



Лама Йонтен Гиалтсо

Лекции по тибетской медицине

ЛЕКЦИЯ №1 «ЧЕТЫРЕ ТАНТРЫ»

ལྷན་བཞི། (ДЖЮД-ЖИ)

Центр «Джонангпа»
Москва, 2010г.

ПРОИСХОЖДЕНИЕ ЧЕТЫРЕХ МЕДИЦИНСКИХ ТАНТР

Что касается того, как возникли основные четыре медицинских текста, то в самые древние времена в наш мир сошел Будда Врачевания и проявил двенадцать деяний будды, включая обретение просветления и проповедь ученикам. Он предсказал, что в будущем в Индии ради своих учеников явится четвертый будда, Будда Шакьямуни, в облике Будды врачевания.

Позднее, когда Будда Шакьямуни явил себя как Будда Врачевания, из его сердца вышел Акшобхья; из макушки — Вайрочана; из горла — Амитабха, который попросил дать учение; из пупка — Ратнасамбхава; а из тайного места - Амогхасиддхи. Акшобхья, Вайрочана, Ратнасамбхава и Амогхасиддхи проповедовали четыре медицинские тантры; однако же в действительности эти учения раскрыл сам Будда Врачевания, принявший облик этих будд четырех семейств. «Коренной тантре» учил Акшобхья, «Объяснительной тантре» — Вайрочана, «Тантре устных наставлений» — Ратнасамбхава и «Последней тантре» — Амогхасиддхи. Амитабха, который являет собой сущность различающей мудрости, просил о даровании каждого из этих учений. То есть Будда Врачевания сначала излучил из себя Амитабху, который попросил его дать учение. В ответ на эту просьбу были явлены остальные четыре будды, после чего они дали соответствующие учения. Как и в *Гухьясамаджа-тантре*, здесь вопрошающий и отвечающий — одно и то же существо.

СОДЕРЖАНИЕ ТАНТР

1. ཀུན་སྲིད། (ТЦА-ДЖЮД) Тантра основы

«Коренная тантра» состоит из шести разделов, причем главной начальной темой является здоровое тело. Оно называется обычным неизменным телом, и это подразумевает, что три жизненных начала — «ветер», «желчь» и «слизь» — не выступают в качестве непосредственных причин болезней. Тем не менее, болезнь всегда естественным образом присутствует в дремлющей форме; просто не наступили обстоятельства, способствующие ее проявлению. Следовательно, три жизненных начала находятся в состоянии равновесия, которое еще не нарушено.

Важно помнить, что три жизненных начала имеются у всех живых существ, выступая в качестве факторов, поддерживающих доброе здоровье, когда их равновесие не нарушено, и в качестве причин болезней, когда их равновесие нарушилось. Таким образом, они действуют двояко: одни и те же три начала в состоянии равновесия осуществляют жизнедеятельность здорового тела, помогая сохранять хорошее самочувствие, а в случае нарушения их равновесия превращаются в причины телесных и душевных болезней.

В разделе о здоровом теле в «Коренной тантре» речь идет главным образом об этих трех жизненных началах, в каждом из которых имеется пять разновидностей, а также о функциях всех пятнадцати разновидностей. Это самая важная тема в тибетской медицине. В этом же разделе даются объяснения о деятельности пяти «ветров», пяти «желчей» и пяти «слизей», когда, находясь в неуравновешенном состоянии, они вызывают недуг. В «Коренной тантре» также кратко говорится о симптомах болезней и методах исцеления, а

также кратко упоминаются вопросы, подробно обсуждаемые в других трех тантрах.

2. བཤམ་རྒྱུད། (ЩЕД-ДЖЮД) Тантра объяснений

Первые семь глав второго текста, «Объяснительной тантры», посвящены формированию эмбриона, развитию плода, рождению и дальнейшим этапам существования организма вплоть до его смерти. В них также рассматривается функционирование пяти видов «ветра», «желчи» и «слизи», которые находятся в равновесии и обеспечивают сохранение здоровья, — как они действуют в отдельности и каковы их общие качества. Эти семь глав завершаются описанием процесса и признаков смерти, наступающей как вследствие болезни, так и по другим причинам.

В следующих трех главах рассматриваются причины, условия и классификация болезней. Условия — это те факторы, из-за которых причина проявляется в виде той или иной болезни. Это означает, что, несмотря на наличие причины, если нет условий, болезнь не проявится. Затем дается подробная классификация болезней, которая завершается описанием характерных черт разных типов болезней.

В следующих главах дается описание вкуса различных дарственных ингредиентов, их силы и воздействия после переваривания. Вкус ингредиентов лекарств является важным показателем их способности противостоять болезням. После обсуждения силы ингредиентов с точки зрения их вкуса в этих главах дается подробное описание того, как действуют лекарства с различным вкусом и силой. В конце говорится о силе лекарств, проявляющейся после переваривания, каким образом они действуют после завершения процесса пищеварения. Действие лекарственных препаратов несколько отличается в период до переваривания, во время процесса

пищеварения, а затем после переваривания, когда они усваиваются организмом.

После этого следует обсуждение лечения с точки зрения питания и образа жизни, причем эти факторы считаются жизненно важными как для поддержания доброго здоровья, так и для увеличения продолжительности жизни. Говоря о питании, указывают, каким образом следует принимать пищу, каково должно быть ее количество и что значит неправильное питание. Затем идут главы об образе жизни: о повседневном поведении, о поведении в зависимости от условий, например от времени года, и о постоянных правилах поведения.

Затем имеется раздел о методах продления жизни: как сохранять здоровье, поддерживая равновесие жизненных начал и тем самым избегая болезней. Есть также раздел о методах, используемых для лечения различных видов нарушений, и, наконец, последний раздел посвящен нравственным принципам, которых должен придерживаться врач, занимаясь своей профессиональной деятельностью. В нем говорится о врачебном долге, о том, как врач должен относиться к пациентам, и т. д. Всего в «Объяснительной тантре» тридцать глав.

3. མན་ངག་རྒྱུད། (МЕН-НЬЯ-ДЖЮД) Тантра устных

наставлений

Состоит из пятнадцати основных разделов, разбитых на девятью две главы. Здесь рассматривается сто одна болезнь, связанная с нарушением равновесия «ветра», «желчи» и «слизи»: причины и условия каждого из этих нарушений, симптомы, лечение, заключающееся в соблюдении предписываемой для данного нарушения диеты и правил поведения, а также лекарственные средства, назначаемые в том случае, когда не удастся добиться выздоровления одним лишь соблюдением диеты и правильного поведения. В конце

обсуждаются дополнительные методы лечения, используемые, если лекарственные средства не дают нужного эффекта.

4. རྩི་མ་རྒྱུད། (ЧИ-МА-ДЖЮД) Тантра заключительного

смысла

Состоит из четырех разделов, разбитых на двадцать пять глав. В первом разделе рассматривается диагностика, причем в первых двух главах описываются урино- и пульсодиагностика. Второй раздел посвящен приготовлению лекарств — пилюль, порошков, сиропов, высушенных препаратов, лечебных масел и т. д. — с объяснением их природы, силы и других особенностей. После чего идет третий раздел, в котором обсуждаются успокаивающие, или облегчающие, лекарства — слабительные и рвотные, — а затем такие виды лекарств, которые действительно устраняют или полностью побеждают болезни. Последним идет раздел, посвященный дополнительной терапии в мягкой и жесткой форме, которую применяют, если прописанные первоначально лекарства на основе трав не помогают, а также как профилактическое средство. Сюда относится прижигание, акупунктура, хирургия и т. п.

ТАНТРА ОСНОВЫ ཅ་སྤྱད། (ТЦА-ДЖЮД)

1. རྩེང་གཞི། (ЛАНГ-ЖИ) Базовые инструкции.
2. (ЛАНГ-ЛОНГ) Разделы четырех тантр.
3. གནས་སྤྱད་གཞི། (НЕ-ЛЮГС-НАД-ЖИ) Здоровье-нездоровье.
4. རྩེས་གཞི། (НУ-ЖИ) Дерево диагностики.
5. གསོ་ཐབས། (СО-ТАБ) Лечение (метод исцеления).
6. རྩེ་དོན། (ПЕ-ДОН) |Содержание.

КЛАССИФИКАЦИЯ «ДЕРЕВЬЕВ»

Для облегчения понимания тибетская медицина традиционно представляется в форме дерева. Древо медицины имеет три корня, из которых растут девять стволов. Каждый из стволов ветвится и имеет листья, а первый ствол — еще цветы и плоды — результаты сознательной и сбалансированной жизни.

1. «ЗДОРОВЬЯ-НЕЗДОРОВЬЯ» (2 ствола)

Ствол здоровья (ствол А) («ствол здорового тела») имеет 3 ветви с 25 листьями, а также с двумя цветками и тремя плодами:

- ветвь с телесными жидкостями (15 листьев);
- ветвь с телесными элементами (7 листьев);
- ветвь с телесными экскрециями (3 листа).

Ствол нездоровья (ствол В) («ствол больного тела») имеет 9 ветвей с 63 листьями:

- ветвь (первичных, исходных) причин (3 листа);
- ветвь непосредственных причин (4 листа);
- ветвь начала болезни (6 листьев);
- ветвь локализации (3 листа);
- ветвь проводящих путей (путей циркуляции) (15 листьев);
- ветвь времени возникновения (9 листьев);
- ветвь летальных исходов (9 листьев);
- ветвь побочных эффектов (12 листьев);
- ветвь категорий («горячие» и «холодные») (2 листа).

«Цветы и плоды» (J)

- Два цветка: здоровье и долголетие.
- Три плода: благосостояние, счастье и духовное развитие.

2. «ДЕРЕВО ДИАГНОСТИКИ»

Ствол визуального диагноза (ствол С) имеет 2 ветви с шестью листьями:

- ветвь визуального обследования языка (3 листа);
- ветвь визуального обследования мочи (3 листа).

Ствол пальпации (D) имеет 3 ветви и три листа:

- ветвь прощупывания пульса для типа «ветер» (1 лист);
- ветвь прощупывания пульса для типа «желчь» (1 лист);
- ветвь прощупывания пульса для типа «слизь» (1 лист).

Опрос (E) имеет 3 ветви и 29 листьев:

- ветвь активизирующих причин (3 листа);
- ветвь симптомов (23 листа);
- ветвь жизненных привычек и привычек питания (3 листа).

3. «ДЕРЕВО ЛЕЧЕНИЯ»

Ствол диеты (F) имеет 6 ветвей и 35 листьев:

- ветвь пищевых продуктов для болезней «ветер» (10 листьев);
- ветвь напитков для болезней «ветер» (4 листа);
- ветвь пищевых продуктов для болезней «желчь» (7 листьев);
- ветвь напитков для болезней «желчь» (5 листьев);
- ветвь пищевых продуктов для болезней «слизь» (6 листьев);
- ветвь напитков для болезней «слизь» (3 листа).

Ствол поведения (G) имеет 3 ветви с шестью листьями:

- ветвь жизненных привычек при болезнях «ветер» (2 листа);
- ветвь жизненных привычек при болезнях «желчь» (2 листа);
- ветвь жизненных привычек при болезнях «слизь» (2 листа).

Ствол лекарств (H) имеет 15 ветвей и 50 листьев:

- ветвь вкуса лекарственных средств для болезней «ветер» (3 листа);
- ветвь вкуса лекарственных средств для болезней «желчь» (3 листа);
- ветвь вкуса лекарственных средств для болезней «слизь» (3 листа);
- ветвь активных сил лекарств для избавления от болезней «ветер» (3 листа);

- ветвь активных сил лекарств для избавления от болезней «желчь» (3 листа);
- ветвь активных сил лекарств для избавления от болезней «слизь» (3 листа);
- ветвь уравнивания энергии «ветер» с помощью супов (3 листа).
- ветвь уравнивания энергии «ветер» с помощью целебных масел (3 листа);
- ветвь уравнивания энергии «желчь» с помощью отваров (4 листа);
- ветвь уравнивания энергии «желчь» с помощью порошков (4 листа);
- ветвь уравнивания энергии «слизь» с помощью пилюль (2 листа);
- ветвь уравнивания энергии «слизь» с помощью кальцинированных порошков (5 листьев);
- ветвь очищающего выведения с помощью суппозиторий для болезней «ветер» (3 листа);
- ветвь очищающего выведения посредством очищения кишечника с помощью слабительных для болезней «желчь» (3 листа);
- ветвь очищающего выведения посредством рвотных средств для болезней «слизь» (3 листа).

Ствол терапии (I) имеет 3 ветви и 7 листьев:

- ветвь дополнительных средств для энергии «ветер» (2 листа = масляный массаж; «мокса»-терапия/прижигание);
- ветвь дополнительных средств для энергии «желчь» (3 листа = потогонные средства; веносекция и холодные компрессы);
- ветвь дополнительных средств для энергии «слизь» (2 листа = горячие компрессы; «мокса»-терапия).

НАЗВАНИЯ ЧАСТЕЙ ДЕРЕВА ПО-ТИБЕТСКИ

ནགས་ཚལ། (НАГ-САЛ) дерево

རྩ་བ། (ТЦА-БА) корень

ལྗོང་བ། (ДОНГ-БО) ствол

ཡལ་བ། (ЯЛ-ГА) ветвь

ལོ་མ། (ЛЮ-МА) лист

НАЗВАНИЯ СТВОЛОВ ПО-ТИБЕТСКИ

1. རྣམ་པ་མ་གྱུར་བ། (НАМ-ПАР-МА-ЧУР-ПА) здоровье.
2. རྣམ་པར་གྱུར་བ། (НАМ-ПАР-ЧУР-ПА) нездоровье.
3. བལྟ་བ། (ТА-БА) осмотр.
4. རེག་བ། (РЕГ-БА) пальпация.
5. དྲི་བ། (ДРИ-БА) опрос.
6. ཟས། (ЗИ) диета.

7. ལྷོད་པ། (ЩОТ-ПА) поведение (образ жизни).
8. ལྷོ་བ། (МЭН) лекарства.
9. དབྱུང་པ། (ЩЕД-ПА) внешние процедуры.

*Лекции по тибетской медицине были прочитаны
Досточтимым Ламой Йонтемом Гиалтсо
в центре «Джонангпа» (г. Москва)
зимой-весной 2010 года*

*При подготовке настоящего издания
были использованы материалы
по тибетской медицине, взятые из интернета.*

Издание центра «Джонангпа»
(с) лама Йонтен Гиалтсо, 2010