

# ПОНЯТИЕ «БАЛА» В ТРАДИЦИОННОЙ АЮРВЕДИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЕ

[В. Ю. Дружинин](#)

ГБОУ ВПО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава  
России (г. Новосибирск)

ФГАОУ ВО «Новосибирский государственный университет» (г. Новосибирск)

В статье описаны представления о «силе» человека, изложенные в санскритских текстах Древней Индии, прежде всего, в «Чарака-самхите» и «Сушрута-самхите». Раскрывается понятие «сила», называются ее аспекты, виды, указывается использование этого понятия в различных разделах традиционной аюрведы.

**Ключевые слова:** история медицины; аюрведическая медицина; санскрит; Чарака-самхита; источники медицины; Сушрута-самхита.

---

**Дружинин Владимир Юрьевич** — ассистент кафедры нормальной физиологии ГБОУ ВПО «Новосибирский государственный медицинский университет», ассистент кафедры фундаментальной медицины ФГАОУ ВО «Новосибирский государственный университет», e-mail: edenmoony@mail.ru

---

**Актуальность.** Аюрведа, или аюрведическая медицина, является одной из трех сохранившихся до наших дней традиционных медицинских систем (индийской, китайской и тибетской), которая формировалась в течение тысячелетий на территории современной Индии и некоторых стран Юго-Восточной Азии. Термин «аюрведа» (санскрит — *āyurveda*) происходит от *āyus* — жизнь, *veda* — знание и переводится с санскрита как «учение о долгой жизни» [1, с. 57].

Основой традиционной аюрведы являются канонические тексты так называемой большой троицы (*br̥hatrayī*) — «Чарака-самхита» (*Caraka-saṃhitā*), «Сушрута-самхита» (*Suśruta-saṃhitā*) и «Аштанга-хридая-самхита» (*Aṣṭāṅga-hṛdaya-saṃhitā*) [2, с. 225]. Они содержат большое количество сведений из различных отраслей естествознания и медицины, которые мы сегодня называем анатомией, физиологией, эмбриологией, фармакологией, деонтологией, патологией, гигиеной, диетологией, терапией и т. д.

Одной из важных концепций традиционной аюрведы является представление о «силе» человека (санскрит. *bala*), имеющее отношение к физиологии организма, фармакологии, прогностике и т. д. Эти сведения, представленные в санскритских источниках, малоизвестны. Их изложению и посвящена данная работа.

**Цель исследования:** проанализировать понятие «бала» в текстах традиционной аюрведы.

Результаты исследования. Санскритское слово «бала» многозначно. Словарь «Вишва-пракаша» (*Viśva-prakāśa, La-dvikam*, говорит: *balamgandharaserūpesthāmanisthaulya-sainyayoḥ | balohalāyudhedaitya-bhedebalinivāyase* — «Слово бала в среднем роде означает мирру, форму, силу, полноту, армию, а в мужском роде — Балараму, одного из сыновей Думи, того, кто обладает силой и ворону» [3, р. 148-149]. Словарь «Амара-коша» (*Amarakośa, 3.3.195*) гласит: *sthaulya-sāmarthya-sainyeṣubalamnākāka-sīriṇoḥ* — «Слово бала означает упитанность, способность выполнять что-либо, армию, а также ворону и Балараму» [4, р. 431]. В контексте источников традиционной аюрведы слово «бала» может означать энергичность (*utsāha*), упитанность тела (*dehopakāṣa*), жизненную силу (*prāṇa*), способность выполнять физическую нагрузку (*vyāyāma-śakti*), один из трех принципов регуляции функций организма (*kapha-doṣa*), особую субстанцию, располагающуюся в сердце (*hṛdisthitamojaḥ*) и ряд др. [5, р. 955].

В самом общем понимании, бала — это, прежде всего, сила организма. Она имеет два аспекта [6, р. 120]. Первый — способность выполнять физическую работу (*karma-śakti*). Так в «Чарака-самхите» (3.8.121) провозглашается, что одним из важных критериев оценки состояния пациента является определение его способности выполнять физическую нагрузку (*vyāyāma-śaktirapikarma-śaktyā parīkṣyā*), и через эту способность постигается его сила (*karma-śaktyā hyanumīyatebala-traividhyam*). В комментарии «Аюрведа-дипика» (*Āyurveda-dīpikā*) к этому стиху говорится, что деятельность (*karma*) — это, к примеру, перенос тяжестей и т.д. (*bhāra-vahanādi*) [7, р. 280]. О том же говорит и комментатор «Сушрута-самхиты» (1.15.19(23)) Далхана (*Ḍalhaṇa*). По его мнению, бала — это способность переносить грузы (*bhāra-haraṇādi-śakti-gamya*) [8, р. 15]. Он также отмечает (1.1.28), что источником силы, т. е. способности к выполнению работы (*karma-sādhana-śaktiḥ*), так же как привлекательной внешности/здорового внешнего вида (*varṇa*) и жизненной энергии (*ojas*), является, прежде всего, правильное питание (*prāṇināṁpunarmūlamāhārōbala-varṇaujasāṁca*).

Другой важный аспект балы — это способность сопротивляться болезням (*vyādhi-kṣamatva*). В «Чарака-самхите» (1.28.7) говорится, что приём вредной пищи и неправильный образ жизни (*apathya*) не всегда приводят к развитию болезней, а если же приводят, то в различные сроки и разной выраженности, в зависимости от вовлеченного человека. Не все люди имеют равную способность сопротивляться болезням (*nacasarvāṇīśarīrāṇivvyādhi-kṣamatvesamarthānibhavanti*). В комментарии к этому стиху Чакрапани (*Sakrapāṇi*) делит способность сопротивляться болезням на два вида: препятствие развитию появившейся болезни и предотвращение возникновения болезни (*vyādhi-kṣamatvaṁvyādhi-bala-virōdhitvaṁvyādhy-utpāda-pratibandhakatvam*).

В обсуждаемом пассаже из «Чарака-самхиты» (1.28.7) также говорится, что чрезмерно упитанные (*atisthūlāni*) или истощенные (*atikṛśāni*) люди, имеющие «дряблые» ткани тела, такие как мышцы, кровь и кости (*aniviṣṭa-māṁsa-sōṇitāsthīni*), люди малой физической силы (*durbalāni*), питающие тело неподходящей пищей (*asātmyāhārōpacitāni*), недоедающие (*alpāhārāni*) и обладающие слабым интеллектом (*alpasattvāni*), имеют малую способность сопротивляться болезням (*avyādhi-sahāni*) [7, р. 178]. Стоит также отметить, что в классических текстах мы находим описание заразных болезней, и сопротивляемость им также входит в понятие «силы» (*bala*). Так «Сушрута-самхита» (2.5.33-34) говорит, что проказа (*kuṣṭha*), некоторые виды лихорадок (*jvara*), истощение/туберкулез (*śoṣa*), некоторые виды конъюнктивитов (*netrābhiṣyanda*) и некоторые болезни, сопровождающиеся высыпаниями (*aupasargika-rogaḥ*), передаются от человека к человеку (*saṅkrāntinarānnaram*) вследствие тесного общения (*prasaṅgāt*), такого как

прикосновение (*gātra-samsparsāt*), дыхание (*niśvāsāt*), прием пищи из общей посуды (*sahabhojanāt*), нахождение в одной постели (*sahasāyūāsanāt*), ношения общей одежды или украшений (*vastra-mālyānulepanāt*) [8, p. 233].

Согласно «Чарака-самхите» (1.11.36), оба аспекта «силы» — способность выполнять физическую нагрузку и сопротивляемость болезням — делятся на три типа (*trividhambalam*). То же самое мы находим в трудах Вагбхаты. Так «Аштанга-хридайам» (2.3.77-78) утверждает: *sahajaṃkālaṃyukti-kṛtaṃdeha-balaṃtridhā* — «Сила тела бывает трех видов: природная, временная и созданная усилиями» [9, p. 401].

Первая — врожденная (*sahajam*), та, что по природе присуща телу и уму (*yaccharīra-sattvayoḥ prākṛtam*).

Второй вид — рожденная временем (*kālaṃ*). Она делится на два вида: создаваемая возрастом (*vayaḥ-kṛtam*) и сезоном года (*ṛtu-vibhāgaṃ*). Считается, что дети и пожилые люди обладают меньшей силой, взрослые — большей, зимой (*hemanta*, *śiśira*) сила наибольшая, весной (*vasanta*) и солнечной осенью (*śarat*) — средняя, жарким сухим летом (*grīṣma*) и дождливой осенью (*varṣā*) — наименьшая.

Заключительный вид силы — рожденная усилиями (*yukti-kṛtam*). Она обретается путем правильного питания и физических упражнений (*āhāra-ceṣṭāyogaṃ/vihārāhāra-janitam*), другой вариант рассмотрения этой строки также включает прием (*yoga*) профилактических средств (*rasāyana-prayogaṃ*) [7, p. 74].

Концепция «силы» человека находит свой отклик в различных разделах аюрведы. Так в учении об индивидуальной конституции (*prakṛti*) говорится, что люди капха-типа (*kapha-prakṛti*) обладают большой силой (*balavantah*), питта-типа (*pitta-prakṛti*) — средней (*madhyabalāḥ*), вата-типа (*vāta-prakṛti*) — малой (*alpabalāḥ*).

Частью учения о предотвращении болезней является обязательная ежедневная физическая нагрузка (*vyāyāma*), которая согласно «Чарака-самхите» (1.7.32) наделяет тело легкостью (*lāghavam*), способностью выполнять физическую работу, т. е. силой (*karma-sāmarthyam*), крепостью (*sthairyam*), умением сносить трудности (*duḥkha-sahiṣṇutā*), уменьшает капха-дошу (*doṣa-kṣaya*) и усиливает огонь пищеварения (*agni-vṛddhi*).

В учении о различных субстанциях и их качествах (*dravya-guṇa-vijñāna*), аюрведической «фармакологии» одним из важных действий (*karma*) вещества является способность наделять тело силой (*balya*, *bala-kṛt*). Среди лекарственных растений, обладающих этим свойством, можно назвать *kapikacchu* (лат. *Mucuna pruri*), *aśvagandhā* (лат. *Withaniasomnifera*), *bhṛngarāja* (лат. *Ecliptaalba*), *yaṣṭimadhu* (лат. *Glycyrrhizaglabra*) и многие др. Этим же свойством могут обладать и пищевые продукты, такие как коровье молоко (*go-dugdha*), пшеница (*godhūma*), семена кунжута (*tila*), финики (*kharjūra*), виноград (*drakṣā*), урад-дал (*māṣa*) и т. д., что используется при назначении определенного режима питания, способствующего увеличению массы тела при истощении или подготовке к лечебным процедурам.

**Заключение.** Представление о «силе» пациента используется во многих разделах традиционной аюрведической медицины и имеет не только важное историческое значение, но также и практическое применение в области традиционного аюрведического врачевания.

#### Список литературы

1. Суботялов М. А. Этапы развития аюрведической медицины / М. А. Суботялов,

- Т. С. Сорокина, В. Ю. Дружинин // Проблемы соц. гигиены, здравоохранения и истории медицины. — 2013. — № 2. — С. 57-60.
2. Суботялов М. А. Письменные источники Аюрведы как основа медицинского образования / М. А. Суботялов, В. Ю. Дружинин // Философия образования. — 2013. — № 2 (47). — С. 224-229.
  3. Viśva-prakāśa by ŚrīMaheśvara. — Benares : VidyāVilāsa Press, 1911. — 193 p.
  4. Śrīnāmaliṅgānuśāsanamñāmaamarakoṣaḥpaṇḍita-vara-śrīmad-amarasimha-viracitaḥ mahāmahopādhyāya-śrī-bhaṭṭoji-dīkṣitātmaja-vidvad-vara-śrī-bhānuji-dīkṣita-kṛtayā vyākhyā-sudhākhyayāvyākhyayāśahitaḥ. — Bombay : NirṇayaSāgar Press, 1929. — 505 p.
  5. Āyurvedīyamahākośarthātāyurvedīyaśabdakośa. Saṁskṛta-marāṭhī. Dvītiyakhaṇḍa. — Bombay : Mahārāṣṭra-rājya-sāhityāṇi-saṁskṛti-maṇḍala, 1968. — 1730 p.
  6. Dash Bhagwan. Concept of Agni in Āyurveda with Special Reference to AgnibalaParīkṣā. — Varanasi-1 : Chowkhamba Sanskrit Series Office, 1971. — 212 p.
  7. Maharṣiṇāpunarvasunopadiṣṭātacchiṣyeṇāgniveśenapraṇītācaraka-dṛḍhabalābhyāmpratisaṁ skṛtācaraka-saṁhitāśrī-cakrapāṇidatta-viracitayāāyurveda-dīpikā-vyākhyayāśaṁvalitā. — Bombay : NirṇayaSāgarPress, 1941. — 738 p.
  8. Vaidya-vara-śrī-ḍalhaṇācārya-viracitayā nibandha-saṁgrahākhyā-vyākhyayā samullasitā maharṣiṇā suśrutenaviracitā suśruta-saṁhitā. — Bombay : Nirṇaya-sāgara-press, 1915. — 712 p.
  9. Śrīmad-vāgbhaṭa-viracitamāṣṭāṅga-hṛdayam |  
śrīmad-arunadatta-viracitayāśarvāṅga-sundarākhyayāvyākhyayā,  
hemādri-praṇītayāāyurveda-rasāyanāhvayāṭīkayācasamullasitam. — Bombay : NirṇayaSāgar Press, 1939. — 956 p.

# BALA CONCEPT IN TRADITIONAL AYURVEDIC MEDICINE

[V. Y. Druzhinin](#)

*SBEI HPE «Novosibirsk State Medical University» of Ministry of Health (Novosibirsk)  
FSAEI HE «Novosibirsk state university» (Novosibirsk)*

The ideas of «strength» of the person stated in Sanskrit texts of Ancient India, first of all, in «Charaka-samhita» and «Sushruta-samhita» are described in the article. The concept of «strength», aspects, types are revealed, usage of this concept in various parts of traditional Ayurveda is specified.

**Keywords:** medicine history; ayurvedic medicine; Sanskrit; Charaka-samhita; medicine sources; Sushruta-samhita.

---

## About authors:

**Druzhinin Vladimir Yuryevich** — assistant of normal physiology department of SBEI HPE «Novosibirsk State Medical University» of Ministry of Health, assistant of fundamental medicine department at FSAEI HE «Novosibirsk state university», e-mail: edenmoony@mail.ru

## List of the Literature:

1. Subotyalov M. A. Stages of development of ayurvedic medicine / M. A. Subotyalov, T. S. Sorokina, V. Y. Druzhinin // Problems of soc. hygiene, health care and history of medicine. — 2013. — N 2. — P. 57-60.
2. Subotyalov M. A. Written sources of Ayurveda as basis of medical education / M. A. Subotyalov, V. Y. Druzhinin // Philosophy of education. — 2013. — N 2 (47). — P. 224-229.
3. Viśva-prakāśa by ŚrīMaheśvara. — Benares : VidyāVilāsa Press, 1911. — 193 p.
4. Śrīnāmalingānuśāsanāmnāmarakoṣaḥpaṇḍita-vara-śrīmad-amarasimha-viracitaḥ mahāmahopādhyāya-śrī-bhaṭṭoji-dīkṣitātmaja-vidvad-vara-śrī-bhānuji-dīkṣita-kṛtayā vyākhyā-sudhākhyayāvyākhyayāśahitaḥ. — Bombay : NirṇayaSāgar Press, 1929. — 505 p.
5. Āyurvedīyamahākośarthātāyurvedīyāśabdakośa. Saṃskṛta-marāṭhī. Dvītiyakhaṇḍa. — Bombay : Mahārāṣṭra-rājya-sāhityāṇi-saṃskṛti-maṇḍala, 1968. — 1730 p.
6. Dash Bhagwan. Concept of Agni in Āyurveda with Special Reference to AgnibalaParīkṣā. — Varanasi-1 : Chowkhamba Sanskrit Series Office, 1971. — 212 p.
7. Maharṣiṇāpunarvasunopadiṣṭācchiṣyeṇāgniveśenapraṇītācaraka-dṛḍhabalābhyāṃpratisaṃskṛtācaraka-saṃhitāśrī-cakrapāṇidatta-viracitayāāyurveda-dīpikā-vyākhyayāśaṃvalitā. — Bombay : NirṇayaSāgar Press, 1941. — 738 p.
8. Vaidya-vara-śrī-ḍalhaṇācārya-viracitayā nibandha-saṃgrahākhyā-vyākhyayā samullasitā maharṣiṇā suśrutenaviracitā suśruta-saṃhitā. — Bombay : Nirṇaya-sāgara-press, 1915. — 712 p.
9. Śrīmad-vāgbhaṭa-viracitamaṣṭāṅga-hṛdayam | śrīmad-arunadatta-viracitayāśarvāṅga-sundarākhyayāvyākhyayā, hemādri-praṇītayāāyurveda-rasāyanāhvayātīkayācasamullasitam. — Bombay : NirṇayaSāgar Press, 1939. — 956 p.