



*АЮРВЕДИЧЕСКАЯ  
ТРАДИЦИЯ И ИСТОРИЯ*

## ЧТО ТАКОЕ АЮРВЕДА

Аюрведа — это наука о жизни. Это древнейшая на земле медицинская наука имеет две цели: поддерживать здоровье здорового человека и лечить больных. Фундаментальные принципы Аюрведы основаны на законах природы. Аюрведа считает, что все явления, происходящие в природе, спроецированы и в человеческом теле. Следовательно, законы природы применимы также и к человеческому телу. Аюрведа — это знание, которое передавалось и записывалось на древнейшем языке, санскрите. Поэтому вся специальная терминология дается на санскрите, подобно тому, как в западной медицине вся терминология дается на латыни.

Аюрведа состоит из двух слов: «*айу*» и «*веда*». «*Айу*» на санскрите значит «жизнь». С точки зрения Аюрведы, термин «*айу*» означает единство тела (*шарира*), телесных чувств (*индрия*), ума (*манас*) и души (*атма*). Исходя из этого очевидно, что понятие «*айу*» в Аюрведе не ограничивается только физическими аспектами жизни, но включает в себя также ее умственный (ментальный) и духовный аспект. Но почему жизнью здесь понимают именно эти четыре аспекта? Когда бы мы ни использовали слово «*айу*», это всегда означает жизнь. Для того, чтобы в материальном мире (теле) существовала жизнь, необходимы эти четыре ее составляющие. Например, если мы из этих четырех уберем тело, то душа не сможет находиться в материальном мире. Без чувств душа здесь не сможет воспринимать ничего материального, а ум это то, что контролирует тело и чувства, и поэтому так же необходим. Это сочетание и определяется жизнью. Итак, чтобы понять, что такое жизнь, мы должны понять эти категории как вместе, так и по отдельности. Слово «*веда*» на санскрите означает «знание». Таким образом, Аюрведа — это наука о жизни: о душе, человеческом уме, человеческих чувствах и человеческом теле. Однако Аюрведа связана не только с людьми, просто мы привыкли рассматривать медицину в связи с людьми. Аюрведу можно применить по отношению к животным, растениям и т.д.

Аюрведа — не просто медицинская наука. Это венец знания, передаваемого из поколения в поколение. Оно накапливалось

цивилизациями прошлого на протяжении тысячелетий, учитывая человеческие потребности в питании и его поведение, а так же используя окружающую природу в лечебных и профилактических целях. Аюрведа сегодня — это гармоничное сочетание древних и современных методов.

Аюрведа выясняет то, что благоприятно для «айу», а что нет. Там говорится о том, что благоприятно, а что неблагоприятно для айу. Как это понять? Например, человек болеет диабетом, то для него есть ограничения в приёме сахара. Это означает, что сахар дурно влияет на жизнь («айу») этого человека. В то же время этот человек привязан к сахару. Это означает, что «айу» этого человека нравится сахар. Однако сахар не даёт здоровье для «айу». То, что человеку нравится сахар, показывает, что он нравится какой-то части «айу», например, уму. Как правило, человек болеющий диабетом, не любит выполнять физические упражнения. Однако он нуждается в упражнениях. Упражнения благоприятны для его «айу», но его «айу» не любит делать их. Бывает и так, что человек любит то, что благоприятно для его «айу» и понимает, как быть здоровым. Все что благоприятно для чувств, как правило, благоприятно и для тела. Всё что благоприятно для ума также благоприятно и для тела. И ум и чувства крепко связаны с телом. Итак, Аюрведа оперирует четыремя понятиями:

- что благоприятно для жизни;
- что неблагоприятно;
- что нравится жизни;
- что ей не нравится.

В чем же заключается цель Аюрведы? Не поняв цель, мы не сможем применять её правильно.

## ЦЕЛЬ АЮРВЕДЫ

Как уже ранее упоминалось, **первая цель Аюрведы** — поддерживать здоровье здорового человека на должном уровне. Для этого Аюрведа дает определенные регуляции. Если мы будем следовать им, то будем свободны от болезней. Есть такая поговорка: «учение сохраняет жизнь». Но если человек следует предосторожностям и всё равно заболевает, то Аюрведа даёт возможность правильно лечиться, что преследует ее **вторую цель**. Однако приоритет отдается поддержанию здоровья здорового человека. Если мы будем поддерживать в здоровом состоянии сочетание всех четырех составляющих нашего «айу», то будем здоровы. В дальнейшем речь будет идти о сочетании этих четырех элементов.

В Аюрведе описываются причины нарушений и болезней в нашем теле. Помимо того, что неправильно, также говорится и о здоровом функционировании нашего тела. Однако в Аюрведе говорится не просто о теле, но о теле, в котором присутствует ум, чувства и душа. Далее о теле будет говориться с точки зрения его физиологии (функционирования) и с точки зрения анатомии (строения).

Но прежде, давайте познкомимся с историей Аюрведы?

## ИСТОРИЯ АЮРВЕДЫ

Аюрведа является частью Вед, самых древних на земле книг знания. Веды — это вечное знание, не имеющее ни начала ни конца. Кратко коснемся структуры ведической литературы. Существуют четыре Веды: *Риг Веда*, *Яджур Веда*, *Сама Веда* и *Атхарва Веда*. Это главные Веды в традиции ведической литературы. В каждой Веде есть *упаведы* или дополнительные веды, в которых описано не духовное знание, а прикладные науки:

— в *Риг Веде* — *Дханурведа* — знание воинского искусства. На земле не обнаружены шастры описывающие *Данурведу*. Но в других книгах Вед упоминаются наименования книг, которые описывают *Данурведу*.

— в *Яджур Веде* — *Стапатья Веда* — знание о законах архитектуры. Здесь описаны храмы. Сегодня по ней также трудно найти какую-либо адекватную литературу. Однако есть тексты, которые ее описывают. Например, *Васту-шастра* связана со *Стапатья Ведой*.

— в *Сама Веде* — *Гандхарва Веда*. Книга которая происходит от *Ганхарва Веды* — это *Самгита* — наука о музыке.

— в *Атхарва Веде* — *Аюрведа*. *Аюрведа* — это производная веда от *Атхарва Веды*.

В *Риг Веде* также содержится много понятий связанных с *Аюрведой*. Однако в самих Аюрведических текстах говорится, что она относится именно к *Атхарва Веде*.

Веды в прошлом передавались устно. Раньше их вообще не записывали. Когда люди стали испытывать потребность иметь Веды в записанном виде, великий святой мудрец Шри Двайпаяна Вйаса собирал всё знание, которое содержалось в устной традиции и записал его. Это знание называется *самхита* — книги Вед или гимны. *Браманьы* — это книги где описываются ведические ритуалы. Здесь описано все, что касается ритуального поклонения. *Араньяки* — это книги, которые опираются на *браманьы*. Ими пользовались отшельники, которые жили в лесу («аранья» значит «лес»). Последний раздел Вед — это *упанишадьы*. В них заключено знание Вед, которое переда-

ётся от *гуру* к ученику. Оно считается самым сокровенным знанием, которое содержится в Ведах. Поэтому собрание *упанишад* называется *Веданта* — окончательное знание или вывод Вед.

Из девяти удивительных вещей, которые, согласно древней притче, получились из океана, который пахтали полубоги и демоны, был Шри Данвантари Бхагаван, одна из форм Господа Вишну. Он дал *амриту*, напиток бессмертия, и поэтому считается Божеством Аюрведы.

Являясь частью Вед, Аюрведа — это также вечное знание. Согласно аюрведическим текстам сама Аюрведа, будучи вечной, не имеет начала. Есть две традиции Аюрведы — небесная и земная.

## НЕБЕСНАЯ ТРАДИЦИЯ

Веды считают, что люди не являются творцами какого-либо знания. Все знание исходит от Бога. Таким образом, в начале творения, Конструктор Вселенной, Господь Брахма познал в своей медитации знание, исходившее от Господа Вишну. Это знание о том, как творить Вселенную. Помимо всего прочего, там было и знание Аюрведы. Брахма пропел это знание своему сыну Праджапати Дакше, который передал его близнецам Ашвини-кумарам, Дашре и Насатье, которые являются врачами полубогов. Они передали это знание царю небес Индрадеву.

Во всех ведических текстах небесная традиция описана одинаково, но распространение Аюрведы среди людей описывается разными школами по-разному.

## ЗЕМНАЯ ТРАДИЦИЯ

Согласно Чарака Самхите, когда люди на Земле стали больше болеть, великие мудрецы, собравшись в Гималаях, решили, что Индра должен решить эту проблему. Они избрали из всех мудрецов Атрею Риши и отправили его к Индре за медицинским знанием. Вернувшись со знанием Аюрведы, Атрея Риши распространил его среди людей. Традиция, основанная этим

мудрецом, называется *Атрея-сампрадаи*. Это терапевтическая традиция Аюрведы или *кайа-чикитса* (лечение огня пищеварения). Первыми это знание получили шесть учеников. Атреи. Его ученик Агнивеша записал знания, полученные от Атреи. Эта книга называется «Агнивеша-тантра». Потом она была переписана мудрецом Чаракой. В его интерпретации эта книга называется «Чарака Самхита». Этим мудрецом Чаракой был сам Шри Патанджали Муни, инкарнация Аната Шеши.

Существует и другая традиция, согласно которой Кашираджд Девадас Дханвантари (не путать с Дханвантари Бхагаваном, Божеством Аюрведы), царь провинции Каши (Бенарес), был первым, кто получил знание от Индры. Его традиция называется Дханвантари-сампрадаи. Сушрута — это мудрец, который получил знание непосредственно от Девадаса Дханвантари и его книга называется «Сушрута Самхита». Это хирургическая традиция в Аюрведе или *шалья-чикитса* (Шалья-тантра).

Четвертая традиция описана в Брахмавайварта Пуране. Там говорится, что Бхаскара (не путать с Богом Солнца) получил знание Аюрведы непосредственно от Ашвини Кумаров. Она называется *бхаскара-сампрадаи*. Книга, которую он составил — «Бхаскара Самхита», но её сейчас невозможно найти.

Различные аспекты ведического знания не противоречат друг другу и все эти традиции считаются истинными. Поскольку речь здесь идет о святых мудрецах, живших за тысячи лет до нашей эры, и, учитывая те высокие измерения, в которых они получали это знание, считается, что все они получили знание от Индры и, в то же самое время, каждый из них является уникальным начинателем земной традиции.

Аюрведа имеет свои отрасли применения. Однако не каждая отрасль Аюрведы имеет свою Самхиту (книгу). Книги, которые сохранились до наших дней, описывают восемь отраслей Аюрведы. В каждой книге есть своя специализация, упор на какую-то ветвь Аюрведы. Например, «Сушрута Самхите» описаны все восемь отраслей Аюрведы, но акцент делается на хирургию. В *Кашьяпа Самхите* также описаны все восемь частей Аюрведы, но акцент делается в основном на педиатрию и т.д.

Интересно отметить, какие еще отрасли применения знания, кроме трех перечисленных, имеет самая древняя на земле медицина.

## ВОСЕМЬ ОТРАСЛЕЙ АЮРВЕДЫ

Будучи медицинской наукой, Аюрведа включает в себя все аспекты лечения и поддержания здоровья. Основываясь на природе заболевания, виде лечения и т.д, еще за долго до наступления нашей эры были детально разработаны восемь специализированных отраслей Аюрведы:

**Кайа-чикитса.** В наши дни это, пожалуй, самая распространенная отрасль. Кайа означает огонь пищеварения. Поскольку Аюрведа считает, что большинство заболеваний вызвано ослаблением пищеварительной системы, то отрасль Аюрведы, занимающаяся лечением болезней с помощью лекарств (кроме хирургия), которые, в основном, воздействуют на огонь пищеварения и восстанавливают его функции, называется Кайа-чикитса. Как правило, в Аюрведе любое медикаментозное лечение болезней называется Кайа-чикитса.

**Балрога-чикитса.** «Бала» значит ребенок. Это отрасль Аюрведы, связанная с зачатием, сопровождением беременности, рождением, послеродовым уходом за матерью и ребенком, а также с болезнями новорожденных и детей. Она так же называется Каумара-бхритйа. Эта отрасль использует те же методы лечения, что и Кайа-чикитса (терапия), лишь той разницей, что для детей нужны другие дозы лекарства.

**Граха-чикитса.** Эта отрасль включает в себя лечение болезней, вызванных влиянием такими непривычных явлений как духи, приведения, демоны, гандхарвы и т.д, а также небесные тела (планеты, звезды и т.д). Эта отрасль, иногда называемая Бхута-чикитса, основана на астрологии. В этом разделе говорится о том, что небесные тела (планеты) воздействуют на наш организм. Лечение строится на том утверждении, что Вселенная в бесконечно малой форме проявлена в нашем теле. Поэтому, если есть проблемы с расположением небесных тел нашем гороскопе (небесной сфере в момент нашего рождения), то мы в процессе жизни будем испытывать определенные проблемы

со здоровьем, и к лечению можно подойти с позиции коррективных мер, направленных на исправление этого «дурного» влияния небесных тел.

**Урдхванга-чикитса.** Так же известна как Шалакйа-чикитса. Это отрасль занимается лечением болезней в органах, расположенных выше шеи: глаза, нос, рот, уши и т.д. Все эти органы крайне важны и с ними нужно по-особому обращаться. Поэтому хирургические инструменты должны быть очень маленькими и точными (*шалака*). И в терапии этих органов также нужно быть крайне осторожным. Эта отрасль включает в себя как терапию, так и хирургию.

**Шалйа-чикитса.** Лечение внутренних болезней, а именно болезней, лечение которых требуют хирургического вмешательства. Когда болезнь вызвана несчастным случаем или вторжением в тело инородного объекта, необходимо срочное хирургическое вмешательство. Эта отрасль включает с себя лечение с помощью хирургических инструментов (*астра* или *шастра*), едких веществ (*кшар*) и т.д. Она состоит из двух разделов:

- внешняя *шалья* — удаление из тела объектов, попавших в него извне.
- внутренняя *шалья* — удаление собственных частей тела, причиняющих беспокойство, например, воспаленный аппендикс и т.д

**Данштра-чикитса.** Занимается нейтрализацией ядовитых веществ, попавших в тело. Она так же называется Виша-чикитса. Ядовитыми веществами могут быть укусы змей, скорпионов, пауков, собак и т.д, а также употребление ядовитых препаратов.

**Джара-чикитса.** «Джара» означает старость. Старость вносит множество изменений в тело, например, снижение памяти, морщины, физическое ослабление и т.д. В Аюрведе говорится,

что старость это то же самое, что и болезнь, и одна из задач Аюрведы, если не замедлять, то предотвращать процесс старения. Эта отрасль Аюрведы занимается лекарствами или веществами, которые замедляют или даже останавливают и поворачивают вспять процесс старения, и даже дают телу новые силы. Эта отрасль по-другому зовется Расайана-чикитса. Приведем пример такого лечения или Расайаны (омоложения).

Для омоложения необходимы два условия:

1) Жить определенное время в одном месте и следовать определенным правилам поведения;

2) Принимать определенные лекарства, такие как Чаванпраш (так как мы часто не следуем правилам, которым нужно следовать при приёме Чаванпраша, мы не достигаем эффекта омоложения). Итак, для того чтобы произошло омоложение необходимо:

— найти благоприятное место для жилья (оно должно быть свободным от представителей противоположного пола, рядом должна быть река и в этом мирном ландшафте построить особый дом);

— жить в одиночестве полтора года (или не меньше девяти месяцев);

— есть только рис и молоко один раз в день (рис с молоком можно есть только вечером, а утром нужно принимать Чаванпраш);

— в течение всего этого времени с вами должен быть хороший доктор, так как, по завершении процедуры, Вы превратитесь «в маленького ребенка» и Вам может понадобится помощь в привыкании к новым ощущениям омоловившегося тела.

**Вриша-чикитса.** Занимается лечением бесплодия и увеличением половой потенции. Она так же называется Ваджикарана-чикитса.

## СМЕЖНЫЕ АЮРВЕДЕ НАУКИ

С течением времени было разработано множество других практик, увязанных воедино с Аюрведой. Эти практики воздействуют либо на какие-то отдельные части человеческого тела, либо усиливают определенные аспекты лечения, и поэтому, во многих своих основополагающих принципах, зависели от Аюрведы. Более того, эти науки обогащали Аюрведу и приумножали ее добродетели. Мы рассмотрим самые выдающиеся из этих наук - *йогу*, *нисаргопачар* (натуропатия) и траволечение.

### ЙОГА

Подобно Аюрведе, Йога также является древней ведической наукой. Слово «йога» происходит от глагола «*йудж*», «соединять». Цель Йоги это встреча индивидуальной души или «Я» (*дживатма*) с Верховной Душой (*параматма*). Йога включает в себя *йогасаны*, контроль дыхания, медитацию и многое другое, целью которых является стремление к физическому, умственному и духовному благополучию личности.

Обе эти науки имеют один источник — Веды и имеют своей целью поддерживать здоровье человека и поэтому во многом схожи, а также содействуют друг другу в разных аспектах.

Обе эти науки настаивают на очищении тела перед попыткой лечить пациента или началом различных йогических процедур. Наряду с тем, что Аюрведа предлагает богатый выбор таких методов очищения, Йога также имеет в своем арсенале различные очистительные процедуры типа *наули*, *дхаути*, *вамана* и т.д.

Обе науки считают поддержание здоровья более важным, чем лечение. Аюрведа в деталях описывает процесс поддержания здоровья посредством режима дня, сезонного режима и ссылается на йогические процедуры, как на часть этого процесса. Основная цель йоги — помочь человеку развить свои физические и умственные силы и, через упражнения, учиться достигать полного контроля над телом, чувствами и умом.

Аюрведа считает, что болезни имеют как умственную, так и физическую природу и, для того, чтобы полностью излечиться, лечение должно затрагивать оба этих аспекта. В основном Аюрведа имеет дело с обоими аспектами и рекомендует использовать йогические процедуры типа *дхьяны* и *пранайамы* для достижения умственного здоровья. С другой стороны, Йога также считает, что физическое здоровье необходимо для выполнения различных йогических процедур и поэтому рекомендует аюрведическое лечение для поддержания тела, прежде чем приступить к йпражнениям Йоги.

Обе эти науки подчеркивают важность упражнений (*вйайама*) в поддержании здоровья. В то время как Аюрведа описывает различные виды упражнений, йогические *асаны* сами по себе уже являются упражнениями. Обе науки утверждают, что несмотря на важность упражнений, их неправильное исполнение или чрезмерное усердие в их выполнении может стать причиной нарушений в жизнедеятельности организма и, следовательно, этого нужно избегать. Аюрведа советует делать упражнения лишь в полсилы, так же как и йогические асаны не должны выполняться с чрезмерным напряжением тела.

И последнее, обе науки подчеркивают важность здорового образа жизни, без пороков, с соблюдением режима питания и отдыха. Оставайтесь всегда счастливыми и регулярно очищайте свое тело. Соблюдение режима дня упоминается в обеих науках как основа для поддержания физического и умственного здоровья.

## НАТУРОПАТИЯ

Занимается природными веществами, используя их как лекарство для лечения различных заболеваний. Аюрведа, как и другие ведические науки, основывается на теории *панчамахабхута*, согласно которой вся Вселенная создана из пяти первоэлементов: эфира, воздуха, огня, воды и земли. Все природные объекты сформированы сочетанием одного или более этих элементов. Нарушение их комбинации приводит к болезням. Поэтому природные вещества, содержащие эти же самые элементы могут очень быстро помочь восстановить необходи-

мое равновесие. Таким образом, использование грязей, воды, света и т.д формируют основу натуропатии.

Аюрведическое лечение также следует этим принципам, и все лекарства, используемые в Аюрведе, также имеют специфические свойства в соответствии с комбинацией в них *панча-махабхута*.

Например, в Аюрведе считается, что вода может быть разных видов: дождевая, речная, морская, прудовая, озерная, талая и роса. Все они имеют разные качества и используются в зависимости от состояния организма и других факторов.

Натуропатия различает разные типы воды и применяет их различные свойства в медицинских целях. Однако Аюрведа использует в лечении не только эти природные образования, но и различные лечебные травы и вещества.

## **ТРАВОЛЕЧЕНИЕ**

Оно так же имеет своим началом Аюрведу и занимается использованием свежих трав или растений в целях профилактики и лечения болезней. Свойства используемых трав упоминаются в аюрведических текстах, и эти травы всегда были частью аюрведической фармакологии.

## ДРЕВНИЕ АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ТЕКСТЫ

Аюрведа подкреплена богатым наследием древних манускриптов, затрагивающих самые разные темы. Почти каждая отрасль Аюрведы имела своего автора, который все-сторонне описал ее. К сожалению, в наши дни лишь только малая часть этих текстов сохранилась в своем изначальном виде.

В учете временных периодов, в которые они были написаны и их важности, будет вполне достаточно упомянуть две группы текстов, каждая из которых представляет из себя множество книг.

**Брихат-траи** (Большая троица) — «Чарака Самхита», «Сушрута Самхита» и «Вагбхата Самхита». Она называются так, потому что тексты из Брихат-траи содержат информацию охватывающую все аспекты Аюрведы.

**Лагху-траи** (малая троица) — «Мадхава Нидана», «Шарангадхара Самхита» и «Бхавапракаша». Она называются так, потому что тексты Лагху-траи сосредоточены на специфических аспектах диагностики и лечения.

Далее будет приведено краткое описание каждого из этих текстов.

### БРИХАТ-ТРАИ

«**Чарака Самхита**» Это трактат по *кайа-чикитсе* (терапии). Изначально был поведен Атрейей Риши своим шести ученикам. Затем один из этих его учеников — Агнивеша — записал это знание, и его книга стала называться «Агнивеша Тантра», которая затем была отредактирована Чаракой Муни, врачом при дворе династии царей рода Каништхи и считается воплощением самого Патанджали Муни. В новой редакции книга была названа «Чарака Самхита», и в дальнейшем снова претерпела переиздание уже под редакцией другого мудреца — Дхурдхабалы Муни. Его версия трактата был записана около 1000 года д.н.э. и считается самой авторитетной книгой по *кайа-чикитсе*, содержащий детальное описание симптомов болезней, их различные виды, способы лечения каждой болезни, как

с использованием лекарств, так и с применением процедуры *панчакарма*, которая также считается видом лечения. Книга также описывает основные принципы Аюрведы.

**«Сушрута Самхита»** Это трактат по *шалья-чикитсе* (хирургия) и *шалакайя-чикитсе* (офтальмология и отолорингология) был написан мудрецом Сушрутой, учеником Кашираджа Девадаса Дханвантари около 1000 лет до н.э. и считается самой авторитетной работой по *шалья-чикитсе* и *шалакайя-чикитсе*. Многие инструменты и принципы, описанные в этой работе, используются сегодня. Самые знаменитые из них — это методы пластической или реконструктивной хирургии.

**«Вагбхата Самхита»** Мудрец Вридха Вагбхата написал книгу «Аштанга Санграха», а его внук, Шудха Вагбхата написал «Аштанга Хридайа». Вместе обе эти работы называются «Вагбхата Самхита». «Аштанга Санграха» была написана с целью собрать вместе и доступным языком сжато описать все знание о восьми отраслях Аюрведы (поэтому в ее название входит слово «ашта» - восемь, «анга» — отрасль и «санграха» — собрание). Этот труд был написан в 100-200 гг. н.э. «Аштанга Хридайа» — это другой сборник, описывающий все восемь отраслей Аюрведы, но он написан в виде *шлок* (стихов) и поэтому очень легок для запоминания. По этой причине этот труд очень популярен среди аюрведических студентов. Он был написан в 400 г. н.э.

## ЛАГХУ-ТРАИ

**«Мадхава Нидана»** Это трактат по диагностике болезней, содержащий информацию о классификации, симптомах и признаках болезней в соответствии с их различными видами, стадиями и т.д. Он был написан Мадхвакаром в XVII веке н.э с целью собрать воедино все знание о диагностике болезней в одно произведение, на благо всех *вайдйей* (аюрведических докторов). Это книга, в которой не говорится о лечении, а только о диагностике.

**«Шарангадхара Самхита»** Этот трактат содержит информацию о приготовлении аюрведических лекарств, большинство из которых растительные по природе. Приготовление масел,

гни, порошков и их применение — все это упоминается в этом произведении. Там содержится информация о том, как применять эти препараты, в основном, как часть *панчакармы*, при лечении болезни. Он был написан Шارانгадхарой между XIV-XVI вв. н.э. с похожей целью — собрать все знание о приготовлении лекарств и их применении в одно произведение на благо всех врачей.

**«Бхавапракаша»** По-другому этот трактат можно назвать учебником по аюрведической фармакологии. Несмотря на то, что, как до, так и после написания «Бхавапракаши» появилось множество других трудов по фармакологам, это произведение — самое знаменитое, широко распространенное и наиболее авторитетное. Книга также содержит некоторую информацию о болезнях и их лечении. Написана Бхавамишрой в 800 г. н.э.