहर्षोऽतिनिद्रता, स्रोतोरोध, रुगल्पत्वं मधुरास्यता, प्रतिश्याय।
सन्निपातज	हृद्व्यथा, पक्तिचिरात् दोषाणामुन्मादः श्यावदन्तता रसना परुषा कृष्णा, संधिमूर्द्धास्थिरुजः, प्रलापः स्रोतसां पाकः, कूजनं चेतनाच्युतिः, स्वेदमूत्रपुरीषाणामल्पश सुचिरात् स्रुति।

सन्निपातज विशिष्ट भेद -

अभिन्यास ज्वर - भ्रांतपेक्षीहतस्वर, निर्भुग्नहृदयो भक्तद्वेषी हतप्रभ श्वसन् निपतित्शेते
इसे हतौजस भी कहते है जिसे कृच्छसाध्य मानते है।

विशिष्ट लक्षण-

अभिन्यास	निद्रोपेतम (निद्रा की अधिकता)
हतौजस	क्षीणता (प्रतिदिन क्षीण होते जाना)
सन्यास	सन्यस्तगात्रं (अंगप्रत्यंग शिथिल)

उपरोक्त सभी सन्निपातज होते है।

- **ओजोनिरोधज ज्वर -** ओजो विस्रंसते यस्य पित्तानिलसमुच्छ्रयात, मंदसन्तापवेदनः
- **ज्वरमोक्षपर्याप्त –** 7, 10 व 12 दिन पर
- **वातश्लेष्म ज्वर -** पर्वभेद जृम्भ स्तैमित्य, शिरोग्रहः प्रतिश्याय,
  स्वेदाप्रवर्तन, कास, सन्तापो मध्य वेग।
- **श्लेष्मपित्त ज्वर -** लिप्ततिक्तास्यता, तन्द्रां, मुहुःर्दाहो मुहुःशीतं।
- **वातपित्त ज्वर -** जृम्भा आध्मान मद कम्प पर्वभेद।
- **वातश्लेष्म ज्वर -** शूलकास शीतवेपथुपीनसाः, गौरवारुचिविष्टम्भा।
- **विषम ज्वर -** कृशानां ज्वरमुक्तानां मिथ्याऽऽहार विहारिणाम्

कफस्थान विभाग अनुसार पाँच विषम ज्वर होता है। (संतत - प्रलेपक)

> शोषिणां प्राणनाशनः
>
> दुश्चिकित्स्यतमो मंदः सुकष्टो धातुशोषकृद - प्रलेपक ज्वर

चतुर्थकादिविपर्यय ज्वर - कफ के स्थान हृदय, आमाशय आदि में स्थित दोष दूसरे, तीसरे तथा चौथे दिनों में विपर्यय संज्ञक कृच्छसाध्य विषमज्वरों को उत्पन्न करता है।

- प्रसक्तश्चाभिघातोत्थश्चेतनाप्रभावस्तु यः - ज्वर के लिये
  (अभिघात तथा चेतना से उत्पन्न ज्वर शरीर में सदा बना रहता है।)

सन्तत	लगातार 7, 10 तथा 12 दिन तक रहता है। (अविसर्गी ज्वर) – रसधातु
सतत	अहोरात्रि में दो बार – रक्त
अन्येद्युष्क	दिन में एक बार – मांस
तृतीयक	तीसरे दिन उत्पन्न होता है – मेद
चतुर्थक	प्रति चौथे दिन अता है - अस्थि व मज्जा

रसगत ज्वर	गुरुता हृदयोत्क्लेशः सदनं छर्दयरोचक।
रक्तगत ज्वर	रक्तनिष्ठीवन प्रलापः दाहः स्वेद छर्दन विभ्रम।
मांसगत ज्वर	पिण्डिकोद्वेष्टनं तृष्णा सृष्टमूत्रपुरीषता। उष्मान्तर्दाहविक्षेपग्लानि।
मेदगत ज्वर	प्रलाप भृशं स्वेदतृष्णा दौर्गन्ध्यरोचक ग्लानि असहिष्णुता।
अस्थिगत ज्वर	कुञ्चन श्वास, विरेकछर्दि, विक्षेपणं च गात्राणाम्।
मज्जागत ज्वर	तमप्रदेशनं, हिक्का कास, अन्तर्दाह, महाश्वास, मर्मच्छेदन।
शुक्रगत ज्वर	मरणं, शेफसःस्तब्धता, मोक्ष।

(प्रलाप-रक्त व मेद दोनों)

गम्भीर ज्वर का असाध्य लक्षण - हतप्रभेन्द्रिय क्षीणमरोचकनिपीडनम्।

तीक्ष्णवेग के कारण असाध्य।

Shakti's Classes for Ayurveda

ज्वरवेग -

हीन दोष - 3 दिन तक

मध्यम दोष - 7 दिन तक

अधिक दोष - 10 दिन तक

ज्वर के पूर्वरुप में चिकित्सा -

वातज - पाययेत घृतं स्वच्छं

पित्तज - विरेचन

कफज - वमनं मृदु

- अनवस्थित दोषाग्रे लंघनं दोषपाचनम्।
  ज्वरघ्न दीपनं कांक्षारूचि लाघव कारकाम्।। (लंघन का गुण)- ज्वर की चिकित्सा
- कृश अल्पदोष जीर्णज्वर संसृष्ट दोष पित्तानिल ज्वर - पय का प्रयोग
- तदेव तरुणे पीतं विषवद्धन्ति मानव् - पय के लिए।
- पिप्पल्यादि क्वाथ - श्वसनक ज्वर (वातज ज्वर)
- शृंत शीतकषायं वा गुडूच्याः पेयमेव तु।-वातज ज्वर
- द्राक्षादि क्वाथ - वातज ज्वर
- पित्तज ज्वरी को तृष्णा होने पर - वमन का प्रयोग - आकण्ठ यवायू पिला कर।
- शिंशपादुग्ध - सर्वज्वरापहम
- पञ्चकोल घृत - विषम ज्वर
- पिप्पल्यातिविषाद्राक्षासारिवाबिल्ब चन्दनैः - जीर्ण ज्वर
- कलश्यादि घृत - जीर्ण ज्वर
- महाकल्याणक घृत - 300 वर्ष तक जीवित रहता है।
- पञ्चगव्य घृत - विषम ज्वर
- पञ्चाविकम् घृत , पञ्चाजा घृत, पञ्चमाहिष घृत
- पञ्चसार - दुग्ध, शर्करा, पिप्पली, शहद, घृत - विषम ज्वर, क्षीण श्वास हृदय रोग
- लाक्षादि घृत - जीर्ण ज्वर - बाह्य प्रयोग
- औषधीगन्धविषजै - विषनाशक व पित्तशामक

Shakti's Classes for Ayurveda

- सभी ज्वर में घृत का प्रयोग - 12 दिन पश्चात्
- ज्वरमुक्त लक्षण - लघुत्वं शिरसः स्वेदो

मुखमापाण्डु पाकि

क्षवथुश्चान्नकांक्षा

****

अतिसार प्रतिषेध

- गुदेन बहुद्रवसरणमतिसारः - मधुकोष
- अत्यन्तसरणादतीसारइतिस्मृत - डल्हण

निदान - जलातिरमणैर्वेगविघात, कृमिदोषतः

सम्प्राप्ति - संशम्यापं धातुरन्तःकृशानुं वर्चोमिश्रो मारुतेन प्रणुन्न। व्याधिघोरं।।

भेद- 6 वातज, पित्तज, कफज, सन्निपातज, आमज व शोकज

चरक - शोकज व भयज (शा0 7)

पूर्वरुप - हृन्नाभिपायूदरकुक्षितोद गात्रावसादानिलसन्निरोधाः।

विट्संग अध्मान अविपाक..........।।

लक्षण -

वातज	शूलाविष्टः सक्तमूत्रोऽन्तकूजी, स्रस्तापान सन्नकटिउरुजंघा
पित्तज	दुर्गंध उष्ण वेगवन्मांसतोय।
कफज	तन्द्रा गौरव निद्रा वेगाशंकी, निःस्वनंहृष्टरोमा।
सन्निपातज	तन्द्रा, मोहसाद आस्यशोष, अनैक वर्ण सामान्यतः - कृच्छसाध्य बालवृद्ध - असाध्य
शोकज	काकणन्तीप्रकाशम्, सगन्ध निर्गंध, दुश्चिकित्स्य।
आमज	क्षोभयन्तः कोष्ठं नानावर्ण नैकशःसारयन्ति कृच्छाज्जान्तो