

## Аюрведа без рекламы

Что такое Аюрведа? На чем она основана? Она реально лечит? Может ли христианин заниматься Аюрведой? Могут ли христиане доверять аюрведическим методикам лечения и рецептам? Эти и подобные им вопросы автор данной статьи в последнее время стал получать во множестве. Раз есть вопросы, попытаемся дать на них ответы.

В русскоязычном интернете можно найти немало сайтов продающих аюрведические лекарства или предлагающие услуги аюрведических целителей, но, к сожалению, почти нет серьезных исследований, посвященных Аюрведе. Что создало ряд проблем при подборе первоисточников, на которые опирался автор при написании данной статьи. Однако постепенно эти проблемы были решены. В частности, автор решил из списка первоисточников исключить все материалы, предлагаемые людьми, делающими на Аюрведе бизнес, полагая, что эти люди могут быть необъективны в подборе информации. Все факты об Аюрведе, приведенные в данной статье, взяты из академических источников<sup>1</sup>. Все источники – русскоязычные, что позволяет читателям легко проверить достоверность описания Аюрведы автором. Конечно, критики могут обвинить выбранные источники в некомпетентности и предвзятости. В таком случае никто их не лишает возможности вступить в полемику с профессиональными востоковедами. Все оценочные суждения также будут объяснены. Автор стремится к беспристрастности, как в описании Аюрведы, так и в ее оценке.

В самом начале статьи автор хочет извиниться перед своими читателями. Статья изначально задумывалась как информационно-описательная для широкой аудитории, а не академическая для узкой прослойки специалистов. Сама идея популярно излагать даже фрагменты из индийской философии, авантюрна, но другого варианта притронуться к заявленной теме, автор не видит. В тексте статьи будет упомянуто немало санскритских терминов. Конечно, правильнее было бы к каждому термину написать подробный комментарий, но тогда статья неминуемо увеличится в объеме, но главная проблема все же будет не в этом. Как показывает опыт работы автора с темами, посвященными восточным сектам, напишешь кратко, сильно профанируешь материал, а чтобы читатель понял адекватно все тонкости восточной философии, ему надо читать курс по востоковедению, что явно не может быть реализовано в рамках краткой статьи. Цель статьи — дать общее представление об Аюрведе и познакомить читателей с оценкой автора на ее счет. Потому материал в статье будет излагаться в сильно упрощенной форме, будет передаваться суть понятий, насколько это получится у автора, без уточнения деталей. В конце статьи указаны источники, в которых дотошный читатель без труда найдет все опущенные автором нюансы. Однако, несмотря на такой подход, автор полагает, что логика его рассуждений и основания для сделанных оценочных выводов будут легко понятны любому. А уж соглашаться или нет с ними, это дело читателя.

Аюрведа в буквальном переводе с санскрита означает «знание [о том, как поддерживать] жизнь, или долголетие». Своими корнями Аюрведа восходит к Атхарваведе. Самые ранние сохранившиеся тексты Аюрведы датируются II-IV веками после Р. Х.

Атхарваведа – это сборник магических заклинаний. В частности, там можно найти заклинания как приворожить человека или как сделать мужчину импотентом, есть проклятия, как сделать так, чтобы девица не вышла замуж, как найти колдуна, заклинания против врагов и их замыслов, и множество других очень интересных для определенного

---

<sup>1</sup> Базовым источником по Аюрведе была статья Лысенко В. Г. Аюрведа. // Индийская философия: Энциклопедия / Отв. ред. М. Т. Степанянц; Институт философии РАН. – М.: Восточная литература. Академический проект; Гаудеамус, 2009. С. 131-134.

круга лиц заклинаний, среди которых есть и направленные на оздоровление людей<sup>2</sup>. В Атхарваведе считается, что причинами болезней служат действия злых богов и духов, магическая порча, сделанная недоброжелателями. Соответственно, исцеление, в основном, также осуществляется магическими методами<sup>3</sup>.

Индусы считают<sup>4</sup>, что Аюрведа восходит своими корнями к богу Брахме<sup>5</sup>, который в свою очередь передал знания врачевания Праджапати<sup>6</sup>, который далее их передал Ашвинам<sup>7</sup> и Индре<sup>8</sup>. Индра открывает знания по хирургии Дивадасе, царю Каши<sup>9</sup>. Дивадаса считается воплощением бога врачевания Дханвандари<sup>10</sup>, который есть аватар<sup>11</sup> Вишну<sup>12</sup> упомянутый в Бхагавата-пуране<sup>13</sup>.

В общем, различные боги передавали Аюрведу друг другу, потом передали мудрецам, некоторые из которых также оказались богами, но, в конце концов, это знание стало достоянием обычных людей. Аюрведа достаточно активно развивалась до XVII века. После прихода англичан наступает упадок Аюрведы, она не смогла конкурировать с научной медициной и возрождается Аюрведа лишь в середине XX века, на волне общего интереса к нетрадиционной для России и Запада духовности.

В своем представлении о мире Аюрведа опирается на философские системы санкхья и вайшешика. Познакомимся с ними поподробнее.

Санкхья (размышление, исчисление) — одна из философских школ индуизма. Основатель — легендарный Капила, считается, что Капила жил прежде Будды. Санкхья признает цикличность существования мира. Она учит, что есть два вечных начала: единая и вечно изменчивая материя-природа (пракрити) и множество вечно неизменных индивидуальных духов (пуруш). Развитие мира есть раскрытие уже имеющегося в нем потенциально, т. е. творение мира сильно отличается от христианского понимания, мир как бы свернут и весь уже существует, и он как бы из свернутого состояния разворачивается.

Основа мира – непроявленная материя, которая разворачивается в виде различных типов сущего. Разворачивание материи происходит при нарушении равновесия гун. Гуны

---

<sup>2</sup> Текст Атхарваеды в переводе на русский Т. Я. Елизаренковой на момент написания статьи выложен на множестве сайтов, потому нет смысла давать какую-то одну ссылку. Так же этот перевод издан. Потому любой желающий без труда может ознакомиться с русскоязычным переводом Атхарваеды, найдя его через любую поисковую систему Интернета.

<sup>3</sup> Справедливости ради следует заметить, что Атхарваеда, которая не является собственно аюрведическим текстом, кроме магических формул и заклинаний содержит удивительно прогрессивные взгляды для своей эпохи, которые позже, в брахманический период (примерно от VIII-VI вв. до Р. Х. по IV век от Р. Х) развития индуизма и формирования аюрведического канона, не упоминались в текстах этой эпохи. В частности, в Атхарваеде содержатся догадки об инфекционном происхождении некоторых болезней и даются рекомендации по использованию растительного сырья в борьбе с болезнетворными агентами. Кроме того, атхарванам хорошо было известно строение человеческого скелета.

<sup>4</sup> В индуизме в целом нет единого эталона ни в чем. Потому об одних и тех же предметах, один учитель индуизма будет говорить одно, а другой совершенно иное. Индуизм – мифологическая религия и мифотворцев там много. Потому будет не удивительно если история появления Аюрведы будет описываться в разных источниках по-разному.

<sup>5</sup> Брахма – один из богов индуизма, бог-творец, мир он творит по приказу Вишну. Брахма как творец, не тождественен Богу Творцу в христианстве.

<sup>6</sup> Праджапати в индуизме уважительный эпитет, «владыка рожденных», «великий предок». Что касается пуранических мифов, то титулом Праджапати их авторы наделяют различных персонажей, включая самого Брахму. В текстах индуизма после титула Праджапати нередко ставится имя собственное. В частности, в упоминаемой нами легенде о передаче медицинских знаний Брахмой, фигурирует не просто Праджапати, а конкретный Праджапати Дакша, обучивший в последствии Ашвинов.

<sup>7</sup> Двое братьев близнецов, в Ведах ассоциируются с предзарассветными и вечерними сумерками.

<sup>8</sup> Один из главных богов Вед.

<sup>9</sup> Каши название города.

<sup>10</sup> Дханвандари – бог-лекарь в индуизме, покровитель аюрведических целителей.

<sup>11</sup> Вишну воплощался во множестве форм, каждая из этих форм называется аватаром.

<sup>12</sup> Вишну – одно из главных божеств в индуизме.

<sup>13</sup> Бхагавата-пурана – текст, посвященный Вишну-Кришне.

– это три аспекта природно сущего, это механизм и сила (энергия) разворачивающее бытие мира. Гун три: 1) саттва – ясность, прозрачность, истовость; 2) раджас – энергия, пыл, движение; 3) тамас – инертность, косность, тупость. При порождении мира из состояния непроявленности живое и психическое возникает посредством гуны саттвы, мертвое – неорганическое возникает если преобладает гуна тамас. По сути, гуны это как бы три силы, действующие в материи, саттва имеет знак плюс, тамас – минус, раджас нейтральна. Во всех видах материи и живых существах они как бы запускают возникновение сущего и через них осуществляется управление бытием. В людях гуны проявляются как духовные качества, свойства характера, устремления толкающие к поступкам. Очень упрощенно, эти людские качества примерно таковы: тамас – невежество, тупость, инертность; раджас – страстность, импульсивность; саттва – благость, умиротворенность, возвышенность, высокие духовные устремления. В идеале спасение<sup>14</sup> души<sup>15</sup> возможно тогда, когда человек преодолевает влияние всех гун, становится над ними.

Итак, из материи (пракрити) при нарушении равновесия гун начинает возникать мир. Возникают различные типы сущего. Первый тип называется махат (что-то типа космического разума), его аналог в человеке интеллект, далее возникает ахамкара – чувство индивидуальности. Из ахамкары при воздействии гуны саттвы возникает манас – рассудок и пять индрий – органов познания и действия. Есть индрии познавательные и есть действующие. Познавательные: зрение, слух, обоняние, вкус, осязание. Действующие: руки, ноги, рот, задний проход, орган размножения.

При воздействии гуны тамаса рождаются из материи пять элементов стихий. Эти элементы следующие: огонь, вода, земля, воздух, эфир. Из этих пяти стихий далее возникают физические элементы, из которых, в свою очередь, состоят тела всех живых существ и все неживое что существует.

Если пракрити-материя – это, то из чего мир возникает и то, что содержит в себе силы управляющие миром, то пуруши или дух понимается как пассивное начало, созерцательное. Это тот или то, кто созерцает все психические и физические процессы, происходящие и в мире, и в каждом конкретном человеке. У обычного человека происходит смешение таких понятий как дух и интеллект. Основной методикой школы санкхьи является познание, понимание, сути вещей и явлений. Санкхья ничего не учит о существовании Личного Бога, в рамках данной философской концепции Он не нужен.

По сути, философия санкхьи является мировоззренческой системой, атеистической в том смысле, в каком и буддизм можно назвать атеизмом. Санкхья описывает мир и природу человека, описание это взято из мистических видений основателя данной философской системы и его последователей, а также указывает пути религиозного спасения так как в санкхье это понимается.

Следующее основание Аюрведы, это вайшешика. Вайшешика (от "вишеша", т. е. философия различий) — одна из религиозно-философских школ Индии. Создание приписывается легендарному мудрецу Канаде или Канабхудж. Возникла примерно в I веке от Р. Х.

Основная задача вайшешики — формулирование реалистического описания принципов бытия, его структуры и закономерностей существования, опирающейся (в отличие от санкхьи) на повседневный опыт (в санкхье мистические переживания) и исходящей из принципа дискретности, отсутствия непрерывного изменения.

Вайшешика учит о существовании множества атомов, которые являются одними из первичных субстанций из которых устроено все сущее и которые неизменны, но при этом сильно отличаются друг от друга, атомы отличаются не сущностью, а некими

---

<sup>14</sup> Спасение ничего общего не имеет с христианским. В индуизме это некое вырывание души из колеса перевоплощений (сансары). Вечного рая или ада в современном индуизме нет.

<sup>15</sup> Нужно четко понимать, что в индуизме нет христианского понимания природы души и автор использует данный термин лишь с целью упрощения понимания читателем разбираемых вопросов.

«предельными особенностями». Для разбора исследуемой в статье темы, нет необходимости погружаться в онтологию вайшешики, это занятие, предназначенное для очень больших любителей индийской философии, которые с легкостью могут утолить свое любопытство, обратившись к специализированной литературе, приведенной в конце статьи. Нам же важно запомнить, что по сути, вайшешика, это некое философское описание мира, имеющее четко выстроенную логику, религиозное по своей сути. Вайшешику не интересуют йога и сверхъестественное. Существование Личного Бога она отрицает. А духовную реальность познает через созерцание и логическое умозаключение.

Кроме вайшешики и санкхьи есть в Аюрведе отдельные заимствования и из других философских систем Индии, но они фрагментарны и для дальнейшего нашего исследования не имеют особого значения.

Аюрведа заимствует у вайшешики идею атомистического строения тела человека и Вселенной. Санкхья дала Аюрведе идею эволюции материи (пракрити) и теорию взаимодействия гун. Интересно отметить что эволюционистские теории санкхьи противоречат учению вайшешики, и даже полностью исключают друг друга, но такие мелочи не смущают поклонников Аюрведы, впрочем, синкретизм свойственен индуизму в целом.

Если Аюрведу принимать, как она есть, то она является религиозной системой, которая направляет человека на достижение четырех целей человеческой жизни, как их понимают многие индуисты. Эти цели таковы:

1. Накопление религиозных заслуг;
2. Освобождение из мира перевоплощений;
3. Приобретение материального благополучия;
4. Успех в чувственных удовольствиях.

Теперь от общефилософских основ Аюрведы обратимся к ее антропологии и медицинским основам.

Аюрведические целители придерживаются принципов витализма<sup>16</sup>. Для аюрведического целителя тело человека есть совокупностью неких энергетических потоков различных видов праны,<sup>17</sup> распределяемых по различным энергетическим каналам тела человека.

Аюрведа глубоко магична. Помимо магических обрядов Аюрведа использует диетологию, хирургию и фармацевтику. Уровень развития хирургии, в разные периоды развития Аюрведы, судя по всему, был разным<sup>18</sup>. Благодаря человеческим жертвоприношениям и последующей за ними разделке трупов, авторы Атхарваведы неплохо знали человеческую анатомию. Замедлению развития хирургии способствовал индуистский принцип ахимсы<sup>19</sup>, который, в свою очередь, во многом был привнесен буддизмом и джайнизмом. Благодаря ахимсе в Древней Индии стали не поощрять препарирование трупов, что не могло не сказаться на развитии хирургии.

В Аюрведе здоровье человека рассматривается в контексте жизнедеятельности природы. Из этого следует, что аюрведический целитель должен обращать внимание, прежде всего на такие первоэлементы стихий, как ветер, вода и огонь, т. к. все вместе они образуют особую питательную жидкость – расу. При этом стихия ветра проявляет себя при кровообращении, пищеварении, глотании, дыхании, говорении, родах, выведении экскрементов и общей двигательной активности. Все это в совокупности называется вата.

---

<sup>16</sup> Витализм — учение о наличии в живых организмах нематериальной сверхъестественной силы, управляющей жизненными явлениями. Теория витализма постулирует, что процессы в биологических организмах зависят от этой силы, и не могут быть объяснены с точки зрения физики, химии или биохимии.

<sup>17</sup> Прана – это название одного из мистических энергетических потоков регулирующих телесные функции в Аюрведе, также в рамках ее эзотерической физиологии упоминаются апана, удана, вьяна и самана.

<sup>18</sup> В разных источниках автор встречал различные мнения по этому вопросу.

<sup>19</sup> Ахимса - поведение и образ действий, при которых первым требованием является нанесение вреда.

Стихия огня отвечает за энергетическую систему человека, огонь поддерживает температуру тела, способствует перевариванию пищи, влияет на цвет лица, окрашивает кровь в красный цвет, является предпосылкой к зрению и чувственной активности. Все это называется питта.

Стихия воды представляет собою соединительную ткань организма, которая проявляется в плазме, поте и всех других жидкостях организма которые поддерживают части тела в единстве. Это капха.

Кроме трех основных флюидов, также существуют еще восемь элементов - бхута. Бхута - это: кровь (ракта), плоть (манса), семя (шукра), питательная жидкость (раса), дхату, жир (медас), кости (астхи) и желчь (мажджа). Все эти восемь элементов происходят из питательной жидкости (раса) путем «варения»: кровь — это «сваренная» раса, плоть— это «сваренная» кровь и т. д. В общем, все твердые части тела являются результатом «варки» жидких.

В Аюрведе используется принцип аналогии, все в процессы в теле человека протекают под влиянием огня, который «варит» все жидкости, как и в природе, все вегетативные процессы протекают под влиянием жара Солнца.

Капха, питта и ватта, т. е. интегративная, пищеварительная и дыхательная функции биологической системы полностью исчерпывают все формы жизнедеятельности организма. Если они сбалансированы, то организм здоров, если нет, он заболевает.

Все животные, растения и люди, а также психологические и природные явления (пищевые продукты, времена года, климатические условия, темпераменты, вкусы, запахи и т. д.) включая их нормальное и ненормальное состояние делятся в Аюрведе на три класса по преобладанию в них капхи, питты или ваты.

Лечение в Аюрведе заключается в том, что у больного создают равновесие капхи, ваты и питты, а для этого нужно «подавить» тот элемент, который в человеке присутствует в избытке.

Т. е., болезни, вызванные питтой, рекомендуется лечить водяной пищей, охлаждающей огонь, в условиях прохладного дождливого климата или прохладного времени года — соответствующими охлаждающими средствами гигиены, запахами и ощущениями, успокаивающим общением и т. п. Болезни, вызванные капхой, напротив — огненной пищей, жарким климатом и т. п.

Кроме дисбаланса капхи, питты и ваты, причиной болезней может быть плохая карма, нарушения элементов тела, влияние злых духов. Например, древние аюрведические целители считали, что проказа, венерические болезни имели сверхъестественную природу своего возникновения.

Лечение в Аюрведе включает в себя диету, лекарственные препараты, приготовленные из трав, животных продуктов и металлов. А также используются магические ритуалы и чтение специальных мантр.

В общем, в Аюрведе здоровье воспринимается как многофакторное явление, состоящее как из физического, так и из духовного компонентов. И если физические нарушения рекомендуется лечить диетой, хирургией и лекарствами, то духовную составляющую йогой и медитацией.

В Аюрведе, диагностика болезней основывается на подробном опросе больного и исследовании теплоты тела, цвета языка и кожи, выделений, шумов в легких, голоса и т. п. Диагностика по пульсу у древних авторов Аюрведы не описывается.

Какие требования предъявляются к тому, кто собрался изучать Аюрведу? Прежде всего, ученик должен быть здоров. Ему полагается вставать рано утром. Он должен почитать богов, коров и религиозных наставников. Медицинские тексты следует читать вслух в уединенном месте. Он должен быть вегетарианцем и воздерживаться от вина. Никогда не должен лечить женщину в отсутствии мужа или опекуна. Не должен лечить людей, неугодных властям.

Аюрведическим целителям рекомендуется принимать участие в диспутах. При этом если диспут осуществляется с противником Аюрведы, то против них дозволены любые методы полемики. В данном случае цель одна – победа, и она оправдывает любые действия аюрведического целителя.

Познакомившись кратко с Аюрведой, попытаемся теперь поразмышлять о той пользе или вреде, что она может принести страждущим исцеления.

Современная медицина в своих основах базируется на естественно-научном подходе к изучению болезни и ее лечению. В основании Аюрведы лежит религиозное описание мира и природы человека, можно к нему относиться плохо или хорошо, но оно точно не имеет ничего общего с теми представлениями о человеке и мире, которые читатель получил на уроках физики, химии и биологии в школе. Меняется теория, меняется и практика.

Аюрведа – религиозна! Современная медицина – научна. Наука в отношении религии нейтральна, она не может ни доказать существование Бога, ни опровергнуть его. Религия о вечном, наука же – о конечном. Научная и религиозная методики познания мира и человека различны. Научной медициной может заниматься человек любых религиозных взглядов, а с религиозной областью это не так. Если человек не верит в существование Бога, он вряд ли будет Ему молиться. Например, в Таинствах Православной Церкви могут участвовать только православные христиане. Вряд ли на церковную службу в православную церковь придет атеист с целью поправить свое здоровье. С Аюрведой та же ситуация. Как можно обращаться за лечением к религиозной системе, в философскую истинность которой вы не верите и чьи религиозные взгляды не разделяете?!

Может ли научная медицина что-то позаимствовать из Аюрведы? Думаю, что это возможно. Вполне вероятно, что за тысячелетия опытным путем аюрведические целители могли получить информацию, которая может быть интересна современным врачам. Естественно, та информация, что не относится к духовным сферам. Методы лечения, применяемые в Аюрведе, должны быть изучены по всем правилам научной медицины и лишь после этого какие-то ее элементы, возможно, смогут быть использованы врачами. Целиком заимствовать Аюрведу невозможно, по описанным выше причинам из-за изначальных различий в базисных подходах к изучению мира и человека в Аюрведе и научной медицине.

Что автор может сказать читателям данной статьи, которые придерживаются христианских взглядов? Христианство оценивает любое действие человека сквозь призму вечности. Важно не то, какую сиюминутную пользу может принести тот или иной поступок, а то, как этот поступок отзовется на посмертном бытии человека в вечности. Христианство основано на Иисусе Христе и только на Нем! Любителям религиозной толерантности это может не нравиться, но это факт. Поэтому, если вы верите в священность Вед. Если вы защищаетесь от злых духов с помощью заклинаний из Атхарваведы. Если вы молитесь древним богам Вед Индре<sup>20</sup> или Варуне<sup>21</sup>. Если ваше представление о мире и человеке лежит в русле философских взглядов санкхьи. То почему бы вам и не лечиться Аюрведой?! Только не стоит себя при этом называть христианином, вы – язычник.

Для христиан Аюрведа – это язычество. Религиозные взгляды Аюрведы и методы йоги, которые она предлагает для духовного развития человека, не совместимы с христианством, потому христианин не может лечиться, заниматься сам или популяризировать Аюрведу. Христианин может изучать Аюрведу с позиции чисто научного интереса, с ней могут знакомиться апологеты христианства с целью защиты

---

<sup>20</sup> Индра – главное божество пантеона Ригведы, бог громовержец и змееборец, возглавляющий ведийских богов в их противостоянии асурам (демонам).

<sup>21</sup> Варуна – один из самых древних и значительных богов ведийского пантеона. Варуна являлся блюстителем космических и нравственных законов, был карателем грешников, на которых он насылал болезни.

христиан от язычества, других причин христианину погружаться в Аюрведу автор не видит.

В завершении статьи нужно несколько слов сказать об Олеге Геннадьевиче Торсунове<sup>22</sup>. Которого многие считают или долгое время считали аюрведическим врачом. Он действительно имеет медицинское образование, и по своим религиозным взглядам он является последователем «Международного общества сознания Кришны», в кришнатских кругах он известен как Аударья Дхама дас. В медицинском институте Аюрведу Олег Торсунов не изучал! Где он вообще изучал (если изучал!) Аюрведу, не понятно. В своей целительской практике использует методы лечения, которых в Аюрведе нет. Например, лечение камнями и корой деревьев. Более того, существует публичное письмо Олега Торсунова которое озаглавлено «Обращение доктора Торсунова»<sup>23</sup>, в этом обращении Олег Торсунов пишет, в частности, о своих методах лечения: «Мои методы не имеют никакого отношения к классической аюрведе. Поэтому в ближайшее время из названия нашего центра мы уберем слово аюрведа». Автор данной статьи пытался найти текст данного обращения на сайте Олега Торсунова и не нашел, оно во множестве находится на различных кришнаитских сайтах, а вот на своем сайте Торсунов популяризировать его явно не горит желанием, может автор ошибается, тогда хотелось бы, чтобы ему дали ссылку. А ведь много лет Олег Торсунов утверждал, что занимается Аюрведой и ему многие верили. Олег Торсунов также выдает себя за эксперта по Ведам, интересно, он их знает и популяризирует так же как Аюрведу?

А вы, мой уважаемый читатель способны отличить самозванца от эксперта? Полагаете, Олег Торсунов единственный «эксперт» по Аюрведе, присутствующий на рынке так называемой «альтернативной медицины» в России?

Какие выводы может сделать автор статьи после знакомства с Аюрведой? Это, несомненно, интересная тема для востоковедов и историков медицины. После научных исследований, возможно современная медицина что-то позаимствует из Аюрведы, а возможно и нет! Мировоззренчески Аюрведа несовместима ни с наукой, ни с христианством. Очень велика вероятность что человек, обратившийся в какой-либо Аюрведический центр нарвется на мошенников. При этом мошенники вполне могут иметь серьезное медицинское образование, но в своей медицинской практике использовать методики, далекие как от научной медицины, так и от Аюрведы. В общем, автор может посоветовать очень серьезно подумать о целесообразности лечения у аюрведических целителей всем, кто решил к ним обратиться. Здоровье – это не та область, в которой стоит играть в «русскую рулетку»!

#### Использованная литература

Индийская философия: Энциклопедия / Отв. ред. М. Т. Степанянц; Институт философии РАН. – М.: Восточная литература. Академический проект; Гаудеамус, 2009 – 950 с.

Сорокина Т. С. История медицины: учеб. для студ. Высш. Мед. учебн. завед. / Изд-е 5-е, перераб. и доп. – М.: Академия, 2006. – 560 с.

Индуизм. Джайнизм. Сикхизм: Словарь / Под общ. ред. Альбедиль М. Ф. и Дубянского А. М. – М.: Республика, 1996. – 576 с.

Чаттерджи С., Датта Д. Индийская философия / Пер. с англ. под ред. В. И. Кальянова. – М.: Академический проект; Альма Матер, 2009. – 365 с.

Мюллер Ф. М. Шесть систем индийской философии / Пер. с англ. – М.: Академический Проект; Альма Матер, 2009. – 432 с.

Атхарваведа (Шаунака): В 3 т. Т. 2: Кн. VIII-XII. М.: Восточная литература, 2007. - 293 с.

<sup>22</sup> О нем автор статьи также периодически получает вопросы

<sup>23</sup> В Интернете под этим названием можно найти на многих сайтах.