



«Ирфон»

Древняя
таджикская
медицина
о сохранении
здоровья





МУДРОСТЬ
ВЕКОВ

ДУШАНБЕ
«ИРФОН»
1989 год

ББК 5
М 89

Редактор *Х. Рауфзода*

Капранов В.

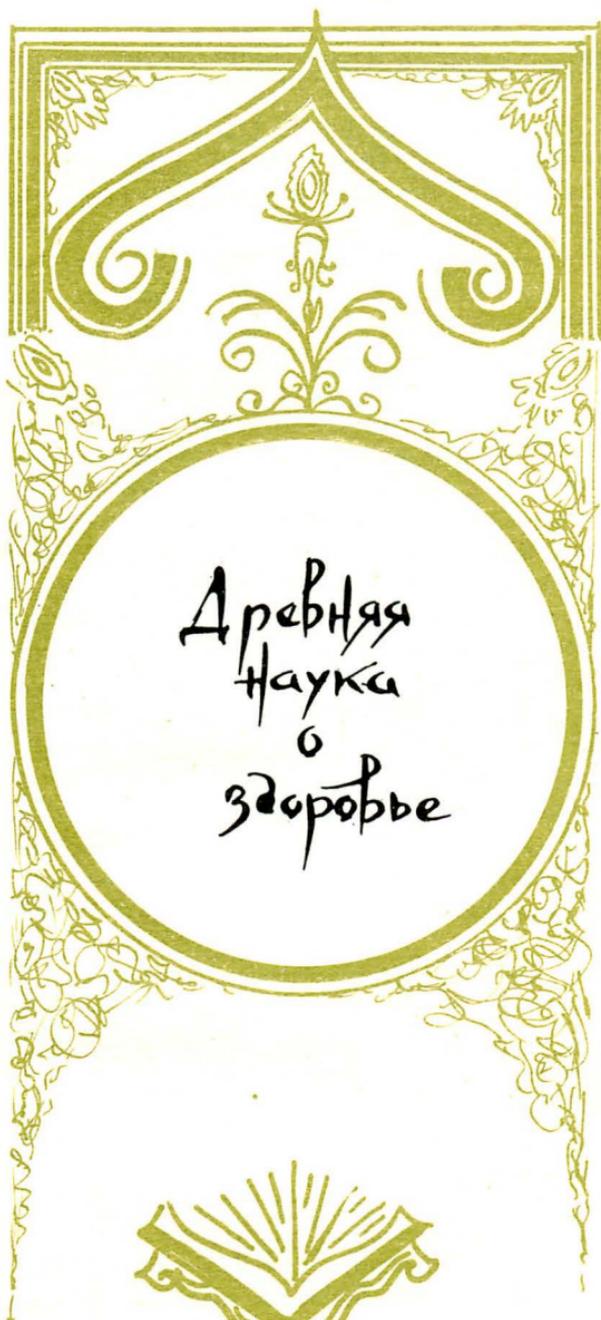
М 89 **Мудрость веков (Древняя таджикская медицина о сохранении здоровья). 5-ое изд., доп. и перераб.** Душанбе, «Ирфон», 1989 — 304с.

Книга содержит сведения о сохранении здоровья человека и использовании различных продуктов питания — овощей и фруктов в лечебных целях согласно многовековому опыту старой таджикско-персидской медицины, в которой сочетается также опыт арабской, греческой и индийской медицины.

410200000—129
М 501(13)—1989 — 1989

ББК 5

© Издательство «Ирфон», 1989.



Древняя
наука
о
здоровье



Одной из древнейших отраслей знания, появившихся на первоначальной стадии развития человечества, является медицина. Познавая природу, окружающий его мир, человек также познавал и самого себя. Это познание происходило в тесной, неразрывной связи человека и окружающих его природных факторов. Приспосабливаясь к различным условиям, человек постепенно на своем опыте постигал положительное или отрицательное воздействие компонентов окружающей среды обитания. Особое значение имели продукты питания, поэтому приобретение знаний о полезных и вредных свойствах растений, продуктов животного происхождения, а также о лечебных свойствах различных минералов имело особо важное значение. Знания такого рода, во многом общие, а во многом и специфические для каждого народа, пополнялись и совершенствовались по мере развития общества и превратились в одну из важнейших отраслей человеческого знания — медицину. Она совершенствовалась по мере развития общества. С появлением же письменности, одними из самых первых письменных памятников стали разнообразные произведения врачебательного характера. В письменном наследии древних народов Египта и Греции, Рима и Ирана, Индии и Тибета, Средней Азии и других стран медицинские памятники занимают почетное место.

Культурное взаимовлияние разных народов состояло в частности также и в обмене медицинскими знаниями. Несмотря на профессиональные традиции некоторых медицинских школ и сохранение в секрете важных медицинских сведений лечебного характера, по мере расширения культурных контактов и развития наук письменные медицинские труды становились достоянием более широкого круга людей, а путем переводов на другие языки обогащали медицину других народов.

Так медицина становилась международной наукой.

История таджикской медицины является ярким примером такого взаимообогащения. Таджикская, точнее греко-арабско-персидско-таджикская медицина, начало

которой уходит в глубину веков, к медицине древних культур Востока — вавилонской и египетской¹, и которая развивалась в древней Греции и обогащалась в странах арабского Востока, Иране и Средней Азии², с древнейших времен была связана с индийской медициной, а в эпоху Сасанидов (III—VII вв. н. э.) произведения индийской медицины переводились на среднеперсидский язык.

В эпоху Аббасидов ряд трудов индийских медиков был переведён на арабский язык, а затем на фарси (персидско-таджикский). В то время большую известность приобрели врачи — индийцы по происхождению — Солах ибн Бахла и Манка — Индиец (Монкха Ал-Хинди). Они писали по-индийски, а также переводили индийские медицинские труды на арабский язык. Выдающийся ученый — энциклопедист средневековья, прославленный медик и врач — клиницист Абубакр Мухаммад ибн Закария Рози (IX—X вв.) во время написания

¹ Еще две тысячи лет до нашей эры в законах вавилонского царя Хаммурапи зафиксированы специальные параграфы, которые регламентируют деятельность врачей, производящих глазные операции. Бронзовые инструменты для глазных операций были найдены при раскопках в Мессопотамии. В знаменитом Египетском папирусе Эберса (середина XX века до н.э.) содержится огромное количество рецептов, предназначенных для лечения различных болезней, и правила исследования больных. Выделение египетских врачей в особую специальность произошло в древнейшую эпоху; известно также, что крито-микенская культура развивалась в тесной связи с Египтом. См. В. П. Карпов, Гиппократ и Гиппократов сборник. В кн. Гиппократ. Избранные книги, т. 1, М., 1936, стр. 36.

² Browne, *Arabian Medicin*, Cambridge, 1921, pp. 2—3. Ввиду того, что арабская и таджикско-персидская медицина развивались под сильным влиянием греческой, главным образом, трудов Гиппократа (V в до н.э.), и обе эти системы в своих основах совпадают, эту медицину (арабско-персидско-таджикскую) называют также (особенно в Индии) «греческой медициной», — в отличие от других школ, в частности, индийской (индо-тибетской) и китайской.

своего большого труда «Ал-Хови» («Объемлющий») использовал комментарий индийского медика Сушруты к медицинским сведениям и предписаниям, содержащимся в «Ведах». Ибн Сино упоминает в своем «Ал-Каноне» некоего Индийца («Ал-Хинди»).¹

На Востоке с древнейших времен существовали различные медицинские системы или школы. Наиболее распространёнными и известными были арабская и персидско-таджикская (греческая), индийская, тибетская (включаемая в более широкую индо-тибетскую медицинскую систему) и китайская медицинская система.

Греко-арабско-персидско-таджикская медицина основана на признании четырех элементов или стихий природы: воздуха, воды, огня и земли. Соответственно, и в организме человека различаются четыре основные материи² (арабское «хилт»), каждая из которых соответствует какому-либо определенному элементу или стихии. Так, кровь по своей природе подобна воздуху и имеет такую же природу, как и воздух, то есть горячую и влажную.

Лимфа уподобляется воде и имеет ту же природу: холодную и сырую. Сафра подобна огню и природа их обоих горячая и сухая. Савда наподобие земли холодная и сухая. Как видно из этого уподобления, сходство между стихиями природы и главными материями организма прослеживалось не на основе их физического состояния — твердое, жидкое, газообразное, а лишь по сходству их воздействия на другие предметы, растения, животных и человека по основным свойствам — жару, холоду, влажности (сырости) и сухости. Подразумевалось, что каждое из этих свойств, если оно присуще самому веществу, воздействует на другие веществ-

¹ А. К. Арендс. Восточные предшественники Ибн Сины и значение их трудов для изучения «Канона», его же. Выступление. В сб. Мат-лы Всес. научной конф. востоковедов в Ташкенте 4—11 июня 1957 г., Ташкент, 1958, стр. 961—969, 1021—1022.

² Словарь специальных слов и терминов, относящихся к старой медицине, приводится в конце книги.

ва соответствующим образом. Так, жар — это свойство горячить, разгорячать все, с чем соприкасается предмет, обладающий им, холод холодит, влага увлажняет, сухость высушивает.

Однако это соответствие и соотношение между стихиями и основными материями организма человека в различных медицинских системах Востока проводится по-разному. В теоретических основах индийской медицины признаются не четыре стихии природы, а пять. Из них четыре совпадают с уже упомянутыми стихиями, признаваемыми в таджикско-персидской медицине, а кроме них выделяют еще эфир, то есть тонкую материю, заполняющую мировое пространство. Эта материя воздействует на атмосферу земли и тем самым на все земные вещества и существа. Однако в основе практической индийской медицины лежит не пять, и даже не четыре, а лишь три основные материи организма: желчь, лимфа, воздух (газы). Лишь иногда под влиянием персидско-таджикской медицины принимается во внимание также и кровь. Савда, как одна из главных материй организма, в индийской медицине отсутствует.

Поскольку тибетская медицина сложилась под непосредственным влиянием индийской, в ней также как и в индийской признаются три основные материи организма: желчь, лимфа и воздух (газы).

В индийской и тибетской медицине¹ три упомянутые главные материи имеют гораздо более сложный смысл. Так, желчь понимается как основной фактор, воздействующий на кровообращение и обмен веществ в организме: лимфа — фактор, увлажняющий организм и охлаждающий его; воздух (воздушная или газообразная материя) — основной действующий фактор, застав-

¹ В результате многолетней работы группы ученых Института общественных наук Бурятского филиала Сибирского отделения Академии наук СССР подготовлено комментированное издание одного из важнейших трудов по индо-тибетской медицине «Джудши». Этот труд написан особым языком, понятным лишь для посвященных.

ляющий функционировать нервную систему и проявляющий жизнь и жизненные функции организма.

Что же касается китайской медицины, то она основана на совершенно иных принципах. В ней прежде всего признаются два важнейших начала (или основы) — мужское и женское. Мужское начало — возбуждающее и деятельное; женское начало — ослабляющее движение и деятельность, то есть начало тормозящее. Помимо этих двух основ или начал в китайской медицине признается пять элементов или стихий природы: вода, земля, огонь, металл, дерево.

Хотя в китайской медицине фигурирует несколько разновидностей соков — жидкостей и газов (газообразных веществ), они не ассоциируются и не приводятся в соответствие со стихиями. Стихии здесь соотносятся не с материями (соками), а с различными органами человеческого тела. Вода соотносится с почками, земля — с селезенкой, огонь — с сердцем, металл — с легкими, дерево — с печенью¹.

Следует сказать, что в каждой медицинской системе Востока имелось множество различных направлений, школ и течений, в которых развиваются какие-либо определенные стороны или аспекты теории или практики врачевания.

Арсенал лечебных средств, применяемых в каждой из медицинских систем, заметно различается. Это зависит как от характера теоретических основ этой системы, так и от природных особенностей страны, наличия определенных растений, животных, минералов, служащих основой для изготовления лекарственных средств.

Медицинские труды также различаются и в освещении лечебных свойств и особенностей ряда веществ, растений и животных. Причина этого заключается в различиях климата, условий жизни, питания и т. д., пото-

¹ П. Юар, М. Ван. К изучению древней китайской медицины. Сб. «Из истории науки и техники в странах Востока», вып. 111, М, 1963.

му что лекарственное вещество или продукт питания в условиях одной страны оказывает одно действие, а в другой стране и других климатических и иных условиях — другое действие.

Эти различия и отражены в описаниях свойств веществ различного происхождения. Например, во многих медицинских произведениях, написанных в Индии, имеется немало отличий такого рода по сравнению с медицинскими книгами, созданными вне пределов Индии, — в Средней Азии, Иране и странах арабского Востока. Эти сведения дополняют и расширяют круг наших знаний о лекарственных свойствах различных веществ.

Имеются также разногласия и в определении основной природы (естества) того или иного вещества. Например, в «Мухити Аъзам» определения основной природы ряда веществ даны по-разному в зависимости от медицинской школы — индийской или греческой.

В «Мучарработи Акбар» («Акбаровы испытанные средства») Мухаммада Акбара Арзони (конец XVII в.) отмечается, что в определении природы аконита («биш») есть разногласия между индийскими и греческими медиками: индийцы считают его природу (естество) холодным в четвертой степени, а «греческие» медики — горячим и сухим в четвертой степени.

В «Алфоз-ул-адвия» Нуриддина Мухаммада ибн Абдуллоха Хакима (сост. в 1620 г.) говорится, что кофе по своей природе холодный и сухой, вызывает бессоницу, вреден для нервов и уменьшает мужскую потенцию. Однако арабы пьют кофе в большом количестве и отрицательных свойств его не испытывают.

Причиной этому служит; кроме особенностей климата, то, что арабы в основном питаются финиками, полезные свойства которых нейтрализуют вредные свойства кофе.

* * *

Ниже мы поясним более подробно понятия четырех основных материй («хилт») и натур («мизодж») соглас-

но воззрениям старой таджикско-персидской медицины.

Когда пища попадает в рот и до тех пор, пока она усвоится и превратится в составную часть тканей тела, она проходит четыре стадии превращений. Каждую из них соответственно называют первым, вторым, третьим и четвертым этапами переваривания или усвоения. Каждый этап усвоения имеет свои особенности, его конечный результат или продукт превращения свойствен только этому этапу, точно также ему свойственны и определенные отходы ненужные веществ, удаляемые из организма. Конечный полезный продукт каждого этапа остается для дальнейшего усвоения в качестве питательного вещества, а отходы этого этапа удаляются наиболее близкими и доступными путями.

Первое усвоение или превращение происходит в то время, когда пища пережевывается во рту и до тех пор, пока она не попадет в желудок — в виде горячей или теплой кашицы. Её называют «килус». Жидкая часть килуса по волосным протокам или сосудам, которые якобы соединяют желудок с печенью, проходит в печень. Густая, более плотная часть кашицы, переходит в кишечник и ее называют «бироз» (выделения). На этом заканчивается первый этап превращений пищи в организме. Второй этап превращения, называемый «кимус», происходит в печени; этот этап состоит в том, что пищевая кашица в желудке, или килус, превращается в (основные) материи организма («ахлот»), то есть в кровь, лимфу, сафру и савду, которые следуют в кишечник, а отходы этого этапа — моча — выводится из организма через почки и мочевой пузырь.

Третий этап превращения происходит в сосудах и состоит из превращения основных материй («ахлот») в составную часть тканей и органов в пропорции, которая определяется натурой (или темпераментом) человека. Именно здесь сказывается преобладание той или иной материи, в организме того или иного человека, что определяет тип его природы.

Четвертый этап преобразований пищи происходит в органах и тканях тела. Он состоит в превращении жид-

кости в вещество, подобное или идентичное веществу органа или ткани. Отходы этого этапа, — пот и вязкие жировые выделения — удаляются из организма.

Итак, четыре основные материи — это жидкие текущие вещества, которые получают путем расщепления килуса, или пищевой кашицы.

Те вещества (переработанного килуса), которые подверглись действию естественного тепла организма, полностью созрели и поднялись на поверхность, — представляют собой сафру.

Вещества, которые выпали в осадок, — это савда, то есть более тяжелая часть жидкости, обремененная осадком¹.

Та часть вещества и жидкости, которая остается посередине между поверхностным (более легким) и нижним слоем (более тяжелым), — это кровь.

Вещества, которые не поддались за это время действию естественного тепла организма и остались незрелыми, сырыми, — это лимфа.

Натура или «мизодж» (что означает «смешение») — это состояние организма, которое происходит от смешения четырех основных его движущихся, жидких материй (крови, лимфы, сафры и савды). Их взаимодействие и взаимосмешение вынуждается формой тела (его «колодкой»), ограничениями вместимости тела и отдельных его органов.

Это взаимодействие и вынужденное смешение приводит к взаимному уменьшению или нейтрализации едкости и остроты каждой из этих материй. В результате этого получается «среднее» состояние взаимной относительной или полной нейтрализации. Это «среднее» состояние и называется «мизодж» или натура (иногда его называют «темперамент»).

¹Издавна вошло в традицию понятие, выражаемое термином «сафра» посредством словосочетания «желтая желчь», а понятие «савда» — сочетанием «черная желчь». Мы отказываемся от таких наименований, как неправильных и оставляем непереуведенными термины «сафра» и «савда».

Если господствует состояние полной взаимной нейтрализации и уравновешенности, так что ни одна из четырех материй не получает преобладания над другими, то такое состояние или свойство называют «истинно уравновешенной натурой».

В таком состоянии природа или естество всех четырех материй, то есть их свойства: тепло, холод, сухость, влага уравновешиваются между собой, не допуская преобладания ни одному из них. Однако такое состояние практически не наблюдается, или наблюдается крайне редко и, во всяком случае, постоянным свойством не бывает, а возникает лишь изредка в некоторых организмах.

Обычно же преобладает одно свойство (тепло, или холод, или сухость, или влага) или же два свойства (тепло и влага, тепло и сухость, холод и влага, холод и сухость).

Если в натуре преобладает только одно свойство, то такую природу считают простой. Имеются четыре вида простых натур:

натура горячая — с преобладанием тепла,
холодная — с преобладанием холода,
сухая — с преобладанием сухости,
влажная — с преобладанием влаги.

Сложные природы — с преобладанием одновременно двух свойств также бывают четырех видов:

Натура горячая и влажная — с преобладанием тепла и влаги;

горячая и сухая — с преобладанием тепла и сухости;
холодная и сухая — с преобладанием холода и сухости;

холодная и влажная — с преобладанием холода и влаги.

Согласно воззрениям старой медицины все возможные типы организмов людей (и вообще живых существ) ограничены вышеуказанными девятью типами: четыре простых с преобладанием одного свойства, четыре сложных с преобладанием двух свойств и один чрезвычайно редко встречающийся уравновешенный тип природы,—

всего девять типов натур. Кроме этих девяти типов по убеждениям старой медицины в природе не существует и не может существовать никакой другой тип натур.

Поскольку в организме человека основными материями, активно влияющими на жизнедеятельность организма, считаются уже упоминавшиеся выше кровь, лимфа (или флегма), сафра и савда, то вышеприведенные виды натур и преобладание в них тепла, холода, сухости или влаги обусловлены в основном именно преобладанием той или иной материи. Так, например, горячая натура может происходить как от сафры, так и от крови. Однако в преобладании сафры натура будет одновременно также и сухой, а при преобладании крови также и влажной. При избытке как лимфы, так и савды натура будет холодной, однако при преобладании лимфы она будет одновременно и влажной, а при избытке савды она будет и холодной и сухой.

Таким образом, мы видим, что при преобладании одной материи преобладающими являются сразу два свойства: при преобладании крови таковыми свойствами будут тепло и влага; при преобладании лимфы преобладать будут холод и влага и т. д. Этим объясняется существование четырех сложных натур.

Более сложным является механизм появления простых натур, то есть натур с преобладанием лишь одного свойства. Их образование объясняется следующим образом. Когда из четырех свойств два (то есть пара) противоположных свойств уравнивают друг друга, а из двух (другой пары) противоположных свойств одно преобладает, то именно такое преобладающее свойство и будет основным, определяющим натуру. Представим для этого основные материи и их свойства в виде таблицы:

Кровь	Лимфа	Сафра	Савда
тепло влажность	холод влажность	тепло сухость	холод сухость

Представим себе (глядя на таблицу), что влажность крови и влажность лимфы (то есть как бы общая влажность крови и лимфы) уравнивают общую сухость сафры и савды. Далее представим себе, что тепло крови и тепло сафры, соединенные вместе (как бы общее, объединенное их тепло), преобладает над холодом лимфы и савды, или же тепло побеждает холод благодаря большей теплоте одной только крови или одной только сафры. В таком случае натура станет только горячей (поскольку холод подавлен), а остальные два свойства находятся в уравновешенном состоянии.

Материи могут менять свой статус в зависимости от количества, так, например, кровь может увеличиться по своему количеству, объему, не меняя своего состава и свойств, и будет действовать преобладающим образом только благодаря своему количественному перевесу. Кровь может стать более густой и будет преобладать благодаря степени своей концентрации. Она может стать более жидкой, менее среднего уровня концентрации; в ней могут появиться гнилостные вещества и т. д. Все эти и многие другие факторы и причины могут обуславливать преобладание лишь одного свойства, наряду с тем, что в других случаях они вызывают преобладание одновременно двух свойств, то есть целиком одной материи. Все это также свидетельствует о том, что преобладание одного свойства, как правило, является не постоянным, а временным явлением. Это объясняется тем, что преобладание одного свойства, ввиду его интенсивного влияния на другие свойства неизбежно приводит к изменению статуса основных материй организма и появлению, как правило, восстановлению основной сложной природы с преобладанием двух свойств. Так, например, преобладание холода ведет к накоплению жидкостей, лимфы, ввиду чего получит преобладание и влажность, то есть преобладать уже будет лимфа с присущими ей холодностью и влажностью.

Горячая натура ведет к высушиванию материй и тогда возобладает тепло и сухость вместе взятые, то есть сафра, и натура станет сложной — горячей и сухой.

В противоположность простым натурам сложные натуры (с преобладанием двух свойств) являются устойчивыми, видоизменяясь только в определенных пределах, и лишь в зависимости от разных возрастных периодов могут постепенно изменяться в более заметные разновидности.

Разделение натур людей в зависимости от преобладания одной из четырех материй, идущее из глубины веков через труды древнегреческих ученых-медиков, арабских, таджикских и персидских, вошло еще в средние века в медицинский обиход и в европейскую медицину. Так, люди, в натуре которых преобладала кровь, относились к сангвиникам, то есть имели сангвинический темперамент (из латинского «сангвис» — кровь). Люди этого типа живые, подвижные, жизнерадостные, увлекающиеся.

Те, в натуре которых преобладает лимфа, относятся к флегматическому типу, то есть являются флегматиками (от греческого «флегма» — слизь). Эти люди спокойны, медлительны, внешне слабо выражают свои чувства.

Люди с преобладанием сафры принадлежат к холерическому темпераменту, то есть являются холериками (от греческого «холе» — желчь). Они энергичны, быстро возбуждающиеся, горячие по натуре.

Те, у кого преобладает савда, относятся к меланхолическому темпераменту, то есть являются меланхоликами (от греческого «мела» («меланос») — черный и «холе» — желчь). Такие люди склонны к грустным мыслям и угнетенному настроению.

Исходя из различия организмов, старая медицина признает лишь строго дифференцированное лечение. То есть, для каждого типа организма требуется особый тип лечения. Те средства, которые, скажем, хороши для человека с горячим организмом (а эти средства должны быть в основном охлаждающими), никак не могут быть применены для человека с холодной натурой («мизодж»), ибо это еще более охладит организм и в результате

переохлаждения эти средства усугубят болезнь, или даже вызовут новую.

Отсюда также следует, что лечение производится в основном по принципу противоположности: болезнь, вызванную избытком влаги и холода, лечат средствами высушивающими и горячащими; болезнь, при которой преобладают холод и сухость, лечат веществами, вызывающими нагревание и увлажнение и т. п.

Поэтому старая медицина придавала особое значение индивидуальным особенностям больного, особенно его натуре (мизодж) и, исходя из этого назначение лекарств было строго индивидуальным. То, что одному полезно ввиду особенностей его организма, другому человеку может быть вредно, опять же из-за отличий в особенностях его организма.

При этом учитывалось нарушение природы (мизодж) в связи с внутренними и внешними природными факторами и делались соответствующие поправки на целый ряд причин, которые в той или иной мере могли бы повлиять на появление и развитие болезни. К ним относятся не только особенности природы (хотя это основополагающе важно), но и измены природы от самых различных причин,— внутренних и внешних), а также самые различные факторы внутренней природы (психические факторы, настроение и т.д.) и внешние воздействия, климат, погода, географическая среда и т. д. Поэтому лечение в старой медицине проводилось по принципу: какой больной — такое и лекарство, исходя из индивидуальных особенностей природы больного и многих факторов, которые воздействуют на него изнутри и снаружи,— внешнего,— географического и социального характера.

Принцип: то, что для одного человека хорошо, для другого (имеющего другую природу и другие условия жизни) может быть не только плохим, но и пагубным, является основополагающим в старой таджикско-персидской медицине. Это положение было известно не только старым врачам — медикам, но и являлось естествен-

ным достоянием народного опыта, который часто не отстает от научных исследований и экспериментов.

Приведем в этой связи диалог из книги Эдуарда Булвера — Литтона (1803—1873) «Кикстоны»:

«— Каждому известно, что лечить болезни нужно правильно подобранными снадобьями и травами,— глубокомысленно произнес отец.— Разве, когда случается нам занемочь, мы берем первый попавшийся флакон или облатку из нашей аптечки? Искусный врач назначает лекарство, подходящее к случаю.

— Безусловно,— согласился капитан Роланд.— В подтверждение ваших слов расскажу одну историю. Когда наш полк стоял в Испании, случилось так, что в одно и то же время захворали я и моя лошадь. Принесли снадобья для нее и для меня, и по какой-то дьявольской случайности я принял лошадиное лекарство, а она, бедняжка, проглотила мое.

— И что же произошло? — заинтересовался отец.

— Лошадь околела,— вздохнул Роланд,— славная была кобылка, гнедая, а на лбу — белая звезда.

— А что было с вами?

— Доктор сказал, что и я мог умереть, да только таких молодцов, как в нашем полку, не свалишь с ног жалкой склянкой лошадиного зелья.

— Вот видите, мои размышления и ваш опыт приводят нас к одному выводу: лекарства не следует выбирать наугад, ошибка может стоить жизни...¹

* * *

Все вещества растительного, органического, животного и минерального происхождения по своим свойствам подразделяются на определенные категории, в соответствии с их основными свойствами.

Так, вещества могут обладать, например, нагревающими и высушивающими свойствами. Однако такого

¹Корабли мысли, составление и послесловие В. В. Кунина, М., «Книга», 1986, с. 143.

рода веществ очень много, и все они различаются в той или иной мере между собой.

Иначе говоря, мера или степень одного и того же качества в разных веществах бывает различной. Поэтому в старой медицине введено деление каждого из основных свойств: горячего, холодного, влажного и сухого на четыре степени. При этом первая степень какого-либо свойства означает его незначительное количество, как бы начальную ступень, вторая степень — уже явно выраженное качество, третье — резко и сильно выраженное качество и действие, и, наконец, четвертая степень представляет собой наиболее резко и крайне выраженное сильно действующее качество.

Кроме этого, каждая степень подразделяется на ступени: первую, среднюю и третью или последнюю.

В медицинских трактатах при описании свойств веществ слово степень («дараджа») как правило опускается, и даётся лишь порядковое числительное, указывающее на степень и ступень того или иного свойства.

Например: естество сливы холодное в первой (степени) и влажное во второй.

Естество репы горячее в первой ступени второй степени и влажное в последней (третьей) ступени первой степени.

Черный перец — естество его и горячее и сухое в последней ступени третьей степени.

Лекарственные свойства вещества. Считается, что в природе содержится значительно больше лекарственных веществ, чем питательных. Объясняется это идеалистически, телеологически, то есть первозданной целесообразностью в природе. Например, это необходимо для нейтрализации действия вредных веществ, содержащихся во многих продуктах питания.

Лекарственные вещества помогают также регулировать, устойчивость врожденного типа организма, который может быть нарушен изменениями режима питания, климатическими условиями и т.д.

Распространенным является древнее изречение, что для любой болезни существует семьдесят (то есть очень

много) лекарств. Безусловно, это положение является проявлением того стихийно диалектического мышления, которое утверждает взаимозависимость, взаимовлияние и взаимодействие в природе. Иначе говоря, никакое вещество или организм не может не подвергнуться действию других веществ и организмов, пусть даже немногих, действующих избирательно. Задачей является лишь найти эти нужные агенты и контрагенты. Справедливо убеждение и в том, что известные людям лечебные и вредные свойства веществ составляют лишь ничтожную долю существующих в действительности, прямо говоря, это лишь «капля из моря, и даже меньше». Предлагаемое множество лечебных средств для каждой болезни имеет и практический смысл. Так, если существующее лекарство является неприятным, ищут и находят другое средство, которое было бы приятным при приеме, что увеличивает, кстати, и его лечебный эффект. Причиной для поисков лекарств является также и то, что прием одного и того же лекарства уменьшает его эффективность, ввиду чего нужно изыскивать новое средство. Особенно это важно при сложных или «комплексных» болезнях, то есть при одновременных заболеваниях различными болезнями или при взаимообусловленных болезненных состояниях, когда болезнь одного органа приводит к болезни других частей организма. В таких случаях нужны сложные, комплексные лекарства и их постоянная смена. Все лекарства делятся на простые и составные, или сложные. Первыми являются все вещества, полученные из трех групп источников: растений, животных и минералов по принципу: одно растение — одно простое лекарство (или одно растение, примененное в любом виде как лекарство), один орган животного — одно лекарство, один минерал — одно лекарство.

Сложным лекарством является смешанное как внутри одной группы, например, смесь двух и более растений или растительных препаратов, так и смешанное из разных групп — растительные с животными или минеральными или же смесь из представителей всех трех групп.

Здесь следует отметить отличие сложных лекарств от

сложных продуктов питания, состоящее в том, что сложные продукты питания могут состоять только из смеси представителей двух групп — растительного и животного царства, так как мир минералов не пригоден в пищу.

В лекарствах, также как и в питательных веществах, различаются: сами вещества или их субстанции, их свойства и их форма. Вещество (субстанция) и форма составляют сущность, а свойства составляют действующее начало, внешнее проявление присущих веществу качеств. Действующее начало может быть: 1) проявлением формы (структуры), это — теплота и холод, являющиеся воздействующими, активными свойствами и 2) проявлением вещества или субстанции, это — влажность и сухость, являющиеся пассивными свойствами, проявляющимися только внутри самой субстанции (в отличие от активных свойств, которые действуют активно, то есть на все соприкасающиеся вещества, сообщая или вызывая в них определенные изменения в сторону увеличения теплоты, нагревания или наоборот — охлаждения). Следовательно, все вещества, потребляемые в пищу, действуют иногда только своей субстанцией и являются «чисто питательными». Вещества могут воздействовать только своими свойствами, представляя собой «чистое лекарство». Могут быть воздействия в первую очередь и в большей мере со стороны субстанции и в меньшей мере — со стороны свойств. С такого рода двойным воздействием они составляют лекарственные питательные вещества или «лекарственное питание». Если же вещества одновременно влияют в большей степени свойствами и в меньшей степени субстанцией, то они представляют собой «питательные лекарства».

Вещества могут воздействовать своей особой формой, структурой. Это — «вещества с особыми свойствами». Некоторые из них могут обладать особыми свойствами благоприятного и полезного действия, а другие неблагоприятными, вредными для организма.

Вещества с полезными особыми свойствами бывают четырех родов. Первую из них составляют те, которые оказывают действие лишь своей формой. Это — проти-

воядия. Вторую группу образуют вещества, действующие одновременно субстанцией (в первую очередь) и формой (в меньшей мере). Это — «противоядное питание».

В третью группу входят вещества, воздействующие соответственно свойствами и формой. Их называют противоядными лекарствами. Четвертая группа состоит из действующих и субстанцией, и свойствами, и формой соответственно. Это противоядно-лекарственные питательные вещества или «противоядно-лекарственное питание».

Вещества с вредными особыми свойствами также бывают нескольких родов. Первая их группа — действующая только формой, представляет собой чистые или абсолютные яды. Далее они делятся на довольно сложные группы и подгруппы согласно их действующим началам и силе заключенных в них качеств, так что вещества, обладающие слабой степенью силы воздействия, являются уже промежуточными по своему положению между лекарствами и ядами, как, например, легкие слабительные и т. п. Ниже приводятся сведения, конкретизирующие вышеизложенные положения.

Чисто питательные вещества или чистое питание. Они действуют лишь своим веществом, субстанцией, своей материей, без влияния свойств и формы. Входя в организм, чисто питательные вещества не изменяют присущего человеку типа натуры, они могут влиять на превращение веществ и их циркуляцию в пределах любого типа организма, не меняя его основных устойчивых приращенных свойств.

Такие вещества могут быть скорого действия, например бульоны из хороших сортов мяса, слегка поджаренный яичный желток и т. п. Другие являются веществами замедленного действия, например, пшеница и прочие зерновые.

Чистые или абсолютные лекарства. Они являются такие вещества, которые действуют только своими свойствами. Они не содержат никаких питательных веществ (то есть белков, жиров и углеводов) и не могут прев-

ратиться в ткань организма человека. Действуя лишь своими свойствами, абсолютные лекарственные вещества изменяют качество организма, нагревая или охлаждая его, или же придавая ему свою влажность или сухость. Таковы, например, перец, имбирь, лотос, камфора, семя бадьяна и т. п.

Лекарственное питание или лекарственные питательные вещества. Воздействуют в основном своей материей, субстанцией, и во вторую очередь, — своими свойствами. После взаимодействия с организмом их вещество превращается в один из видов ткани или жидкостей, циркулирующих в теле, становясь их составной частью. Действуя одновременно своими свойствами, они несколько изменяют качество организма. Таковы, например, салат, огурцы, тыква, дыня, виноград, шпинат, ромашка, укроп, репа, свекла, морковь, чечевица, горох, фасоль и т. п.

Питательное лекарство, или питательные лекарственные вещества лишь в очень малом количестве усваиваются организмом, становясь его составной частью. Свойства же их оказывает заметное влияние на организм, вызывая в нем определенные изменения и отклонения от существующего статуса. Таковы чеснок — культурный и дикий, лук, мята, листья цикория, тутовник, слива и большинство фруктов и семян, подобных семенам дыни и огурца и т. п.

Как лекарственные, так и питательные вещества оказывают общие действия в соответствии с их свойствами, наподобие нагревания, способности разделять и раздроблять вещества, растворения теплом, охлаждения, затвердения холодом, смягчения, превращения в скользкую жидкость, высушивания, огрубления и закрепления сухостью. Кроме этого у каждого отдельного лекарственного вещества есть специальные качества и свойства, которые дополняют и несколько видоизменяют общие свойства, присущие лекарственным веществам и упомянутые выше. Такими специальными свойствами являются, например, открывание, сдерживание, закупорка и т. п.

Простые питательные вещества ограничены 18 качествами. Они могут породить хороший химус (крови)

или плохой химус. Хороший химус означает образование, порождение хорошей, чистой естественной крови, содержащей лишь небольшое количество примесей других веществ. Плохой химус означает образование плохой, недоброкачественной крови, содержащей большое количество примесей. Все 18 разновидностей качеств питательных веществ представляют собой сочетание из мягкости, или плотности, или полуплотности, обладания хорошим или дурным химусом, а также высокой, умеренной и малой питательности.

Вещества с особыми свойствами. В природе существует много веществ, обладающих такими специфическими свойствами, которые не являются их внешними качествами, доступными осязанию, зрению, обонянию и другим органам чувств. Нельзя объяснить эти качества и путем логических представлений, исходя из существующих осязаемых свойств этих веществ. Эти неуловимые и трудно объяснимые свойства проявляются также в особых специфических воздействиях и влияниях, механизм которых скрыт в самом веществе и недоступен наблюдению и постижению. Таковы, например, особые свойства магнита, магнитного железа,— свойства притягивать железо, а также янтаря,— свойство притягивать солому. Они являются, пожалуй, наиболее яркими примерами веществ с особыми свойствами. Так, указывая на другие вещества с особыми свойствами, подобные противоядиям и ядам, можно заметить, что свойство магнита притягивать железо, а янтаря — солому являются более тонкими и неуловимыми, более специфическими и труднее объяснимыми.

Наиболее простое объяснение особых свойств противоядий состоит в том, что они воздействуют в соответствии с организмом, помогая ему сохранять естественную теплоту, силу, поддерживают его дух, способствуя всему этому, сохраняя и укрепляя все эти качества до такой степени, что помогает противостоять и устранять вред, разрушение и боль, причиняемые ядом.

Таким образом, вещества, обладающие особыми свойствами, в высокой степени способствующими деятельно-

сти организма и укрепляющие его, являются противоядиями.

Наиболее простое объяснение особых свойств ядов состоит в том, что они действуют противоположно действию организма, воздействуя на все органы расстраивающим образом, выводя их из привычного, устойчивого статуса и создавая такие необычные условия, которые не могут быть выдержаны организмом. Например, может быть полностью погашена естественная теплота, и тем самым вызвано охлаждение организма ниже того уровня, который он может выдержать. Может быть произведено сжатие сосудов и органов, растворение и превращение в жидкость веществ, которые существуют в теле в плотном состоянии и т. д. Все эти изменения, доведенные действиями ядовитых веществ до уровня, превышающего привычный статус организма, неизбежно ведет к его гибели. Таково основное объяснение действий питательных лекарственных и ядовитых веществ в восточной медицине.

Питательные и лекарственные вещества в старой таджикской медицине подразделяются также в соответствии с их воздействием на тот или иной орган. При этом, с одной стороны, они рассматриваются как способствующие деятельности какого-либо одного органа, причем одно и то же вещество может иметь широкий спектр воздействия — одновременно на несколько органов. С другой стороны, каждое вещество рассматривается с точки зрения его вредности для того или иного орган

Так, с точки зрения пользы для определенных органов способствующими деятельности мозга и укрепляющими его считаются такие средства как яблоки, груши, имбирь, амбра, гвоздика, лепестки красной розы, розовая вода, шиповник, а также мозги животных. Укрепляющими желудок считаются айва, корица, гвоздика, лепестки красной розы, тмин, наъно. Укрепляющими сердце и улучшающими настроение считаются ревень, груша, сладкие гранаты, айва, корица, шафран, яблоки, сушеная кинза, лепестки красной розы, наъно янтарь, мускус и т. д.

По определенному виду воздействия лекарственные средства подразделяются на многочисленные категории, такие как закрепляющие, слабительные, выводящие сафру, савду и т. п.

Например, закрепляющими свойствами обладает рис, чечевица, янтарь, тмин, пшено, крахмал, нахуд и др.

Выводящими сафру считаются слива, полынь, сушеная фиалка, лепестки красной розы, сыворотка, уксусомед и др.

Средства, выводящие и уменьшающие лимфу: алоэ, сенна (лист сенны), тимьян, перец черный, перец красный и др.

Средствами, выводящими савду, являются: лаванда, лист сенны и т. д.

Растворяющими плотные густые и вязкие материи и выводящими их являются ромашка, тысячелистник, мята, лавровый лист и др.

Разжижающими густые и вязкие материи считаются ромашка, крапива, мята, щавель, горчица, корица, чеснок, уксус.

Средствами, способствующими быстрейшему созреванию сырых материй, а также нарывов и т. п. считаются инжир, шафран, капуста и др.

Средства, успокаивающие «разгоряченность (кипение) крови» — цикорий и салат (особенно их семена), кинза, лепестки красной розы, лимон, уксусомед, настой челона и другие охлаждающие средства.

Средства, устраняющие густоту и вязкость крови, ее сгущенность — уксусомед, слива и сливовый сок, бадьян и отвар бадьяна, медовая вода и др., а также и иные специальные средства в зависимости от причины или материи, сгустившей кровь; например, если сгущение произошло от савды, применяют средства, выводящие савду, если причиной является лимфа, употребляют средства, рассасывающие и выводящие ее.

Обладающими мочегонным и потогонным действием (а также гонящими месячные) являются ромашка, анис, тысячелистник, корица, петрушка.

Успокаивающие боль — яичный белок, утиный жир, крахмал и др.

Рассеивающие ветры, газы и испарения и выводящие их из организма — зира, имбирь, анис, черный перец, петрушка.

Задерживающими вещества, которые должны быть выведены из организма, и создающими закупорки являются слизи и слизистые вещества.

Уточняющими, дающими поправку телу являются рис, отваренный в молоке (молочная рисовая каша), мясо птиц наподобие утки, курицы, козлятина и др.

Расслабляющими ткани и открывающими (расширяющими) поры и способствующими выводу застойных и вредных веществ являются, например, примочки из тмина или льняного семени.

Вредные и отрицательные свойства оговариваются при описании каждого лекарственного средства, как правило, в конце описания их свойств. Особую категорию составляют весьма разнообразные средства, призванные уменьшить или совсем нейтрализовать вредные, отрицательные свойства лекарственных веществ. Они также оговариваются при описании лекарственных веществ.

Особую и оригинальную категорию лекарственных веществ составляют средства, улучшающие и повышающие настроение, так называемые «Муфаррихот» (дословно «веселящие»). Эти вещества хорошо действуют на мозг, способствуя его оптимальной деятельности, а также в большинстве случаев оказывают благоприятное действие на сердце, стимулируя его деятельность в определенном мажорном режиме. Поэтому многие средства, укрепляющие сердце, являются одновременно и улучшающими настроение, к ним относятся, например, сладкий гранат, лаванда, корица, шафран. Однако ограничивать влияние таких средств лишь воздействием на мозг и на сердце было бы во многих случаях односторонним и неверным. Как правило «средства хорошего настроения» обладают более широким спектром воздействия на различные органы и системы организма, а также в большинстве своем обладают и определенными проти-

войдными свойствами. Например, груша имеет очищающие и смягчающие организм свойства, обладает некоторым закрепляющим действием, препятствует поднятию паров и газов в голову, выводит слизистые вещества из мозга, укрепляет сердце и желудок и переваривающую силу, успокаивает сердцебиение, утоляет жажду и прекращает жжение в мочевом пузыре, хорошо действует на кровь, нормализуя его состав, обладает определенным противоядным действием, например, при отравлении ядовитыми грибами. Перечисленные свойства груши весьма разнообразны и благоприятны для организма, поэтому неудивительно, что груша входит в число «веселящих» средств, — создающих хорошее, приподнятое настроение, появляющееся от улучшения деятельности всех или большинства важнейших органов и систем организма. В данном случае, как и во многих других, важным является также сочетание специфического лекарственного воздействия с «доставкой» благоприятных питательных веществ. Поэтому некоторые вещества и продукты являются «по совместительству» и улучшающими настроение и дающими хорошее, доброкачественное питание телу и всем органам. К таким продуктам относится, например, бараний и говяжий жир, молоко с ядрами грецких орехов и др., которые оказывают тройное действие: хорошо питают, веселят и оказывают определенное противоядное действие, нейтрализуя действие вредных веществ в организме или же выводя вредные вещества из организма.

К средствам, улучшающим настроение (и повышающим тонус) относятся также яблоки, айва (питье ее сока или употребление в хорошо пареном виде, или в виде варенья, а также вдыхание ее запаха в свежем виде; употребление же ее внутрь в свежем виде весьма вредно для кишечника), шафран, гвоздика, чай, кофе, ромашка, лепестки красной розы, розовая вода, мелисса и др.

В старой таджикско-персидской медицине довольно распространенными были комбинированные «веселящие» средства, имеющие сложный состав. В них входили в

качестве обязательного ингредиента одно или два средства, улучшающих настроение, остальные же составные части могли быть или чисто лекарственными или содержать также и питательные продукты (например, мед, жиры, зернышки плодов и т. д.). Спектр воздействия таких сложных лекарственных препаратов и смесей был довольно широк, при этом многие из них рекомендовались не только при физических недомоганиях и болезнях, но также и при нервных и психических расстройствах. В таких средствах можно было частично менять их состав, добавлять некоторые другие составные части с учетом особенностей натуры того или иного человека, применения в определенных климатических условиях и т. п. Однако основные составные части лекарства, как правило, сохраняются. Сложные лекарственные средства для улучшения сердечной деятельности (средства, укрепляющие сердце) также в большинстве своем содержали «веселящие» вещества. Общий же (основной) рецепт таких лекарств был рассчитан на людей со средней, сравнительно уравновешенной натурой.

С другой стороны, можно было, не меняя состав самого лекарства, «делать поправку» для нейтрализации или усиления каких-либо свойств путем употребления затем определенных пищевых или питательно — лекарственных продуктов. Например, для снижения горячего естества лекарства пили фруктовые соки, для увеличения теплоты употребляли мед и т. д.

Овощи и зелень. Употребление в пищу и в лечебных целях овощей и зелени в старой медицине проводилось тремя способами:

- 1) Употребление сырых овощей, часто приправленные солью, уксусом или же как приправы к блюдам, например, редьки или огурцов к плову и т. п.
- 2) Употребление отварных овощей и зелени.
- 3) Употребление отвара, — воды, в которой были сварены овощи. При этом считается, что отвар вбирает в себя более легко усваиваемые вещества. действует мягко, смягчает организм, действует часто послабляюще.

Отварные же овощи сохраняют в себе более жест-

кие, труднее перевариваемые вещества; они могут задерживаться в организме и даже закреплять желудок и кишечник. При этом нужно учитывать специфические свойства и естество каждого из употребляемых овощей, а при необходимости нейтрализовать их отрицательные свойства другими продуктами.

В ряде случаев свойства какого-либо сырого овоща и этого же овоща в отваренном виде, и отвара из него имеют каждый из них свои специфические лекарственные свойства и заметно отличаются друг от друга.

Так, например, капуста в сыром виде или плохо сваренная тяжела для желудка, трудно и долго переваривается и порождает газы.

Хорошо отваренная, разваренная капуста обладает закрепляющими желудок свойствами, приносит хороший сон, укрепляет зрение, полезна при хроническом кашле и при воспалениях в кишечнике.

Отвар,— жидкость, в которой отваривалась капуста, при употреблении его в пищу препятствует прохождению испарений в мозг, успокаивает головную боль.

Приправы и специи. К ним относятся такие наиболее употребительные приправы и специи, как соль, а также уксус, различные маринады, красный и черный перец, тмин, зира, чернушка, корица, сухая кинза, кардамон, бадьян, шафран, имбирь, гвоздика и др. Применение их в лекарственных целях и в пище проводится с учетом специфических свойств каждой из них.

Употребляют приправы и специи в пищу с несколькими целями:

- 1) Как лекарственные средства, оказывающие лечебное воздействие.
- 2) Как средства, улучшающие вкус невкусной пищи или безвкусной пищи, а также пищи, имеющей какой-либо специфический привкус.
- 3) Как средства, улучшающие переваривание и усвоение пищи.
- 4) Как средства, улучшающие запах пищи, не имеющей запаха или имеющей не очень приятный запах.
- 5) Как средства, нейтрализующие отрицательные свойства того или иного вида пищи. Например, если пища имеет холодное естество, добавление в нее специй и

приправ, имеющих горячее естество, нейтрализует и устраняет холодную природу этой пищи, исправляет ее отрицательные свойства. Так для людей, в организме которых имеется излишняя лимфа, скопились влажные сырые материи, употребление специй и приправ, имеющих горячее и сухое естество, послужит лекарственным средством для устранения таких материй.

Непременным условием употребления приправ и специй должна быть умеренность в их количестве. Если употреблять их неумеренно, в чрезмерном количестве, это вызовет остроту материй и жжение в организме, испортит натуру крови, послужит причиной образования опухолей и язв, а также тяжело протекающих заболеваний. Ввиду этого старая медицина предписывает относиться к специям и приправам как к лекарствам, — лекарственным средствам, в применении которых основным является дозировка и соблюдение меры. Специи и приправы должны добавляться, как правило, в жидкую пишу.

Специи широко применяются в старой медицине в составе сложных лекарств, в том числе имеющих густую или твердую консистенцию, например, в виде пилюль, которые должны употребляться с водой или рассасываться во рту.

Отрицательные свойства овощей, фруктов и лекарственных веществ и их исправление и нейтрализация. Одно из важнейших условий старой медицины для сохранения здоровья и лечения болезней — это учет не только лечебных, положительных свойств продуктов питания, но и их отрицательных свойств. Поэтому в медицинских трудах, основанных на древней медицине, отрицательные свойства всех продуктов питания (как бы малы и специфичны они не были) особо отмечаются как в целях предупреждения об этих отрицательных свойствах, так и в качестве предупреждения от чрезмерного употребления этих продуктов и лекарственных средств.

Кроме того, и это не менее важно, даются указания о средствах и способах устранения и нейтрализации этих отрицательных свойств.

Отрицательные свойства продуктов, овощей, зелени, фруктов и лекарственных средств могут относиться как к общему состоянию организма, так и к отдельным его органам и системам. Весьма важным является также и то, что один и тот же продукт или лекарственное средство действует по-разному на людей, имеющих различную натуру. Приведем примеры разного рода указаний на отрицательные свойства продуктов питания, овощей, фруктов, а также лекарственных средств, растений:

Грецкий орех — неумеренное его употребление является причиной раздражения и воспаления миндалин, вызывает сыпь во рту, особенно это относится к людям с горячей натурой, так как грецкий орех вреден для них (ввиду своего горячего естества, и чем дольше лежит он, тем более горячим и сухим делается его естество). Исправляют эти отрицательные свойства грецкого ореха полосканием рта и последующим приемом уксусомеда или кислосладких гранат (или чего-либо близкого по своим свойствам к этим средствам, имеющего кислосладкий вкус).

Дыня — может вызывать головную боль, особенно это относится к людям, имеющим горячую натуру. Исправляют это отрицательное свойство употреблением уксуса или кислого граната.

Зверобой — причиняет головную боль людям с горячей натурой. Исправляют это отрицательное свойство употреблением уксусомеда.

Зверобой нельзя употреблять беременным женщинам. (Этот запрет имеет абсолютный характер, то есть здесь уже не может идти речь об употреблении зверобоя и последующем исправлении его отрицательных свойств, его беременным женщинам вообще нельзя употреблять).

Персики — возбуждают нервы, поэтому употреблять их, особенно людям с легко возбудимой нервной системой, следует в очень умеренном количестве.

Душица — вредна для нижней части кишечника и прямой кишки.

Исправляют это отрицательное свойство употреблением уксуса.

Душица является сильным мочегонным средством и при чрезмерном употреблении может вместе с мочой выводить и кровь. Поэтому ее следует употреблять в умеренном количестве.

Огурец — его кожура и мякоть (кроме семян) порождает газы и кулиндж. Огурец быстро портится в организме, порождая гнилостные материи и вызывает возобновление приступов хронической лихорадки.

Чтобы исправить эти вредные свойства огурцов, людям, имеющим холодную натуру, нужно употреблять огурцы с солью, или же с изюмом или бадьяном, медом и тмином, очищать огурцы от кожуры. Людям, имеющим горячую натуру, нужно употреблять огурцы с уксусомедом.

Для того, чтобы пользоваться методами лечения согласно принципам старой медицины, нужно прежде всего выяснить состояние своей натуры или «мизоджа».

Здесь различаются: 1) присущий данному человеку устойчивый тип организма — мизодж, который может время от времени расстраиваться, получая таким образом дополнительные характеристики, 2) состояние организма, присущее данному человеку в данный момент, в данный промежуток времени.

Ясно, что если человек выяснит особенности своей натуры в такие конкретные промежутки времени несколько раз, он может уже установить тип своего организма, свойственную ему натуру («мизодж»). Центральным здесь является выяснение преобладающей материи.

Признаков, по которым определяют преобладающую у того или иного человека материю (одну из четырех основных материй) очень много, и опытный врач видит их даже в незначительных проявлениях. При этом следует иметь в виду, что преобладать, то есть находиться в излишнем количестве и концентрации может не только одна, но даже две материи.

Однако наиболее общие признаки преобладания какой-либо определенной материи может распознать лю-

бой человек, а не только врач. Тем самым он может установить состояние своего организма в данное время, а в дальнейшем при повторном проявлении тех же признаков, он может установить тип своего организма — мизодж.

Так, признаками преобладания крови, то есть ее излишка являются: тяжесть в теле, краснота и налитость вен в глазах (что можно определить, слегка отвернув и оттянув нижнее веко вниз), краснота лица, появление прыщей на лице, некоторая подавленность или притупленность органов чувств, сладкий вкус во рту, особенно утром после пробуждения, при этом во сне снятся всякого рода вещи красного цвета, огонь и т. п.

Признаками преобладания сафры являются: желтизна цвета лица и тела, наличие некоторой желтизны в белках глаз, горький вкус во рту, шершавость языка, сухость во рту и в носу, сильная жажда, слабость аппетита, тошнота, при этом во сне снятся огонь и всякого рода предметы желтого цвета.

Признаками преобладания лимфы являются: белизна цвета лица и тела, обилие слюны и ощущение утром неприятного вкуса во рту, отсутствие жажды, слабость аппетита, сонливость, притупленность органов чувств, при этом во сне видят воду, реки, море и т. п.

Признаками преобладания савды являются: некоторая сухость тела, темный цвет кожи, отдающий синевой, кислый вкус во рту, ложный аппетит, обилие всякого рода мыслей, ощущение колотья в желудке, при этом снятся страшные сны.

После того как установлен● заболелание, выяснена его причина, например, преобладание, излишек какой-либо материи и отнесенность (полностью, в основном или по совокупности) к тому или иному органу или системе (например, мозгу, сердцу, печени, пищеварительным органам), а также приняв во внимание сезон года, возраст и индивидуальные особенности организма больного (его «мизодж» — натуру, темперамент), врач выбирает тот или иной вид лечения (один или сочетание двух и

более видов лечения). Основные виды лечения следующие:

1. Питание, его регуляция, назначение определенной диеты и т. д.
2. Питьё, регуляция употребления жидкостей, их состава и т. д.
3. Назначение лекарства для внутреннего применения.
4. Назначение кровопускания — путем надрезов в различных местах тела.
5. Назначение кровососных банок или пиявок.
6. Накладывание пластыря.
7. Смазывание, наложение мази.
8. Примочки.
9. Обливание, поливание определенными жидкостями, частое или периодическое.
10. Закапывание (в глаза, уши, нос).
11. Лечение определенными запахами, вдыхание запахов, запахолечение. Оно имеет несколько разновидностей: вдыхание запаха определенной лекарственной жидкости, вдыхание запаха сухого лекарственного вещества, газообразного, вдыхание паров лекарства, заключенного в пузырек с узким горлышком, из широкого сосуда и т. д.
12. Лечение паром определенных (лекарственных) жидкостей, который подается на все тело или какую-либо его часть.
13. Накладывание различного рода согревающих средств, нагретых веществ (например, песка, соли и т. д.)
14. Смазывание маслами.
15. Купания, сидение в воде определенного состава и температуры.
16. Ванна для ног и (или) рук.
17. Клизмы.
18. Прижигания.

Каждый из видов лечения имеет целый ряд разновидностей, и совокупность их всех представляет собой внушительный арсенал лечебного воздействия на больных.

Целый ряд видов лечения из числа вышеуказанных основан на принципе лечения болезней (или их профилактики) путем отвлечения преобладающих материй от больного органа, то есть удаление из него основного фактора, являющегося причиной заболевания. Остановимся вкратце на этом важном принципе.

Отвлечение материй — это понятие в старой таджикско-персидской медицине тесно связано с теорией о преобладании той или иной материи в организме (натуре — мизодж) как одной из важнейших причин заболеваний.

Если материя (одна из четырех известных материй — кровь, лимфа, сафра, савда) имеет преобладание не только во всем теле, но особенно скапливается или приливает к какому-либо определенному органу, то в этом случае, чтобы предотвратить чрезмерное переполнение какого-либо органа определенной материей, следует отвлечь эту преобладающую материю от этого органа, с тем, чтобы не затруднять его деятельность и излечить или предотвратить болезнь, которая может наступить вследствие этого. Отвлечение идет по основному принципу: от более важного органа к менее важной части тела, или менее важному органу (так например, нельзя отвлекать материю в сторону сердца и т. п.).

Способ отвлечения материй применяется при многих заболеваниях. Для примера приведем способ отвлечения материй при головных болях («судозь»). Считается, что при головных болях, происходящих от избытка материй, весьма действенным средством является отвлечение этих материй от головы в другие части тела. Это облегчает состояние головы и создает необходимые условия для прекращения головных болей. Так, для этой цели применяют лекарственные средства, предназначенные для смягчения организма, с тем, чтобы преобладающие материи более свободно выходили из организма. Это достигается посредством применения легких послабляющих средств, массажем конечностей — рук и, особенно, ног, горячие ванны для рук и особенно, для ног. Это средство — горячая ванна для ног — одно из самых лучших и действенных при подавляющем большинстве видов головной боли по причине избытков каких-либо материй.

Массаж ног нужно производить таким образом, чтобы это было умеренно и не доставляло больному каких-либо неприятных ощущений. В большинстве случаев после массажа ног и горячих ванн для ног головная боль успокаивается и больной засыпает спокойным сном.

При головных болях такого рода часто помогает не-

большая спокойная прогулка (ввиду отвлечения материй из головы в нижнюю часть тела и ноги).

С этой же целью прекращают употребление в пищу продуктов, порождающих газы и испарения, которые поднимаются в голову.

Прекращают также употребление в пищу трудно и медленно перевариваемых продуктов,— это очень действенное средство при головных болях.

Вообще при головной боли, происходящей от избытков каких-либо материй, отвлечение материй из головы в нижнюю часть тела и в ноги является практически наиболее действенным средством.

При этом, естественно, исключается какое-либо массажирование головы, так как при головной боли, происходящей от излишней материй, они еще в большей степени прильют к голове.

При этом весьма важен и учет психических факторов. Поэтому при головных болях, происходящих от преобладания каких-либо материй, следует остерегаться какого-либо возбуждения, усиленной умственной деятельности, гнева, раздражения и т. п., так как это вызывает прилив материй в голову, и усугубляет заболевание.

Среди ученых-медиков, сделавших выдающийся вклад в развитие арабской и таджикско-персидской медицины¹, выделяются несколько представителей медицинской науки IX — XII в.в.; труды которых сыграли особо важную роль.

Одним из таких выдающихся медиков являлся Абул-Хасан Али ибн Раббан Ат-Табари, в начале IX века написавший на арабском языке обобщающий труд по медицине своей эпохи «Фирдавс-ул-хикмат» — «Райский сад мудрости (исцеления)». Для его создания автор исполь-

¹Различить арабскую и таджикско-персидскую медицину довольно трудно, так как многие ученые — таджики и персы — писали свои медицинские труды, в основном, на арабском языке.

зовал множество медицинских источников, в том числе греческие и индийские.

Другим великим медиком, естествоиспытателем и философом был перс Абубакр Мухаммад ибни Закария Рози (ум. в 924 г.), оставивший после себя большое количество произведений. Основной его многотомный труд по медицине — «Ал-Хови» («Объемлющий»), латинский перевод которого сохранился до наших дней.

Абубакр Рози, несмотря на огромные познания в области самых разнообразных лекарственных средств, был сторонником излечения больных самыми простейшими средствами, по мере возможности не лекарствами, а режимом питания, диетой.

Ему принадлежит высказывание: «Счастлив тот врач, который излечивает болезни диетой».

Глубокий след в медицинской науке оставил выдающийся ученый-медик Али ибн Аббос Маджуси Ахвонд (ум. в 994 г.) автор большого медицинского труда «Комил-ус-синоат» — «Совершенный в искусстве (исцеления)», который включает все разделы медицины той эпохи. Имеется несколько изданий его латинского перевода.

Хорошо известен нам современник и отчасти учитель Ибн Сино — Абу-Сахл Исо ибни Яхъё Масехи Джурджони (ум. в 1003 г.), автор медицинского труда «Ал-миа фи-синоат-ут-тиббия» («Сто разделов в искусстве врачевания»).

Особое место среди ученых средневековья занимает великий ученый-медик, философ и естествоиспытатель Абу Али ибн Сино (980—1037). Его фундаментальный «Ал-Конун фи-т-тибб» («Канон медицинской науки») в пяти томах не только подытожил достижения медицины, начиная с древнейших времен, содержащиеся в трудах предшественников, но и в значительной мере представляет результат собственных наблюдений, богатого опыта и теоретических обобщений самого Ибн Сино.

В ту же эпоху создавались многие другие медицинские труды, не столь выдающиеся по своему вкладу в медицинскую науку, но ценные своей систематизацией и кратким изложением основных положений медицины.

Так, в 980 г. создан древнейший из дошедших до нас медицинских трудов, написанных на таджикском языке (фарси) «Хидоят-ул-мутааллимин фи-т-тибб» («Руководство для изучающих медицину»), автор Абу-Бакр Рабъ ибни Ахмад Ахавайни Бухори (Бухарский) ¹

Низоми Арузи Самарканди в своем «Чахор макола» упоминает труд Ахавайни Бухори как «средний», то есть для изучения не начальной, а второй (средней) ступени медицинской науки той эпохи.

Другим медицинским трудом, написанным также как и «Хидоят-ул-мутааллимин фи-т-тибб» в 980 г. в Средней Азии, является «Донишномаи Майсари» («Книга знания Майсари»). Ее автор — Майсари Хаким написал свой труд в виде стихотворного трактата, состоящего из 4505 двестиший (то есть 9010 строк). Трактат делится на 376 подзаголовков — разделов. Основное содержание его сводится к следующему:

1. Анатомия. Основные материи организма человека. Силы. О временах года и суток. Воздух, ветер. Натуры человека (четыре основные натуры). Причины внезапных заболеваний. Причины появления излишков материй. Названия лекарственных средств; их естество.

2. Болезни и их лечение, — начиная от болезней головы, следуя вниз вплоть до болезней ног.

3. Кровопускание, его польза и вред. Как вызвать рвоту. О купании в бане. Как похудеть или пополнеть.

4. Противоядия. О кризисе болезней. О воздержании и диете.

5. Наставления и афоризмы, принадлежащие Майсари Хакиму. (Сведения об этом трактате имеются в статье французского ученого Жильбера Лазера в сб. «Рудак и его эпоха», Душанбе, 1958 г. и в докладе иранского ученого Джалола Матини на конгрессе иранских исследователей, опубликованном «Бунъеди Фарханги Эрон» в 1973 г., том 1). За исключением арабских и гре-

¹Имеется иранское издание этого труда (Мешхед, 1344 (1965)).

ческих медицинских терминов весь трактат написан простым языком, близким и понятным современному таджикскому читателю.

Несколько позже Ибн Сины в Средней Азии, Афганистане и Хорасане работали и другие выдающиеся врачи и ученые-медики. Так, например, в 1055 г. был написан большой труд по фармакогнозии и фармакологии «Ал-абния ан хакоик-ул-адвия» («Основы истинных свойств лекарственных средств»), трактующий о свойствах простых (не составных) лекарственных средств. Его автор — Абу Мансур Муваффах ибни Али Хирави (из Герата). Этот труд сохранился до наших дней и издан был в Вене в 1859 г. и Иране в 1966 г.

В XI—XII в. в. большой вклад в развитие медицины внес Абу Ибрахим Исмоил ибни Хасан Ал-Хусайни Ал-Джурджони (1045—1137 гг.), автор «Захираи Хоразмшохи», большого энциклопедического труда по медицине также на таджикском языке (фарси).

В ту эпоху были составлены многие медицинские произведения, однако до наших дней сохранилась, по-видимому, лишь их небольшая часть.

Из огромного количества медицинских сочинений, написанных на таджикском (фарси) языке были изданы несколько десятков медицинских трудов самого различного характера: краткие трактаты по отдельным вопросам медицины, руководства по фармакогнозии и фармакологии, различные по объему словари медицинской терминологии и номенклатурных названий, обширные энциклопедии и труды, охватывающие все вопросы теоретической и практической медицины своего времени. Из таких изданных (в большинстве, выпущенных литографским способом в Индии, Средней Азии и Иране с середины XIX века до начала XX века), кроме описанных и цитируемых в данной книге, можно упомянуть двухтомный «Карободини Кабир» («Великая фармакогнозия»), четырехтомный «Иксири аъзам» («Великий эликсир»), «Тибби Акбари» («Акбарова медицина»), «Муджарработи Акбари» («Акбаровы испытанные средства»), «Карободини Аъзам ва Акмал» («Великая и полная фармаког-

нозия»), «Муфаррех-ул-кулуб» («Радующая сердца»), «Алфоз-ут-тиббия» («Медицинские термины») и многие другие.

Старые медицинские труды были написаны специфическим языком, медицинская терминология была в основном арабская и греческая и в большинстве своем непонятна широкому кругу читателей (положение, сходное с европейской медициной, в которой терминология и по настоящее время является латино-греческой). Поэтому часть медицинских произведений составлялась для более широкого круга, а терминология или упрощалась, или объяснялась в самом тексте произведения. К такому виду медицинской литературы относятся стихотворные медицинские трактаты (наподобие упомянутого выше «Донишномаи Майсари»), или же частично написанные стихами, подобно «Тибби Юсуфи» («Юсуфова медицина»). Подача медицинских сведений и предписаний в стихах способствовала лучшему запоминанию их. В древней медицинской литературе на латинском и греческом языках также существовала традиция написания стихотворных медицинских трудов. Некоторые из них имеют наши отечественные издания¹.

Кроме специальных произведений, большое количество медицинских сведений приводятся в таджикско-персидских толковых словарях, особенно в «Бурхони котель» (XVII в.), «Бахори Аджам» (XVIII в.) «Гиёс-ул-лугот» (XIX в.), «Фарханги Онандродж» (XIX в.) и др. В них при толковании названий болезней, растений, животных и минералов часто сообщаются бытовавшие в книжной или народной медицине ценные сведения медицинского характера.

Старая таджикская (таджикско-персидская) медици-

¹ Квинт Серен Самоник. Медицинская книга (целебные предписания, перевод Ю. Ф. Шульца, М., 1961; Медицина в памятниках латинской и греческой литературы, перевод Ю. Ф. Шульца, М., 1966; Книга античности и Возрождения о временах года и здоровье, составитель Ю. Ф. Шульц, М., 1972.

на, основанная на тщательном учете индивидуальных особенностей организма, его натуры или темперамента («мизодж»), тщательном определении лечебных свойств веществ в зависимости от климата и условий жизни, а также своим богатым арсеналом лекарственных средств может оказать немалую помощь современной медицине.

Безусловно, не все медицинские сведения, содержащиеся в старых памятниках, являются приемлемыми с точки зрения современной медицины (хотя и из такого рода сведений часто можно извлечь некоторые «рациональные зерна»). Однако в большинстве своем они предлагают современной медицине материалы, заслуживающие внимания и дальнейшего исследования¹.

В Советском Союзе, особенно в последние годы, уделяется большое внимание изучению и изданию медицинских памятников прошлого. В частности, были изданы избранные труды великого врача древности Гиппократ (V—IV в. до н. э.)², медицинские сочинения Авла Корнелия Цельса (конец I в. до н. э.—первая половина I в. н. э.)³.

Немало книг и статей по старой книжной и народной медицине издано за рубежом, особенно на английском, французском и немецком языках, в частности, по истории арабской и греческой, индийской и тибетской, а также китайской медицины. В Советском Союзе издан ряд

По данным 1969 года в Индии имеются 500 специальных институтов, которые после четырехлетнего обучения выпускают дипломированных врачей, лечащих по принципам старой, традиционной медицины. Только в Дели работают 5 тысяч врачей — специалистов по старой традиционной медицине. См. редакционную статью «Разве можно игнорировать старую медицину?» в журнале «Талаш» № 16, урди-бихишт-хурдод, 1348 (1969 г.), Тегеран, стр. 6—7.

² *Гиппократ*. Избранные книги, перевод проф. В. И. Руднева, т.т. I—III, М., Гос. изд-во биологической и медицинской литературы, 1936—1944.

³ *Авл Корнелий Цельс*. О медицине (в восьми книгах), перевод под ред. В. Н. Терновского и Ю. Ф. Шульца, М., 1959.

трудов по истории медицины¹, а книг и статей по народной медицине и лекарственным растениям у нас по стране насчитывается в настоящее время многие десятки названий.

В последние годы в Иране издан ряд произведений старой таджикско-персидской медицины, в том числе некоторые произведения Абу Бакра Рози².

В результате большого труда ученых был издан перевод фундаментального труда великого ученого Востока Ибн Сины «Канон врачебной науки»³.

В 1980 году вся мировая общественность торжественно отмечала юбилей 1000-летия со дня рождения Абу-али Ибни Сино. Подготовка к юбилею стимулировала разностороннее исследование трудов Ибни Сино. К юбилею и вскоре после него были изданы многие работы

¹ Упомянем лишь некоторые из них: Н. А. Богоявленский. Древне-русское-врачевание в XI—XVII вв., М., 1960; П. Е. Заблудовский История отечественной медицины, ч.1, М., 1960; М. П. Мультиановский. История медицины, изд. 2-ое переработ. и дополн., М., 1967; имеются переводы: Л. Менье, История медицины, перевод с французского М.-Л., 1926; Т. Мейер-Штейнер, К. Зудгоф, История медицины, перев. с немецкого, М., 1925. Изданные в конце прошлого века труды С. Ковнера стали библиографической редкостью С. Ковнер, История древней медицины, вып. 1—3, Киев, 1888; его же: История древней медицины, вып. 1—2, Киев, 1893—1897.

² *Абу Бакр Мухаммад Закария Рози*. Кисас ва хикоёт-ул-марзо (Рассказы о больных), перевод с арабского на персидский Махмуда Наджмободи, Тегеран 1964; Абу Иброхим Исмоил ибни Хасан Ал-Хусайнии Ал-Джурджони, Захираи Хоразмшохи (Хорезмшахова сокровищница), издание Мухаммадтаки Донишпижуха и Эраджа Афшора (том 1, Тегеран, 1965), Рисолаи Джудия, мансуб ба Абуали Ибни Сино, издание Махмуда Наджмободи, Тегеран 1941. Выше были упомянуты изданные в Иране «Хидоят-ул-мутааллимин фи-т-тиб» Абу Бакра Ахавайни Бухори и «Ал-абния ан хакоик-ул-адвия» Абу Мансура Муваффака Хирави

³ *Абу Али ибн Сина*. Канон врачебной науки, перев. с арабского, т. 1—У, Ташкент, 1956—1960. Переиздан в 1981 г.

советских ученых, посвященные жизни и научным трудам Ибни Сино. Большой вклад в авиценноведение внесли таджикские, а также другие среднеазиатские ученые, опубликовавшие многие десятки работ, в том числе посвященных медицинским трудам и воззрениям Ибни Сино и их значению для современной науки. Это работы Ю. Б. Исхаки, Ю. Н. Нуралиева, М. Г. Гулямова, Х. Х. Мансурова, А. М. Пулатова, М. Я. Расулова, Я. И. Рахимова и других ученых-медиков¹.

В данную книгу включены материалы из одиннадцати памятников старой таджикской медицины от начала XII века до середины XIX века, написанных на таджикском языке (фарси). Для перевода извлекались лишь те материалы, которые представляют интерес для современного читателя. Специфические понятия и термины старой таджикско-персидской медицины по мере возможности передаются в понятном для читателя изложении. В конце книги дается краткий словарь с объяснениями некоторых терминов и понятий старой таджикско-персидской медицины.

Содержание его ограничено выбором тем, относящихся не к лечению болезней, а к общим вопросам медицины, принципам сохранения здоровья и профилактики заболеваний, частично диагностики; большое место уделено описанию свойств и диетологических особенностей различных продуктов питания, главным образом, культивируемых растений, овощей и плодов, употребляемых в пищу. Ниже дается краткое описание цитируемых медицинских трудов.

Автор «Захираи Хоразмшохи» (Хоразмшахова сокровищница), этого большого труда по медицине — Абу-Иброхим Исмоил ибни Хасан Ал-Хусайни Ал-Джурджони

¹ Упомянем лишь некоторые: Исхаки Ю. Б. Ибни Сино и медицинская наука. Душанбе, 1984 г. Нуралиев Ю. Б. Медицина эпохи Авиценны. Душанбе, 1981 г.; его же: Медицинские трактаты Авиценны. Душанбе, 1982 г.; Кадиров А. А., Саипов У. Т. Великий среднеазиатский ученый-медик Абу Али ибн Сина. Ташкент; 1980 г.

(1045—1137) — выдающийся ученый — мешик своего времени. Выходец из г. Исфагана, в 1111 г. он приехал в Хорезм ко двору хорезмшахов и служил там как ученый врач-практик до конца жизни.

Кроме «Захираи Хоразмшохи» Ал-Джурджони написал еще и другие труды на таджикском (фарси) языке, — «Агрози тиббия» («Цели врачевания»), «Ал-мабохис-ал-Алоия» — Диспуты по медицине Ало (уд-Давла) и другие.

«Захираи Хоразмшохи» был завершен после 1111 года и посвящен правившему тогда султану Кутбиддину Абулфатху Арслон — Тегину Мухаммад Хоразмшоху.

Ал-Джурджони создал также несколько медицинских трудов на арабском языке. Сам автор весь свой большой по объему труд — «Захиран Хоразмшохи» перевел на арабский язык, добавив к нему еще одну главу.

«Захиран Хоразмшохи» состоит из предисловия и девяти книг. В предисловии, описывая благоприятные природные условия Хорезма, автор отмечает, что в городе царят антисанитарные условия, а от употребления в пищу незрелых или переспевших и испорченных фруктов и плодов появляются тяжелые заболевания.

Автор написал свой труд в целях улучшения санитарных условий и повышения уровня медицинского обслуживания населения.

Для того, чтобы его произведение было доступно не только ученым и врачам, но и грамотным представителям народа, автор написал его на таджикском языке (фарси), а не на арабском. Другая цель, которую преследовал автор, — это создание комплексного, обобщающего труда, пользование которым исключало бы необходимость обращения к другим медицинским трудам.

Таким образом, автор «Захираи Хоразмшохи» — Исмаил Ал-Джурджони предстает перед современным читателем как гуманный ученый-медик и врач-практик, который посвятил свою жизнь улучшению условий быта и здоровья простого народа Хорезма и всей Средней Азии начала XII века.

Содержание этого выдающегося обобщающего труда таково:

Книга первая посвящена рассмотрению вопросов о границах науки медицины и ее пользе, распознаванию натур (мизодж) людей, основных веществ их организма, о привычках, анатомии всех органов, о силах и чувствах и соответствующих им органах.

Книга вторая содержит вопросы распознавания различных состояний организма, здоровья и болезни, признаки болезней и распознавание их по пульсу.

Книга третья — о сохранении здоровья и профилактике болезней, о гигиене жилища и окружающих условий, о распознавании хорошей и плохой воды, о гигиеническом и диетическом аспекте приготовления пищи и напитков, о правильной организации сна и бодрствования, труда и отдыха, об одежде, запахах и благовониях, маслах для умащивания тела, о слабительных и очистительных лекарствах, о кровопускании, о лекарствах для глаз, об управлении психическими состояниями, о воспитании младенцев, о поддержании здоровья в старости, о правильном режиме во время путешествий.

Книга четвертая — о диагнозе болезней и определении времени кризиса при болезнях.

Книга пятая — о разновидностях лихорадки, об их признаках и лечении, о признаках приближающейся болезни.

Книга шестая — о лечении болезней, начиная от болезней головы и далее вниз по порядку вплоть до болезней ног.

Книга седьмая — о лечении опухолей и язв; об излечении переломов, ран и ушибов.

Книга восьмая — о косметике.

Книга девятая — о противоядиях.

Отрывки из первой книги «Захираи Хоразмшохи», приводимые ниже, даются в переводе с издания «Захираи Хоразмшохи», том I, Тегеран, 1344 (1965) г. издателя Мухаммадаки Донишпижух и Эрадж Афшор.

Кифояи Мансурӣ — Мансурово сокращенное изложе-

ние (медицины). Написан — в 1423 г. Автор Мансур ибни Мухаммад ибни Юсуф Факехуннос. Сочинение представляет собой сжатое изложение основных вопросов теоретической и практической медицины.

Содержание этого труда включает краткое изложение всех разделов старой книжной медицины. Некоторые вопросы, а также их систематизация и классификация отличаются новизной и оригинальностью. Из предисловия явствует, что автор использовал не только имеющуюся медицинскую литературу, но и устные источники, сведения видных специалистов и ученых-медиков, с которыми он общался.

Вкратце содержание «Кифояи Мансури» сводится к следующему: о причинах болезней, об основных элементах и веществах, о психической материи и ее разновидностях, о соках и материях организма, о членах человеческого тела, о причинах здоровья, о натуре («мизодж»), о силах организма, о воздухе, о психических состояниях, о движении и покое, о сне и бодрствовании, о пище и питье, о задерживании веществ в организме и очищении его, о симптомах болезней, о признаках излишнего принятия пищи, о пульсе, о моче, о кризисе, о хороших и плохих признаках при болезни, об уходе за новорожденным, о гигиене бани, о сохранении здоровья престарелых, о режиме путешественников. Далее следуют описания болезней, начиная от головы, кончая заболеваниями ног, затем следуют болезни кожи, волос, переломы и т. д. В заключительной части дается краткое описание лечебных свойств основных простых веществ растительного, животного и минерального происхождения, фруктов, овощей, специй, благовоний; в конце содержится описание наиболее важных составных лекарственных средств.

Перевод отрывков выполнен по индийскому литографированному изданию (Лакнау, 1880 г., издание содержит 255 стр.).

Китоб-ус-синоат — Книга искусства (врачевания). Автор — Султон Гиёсуддин написал свой труд в Индии в г. Шодиабаде (известном также под старым назва-

нием Мад (Мод). Время создания неизвестно. Единственная доступная нам рукопись хранится в Публичной библиотеке им. Фирдоуси в г. Душанбе под № 1932. Она хорошо сохранилась, но неполная, содержит 1432 стр. Судя по особенностям бумаги, рукопись можно отнести к XVI или XVII вв. Поэтому написание самого труда, по-видимому, могло иметь место еще раньше (XIV—XV вв.). В предисловии труд называется еще и «Гоят-ус-синоат» (Предел искусства врачевания).

Предисловие книги очень краткое, в начале даётся оглавление.

Приведем полностью его перевод:

«Оглавление «Китоб-ус-синоат», которую автор,— Султон Гиёсиддин, написал в городе Шодиабаде, известном под именем Мад (Мод), использовав книги ученых-медиков Индии и греческих авторов. Эта книга не имеет себе подобных, особенно в Индии».

Если автор был султаном или правителем, о чем может говорить его имя, то в Индии под таким именем правили несколько представителей различных мусульманских династий. Один из них — султан Гиёсиддин Балбан (1265—1287) из династии Гулямов. Два других султана Гиёсиддина — из династии Туглаков, правление первого из них 1320—1325 гг., второго — 1388—1389 гг.

В династии Бахманидов (или Бахманшахов) был также один Гиёсиддин, краткое правление которого относится к 1397 году. Однако представители этой династии называли себя шахами.

Кроме этого, в Индии в ту эпоху было много мелких полузависимых княжеств, правители которых называли себя «шах», «падишах», а иногда и «султан».

Книга «Китоб-ус-синоат» составлена в традиционном порядке описания лечения болезней (начиная с болезнью головы, кончая болезнями ног).

В первой главе автор рекомендует изучающим медицину ряд книг. Среди них — как книги на арабском и таджикском — фарси («Алконун» Ибн Сины, «Джомеъ» (Свод) Ибн Байтора, «Муфрадот» («Простые лекарст-

ва») Ибни Аттора и др., так и книги по индийской медицине на индийском (хинди) языке, написанные такими выдающимися врачами, как Манка (Монкха, или Монкхат Ал-хинди), Джхантури и др.

При описании болезней и их лечения автор часто приводит индийские названия, главным образом, лекарственных растений, произрастающих в Индии.

Из особенностей этого медицинского произведения можно отметить особое внимание, уделяемое описанию различия организмов мужчин и женщин и проявления и течения у тех и других одинаковых болезней и применению лекарственных средств соответственно тем и другим, тщательно разграничиваются внешние и внутренние, особенно психические причины заболеваний, весьма подробно описываются признаки болезней и особенности самочувствия больного. Большой раздел посвящен приготовлению лечебных напитков, шербетов и т. п.

Среди использованных нами медицинских трудов не встречалось ни одного упоминания «Китоб-ус-синаат» (нельзя путать с другим медицинским произведением «Комил-ус-синаат» — «Совершенный в искусстве (врачевания)»), автор — известный медик X века Али ибни Аббос Муджуси из Ахваза (ум. в 994 г.).

«Тибби Юсуфи» или «Джомеъ-ул-фавоид» (Юсуфова медицина). Автор — Юсуф ибни Мухаммад ибни Юсуфи Табиб. Труд написан в 1500 г. посвящен Захриддину Бабуру (внуку Тимура), основателю династии Великих Моголов в Индии. Юсуф ибни Мухаммад был личным врачом Бабура.

Трактат состоит из нескольких частей:

1. Часть первая, самая значительная по объему, посвящена лечению болезней. Общее расположение — традиционное для большинства таджикско-персидских и арабских медицинских трудов: названия болезней и способы их излечения приводятся, начиная от болезней головы, следуя вниз вплоть до болезней ног. Внутри описания каждой болезни сначала указывается арабское название болезни, ее таджикско-персидский эквивалент,

ее основные характерные признаки и симптомы. Затем следует четверостишие (рубои), в котором в краткой и доходчивой форме приводится один или несколько рецептов, лекарственных средств и предписания по режиму, необходимые для излечения данной болезни. В случае сложного состава лекарства после четверостишия дается (в обычном прозаическом тексте) подробное описание состава лекарства, весового количества его компонентов, способ приготовления, дозы и время приема.

Цель подачи рецептов в стихотворной форме состояла в том, чтобы их можно было легко выучить наизусть и запомнить. В начале каждого четверостишия обязательно дается название болезни, затем способы и средства лечения и предписания по режиму и лечебному питанию.

Приведем пример одной статьи из «Тибби Юсуфи»:

Нисъён — то есть забывчивость (по-видимому вид склероза). Его признаки при преобладании флегмы (лимфы): тяжесть в голове, мокрота в носовых путях и истечение слюны во рту, а также сонливость, рубои: если забывчивость расстроит твоё благоденствие, сделает твою жизнь трудной и полной неприятностей, каждый день для избавления от нее достаточным будет один мискаль «моддат-ул-хаёт» (т. е. «вещество жизни»).

Описание «вещества жизни», которое также называют «философским лекарством» («Маъджуни фалосифа»): сердцевина «чалгуза» (орешки пинии, «кедровые орешки»), сердцевина индийского ореха (кокосового ореха), — каждого по одному — два мискаля, изюма с вынутыми зернышками, — 30 мискалей, — все это потолочь и растворить в ста мискалях вываренного и очищенного меда, добавить по 1—2 мискаля черного и красного перца, имбиря, корицы, кожуры желтых мироболанов¹, хусьятус-саълаб (ятрышник), кожуры «омла» (мироболаны эмблические), «шитарадж»-а (клоповник широколистный), «зарованд мудахрадж» (аристолохия, кирказон), корень «бобуна» (ромашки), — каждого из них взять по

¹См. «Словарь» в конце данного издания.

1—2 мискаля, сварить, затем все компоненты смешать в одну массу, каждое утро принимать (глотать) пилюлю этой массы весом в один мискаль. В пищу принимать жареное мясо со сваренным досуха рисом».

Далее следует четыре небольших прозаических трактата:

2. «Ситтаи зарурия» (шесть необходимых условий сохранения здоровья). В их число входят: 1) гигиена воздуха; 2) гигиена и режим питания и употребления воды и напитков; 3) режим труда и отдыха; 4) регулирование психической деятельности и психических состояний; 5) режим сна и бодрствования; 6) режим задержки веществ в организме и его очищение.

3. «Рисолаи далоил-ун-набз» (Трактат о показаниях пульса).

Трактат посвящен распознаванию болезней и предболезненных состояний по особенностям пульса.

4. «Рисолаи далоил-ул-бавл» (Трактат о показаниях мочи).

5. «Мухтасар-ул-баён фи заруриёти-л-бухрон» (Краткое изложение основных положений, касающихся кризиса болезней).

Далее следуют три трактата.

6. «Рисолаи хифзи сиххати бадан» (Трактат о сохранении здоровья).

7. «Рисолаи маъкул ва машруб» (Трактат о пище и питье).

8. «Муқаттаоти Юсуфи» (Небольшие стихотворения Юсуфи). Стихи, состоящие из нескольких строк, содержат самые разнообразные рекомендации и предписания лечебного характера, описания фармакологических свойств ряда растений, животных и минералов.

Автор этого сборника Юсуф ибни Мухаммад написал (до 1500 г.) другой медицинский труд под названием «Илоҷ-ул-амроз» (Излечение болезней).

«Тибби Юсуфи», написанный в живой и популярной форме, сравнительно простым и доступным языком, носит характер краткой медицинской энциклопедии, посвященной основным вопросам диагностики и лечения бо-

лезней, фармакологии, гигиены, режима питания и диеты.

Ввиду своей краткости и разносторонности приведенных в нем сведений «Тибби Юсуфи» в дореволюционный период являлся одним из наиболее популярных медицинских трудов.

Маъдан-уш-шифо (Источник исцеления). Автор — Бахва ибни Хавосхон. Этот большой по объему медицинский труд был написан в Индии в 1512 году в эпоху правления Сикандара Лоди (1489—1517). В предисловии указано, что поскольку медицина оберегает и сохраняет жизнь человека, она является самой важной из всех наук и самым лучшим занятием из всех существующих. Автор отмечает, что греческая медицина (то есть общая с ней арабско-персидско-таджикская медицина) не совсем соответствует натуре народов Индии и ее климатическим условиям. Книги арабско-персидско-греческой медицины для индийцев во многом непонятны, названия лекарственных средств персидские, арабские и греческие, а какие лекарства и растения соответствуют им в языке хинди, часто неизвестно, а если и известно, то многих из них в Индии нет. Поэтому автор использовал индийские медицинские труды и перевел их содержание на язык фарси. Индийские названия лекарственных веществ и растений и другие индийские медицинские термины приводятся в тексте в арабско-персидской транскрипции, воспроизводится их индийское произношение, с объяснением их значения на языке фарси. Автор упоминает ряд использованных им названий индийских медицинских трудов.

«Маъдан-уш-шифо» значительно отличается от большинства других медицинских трудов, написанных на языке фарси, что связано с индийской основой этого произведения.

Вкратце содержание «Маъдан-уш-шифо» сводится к следующему:

Предисловие — о сущности науки медицины.

Глава первая — о подготовке к лечению, предварительные действия и мероприятия для подготовки правильного и эффективного лечения. Рассматриваются сле-

дующие вопросы; этапы лечения; особенности и влияние на организм шести вкусовых свойств — сладкого, кислого, соленого, горького, острого, вяжущего, а также различие их влияния на организм в зависимости от времени года; о хирургических инструментах, о необходимости для врача длительной практической работы и приобретения опыта; о лечении пиявками; о профилактике различных болезней и сохранении здоровья; о напитках; о сортах риса и их свойствах; об избытке и недостатке веществ в организме и заболеваниях по этой причине; о хороших и дурных признаках при болезнях; о нормализации испорченного сока в организме путем приема слабительных средств, рвоты и др; названия некоторых специфических индийских лекарственных средств; об особенностях пульса; о деятельности врача по сохранению здоровья шаха и его войска и предохранение их от заболеваний; особенности растительных и минеральных лекарственных средств в зависимости от местности и земли, из которой они получены; о некоторых способах и средствах лечения опухолей и нарывов; об уходе за ранеными.

Вторая глава — анатомия; физиология крови; гинекология.

Третья глава — признаки и симптомы болезней и их лечение.

Лихорадка (10 видов); понос и дизентерия; геморрой; желтуха; болезни рта и гортани; о болезнях, происходящих от питья спиртных напитков; о заболеваниях желудка и кишечника; о заболеваниях по причине газов, о заболеваниях сердца и груди; об эпилепсии; о болезнях мочевого пузыря; о лечении излишней полноты; лечении опухолей; грыжа; чесотка; о заболеваниях по причине сафры; о лечении простуды и насморка; болезни губ, зубов, нёба, гортани, уха, глаз; о лечении головных болей; женские болезни; детские болезни; болезни кожи; о приготовлении напитков; о лечении прижиганиями и др.

В конце автор пишет, что в его труде описано лечение 1167 болезней, каждая из которых в свою очередь подразделяется на разновидности в зависимости от

причин заболевания. Он выражает убежденно, что все известные людям болезни исчерпываются этими 1167 недугами.

Как явствует из приведенного краткого перечня, лишь в некоторых частях имеется сходство с порядком расположения материала в арабских и таджикско-персидских медицинских трудах. В основном же этот порядок совершенно иной. Кроме того, одинаковые или сходные болезни или же болезни одного и того же органа даются в разных, иногда весьма удаленных друг от друга местах. Представляется, что автор — Бахва ибни Хавосхон использовал ряд индийских специализированных трактатов и книг по различным областям медицины, но не мог объединить их в определенную единую систему или же по каким-то причинам удовлетворился таким расположением. Во всяком случае, одна причина может быть понята из самого предисловия автора, который пишет что в индийской медицине не существует ни одного обобщающего труда, включающего все области медицины.

Основополагающими принципами этого труда является признание не четырех основных материй («хилт») как в арабско-персидско-таджикско-греческой медицине, а лишь трех: желчь-сафра («талха»), лимфа («балгам») и газы («бод»); иногда учитывается и кровь. Как видим, особенности этого труда весьма существенные.

Другой особенностью этого труда является всесторонний учет причин болезней, в особенности тщательный учет психических факторов, их роль в возникновении заболеваний. В качестве примера приводим отрывок из 31-го раздела третьей главы:

«Раздел о болезни сердца, которую на хинди называют «хирдн», состоящей из двух частей. Часть первая о симптомах этой болезни. Знай, что она бывает по причине употребления в пищу еды, порождающей излишнюю теплоту, и также от употребления слишком горячей пищи, от долго и плохо перевариваемой пищи, или же пищи очень кислой, или вяжущей, или же горькой или же от приема пищи во время недомогания от несварения желудка, а также от чрезмерного напряжения

и приложения мускульных усилий, и от разговора громким голосом, и от сдерживания мочи и других выделений, и от ушиба или ранения, и от долгого напряженного размышления, и от испорченного сока или вещества в организме, которое проникает в сердце. Эта болезнь имеет пять разновидностей...»

Отрывки из «Маъдан-уш-шифо» приводятся по хорошей рукописи XVII века, состоящей из 799 страниц. Рукопись хранится в Институте языка и литературы им. Рудаки АН Таджикской ССР.

Дастур-ул-илоч (Руководство к излечению). Этот медицинский труд написан в Средней Азии в 1527 г. В предисловии ко второй части книги автор — Султон-Али Табиби Хуросони пишет, что он в течение сорока лет изучал медицину и занимался врачеванием в Хорасане и Мавераннахре, особенно в Самарканде.

«Дастур-ул-илоч» представляет собой руководство по теоретической и практической медицине и включает следующие основные разделы.

Предисловие содержит вопросы гигиены, профилактики болезней и сохранения здоровья, а также соображения о границах науки медицины. Сюда включаются такие вопросы, как гигиена воздуха, жилища и города, соблюдение режима в зависимости от времени года и сезона, о гигиене одежды, питания, питье воды и напитков, о правильной организации труда и отдыха, о применении слабительных средств, об очищении организма разными способами, о регуляции психических состояний, о режиме престарелых, о правилах, соблюдение которых необходимо во время путешествия.

Второй раздел вступительной части посвящен вопросам определения границ медицины, о предмете науки медицины, о ее пользе, о четырех стихиях, об основных материях и жидкостях организма, о четырех натурах (темпераментах — «мизодж»), о пульсе, о моче, о поте и его причинах, о хороших и плохих признаках при болезнях, о кризисе больных.

Вторая часть посвящена лечению болезней, начиная от заболеваний головы и кончая недомоганиями ног.

Внутри описания болезни подразделяются на несколько разновидностей в зависимости от их причин. Лечение этих подвидов заболеваний также различное. Такая дифференциация болезней на виды в соответствии с их причиной свойственна всем без исключения медицинским трудам прошлого.

Приведем небольшой отрывок из второй части «Дастур-ул-илоч»:

Молихулиё (меланхолия) — расстройство мыслей, подозрительность и мнительность, а также страхи. А слово «молихулиё» означает «черный сок» (жидкость), из-за этого заболевшего меланхолией мучают неприятные мысли, заботы и печаль, он избегает людей и ищет одиночества. Эта болезнь имеет семь разновидностей...

Отрывки из «Дастур-ул-илодж» приводятся из вступительной общей части по индийскому литографическому изданию (Лакнау, 1899).

Эхъё-ут-тибб (*Возрождение медицины*). Автор Сайнд Субхонкули Мухаммад Баходурхон — бухарский эмир из династии Аштарханидов (Астраханской династии, правил в 1680—1702 гг.). Полное название книги «Эхъё-ут-тибби субхонй» (Субхоново возрождение медицины).

Это уникальное произведение теоретической и, в основном, практической медицины и фармакологии среднеазиатской медицинской школы. Единственная известная нам рукопись этого труда хранится в библиотеке Таджикской Советской Энциклопедии под № 62.

Переписчик — Ходжа Инсоф, дата переписки 1102 г. хиджры — 1691 г.

Рукопись состоит из 514 листов (1028 стр.), однако некоторые листы отсутствуют. Книга переписана крупным каллиграфическим насталиком на хорошей бумаге, текст на протяжении всей книги обведен золоченой рамкой. На полях произведения объясняются многие медицинские термины, тщательно разъясняется и отмечается произношение путем огласовок. Указываемое произношение во многих случаях отличается от произношения тех же терминов в медицинских трудах, написанных в Индии и Иране, и отражает особенности их местного

среднеазиатского произношения. Рукопись выполнена с редкой тщательностью, без ошибок и представляет собой редчайший образец одного из лучших рукописных произведений не только в области медицины, но и вообще в таджикской — фарси литературе прошлого.

Отметим здесь основные особенности содержания этого произведения. Автор в предисловии пишет, что причиной написания этого труда послужило невнимательное отношение многих переписчиков медицинских произведений, множество ошибок и неясностей, трудный для понимания язык многих медицинских произведений. Во время написания книги автор использовал много медицинских трудов, таких как «Ал-Канон» Ибни Сино и другие его произведения, «Захиран Хоразмшохи», «Ихтиёроты бадей», «Тибби Оксарой», «Бахр-ул-джавохир», «Бахр-ул-хавос» и другие. В тех случаях, когда автор описывает результаты своих собственных наблюдений и опытов, он приводит их с оговоркой «автор говорит...».

Книга состоит из предисловия автора, вступительной части (мукаддима), восьми глав («боб»), каждая из которых делится на четыре раздела («фасл»).

Вступительная часть состоит из следующих разделов:

1. О границах науки медицины и ее предмете.
2. О четырех основных соках и веществах человеческого организма.
3. Об уравновешенном организме (натуре — «мизодж»).
4. О натуре и особенностях членов человеческого тела.
5. О сохранении здоровья.
6. Об учете времени года и сезонов в медицине.
7. Гигиена жилища и города.
8. Гигиена одежды и ее разновидностей.
9. О питании и диете.
10. О продолжительности жизни людей.

В восьми главах основной части произведения в порядке алфавита дается описание простых (несоставных) лекарственных средств, их пользы и их вреда и недостатков, затем описание и определение весов и мер, принятых в медицинской практике Средней Азии той эпохи; о лекарствах, повышающих настроение, руковод-

ство по изготовлению самых разнообразных видов и форм лекарственных средств и т. д.

«Эхъё-ут-тибб» является в основном произведением, посвященным вопросам практической медицины и фармакологии. В нем дается разъяснение особенностей влияния различных лекарственных форм (настои, отвары, пилюли, припарки, обливания, нюхательные смеси и т. д.) и целесообразности их применения при тех или иных заболеваниях. Произведение написано лаконичным стилем и довольно простым языком, затруднения могут вызвать лишь термины, в остальном его язык понятен, ясен и весьма близок к современному таджикскому языку. В объяснениях терминов часто употребляются их эквиваленты из народного, разговорного языка, которые и сейчас широко бытуют в таджикском языке.

Н а п р и м е р:

Ярақон — з а р д п а р в и н (желтуха).

Уштурғоз — по-арабски: занджабил-ул-аджам, то есть «х о р и у ш т у р» (верблюжья колючка).

Атрор — называют также «асрор», а также и «анбарборис», — это «з и р к», а по-персидски называют «зиришк» (барбарис).

Ряд названий и терминов в «Эхъё-ут-тибб» приводятся в их среднеазиатской таджикской форме, чем этот труд отличается от медицинских книг, написанных в Иране и Индии, в которых эти названия даются в других формах. Например, «карафш» (сельдерей), персидское «карафс»; «асора» (выжатый сок фруктов), см. «усора»; «нимпазишт» (полунспеченный), см. «нимбиришт» и др. Все это свидетельствует о том, что автор стремился писать простым, доступным языком.

Написан ли этот труд самим эмиром Субхонкулиханом или же кем-либо из придворных ученых-медиков и авторство приписано эмиру, решить в данное время трудно. Можно предполагать, что **эмир** Субхонкулихан в какой-то мере занимался медициной, но вряд ли до такой степени, чтобы изучить многие медицинские труды, иметь свою

практику и сделать ряд обобщений и выводов, создать ряд новых лекарственных средств, а в заключение написать объемистый труд, стоящий на уровне медицинской науки той эпохи. Об этом свидетельствует также и то, что рукопись переписана неким Ходжа Инсофом, который по всей вероятности и являлся основным автором этого труда. Сообщая свое имя, он ничего не говорит о какой-либо рукописи, написанной самим Субхонкулиханом.

Махзан-ул-адвия (Сокровищница лекарств). Автор Мухаммад-Хусейн ибни Мухаммад ал-Окили сын потомственного врача, жил в Индии, с ранних лет посвятил себя медицине и уже в молодые годы достиг выдающихся успехов в теории и практике медицины своего времени и стал видным ученым-медиком.

Мухаммад-Хусейн является автором ряда медицинских трудов, вошедших в золотой фонд таджикско-персидской медицины, созданной в Индии. К ним относится большой двухтомный труд «Карободини кабир» (Великая фармакогнозия), в котором описано огромное количество сложных, составных лекарственных средств растительного, животного и минерального происхождения.

Другой его классический труд «Махзан-ул-адвия» (сост. в 1777 г.), посвящен описанию простых (не составных) лекарственных средств, то есть описанию лечебных свойств различных растений и их частей (листьев, стеблей, коры, корней, семян), животных и их органов, а также веществ минерального происхождения.

В «Махзан-ул-адвия» автор обобщил многовековые достижения научной и народной медицины, а также свой богатейший опыт врача и ученого. Как отмечается в предисловии, были использованы многочисленные медицинские произведения на таджикском языке (фарси) и арабском. Это — произведения на арабском языке «Ал-Конун» («Канон») и «Адвия калбия» («Сердечные средства») Ибн Сино, сочинения Ибн Байтора, Довуда Антоки, Абурайхона Беруни; на таджикском (фарси): «Ихтиёроти баден» Зайниддина Аттора, «Тухфат-ул-муъминин» Хакима Мирмухаммада Муъмина Танкобуни, произведения по индийской медицине и фармакологии на языке фарси

«Муджарработи Афзали» («Испытанные средства Афзаля») Мирмухаммада Афзаля, а также другой труд по индийской медицине на языке фарси «Ихтиёроти Косими» («Выбор лекарственных средств Косима») Хакима Мухаммада Косима Хиндушоха, известного под псевдонимом Фаришта, а также множество других медицинских произведений.

«Махзан-ул-адвия» по своему прстроению представляет собой словарь, в котором в порядке арабского алфавита даны более 2 тысяч названий растений, животных и минералов. В качестве основного объясняемого названия приводится арабское наименование (часто греческого, сирийского или таджикско-персидского происхождения). Арабская терминология была общепризнанной, выполняя на Востоке те функции, которые позже стала выполнять латино-греческая терминология в Европе (а сейчас и повсеместно). После названия следует подробное объяснение его произношения (во избежание искажений), затем его эквиваленты на фарси, то есть таджикские и персидские эквиваленты (которые далеко не всегда являются общими), а также греческие, сирийские, индийские (хинди и других языков), а иногда и тюркские эквиваленты.

Затем идет описание соответствующего вещества, растения или животного, особенностей его строения, отличительных признаков и качеств. И, наконец, следует подробное объяснение его медицинских, лечебных свойств и воздействий дифференцированно,— сначала общего влияния на организм, затем на мозг, сердце, желудок, легкие и т. д.

Переводы выполнены с индийского литографированного издания (Лакнау, 1305—1888 гг.).

Бахч-ул-хазокат (Хорошие вести об искусном врачевании). Автор Кудрат-Ахмад ибни Хофиз Иноят Ахмад. Этот краткий медицинский трактат составлен в Индии в 1835 г. Автор уделяет основное внимание общим вопросам медицины. Трактат состоит из предисловия, двух глав и заключения.

Предисловие — о науке медицины: ее предмет и цели.
Глава первая — об основах медицинской науки;
состоит из четырех разделов:

1. О действии естества и естественных факторов.
2. О разновидностях и классификации болезней.
3. О причинах заболеваний.
4. О симптомах.

Глава вторая — об основах практической медицины; состоит из двух разделов:

1. О правилах сохранения здоровья.
2. Об излечении болезней:

Заключение — о распознавании действия простых лекарственных веществ, их приготовлении и дозах.

В данный сборник включен перевод отрывков из третьего и четвертого разделов первой главы. Перевод сделан по индийскому литографированному изданию «Бахдж-ул-хазокат» 1286 (1869 г.).

Мухити Аъзам (Великий океан). Этот большой четырехтомный труд составлен в Индии в 1860—1865 гг. знаменитым ученым-медиком и врачом Мухаммад Аъзамхоном по прозвищу Нозими Джахон («Упорядочивающий мир»). Книга написана в виде словаря, по своим принципам сходна с описанным выше трудом «Махзан-ул-адвия», который послужил ему первоначальной базой, в несколько раз расширенной в результате титанического труда его автора Мухаммада Аъзамхона. В словаре описано приблизительно 15 тысяч наименований растительного, животного и минерального происхождения, в связи с чем он является наиболее полным сводом сведений по фармакологии и фармакогнозии, написанным на языке фарси.

Словарю предпослано большое предисловие (80 стр. большого формата, мелкого шрифта), которое посвящено теоретическим основам медицины и фармакологии. В начале предисловия автор перечисляет 68 названий наиболее важных из использованных им медицинских трудов.

«Особенностью «Мухити Аъзам» является то, что в нем обобщены достижения не только арабско-таджикско-персидской (греческой) медицины, но и медицины индийской, а также частично и европейской (в основном, английской). Материалы труда разделяются на три основных группы, которые приводятся вместе в общем порядке алфавита. Первую группу составляют таджикско-персидские (фар*

си), арабские и греческие названия и термины. При названиях этой группы приводятся объяснения, соответствующие «греческой» школе медицины. Вторую группу составляют индийские (хинди-урду) названия, при которых даются объяснения согласно данным индийской медицины. Третью группу составляют английские и латинские названия, при которых даются сведения согласно европейской медицине того времени. Все названия и термины, как и весь текст труда, написаны средствами арабского алфавита, индийские и английские названия транскрибируются также и при помощи дополнительных букв, имеющих в письменности языка урду (на арабской основе). В ряде случаев сведения и характеристика лечебных свойств одного и того же вещества или растения резко отличается в объяснениях его согласно греческой, индийской или европейской медицине, приводимых при соответствующих эквивалентах на языках фарси, индийском и английском. Эти различия обусловлены особенностями климатических условий, привычек и обычаев, питания и т. п., которые существенно видоизменяют действие лекарственных средств, исключая во многих случаях единообразное применение лекарственных средств для всех стран и народов.

В объяснении большинства названий приводятся многочисленные эквиваленты названий на разных языках: арабском, сирийском, латинском, греческом, тюркском и на целом ряде языков народов Индии: хинди-урду, бенгальском, кашмири, телугу, каннара и др., которые служат правильному отождествлению названия с определенным веществом, растением, животным. В процессе объяснения даются многочисленные ссылки на использованные источники. Одной из многочисленных заслуг автора этого фундаментального труда является также то, что в предисловии наряду с основными положениями арабо-таджикско-персидско-греческой медицины описываются и теоретические основы индийской медицины. Несмотря на то, что между этими двумя большими медицинскими школами имеется много общего, есть также и весьма существенные различия, свойственные или той, или другой медицине.

различия, которые во многом дополняют и совершенствуют друг друга.

Автору «Мухити Аъзам» принадлежит еще четырехтомный труд «Иксири Аъзам» («Великий Эликсир») о лечении болезней.

«Мухити Аъзам» был использован при подготовке перевода «Канон врачебной науки» Абуали Ибн Сино (т. т. I—V; Ташкент; 1956—1960).

Перевод отрывков из «Мухити Аъзам», приводимых в данной книге, выполнен по индийскому изданию (Канпур, 1898 г.).

Иксири Аъзам (Великий Эликсир). Четырехтомный труд, посвященный лечению болезней, составлен в Индии в 1873 г. тем же Мухаммадом Аъзамхоном по прозвищу Нозими Джахон, который является автором вышеуказанного четырехтомного фармаколога-фармакогностического труда «Мухити Аъзам». «Иксири Аъзам» содержит описание всех известных в то время болезней. Дается описание их симптомов и признаков и подробно указываются средства и способы их лечения и профилактики. Мухаммад Аъзамхон — автор других медицинских трудов, которые он написал до создания «Иксири Аъзам».

Это — «Румузи Аъзам» (Великие указания) составлен в 1848 году, «Анвари Аъзам» (Великие сияния), составлен в 1854 году, «Найири Аъзам» (Великий свет) составлен в 1868 г.

Кроме того в 1860—1865 гг. им был составлен большой по объему словарь лекарственных средств «Мухити Аъзам» (Великий океан).

Автор сообщает в предисловии, что ему в написании своего труда — «Иксири Аъзам» помогали его сын Мухаммад Афзалхон и ученик автора Хаким Сайид Абдуссалом.

Автор пишет, что его труд поможет правильному лечению больных малоопытными врачами, облегчит назначение ими необходимых предписаний и рецептов, а в их медицинской практике призван заменить опытного наставника — врача.

Для опытных же врачей его труд послужит справочником, а также сборником сведений о способах и средствах лечения, применявшихся выдающимися медиками прошлого.

Хотя в ряде предыдущих медицинских трудов в ряде случаев перед описанием лечения отдельных разновидностей заболеваний одного какого-либо органа приводились общие принципы, методы и способы лечения всех вообще заболеваний данного органа, тем не менее в труде Мухаммада Аъзамхона «Иксири Аъзам» такого рода разделы носят подробный характер, им уделяется много внимания, приводятся мнения и способы лечения, применявшиеся известными врачами-медиками прошлых эпох вплоть до древнегреческих — Гипократа, Диоскорида, Галена и др. Количество глав и разделов, посвященных различным заболеваниям в «Иксири Аъзам», весьма значительно превышает их количество в других известных и изданных медицинских трудах прошлого. Так, в «Иксири Аъзам» приводятся 94 раздела о болезнях головы (или в основном связанных с головой и головным мозгом). Для сравнения отметим, что в пятитомном «Каноне врачебной науки» Ибни Сино приведено 74 раздела в главе (части) о болезнях головы.

В «Иксири Аъзам» в главе «Болезни головы» дается описание различных заболеваний, связанных с головным мозгом, в числе упомянутых 94 разделов этой главы 31-ый раздел посвящен разновидностям головной боли (судор). В числе других разделов имеются такие как: менингит, спячка и сонливость, водянка мозга, расстройства памяти, меланхолия, бессонница, головокружения (16 разделов), эпилепсия (18 разделов или же разновидностей эпилепсии в соответствии с причинами заболевания) и др.

В главе «Болезни нервов» описываются такие заболевания как паралич и расслабление, паралич лицевого нерва, дрожание, онемение, подергивание и др. Всего в этой главе имеется 33 раздела (в «Каноне» Ибн-Сино — 9 разделов). Отметим, что не для всех заболеваний приводятся общие принципы лечения всех болезней такого рода. Общие принципы лечения, как правило, приводятся для раз-

новидностей заболеваний какого-либо одного органа. Поэтому, например, в главе «Болезни нервов» (а такие болезни поражают самые различные органы и части тела) не дается описание общего лечения всех нервных заболеваний. Тем не мене, в начале этой главы дается наиболее возможное обобщение этих болезней, исходя из их причин и указываются методы излечения в соответствии с этими причинами. Например, первые разделы: Лечение нервных заболеваний, происходящих от холода и влаги», «Лечение нервных заболеваний, происходящих от сухости», «Лечение нервных заболеваний, происходящих от лимфы», «Лечение заболеваний нервов, происходящих от крови и сафры».

Далее идут разделы о конкретных заболеваниях: расслаблении, параличе, спазмах и т. д.

Следует заметить, что хотя выделение нервных заболеваний в отдельную главу проводится еще в «Каноне» Ибн Сино, в ряде последующих трудов (напр., «Тибби Юсуфи» (1500 г.), «Тибби Акбар» (1697 г., и др.) нервных заболевания не выделяются в отдельную главу, а описываются в главе о заболеваниях головы (головного мозга).

Хотя в «Иксире Аъзам» в частности имеются многие отличия от «Канона» Ибн Сино, а по количеству приводимых сведений общетеоретического, лечебного и историко-лечебного характера значительно превосходит «Канон» Ибн Сины, тем не менее общая схема построения «Иксири Аъзам» является продолжением схемы построения «Канона» Ибн Сино. Об особом внимании и уважении по отношению к Ибн Сино свидетельствует и то, что при описании методов лечения тех или иных заболеваний предыдущими медиками, Мухаммад Аъзамхон часто начинает с мнени и методов «Шайх-ур-раис»-а, т. е. Ибн Сино.

Автор в предисловии перечисляет около 300. использованных им медицинских трудов на таджикском (фарси) и арабском языках, написанных учеными-медиками прошлых эпох вплоть до XIX века. Среди них указываются как сами медицинские труды, так и их комментарии («шарх»-и), иногда несколько комментариев к одному и тому же медицинскому труду, и даже побочные комментарии («хошия») к комментариям. Указывается также целый

ряд фармакологических трудов и трактатов, справочников-лечебников, сборников лечебных предписаний и рецептов. Приводится целый перечень медицинских трудов по индийской медицине, в том числе по фармакологии, написанных в Индии на таджикском языке (фарси).

Автор отмечает, что приводимый им список далеко не исчерпывает всей использованной им медицинской литературы. Все эти указания Мухаммада Аъзамхона свидетельствуют об огромном и кропотливом труде, проделанном им самим и его (упомянутыми выше) помощниками. Это также свидетельствует об огромном количестве медицинских трудов, созданных на территории Ирана, Средней Азии, Афганистана, Индии на протяжении веков, свидетельствует о большом взаимовлиянии греческой, таджикско-персидской, арабской и индийской медицины.

Первый, второй и третий тома «Иксири Аъзам» посвящены описанию болезней, которые приводятся в порядке, традиционном для старой таджикско-персидской медицины,— от болезней головы, следуя вниз,— до болезней ног.

Четвертый том «Иксири Аъзам» посвящен описанию лечения разновидностей лихорадочных заболеваний, а также заболеваний, происходящих по причине лихорадки и являющихся ее следствием или осложнением. В этом же томе описывается лечение кожных болезней,— различных опухолей, сыпей, лепры, а также болезней волос, ногтей. Большой интерес представляет специальная глава, озаглавленная «Самые разнообразные болезни» («Амрози мутафаррика»). В этой главе помещено описание лечения большого количества болезней разнообразного характера, главным образом, трудно поддающихся какой-либо классификации и часто относящихся к самым различным органам тела или ко всему телу.

В конце последнего, четвертого тома «Иксири Аъзам» приводится подробная таблица 96 весовых единиц измерения количества лекарств, используемых автором на протяжении всего его четырехтомного труда.

Система измерения количества лекарств была довольно сложной, она варьировалась на различных территориях

(Средняя Азия, Иран, Афганистан, Индия и т. д.) и в различные эпохи. О ее сложности свидетельствуют нижеследующие примеры:

«У к и й я — хафту ним мискол аст ва аз дирам кариб дах дирам». — «У к и й я семь с половиной мискалей, а по счету в дирхамах — почти десять дирхамов».

«Д и р х а м — дар форси дирам аст, сеvu ним моша». «Дирхам — в языке фарси (называют) «дирам», равен трем с половиной «моша».

«М о ш а — хашт сурх». «Моша — восемь «сурх»-ов».

«С у р х» — ба хиндӣ «ратӣ» гӯянд, ҳашт биринч аст». «Сурх — по-индийски называют «ратӣ», равен восьми «бириндж»-ам».

«Б и р и н ч — чаҳор хардал аст». «Бириндж равен четырем хардалам».

«Х а р д а л а — судси шаира аст». «Хардала — одна шестая часть «шаира».

«Ш а и р а — чаҳор биринч аст, ва гӯянд дувоздах хардал ва назди баъзе шаш хардал». «Шаира — четыре биринджа, и говорят также, что равен двенадцати хардалам, а по другим сведениям равен шести хардалам».

Как видим, старая система мер измерения веса лекарств была весьма сложной, освоить ее и пользоваться ею могли только очень опытные врачи, сверяя данные по месту и времени написания того или иного медицинского труда и делая необходимые уточнения и поправки. В результате исследований современных ученых установлены, и то лишь ориентировочно, соответствия старых арабско-греческих и персидско-таджикских мер веса новым единицам измерения.

Учитывая сочетания древнегреческих единиц измерения с арабскими и таджикско-персидскими для «Канона врачебной науки» Ибни Сино установлены, но только ориентировочно, например, следующие меры веса:

«Х а р д а л а б а р р и» («хардал» — горчица — таджикско-персидское; «барри» — арабское — «дикий, дико-растущий») — «зерно дикой горчицы» = 0,00071 г.

«Ш а и р а» (арабский термин) — «ячменное зерно» — 0,035 грамм.

«Д и р х а м» (греческий термин) — 3,186 г.

«М и с к а л» (арабский термин) — 4,25 г.

«У к и й я» (греч.; лат. у н ц и я) — 25,5 г.¹

Затем приводится перечень названий сложных лекарств без указания составных частей и их дозировки с указанием их основного применения:

«Са ф у ф и н и ш о с т а — исхоли меьдии сафровй. — «К р а х м а л ь н ы й п о р о ш о к — от желудочно-желчного поноса.

(Следует заметить, что упоминается только один, возможно, главный компонент сложного лекарства).

Д а в о и а н с у л — варами балгамии чигар. — Лекарство из лука -- анзура — от лимфатических опухолей печени».

Подробный состав и дозировку упоминаемых сложных лекарств можно узнать только в специальных фармакологических трудах — карободинах.

Дозировка лекарств, будучи одной из важнейших составных частей старой практической таджикско-персидской медицины, требует к себе самого серьезного внимания.

Для тех, кто в той или иной мере изучает старую таджикскую медицину или причастен к ней, наиболее важным является знание основных наиболее употребительных весовых единиц старой медицины. Это мискаль и дирхам, которые на протяжении веков изменились сравнительно мало. Так, мискаль независимо от времени написания медицинских трудов можно принимать ориентировочно в пределах 4,0 грамм — до 4,7 грамм (в современной арабской медицине мискаль равен 4,68 г.), дирхам (драхму) в пределах 3—3,2 грамма

* * *

«Иксири Аъзам» является не только обобщающим трудом по старой таджикско-персидской медицине, но служит

¹Абу Али Ибн Сина, Канон врачебной науки, книга 11, Ташкент, 1956, с. 823.

также в значительной мере важным трудом по истории таджикско-персидской медицины.

Многочисленные сведения из многих медицинских трудов прошлого, фактически цитирование книг многих выдающихся медиков прошлого, их самые разнообразные способы и методы лечения, делают его труд энциклопедией и своего рода хрестоматией по истории таджикской медицины, вплоть до последней четверти XIX века. Так сравнение с «Каноном врачебной науки» Ибн Сино тех сведений, которые Мухаммад Аъзамхон приводит от имени Абуали Ибн Сино («Шайх-ур-раис», как в большинстве случаев он называет его), показывает или их полное совпадение или большую близость содержания. Поэтому в дальнейшем при издании произведений Ибн Сино следует для сравнения и выяснения неясных мест текста использовать также и «Иксири Аъзам».

Привлечение его данных потребует также и при издании медицинских трудов и других авторов.

Для перевода отрывков из «Иксири Аъзам» использовано индийское литографированное издание (Лакнау, 1325 г. х. — 1906 г.)

В. Капранов

Захираи
Хоразмшоҳӣ-
Хоразмшахова
сӯқровиҷица



ИЗ ПРЕДИСЛОВИЯ

...Климат этой области (то есть Хорезма) более прохладный, и воздух лучше и чище, и он способствует сохранению хорошего здоровья людей. И растения, растущие в этом климате, лучше, и плоды вкуснее. И у человека, живущего в этом климате и дышащего этим воздухом, сердце крепче, мозг сильнее и органы чувств хорошо действуют. Животные также здоровы и мясо их вкуснее.

Воду этой области доставляет река Джейхун (Амударья), а ее вода славится своими качествами. Земля, орошаемая этой водой, дает хорошие урожаи. Часть земли этой области состоит из солончаков, а поэтому не портится, и в ней мало водится вредных животных и насекомых.

Но наряду с такими хорошими природными и климатическими условиями, здесь имеют место и много неблагоприятных факторов. Так, хороший и чистый воздух портится от испарений нечистот в городе и оказывает вредное действие и на людей, и на животных, и на продукты...

Зимой едят увядшие дыни, часто незрелые, а некоторые из дынь,— высохшие наподобие войлока,— также употребляют в пищу, и от этого появляются тяжелые болезни и опухоли.

По причине холода в зимнее время люди много болеют насморком, но не придают значения этой болезни, считают ее легким недомоганием, а весной, от теплоты скопившиеся за зиму в теле вещества начинают растекаться в организме, вещества, накопившиеся от насморка, проходят в грудь и кишечник, и от этого появляется туберкулез и кишечные заболевания — понос и дизентерия.

сприятия, переваривания и усвоения пищи, и эта сила прорастает из печени.

2) Животная сила — это сила природной теплоты, а также деятельности сосудов (движения крови в них), эта сила прорастает от сердца.

3) Психическая сила — это сила чувствования и движения, а также сила мышления и соображения, и эта сила прорастает из мозга.

Натура женщин по сравнению с натурой мужчин более холодная и влажная, и поэтому животная и психическая сила у них менее интенсивная, чем у мужчин. Сосуды у женщин тоньше, поры их более закрытые и труднопроницаемые, а консистенция тканей более слабая. Поэтому сырые, неосвоенные вещества в теле женщин задерживаются больше и рассасываются и диссимилируются медленнее.

А животная и психическая сила у мужчин — больше, по причине более горячей и сухой натуры. Сосуды у мужчин более толстые и расширенные, а поры их кожи более открытые и проницаемые. Ткани у них более плотные, а сырые и неосвоенные вещества меньше задерживаются и быстрее рассасываются и диссимилируются.

А когда натура горячая и влажная, все естественные процессы в организме протекают наилучшим образом.

Ввиду того, что натура у мальчиков в годы младенчества и юности горячая и влажная, они в молодые годы лучше растут и набираются сил. И на протяжении всех возрастов естественная и психическая сила у мужчин больше.

О ПОЛНОТЕ И ХУДОБЕ

Люди различаются по степени полноты тела — полные и худые, а между ними средние или умеренные, — ни полные, ни худые. Различаются люди также и по степени плотности и твердости тканей тела, у некоторых ткани тела плотные, упругие и твердые, у других более мягкие или рыхлые.

Полнота бывает двух видов: 1) от излишка мышечной ткани (мяса); 2) от излишка жира (сала). Те, у кого

полнота от излишка жиров, имеют холодную и влажную природу.

Худоба также бывает двух видов: 1) от недостатка мышечной ткани (мяса); 2) от недостатка жировых отложений.

Те, у кого недостаток мышечной ткани, имеют холодную и сухую природу, а те, у кого мало жировых отложений, имеют преобладание тепла и сухости в своей природе.

При врожденной полноте преобладает холодная и влажная природа, и кровеносные сосуды бывают тонкими, и крови у них в теле бывает мало. По этой причине люди с такой природой не могут терпеть голода.

А у людей с горячей природой и недостатком жировых тканей кровеносные сосуды толстые (взбухшие) и в них много крови. Такие люди могут терпеть голод, потому что жиры по причине горячей природы растворяются в крови и становятся пищей (а не откладываются) в теле, в силу этой причины такие люди могут дольше обходиться без пищи.

Тот же, у кого от лишений или переживаний и горя исчезнут полнота и жировые ткани, а сосуды останутся тонкими и крови в них будет мало, такой человек не может долго обходиться без пищи, не может терпеть голода.

Тот, у кого полные, плотные и твердые мышечные ткани (мясо), природа его тяготеет к холоду или сухости, или же и к тому и к другому.

Тот, у кого мышечная ткань мягкая, в природе его преобладает или теплота, или влажность, или же то и другое вместе.

У людей умеренных по полноте и худобе (не полных и не худых) мышечная ткань преобладает над жировой и их ткани умеренны по твердости и мягкости.

О СИЛАХ ОРГАНИЗМА

Органы тела человека обладают: 1) силой и 2) деятельностью или функциями. Каждый из них опознается посредством другого из них, так как каждая функция (деятельность) происходит из определенной силы

Деятельность органов соответственно бывает трех родов: 1) естественная; 2) животная; 3) психическая. Точно также сила бывает трех родов: 1) естественная сила; 2) животная сила и 3) психическая сила.

Гален и некоторые другие греческие врачи говорят, что каждой силе соответствует определенный орган, в котором она зарождается, эти органы называются главенствующими органами.

Естественная сила в свою очередь бывает двух видов. Первый вид этой силы тот, который обеспечивает питание тела. Второй вид этой силы отделяет вещество, пригодное для производства семени, доводит его до нужного состояния, превращая в семя, способное к оплодотворению и зарождению зародыша. Органом этого вида силы являются семенники, находящиеся в мошонке.

Оба эти вида естественной силы осуществляют свою деятельность посредством печени и кровеносных сосудов, которые распространяются по всему телу.

Животная сила состоит только из одного вида, деятельность ее заключается в том, что она доставляет жизненную силу и силу природного (прирожденного) тепла всему телу. А то, что из этой силы достигает мозга, производит в нем восприятие чувств, движений и деятельности, а затем из мозга снова посылается по всему телу. Источник этой силы — сердце и его посредники — артерии, которые выходят из сердца и распространяются по всему телу.

А психическая сила имеет три вида: 1) сила ощущения; 2) сила движения; 3) сила различения, постижения и знания. Источником этой всей силы является мозг, а посредником — нервы, исходящие из него, а также из костного мозга и распространенные по всему телу.

Однако Аристотель говорит, что источником всех этих сил является сердце, а пробуждаемые им виды деятельности зарождаются в других органах. Другие врачи говорят, что источник ощущений — это мозг, однако чувство зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса появляются каждая в другом соответствующем органе.

Правильным является то, что говорит Аристотель.

...Следует также знать, что силам, подчиненным естественной силе — 1) привлекающей (пищу); 2) удерживающей (усвоенные пищевые вещества); 3) переваривающей (пищу) и 4) выделительной — всем этим силам для проявления соответствующих им видов деятельности необходимы четыре стимулирующих свойства природных веществ и организма: теплота, холод, влажность, сухость. Мнение некоторых врачей состоит в том, что для привлекающей силы нужны теплота и сухость, удерживающей силе нужны холод и сухость, переваривающей силе требуются теплота и влажность, а выделительной силе нужны холод и влага.

По мнению Галена, это мнение совершенно неправильно, потому что природа животного от холода не получит никакой поддержки, от холода естественная деятельность организма не может совершаться.

Вывод из всего этого тот, что тепло — это свойство, которое поддерживает все силы организма, а холод в определенных условиях поддерживает некоторые силы, но не по своему назначению и цели, так как влияние холода выводит из действия все без исключения силы организма, потому что холод — враг всех естественных сил. Деятельность всех сил состоит в продвижении и переработке питательных веществ и это особенно проявляется в привлекающей и выделительной силах, а также в переваривающей силе. Ее деятельность заключается в том, что она разрыхляет твердые и плотные частицы пищи и смешивает их с жидкими веществами. И наоборот, наиболее жидкую часть пищи она смешивает с наиболее плотной частью ее и уравнивает их состояние. И все эти виды деятельности невозможны без движения пищи. И даже удерживающая сила, которая задерживает в теле питательные вещества, действует посредством движения и сокращения косо расположенной мускулатуры, которая облегает пищу и удерживает ее.

А холод — это свойство, которое отнимает чувствительность у органа (органов), убивает его силу и прекращает все его движения и деятельность. И только в деятельности

удерживающей силы холод принимает участие, но лишь частичное, не основное.

Сухость же — это свойство, которое необходимо привлекающей и выделительной силе, состоит в притягивании, а деятельность выделительной силы — в сжигании, и обе эти деятельности происходят при помощи сухости. Поэтому для этих двух упомянутых сил сухость нужна больше, чем влага, так как от влаги ткани и органы делаются более расслабленными. Удерживающей силе для запираания также нужно определенное количество сухости. А переваривающей силе необходимы тепло и влага, влаги нужно больше (еще больше, чем тепла), а холода и сухости совершенно не нужно. Отсюда также ясно, что удерживающей силе сухость более нужна, чем теплота.

О СПЕЦИФИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЯХ НАТУР

Хотя количество основных натур (мизодж) невелико 1) горячая; 2) холодная; 3) сухая; 4) влажная; 5) горячая и сухая; 6) горячая и влажная; 7) холодная и сухая; 8) холодная и влажная, однако у каждого человека есть своя, только ему свойственная натура (мизодж), по своим частным особенностям и вариациям не совпадающая с натурой других людей. Таким образом среди тысяч (и миллионов) людей нет двух одинаковых, полностью совпадающих натур, точно так же, как нет двух людей совершенно одинаковых по свойствам характера, по складу ума и склонностям. А эти свойства характера во многом определяются специфическими особенностями натуры того или иного человека.

Кифояи
Мансурӣ-
Краткое
Мансурово
изложение
медицины



О БАНЕ

Лучшая баня та, у которой высокие потолки, и она занимает большую площадь, и здание ее старое, и вода в ней хорошего качества, и температура не слишком жаркая, а более умеренна:.

Время пользования баней — когда пища почти переварится (и спустится вниз желудка). И в баню нужно входить постепенно: сначала побыть в первом помещении некоторое время, затем во втором, затем уже в третьем, начать мыться и поливаться, но больше рекомендуется пользоваться влажным воздухом бани, нежели водой. Из бани следует выходить также постепенно, оставаясь в каждом помещении некоторое время, чтобы наружный, особенно холодный воздух не охладил организм и не послужил причиной заболевания.

В баню нельзя ходить тем, у кого есть какая-либо опухоль или гнилостная лихорадка. Принятие пищи после бани дает справку телу. А если купаться в бане на пустой желудок, то это вызывает худобу и сухость тела, однако это полезно людям с влажной натурой. Тем, кто мало занимается физическим трудом или физическими упражнениями, следует мыться, добываясь обильного выделения пота.

Купанье летом в холодной воде подходит молодым людям с горячей натурой. А детям, старикам, а также тем, кто страдает поносом или простудными заболеваниями, купаться в холодной воде нельзя.

Купание в горячей воде растворяет ненужные и вредные остатки, изгоняет болезни кожи и полезно при дрожании и параличе, происходящих по причине влаги. Точно так же оно полезно при заболеваниях суставов.

О ПРИЗНАКАХ СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА И ИХ РАСПОЗНАВАНИИ

Переполнение организма. Происходит оно от излишнего количества материй, как хороших (хорошего качества, неиспорченных), так и материй плохих (испорченных,

вредных). Признаки переполнения: тяжесть в теле, членах и органах тела, отсутствие и слабость аппетита, расширенность сосудов (вен), наполненность пульса, окрашенность и густота мочи, ослабление зрения.

Преобладание крови (ее излишки). Признаки его: тяжесть в голове, потягивание во всем теле, зевота, сонливость и дремота, плохое настроение, притупление чувств, сладкий вкус во рту, красный цвет лица и языка, высыпание прыщиков на теле, кровотечение из носа или десен, мелькание перед глазами красных пятен или воображаемых предметов красного цвета.

Преобладание лимфы. Признаки его: белизна цвета лица (бледность), слабость в теле, расслабленность, ощущение холода в теле, обилие слюноотделения, отсутствие жажды, слабость пищеварения, кислая отрыжка, обилие сна и сонливость, притупление чувств, представление (в воображении) воды, холода и чего-то белого.

Преобладание сафры. Признаки: желтизна лица и глаз, горький вкус во рту, шершавость языка, сухость в носу, сухость во рту, жажда, отсутствие (или слабость) аппетита, тошнота и рвота сафрой, дрожь и озноб, представление (в воображении) огня и пламени и чего-то желтого.

Преобладание савды. Темный (мутно-темный) цвет кожи лица и тела, сухость в теле, густота крови и ее темный цвет, ложный аппетит, наплыв разнородных мыслей, опасения и страхи, представление (в воображении) чего-то темного или черного.

О НАТУРЕ ОРГАНОВ

В организме человека самым горячим по своему естественному веществу является психическая материя. После нее по степени убывания теплоты идет сердце. После сердца идет сперма (семя). Затем кровь, после нее печень, в убывающей степени мышечная ткань, селезенка, почки, артерии, кишечник, кожа; затем лимфа. Холоднее лимфы лишь волосы, а затем идут кости, хрящи, затем суставы, затем

сухожилия, затем пленки и слизистые оболочки, затем головной мозг, затем внутренний жир, затем сало.

Самым влажным веществом в организме является лимфа, за ней следует по степени убывания влажности — кровь, сало, внутренний жир, головной мозг, костный мозг, яички (мужские), легкие, печень, селезенка, почки, мышцы, кожа.

Самым сухим веществом является вещество волос; затем по степени убывания сухости идут: кости (костная ткань), хрящи, суставы, сухожилия, пленки, артерии, кишечник, нервы, сердце, затем чувствительные нервы (нервные окончания), затем кожа.

Этот порядок и соотношение органов по свойствам их природы установил Гален.

По этому порядку следует, что кожа является наиболее уравновешенной частью человеческого организма (средней по своим свойствам между другими органами и частями тела).

А наиболее уравновешенной частью кожи является кожа ладоней и пальцев, особенно конечной части указательного пальца.

Китоб
-хс-
сифоати -
книза
искусства
врачевания



Прежде всего врач должен изучать основы и частные вопросы медицины. А науку медицины лучше всего изучать у учителя...

Врач должен быть сведущим в четырех областях:

1) Диагностика. Этот раздел хорошо изучить по книгам греческих ученых, а также по «Канону» Ибн Сино, по «Комил-ус-синаат» Али ибни Аббоса Маджуси и др., а также по книгам индийских медиков. Из указанных книг начинающий врач должен полностью проработать и усвоить хотя бы одну, с тем условием, что учитель объяснит ему все трудные места.

2) Фармакогнозия и фармакология. Источники этих знаний, кроме упомянутых трудов, заключены также в «Муфрадот» Ибни Аттора и «Джомеъ» Ибн Байтора и других трудах подобного рода.

А из индийских книг медицина Монкхата и Дхантури...

3) Медицинская практика: она состоит в применении знаний по медицине при условии постоянного совершенствования, особенно в области фармакологии. А если же не изучит как следует труды по медицине и не усвоит их, а возьмется лечить людей, не выполнив хотя бы одного условия, то будет он палачом, а не врачом, потому что причиняющий вред здоровью людей является худшим из людей.

Кроме того, ученые Индии рекомендуют врачам изучить еще две науки:

1) Наука о дыхании, которую превзошли ученые-йоги. Эта наука имеет непосредственное отношение к сохранению здоровья и продлению жизни человека. В частности, этому служит система задержки дыхания, которой владеют йоги... Если врач изучит эту науку и применит ее в своей практике, он окажет большую пользу людям в сохранении здоровья, так как овладевшим йогой доступны такие удивительные достижения, которые недоступны обыкновенным врачам. Поэтому совершенствование в науке медицины должно включать и овладение учением йогов.

2) Музыка и теория музыки. Эта наука необходима врачу, так как во многом она определяет полное постижение тонкостей пульса. Кроме этого некоторые болезни излечи-

ваются посредством слушания определенного рода мелодий музыки.

Далее, врач должен быть твердым и устойчивым и на стезе человеколюбия и гуманизма. Он не должен быть заносчивым, и должен по мере возможности ходить к больному домой, а не требовать, чтобы больной явился к нему. И лечить он должен, руководствуясь бескорыстными побуждениями. Поэтому он должен лечить также и бедняков и бесприютных странников. Он должен быть приветлив и общителен и не стремиться к богатству. Он должен избегать легкомысленных занятий, игр и пьянства. Постоянно он должен думать о том, чтобы оказать людям помощь в сохранении их здоровья. И он должен быть человеком слова, и делать больше, чем обещал, а обещая немного, сделать многое. И должен он стремиться лечить больного по мере возможности простыми средствами или диетой восстанавливать нарушенное равновесие в организме.

Врач должен уметь определить и составить лекарство, соответствующее данному климату и данному сезону. Он обязан постоянно работать над усовершенствованием своих медицинских знаний. Свободное время он должен посвящать изучению медицинских трудов, как новых, так и древних.

И не должен он обольщаться тем, что некое лекарство помогло такому-то, и следовательно поможет и в данном случае, а прежде пусть изучит и взвесит всё досконально, приняв во внимание место, время, сезон и все, что относится к состоянию и окружению больного, и сделает на это необходимую поправку.

Наконец, врач должен всегда и везде сохранять врачебную тайну.

О РЕЖИМЕ ВЫЗДРАВЛИВАЮЩИХ

Для очищения организма и выведения сафры рано утром хорошо пить фруктовые соки, особенно сливовый. Следует воздержаться от всего, что разгорячает организм: физического напряжения, гнева, пребывания под солнечными лучами. И, если возможно, каждый день принимать

умеренную, теплую ванну. Следует обратить внимание, если ли боль в области печени. Если ощущается боль, то рано утром натощак перед купанием в бане (ванной) следует выпить какой-либо напиток, открывающий закупорки, лучше всего укусомед.

Следует воздерживаться от плотной еды. Естественное тепло организма следует поддерживать питанием, порождающим тепло и влажность, так как худшие свойства для природы человека, а тем более больного, — это холод и сухость, которые одолевают человека в старости. Если же у кого такая натура (то есть холодная и сухая), а такие люди, как правило, худы, то ему нужно все время питаться пищей, порождающей тепло и влагу.

Тот же, у кого холодная и влажная натура, бывает полным или толстым и ему нужно заниматься физической работой или физическими упражнениями.

Если человек часто и много болеет, причиной этого является или переизбыток или преобладание плохой, испорченной жидкости (сока) в организме. Если причиной является переизбыток, и человек ощущает в теле избыток веществ, он должен сразу же очистить организм. И после очищения не наедаться и не напиваться полностью, чтобы не появились плохие материи. И такому человеку полезно чаще ходить в баню и заниматься физическим трудом или физическими упражнениями.

А если причиной заболеваний является появление плохих соков, следует выяснить, какие это соки и материи, и использовать средства им противоположные, и воздерживаться от всех тех веществ, которые порождают плохие соки. Если в теле человека появились в излишке плотные вещества, нужно принимать в пищу легкую жидкую пищу.

Есть пищу в умеренном количестве означает, что половина желудка должна быть отведена пище, одна четвертая часть — питью, а одна четверть желудка должна оставаться пустой. В пищу же следует принимать еду, которая нравится. Она должна быть легкой и быстро перевариваемой. Вяленое и сильно жареное мясо очень вредно. Из жиров хорошо употреблять в пищу сливочное масло, а из видов воды самый лучший — дождевая вода, которая собрана

не достигнув земли, а из плодов — гранат. Сильно горячая пища расслабляет желудок и порождает в нем дурные соки. Прекращать еду следует тогда, когда еще остается аппетит, не следует глотать плохо прожеванную пищу, так как это ослабит организм. Не следует есть пищу, которая не нравится человеку и не по нутру ему, так как это выводит организм из равновесия, отяжеляет тело и может служить причиной появления грыжи. До переваривания предыдущей пищи нельзя принимать следующую. Если после еды он ляжет отдохнуть, то нельзя часто ворочаться с боку на бок, так как пища будет плохо перевариваться и будут появляться газы.

Подушка на кровати должна быть повыше. Спать же следует до полного отдохновения, но после этого лежать нельзя, так как излишнее лежание и дремота или сон ослабляет тело, притупляет чувства, порождает лимфу, а тело сушит. А от бодрствования по ночам и бессонницы появляются еще большие напасти...

Принимать пищу следует лишь в спокойном состоянии, а после еды нельзя заниматься работой или неприятным занятием. После того, как в результате работы или упражнений организм разгорячится, нельзя пить воду и есть сырые овощи и фрукты.

Шибди
Юсуфӣ-
Юсуфова
медицина



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРЕОБЛАДАЮЩЕЙ МАТЕРИИ ПО ВКУСУ ВО РТУ

Каждый, кто встанет от сна поутру
Вкус он ощутит во рту непременно.
Если кто сладости привкус найдет,
Тяжесть ощутит в мозгу он и в теле,—
Нужно пустить ему кровь непременно.
Дальше пойдем, объясним все натуры («мизодж»)
Горький во рту коль ощутит кто привкус,
Пусть же он знает — сафра в том причина,—
Хладным и кислым он должен питаться,—
Недугу это не даст разрастаться.
Если во рту кислый вкус он ощутит,
Сразу известно,— савда здесь причина;
Есть ему следует сладкое с жирным,
Если быть хочет здоровым и сильным.
Вкус неприятный во рту если будет,
Знай, это лимфа скопилась чрезмерно;
Пищей горячей он должен питаться,
Также и сухость дающею пищей;
Если такой он режим соблюдает,
Пусть он в годах уже будет преклонных,
Снова здоровым, как юноша станет.
Если во рту ощутит вкус соленый,
Значит скопились дурные матерьи;
Прежде всего пусть он вызовет рвоту,
После — слабительное примет вскоре.
Выучишь если ты си назиданья,
Путь преградишь ты болезням, без спора.

О ПИТАНИИ

Если дорожишь здоровьем, то не ешь ты все подряд,
Нельзя после винограда мясо вяленое есть,
Кто поест, создаст угрозу он здоровью, жизни даже.
Тот, кто в пищу потребляет слишком много чеснока,
Зренья остроту утратит, плохо будет видеть ночью.

О ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЯХ

Кто физической работой свое тело упражняет,
Сердце и пищеваренье он прекрасно укрепляет.

О ВРЕМЕНАХ ГОДА

Вредно слабить свой желудок в пору лета жаркого,
Еще хуже, если пустят кровь кому-нибудь зимой.

С переполненным желудком кровь пускать никак
нельзя,

Тот, кто пустит, тот подвергнет жизнь опасности
большой.

Осени пора настала,— всем нам нужно избегать
Пищи или охлаждающей, или сушащей еще.
Нам такую пищу можно потреблять только весной.

О МЕДЕ

Коль холодные матери овладеют чьей натурой,
И согреться будет трудно,— нужно мёд употреблять.

КОМУ НЕЛЬЗЯ МЫТЬСЯ ХОЛОДНОЙ ВОДОЙ

Пятеро, кому умыться нельзя холодной водой,
Не напали чтоб напасти и болезни чередой.
То старик, другой ребенок, запрет этот — их удел,
Кто страдает от поноса; насморка, кто переел.

О ЛЕЧЕНИИ СЛАБОСТИ ПОЧЕК

Почки станут у кого если очень слабые,
Ему нашего совета послушаться надо бы:
Взять семян от сельдерея, сваренный горох — нахуд.
С медом их пусть размешает,— исцеление дадут.

О ПОЛЬЗЕ ЧИСТОГО ЗОЛОТА

Золотую вещь повесят на ребенка шею если,
То не будет он пугаться, эпилепсией болеть.

Золота раствор кто выпьет каждый день один кирот¹,
Тот излечит слабость сердца, недуг от савды уйдет.

О СОХРАНЕНИИ СИЛЫ МОЗГА И ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ

Если хочешь быть здоровым много лет и много зим,
То послушайся совета старым, также молодым:
Избегай того, что в мозг твой поднимает пар и газ,
Ночью должен спать спокойно, днем же не смыкай ты глаз.

О ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВАХ СУМАХА

Большую пользу дает сумах желудку,
Его крепит, поносу ставит он заслон
И язву из кишечника изгонит,
И аппетит к еде приносит он.

ШЕСТЬ НЕОБХОДИМЫХ УСЛОВИЙ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Медицина имеет две цели: одна из них — сохранение здоровья, другая — излечение болезней. Ясно, что сохранение здоровья гораздо легче и важнее, чем излечение болезней, потому что для излечения болезни нужен опытный и искусный врач, который смог бы поставить правильный диагноз и на врачевание которого можно полностью положиться. А опытный и искусный врач встречается редко. А если такой врач найдется, возможно, что не окажется под рукой нужных лекарственных средств, и время излечения будет упущено. А если нужные лекарства и будут доступны, возможно, что болезнь не подчинится врачу. А если болезнь и подчинится врачу, возможно что силы больного окажутся недостаточными, чтобы противостоять болезни в

¹Кирот — мера веса, равная 0,19 г.

период лечения. А если силы у больного будет достаточно, и он вылечится, возможно, что влияние вредных, отрицательных свойств лекарств распространится естественным теплом организма во все уголки тела и вызывает новое недомогание...

Поэтому необходимо всем прежде всего заботиться о сохранении своего здоровья.

А сохранить свое здоровье доступно каждому, для этого нужно лишь соблюдать шесть необходимых условий.

Первое условие — правильное использование окружающей среды, в первую очередь атмосферы, воздуха, который необходим для постоянного поддержания жизненных функций организма, — а также удаления вредных веществ путем дыхания. И пока воздух будет чистым и умеренным по температуре, он будет сохранять здоровье человека. И чтобы он не изменил своих свойств и не причинял бы вреда и не послужил причиной болезней, нужно, чтобы на него не распространялись испарения болотистых мест, а также мест произрастания плохих деревьев, дурно пахнущих растений, падали, дыма, копоти, пыли и т. д. Если воздух будет испорчен подобными веществами, он послужит причиной появления болезней и в то же время будет создавать часто непреодолимые трудности для их излечения.

Испорченность воздуха бывает двух родов: естественная и неестественная.

Естественные изменения воздуха, в том числе изменения в том или ином отношении вредные для здоровья, — это изменения времен года при переходе одного времени года в другое... Каждый сезон и время года порождает определенные болезни и, одновременно, излечивает и устраняет болезни, свойственные противоположному времени года. Так, жаркое и влажное время года (сезон) порождает соответственно горячие и влажные болезни и излечивает болезни, которые вызваны холодом и сухостью (при которых холод и сухость преобладают и становятся причиной болезни).

Холодный и влажный сезон порождает соответствующие ему болезни с преобладанием холода и влаги и излечивает болезни, при которых преобладает тепло и сухость.

Неестественные изменения воздуха, когда по каким-либо космическим или земным причинам состояние воздуха не соответствует времени года и сезону — например, холод летом и тепло зимой, или дожди в сухой сезон и отсутствие их в дождливый сезон, также порождает болезни.

Состояние воздуха, погоды и климата зависит также от местности. Так, в местностях, расположенных на берегу или поблизости моря или же на островах, воздух умеренный по температуре и влажный.

В местностях, расположенных севернее, воздух холодный, а такой воздух улучшает пищеварение и усвоение питательных веществ, улучшает цвет лица, но порождает простудные заболевания, катары, а также эпилепсию, паралич и дрожание. А жаркий воздух расслабляет ткани и уменьшает силу и притупляет чувства, отяжеляет работу мозга и порождает одышку, лихорадки и заболевания глаз («рамад» — офтальмию).

Второе условие — режим питания и питья. Для того, чтобы соблюдать здоровое питание, сохраняющее и укрепляющее здоровье, достаточно употреблять в пищу пшеничный хлеб, выпеченный в тануре (духовке), рис, нахуд (сорт гороха), баранину из годовалого барана, или козлятину, яичницу из полуизжаренных яиц. Из плодов — сочные сладкие дыни, спелый виноград негрубых сортов, сладкие пахучие яблоки, груши, гранаты без косточек и свежий инжир. И нельзя употреблять лекарственное питание наподобие мака, салата, шпината и т. п., кроме как в случае необходимости, — для того, чтобы исправить отклонения в соотношении материй в организме. Нельзя есть и пить, пока не появится настоящий аппетит и не захочется пить. А признак настоящего аппетита — это когда он появится спустя продолжительное время после последнего принятия пищи, а кишечник будет свободен от газов.

А признаки ложного аппетита — противоположны вышеуказанным. Прекращать еду следует тогда, когда еще немного хочется есть, и не наедаться до отвала, потому что переедание очень вредно. Нельзя сильно растягивать время еды, это тоже вредно — наподобие переедания.

Некоторые говорят, что лучше всего принимать пищу три раза за два дня: в первый день утром и вечером, на второй день — в полдень, и этот режим рекомендует Абу-али ибн Сино. А другие говорят, что принимать пищу надо два раза в день, так, чтобы перерыв между принятиями пищи был не менее шести часов. А некоторые говорят, что пищу следует принимать один раз в сутки. Есть следует вкусную еду, но не есть ее в большом количестве. А невкусную еду не следует есть, так как она убивает аппетит и расслабляет тело, являясь причиной лени. И нельзя постоянно употреблять в пищу кислое, потому что кислая еда быстро старит человека и делает его худым. И нельзя постоянно есть сладкое, так как пропадает аппетит, а организм чересчур перегревается. И нельзя есть сильно соленую еду, так как она высушивает тело и является причиной худобы.

А вред, приносимый пищей одного определенного вкуса, можно устранить одновременным употреблением еды другого вкуса. Так, вред от сладкого можно устранить одновременно употребляя в пищу кислое, в безвкусную еду, — для устранения ее вреда, следует добавить соли, а соленое следует перебить, добавив в него безвкусную еду. Нельзя воздерживаться от еды в здоровом состоянии, так как воздержание от еды во время здоровья равносильно воздержанности в еде во время болезни.

Пища человека, у которого преобладает кровь, должна быть охлаждающей и уменьшающей остроту; пища человека, у которого преобладает сафра, должна быть охлаждающей и увлажняющей. Пища человека, у которого преобладает лимфа, должна быть горячащей и растворяющей. Пища же человека, у которого преобладает савда, должна быть горячащей и увлажняющей.

Ученые медики запрещают есть одновременно или непосредственно одно за другим — пресное молоко и кислую пищу; молоко и курицу; редьку и голубя; лук и мяту; бобы и кислое молоко; дыню и мед; уксус и рис. Точно также запрещают смешивать колодезную воду с речной, а лучшей является речная вода. Самой же лучшей речной водой является такая, которая обладает восемью качествами:

1) течет по чистой земле или камням; 2) течет не по ровной земле, а наклонно с высоты в более низкие места; 3) источник ее находится далеко; 4) легкая по весу; 5) течет в большом количестве, а не мелким ручьем; 6) пресная, приятная на вкус; 7) с сильным течением; 8) течет с юга на север или с запада на восток. Эти признаки присущи таким рекам как Ганг и Нил.

Вода из источника не лишена грубости и примесей, так как она не протекала определенного расстояния и не подверглась влиянию воздуха и солнца, которые ее очищают. И нельзя пить воду после употребления в пищу фруктов и плодов, особенно после дыни и после бани.

Нельзя пить посредине еды, за исключением тех людей, у которых желудок горячий, — таким людям можно пить во время еды. А признаком горячего желудка является то, что питье воды во время еды усиливает аппетит и не уменьшает переваривающей силы желудка.

Третье условие — режим движения и покоя (труда и отдыха). От умеренных телесных движений и физической нагрузки появляется потребность в пище и устраняются расслабляющие жидкости организма, укрепляются суставы, сухожилия и связки. Телесные движения, физическая работа и упражнения предохраняют организм человека от всех тех болезней, которые происходят от избытка какой-либо материи в организме, а также от большинства болезней, происходящих по причине отклонений в натуре («мизодже»).

Покой и отдых способствуют перевариванию пищи и опусканию ее в нижнюю часть кишечника. Физический труд и физические упражнения можно делать только после переваривания пищи и опускания ее из желудка в кишечник. Признаком выхода пищи из желудка является появление аппетита. Умеренный физический труд вызывает покраснение кожи лица, а от чрезмерного физического труда или упражнений лицо принимает желтый цвет. Каждый орган, который много упражняется или постоянно выполняет какую-либо физическую нагрузку, делается сильнее.

Упражнения для органа слуха — это слушание прият-

ной музыки, будь то быстрая музыка, медленная или смешанная.

Упражнения для глаз — это чтение, а также смотрение вдаль, разглядывание мест, отдаленных от смотрящего, особенно мест, хорошо освещенных. Умеренный плач со слезами приводит в действие психические силы, а излишние и вредные вещества выходят из головы со слезами.

Езда на верховых животных в умеренном темпе и непродолжительное время также дает телу и всем его органам физическую нагрузку, рассасывает излишки в организме, так как тело хорошо согревается; езда верхом особенно полезна людям, выздоравливающим после болезни, ввиду того что в результате ее растворяются и выводятся вредные вещества. Верховая езда вообще является хорошей и умеренной физической нагрузкой и укреплением для всех органов, так как тело качается из стороны в сторону, приподнимается и опускается и т. п. И плавание на лодке также является хорошим упражнением для всех органов тела, оно приводит в движение плотные застоявшиеся вещества и излечивает тяжелые хронические болезни — проказу («джюзом»), водянку; а также укрепляет желудок, а если во время езды на лодке станет дурно и свершится рвота. — это принесет большое облегчение и пользу, так как выйдут дурные вещества. И задерживать рвоту нужно лишь в том случае, когда она продолжается слишком долго.

Массаж также является хорошим упражнением, и он бывает шести видов: 1) грубый и шероховатый; 2) гладкий, поглаживающий; скользящий; 3) твердый; 4) мягкий, 5) малый по количеству; 6) большой по количеству.

Грубый и шероховатый массаж рассасывает излишки в организме, вызывает покраснение кожи лица, дает полноту, так как притягивает кровь к поверхности тела.

Скользящий массаж вызывает покраснение лица и дает полноту телу, но не в такой степени как шероховатый.

Твердый массаж укрепляет члены и рассасывает излишки и вредные вещества.

Мягкий массаж расслабляет и ослабляет члены, а рас-

сасывает очень мало. Массаж, большой по количеству, хорошо рассасывает излишки; малый по количеству рассасывает незначительно.

Четвертое условие — психическая деятельность и психический покой.

Одним из проявлений психической деятельности и психических состояний являются движения мускулов лица и прилив крови к лицу, например, при гневe. Или же кровь понемногу приливает к лицу, как это бывает при радости. Или же кровь отливает от лица и ударяет внутрь, как это бывает при страхе, или же постепенно отливает от лица и понемногу устремляется внутрь, как это бывает когда человек испытывает горе и печаль. Или же кровь ударяет одновременно и в лицо и внутрь, например, от смущения и стыда или же беспокойства.

Длительный психический покой действует охлаждающе и успокаивающе.

Чрезмерная психическая деятельность и возбуждение губительны, как, например, чрезмерные переживания, горе и печаль, или же, наоборот, чрезмерная и внезапная радость.

Пятое условие — сон и бодрствование. Сон на пустой желудок действует охлаждающе на организм, а дневной сон портит цвет лица и ослабляет психические силы и причиняет затвердение селезенки, но если дневной сон войдет в привычку, нельзя его сразу прекращать, а лишь понемногу и постепенно.

Постоянное недосыпание очень вредно для мозга и ухудшает пищеварение. Дремота вызывает неопределенное состояние естества и портит пищу в желудке.

Шестое условие — задержка веществ в организме и очищение его, выделение веществ, в том числе излишков и переработанных ненужных и вредных веществ (то есть ассимиляция и диссимиляция).

Выделение веществ из организма происходит многими путями, которые известны. Кроме того, происходит выделение веществ и при испытании удовольствия, однако оно, как правило, охлаждает и сушит из-за растворения жидкости и психической материи (то есть, тонкого газообраз-

ного вещества, которое приводит в движение соки и вещества в организме). Удовольствие может также действовать согревающе и увлажняюще, если выделяющиеся вещества будут холодными и сухими — избавление от них будет действовать согревающе и увлажняюще.

Чрезмерная задержка веществ в организме, их запирание вызывает потерю аппетита, ощущение тяжести в теле и является причиной появления закупорок.

Мавдан-уш-широ-
источник
исцеления



НАЧАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ МЕДИЦИНЫ

Цель медицины — изучение человека, который является объектом заболеваний, изучение болезней и их излечение, изучение лекарственных средств для излечения и изучение особенностей языка и речи, которые служат причиной появлений или излечения ряда болезней, так как слово, речь может вызвать появление болезни, а излечение болезни, сам ход лечения, а также действие лекарств во многом зависит от словесного, речевого воздействия.

Медицина предполагает также знание особенностей времен года и сезонов, погодных условий и их воздействие на организм человека. А влияние времен года, сезона, суточных изменений — дня и ночи, ветра или затишья, жары или холода, тени или лучей солнца или лунного света, облачности или дождя и т. д. на организм человека весьма значительное, так как эти факторы возбуждают деятельность тех или иных органов и приводят в действие соки и жидкости тела, причиняют боль, недомогание и могут служить причиной заболевания.

Точно также особенности местности, ее расположение, высота, наличие гор или пустынь, качество и свойства почвы и т. п. оказывает свое воздействие на человека.

Человек же состоит из тела и духовной, психической материи, и эта совокупность и является объектом заболевания, так как одно лишь тело или одна лишь духовная, психическая материя не обладает способностью к заболеванию.

ОБ ЭТАПАХ ЛЕЧЕНИЯ

Лечение состоит из трех этапов. Первым этапом являются предварительные меры для излечения, то есть подготовка к полноценному лечению. Например, если для излечения болезни необходимо дать слабительное средство и очистить организм, прежде всего следует дать средство,

доводящее сырые материи до степени их созревания и готовности их к выведению из организма. Это и есть первый этап лечения.

Спустя некоторое время дают слабительное. Это будет второй этап лечения, то есть непосредственное лечение. После этого спустя определенное время больному дают определенную пищу и питье, это является третьим этапом лечения.

А некоторые медики делят процесс лечения на следующие этапы. Первый — распознавание начинающейся болезни, ее диагноз. Второй этап — применение средств излечения болезни. Третий этап — лечение после окончания болезни с тем, чтобы болезнь не возобновилась.

О ПРОФИЛАКТИКЕ БОЛЕЗНЕЙ

После пробуждения первым долгом следует почистить зубы, так как очищение полости рта от дурных веществ улучшает состояние организма, повышает настроение и вызывает аппетит, а от всего этого человек делается здоровее и сильнее. И особенно большую пользу приносит чистка зубов людям, имеющим заболевания горла, нёба, губ, языка или же страдающим кашлем, икотой, рвотой, а также худобой, обмороками, несварением, головной болью, мигренью, параличом нервов лица, ушными болезнями, болезнями зубов.

Купание в бане снимает сонливость и усталость, устраняет зуд в теле, уменьшает жажду и потение, укрепляет сердце, обостряет чувства, улучшает состояние глаз, очищает кровь, вызывает аппетит.

Мытье горячей водой полезно для глаз, а также тем, кто страдает от избытка лимфы и газов.

Если больному противопоказано купанье, следует назначить ему мытье головы горячей водой.

Если кто искупался на холодном воздухе холодной водой, у того это увеличит количество лимфы и газов. А если искупается на горячем воздухе холодной водой, это увеличивает количество крови и желчи.

О ПРИЗНАКАХ СКОПЛЕНИЯ МАТЕРИИ

Деятельность организма человека основана на функционировании газов, лимфы и желчи. Если их деятельность нарушена, организм выходит из строя. А некоторые говорят, что основой деятельности организма являются четыре материи, три упомянутых и четвертая — кровь.

Признаком скопления желчи является желтый цвет кожи и ощущение жара в организме, и отвращение к горькой пище.

Признак скопления лимфы — тяжесть в теле, слабость и апатия, и отвращение к пище, в конечном итоге это порождает лимфу.

Признак скопления газов — твердость живота, тяжесть в теле и отвращение к пище, порождающей газы.

И всякий раз как только узнают о скоплении этих материй, немедленно следует принять соответствующие меры для их удаления.

Дастур-ул-цлоч-
Предписанце
для
исцеленця



О ВОЗДУХЕ

Не существует внешнего фактора, более близко соприкасающегося с организмом человека и воздействующего на него, чем воздух.

И это связано с тем, что три силы человека: естественная, животная и психическая могут действовать только с помощью духовной материи, а духовная или психическая материя, дух — это особое газообразное вещество, разновидность газа, вырабатываемое в организме из воздуха, после того как его вдыхают.

Воздух обычно более холодный, чем температура тела человека. Тот воздух, который мы вдыхаем, согревается в организме, смешивается с психической материей и достигает температуры тела. И когда свежий воздух пополняет духовную материю, человек испытывает огромное удовольствие и подъем сил. Воздух, который окружает нас, как правило, не чистый, а содержит примесь пыли, копоти, дыма, различных веществ. И каждая из этих примесей оказывает воздействие на организм человека.

Кроме того, воздух изменяется в соответствии с изменением времен года. Если погода и воздух не будут соответствовать времени года (например, зимой будет тепло а летом холодно), то это явится причиной заболеваний.

Лучший воздух тот, который не содержит испарений от плохих вод, заболоченных мест, деревьев, дающих дурные испарения, таких как грецкий орех, инжир, испарений от огородов, где растут капуста, бобы, чеснок и лук, не содержит запахов костров и дыма, испарений от извести и вредных, дурно пахнущих веществ.

Горячий воздух дает похудание телу, а лицу придает желтизну, возбуждает жажду, горячит сердце, ослабляет силы и портит соки и жидкости в организме. Жаркий воздух полезен людям с холодной натурой и людям, болеющим недугами, происходящими от влияния холода; жаркий воздух полезен при воспалении мозга, так как раскрывает поры и рассасывает жидкости.

Холодный и прохладный воздух, как правило, полезен людям с хорошим здоровьем, но он сгущает газы, сжимает

поры и порождает насморк и другие простудные заболевания.

Влажный воздух полезен худым людям, и он хорошо смягчает кожу. Сухой воздух действует противоположно. Воздух в жилище бывает тяжелым и спертым по сравнению с открытым воздухом — в поле и степи.

Когда воздух портится от зловредных примесей, он порождает тяжелые болезни и мор. Тогда внутри жилища и снаружи все следует обрызгивать уксусом.

О ВОДЕ

Вода является холодной и влажной по сути своей природы, а от близости огня или жаркого воздуха она нагревается без того чтобы в нее проникали какие-либо посторонние вещества. Точно также от воздействия холодного воздуха вода охлаждается. И вода никогда не воспринимает сухости, так как это противоположно ее натуре — влажной и холодной.

Дождевая вода наиболее мягкая, ее влажность наибольшая среди всех видов воды, и поэтому она быстро портится.

Питье холодной воды вредно для нервов, точно также при ревматизме, подагре, дрожании, параличе, водянке, заболеваниях желудка и мочевого пузыря.

Питье морской воды дает худобу, но полезно при водянке и параличе.

Соленая и горькая вода причиняет чесотку и понос.

Мутная вода порождает закупорки, камни в мочевом пузыре и почках.

Горячая вода опускает пищу в низ желудка, утоляет жажду и приносит пользу больным катарями, кулинджем, меланхолией и заболеваниями глаз.

Колодезная вода и вода кяризов гораздо хуже, чем речная. И речную воду нельзя смешивать с колодезной.

Стоячая вода, особенно среди деревьев и камышей, очень дурна по своим свойствам, она увеличивает селезенку, вредит кишечнику и вызывает водянку.

Плохую воду можно улучшить и сделать хорошей, и

таких средств существует много. Самый простой способ — это размешать воду с чистой землей, особенно с землей из своей местности или своего города, после того, как вода отстоится, ее можно употреблять. Точно также можно тяжелую, грубую воду исправить, добавив в нее вина, а соленую (солончаковую) воду также можно сделать пригодной, добавив в нее уксус. Таким образом действует лук, особенно настоящий на уксусе.

Если стоит жаркая погода, а воды не хватает, то для того, чтобы меньше пить и больше утолять жажду, следует добавлять в нее уксус. Терпеть жажду и не пить сколько возможно полезно людям с влажной и холодной натурой, а людям с горячей натурой терпеть жажду вредно.

Пить воду натошак, а также после физической работы и упражнений очень вредно. И если нельзя будет терпеть, то следует размешать воду с вином и пить постепенно, маленькими глотками, вреда при всем этом будет гораздо меньше.

Пить ночью, встав ото сна, очень вредно, однако в состоянии похмелья, а также людям с горячей натурой можно.

Пить холодную воду после еды вредно, а если не будет иного выхода, то пить маленькими глотками, подержав подольше во рту.

Если одолевает жажда и человек никак не может напиться, нужно проявить терпение и лечь спать, после сна жажда исчезнет, так как вещества, вызывающие жажду, рассеются.

СОН И БОДРСТВОВАНИЕ

Лучшее время для отхода ко сну, когда пища опустится вниз желудка. Сон на голодный желудок вызывает худобу. Дневной сон, если только он не стал привычным, вреден, особенно зимой.

Много спать очень вредно людям с холодной натурой. Ложась спать, следует сначала полежать некоторое время на правом боку, затем на левом, а живот полезно держать в тепле. Если лежать на животе, то пища хорошо усваи-

вается, а на спине спать вредно, особенно на полный желудок, так как запираются сосуды, идущие из мозга в спину, а вещества, задержавшиеся в мозгу, могут вызывать тяжелые сны, а затем (если спать так постоянно) эпилепсию и онемение.

Ночное бодрствование ухудшает зрение и уменьшает силы. Сон утром вреден, так как пища полностью переваривается и желудок остается пустым.

Для вызывания хорошего сна нужно слушать приятную музыку, журчанье ручья или реки, делать массаж; питье вина, смешанного с водой, также дает хороший сон.

Если же сон не приходит, пусть страдающий от бессонницы ляжет и закроет глаза. А перед ним пусть кто-нибудь читает какие-нибудь книги и сказки до тех пор, пока он устанет слушать. Затем сразу прекращают читать, тушат свет и уходят, и страдающий бессонницей быстро уснет.

О ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЯХ

Проявление психических состояний — будь то радость, или печаль, удовольствие, страх, смущение, стыд, забота и беспокойство, надежда и отчаяние, — каждое из этих состояний оказывает на организм больше влияния, чем пища и питье. Никакие другие причины с такой быстротой не воздействуют на человека, как психические состояния, что отражается и в их внешних проявлениях. Так, услышав что-либо приятное или же неприятное, человек сразу же меняется в лице, его голос и движения сразу же становятся другими. Это доказывает, что психические состояния оказывают на нас самое огромное воздействие по сравнению с другими факторами и причинами. Некоторые психические состояния разгорячают организм человека, например, гнев, удовольствие, надежда, радость, размышление. А некоторые — вызывают охлаждение организма, — это печаль, страх, отчаяние.

Сильный гнев приводит в движение сафру, придает желтизну лицу, и такой гнев очень вреден людям с горячей натурой, однако тем, у кого влажная и холодная натура, он приносит определенную пользу.

Радость улучшает цвет лица и способствует поправке и полноте тела. Сильная печаль, тоска, сильный страх может заставить внутреннее тепло устремиться в сердце, там оно может угаснуть, а человек скоростижно умереть.

Смушение и стыд вызывают покраснение лица, гонят пот, и в конце концов на лице появляется желтизна.

Польза надежды подобна пользе умеренной радости. Вред от отчаяния такой же, как от тоски и печали.

Увлеченные занятия, путешествие по городам и странам, узнавание нового и неизвестного повышают тонус организма и предохраняют от болезней.

Устранить тоску и страх можно путем обретения надежды на лучшее, и этому помогает слушание приятной музыки.

О ВРЕМЕНАХ ГОДА

Весной нужно уменьшить количество материи, которая скапливается в организме под влиянием зимнего холода. И это уменьшение должно осуществить двумя путями. Первый — это уменьшить рацион питания и сделать пищу более легкой. И каждое утро до завтрака следует заниматься физическими упражнениями или физическим трудом. Следует воздерживаться от горячей пищи и вина, мясо употреблять лишь в небольшом количестве, избегать острой и соленой пищи. Второй путь — это выведение излишних соков и материй из организма. Так, кровопускание весной наиболее предпочтительно, а если кто сможет вывести материю посредством рвоты, пусть это также сделает. А принимать сильные слабительные средства не следует, разве что в случае крайней необходимости.

В летний период следует уменьшить физическую нагрузку и физические упражнения, сократить рацион питания и меньше общаться с женой.

Осенью нужно избегать всего, что порождает холод и сухость. Не следует на ночь ложиться спать с наполненным желудком, и надо чтобы постель была теплой. Следует остерегаться полуденной жары и утреннего холода, и не

купаться в холодной воде. И можно принимать лекарства, которые очищают тело от излишних соков, скопившихся от употребления в пищу фруктов и плодов.

Зимой же хорошо питаться жареным мясом и супом из нахута и т. п., приправляя пищу специями наподобие корицы и перца.

А если болезнь начнется зимой, то лечить следует ее как можно быстрее, очищая организм от излишней материи.

О ЖИЛИЩЕ И ГОРОДЕ

Чем выше расположено жилище, тем прохладнее в нем воздух и дышать в нем легче. А чем ниже находится жилище, тем жарче в нем воздух, и он более спертый и дышать им трудней.

Если город расположен в жарком климате на склоне гор, и если горы находятся на севере, преграждая путь северному ветру, а с юга находится река, в таком городе часто появляются болезни.

Солончаковые места и места, находящиеся вблизи разработок серы или нефти, обладают плохим воздухом.

Жилище, расположенное у моря или у водных бассейнов, обладает увлажненным воздухом, а то, которое расположено в сухих местах и пустынях — сухим воздухом. Жилище, расположенное в горах, имеет резкий суровый климат, а люди, живущие в них, сильны физически и живут долго.

Места, расположенные на берегу моря, имеют хороший климат, так как море не принимает порчи и уничтожает гнилостные вещества. Улицы и проходы в городе следует располагать по ходу ветра, то есть с севера на юг. В окна жилища должны попадать лучи солнца. И следует делать высокие потолки, чтобы воздух быстро не портился.

О ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ

Период от рождения человека и до пятнадцати лет считается временем роста и называется детством. А после

пятнадцать лет до тридцати или тридцати пяти, а иногда до сорока — время молодости. А после этого и до шестидесяти лет — средний возраст, время после шестидесяти лет считается периодом старости.

Натура детей горячая и влажная, а по мере приближения периода молодости влажность постепенно уменьшается и начинает преобладать теплота. Натура молодых людей горячая и сухая, их натура наиболее умеренная из всех периодов жизни (возрастов) человека, по отношению к детям горячее и суше, а по отношению к старикам только горячее. В среднем возрасте теплота и влажность в организме уменьшаются. В старости естественная теплота организма постепенно убывает до конца жизни. Поэтому люди не живут вечно.

ОБ ОСНОВНОЙ НАТУРЕ (МИЗОДЖЕ)

Натура человека определяет его внешний вид, характер движений и поведения. Так, у человека, натура которого сухая, движения энергичные и он в течение всей жизни по манерам и движениям будет походить на молодого. Тот, у кого натура холодная и влажная, рано по своим манерам и движениям делается похожим на стариков, и старость быстрее оказывает на него свое действие. Если холодная и влажная натура свойственна кому-либо от природы, с молодости, в старости его состояние ухудшается. А если в молодости у человека преобладает тепло, то в среднем возрасте он будет чувствовать себя хорошо.

В ПОКАЗАНИЯХ КАКИХ ОРГАНОВ НАИБОЛЕЕ СИЛЬНО ПРОЯВЛЯЮТСЯ ПРИЗНАКИ БОЛЕЗНИ

Наиболее достоверными и надежными являются показания следующих органов:

- 1) Глаза указывают, в частности, на различные заболевания печени, ее разгоряченность и воспаление.
- 2) Язык, — по причине разреженности его ткани и сосудов быстро принимает разного рода испарения, а также

вещества, окрашиваясь в их цвет. Так, белизна языка указывает на холодность (сильное охлаждение) желудка и печени, кроме того это указывает на излишнее количество влаги в организме. Сухость, грубость и шершавость языка и его красный цвет являются признаком того, что в желудке или в мозгу имеется опухоль от излишка крови. Желтизна языка и зеленый цвет сосудов (жилок) под языком — признак эпилепсии.

Если во время сна будет сниться дождь, гроза и холод, это будет служить признаком большого излишка влаги в организме, а если увидит во сне что-либо желтое, это свидетельствует об избытке сафры; если будет сниться что-либо красное, это указывает на излишек крови и разгоряченность организма. Если снится темнота, дым и что-либо, внушающее страх, это свидетельствует о преобладании савды.

Причины, согревающие организм. Таких причин одиннадцать. Из них десять естественных причин, увеличивающих тепло организма, и одна причина, согревающая своей жгучестью.

1) Умеренные по количеству пища и питье, соответствующие (нужные) натуре человека.

2) Умеренная двигательная деятельность, физическая работа и упражнения.

3) Примочки и мази умеренного действия; кровососные банки, невыпускание крови.

4) Умеренная (по температуре и длительности) баня.

5) Умеренный (по времени) сон и умеренное бодрствование.

6) Умеренная (по интенсивности) забота и беспокойство.

7) Умеренная радость.

8) Умеренный плач (со слезами).

9) Прием лекарства, умеренного по своему действию.

10) Купанье в холодной воде, умеренное по длительности.

11) Причина неестественная — гниение материй в организме, что изменяет натуру человека, рассасывает и выводит жидкости, уплотняет остальную часть материи

н подвергает ее сильному действию тепла, создавая тем самым гниющие вещества.

Причины охлаждения организма, (которые могут вызвать заболевания). Таких причин пятнадцать:

1) Физическая перегрузка, чрезмерные напряжения при физической работе или физических упражнениях.

2) Отсутствие физической работы, двигательной деятельности и физических упражнений.

3) Переедание, излишество в еде и питье, которые ведут к несварению желудка и прождают излишнюю влагу.

4) Недоедание.

5) Употребление в пищу в холодном виде (охлажденных) еды и напитков.

6) Чрезмерная жара (температура воздуха); горячие примочки, купанье в горячей воде — всё это рассасывает теплоту организма.

7) Купанье в жесткой, вязущей воде, которая запирает кожные поры.

8) Примочки, охлаждающие по своему естеству.

9) Чрезмерные выделения веществ из организма; частое соитие.

10) Закупорки; они преграждают пути прохождения естественного тепла к органам.

11) Чрезмерная радость.

12) Чрезмерная печаль и чрезмерные переживания.

13) Чрезмерное удовольствие.

14) Регулярное охлаждение, в результате которого появляются головные боли; например, у служителей бани от постоянной жары и испарений внутреннего тепла из организма происходит постоянное охлаждение организма, от чего появляются головные боли.

15) Обилие сырых материй в организме.

Причины (факторы), от которых появляется влажность и сырость в организме. Факторов, вызывающих преобладание сырости и влаги в организме, насчитывается одиннадцать:

1) Отсутствие физической работы и двигательной деятельности, которые приводят к ухудшению пищеварения и появлению сырой жидкости в организме.

- 2) Избыток сна.
- 3) Прекращение и приостановка привычных выделений из организма и их задержка.
- 4) Чрезмерное выделение сафры из организма.
- 5) Чрезмерная еда и пьянство.
- 6) Чрезмерное употребление молока — пресного и кислого, а также сырых овощей.
- 7) Купание в бане после еды.
- 8) Пребывание в холодном месте и в холодном помещении.
- 9) Жизнь в умеренном по температуре месте и помещении. При этом жидкости организма приводятся в движение, но не рассасываются.
- 10) Купанье в воде умеренной температуры при умеренной температуре воздуха.
- 11) Умеренная радость и умеренная веселость, которая приводит жидкости в движение, но не рассасывает их.

Причины, вызывающие сухость в организме. Таких причин одиннадцать:

- 1) Чрезмерная двигательная деятельность или чрезмерная физическая работа или физические упражнения.
- 2) Чрезмерное опорожнение организма путем выделений; чрезмерно частое соитие.
- 3) Скучное питание.
- 4) Высушивающие лекарства (лекарства, сухие по своему естеству и вызывающие сухость в организме).
- 5) Чрезмерный гнев.
- 6) Чрезмерное переживание.
- 7) Сильный холод, охладивший тело.
- 8) Купанье в грубой, вязущей воде, которая закупоривает поры, преграждая путь питанию.
- 9) Горячие примочки, сильно согревающие и рассасывающие естественное тепло организма.
- 10) Долгое купанье в бане.
- 11) Обильное потовыделение.

Причины, вызывающие несварение желудка и переполнение организма излишними веществами. Таких причин пять:

- 1) Переедание, употребление в пищу такого количества

еды и питья, которые не осваиваются переваривающей силой организма.

2) Купанье в бане, что вызывает приток питательных веществ к поверхности тела.

3) Опорожнение или соитие натошак или физические упражнения.

4) Неупорядоченное питание.

5) Слабость переваривающей силы и силы, выводящей остатки из организма.

Причины, вызывающие закупорки. Таких причин семь:

1) Образование камней в мочепускавательных путях.

2) Свертывание крови на верху раны и затягивание ее таким образом.

3) Появление излишней ткани («дикого» мяса).

4) Появление бородавки, закупоривающей поры.

5) Опухоль, суживающая поры кожи.

6) Вяжущие косметические средства, которые закупоривают поры кожи.

7) Питание густой и вязкой пищей, наподобие хлеба из круто замешанного теста с жиром и т. п., плотной каши из крупы с мясом, густой и вязкой халвы с крахмалом, бараньих ног и т. п.

Причины, вызывающие открывание пор и закупорок.

Их три:

1) Применение лекарств, открывающих закупорки.

2) Применение средств, которые смягчают сосуды и ткани.

3) Медленное дыхание с длительным полным выдохом и длительным глубоким вдохом.

Причины, вызывающие смягчение тканей организма.

Таких причин три:

1) Применение смягчающих лекарственных средств наподобие слизей, астрагала и т. п.

2) Употребление внутрь и применение снаружи таких размягчающих продуктов как сливочное масло и молоко.

3) Употребление сладостей, наподобие сахара рафинированного и набота, сахара-песка, изюма, инжира, миндаля и т. п.

Причины, вызывающие огрубение тканей. Таких причин пять:

1) Употребление вяжущих и запирающих лекарственных средств, наподобие мироболанов, плодов рожкового дерева и т. п.

2) Употребление в пищу острых продуктов, таких как мед, уксус, горчица и все кислые продукты.

3) Холодный воздух, холодная погода и холодный климат.

4) Пыль, дым и копоть.

5) Грубая пища, наподобие проса, каштанов и т. п.

О причинах, вызывающих опухоли. Таких причин семь:

1) Проникновение испорченной материи в клетки тканей тела.

2) Расслабление и разрежение мягких тканей тела и появление внутри вредных излишков веществ, например в тканях заушной впадины, под мышками, сзади голени.

3) Малая величина органа, когда в него проникает и не рассасывается большое (излишнее) количество веществ.

4) Слабость органа, — сама по себе, или же вследствие какого-либо расстройства.

5) Проникновение в орган или участок тела гнойных веществ (из какого-либо близлежащего участка тела).

6) Отсутствие двигательной деятельности или физической работы и упражнений какого-либо органа. Вследствие отсутствия активной деятельности в органе или участке тела ввиду застоя веществ может появиться опухоль.

7) Когда естество какого-либо органа очень горячее (по сравнению с другими близлежащими органами), и он притягивал к себе горячие вещества из соседних участков тела или органов.

О разновидностях боли и их причинах. Боль — это сообщение о неблагоприятном состоянии или расстройстве какого-либо места или органа тела.

Боль бывает тринадцати видов:

1) Зуд, необходимость чесания. Причина его — соленая или острая на вкус материя.

2) Боль, которая ощущается так, как будто что-то грубое и жесткое прикасается или давит на место возникнове-

ния боли. Причина ее — острая (на вкус) материя или же чуждое тело или вещество, попавшее внутрь тела, например, песок.

3) Колющая боль. Причина ее — разделение, рассеивание и нарушение непрерывности следования тканей организма, то есть изменение плотности тканей, например, от сильного тепла происходит расширение и разрежение тканей на определенном месте (или участке, органе и т. д.), создавая в то же время уплотнение ткани на соседних участках, или же, наоборот, при охлаждении происходит обратное явление — то есть сужение, уплотнение тканей на определенном участке, отчего на границах с соседними участками ткани разрезаются, как бы натягиваются. И в том и в другом случае появляется боль.

4) Давящая боль, так как будто больное место находится под прессом. Причина боли — скопление большого количества материи или газов, которые сжимают ткани и суживают сосуды (препятствуя их функционированию и прохождению в них питания и оттока неиспользованных жидкостей, создавая застой).

5) Растягивающая боль; она происходит от натяжения и растягивания мышечных тканей.

6) Распирающая боль или же боль раздувающаяся. Причина ее — попадание каких-либо веществ в промежуток между мышечной тканью и покрывающей ее пленкой.

7) Слабость (ощущение слабости) в каком-либо участке тканей. Причина ее — попадание каких-то веществ в мышцы, но не достигающих нерва.

8) Остро сверлящая боль. Эта боль бывает при кулиндже; причина ее — густые газы в нижней части кишечника.

9) Онемение, потеря чувствительности, оупение, чувство подобное холоду. Происходит охлаждение какого-либо участка тела или органа. Причина — охлаждение каким-либо холодным веществом, вызывающее закупорку проходов психической материи, которая не может пройти к этому участку тела или органу.

10) Пульсирующая боль. Причина ее — опухоль, — горячая или холодная (в чувствительном органе или участке тела).

11) Ощущение тяжести в органе или участке тела. Причина ее — опухоль в органе, который сам по себе не обладает чувствительностью вследствие чего бывает лишь ощущение тяжести), например, опухоль в легких, печени, почках, селезенке. Ощущение тяжести как бы направлено на место опухоли.

12) Ощущение разного рода усталости и разбитости. Причина ее — переполнение всего тела и органов, вследствие чего (также) появляется потягивание во всем теле и органах.

13) Жгучая боль. Причина ее — появление в органе чего-то горячего или острого (на вкус).

О БОЛЕЗНЯХ, ЗАБОЛЕВАНИЕ КОТОРЫМИ ИЗЛЕЧИВАЕТ НЕКОТОРЫЕ ДРУГИЕ БОЛЕЗНИ

Больной эпилепсией излечивается, если заболит: 1) подагрой; 2) слоновой болезнью; 3) расширением вен голени и ступни.

Причина этого заключается в том, что материя эпилепсии перемещается в эти органы (то есть ноги).

Облысение и «лисья» болезнь (выпадение волос) тоже излечивается этими же вышеуказанными болезнями и по той же самой причине.

Хроническая глазная боль излечивается в результате поноса, который выводит острую сафру.

Излишняя теплота и разгоряченность организма излечиваются в результате поноса и послабления желудка, особенно после очищения от сафры.

Хронические головные боли излечиваются, если из ушей начинает течь гнойная жидкость, или выделится большое количество серы.

Точно также головные боли проходят, если гнойная жидкость выделяется носом.

Хронический понос любого вида излечивается рвотой.

Боль в печени, происходящая от густых газов, излечивается после горячей лихорадки.

Боли в области таза, в почках и матке излечиваются после кровотечений из заднего прохода.

Подагра, происходящая от лимфы, боль в суставах (ревматизм) и расширение вен на ногах излечиваются после острой лихорадки.

Отрыжка от переполнения желудка пищей проходит после чиханья.

Эхъ-хт-тидъ-
Возрождение
медицины



ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ БОЛЬНЫХ

Питание, полезное при воспалении мозга: сначала уксусомед с кожурой корневиша цикория и его семенами, после этого есть мясо молодой куропатки.

Питание, полезное при катаре верхних дыхательных путей, происходящем от горячей материи: ячменный суп, мак с миндальным маслом, растертый мак с бобами и миндальным маслом. Лучше воздержаться от употребления мяса и снизить рацион питания.

Питание, полезное при катаре верхних дыхательных путей от холодной материи или простудного происхождения: инжир, сахар-набот, миндаль, изюм, репа, лук.

В конце заболевания хорошо питаться цыплятами, козлятиной, ячменным супом или ячменной кашей.

Питание, полезное при сухости в груди: испечь две-три небольшие луковицы в духовке, очистить и съесть, лучше если с миндальным маслом.

Питание, полезное при заболеваниях селезенки: зира (вид тмина) с супом, в котором сварены цикорий и салат; каперсы с уксусом; инжир с уксусом.

Питание, полезное при желтухе: суп с кислым незрелым виноградом (гурабо), и кислая пища — с добавлением барбариса; цыпята, козлятина, вареная сыворотка из-под кислого молока, свежий салат и свежий цикорий, уксус, вареная рыба; очень полезно глотать целиком мелкую рыбешку живьем; персики, телячий желудок, говядина.

Махзан-ул-адвия
сокровищница
лекарствъ



АЙВА¹

Сладкие сорта айвы имеют умеренное естество, среднее между горячим и холодным, с преобладанием горячего, и влажное в последней ступени первой степени.

Кислые сорта айвы имеют холодное естество в первой степени и сухое во второй степени.

Кисло-сладкие сорта обладают умеренным естеством, — средним между горячим и холодным и сухим во второй степени.

Все сорта айвы, особенно сладкие, при употреблении в пищу оказывают благоприятное воздействие на психику, бодрят, улучшают настроение, устраняют навязчивые мысли и некоторые виды головной боли, укрепляют сердце, печень и желудок, вызывают аппетит, устраняют плохой запах во рту, способствуют прохождению испарений в мозг и сердце. Айва хорошо действует при сердцебиении, при похмелье, при излиянии материи в желудок, при непроизвольной рвоте, при недомогании, поносе, желтухе.

Вдыхание запаха айвы — всех ее сортов, — улучшает настроение, укрепляет естественные силы организма, помогает, когда человеку делается дурно, при внутренних кровоизлияниях.

Кислые сорта лучше укрепляют горячий желудок, чем сладкие.

Сок айвы хорошо помогает также при «стоячем дыхании», кровотечении, кровохарканьи, непроизвольной рвоте, при похмелье, жажде.

Мякоть всех сортов айвы оказывает закрепляющее действие и создает закупорки. Поэтому есть айву нужно в небольшом количестве или же в пареном виде, а также в виде варенья, особенно с медом.

Отрицательные свойства айвы, особенно ее мякоти, состоят также в том, что она огрубляет плевру, вредит кишечнику, вызывает дрожание, кашель и кулиндж. В любом случае, употребление айвы вместе с медом и неболь-

¹В отличие от оригинала статьи даются здесь в алфавитном порядке русских названий.

шим количеством аниса в значительной степени нейтрализует эти отрицательные свойства.

Ввиду значительного воздействия айвы на организм, больным людям не рекомендуется принимать в пищу более тридцати дирхамов сока айвы в один прием.

Пух на поверхности кожуры айвы сильно закрепляет, вредит гортани и голосу. Он помогает при кровотечениях из ран.

Семена айвы, холодные во второй степени, несколько закрепляют. Слизь, окружающая семена айвы, полезна при загроулении горла, сухом кашле, происходящем от тепла, для охлаждения горячей природы желудка, при лихорадках, при ощущении жжения в языке и во рту и от сухости в нем. Очень хорошо действует смазывание слизью от семян айвы при ожогах огнем и солнцем.

Сердцевина семян айвы полезна для органов дыхания, при кашле, потере голоса, при туберкулезе, язве кишечника. Принимать внутрь семян айвы можно до двух мискалей, а слизи — до десяти мискалей.

Слизь расслабляет желудок, исправить это отрицательное воздействие людям с горячей натурой можно путем добавления сахара-песка, а людям с холодной натурой — посредством добавления бадьяна.

АЛЫЧА, КОКСУЛТАН

По-аравски ее называют «адрак», а на фарси — «олу-чай султонй» (султанская алыча).

Естество: в первой степени холодное, а полностью спелая алыча во второй степени влажная.

Свойства: успокаивает остроту сафры; полностью созревшая алыча смягчает организм. Незрелая алыча послабляет путем выжимания (то есть оказывает выжимающее, сжимающее действие на организм, внутренние органы, кишечник), прекращает рвоту. Сок спелой алычи помогает при кашле от жары и горячих материй, а также чрезвычайно полезен при лихорадке, происходящей от чахотки.

АНЗУР (ПИЕЗИ АНЗУР, АНСУЛ — МОРСКОЙ ЛУК)

Лучший анзур это его луковицеобразные клубни — грушевидные, белые с желтизной, средние по размеру.

Естество: горячее в третьей степени и сухое во второй. Есть в нем также влага, обладающая жгучим и изъязвляющим действием.

Свойства: полезен при большинстве болезней головы, наподобие лисаргоса (слизистая опухоль мозга), эпилепсии, меланхолии, мигрени, головной боли от простуды или холодных материй, летаргии, головокружении, подергивании членов или участков головы или тела, при общем расслаблении и параличе, лицевом параличе, при забывчивости и ослаблении памяти, для укрепления зрения, для предотвращения спускания (темной) воды в глаз (то есть глаукомы), при болях в ухе, при стесненном дыхании, астме и застарелом кашле, при кровохарканьи, для укрепления горла и гортани, для укрепления желудка и улучшения пищеварения, при застое пищи вверху желудка, при желтухе, ишиасе, для растворения камней в мочевом пузыре, при трудном мочеиспускании, при водянке, затвердении селезенки, при болезнях в суставах и в нервах, при «лисьей болезни» (выпадении волос), при проказе, для очищения органов от густых и вязких материй, ввиду своего свойства очищать и открывать (закупорки) и смягчать и разжижать густые соки и выводить их из организма, действуя как слабительное), особенно при употреблении его (анзура) в печеном виде, предварительно смешав с солью и маслом, а испеченный анзур принимать натощак по полтора мискаля — это окажет хорошее слабительное действие и окажет пользу при всех вышеупомянутых болезнях.

При болезнях головы (органов головы): при головокружении, эпилепсии, меланхолии, параличе, параличе лицевого нерва — употребляют по одному мискалю испеченного анзура в чистом виде или с медом. При астме употребляют анзур, сваренный в меде предварительно очищенном от восковой пены (путем кипячения в смеси с водой и снятия поднимающейся восковой пены).

Если девять киротов анзура сварить в меде и съесть,

это окажет хорошее лечебное действие при болях в желудке, плохом пищеварении, желтухе, застарелом кашле астме, кровохарканьи, при выделении гнойных мокрот из легких, при коликах и рези в животе, задержке мочеиспускания.

Считают, что запах свежего (несваренного и необработанного в уксусе) анзура убивает мух и оводов.

Если мышь съест немного анзура, то сразу сохнет. Держать с собой свежий, необработанный анзур хорошо в путешествиях или при нахождении в открытых местах, — запах анзура отгоняет всех зверей и насекомых, в том числе опасных, а также змей и прочих вредных животных.

Прикладывание к телу несваренного или испеченного анзура вызывает изъязвление кожи.

Анзур вреден людям с горячей натурой и для здоровых нервов, вызывает головную боль, плохое настроение, а также вызывает тошноту, служит причиной появления изъязвлений кожи, — для нейтрализации этих отрицательных свойств анзура употребляют сахар — рафинад и набот, некоторые считают, что для уменьшения отрицательных свойств анзура следует употреблять уксусомед; другие предпочитают в этом качестве молоко, особенно парное, а также фруктовые соки.

Доза разового употребления свежего, необработанного анзура — до двух дирхемов, — не более, так как свыше этого количества он окажет весьма вредное действие и даже может быть опасным для жизни. Даже испеченного или сваренного анзура, который до этого был свежим, необработанным (не отстоянным в уксусе и т. д.) не рекомендуется употреблять свыше указанного количества за один прием.

При отравлении излишним количеством анзура следует вызвать очищение желудка путем рвоты и принимать внутрь продукты, имеющие охлаждающую природу, слизистые и обволакивающие вещества, охлаждающие овощные соки, жирные бульоны. По свойствам и оказываемому действию к анзурю близок дикий чеснок, который может применяться в таком же весовом количестве, как и анзур.

АНИС

Естество: горячее и сухое в конце второй степени или в начале третьей степени; некоторые считают, что горячее во второй степени и сухое в третьей, и это последнее мнение верней.

Свойства: разжижает густые материи, рассасывает газы и испарения, очищает, успокаивает боль, имеет противоядные свойства. Закрепляет, гонит мочу, месячные и молоко у кормящих матерей, действует как потогонное, улучшает цвет лица. Анис употребляют как приправу к пище больных параличом, эпилепсией, параличом лицевого нерва.

Полезен при слизистом воспалении мозга, так как изменяет натуру мозга и укрепляет желудок, вследствие чего не порождает лимфу, которая служит причиной слизистого воспаления мозга.

Употребление внутрь отваренного аниса помогает от меланхолии и при кошмарах. Натирать зубы анисом чистит их и устраняет плохой запах изо рта. Жевать анис полезно при головной боли, происходящей от холода, при мигрени, это очищает дыхательные пути и успокаивает боль в груди, кашель, астму, а также сердцебиение, случившееся по причине холода или холодных материй, это укрепляет устье желудка, устраняет из него влажные вещества, снимает усталость.

Питье отвара аниса, особенно отваренного вместе с корнем молодки, применяется при болезнях груди, одышке, при закупорках в печени и селезенке, почках, мочевом пузыре, матке, при водянке, хронической лихорадке, возникшей по причине излишней лимфы, при истечении влаги из матки, для выведения излишков веществ, рассасывания газов (урчания) в желудке и в других органах, для увеличения отделения молока у кормящих матерей, как потогонное и мочегонное, для укрепления половой потенции, для укрепления почек и нейтрализации и устранения опасных ядовитых веществ. Точно также отвар аниса пьют при поносе, возникшем по причине влажных материй, особенно если пить отвар поджаренного аниса. Отвар аниса с сахар-

ным песком дают пить женщинам-роженицам для устранения желтизны цвета лица. Анис вреден для кишечника, для исправления этого недостатка употребляют фенхель (аптечный укроп). От также причиняет головную боль людям с горячей натурой; исправляют это отрицательное свойство уксусомедом.

Доза разового употребления семян аниса внутрь — от двух дирхамов до пяти дирхамов. Семена укропа, фенхеля и тмина обладают свойствами во многом сходными со свойствами аниса.

АПЕЛЬСИН

Лучшие апельсины — спелые большие, яркого цвета — желтые с красноватым оттенком, сочные внутри, с тонкой гладкой коркой. Незрелые апельсины имеют корку зеленого или зеленоватого цвета.

Естество: желтая корка, а также цветы апельсинового дерева горячие и сухие во второй степени; кислота (их сока) в конце второй степени холодная и в первой степени сухая; некоторые высказывают мнение, что во второй степени также и сухая. Семечки апельсина во второй степени холодные и сухие, и сухость их преобладает.

Свойства: все части апельсинов, кроме кислого сока, имеют лучшие свойства, чем цитрон.

В кислом соке апельсинов содержится некоторая клейкость, которая очень хорошо действует при скоплении влажных материй (флегмы) в груди, а также при кашле от жары и горячих материй.

Питье апельсинового сока с сахаром изгоняет сафру и успокаивает ее остроту, а также остроту крови, устраняет похмелье и горячие болезни, происходящие от сафры.

Что же касается вреда апельсина (как кислого продукта) для нервов, то этот вред меньше, чем от других кислых продуктов; апельсин вреден для нездоровых нервов. Чрезмерное употребление апельсинов ослабляет печень, особенно если его употребляют натощак. Исправляют это отрицательное свойство сахаром-песком или медом.

Наружная желтая корка апельсина обладает возбуж-

дающими, улучшающими настроение свойствами. Принимать полтора дирхема высушенной корки апельсина с водой прекращает тошноту и рвоту.

Нюхать корку апельсина, а также листья апельсинового дерева придает хорошее настроение, устраняет действие морового воздуха при чуме, холере и вообще плохого, испорченного воздуха. Если нюхать апельсин, то это предотвращает чуму.

Вдыхание запаха цветов апельсинового дерева укрепляет мозг, рассасывает насморк. Чрезмерное вдыхание запаха цветов апельсинового дерева причиняет бессонницу. Исправляют это действие розовой водой.

Если положить высушенную корку апельсина в одежду, то ее не будет точить моль и другие насекомые.

Настоянные на винном уксусе апельсиновые корки, а также варенье из них укрепляют желудок.

БАДЬЯН

Бывает двух видов: садовый (окультуренный) и дикий; садовый бадьян по своим свойствам лучше, чем дикий.

САДОВЫЙ БАДЬЯН

Естество: в начале третьей степени горячее и в конце первой степени сухое. Гиппократ считает его горячим во второй степени и сухим в первой степени. Семена садового бадьяна горячее его листьев, а корень — сильнее по своим свойствам по сравнению с другими его частями (т. е. стеблем, листьями и семенами).

Свойства: все части бадьяна (листья, семена, стебель, корень) открывают закупорки в проходах и сосудах, в груди, печени, селезенке, почках и мочевом пузыре и успокаивает боли в этих органах, происходящие от холода.

Бадьян укрепляет зрение, желудок, рассеивает ветры и испарения, рассасывает и растворяет густые материи. Увеличивает отделение молока у кормящих матерей (особенно свежий бадьян), действует как мочегонное, гонит также месячные. Бадьян обладает противоядными свойствами по отношению к ядам животного происхождения. Бадьян оказывает высушивающее действие и обладает закрепляющи-

ми свойствами. Питье отвара семян бадьяна оказывает лечебное действие при сердцевинии, боли в боку и в паху, при кулиндже, его применяют также для устранения жидких или густых сырых материй, прилипших к стенкам желудка, для удаления излишней лимфы, особенно лимфы, появившейся от кислых материй.

Отвар бадьяна, принятый с другими лекарствами, действует как доводящий эти лекарства до всех частей и уголков организма; он применяется для прекращения хронического поноса и укрепления желудка. Отвар бадьяна вместе с медом или уксусомедом употребляют при застарелых хронических лихорадках. Отвар бадьяна в вине хорошо действует при укусах ядовитых животных, наподобие скорпионов, ос и т. п. Применение внутрь размельченного сухого бадьяна в количестве одного дирхама (постепенное глотание его) оказывает лечебное действие при жжении в желудке, происходящем от кислой лимфы, при этом сухой размельченный бадьян высушивает стенки желудка, выпаривает и удаляет застойные вещества, и удаляется с мочой. Считают, ссылаясь на очень древние источники, что если каждый год во время вхождения солнца в созвездие Овена и до времени перехода в созвездие Рака каждый день принимать внутрь по одному дирхаму мелко растолченных семян бадьяна с таким же по весу количеством сахара — песка, то в тот год человек, применяющий это средство, ничем не будет болеть.

Бадьян вредит людям, имеющим горячую натуру. Исправляют этот недостаток употреблением уксусомеда. Бадьян медленно переваривается и несколько разрыхляет ткань желудка.

Доза разового употребления бадьяна — до одного мискаля, самый большой предел — два мискаля. Доза разового применения корня бадьяна в отваре — до двух мискалей, предел — три мискаля.

Заменителем садового бадьяна считаются семена петрушки.

ДИКИИ (ДИКОРАСТУЩИЙ) БАДЬЯН

Дикорастущий бадьян имеет более широкие листья, чем садовый бадьян, листья (дикорастущего бадьяна)

похожи на листья ревеня; корень его меньше по размеру и очень пахучий, с приятным запахом, семена его большие по размеру и более зеленого цвета, чем у садового.

Естество: в конце третьей степени горячее и во второй степени сухое. **Свойства:** Дикий бадьян применяют при истечении мочи по каплям, для очищения ран и язв от налета, при хроническом поносе, при задержке менструаций, для раздробления камней в почках и мочевом пузыре, при хронических лихорадках, желтухе. Отвар дикого бадьяна с вином пьют при укусах ядовитых животных.

БАКЛАЖАН

Лучшие сорта баклажана — с малым количеством семян, блестящие, немного продолговатые, черного цвета, такие же, но белые, также хороши. Перед приготовлением их нужно очистить от кожуры и порезав на части, посыпать солью, сложить их вместе, и залить холодной водой. Затем дают постоять два-три часа, пока вода не станет темной, после чего воду сливают и наливают новую и так повторяют несколько раз, пока вода станет чистой. После этого варят с бараниной или жирной курицей и специями, или жаривают с луком и другими приправами на свежем сливочном масле или большом количестве любого масла и ставят дойти на пару. Готовое блюдо употребляют в пищу, добавляя уксус, сок граната и т. д. Этот способ приготовления и приправы устраняет вредные свойства баклажана, которые состоят в образовании заупорок.

Баклажаны перезревшие и затвердевшие употреблять в пищу нельзя.

БАНАНЫ

Имеется много сортов бананов, различающихся в зависимости от особенностей почвы и климатических условий и имеющих свои особые названия в каждой стране и области.

Естество: уравновешенное по теплоте, во второй степени влажное.

Свойства: очищают, дают много питательных веществ, медленно перевариваются, а после усвоения порождают густую кровь; дают поправку телу.

Употребление бананов в пищу создает хорошее настроение, смягчает грудь, они полезны при сухом кашле, шероховатости горла и гортани; они увлажняют желудок и закрепляют живот, способствуют половой потенции у людей, с горячей натурой, устраняют неудобу почек. Прикладывание банановых листьев к опухолям рассасывает их.

Бананы медленно перевариваются, порождают газы, постоянное или неумеренное употребление их в пищу порождает много газов и испарений в организме, сгущает кровь и лимфу, служит причиной появления закупорок, кулинджа, слабости переваривающей силы, особенно у людей с холодной или влажной натурой, а также у людей, живущих во влажном климате, служит причиной скопления влаги в органах тела, особенно если после употребления в пищу бананов их запивают водой.

Исправляют эти отрицательные свойства употреблением соли после принятия их в пищу, а также меда или сахара-песка — это как правило для людей с холодной натурой. Для людей же с горячей натурой — рекомендуется уксусомед. Есть бананы натошак особенно вредно. В общем бананы способствуют и оказывают пользу людям с горячей и сухой натурой и крепким организмом и людям, проживающим в жарком и сухом климате, бананы укрепляют их организм, создают хорошее настроение, дают поправку телу. Для людей с холодной и влажной натурой и слабым организмом, а также для людей, проживающих в областях с сырым климатом, бананы вредны, они порождают большинство указанных выше или им подобных болезней и недугов.

БАРБАРИС

Свежий барбарис употребляют в виде сока, (выжав из него сок), а сушеный замачивают в холодной кипяченой воде 10—12 часов, затем протирают, выжимая сок и употребляют этот настой с сахаром-рафинадом или наботом.

Естество: холодное и сухое в третьей степени; говорят также, что холодное и сухое во второй степени.

Свойства: устраняет сафру, успокаивает жажду и разгоряченность желудка и печени, закрепляет желудок, замедляет возбужденный, сильный ток крови, полезен при геморрое, хорошо укрепляет печень, сердце, а также горячий желудок, препятствует излиянию материй в органы.

Барбарис обладает противоядными свойствами.

В сочетании с корицей, медом и другими специями лечивает водянку; употребляют для открытия закупорок в печени, укрепления холодной и влажной печени, а также холода в кишечнике, для устранения поноса, вызванного слабостью печени или хронической лихорадкой, происходящей от влажной и вязкой материи.

Вместе с настоем полыни употребляют для усиления переваривающей силы; с шафраном — при затвердениях в печени и как мочегонное.

Примочки из барбариса применяют для рассасывания твердых опухолей; настой его препятствует тошноте и рвоте.

В целом барбарис полезен людям с горячей натурой и людям, имеющим избыток сафры, и вреден для людей с холодной и влажной натурой, а также для тех, у кого преобладает савда. Он вреден для страдающих кулинджем и страдающих запорами и избытком газов.

Исправить его вред для людей с холодной натурой можно употребляя гвоздику, а для остальных сахар-песок и сладости.

Доза употребления внутрь выжатого сока барбариса — до двадцати мискалей, выжатой мякоти без семян — до пятнадцати мискалей.

БОЯРЫШНИК

Боярышник бывает нескольких видов — крупный и мелкий, красный и желтый. Все виды близки по своим свойствам.

Естество: в конце второй степени холодное и в первой степени сухое, некоторые считают, что влажное.

Свойства: обладает некоторой питательностью, дает правку телу, закрепляет, успокаивает остроту сафры и крови, укрепляет желудок и разгоряченную печень, возбуждает аппетит.

Принимают для прекращения поноса и истечения мочи по каплям. Питье отвара боярышника с сахарным песком является испытанным средством от головной боли, происходящей от жары или горячей материи. Боярышник употребляют также (в растертом виде) в качестве примочек для рассасывания твердых опухолей и рожистых воспалений.

Боярышник вреден для почек, вызывает кулиндж, ослабляет желудок. Исправляют эти отрицательные свойства анисом или вареньем из лепестков роз.

Доза разового употребления мякоти плодов боярышника внутрь до двенадцати мискалей, а его отвара до двадцати пяти дирхамов.

Считают, что горный, более мелкий боярышник помогает также при слоновой болезни.

ВАЛЕРИАНОВЫЙ КОРЕНЬ

Естество: в последней ступени второй степени горячее и сухое.

Свойства: открывает закупорки, рассеивает испарения. Употребляют внутрь в высушенном виде (путем жевания) или в виде отвара при грудных заболеваниях простудного характера (или от холодных материй), при болях в боку, рези в животе и коликах, при заболеваниях селезенки. Оказывает мочегонное действие, гонит месячные. Употребляется при подагре; обладает определенными противоядными свойствами.

Валериановый корень вредит почкам; исправляют этот недостаток медом. Доза разового употребления корня валерианы — в чистом виде (неотваренный) — до одного мискаля, в отваре — до двух мискалей.

ВИНОГРАД

Лучшими являются его крупные белые, сочные и сладкие сорта, имеющие тонкую кожуру и мелкие косточки, яго-

ды, на грозди которых одинакового размера и отдельные ветви грозди не переплетаются плотно между собой, а гроздь не длинная и тонкая, а более округлая. Лучшие из них сорта «аскари», «сохиби», «риши бобо» и «кишмиш».

Виноград — один из лучших плодов, он обладает большой питательностью, порождает хорошую кровь, размягчает плотные вещества, чем исправляет нарушенное равновесие материи в организме, очищает кровь от вредных примесей, особенно от перегоревших веществ и савды.

Виноград улучшает состояние дыхательных путей и легких, дает полноту телу, способствует образованию жировой ткани у почек. У людей, имеющих влажный желудок, виноград вызывает образование испарений и газов. Для устранения этого недостатка следует поесть несколько зерен тмина или бадьяна.

Виноград вреден при закупорках в печени, при кулиндже, происшедшим от испарений и газов, — для устранения этого вреда полезны семена сельдерея.

Виноград часто вызывает жажду, для ее устранения пьют уксусомед и едят какую-либо кислую пищу.

Нельзя пить сырую воду после употребления в пищу винограда, это становится причиной заболевания водянкой и гнилостной лихорадкой.

Свежий, только что сорванный виноград хотя и смягчает натуру, однако вызывает образование большого количества газов. Поэтому виноград после срезания должен полежать дня два, и лишь после этого его можно употреблять в пищу, особенно людям, страдающим болезнями желудка, кишечника, почек и мочевых путей.

Виноград с подсохшей и сморщенной кожурой более питателен, дает мало испарений в организме, хорошо укрепляет, дает полноту телу, увеличивает количество хорошей крови. Такой выдержанный виноград очень полезен для выздоравливающих после болезни, страдающих хроническими лихорадками, а также лихорадками, вызванными простудой. Этот виноград следует есть, поедая сок и выбрасывая кожуру.

Косточки винограда порождают газы, запирают кишечник, задерживают испускание мочи и семени.

Кожура винограда холодная и сухая в первой степени, очень долго переваривается и порождает газы, поэтому при еде ее следует выбрасывать. Незрелый виноград охлаждает организм и закрепляет желудок.

Виноград лучше всего употреблять в пищу между двумя приемами пищи, когда пройдет два-три часа после предыдущей еды.

Естество: в среднем (учитывая многочисленность сортов) в конце первой степени горячее и влажное. Очень сладкие сорта винограда — до второй степени горячие и влажные.

ВИШНЯ

Естество: холодное и сухое в начале второй степени. Вишня на любой степени зрелости обладает вяжущими закрепляющими свойствами.

Свойства: утоляет жажду, успокаивает остроту, разгорячение и возбуждение сафры и крови, а также тошноту и рвоту, происходящие от сафры, прекращает понос от сафры. Укрепляет горячий желудок и разгоряченную печень. Закрепляющие свойства сушеной вишни сильнее, чем свежей.

ВОДА

Она известна, это влажное текучее вещество, которое является одной из четырех основных стихий простых элементов в природе.

Вода по причине простоты своего строения (состава) не имеет способности и пригодности служить пищей и питательным веществом для тела, организма животных. Она только разжижает и сопровождает питательные вещества растительного и животного происхождения и проводит влияние и действие материй в организме в тонкие кровеносные сосуды и капилляры и в глубины организма.

Вода увлажняет тело и возбуждает бодрость и приводит в хорошее состояние психические силы, особенно животную психическую силу и в этом отношении по этому

своему воздействию вода стоит на втором месте после воздуха.

Вода успокаивает разгорячение и воспаление и уменьшает остроту разгоряченности желудка и разгоряченной печени; она смывает густые вязкие и липкие материи и смягчает и разжижает их и способствует их удалению из организма.

Вода помогает перевариванию пищи и созреванию материй, привлечению материй и предотвращает превращение пищи в преобладающую в организме материю. В общем и целом без участия и помощи воды не обходится никакое действие и процесс в природе и созидательной деятельности человека, как в действии лекарств и пищи, так и в земледелии, — посевах и посадках деревьев и растений и других действий, и существование всех их зависит от воды. Существующее изречение «От воды все в мире живо (живет)» указывает на это.

И поскольку основные воздействия воды и ее значение для жизни вообще вкратце нами изложены (выше), укажем, что сущность воды и ее воздействие сильно изменяется в зависимости от того, легкая ли это вода или тяжелая, чистая или мутная, и в соответствии с теми качествами изменяется быстрота действия воды на организм, быстрое или медленное ее усвоение, усиливает ли она переваривающую силу или ослабляет ее.

Все виды воды ограничены дождевой водой, родниковой водой, водой из кяризов, колодезной водой, водой от таяния снега или льда. Другими словами, виды воды ограничены проточной водой, стоячей водой и дождевой водой. А проточная, текущая вода, это вода подобная воде каналов и рек. И к ним относится дождевая вода и «живая» вода, то есть родниковая или ключевая вода, которая бьёт из-под земли ключом, и стоячая вода, подобная воде прудов, бассейнов, и т. п., и к ним относится также колодезная вода и вода из кяризов.

Всякая вода, которая обладает большей степенью жидкости (жидкого состояния, легкости, чистоты и прозрачности), а также (вследствие преобладания этих качеств) обладает большей скоростью усвоения ее организмом и

воздействия на него, такая вода является лучшей по сравнению с другими ее разновидностями, не обладающими такими качествами..

Имеется также разновидность воды, полученной из пара в результате выпаривания, путем перегонки (то есть дистиллированная вода) или же в результате просачивания воды через глиняные кувшины и хумы с пористыми стенками или же через пористый камень.

Из Европы («Фаранг») привозят пористый камень, выдолбленный в виде крошечного бассейна, в котором вмещается полбурдюка воды. В него наливают соленую морскую или же нечистую загрязненную воду и несколько раз пропускают ее через этот маленький каменный бассейн, в результате чего вода, капающая снизу камня, делается все чище, так что даже если нальют в него шербет, через камень в конце концов просачивается чистая вода, а сахар остается внутри пористого камня.

Такие камни держат на кораблях, чтобы в случае необходимости очистить соленую морскую воду и получить пресную питьевую. Это то же самое, что дистиллированная вода.

Второй по качеству водой является пресная вода — родниковая или ключевая, вытекающая из источника, вода, обладающая чистотой и хорошим вкусом и запахом, которая течет по хорошей земле или земле, смешанной с мелкими красноватыми камнями (галькой), или по каменистой местности, и сверху эта вода (ручей или речка, текущая из источника, родника) ничем не закрыта (например, скалами, деревьями), с тем, чтобы ветер свободно доходил до поверхности воды и лучи солнца и звезд оказывали на нее свое воздействие и вследствие этого разного рода испарения, находящиеся в этой воде растворяются и улетучатся и не войдут в состав воды. В результате же действия ветра и образования волн вода очищается и делается более жидкой и прозрачной.

Всякая вода, которая течет сверху вниз, например, с гор или с горного склона и обладает упомянутыми качествами, такая вода имеет лучшие свойства.

На третьем месте находятся реки и каналы, берущие

свое начало далеко и высоко, с быстрым течением и текущие по хорошей земле или по каменистым или мелкокаменистым местам с красноватыми мелкими камнями. Точно так же они должны быть открыты солнцу и ветру, особенно северному, быть глубокими, с чистой прозрачной водой. Течь они должны с запада или с юга на восток и север.

И говорят, что в реке Нил сосредоточены все эти качества. И если такая вода в результате длительного сильного течения по песчаной земле смешается с землей и станет мутной, то в результате отстаивания ее в сосуде она быстро очищается и сразу все примеси выпадают в осадок, и нет необходимости отстаивать и очищать ее несколько раз. Такая вода тоже хорошая и это вода большинства крупных рек наподобие воды Джейхуна (Амударьи) и Сейхуна (Сырдарьи) и Тигра и Евфрата и им подобных рек.

И всякая проточная вода, которая не соответствует вышеуказанным условиям и качествам или же имеет плохой вкус (или) плохой запах — является плохой недоброкачественной водой.

Затем (на четвертом месте) находится вода прудов и водоемов со стоячей водой, наподобие больших по площади и глубоких прудов, расположенных на хорошей земле с открытой водной поверхностью, доступной ветру, приводящему воду в движение и волнение, а берега их свободны от деревьев и растений.

А пруды и водоемы, не соответствующие указанным условиям и качествам, наподобие маленьких прудов и маленьких бассейнов — все они плохи по своим свойствам, они содержат тяжелую воду, которая вызывает тяжелые болезни, о которых будет упомянуто.

Наподобие воды из стоячих прудов (лучших из них ?) является вода, получающаяся в результате таяния льда и снега. Хотя такая вода жидкая по своей консистенции, однако она вредна для нервов и кишечника, она вызывает истечение влаги в горло (катары) и кашель.

Подобной этой воде является вода хаузов, бассейнов — водохранилищ — вода в них имеет плохие свойства, она тяжелая, порождает газы, становится причиной тяжелых

заболеваний, особенно вода, в которой водятся пиявки, черви и имеется зелень на поверхности.

Еще хуже такой воды — это вода водоемов и прудов, в которых растут камыши или находятся посадки риса.

Что касается текучих вод, находящихся под прикрытием плохих и ядовитых деревьев, растущих на их берегах или протекающих по плохой земле, — твердой, горькой или по солончакам, то вода такого рода является причиной тяжелых заболеваний, наподобие слабости желудка и печени, слабости переваривающей силы и отсутствия аппетита, порчи и загнивания материй в организме, закупорок, порчи чувства вкуса пищи, водянки, желтухи, излишней скользкости кишок, геморроя, одутловатостей и опухолей, желтизны лица, тяжести в теле, язв в кишечнике, четырехдневной лихорадки, ришты, язв на голенях и их худобы, а также чесотки и лишаев, помешательства ума, и опускания воды (в глаз, — т. е. глаукомы) и т. п., особенно в зимний период. Помимо этого у женщин такая вода становится причиной трудных родов и раздувания плода и рождения опухшего младенца и ложных родов.

Мутная вода порождает закупорки, камни в почках и мочевом пузыре и портит пищу в желудке.

Подобной стоячей воде является вода колодцев и кяризов, она тяжелая, вызывает газы, медленно усваивается. Эта вода тяжелее упомянутой выше воды больших прудов с чистой водой, имеющей указанные (положительные) условия и качества.

Лучшей володезной водой является вода широких колодцев с большим количеством воды, приток воды которых идет со стороны севера или с запада, а вода их пресная, чистая, прозрачная и легкая, а из этих колодцев постоянно берут большое количество воды.

А вода кяризов, источник которых находится далеко и высоко и имеющих много воды, вода в них пресная, чистая и легкая и быстро текущая — такая вода лучше, чем вода тех кяризов, которые не соответствуют этим условиям и факторам или имеет плохой вкус или плохой запах или горьковатый или солоноватый привкус или запах опрелости и гнили, или же вода тех кяризов, которые некоторое время

были закрыты и закупорены, не использовались для извлечения питьевой воды, — все виды такой воды становятся причиной большинства упомянутых выше болезней.

Признаками легкости воды и ее наиболее жидкого состояния (жидкой консистенции, отсутствия примесей, сгущающих воду) являются ее пресность (отсутствие соленого и иного привкуса), чистота и прозрачность, а также легкость и быстрота усвоения организмом, способствование перевариванию пищи, повышение аппетита, ощущение легкости в теле, отсутствие газов, урчания и тяжести в животе и т. п.

А другой признак и свидетельство для выявления свойств разных видов воды — это скорость восприятия тепла и холода от воздействия внешних разгорячающих и охлаждающих факторов. Имеется ввиду, что то вещество, которое скорее согревается или охлаждается, — имеет более легкую и более жидкую природу по сравнению с теми веществами, которые медленно согреваются и медленно охлаждаются.

Также особым признаком служит, например, такое испытание: два клочка ваты или льняных волокон, которые являются равными по весу, намачивают полностью в водах разного качества и свойства, но взятых в одинаковом объеме, — для того, чтобы определить степень их легкости, жидкости, тяжести, плотности. После этого эти клочки ваты или льняного волокна нужно хорошенько высушить, после чего взвесить эти ватные или льняные клочки. Тот из клочков, который по весу будет превышать другой, свидетельствует о том, что вода, в которой он был намочен, является более тяжелой.

Естество: холодное и влажное. В отношении влажности никакое вещество не достигает степени пресной воды, и по этой причине вода утоляет жажду и устраняет воспаление в желудке и в печени таким образом, что эффект, получаемый от воды, не достигается применением других жидкостей.

Свойства (пресной) воды: если ее употреблять вовремя и в нужной мере, то она приносит большую пользу, в противном случае она явится причиной слабости нервов, же-

лудка, внутренних органов, кишечника и печени, порчи цвета кожи лица и тела, причиной забывчивости, отупления ума и чувств и тяжелых, трудно пробуждаемых снов, а также катаров и опухания конечностей и припухлости кожи под глазами, водянки и т. п. Так, например, если во время сырости и полного отсутствия жажды или же прежде чем пища переварится и начнет выходить из желудка, перед приемом пищи или же в промежутках между приемами пищи, после трудной физической работы, ходьбы и усиленных движений, или же после сна, принятия бани или же после соития, или во время сна.— прервав его— пить воду, или же натошак, или же стоя или же при затынутом животе или же в положении лёжа ничком на груди и т. п., или же выпьют слишком много воды, особенно холодной — все это явится причиной серьезных расстройств здоровья и тяжелых болезней.

Однако в жарком месте и во время мора — чумы и в жаркое время и в жаркую погоду, а также для людей, обладающих горячей натурой и сильным, крепким организмом и людям с разгоряченным сердцем, желудком, печенью и обладающим сильным мозгом соблюдение вышеуказанных ограничений и предостережений необязательно, так как для этих категорий людей и при упомянутых условиях употребление большого количества воды не причинит вреда. Если не будет нарушена умеренность в употреблении воды, и будут довольствоваться только необходимым ее количеством, и если в один прием не будут пить много воды, а лишь понемногу и медленно по крайней мере в течение трех дыханий — один глоток. Зато всем другим людям и в других условиях употребление воды в большом количестве является вредным и явится причиной большинства упомянутых болезней.

Питье воды после употребления в пищу сырых фруктов, овощей и зелени порождает в организме сырые незрелые материи, имеющие густую консистенцию, газы и испарения, урчанье в животе. Постоянное питье воды после сырых фруктов и овощей становится причиной появления распадающих язв на теле.

Для здоровых людей полезно пить холодную воду в

небольшом количестве, это возбуждает у них аппетит и укрепляет мышечные волокна желудка, но вредно для нервов и людям, у которых имеются опухоли в кишечнике. Что же касается очень холодной воды, особенно воды со льдом или снегом, или воды, полученной от только что растаявшего льда или снега, то самая худшая вода — та, которая получается от таяния града. Хотя холодная вода подходит для сильных людей с горячей натурой и она усиливает у них переваривающую силу, а также привлекающую, удерживающую (питательные вещества в организме) силы, и повышает аппетит и хорошо действует на разгоряченную, острую (от действия острых веществ) печень, а также хорошо действует при горячих лихорадках, **однако** такая очень холодная вода погашает естественное тепло организма, ослабляет нервы, вредит людям, у которых есть закупорки и страдающим головными болями от холода и холодных материй, а также вредит груди и слабому кишечнику. Такая вода порождает катары, головные боли, водянку, расслабление, дрожание, дряблость тканей, кулиндж, слабость половой потенции и т. п., особенно если употреблять ее чрезмерно, не вовремя и часто.

Мутная вода соответствует людям, страдающим поносом, однако такая вода создает закупорки, способствует образованию камней в почках и мочевом пузыре. Исправить эти отрицательные свойства можно употреблением мочегонных средств.

Что же касается горячей воды, то питье её рассасывает газы и испарения, полезна при меланхолии, головных болях от холода и холодных материй, от прыщей на лице, от опухлей горла, от язв в плевре и легких и в области груди. Такая вода промывает желудок и устраняет жажду, происходящую от избытка савды, удаляет соленую лимфу и очищает желудок, ускоряет действие слабительных средств, рассасывает жидкую лимфу и густые вещества, действует как мочегонное и гонит менструации, успокаивает боль и зуд в теле. Однако чрезмерное и частое употребление **очень** горячей воды вредит желудку, расслабляет его, портит переваривание пищи и приводит к лихорадкам и худобе тела. Исправляют эти отрицательные свойства очень

горячей воды продуктами, имеющими закрепляющие и охлаждающие свойства.

Промывание очень горячей водой опухолей, прыщей и язв полезно, особенно в последней стадии этих заболеваний.

Теплая вода смягчает организм, но вызывает тошноту, портит пищу в желудке, порождает водянку и заболевания селезенки, вызывает поднятие паров в мозг. Чрезмерное и частое питье теплой воды портит желудок, однако полезно при опухании горла и языка, груди, при эпилепсии, хорошо очищает желудок, ускоряет действие слабительных средств и помогает послаблению и рвоте, растворяет жидкую лимфу, устраняет жажду, происходящую от савды и соленой лимфы. Небольшое количество теплой воды, выпитой натощак, промывает желудок.

Чуть теплая вода (то есть вода немного выше комнатной температуры) полезна для груди и слабого желудка, кишечника, успокаивает зуд в теле. А вода, употребляемая специально при заболевании водянкой, готовится следующим образом: берут десять ритлей дождевой воды и смешивают с одним ритлем виноградного уксуса и кипятят до тех пор, пока не останется одна треть от первоначального объема жидкости.

В жаркое время года для исправления и очищения плохой или испорченной воды или загрязненной и мутной применяют ее фильтрование, а также перегонку. Применяют также более простой способ: наливают загрязненную, мутную воду в сосуд и ставят его на несколько более высокое место, а ниже ставят вплотную к нему другой, пустой сосуд, расположенный несколько наклонно по отношению к первому сосуду. Затем берут фитиль из куска чистого льна и один конец его помещают в воду, налитую в первый сосуд, а другой конец опускают в другой, пустой сосуд, так чтобы этот другой конец был расположен ниже, чем первый конец. Постепенно вода из первого сосуда будет просачиваться и по каплям в очищенном виде скапливаться в пустом сосуде. А испорченную воду с плохим вкусом и запахом, а также морскую воду очищают перегонкой, предварительно смешав ее с хорошей сухой землей.

Если растолочь несколько зернышек миндаля и положить их в мутную воду, то эта вода очистится и отделится от мути и примесей.

Точно также если бросить в плохую мутную воду немного извести, то вода очистится и просветлеет.

Добавка уксуса к испорченной воде, а также ее кипячение устраняют ее порчу и вредные свойства, особенно в летнее время.

А тяжелая, густая вода причиняет большинство упомянутых выше болезней, и ее исправляют употреблением чеснока, лука, а также очищают добавлением квасцов или же способами, описанными выше.

Вообще, если во время питья плохой и разного рода испорченной воды употреблять одновременно в пищу чеснок или лук, или салат или добавлять к такой воде уксус, то это исправляет и в значительной мере нейтрализует вредные действия различных видов плохой, мутной или испорченной воды. Хорошим способом является кипячение такого рода воды, а также многократное опускание в нее раскаленного куска железа или разбавление ее кислыми соками фруктов, уксусом, уксусомедом.

Есть вода, которая вызывает жажду; для устранения этого отрицательного свойства вслед за питьем такой воды пьют кислое пахтанье (сыворотку кислого молока), или же смешивают такую воду с небольшим количеством уксуса, или же с кислыми фруктовыми соками.

СВОЙСТВА РАЗНЫХ ВИДОВ ВОДЫ

Органы головы. Вода теплая немного выше комнатной температуры, слегка подогретая — полезна для больных эпилепсией, горячая же вода вредна для таких больных.

Морская вода применяется для лечения головных болей простудного происхождения или по причине холодных материй.

Болезни суставов. Морская вода и серная (сернистая) вода в виде обмываний и ванн применяется для излечения простудных заболеваний нервов, — наподобие дрожания

отдельных органов тела, паралича, онемения и им подобных.

Органы груди. Холодная вода (или любая жидкость, например, молоко) вредна для органов груди, особенно для легких, поэтому холодную воду нельзя пить при кашле и других грудных заболеваниях.

Теплая вода полезна при воспалении и опухании горла и гортани, а также органов груди.

Морская вода и подобные ей виды соленой воды вредны для желудка.

Вода, в которой растворены квасцы, прекращает кровохарканье.

Вода, в которой неоднократно гасили раскаленное железо, применяется для укрепления желудка, при болезнях селезенки и печени, а также при кулиндже.

Очень холодная вода вредна для людей, страдающих закупорками, для тех, кто страдает метеоризмом;— она запирает живот.

Серная вода полезна при опухолях печени и селезенки и болях в них, а также при болях в матке.

Опухоли и прыщи. Серная вода применяется для лечения опухания суставов, она рассасывает твердые опухоли и висячие бородавки.

ВОДА МОРСКАЯ

Естество: горячее и сухое. Вкус ее острый и соленый.

Свойства: при внутреннем применении обладает очищающими и растворяющими свойствами, притягивает материи, в малых дозах смягчает организм, послабляет живот, выводя излишнюю лимфу и сафру. Оказывает сушащее действие на организм, растворяя и выводя влажные материи; ухудшает качество крови и порождает различные виды чесотки и кожного зуда.

Обмывание и обливание подогретой, горячей морской водой устраняет боли в нервах, заживляет трещины на коже, которые появились от влияния холода и стужи, излечивает кожный зуд, чесотку и лишай, а также экзему. Мытье го-

ловы морской водой, будучи практикуемо длительное время, излечивает плешь.

Купанье в морской воде хорошо помогает при укусах ядовитых животных и насекомых, при болезнях простудного происхождения, а также при водянке. При внутреннем применении морская вода при увеличенных дозах вредна для желудка, закрепляет живот и вообще весь организм, является причиной появления язв в кишечнике, вызывает жжение при мочеиспускании. Устранить это вредное действие можно употреблением в пищу куриного или рыбного бульона (в несоленом виде), а также увлажняющей жирной пищи. Можно также устранить вредное действие морской воды (при внутреннем употреблении) путем размешивания в ней растертого слегка поджаренного ячменя — следует его размешать и слегка отстоять, а затем процедить и очищенную таким образом морскую соль употреблять внутрь.

ВОДА СОЛЕНАЯ

Соленая вода может быть такой по своей природе, например, вода из шахт, или же специально посоленная посредством размешивания в ней (поваренной) соли, или же она взята из солоноватого источника или колодца.

Естество: горячее и сухое (высушивающее).

Свойства ее близки к свойствам морской воды. Соленая вода сначала слабит живот, а после более длительного употребления в питье и пище — закрепляет, потому что высушивает влажные материи. Исправляют это отрицательное свойство употреблением в пищу сладостей и жиров, а также посредством размешивания в соленой воде слегка поджаренного и размолотого ячменя. Можно также сделать воду менее соленой путем смешивания ее с чистой землей и последующего отстаивания.

ГАРМАЛА (ХАЗОРИСФАНД)

Это вид горной руты и имеется две ее разновидности: один вид высотой с один зарь (около 1 м.) и от его стебля

отходят несколько ответвлений, листья его овальные и оболочка его семян круглая и состоит из трех граней и с крапинками на трех линиях и она слегка красноватая. Семя черное, размером с горчичное и имеет тяжелый запах; когда говорят о гармале, имеют ввиду именно эту разновидность.

Другая разновидность имеет листья наподобие листьев ивы и размером меньше, они беловатые и цветки ее похожи на белый жасмин, они хорошо пахнут. Оболочка семян продолговатая, белого цвета.

Гармала сохраняет свою силу (в высушенном виде) до четырех лет.

Естество: в третьей степени горячее и во второй сухое.

Свойства: разжижает материн, очищает грудь и легкие от липких материй, рассасывает газы и испарения в кишечнике и густые вещества. Гармала способствует половой потенции и дает поправку телу, увеличивает количество молока у кормящих матерей. Действует как мочегонное, выводит савду и густую лимфу.

Употреблять ее все составные части растения (кроме корня -- ВК) полезно при эпилепсии, параличе, помешательстве, потере памяти и забывчивости и других болезнях мозга и нервов, происходящих от холода и холодных материй. Согревает составные части мозга и всего тела. Помогает при водянке, желтухе, закупорках, кулиндже, ишиасе. Принимают его настоем для растворения веществ савды, для очищения крови и для смягчения натуры.

Если принимать гармалу (один-полтора мискаля?) с льняным семенем и мёдом длительное время, то это излечивает астму, и это средство не имеет себе равных.

Если принимать отвар гармалы с кунжутным маслом и водой, это помогает при болезнях легких и печени.

Отрицательные свойства гармалы: вредная для людей с горячей натурой, вызывает головную боль и тошноту. Исправляют это воздействие соками и кислыми плодами, уксусомедом и кислыми продуктами.

Доза употребления гармалы внутрь — до двух мискалей.

ГВОЗДИКА

Естество: горячее и сухое в третьей степени.

Свойства. Имеет определенные противоядные свойства: улучшает настроение, укрепляет внутренние органы, полезна для мозга. Применяют внутрь при головных болях простудного происхождения, при параличе, а также при параличе лицевого нерва, при истечении влажных материй из мозга, при летаргии, для открывания закупорок в мозгу, а также при других простудных заболеваниях, или заболеваниях от холодных материй, особенно при мозговых и нервных заболеваниях по причине савды, при нервных заболеваниях.

Гвоздика очень полезна для людей, в натуре которых преобладает савда.— гвоздику им можно применять внутрь или в виде повязок и примочек.

Гвоздика укрепляет десны, устраняет дурной запах во рту, прекращает или уменьшает зубную боль простудного происхождения. Гвоздика полезна для зрения, при некоторых глазных заболеваниях.

Гвоздика применяется при влажном кашле простудного происхождения, при застарелой астме с преобладанием влажных материй, при сердцебиениях и от простуды.

Гвоздика оказывает хорошее успокаивающее действие при различных навязчивых состояниях, страхе, мнительности, она вызывает бодрость духа.

Укрепляет желудок и переваривающую силу, а также охлажденные кишечник, печень и почки; полезна для селезенки, при болезнях матки; согревает организм и излечивает простудные заболевания этих органов.

Гвоздику применяют при тошноте и рвоте, отрыжке, для рассеивания газов, происходящих от вязкой густой пищи, при водянке, при истечении мочи, при болезнях от преобладания лимфы и савды, при излишней влажной скользкости кишечника (причиняющей быстрое спускание пищи в низ живота), при болезнях матки от ее охлаждения.

Считают, что гвоздика вредна для почек и кишечника.

Доза применения внутрь — до одного мискаля.

ГОРЧИЦА

Естество: в четвертой степени горячее и сухое.

Свойства: очищает, вытягивает материи из глубин организма, рассасывает влажные вещества в мозгу, желудке и других органах, способствует перевариванию пищи; открывает закупорки, изгоняет вредные излишки из организма.

Полезна при болезнях головы и мозга, происходящих от холодных материй или простуды и от скопления газов и испарений, таких как паралич.

Горчица открывает закупорки в решетчатой кости, прекращает истечение влаги в носоглотку, происходящее по причине холода и холодных материй. Обостряет чувства и ум, усиливает аппетит, успокаивает боль по причине холода в печени, а также в селезенке.

Употреблять в пищу горчицу с медом полезно при астме, кашле от влажной материи, а слегка толченые семена горчицы с водой хорошо есть при перемежающихся лихорадках, происходящих от вязкой лимфы и савды. Смазывание смесью горчицы с инжиром помогает при подагре, ишиасе, выпадении волос и вообще для притяжения питательных веществ к поверхности кожи, а также для успокоения болей, происходящих от холода и скопления испарений в организме, для рассасывания застарелых опухолей лимфатического происхождения в любом органе.

В составе сложных лекарств для наружного употребления применяется для рассасывания твердых опухолей, в том числе опухолей, происходящих от савды.

Горчицу также включают в состав пластырей, накладываемых на переломы, а также на поверхность кожи, покрытую чесоткой.

Употребление горчицы вместе с пищей способствует ее перевариванию и повышает теплоту желудка, рассасывает опухоли в селезенке.

Ввиду своего горячего естества горчица противопоказана людям, имеющим горячую натуру, им можно употреблять ее изредка и в очень умеренном количестве. Горчица вызывает жажду. Вообще горчицу нельзя употреблять пос-

тоянно, а лишь время от времени и в умеренном количестве. Нельзя употреблять ее в чистом виде, без каких-либо продуктов питания.

Горчицу хорошо употреблять вместе с пищей, особенно пищей плотной и трудно перевариваемой. Для устранения отрицательных свойств горчицы в нее добавляют уксус.

Высшая доза разового употребления горчицы внутрь — толченых семян — до трех дирхемов, цельных, нетолченых семян — до пяти дирхемов. В зависимости от характера болезни, особенностей натуры, времени года, местности можно дойти до этой дозы, но не превышать ее.

ГРАНАТ

Гранат имеет много сортов, лучшим из них является сладкий бескосточковый сорт, называемый «амласи».

Для употребления в пищу лучше всего годятся спелые, сочные, крупнозернистые гранаты.

Естество общее для всех его сортов,— холодное и влажное.

Все части граната обладают значительными вяжущими свойствами, даже выжатый сок мякоти зерен обладает вяжущими свойствами, хотя они в нем почти не ощущаются.

Кислые сорта охлаждают более, чем сладкие сорта, кислые гранаты не лишены некоторой сухости (высушивающей способности).

Естество сладких гранат умеренно холодное, влажное в первой степени, вяжущее.

Гранат обладает незначительной питательностью, но порождает хорошую материю, возбуждает газы, очищает, открывает закупорки, смягчает кишечник, гонит мочу, вызывает жажду.

Принятие в пищу гранат после еды у людей с горячей натурой вызывает быстрое продвижение пищи из желудка в кишечник.

Гранат полезен для укрепления печени, при желтухе, при болезнях селезенки, сердцебиениях, болях в груди, кашле, вызванном горячей материей или жарой. Он полезен для очищения голоса, для придания телу полноты, для

лучшего прохождения пищи в организме, для лечения чесотки, для улучшения цвета лица.

Чрезмерное употребление гранат в пищу служит причиной порчи пищи в желудке, расслабляет и ослабляет желудок, вредно людям, страдающим лихорадкой, так как порождает газы.

ГРЕЦКИЙ ОРЕХ

Естество его горячее во второй степени и сухое в первой степени. Чем более свеж грецкий орех, тем он менее горяч и сух, а чем более он лежит и высыхает, тем он более сух и горяч.

Грецкий орех смягчает организм, рассасывает плотные материи, полезен при несварении желудка, укрепляет главенствующие органы — мозг, сердце и печень, обостряет чувства, особенно употребленный вместе с изюмом и инжиром, и очень полезен пожилым людям.

Чрезмерное употребление грецкого ореха вызывает раздражение и воспаление миндалин и сыпь во рту, особенно у людей с горячей натурой, так как грецкий орех вреден для них. Поэтому после употребления в пищу грецкого ореха следует хорошо прополоскать рот, после этого можно принять немного уксусомеда или кислосладкого граната. Испорченный и заплесневелый грецкий орех употреблять в пищу нельзя, так как он приобретает ядовитые свойства. Тому же, кто съел таких орехов, следует вызвать рвоту и есть кислое.

Грецкие орехи, настоенные на уксусе, очень полезны для людей со слабым желудком.

Дерево грецкого ореха обладает одуряющим запахом, под ним нельзя спать, так как снятся плохие сны, у человека расстраиваются нервы, и он худеет.

Чтобы отделить тонкую кожуру на сердцевине грецкого ореха, его смешивают с мукой и слегка поджаривают на сковородке, после этого слегка разминают руками и кожура легко отделяется.

Если сердцевину хороших грецких орехов прокипятить

в старом прогорклом масле, масло восстановит свой прежний вкус.

ГРУША

Спелые сочные и сладкие груши, особенно сорта «шохмуруд» и «хусайни», умеренные по своему естеству между горячим и холодным, немного более горячие, нежели холодные и влажные во второй степени.

Другие сорта средние между горячим и холодным и влажные в первой степени.

Все сорта, как свежие, так и сушеные, обладают закрепляющими свойствами и поэтому весьма полезны при расстройствах кишечника. Мякоть груши легче переносится организмом, чем мякоть яблок. Груши оказывают бодрящее, освежающее и веселящее действие. улучшают настроение, полезны при сердцебиениях, укрепляют желудок, способствуя перевариванию пищи, полезны при жжении в мочевом пузыре. Чем лучше и сильнее запах груши, тем больше ее польза, особенно для сердца. В отличие от яблок груша полезна также и при болезнях легких.

В груше, особенно в сладких крупных сортах, содержится значительное количество питательных веществ, в этом отношении она занимает одно из первых мест среди фруктов.

Груша обладает замечательным свойством: помогает при тяжелых отравлениях грибами. Семена имеют противоглистные свойства.

Как и всеми фруктами, грушей нельзя злоупотреблять, есть ее следует в меру и не на пустой желудок, а спустя полчаса — час после еды. Так же как и после всех фруктов после груши нельзя пить воду, особенно сырую и холодную, а также есть плотную пищу и мясо.

Кислые и очень терпкие сорта груш укрепляют желудок и печень, возбуждают аппетит, но они труднее усваиваются, и поэтому противопоказаны пожилым людям, а также людям, страдающим сильными расстройствами нервной системы, параличем и т. п. Также как и для яблок хорошим средством для нейтрализации такого рода вреда

от груш является мед, а также имбирь, бадьян, черный перец. Печеные груши теряют свои отрицательные свойства. В любом случае следует избегать есть незрелые груши.

ДЕВЯСИЛ

В медицинских целях употребляется его корень. Девясил относится к тем лекарственным средствам, свойства которых изучены еще пока недостаточно.

Естество: в начале третьей степени горячее и сухое, некоторые врачи считают его, естество во второй степени горячим и сухим. Девясил содержит некоторую избыточную влажность, поэтому его действие проявляется не сразу после употребления, а спустя некоторое время.

Свойства: улучшает настроение, имеет определенные противоядные свойства, укрепляет сердце, а также устье желудка, укрепляет переваривающую силу и половую потенцию, хорошо действует на мочевой пузырь. Девясил излечивает меланхолию, беспричинный страх, беспокойство и печаль, происходящие от (плохой деятельности) желудка. Девясил открывает закупорки в печени, селезенке, рассеивает газы и испарения, успокаивает боли в печени, происходящие от холода, боли в суставах, спине, при подагре, артрите, ишиасе и других болезнях, появляющихся от холода и влаги.

Принимать внутрь отвар девясила полезно при истечении мочи по каплям, происходящем по причине холода, при недержании мочи и мочеиспускании во время сна, а также для открытия менструаций (при их задержке). Примочки из отвара девясила в смеси с вином применяют при мигрени и при заболеваниях мозга, происходящих от холода и влаги, а также для рассасывания (холодных) опухолей в мозгу. Если мелко растолочь один дирхам девясила, размешать его с медом и слизывать эту смесь постепенно в один прием, то это хорошо помогает при кашле, затрудненном дыхании и астме, а также очищает грудь от лимфы и сырости. Отвар девясила в смеси с вином принимают при укусах ядовитых животных и при отравлении другими хо-

лодными ядами. Примочки из отвара девясила в вине применяют при мигрени, эпилепсии, при болезнях, происходящих от лимфы, при ишиасе и при недомоганиях, появляющихся от холода и холодных материй.

Отвар листьев девясила по своим полезным свойствам схож со свойствами отвара его корней.

Девясил вреден людям с горячей натурой, он им причиняет головную боль. Злоупотребление девясилом портит кровь, уменьшает количество семени (высушивая его) и снижает половую способность.

Для нейтрализации этих отрицательных свойств применяют уксус, кислые фруктовые соки, сосут также кислый гранат. Доза его разового употребления до двух дирхамов.

Настой девясила в вине, по мнению Галена, оказывает лучшее действие, чем его водный отвар.

ДУШИЦА

Естество: в конце третьей степени горячее и в середине третьей степени сухое.

Свойства. Питье отвара душицы или приготовленного как чай настоя выводит густые материи, скопившиеся в груди, легких, повышает аппетит, способствует устранению тошноты, а также плохого, печального настроения. Отвар или настой полезен при кулиндже, действует как сильное мочегонное, способствует рассасыванию камней в почках и мочевом пузыре.

Душица вредна для нижней части кишечника — прямой кишки, исправляют этот недостаток употреблением уксуса.

Душица является сильным мочегонным средством, до такой степени, что может вместе с мочой выводить и кровь. Поэтому следует соблюдать меру в ее употреблении; доза разового приема в отваре или заваренной как чай не более двух мискалей сухой душицы (в основном цветов и листьев и самых тонких стеблей; более толстые стебли не применяются).

ДЫНЯ

Естество дыни бывает различным в зависимости от сорта и сладости. Умеренно сладкая дыня имеет естество среднее между горячим и холодным, сладкая или очень сладкая дыня — горячая во второй степени. Несладкая, безвкусная дыня — холодная в первой степени. Все сорта дыни влажные во второй степени.

Дыня очищает, отрывает и выводит прилипшие густые материи, разжижает кровь, быстро усваивается, увлажняет мозг и весь организм, дает полноту телу, полезна при водянке и желтухе. Дыня гонит пот, мочу, способствует выведению камней из почек и мочевого пузыря. Быстро превращается в преобладающую в организме материю.

Дыня может причинить головную боль, особенно людям с горячей натурой.

Натошак есть дыню не рекомендуется, так как это может вызвать лихорадку из-за излишества сафры, точно также нельзя есть ее сразу же после еды, так как это нарушит пищеварение. Есть дыню с сыром служит причиной образования закупорок. Лучшим временем для того, чтобы есть дыню, является промежуток между двумя приемами пищи, когда предыдущая пища уже опустилась вниз желудка.

Отрицательные свойства дыни устраняют уксус и кислый гранат.

Кусок корки дыни, брошенный в котел, где варится мясо, способствует быстрому его развариванию.

ЕЖЕВИКА

Естество: сложное, преобладает в ней холодность и сухость до второй степени.

Свойства: все части ежевики — плоды, цветы, листья, стебли обладают высушивающим свойством, охлаждают, удерживают вещества в организме, прекращают кровохарканье и кровотечение внутренних органов, укрепляют кишечник. Листья ежевики жуют при язвах на деснах и их рыхлости, при плохом запахе изо рта, а также при свежих

царапинах и ранах во рту, точно такие же действия оказывают и спелые плоды ежевики.

Из всех частей ежевики ее плоды обладают наибольшей закрепляющей силой. Если выжать сок из свежих плодов ежевики и настоять его в тени, затем смазать этим настоем мокнущую язву, то это окажет высушивающее действие и прекратит выделение жидкости из язвы. Листья ежевики, если их прикладывать на опухоли, рассасывают их.

Ежевика вредна для почек, исправляют это отрицательное свойство употреблением сахара-песка.

Есть горный сорт ежевики, у него меньше колючек и сами колючки более тонкие, а стебли белые (белесые). Свойства этого вида сходны со свойствами обычного вида ежевики.

ЗАРЧУБА

Это корень, высотой в два заръа (около 2 м. — В. К.). Из корня его растут ответвления, и на каждом ответвлении находятся листья, похожие на маленькие листья банана, цветы его желтые в соцветиях. Семена его черные, очень мелкие, а корень желтый, его извлекают из земли, разрезают на части и кипятят, затем высушивают. Свежий корень зарчубы имеет плохой вкус и запах, а через три-четыре месяца делается приятным. Говорят, что внутри корня изредка попадаются ядовитые зерна, они темнее самого корня и более твердые. Те, кто знают, извлекают их и выбрасывают, а остальную часть отваривают.

Место произрастания и выращивания зарчубы — Китай, Индия (Бенгалия, Декан). Лучшая зарчуба — свежая яркого цвета с малым количеством отростков от корня.

Естество: в третьей степени горячее и сухое.

Свойства: очищает органы зрения, открывает закупорки в печени, помогает при водянке и желтухе, если один дирхем ее выпьют с белым вином и с равным количеством аниса. Жевать корень зарчубы помогает при зубной боли, особенно если корень зарчубы слегка поджарить и жевать его в теплом виде.

Посыпание ран и язв порошком из растолченного корня зарчубы высушивает их, устраняет боль и опухание. Поэтому жители Индии после кровопускания сразу же без промедления натирают порошком зарчубы место, откуда было сделано кровопускание.

Примочка из зарчубы с вином высушивает раны и язвы, рассасывает опухоли, особенно опухоли, появившиеся на том месте кожи, где было сделано кровопускание.

Отрицательные свойства зарчубы: очень сильно вредит сердцу. Исправляют это вредное действие употреблением лимонного сока.

Доза употребления зарчубы внутрь до двух дирхемов.

ЗВЕРОБОИ

Зверобой имеет три разновидности, они различаются высотой стебля, величиной листьев и некоторыми другими признаками. У одного вида цветы белые, у двух остальных видов — желтые. Свойства высушенного зверобоя сохраняются до десяти лет.

Свойства всех трех видов очень близки между собой и различаются в основном лишь интенсивностью действия.

Естество: в последней ступени второй степени горячее и сухое.

Свойства: оказывает высушивающее и рассасывающее действие, очищает, открывает закупорки, рассасывает густые и вязкие материи.

Зверобой употребляют внутрь (в виде отвара) для открывания закупорок в желудке, печени и кишечнике, как мочегонное, а также для удаления желчи и густой сафры.

Питье отвара из листьев зверобоя в течение длительного времени (до сорока дней) применяется при болях в бедрах, ишиасе, подагре.

Примочки из зверобоя применяют для очищения и заживления больших ран и язв, при ожогах от огня.

Отрицательные свойства зверобоя: причиняют головную боль людям с горячей натурой; исправляют этот недостаток употреблением уксусомеда. Зверобой нельзя употреблять внутрь беременным женщинам. Доза употребления зверобоя внутрь — один дирхам.

ЗИРА

По-арабски ее называют «каммун». Зира бывает 4 видов: персидская, кирманская, сирийская и набатейская. Каждый из этих видов бывает культурный и дикий.

Два лучших вида:

- 1) Кирманская зира — черного цвета, мелкая, ароматная.
- 2) Персидская зира — желтоватого цвета, ароматная. Семя зиры сохраняет свои свойства до 7 лет.

Естество: горячее во второй степени и сухое в третьей степени.

Свойства: горячит, сушит, растворяет и раздробляет вещества; закрепляет.

Действует укрепляюще на желудок и кишечник, вызывает аппетит, растворяет ветры, гонит мочу.

Жевать зиру с солью и глотать очень хорошо действует для устранения излишней влаги в желудке. Если зиру поджарить, а затем настоять в уксусе, она очень сильно закрепляет желудок и оказывает очень сильное действие, устраняя влажные вещества из желудка.

Прикладывание зиры в смеси с оливковым маслом рассасывает опухоль селезенки. Зира, приложенная с бобовой мукой, рассасывающе действует на опухоли.

Заживляет раны — зиру кладут прямо в середину раны.

Постоянное употребление зиры вызывает худобу и желтизну; немного вредна для легких.

Зира очень полезна для людей с холодной натурой, стариков и людей с влажной натурой.

Если при варке твердого мяса бросить вместе с другими специями также и зиру, то это сделает мясо мягким и придаст ему свойства смягчения и растворения ветров и изгнания мочи, то есть мясо делается мягчительным, ветрогонным и мочегонным средством.

ИЗЮМ

Изюм — сушеный виноград с косточками. Лучший изюм — сладкий мясистый, с мелкими косточками. Счита-

ется, что естество изюма из черного винограда более горячее, чем из белого, розовый виноград занимает соответственно промежуточное положение. Кроме этого, принимается во внимание степень сладости изюма: чем больше его сладость, тем более горячим является его естество, а чем он менее сладок или более кислый, тем менее горячим является его естество. Сильно высушенный изюм с крупными косточками более высушивает организм и закрепляет.

Свойства изюма значительно отличаются от винограда, то есть от его свежего состояния. Так, древние медики выражают твердое убеждение в том, что употребление изюма в пищу, помимо его значения как питательного продукта, оказывает укрепляющее действие на нервную систему, благотворно влияя на нервновозбудимых людей, способствует сглаживанию всякого рода возбуждений, подавлению гнева и т. п. Изюм укрепляет сердце и уменьшает сафру. Изюм особенно белый, способствует созреванию и выведению из организма вязкой лимфы, а также сафры, смягчающе и очищающе действует на кишечник и поэтому оказывает слегка послабляющее действие, которое однако проявляется у разных людей по-разному. Изюм оказывает хорошее действие на легкие, печень. Худые люди от изюма полнеют.

В сочетании с другими средствами изюм применяется для лечения ряда болезней. Так, изюм, настоенный на виноградном уксусе, является испытанным средством от желтухи, а также от опухолей селезенки. Если же вынуть из изюма косточки и вместо них вложить в каждую изюминку по одному зерну черного перца и употреблять это средство более или менее продолжительное время, то это излечивает простудные заболевания почек и мочевых путей, а также рассасывает камни в почках и мочевом пузыре. Размятый изюм, смешанный с животным жиром, применяется как пластырь для рассасывания опухолей и прорыва фурункулов, а также для удаления неправильно растущих ногтей.

Изюм, ввиду своего горячего естества, вреден людям с горячей натурой. Исправить этот недостаток можно употреблением уксусомеда или кислых фруктов.

ИМБИРЬ

Это корень растения, растущего в Индии, особенно много его растёт в Декане, Гуджерате и Бенгалии. Растет он и в некоторых сопредельных странах.

Естество свежего имбиря в третьей степени горячее и в первой степени сухое, естество высушенного имбиря в третьей степени горячее и во второй степени сухое; в имбире есть некоторая влажность.

Свойства: имбирь укрепляет память, переваривающую силу и желудок, печень, открывает закупорки в печени, усиливает половую потенцию, рассеивает густые газы и испарения в желудке и кишечнике, раздробляет, растворяет и высушивает лимфу и густые и вязкие сырые материи, присташие и прилипшие к стенкам желудка, кишок и других органов. Имбирь смягчает организм, выводит густые и сырые материи из мозга и гортани, устраняет холодность нервов, (происходящую от простуды или холодных материй), его применяют при параличе, желтухе, происходящей от закупорок, при глистных заболеваниях, при истечении мочи по каплям, имеющем место от переохлаждения и слабости органов моченспускания. Имбирь принимают для прекращения поноса, происходящего от порчи питательных веществ, для устранения вредного действия животных ядов. Примочки из имбиря применяются при опухолях, появляющихся от лимфы, водянистости и холода; можно также натирать сухим порошком размельченного имбиря, но обязательно нужно держать это место в тепле и не допускать его охлаждения.

Имбирь вредит гортани, исправляют этот недостаток медом или миндальным маслом. Сухим растолченным имбирем посыпают мясной бульон и едят его, — это считается полезным средством от болей в суставах и недомоганиях от сырости и холода, а также от опухолей, появляющихся от холода. Имбирь употребляют как приправу и после еды, — для улучшения переваривания пищи, это создает также хороший запах во рту. Для этого берут небольшое количество размельченного имбиря (на кончик ложки) или небольшой кусочек цельного имбиря и держат во рту и

медленно глотают. Доза разового применения имбиря внутрь — до двух дирхамов.

ИНЖИР

Самый лучший инжир — белый или черный, — сладкий, сочный.

Белый инжир более пригоден как питательный продукт, а черный более подходит как лекарственное средство. Плоды инжира, которые появились на дереве раньше листьев или вместе с ними, нельзя употреблять в пищу. Говорят, если опустить ветку инжира приблизительно на час в соленую воду, затем посадить, то когда из нее вырастет дерево, плоды его будут очень сладкими.

Естество: горячее в первой степени и влажное во второй; по мнению некоторых, инжир горяч во второй степени.

Инжир обладает разжижающими и растворяющими материи свойствами, обладает большой питательностью, успокаивает жар в теле и утоляет жажду. Гонит пот и смягчает организм, слегка послабляет, охлаждает сердце, дает полноту телу, особенно если принимать его с небольшими количествами аниса сорок дней по утрам.

Инжир полезен при сердцебиении, бронхиальной астме, кашле, болях в груди, огрублении плевры; употребление его в пищу с миндалем хорошо помогает избавиться от худосочия. Когда его едят натощак, он хорошо раскрывает пути прохождения питательных веществ и поэтому дает полноту телу. Есть инжир перед едой полезно для смягчения организма, особенно кишечника.

Сушеный инжир — горячий во второй степени и влажный в первой степени, — обладает разжижающими матерью свойствами; по всем свойствам слабее свежего инжира, труднее усваивается организмом.

КАПУСТА

Кочанная капуста обладает сложным естеством, она горячая в первой степени и сухая во второй степени, кочан

ее более влажный, чем листья. Питательность капусты невелика, только сваренная с жирным мясом или курицей дает хорошее питание.

Употребление в пищу жидкости, в которой варилась капуста (например, карамшурбо, борщ и т. п.) препятствует прохождению испарений в мозг, успокаивает головную боль.

Сильно разваренная капуста закрепляет желудок, устраняет дрожание, вызывает сон, укрепляет зрение, помогает при хроническом кашле, при воспалениях в кишечнике.

Полоскание горла соком свежей капусты или водой, в которой варилась капуста с примесью кунжутного масла, применяют при лечении ангины.

Сырая капуста, особенно летняя, или плохо сваренная, долго переваривается и порождает газы.

КАРДАМОН

Это растение из рода душистых пряностей и растет в Индии. Кардамон имеет две разновидности — большой и малый.

Это плод дерева высотой два-три арша (полтора—два с половиной метра) имеет один ствол, листья его похожи на листья гранатового дерева и райхона, цветки его мелкие, розовые, похожи они на цветки бобов. Плоды его похожи на шишки треугольные с неровными гранями, размером с сустав пальца, меньше или больше. Кожура плодов серого цвета. Семена его расположены внутри кожуры, похожи на семя гармалы, пахучие, с хорошим запахом, похожим на запах камфоры, с некоторой остротой.

Естество: горячее в первой степени и сухое во второй.

Свойства большого кардамона: создает хорошее настроение, укрепляет желудок, способствует перевариванию пищи, порождает отрыжку, запирает живот, особенно поджаренный кардамон. Семена его применяются в лекарствах, зубном порошке и т. п., в пищу его не добавляют. А порошок из его растолченной кожуры, а также из семян укрепляет десны и препятствует сыпи во рту.

Говорят, что кардамон вреден для кишечника, исправляют это камедью тарагаканта.

Доза употребления его внутрь — до двух мискалей. Заменой ему служит кардамон малый.

КИШМИШ

Лучший кишмиш желтый, который приготавливают из винограда сорта «аскари», а самый худший кишмиш — черный. Все виды кишмиша мягче и более удобоваримы, чем изюм, и обладают большой питательностью и слабительными свойствами.

Водный настой кишмиша, а также его отвар с наботом хорошо помогает от кашля, они очищают грудь (от скопившихся материй) и улучшают голос.

А в других свойствах кишмиш сходен с изюмом, если у него вынуть косточки. Кишмиш горячит и вызывает жжение в крови.

Исправляют это отрицательное свойство кишмиша уксусомедом, челоном, а также соками кислых фруктов.

КОРИАНДР (КИШНЕЦ, КИНЗА)

Листья и стебли его обладают сложным естеством. По мнению Гиппократа, естество кориандра холодное и сухое во второй степени, другие считают, что холодное от последней ступени первой степени до третьей степени.

Ибн Сино считает, что естество сухого кориандра склоняется к некоторой теплоте.

По мнению Галена, все разновидности травы кориандра склоняются к теплоте. Свежие листья и стебли кориандра или сок свежих листьев и стеблей кориандра действует успокаивающе, предотвращает прохождение испарений в мозг, особенно употребленный с уксусом. Жевать или полоскать рот соком листьев и стеблей устраняет сыпь и жжение во рту. Полезен при сердцебиении, уменьшает остроту сафры, успокаивает жажду, прекращает рвоту.

Наибольшая доза употребления сока кориандра до одной укийи, а листьев и стеблей — до двух укий.

КОРИЦА

Естество: горячее и сухое в последней ступени второй степени; свойства ее сохраняются до пятнадцати лет.

Свойства: сильно разжижает материи, открывает закупорки, улучшает настроение и веселит, устраняет гнилостные вещества и ядовитые вещества животного происхождения, поддерживает и укрепляет силу мозга, сердца и печени. Корица улучшает зрение, растворяет газы и холодные материи, высушивает излишнюю влагу в мозгу, полезна при болезнях простудного происхождения, обладает мочегонным действием, применяется при сердцебиении, нервных расстройствах и навязчивых состояниях, полезна для желудка, при мокром кашле, потере голоса по причине вязкой материи, для очищения груди и горла от вязкой влаги, открывает закупорки в печени, полезна при водянке и загнивании ран. Ею натирают лоб и виски при головных болях простудного происхождения. Примочку из корицы применяют при дрожании какого-либо органа.

Корица вредна для людей с горячей натурой, она вызывает у них головные боли, вредна она также для мочевого пузыря.

Доза приема корицы внутрь от двух дирхамов до пяти дирхамов (дирхам = 3,12 грамма).

КОФЕ

Лучший кофе — свежий, тяжелый на вес, зеленого, или зеленоватого цвета — йеменский, зерна которого тонут в воде. За ним следует по качеству — эфиопский кофе, зерна которого в сыром виде являются черными — очень плох, горек и неприятен на вкус.

Яванский (индонезийско-малайский) кофе — белый и зерна его крупнее и легче по весу по сравнению с йеменским и эфиопским.

Кофе пьют очень многие люди во многих странах мира, но в каждой стране или области его готовят и применяют по-разному. Жители Йемена и окрестных областей употребляют не сами зерна, а кожуру его зерен. Они

кипятят ее, процеживают и пьют в горячем или теплом виде по несколько больших пиал или перед едой, или после еды (в большинстве случаев). Вкус этого отвара сладковатый и вязущий.

А жители других арабских стран как в самой Аравии, так и за ее пределами, а также Ирана, Средней Азии, Индии, Европы и в других областях и странах употребляют сами зерна,— кипятят их, некоторые — сырыми, некоторые,— предварительно поджарив их,— слегка или сильно. Одни слегка дробят зерна кофе, другие сильно размельчают его. Точно также в одних областях пьют очень крепкий, густой кофе, в других — очень жидкий, некрепкий, в третьих — средней густоты. Одни пьют его предварительно очистив и процедив, другие пьют его непроцеженным. Европейцы пьют его с молоком и сахаром.

В определении естества кофе и его свойств имеется немало разногласий. Некоторые медики считают его естество холодным и сухим в первой степени, другие — холодным в первой степени и сухим во второй. Есть также суждение о том, что его естество в первой ступени второй степени холодное и в третьей степени сухое. Это последнее мнение обосновывается тем, что длительное употребление кофе придает сухость мозгу (то есть удаляет из него излишние влажные вещества) и (вследствие этого) вызывает бессонницу, а натуру человека делает сухой или значительно более сухой.

А Шейх Довуд Антоки (Антиохийский) пишет, что кофе горячий в первой степени и сухой во второй; распространенное же мнение о холодном естестве кофе неверно, потому что кожура зерен кофе — горькая, а все горькое имеет горячее естество. Поэтому возможно, что кожура — горячая по своему естеству, а сами зерна умеренные, средние между горячим и холодным или же холодные в первой степени. Единственным доказательством холодного естества кофе может быть его вязущий вкус.

Антоки считает, что поскольку давно установлено, что кофе полезен (применяется) для высушивания влажных веществ, кашля, происходящего от лимфы и сырых материй, изливания влажных веществ из мозга в глотку, для откры-

вания закупорок, а также для усиления мочеиспускания,— все это доказательства горячего и сухого естества кофе.

А Хаким Мирмухаммад Мумин пишет в своем труде «Тухфат-ул-муминин», что сопоставление всех данных о свойствах кофе свидетельствует об умеренно горячем естестве кофе и преобладании в нем сухости, а также о том, что кожа зерен и более горячая, и более сухая.

Автор этих строк считает, что возможно природа и естество кофе сложны и противоречивы по составу действующих в нем начал, в особенности естество свежего кофе, так как в нем имеются две составные части: одна легкая, летучая, воздушная, легко испаряющаяся,— горячая и влажная по своему естеству; другая часть — плотная, землистая,— холодная и сухая по своей природе. Чем свежее кофе, тем больше в нем содержится первой составной части, летучей, испаряющейся, а чем больше лежит кофе, тем меньше в нем становится этой составной части. Особенно из его кожуры она легко и быстро улетучивается. При поджаривании зерен кофе эта летучая составная часть также уменьшается и тем больше уменьшается, чем больше его поджаривают.

Подытоживая сказанное, можно сделать вывод, что свежий, недавно сорванный кофе, особенно кожа его зерен, склонен к теплоте, то есть несколько горяч по своему естеству и сухой.

А кофе несвежий, давно сорванный и лежалый, особенно поджаренный — холодный и сухой, и чем дольше он лежит и чем больше он поджарен, тем более увеличивается в нем холодность и сухость.

Свойства и воздействие кофе. Питье отвара кофе способствует открыванию закупорок, успокаивает боли и умеряет ускоренный и беспокойный ток крови, успокаивает острую сафру и савду, прекращая их жжение. Разжижает густые и плотные вещества, очищает их, поэтому полезен при лихорадках, происходящих от крови, сафры и савды, особенно в начале заболевания, точно так же при крапивной лихорадке, происходящей от крови, полезен при желтухе.

Кофе смягчает натуру, усиливает мочеотделение, вы-

сушивает влажные материи, полезен при кашле от сырых и вязких материй, при истечении влаги из мозга в носоглотку, кофе устраняет усталость, укрепляет желудок, полезен при большинстве видов головной боли, при меланхолии, особенно тех их разновидностях, которые происходят от сгорания несозревших материй или от уплотненных или вязких веществ. Такое действие обусловлено очищающими и разжижающими свойствами кофе, а также тем, что кофе препятствует поднятию испарений в голову.

Говорят также, что кофе полезен при геморрое. Хаким Мир Имодуддин Махмуд пишет, что по его мнению кофе должен помогать больным проказой (исходя из указанного свойства растворять уплотненные вещества и очищать их от вредных примесей). Полезен при расслабленном желудке, кофе высушивает в нем влажные материи и препятствует поднятию газов и испарений из желудка в мозг; при поносе кофе также очень полезен, особенно слегка поджаренный.

Кофе устраняет сонливость и жажду, придает силу терпеть отсутствие сна, а также переносить жажду и довольствоваться малым количеством пищи и питья, без того, чтобы организм ослабел или же появилось недомогание. Кофе устраняет усталость во время путешествий и разного рода работ, требующих много движения и всяких затруднений.

Любителями кофе написаны стихи в восхваление кофе. С другой стороны, люди, видящие в основном его отрицательные свойства, создали стихи в порицание кофе. Относительно отрицательных свойств кофе многие авторы пишут следующее: он является причиной бессонницы, а иногда и головной боли, сушит тело, вызывая похудение придает желтый цвет лицу, ослабляет половую способность, уменьшает количество семени. Придает быстрый ритм работы сердца, вызывает сердцебиение; создает скопление газов в отдельных частях тела, служит причиной кулинджа, меланхолии, тяжелых сновидений. Кофе высушивает органы дыхания и вызывает их загроубение, служит причиной геморроя. Вообще, считают, что кофе вреден людям

с холодной и влажной натурой, а также людям, в организме которых скапливается много вредных материй.

По мнению автора, эти перечисленные отрицательные свойства кофе относятся к старому лежалому и сильно до черноты поджаренному кофе, а не сырому и свежему кофе, особенно это не относится к кожере зерен кофе, которая в организме некоторых людей даже усиливает половую способность, а также укрепляет желудок и пищеварение. Возможно именно поэтому жители Йемена пьют много кофе и при этом после еды. В объяснение этого говорят, что причиной этого обычая жителей Йемена является их очень горячая натура, а также то, что они употребляют в пищу много фиников и других плодов, обладающих горячим естеством.

Автор этих строк считает, что нельзя допускать преувеличений как в описании полезных свойств кофе, так и в определении его вредных воздействий, как это имеет место в вышеприведенных высказываниях сторонников кофе и его противников. Очень многое зависит от обычаев, силы организма, степени теплоты или холодности природы; количества, а также качества употребляемого кофе.

Таким образом, на наш взгляд, ни одно свойство кофе не имеет абсолютной, независимой силы, а зависит от ряда других факторов. Вообще же имеющиеся в медицинской литературе сведения о полезных и вредных свойствах кофе настолько обширны и разнообразны, что здесь мы не имели возможности привести их все, а дали лишь наиболее основные и известные из них.

Мирзо Кози пишет, что для людей с горячей натурой кофе является целебным средством, так как он делает природу менее горячей, а по этой причине, — из-за меньшей теплоты в организме — влажные вещества меньше расщиваются. Поэтому иногда бывает, что таким людям кофе дает сон. Далее он пишет, что он сам знал человека с очень горячей натурой и по этой причине он страдал бессонницей, и наподобие человека, страдающего воспалением мозга, находился в постоянном возбуждении, волнении и расстройстве. Когда он две-три ночи попил кофе, к нему пришел сон, и прежнее его состояние прошло.

Определенный вред, который кофе оказывает на сердце, устраняют употреблением шафрана: при варке кофе бросают в него несколько тычинок шафрана. Пишут также, что для устранения вредных свойств кофе в него добавляют имбирь или сахар-набот.

Шейх Довуд Антоки пишет, что тот, кто пожелает пить кофе для повышения настроения и снятия усталости и недомогания, должен употреблять его со сладостями и жирами, это будет способствовать проявлению его полезных свойств и устранению отрицательных воздействий.

Многие люди пьют кофе с молоком, это ошибочное сочетание, так как оно может вызвать некоторые хронические кожные заболевания.

Кофе не рекомендуется пить натощак, следует принять некоторое количество пищи (это обычно называют «подстилкой для кофе»), затем уже выпить две—три пиалы кофе. Не следует однако пить много кофе после обильной еды.

КРАПИВА

Естество: в начале третьей степени горячее и сухое; некоторые считают, что горячее во второй степени.

Свойства: разрежает густые и вязкие материи, привлекает к себе излишние вещества, однако сильно раздражает, изъязвляет органы; рассасывает твердые опухоли, гонит мочу и месячные, усиливает отделение молока у кормящих матерей, действует как потогонное, очищает грудь, легкие и желудок, открывает закупорки в печени и селезенке. Семена крапивы и отваренные листья и их отвар с ячменной водой принимают внутрь при заболеваниях груди — астме, а также для очищения груди от густых и вязких материй. Свежие листья или в растертом виде прикладываются к нарывам и чирьям, чтобы они открылись. Семена крапивы употребляют внутрь при астме, кашле, заболеваниях дыхательных путей, при водянке, для удаления «желтой жидкости» (то есть жидкости, скопившейся при водянке) и вязкой лимфы, при заболеваниях селезенки. С уксусомедом их применяют для успокоения болей в селе-

зенке, в боку и в почках, — это быстро оказывает действие. Отвар семян крапивы вместе с корнем солодки принимают для очищения мочевого пузыря от грязи и налета. Измельченные семена и сухую траву крапивы посыпают на разъедающие язвы и изъязвленные раковые опухоли, это высушивает их, оказывая мягкое действие без жжения.

Крапива вредна для почек и кишечника, исправляют эти отрицательные свойства челоном.

Доза разового употребления внутрь семян — до трех дирхамов, прием сверх этой дозы чреват опасным для жизни отравлением. В этом случае принимают охлаждающие напитки и сок фруктов, имеющих холодную природу, а также слизистые обволакивающие вещества.

КРАХМАЛ

Крахмал — это продукт, приготавливаемый из пшеницы. Пшеницу размачивают и держат ее до тех пор, пока она не достигнет начала загнивания и ее кожа будет растрескиваться и когда ее потрут руками, кожа будет легко отставать от сердцевины зерен, а сама сердцевина будет мягкой. После этого ее толкут и отжимают и густой остаток с кожурой отделяют, а жидкую часть оставляют, пока она не даст осадок. Затем воду сверху сливают, а из осадка (то есть крахмала) приготавливают крупные пилюли и сушат их на солнце и употребляют.

Лучший крахмал белый, свежеприготовленный, чистый, который не заплесневел и не почернел.

Естество: в последней ступени первой степени холодное и сухое. Некоторые считают его холодным и влажным.

Свойство: задерживает вещества в организме, закрепляет и склеивает.

Принимать внутрь отвар крахмала с наботом или миндальным маслом в теплом виде прекращает кровотечения и огрубение горла, а также кашель, происходящий от жары и горячих материй и боли в груди и помогает от туберкулеза, прекращает истечение крови при геморрое и поносе, особенно, если поджарить и сварить с чечевицей, тогда его закрепляющая сила увеличится.

Кисель из крахмала препятствует спусканию жидких веществ в грудь. Крахмал следует варить в воде (вода по весу больше крахмала в три—четыре раза) и хорошо, тщательно отваривать.

Отрицательные свойства крахмала: дает мало питания, чрезмерное употребление его уменьшает семя, создает закупорки, затрудняет пищеварение. Говорят также, что он порождает савду.

Исправляют отрицательные свойства крахмала сладостями, петрушкой, гвоздикой. Доза применения крахмала внутрь от одного мискаля до пятнадцати мискалей,

КРЕСС-САЛАТ¹

Имеется два вида кресс-салата — культурный (посевной) и дикий, каждый из которых делится на разновидности.

Естество: во второй степени горячее и в первой сухое.

Свойства: открывает закупорки в печени и селезенке, очищает, гонит мочу, рассасывает камни в почках и мочевом пузыре, рассеивает газы и испарения, усиливает пищеварение.

Отрицательные свойства кресс-салата: вызывает головную боль и головокружение, наполняет организм испарениями. Поэтому постоянное или чрезмерное употребление кресс-салата в пищу нежелательно. Средняя доза разового употребления кресс-салата в пищу — до пяти дирхамов (приблизительно 15 граммов). Особенно вредно есть его на ночь, это может послужить причиной кожных заболеваний. Исправляют эти отрицательные свойства кресс-салата употреблением уксуса.

КУНЖУТ

Он широко известен, лучший его сорт белый, свежий, маслянистый, созревший. Сила его сохраняется до двух лет.

¹В Средней Азии в обиходе известен под названием «армянская трава».

В большинстве стран (Востока — В. К.), пекари очищенным от кожуры кунжутом посыпают лепешки (хлеб), а кондитеры изготавливают из нее халву. Его масло имеет большое распространение и входит в состав большинства масел и пластырей, а также в некоторые сорта халвы, и они не подвергаются быстрому заплесневению и порче по причине клейкости и густоте. Кунжут, из которого не выжато масло, особенно не очищенный от кожуры, шелухи портится медленней, чем очищенный от кожуры.

Естество: в последней ступени первой степени горячее и влажное, с особой клейкой влажностью; высказывают также мнение, что естество его во второй степени горячее и влажное.

Свойства: оказывает мягко склеивающее действие, открывает, порождает хорошую кровь, дает мало питания, придает полноту телу, смягчает голос и огрубение горла (гортани) по причине мягкой склеивающей способности, исправляет перегоревшие материи и вещества савды, смягчает кишечник и нижнюю его часть (задний проход), рассасывает горячие опухоли.

Кунжут способствует образованию жира в почках.

Отрицательные свойства кунжута: трудно и медленно переваривается. Исправляют это отрицательное свойство поджариванием кунжута. Употребленный с медом кунжут быстро переваривается.

Кунжут вызывает плохой запах во рту, особенно, если он застрянет между зубами.

Кунжут причиняет головную боль. Устраняют это действие употреблением меда.

Доза употребления кунжута внутрь — пять дирхемов.

КУНЖУТНОЕ МАСЛО

Естество: во второй степени горячее и влажное. Кунжутное масло сохраняет свою силу до семи лет.

Свойства: употребление внутрь кунжутного масла с соответствующими другими средствами открывает, смягчает, увлажняет, дает полноту телу. Устраняет перегоревшие вещества, появившиеся вследствие действия острой

материи, помогает при астме и одышке, сухом кашле, в этом отношении оно действует сильнее самого кунжута. В лечении жжения в моче действует подобно кунжуту. В легкой пище, которую дают больным, кунжутное масло стоит на третьем месте (по своим лечебным свойствам) после миндального и фисташкового масел.

Смазывание его с белком куриного яйца применяют для рассасывания затверделостей и опухолей в глазах. С льняным семенем полезно при шероховатости и зуде в теле и при ожогах огнем и при ранах, разъеденных известью.

Отрицательные свойства кунжутного масла: вредно для людей с преобладанием савды. Кунжутное масло трудно переваривается и расслабляет желудок и ухудшает состояние слабого мозга, оно быстро превращается в сафру. Исправляют все это кипячением кунжутного масла с луком или с небольшим количеством теста, а также употреблением его в пищу вместе с лимонным соком или же употреблением лимонного сока после принятия кунжутного масла.

Доза употребления внутрь кунжутного масла до двух дирхемов.

КУРЫ

Естество. Мясо двух-трехлетней жирной курицы горячее в последней ступени первой степени и умеренно влажное, а цыплята-курочки еще более влажные. Мясо петуха менее горячее по своему естеству (в середине первой степени), чем мясо курицы, и несколько сухое. Мясо цыплят-петушков умеренно горячее (в начале первой степени) и несколько влажное. Мнение о том, что мясо цыплят — петушков холодно по своему естеству неосновательно, так как вообще мясо всех неводяных птиц имеет горячее естество.

Свойства. Хорошо сваренное мясо кур и петухов богато питательными веществами, оно нежнее мяса большинства других птиц. Оно порождает хорошую кровь, хорошо действует на мозг. Если же оно сварено недостаточно, не полностью проварено, то оно не имеет таких хороших свойств. Бульон из хорошо сваренного петуха имеет рассасываю-

щие свойства, смягчает натуру, изгоняет савду, и очень полезен при кулиндже.

Бульон из цыплят очень полезен для хилых и слабых натур, для выздоравливающих, для страдающих лихорадкой, причиной которой является сафра, а также для выведения вредных излишков веществ и смягчения природы. Существует мнение о том, что мясо цыплят вызывает ослабление желудка, а мясо взрослой курицы закрепляет.

Цыплята—петушки более полезны для выздоравливающих, при болезнях от горячих материй, в то время как цыплята—курочки и молодые куры вызывают пополнение и поправку тела, излечивая худобу, очищают цвет лица, улучшают голос, хорошо питают мозг, хороши для лечения навязчивых состояний; сваренные со свежим сливочным маслом рекомендуются при сухом кашле. Если в течение недели употреблять в пищу бульон из молодой курятины и съедать по ее куску вместе с белым хлебом, то это устраняет желтизну лица, причина которой неизвестна.

Жареная курица полезна для влажного желудка, она долго переваривается, дает поправку телу.

Куриный жир употребляют для смягчения твердых образований и рассасывания савды. Смазывание головы теплым расплавленным куриным жиром рекомендуется при меланхолии, струпьях и язвах на голове, а также при всех заболеваниях, вызванных сухостью.

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ

Естество: горячее и сухое во второй степени.

Свойства. Рассасывает, обладает общеукрепляющими свойствами, придает бодрость и хорошее настроение, имеет мочегонное действие, обладает также определенными противоядными свойствами.

Отвар нескольких листьев или жидкие блюда, сваренные с лавровым листом, помогают при болезнях мочевого пузыря, матки. Употреблять такой отвар с медом очень хорошо при простудных заболеваниях, а с уксусомедом или с уксусом — при болезнях, происходящих от жары или го-

рячих материй, при ревматизме и болях в суставах и нервах, при болях в пояснице.

При излишнем употреблении отвар лаврового листа может вызвать тошноту и повредить органам груди.

Обрызгивание комнаты отваром лаврового листа изгоняет мух и других насекомых.

ЛЕН

Одежда из льняного волокна.

Естество: холодное и сухое, некоторые также считают, что уравновешанное, но склонное к холодности.

Свойства: ношение одежды из льняного волокна снимает жару и служит причиной уменьшения отделения пота и его высушивания; одежда из льняной ткани полезна при чесотке, твердых опухолях. Одежда из льняной ткани очень подходит людям с горячей натурой, а также для жаркой летней погоды.

Льняное семя. Оно бывает темно-жёлтым, гладким, плоским и несколько продолговатым, а некоторые сорта семян — красноватые, некоторые черные, есть и белого цвета.

Естество всех разновидностей льняных семян в первой степени горячее и сухое; в нем содержится также особая излишняя влажность.

Свойства: растворяет, очищает, смягчает организм. Слизью льняного семени (которая образуется, если залить его кипятком и настоять) закапывают, а также смазывают глаза при покраснении. Лизать эту слизь с медом полезно при кашле от преобладания лимфы. Три дирхама льняного семени, принятые внутрь, хорошо очищают грудь, способствуют созреванию материи и рассасыванию опухолей в печени и других внутренних органах.

Поджаренное льняное семя закрепляет и останавливает кровохарканье, очень полезно при кашле от сырых материй.

Употреблять внутрь полмискаля льняного семени ежедневно в течение длительного времени полезно при болях в

кишках, действует как мочегонное и потогонное и для увеличения отделения молока у кормящих матерей, это хорошо смягчает организм, помогает при язвах в почках и мочевом пузыре. Употребление льняного семени с медом оказывает пользу при опухании селезенки. Примочки из льняного семени делают при твердых опухолях, язвах на голове.

Жженые льняные семена посыпают в виде порошка на раны, это их высушивает и успокаивает боль и жжение в них.

Отрицательные свойства льняного семени: вызывает помутнение зрения.

Исправляют этот недостаток употреблением кинзы. Ослабляет переваривающую способность, исправляют это отрицательное свойство употреблением уксусомеда. Вредит также мужским половым органам (яичкам), исправляют это отрицательное действие употреблением меда.

Доза разового употребления льняного семени — от трех до четырех дирхамов.

ЛЕСНОЙ ОРЕХ,

ФУНДУК

Это плод дерева (лещины или орешника), растущего в горных местах, но реже растущего и на равнине и в садах. (На равнине) он растет в местностях с более холодным климатом.

Плод его трехгранный, близкий к круглому по форме. Ядро его белое, а у старых лесных орехов — желтоватое, оно сильно маслянистое и подобно ядрышкам миндаля имеет две половинки, которые обтянуты тонкой кожурой красновато-темного цвета. Сверху ядро покрыто твердой ореховой скорлупой.

После полного созревания орехов скорлупу их разбивают и ядра их употребляют в пищу.

Естество: горячее в конце первой степени и сухое в начале первой степени. Все части дерева до листьев и ветвей обладают закрепляющей силой, вяжущим свойством и терпкостью, а также высушивающим свойством, в особен-

ности скорлупа ореха и кожура (плёнка), покрывающая ядро ореха, обладают в высшей степени высушивающим свойством.

Свойства: укрепляет кишечник, увеличивает субстанцию — вещество мозга.

Одна унция ядра лесного ореха с медовой водой применяется для лечения хронического кашля, вообще с медом или сахаром-песком применяется при кашле, что также способствует удалению, отхаркиванию испорченных веществ из груди и легких и усиливает половую способность.

В поджаренном виде лесной орех с небольшим количеством черного перца вызывает созревание материй при холодном катаре и это полезно для груди и легких. С анисом он применяется при сердцебиениях и худобе, отсутствии жировой ткани в почках, при жжении мочи и для укрепления половой силы, это также полезно при отравлениях холодными ядами, укусах скорпиона.

Ядро фундука самое плотное по своей консистенции из всех косточковых плодов, и чрезмерное употребление его в пищу порождает газы, вызывает растяжение желудка, вредит желудку, причиняет тошноту и рвоту. Исправляют эти недостатки фундука для людей с холодной натурой — медовой водой (вода, в которой разведен очищенный мед) ¹ и сахаром-наботом, а для людей с горячей натурой — уксусомедом и розовой водой (джуллоб).

Ядро фундука, не очищенное от плёнки — кожуры, забирает живот, причиняет головную боль. Исправляют это употреблением сахара-набота и слабительных лекарственных смесей для улучшения переваривания пищи.

Доза употребления фундука внутрь — до двадцати дирхамов.

Масло, приготовленное из ядер фундука — горячее и сухое во второй степени, применяется при кашле, вызванном холодными материями, болях в груди и в печени, происходящих от холода (или холодных материй). Им сма-

¹Об очищении меда см. Словарь, «уксусомед».

зывают места, укушенные скорпионом и фалангой, и это помогает. Масло фундука вредно для желудка.

ЛИМОН

Естество: холодное во второй степени и сухое в первой степени, однако есть мнение, что влажное в первой степени.

Свойства: рассасывает, очищает, отрывает густые, вязкие материи. Полезен при головной боли, происходящей от жары или горячей материи, головокружении от испарений густых материй, для устранения похмелья; при горячих опухолях в горле, при сердцебиении, происходящем по причине излишка савды, при ускоренном движении крови сафры, при рвотах, вызываемых сафрой, и при возвращении пищи из желудка вследствие неприятия им пищи, при тошноте; для укрепления горячего желудка и горячей печени, при лихорадках, происходящих от сафры и крови и от гнилости в крови.

Лимон вреден для нервов, а также людям, страдающим кашлем, происходящем от простуды и холодной материи, людям с холодной натурой. Чрезмерное употребление лимона натошак расслабляет кишечник. Исправить этот недостаток можно употребляя его с сахаром или медом.

Смазывать лоб и виски нагретой мякотью разрезанного лимона помогает при головной боли, происходящей от жары.

Сок лимона очищает лицо и рассасывает прыщи. Лимон обладает некоторыми противоядными свойствами, особенно при укусах насекомых.

ЛУК

Лучший сорт — крупный белый и сочный.

Естество: горячее в последней ступени третьей степени и в начале третьей степени сухое.

Свойства: открывает закупорки, повышает аппетит, употребление в пищу и вдыхание его запаха устраняет неблагоприятное воздействие испорченного воздуха во время

массовых заболеваний и мора — при холере и чуме; исправляет действие новой, непривычной воды, что очень полезно при путешествиях,— при перемене климата нужно есть лук с хлебом.

Суп из хорошо разваренного лука смягчает организм, устраняет кислую отрыжку. Лук, разваренный вместе с курдючным салом, хорошо очищает грудь и легкие от вязкой материи. Сваренный в уксусе или настоенный в уксусе лук полезен при желтухе, заболеваниях селезенки, для улучшения аппетита и пищеварения.

Вдыхать запах разрезанного лука полезно для очищения закупорок в мозгу и рассеивания паров. Употребление в пищу от двух до 20 мискалей выжатого сока свежего лука (в зависимости от его остроты) практикуют как противоядие при укусе скорпиона. Прикладывать толченый лук на укушенное место также является испытанным средством.

Смазывание кожи соком из свежего лука применяется для притягивания крови к поверхности кожи и улучшения цвета лица.

Во всех свойствах белый лук действует более сильно, нежели другие его сорта.

Лук в свежем виде вреден людям с горячей натурой, злоупотребление им вызывает ухудшение памяти, испарения и головные боли. Вареный, особенно хорошо разваренный лук, в значительной степени лишен этих вредных свойств. Для исправления вредных свойств свежего лука его нужно хорошо вымыть в холодной воде с солью, а также есть с уксусом. Запах от лука во рту устраняют поджаренной сердцевинной грецкого ореха или горелым хлебом. Когда старое и не очень свежее мясо сварят с луком или изжарят в большом количестве расщепленного на слои лука, вредные качества мяса испарятся и оно станет вкусным.

МАСЛИНЫ

Естество: спелые маслины горячие в первой степени и обладают закрепляющим свойством; незрелые — холодные

и в крайней степени сухие; черные маслины — горячие и сухие.

Свойства: быстро превращаются в савду и сафру. Свежие маслины расслабляют желудок и вызывают тошноту. Лучшие маслины — спелые, зеленого цвета, настоянные в соленой воде. Употреблять их в пищу следует вместе с едой, до еды или после еды их есть не следует. Будучи съеденными во время еды они укрепляют желудок, делают его ткань плотной («дубят» ее), возбуждают аппетит, закрепляют вещества в организме, возбуждают половую потенцию, однако служат причиной бессонницы и худобы. Устраняют этот недостаток грецкими орехами, миндалем, жирами и уксусом. Считают, что маслины вредят легким, исправляют это отрицательное свойство медом. Постоянное или чрезмерное употребление маслин в пищу вызывает жгучесть материй, исправляют этот недостаток сладостями.

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ

Естество: в последней ступени первой степени горячее и влажное. Чем дольше хранится сливочное масло, тем больше оно теряет влажность и становится суше; если оно хранится два года, то его естество станет сухим в первой степени.

Сливочное масло обладает рассасывающими и открывающими (например, закупорки) **свойствами:** имеет противоядные свойства, поэтому его едят при укусах ядовитых животных, а также смазывают горячим расплавленным сливочным маслом места укуса ядовитых животных и насекомых.

Употребление сливочного масла смягчает кожу, очищает лицо, удаляет вредные излишки из мозга и груди, от него полнеют; оно устраняет сухость в горле и в носовой полости, полезно при сухом кашле, при желтухе, болезнях селезенки, от камней в печени, мочевом пузыре и желчном пузыре. Сливочное масло иногда закрепляет желудок, а иногда смягчает его. При сухом хроническом кашле сливочное масло мелкими глотками употребляют (ли-

жут) натошак, особенно хорошо смешать его предварительно с некоторым количеством сахарного песка.

Закрепляющие свойства больше выражены у старого, долго хранящегося сливочного масла, точно также старое сливочное масло обладает более сильными рассасывающими свойствами, по сравнению со свежим или недолго хранящимся сливочным маслом.

Сливочное масло не рекомендуется при внутренних болезнях, болезнях лимфатического происхождения (от излишка лимфы и сырых материй); оно порождает сафру у людей с горячей натурой, так как быстро превращается в то вещество (материю), которое преобладает в организме. Оно расслабляет слабый желудок, особенно если преобладает лимфа и ослабляет переваривающую силу. Исправить эти недостатки людям с горячей натурой можно употреблением кислых продуктов, а людям с холодной натурой — употреблением острых приправ. Доза разового употребления сливочного масла внутрь в лечебных целях — до двух укий (две укийи равны приблизительно 50 граммам).

Испорченное сливочное масло можно исправить двумя способами.

Первый способ: кипятят его в сыворотке от кислого молока, смешанной с кислым молоком, до тех пор пока кислое молоко не сгорит, а масло не начнет гореть. Второй способ: ставят масло на огонь, и когда оно закипит, понемногу подсыпают в него пшеничную муку, кипятят пока мука не сгорит, а масло не начнет гореть; после этого процеживают, очищают и употребляют в пищу.

Для предохранения сливочного масла от скорой порчи при долгом хранении в него добавляют соль.

Свойства сливочного масла больше проявляются в средних по силе организмах по сравнению с сильными и крепкими организмами, поэтому его действие и свойства особенно проявляются у женщин и детей.

МАТЬ-И-МАЧЕХА

Естество: в третьей степени горячее и сухое.

Свойства: рассасывает газы и испарения. Держать во

рту небольшое количество свежих или высушенных листьев мать-и-мачехи (можно и корней) рекомендуется при хроническом кашле, астме, стоячем дыхании, при язвах в груди, рассеивает испарения.

Прикладывание листьев рассасывает и открывает нарывы и чирьи, ускоряет заживление ран.

МЕД

Естество свежего меда горячее во второй степени и сухое в первой степени; естество немного выдержанного меда — горячее и сухое в последней ступени второй степени. Горячащие свойства, его острота и проникающая способность, очистительные свойства свежего некипяченого меда более высоки, чем у выдержанного, поэтому он более пригоден как лечебное средство. Горячащие свойства, острота и очистительные свойства вареного и очищенного от восковой г.лы меда менее выражены и поэтому такой мед более пригоден в пищу, нежели как лечебное средство.

Отваривают мед следующим образом: добавляют воды (одну треть или четверть объема) и ставят на слабый огонь, по мере кипения удаляют восковую пену до тех пор, пока она почти исчезнет. Разбавлять водой нужно обязательно, иначе пена выделяться не будет, а мед подгорит и станет горьким.

Свойства: очищает и открывает закупорки, отрывает вязкие вещества от стенок желудка и кишечника, очищает вязкую мокроту, вытягивает застойные жидкости из глубин организма, очищает мозг от излишков и вредных веществ. Мед лечит паралич, водянку, желтуху.

Говорят, что для сохранения хорошего здоровья надо пить по утрам натощак некоторое количество меда, смешав его с водой, особенно с дождевой. И Гален пишет, что нет ничего полезнее, чем мед для тела и излечения большинства болезней, а также в качестве примеси к другим лекарствам для лучшей доставки их в больной орган и по всему организму.

Пить мед с мазью полезно для извлечения застойных жидкостей и вредных веществ из мозга, при параличе и

ему подобных болезнях, для укрепления желудка и усиления аппетита, для удаления газов и вредных испарений, для раскрытия закупорок и кулинджа. Мед хорошо очищает грудь, плевру; его применяют при лечении заболеваний селезенки, для прекращения газообразования, для растворения камней в почках и мочевом пузыре, при затрудненном мочеиспускании, а также для удаления ядовитых веществ.

Пить мед с водой очень полезно для увлажнения тела и повышения половой способности, для улучшения мочеиспускания, для заживления и очищения язв в кишечнике и мочевом пузыре. Мед с водой — одно из лучших средств для утоления жажды.

Полоскание рта и горла с медом рассасывает нарывы в горле и воспаление миндалин, очищает раны и язвы во рту, на нёбе, языке, гортани, миндалинах, укрепляет десны и зубы, и очищает зубы, делая их белыми, особенно если смазывать зубы медом три—четыре раза в месяц.

Мед, который взят пчелами со степи, где растет полынь и другие травы, бывает горьким, такой мед полезен при болезнях желудка и печени, а также для рассасывания закупорок.

Говорят, что есть сорт осеннего меда, запах которого вызывает чихание, от него становится дурно и выступает холодный пот. Такой мед нельзя употреблять в пищу. А если кто поел, то следует вызвать у него рвоту, затем покормив его соленой рыбой (селедкой), опять вызвать рвоту и так повторять несколько раз, пока желудок полностью не очистится. После этого пусть он поест кислосладких яблок и груш.

МЕЛИССА

Имеет две разновидности: одна из них однолетняя, цветы у нее красновато-фиолетовые, имеет стебель со многими ответвлениями. Другая разновидность — многолетняя, растет от прежнего корня, семян у этой разновидности мелиссы мало, а цветы белые.

Естество: горячее и сухое в середине второй степени.

Свойства: укрепляет сердце, мозг и органы чувств, обостряет память и соображение, полезна для желудка и печени. Открывает закупорки в мозгу, хорошо действует при беспокойстве и страхе, происходящих от савды, успокаивает и устраняет кошмары во сне. Полезна при сердцебиениях, тошноте и отрыжке, происходящих от испарений.

Применяется для рассасывания савды, при болезнях о причине лимфы, сопровождающихся коликами и резами в животе, при болезнях бедер (таза) и почек.

Употребляется как противоядие — внутрь, а также в виде примочек, для устранения или ослабления ядовитых веществ, попавших в организм. Полоскать рот отваром Melissa полезна при порче зубов. Доза разового употребления Melissa — свежей до двадцати дирхамов, сухой — до десяти.

МИНДАЛЬ СЛАДКИЙ

Естество: горячее и влажное в первой степени, а говорят также, что умеренное между горячим и холодным.

Свойства: очищает внутренние органы; укрепляет вещество мозга, особенно если употреблять его с наботом, укрепляет зрение, смягчает организм, горло, полезен для груди: вместе с сахаром полезен также при астме, плеврите и кровохарканьи, при ссадинах и язвах в кишечнике и мочевом пузыре, увеличивает количество семени, успокаивает остроту мочи, дает полноту телу.

Отрицательные свойства миндаля: тяжел и трудно переваривается в холодном желудке, вреден для кишечника; исправляет эти свойства употребление мастики; возбуждает сафру, — исправляют этот недостаток употреблением сахара-песка.

Варенье с миндалем высоко питательно, дает полноту телу и очень полезно для почек.

Заплесневелый миндаль нельзя употреблять в пищу, если кто поел, нужно у него вызвать рвоту, и затем поить кислыми соками.

МОЛОКО

Молоко состоит из трех частей: жидкости, маслянистого вещества и творожистого вещества. В зависимости от преобладания того или иного компонента над другими, естество молока изменяется по теплу, холодности, влажности или сухости или по уравновешенности, а также по своим лечебным свойствам и воздействию на организм. Молоко каждого животного в отдельности описывается нами отдельно, каждое на своем месте (по алфавиту), здесь же будут описаны в кратком изложении общие свойства и воздействия молока (независимо от животного, от которого его получают).

Молоко тех животных, которые по сроку их отёла (рождения телёнка) близки к срокам человека, является лучшим и предпочтительным по своей питательности для человека по сравнению с другими. Поэтому молоко коровы, у которой этот срок такой же, как и у человека, то есть тоже девять месяцев, является лучшим для детского питания и взрослых по сравнению с молоком других животных. Коровье молоко склонно к уравновешенности своего естества по своим свойствам и воздействиям. После него идет (на втором месте) козье и овечье молоко, а также оленьё молоко (молоко газели). После них верблюжье молоко.

Некоторые считают козье молоко лучшим, чем коровье, и пишут, что оно более уравновешенное в отношении питательности. А молоко ослицы, лошади и верблюда, дикой ослицы — онагра и свиньи и других животных являются более сильными в лечебном отношении по сравнению с ранее упомянутыми животными, которые стоят выше в питательном отношении. Кроме того молоко различается (у одного и того же животного) в зависимости от характера питания, возраста, упитанности или худобы, а также в зависимости от цвета шерсти животного, и от сезона года, местности и т. д.

Так молоко животного, которое питается свежими травами в весеннее время, когда идут дожди, содержит больше влаги по сравнению с молоком животных, питающихся сеном, и в жаркое и сухое время года.

А если животное питается травой, поедая дурманящие или обесчувствливающие растения, наподобие белены, мака, салата, то молоко этого животного тоже будет обладать дурманящими и притупляющими чувства свойствами. Соответственно этому, если животное будет поедать больше трав, обладающих слабительными свойствами, то и молоко тоже будет обладать этими свойствами, а если поедаемые травы больше имеют закрепляющее свойство, то и молоко соответственно будет иметь это же свойство; точно также в отношении трав, обладающими другими свойствами — согревающими, охлаждающими, увлажняющими, или корма грубые и плотные — все эти свойства в соответствующей степени отражаются на свойствах молока.

Молоко животного, имеющего белую окраску, быстрее усваивается организмом по сравнению с молоком животных, имеющих другую окраску (масть).

Свойства: жидкость его во второй степени холодная и влажная, маслянистая часть в первой степени горячая и сухая, творожистая его часть в первой степени холодная и сухая. Свежеподоенное, парное молоко имеет горячее естество с мягко действующей теплотой и быстро проникает в ткани и усваивается, — в противоположность холодному молоку, в котором уже испаряется мягко действующая теплота. Поэтому, если хотят выпить молоко уже остывшее, нужно его подогреть, чтобы оно быстрее проникло и оказывало действие.

Если мы в данном описании не оговариваем, от какого животного молоко имеется ввиду, мы имеем ввиду коровье молоко.

И коровье молоко является после материнского молока самым лучшим питанием для организма маленьких детей. Что же касается людей более старшего возраста, то это зависит от особенностей природы того или иного человека, оно должно подходить, соответствовать его натуре. Употребление после молока в пищу мяса, поджаренных яиц, а также того, в чем преобладает творожистое вещество, причиняет закупорки и создает тяжесть в организме. И чем больше в молоке содержится жидкого водянистого вещества, тем больше оно действует как мочегонное, открывает

закупорки и легко усваивается. А чем больше в молоке преобладает маслянистое вещество, жирность, тем более оно согревает и тяжелее для усвоения.

До прошествия сорока дней после отёла коровы зимой, ее молоко нельзя употреблять в пищу из-за преобладания плотного и вязкого вещества, а молоко коровы, совсем недавно отелившейся, нельзя употреблять в пищу из-за преобладания в нем водянистости.

Наиболее подходящее время для питья молока — это с конца весны и до середины лета. Самое лучшее молоко — только что подоенное, — парное, от молодого здорового упитанного животного белого цвета. Молоко не должно иметь какого-либо необычного вкуса или запаха.

Отрицательные свойства молока: чрезмерное употребление его порождает лихорадки, язвы, чесотку, зуд, опухоли легких, чирьи и опухоли на лице и т. п.

И вообще независимо от количества употребления молока в пищу, хоть много, хоть совсем немного, оно вредно тем, у кого имеются внутренние опухоли. Для тех, кто страдает нервными болезнями, в особенности с преобладанием лимфы постоянно и каждый день пить молоко вредно, и оно по причине жирности быстро превращается в испарения, сафру и вообще в ту материю, которая преобладает в организме и портится. В жарком климате и при слабом желудке оно приносит вред. Молоко подходит людям с преобладанием савды и с сухой натурой. Небольшое количество молока хорошо для питания, а большое количество. — для смягчения организма и послабления желудка. Нельзя сочетать употребление молока с употреблением кислых продуктов, соленого, с употреблением мяса, куриных яиц, рыбы, редьки, лука, свежих овощей и т. п.

Пока молоко не усвоится, нельзя ничего есть, а также спать, если же при этом в теле скопились до этого испорченные материи и переполнен желудок, считают, что это крайне опасно для здоровья.

Молоко домашних животных содержит много жира и тяжело для усвоения.

Молоко диких животных содержит мало жировых веществ и легко усваивается организмом.

Самое общее свойство молока (независимо от животного) — сложное по составу и воздействию с преобладанием тепла и влаги, а также горячее в первой степени и влажное во второй.

Свойства всех видов молока от всех животных — очищает и выводит перегоревшие материи, придает силу, утучняет, — дает полноту телу, хорошо действует на половые органы. Считают, что оно подходит для горячих и сухих натур, при условии, что в желудке нет сафры.

Закапывание глаз молоком от всякого животного (практикуется при трахоме и большинстве глазных болезней), — как одним только молоком, так и в составе соответствующих лекарств, предназначенных для этого.

Молоко (от всех животных) сохраняет природные (прирожденные) влажные материи и способствует долгой жизни, усиливает половую потенцию, особенно молоко буйволицы с сахаром.

Молоко вообще является противоядием от смертельных ядов, отравления болиголовом, беленой и др., оно помогает также от всех разъедающих и гнилостных материй.

Смазывание молоком очищает и сглаживает неприятные шрамы на поверхности кожи. Питье молока дает хороший цвет лица, особенно с сахаром-песком и дает полноту телу, особенно рис, сваренный на молоке, а также молочный кисель, это особенно полезно для людей с горячей и сухой натурой.

Смазывание сывороткой очищает веснушки и следы на поверхности кожи, питье сыворотки также полезно в этом отношении.

Индийские врачи считают, что питье любого молока в сыром виде порождает самые разные болезни, кроме женского (материнского) молока, а также молока ослицы, а некоторые из них считают, что питье свежеподоенного коровьего молока, в котором еще сохранилось тепло вымени коровы, очень полезно и считают его наподобие живой воды. А другие два-три вида молока от других животных они считают, что лучше употреблять его в кипяченом виде. Способ кипячения у них такой: к молоку добавляют одну четверть его объема чистой пресной воды и кипятят на мед-

ленном огне, пока количество жидкости, равное добавленной воде, не испарится, а останется само молоко (в прежнем объеме). Затем после остывания пьют. Считают также, что плохо, если пьют молоко по прошествии двух часов после доения, а некоторые считают, что по прошествии четырех часов¹. А также питье молока от животного, у которого сдох теленок или был выкидыш, от сильно тощего животного или больного или стельной самки животного или только что отелившейся считают вредным и порождающим многочисленные болезни. Пишут также, что питье молока в начале лихорадок вредно, а в конце их полезно.

Полезно молоко для устранения запоров, при жжении в глазах, сухости головы (мозга), от худосочия и худобы, слабости тела, а также в старости. Молоко является полезным для мочевых путей и половых органов. Если пить молоко разбавленное (кипяченой) водой наполовину или несколько больше, это вызывает обильное мочеотделение и очищает мочевые пути.

МОЛОКО КИСЛОЕ

Лучшее кислое молоко — коровье, свежее, хорошо свернувшееся, не сильно кислое.

Естество: во второй степени холодное и влажное, чем оно более кислое и чем больше в нем сыворотки, тем больше его холодность и влажность.

Свойства цельного кислого молока: увлажняет, хорошо утоляет жажду, увеличивает половую потенцию у людей с горячей натурой, обладает высокой питательностью.

Кислое молоко вредно для людей с холодной натурой, для тех, у кого в желудке много густых и влажных веществ, оно долго усваивается, имеет способность создавать закупорки, образует густые сырые материи, вредно при лихорадках, происходящих от гнилых веществ.

¹ По-видимому, это связано с жаркими климатическими условиями Индии, в которых продукты быстро портятся.

Исправляют эти отрицательные свойства кислого молока острыми приправами и специями или сладкими блюдами, вареньями с примесью специй наподобие имбиря, перца и т. п.

МОРКОВЬ

Лучший сорт — красный, сочный, с малым количеством мелких корешков.

Естество: горячее и влажное во второй степени.

Свойства: разжижает материи, открывает закупорки в печени и укрепляет желудок. Морковь полезна при болях в груди, желудке, печени, для выведения камней из почек и мочевого пузыря, оказывает мочегонное действие, принимают ее и при хроническом кашле и плеврите.

Морковь в сыром виде трудно переваривается, вызывает газы, вредна для людей с горячей натурой; сок ее усваивается горяздо легче. Варенье из моркови легко усваивается, оно полезно при водянке. Варенье из моркови с медом хорошо укрепляет кишечник и пищеварение.

МОШ (МАШ)

Естество: в последней ступени первой степени холодное и несколько сухое; мош, очищенный от кожуры — умеренный по влажности и сухости. Кожура имеет сложное естество, более горячее и с терпкостью.

Более мягок и приятен на вкус, чем чечевица, очень питателен, порождает хорошую кровь, но долго переваривается и медленно проходит через желудок и кишечник, особенно это относится к его кожуре, которая обладает рассасывающими и очищающими свойствами.

Ввиду того, что мош успокаивает и уменьшает жар и теплоту в организме, а также уменьшает остроту сафры и крови, он очень подходит для употребления в пищу в летний и весенний период, а также в местах с жарким климатом.

Мош укрепляет нервы, улучшает зрение, полезен при головных болях, происходящих от жары и горячей материи, при кашле от жары, при заболеваниях почек.

Хорошим свойством моша является то, что он, несмотря на свое холодное естество, не возбуждает савду, а на кишечник действует умеренно смягчающе и умеренно закрепляюще. Когда хотят закрепить желудок, слегка поджаривают неочищенный от кожуры мош, отваривают его, или же, слегка прокипятив, сливают воду для того, чтобы горячее естество и очищающие, проталкивающие свойства (в основном от кожуры моша) были удалены. Затем заливают свежей водой и варят.

Если же хотят успокоить и уменьшить остроту крови или сафры, его варят со щавелем или соком щавеля или с соком граната, взятого вместе с белой пленкой изнутри граната.

Мош вреден людям с холодной натурой и старикам, а также тем, у кого влажный желудок и в нем скопились испорченные соки, газы и испарения, особенно мош очищенный — вреден для зубов.

Исправляют этот вред при холодной натуре специями наподобие тмина, перца черного и красного, корицы, имбиря, корчицы и тому подобных горячащих снадобий.

МУСКАТНЫЙ ОРЕХ

Мускатный орех — это плод дерева, растущего на одном из островов Малайского архипелага — острове Ява.

Формой он похож на жолудь, в скорлупе, похожей на скорлупу жолудя и еще тверже. Дерево его примерно таких же размеров как грецкий орех, несколько меньше, и листья тоже похожи, но несколько меньше по размерам и не такие широкие, и размеры мускатного ореха несколько меньше грецких орехов.

У мускатного ореха три кожуры или оболочки: внешняя, и она в незрелом состоянии зеленого цвета и мягкая, без волокон, она толстая почти в толщину пальца. Из нее готовят варенье и привозят из тех мест, где произрастает мускатное дерево. Под ней находится другая мясистая оболочка, а под ней (третья) оболочка — она твердая, цвет ее напоминает перламутр.

а в середине под этой твердой оболочкой находится сердцевина мускатного ореха, размером с фундук (лесной орех), она немного продолговатая.

Лучший мускатный орех (его ядро) — свежий, нетронутый червями, тяжелый и твердый с острым вкусом и запахом. Сердцевина ореха красного цвета. Ядро ореха сохраняет сою силу действия до трех лет.

Естество: в конце второй ступени горячее и в третьей степени сухое. Мускатный орех оказывает закрепляющее действие и обладает специфической избыточной влажностью, ввиду чего его быстро едят черви.

Свойства: создает хорошее настроение, разжижает материи, сохраняет естественную теплоту организма, помогает переваривать пищу, укрепляет желудок и его устье, пищевод, печень и половую потенцию у людей с холодной натурой. Его применяют для хорошего запаха во рту, а также хорошего запаха пота и мочи.

Мускатный орех рассасывает газы и испарения, устраняет тошноту, рвоту и (излишнюю) влажность и излишнюю скользкость в кишечнике и желудочный понос, происходящий от холода и влаги. Он также устраняет гнилостные влажные материи в желудке и трудность мочеиспускания. Все это посредством применения внутрь.

Поджаренный мускатный орех запирает понос, вызванный влажной материей. Его прикладывают (неподжаренный) при головной боли, причиняемой холодом или холодными материями, при параличе тела и лица при расслабленном параличе («истирхо»), при холодных опухлях печени и болях, происходящих от воздействия холода и сырости.

Мускатный орех вреден людям с горячей натурой и причиняет им головную боль.

Исправляют это отрицательное свойство кориандром. Он вреден для печени (у людей с горячей натурой, — ВК) и легких, исправляют это фиалкой и медом.

Доза употребления мускатного ореха внутрь до двух мискалей.

Чрезмерное употребление его причиняет расстройство в горле и отупление мозга.

Для предохранения мускатного ореха от поедания червями его хранят в закрытом сосуде.

НАХУД—СРЕДНЕАЗИАТСКИЙ ГОРОХ (НУТ)

Естество спелого нахуда горячее и сухое в первой степени, незрелого, зеленого — горячее и влажное в первой степени.

Свойства сухого нахуда сохраняются до трех лет. Нахуд очень питателен, порождает хорошую кровь, смягчает организм, особенно полезен для легких; он возбуждает аппетит, даёт полноту телу.

Черный нахуд по всем свойствам более сильно действует, чем белый, очень хорошо рассасывает и выводит из организма излишние вещества.

Нахуд порождает газы в кишечнике, тяжел для желудка. Эти отрицательные свойства нахуда устраняют употреблением укропа, тмина (для людей с холодной натурой), а для людей с горячей натурой — уксус с медом.

Очень вредно пить воду после употребления в пищу нахуда.

НАЪНО

Естество: горячее и сухое в последней ступени второй степени.

По всем **свойствам** наъно превосходит мяту (пудина). Наъно стимулирует работу сердца, улучшает настроение; разжижает густую кровь, растворяет холодные материи.

От простудных головных болей смазывают лоб соком наъно, ее жуют для утешения зубной боли.

Употребление наъно в пищу с уксусом и другими продуктами, имеющими кислый вкус, нейтрализует вредное для нервов действие уксуса и кислот.

ОВЕС

Естество: умеренное-холодное, склонное к сухости, обладает закрепляющей силой.

Свойства: растворяет и удерживает вещества (в организме). Отваренный овес с маслом не имеет закрепляющих свойств, он хорош для груди (грудных органов), полезен при кашле. Сваренный овёс, но без масла, закрепляет живот.

Недостатки овса: тяжел для желудка, медленно и трудно переваривается, порождает газы и испарения. Исправляют эти отрицательные свойства употреблением уксуса, большого количества масла, лимона и айвы. Если овсяная пища задержится (застрянет) в устье желудка, для спускания ее вниз едят сладости.

ОГУРЦЫ

Лучшие сорта — гладкие и тонкие, худшие — бугристые.

Естество: холодное и влажное в последней степени второй степени и семена еще влажнее.

Огурцы обладают очистительными **свойствами**, они хорошо утоляют жажду, охлаждают организм, успокаивают и уменьшают сафру, уменьшает остроту крови, полезны для горячего желудка, при воспалении мочевого пузыря, смягчают живот, гонят мочу, камни и песок из почек и мочевого пузыря,— в этом свойстве более сильно действуют горькие огурцы.

Огурцы порождает газы и долго перевариваются, порождает плохой химус, быстро портятся в организме, производя гнилостную материю, и служат причиной возобновления приступов хронической лихорадки.

Для устранения их вредных свойств люди с холодной натурой употребляют их с солью, кориандром, изюмом, бадьяном и очищают их от кожуры, а люди с горячей натурой едят с уксусомедом.

Семена огурца гонят мочу, открывают закупорки, очищают сосуды от вязкой материи.

Кожура и мякоть огурца (кроме семян) порождает газы и кулиндж, быстро портятся в организме, для нейтрализации этих вредных свойств употребляют мед с тмином.

ОДУВАНЧИК¹

Естество: холодное и сухое в конце первой степени.

Свойства: закрепляет натуру, укрепляет желудок. Свойства одуванчика в основном совпадают со свойствами цикория, но эти свойства у одуванчика проявляются сильнее. Единственное свойство, отличающее одуванчик от цикория — это его сухость, в отличие от несколько влажного естества цикория. Одуванчик прекращает кровохарканье, увеличивает отделение молока у кормящих матерей. Корень одуванчика (в растертом виде) прикладывают на место укуса ядовитых насекомых и животных.

ПАСТУШЬЯ СУМКА

Естество: в третьей степени холодное и в первой степени сухое.

Свойства: употребление внутрь листьев закрепляет и задерживает вещества, запирает (задерживает и не допускает) кровохарканье и кровотечение во всех органах, прекращает рвоту по причине сафры, а также хронический понос по причине желчи, — задерживает менструации. Успокаивает путем охлаждения разгоряченность внутренних органов и поверхности тела, чем оказывает полезное благоприятное действие при перемежающейся лихорадке и язве кишечника.

Капать сок пастушьей сумки в ухо убивает червей, высушивает язвы и успокаивает боль в ухе.

Если принять внутрь ее сок в количестве до одной укийи, то это прекращает кровотечение из груди.

Прикладывание листьев пастушьей сумки к области желудка успокаивает воспаленность желудка и охлаждает его. Употребление внутрь листьев пастушьей сумки запирает (и прекращает) опасную болезнь, при которой больной страдает и рвотой и поносом, и эту болезнь по-гречески называют «хулара» (то есть «холера»). Полез-

¹В старой таджикской медицине одуванчик считается дикой (дикорастущей) разновидностью цикория.

на она и при кулиндже. Все эти действия пастушья сумка оказывает как при внутреннем применении, так и при прикладывании снаружи (в растертом виде), а также в виде клизм. Прикладывание пастушьей сумки к свежим ранам ведет к ускорению их заживления, прикладывание к флегмонам и долго не заживающим язвам и всем видам опухолей, возникших от избытка крови, приводит к их рассасыванию и предотвращает скопление материй и излияние их в каком-либо месте или органе. Прикладывание свежих листьев пастушьей сумки оказывает успокаивающее и болеутоляющее действие на различного рода воспаления, в том числе рожистое воспаление. Употребление листьев пастушьей сумки с вином оказывает противоядное действие при отравлениях и укусах ядовитых насекомых и животных.

Пастушья сумка вредна для легких, исправляют это отрицательное свойство инжиром. Доза разового употребления отвара листьев пастушьей сумки до 70 мискалей.

Для корней пастушьей сумки в имеющихся медицинских трудах не зафиксировано какого-либо полезного лечебного действия.

Жители Индии применяют полоскание рта отваром пастушьей сумки при сыпи во рту, а растертые листья в нагретом виде прикладывают к нарывам и чирьям для их созревания и выхода их материи наружу.

ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ

Естество его в последней ступени третьей степени горячее и сухое.

Ибн Сино считает его в четвертой степени горячим и сухим.

Черный перец рассасывает и очищает, горячит организм, растворяет лимфу, обладает противоядными свойствами.

Черный перец укрепляет нервы и память, очень полезен при нервных заболеваниях. Жевать его с изюмом

очень полезно для устранения излишних жидкостей из мозга и желудка. Черный перец укрепляет желудок и печень, улучшает аппетит и пищеварение, разжижает густые и плотные вещества пищи, а также густые материи, рассеивает газы. Полезен при кашле от простуды, бронхиальной астме, болях в груди. Употребленный с медом хорошо очищает легкие от густой и вязкой материи, гонит мочу. Отвар черного раздробленного или молотого перца дают укушенному змеей или скорпионом, чтобы он несколько раз выпил и вызвал рвоту и так до устранения яда и улучшения состояния.

Черный перец вреден людям с горячей натурой, причиняя им головную боль. Он высушивает грудь, заставляет грубеть ткани легких и горла.

Вреден для горячей печени и людям, у которых мало крови, а также для людей, страдающих заболеваниями мочевых путей.

Исправить эти отрицательные свойства черного перца можно употреблением охлаждающих масел и жиров (для людей с горячей натурой), а для людей с холодной натурой — употреблением очищенного меда.

Доза употребления его: внутрь с пищей до одного мискаля.

ПЕРСИКИ

Смягчают, увлажняют и охлаждают, поэтому полезны при сухости и перегреве организма. Так же как и слива персики способствуют удалению ненужных и вредных веществ, то есть обладают очищающими свойствами. Однако в отличие от сливы людям с легко возбудимой нервной системой есть персики рекомендуется весьма умеренно, так как они действуют на нервы возбуждающим образом.

Для лечения золотухи (диатеза) применяют зернышки сильно прожаренных косточек персиков. Зернышки растирают, смачивают водой и смазывают ими сыпь на коже лица и теле у детей.

ПОДОРОЖНИК

Естество: во второй степени холодное и сухое. Его семена и корень обладают большим сушающим действием, чем листья, и не такие холодные.

Свойства: подорожник имеет сложное строение из водянистой материи и землистой. Своей водянистой материей подорожник охлаждает, а землистой закрепляет.

Употребление подорожника внутрь прекращает кровохарканье и кровотечение во всех внутренних органах, а также кровотечение из носа, помогает при эпилепсии. Полоскать рот отваром подорожника — листьев или корней помогает при зубной боли и сыпи во рту и вообще при всех болезнях полости рта, от этого укрепляются ослабленные и кровоточащие десны.

Питье сока подорожника применяют при туберкулезе, кровохарканье, при язвах в легких, при астме, происходящей от излишка крови, а также при эпилепсии. Питье сока подорожника укрепляет разгоряченную печень, а также селезенку и почки и раскрывает в них закупорки, устраняет плохое пищеварение, сопровождающееся порчей пищи в желудке, прекращает рвоту с кровью и кровотечения внутренних органов, жжение при мочеиспускании и кровотечение при геморрое.

Как листья, так и корень и семена подорожника обладают свойством открывать закупорки в печени, почках, мочевом пузыре и поэтому они включаются как составная часть в лекарства, открывающие закупорки в этих органах, кроме того применяются при язвах в кишечнике и для остановки кровотечения при геморрое. Клизма, приготовленная из сока листьев или семян, применяется при язвах кишечника.

Сок подорожника применяют внутрь при горячих лихорадках (происходящих от жары или горячих материй).

Подорожник с солью прикладывается на место укуса бешеной собаки. Подорожник прикладывают к гнойным и плохо заживающим ранам и язвам, к глубоким ранам, к обожженным огнем местам.

Подорожник рассасывает горячие опухоли, сыпь и крапивницу, опухоль за ушами, свинок.

Считают, что подорожник вредит легким, этот недостаток исправляют употреблением меда.

Сок подорожника вреден для селезенки, исправляют это отрицательное свойство употреблением мастики («мустако»).

Доза применения сока подорожника внутрь — от десяти мискалей до половины ритля.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

Ибн Сино пишет, что, по сведениям Хунайна¹, горькая полынь бывает нескольких видов: хорасанская, восточная, тарсусская и сусская, а также та, которую привозят из гор Лукама и другие ее разновидности. А более поздние авторы признают пять разновидностей горькой полыни: тарсусскую, сусскую, набатейскую, хорасанскую и румскую. Набатейская полынь имеет приятный запах и ее закрепляющая сила и сила рассасывания больше (чем у других разновидностей), а ее теплота меньше и поэтому она не является слабительным средством для выведения лимфы, даже той, что находится в желудке и не приносит сколько-нибудь ощутимой пользы для удаления лимфы.

Естество: горячее в первой степени и сухое в третьей степени. Некоторые считают ее горячей в первой степени второй степени и это является более правильным. Выжатый ее сок более горяч, чем сама трава полыни и имеет больше (лечебной) силы. Точно также семена и цветки горькой полыни имеют больше силы, чем ее трава, — стебли и листья.

Свойства: открывает закупорки, разжижает густые материи, вызывает аппетит, закрепляет. Действует как слабительное, удаляет сафру и другие желчные материи, скопившиеся в желудке, уносит их с мочой. Очищает кровеносные сосуды, грудь и легкие.

¹Хунайн ибн Исхак — ученый и переводчик с греческого на арабский язык, IX век.

Полынь, употребляемая без примесей других лекарственных средств или же в сочетании с другими соответствующими средствами, полезна как в виде питья ее отвара, так и примочек при головной боли, параличе лицевого нерва, параличе и расслаблении, дрожании, эпилепсии, при сакте (инсульте, параличе), кошмарах, головокружениях, помутнении зрения (например, при вставании), меланхолии (молихулиё), спячке и летаргии, при болезнях глаз, ушей, рта и горла, а также болезнях желудка, печени и желчного пузыря, селезенки, матки, при геморрое, болях нервов, при сильной усталости, выпадении волос, для нейтрализации выпитых ядов, а также ядов от укусов ядовитых животных. Горькая полынь укрепляет желудок и дает аппетит, гонит мочу и месячные, увеличивает выделение молока у кормящих матерей, а также гонит пот, увеличивает потоотделение.

Питьё отвара горькой полыни рассасывает газы и испарения в мозгу, полоскание горла полезно при параличе лицевого нерва. Питье отвара горькой полыни без примесей или в смеси с медом помогает при параличе лицевого нерва, параличе и расслаблении, дрожании, эпилепсии, сакте, ударе, инсульте, от кошмаров. Полынь оказывает рассасывающее действие, открывает закупорки в печени и все протоки между желудком и печенью, а также кишечнике. Употребляют ее для укрепления и очищения желудка от желчных материй и возбуждения аппетита, при водянке и желтухе, для придания хорошего цвета лицу и для исправления расстройства натуры — путем питья ее отвара, и это оказывает пользу. Кроме того полынь в виде питья ее отвара, а также примочек применяют при опуханиях лица и конечностей, опухолях селезенки.

Если пить отвар горькой полыни двадцать мискалей в день, в течение десяти дней, это восстанавливает аппетит, утраченный по причине излишков влаги в организме, а также для излечения желтухи. Отвар ее без примесей или с примесью меда пьют при заболевании селезенки. Натирание отваром горькой полыни с уксусом

помогает от ревматических болей в суставах. Питье отвара помогает при гнилостных лихорадках (лихорадках по причине гнилостных материй), а также застарелых и трудных для лечения лихорадках.

Если положить горькую полынь в сундук между тканями и одеждой, то их не будут портить насекомые. Примешивание ее отвара к чернилам делают их цвет устойчивым, неменяющимся, а книги, — рукописи, которые написаны такими чернилами, не едят черви и мыши.

Намазывать тело отваром горькой полыни в смеси с оливковым маслом предохраняет от комаров. Порошок из растертой полыни применяется для избавления от вредных насекомых. Разбрызгивание отвара полыни уничтожает блох. Смазывание тела (или лица и рук) отваром полыни также предохраняет от укусов насекомых.

Отрицательные свойства горькой полыни: считают, что она ослабляет устье желудка, этого отрицательного свойства не имеет набатейская полынь. В этом отношении большее отрицательное действие оказывает сок и экстракт полыни, чем сама трава. Полынь причиняет головную боль, сильно сушит организм. Исправляют эти недостатки полыни для людей с холодной натурой — анисом, мастикой, а для людей с горячей натурой — гранатовым соком и другими подобными средствами. А Шейх-ур-ранс (Ибни Сино) и другие авторы пишут, что трава горькой полыни — самое подходящее средство для желудка и его укрепления, но сок и экстракт из полыни ослабляет желудок, потому что в соке содержится (большая) закрепляющая сила, которой нет в траве полыни. А автор книги «Шифо-ул-аском» (излечение болезней) пишет, что нельзя употреблять полынь в состоянии, когда в организме скопились сырые, несозревшие материи, в это время применение полыни приносит больше вреда, чем пользы, по причине закрепляющей силы, которой она обладает. Вообще, в полыне содержатся две силы: одна — послабляющая, другая — закрепляющая, и соответственно содержит две основные субстанции, одна субстанция — легкая, воздушная, огненная, которая произ-

водит действие послабления и открывания; а другая субстанция — плотная, землистая, которая вызывает закрепление и запираание веществ в организме.

Доза употребления горькой полыни — от одного до двух мискалей, а в отварах — до двух дирхемов. Если же хотят употребить внутрь порошок из размельченной полыни, то для нейтрализации его закрепляющего действия следует развести этот порошок с миндальным маслом. Сок и экстракт полыни получают путем дробления и выжимания (свежей) травы полыни, затем этот сок высушивают на солнце, и он во всех действиях имеет больше силы (как уже говорилось выше о более вредном действии экстракта полыни на устье желудка).

Ибн Сино пишет, что экстракт (высушенный сок) полыни причиняет головную боль и что это является, по его мнению, причиной его вреда для желудка.

Употребление полыни вызывает некоторое угнетенное состояние, печаль и головную боль, исправляют этот недостаток употреблением ревеня.

ПШЕНО

Лучшее пшено — желтое, плотное.

Естество: в первой степени холодное и в последней степени второй степени сухое. Некоторые считают пшено холодным и сухим во второй степени.

Свойства: Закрепляет желудок, сушит, мало питательно, образует не очень хорошую кровь, вообще хорошей крови от него образуется мало. Долго переваривается, делает тело сильным. Употреблять пшено следует с жирами, это увеличивает его питательность.

Хорошо разваренное пшено полезно при истечении влаги в носоглотку. Неумеренное употребление пшена в пищу является причиной образования савды в крови и закупорок.

Исправить отрицательные свойства пшена можно употреблением его с жирами, сахаром-песком, жирной халвой или с молоком.

Отваренное в свежесвыдоенном молоке пшено очень



хорошо людям, имеющим излишек крови и испорченные влажные материи.

Употреблять в пищу можно пшено пролежавшее не больше года.

РАВЕНЬ (ЧУКРИ)

Естество: холодное и сухое во второй степени.

Свойства: разжижает густые материи, закрепляет, повышает настроение, укрепляет желудок и кишечник, полезен для горячей печени, возбуждает аппетит, устраняет излишек сафры, утоляет жажду, прекращает тошноту. Ревень уменьшает остроту крови, очищает ее; быстро отрезвляет при похмелье, помогает при сердцебиении, навязчивых состояниях.

Полезен при геморрое, кори, при поносе, происходящем от разгоряченной сафры, при желтухе и лихорадках, происходящих от жары и сафры.

Ревень вреден для груди, сушит нервы и может причинить кулиндж людям с холодной натурой.

РЕПА

Естество: в первой ступени второй степени горячее и в последней ступени первой степени влажное.

Свойства. Отваренный корнеплод репы обладает большой питательностью, устраняет кашель, смягчает грудь и кишечник, улучшает зрение, возбуждает аппетит.

РИС

Лучшими сортами риса являются сорта, произрастающие в Индии, затем в Синде, затем в Иране.

Тонкий белый индийский и синдский рис — легкий, мягкий и без вязкости. А рис из других мест бывает тяжелым, вязким, особенно тот, который произрастает на островах и берегах моря. И отрицательное отношение греческих врачей к рису связано с тем, что в тех местах (Греция, Византия и др.) рисоводство было раз-

вита мало, и их рис большей частью тяжелый, вязкий, порождает много газов и плохо переваривается.

В определении естества риса имеются разногласия: некоторые говорят, что естество его горячее, другие, что холодное, а некоторые считают его умеренным, средним между горячим и холодным. Кроме того, некоторые считают естество риса сложным и объединяющим различные, даже противоположные свойства. И это мнение близко к истине. А предыдущие мнения о естестве риса также по-своему правильны, потому что, если прокипятят рис, сольют воду, а сам рис выпарят в духовке, получится то, что персы называют «чаловкаш», то этот приготовленный рис будет холодным в первой степени, а вода, в которой он варился, будет иметь горячее естество в первой степени. Если же воду не сливать, а допаривать вместе с водой, естество его будет склоняться к горячему. В большинстве стран рис готовят именно так.

Перед приготовлением риса следует некоторое время вымочить его в воде, — хорошо протирая и промывая, несколько раз сменить воду. При приготовлении пищи из сортов риса, имеющего большую вязкость (вязкий налет), необходимо прокипятить и слить вязкую воду и так проделать несколько раз. Только приготовив его таким образом, можно употреблять такой рис в пищу.

Рис обладает особенностью повышать теплоту у людей с горячей натурой и охлаждать организм тех, у кого холодная натура. По этой причине древние врачи и большинство современных медиков не рекомендуют рис в пищу больным.

Все врачи издревле, в том числе индийские, убеждены в том, что рис хорошо поддерживает здоровье, даёт долголетие.

Рис порождает хорошую материю, вызывает хороший сон, устраняет жажду, прекращает понос, происходящий от преобладания сафры или крови, дает поправку и полноту телу, полезен при болезнях почек и мочевого пузыря. Употребление риса в пищу улучшает цвет лица. Употребление риса, приготовленного с сахаром и молоком, еще более увеличивает его питательность.

РОЗА САДОВАЯ КРАСНАЯ

Лучшая роза — большая, душистая, ярко-красного цвета, вкус ее лепестков сладковато-горький. Для лечебных целей берется еще не раскрытый или неполностью раскрытый бутон розы, потому что в таком случае она имеет больше закрепляющих свойств.

Естество: Сложное, она состоит из водянистого и землянистого вещества, по мнению большинства в первой степени холодное и во второй степени сухое, а некоторые считают естество красной розы горячим и влажным, другие же признают ее естество уравновешенным; ей присуще закрепляющее свойство, которое особенно проявляется у высушенных лепестков розы, горечи же у них меньше. Некоторые считают естество высушенной розы по сравнению со свежей более холодным.

Свойства: укрепляют силы, создает хорошее настроечное, смягчает и разжижает материи, очищает, оказывает слабительное действие, успокаивает сафру и негустую флегму, закрепляет.

Высушенная роза утрачивает горечь и сладость. Свежая роза оказывает слабительное действие, если съедят двадцать дирхамов лепестков. Свежие лепестки розы прикладывают ко лбу и голове при головной боли, возникшей по причине излишнего тепла. Для укрепления десен и зубов полощут рот отваром лепестков розы. Натирание зубов свежими или растертыми высушенными лепестками розы устраняет сыпь по рту. Вдыхать запах розы хорошо действует на сердце и мозг, укрепляет их. Однако у некоторых людей со слабым здоровьем это может вызвать чиханье, насморк и даже может появиться сыпь на теле наподобие крапивницы; у других же людей может, наоборот, успокоить и устранить их (то есть чиханье, насморк, а также сыпь). Для того, чтобы не проявлялось это свойство, людям с горячей натурой следует вдыхать также запах камфоры.

Употребление лепестков розы внутрь укрепляет сердце, легкие, желудок, печень, почки и кишечник, а также матку и толстую кишку, устраняет кровохарканье.



Питье воды, в которой были растерты лепестки розы или же их отвар, помогает от сердцебиения, происходящего от разгорячения организма, а также если кому станет дурно, при сердечной слабости, а также слабости других, вышеперечисленных органов, закрепляет желудок при поносах, происходящих от излишнего тепла. Но считают, что если съесть десять дирхамов лепестков свежих бутонов роз, то это окажет сильное слабительное действие.

Употребление внутрь трех дирхамов лепестков розы успокаивает жар при четырехдневной лихорадке. Присыпка из мелко растертых высушенных лепестков оказывает заживляющее действие при сыпи на теле, а также при ранах. Прикладывание свежих лепестков на места кожи, натертые при ходьбе, заживляет их, а на глубокие раны — служит наращиванию свежей ткани; точно также это оказывает хорошее действие при горячих опухолях, рассасывая их, а также на места перелома.

Свежие лепестки прикладывают к местам, внутри которых засели какие-либо острые предметы, колючки и т. п., это способствует их быстрому извлечению.

Чтобы устранить неприятный запах пота, в бане натирают свежими лепестками кожу, особенно подмышками и под коленями.

Роза уменьшает половую потенцию, вызывает жажду, для устранения этих свойств принимают анис.

Доза разового употребления свежих лепестков розы — до десяти дирхамов, а высушенных — до четырех дирхамов.

ТЫЧИНКИ РОЗ

Естество: горячее и сухое во второй степени.

Свойства: применение внутрь двух дирхамов тычинок с водой прекращает кровохарканье и кровотечение, а также трудноизлечимый понос.

РОЗОВОЕ МАСЛО

Оно готовится следующим образом. Лепестки свежей розы бросают в кунжутное или оливковое мас-

ло и ставят сосуд на солнце и оставляют до тех пор, пока лепестки утратят свой красный цвет и станут белыми. После этого лепестки отжимают от масла и выбрасывают, а вместо них в сосуд с маслом кладут новую порцию лепестков. И так проделывают до семи раз, сменяя лепестки. Это способ получения сырого розового масла. Другой способ рассчитан на получение кипяченого розового масла. Для этого берут воду, в которой были настояны размельченные свежие лепестки роз, и выливают ее в кунжутное или оливковое масло так, чтобы в весовом отношении масла и розовой воды было поровну. Затем сосуд с этой смесью ставят на слабый огонь и медленно кипятят до тех пор, пока вода выкипит и останется одно масло.

Естество: сложное по своему составу.

Свойства: удерживает вещества и закрепляет, рассасывает, открывает закупорки, одинаково хорошо подходит и для горячих и для холодных материй. Обладает также и определенным слабительным действием. Розовым маслом делают примочки на лоб и голову при головной боли, в этом случае можно в розовое масло добавить винного уксуса. Это также укрепляет мозг, устраняет бессонницу, рассасывает опухоли мозга, рассеивает испарения, поднимающиеся в мозг. Розовым маслом также закапывают в ухо для успокоения боли в нем, это также помогает и при головной боли и устраняет излишнюю сухость головы.

Полоскание рта розовым маслом успокаивает зубную боль. Принятие внутрь оказывает слабительное действие, — выводит вязкие материи, в то же время прекращает понос, происходящий от желчи, успокаивает воспаление желудка и помогает при язвах в кишечнике, а также при рези и коликах в кишечнике, укрепляет органы и успокаивает боль.

Смазывание глубоких ран розовым маслом способствует наращиванию новой ткани и высушивает влажные материи язв и ран и устраняет в них плохие гнилостные вещества.

В смеси с яичным белком смазывают места, обожжен-

ные огнем, раны от ожога известью, а также опухоли глаз. Эту смесь принимают внутрь при отравлении едкими веществами.

Доза разового употребления розового масла внутрь до одной унции.

РОМАШКА

В лечебных целях применяются цветы ромашки.

Естество: горячее во второй степени и сухое в первой.

Естество: горячее во второй степени и сухое в первой.

Свойства (цветов ромашки): разжижает материи, растворяет и рассасывает без привлечения материй (в какую-либо сторону или орган), открывает, укрепляет мозг и нервы, усиливает половую потенцию, обладает определенными противоядными свойствами, действует как потогонное, мочегонное, также гонит месячные, усиливает отделение молока у кормящих матерей. Применяется при болезнях мозга, головной боли, истечении влаги из головы (мозга) в горло.

Рассасывает газы и испарения в ушах. Помогает при астме, желтухе, физическом и умственном утомлении, болях в груди, в печени, в нижней части кишечника, в матке, а также при опухолях в вышеуказанных органах, рассасывая и смягчая их, а также и в других органах. Применяют для раздробления камней в мочевом пузыре, для устранения гнилости савды и лимфы, при гнилостных лихорадках, при кулиндже, при трудности мочеиспускания, при трудных родах, при задержке месячных, а также при влажной чесотке,— все это посредством приема внутрь или примочки смачиваний. Ромашка очищает организм от плохих материй. Жевание цветов ромашки удаляет сыпь во рту; промывание глаз отваром из цветов ромашки применяют при глазной боли. Дым от сжигания (стеблей и листьев) ромашки изгоняет ядовитых насекомых и животных.

Доза разового употребления цветов ромашки внутрь до трех мискалей. Ромашка вредна для горла. Исправляют этот недостаток употреблением меда.

РЫБА

Из пресноводных видов рыб особенно хороши те, которые водятся в реках, истоки которой находятся далеко, а сама река течет по каменистому руслу или песчаному. И эта река должна быть открытой для солнца и ветра и иметь хорошее течение. Лучшая рыба — средняя (в своем виде) по размеру, не слишком большая и не очень мелкая, при этом более подвижные и быстроходные рыбы лучше, чем малоподвижные и тихоходные. У хорошей рыбы должна быть обильная чешуя, крупные кости (костяк) и мало мелких костей, на спине у нее должны быть темные или черные пятна или же черные с прозеленью полосы, а живот должен быть белым

Лучшая для употребления в пищу рыба — это свежая, та, что выловлена в тот же день, а если она пробудет сутки без специального хранения или без специальной обработки, например, посола, то мясо ее потеряет свои лучшие качества, так как мясо рыбы очень нежное и легко портится.

А из морских и океанских видов рыб лучшими являются те, которые водятся возле скалистых и каменистых берегов, — такие виды рыб нежнее и вкуснее речных рыб. И одни и те же виды рыб различаются по своим вкусовым и иным качествам в зависимости от места их обитания, характера дна и побережья, климата и его изменения по временам года и т. д.

Самые худшие виды рыб это те, которые водятся в кяризах, стоячих водоемах и мелких источниках, в низинах и загрязненных и испорченных водоемах со стоячей водой без оттока и притока.

Естество всех рыб в среднем холодное в первой степени и влажное во второй степени. Некоторые рыбы горячие по своему естеству, например, такие как акула и угорь.

Пресноводные сорта рыб более холодны по сравнению с морскими; а соленая рыба любого сорта обладает горячим и сухим естеством, особенно если она к тому же вяленая или копченая.

Свойства. Жареная на огне и печеная в углях рыба лучше, чем жареная в масле, она легче переваривается и дает хороший химус (доброкачественное питание). Она увлажняет организм, дает поправку телу, способствует хорошему отделению молока у кормящих матерей, полезна для почек, так как способствует образованию в них жирового слоя. Исправляет горячие матери; очищает и смягчает органы груди, способствует заживлению язв в грудных органах, полезна для лечения туберкулеза, сухого кашля, слабости горячей печени и горячих почек, желтухи.

Отваренная с добавлением уксуса рыба полезна для людей, страдающих болезнями, происходящими от горячих материй и перегревания. Бульон из отваренной рыбы имеет противоядные свойства, его можно употреблять внутрь при отравлениях, укусах ядовитых животных.

Самый лучший способ употребления рыбы для увлажнения сухой натуры — это отварить и есть вместе с бульоном, затем жареная на огне или печеная на углях, хуже если жарится в масле. А та рыба, которую жарят, облепив ее тестом, вызывает сильную жажду и долго переваривается.

Рыба вредна людям с холодной или влажной натурой. Чтобы исправить этот недостаток, таким людям нужно жарить рыбу в сливочном масле и есть ее с пряностями и приправами, а также с медом.

Людям с горячей натурой следует есть рыбу с уксусом, употреблять после рыбы уксусомед.

Рыба обладает свойством вызывать жажду, это ее свойство нейтрализуется употреблением уксуса или маринадов. Некоторым натурам более соответствует соленая рыба, от нее они испытывают меньше жажды, а некоторым натурам более соответствует несоленая. Пить воду после употребления в пищу рыбы чрезвычайно вредно, это вызывает различные хронические болезни. Пить можно лишь после того, как рыба в основном переварится в желудке, в этом случае питье будет полезным. Пить воду перед употреблением в пищу рыбы также очень вредно, это вызывает закупорки по причине про-

нижковения неперевавшихся частиц рыбы в сосуды и в кожу, это порождает различные кожные заболевания — чесотку, зуд, лишай, экзему и т. п.

Рыбу нельзя есть вместе (в одно принятие пищи) с молоком, яйцами, мясом, особенно мясом сухопутных животных, — это чрезвычайно вредно и служит причиной появления ряда хронических заболеваний.

Соленая рыба, со времени посола которой прошло пятнадцать дней и более, имеет естество несколько горячее и сухое, она рассасывает и устраняет лимфу и придает аппетит и очень полезна людям с холодной натурой, однако порождает стекловидную лимфу и вызывает зуд, чесотку, шелушение кожи, бессонницу и т. д. Исправляют это отрицательное действие соленой рыбы употреблением уксуса или уксусомеда, а также маринадов; кроме того применяют слабительные и очищающие средства.

Соленая вяленая рыба имеет еще больше отрицательных свойств, употребление ее в пищу может вызвать куриную слепоту. Эти свойства нейтрализуются теми же выше упомянутыми средствами.

Соленая рыба, настоянная в уксусе, имеет холодное естество, она обладает высушивающими свойствами, долго переваривается, но укрепляет удерживающую силу (то есть задерживает в организме усвоенные питательные вещества), предотвращает скопление сафры в желудке. Такая рыба также может вызвать зуд, сыпь на теле.

Свежая изжаренная рыба должна быть употреблена в пищу как можно скорей, оставлять ее остывшую на несколько часов, а тем более на сутки и более, особенно в сыром месте, делает эту рыбу вредной и даже ядовитой. Употребление такой рыбы постоянно в течение длительного времени может вызвать водянку и другие тяжелые болезни или же явиться причиной серьезного отравления. Если же случится отравление, то следует вызвать рвоту, принять слабительное и применить другие средства против отравления. Кроме того для людей с холодной натурой полезно в этом случае употреблять

острые приправы и пряности, а для людей с горячей натурой — кислый уксусомед, уксус и маринады.

Рыба лучше переваривается и быстрее усваивается организмом, когда ее едят без хлеба и мучных продуктов.

РЫБНЫЙ (СЕЛЕДОЧНЫЙ) РАССОЛ

Это жидкость, которая выделяется из засоленной рыбы.

Естество: горячее и высушивающее.

Свойства: полоскать рот рыбным рассолом излечивает гнойные язвы в полости рта. Клизма из него выводит густые и вязкие материи, применяется для лечения ишиаса, язв в кишечнике. Рыбный рассол применяется также для очищения застарелых ран и их высушивания.

РЯБИНА

Имеет две разновидности: мелкоплодная и крупноплодная. Мелкий сорт более сладкий. Лечебные свойства плодов рябины сохраняются в течение двух лет.

Естество: холодное в первой степени и сухое во второй, при этом высушивающее действие свежих плодов рябины больше, чем высушенных.

Свойства: укрепляет организм, создает хорошее настроение. Употребляют внутрь при головной боли, особенно того ее вида, который происходит от поднятия и проникновения в голову испарений из желудка и других органов тела. Полезна при кашле от жары или горячих материй; укрепляет желудок и удерживающую силу (то есть удерживает питательные вещества в организме), делает ткань желудка более плотной («выдубливает» его).

Успокаивает рвоту, прекращает и искореняет сафру, препятствует поднятию паров в голову, а также излиянию веществ в желудок; препятствует прохождению влажных и жидких материй, прекращает понос, особенно сильно в этом отношении действует свежая незрелая рябина. Запирает чрезмерное истечение мочи.

Доза разового употребления до пятидесяти штук плодов.

САЛАТ

Естество: холодное и влажное в первой ступени второй степени.

Свойства: смягчает натуру, очищает кровь, устраняет в ней остроту и порождает хорошую жидкую (не густую) кровь, хорошо действует при перемене климата, при массовых (инфекционных) заболеваниях от плохой погоды и испорченного воздуха. Салат уменьшает также остроту сафры и савды, утоляет жажду, открывает закупорки, хорошо действует при головной боли от паров, поднявшихся в мозг, а также от кашля, происшедшего по причине жары и сухости.

Салат с уксусом возбуждает аппетит, хорошо помогает при желтухе; успокаивает боли в желудке.

Вареный салат более питателен, чем сырой. Сырой салат хорошо действует при болях в груди, увеличивает количество молока у кормящих матерей.

Однако чрезмерное употребление салата в пищу особенно вредно для больных туберкулезом, астмой, плохо действует на память, причиняя забывчивость и оупление чувств, и плохо действует на зрение, ухудшает его, а также возбуждает газы.

Исправить эти отрицательные свойства можно употреблением наџно, сельдерея, тмина.

При бессоннице смазывают лоб соком салата, это дает хороший сон.

Разовое употребление в пищу сока салата — до тридцати дирхамов.

СВЕКЛА

Свекла бывает двух видов — красная и белая (или желтая). Белая свекла более подходит для лечебных целей, чем красная.

Естество: сложное, горячее в первой степени, сухое, обладает минеральными веществами. Красная свекла более закрепляет, а белая очищает и разжижает.

Свойства: очищает и рассасывает густые материи, открывает закупорки, отрывает густую лимфу от стенок желудка и кишечника. Масса корнеплода свеклы действует закрепляюще на организм, обладает незначительной питательностью, порождает газы, однако в то же время и смягчает организм.

Лучшей частью свеклы являются ее листья со стеблями, особенно красноватые. Употребление свеклы в вареном виде хорошо помогает при дрожании; с уксусом и горчицей — при закупорках в селезенке и опухолях в ней, открывает и рассасывает их.

Свекла полезна при болезнях почек, мочевого пузыря и геморрое.

Сырая свекла вредна для желудка и кишечника, вызывает кулиндж. Сваренная свекла, особенно с другими овощами и употребленная с горчицей или уксусом, теряет эти вредные свойства.

СЕЛЬДЕРЕЯ

Имеет много разновидностей, в зависимости от места произрастания. Кроме огородного сельдерея имеются дикие сорта, растущие в горных местностях, среди камней и скал, есть и водяные сорта сельдерея. Здесь имеются ввиду культурные огородные сорта сельдерея.

В сельдерее самое сильное по действию и свойствам — это корень, затем — семена, потом уже листья. Семена его сохраняют силу до двух лет, корень — до трех лет.

Естество: в начале второй степени горячее и сухое.

Свойства. Открывает закупорки, рассасывает. Употреблять его в пищу полезно при легочной астме, плеврите, болях в боку, при отрыжке и холодности кишечника. Вызывает аппетит, возбуждает похоть, рассеивает газы и испарения, усиливает действие слабительных средств; открывает закупорки в печени и селезенке, ока-

зывает мочегонное действие, очищает почки и мочевой пузырь, способствует рассасыванию камней в мочевом пузыре. Помогает при лихорадках, вызванных преобладанием слизистых материй, при ишиасе, подагре, при болях в спине и при большинстве хронических простудных заболеваний с преобладанием флегмы.

Сельдерей нельзя употреблять в пищу после укусов ядовитых животных и насекомых, так как это усиливает действие яда.

Сельдерей вызывает испарения, у горячих натур способствует заболеванию эпилепсией, отрицательно действует на ум. Вреден беременным женщинам и кормящим матерям. Свежий сельдерей порождает много газов.

Исправляют отрицательные свойства сельдерея употреблением аниса.

Доза разового употребления сельдерея (его листьев) — до трех дирхемов, отваренных корней — до пяти дирхемов.

СЛИВА

Бывает различных видов, но в основном распространена черная слива, крупная по размеру.

Естество черной спелой сливы, обладающей достаточно сладким вкусом — холодное в первой степени и влажное во второй степени.

Естество желтой крупной кисло-сладкой сливы — холодное в середине второй степени и влажное в последней ступени второй степени.

Вообще, чем кислее вкус сливы, тем холоднее ее естество.

Свойства сливы: обладает незначительной питательностью, смягчает организм, благодаря скользящим свойствам способствует быстрому прохождению пищи через желудок и кишечник, — особенно этим свойством обладает свежая слива.

При горячих головных болях и горячих лихорадках от сафры сливу едят перед едой, и это помогает. Сли-

ва, особенно кислая и кисло-сладкая, гасит горячую резкость сафры, прекращает тошноту и рвоту от преобладания сафры, утоляет жажду, полезна при горячих сердцебиениях, при зуде в теле, изгоняет жидкую сафру.

Более сладкая слива больше смягчает и расслабляет желудок и кишечник, способствуя послаблению и действуя как мягкое слабительное.

Кислые сливы в основном действуют закрепляюще, а сладкие сливы — послабляют.

СОЛЬ

Это белое вещество, которое растворяется в воде и добавляется во все виды пищи, кроме сладостей.

Соль имеет несколько разновидностей, — добываемая в соляных коях и рудниках и добываемая помимо копей и рудников, в открытом виде на поверхности земли. Соль, добываемая в коях, бывает каменной и не каменной. Каменная соль, — это жидкость, которая просачивается из расселин в некоторых горах и пещерах из их глубины, затем застывает и, затвердев, превращается в каменную массу. Лучшая разновидность соли — белая твердая, чистая и прозрачная, которую называют андаранской солью («андарони»), а лахорская соль (добываемая вблизи города Лахора) тоже такого же рода. Близкой к этому виду соли бывает соль, получаемая из воды, которая бьет ключом из некоторых мест земли и пока она находится в том месте, откуда она выходит, она не твердеет, а если ее заставят течь в другое место, например, сделают поблизости от места выхода этой воды из земли запруды и создадут бассейн с водой и пройдет некоторое время, а вода подвергнется действию холодного воздуха, то она затвердеет и превратится в каменную массу — каменную соль, наподобие хурмузской соли (на острове Хурмуз в Персидском заливе) и др.

Однако такого вида соль не такая белая, чистая и прозрачная, как лахорская и андаранская.

А некаменная соль, добываемая в коях и рудниках, получается из родников, бьющих из земли в некоторых местностях, и их называют «соляными реками» («дарьён намак»), и в результате нагревания солнцем и воздействия планет и звезд, она по краям (на берегах) затвердевает и превращается в вещество наподобие сахара, а в середине течения этой реки она не застывает, а течет в виде воды, и все, что попадает в эту реку, с течением времени превращается в соль. Разные виды соли имеют свои особые названия.

Естество: во второй степени горячее и считают, что в третьей степени сухое. Соль полезна людям с холодной натурой, она способствует перевариванию пищи, устраняет тяжесть в желудке, открывает закупорки в печени и селезенке, вызывает отрыжку и выводит испарения.

Свойства: вредна людям с горячей натурой, а также для почек и мочевого пузыря, она оказывает послабляющее (слабительное) действие и делает жидким семя (сперму). Исправляют эти отрицательные свойства употреблением ее со свежим сливочным маслом или маслом, приготовленным из козьего молока и молока буйволицы. Искусственно получаемая соль имеет также несколько разновидностей. Одна из разновидностей соли получается путем добычи ее из морской воды на побережье от берегов Синда и до побережья Бенгалии, — добывают ее тут же на месте на берегу моря. Эту (морскую) соль употребляют с пищей во всех тех местах, где ее добывают, а также в прилегающих областях. Добывают морскую соль таким образом: проводят каналы для отвода морской воды в солончаковые земли и там делают запруды, чтобы вода там хорошо пропитала землю, а сама вода высохла (под действием солнца). Затем берут эту землю, пропитанную морской солью, разводят с водой, процеживают и очищают ее, затем кипятят, пока вода не испарится, а соль останется. Если же ее очистят второй раз и затем снова прокипятят (т. е. произведут весь процесс получения соли дважды), то получают соль белую, похожую на сахар.

Лучшей является соль, известная в Индии под названием лахорской, затем идут другие виды каменной соли, потом виды некаменной соли, которую называют пищевой солью или хлебной солью. Наихудшей разновидностью является соль, добываемая из морской воды, она имеет горький привкус и некоторую остроту вкуса, наибольшую, чем все другие виды соли. Когда говорится о соли (вообще), то имеется ввиду пищевая соль. Кроме того, для лечебных целей добывается соль из золы большинства растений, например из листьев и стеблей редьки, бананов и других растений, а также из мочи животных и человека,— получают соль путем фильтрации, очищения и кипячения. Таким способом получают разные виды соли, используемой в медицинских целях, каждая из разновидностей такой соли имеет свое особое название. Производят такие виды соли в небольшом количестве.

Естество пищевой соли вообще, то есть всех разновидностей соли, употребляемой с пищей,— в конце второй степени горячее и сухое, и чем больше горький привкус, тем такая соль имеет более горячее естество.

В старых преданиях... говорится, что тот, кто начинает свою еду с соли и заканчивает свою еду солью, то он предохранит себя от семидесяти двух болезней, в числе которых безумие и проказа. Говорится также в преданиях, что тот, кто посыпает солью первый кусок еды и съест его в начале еды, то не будет у этого человека на лица пятен. Говорится в преданиях также, что соль является приправой к хлебу. В старых источниках пишут, что солью посыпали место укуса скорпиона и это успокаивало боль.

А поджаренная соль имеет меньшую рассасывающую и разжижающую силу и ее соленость (соленый вкус) меньше (чем у обычной неподжаренной соли). И если такую поджаренную соль несколько раз промоют, то она получает свойство высушивать без жжения и послабляющее свойство слабеет. Все виды соли послабляют и выводят из организма лимфу, савду и жидкости, содержащие сафру. Соль удаляет вязкие влажные мате-

рии, открывает закупорки, устраняет несварение желудка и порчу пищи в желудке. Употребление соли в пище вызывает аппетит, улучшает цвет лица, улучшает и исправляет пищевые вещества, имеющие холодную природу. Соль делает пищу вкусной, а также овощи, злаки и бобовые, которые сами по себе не имеют вкуса, а также добавляется в кислые продукты. Соль является нужной приправой к мясу и другим продуктам питания. Некоторые виды соли имеют свойство выводить из организма какую-либо материю в большей степени, чем это присуще другим видам соли.

Кристаллическая белая прозрачная соль обостряет сообразительность. Такая соль с уксусом применяется в виде примочек при струпьях на голове, лишае, а с алоэ полезна (при приёме внутрь) при катарактах. Полоскание рта раствором соли в воде полезно для укрепления десен, испорченных зубов или в месте вырванных зубов, особенно раствором поджаренной, или жженной соли ввиду ее сильной высушивающей силы, точно такое действие оказывает полоскание рта раствором соли с уксусом.

Употребление белой соли, а также и других видов соли внутрь с пищей устраняет из груди вязкую лимфу.

Соль с уксусомедом хорошо очищает желудок. Все виды соли промывают кишечник, помогают удалять савду из самых отдаленных уголков организма. Всякая соль устраняет плохой вкус пищи; она препятствует появлению проказы.

Белая чистая соль хорошо помогает при болях в охлажденном желудке. С уксусомедом применяется при водянке и болезнях, происходящих от савды, лимфы, а также для открывания закупорок.

Отрицательные свойства соли. Вредна (при чрезмерном употреблении) мозгу, имеющему горячую, природу и вызывает помутнение зрения, зуд в теле. Вредна слабым людям, имеющим худосочное тело, особенно соль, полученная из морской воды. Соль вызывает жжение в крови, высушивает материи в организме, уменьшает количество семени, особенно чрезмерное употребление ее.

Исправляют вредные действие соли жирами и продуктами, имеющими холодную и влажную природу.

СЫР

Он известен, представляет собой свернувшееся молоко; получается створаживанием молока с помощью сычужины.

Лучший свежий, молодой сыр тот, который не очень твердый и не очень мягкий, хорошо пахнет, жирный, вкусный и имеет некоторый сладковатый вкус. Лучше, если сыр приготавливают из кислого молока, такой сыр скорее переваривается желудком и усваивается. Приготавливают сыр следующим образом. Кипятят молоко и бросают в него сычуг, когда молоко свернется, его посыпают солью, для того чтобы вещество сыра отделилось от водянистой части (сыворожки). Когда вещество сыра полностью отделится, удаляют (сыворотку) и посыпают уже оформившееся вещество сыра солью. Затем помещают куски сыра в корзины или толстые сумки, еще раз посыпают солью и сверху кладут тяжелый пресс — камни и т. п. для того, чтобы жидкое вещество полностью вышло из сыра. Некоторые засыпают сыр пеплом, чтобы он вобрал в себя жидкость из сыра. После того как жидкость будет удалена, сыр употребляют в пищу.

Если не хотят, чтобы сыр был соленый, то второй (и третий раз) его не солят.

Естество свежего, молодого сыра — во второй степени холодное и влажное.

Свойства: укрепляет желудок, кишечник и почки, смягчает натуру, порождает доброкачественную матерью, долго переваривается, а после переваривания быстро проходит и усваивается всеми органами. Сыр, употребляемый вместе с грецкими орехами, дает большую пользу (поправку) телу, делает кожу мягкой.

Если кормящая мать съест сыра, слегка вскипяченного в воде, у нее увеличится количество молока.

Свежий сыр вреден для людей с холодной натурой, уменьшает или совсем отбивает аппетит. Плохо перева-

ренный сыр (или же: плохо переваренная часть съеденного сыра) служит причиной кулинджа, помутнения в глазах (ухудшения зрения). Для исправления этих отрицательных свойств употребляют мед, нагно и тимьян.

ВЫДЕРЖАННЫЙ (СТАРЫЙ И СОЛЕНЫЙ СЫР)

Естество: горячее во второй степени и сухое.

Свойства: рассасывает и устраняет лимфу, увеличивает аппетит, укрепляет кишечник, высушивает сырые вещества.

Наряду с этим выдержанный сыр вызывает жажду, порождает зуд на теле, вреден для людей с холодной натурой, а также для людей, у которых имеются закупорки во внутренностях, особенно в кишечнике; дает худобу телу, вызывает образование камней. Устраняют эти недостатки употреблением грецких орехов.

Очень старый, передержанный и испорченный сыр содержит ядовитые вещества. Тем, кто поел такого сыра, следует поесть грецких орехов — для людей с холодной натурой; для тех, у кого горячая натура — поесть плодов и кислых продуктов.

Сыр, сделанный из цельного молока, не отделенный от жидкого вещества сыворотки, то есть не отжатый сыр, такой сыр называют «далама», — очень влажный по своему естеству. Он действует усыпляюще, полезен при лихорадке, туберкулезе, воспалении желудка, он устраняет сухость кожи и натуры (то есть чрезмерная сухость организма, недостаток влаги в нем), помогает при навязчивых состояниях, болезнях, происходящих от сафры, при воспаленности (и остроте) крови. Такой сыр вреден людям, имеющим холодную натуру, — вызывает у них холодные и сырые болезни и порождает камни.

ТМИН (ОБЫКНОВЕННЫЙ)

Его арабско-сирийское название «каравиё», также его называют «зираи руми». Его свойства сохраняются до 3 лет.

Естество тмина во второй степени горячее и сухое.

Свойства: рассасывает ветры, закрепляет, исправляет питательные вещества, образующие газы. Полезен для устранения паров в голове; для лечения астмы, а также сердцебиения, которое бывает от холода и холодных веществ.

Горячит желудок, вызывает аппетит, устраняет несварение, скисание пищи в желудке, предотвращает рвоту. Рассасывает влажные вещества, вязкую лимфу и гонит мочу. Устраняет боль в желудке и пары, испарения в почках и мочевом пузыре.

Если употреблять тмин с питательной едой, то это укрепляет тело и дает поправку и полноту.

Постоянное употребления тмина устраняет излишнюю лимфу. Полезен при недомоганиях и сердцебиениях, происходящих на почве слабости желудка. Устраняет болезни желудка, особенно если употреблять с медом.

Настоянный на уксусе полезен для людей с горячей натурой.

Питье отвара из него успокаивает резь в желудке, гонит мочу; растворяет (уменьшает) семя и убивает кишечных червей.

Доза: до трех дирхамов.

Несколько вреден для легких, этот вред устраняет мед; уменьшает количество семени, вредит почкам.

ТУРБ — РЕДЬКА СРЕДНЕАЗИАТСКАЯ

Корнеплод ее имеет естество горячее в первой степени и влажное во второй. Кожура корнеплода, а также листья имеют более горячее естество.

В редьке есть три свойства: листья, ее рассеивают газы, корнеплод отрывает и выводит лимфу и вязкие материи, семена ее являются мочегонным средством.

Есть отваренную редьку и пить ее отвар помогает при хроническом кашле и изгоняет из груди густые и вязкие материи.

ТУТ, ТУТОВНИК

Есть два вида его: сладкий и кислый. Самый лучший тут — большие сочные его плоды.

Естество сладкого тута: в конце первой степени горячее и в конце второй степени влажное. Очень сладкий тут до второй степени горячий, он обладает также закрепляющей силой.

Свойства: порождает хорошую кровь, дает влагу мозгу, открывает закупорки, исправляет недостатки и расстройства в печени и селезенке. Дает поправку телу, увеличивает жировые отложения у почек, гонит мочу, смягчает организм. Тут быстро превращается в ту материю, которая является преобладающей в организме.

Сладкий тут несколько вреден для желудка, исправляют этот недостаток употреблением кислого уксусомеда.

Естество кислого тута: во второй степени холодное и в первой степени сухое, кислый тут обладает закрепляющей силой, особенно сушеный.

Свойства кислого тута: очищает и открывает закупор-

ки, успокаивает и уменьшает остроту крови, выводит сафру. Рассасывает опухоли в горле, гортани, нёбе и языке и укрепляет их, особенно если употреблять его вместе с кинзой. Препятствует прохождению (и скопленню) горячих материй в горло, язык и другие органы по причине закрепляющей силы, которой обладает кислый тут. Возбуждает аппетит. Полоскание горла соком кислого тута применяют при сыпи и язвах во рту.

Кислый тут едят при язвах в кишечнике, при поносе по причине горячих материй, при дизентерии. Кислый тут вреден для легких и груди, а также для нервов. Исправляют это отрицательное свойство употреблением меда и сока граната.

ТЫКВА

Лучшие тыквы — средние по размеру, белые, со сладкой мякотью. Естество тыквы холодное и сырое во второй степени.

Тыква охлаждает и увлажняет организм, открывает закупорки, действует мочегонно, смягчает кишечник, лечит желтуху и острые лихорадки. Едят ее пареной или вареной. Тыква обладает незначительной питательностью, быстро проходит через желудок и кишечник, полезна для людей с горячей натурой и людей с избытком сафры. Она порождает хорошую материю, если не испортится в желудке. А испортиться она может, если ее употреблять в пищу одну без приправ, тогда она быстро превращается в ту материю, которая преобладает в организме.

Поэтому приготавливать тыкву надо с фруктами, особенно хорошо с айвой, с соком из незрелого винограда («оби гура») или с соком граната и с укусом, зажаривают ее на масле, особенно хорошо на оливковом. Только после такого приготовления тыква порождает хорошую материю и полезна людям с преобладанием сафры и людям с горячей натурой, а также при острых лихорадках.

Употребление тыквы с мясом дает быстрое и хорошее усвоение ее организмом. В супе вместе с мошем и нахудом полезна при кашле, увлажняет мозг и тело, охлаждает разгоряченную печень и жар при лихорадках.

Все сорта тыквы полезны для людей с горячей натурой — с преобладанием сафры и крови, для юношей, а также в жарком климате, и вредны всем другим и в другом климате.

Тыква имеет отрицательное свойство,— она может вызвать кулиндж, это свойство в значительной мере устраняется посредством указанного способа приготовления. Для людей с холодной натурой ее можно употреблять, лишь приготовив с чесноком, горчицей, или перцем, солью и наño.

Вообще исправить недостатки и отрицательные свойства можно, сварив ее в масле и добавив перца (черного или красного, или того и другого), горчицы, тмина, наño и т. п., а также соли — это для людей с холодной натурой. А для людей с горячей натурой и с преобладани-

ем сафры — с уксусом или соком граната или незрелого винограда и т. п.

Варенье из тыквы с сахаром или медом укрепляет мозг, порождает хорошую кровь, изгоняет болезни, происходящие от савды, легко усваивается организмом, — при условии, если в желудке нет большого количества лимфы, в противном случае тыква быстро преобразуется в лимфу. Варенье из тыквы с медом для людей с холодной натурой полезнее, чем из тыквы с сахаром.

ТЫСЯЧЕЛЕТНИК

Естество: в начале третьей степени горячее и сухое, говорят также, что во второй степени горячее и в конце первой степени сухое.

Свойства: смягчает, открывает закупорки, действует как мочегонное, а также гонит менструации. Растворяет и выводит камни в почках, очищает язвы в матке. Питье настоя из двух дирхамов тысячелистника употребляют для лечения лихорадок, с этой целью, а также при всех вышеупомянутых болезнях, особенно при болезнях матки, применяют и его отвар.

Однако необходимым условием при лечении тысячелистником является то, чтобы в пищу в это время не употребляли масла.

Примочки на голову из тысячелистника применяют при различных видах головных болей, они раскрывают закупорки в мозгу и укрепляют мозг, полезны и при менингите, происходящем от излишка лимфы.

Примочки к груди прикладываются при болях в груди. Для устранения трудности при мочеиспускании или задержке менструации прикладывают примочку из тысячелистника к низу живота.

Примочки из тысячелистника делают также на опухоли для их рассасывания, а также для успокоения боли. Примочки прикладываются также к области носа при насморке и закупорке носовой полости. С этой же целью также закапывают в нос отвар тысячелистника.

Примочки из тысячелистника нельзя прикладывать

при наполненном желудке, следует предварительно очистить организм.

Тысячелистник-вреден для почек, исправляют это отрицательное свойство употреблением в пищу аниса. Доза употребления тысячелистника внутрь — до трех мискалей.

Естество: в последней ступени второй степени горячее и в первой ступени второй степени сухое; некоторые считают также, что свежий укроп горячий в последней ступени первой степени, а высушенный в начале первой степени.

Свойства: рассасывает, доводит сырые материи до созревания, открывает закупорки, способствует перевариванию, имеет определенные противоядные свойства, особенно в сочетании с медом; успокаивает колики, резь в животе, боли, происходящие от холода, усиливает мочеотделение. Полезен при легочной астме, слабости желудка, при отрыжке, при слабости печени и селезенки, при камнях в почках и мочевом пузыре, при кулиндже. Предохраняет пищу от порчи в желудке. Полезен при болезнях груди и желудка, происходящих от излишка лимфы и сырых материй.

Отвар из листьев, стеблей и семян укропа (свежих или высушенных) пьют для рассеивания скопившихся испарений из всех органов и участков тела, а также от болей в спине, почках, мочевом пузыре, для усиления мочеотделения, для успокоения рези в животе, для прекращения тошноты, происходящей от застоя пищи в желудке, от отрыжки по причине скопления лимфы в желудке.

Доза разового употребления укропа внутрь — до восьми дирхамов.

Укроп вреден для людей с горячей натурой. Чрезмерное или длительное употребление его в пищу или питье отвара из него вредно для мозга и зрения, ослабляет желудок, почки, мочевой пузырь. Устраняют эти от-

рицательные свойства укропа употреблением уксусомеда, лимона, сока незрелого винограда и кислых продуктов, — это для людей с горячей натурой.

Людам с холодной натурой следует устранять эти отрицательные свойства укропа применением меда, а также пряностей, например, гвоздики, корицы и др.

УКСУС

Уксус готовят из многих продуктов: винограда, изюма, фиников, инжира, сахара, сока сахарного тростника, меда и др., вообще из всех сладких сочных плодов, а также из злаков — риса и т. п. Лучший уксус — виноградный. Его готовят так: берут виноградный сок, очищают его от выжимок или вместе с ними (т. е. с кожурой и семенами), заливают его в обожженный глиняный сосуд, внутренние стенки которого промазаны (внутренним жиром), затем на каждые сто ратлей виноградного сока добавляют десять ратлей хорошего готового виноградного уксуса, закрывают верх сосуда и промазывают его для герметичности глиной, а затем ставят сосуд на солнце или в теплое место, пока уксус не созреет и станет кислым. Виноградный уксус образуется также из виноградного вина и сам по себе после постепенного прокисания.

Естество: виноградный уксус имеет сложный состав — из небольшого количества вещества, имеющего горячую легкую природу и большого количества холодных легких веществ; общее естество уксуса во второй степени холодное и сухое. Некоторые считают, что сухость его доходит до третьей степени. Уксус из фиников, изюма, инжира, меда и др. — все эти виды уксуса близки к естеству виноградного уксуса, а уксус из меда имеет более горячее естество и более сухое.

Вяжущее, закрепляющее свойство у некоторых видов уксуса выражено сильнее, например, у уксуса, приготовленного из груш, яблок, айвы и т. п.

Уксус состоит из трех основных составных частей: 1) горячая, имеющая натуру огня, часть вещества, ко-

торая обладает способностью открывать (закупорки) и расширять (сосуды), и способность проникновения материи уксуса (в ткани) обусловлена этой частью его вещества; 2) холодная землистая часть вещества, которая придает уксусу вяжущее закрепляющее действие; 3) холодная водянистая часть, и эта часть является преобладающей над остальными, и по этой причине расслабляет ткани (тела) и ослабляет нервы.

Свойства: закрепляет и очень сушит и быстро проникает в ткани организма и в составе лекарства быстро доставляет лекарственные вещества в глубины тканей, разжижает и раздробляет плотные и вязкие материи.

Делать примочки из уксуса или держать лицо и голову над паром уксуса, испаряющегося из воды, в которой он разбавлен и подогревается на огне, очень помогает при головных болях, происходящих от горячих материй или от жары, наподобие головной боли от солнца, или от сафры, или от горячих испарений, или от горячей бани.

Примочки из уксуса с медом применяются при темных пятнах под глазами, а также на места кожи, под которой застыла и затвердела (в виде темного пятна) кровь.

Держать голову над испаряющейся водой с уксусом хорошо помогает при шуме в ушах, а также при плохом слухе. Уксус с укропом укрепляет шатающиеся зубы. Уксус, настоенный на морском луке (пиэзи анзур) полезен при кашле от холодных материй и простуды, при астме, при заболеваниях селезенки, при водянке.

Употребление уксуса внутрь хорошо утоляет жажду, способствует пищеварению, прекращает кровотечение внутренних органов, повышает аппетит, рассасывает лимфу, сафру и (опухоли) селезенки, открывает закупорки в селезенке и доставляет лекарства, — способствуя их действию, — в селезенку.

Пища, сваренная с уксусом, препятствует прохождению излишних веществ в желудок.

Примочки из уксуса препятствуют распространению

злокачественных язв, применяются они и при изъязвленной чесотке, рожистом воспалении, карбункуле.

Уксус вреден пожилым людям, тем, у кого в природе преобладает савда, а также тем, кто страдает заболеванием легких, наподобие сухого кашля и т. п., тем, кто испытывает боли в суставах, при слабом кишечнике и половой слабости. Вреден для нервов, для людей с холодной натурой, для выздоравливающих после болезни. Постоянное употребление уксуса является причиной водянки, слабости зрения, желтизны лица и худобы.

Исправляют эти отрицательные свойства уксуса сладостями, жирным мясным бульоном. При кашле эти недостатки исправляют употреблением сладостей и приправ, имеющих несколько горячее естество.

При слабости нервов уксус употребляют с медом и специями и приправами, имеющими горячее естество.

Доза разового приема (виноградного и ему подобных видов) уксуса внутрь до семи мискалей.

УРЮК

Естество его холодное и влажное во второй степени. Более сладкие сорта несколько менее холодны.

Сушеный урюк по своим свойствам лучше свежего. Урюк открывает закупорки и смягчает твердые опухоли.

Более сладкие сорта смягчают организм, полезны людям с горячей натурой, устраняют плохой запах во рту.

Компот из урюка (особенно кисло-сладкого) слабит и выводит сафру, успокаивает возбуждение крови; успокаивает отрыжку.

Если человек, страдающий горячей лихорадкой, происходящей от излишка сафры, поест свежего урюка, затем выпьет горячей кипяченой воды с медом и вызовет рвоту, он излечится.

Сырой, не вареный урюк (свежий или высушенный) порождает газы, кислую отрыжку и гнилостные лихорадки. Вреден людям с холодной натурой и людям, в организме которых образуется много газов. вреден он также при слабом желудке и для стариков.

Нельзя принимать в пищу урюк вслед за неперева-
рившейся пищей или же трудно перевариваемой пищей.
Нельзя также есть его натощак.

• Для нейтрализации его вредных свойств людям всех
натур нужно употреблять сахар-песок и анис.

УТКИ

Имеют много разновидностей — домашних и диких.

Естество: во второй степени горячее и в первой сте-
пени сухое, имеет однако некую особую влажность.

Домашние утки имеют наиболее горячее естество из
всех видов домашних птиц.

Некоторые пишут, что мясо утки разгорячает холод-
ную натуру и причиняет лихорадку людям с горячей
натурой.

Свойства. Очень питательны, устраняют горячие ис-
парения, долго перевариваются, легче всего переварива-
ются крылья. Утки дают поправку телу, образуют жир в
почках, чем улучшают их состояние, образуют густую
кровь, но быстро портятся в организме и могут причи-
нить головную боль, если же хорошо переварятся и ус-
воятся организмом, то дают очень много питания и хо-
рошо укрепляют силы организма.

Печень и особенно крылья уток, усвоившись, дают
хорошую кровь, полезны при сердцебиении, очищают го-
лос.

Утиный внутренний жир (сало) — один из самых луч-
ших видов жира. Он обладает горячим естеством, смяг-
чает организм, рассасывает и легко проникает во все
участки организма.

Утиные яйца более плотные по своему веществу, чем
куриные яйца, они медленнее перевариваются, и по сво-
им полезным свойствам значительно уступают куриным
яйцам. Однако они полезны при худосочии, так как да-
ют поправку телу, при кашле и болях в груди.

Желудок утки долго переваривается, мало портится
в желудке и кишечнике, а когда переварится, хорошо
действует, укрепляя желудок и кишечник.

Утиное мясо по причине плохой перевариваемости может причинить несварение желудка и головную боль. Устранить это отрицательное свойство утиного мяса можно употреблением его с уксусом, имбирем, уксусомедом, а также другими приправами и пряностями, например петрушки, мяты и т. д.

При жарении утки следует наполнить ее нутро луком и другими упомянутыми приправами и жарить ее в масле.

При варке супа из утятин, нутро утки набивают кинзой, сельдереем, луком, а также кладут одну-две дольки чеснока и варят ее; особенно хорошо варить ее с горохом-нахутом. Варить утку следует долго, с тем чтобы она хорошо разварилась, и улетучился ее специфический запах.

У диких уток более выражен специфический запах, по своим полезным свойствам они значительно уступают домашним уткам.

ФАСОЛЬ

Естество ее различается в зависимости от сорта. Красноватые сорта в последней ступени первой степени горячие и во второй степени влажные; белые сорта умеренные между горячими и холодными, хотя говорят также, что белые сорта горячие в первой степени и умеренные по влажности и сухости.

Фасоль обладает очищающими свойствами, растворяет, гонит мочу. Мочегонное действие оказывает в основном кожура зерен фасоли (не стручок).

Фасоль пучит живот, долго переваривается, порождает густую материю,— особенно белая фасоль; смягчает грудь и легкие, дает полноту телу. Чрезмерное употребление фасоли вызывает плохие сны.

Отрицательные свойства фасоли устраняют имбирем, горчицей, тмином, черным перцем, а отваривание фасоли с мясом также в значительной мере устраняет ее отрицательные свойства.

Фасоль может также вызвать тошноту; этот недостаток исправляют уксусомедом, корицей или горчицей.

Употреблять в пищу отваренные стручки фасоли можно лишь тогда, когда они совсем зеленые и мягкие; сделавшись твердыми, они становятся вредными.

ФИАЛКА

В лечебных целях применяют цветы, а также листья фиалки.

Естество: холодное в первой степени и влажное во второй, некоторые считают ее естество холодным и влажным в первой степени; есть также мнение, что в первой степени горячее и влажное.

Свойства: выводит сафру, причем мягко, особенно ту сафру, которая скопилась и задержалась в желудке или кишечнике. Успокаивает жажду и остроту крови, применяется при горячих лихорадках (происходящих от жары или горячих материй), при сердцебиении и когда становится дурно. Употребляют для рассасывания мягких и твердых опухолей, при головной боли, происходящей от жары или горячих материй, при эпилепсии у детей, при насморке и истечении влаги из головы в горло, при кашле, шероховатости в груди и горле, при дифтерите, плеврите и воспалении легких.

Фиалка хорошо действует на желудок, печень и селезенку, ее применяют при выходе наружу (отвисании) прямой кишки, при жжении в мочевом пузыре и при острой, жгучей моче, при задержке мочеиспускания, при болях в почках — все это посредством принятия внутрь, а также посредством примочек и прикладывания в мелкорастертом виде. Вдыхание запаха свежей фиалки оказывает усыпляющее действие; свежие цветы, принятые внутрь, оказывают противоядное действие. При головной боли от жары или горячих материй мелко растертую фиалку прикладывают к голове и ко лбу, точно так же прикладывают к горячим опухолям, трещинам, при опухолях заднего прохода.

Неумеренное употребление фиалки ослабляет сердце, служит причиной тяжелого, угнетенного состояния духа, тяжести в желудке, тошноты. Некоторые считают, что эти отрицательные действия оказывает лишь высушенная фи-

алка. Улучшают это отрицательное свойство фиалки употреблением небольшого количества аниса. Кроме того вдыхание запаха свежей фиалки может вызвать насморк, устраняют этот недостаток употреблением майорана. Доза разового употребления фиалки внутрь до пяти мискалей, а в отваре до десяти мискалей.

При приготовлении отвара фиалку не следует много кипятить, так как от этого она теряет свои лечебные свойства. Употребление фиалки внутрь с сахарным песком усиливает ее действие по удалению (сафры) путем смягчительного, слабительного эффекта, а применение с медом ослабляет это действие. Употребление внутрь отвара более легко воспринимается желудком и быстрее проходит в кишечнике, чем сами цветы и трава фиалки.

ФИНИКИ

Финики — плоды финиковой пальмы в зависимости от степени их зрелости делятся на семь видов или стадий, начиная от самых зеленых до самых спелых. Каждый вид или стадия имеет свое название и значительно отличается по своим свойствам от других видов (ступеней спелости) фиников.

Описываемые здесь свойства относятся к последнему виду фиников, это полностью вызревшие спелые финики, как правило, высушенные.

Естество: во второй степени горячее и в первой степени сухое. Есть также мнение, что в первой степени влажное.

Свойства. Обладают большой питательностью, порождают хорошую, крепкую кровь, полезны при параличах, в том числе параличе лицевого нерва. Оказывает благоприятное действие при переутомлении и физической усталости. Укрепляют тощие (имеющие недостаточно жира) почки, дают поправку телу, полезны для людей с холодной натурой, а также людей с преобладанием лимфы, при болях в пояснице, смягчают суставы. Оказывают благотворное действие на органы груди, на простуженные легкие.

Отвар фиников с рисом хорошее средство для излечения худобы.

Финики тяжелые для желудка, долго перевариваются, создают закупорки. Они вредны людям с горячей натурой, проживающим в жарком климате, а также в странах, где не растет финиковая пальма, и где финики не являются местной пищей, в данном случае много фиников есть нельзя, так как это ведет к образованию савды, закупорок в печени и селезенке, вызывает жжение в крови, вызывает гниение материй в организме, служит причиной головных болей, сыпи во рту, болезни глаз («рамад» — офтальмия), причиняет зубную боль. Исправляют эти отрицательные свойства фиников употреблением гранатного сока, уксусомедом, жиров, очищенного (от наружной пленки, кожицы), миндаля и кроме того обязательного полоскания теплой водой рта после употребления фиников в пищу. Вообще для людей с горячей натурой злоупотребление финиками являются причиной многих болезней. Людям с холодной натурой финики приносят пользу, рассасывая влажные вязкие материи, излечивают болезни, происходящие от холодных материй.

ФИСТАШКА

Естество ее горячее и сухое во второй степени.

Фисташки (сердцевина плода) полезна для мозга и сердца; при сердцебиении, рвоте, тошноте; при холодности печени, для открывания закупорок в печени.

Фисташки дают поправку, помогают при желтухе.

Злоупотребление фисташкой может вызвать крапивницу, вредно для желудка. Отрицательные свойства фисташки нейтрализует урюк.

ХВОЩ

Естество: в начале второй степени холодное и в последней ступени второй степени сухое.

Свойства: закрепляет, действуя мягко, полезен при хроническом кашле и болезнях груди, при затрудненном дыха-

нии, происходящем от жары и горячих материй, при водянке, при горячих опухолях печени, при различных видах поноса от жары и горячих материй, при условии если нет лихорадочного состояния.

Хвощ применяют в виде отваров. Он действует заживляюще на язвы в кишечнике и в мочевом пузыре. Длительное питье отвара хвоща применяют для заживления и излечения грыжи, а также для заживления порезанной кишки,— как в виде отвара для приема внутрь, так и в виде клизм.

Примочки из хвоща применяются для заживления больших ран, порезов и разрывов нервов.

Доза применения травы хвоща внутрь — до одного дирхама.

Хвощ порождает савду; устраняют это отрицательное свойство добавлением в его отвар сахарного песка. Длительное применение хвоща расслабляет нервы; для устранения этого употребляют траву фиалки.

ЦИКОРИИ

Естество: свежий цикорий в конце первой степени холодный и влажный. В нем также есть легкое горячее вещество, которое быстро вымывается при мытье. Поэтому сильно промывать цикорий не рекомендуется. Цикорий летом в жаркую пору, а также цикорий, растущий в жарких областях, содержит больше горьких веществ. В этих случаях его естество несколько склоняется к горячему, так что действие присущего ему холодного естества проявляется мало.

Сухой цикорий склоняется к сухому естеству и имеет закрепляющие свойства.

Свойства: открывает закупорки, успокаивает остроту сафры и крови, утоляет жажду. Примочки из отвара листьев цикория применяют при головной боли, происходящей от жара или горячих материй, а также от сафры.

Отваром корня цикория, а также отваром корня цикория вместе с уксусом делают полоскания рта при болях в

коренных зубах. Цикорий принимают внутрь для открывания закупорок в печени и селезенке, при желтухе и водянке, происходящей от жары или горячих материй, для открывания закупорок в кишечнике, а также в других внутренних органах, открывания закупорок в сосудах, для укрепления печени, для успокоения разгоряченности крови, при жажде, тошноте, при возбужденности сафры, при воспаленности желудка. Цикорий хорошо действует как на горячую, так и на холодную печень, он очищает мочевые пути и почки, и чем цикорий более горек на вкус, тем лучше он устраняет закупорки и излечивает болезни печени.

Так называемый чистый отвар цикория приготавливается следующим образом. Берут листья свежего, недавно сорванного цикория, кипятят в воде, во время кипячения многократно удаляют образующуюся сверху пену; затем отвар процеживают и употребляют.

Чистый отвар цикория применяют также и в составе с другими лечебными средствами. Так вместе с уксусомедом его пьют для укрепления горячего желудка, при водянке, для раскрывания различных закупорок, для устранения гнилостности во влажных материях. Чистый отвар цикория с уксусомедом пьют при застарелых лихорадках, при четырехдневной лихорадке и лихорадках от простуды и холодных материй. Листья цикория с виноградным уксусом принимают внутрь для успокоения и уменьшения сафры, для прекращения поноса по причине излишка сафры.

Отвар всего растения — из стеблей, листьев, цветов и кореньев принимают при хронических и осложненных лихорадках, при водянке, болезнях селезенки, опухании конечностей, — это испытанное средство.

Доза разового употребления отвара цикория — до половины ратля (то есть немногим более 200 г.; ратль равен примерно одному фунту, ок. 450 г.) Цикорий вреден для людей, страдающих кашлем (любым кашлем, кроме одного его вида, происходящего от опухоли печени), он возбуждает и усиливает кашель. Это единственный недостаток цикория, его исправляют употреблением вместе с сахарным песком.

ЧАБРЕЦ

Естество: горячее и сухое в третьей степени или же горячее в последней ступени второй степени и сухое в начале второй степени.

Свойства: создает хорошее настроение, открывает закупорки, укрепляет внутренние органы, мозг и сердце, обладает определенными противоядными свойствами, устраняет гнилостные вещества, действует как мочегонное, рассеивает газы и испарения, с вином употребляют для прекращения рвоты и тошноты. Применяют при головной боли особенно в смеси с винным уксусом и розовым маслом, — смачивают этой смесью лоб и голову. Употребляют при болезнях, происходящих от лимфы, при болях в груди и в желудке, при опухоли печени и селезенки. Чабрец с медом употребляют при укусе скорпиона, а с уксусомедом при укусах пчел и ос, — путем внутреннего применения и примочек на места укуса, — это испытанное средство.

Отвар чабреца пьют при отрыжке, рези и коликах в животе, при истечении мочи по каплям, для раздробления камней в мочевом пузыре, при болях в матке, для устранения плохого запаха пота, — все это не только посредством питья отвара, но и примочек.

Чабрец с уксусом пьют при кровавой рвоте и это помогает.

Вдыхание запаха чабреца приводит в движение и возбуждает вещества мозга. Чабрец вреден для легких, исправляют этот недостаток употреблением камеди трагаканта.

Доза разового употребления чабреца в высушенном виде — до одного мискаля.

ЧАЙ

Основными местами произрастания чая являются, Китай и Непал.

О происхождении чая, точнее о том, как люди узнали о свойствах чайного листа, существует несколько преданий.

Одно из них гласит, что группа людей прогуливалась

на природе вдали от города. Они сварили себе еду и оставили ее, чтобы она немного остыла, накрыв сосуд с едой сорванными с растущих поблизости кустов несколькими веточками. Когда спустя некоторое время они пришли, чтобы пообедать, они увидели, что листочки с веток, которыми была накрыта еда, растворились в ней. Затем и обнаружили, что еда так сильно разварена и размягчена, как будто она варилась гораздо дольше, чем это было на самом деле. Они сообщили об этом знатокам лечебных трав. Врачи после изучения свойств чайного листа установили, что листья с того куста действительно имеют замечательное свойство помогать перевариванию и усвоению пищи. Затем изучение свойств чая было продолжено и продолжается по сей день.

Имеется много разновидностей чайного куста и чайного листа. Есть сорт чая с белыми, белесыми листьями, есть сорт с зелеными листьями, а также с лиловыми (фиолетового цвета), с темными, темно-серыми и совсем темными (черными) листьями. Однако самый лучший сорт — с белесыми мелкими листьями, очень ароматный, листья его на ветках очень густо переплетены. После него по своим свойствам идет сорт с зелеными листьями, однако в них больше сушащего, высушивающего свойства (естества). Затем идет лиловый сорт, а самые слабые по своим свойствам — это темные (до черного цвета) сорта.

Первая его разновидность (с белесыми листьями) очень редка и имеет очень высокую ценность; ее не привозят на продажу, государи и правители тех областей дарят этот чай своим приближенным или преподносят монархам соседних стран как дорогой подарок.

Другие сорта чая произрастают в большом количестве на больших площадях, особенно темно-зеленые и темные (до черного цвета) сорта, этих последних сортов очень много и они дешевы.

Приготавливают чай для питья разными способами. В некоторых местах его кипятят и пьют отвар. Христиане же чайные листья не кипятят, так как считают, что отвар чая и сами отваренные листья вредны и имеют плохие вкусовые качества; поэтому они приготавливают его следующим обра-

зом: хорошо прокипятят воду, затем бросают сухой чай в специальный фарфоровый сосуд и сверху него наливают свежий, с огня кипяток. При этом в зависимости от сорта чая, количество его для заварки берется разное,— для высших сортов меньшее количество, для низших — большее. Точно так же в зависимости от сорта чая, после заваривания чая его оставляют для настаивания на различные промежутки времени — от нескольких минут до получаса, с тем, чтобы сила, вкус и запах и цвет чайного листа полностью перешли в воду — настой. Затем разливают чай в пиалы (чашки), так, чтобы был один настой и не было листьев и осадка. Поскольку настой чая имеет несколько терпкий и горьковатый вкус, для исправления его добавляют набота и делают его немного сладким, а также в большинстве случаев добавляют молока, которое они предварительно вскипятят. Затем они пьют чай — не очень горячий.

Естество: горячее до последней ступени второй степени и сухое в середине второй степени. Высшие сорта горячие в третьей степени, некоторые: однако считают естество чая холодным по причине того, что он утоляет жажду и уменьшает разгоряченность организма, а также его воспаленность, а также ввиду того, что чай устраняет вред от вина. Но это все безосновательные соображения, потому что указанные выше действия чая имеют место ввиду свойства чая разрезать, размельчать лимфу и густые и вязкие материи, а также острые воспаляющие и причиняющие жажду вещества и устранять жидкости, происходящие от вина.

Свойства: укрепляет силы организма и дух, возбуждает, укрепляет, повышает настроение. Укрепляет желудок и полную способность у людей с холодной натурой.

Чай разжижает и размельчает материи, открывает, доводит материи до созревания, действуя при этом мягко, без остроты и резкости, вызывает отделение пота, гонит мочу, утоляет ложную жажду и успокаивает головную боль, происходящую от холода, а также воспаленность желудка, отрыжку от густых испарений. Очищает кровь и цвет лица, доводит лекарственные вещества до глубин организма, очи-

щает желудок и мозг, устраняет плохой запах во рту, а также запах вина, чеснока и лука. Успокаивает сердцебиение, хорошо действует при заболеваниях сердца, улучшает и расширяет дыхание. Устраняет или умеряет печаль, озлобленность и угнетенное состояние духа. Полезен при желтухе, водянке, при болезнях, возникающих от закупорок, — при геморрое и задержании мочи и при истечении мочи по каплям, происходящим от холода, при слабости почек. Все эти действия оказывает употребление самого одного чая, однако иногда к нему добавляют и другие средства, лекарственные вещества и специи соответственно их назначению.

Примочки из отваренных листьев чая применяются при твердых опухолях, а также для успокоения боли при геморрое. Припадки из них вызывают выделение пота и действуют усыпляюще.

Горечь и терпкость, присущие чаю, значительно уменьшаются при вышеописанном способе его приготовления путем настоя. Если довести до кипения или совсем слегка вскипятить заварку чая в воде вместе с наботом и молоком, то его горечь и терпкость также или удаляются или сильно уменьшаются. Поэтому сладости и молоко считают средствами, устраняющими отрицательные свойства чая. Пить чай без сладостей не рекомендуется, так как считается, что это вредно. Точно так же вредно пить чай натощак, — это может стать причиной горячих, острых болезней, особенно у людей с горячей натурой. Однако для тех людей, в желудке у которых скапливается много густых и вязких материй и которые чувствуют тяжесть и их одолевает отрыжка, — для таких людей питье чая натощак безусловно полезно. Пить чай сильно горячим также считается вредным, особенно в жаркое время года и людям с горячей натурой и молодым людям. Но сразу после еды питье горячего, а лучше не очень горячего чая, служит быстрому перевариванию пищи. Поэтому христиане пьют чай утром после завтрака и вечером после ужина для лучшего усвоения пищи.

А лучший способ приготовления и употребления чая — это способ, которым пользуются христиане и который описан выше.

Кроме того применяют различные средства для того, чтобы от чая не было никакого вреда. Так для людей с горячей натурой употребление молока, а для людей с холодной натурой — употребление его с гвоздикой, бадьяном, имбирем, корицей.

ЧЕЛОН (УННАБ)

Естество свежего челона умеренное между горячим и холодным и несколько влажное. А Ибн-Сино считает его холодным в первой степени и умеренным по сухости и влажности.

Челон ускоряет созревание сырых материй, смягчает внутренности, выводит застойные жидкости, очищает кровь и порождает хорошую кровь, успокаивает воспаление и жажду, устраняет остроту крови, успокаивает боли в печени, почках и мочевом пузыре.

Сухой челон более полезен при заболеваниях груди и легких, — при кашле и болях в груди.

Челон тяжел для желудка, вызывает газы и долго переваривается, поэтому вреден для холодного и влажного желудка. Ввиду этого употреблять челон следует в небольшом количестве, всего несколько (пять — десять) штук. Навысшей дозой считается пятьдесят ягод среднего размера.

Отрицательные свойства челона устраняют сахаром-песком и изюмом (особенно из сорта «тойфи»).

Гален пишет, что он не видит в челоне какой-либо ощутимой пользы ни для здоровья, ни для лечения. Ибн Сино высказывает подобное же мнение, отмечая, что челон полезен для устранения остроты крови, и это свойство, возможно, происходит оттого, что челон, выводя жидкости, делает кровь более густой; а считать челон средством, очищающим кровь, нет достаточных оснований.

ЧЕРЕШНЯ

Естество: в первой степени горячее и влажное, по мнению некоторых, — в начале второй степени горячее и влажное.

Свойства: быстро проходит через желудок ввиду влажности и скользкости своего вещества.

Полезна при затвердении, шероховатости в горле и легких. Однако вызывает несварение желудка, ослабляет желудок, поэтому нельзя есть черешню сразу после еды, так как она быстро превращается в ту матерью, которая преобладает в желудке.

Исправляют этот недостаток употреблением острых приправ, способствующих перевариванию пищи.

Черешня оказывает определенное слабительное действие, смягчает организм: однако сухая черешня закрепляет.

ЧЕРНУШКА

Естество: в третьей степени горячее и сухое.

Свойства: горячит организм, высушивает сырые, влажные вещества, заставляет созревать сырые материи, очищает, усиливает мочеотделение. Оказывает противоядное действие от холодных ядов (действующих путем сильного охлаждения организма).

Применяют при кашле, вызванном простудой или холодными материями, при болях в груди, при тошноте и рвоте, при водянке, желтухе, при заболеваниях селезенки, при кулиндже, вызванном газами, — применяют внутрь или в растертом виде.

Гонит месячные, усиливает отделение молока у кормящих матерей. Длительное употребление чернушки по утрам (натошак) с каким-либо маслом делают лицо розовым и чистым. В количестве от одного мискаля до двух дирхамов с уксусомедом — при четырехдневной лихорадке, хронической лихорадке, происходящей от избытка лимфы. С водой и медом — для раздробления камней в почках и мочевом пузыре, а с содой — при трудном мочеиспускании. Сильно пожаренную чернушку пьют от геморроя, — это оказывает прекрасное лечебное действие.

Нюхать сырую чернушку или настоянную в уксусе в течение одной ночи и растертую утром очень хорошо помогает при хронической боли от холодных материй и простуды, открывает закупорки в решетчатой кости, при насморках и истечении влаги из головы в горло, при сведении (параличе) лицевого нерва.

Смазывать растертой чернушкой с виноградным уксусом помогает от бородавок, родимых пятен (т.е. сводит их), при шелушении кожи, при болях в суставах, при лишаях и т. п.

ЧЕСНОК

Лучший чеснок — свежий, в нем содержится наибольшее количество полезных свойств.

Естество: горячее и сухое в третьей степени.

Свойства: растворяет вязкие вещества, очищает, открывает, высушивает жидкости в желудке и в суставах, разжижает кровь, обладает мочегонным и потогонным действием. Чеснок имеет некоторые свойства противоядия.

Употребление в пищу чеснока в умеренном количестве с соблюдением необходимой меры содействует сохранению здоровья, нейтрализует влияние недоброкачественной воды и плохого воздуха, особенно чеснок, настоенный на уксусе. Чеснок очищает горло и голос, полезен при легочной астме, забывчивости, частичном параличе лица, дрожании и при большинстве нервных заболеваний.

Чеснок помогает при заболеваниях суставов, ишиасе, подагре. Хорошо действует чеснок при болезнях селезенки, при скоплении газов в областях таза, при кулиндже, происходящем от газов, при язвах в легких, при заболеваниях желудка. Чеснок также полезен для десен и зубов, особенно печеный.

Неумеренное употребление чеснока в пищу без соблюдения природы, состояния организма, времени года, режима питания, возраста и т. д. причиняет головные боли, сушит кровь и вызывает в ней жжение, вредит глазам, легким, геморрою, а также вредно для беременных.

Кроме того, неумеренное употребление чеснока вызывает появление острой сафры и становится причиной различных заболеваний, в том числе раздражений кожи и кожных язв.

Исправить отрицательные действия чеснока можно сварив его в воде с небольшим количеством соли, а также употреблением его с кинзой, уксусомедом, соком кисло-сладкого граната.

ЧЕЧЕВИЦА

Естество: среднее между теплом и холодом, а по сухости во второй степени. Некоторые говорят, что холодная во второй степени и в такой же степени сухая. Верно же то, что кожура ее горячая в первой степени, а сердцевина — холодная в первой степени. Поэтому отвар ее кожуры оказывает смягчающее и очищающее действие, а ее ядро без кожуры — закрепляет.

Свойства: очищает, способствует появлению газов, долго переваривается, порождает савду в крови; закрепляет, успокаивает быстрое движение крови в сосудах, сгущает кровь, препятствует прохождению ее в тонкие сосуды; вызывает дурные сны, ухудшает зрение.

Употребление чечевицы в пищу полезно при болезнях груди и легких, при кашле; сваренная с уксусом она закрепляет желудок и не дает газов; без уксуса — вызывает газы. Чечевица вредна для людей, у которых преобладает савда, а также для тех, у кого слабый желудок или слабые глаза, для страдающих геморроем. Вообще чечевицу нельзя есть часто и много, так как она порождает кровь с савдой, вызывает ухудшение зрения, меланхолию и твердые опухоли.

Употребление чечевицы в пищу со сладким порождает водянку, кулиндж, геморрой, трудность мочеиспускания, сушит тело.

Исправить вредные свойства чечевицы можно сварив ее со сливочным маслом и есть ее с уксусом и жирным мясом. А хуже и вредней всего есть чечевицу с соленой рыбой.

ШАФРАН

Шафран — это рыльца цветков, они желтые с красноватым оттенком, имеют сильный пряный запах. Шафран растет во многих местах, в том числе в Мазандеране, на южных берегах Каспийского моря, особенно в селении Бода-Кух, которое в народе называют Баку, а также в Гиляне, Сирии, Египте, Магрибе, Кашмире и других местах. Самый лучший шафран — из Кашмира, за ним идет шафран из Истехбаната, затем Мазандеранский и Бакинский, а

после них уже из других мест. Самый лучший шафран (его рыльца) свежий, не долго лежавший, густо-желтый, с переходом в красноватый цвет, с сильным пряным и приятным запахом, если он обладает такими качествами, то неважно, из какого он места привезен.

Естество шафрана во второй степени горячее и в первой степени сухое; некоторые врачи считают его естество в третьей степени горячим и во второй степени сухим, первое мнение более верное.

Свойства шафрана: создает хорошее настроение, в этом отношении шафран является сильно действующим средством. Он укрепляет органы чувств, доводит сырые материи до созревания, рассасывает и исправляет гнилость лимфы и сырых веществ, предохраняет материи от порчи и загнивания, действует как мочегонное, обладает закрепляющей силой, возбуждает половую потенцию, укрепляет субстанцию животного духа (животной силы, или жизненного духа или силы). Укрепляет печень и внутренние органы, грудь и органы дыхания, создает веселое, радостное чувство и настроение, являясь причиной веселья и смеха. Шафран очищает почки и мочевой пузырь, улучшает цвет лица, доводит силу других лекарств (принятых вместе с шафраном или до него) до сердца и других органов, открывает закупорки в мозгу, печени и селезенке.

Принятие внутрь одного мискаля шафрана перед родами сильно облегчает роды — это испытанное средство. Шафран с медом применяют внутрь для раздробления камней в почках и мочевом пузыре. Нюхать шафран полезно при плеврите, это действует также и усыпляюще. Примочки из шафрана помогают при сильной головной боли и бессоннице, они также применяются для прекращения или предотвращения прилива влажных материй в глаза, при опухании уха, происходящем по причине жара или горячих материй, при головной боли от холода, для устранения бессонницы.

Шафран вреден для почек, он уменьшает аппетит, частое чрезмерное применение шафрана служит причиной головных болей, потери остроты органов чувств (остроты восприятия), вредит нервам. Исправляют эти отрицатель-

ные свойства шафрана употреблением аниса и уксусомеда. Шафран, принятый с вином, значительно усиливает опьянение.

Доза разового употребления шафрана внутрь — до двух дирхамов, говорят, что три дирхама шафрана являются смертельной дозой по причине чрезмерного возбуждения, веселья и сверхвысокого напряжения работы органов чувств. Однако это мнение не имеет особых оснований, так как при такой дозе (три дирхама) психическая материя в основном исправляет и устраняет вредные свойства шафрана благодаря удерживающей силе.

ШИПОВНИК

Естество: горячее во второй степени и сухое в первой степени; Ибн-Сино пишет, что сухое во второй степени.

Свойства: открывает (закупорки), очищает. Вдыхание запаха цветов шиповника укрепляет сердце, мозг и органы чувств, горячит мозг, устраняет холодность нервов (то есть простудные заболевания нервов) и насморк. Добавление цветов шиповника в нюхательные смеси придаст им хороший запах, а также способность открывать закупорки в мозгу, растворять газы и испарения в носовых проходах посредством чихания. Лепестки цветов шиповника помогают при зубной боли, воспалении десен, миндалин и горла, при сердцебиении от холодной материи или простуды, укрепляют желудок и печень и помогают при заболеваниях печени, а также при отрыжке, рвоте и тошноте, при желтухе; при кулиндже.

Лепестки цветов шиповника, будучи съеденными в количестве от одного до четырех дирхемов, являются сильным слабительным средством, а также сильным мочегонным.

Доза приема лепестков — до одной укийи.

Натирание лепестками цветов шиповника в бане устраняет плохой запах пота.

Варенье из лепестков цветов шиповника, сваренного с сахаром, улучшает самочувствие, помогает при сердцебиении от холодных материй или от простуды, укрепляет сердце, ослабленное по причине холода или холодных материй;

оно также как и сами лепестки, оказывает послабляющее действие на кишечник.

ЩАВЕЛЬ

Естество его холодное в первой степени и сухое во второй; щавель обладает закрепляющими свойствами.

Щавель полезен для укрепления печени; при желтухе, как средство, возбуждающее аппетит; сок его держат во рту для утоления зубной боли.

В отваренном виде смягчает организм, а в смеси с вином прикладывают на опухоли за ушами, а также при чесотке. Щавель с уксусом очень полезен для селезенки.

ЭСТРАГОН, ТАРХУН

Это растение известно в Иране, особенно много его растет в Фарсе и Ширазе, и подобно другой зелени, например, наэно, мяте (пудина), и кресс-салату его едят с хлебом, сыром и другими продуктами. Он имеет две разновидности: дикий и садовый. Его можно выращивать как из семян, так и из отводков.

В его вкусе имеются острота и вяжущая, закрепляющая сила, терпкость и немного сладости. Если его жевать натошак без всяких других продуктов, то он сделает язык нечувствительным, одеревенелым. Поэтому некоторые люди перед тем как принимать слабительные лекарства, имеющие очень неприятный, противный вкус, жуют тархун, и потом во время питья лекарства они мало ощущают его вкус.

Лучший вид тархуна — это садовый, свежий, не увядший.

Естество: в третьей степени горячее и сухое, особенно дикого, а естество садового считают в первой степени горячим и сухим. Тархун вообще притупляет чувствительность.

Свойства: рассасывает газы, испарения и липкие материи, открывает закупорки, укрепляет желудок, вызывает сырые материи. Жевание его дает хороший запах во рту и изменяет вкусовые ощущения и притупляет чувствительность рта и языка. Полезен при сыпи во рту, если

после жевания подержать его некоторое время во рту. Эстрагон служит хорошим средством против мора,— когда распространяются холера и чума, препятствует заражению.

Если пить воду после жевания эстрагона, то вода покажется очень вкусной. Эстрагон вреден для людей с горячей натурой, чрезмерное его употребление в пищу вызывает жжение в крови, и прекращает половое стремление. Исправляют эти отрицательные свойства овощами, имеющими холодное естество. Тархун вызывает огрубение тканей груди. Исправляют это медом. Трудно и медленно переваривается. Исправляют этот недостаток употреблением сельдерея. А бадьян усиливает действие тархуна.

ЯБЛОКИ

Сладкие сорта по своему естеству горячие в первой степени и влажные во второй, кислые яблоки — холодные и сухие в первой ступени первой степени.

Яблоки полезны только спелые и имеющие вкус,— сладкие и кислые. Безвкусные и незрелые яблоки пользы не имеют. Польза от яблок заключается в укреплении сердца, желудка, печени и кишечника, в улучшении аппетита. Яблоки бодрят, улучшают настроение и веселят. Особенно полезны яблоки при затрудненном дыхании и сердцебиениях. Есть яблоки и вдыхать их запах весьма полезно при нервных расстройствах и навязчивых состояниях. Яблоки освежающе действуют на мозг, усиливают его работоспособность.

Печеные яблоки весьма полезны при сухом кашле. Чрезмерное употребление яблок вредно для легких, а также нервной системы. Устранить этот недостаток можно употреблением меда.

ЯИЦА

Лучшие из них крупные, свежие, самые лучшие — снежные в тот же день, так как теплота, жаркий воздух действует на них быстро, приводя к ухудшению их качеств и свойств. Хранить их следует в холодном месте или в соли

Естество яиц сложно; желток несколько горяч — до

последней ступени первой степени. Белок — холодный и влажный во второй степени. Скорлупа яиц — в начале второй степени холодная и сухая. Пленка, покрывающая белок, — холодная и сухая в первой степени.

Свойства. Слегка поджаренный желток очень питателен, с хорошим химусом, оставляет мало излишков и побочных продуктов в организме; укрепляет сердце, мозг и все тело; он также улучшает состояние груди, легких, устраняет их загроуение, полезен при кровохарканьи, а также при загроуении желудка, кишечника, мочевого пузыря, при почечных язвах и язвах мочевого пузыря; быстро восстанавливает силы тех, кто потерял много крови, или тех, кто ослабел после кровопусканья.

Желток полезен людям, у которых преобладает савда.

Употребление в пищу сырых желтков полезно для очищения голоса, при жжении в мочевом пузыре. Сырой желток вреден для желудка, чрезмерное или длительное употребление в пищу сырых желтков порождает камни в почках, пятна на кожи и лишай.

Полусваренный желток по своим свойствам является заменителем молока для младенцев.

Сильно, до твердости отваренный желток медленно переваривается, особенно в желудке тех, у кого преобладает влажность; такой желток может вызвать кулиндж.

Лучший способ приготовления желтка — отваривание взболтанных желтков в некотором количестве воды при помешивании во время варки, с тем чтобы они остались мягкими, полусваренными.

Исправить отрицательные свойства твердо сваренного желтка можно употреблением острых приправ и маринадов.

Белок яиц дает много питания и силы, но употребление его в сыром виде порождает много сырых и вязких материй в организме, он долго переваривается.

Сырым белком смазывают места, обожженные огнем или водой; и это способствует быстрому заживлению ожога.

Лучше всего есть яйца в полусваренном виде. Принято, что когда яйца бросают в кипящую воду, нужно досчитать

до ста, в этом случае они будут сварены как раз в меру, то есть будут полусваренными.

СРЕДСТВА ОТ КОМАРОВ И ДРУГИХ НАСЕКОМЫХ

Укушенное комаром место ввиду ядовитости укуса начинает чесаться и немного опухает. Чтобы снять зуд и уменьшить вред от укуса укушенное комаром место смазывают маслом и лимонным соком. Если же взять растертый мышьяк и (или) нашатырь и смешать с говяжьим жиром и постепенно в течение нескольких дней сжигать и окуривать место, где имеется (водятся) много комаров, то в результате этого все комары в этом месте погибнут и прекратится их зарождение. Это является испытанным средством. Из средств, отгоняющих комаров, употребляют окуривание дымом от сжигания соломы или коровьего навоза, или купороса, или чернушки, или древесины сосны. При хрдьбе в местах, изобилующих комарами, следует смазывать лицо маслом. Это значительно уменьшит и число укусов и вред от них.

Если побрызгать водным раствором нашатыря какое-либо место, то от этого места убегут все ядовитые животные и насекомые. Если водным раствором нашатыря покропить на листы бумаги, или обмакнув кисточку или вату и т. п., намотанную на палочку, и поводить ею по бумаге, как бы делая на ней узоры, и потом разложить эти листы вокруг себя, то ядовитые животные и насекомые не приблизятся к этому месту.

Баху-ул-хазокатт
Хорошие вести
об искусном
врачевании



О ПРИЧИНАХ БОЛЕЗНЕЙ

Причиной в медицине называют фактор, который имел место раньше и послужил возбуждающим началом или основой какого-либо состояния организма человека, и когда это состояние не прекращается, а продолжается.

Для каждого здорового состояния организма имеются три причины (то есть причины здорового состояния или выздоровления).

Первая причина — внешняя, например, получение больным радостного известия.

Вторая причина — предшествующий прием пищи или питья, которые послужили причиной сохранения или улучшения здоровья.

Третья причина — непосредственная, это равновесие материй в организме.

Причин болезней также три.

Первая — внешняя, наподобие жара от солнца, которая становится причиной головной боли.

Вторая причина — предшествующий прием пищи или питья в неумеренном количестве или употребление недоброкачественных продуктов.

Третья причина — непосредственная или внутренняя, например, порча и загнивание материи в организме, что становится причиной лихорадки.

А действие причины происходит или из сущности самого предмета или же опосредствованно, например, вода действует всегда своей сущностью, то есть влагой (сыростью), но иногда также и холодом, будучи охлаждена холодным воздухом, или же теплом, будучи нагрета солнцем или огнем.

О ПРИЗНАКАХ И СИМПТОМАХ

Признаки болезни или симптомы указывают на нечто прошедшее, на какой-то фактор, который имел место ранее и результатом которого явился тот или иной признак (симптом). И установить эту зависимость между симптомом и вызвавшим его фактором или явлением является задачей врача, и правильное определение этих факторов в

первую очередь свидетельствует о его искусстве и глубине его медицинских познаний.

Иногда же симптом указывает и на имеющийся в наличии фактор, и это облегчает задачу установления причины происхождения того или иного симптома.

А иногда симптом указывает на фактор, который будет иметь место в будущем. Это тоже в пользу больного, облегчает задачу врача, так как излечение тем самым начинается в самом начале заболевания и поэтому имеется больше возможностей для исцеления.

Некоторые признаки (симптомы) указывают на особенности природы (и преобладание в ней определенной материи), а некоторые признаки — указывают на различные сочетания и комбинации материй в природе («мизодж») человека.

ПРИЗНАКИ НАТУРЫ (МИЗОДЖ) И ИХ РАСПОЗНАВАНИЕ

1) *По наличию мышечной ткани и жира.* Большое количество ткани и жира свидетельствует о преобладании влаги, а малое их количество свидетельствует о сухости организма.

Большое количество и преобладание мышечной ткани (а не жировой) указывает на влажность и теплоту организма. Преобладание же жировой ткани по сравнению с мышечной свидетельствует о влажности и холодности организма.

2) *Волосы.* — Их обилие и большая толщина, кудрявость и чернота — происходит от теплоты и сухости. Соответственно противоположные признаки свидетельствуют о холодности организма.

3) *Цвет кожи.* — Белизна ее происходит от холодности и преобладании лимфы. Красноватый цвет кожи указывает на теплоту и преобладание крови. Розовый цвет, — средний между белым и красноватым — указывает на относительную (сравнительную) уравновешенность природы. Смуглость свидетельствует о теплоте (преобладании горячей материи); желтый цвет также свидетельствует о теплоте,

но с преобладанием сафры и недостатке крови. Темный (не красноватый, а черновато-мутный или серовато-темный) цвет кожи происходит от избытка холода и савды.

4) *Форма и строение тела.* — Широкая грудь и толстые вены, четко выделяющиеся на поверхности кожи и большой размер рук и ног, выпирающиеся суставы, сильный пульс — все эти признаки указывают на теплоту, а противоположные им признаки указывают на холодность природы, то есть, узость груди, тонкость вен и их незаметность на коже, слабый пульс, скрытность и незаметность суставов.

5) *Подверженность воздействиям (реакции организма)* Быстрая подверженность организма или какого-либо органа какому-либо свойству или воздействию свидетельствует о преобладании в натуре организма или органа именно этого свойства. Так, быстрое нагревание, чуткость к жаре и тепловому воздействию свидетельствует об избытке теплоты в организме (о горячей натуре). Точно так же и во всем остальном.

ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗМА

Нормальное функционирование организма и всех его органов свидетельствует о сравнительной уравновешенности природы, слабость и недостаточность функционирования происходит от холодности природы, быстрота и связанные с ней помехи в функционировании происходят от теплоты (горячей природы). Медленность прохождения функций организма происходит от его холодности.

Сон и бодрствование. — Большая подверженность сну и сонливость (большое количество времени, проводимое во сне) бывают от холодности и влажности. Преобладание бодрствования и малое количество сна свидетельствуют о горячей и сухой натуре. Умеренное количество сна указывает на (сравнительную) уравновешенность природы.

Примечание. Сон — это обращение духовных, психических сил внутрь организма для отдыха и освоения пищи.

Бодрствование — это наступление и прилив духовных и психических сил к органам чувств и к нервам.

Выделения — если выделяющиеся из организма вещества (пот, моча, и т. д.) имеют резкий запах и сильный цвет, это указывает на теплоту; противоположные признаки свидетельствуют об обратном.

Психические реакции — их сила, быстрота и многочисленность происходят от горячности природы, слабость и медленность их — от холодности. Их устойчивость свидетельствует о сухости природы, а быстрота их исчезания — о влажности. Чувствительность, пылкость, обидчивость — происходит от горячности природы. Точно так же быстрота речи и ее непрерывность и стремительность (то есть отсутствие пауз в речи) — от горячей природы. А медлительность и спокойствие — от холодности природы.

О состоянии организма очень хорошо свидетельствует пульс. Ощупывать пульс у больного надо в такое время, когда он находится в спокойном состоянии, не возбужден радостью или гневом и не подвержен другим психическим воздействиям.

Больной не должен быть также слишком сытым и не быть сильно голодным и ослабевшим.

Сразу же после прихода врача больной бывает взволнован его присутствием, в нем возникают различные чувства и переживания: стеснение, боязнь перед возможной опасностью болезни и т. п. Поэтому врачу не следует сразу же после прибытия к больному брать показания его пульса, а лишь по прошествии некоторого времени после разговора и опроса в спокойной, доверительной беседе.

Муҳити
Абзам-
Великий
Океан



О СВОЙСТВАХ ВКУСОВЫХ КАЧЕСТВ ПИЩИ

Польза сладкого вкуса (пищевых продуктов): увеличивает питание тела и количество крови, мышечной ткани, жира, костей и костного мозга, психической материи, семени, молока.

Полезен для глаз, волос, улучшает цвет лица, укрепляет силы, хорошо заживляет переломы, очищает кровь. Устраняет худобу, жажду, обмороки и лихорадку. Обостряет все пять органов чувств.

По мнению других, — сладкие продукты холодны по своему естеству, устраняют газы, сафру, улучшают зрение и дают полноту телу.

Вред сладкого вкуса: (имеется ввиду чрезмерное употребление сладкой пищи) порождает пенные вещества; затрудненность дыхания и астму, несварение желудка, рвоту, ухудшает и ослабляет голос, вызывает боли в мочевом пузыре и в нижней части кишечника.

Польза кислого вкуса. Переваривает пищу в желудке и излишки веществ в кишечнике, возбуждает аппетит. Благоприятен и полезен для большинства натур. Если смазать тело чем-либо кислым, то это сильно охладит его.

Вред кислого. — Вызывает жжение в желудке, горле и груди, является причиной оскомы в зубах, вредит глазам, вызывает водянистость в организме, препятствует быстрому созреванию нарывов и заживлению переломов, ослабляет суставы, от кислого худеют.

Польза соленого. — Очищает, возбуждает аппетит, улучшает настроение, переваривает пищу и ее излишки и твердые вещества в кишечнике. Смягчает организм, легко выводит вредные остатки и выделения. Солёный вкус самый сильный, он побеждает и подавляет все другие вкусы.

Вред соленого. — Порождает пенные вещества, сафру, газы, боль в глазах, портит кровь и вызывает болезни из-за избытка сафры, причиняет сыпь на коже, чесотку, опухоли, жжение в крови, кислую отрыжку и изжогу.

Польза острого (вкуса). — Возбуждает аппетит, переваривает пищу, устраняет испорченные вещества — как

путем рвоты, так и путем послабления желудка, устраняет опухоли, излишнюю влагу (лимфу). Говорят еще, что острое имеет холодное и сухое естество, устраняет обмороки, лихорадки, происходящие от избытка сафры и лимфы, разжижает кровь, а у кормящих матерей разжижает молоко.

Вред острого. — Разрыхляет суставы, высушивает (уменьшает) жиры, порождает боли в боку, спине, в руках и ногах, вызывает головокружение. Сушит рот и нёбо, вызывает сердцебиение, уменьшает силы; говорят также, что вызывает газы. Чрезмерное употребление острого вызывает головную боль, шероховатость горла, ухудшение настроения, мнительность.

Польза горького вкуса. — Выводит испорченные остатки и гной, а также жиры и лимфу. Устраняет обмороки и лихорадку. Гонит мочу и другие выделения.

Вред горького. — Вызывает затвердение (стенок) сосудов шеи и всего тела, порождает газы, плохой вкус во рту, вызывает головную боль и головокружение. Говорят также, что горькое увеличивает количество сафры и газов, уменьшает количество молока у кормящих матерей, заставляет худеть. Чрезмерное употребление горького порождает мнительность, портит кровь, сушит губы и вызывает жжение в теле. Вызывает зуд в теле и жажду.

Польза вяжущего вкуса. — Сушит и закрепляет, поэтому полезен при поносах, высушивает и вылечивает язвы и нарывы типа чирьев, а также выводит плохую испорченную ткань, оставшуюся от язв и нарывов.

Вред вяжущего вкуса. — Причиняет боль в груди и в печени, вызывает жажду, возбуждает газы в животе, портит голос, делает грубыми стенки сосудов шеи.

Примечание. Вред каждого вкуса должен быть нейтрализован употреблением противоположного вкуса. А противоположность вкусов между собой бывает разная. Она может заключаться в истинной противоположности и непримиримости их при смешении, например, соленого и кислого. Или же оно может быть нейтрализовано большей силой или степенью одного вкусового качества над другим, например, сладкого над кислым или кислого над сладким, в зависимости от концентраций того или другого

вкуса получают различные комбинации вкусовых качеств и, — в соответствующей степени — взаимная нейтрализация их вредных свойств.

Примеры вкуса некоторых продуктов.

Сладкое: молоко, внутренний жир, рис, ячмень, пшеница, мош, огурец, сладкая тыква, дыня, виноград, сладкий гранат, хурма, сахарный тростник.

Кислое: кислый гранат, лимон, кислое молоко, уксус.

Острое: все продукты, имеющие хороший запах.

Вяжущее: плоды деревьев, не имеющих цветов, дикие водяные растения.

Примечание. Комбинаций из этих шести вкусов всего насчитывается девяносто две. Комбинаций по два вкуса — пятнадцать. Комбинаций по три вкуса — двадцать. Комбинаций по четыре вкуса — пятьдесят. Комбинаций по пять вкусов — шесть. Комбинаций из шести вкусов — одна.

Поэтому составные лекарства, приготовленные из нескольких или многих веществ — компонентов могут обладать самыми разнообразными вкусовыми комбинациями. При этом каждое составное лекарство обладает одной из вышеуказанных комбинаций вкусовых свойств.

О ЕДЕ И СОСУДАХ ДЛЯ ПИЩИ

В чистой кухне все должно храниться и содержаться на своем определенном месте и в определенном сосуде. Так, лучше всего животные жиры держать в железном сосуде, холодные напитки — в серебряных сосудах, сладкие фрукты — в золотом (или позолоченном) сосуде, уксус, пахта — в каменных сосудах, кипяченое и остуженное молоко — в медном сосуде, воду, шербет и вино — в глиняных или стеклянных, или же хрустальных сосудах, соленое, острое и кислое — в больших глиняных сосудах.

Для еды следует оборудовать уютное, с некоторыми украшениями, приятное и чистое место, в котором был бы хороший запах.

Во время еды нужно создать спокойную и приятную об-

становку, атмосферу спокойствия, отдыха и удовлетворения, следует не отвлекаться и думать только о еде, которую ешь. Принимать пищу следует не спеша, небольшими порциями и глотками, чтобы она постепенно и лучше усваивалась. Во время еды нельзя размышлять ни о чем, не раздражаться, не впадать ни в какие отрицательные эмоции,— недовольство, гнев и т. п.

О ВРЕМЕНИ И ПОРЯДКЕ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ

Время, момент и порядок приема лекарства различаются в зависимости от природы человека и индивидуальных особенностей его организма. Таких моментов десять.

1) Лекарство принимают утром натощак и лишь после переваривания лекарства и прохождения его в низ желудка и в кишечник принимают пищу. Такой порядок приема лекарства установлен для людей с преобладанием лимфы, крепких по сложению.

2) После приема лекарства сразу же принимают пищу. Этот порядок соответствует тем людям, у которых скопление газов в нижней части кишечника.

3) Лекарство принимают в середине еды. Такой порядок хорош для тех, у кого скапливаются газы в области пупка и в желудке.

4) Сначала съедают пищу, затем сразу же без промедления принимают лекарство. Такой порядок способствует людям, у которых газы распространены по всему телу.

5) Сначала съедают небольшое количество пищи (несколько глотков), затем принимают лекарство. Этот порядок определен для людей, у которых газы скапливаются в груди.

6) Лекарство принимают после каждого глотка или порции или же вместе с этой порцией. Такой порядок предназначен тем, у кого газы скапливаются в голове и шее.

7) Больной кладет лекарство перед собой и время от времени понемногу, в малых дозах принимает его (без пищи). Такой способ приема лекарства нужен людям, стра-

дающим от отравления или укусов ядовитых животных. а также тем, кто страдает отрыжкой, икотой и тошнотой.

8) Лекарство смешивают с пищей и едят. Этот вид приема лекарства назначается людям со слабым желудком.

9) Лекарство принимают в два приема: одну половину его перед едой, другую половину — после еды. Такой порядок необходим людям, страдающим дрожанием какого-либо органа.

10) Лекарство принимают перед сном. Этот вид приема лекарства соответствует людям слабым и худосочным, а также выздоравливающим.

АРБУЗ

По-арабски его называют «индийской дыней».

Естество его холодное и влажное во второй степени; говорят также, что холодное в начале второй степени и влажное в последней ступени второй степени.

Мякоть арбуза устраняет остроту сафры и крови, гонит мочу, порождает лимфу сладковатого вкуса. Он очень полезен для людей, в организме которых образуется сафра, особенно если эта сафра острая и жгучая (хотя и небольшого количества) и тело от этого худеет, в таких случаях изменить натуру и улучшить ее лучше всего можно арбузом, а не употреблением кислых плодов и кислот.

Арбуз очень полезен людям, у которых очень горячий желудок и пища у них в желудке (от сильного тепла) быстро портится.

Арбуз полезен при жгучих лихорадках, перемежающихся лихорадках, однодневных лихорадках, происходящих от излишней жары при путешествиях под солнцем в жаркое время года или (лихорадках), происходящих от употребления горячих средств. Он полезен вообще при болезнях, вызванных жарой или средствами или веществами, усиливающими теплоту организма, разгорячающими его, хотя он превращается в организме в лимфу.

Арбуз полезен для горячей печени, увлажняет горячую натуру и изменяет ее на более умеренную. Порождает жидкую кровь и исправляет кровь, в которой есть примесь сафры.

Если его употреблять с уксусомедом, то он действует как сильное мочегонное средство и очищает кишечник и мочевой пузырь.

Арбуз не рекомендуется людям с влажной натурой, с избытком лимфы, а также старикам, употреблять им арбуз можно, лишь приправляя его медом или сахаром. Людям с горячей натурой арбуз ничем приправлять не надо.

Некоторые из медиков последнего времени пишут, что арбуз с уксусомедом полезен при желтухе, для улучшения аппетита, как мочегонное, а также для удаления камней из почек; пишут также, что арбуз с молоком полезен при болезнях, происходящих от савды.

СВОЙСТВА АРБУЗА СОГЛАСНО СВЕДЕНИЯМ ИНДИЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

По-индийски он имеет несколько названий, в которых отражается то или иное качество и свойство арбуза. Например, «волокна его подобны красному шафрану», «листья его белесого цвета» «устраняющий ядовитые вещества», «полезный при жжении мочи», «устраняющий желтизну мочи», «излечивающий худобу и худосочие детей и дающий им полноту».

Естество его холодное в первой степени и влажное в последней ступени первой степени.

Индийские медики пишут, что арбуз улучшает пищеварение и дает аппетит, полезен при болезнях глаз. Охлаждает организм, увеличивает количество лимфы и семени, порождает газы. Полезен при болезнях кожи, истечении мочи; смягчает организм.

Сок арбуза с имбирем и медом устраняет лимфу, а с уксусомедом — открывает закупорки; древние индийские медики в санскритских источниках пишут также, что арбуз полезен при трещинах (на коже).

Один из известных правителей Декана ¹ был очень ис-

¹ *Декан* — название области в Центральной Индии.

тошен кровохарканьем. Желудок его совсем ослабел и он питал склонность лишь к сладкому. Когда он обратился за помощью к автору этих строк, я¹ стал его лечить в основном вареньем из арбуза, которое он хорошо ел. Это средство полностью излечило его.

А остальные свойства арбуза — согласно греческой медицине, описаны при объяснении слова «хиндувона» (арбуз).

МОЛОКО

(Коровье) молоко имеет три составные части: жир скисающее вещество и жидкость. Эти составные части в коровьем молоке представлены в наиболее уравновешенном сочетании.

Коровье молоко имеет влажное и уравновешенное естество — среднее между горячим и холодным. Молоко открывает и очищает, легко переваривается, очень питательно. Пить свежеподоенное, парное молоко, еще не остывшее, укрепляет вещество мозга, дает ему необходимую влажность, излечивает забывчивость (ухудшение памяти), меланхолию и навязчивые состояния, дает хороший цвет лица, полезно при всех болезнях, в которых преобладает сухость.

Закапывать теплым парным молоком глаза и смазывать их им помогает при большинстве глазных болезней, даже трудно излечимых, а иногда и считающихся вовсе неизлечимыми, — излечиваются и такие болезни, если только практиковать это длительное время.

Питье парного, не остывшего молока укрепляет также сердце, рассеивает печаль и плохое расположение духа, устраняет сердцебиения, а также туберкулез, который не осложнен лихорадкой по причине гнилостной материи, дает полноту телу.

Питье молока, смешанного с двумя весовыми частями чистой воды (молока — одна треть), является хорошим

¹Речь идет от имени самого автора «Мухити Аъзам» — Мухаммада Аъзамхона.

мочегонным средством, оно прекрасно очищает мочевые пути.

Питье молока применяется как противоядие,— его нужно несколько раз выпивать и после этого вызывать рвоту.

Употребление в пищу риса, сваренно с молоком, а также рисового молочного киселя является прекрасным средством для увеличения продолжительности жизни и приобретения цветущего вида. Пить молоко с грецкими орехами и хурмой полезно для наращивания жировой ткани у почек, это придает хороший цвет лицу и полноту телу.

СВОЙСТВА МОЛОКА СОГЛАСНО СВЕДЕНИЯМ ИНДИЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Дает полноту, увеличивает количество молока у кормящих матерей, придает хороший цвет лицу, укрепляет силы, устраняет сафру и газы. Питье молока вызывает хорошее расположение духа, излечивает слабость в теле, страхи и забывчивость.

Коровье молоко удаляет вредные вещества из кишечника; излечивает болезни груди, мочевого пузыря, геморрой, а также болезни женщин, страдающих выкидышами, омолаживает организм

Молоко придает силы, увеличивает продолжительность жизни, полезно для эффективной умственной деятельности. Очень полезно для излечения язв, для людей тощих и слабых.

Пить молоко надо сразу же после доения; тепловое парное молоко (не остывшее) подобно эликсиру молодости даёт долгую жизнь.

МУМИЕ

Мумиё хорошего качества испытывается так: берется небольшое количество мумиё, кладется на ладонь. Если от теплоты руки мумиё начинает слегка плавиться, делается мягким, подобно воску, значит мумиё хорошего качества. Если мумиё твердое и от тепла ладони не де-

ляется мягким — качество этого мумиё низкое. Самое же лучшее испытание — это быстрое лечебное действие, особенно при переломах костей, излечении болезней и укреплении сил.

Мумиё быстро проникает в ткани организма. Принятое в нужном количестве, мумиё укрепляет дух, духовную и психическую материю, укрепляет сердце, вызывает бодрость и повышает настроение; растворяет холодные материи: полезно при опухолях лимфатического происхождения. Укрепляет внутренние органы и внешние органы чувств, высушивает жидкости и открывает закупорки, очищает, помогает при всех заболеваниях от простуды или холодной материи. Принимать мумиё внутрь или смазывать наружно очень помогает заживлению переломов костей, вывихов и ушибов, при параличах нервов лица. Мумиё помогает при кровохарканьи, а также при скоплении газов (метеоризме).

При болезнях суставов, при физическом и нервном переутомлении рекомендуется употреблять мумиё в смеси с двумя — тремя яичными желтками.

При свежих ранениях мумиё также хорошо помогает как при внутреннем применении, так и при наружном смазывании ран, а еще лучше сочетать то и другое.

ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ

Естество: горячее и сухое в третьей степени. Вызывает жжение в крови, порождает сафру и способствует появлению геморроя. Исправляют эти вредные свойства красного перца употреблением жиров и молока.

Свойства: исправляет недоброкачественность мяса и овощей и делает их вкуснее. Способствует перевариванию пищи, выводит излишние жидкости из мозга и желудка, придает силу органам тела, рассасывает газы, полезен при простудных заболеваниях и кашле. Устраняет вредное действие новой воды при перемене места или во время путешествий.

Для людей с влажной натурой, с преобладанием густой лимфы красный перец является настоящим элексиром здоровья; кроме того он у них устраняет излишнюю полноту.

Красный перец вреден горячим и сухим натурам, исправляют этот вред настаиванием его в свежем виде в уксусе. Нельзя злоупотреблять красным перцем. Употреблять его нужно в меру, а мерой служит вкусовое ощущение того, кто употребляет его в пищу. Красный перец следует употреблять преимущественно в жидкой пище.



Цкцири
Авзам-
Великий
Эликсир



ОБЩЕЕ ЛЕЧЕНИЕ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ

При лечении болезней лекарственными средствами необходимо учитывать следующие десять факторов, а именно: а) род болезни; б) ее причину; в) силы больного и его слабость; г) естественную (постоянную прирожденную) и случайную, временную измененную натуру больного; д) возраст больного; е) привычки больного; ж) место, где находится больной; з) время и сезон во время болезни; и) погодные и климатические условия; к) профессию и занятия больного.

1. Учёт рода болезни. Состоит в том, что врач исследует и выясняет, какова сама по себе природа болезни — горячая она или холодная, влажная или сухая, простая болезнь или сложная, или может быть это болезнь без преобладания какой-либо материи, или же с преобладанием какой-либо материи, — все это должно учитываться с тем, чтобы применить лечебные средства, действующие в противоположность этим факторам.

2. Учёт причины заболевания. Для этого следует выяснить, является ли причина телесной, физической или же психической, духовной, далее, — является она причиной, действующей в данное время или же это причина, имевшая место в прошлом, а в настоящее время отсутствующая, не оказывающая своего воздействия. Исходя из этого, принимают меры, чтобы устранить соответствующую причину. Например, если причина заболевания телесная, но без преобладания какой-либо материи, нужно применить меры, чтобы уравновесить натуру больного, сделать ее уравновешенной. Если же причина болезни в преобладании какой-либо материи, то следует вывести ее из организма, устранить ее и очистить организм от этой материи. Если причина кроется в психических переживаниях, — горе, тоске, печали, страхе, гневе, или же в излишнем веселье, лечение состоит в том, чтобы устранить эти психические переживания, а также в укреплении головы (мозга) или тела, всего организма больного, и особенно сердца больного — посредством назначения мягкой, легко усваиваемой.

мой пищи, различных благовоний и вдыхания благоуханных запахов, спокойного и достаточного по количеству сна и умеренного купанья в бане.

Если же причина является действующей в данное время на больного, например, если человек поел чего-либо очень разгорячающего организм или же он перегрелся на солнце в жаркую погоду, лечение должно производиться средствами, охлаждающими организм. Если же причины будут противоположные (то есть от холода или холодных материй), то и лечение будет противоположным. Если погода переменится в сторону потепления или похолодания, то в лечении и это должно быть учтено посредством лекарств, действующих в противоположном направлении.

Если же будет иметь место отравление посредством принятия пищи, содержащей яд, или посредством укуса ядовитого животного, лечение должно проводиться с учетом свойств того яда, который оказал действие на больного и лечить противоположно действующими средствами, например, если яд имеет охлаждающие свойства, сгущающие и т. д., то лечат соответственно противоположными средствами. Если причиной болезни был ушиб или удар, то лечат средствами, которые описаны в соответствующем месте (данной) книги.

3. Учёт сил или слабости организма больного. Так, если организм больного крепкий, приступают к очищению организма, если это необходимо. Если же больной слабый, то несмотря на нужность очищения, к очищению нельзя приступать, следует изменить натуру больного на противоположную, и после достижения этого и укрепления сил больного можно приступать к очищению его организма. Точно также в применении сильно действующих лекарственных средств и слабо действующих средств необходимо учитывать силу или слабость организма больного.

А под слабостью организма больного подразумевается истинная слабость, которая происходит от длительной болезни и испытывания больших лишений. Эта истинная слабость должна быть отличена от случайной, внешней слабости, которая происходит от силы болезни и сильного преобладания каких-либо материй. В данном случае очищение

будет служить средством укрепления организма больного путем устранения причины слабости.

Если же больной обладает средними силами и средней слабостью, производят среднее по действующей силе очищение организма, после чего укрепляют силы больного питанием.

4. Различение основной, природной или прирожденной природы (мизодж) от измененной, отличающейся от основной природы, в силу воздействия каких-либо материй или факторов. Так, следует выяснить, насколько измененная натура далеко отошла от основной природы, прирожденно свойственной больному (в его здоровом доболезненном состоянии). Исходя из этого, лечение производится с поправкой на количество и качество, — свойств, применяемых лекарственных средств. Например, если основная натура была горячей, и болезнь также имеет горячую природу и причину, это будет указывать на слабость, причины болезни, и здесь нет необходимости применять сильно охлаждающие средства и в большом количестве, кроме как в случае, когда болезнь достигнет своего высшего предела.

Если же основная натура больного горячая, а болезнь по своей сути и причине — холодная, то это будет служить указанием на силу причины болезни и здесь следует применить сильно действующие согревающие средства и (или) в большом количестве, за исключением тех случаев, когда болезнь не является опасной.

Во всяком случае следует учитывать основную природу больного с тем, чтобы сохранить умеренность в применении лекарственных средств, действующих согревающе и охлаждающе.

5. Принятие во внимание возраста больного. Это проявляется, например, в том, что ребенку или старому человеку нельзя давать сильно действующих слабительных средств. Если же они (то есть дети или старики) подвергнутся болезни горячей по своей природе, нельзя им давать сильно действующих охлаждающих средств, особенно камфоры, так как люди со слабым организмом не выдерживают.

вают их. Хотя для старика болезнь горячая по своей природе является свидетельством сильной причинны болезни и следовало бы соответственно силе причины лечить эту болезнь сильно действующими охлаждающими средствами, однако учитывая слабость их (детей и стариков) сил, не допускают такого (сильного) лечения, так как это может иметь плохие последствия, и поэтому запрещают применять сильно действующие охлаждающие средства. Юноша более способен выдержать лечение сильно действующими очищающими средствами по сравнению с маленькими детьми и стариками.

6. Учет привычек больного, — например, выясняют, привык ли больной к кровопусканиям или к слабительным или же к рвоте и как больной переносит и выдерживает кровопускания, слабительные и (или) рвотные средства.

Затем в соответствии с этим и в связи с необходимостью назначают лечебные средства, так как основное — это соблюдение и учёт привычек больного, ибо как говорят, привычка это вторая натура. И это без опыта не достигается. Поэтому считают, что лечить больного следует по мере возможности теми средствами, которые он прежде принимал. Если хотят применить слабительное средство, сначала следует испытать организм больного легким послабляющим, смягчающим организм средством, а затем уже давать слабительное.

7. Важность места, местности, в которой находится больной (город, населенный пункт и т. п.) Следует определить свойства климата вообще и погоды в данное время этой местности, преобладание холода или жары. Следует обратить внимание на соседние местности и области, например, соседством гор или моря или больших рек и учесть соответственно их влияние на климат и погодные условия в различные сезоны и в данный сезон в особенности. Так, например, если город или населенный пункт расположен в умеренном климате и никакие факторы не нарушают умеренности климатических и погодных условий в местности, которая с точки зрения природных условий самого этого места является уравновешенной и умеренной, или же уме-

ренность этого места происходит от комбинации, смешения нескольких природных факторов и условий, например, если климат данного места жаркий сам по себе, по своей природе, а с точки зрения соседних местностей имеется влияние холода, то в таких условиях нельзя допускать крайностей в назначении согревающих и (или) охлаждающих средств, а следует соблюдать умеренность и осторожность. Ибо ввиду уравновешенности климатических условий малейшее воздействие вызывает отклонение в организме жителей данной местности, а известно, что слабо действующую причину можно устранить слабо действующими средствами.

Подобным же образом, если в городе с жарким климатом появится болезнь, имеющая горячую природу то здесь требуется меньше применения (сильных) средств по сравнению с местностью, которая имеет умеренный уравновешенный климат.

Вообще же условия места с холодным климатом подобны условиям зимнего сезона и преобладанию холодного воздуха, холодной погоды. В месте с жарким климатом условия уподобляются условиям летнего сезона и жаркого воздуха, жаркой погоды.

Следует учесть, что в некоторых местностях и населенных пунктах некоторые лекарственные средства хорошо действуют на людей, а в других местах не действуют так хорошо, и даже вообще не действуют, и это должен знать врач.

Поэтому как только врач прибудет в какое-либо новое место или область, ему нужно осведомиться у знающих людей, проживающих в этой местности, об особенностях действия здесь тех или иных лекарственных средств, (то есть, какие лекарства наиболее действенны и распространены в данной местности, а какие не дают нужного эффекта). Таким образом, он застрахует себя от возможных ошибок при лечении больных.

8. Учёт времени года и сезона, — то есть необходимость лечить соответственно правилам применения лекарственных средств в соответствии с условиями сезона, времени года (это специально описывается в соответствующих главах медицинских книг, в том числе в данной книге. — В.К).

9. Состояние погоды и особенности воздуха, воздушной среды в данное время. — Это необходимо учитывать при выборе лекарственных средств для лечения, ввиду того, что то же самое лекарство в разных погодных условиях и при различающихся особенностях воздушной среды будет действовать по-разному. Так, например, если погода и воздух холодные или жаркие, то соответственно следует предусмотреть, — помогает ли такая погода и такая воздушная среда действию лекарства или помогает болезни, то есть усугубляет ее. Если лекарство рассасывающее или доводящее материи до созревания или же послабляющее, то жаркий воздух будет способствовать и помогать действию таких лекарств, усиливать их действие.

Если же лекарство задерживает вещества в организме и закрепляет, то холодный воздух и холодная погода помогают, способствуют действию таких лекарств (то есть дают возможность таким лекарствам действовать в полную их силу). Поэтому врач должен выбрать соответствующие лекарственные средства с учетом влияния погодных условий и состояния воздушной среды.

Если болезнь имеет горячую природу, то жаркий, горячий воздух будет помогать болезни, то есть усугублять ее. Если же болезнь имеет холодную природу, то холодный воздух будет помогать такой болезни, то есть усугублять ее.

Поэтому следует выбирать такие лекарства, которые действуют в противоположном направлении по отношению к тем факторам погоды и воздушной среды, которые помогают болезни, усугубляют ее.

Поэтому, если в зимнее время по каким-либо земным или космическим причинам воздух нагреется и погода станет теплой или жаркой, следует лечить исходя из сложившихся погодных условий, то есть так как это следует делать весной или летом соответственно состоянию и (температурным) особенностям воздушной среды.

10. Значение профессии и занятий больного. Уделять этому внимание необходимо ввиду того, что род занятий и определенные профессии оказывают специфическое дейст-

вие на человека. Так, например, если работа человека сопряжена с приложением значительных физических усилий и труда, то такая работа действует на организм, как правило, высушивающим образом и уменьшает количество излишних веществ в организме. В таких условиях большей частью появляются болезни от преобладания сафры или савды. Подобное же действие оказывают те виды работ, которые связаны с близостью огня.

Профессии, при которых человек не затрачивает физических усилий, находятся в спокойных комфортных условиях. — в таких условиях тело полнеет, и появляются в большинстве случаев болезни от избытка крови или лимфы.

Точно так же действуют занятия, связанные с близостью воды, какой-либо водной поверхности.

Примечание. Некоторые медики прошлого сверх приведенных десяти факторов, подлежащих необходимому учёту во время лечения больных лекарственными средствами, добавляют еще два фактора.

1. Распознавание сущности той болезни, которая подвергается лечению, с тем, чтобы учесть все специфические особенности именно той болезни, которую врач лечит, и лечение ее соответствующими лекарственными средствами выбраны специфически именно для данной конкретной болезни со всеми ее особенностями.

2. Распознавание того, в каком органе находится болезнь (ее центр), с тем, чтобы противопоставить этому соответствующие методы лечения и соответствующие лекарственные средства.

Дело в том, что некоторые лекарственные вещества в некоторых органах полностью проявляют свои действующие начала; свои лечебные свойства, а на другие органы не оказывают сколько-нибудь заметного действия. Например, сабур (сгущенный сок алоэ) и аёрадж, которые оба очень хорошо, полностью проявляют свое действие в голове (мозге) и желудке, а например, бобровая струя, которая хорошо действует в почках и мочевом пузыре, но на голову (мозг) не оказывает такого действия.

ОБЩЕЕ ЛЕЧЕНИЕ РАЗНОВИДНОСТЕЙ КАТАРОВ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Следует знать, что основой лечения насморка и катара верхних дыхательных путей с истечением влаги в горло является доведение материй до созревания. Это делается так, чтобы консистенцию этой материи привести в нормальное (исходное, здоровое) состояние, то есть горячую и жидкую материю посредством сгущающих лекарств делают густой, а холодную густую материю при помощи разжижающих средств делают жидкой для того, чтобы, созрев, эта материя была способна выйти, быть удаленной из организма. И в этом деле (т. е. доведении материй до созревания) нельзя проявлять беспечность и проволочку, неверно полагая, что это дело можно делать длительное время. Наоборот, нужно действовать так, чтобы возможно быстрее довести материи до созревания и затем вывести, удалить их из организма. Потому что если материи быстро (как можно быстрее) не созреют и не будут удалены из организма, это может стать причиной большинства болезней. И эти материи (не будучи выведенными в срок) находят сами себе выход, но не наружу, а спускаются в какой-либо орган или какую-либо часть тела, и там они порождают болезни, исходя из свойств соответствующего органа, в который они излились или просочились; это могут быть болезни глаз, ушей, носа, зубов, горла, кашель, чахотка (туберкулез легких) плеврит, болезни желудка, понос, кожные заболевания, кулиндж, болезни суставов и другие подобные им болезни.

И бывает, что густая материя скопится и застрянет в мозгу и станет причиной паралича, сильной головной боли и мигрени, меланхолии, менингита, летаргии, «мании», помутнения в глазах (во время вставания). Поэтому считают, что когда в мозгу скопится материя, ни насморк, ни катар нельзя запираť и прекращать выход материи наружу, наоборот, нужно полностью вывести, удалить материю из организма. Если же материя сама запрется, застрянет и осядет в мозгу, следует ее вывести открывающими и выводящими лекарственными средствами. И во-

обще при этих болезнях доведение до созревания и очищение от материи и предотвращение газов и испарений и укрепление мозга и желудка — все эти меры являются необходимыми. И больному этой болезнью следует (необходимо) резко уменьшить количество потребляемой пищи и питья, и насколько это возможно пусть больной запасется терпением и переносит голод и жажду, и пока не пройдет насморк, должен воздержаться от употребления масла и мяса. И только в случае крайней необходимости, когда больной не может терпеть голода, по мнению автора, можно употреблять в пищу влажные сорта мяса, наподобие козлятины и цыплят с ячменной кашей — при катаре от горячих материй и жары, и сушащие сорта мяса, наподобие жареного воробья или молодого голубя в жареном виде или в отваренном виде с бульоном — при катаре, происходящем от холода. И следует воздержаться от употребления в пищу продуктов, порождающих газы и испарения, наподобие орехов, старого сыра, лука, чеснока, кресс-салата и плотных сортов мяса, наподобие мяса буйвола и т. п., а также твердых и густых по своей консистенции продуктов, и соленого и кислого и фруктов, содержащих много влаги. Нельзя также сидеть на холодном ветру и на берегу у проточной воды (чтобы не подвергаться действию прохладного воздуха, доносящегося от потока воды у реки, канала и т. п.).

Дневной сон может вызвать насморк и катар, и хотя катар будет по причине горячих материй и жары, все равно нужно воздерживаться от холодного воздуха и холодной воды (наружно и внутрь. — В. К.). Следует укрывать голову от холода и холодного воздуха каким-либо головным убором или чалмой и по мере возможности не смазывать маслом голову (т. к. масло закупоривает поры кожного покрова головы). Следует воздерживаться от того, чтобы спать на спине, а также от дневного сна, особенно сразу после еды. Нельзя есть кислые продукты, молочные, нельзя голову нагибать вниз и вообще делать какие-либо резкие и затруднительные движения. Нужно воздерживаться от насыщения, переедания, вызывающего несварение желудка, избегать половых сношений. Следует пониже

опускать подушку, а лежать в это время лучше животом вниз лицом к подушке.

...А чиханье, само по себе или вызванное искусственно чихательными средствами в начале насморка и катара является вредным, оно затрудняет созревание материй и притягивает другие испорченные материи. Поэтому нужно, насколько это возможно, успокоить чиханье.

Точно также вредна баня в начале насморка по причине рассасывания жидких материй и сгущения остальных (и без того густых материй). После созревания материй для рассасывания и выведения материй из организма баня является полезной.

Если катар сопровождается лихорадкой (температурой), то баней вообще нельзя пользоваться.

Те, кто часто болеют насморком, имеют слабый мозг, таким людям полезно купаться и париться в бане, когда они здоровы, и следует купаться, не принимая пищи перед этим, и в бане долго не находиться и выходить постепенно, накрывая голову.

О РЕЖИМЕ ПРИ РАССТРОЙСТВАХ ПАМЯТИ (ЗАБЫВЧИВОСТИ)

Во всех разновидностях расстройства памяти необходимо... воздерживаться от отрицательных эмоций и переживаний — горя, забот, гнева и т. п., не употреблять (внутри и наружно) холодную воду, не употреблять в пищу продукты, порождающие газы и испарения, например, чеснок, лук, кресс-салат (то есть эти продукты нельзя употреблять в сыром виде — В. К.), нельзя употреблять продукты, охлаждающие организм, например, чечевицу, молоко, а также те продукты, которые обладают специфическими свойствами и оказывают вредное действие (при заболеваниях подобного рода), например, яблоки и свежую кинзу. Так, Платон говорил, что самая сильная вещь, причиняющая забывчивость — это свежая, зеленая кинза. Кроме того, тысячелистник и горный базилик также вызывают забывчивость, и чрезмерное употребление фасоли, бобов и лука, острых солений и грибов точно так же вызывают это заболевание.

А Руфис и Рази пишут, что злоупотребление половыми сношениями, дневной сон и чрезмерное бодрствование по ночам и частое опьянение является причиной забывчивости.

Употребление в пищу салата и мака, чрезмерная физическая работа, постоянное питье вина вредит при этой болезни, ухудшает и усугубляет ее.

Сердцевина кокосового ореха, а также грецкие орехи с сушеным инжиром, бульон из курятины, мясо куропатки обладают особым свойством увеличивать вещество, — субстанцию мозга и полезны при забывчивости.

Говорят, что желтки яиц всех птиц полезны при этой болезни, а икра рыбы в этом отношении оказывает огромную пользу.

А частые размышления и привычное участие в диспутах и обсуждениях научных вопросов, постигаемых разумом, и преподавание этих вопросов и собеседование с близкими друзьями и частое дружное времяпрепровождение с ними, а также веселье и слушание приятной музыки и вдыхание запаха роз, цветов и благовоний укрепляют и обостряют соображение и ум.

Сувейди пишет, что употребление в пищу сердцевин лесных орехов является испытанным средством для устранения забывчивости, особенно если употреблять их с сахарным песком. Такое же действие оказывает употребление черного изюма натошак, а также яиц, баранины, мяса курицы и ее мозга, и зерен сладкого миндаля с сахарным песком, — каждый из этих продуктов полезен при всех разновидностях забывчивости.

Автор «Тухфа (т-ул-муминин)» пишет, что втягивание в нос фисташкового масла является испытанным средством при этом заболевании.

А Баулус (Павел Эгинский, александрийский врач VII в. — В. К.) в своем труде «Кунош» пишет, что лечение этой болезни состоит в том, что если болезнь происходит от холода, следует применять согревающие средства, а если причиной является влага, нужно употреблять высушивающие средства, а если причиной является сухость, то нужно применять увлажняющие средства, а если по

причине жары и тепла, следует прибегать к охлаждающим средствам. Если же причиной является сложное соединение этих факторов, лечить следует сложными составными лекарствами и средствами.

ЧРЕЗМЕРНАЯ ХУДОБА

Имеются девять причин чрезмерной худобы:

1. **Малое количество пищи**, которая является основой поправки человека и полноты его тела, ввиду того, что тканям человека не доставляется нужное количество питания, тело его худеет.

2. **Употребление в пищу жидкой пищи**, от которой в теле образуется жидкая кровь. Жидкая пища и жидкая кровь быстро рассасывается и ткани тела не получают от такой пищи пополнения нужных питательных веществ.

3. **Ограничение питанием**, которое не порождает хорошей крови, и организм не превращает ее в ткани тела.

4. **Слабость усваивающей (пищу) силы**. Если переваривающая сила или привлекающая сила (то есть сила, привлекающая питательные вещества к органам) по причине расстройства природы (мизоджа), а в большинстве случаев такое расстройство случается по причине холода и охлаждения или же по причине прекращения физического труда и сидячего, малоподвижного образа жизни, вследствие чего привлекающая сила органов тела ослабевает, особенно если раньше была привычной какая-либо физическая работа или физическая нагрузка и подвижный образ жизни, которые усиливают привлекающую силу, то последствием этого прекращения физической работы и подвижного образа жизни явится ослабление привлекающей силы.

5. **Испорченность крови** по какой-либо причине или воздействию, и естество организма как бы не приемлет такую кровь.

6. **Какое-либо нарушение или заболевание в кишечнике**. Например, если в печени или в желчном протоке образуется закупорка, и по этой причине пища должным образом не доставляется и не проникает в органы. Или же

увеличится селезенка и затруднит работу печени, а это повлечет ухудшение снабжения органов питанием.

7. Глистные заболевания.

8. Узость и тонкость пор и протоков вследствие закупоривания их различными материями по причине сильного холода или сильной жары, вследствие чего питание должным образом не доставляется в ткани и органы.

9. Сильное растворение и рассасывание, вследствие чего питание, притягиваемое органами является неустойчивым, оно рассеивается, не достигая должным образом в ткани и органы. Так, например, по причине широты пор, или же от физической работы, совершаемой в быстром темпе, или же от забот и сильных переживаний, или же от половых излишеств, или же от заболеваний, которые вызывают сильное растворение и рассасывание веществ в организме.

Распознаются же все эти выше указанные причины по их наличию.

Следует знать, что люди, которые быстро худеют, такие люди также и за короткое время поправляются и полнеют, или же восстанавливают прежнюю полноту.

А те люди, которые худеют медленно, такие люди также медленно поправляются, восстанавливают былую полноту тела, и это происходит из-за того, что их организм не может усваивать большое количество пищи из-за слабости усваивающей силы.

Самыми подходящими людьми для поправки и полноты являются те, у кого мягкая кожа, такая кожа больше способна растягиваться.

А нелюбовь людей к чрезмерной худобе происходит от того, что худоба является причиной слабости из-за быстрого реагирования на жару и холод, от всяких даже небольших ударов или столкновений с различными твердыми предметами, очень худые люди быстрее и сильнее реагируют на всякие заботы и переживания, физические нагрузки, бодрствование, сильное опорожнение тела. Питательные вещества застревают у них в сосудах и плохо проходят, вследствие чего они портятся.

А в (чрезмерной) полноты имеются также свои недос-

татки, которые будут описаны ниже. Умеренная же полнота не порицается, если только она не перейдет в чрезмерную полноту. А чрезмерная полнота сама даст почувствовать свой вред. Умеренная полнота не может быть чем-то отрицательным уже потому, что жизнь существует в теплоте и влаге.

ПРОСТЫЕ И СЛОЖНЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА, ДАЮЩИЕ ПОПРАВКУ И ПОЛНОТУ ТЕЛУ

Сувайди пишет, что лекарства и средства, дающие поправку телу, лучше всего употреблять в течение двух недель — от начала нового месяца до полнолуния.

К таким средствам относятся:

1. Питье воды, в которой настаивался горох-нахуд, это является испытанным средством, применявшимся Сувайди.
2. Питье свежеподогретого, парного коровьего молока.
3. Питье свежеподогретого, парного козьего молока.
4. Употребление в пищу свежеспеченного белого пшеничного хлеба.
5. Употребление в пищу изюма.
6. Употребление в пищу истолченного кунжута с сахаром-песком.
7. Добавление к средствам, дающим поправку тела, воды, в которой настаивались пшеничные отруби.
8. Употребление в пищу сливочного масла.
9. Употребление в пищу крахмала, сваренного на свежем молоке (то есть молочного киселя).
10. Употребление в пищу плодов рябины.
11. Употребление в пищу пшеничной каши.
12. Абубакр Рази пишет, что рис, сваренный в свежем молоке и с сахаром-песком дает хорошую поправку тела.

ЧРЕЗМЕРНАЯ ПОЛНОТА ТЕЛА

Знай, что вред от чрезмерной полноты очень большой, заболевания, которым подвергаются излишне полные люди, быстро не могут быть распознаны и определены, до тех пор, пока эти заболевания не разовьются и не укрепят-

ся, и эти заболевания принимают сильную форму, протекают тяжело и с трудом поддаются излечению. Кроме того чрезмерно полный человек затруднен в своих движениях и всякое дело дается ему с трудом.

Так, Шайх-ур-раис (т. е. Ибни Сино) пишет, что чрезмерная полнота тела является как бы оковами для тела, затрудняет движения и от ее воздействия сжимаются кровеносные сосуды и для прохождения крови и психической материи создаются значительные затруднения. Кроме того затрудняется доставка воздуха посредством сосудов к органам тела, поэтому чрезмерно полные люди испытывают недостаток воздуха, а поэтому страдает их психическое состояние. Кроме того, ввиду степенности прохода крови и психической материи через утонченные и сжатые сосуды всегда имеется опасность разрыва сосудов и кровоизлияний самого различного характера, что может привести к серьезным последствиям. Чрезмерно полные люди страдают одышкой, предрасположены к астме и сильному, учащенному сердцебиению, и в таких случаях прибегают к кровопусканию. С чрезмерно полными людьми в любое время может случиться все что угодно, вплоть до самых печальных последствий, особенно же это относится к людям, которые с детства подвержены чрезмерной полноте и у таких людей очень тонкие стесненные сосуды, и такие люди чаще подвергаются параличу, сильному сердцебиению, они страдают одышкой, с ними чаще случаются обмороки, и они заболевают различными трудными для излечения лихорадочными заболеваниями. Чрезмерно полные люди не могут переносить голода и жажды по причине узости и стесненности сосудов и пор для прохождения психической материи, холодности их натуры и малого количества крови и излишка лимфы. И человек не станет чрезмерно полным, кроме как в том случае, когда его натура станет холодной.

Поэтому у них мало семени и мало потомства, а их дети, как правило, бывают со слабым здоровьем. Поэтому чрезмерно полные женщины не беременеют, а если забеременеют, то у них бывают выкидыши. И половое чувство у чрезмерно полных людей ослаблено; а тучные люди.

заболевшие какой-либо болезнью, трудно поддаются лечению (ввиду трудности доставки лекарственных средств через узкие стесненные сосуды и поры). Если такие люди заболевают, то не так скоро начинают чувствовать свое заболевание, ввиду их ослабленной чувствительности. Таким людям трудно делать кровопускания, ввиду того, что их кровеносные сосуды очень тонкие и скрыты в тканях тела. Таким людям опасно так же прибегать к слабительным средствам, ввиду того, что слабительные средства могут привести к сильному возбуждению сосудов, а сосуды из-за их тонкости и стесненности не смогут выдержать такой нагрузки. Если же слабительные средства и подействуют, то после этого будет ощущаться большая слабость, так как природная теплота у тучных людей незначительная.

Как чрезмерная худоба, так и чрезмерная полнота вредны для организма и лучшее состояния тела — это среднее между худобой и полнотой, а лучше всего — это умеренная полнота, люди, умеренно полные, чаще живут долго

ЛЕЧЕНИЕ ЧРЕЗМЕРНО ПОЛНЫХ, ТУЧНЫХ ЛЮДЕЙ

Рекомендуется употребление осушающих горячащих средств, а в основном уменьшение количества потребляемой пищи и уменьшение времени сна, и увеличение физической нагрузки и физического труда и всякого рода физических затруднений, которые нужно преодолевать. И нужно им пользоваться сухими банями (т. е. банями, которые действуют сухим паром) и всяческими способами вызывать пот и потение и постоянно употреблять сушащие и горячащие средства и продукты питания. Весьма полезным средством для такого рода (тучных людей) является лежать и спать на твердой подстилке, — это очень действенное средство.

ПРОСТЫЕ ЛЕКАРСТВА, УПОТРЕБЛЯЕМЫЕ ПРИ ЧРЕЗМЕРНОЙ ПОЛНОТЕ ТЕЛА ИЛИ ТУЧНОСТИ И КОТОРЫЕ УМЕНЬШАЮТ ПОЛНОТУ И ТУЧНОСТЬ ТЕЛА

В этом отношении очень помогают: ячменный хлеб для тех, кто привык к пшеничному хлебу, а также хлеб из

Словарь

проса (пшена), а также мелкая соленая рыба, а также чеснок, употребляемый в большом количестве, а также лук, употребляемый в большом количестве, а также кресс-салат, а также старая соленая рыба, а также лимон с солью, а также сушеное мясо, а также мясо высушенное или жаренное диких животных, а также старый выдержанный сыр, а также употребление черного перца в пище (главным образом в жидкой пище. — В. К.), а также уксус и медленное лизание лимона и лимонного сока, особенно лимона незрелого, (с зеленой кожурой) натошак в течение нескольких дней, и говорят также, что носить на пальцах рук кольцо, изготовленное из свинца, очень полезно от тучности, что особенно вызывает похудение, если употреблять внутрь в течение сорока дней черную зиру, то это даст сильное похудение и это одно из самых сильных средств. Употребление внутрь разведенного уксуса натошак является одним из сильнейших средств похудения.



Главные (или главенствующие) органы — в древней медицине ими признавались сердце, мозг и печень.

Гурабо — сок из незрелого, кислого винограда; употребляется в лечебных целях.

Джуллоб (джуллаб, джулаб) — арабизованная форма от тадж. «гулоб» — розовая вода, — в старой медицине составное лекарственное средство, приготовляемое из розовой воды (сока, выжатого из лепестков роз) с сахаром или медом, а иногда и с добавлением других лекарственных компонентов.

Дирхем — мера веса = 3,12 г.

Зира — вид семени наподобие тмина, растет в Средней Азии; лат. *Vunium persicum*.

Иярадж (иёрадж) — сложные по составу слабительные средства, в которых основные, слабительные вещества смешиваются с другими компонентами, исправляющими отрицательные свойства этих слабительных веществ.

Ияраджи имеют много разновидностей, сильно различающихся по своему составу.

Камедь трагаканта — или «касира» (катира), камедь астрагала — камедь ствола и ветвей различных кустарниковых видов астрагала, — лат. *Astragalus tragacantha*. сем. Leguminosae.

Карамшурбо (досл. капустный суп) — жидкое блюдо, приготовленное с капустой наподобие борща.

Хилус (от греч: хилус — сок) кашика, образуемая в результате переваривания пищи в желудке.

Кимус — название второго этапа усвоения питательных веществ в организме. Он состоит в том, что пищевая кашика превращается в основные материи: кровь, лимфу, сафру и савду.

Словарь

Кирот — мера веса = 0,19 г.

Кулиндж — название заболевания кишечника, сопровождаемого запорами.

Кяризы — (кяризная система) — сооружение древней оросительной системы (тадж. «корез»), состоящее из глубоких подземных каналов, соединенных колодцами.

Лечение запахами или запахолечение — вдыхание запахов различных веществ с лечебными целями. Оно являлось одним из средств старой медицины и назначалось при различных болезнях, главным образом мозга и сердца. Оно проводилось различными способами: 1) вдыхание запаха определенной лекарственной жидкости с пахучими компонентами; 2) вдыхание запаха сухих лекарственных веществ; 3) вдыхание паров лекарства, находящегося во флаконе с узким горлышком, или из широкого сосуда и т. д. Для запахолечения применялись самые различные вещества.

Вдыхание сильных и резких запахов оказывает сильное воздействие, особенно на мозг и сердце, поэтому применение такого рода средств должно проводиться по указанию опытного врача и строго индивидуально. Кроме того считалось, что можно было вдыхать запах различных плодов, например, яблок, груш, айвы и др. не в специально лечебных целях, а для повышения настроения, улучшения самочувствия.

См. также: Средства, улучшающие настроение.

Лимфа (или флегма) — одна из основных материй организма. Считается, что она образуется на втором этапе переваривания пищи, состоит из сырых несозревших, то есть не поддавшихся действию естественного тепла организма влажных веществ. Природа лимфы холодная и влажная (сырая), безвкусная. Лимфа бывает разных видов и

Словарь

состояний — жидкая, вязка (мокрота), вязкая и соленая и др.

«Лисья болезнь» — кожная болезнь головы, сопровождающаяся выпадением волос.

Мастика («Мустако» или «Мастаки») — камедь мастиковой фисташки (мастикowego дерева).

Материи (основные материи) — кровь, лимфа, сафра, савда. Каждая отдельно взятая материя называется арабским словом «хилт» (мн. число — «ахлот»). Получается путем расщепления килуса на втором этапе переваривания пищи.

Медовая вода — лечебный напиток, приготовляемый следующим образом. Берут доброкачественный мед и добавляют в него вдвое большее по весу количество воды. Затем перемешивают и кипятят на медленном огне и постоянно снимают пену, пока она не перестанет образовываться. Некоторые на одну часть меда берут шесть весовых частей воды. Медовая вода является одним из распространенных средств старой медицины, находя применение при различных заболеваниях дыхательных органов, в частности астмы, для разжижения загустевшей (сгущенной) крови и ее очищения. Кипячение медовой воды с уксусом дает уксусомед. (См. статью «уксусомед»).

Мизодж (арабск. «смешение, смесь», соврем. тад. «миджоз») — см. натура.

Мироболаны (тадж. халила, арабск. халиладж, лат. *Terminalia chebula Retz.*) Плод дерева, употребляется в медицине; по виду похож на сливу. Растет в Индии и южном Афганистане.

Мироболаны эмблические (арабск. амладж; тадж. омла, лат. *Phyllanthus emblica L.* сем. *Euphorbiaceae*) Плоды употребляющиеся в медицине, по виду напоминают сливу.

Мискаль — мера веса, различная в разные периоды и на различных территориях. В среднем, мискаль равен 4,5 грамм.

Словарь

Мягчительные средства — лекарственные средства и продукты, оказывающие легкое слабительное действие. Они размягчают ткани и служат средством против сухости и огрубения тканей и удаления сушащих веществ. Мягчительные средства могут быть простыми, и их действие можно усилить или ослабить добавлением других лекарственных средств или продуктов. Так, мягчительное действие фиалки усиливается от употребления ее с сахарным песком, а ослабляется от применения фиалки с медом.

Набот — особым способом приготовленный кристаллический сахар. Считается, что его природа более горячая, чем у обычного сахара.

Натура («мизодж») — устойчивое состояние организма, как правило прирожденное, характеризуется соотношением четырех основных материй и преобладанием одной из них над другими, в результате чего в организме возобладают или тепло, или холод, или влага, или сухость.

Несовместимые продукты питания — продукты питания, которые согласно сведениям старой медицины нельзя употреблять вместе, в смеси один с другим, или же употреблять один из этих продуктов непосредственно за другим. Несоблюдение такого рода предписаний может породить различные недомогания и заболевания. Так, после свежих овощей нельзя пить сырую воду, так как это порождает много сырых материй в организме и может стать причиной болезни. Нельзя также, например, пить сырую воду после употребления в еду винограда, так как это может вызвать заболевание водянкой или лихорадкой. Нельзя пить воду, особенно сырую и холодную, после употребления в пищу всех фруктов, а после груши нельзя есть плотную пищу и мясо, ввиду закрепляющих свойств груши. Не рекомендуется есть курицу с редькой, а также рыбу с редькой и т. д.

Соблюдение этих правил и предписаний является согласно старой медицине одним из важнейших средств сохранения здоровья.

Словарь

Ножные ванны — 1) горячие ванны для ног — применяются при головных болях и заболеваниях мозга, происходящих от холода и холодных материй (в основном лимфы);

2) ванны из прохладной воды — рекомендуются при головной боли и болезнях мозга, возникающих от жары и горячих материй.

Очищение организма (арабск. «истифроғ», «танкия») одно из основополагающих средств старой медицины. Согласно ей основным принципом лечения является, с одной стороны, определение и выведение вредных или лишних веществ и материй из организма, которые являются или могут явиться причиной заболевания. С другой стороны, следует ввести в организм те недостающие ему вещества, недостаток которых является или может явиться причиной заболевания.

Выведение веществ, мешающих организму нормально функционировать, и является его очищением. При очищении может выводиться в основном одна какая-либо материя из всего организма или из одного органа или нейтрализоваться какое-либо вещество, а может производиться многостороннее очищение организма, затрудненного излишками и испорченными вредными веществами.

Очищение производится различными путями, средствами и способами. Это — применение слабительных лекарств, вызывание пота и очищение пор кожи (особенно при использовании бани), применение мочегонных средств и т. д.

Одним из очищающих средств считается физическая работа, физические упражнения, способствующие выведению излишних и вредных веществ из организма, кроме того используется массаж и другие способы и средства, в том числе наружные — для рассасывания и выведения скопившихся вредных веществ из какой-либо одной части тела или органа.

Психическая материя — (греч. пневма, арабск. рух, —

Словарь

ею признается тонкое газообразное вещество, образуемое из вдыхаемого воздуха в смеси с внутренними испарениями организма. Считается, что психическая материя приводит в движение соки и вещество организма.

Ритл (или **ратл**) — мера веса, различавшаяся в зависимости от географических областей и времени применения. В «Каноне» Ибн Сино ритл колеблется от 306 г. до 360 г.

Савда — жидкое вещество, одно из основных четырех материй организма. Образуется на втором этапе переваривания пищи; считается, что она представляет собой тяжелую часть крови, ее осадок. Природа ее холодная и сухая; цвет ее темный, вкус кислый.

Сафра — жидкое вещество, образуемое в результате второго этапа переваривания пищи в печени; считается, что она образует наиболее легкую («верхнюю») часть крови. Природа ее горячая и сухая; цвет ее желтовато-красноватый, вкус горький.

Созревание материй — в старой медицине — процесс перехода материй в такое состояние и консистенцию, которые наиболее благоприятствуют выводу, удалению их из организма. Так, жидкое вещество должно слегка загустеть, стать средне густым, а очень густое или плотное вещество должно стать менее густым, более жидким и мягким. Считается, что срок созревания сафры (чистой, без усложняющих ее примесей) равен трем дням, лимфы — в среднем девять дней, а савды — пятнадцать дней. Кровь не нуждается в созревании и может браться (выводиться, пускаться) в любое подходящее для этого время. Однако, если хотят вывести вместе с кровью и другие материи (всегда в большем или меньшем количестве, находящиеся в кро-

Словарь

ви), то для этого предварительно дают специальные лекарственные средства, нормализующие и ускоряющие их созревание.

В случаях, когда в организме больного скопилось много материй, или при опасной болезни, скопившиеся материи необходимо удалять из организма без промедления, не дожидаясь их созревания.

Средства, улучшающие настроение («муфаррихот» — веселящие средства) — такими средствами являются продукты или вещества, благоприятно действующие на мозг и сердце. Таковыми являются шафран, корица, лаванда, сладкий гранат, груша, яблоки, шафран, гвоздика, чай, кофе, лепестки красной розы, Melissa, розовая вода и др. Эти вещества часто вводились в состав сложных лекарств, которые могли содержать также и питательные продукты, например, мёд, зернышки и ядра плодов и т. п.). Такие сложные средства применялись при лечении самых различных заболеваний, укрепляли организм и повышали умственный и психический тонус.

Часто сопутствующий определенным веществам — компонентам специфический запах является также лечебным фактором.

См. также: **Лечение запахами или запахолечение.**

Стихии или основные стихии (природы) — ими признается воздух, огонь, вода и земля.

В древней медицине они признавались как исходные элементы, которые воплощаются и в живом организме. Поэтому древние медики проводили соответствие этим четырем стихиям в основных материях или жидкостях организма соответственно их природе и воздействию.

Так, кровь имеет горячую и влажную природу и соответствует стихии воздуха. Сафра имеет горячую и сухую природу и соответствует огню. Лимфа имеет холодную и

Словарь

влажную природу и соответствует воде. Савда имеет холодную и сухую природу и соответствует земле.

В древней индийской медицине признавался также в качестве отдельной стихии эфир (сверхатмосферная стихия).

«Стоячее дыхание» — название заболевания дыхательных органов, при котором больной может дышать лишь, когда его корпус, тело и грудь находятся в выпрямленном (вертикальном) положении, а шея вытянута вверх, отчего открываются проходы дыхательных путей.

Теплота природы — различалось два вида теплоты организма:

1) естественная теплота, зависящая от природы того или иного человека. Эта теплота является прирожденным свойством природы («мизодж») человека, например, сангвиника, холерика;

2) теплота неестественная, происходящая от внешних тепловых воздействий окружающей среды.

Естественная теплота природы человека является важнейшим свойством организма и ее сохранение является необходимым условием сохранения здоровья.

Неестественная теплота в зависимости от условий может приносить и пользу и вред.

От теплоты природы следует отличать теплоту органов тела. Согласно воззрениям старой таджикско-персидской медицины самым горячим по своему естеству веществом в организме является психическая материя. После нее в убывающей степени теплоты следуют: 2) сердце; 3) сперма (семя); 4) кровь; 5) печень; и т. д.

Укийя (лат. «унция») — мера веса, различная в разное время в разных странах. Следуя изданию «Канона» Ибн

Словарь

Сины (кн. 11, Ташкент, 1956, стр. 823), можно определить ее приблизительно 25.5 г.

Уксусомед («сиканджубин») считается эффективным средством для растворения и удаления вредных излишков (в основном сафры и лимфы). Приготавливают его так: в мед добавляют одну третью часть воды, кипятят и снимают пену, пока пена (воск) перестанет (или почти перестанет) появляться. Затем постепенно доливают наполовину разведенный в воде винный (виноградный) уксус до тех пор, пока вкус смеси как бы уравнивает кислое и сладкое.

Другой вид уксусомеда: берут сахар-рафинад (или сахар-песок) расплавляют на сковородке или в котле, дают немного покипеть, чтобы расплавленный сахар принял темножелтый цвет. Затем наливают в него винный уксус и помешивают, доведя его до кипения; прокипятив немного, снимают с огня. Весовое соотношение: сахар—3 части, уксус 1 часть.

Флегма — то же, что лимфа.

Хариса (или «халиса») — одно из наиболее распространенных блюд на всем Ближнем и Среднем Востоке, род каши, приготовляемой из зерновых культур и мяса. Наилучшей считается хариса, приготовляемая из пшеницы, жирного мяса (лучше баранины) или курятины. Сначала пшеницу варят в воде, а мясо отваривают отдельно, когда то и другое сварятся, мясо (мякоть) кладут в варящуюся пшеницу и долго помешивая, варят, пока пшеница и мясо полностью разварятся и превратятся в однородную массу. Затем добавляют приправу по вкусу, в том числе можно добавить себе в блюдо сахара-песка, толченого сахара - рафинада. Хариса является вкусным и питательным блюдом, оказывает общеукрепляющее действие, дает поправку и особенно, — если она приготовлена указанным способом, — укрепляет почки и нервы, оказывает лечебное действие при болезнях груди.

Словарь

Хилт — (арабск. в знач. «смесь», «составная часть», множ. число: «ахлот») — одна из четырех основных материй; см. материи.

Химус — качество вновь образуемой крови после усвоения каких-либо питательных веществ. Химус бывает хороший, когда образуемая кровь хорошего качества, и химус плохой или дурной, когда кровь недоброкачественная. Считается, что каждый вид питания или питательных веществ обладает своим химусом, — плохим или хорошим, то есть способностью образовывать тот или иной вид крови.

Четыре основные материи — см. материи.

Четыре основные стихии — см. стихий.

Шербет (арабск. «шарбат» — напиток) — напиток наподобие сиропа; приготавливается из фруктовых соков, прокипяченных с сахаром или медом. В зависимости от состава имеет много разновидностей, обладающих различными вкусовыми и лечебными свойствами.

Шесть необходимых условий сохранения здоровья — ими признаются правильное использование и хорошее качество: 1) воздуха; 2) питания; 3) труда и отдыха; 4) режима психических состояний; 5) сна и бодрствования; 6) очищения организма. В старой медицине сохранение здоровья, — при посредстве соблюдения этих шести необходимых условий, — считалось более важным и легче достижимым, чем излечение болезней.

Ячменная вода (ячменный отвар) — отвар ячменя, для которого берутся одна весовая часть ячменя и четыре весовые части воды. Иногда вместе с ячменем отваривается и небольшое количество челона или других сладких плодов. Ячменная вода рекомендуется как лечебное и питательное средство при болезнях, происходящих от жары и горячих



Словарь

материй, она охлаждает и питает организм. Для укрепления (слабого) организма больного вместе с ячменем отваривается и мясо. Если требуется закрепить желудок больного, то ячменные зерна перед отвариванием слегка поджариваются. Ячменную воду ни в коем случае нельзя употреблять вместе (или наряду) с уксусомедом.



ДРЕВНЯЯ НАУКА О ЗДОРОВЬЕ

**ЗАХИРАИ ХОРАЗМШОХИ —
ХОРЕЗМШАХОВА СОКРОВИЩНИЦА**

Из предисловия	72
О натуре мужчин и женщин	72
О полноте и худобе	73
О силах организма	74
О специфических особенностях натур	77

**КИФОЯИ МАНСУРИ —
КРАТКОЕ МАНСУРОВО ИЗЛОЖЕНИЕ
МЕДИЦИНЫ**

О Бане	79
О признаках состояния организма и их распознавании	79
О натуре органов	80

**КИТОБ-УС-СИНОАТ — КНИГА ИСКУССТВА
(ВРАЧЕВАНИЯ)**

О режиме выздоравливающих	84
-------------------------------------	----



ТИББИ ЮСУФИ — ЮСУФОВА МЕДИЦИНА

Определение преобладающей материи по вкусу во рту	88
О питании	88
О физических упражнениях	89
О временах года	89
О мёде	89
Кому нельзя мыться холодной водой	89
О лечении слабости почек	89
О пользе чистого золота	89
О сохранении силы мозга и хорошего самочувствия	90
О лечебных свойствах сумаха	90
Шесть необходимых условий сохранения здоровья	90

МАЪДАН-УШ-ШИФО — ИСТОЧНИК ИСЦЕЛЕНИЯ

Начальные основы медицины	99
Об этапах лечения	99
О профилактике болезней	100
О признаках скопления материй	101

ДАСТУР-УЛ-ИЛОЧ — ПРЕДПИСАНИЕ ДЛЯ ИСЦЕЛЕНИЯ

О воздухе	103
О воде	104
Сон и бодрствование	105



О психических состояниях	106
О временах года	107
О жилище и городе	108
О продолжительности жизни людей	109
Об основной натуре (мизодже)	109
В показаниях каких органов наиболее сильно проявляются признаки болезни	109
О болезнях, заболевание которыми излечивает некоторые другие болезни	116

**ЭХЪЕ-УТ-ТНЪБ —
ВОЗРОЖДЕНИЕ МЕДИЦИНЫ**

Лечебное питание больных	119
------------------------------------	-----

**МАХЗАН-УЛ-АДЪИЯ —
СОКРОВИЩНИЦА ЛЕКАРСТВ**

Айва	121
Алыча, коксултан	122
Анзур (пиёзи анзур, ансул,— морской лук)	123
Анис	125
Апельсин	126
Бадьян	127
Баклажан	129
Бананы	129



Содержание

Барбарис	130
Боярышник	131
Валериановый корень	132
Виноград	132
Вишня	134
Вода	134
Свойства разных видов воды	143
Гармала (хазорисфанд)	145
Гвоздика	147
Горчица	148
Гранат	149
Грецкий орех	150
Груша	151
Девясил	152
Душица	153
Дыня	154
Ежевика	154
Зарчуба	155
Зверобой	156
Зира	157
Изюм	157
Имбирь	159
Инжир	160
Капуста	160
Кардамон	161
Кишмиш	162
Кориандр (кишнец, кинза)	162
Корица	163
Кофе	163
Крапива	168



Содержание

Кра́хмал	169
Кресс-салат	170
Кунжут	170
Куры	172
Лавровый лист	173
Лён	174
Лесной орех, фундук	175
Лимон	177
Лук	175
Маслины	178
Масло сливочное	179
Мать-и-мачеха	180
Мёд	181
Мелисса	182
Миндаль сладкий	183
Молоко	184
Морковь	189
Мош (маш)	189
Мускатный орех	190
Нахуд — среднеазиатский горох (нут)	192
Наъно	192
Овёс	192
Огурцы	193
Одуванчик	194
Пастушья сумка	194
Перец черный	195
Персики	196
Подорожник	197
Полынь горькая	198



Пшено	201
Ревень (чукри)	202
Репа	202
Рис	202
Роза садовая красная	204
Ромашка	207
Рыба	208
Рябина	211
Салат	212
Свекла	212
Сельдерей	213
Слива	214
Соль	215
Сыр	219
Тмин (обыкновенный)	220
Турб — редька среднеазиатская	221
Тут, тутовник	222
Тыква	222
Тысячелистник	224
Укроп	225
Уксус	226
Урюк	228
Утки	229
Фасоль	230
Фиалка	231
Финики	232
Фисташка	233
Хвощ	233
Цикорий	234



Чабрец	236
Чай	236
Челон (уннаб)	240
Черешня	240
Чернушка	241
Чеснок	242
Чечевица	243
Шафран	243
Шиповник	245
Щавель	246
Эстрагон, тархун	246
Яблоки	247
Яйца	247
Средства от комаров и других насеко- мых	249

**БАХЧ-УЛ-ХАЗОКАТ —
ХОРОШИЕ ВЕСТИ ОБ ИСКУСНОМ
ВРАЧЕВАНИИ**

О причинах болезней	251
О признаках и симптомах	251
Признаки натуры (мизодж) и их распознавание	252
Функционирование организма	253

**МУХИТИ АЪЗАМ —
ВЕЛИКИЙ ОКЕАН**

О свойствах вкусовых качеств пищи	256
О еде и сосудах для пищи	258



О времени и порядке приема лекарств	259
Арбуз	260
Молоко	262
Мумиё	263
Перец красный	264

**ИКСИРИ АЪЗАМ —
ВЕЛИКИЙ ЭЛИКСИР**

Общее лечение всех болезней	267
Общее лечение разновидностей катаров верхних дыхательных путей	274
О режиме при расстройствах памяти (забывчивости)	276
Чрезмерная худоба	278
Чрезмерная полнота тела	280
Словарь	284

В. Капранов

МУДРОСТЬ ВЕКОВ

Художник
И. Ганиев

Технический редактор
Л. Шашкова

Корректор
Н. Калинина

ИБ № 2153

Сдано в набор 18.05.89. Подписано в печать 01.09.89. Формат 84×108¹/₃₂. Бумага офсетная № 1. Гарнитура Литературная. Печать офсетная. Усл.печ.л. 14,725. Усл.кр.-отт. 29,826. Уч.-изд.л. 16,08. Тираж 10 000. Заказ 7.7. Цена 1 р. 90 коп.

Издательство «Ирфон», Душанбе, ул. Айни,
126

ДПК Госкомиздата Таджикской ССР по
делам издательств, полиграфии и книжной
торговли.
Душанбе, ул. Айни. 126.