

ПЕРЕКЛАДИ

ISSN 1608-0599 (print)
Shidnij svit, 2017, № 3, pp. 84–99

CHARAKA SAMHITA. THE 7–10 CHAPTERS OF THE FIRST SECTION / TRANSLATION FROM SANSKRIT AND COMMENTS BY D. BURBA

D. Burba
Independent Researcher
boorba@gmail.com

This publication presents the Ukrainian translation of chapters seven through ten of the first section of the fundamental Sanskrit treatise on Ayurveda (traditional Indian medicine) *Charaka Samhita*.

The seventh chapter considers non-suppression of natural urges. In this chapter, negative consequences from the suppression of various natural urges and given remedies are described. At the same time, it is noted that one desirous of his well-being should suppress urges relating to rashness and evil deeds. There are given requirements that, in fact, correspond to the biblical commandments. The author, also, recommend to keep healthy lifestyle, maintain a good social circle and do exercises. Part of the seventh chapter is devoted to the harmonization of diet with a bodily constitution, as well as the prevention of endogenous diseases and diseases caused by external factors.

The eighth chapter first talks about the senses and the psyche. Then it provides instruction on behavior, which is appropriate from the standpoint of religion, morality, social norms and hygiene.

The ninth and tenth chapters are dedicated to the description of the “quadruple of therapeutics”, which are the physician, the medicament, the attendant and the patient. The tenth chapter divides diseases into mild, severe and incurable types. Incurable diseases, in turn, are divided into those that are amenable to palliative treatment or not amenable. Quite interesting is the controversy between the author and his opponent, who says that the physician’s work is useless.

Keywords: Charaka, samhita, Ayurveda, India, Sanskrit, translation, therapy, antiquity

ЧАРАКА-САМХІТА ГЛАВИ 7–10 ПЕРШОГО РОЗДІЛУ / ПЕРЕКЛАД ІЗ САНСКРИТУ ТА КОМЕНТАРІ Д. В. БУРБИ

Продовжуємо публікацію перекладу глав одного з трьох засадничих текстів аюрведи (традиційної індійської медицини) – “Чарака-самхіти”. Цей номер журналу містить глави 7–10 першого розділу. (Попередні глави див. у: [Чарака-самхіта 2017]). Нумерація віршів і прозових параграфів відповідає виданню [Agniveśa’s Caraka Samhita 2008], у якому текст поділено на вірші з двох рядків. Зустрічається й інша структуризація, зокрема санскритський текст, виданий у Калькутті в 1897 році [The Charaka-Samhita... 1897], поділено на більші фрагменти, і в ньому відсутні три дворядкові вірші: один після вірша 7.33 і два після вірша 7.35. Ми їх друкуємо з лівим відступом.

Окрім приписів лікарям та їхнім учням, “Чарака-самхіта” дає загальні поради, адресуючи їх “мудрому”, “здоровому” тощо або просто вживаючи дієслово у формі оптативу. У перекладі доводиться починати речення з “нехай”, додаючи у квадратних дужках слово “людина”. Перекладачеві це створює певні незручності, оскільки санскритське слово *puruṣa* (“людина”, “дух”) чоловічого роду й, відповідно, такий рід мають прикметники, що виступають як його означення. Але в багатьох випадках очевидно, що адресат не є простою людиною. Наприклад, далеко не кожний може виконати вимогу не їсти, “коли руки не прикрашені коштовними каменями” (8.20). Деякі правила нагадують настанови Артхашастри – трактату (I–II ст.), присвяченого різним аспектам діяльності царя¹. У вірші 9.19 наша здогадка отримує експліцитне

підтвердження: там йдеться про того, хто “гідний бути лікарем *царя*”. З огляду на відсутність у давні часи системи грантів умови для написання наукових трактатів мали переважно мислителі, які перебували під особистим покровительством правителя, тому орієнтація тексту на царський двір цілком природна.

У назву сьомої глави винесена перша з тем, які в ній розглядаються: рекомендація не стримувати природні позиви до сечовипускання й дефекації, еякуляції, вивільнення кишкових газів, блювоти й чхання, відрижки, позіхання, слезотечі, а також бажання втамувати голод і спрагу, заснути й бажання видихнути при напрузі. У віршах 5–24 описуються негативні наслідки стримування цих позивів і даються рекомендації щодо усунення таких наслідків. Але далі зазначається, що від необачного й недозволеного, безумовно, треба утримуватися – подумки, у словах і тілесних діях. У віршах 28–29 висувуються вимоги, які фактично збігаються з біблійними заповідями “не кради” і “не чини перелюбу”, тоді як заповіді “не свідкуй неправдиво” і “не вбивай” розширені: “Нехай стримує бажання сказати надмірно жорсткі, брехливі або невчасні слова й не пліткує” та “Які б не помічалися бажання, пов’язані із завданням іншому шкоди шляхом... насилля, – нехай [людина] стримує їх”. Таким чином, тут “Чарака-самхіта”, виходячи за межі суто медичного тексту, піднімається до рівня Святого Письма.

Вірш 31 сьомої глави дає визначення фізичним вправам. Далі описується позитивний ефект від вправ, але читач застерігається від зловживання вправами, причому перелічуються негативні наслідки надмірності у вправах та інших діях. Також наводяться протипоказання для занять фізкультурою. Фізичні вправи – лише одна складова здорового способу життя, тому у віршах 36–38 йдеться ще й про відмову від поганих звичок. Вірші 39–55 присвячені тілесній конституції й узгодженню з нею харчування, профілактиці ендогенних хвороб, а також хвороб, викликаних зовнішніми чинниками. Цікаво, що провина за появу не тільки психічних і соматичних розладів, а й навіть тих хвороб, які викликані вітром, вогнем, травмами тощо, теж покладається на людський розум. (Як твердить народна мудрість, “за дурною головою і ногам горе”). Далі сказано про людей, з якими варто чи не варто спілкуватися. Наприкінці глави несподівано з’являються приписи щодо вживання кислого молока, причому деякі з них потім повторюються в главі 8.

Восьма глава вся прозова (за винятком “підсумкових віршів”). Спочатку в ній йдеться про індрії. Слово *indriya* часто перекладається як “орган чуття”, але треба пам’ятати, що “фізичний орган чуття” і “чуття” – різні речі. Так, зір не зводиться до такого органа, як око, хоча обидва поняття можуть позначатися словом *caḅṣu*. У “Чарака-самхіті” фізичні органи чуття названі “локаціями” (*adhiṣṭhāna*) чуттів. Тринадцятий параграф восьмої глави присвячений “духовним субстанціям”, що мають назву *manas*, *buddhi* та *ātman*. Залежно від контексту слово *ātman* доволі вдало перекладається поняттями “душа / дух” чи “Всесвітня Душа”, а от переклад двох інших термінів словами “розум” (*manas*) та “інтелект” (*buddhi*), безперечно, умовний. Манас – “внутрішній” (тобто не фізичний) орган, який отримує, співвідносить і переробляє інформацію, що надійшла від індрій. З манасом асоціюються бажання, сумніви, пам’ять тощо. Функцією ж буддгі називається здатність відрізнити істинне від неістинного й приймати рішення стосовно того, що треба робити, а що не треба [Лунный свет санххьі 1995].

За розглядом аспектів, пов’язаних з індріями та психікою, йдуть настанови щодо правильної (з огляду на релігію, мораль, соціальні норми та гігієну) поведінки. Разом зібрані приписи різного роду: від “нехай не колується в носі” до “нехай не говорить неправди, не бере чужого, не бажає чужої жінки й власності, не буде ворожим і не коїть гріхів, не грішить навіть стосовно грішників”. Окремі параграфи присвячені спілкуванню з жінками та читанню. Оскільки очевидно, що на всі випадки життя правил не придумаєш, глава закінчується розумним зауваженням:

“І якщо десь щось інше, про що не сказано тут, шанується як правильна поведінка, воно теж завжди приймається Атреєю”.

Дев’ята глава визначає хворобу як невірноважений стан тканин організму (dhātu) й називає метою терапії повернення їх до рівноваги. Називаються чотири складові процесу лікування: хворий, лікар, ліки й той, хто безпосередньо доглядає за хворим. Про типовість для давньоіндійської медицини цього переліку свідчить, зокрема, те, що він міститься й у видатній пам’ятці давньотамільської літератури “Тірукурал” [Тирукурал 2014]. Низка віршів дев’ятої глави присвячені опису якостей “чотирьох складових терапій”, причому найбільша увага приділяється лікареві як “головному чиннику” одужання.

Десята глава проголошується поглибленням дев’ятої. У ній перші шість параграфів прозові. Певний інтерес викликає дискусія автора зі скептиком і фаталістом Майтреєю, який вважає, що позаяк померти чи одужати можуть як ті хворі, котрі не лікувалися, так і ті, яких лікували, то в лікуванні сенсу немає. Такий закид не залишається без уваги, й автор, захищаючи свою професію, пояснює, що хвороби поділяються на виліковні й невиліковні. З другими не може впоратися навіть досвідчений лікар, а якщо усе ж візьметься за лікування – вочевидь, мотивом тут є корисливість, – то, навпаки, втратить багатство, знання й репутацію, отримає осуд і позбавиться покровительства. Решту глави присвячено опису відмінностей легких хвороб від важких, а також ознак тих невиліковних хвороб, які піддаються паліативному лікуванню (коли стан пацієнта тимчасово може навіть покращитися) чи не піддаються йому. Усі глави завершуються підсумковим переліком їхнього змісту.

Розділ I. Загальні положення (sūtrasthāna)

Глава 7. Нестримування природних позивів (na vegān dhāraṇīya)

[Третя з чотирьох глав про здоров’я (svastha)]

7.1 Отже, роз’яснення глави “Нестримування природних позивів”.

7.2 Так сказав Бгагаван Атрея:

7.3 Нехай мудрий не стримує позивів до сечовипускання й випорожнення, сім’явипорскування, вивільнення кишкових газів, блювоти й чхання;

7.4 не стримує відрижку, позіхання, сльози, бажання втамувати голод і спрагу, заснути й бажання видихнути, [що з’являється] від напруги.

7.5 Від стримування цих позивів бувають різні хвороби. Заради лікування їх почуй від мене окремо про кожну.

7.6 Стримування позиву до сечовипускання викликає біль у сечовому міхурі й пенісі, біль при сечовипусканні, головний біль, зігнутість [тіла] й напруженість у пахвинній ділянці.

7.7 При затримці сечі рекомендуються спітніння (sveda)², ванна, масаж, назальні краплі (avarīḍaka) на топленому маслі (sarpiṣa) й три види басті-карми³.

7.8 Біль у животі, головний біль, затримка випорожнення й [кишкові] гази, стискання пеніса (piṇḍikodveṣṭana)⁴, розтягнення живота – [це] буває при стримуванні позиву до дефекації.

7.9 При затримці випорожнення корисні спітніння, масаж, ванна, супозиторії та клізма, а також їжа й питво з проносними властивостями.

7.10 При стримуванні позиву до випорскування сімені буває біль у пенісі, яєчках, тілесне нездужання, біль у серці, а також затримка сечі.

7.11 У цьому [випадку] пропонуються масаж, ванна, вино (madirā), курятина, [рис] шалі (śāli), молоко, [клізма] ніруха й статевий акт.

7.12 Через стримування позиву до випускання кишкових газів виникає затримка випорожнення, сечі й газів, розтягнення [живота], біль, виснаження та інші абдомінальні розлади, викликані ватою⁵.

7.13 У цьому випадку приписується змашування олією, спітніння, супозиторії, прийняття вітрогінної їжі й питва та клізма.

7.14 Свербіж, кропивниця, небажання [їсти], темні цятки на обличчі (vyaṅga), набряк, блідість, пропасниця, куштха⁶, нудота й бешихове запалення – розлади, що викликаються стримуванням позиву до блювоти.

7.15 У такому випадку приписується терапевтична блювота, [вдихання] диму [лікарських трав], піст, кровопускання, нежирна їжа й питво, фізичні вправи й проносне.

7.16 Через стримування бажання чхнути можуть бути кривошия, головний біль, параліч лицевого нерва (ardita), мігрень та слабкість органів чуття.

7.17 У цьому випадку – масаж голови й шиї, спітніння, [вдихання] диму [лікарських трав] і назальні краплі. Корисні також їжа, що заспокоює вату, і топлене масло, вжите після їди.

7.18 Гикавка, задишка (śvāsa), небажання [приймати їжу], тремор, перешкоджання [роботі] серця й легенів – через стримування відрижки. Засоби такі само, як при гикавці.

7.19 Викривлення, конвульсії, заціпеніння, тремор, здригання тіла – через стримування позіхання. У цьому випадку [для лікування додатне] усе, що полегшує [дошу] “вата”.

7.20 Виснаження, слабосилля, поганий колір обличчя, нездужання, небажання [приймати їжу], запаморочення – через протидію відчуттю голоду. У цьому випадку [приписується] масна гаряча легка їжа.

7.21 Сухість у горлі й у роті, глухота, виснаження, слабкість, біль у серці – через невтамування спраги. У цьому випадку бажане холодне питво.

7.22 Нежить, очні хвороби, хвороби серця, небажання [приймати їжу], запаморочення – через протидію сльозотечі. У цьому випадку [приписуються] сон, вино, приємна бесіда.

7.23 Позіхання, млосність, дрімота, головний біль і важкість в очах – через протидію [бажанню] спати. У цьому випадку [приписуються] сон і масаж.

7.24 Стимування дихання при фізичному навантаженні призводить до збільшення селезінки, хвороб серця й зомління. У цьому випадку корисні сон і процедури, що ослаблюють вату.

7.25 Це були описані хвороби, викликані стримуванням природних позивів. Нехай той, хто бажає, щоб ці [хвороби] не виникали, не стримує ці позиви.

7.26 Але хай той, хто бажає собі добра після смерті й тут, [у земному житті], утримується від необачного й недозволеного – подумки, у словах і тілесних діях.

7.27 Нехай мудрий стримує бажання, викликані жадібністю, горем, страхом, гнівом, пихою, безсоромністю, ревнощами, надмірною прив’язаністю й хіттю⁷.

7.28 Нехай стримує бажання сказати надмірно жорсткі, брехливі або невчасні слова й не пліткує.

7.29 Які б не помічалися бажання, пов’язанні із завданням іншому шкоди шляхом насолоди жінкою, крадіжки, насилля, – нехай [людина] стримує їх.

7.30 Людина з незаплямованою репутацією (puṇyaśabda), безгрішна в думках, словах і тілесних діях, щасливо насолоджується плодами дгарми, артхи й ками⁸.

7.31 Рухи тіла, які здійснюються задля зміцнення [організму] й щоб стати сильнішим, вважаються фізичними вправами. Нехай [людина] займається ними помірно.

7.32 Завдяки вправам отримуються [тілесна] легкість, здатність діяти, міцність [тіла], витривалість, а також послаблюються доші⁹ й покращується травлення.

7.33 Надмірні вправи викликають втому, слабкість, спрагу, кровотечу, задишку (pratāma), кашель, пропасницю, блювоту й виснажують.

7.33.1 Піт, часте дихання, легкість у тілі, навантаження на серце та ін. [органи] – це [нормальні] ознаки вправ.

7.34 Мудрий не повинен надмірно займатися вправами та сексом, [надмірно] сміятись, розмовляти, ходити й не спати [вночі] – хоча б і звик [до цього].

7.35 Хто надмірно займається цим і подібним до цього, нагло гине, наче лев, котрий тягне слона.

7.35.1 Людям, котрі ослаблені надлишком сексу, підняттям тягара, ходьбою, охопленим гнівом, горем, страхом, виснаженням,

7.35.2 дітям, старим, людям [з тілесною конституцією] “вата” й тим, хто багато говорить, а також голодним і спраглим вправи протипоказані.

7.36 Розумна людина послідовно відмовляється від поганих звичок і послідовно виробляє добрі. Послідовність наводиться тут.

7.37 Послідовність для цих двох [видів звичок]: [спочатку погана звичка] зменшується на одну частину [свого обсягу] [й замінюється доброю звичкою], потім на другу [частину] від попереднього й на третю так само.

7.38 Поступово зменшені недоліки невідворотно зникають, а отримані чесноти стають непорушними.

7.39 Спостерігається [така картина]: в одних людей від зачаття повітря, пітта й капха в рівній [кількості], а в інших [організм] належить до типу “вата”, “пітта”, “капха”.

7.40 З них перші не потерпають [від хвороб], а ті, у кого [тілесна конституція] “вата” й так далі, завжди потерпають. Тілесна конституція (deha-prakṛti) називається згідно з дошами.

7.41 Засіб підтримки здоров'я – прийняття того, що протилежне цим якостям [трьох дош]. Тим, у кого врівноважені доші, приписується їжа, у якій всі смаки присутні в рівній кількості.

7.42 Два отвори знизу [тіла], сім у голові й [ще є] пори для поту. Вони блокуються при розладах та надлишковому виділенні нечистот.

7.43 Нехай [лікар] знає, що важкість у шляхах виведення нечистот та їхній збільшений обсяг – від надлишкового виділення, а легкість і зменшена кількість нечистот – від зменшеного.

7.44 Розпізнавши хворобу за цими ознаками дош, нехай [лікар] усуває причину хвороби протилежним, беручи до уваги дозу й час.

7.45 Хто не дотримується здорового способу життя, той підвладний цим та іншим хворобам. Тому нехай здоровий дотримується здорового способу життя.

7.46 У місяці початку весни й, знову ж таки, на початку сезону дощів та на початку суворого [місяця] (sahasya-prathame) нехай [людина] позбувається накопичених дош¹⁰.

7.47 Нехай мудрий завжди спочатку застосує змашування тіла олією, а потім – спітніння й басті-карму та назальну терапію

7.48 в правильній послідовності. Потім хай той, хто знає [відповідний] час, застосує омолоджувальні препарати та афродизіаки.

7.49 У здорових тканинах тіла (dhātu) хвороби не з'являються, тканини нормально ростуть, і уповільнюється їхнє старіння.

7.50 Це було вказано на спосіб попередження ендогенних захворювань. Про [хвороби], що мають зовнішню причину, буде сказано окремо.

7.51 У тих хворобах, що викликані злими духами (bhūta), отрутою, вітром, вогнем, травмами тощо, [теж] винен людський розум (prajñā).

7.52 І сказано, що такі психічні вади, як злість, смуток, страх, гнів, пиха, ненависть тощо, теж виникають з вини розуму.

7.53 Усунення хиб розуму, заспокоєння чуттів, знання часу, місця, себе й правильна поведінка запобігають

7.54 [хворобам], що приходять іззовні. Нехай мудрий знає цей вказаний благотворний шлях і йде ним.

7.55 Мудрість настанов шановних знавців і сприйняття [її] – засіб запобігти виникненню хвороб і вилікувати ті, що виникли.

7.56 Ті, що діють, говорять і думають гріховно, пліткують, люблять чвари, в'їдливі, жадібні, заздрісні до чужого благополуччя, жорстокі,

7.57 які полишили дгарму¹¹, люблять обмовляти інших, перемінливі, служать ворогу, безжалюгідні, – ниці люди (nagādhamā), яких треба уникати.

7.58 Ті, що досягли зрілості через [свої] знання, мудрість, вік, поведінку, терпіння, пам'ять і медитацію, служать старшим, знають свою природу, не знервовані,

7.59 доброзичливі до всіх істот, умиротворені, дотримуються слова, говорять про шлях праведності, гідні того, щоб їм служити. [Іх] корисно бачити й чути.

7.60 Нехай мудрий, який бажає [собі] щастя тут і в наступному, [потойбічному світі], дотримується здорового харчування, способу життя й поведінки.

7.61 Не треба їсти густе кисле молоко (dadhi) ані на ніч, ані без топленого масла й цукру, ані без юшки із зеленого горошку (munga-yūśa), ані без меду, ані без ама-лаки¹² або гарячим.

7.62 Тому, хто любить кисле молоко, але ігнорує приписи [щодо його вживання], загрожують хвороби: пропасниця, кровотеча, бешихове запалення, куштха, анемія, запаморочення, жовтуха.

Підсумкові вірші

7.63 Природні позиви, розлади, викликані ними, і їхнє лікування, бажання, які потрібно стримувати, корисне і шкідливе,

7.64 послідовність відмови від поганих звичок і вироблення корисних, харчування відповідно до тілесної конституції, хвороби, лікування розладів, пов'язаних зі шляхами виведення шлаків [з організму],

7.65 профілактика захворювань, ліки, люди, яким треба служити, а також ті, яких розумна людина має уникати,

7.66 правила вживання кислого молока – усе це повідав мудрець, син Атрі¹³, у главі “Нестримування природних позивів”.

Так у трактаті Агнівеші, відтвореному Чаракою, у розділі “Загальні положення” (ślokaśthāna)¹⁴ закінчується сьома глава, що має назву “Нестримування природних позивів”.

Глава 8. Підхід до органів чуття (indriyopakramaṇya)

[Четверта з чотирьох глав про здоров'я (svastha)]

8.1 Отже, роз'яснення глави “Підхід до органів чуття”.

8.2 Так сказав Бгагаван Атрея.

8.3 Воістину, тут [є] п'ять органів чуття (indriya), п'ять субстанцій чуттів, п'ять локацій чуттів, п'ять об'єктів чуттів, п'ять сприйнять чуттів¹⁵. Так сказано про органи чуття.

8.4 Але розум (manas), знову ж таки, вищий за органи чуття. Він відомий під назвою “саттва”; дехто називає його “четас”. Його діяльність визначається його контактами зі своїми об'єктами й душею.

8.5 Через відхилення [розуму] – самого по собі й під впливом чуттів і бажань, а також саттви, раджасу й тамасу¹⁶ – здається, що в однієї людини розум не один. Але, звичайно, [в однієї людини] не багато розумів, а один. Він не задіює одночасно кілька [органів сприйняття], тому всі чуття не діють одночасно.

8.6 Вчать, що яка гуна переважає в розумі, такий, звісно, і розум – через [його] зв'язок з переважаючою [гуною]¹⁷.

8.7 Чуття здатні сприймати об'єкти, лише будучи з'єднаними з розумом.

8.8 П'ять чуттів – це зір, слух, нюх, смак і здатність відчувати дотик.

8.9 П'ять субстанцій чуттів: ефір, повітря, вогонь, вода й земля.

8.10 П'ять локацій чуттів: очі, вуха, ніздрі, язик і шкіра.

8.11 П'ять об'єктів чуттів: звук, дотик, образ, смак, запах.

8.12 П'ять сприйнять чуттів: зорове сприйняття й так далі. Вони, знову ж таки, породжені поєднанням чуттів, об'єктів чуття, розуму й душі. Вони швидкоплинні й визначальні (niścauātmikā).

Це було сказано про п'ять п'ятирок.

8.13 Розум (manas), об'єкти розуму, інтелект (buddhi), душа – духовні (adhyātma) субстанції та якості. Поєднання [їх] є причиною здійснення й нездійснення праведного й гріховного. Говориться так: “Виконання дії залежить від субстанції”.

8.14 [Чуття] пізнаються умовиводом¹⁸. [Вони] складаються з поєднання п'яти “великих [матеріальних] елементів” (mahābhūta). Проте в таких чуттях, як зір, слух, нюх, смак і здатність відчувати дотик, переважають, відповідно, вогонь, ефір, земля, вода й повітря. Яка специфічна природа чуття, такі об'єкти воно й сприймає – через власну природу та її всюдисущість¹⁹.

8.15 Надмірний зв'язок, відсутність зв'язку та хибний зв'язок чуттів та розуму з об'єктами призводять до викривлень. Це шкодить сприйняттю. І, знову ж таки, завдяки правильному використанню [чуття] перебувають у нормальному стані й сприйняття покращується.

8.16 Але об'єкт розуму – мислення. Правильне, надмірне, неправильне використання й невикористання розуму й чуттів бувають причиною природного й ненормального психічного стану.

8.17 Там, [у нормальному стані], розум і чуття не розтривожені. Задля збереження їхнього спокою треба докладати зусилля щодо збереження їхнього природного стану. Це досягається завдяки виконанню дій після всебічного розгляду розумом і чуттями, а також дії, що протилежна властивостям місця, часу й своїх якостей. Тому хай той, хто бажає собі добра, завжди пам'ятаючи про це, дотримується правильної поведінки.

8.18 Хто дотримується цього, той досягає одразу двох цілей: здоров'я й перемоги над чуттями. Я опишу, Агнівешу, цю правильну поведінку цілком.

Нехай людина шанує богів, корів, брахманів, наставників (guru), старших, тих, хто досяг духовної досконалості, й учителів (ācārya). Нехай робить підношення вогню. Нехай тримає [в себе] лікарські трави. Нехай двічі на день, [вранці і ввечері], здійснює обряд [“сандг'я”]. Нехай регулярно очищує шляхи, якими нечистоти виходять [з тіла], і ноги. Нехай тричі протягом кожної половини місяця стриже волосся [на голові], бороду, нігті й видаляє волосся на тілі. Нехай завжди носить пристойний одяг. Нехай завжди будуть квіти (sumanas)²⁰ і пахощі, [нехай людина буде] добре одягнута, з розчесаним волоссям, з головою, вухами, ніздрями й стопами, завжди змащеними олією, нехай вдихає дим [лікарських трав], говорить першою²¹, має добрий вираз обличчя, захищає в біді, робить ритуальне uzливання у вогонь, здійснює релігійні церемонії, роздає милостиню, кланяється на перехрестях, робить підношення “балі”²², шанує гостей, підносить пінду²³ [померлим] предкам, своєчасно промовляє добрі, зважені, приємні слова. Нехай буде душею, котра опанувала себе, дгармічною душею, завзятою до роботи, але не до її плодів, не замислює [поганого], буде відважною, скромною й мудрою, з розумом, сповненим ентузіазму, вмілою, витривалою, дгармічною, правовірною²⁴, послідовницею учителів, які досягли досконалості й вирізняються помірністю, розумом, вченістю, мають високе походження й поважний вік. [Нехай] користується парасолькою, ціпком і маулі²⁵.

Нехай ходять, дивлячись перед собою лише на довжину ярма (yuga-mātra), поводитися добре й має добрі манери. Нехай уникає брудного одягу, кісток, колючок, нечистого волосся, полови, сміття, попелу, черепків, місць омовіння. Нехай припиняє вправи до [появи] втоми. Нехай буде дружньою до усього живого, милостивою до бідних, правдивою й заспокійливою [за своєю] природою, примиряє гнівних, заспокоює наляканих, терпить чужі різкі слова, позбавляє від нетерпимості, дивиться [на все] урівноважено, усуває причини прив'язаностей і неприязні.

8.19 Нехай не говорить неправди, не бере чужого, не бажає чужої жінки й власності. Нехай не буде ворожою і не коїть гріхів, не грішить навіть стосовно грішників. Нехай не говорить про чужі недоліки й не видає чужих таємниць. Нехай не спілкується з неблагочестивими, тими, хто ненавидить “Індру людей”²⁶, божевільними, пропащими, негідними, тими, хто вбиває зародок, нищими, осоружними.

Нехай не їздить на небезпечних засобах пересування, не сидить [на низькому], висотою до колін, твердому сидінні, не спить на ліжку, не устеленому або на якому нема подушок, маленькому або нерівному. Нехай не ходить нерівними гірськими схилами, не залазить на дерево, не купається в бурхливій річці. Нехай не наступає на тінь членів [своєї] сім'ї [або представників благородної сім'ї]. Нехай не ходить там, де горить вогонь, не сміється голосно й не випускає голосно газу. Нехай не позіхає, не чхає й не сміється, не прикривши рота рукою. Нехай не колується в носі, не скрегоче зубами, не видає звуки нігтями, не б'є по кістках, не шкребе землю, не зрізає траву, не роздушує грудки землі, не надає частинам тіла неправильного положення. Нехай не дивиться на небесні тіла й небажані та нечисті предмети і на те, що засуджують. Нехай не вимовляє [мантру]²⁷ “хум” перед трупом. Нехай не наступає на тінь священного дерева, хоругви, учителя, шанованої людини й недостойної людини. Нехай не відвідує вночі храмові приміщення, священні дерева, двори, перехрестя, сади, місця кремації й забою худоби, також хай не входить сама в самотній будинок чи ліс. Нехай не спілкується з жінками, друзями й слугами, поведінка яких погана. Нехай не ворогує з добрими людьми й не дружить з поганими. Нехай не любить поганих вчинків. Нехай не здійснює неблагородних або жахаючих вчинків. Нехай не проявляє надмірного геройства й надмірності в сні, перебуванні без сну, купанні, питті та їді. Нехай не сидить довго з піднятими колінами. Нехай не підходить до змій, ікластих та рогатих тварин. Нехай уникає східного вітру, сонця, снігу й бурі. Нехай не сіє розбрат. Нехай не підходить до вогню, не зосередившись і не ополоснувши [рота й рук] після їди. Нехай не гріється над вогнем. Нехай не купається, не відпочивши, не прополоскавши рота або оголеною. Нехай не торкається голови тим, у чому купалася, й не б'є (abhiḥanyāt) по кінчиках волосся. Нехай не вдягається після купання в те саме вбрання. Нехай не виходить [з дому], не торкнувшись коштовного каменя, топленого масла, стіп шанованих старших, предметів, що приносять таланти, і квітів. Не треба проходити повз шанованих осіб і сприятливих предметів лівим боком, а повз інші – правим.

8.20 Нехай не їсть, коли руки не прикрашені коштовними каменями, не помившись, у поношеному одязі, не проголосивши мантру, не зробивши підношення богам, померлим предкам, учителям, гостям і підопічним, без запашних субстанцій і гірлянд, із немитими руками, стопами й обличчям, не прополоскавши рота, з обличчям, зверненим на північ, зі стривоженим розумом, в оточенні вульгарних небгактів²⁸, нечистих та голодних осіб, з нечистого посуду, у негожому місці й непідходящій час, у багатолюдному місці, не зробивши спочатку узливання у вогонь, не окропивши святою водою, без освячення мантрами, зі зневажливим ставленням до їжі. [Нехай не їсть] нечистої їжі та їжі, яку подали вороги.

Нехай не приймає несвіжої їжі, окрім м'яса, коренів, сухофруктів і [сушених] овочів, а також солодоці. Нехай не з'їдає усе без залишку, окрім кислого молока, меду, солі, підсмаженого борошна й топленого масла. Нехай не їсть кислого молока

на ніч. Нехай не їсть підсмажене борошно, не змішавши його з топленим маслом і цукром, на ніч, після їди, у великій кількості, більше ніж раз на добу, між питтям води, розгризаючи зубами.

8.21 Нехай [людина] не чхає, не їсть і не спить зігнутою та не займається іншою справою, коли відчуває природні позиви. Нехай не плює, не випорожнюється й не мочиться проти вітру, перед вогнем, водою, місяцем, сонцем, брахманами, учителями. Нехай не мочиться на дорогу, у громадських місцях, коли їсть. Нехай не плюється й не шмаркається під час джапи²⁹, релігійних ритуалів, читання [Святого Письма], ритуальних підношень та [інших релігійних] дій.

8.22 Нехай [чоловік] не зневажає жінок і не надто на них покладається. Нехай не відкриває їм таємниці й не довіряє їм. Нехай не кохається з жінкою під час менструації, із хворою, нечистою, небажаною, непривабливою, з поганими манерами й поведінкою, невмілою, не закоханою, яка кохає іншого, чужою жінкою, [жінкою] іншого походження. [Нехай не займається сексом] не в піхву³⁰, під священним деревом, у [громадських] дворах, на перехрестях, у садах, місцях кремації, на бійнях, у воді, у лікарнях, у будинках брахманів і вчителів та в храмах, під час [ранкових та вечірніх] сутінок, у несприятливі [з погляду астрології] дні, будучи нечистим, не прийнявши афродизіаків, без особливого бажання, без ерекції, не поївши, переївши, у непевному місці (*viśamasta*), при бажанні випорожнити сечовий міхур, після зусиль, вправ, під час посту, втомленим, не в приватному місці.

8.23 Нехай не говорить погано про гідних людей та вчителів. Будучи нечистим, нехай не вчиняє магічних дій (*abhicāra-karma*), не поклоняється священним деревам (*śaitya*)³¹, не вшановує шановних і не читає [священні книги].

8.24 Нехай не займається читанням (*adhyaṅana*) при неналежному освітленні, коли сяйво в просторі згасає, при мерехтливому світлі, під час землетрусу, великих свят, падіння метеорів, сонячного й місячного затемнень, [ранкового й вечірнього] присмерку, не діставши дозволу від учителя. Нехай не читає, ковтаючи звуки, не знижуючи [де треба] тон чи грубим голосом, з неправильними наголосами, не ритмічно (*anavasthita*), надто швидко, надто повільно, з надмірними паузами, надто високим чи низьким голосом.

8.25 Не слід порушувати правила й виходити за рамки норм поведінки. Нехай [людина] не ходить уночі чи в неприйнятному місці. Нехай під час [ранкового й вечірнього] присмерку не віддає данину їді, жінкам та сну. Нехай не дружить з дітьми, старими, жадібними, дурними, згорьованими та євнухами. Нехай не буде схильності до вина, азартних ігор та блудниць. Нехай не виставляє напоказ потайні частини тіла. Нехай нікого не ображає. Нехай не буде зазнайкуватою, невмілою, невічливою³² чи наклепником. Нехай не ображає брахманів і не б'є дрючком корів. Нехай не розмовляє грубо зі старшими, учителями, юрбами (*gṛāṇa*), царями. Нехай не говорить надто багато и не спрваджує друзів, відданих осіб, тих, хто допоміг у скруті, і тих, хто знає таємниці.

8.26 Нехай [людина] не буде нетерплячою та надто зарозумілою, з поганим характером, поведінкою, манерами, завжди мінливою (*viśāṅin*), такою, яка не турбується про слуг, не довіряє рідним, насолоджується сама, вірить усім чи всіх підозрює.

8.27 Нехай не відкладає справи на потім і не береться [за них] необдуманно. Нехай не буде рабом чуттів (*indriya-vaśa-ga*) і не дає неспокійному розуму (*manas*) блукати. Нехай не перевантажує інтелект (*buddhi*) і чуття. Нехай не зволікає³³.

8.28 Хай той, хто бажає собі добра, не здійснює, будучи нечистим, приношення вогню топленого масла, рисового зерна, зерен кунжуту, трави куша³⁴ та гірчичних зерен. Торкнувшись води зі словами “апо хі штха”³⁵, слід сказати: “Нехай вогонь не покине моє тіло. Нехай Ваю³⁶ дасть мені енергію життя³⁷. Нехай Вішну³⁸ дасть мені силу. Нехай Індра дасть мені відвагу (*vīrya*). Нехай увійдуть у мене цілющі (*śiva*) води”.

Очистивши двічі губи й стопи, нехай окропить водою всі отвори в голові³⁹, серце, голову й [подумки] душу.

8.29 Нехай [людина] буде прихильником брахмачар'ї⁴⁰, знання, благодійності, дружності, співчуття, щастя, неприв'язаності та умиротворення.

Підсумкові вірші

8.30 У розділі “Підхід до органів чуття” описані “п'ять п'ятірок”, розум, причина з чотирьох складових (hetu catuṣṭaya) та повністю – правильна поведінка.

8.31 Хто старанно дотримується цих правил підтримання здоров'я, без хвороб живе сто років і не позбувається життя [передчасно].

8.32 Отримавши славу у світі людей, уславлений праведними (sādhu), [він] здобуває дгарму й артху та стає другом істот.

8.33 [Він після смерті] досягає вищих світів творців чистих і добрих справ. Тому хай усі завжди дотримуються цих правил поведінки.

8.34 І якщо десь щось інше, про що не сказано тут, шанується як [правильна] поведінка, воно теж завжди приймається Атреєю.

Так у трактаті Агнівеші, відтвореному Чаракою, у розділі “Загальні положення” закінчується восьма глава, що має назву “Підхід до органів чуття”.

Так закінчується четвірка [глав] про здоров'я (svastha).

Глава 9. Стислий [опис] чотирьох складових [терапії] (khuḍḍāka-catuṣpāda)

[Перша з чотирьох глав про особливості (nirdeṣa)]

9.1 Отже, роз'яснення глави “Стислий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

9.2 Так сказав Бгагаван Атрея.

9.3 Лікар, [лікарські] субстанції, доглядальниця, хворий – чотири складових [терапії]⁴¹. Треба знати, що від їхніх якостей залежить лікування хвороби.

9.4 Хвороба – це невірноваженість дгату⁴². [Їхня] рівновага називається здоров'ям. Здоров'я ще називають радістю, а хворобу – стражданням.

9.5 Вплив чотирьох славетних (śasta) [складових], починаючи з лікаря, на розбалансовані дгату з метою їхнього урівноваження відомий як терапія (cikitsā).

9.6 Треба знати про такі якості [доброго] лікаря: добре знання писань, великий досвід, вмілість і чистота.

9.7 Сказано, що чотири властивості [добрих] [лікарських] субстанцій – це достатня кількість (bahutā), прийнятність, різноманіття лікарських форм та дієвість.

9.8 Знання про догляд за хворим, умілість, турботливість та чистота – чотири якості [доброго] доглядальника⁴³.

9.9 Пам'ять, слухняність, безстрашність, а також здатність сформулювати скарги (jñāraakatva) відомі як якості [доброго] пацієнта.

9.10 Відомо, що шістнадцять якостей чотирьох складових [терапії] – причина успіху в лікуванні, але з них головне – освічений лікар, який керує й прописує.

9.11 Як у кухаря знаряддя – казан, хмиз і вогонь – і як у переможця [фактори] перемоги – позиція, армія та зброя, –

9.12 так для успіху [в лікуванні] знаряддя лікаря (vaidya) – це [решта три] складових, починаючи з хворого. У лікуванні головний лікар (bhiṣak).

9.13 Як глина, [гончарський] круг, шнур та інше [не створять глека] без гончаря, так без лікаря трійка складових не приводить до бажаного результату.

9.14 Подібно до міста гандгарвів⁴⁴ найтяжчі недуги зникають або швидко посилюються, очікуючи [застосування] відповідного засобу.

9.15 Коли є трійця [інших] складових, [перебіг хвороби] залежить від того, обізнаний лікар чи необізнаний. Краще позбутися життя, ніж лікуватися в лікаря-невігласа.

9.16 Як незрячий, не знаючи [оточення], пересувається, з острахом [намацуючи предмети] руками; як човен [пливе] з волі вітру, так незнаючий лікар здійснює лікування.

9.17 Самозваний лікар (bhiṣaṃmānin) може випадково вилікувати того, чия тривалість життя певна, але він швидко погубить сотні тих, у кого непевна тривалість життя⁴⁵.

9.18 Тому про досвідченого лікаря, який розбирається в писанні, знає цілі й діє правильно, сказано як про рятувальника життя.

9.19 У кого є чотиристороннє знання – про причину (hetu), діагностику (liṅga), лікування (praśama) та профілактику (arunarbhava) захворювань, той гідний бути лікарем царя⁴⁶.

9.20 Переваги та недоліки зброї, писань та води виявляються залежно від їхнього власника. Тому нехай [лікар] очищує [свій] розум заради правильного лікування.

9.21 Знання, допитливість, проникливість, пам'ять, сумлінність, наполегливість – у кого є ці шість якостей, мета⁴⁷ в того не втрачається.

9.22 Знання, розум (mati), досвід, практика, успіх [у лікуванні] та покровительство [наставника] – будь-якої з цих [якостей] достатньо, щоб назвати [лікаря] словом “вайд’я”⁴⁸.

9.23 Але кому властиві всі ці чесноти – знання й так далі, – той дарувальник радості істотам по-справжньому вартий звання “вайд’я”.

9.24 Писання – світло для освітлення; свій розум – зір. Лікар, у якого добре поєднується те й інше, не помиляється в лікуванні.

9.25 При лікуванні три [інших] складових залежать від лікаря, тому нехай лікар докладє зусилля заради збагачення своїх чеснот.

9.26 Дружелюбність, співчуття до хворого, любов, турбота про здоров’я істот – лікарське правило, що складається з чотирьох складових (caturvidha).

Підсумкові вірші

9.27 Чотири складових терапії, кожна з яких має чотири якості і з яких головна складова – лікар; його якості,

9.28 розум, знання і духовне ставлення (brāhmī), що складається з чотирьох складових, – все це висвітлено в цій [главі] “Стислий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

Так у трактаті Агнівеші, відтвореному Чаракою, у розділі “Загальні положення” закінчується дев’ята глава, що має назву “Стислий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

Глава 10. Розгорнутий [опис] чотирьох складових [терапії]

(mahā-cattusṛāda)

[Друга з чотирьох глав про особливості (nirdeṣa)]

10.1 Отже, роз’яснення глави “Розгорнутий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

10.2 Так сказав Бгагаван Атрея.

10.3 Лікарі називають терапію такою, що має чотири складові та шістнадцять частин. Як сказано в попередній главі, є шістнадцять якостей. “[Правильна] терапія (bheṣaja) – дієвий засіб повернення здоров’я”, – так сказав Бгагаван Пунарвасу Атрея.

10.4 Майтрея [каже]: “Ні, не так. Які підстави [твердити це]? Видно, що деякі люди, які володіють собою (ātmanant), маючи ліки й доглядальника, завдяки лікуванню вмілим лікарем піднімаються [з ліжка, на якому лежали хворими]. Інші, маючи те саме, помирають. Отже, лікування нічого не дає. Це як вилити трохи води в канал чи ставок або висипати жменю пилу в плинну річку чи на купу порошу. І видно, що [ще] інші [люди], які не володіють собою (ātmanant), не маючи ліків і доглядальника, без лікування вмілим лікарем [все одно] піднімаються [з ліжка, на якому лежали хворими]. А інші в такій само ситуації (tathāyukta) помирають. Таким

чином, той, хто лікується, досягає мети, [тобто стає здоровим], [а в іншому разі] той, хто лікується, помирає. Той, хто не лікується, [також] досягає мети, [тобто стає здоровим], [а в іншому разі] той, хто не лікується, [також] помирає. Тому думається, що лікування не відрізняється від нелікування”.

10.5 “Майтрейю, хибні твої міркування, – так [відповів] Атрея. – Чому (кім *kāraṇam*)? [Тому, що] сказане про хворих, які помирають [начебто] від застосування терапії з шістнадцятьма якостями, звісно, не відповідає [дійсності]. При лікуванні хвороб терапія не буває недієвою. Знову ж таки, ті хворі, котрі одужують без лікування, при [правильному] лікуванні відновили б здоров’я швидше й повніше. Це як при підніманні людини, яка впала: вона може встати й сама, але з допомогою тих, хто піднімає [її], вона встане швидше, без зайвих зусиль.

Стосовно тих, хто помирає, хоча й пройшов повний курс лікування: не всі ті хворі, які лікувалися, піднімаються [з ліжка, на якому лежали хворими], через те що не всі хвороби виліковні. Виліковні хвороби усуваються лікуванням, невиліковні не піддаються лікуванню. Навіть знаючий лікар не вилікує смертельно хворого пацієнта. Вмілий лікар проводить дослідження. Як навчений лучник, який регулярно тренується, не схибить, [стріляючи] у велике тіло, що стоїть не дуже далеко, і його зусилля будуть успішними, так лікар із чеснотами й засобами лікування, який здійснює [лікувальні] дії після відповідного розгляду, бездоганно вилікує виліковного хворого. Тому не[правильно казати, що] лікування не відрізняється від нелікування”.

10.6 І нам очевидно, що ми лікуємо хворого через зцілювальну терапію, зміцнюючи ослабленого. Підкріплюємо худих і виснажених. Гладким і розжирілим приписуємо піст (*aparāṇa*). Впливаючи холодом, перемагаємо жар; впливаючи теплом, перемагаємо холод. Надолужуємо нестачу дгату, зменшуємо [їхній] надлишок. Лікуванням, [що чинить вплив], протилежній причині хвороби, відновлюємо саме природний, [здоровий] стан. І сукупність цих засобів лікування дає нам найкращий [терапевтичний результат].

І ще:

10.7 Той лікар (*sikitsaka*), який знає відмінність виліковних хвороб від невиліковних і розпочинає лікування в [правильний] час, знаючи наперед, [як саме лікувати хворого], обов’язково досягає успіху [в лікуванні].

10.8 Лікар (*vaidya*), який візьметься за лікування невиліковного, безперечно, втрапить багатство, знання й репутацію, отримає осуд і позбавиться покровительства.

10.9 Вважається, що є [такі] виліковні хвороби: ті, які легко вилікувати, а також ті, які вилікувати важко. І невиліковні також двох видів: ті, які піддаються [паліативному впливу], і [абсолютно] невідворотні.

10.10 І [можна вважати, що є] виліковні хвороби трьох видів: які потребують легкої, середньої й посиленої протидії. Але для повністю невиліковних [хвороб] протидії немає.

10.11 (1) [Якщо] причини, попередні ознаки й симптоми незначні, і (2) якості дош не такі, [як якості дгату], і (3) доша не така, як у [тілесній] конституції;

10.12 (4) [якщо] властивості пір року (*kāla*) й місця не такі, [як у хвороби], й не впливають погано [на її перебіг], (6) [якщо хвороба] протікає [лише] в одній [системі організму] (*gatir ekā*), (7) [якщо хвороба] нова⁴⁹, і (8) немає ускладнень хвороби,

10.13 і (9) в [її] виникненні [винна] лише одна доша; (10) [якщо] тіло сприймає всі ліки, (11) [якщо] доступні чотири складові [терапії] – [це] ознаки [хвороби], що виліковується легко.

10.14 (1) [Якщо] причини, попередні ознаки – середньої тяжкості, (2) [властивості] пори року, тілесної конституції чи дгату сприяють хворобі,

10.15 (3) [якщо хворий – це] вагітна, стара людина чи дитина; (4) [якщо] є не надто сильне ускладнення, (5) потреба в хірургічному втручанні, [застосуванні]

їдких речовин, припалювання; (6) [якщо хвороба] не нова, (7) проблемна через [її] локалізацію,

10.16 (8) [якщо] хвороба протікає [лише] в одній [системі організму], але не повністю доступні чотири складові [терапії], та (9) [якщо] хвороба протікає у двох [системах організму], але не дуже давно; (10) [якщо вона] викликана двома дошами – це хвороба, яку важко вилікувати.

10.17 [Хвороби], які піддаються паліативному лікуванню, [такі]: (1) [пацієнт], який дотримується оздоровчого режиму, деякий час живе, і йому [навіть] стає трохи краще, але від найменшої причини швидко стає гірше;

10.18 (2) [хвороба] поширилася на глибокі [дгату] [чи] (3) на багато дгату, (4) уражені життєво важливі центри (maṅga) й суглоби, (5) хвороба постійно властива [пацієнтові] довгий час,

10.19 (6) з'ясовано, що [хвороба] викликана двома дошами.

Так само, [є] такі [ознаки] невиліковної хвороби: (1) [вона] викликана трьома дошами, (2) [вона] сильніша за всі методи лікування (kṛiyā-patha), (3) [вона] поширилася на всі системи (sarva-mārga) [організму],

10.20 (4) [вона] викликає тривогу, занепокоєння й сплутаність свідомості, (5) зачіпає органи чуття; (6) хвороба слабкої [людини] розвинута, з ознаками фатальності.

10.21 Мудрий лікар спочатку досліджує характерні ознаки хвороби, а потім починає лікувати – [лише] в [тому випадку, коли] хвороба виліковна.

10.22 Нехай той, хто знає відмінність виліковних [хвороб] від невиліковних, досягає успіху [в лікуванні], не маючи таких хибних поглядів (buddhi), як у Майтреї.

Підсумкові вірші

10.23 Тут лікування, якості [чотирьох] складових [терапії], ефект (prabhava), лікувальна практика (bheṣajāśraya), точки зору Атреї та Майтреї, висновки, [зроблені на основі] двох точок зору,

10.24 чотири різновиди хвороб, відповідні ознаки кожної з них – [про це все], від чого залежить лікування, повідано в [цій главі з назвою] “Розгорнутий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

Так у трактаті Агніवेशі, відтвореному Чаракою, у розділі “Загальні положення” закінчується десята глава, що має назву “Розгорнутий [опис] чотирьох складових [терапії]”.

¹ Наприклад: “Нехай не розмовляє грубо... з юрбами, царями” (8.25).

² *Sveda* – “піт”. В аюрведі *svedana* (“спітніння”) є терапевтичною процедурою, що викликає виділення поту. Існує кілька різновидів сведани: з використання вогню чи без нього; нагрівання всього тіла чи його частини; нагрівання парою чи сухим теплом. У вірші 46 чотирнадцятої глави описана конструкція сауни (*jentāka*).

³ Три види басті-карми (*basti-karma*): ніруха (*nirūha*), або астхапана (*āsthāpana*), – клізма, зазвичай з лікарськими травами (в суміш для астхапани може додаватися трохи олії); ану-васана (*ānūvāsana*) – олійна клізма невеликого об'єму; уттара-басті (*uttara-basti*) обмивання статевих органів.

⁴ Рам Каран Шарма й Бгагван Даш перекладають “судоми литок” [*Agniveśa's Caraka Saṁhita* 2008]. Але згідно зі словником литки – це *piṇḍaka*, а не *piṇḍika*.

⁵ *Vāta* – “фізіологічне повітря”, утворене поєднанням ефіру й повітря; одна з трьох субстанцій (*doṣa*), що формують біологічний організм. (Дві інші: *pitta* – “фізіологічний вогонь”, утворений поєднанням вогню й води; *kapha* – слиз, утворений поєднанням землі й води).

⁶ *Kuṣṭha* – шкірні хвороби, включно з проказою.

⁷ Пор.: “Хто здатен ще тут, до звільнення від тіла, стримувати бажання, породжені хіттю й гнівом, той зібраний (*yukta*), той – щаслива людина” (Бгагавадгіта 5.23) [Бхагавадгіта 2009].

⁸ *Дгарма* (релігія), *артха* (мирське благополуччя), *кама* (земна любов) – три традиційних мети земного життя індуся. Четверта й найвища мета – *мокіша* (звільнення душі від поневолення матерією).

⁹ Про доші (*doṣa*) див. примітку 4. Під “послабленням” тут, вочевидь, треба розуміти приведення до норми.

¹⁰ Чакрапані Датта пояснює, що маються на увазі індійські місяці чайтра (березень-квітень), шравана (липень-серпень) і маргашіра (листопад-грудень). Однак коментатор Харішчандра вважає, що *sahasya-grathame* вказує на місяць картіка, що передує маргашірші. Такої ж думки дотримується Вагбгата: “Від ваги, пітти й капхи, що накопичилися влітку, під час сезону дощів та взимку, нехай звільняється, відповідно, у місяцях шравана, картіка та чайтра” (Аштанга-хридая 1.13.33).

¹¹ *Dharma* – “праведність”, “обов’язок”, “релігія”, “вічні основи”.

¹² *Āmalaka* – ембліка лікарська (індійський агурус), *Embllica officinalis* Gaertn.

¹³ *Син Амрі* (*atrijā*) – Атрея.

¹⁴ Хоча в першій главі книги і в колофоні першого розділу цей розділ називається *sūtrasthāna*, у колофонах решти глав (окрім глави 28) першого розділу стоїть синонімічний термін *ślokaśthāna*.

¹⁵ Разом усі називаються “п’ять п’ятірок” (*pañca-pāñcaka*).

¹⁶ *Tamas* (морок, інертність), *rajas* (збудження) і *sattva* (чистота, спокій) – три фундаментальні якості (*guṇa*) Всесвіту. Згідно із вченням санкх’ї, при створенні світу розум (*manas*) породжується з ахамкари (принципу “я”) під домінуванням саттви, тому його інколи також називають “саттва”.

¹⁷ Тобто під дією таких гун, як саттва, раджас і тамас, розум стає саттвовим, раджасовим або тамасовим.

¹⁸ Приклад умовиводу: “Усі дії здійснюються певними знаряддями. Бачення – це дія. Таким чином, бачення здійснюється за допомогою такого знаряддя, як зір”.

¹⁹ Тобто кожне з п’яти чуттів складається з усіх п’яти матеріальних елементів, але один переважає, і саме об’єкти відповідного типу сприймаються цим чуттям. Наприклад, у зорі переважає вогонь / світло, і тому зором сприймаються образи, створені світлом.

²⁰ Як вторинне складне слово *sumanas* може також бути прикметником: “радісний”, “чарівний”, “співчутливо налаштований”.

²¹ *Говорить першим* – тобто першим вітається та називає своє ім’я.

²² *Bali* – піднесення решток їжі духам.

²³ *Piṇḍa* – скачані з вареного рису кульки, які використовуються як ритуальне підношення в поминальних обрядах.

²⁴ *Āstika*. Цим словом характеризуються ті “шість систем індійської філософії” (*ṣaṭ darśana*), які визнають авторитет Вед.

²⁵ *Mauli* – діадема, корона, тюрбан.

²⁶ *Індра* – повелитель богів; “Індра людей” – цар.

²⁷ *Mantra* – священний вислів, заклинання.

²⁸ *Небгакт* – той, кому не властива відданість Богу чи своєму пану. Див. також: [Нарада-бгакті-сутри 2016].

²⁹ *Japa* – практика рецитації мантри.

³⁰ Тут гра слів: *ану-уопі* (як вторинне складне слово – “іншого походження”) та *ануопі* (“не у вагіну”).

³¹ Словом *caitya* може називатися також храм або інше місце поклоніння.

³² Гра слів: *adkṣiṇa* (неввічливий) і *adakṣa* (невмілий).

³³ Дослівно – “не буде тим, хто [тягне] надто довгу нитку (*atidīrgha-sūtrin*)”.

³⁴ *Kuśa* – тонконіг гребінчастий, *Desmostachya bipinnata* Staff. Ця трава використовується в релігійних церемоніях і вважається священною.

³⁵ *Āro hi śhā* – ритуальна формула з присвяченого воді гімну Ригведи (10. 9. 1).

³⁶ *Ваю* – бог вітру.

³⁷ Тут ужито слово *prāṇa* в множині.

³⁸ *Вішну* – один із трьох верховних богів індуїзму (*trimūrti*), хранитель світу.

³⁹ *Отвори в голові* – ніздрі, рот, вуха, очі.

⁴⁰ *Brahmacarya* – цнотливість, обітниця утримання від сексу; послухництво, спосіб життя цнотливого учня.

⁴¹ Пор.: “Чотири складові медицини: хворий, ліки, лікар та доглядальниця” (Тірукурал 2. 950) [Тирукурал 2014].

⁴² *Dhātu* – сім складових тіла: *gasa* (життєвий сік), *rakta* (кров), *māmsa* (м’язи), *medha* (жир), *asthi* (кістки), *majjā* (кістковий мозок), *śukra* (сім’я).

⁴³ Тут слово *paricara* (слуга, доглядальник) чоловічого роду.

⁴⁴ *Gandharva* – небесний музикант, райський житель; місто *гандгарвів* – міраж.

⁴⁵ Тобто той, кому на роду написано довго жити, все одно одужає, а ті, хто міг би одужати при правильному лікуванні, потрапивши до рук самозваного лікаря, помруть.

⁴⁶ У вірші 24 першої глави йдеться про знання, що складається з *трьох* (*trisūtra*) частин, без профілактики.

⁴⁷ Мета лікаря – успішне лікування.

⁴⁸ Слово *vaidya* означає “вчений”, “лікар”.

⁴⁹ *Хвороба нова* – тобто не запущена, не застаріла.

ЛІТЕРАТУРА

Артхашастра. Наука політики / Изд. подготовил В. И. Кальянов, отв. ред. В. В. Струве. Москва, 1993.

Бхагавадгита / Пер. Д. В. Бурбы. Москва, 2009 (2013, 2015, 2016).

Лунный свет санкхьи. Ишваракришна: Санкхья-карика. Гаудапада: Санкхья-карика-бхашья. Вачаспати Мишра: Таттва-каумуди / Пер. В. К. Шохина. Москва, 1995.

Нарада-бгакті-сутри / Переклад із санскриту та коментарі Д. В. Бурби // **Східний світ**, 2016, № 4.

Тирукурал. Священная книга тамильской мудрости / Перевод, предисловие Д. В. Бурбы. Москва, 2014.

Чарака-самхіта. Главы 1, 4–6 першого розділу / Переклад із санскриту та коментарі Д. В. Бурби // **Східний світ**, 2017, № 1–2.

Agniveśa’s Caraka Samhita. Text with English Translation & Critical Exposition based on Sakrapāṇi Datta’s *Āyurveda Dīpikā* by Dr. Ram Karan Sharma and Vaidya Bhagwan Dash. Vols 1–7. Varanasi, 2008.

The Charaka-Samhita by Mahamuni Agnibesha, revised by Maharshi Charaka, compiled and edited by Kabiraj Debendranath Sen and Kabiraj Upendranath Sen [санскритською мовою]. Calcutta, 1897.

The Rigveda / Stephanie W. Jamison; Joel P. Brereton. Oxford, 2014.

Vāgbhaṭa’s Aṣṭāṅga hṛdayam: Sūtra sthāna and Śārīra sthāna, V. 1. Krishnadas Acad., 1991.

REFERENCES

Arthashastra. Nauka politiki (1993), translated by V. Kalianov, Nauka, Moscow. (In Russian).

Bhagavadgita (2009), translated by D. Burba, RIPOL klassik, Moscow. (In Russian).

Lunnyi svet sankkhii. Sankhya-karika by Ishvarakrishna, Sankhya-karika-bhashya by Gaudapada, Tattva-kaumudi by Vachaspati Mishra (1995), translated by V. Shohin, Lodomir, Moscow. (In Russian).

“Narada-bhakti-sutras, Translation from Sanskrit and Comments by D. Burba” (2016), *Shidnij svit*, No. 4, pp. 118–126. (In Ukrainian).

Tirukkural. Sviashchennaya kniga tamilskoi mudrosti (2014), translated by D. Burba, RIPOL klassik, Moscow. (In Russian).

“Charaka Samhita. Chapters 1, 4–6, Translation from Sanskrit and Comments by D. Burba” (2017), *Shidnij svit*, No. 1–2, pp. 143–165. (In Ukrainian).

Agniveśa’s Caraka Samhita. Text with English Translation & Critical Exposition based on Sakrapāṇi Datta’s Āyurveda Dīpikā (2008), by Dr. Ram Karan Sharma and Vaidya Bhagwan Dash, Vols 1–7, Chowkhamba Press, Varanasi.

The Charaka-Samhita by Mahamuni Agnibesha, revised by Maharshi Charaka (1897), compiled and edited by Kabiraj Debendranath Sen and Kabiraj Upendranath Sen, Dhanvantari Meśin Yantra, Calcutta. (In Sanskrit).

The Rigveda (2014), translated by Jamison S., Brereton J., Oxford University Press, Oxford.

Vāgbhaṭa’s Aṣṭāṅga hṛdayam: Sūtra sthāna and Śārīra sthāna (1991), Vol. 1, Krishnadas Acad., Varanasi.

Чарака-самхіта

Глави 7–10 першого розділу /

Переклад із санскриту та коментарі Д. В. Бурби

У цій публікації представлено український переклад сьомої – десятої глав першого розділу фундаментального санскритського трактату з аюрведи (традиційної індійської медицини) “Чарака-самхіта”.

У назву сьомої глави винесена перша з тем, які в ній розглядаються: рекомендація не стримувати природні позиви до сечовипускання, дефекації, чхання тощо. Описуються негативні наслідки стримування цих позивів, і даються рекомендації щодо усунення таких наслідків. Водночас зазначається, що від необачного й недозволеного, безумовно, треба утримуватися, і наводяться вимоги, які фактично збігаються з біблійними заповідями та навіть поглиблюють їх. Також рекомендується вести здоровий спосіб життя, мати добре коло спілкування й займатися фізичними вправами. Частина глави присвячена узгодженню харчування з тілесною конституцією, а також профілактиці ендогенних хвороб і хвороб, викликаних зовнішніми чинниками.

У восьмій главі спочатку йдеться про органи чуття та психіку. Далі йдуть настанови щодо правильної (з огляду на релігію, мораль, соціальні норми та гігієну) поведінки.

Дев’ята й десята глави присвячені опису “чотирьох складових процесу лікування”, якими названі хворий, лікар, ліки й той, хто безпосередньо доглядає за хворим. У десятій главі захворювання поділяються на легкі, важкі й невиліковні. Невиліковні хвороби, у свою чергу, поділяються на ті, що піддаються паліативному лікуванню, і ті, що йому не піддаються. Доволі цікавою є полеміка автора з опонентом, який твердить, що звертатися до лікаря немає сенсу. Усі глави завершуються підсумковим переліком їхнього змісту.

Ключові слова: Чарака, самхіта, аюрведа, Індія, санскрит, переклад, медицина, античність

Чарака-самхіта

Главы 7–10 первого раздела /

Перевод с санскрита и комментарии Д. В. Бурбы

В данной публикации представлен первый украинский перевод седьмой – десятой глав первого раздела фундаментального санскритского трактата по аюрведе (традиционной индийской медицине) “Чарака-самхита”.

В название седьмой главы вынесена первая из тем, которые в ней рассматриваются: рекомендация не сдерживать естественные позывы к мочеиспусканию, дефекации, чиханию и т. д. Описываются негативные последствия сдерживания этих позывов и даются рекомендации по устранению таких последствий. В то же время отмечается, что от опрометчивого и недозволенного, безусловно, надо воздерживаться, и приводятся требования, которые, фактически, совпадают с библейскими заповедями и даже углубляют их. Также рекомендуется вести здоровый образ жизни, иметь хороший круг общения и заниматься физическими упражнениями. Часть главы посвящена согласованию питания с телесной конституцией, а также профилактике эндогенных болезней и болезней, вызванных внешними факторами.

В восьмой главе сначала говорится об органах чувств и психике. Далее следуют наставления о правильном (с позиций религии, морали, социальных норм и гигиены) поведении.

Девятая и десятая главы посвящены описанию “четырёх составляющих процесса лечения”, которыми названы больной, врач, лекарства и тот, кто непосредственно ухаживает за больным. Десятая глава делит заболевания легкие, тяжелые и неизлечимые. Неизлечимые болезни в свою очередь делятся на те, которые поддаются паллиативному лечению и которые ему не поддаются. Довольно интересна полемика автора с оппонентом, который утверждает, что обращаться к врачу не имеет смысла. Все главы завершаются итоговым перечнем их содержания.

Ключевые слова: Чарака, самхита, аюрведа, Индия, санскрит, перевод, медицина, античность

Переклад надійшов до редакції 29.06.2017