

ASTAÑGA
HRDAYAM

DE
VAGBHATA

VOLUME I

ASTAÑGA HRDAYAM

**de
VAGBHATA**

(Texto em Sânscrito, Tradução em Português, Notas e Apêndice)

Volume I

**SUTRASTHANA
SARIRASTHANA**

Traduzido do sânscrito para o Inglês por:
Prof. K. R. Srikantha Murthy
Government College of Indian Medicine,
Bangalore, Índia

Traduzido para o Português por:
Dra. Yeda Ribeiro de Farias e
Williams Ribeiro de Farias

EDITORA CHAKPORI

Primeira edição 1991

2002
EDITORA CHAKPORI
Brasil

Sobre o tradutor do sânscrito para o inglês, Prof. K. R. Srikantha Murthy

O Prof. K. R. Srikantha Murthy (nascido em 1929) foi aluno do Government Ayurveda College, em Mysore (1948), e do Centro de Pós-graduação em Ayurveda (1958), trabalhando como professor e diretor em todas as três Faculdades Públicas de Ayurveda em Karnataka e afastado em 1984. Como ordenado por seu preceptor e mentor, Prof. C. Dwarakanath, ele tem se dedicado às atividades de pesquisa literária nos últimos 35 anos, tendo publicado, desde então, muitos livros e artigos científicos.

ÍNDICE

ÍNDICE.....	1
INTRODUÇÃO.....	13
SUTRASTHĀNA	
CAPÍTULO I.....	28
AYUSKAMIYA ADHYAYA.....	28
NAMASKĀRA (REVERÊNCIAS) [1-2].....	28
ĀYURVEDĀVATARANĀ (ORIGEM DO ĀYURVEDA) [3-5.1].....	29
ASTĀŅGA ĀYURVEDA (OS OITO RAMOS DO ĀYURVEDA) [5.2-6.1].....	30
TRIDOSĀH (OS TRÊS DOSHAS) [6.2-8.1].....	31
ĀGNIBHEDĀH (TIPOS DE ATIVIDADE DIGESTIVA) [8.2].....	32
KOSTHABHEDĀH (TIPOS DE TRATO ALIMENTAR) [9.1].....	33
DEHĀPRAKRTI (CONSTITUIÇÃO CORPORAL) [9.2-10].....	33
TRIDOSHĀLAKSANA (PROPRIEDADES DOS TRÊS DOSHAS) [11.1-12].....	34
DHĀTU E MALA (TECIDOS E RESÍDUOS BÁSICOS) [13-14.1].....	35
SADRASA (OS SEIS SABORES) [14.2-15.1].....	36
ALÍVIO DOS DOSHAS PELOS SABORES [15.2].....	36
DRAVYABHEDĀH (TIPOS DE SUBSTÂNCIAS) [16.1].....	37
VIRYA (POTÊNCIA) [16.2].....	37
VĪPAKA (PRODUTO FINAL DA DIGESTÃO) [17.1].....	37
GURVĀDI GUNĀH (QUALIDADES).....	37
ROGA AROGYA KARANA (CAUSA DAS DOENÇAS E DA SAÚDE) [18.2-19.1].....	38
ROGA (DOENÇA) [19.2-21.1].....	38
MĀNASIKA DOSHĀH (DOSHAS DA MENTE) [21.1].....	39
ROGI ROGA PARĪKSA (EXAME DO PACIENTE) [21.2-22.1].....	39
DEŚĀBHEDĀH (TIPOS DE HABITAT) [22.2-23].....	39
KĀLABHEDĀH (TIPOS DE TEMPO) [24.1].....	40
AUSADHĀ BHEDĀH (TIPOS DE TERAPIAS) [24.2-26.1].....	40
CHKITSĀ PĀDĀH (QUATRO ASPECTOS DO TRATAMENTO) [26.2-29.1].....	41
ROGABHEDĀH (TIPOS DE DOENÇAS) [29.2-34].....	42
SĀDHYĀSĀDHYĀ LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DA CURABILIDADE E DA INCURABILIDADE).....	43
ĀDHYĀYA SANGRAHA (CAPÍTULOS DO TRATADO) [35-48].....	44
CAPÍTULO II.....	50
DINACARYA ADHYAYA.....	50
PRĀTARUTTHĀNA (ACORDAR PELA MANHÃ) [1.1].....	50
DAŅTADHĀVANA (LIMPEZA DOS DENTES) [1.2-4].....	50
AŅJANA (COLÍRIO PARA OS OLHOS) [5-6].....	51
TĀMBŪLA SEVANA (MASTIGAÇÃO DE BÉTELE) [7].....	52
ĀBHĪYĀŅGA (MASSAGEM COM ÓLEO) [8-9].....	52

VYĀYĀMA (EXERCÍCIOS) [10-14]	53
UDVARTANA (MASSAGEM) [15]	54
SNĀNA (BANHOS) [16-18]	54
SADVĪTTA (BOA CONDUTA) [19-48]	55
CAPÍTULO III	63
RTUCARYA ADHYAYA	63
SADRTUS (AS SEIS ESTAÇÕES) [1-2]	63
UTTARAYANA (SOLSTÍCIO BOREAL) [3-4]	64
DAKSINĀYANA (SOLSTÍCIO AUSTRAL) [5-6]	65
HEMANTA RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE O INVERNO) [7.2-16]	65
ŚÍSIRA RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE A ESTAÇÃO FRIA) [17]	67
VASANTA RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE A PRIMAVERA) [18-26.1]	67
GRISMA RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE O VERÃO) [26.2-41.1]	69
VARSA RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE A ESTAÇÃO CHUVOSA) [41.2-48.1]	72
ŚĀRAT RTUCARYĀ (CONDUTA DURANTE O OUTONO) [49-57]	73
RTUSANDHI (PERÍODO ENTRE AS ESTAÇÕES) [58-59]	75
CAPÍTULO IV	76
ROGANUTPADANIYA	76
ADHĀRANIYA VEGA (NECESSIDADES QUE NÃO DEVEM SER REPRIMIDAS) [1]	76
ADHOVĀTA RODHA (SUPRESSÃO DA ELIMINAÇÃO DE FLATOS) [2]	76
PURĪSA RODHA (SUPRESSÃO DA EVACUAÇÃO) [3-4.1]	77
MUTRA RODHA (SUPRESSÃO DA MICÇÃO) [4.2-7]	77
UDGĀRARODHA (SUPRESSÃO DO ARROTO) [8]	78
KSAVATHURODHA (SUPRESSÃO DA NECESSIDADE DE ESPIRRAR) [9]	78
TRĪSĀRODHA (SUPRESSÃO DA SEDE) [10]	78
KSUDRODHA (SUPRESSÃO DA FOME) [11]	79
NIDRĀRODHA (SUPRESSÃO DO SONO) [12]	79
KĀSARODHA (SUPRESSÃO DA TOSSE) [13]	79
ŚRAMAŚVĀSA RODHA (SUPRESSÃO DO ESFORÇO RESPIRATÓRIO) [14]	79
JRMBHĀRODHA (SUPRESSÃO DA NECESSIDADE DE BOCEJAR) [15]	80
AŚRURODHA (SUPRESSÃO DO CHORO) [16]	80
VAMATHURODHA (SUPRESSÃO DA NECESSIDADE DE VOMITAR) [17-18]	80
ŚUKRĀRODHA (SUPRESSÃO DA NECESSIDADE DE EJACULAR) [19-20]	81
DHĀRANIYA VEGA (NECESSIDADES QUE DEVEM SER CONTROLADAS) [24]	82
ŚODHANA CIKITSĀ PRAŚAMSĀ (IMPORTÂNCIA DAS TERAPIAS DE PURIFICAÇÃO) [25]	82
BHĪSAJAKSAPTA CIKITSĀ (TRATAMENTO PARA OS DEBILITADOS PELA TERAPIA PURIFICADORA) [28-30]	83
ĀGANTUROGA (DOENÇAS TRAUMÁTICAS) [31]	83
SARVAROGA SĀMĀNYA CIKITSĀ (TRATAMENTO GERAL PARA TODAS AS DOENÇAS) [32-36]	84
CAPÍTULO V	86
DRAVADRAVYA VIJÑANIYA	86
1. TOYA VARGA (GRUPO DAS ÁGUAS) [1-20.2]	86
• Gangāmbu (água da chuva) [1-3.1]	86
• Sāmudrāmbu (água do mar) [3.2-4.1]	87
• Dustajala (água contaminada) [6-7]	88
• Nadījala (água de rio) [8.2-13.1]	88
• Jalapāna varja (quando evitar beber água) [13.2-14]	90
• Jalapāna phala (efeitos da ingestão de água) [15.1]	90
• Śītajala (água fria) [15.2-16.1]	90
• Usnajala (água morna) [16.2-18]	90

• <i>Nārikelodaka</i> (água de coco) [19-20.2].....	91
II. KSIRA VARGA (GRUPO DO LEITE E DERIVADOS DO LEITE) [20.3-42.2].....	91
• <i>Goksīra</i> (leite de vaca) [21.3-23.1].....	92
• <i>Māhīsī ksīra</i> (leite de búfala) [23.2].....	92
• <i>Aja ksīra</i> (leite de cabra) [24].....	92
• <i>Ustra ksīra</i> (leite de camela) [25].....	92
• <i>Mānusa ksīra</i> (leite humano) [26.1-26.2].....	93
• <i>Avika ksīra</i> (leite de ovelha) [26.3-27.1].....	93
• <i>Hastiksīra</i> (leite de elefanta) [27.2].....	93
• <i>Ekaśapha ksīra</i> (leite de animais com casco) [27.3-28.1].....	93
• <i>Dadhi</i> (iogurtes, leite azedado, leite coalhado) [29.2-33.1].....	94
• <i>Takra</i> (leitelho, sem sua gordura) [33.2-34].....	94
• <i>Mastu</i> (soro de leite, parte aquosa das coalhadas) [35.1].....	95
• <i>Navanīta</i> (manteiga) [35.2-36].....	95
• <i>Ghrta</i> (ghee, manteiga) [37-41].....	95
III. IKSU VARGA (GRUPO DA CANA-DE-AÇÚCAR E SEUS DERIVADOS) [42.3-54].....	97
• <i>Iksurasa gunāh</i> (propriedades do suco da cana-de-açúcar) [42].....	97
• <i>Phānita</i> (melaço semicozido, melado não refinado) [47.1].....	98
• <i>Gūda</i> (açúcar mascavado, melaço, melado) [47.2-48.1].....	98
• <i>Matsyañdikādi</i> (açúcar mascavo, etc.) [49].....	98
• <i>Yāsa śarkarā</i> (açúcar de yavaśāka) [50-51.1].....	99
• <i>Madhu</i> (mel) [51.2-54].....	99
IV. TAILA VARGA (GRUPO DOS ÓLEOS E OUTRAS GORDURAS) [55-56].....	101
• <i>Óleo de eranda</i> (óleo de ricino) [57-58].....	101
• <i>Sarsapa taila</i> (óleo de mostarda) [59].....	102
• <i>Aksa taila</i> (óleo de vibhītaka) [60.1].....	102
• <i>Nimba taila</i> (óleo de neem) [60.2].....	102
• <i>Umā e kusumbha taila</i> (óleo de linhaça e de açafreão) [61.1].....	102
• <i>Vasā e majjā medas</i> (gordura muscular e medula óssea) [61.2-62.2].....	103
V. MADYA VARGA (GRUPO DOS VINHOS) [62.4-66].....	103
• <i>Sura</i> (cerveja) [67].....	104
• <i>Vibhītaka sura</i> (cerveja de vibhītaka) [68-69].....	105
• <i>Yava sura</i> (cerveja preparada com cevada) [70.1].....	105
• <i>Arista</i> (decoção fermentada) [70.2-71].....	105
• <i>Mārdvīka</i> (vinho preparado a partir de uvas) [72].....	106
• <i>Khārjūra</i> (vinho preparado a partir de tâmaras) [73.1].....	106
• <i>Śārkara</i> (vinho preparado com açúcar) [73.2-74.1].....	106
• <i>Sīdhu</i> (vinho de suco de cana-de-açúcar) [74.2-75.1].....	106
• <i>Madhavāsava</i> (vinho preparado a partir do mel) [75.2].....	107
• <i>Śukta</i> (vinho preparado a partir de tubérculos) [76-77].....	107
• <i>Āsava</i> (Infusão fermentada) [78].....	107
• <i>Dhānyāmla</i> (licor de cereais) [79-81].....	108
VI. MŪTRA VARGA (GRUPO DAS URINAS) [82-83].....	108
CAPÍTULO VI	110
ANNASVARUPA VIJÑANIYA	110
I. ŚŪKADHĀNYA VARGA (GRUPO DOS GRÃOS COM ESPIGA, CEREAIS) [1-11.1].....	110
II. TRNADHĀNYA VARGA (GRUPO DOS GRÃOS PRODUZIDOS POR GRAMÍNEAS) [11.2-16].....	112
III. ŚĪMBĪDHĀNYA VARGA (GRUPO DOS LEGUMES OU FEIJÕES) [17-26.2].....	113
IV. KRĪĀNNA VARGA (GRUPO DOS ALIMENTOS PROCESSADOS OU PREPARADOS) [26-42].....	116
V. MĀMSA VARGA (GRUPO DE CARNES) [43-71].....	120
• <i>Mrga varga</i> (carne de veado, etc.) [43].....	120
• <i>Viskīra varga e outros</i> [44-47].....	120
• <i>Prasaha varga</i> [48-51.1].....	121

• <i>Apcara varga (aves aquáticas) [51.2-52.1]</i>	122
• <i>Matsya varga (grupo dos animais aquáticos, peixes, etc.) [52.2-53]</i>	122
• <i>Propriedades dos diferentes tipos de carnes [54-71]</i>	123
VI. ŚĀKA VARGA (GRUPO DOS VEGETAIS FOLHOSOS) [72-114.2]	127
VII. PHALA VARGA (GRUPO DAS FRUTAS) [114.3-140.2]	136
VARJYA (ALIMENTOS QUE DEVEM SER EVITADOS) [140.3-143.1]	141
VIII. AUSADHA VARGA (GRUPO DAS DROGAS) [143.2-172.1]	141
CAPÍTULO VII	149
ANNARAKSADHYAYA	149
PRĀNĀCĀRYA (O MÉDICO REAL) [1]	149
SAVISA ANNAPĀNA LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DAS BEBIDAS E ALIMENTOS ENVENENADOS) [3-12.1]	150
VISADA LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DA PESSOA QUE ENVENENA) [12.2-13.1]	151
VISĀNNA PARIKSĀ (TESTE PARA ALIMENTOS ENVENENADOS) [13.2-14.1]	151
VISĀNNAJA VIKĀRĀH (DOENÇAS CAUSADAS POR VENENOS) [19-26]	152
HRDVISODHANA (PURIFICAR O CORAÇÃO) [27-29.1]	154
VIRUDDHĀHĀRA (ALIMENTOS INCOMPATÍVEIS) [29.2-45.1]	154
VIRUDDHA VYĀKHYĀ (DEFINIÇÃO DE VIRUDDHA) [45.2-47]	157
SĀTMĪKARANA KRAMA (MÉTODO PARA RETRADA DE HÁBITOS INSALUBRES) [48-51]	158
TRAYA UPASTHAMBĀH (OS TRÊS SUPORTES À VIDA) [52-53.1]	160
NIDRA (SONO) [53.2-68]	160
ABRAHMACARYA (ATIVIDADE SEXUAL) [69-76]	163
CAPÍTULO VIII	166
MATRASITTYA ADHYAYA	166
ĀHARAMĀTRA APEKSĀ (A QUANTIDADE ADEQUADA E ESSENCIAL DE ALIMENTOS) [1-2]	166
HINĀTIMĀTRA DOSĀH (EFEITOS PREJUDICIAIS DO EXCESSO E DA INSUFICIÊNCIA) [3-14]	166
ĀLASAKA CIKITSĀ (TRATAMENTO DE ĀLASAKA) [15-16]	169
VISŪCIKĀ CIKITSĀ (TRATAMENTO DE VISŪCIKĀ) [17]	169
ĀMADOSHA CIKITSĀ (PROCEDIMENTO PARA ĀMADOSHA) [18-24]	170
ĀJRNA BHEDĀH (DIFERENTES TIPOS DE INDIGESTÃO) [25-26]	171
ĀJRNA CIKITSĀ (TRATAMENTO DA INDIGESTÃO) [27-30.1]	172
ĀJRNA SĀMĀNYA LAKSANA (SINTOMAS GERAIS DE INDIGESTÃO) [30.2-31.1]	172
ĀJRNA ANYĀKĀRANĀNI (OUTRAS CAUSAS DE INDIGESTÃO) [31.2-33.1]	173
DUSTA AŚANA (TIPOS PREJUDICIAIS DE DIETAS) [33.2-35.1]	173
ĀHARAVIDHU (CONDUTA PARA A DIETA) [35.1-47.1]	174
ĀNUPĀNA (BEBIDA PÓS-PRANDIAL) [47.2-55.1]	176
ĀHĀRAKĀLA (HORÁRIO ADEQUADO PARA AS REFEIÇÕES) [55.2-55.4]	177
CAPÍTULO IX	179
DRAVYADI VIJÑĀNIYA	179
DRAVYA PRADHĀNYA (IMPORTÂNCIA DAS SUBSTÂNCIAS) [1-2]	179
RASA E ĀNURASA (SABORES PRIMÁRIO E SECUNDÁRIO) [3-5.1]	180
PĀRTHIVA DRAVYA LAKSANA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS PĀRTHIVA) [5.2-6.1]	181
ĀPYA DRAVYA LAKSANA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS ĀPYA) [6.2-7.1]	182
ĀGNEYA DRAVYA LAKSANA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS ĀGNEYA) [7.2-8.1]	182
VĀYAVĪYA DRAVYA LAKSANA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS VĀYAVĪYA) [8.2-9.1]	182
NĀBHASA DRAVYA LAKSANA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS NĀBHASA) [9.2-10.1]	182
NÃO EXISTE NADA QUE NÃO SEJA MEDICINAL [10-12.1]	183
VĪRYA (POTÊNCIA) [12.2-18.1]	183
AÇÕES DOS VĪRYĀS [18.2-19]	185
VĪPAKA (SABOR APÓS A DIGESTÃO) [20-22.1]	185

KARMA VIDHĀNA (MECANISMO DE AÇÃO DAS SUBSTÂNCIAS) [22.2-25]	186
PRABHĀVA (EFEITO ESPECIAL) [26-27.1]	186
VICITRA PRATYAYĀRDHA DRAVYA (SUBSTÂNCIAS EXTRAORDINÁRIAS) [27.2-28]	187
CAPÍTULO X.....	188
RASABHEDIYA	188
RASOIPATIT (FORMAÇÃO DOS SABORES) [1]	188
RASA LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DOS SABORES) [2-6]	189
RASA KARMA (AÇÕES DOS SABORES) [7-22.1]	190
• <i>Madhura rasa karma (ações do sabor doce)</i> [7-9]	190
• <i>Amla rasa karma (ações do sabor azedo)</i> [10-12.1]	190
• <i>Lavana rasa karma (ações do sabor salgado)</i> [12.2-14.1]	191
• <i>Tikta rasa karma (ações do sabor amargo)</i> [14.2-16]	191
• <i>Katu rasa karma (ações do sabor picante)</i> [17-19]	192
• <i>Kasāya rasa karma (ações do sabor adstringente)</i> [20-22.1]	192
MADHURA GANA (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS DOCES) [22.2-25.1]	193
AMLA GANA (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS AZEDAS) [25.2-26]	193
LAVANA GANA (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS SALGADAS) [27]	193
TIKTA GANA (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS AMARGAS) [28-30.1]	194
KATU GANA (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS PICANTES) [30.2-31.1]	194
KASĀYA VARGA (GANA) (GRUPO DAS SUBSTÂNCIAS ADSTRINGENTES) [31.2-32]	194
PROPRIEDADES GERAIS DOS SABORES E DAS EXCEÇÕES [33-39.1]	195
RASA SAMYOGA SAMKHYA (NÚMERO DE COMBINAÇÃO DE SABORES) [39.2-44]	196
CAPÍTULO XI.....	200
DOSHADI VIJÑANIYA ADHYAYA	200
DEHASYA MŪLAM (CONSTITUINTES PRINCIPAIS DO CORPO) [1.1]	200
PRĀKRTA DOSHA KARMA (FUNÇÕES DOS DOSHAS EM ESTADO DE NORMALIDADE) [1.2-3]	201
PRĀKRTA DHĀTU-MALA KARMA (FUNÇÕES DOS DHĀTUS E MALAS NORMAIS) [4-5]	201
VRIDDHA DOSHA KARMA (FUNÇÕES DOS DOSHAS AUMENTADOS) [6-7.1]	202
VRIDDHA DHĀTU KARMA (FUNÇÕES DOS DHĀTUS AUMENTADOS) [8.2-12]	202
VRIDDHA MALA KARMA (FUNÇÕES DOS MALAS EM ESTADO AUMENTADO) [13.1-14]	204
KŚĪNA DOSHĀDI KARMA (FUNÇÕES REDUZIDAS DOS DOSHAS, ETC.) [15-25]	204
VRIDDHA DOSHĀDI CIKITSĀ (TRATAMENTO DOS DOSHAS AUMENTADOS, ETC.) [26-33]	207
KĀYĀGNI (ATIVIDADE DIGESTIVA) [34-35.1]	209
DUSTA DOSHA KARMA (FUNÇÕES DOS DOSHAS DESEQUILIBRADOS) [35.2-36]	210
OJAS (A ESSÊNCIA DOS DHĀTUS) [37-45]	210
CAPÍTULO XII.....	213
DOSHABHEDIYA	213
DOSHASTHĀNA (SÍTIOS DOS DOSHAS) [1-3]	213
PAÑCAVĀTA (AS CINCO DIVISÕES DE VĀTA) [4.1-9]	214
PAÑCAPITTA (CINCO DIVISÕES DE PITTA) [10-14]	215
PAÑCAKĀPIHA (AS CINCO DIVISÕES DE KĀPIHA) [15-19.1]	216
DOSHAGATI (CONDIÇÃO OU ESTADO DOS DOSHAS) [19.2-22.1]	217
CĀYA (AUMENTO LEVE) [22.2-23.1]	218
KOPA (GRANDE AUMENTO) [23]	218
ŚAMA (NORMALIDADE) [24.1]	218
DOSHAVRIDDHI KĀRANA (CAUSAS PARA O AUMENTO DOS DOSHAS) [24.2-29.1]	219
KUPITA DOSHA KĀRYA (AÇÕES DOS DOSHAS AUMENTADOS) [29.2-34.2]	220
TRIVIDHA KĀRANA (TRÊS TIPOS DE CAUSAS) [34.2-35]	221
ARTHA (OS SENTIDOS E SUA CORRELAÇÃO) [36-38.2]	221

KĀLA (ESTAÇÕES) [38.2-39]	222
KARMA (ATIVIDADES) [40-43.1].....	222
ROGAMĀRGAS (TRAJETÓRIAS DAS DOENÇAS) [44.2-49.1].....	223
VRDDHA DOSHA KARMA (AÇÕES OU EFEITOS DOS DOSHAS AUMENTADOS) [49.2-56]	224
TRIVIDHA ROGA (TRÊS TIPOS DE DOENÇAS) [57-59].....	225
DVIDVIDHA ROGA (DOIS TIPOS DE DOENÇAS) [60-66]	226
PARIKSYĀBHĀVAS (FATORES A SEREM DETERMINADOS) [67-73].....	227
DOSHA SAMYOGA SAMKITYĀ (NÚMERO DE COMBINAÇÃO DE DOSHAS) [74-79]	229
CAPÍTULO XIII	231
DOSHOPAKRAMANIYA ADHYAYA	231
VRDDHA VĀTA CIKITSĀ (TRATAMENTO DO VĀTA EM ESTADO AUMENTADO) [1-3].....	231
VRDDHAPITTA CIKITSĀ (TRATAMENTO DE PITTA EM ESTADO AUMENTADO) [4-9]	232
VRDDHA KAPHA CIKITSĀ (TRATAMENTO DE KAPHA EM ESTADO AUMENTADO) [10-16]	233
DOSHASANĀCĀRA (MOVIMENTO DOS DOSHAS) [17-19].....	234
SITHĀNI E ĀGANTU DOSHAS (DOSHAS NATIVOS E ESTRANHOS) [20].....	235
TIRYAGGATA DOSHAS (LOCALIZADOS NOS TECIDOS) [21-22].....	236
SĀMADOSHA LAKSANA (EFEITOS DOS DOSHAS ASSOCIADOS COM ĀMA) [23.2-24].....	236
ĀMOTPATI (PRODUÇÃO DE ĀMA) [25-27].....	236
SĀMADOSHA CIKITSĀ (TRATAMENTO DOS SĀMA DOSHAS) [28-36]	237
AUSADHĀKĀLA (PERÍODO DE ADMINISTRAÇÃO DOS MEDICAMENTOS) [37-41].....	239
CAPÍTULO XIV.....	241
DVIDVIDHOPAKRAMANIYA	241
DVIDVIDHA UPAKRAMA (DOIS TIPOS DE TERAPIAS) [1-4.1]	241
LANGHANA (TERAPIA PARA TORNAR O CORPO LEVE OU MAGRO) [4.2-7].....	242
BRMHANIYA (PESSOAS INDICADAS PARA A TERAPIA DE AUMENTO DE PESO) [8-10.1]	243
LANGHANIYAH (PESSOAS QUE NECESSITAM DE EMAGRECIMENTO) [10.2-16.1]	244
CIKITSĀPHALA (BENEFÍCIOS DESTES TRATAMENTOS) [16.2-19.2].....	245
ATIBRMHANA (ADMINISTRAÇÃO EXCESSIVA DA TERAPIA BRMHANA) [20-28].....	246
ATILANGHANA (ADMINISTRAÇÃO EXCESSIVA DA TERAPIA LANGHANA) [29-36]	247
CAPÍTULO XV	250
SODHANADIGANA SANGRAHA.....	250
CHARDANA GANA (GRUPO DE EMÉTICOS) [1]	250
VIRECANA GANA (GRUPO DOS PURGATIVOS) [2].....	251
NIRŪHANA GANA (GRUPO DAS DROGAS PARA DECOCCÃO NA FORMA DE ENEMA) [3].....	251
NĀVANA GANA (GRUPO DE DROGAS PARA MEDICAÇÃO NASAL) [4]	252
VĀTAGHNA GANA (GRUPO DAS DROGAS QUE ALIVIAM VĀTA) [5]	252
PITTAGHNA GANA (GRUPO DAS DROGAS QUE ALIVIAM PITTA) [6].....	253
KAPHAGHNA GANA (GRUPO DAS DROGAS QUE ALIVIAM KAPHA) [7].....	253
JIVANĪYA GANA (GRUPO DAS DROGAS RESTAURADORAS) [8]	254
VIDĀRYĀDI GANA (GRUPO DAS DROGAS BENÉFICAS PARA O CORAÇÃO) [9-10]	254
SĀRIVĀDI GANA (GRUPO DAS DROGAS QUE DOMINAM A SENSACÃO DE QUEIMAÇÃO) [11]	255
PADMAKĀDI GANA (GRUPO DAS DROGAS QUE ESTIMULAM A LACTAÇÃO) [12].....	255
PARŪSAKĀDI GANA (DROGAS QUE CURAM A SEDE) [13].....	255
AÑJANĀDI GANA [14].....	256
PATOĪĀDI GANA [15]	256
GUDŪCYĀDI GANA [16].....	257
ĀRAGVADHĀDI GANA [17-18]	257
ĀSANĀDI GANA [19-20]	258
VARUNĀDI GANA [21-22].....	259

ŪSAKĀDI GANA [23].....	259
VĪRĀTARĀDI GANA [24-25]	260
RODHRĀDI GANA [26-27]	260
ARKĀDI GANA [28-29]	261
SURASĀDI GANA [30-31]	262
MUSKAKĀDI GANA [32].....	262
VĀTSAKĀDI GANA [33-34]	263
VACĀHARĪDRĀDI GANA [35-36].....	263
PRIYANGU AMBASTHĀDI GANA [37-39].....	264
MUSTĀDI GANA [40]	265
NYAGRODHĀDI GANA [41-42]	265
ELĀDI GANA [43-44]	266
ŚYĀMĀDI GANA [45]	267
CAPÍTULO XVI.....	269
SNEHAVIDHI ADHYAYA.....	269
SNEHANA DRAVYA GUNA (QUALIDADES DAS SUBSTÂNCIAS OLEOSAS) [1]	269
SNEHA DRAVYĀH (SUBSTÂNCIAS OLEOSAS) [2-4]	269
SNEHYĀH (PESSOAS INDICADAS PARA A OLEAÇÃO) [5.6.1].....	270
ASNEHYĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA A OLEAÇÃO) [6.2-8.1]	271
INDICAÇÕES DAS SUBSTÂNCIAS OLEOSAS [8.2-12.1]	271
SNEHAYOGYA KĀLA (MOMENTO APROPRIADO PARA A TERAPIA DE OLEAÇÃO) [12.2-14.1]	272
SNEHA SAMKHYĀ (NÚMERO DE FÓRMULAS OLEOSAS) [14.2-17.1].....	273
ACCHAPĀNAMĀTRA (DOSE PARA INGESTÃO DE GORDURAS) [17.2-18].....	274
SNEHAPĀNAVIDHIH (PROCEDIMENTO PARA INGESTÃO DE GORDURAS) [19-22]	274
SNEHOPĀCĀRA (CUIDADOS APÓS A INGESTÃO DE GORDURAS) [23-29.1].....	276
ACCHAPĀNA KĀLA (DURAÇÃO DA INGESTÃO DE GORDURAS) [29.2-30.1]	277
SNIGDHA LAKSANA (SINAIS DE OLEAÇÃO) [30.2-31].....	277
SNEHAVYĀPAT LAKSANA (EFEITOS PREJUDICIAIS DA OLEAÇÃO INADEQUADA) [32-33.1]	278
SNEHAVYĀPAT CIKITSĀ (TRATAMENTO DOS EFEITOS PREJUDICIAIS) [33.2-35.1]	278
VIRŪKSANA (TERAPIA PARA PROMOVER A SECURA) [35.2-39.1].....	278
SADYAS-SNEHA YOGA (FÓRMULAS PARA OLEAÇÃO IMEDIATA) [39.2-45]	279
SNEHAPĀNA PHALA (BENEFÍCIOS DA INGESTÃO DE GORDURAS) [46]	281
CAPÍTULO XVII	282
SVEDAVIDHI ADHYAYA	282
SVEDAPRAKĀRĀH (TIPOS DE SUDAÇÃO) [1-11].....	282
SVEDAVIDHI (PROCEDIMENTO PARA TERAPIA DE SUDAÇÃO) [12.1]	284
SVEDANA PHALA E UPĀCĀRA (BENEFÍCIOS E CUIDADOS APÓS A SUDAÇÃO) [15].....	285
ĀTISVEDANA PHALA (EFEITOS DO EXCESSO DE SUDAÇÃO) [16-21.1]	285
ASVEDYĀH (CONTRA-INDICAÇÕES PARA SUDAÇÃO) [21.2-24]	286
SVEDYĀH (INDICAÇÕES PARA SUDAÇÃO) [25-27]	287
ĀNĀGNEYA SVEDA (SUDAÇÃO SEM O USO DE FOGO) [28]	288
SVEDA PHALA (EFEITOS DA SUDAÇÃO) [29].....	288
CAPÍTULO XVIII.....	289
VAMANA VIRECANA VIDHI.....	289
VĀMYĀH (PESSOAS INDICADAS PARA A TERAPIA EMÉTICA) [1-3.1]	289
AVĀMYĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA A TERAPIA EMÉTICA) [3.2-6].....	290
VIRECYĀH (PESSOAS INDICADAS PARA A TERAPIA PURGATIVA) [8-10.1]	291
AVIRECYĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA A TERAPIA PURGATIVA) [10.2-11].....	291
VAMANA VIDHI (PROCEDIMENTO NA TERAPIA EMÉTICA) [12-23.2].....	292

VISAMA YOGĀH (ACESSOS DE VÔMITOS ANORMAIS) [23.2-26]	294
VAMANOTTARA UPACĀRA (CUIDADOS APÓS A TERAPIA EMÉTICA) [27-28]	295
PEYĀDI ĀPĀRA KRAMA (REGIME DA DIETA LÍQUIDA) [29-30]	295
VEGA SAMKIJYĀ-MĀNA (NÚMERO DE ACESSOS E QUANTIDADE) [31-32]	296
VIRECANA VIDHI (TERAPIA DE PURGAÇÃO) [33-38.1]	297
VISAMA YOGĀH (ACESSOS ANORMAIS) [38.2-42.1]	298
VIRECANOTTARA UPACĀRA (CUIDADOS APÓS A PURGAÇÃO) [42.2-59]	299
ŚODHANA PHALA (BENEFÍCIOS DAS TERAPIAS DE PURIFICAÇÃO) [60]	302
CAPÍTULO XIX	303
BASTIVIDHI	303
ĀSTHĀPYĀH (PESSOAS INDICADAS PARA O ENEMA POR DECOCCÃO) [2.2-3]	304
ANĀSTHĀPYĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA O ENEMA POR DECOCCÃO) [4-6.1]	304
ANUVĀSYĀH (PESSOAS INDICADAS PARA ENEMA OLEOSO) [6.2-7.1]	305
NĀNUVĀSYĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA O ENEMA OLEOSO) [7-9.1]	305
BASTINETRA [9.2-15.1]	305
BASTIPUTAKA (BOLSA DE ENEMA) [15.2-17]	307
NIRŪHA MĀTRĀ (QUANTIDADE DE MEDICAMENTO PARA ENEMA POR DECOCCÃO) [18-19]	307
ANUVĀSANA MĀTRĀ (QUANTIDADE PARA O ENEMA OLEOSO) [20.1]	307
ANUVĀSANA VIDHI (PROCEDIMENTO PARA ENEMA OLEOSO) [20.2-35]	308
NIRŪHA BASTI VIDHI (PROCEDIMENTO NO ENEMA POR DECOCCÃO) [36-38.1]	310
NIRŪHADRAVYA KALPANĀ (PREPARAÇÃO DO ENEMA POR DECOCCÃO) [38.2-62]	311
KARMA BASTI [63]	316
KĀLA BASTI [64.1]	316
YOGA BASTI [64.2-67.1]	316
MĀTRA BASTI [67.2-69]	317
UTTARABASTI (ENEMA OU DUCHA URETRAL E VAGINAL) [70-73.1]	318
UTTARABASTI VIDHI (PROCEDIMENTO) [73.2-82]	318
SĀMĀNYA BASTI KĀLA (PERÍODOS DE ADMINISTRAÇÃO DE ENEMAS EM GERAL) [83-84]	320
BASTI CIKITSĀ ŚRESTHĪTA (IMPORTÂNCIA DA TERAPIA POR ENEMA) [85-87.1]	321
CAPÍTULO XX	322
NASYA VIDHI	322
TRIVIDHA NASYA (TRÊS TIPOS DE MEDICAÇÃO NASAL) [2-6]	322
ĀNYA NASYA PRAKĀRAH (OUTROS TIPOS DE MEDICAÇÃO NASAL) [7-9.1]	323
NASYA MĀTRĀ (QUANTIDADE DE GOTAS NASAIS) [9.2-11.1]	324
NASYA ANARHĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA MEDICAÇÃO NASAL) [11.2-13.1]	324
NASYA KĀLA (PERÍODO DE ADMINISTRAÇÃO DA MEDICAÇÃO NASAL) [13.2-16.1]	325
NASYA VIDHI (PROCEDIMENTO PARA A MEDICAÇÃO NASAL) [17-21.1]	326
SNEHA NASYA (MEDICAÇÃO NASAL COM MATERIAL OLEOSO) [22-25]	326
PRATIMARŚA NASYA [26-3.1]	327
KRIYĀ NISIDDIHA VAYAS (IDADE CONTRA-INDICADA PARA AS TERAPIAS) [30.2-36]	328
ANU TAILA (ÓLEO MEDICINAL PARA TERAPIA NASAL) [37-38]	330
NASYA PHALA (BENEFÍCIOS DA MEDICAÇÃO NASAL) [39]	331
CAPÍTULO XXI	332
DHUMAPANA VIDHI	332
DHŪMA ANARHĀH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA INALAÇÃO) [2.2-6.1]	333
DHŪMA YOGYA KĀLA (HORÁRIO INADEQUADO PARA A INALAÇÃO) [5.2-7.1]	333
DHŪMA YANTRA (APARATO PARA INALAÇÃO) [7.2-9.1]	334
DHŪMAPĀNA VIDHI (FORMA DE PROCEDER À INALAÇÃO) [9.2-12]	334
DHŪMA DRAVYĀNI (DROGAS PARA INALAÇÃO) [13-18]	335

DHŪMAVARTI (PREPARAÇÃO DO CIGARRO PARA INALAÇÃO) [19-21.1].....	336
KĀSAGHINA DHŪMA (FUMAÇA ANTTUSSÍGENA) [21]	336
DHŪMAPĀNA PHALA (BENEFÍCIOS DA TERAPIA INALATÓRIA) [22]	337
CAPÍTULO XXII	338
GANDUSADI VIDHI	338
GANDŪSA PRAKĀRĀH (FORMAS DE CONSERVAR OS LÍQUIDOS NA BOCA) [1-3.1]	338
GANDŪSA DRAVA (LÍQUIDOS UTILIZADOS) [3.2-10.1]	339
GANDŪSA VIDHI (PROCEDIMENTO) [10.2-11]	340
KĀVALA (GARGAREJOS) [12].....	341
PRATISĀRANA (PREENCHIMENTO DA BOCA COM DROGAS) [13]	341
MUKHĀLEPA (APLICAÇÃO DE PASTA DE DROGAS SOBRE A FACE) [14-23.1].....	341
MŪRDHA TAILA (UNÇÃO DA CABEÇA COM ÓLEO) [23.2-26]	343
ŚIROBASTI VIDHI [27-31].....	344
KARNA PŪRANA (PREENCHIMENTO DOS OUIDOS COM ÓLEO) [32].....	345
MĀTRA KĀLA [33]	345
MŪRDHATAILA PHALA (BENEFÍCIOS OBTIDOS COM A OLEAÇÃO DA CABEÇA) [34]	345
CAPÍTULO XXIII	346
ASCYOTANA-AÑJANA VIDHI	346
ĀSCYOTANA VIDHI (PROCEDIMENTO) [2.2-4]	346
AÑJANA VIDHI (PROCEDIMENTO NA APLICAÇÃO DO COLÍRIO) [8-13]	347
AÑJANA BIJEDA (TIPOS DE AÑJANA) [14-16.1].....	349
AÑJANA KĀLA (HORÁRIO PARA AÑJANA) [16.2-22]	349
AÑJANA ANARHĪH (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA APLICAÇÃO DE AÑJANA) [23-30]	351
CAPÍTULO XIV	353
TARPANA-PUTAPĀKA VIDHI	353
TARPANA VIDHI (PROCEDIMENTO PARA A TERAPIA TARPANA) [1-11]	353
PUTAPĀKA VIDHI (PROCEDIMENTO PARA PUTAPĀKA) [12-13.1]	355
PUTAPĀKA KĀLPANA (PREPARAÇÃO DA FÓRMULA) [17.2-19.1]	356
CAPÍTULO XV	359
YANTRA VIDHI	359
YANTRA NIRVACANA (DEFINIÇÃO DE YANTRA) [1-39.1]	359
ĀNU YANTRA (INSTRUMENTOS ACESSÓRIOS) [39.2-40].....	368
CAPÍTULO XXVI	369
SASTRA VIDHI	369
ŚASTRALAKSANA (CARACTERÍSTICAS DOS INSTRUMENTOS CORTANTES) [1-26].....	369
ĀNU ŚASTRĀNI (INSTRUMENTOS ACESSÓRIOS) [27-28.1]	375
ŚASTRA KĀRYANI (FUNÇÕES DOS INSTRUMENTOS CORTANTES) [28.2-29.1].....	375
ŚASTRA DOSHA (DEFETOS DOS INSTRUMENTOS CORTANTES) [29.2-30.1]	375
ŚASTRAGRAHANA VIDHI (MÉTODO DE SEGURAR OS INSTRUMENTOS CORTANTES) [30.2-32]	376
ŚASTRA KOŚA (MALETA DE INSTRUMENTOS) [33-34]	376
JĀLAUKĀ (SANGUESSUGAS) [35.1].....	376
JĀLAUKĀVACĀRANA (PROCEDIMENTO PARA APLICAÇÃO DE SANGUESSUGAS) [40-50]	378
PRACCHĀNA (INCISÃO PARA PRODUIR SANGRAMENTO) [51-55]	380
CAPÍTULO XXVII	382

SIRAVYADHA VIDHI	382
ŚUDDHARAKTA LAKSANA (PROPRIEDADES DO SANGUE PURO) [1-2.1]	382
DUSTARAKTA KARMA (AÇÕES DO SANGUE DESEQUILBRADO) [2.2-5]	383
SIRĀVYADHA ANARHĪHĪ (PESSOAS CONTRA-INDICADAS PARA VENISECÇÃO) [6-9.1]	383
VYADHANA STHĀNA NIRDEŚA (SELEÇÃO DO LOCAL PARA VENISECÇÃO) [9.2-18.1]	384
SIRĀVYADHA VIDHI (PROCEDIMENTO NA VENISECÇÃO) [18.2-35.1]	385
ĀSRUJI KĀRANA (CAUSAS PARA QUE O SANGUE NÃO FLUA) [35.2-36.1]	389
DUSTARAKTA LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DO SANGUE DESEQUILBRADO) [40-41]	390
SRĀVAPRAMĀNA (QUANTIDADE DO FLUXO) [42-53]	390
CAPÍTULO XVIII	393
SALYĀHARANA VIDHI	393
ŚĀLYA GATI (DIREÇÃO DA PENETRAÇÃO DE CORPOS ESTRANHOS) [1.1]	393
SAŚĀLYA VRANA (ULCERAÇÃO ALOJANDO CORPO ESTRANHO) [1.2-11.1]	393
ŚĀLYASTHĀNA NIRNAYA (MÉTODO PARA LOCALIZAÇÃO DO CORPO ESTRANHO) [11.2-15.1]	395
ŚĀLYĀHARANA (REMOÇÃO DOS CORPOS ESTRANHOS) [19]	397
ĀHARANA VIDHI (MEIOS E MÉTODOS DE REMOÇÃO) [22]	397
CAPÍTULO XXIX	404
SASTRAKARMA VIDHI	404
TRIVIDHA ŚŌTHA (TRÊS ESTÁGIOS DO EDEMA) [2.2-10.1]	404
ŚĀSTRA KARMA VIDHI (PROCEDIMENTO NA OPERAÇÃO CIRÚRGICA) [10.2-11.1]	406
PŪRVĀKARMA (PROCEDIMENTOS PRÉ-OPERATÓRIOS) [14.2-15]	407
PRADHĀNA KARMA (OPERAÇÃO ADEQUADA) [16.2-23]	407
ŚĀSTRAKARMOTTARA VIDHI – PAŚCĀT KARMA (CONDUTA PÓS-OPERATÓRIA) [24-48]	409
SADYOVRAHA CIKITSĀ (TRATAMENTO DAS LESÕES TRAUMÁTICAS) [49-56]	413
BANDHANA (BANDAGENS E ATADURAS) [57-80]	414
CAPÍTULO XXX	421
KSARAGNIKARMA VIDHI	421
KSĀRA ŚRESHTHĀTĀ (VANTAGENS DA CAUTERIZAÇÃO POR ÁLCALIS) [1-4.1]	421
KSĀRA NISEDHA (CONTRA-INDICAÇÕES) [4.2-8.1]	422
KSĀRA NIRMĀNA (PREPARAÇÃO DO CÁUSTICO ALCALINO) [8.2-22.1]	423
TRIVIDHA KSĀRA YOJANA (INDICAÇÕES DOS TRÊS TIPOS DE ÁLCALI) [22.2-23]	425
KSĀRAGUNA (PROPRIEDADES E AÇÕES DO ÁLCALI) [24-26]	425
KSĀRA PRAYOGA (PROCEDIMENTO NA CAUTERIZAÇÃO) [27-39]	426
ĀGNI KARMA (CAUTERIZAÇÃO COM FOGO) [40]	428
ĀGNIKARMA YOJANA (INDICAÇÕES E CONTRA-INDICAÇÕES) [41-45.1]	428
DĀHA LAKSANA (CAUTERIZAÇÃO ADEQUADA E INADEQUADA) [45.2-53]	430
 ŚĀRIRASTHĀNA	
CAPÍTULO I	434
GARBHAVAKRĀṆṬI SARIRA	434
GARBHOTPAṬṬI (FORMAÇÃO DO EMBRIÃO) [1]	434
GARBHA LIṅGOTPAṬṬI KĀRANA (CAUSA DA DETERMINAÇÃO DO SEXO) [5]	436
RAJODARŚANA (MENSTRUAÇÃO) [7]	437
VIKṚTA ŚUKRA ĀRTAVA (ANORMALIDADES DO SÊMEN E DO ÓVULO) [10-12.1]	438
ŚUDDHIKRAMA (MÉTODOS DE PURIFICAÇÃO) [12.2-16]	439
ŚUDDHĪ ŚUKRA ĀRTAVA LAKSANA (SÊMEN E ÓVULO NORMAIS) [17-18.1]	440

RTUMATI LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DA MULHER MENSTRUADA) [20.2-23.1]	441
RTUMATĪ CARYĀ (REGIME PARA A MULHER MENSTRUADA) [23.2-25.1]	441
RTU KĀLA (PERÍODO ADEQUADO PARA A CONCEPÇÃO) [26.2-27.1]	442
GARBHĀDĀNA (CERIMÓNIA RELACIONADA COM A CONCEPÇÃO) [27.2-33]	442
MAITHUNA (RELAÇÃO SEXUAL) [34-35.1]	444
GRIHĪTA GARBHA LAKSANA (SINAIS DE CONCEPÇÃO) [35.2-36]	444
PUMSAVANA VIDHI (MÉTODOS PARA GERAR UM DESCENDENTE MASCULINO) [37-42]	444
GARBHINĪCARYĀ (CUIDADOS NA GESTAÇÃO) [43-49]	446
GARBHINĪ LAKSANA (CARACTERÍSTICAS DA GESTANTE) [50-52.1]	447
DAURIDA (DESEJOS) [52.2-54.1]	448
GARBHA VRDDHI KRAMA (DESENVOLVIMENTO FETAL) [54.2-55]	448
SŪTIKĀGRHA (MATERNIDADE) [73-74.1]	453
ĀSĀNNA PRASAVA LAKSANA (SINAIS DE PARTO IMINENTE) [74.2-76]	453
PRASŪTI VIDHI (CONDUTA NO PARTO) [77-82]	454
GARBHASAṄGA (OBSTRUÇÃO AO PARTO) [83-89.1]	455
APARĀ PĀTANA (ELIMINAÇÃO DA PLACENTA) [89.2-91]	456
MAKKALLA (DORES NO PÓS-PARTO) [92-93]	456
SŪTIKOPĀCĀRA (CUIDADOS COM A MULHER NO PUERPÉRIO) [94-100]	457
CAPÍTULO II	459
GARBHAVYAPAD SARIRA	459
GARBHASRĀVA (AMEAÇA DE ABORTO) [1-9.1]	459
GARBHA PĀTA (ABORTO) [9.2-13]	461
ŪPAVISTAKA NĀGODARA [14-18.1]	462
LĪNA GARBHA [18.2-22.1]	462
MRTAGARBHA (MORTE FETAL) [22.2-38]	463
APARĀPĀTANA (EXTRAÇÃO DA PLACENTA) [39-46]	466
BALĀ TAILA [47-53]	467
MĀSĀNUMĀSIKA YOGA (FÓRMULAS MENSAS) [54-60]	468
GARBHĀBHĀSA (FALSA GESTAÇÃO) [61-62]	469
CAPÍTULO III	471
AṄGAVIBHĀGA SARIRA	471
AṄGA-PRATYAṄGA (PARTES MENORES E MAIORES) [1-2]	471
BHĀUTIKA ŚĀRĪRA (RELAÇÃO CORPO/BHŪTA) [3-4.1]	472
MĀTRPITR BHĀVA (ORIGEM MATERNA E PATERNA) [4.2-5]	472
SĀTMYĀDI BHĀVA (ORIGEM DOS HÁBITOS, ETC.) [6]	473
SATVĀDIGUNA BHĀVA (ORIGEM DAS QUALIDADES PRIMÁRIAS) [7-8.1]	474
SAPTA TVACA (AS SETE PELES) [8.2-9.1]	474
SAPTA KALĀ (AS SETE MEMBRANAS) [9.2-10.1]	475
SAPTA ĀŚAYA (OS SETE RESERVATÓRIOS) [10.2-11]	476
KOSTHĀṄGA (VÍSCERAS) [12]	476
JIVITADHĀMA (SÍTIOS DA VIDA) [13]	477
JĀLA-KANDARĀDI (TENDÕES, ESTRUTURAS EM REDE, ETC.) [14-15]	477
ASTHI (OSSOS), SNĀYU (TENDÕES) E PEŚĪ (MÚSCULOS) [16-18.1]	477
SIRĀ (VEIAS) [18.2-20.1]	478
ĀVEDHIYĀ SIRĀ (VEIAS QUE NÃO PODEM SER CORTADAS PARA VENISECÇÃO) [20.2-34]	478
SIRĀ VIBHĀGA (CLASSIFICAÇÃO DAS VEIAS) [35-36.1]	480
DHAMANĪS (ARTÉRIAS) [39-40.1]	482
BĀHYA SROTAS (ORIFÍCIOS EXTERNOS, CANAIS) [40.2-41.1]	482
ĀBHĪYANTARA SROTAS (CANALIS INTERNOS) [41.2-44]	482
SROTA DUSTI (ANORMALIDADES DOS CANAIS) [45-48]	483
JĀTHARĀGNI (ENZIMAS NO ESTÔMAGO E DUODENO) [49]	485

ĀHĀRAPĀKA (PROCESSO DIGESTIVO) [55-62.1].....	486
DHĀTU PARINĀMA (METABOLISMO TECIDUAL) [62.2-70.1].....	488
JĀTHARĀGNI PRĀDHĀNAYAM (IMPORTÂNCIA DO FOGO GÁSTRICO) [70.2-72].....	491
JĀTHARĀGNI BHĒDA (TIPOS DE FOGO DIGESTIVO) [73-76].....	492
TRIVIDHA BALA (TRÊS TIPOS DE VIGOR) [77-78].....	493
TRIVIDHA DEŚĀ (TRÊS TIPOS DE HABITAT) [79].....	493
DHĀTU PRAMĀNA (QUANTIDADE DE TECIDOS) [80-82].....	494
DEHA PRAKRITI (CONSTITUIÇÃO HUMANA OU TEMPERAMENTO) [83].....	495
VĀTA PRAKRITI (TEMPERAMENTO NERVOSO) [84-89].....	495
PITTA PRAKRITI (TEMPERAMENTO BILIOSO) [90-95].....	496
KAPHA PRAKRITI (TEMPERAMENTO FLEUMÁTICO) [96-103].....	497
VAYAH (IDADE) [105].....	499
ŚĀRIRA LAKSANA (FISIONOMIA) [106-116].....	500
ĀSTA VIDHA SĀRA (AS OITO EXCELÊNCIAS) [117-118].....	502
CAPÍTULO IV	504
MARMA VIBHAGA SARIRA	504
ŚĀKHĀ MARMA (PONTOS VITAIS DAS EXTREMIDADES) [2.2-9].....	504
MADHĀYAMAṄGA MARMA (PONTOS VITAIS NO TRONCO) [10-26.1].....	506
JĀTRŪRDHVA MARMA (PONTOS VITAIS NA CABEÇA E PESCOÇO) [26-46].....	508
MARMA VIDHĀ LAKSANA (SINAIS DE LESÃO EM PONTOS VITAIS) [47-51].....	512
MARMABHĒDA (TIPOS DE PONTOS VITAIS) [52-59].....	513
MARMA PRAMĀNA (TAMANHO DOS PONTOS VITAIS) [60-63].....	514
MARMĀBHĒGHĀTA PHALA (EFEITOS DA LESÃO SOBRE OS PONTOS VITAIS) [64-70].....	515
CAPÍTULO V	517
VIKRTI VIJÑANIYA	517
RISTA NIRUKTI (DEFINIÇÃO DOS SINAIS FATAIS) [1-2].....	517
RISTA BHĒDA (TIPOS DE SINAIS FATAIS) [3-4.1].....	518
RISTABHĀVĀH (FATORES QUE SOFREM ALTERAÇÕES) [4.2-5].....	518
RŪPA RISTA (SINAIS FATAIS RELACIONADOS COM A APARÊNCIA, ETC.) [6-21.1].....	519
INDRIYA RISTA (SINAIS FATAIS RELACIONADOS COM OS ÓRGÃOS SENSORIAIS) [21.2-37].....	521
SVARA RISTA (SINAIS FATAIS RELACIONADOS COM A VOZ) [38.2-41.1].....	524
CHĀYA PRATICCHĀYA RISTA (SINAIS FATAIS RELACIONADOS COM AS SOMBRAS) [41.2-45].....	525
CHĀYĀ RISTA (SINAIS FATAIS NA COMPLEIÇÃO) [46-48].....	526
KRIYĀ RISTA (SINAIS FATAIS RELACIONADOS COM AS ATIVIDADES) [53.2-70.1].....	527
VYĀDHILAKSANA RISTA (SINAIS FATAIS NOS SINTOMAS DAS DOENÇAS) [70.2-132].....	530
CAPÍTULO VI	543
DUTADI VIJÑANIYA	543
AŚUBHA DŪTA (MENSAGEIRO NÃO AUSPICIOSO) [2-16].....	543
PATHI AŚUBHA NIMITTA (PRESSÁGIOS NÃO AUSPICIOSOS NO CAMINHO) [17-27].....	546
GRIHAPRAVEŚA NIMITTA (PRESSÁGIOS NA CASA DO PACIENTE) [28-29].....	548
ŚUBHA NIMITTA (PRESSÁGIOS AUSPICIOSOS) [30-40.1].....	548
AŚUBHA SVAPNA (SONHOS NÃO AUSPICIOSOS) [40.2-60].....	550
SVAPNA BHĒDA E PHALA (TIPOS E EFEITOS DE SONHOS) [61-65.1].....	553
ŚUBHA SVAPNA (SONHOS AUSPICIOSOS) [65.2-71.1].....	554

INTRODUÇÃO

O *Astāṅga hrdaya*, a quintessência dos oito ramos (do Āyurveda), é um dos tratados autorizados sobre a medicina indiana e tem atraído a atenção de médicos não apenas dentro deste país, mas de outros países como Arábia, Pérsia, Tibete e Alemanha. Sua popularidade é fortalecida por um grande número de comentários feitos por estudiosos indianos e pela apreciação de numerosos cientistas de muitos outros países. Com a beleza e brevidade de sua composição poética, da organização seqüencial dos tópicos, sua clara descrição dos preceitos e práticas da ciência médica e muitos outros méritos, garantiu com justiça seu lugar entre os *Brhat trayī* – Os Três Grandes Tratados – do Āyurveda. É um epítome do Āyurveda, suprimindo as necessidades tanto dos estudantes como dos sábios e médicos que o praticam.

Natureza e conteúdo do tratado

O *Astāṅgahrdaya* contém seis *sthānas* (seções), sendo que cada *sthāna* consiste de números variados de *adhyāyās* (capítulos), com um total de 120 capítulos. O texto é inteiramente composto em forma de poesia. Na edição existente¹, o número total de versos é 7.120. Além disso, existem cerca de 33 versos não comentados (por Arunadatta) que são, portanto, considerados inserções. Há 240 linhas de prosa, duas no início de cada capítulo. Os *sthānas* (seções) e seus conteúdos mais importantes são:

1. *Sūtrasthāna*: A primeira seção possui 30 capítulos que tratam das doutrinas básicas do Āyurveda, dos princípios relacionados com a saúde, com a prevenção das doenças, com as propriedades dos gêneros alimentícios e das drogas, com a fisiologia e a patologia humoral, com os diferentes tipos de doenças e com os métodos de tratamento.
2. *Śārīra sthāna*: A segunda seção possui 6 capítulos relacionados com a embriologia, a anatomia, a fisiologia, a fisionomia, as constituições físicas e psicológicas, os sonhos e sinais auspiciosos e não auspiciosos, os sinais de mau prognóstico e a aproximação da morte.
3. *Nidāna sthāna*: A terceira seção, com 16 capítulos, descreve as causas, os sintomas premonitórios, os aspectos característicos, a patogênese e o prognóstico de algumas doenças importantes abrangendo a área do *Kāya cikitsā* (medicina interna).

¹ Editado por Harisastry Paradkar, impresso por Nirayasāgara Press, Bombaim, 1939, e reimpresso por Chaukhambha Orientalia, Varanasi, em 1982.

4. *Cikitsā sthāna*: A quarta seção possui 22 capítulos que elaboram os métodos de tratamento de todas as principais doenças orgânicas, incluindo fórmulas medicinais eficazes, dietas e cuidados com o paciente.
5. *Kalpa-siddhi sthāna*: A quinta seção possui 6 capítulos relacionados com a preparação de fórmulas, a administração de terapias de purificação, as condutas nas complicações e outros princípios farmacêuticos.
6. *Uttara sthāna*: A sexta e última seção é dedicada aos seis demais ramos do Āyurveda. Possui 40 capítulos, no total, divididos da seguinte forma:
 - *Bāla cikitsā* (pediatria) – 3 capítulos
 - *Graha cikitsā* (demonologia/psiquiatria) – 4 capítulos
 - *Ūrdhvāṅga cikitsā* (doenças dos órgãos da cabeça) – 17 capítulos, subdivididos em:
 - Netra cikitsā* (oftalmologia) – 9 capítulos
 - Karna cikitsā* (otologia) – 2 capítulos
 - Nāsa cikitsā* (rinologia) – 2 capítulos
 - Mukha cikitsā* (boca, dentes e garganta) – 2 capítulos
 - Śiroroga* (doenças da cabeça) – 2 capítulos
 - *Śalya cikitsā* (cirurgia) – 10 capítulos
 - *Damstrā* (toxicologia) – 4 capítulos
 - *Jarā cikitsā* (*rasāyana*, rejuvenescimento, geriatria) – 1 capítulo
 - *Vrsa cikitsā* (*vājīkarana*, virilização, afrodisíacos) – 1 capítulo

No entanto, pode-se observar que a maior parte do texto dedica-se ao *Kāya cikitsā* (medicina interna).

No início do tratado, o autor afirma que “irá descrever apenas a informação” que foi revelada pelos grandes sábios como Ātreya, etc.²... “reunindo apenas a essência do conhecimento, a partir de numerosos textos (escritos pelos sábios) espalhados pelo país, este texto *Astāṅgahrdaya* foi preparado de forma a não ser demasiadamente resumido e ao mesmo tempo, não ser extremamente elaborado”³. Estas afirmações confirmam a autenticidade e a credibilidade da informação contida no texto.

Autor

Infelizmente, o nome do autor do *Astāṅgahrdaya* não é fornecido, nem qualquer informação sobre o mesmo em qualquer passagem do texto. Por esta razão, muitos estudiosos atuais – tanto indianos como europeus – têm feito tentativas consistentes para identificar este autor, mas até agora não foi possível chegar a nenhuma conclusão. Todas as opiniões são apenas “as suposições mais prováveis”. As seguintes evidências internas e externas constituem a base para a identificação:

² A afirmação “ **‘इति हस्माहुरात्रेयादयो महर्षयः’** ” pode ser encontrada no início de cada capítulo.

³ *Astāṅgahrdaya* : *Sūtra* 1: 4

1. Nos versos finais do texto, o autor afirma que “agitando o grande oceano dos oito ramos da ciência médica, conseguiu-se um grande reservatório de néctar, o *Astāñgasangraha* (o nome de um tratado de medicina). Deste reservatório, foi extraído e separado este tratado (*Astāñgahrdaya*), que vem a ser de maior utilidade para satisfazer os menos estudiosos”⁴. Estudando-o, é possível compreender o *Sangraha* (*Astāñgasangraha*).
2. O autor do *Astāñgasangraha*, forneceu a seguinte informação sobre si mesmo em seu trabalho, nos versos finais do mesmo: “Havia um grande médico chamado Vāgbhata, que foi meu avô; eu recebi seu nome; dele nasceu Simhagupta, e eu nasci deste último (Simhagupta). Nasci em Sindhu. Após ter aprendido a ciência de Avalokita, meu preceptor, e muito mais de meu pai, e depois de estudar um grande número de textos sobre esta ciência, este tratado (*Astāñgasangraha*) foi escrito, apropriadamente classificado (organizado em seções, capítulos, etc.)⁵ Em outro trecho, ele afirma que o trabalho foi preparado de tal maneira que fosse adequado à época (do autor).
3. Em alguns manuscritos do *Astāñgahrdaya* há um colofão no final do *Nidānasthāna* e do *Uttarasthāna* no qual se lê: “Assim termina a seção *Nidāna* no *Astāñgahrdaya samhita* escrito por *srimad* Vāgbhata, filho de *sri* Vaidyapati Simhagupta”. Mas a ausência de tal colofão em outros locais e em alguns outros manuscritos e o uso do termo honorífico “*srimad*” como um prefixo para o nome do autor têm feito com que os estudiosos da atualidade duvidem da autenticidade do colofão.
4. Comentaristas de outros tratados ayurvédicos citaram versos do *Astāñgasangraha* e do *Astāñgahrdaya* denominando-os, respectivamente, como os tratados “de Vrddha Vāgbhata” e “de Laghu/Svalpa ou (simplesmente) Vāgbhata”.

Baseado nestes pontos, atualmente, concorda-se que o autor do *Astāñgahrdaya* seja também Vāgbhata. O próximo problema consiste em determinarmos se tanto o *Astāñgasangraha* como o *Astāñgahrdaya* são de autoria da mesma pessoa, Vāgbhata, filho de Simhagupta, ou se os autores são pessoas diferentes que possuem o mesmo nome. Este é um assunto que exige longa discussão e um tema que dividiu os estudiosos em duas facções:

Primeira facção: Considera o autor de ambos os textos como sendo o mesmo Vāgbhata, filho de Simhagupta. Este grupo de estudiosos consiste de Candranandana, Indu, Arunadatta, Niscalkara, Cakrapāni Datta e Bhatta Narahari, dentre os comentaristas antigos; Rudrapārasava, Bhagavat Simhji, Gananath Sen, Hariśāstry Parādkar, Yādavaji Trivikramji, D. C. Bhattācārya, Svami Laksmīrāmji, Hardatta Sāstry, o conselho editorial

⁴ *Astāñgahrdaya* : Uttara 40: 80

⁵ *Astāñgasangraha* : Uttara 50: 203-204

do *Charaka samhita*, edição de Jamnagar, Nandakisore Sarma, Atrideva Gupta e outros, dentre os estudiosos atuais. Os seguintes pontos fundamentam sua opinião:

- a) O próprio autor afirma, no final do *Astāñgahrdaya*, que este tratado foi extraído do *Astāñgasangraha* e escrito separadamente para o benefício dos menos estudiosos.
- b) Há uma menção específica do nome e outros detalhes pessoais do autor no final do *Astāñgasangraha*, o mesmo não ocorrendo no *Astāñgahrdaya*.
- c) A incorporação de grande número de versos sem qualquer alteração, do *Astāñgasangraha* para o *Astāñgahrdaya*; semelhança na organização das seções, dos capítulos e dos tópicos; os pontos de vista sobre preceitos e práticas, etc. são semelhantes entre os dois textos; além disso, a condensação e a simplificação do *Astāñgasangraha* é nítida no *Astāñgahrdaya*.
- d) A opinião dos comentaristas que representam a visão tradicional.
- e) Exemplos existentes na Índia antiga de um mesmo autor escrevendo mais de um livro sobre o mesmo assunto.

Segunda facção: Considera os autores dos textos como sendo pessoas diferentes; Vāgbhata, filho de Simhagupta, como o autor do *Astāñgasangraha* (Vāgbhata I) e um outro Vāgbhata (Vāgbhata II), como autor do *Astāñgahrdaya*. São desta opinião os comentaristas Dalhana, Vijayaraksita, Srikantha Datta, Vrnda, Hemādri e Śivadāsasena; e os estudiosos modernos Hoernle, Keith, J. Jolly, P. K. Gode, P. C. Ray, Hariprapannaji, G. N. Mukhyopadhyaya, Priyavrata Sarma e outros. Sua opinião está baseada nos seguintes pontos:

- a) Os comentaristas utilizaram dois termos distintos, a saber, Vrddha Vāgbhata, para o *Astāñgahrdaya* e Laghu/Svalpa (ou simplesmente) Vāgbhata, para o *Astāñgasangraha*, sugerindo dois autores diferentes. Este ponto representa a opinião tradicional.
- b) Há muitas diferenças entre os dois textos, com relação aos tópicos, como a natureza da composição, crenças religiosas e sociais, preceitos e práticas científicas, etc.⁶
- c) Ambos os textos possuem quase as mesmas dimensões e nenhum estudioso gastaria seu tempo e energia para escrever mais que um livro sobre o mesmo assunto; a condensação e a simplificação não podem ser aceitas como provas.

Antes de tomarmos posição quanto a uma das duas facções, é necessário que façamos uma breve comparação entre os dois textos.

⁶ Priyavrata Sarma, *Vāgbhata Vivecana*, pág. 292.

<i>Astāṅgasangraha</i>	<i>Astāṅghrdaya</i>
1. Natureza da composição	
a) Estilo arcaico contendo tanto prosa como versos, com palavras difíceis e sentenças longas.	Estilo novo contendo apenas versos, facilmente inteligíveis.
b) Fornece detalhes sobre práticas religiosas, crenças e costumes sociais, etc.	Breve descrição de assuntos religiosos, etc.
c) Versos do <i>Charaka</i> , do <i>Susruta</i> e de muitos outros textos antigos estão incorporados, alguns com ligeiras alterações e outros inalterados. Fornece pontos de vista de muitas autoridades.	Incorpora grande número de versos do <i>Astāṅgasangraha</i> , inalterados, além de outros retirado do <i>Charaka</i> , do <i>Susruta</i> , etc.
2. Número de versos	
Possui 9.241 passagens em prosa e em versos ⁷ .	7.120 passagens apenas em versos ⁸ .
3. Número de sthānas (seções)	
6	6
4. Número de adhyāyas (capítulos)	
<i>Sūtrasthāna</i> 40	30
<i>Śārīrasthāna</i> 12	6
<i>Nidānasthāna</i> 16	16
<i>Cikitsāsthāna</i> 24	22
<i>Kalpa-siddhi sthāna</i> 8	6
<i>Uttarasthāna</i> 50	40
Total – 150	Total – 120
5. Fragmentação dos ramos no Uttarasthāna	
<i>Bāla cikitsā</i> 5	3
<i>Graha cikitsā</i> 5	4
<i>Ūrdhvāṅga cikitsā</i>	
<i>Netra roga cikitsā</i> 10	9
<i>Karna roga</i> 2	2
<i>Nāsa roga</i> 2	2
<i>Mukha roga</i> 2	2
<i>Śira roga</i> 2	2
<i>Śalya cikitsā</i> 11	10
<i>Dāmstra (visa) cikitsā</i> 9	4
<i>Jarā (rasāyana) cikitsā</i> 1	1
<i>Vrsa (vājīkarana) cikitsā</i> 1	1
Total – 50	Total – 40

⁷ Este número é o encontrado na edição publicada por Anant Damodar Athavale, de Pune, 1980. As passagens em prosa longas e curtas foram consecutivamente numeradas juntamente com os versos.

⁸ Este é o número encontrado na edição de Hariśāstry Paradkar, de Bombaim, e reimpressa por Chaukhambha Orientalia, Varanasi, 1980.

Apesar de existirem dificuldades na aceitação das duas opiniões, sou mais inclinado a aceitar que os autores do *Astāṅgasangraha* e do *Astāṅgahrdaya* são o mesmo, Vāgbhata, filho de Simhagupta.

Novamente, há duas opiniões divergentes relacionadas com a ordem de seqüência destes textos:

1. Todos os estudiosos indianos consideram que o *Astāṅgasangraha* é o texto mais antigo e que o *Astāṅgahrdaya* é posterior.
2. Estudiosos europeus consideram que o *Astāṅgahrdaya* é o mais antigo, depois há um texto intermediário e o *Astāṅgasangraha* vem por último⁹. Sustentam esta opinião os seguintes pontos: O *Astāṅgahrdaya* era popular nos países vizinhos e foi traduzido para as línguas árabe e tibetana há muito tempo, e o *Astāṅgasangraha* não. Além disso, há um maior número de comentários sobre o *Astāṅgahrdaya* e ele está incluído entre a Grande Triade da literatura ayurvédica – *Brhat Trayī* – enquanto o *Astāṅgasangraha* não possui estes privilégios.

Frente a estes dois pontos de vista conflitantes descritos acima, é melhor conservar este tópico em aberto no aguardo de futuras pesquisas.

Astāṅgāvatāra

Jejjata, em seu comentário sobre o *Charaka samhita* menciona um outro texto denominado *Astāṅgāvatāra*¹⁰. Arunadatta, em seu comentário sobre *Astāṅgahrdaya*, também menciona este livro como um outro trabalho do autor do *Astāṅgahrdaya*¹¹.

Niscalakara¹² e Śivadāsa Sena¹³, em seus comentários citaram muitos versos de um texto que eles denominavam “*Madhya Vāgbhata*”. Estes versos não se encontram no *Astāṅgahrdaya* e tampouco no *Astāṅgasangraha*, mas possuem íntima semelhança com os mesmos. Isto torna imperativa a aceitação da existência de um texto intermediário escrito por Vāgbhata. Acredito que seja altamente provável que o *Astāṅgāvatāra* possa ser o *Madhya Vāgbhata*.

Existem dois outros livros que recebem o nome de Vāhata/Vāgbhata como seus autores:

1. *Astāṅga nighantu*: No colofão em um dos manuscritos lê-se “Assim termina *Astāṅga nighantu* no *Astāṅgahrdaya samhita* escrito por *srimad Vāhatācarya*.”¹⁴ O termo Vāhata é a variação *prakriti* do termo Vāgbhata e é de uso popular. Jejjata e Indu, os comentaristas, têm utilizado este termo. O *Astāṅga nighantu* é um pequeno tratado

⁹ Meulenbekd G. J., *Mādhava nidāna and its chief commentaries*, págs. 423-425

¹⁰ Jejjata, *Nirañtara pada Vyākhyā. Charaka samhita : Cikitsā 1: 4*

¹¹ Arunadatta, *Sarvāṅga sudara Vyākhyā. Astāṅgahrdaya : Cikitsā 17: 19*

¹² Niścarakala, *Ratnaprabhā Vyākhyā em Cakradatta's Cikitsā Sangraha*.

¹³ Śivadāsa sena, *Tālvabodha Vyākhyā em Astangahrdaya : Uttara 21: 5; 22: 54*

¹⁴ Ms. N^o 11.297, Tanjore Library. Priyavrata Sarma “*Introduction to Astāṅga nighantu*”, Kuppuswami Sastry Research Institute, Madras, 1973.

referente aos sinônimos das drogas mencionadas no *Astāñgasangraha*. Priyavrata Sarma, que editou o texto com três de seus manuscritos, provou que este trabalho não é de Vāgbhata, o autor do *Astāñgahrdaya*, e que pode ser atribuído apenas a um período posterior (século VIII A.D.)¹⁵

2. *Rasaratna Samuccaya*: O autor deste texto chama-se Vāgbhata, filho de Simhagupta¹⁶. Não existe semelhança alguma entre este texto, o *Astāñgasangraha* e o *Astāñgahrdaya*, assim como nenhuma prova de que sejam de mesma autoria. *Rasaratna Samuccaya* trata da química médica, da química farmacêutica e do tratamento das doenças com mercúrio e drogas minerais, sinalizando a segunda fase do *Rasasastra*, e atribuído ao século XII A.D. O autor é um pseudo-Vāgbhata, uma pessoa que ocultou seu verdadeiro nome; é mais de seis séculos posterior ao *Astāñgasangraha* e ao *Astāñgahrdaya*.

Época de Vāgbhata

O período em que viveu Vāgbhata, a data do *Astāñgasangraha* e do *Astāñgahrdaya* deve ser determinada a partir das seguintes evidências:

1. Muitas fórmulas encontradas no Bower MSS também são encontradas no *Astāñgahrdaya*. O Bower MSS é atribuído ao século IV A.D. e Vāgbhata provavelmente emprestou as fórmulas daí.
2. No *Astāñgahrdaya*, Vāgbhata citou versos daquelas seções do *Charaka samhita* que foram suplementadas por Drdhabala, e este viveu por volta de 500 A.D. Este é o limite superior do período vivido por Vāgbhata.
3. *Bṛhat samhita* de Varāhamihira possui um verso que é muito semelhante ao verso do *Astāñgahrdaya* e, muito provavelmente, retirado do mesmo¹⁷. Varāhamihira viveu entre 505 e 580 A.D. Esta data é considerada o limite inferior do período em que viveu Vāgbhata.
4. I-Tsing, o viajante chinês, em seus registros de viagens (671-695), afirma "recentemente, uma pessoa reuniu todos os oito ramos da medicina, até agora separados, e transformou-os em um único volume"¹⁸. Existem todas as probabilidades de que esteja se referindo a Vāgbhata.
5. As condições religiosas, sociais e econômicas descritas no *Astāñgasangraha* e no *Astāñgahrdaya* pertencem à primeira fase da era Gupta da história indiana (séculos V a VII A.D.)
6. Mādhavakara (século VIII A.D.) em seu livro *Rugviniścaya (Mādhava nidāna)* citou muitos versos do *Astāñgahrdaya*.

¹⁵ Priyavrata Sharma, *Astāñga nighantu : Introduction*.

¹⁶ Colofão no final de cada capítulo.

¹⁷ *Bṛhat samhita* 73: 3.

¹⁸ I-Tsing, *Um Registro das Práticas Budistas na Índia*, traduzido por Takakusu, pág. 128.

7. Um texto médico sânscrito "rGyu-bzī", que apresenta íntima correspondência com o *Astāṅgahrdaya*, foi traduzido para a língua tibetana durante os anos 728-786 A.D. e encontra-se incorporado ao Tanjur¹⁹.
8. Ali B. Sahl Rabban al-Tabari, um médico persa, em seu tratado médico denominado *Firdaws al-Hikma*, escrito em 849-850 A.D., menciona especificamente o *Astāṅgahrdaya* (como *Astanqhrdy*)²⁰.
9. *Astāṅgahrdaya* foi traduzido para a língua árabe com o título "Astankar" durante o reinado do califa Harun al-Rashid (773-808 A.D.)²¹

Considerando todos estes pontos, presume-se que o período em que viveu Vāgbhata vai de 550 a 600 A.D., até que evidências contrárias sejam reveladas.

Outras informações sobre sua vida

De acordo com a informação fornecida sobre si mesmo, Vāgbhata nasceu em Sindh e seu preceptor foi Avalokita. Seu pai, Simhagupta, também deve ter sido um grande estudioso do Āyurveda e um médico bem sucedido, merecendo o título de *Vaidyapati*. Afirma-se que uma fórmula medicinal composta por Simhagupta foi citada por Śodhala no *Gadanigraha*²².

Recentemente, estudiosos europeus postularam que Ravigupta, o autor de *Siddhasāra*, um tratado médico, seria o irmão de Simhagupta. Jejjata, o comentarista, descreve Vāgbhata como "Mahājanhu pati", rei de Mahājanhu²³. Niscalakara, um outro comentarista, denomina Vāgbhata como "um Rājaris"²⁴. Baseado nestas informações, D. C. Bhattacharya considera que Vāgbhata foi um rei de um pequeno estado em Sindh²⁵. Há uma vila de nome Majhand, cerca de cinqüenta milhas ao norte de Hyderabad, no distrito de Karachi (no Paquistão), que pode ter sido o antigo local. Podemos também presumir que Mahājanhu poderia ser um famoso local de aprendizado e que Vāgbhata poderia ser seu diretor. Priyavrata Śarmā considera que Vāgbhata possa ter se mudado de Sindh após a invasão pelos Sakas e tenha passado o restante de sua vida em Ujjain, então uma cidade famosa, onde residiam grandes poetas e estudiosos, como Kālidāsa, Varāhmihira e muitos outros²⁶.

Há outra crença tradicional segundo a qual Vāgbhata, em uma fase posterior de sua vida, tenha vivido em Kerala e fundado os Asta Vaidyans, as oito famílias de médicos, uma para cada ramo do Āyurveda. Estas famílias de médicos hereditários

¹⁹ Meulenbeld G.J., *Mādhava nidāna e Seus Principais Comentários*.

²⁰ Idem 17.

²¹ Sachau, *Alberuni's India*, Prefácio.

²² Śodhala, *Gadanigraha*, Parte I, pág. 232 (*Khadira vataka*).

²³ Jejjata, *Nirañtarapada Vyākhyā*.

²⁴ Niscalakara, *Ratnaprabhā Vyākhyā*.

²⁵ D. C. Bhattacharya, *Date and Works of Vāgbhata, The Physician*. ABORI XX VIII, pág. 122.

²⁶ Priyavrata Śarmā, *Vāgbhata Vivecana*, pág. 307.

dependiam principalmente do *Astāṅghrdaya* de Vāgbhata para o tratamento das doenças. O *Astāṅghrdaya* era tão popular que costumava ser decorado não apenas pelas crianças destas famílias de médicos, mas também pelas crianças de outras famílias de *brahmins*. Infelizmente nenhum registro preciso, tanto epigráfico como literário, foram encontrados até os dias de hoje, em Kerala, que possam provar a presença de Vāgbhata neste local.

A religião a qual pertencia Vāgbhata é um outro objeto de discussão interessante. Um grupo de estudiosos argumenta que Vāgbhata era um *brahmin*, seguidor da tradição Védica. As bases para este ponto de vista são:

- Menção do Āyurveda como um *upaveda* do Atharvaveda;
- Realização de rituais mágicos e propiciatórios de acordo com o Atharvaveda;
- Aconselha a devoção aos deuses Siva, Sivasuta, Hara, Hari e outros seres divinos, as vacas, o *Brahmana*, etc.;
- Descrição da cerimônia *Śisyopanayana*;
- Aconselha a não entrar em um *caitya* (santuário budista);
- Não proíbe a ingestão diária de carne e álcool.

Todos estes aspectos e muitos outros são suficientes para que o aceitemos como um *brahmin*.

Um outro grupo de estudiosos argumenta que Vāgbhata era budista e este ponto de vista pode ser determinado com base nos seguintes aspectos:

- Buda foi especificamente citado no verso de invocação do *Astāṅgasangraha* e, indiretamente, no *Astāṅghrdaya*;
- Avalokita, o preceptor, era um famoso estudioso budista;
- A menção dos nomes de Aryā Tāra, Parnaśabari, Jina, Jinasuta, Samyaksambuddha, Baisajyaguru, etc., todos definitivamente da religião budista;
- Aconselha a recitar hinos invocatórios antes de ingerir os medicamentos;
- Aconselha a dedicação ao *madhyama mārga* – o caminho do meio – em todas as atividades;
- Aconselha a evitar os dez tipos de ações não-virtuosas;
- A menção dos quatro tipos de morte, *māyurī* e *mahā māyurī vidya* (rituais mágicos); e muito mais.

Ambos os pontos de vista podem ser combinados sem muita dificuldade, e isto também se justifica, levando à aceitação de que Vāgbhata tenha nascido como um *brahmin*, estudando, portanto, literatura védica; seguiu suas práticas na primeira parte de sua vida e, posteriormente, adotou o budismo, que era a religião popular da época. Portanto, ele reverencia as práticas e os preceitos védicos antigos, assim como aqueles do budismo. O grande estudioso Varāhmihira é outro exemplo destas pessoas que se tornaram budistas em uma fase mais adiantada da vida, demonstrando respeito ao hinduísmo e ao budismo em seus trabalhos.

Filho e neto

Tīsata, autor de *Cikitsākalikā*, autodenomina-se filho de Vāgbhata no colofão de seu livro²⁷. Mas o nome de Vāgbhata não aparece entre as muitas autoridades mencionadas por ele no verso de invocação no início do texto. O filho de Tīsata, Cañdrata, foi também um grande erudito e autor de muitos livros. Entre eles está seu comentário sobre o livro de seu pai, *Cikitsākalikā*. Cañdrata também não menciona o nome de Vāgbhata em nenhuma passagem do texto²⁸. A partir das evidências internas e externas, atribui-se que Tīsata e Cañdrata tenham vivido nos séculos X e XI A.D., respectivamente. Portanto, é difícil aceitar Tīsata como filho e Cañdrata como neto do Vāgbhata, autor do *Astāñgahrdaya*.

Discípulos

Jejjata, no colofão de seu comentário sobre o *Charaka samhita*, autodenomina-se “discípulo de Vāhata (Vāgbhata)”²⁹. Nīlamegha, em seu livro *Tantrayuktivicāra*, compôs um verso popular em louvor a Vāgbhata, no qual tanto Jejjata como Indu são citados como os principais discípulos de Vāgbhata³⁰.

A aceitação de Jejjata como um discípulo direto de Vāgbhata enfrenta algumas dificuldades: (a) Jejjata cita os versos do *Astāñgahrdaya* afirmando “como disse Vāgbhata”, sem quaisquer palavras de reverência tais como *guru*, *ācārya*, etc.; (b) Jejjata pertence ao século 9 A.D. e, portanto, posterior ao de Vāgbhata.

Encontram-se dificuldades semelhantes com relação a Indu. Em seu comentário sobre o *Astāñgasangraha*, ele afirma que existem muitos comentários sobre o *Astāñgasangraha*, escritos antes de sua época³¹, o que sugere um grande intervalo de tempo entre ele e Vāgbhata. A época a que pertenceu Indu é calculada como sendo o século XIII A.D. Assim, Indu não poderia ter sido, também, um discípulo direto de Vāgbhata.

Com todas estas informações e com as suposições mais prováveis sobre sua identificação, época e trabalhos, etc., Vāgbhata permanece um enigma, até que evidências inquestionáveis surjam a partir de pesquisas futuras.

Comentários

O *Astāñgahrdaya* possui o título de honra de possuir o maior número de comentários que qualquer outro tratado do *Āyurveda*³². Apesar de serem conhecidos

²⁷ Tīsata, *Cikitsākalikā*.

²⁸ Cañdrata, *Cikitsākalikā Vyākhyā*, sobre o verso acima.

²⁹ Jejjata, *Nirañtara pada Vyākhyā, bhārata vākya*.

³⁰ Nīlamegha, *Tantrayuktivicāra*, verso invocatório.

³¹ Śaśilekha *Vyākhyā*, versos introdutórios.

³² *Introduction to Astāñgahrdaya, Hariśāstry Paradkar; Vriddhatrayi, Gurupad Haldar; Vāgbhata vivecana, Priyavrata Sarma.*

cerca de trinta comentários, a maioria deles estão desaparecidos ou disponíveis parcialmente ou permanecem na forma de manuscritos nas bibliotecas indianas e de outros países. Apenas seis estão disponíveis, um completamente impresso e o restante, parcialmente.

1. O único comentário disponível de forma integral e impressa é *Sarvāṅgasundarā*, por Arunadatta, filho de Mrgāṅkadatta³³. Ele era provavelmente de Bengala e foi um grande erudito, não apenas no Āyurveda, mas também na Gramática, Prosa e outros ramos da literatura sanscítica. Ele é identificado por algumas autoridades como o lexicógrafo de mesmo nome. Atribui-se que tenha vivido na primeira parte do século XII A.D., pois foi citado por Hemādri (séculos XIII-XIV A.D.) Seu nome aparece no comentário de Dalhana (século XI A.D.), mas alguns estudiosos colocam em dúvida esta citação³⁴. Se for aceita como verdadeira, a época em que Arunadatta viveu recua para os séculos X ou XI A.D.

Sarvāṅgasundarā é extremamente elaborado, explica os significados com auxílio da gramática, evidencia com citações de outros textos, fornece sinônimos para as drogas e também nomes populares para sua identificação. Com estes méritos, o texto justifica seu nome e reflete a erudição de seu autor. É muito provável que o autor possa ter se apoiado em um comentário anterior sobre o *Astāṅghrdaya*, escrito por Candranandana, pois existem algumas semelhanças entre os dois.

Afirma-se que Arunadatta também tenha escrito um comentário sobre o *Suśruta samhita*, mas não foram encontrados vestígios do mesmo.

2. *Āyurveda Rasāyana* é um trabalho de Hemādri, filho de Kāmadeva. Ele foi um *maharashtra brahmin* pertencente ao *Vatsa gotra*. Foi o principal ministro e conselheiro (*dharmādhikāri, srikaranādhipa*) do rei Mahādeva (1260-1271) e seu filho Rāmacandra (1271-1309), os governantes *Yadava* de Devagiri. Foi um grande erudito em todos os ramos do conhecimento antigo, especialmente o Dharma Śāstra. Foi um escritor prolífico e escreveu cerca de quatorze livros. A obra mais importante dentre eles é *Caturvarga Ciñtāmani*, a *magnum opus*, que aborda o Dharma Śāstra e possui mais de mil páginas. Foi também um patrono do ensino e sustentou muitos estudantes como Kesava Pandita, Bopadeva e outros.

O *Āyurveda Rasāyana*, o comentário sobre o *Astāṅghrdaya*, foi escrito após o *Caturvarga Ciñtāmani* e, portanto, é atribuído à última metade do século XIV A.D. Infelizmente, este comentário não está inteiramente disponível, apenas o *Sūtrasthāna*, o *Nidānasthāna*, os primeiros seis capítulos do *Cikitsāsthāna* e todos os capítulos do *Kalpa-siddhi sthāna*, sendo que estes foram impressos. Hemādri incorporou os capítulos do *Kalpa-siddhi sthāna* ao *Sūtrasthāna*³⁵. Ao escrever o

³³ Arunadatta, *Sarvāṅgasundarā Vyākhyā*, versos introdutórios. *Astāṅghrdaya : Sūtra* 1: 1.

³⁴ *Vyākhyā* de Dalhana, *Suśruta, Kalpasthāna* 1: 33.

³⁵ Na edição existente do *Astāṅghrdaya*, os dois *sthānas* foram separados e impressos.

comentário, Hemādri citou muitos trabalhos anteriores, tais como, Kharanāda, Vrnda, Vangasena, etc., mas principalmente o *Astāṅgasangraha*, além do *Charaka* e do *Suśruta*. Ele afirma que estava esclarecendo as dúvidas sobre muitos aspectos discutíveis sobre os quais os comentaristas anteriores não haviam chegado a nenhuma conclusão³⁶. Ele expressa sua discordância sobre os pontos de vista de outros em muitos aspectos.

3. *Padārtha Caṅdrika* é o título do comentário escrito por Candranandana, filho de Ravinañdana. Ele nasceu em Kashmir e escreveu este trabalho com o apoio de Sakunadeva, rei do Kashmir. Considera-se que tenha vivido no século X A.D.³⁷

Padārtha caṅdrika é o mais antigo comentário disponível sobre o *Astāṅghrdaya*. Está completo em forma de manuscrito. Apenas algumas partes estão impressas nas notas de rodapé da edição publicada por Hariśāstry Paradkar. Sua tradução tibetana está disponível e completa e está incorporada ao Tanjur³⁸.

Considera-se que Candranandana seja o autor dos comentários sobre o *Charaka* e o *Suśruta samhitas* e também do *Nighantu*, que está anexado ao *Astāṅghrdaya*.

4. *Hrdaya bodhika* (ou *Hrdaya bodhini*) foi escrito por Śridāsa Pandita, de Kerala. Ele foi discípulo de um estudioso chamado Vāsudeva. Apenas a primeira parte de seu comentário (o *Sūtra*, o *Śārīra* e o *Nidāna sthānas*) foi impressa. Este comentário é resumido e fornece equivalentes malaialas para os nomes da drogas.

Śridāsa Pandita cita outro comentário denominado *Vyākhyāsāra* escrito por um aluno de seu próprio mestre, Vāsudeva. Tanto no *Hrdaya bodhika* como no *Vyākhyāsāra* foram acrescentados sumários em malaiala, denominados "*Alpabuddhiprabodhana*", escritos por um estudioso de nome Śrikantha. Śridāsa Pandita pertenceu à primeira parte do século XIV e Śrikantha à última parte do mesmo.³⁹

5. *Nidāna Ciñtāmani*, é o comentário sobre o *Nidānasthāna* do *Astāṅghrdaya*. É o trabalho de um estudioso conhecido como Todaramalla Kanhaprabhu, filho de Mahāvaidya Beimdevaprabhu e Sāmāmbika⁴⁰. Não se deve confundi-lo com Todaramalla, o famoso ministro do imperador Akbar. Este comentário foi impresso nas notas de rodapé da edição de Hariśāstry Paradkar. Sua época ainda não foi determinada, o mais provável é que pertença aos séculos XIV-XV A.D.

6. *Tatvabodha*. Este é um comentário feito apenas para o *Uttarasthāna* do *Astāṅghrdaya*, escrito por Śivadāsasena, filho de Anañtasena, que foi o médico da corte de Barbak Shah, sultão de Bengala (1457-1474). Este comentário foi escrito provavelmente no ano 1500 A.D. e está disponível em impressão. Śivadāsa

³⁶ Hemādri, *Āyurveda Rasāyana Vyākhyā*, versos introdutórios.

³⁷ Meulenbeld, G. J., *Mādhava nidāna and its Chief Commentaries*, pág. 402.

³⁸ Idem acima.

³⁹ Idem, pág. 430.

⁴⁰ Colofão do manuscrito. Ver introdução ao *Astāṅghrdaya* de Hariśāstry Paradkar.

escreveu comentários sobre o *Charaka samhitā (Tatvaprādīpikā)* e o *Cikitsā sangraha* de Cakrapānidatta.

7. *Vāgbhata mandana*, escrito por Bhata Narahari (ou Nrsimha), não é um comentário sobre o *Astāñgahrdaya*, mas um compêndio destinado a defendê-lo de certas alegações. Um estudioso chamado Soura Vidyādhara encontrou muitas falhas no *Astāñgahrdaya* e insulta seu autor, Vāgbhata. Bhata Narahari, filho de Bhatta Śivadeva, refuta todas as alegações de Vidyādhara e defende Vāgbhata. Tanto o acusante como o defensor sustentam seus argumentos com citações de outros textos autorizados. Portanto, *Vāgbhata mandana* é uma crítica literária de elevado padrão e único do seu tipo na literatura ayurvédica. É provável que pertença ao século XV A.D. Está sendo editado por mim e será publicado em breve.⁴¹

Além destes, os comentários escritos por Bhattāra Haricandra (600 A.D.), Himadatta (século VIII), Hātakānka (século VIII), Jejjata (século IX), Ísvarasena (século XI), Indu (século XII-XIII), Āśādhara (século XIII-XIV), Udayādityabhatta (século XIV), Bhata Narahari (século XV), Ramanāthaganaka (século XVI) e alguns outros não foram encontrados.

Traduções

O *Astāñgahrdaya* foi traduzido para quase todas as principais línguas indianas.

Ele foi traduzido para o árabe com o título "*Astāñkar*" durante o reinado do califa Harun-al-Rashid (773-808 A.D.)⁴²

Um texto médico denominado "*rGyu-bzi*" na língua tibetana, que apresenta uma concordância exata com o *Astāñgahrdaya*, foi traduzido durante o reinado do rei Khri-Sron-dehu (728-786 ou 755-797 A.D.) Os primeiros cinco capítulos desta tradução tibetana foi traduzida para o inglês por Vogel e publicado em 1965.⁴³

Luige Hilgenberg e Willibald Kirfel traduziram o *Astāñgahrdaya* para o alemão, publicado em 1941.⁴⁴

Sobre esta tradução

Esta é uma tradução fiel do texto, em inglês simples. Os comentários de Arunadatta e Hemādri foram extensivamente utilizados. Nenhuma declaração de qualquer espécie foi introduzida por mim nesta extraordinária tarefa exceto como um fiel tradutor.

⁴¹ *Vāgbhata mandana*, editado por K. R. Srikantha Murty, Publicado pela editora Chaukhambha Orientalia.

⁴² *Alberuni's India*, traduzido por Sachau. Prefácio, págs. 30-32.

⁴³ Meulenbeld, G. J., *Mādhava Nidāna and its Chief Commentaries*, pág 644. Bibliografia.

⁴⁴ Idem acima.

Apesar dos melhores esforços para evitar erros de impressão, alguns ainda permaneceram. Os leitores precisarão corrigir estes erros consultando a "errata", antes de realizar o estudo.

Agradecimentos

Agradeço à minha filha, Smt. K.S. Revathi, B. A. que digitou o manuscrito suportando, sorrindo, todas as dificuldades. Sou muitíssimo grato ao meu estimado amigo Prof. Jyotirmitra do Instituto de Ciências Médicas da Banaras Hindu University, em Varanasi, que apesar de seu atarefado horário de trabalho realizou as revisões para impressão. Sou também agradecido aos editores da Chaukhambha Sanskrit Series Office, Varanasi, por incluírem este trabalho em sua série sobre o yurveda.

K. R. Srikantha Murthy

ASTAÑGA
HRDAYAM

SUTRASTHANA
(Seção sobre Princípios Gerais)

CAPÍTULO I

प्रथमोऽध्यायः ।

AYUSKAMIYA ADHYAYA (O desejo por uma longa vida)

Namaskāra (Reverências) [1-2]

रगादिरोगान् सततानुषक्तानशेषकायप्रसृतानशेषान् ।
औत्सुक्यमोहारतिदाञ्जघान योऽपूर्ववैद्याय नमोऽस्तु तस्मै ॥ १ ॥

As homenagens são para o *Apūrva vaidya* (único/incomparável/raro médico) que destrói, sem deixar qualquer resíduo, (todas) as doenças, como *raga* (paixão/desejo), etc., que estão constantemente associadas (que são inatas/inerentes) e que penetram todo o corpo, dando origem a *outsukya* (ansiedade), *moha* (ilusão) e *arati* (inquietação). [1.1]

O termo “*raga*, etc.” inclui *kama* (cobiça), *krodha* (raiva), *lobha* (avareza), *mada* (arrogância), *matsarga* (inveja), *dvesa* (ódio/aversão), *bhaya* (medo) e muitas outras emoções ruins.

अथात आयुष्कामीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo “*Āyuskāmīya* (O desejo pela longa vida)”. Assim disseram Ātreya e outros grandes sábios. [1.2]

आयुः कामयमानेन धर्मार्थसुखसाधनम् ।

आयुर्वेदोपदेशेषु विधेयः परमादरः ॥ २ ॥

As pessoas que desejam vida (longa), que é a forma (o instrumento) para alcançar o *dharmā* (retidão/eqüidade), o *artha* (riqueza) e o *sukha* (felicidade) devem depositar a máxima confiança nos ensinamentos do Āyurveda. [2]

Sukha inclui tanto *kāma* (desejo de satisfação sexual) como *moksa* (a salvação). *Dharma*, *artha*, *kāma* e *moksa* são conhecidos como *Purusārthas* (objetivos ou buscas de vida) que são perseguidos por todas as pessoas. Para adquiri-los, uma vida longa e saudável é essencial. Através desta afirmação “assim disseram Ātreya e outros grandes sábios”, Vāgbhata, o autor deste tratado, deseja que os leitores observem que as opiniões aqui encontradas não são as suas, mas apenas os ensinamentos dos sábios antigos e, portanto, a autoridade e a inviolabilidade do trabalho não precisam ser colocadas em dúvida.

Āyurvedāvataranā (origem do Āyurveda) [3-5.1]

ब्रह्मा स्मृत्वाऽऽयुषो वेदं प्रजापतिमजिग्रहत् ।
सोऽश्विनौ तौ सहस्राक्षं सोऽग्निपुत्रादिकान्मुनीन् ॥ ३ ॥
तेऽग्निवेशादिकांस्ते तु पृथक् तन्त्राणि तेनिरे ।

Brahman, recordando o Āyurveda (a ciência da vida), ensinou-o a Prajāpati; ele (Prajāpati), por sua vez, ensinou-o aos gêmeos Ásvins, que ensinaram-no a Sahasrākṣa (Indra), que o ensinou ao filho de Atri (Ātreya Punarvasu ou Kṛṣṇa Ātreya) e a outros sábios; eles o ensinaram a Agniveśa e a outros e estes (Agniveśa e outros discípulos) compuseram tratados, cada um separadamente. [3-4.1]

O trecho acima é uma breve narração da origem do Āyurveda de acordo com o *Charaka samhitā*. A descrição completa desta transmissão é fornecida abaixo: “O deus Brahman, trazendo de volta à sua mente a ciência da vida, ensinou-a para Dakṣa (Prajāpati); ele a ensinou aos gêmeos Ásvins que, por sua vez, ensinaram-na a Indra, o rei dos deuses. Quando as doenças começaram a incomodar os seres humanos, os grandes sábios do mundo, reuniram-se nas inclinações das montanhas do Himalaia e resolveram aprender a ciência do Āyurveda de Indra e trazê-la ao mundo para o benefício dos seres vivos. Mas quem realizaria esta difícil tarefa de ir ao paraíso e aprender a ciência de Indra? O sábio Bharadvāja, um dos participantes da assembleia, ofereceu-se para cumprir a tarefa, o que foi aceito com muita satisfação. Bharadvāja foi até a “residência” de Indra, aprendeu a ciência, voltou para a terra e a expôs para a

assembléia. Krsna Ātreya, também conhecido como Punarvasu Ātreya, filho do sábio Atri, ensinou esta ciência para seis de seus discípulos, Agniveśa, Bhela, Jatūkarna, Paraśara, Hārīta e Ksārapāni. Cada um de seus discípulos escreveu um tratado e o apresentou frente a seu mestre, Krsna Ātreya, e à assembléia dos sábios. O tratado de Agniveśa foi julgado como o melhor e foi abençoado pelos deuses. Ele se tornou mundialmente famoso.⁴⁵

Os ensinamentos de Krsna Ātreya lidam principalmente com o *Kāya cikitsā* (medicina interna), que é um dos oito ramos do Āyurveda. Esta escola é popularmente conhecida como *Ātreya sampradāya* ou *Kāyacikitsā*. O tratado escrito por Agniveśa está disponível nos dias de hoje, não em sua forma original, mas em sua versão revisada, conhecido como *Charaka samhītā*, porque foi redigido (reeditado) pela primeira vez por Charaka muni. Este tratado passou por uma segunda redação por Drdhabala. Estudiosos modernos atribuem o período em que viveram Krsna Ātreya e Agniveśa como sendo os séculos VI ou V a.C.; Charaka muni pode ter vivido no século II A.D. e Drdhabala, no século IV A.D.

तेभ्योऽतिविप्रकीर्णभ्यः प्रायः सारतरोच्चयः ॥ ४ ॥
क्रियतेऽग्राह्यहृदयं नानिसंक्षेपविस्तरम् ।

Foi reunida apenas a essência daqueles tratados minuciosamente elaborados (e, portanto, difíceis de estudar) e, a partir desta seleção, foi preparado este tratado, *Astāṅgahrdaya*, que não é demasiadamente sucinto, nem extremamente elaborado. [4.2-5.1]

Astāṅga Āyurveda (os oito ramos do Āyurveda) [5.2-6.1]

कायवालग्रहोर्ध्वाङ्गशल्यदंष्ट्राजरावृषान् ॥ ५ ॥
अष्टावङ्गानि तस्याहुश्चिकित्सा येषु संश्रिता ।

Kāya, Bāla, Graha, Ūrdhvāṅga, Śalya, Daṁstrā, Jarā e Vrsa – estes são os oito ramos (do Āyurveda) nos quais estão incorporados (descritos) os tratamentos (das doenças). [5.2-6.1]

O ramo *Kāyacikitsā* abrange o tratamento das doenças que se originam de distúrbios da atividade digestiva, conhecidas na terminologia moderna como medicina interna. *Bālacikitsā* é o tratamento das doenças das crianças (pediatria). *Graha cikitsā* significa tratamento de doenças que surgem a partir da possessão por espíritos prejudiciais, microorganismos patogênicos, etc. e lida principalmente com as doenças

⁴⁵ *Charaka samhītā : Sūtrasthāna*, capítulo 1.

mentais (psiquiatria). *Ūrdhvāṅga cikitsā* é o ramo da medicina que abrange o tratamento das doenças da cabeça, incluindo as doenças dos olhos (oftalmologia), dos ouvidos (otologia), do nariz (rinologia), da garganta (laringologia) e dos dentes (odontologia). *Śalya cikitsā*, também conhecido como *Śastra cikitsā*, lida com o tratamento das doenças que necessitam do uso de cirurgia. *Damstrā cikitsā* é o tratamento das doenças causadas por venenos (toxicologia). *Jarā cikitsā*, também conhecido como *Rasāyana cikitsā*, é o tratamento das doenças causadas pelo envelhecimento (gerontologia, geriatria). *Vrsa cikitsā* lida com o tratamento das doenças como impotência, esterilidade, etc. e promove a força sexual do homem através do uso de afrodisíacos (virilização).

Tridosāh (os três doshas) [6.2-8.1]

वायुः पित्तं कफश्चेति त्रयो दोषाः समासतः ॥ ६ ॥
विकृताविकृता देहं घ्नन्ति ते वर्तयन्ति च ।

Vāyu (vāta), *Pitta* e *Kapha* são os três *doshas*; resumidamente, eles destroem e dão suporte (sustentam, mantém) ao corpo quando estão anormais e normais, respectivamente. [6.2-7.1]

Os *doshas* são substâncias materiais sempre presentes no corpo. Eles possuem *pramāna* (quantidade), *guna* (qualidade) e *karma* (funções) próprias e definidas. Quando estão normais (*avikṛta*), desempenham diferentes funções do corpo e desta forma são responsáveis pela manutenção do mesmo. Mas eles têm uma tendência a se tornarem anormais (*vikṛta*), experimentando aumentos (*vṛddhi*) ou reduções (*ksaya*) em sua quantidade, em uma ou mais de suas qualidades e em suas funções. Quando se tornam anormais, eles desequilibram os sítios onde se localizam, os *dhatu*s (tecidos). Por causa desta tendência ao desequilíbrio, eles são denominados *doshas* ou fatores que provocam doenças ou patogênicos. Os três, *vāta*, *pitta* e *kapha*, estão mais intimamente relacionados com o corpo, sendo portanto definidos como *śārīraka doshas*, diferente dos dois *mānasa doshas*, *rajas* e *tamas*, que estão relacionados com a mente. A menção específica do número três impede a inclusão de um quarto *dosha*. No entanto, alguns consideram *rakta* (sangue) como o quarto.

ते व्यापिनोऽपि हृन्नाभ्योरधोमध्योर्ध्वसंश्रयाः ॥ ७ ॥

Apesar de estarem presentes em todo o corpo, eles se encontram (predominantemente) na região inferior, média e superior, respectivamente, da área entre o coração e o umbigo. [7.2]

Os *doshas* estão presentes em todas as células do corpo, realizando suas diferentes funções. Eles são encontrados predominantemente em certos locais, a saber, *vāta*, na região abaixo do umbigo; *pitta*, na região entre o coração e o umbigo; e *kapha*, na região acima do coração.

वयोहोरात्रिभुक्तानां तेऽन्तमध्यादिगाः क्रमात् ।

Eles são predominantes, respectivamente, durante o último estágio, o estágio intermediário e o primeiro estágio da vida e sua predominância varia durante o dia, a noite e durante o (processo de digestão do) alimento. [8.1]

Vāta predomina na velhice (após os sessenta anos), à tarde (entre as 15 e as 19 horas), no fim da noite (entre 2 e 6 horas) e no final do processo de digestão dos alimentos.

Pitta predomina no estágio intermediário da vida (entre os vinte e os sessenta anos), no meio do dia (entre 11 e 16 horas), no meio da noite (entre 22 e 2 horas) e durante o período intermediário da digestão.

Kapha predomina na infância e adolescência (do nascimento aos dezesseis anos), de manhã (entre 6 e 10 horas), na primeira parte da noite (entre 19 e 23 horas) e no início da digestão.

Agnibhedah (tipos de atividade digestiva) [8.2]

तैर्भवेद्विषमस्तीक्ष्णो मन्दश्चाग्निः समैः समः ॥ ८ ॥

A partir deles (dos *doshas*), são produzidos, respectivamente, *visamāgni*, *tiksnāgni* e *mandāgni*, enquanto *samāgni* é produzido em seu equilíbrio. [8.2]

Agni significa, literalmente, fogo, ou em outras palavras, o termo *agni* está relacionado com sua atividade no canal alimentar que é semelhante ao fogo, responsável pela digestão do alimento. Esta atividade é influenciada pela condição dos *doshas*. Quando todos os três *doshas* estão em equilíbrio, a digestão do alimento é perfeita em todos os aspectos e ocorrerá *samāgni* ou digestão normal. Mas quando os *doshas* estão perturbados (aumentados), eles produzem suas próprias alterações características na atividade digestiva.

Quando *vāta* está aumentado, a digestão torna-se irregular, instável, diferente a cada momento e acompanhada de flatulência, etc. Esta atividade digestiva é *visamāgni*.

Quando *pitta* está perturbado, a atividade digestiva é muito intensa, até mesmo grandes quantidades de alimentos são digeridas muito rapidamente e há sensação de queimação, sede, etc. durante a digestão. Tal condição é *tiksnāgni*.

Quando *kapha* está perturbado, a atividade digestiva é muito lenta, pobre, inadequada, mesmo pequenas quantidades de alimentos levam longo tempo para serem digeridas e há sensação de peso no abdome, preguiça, etc. durante a digestão. Tal condição é *mandāgni*.

Todos estes três tipos são anormais e dão origem a muitas doenças características dos *doshas* que as causaram.

Kosthabhedāh (tipos de trato alimentar) [9.1]

कोष्ठः क्रूरो मृदुर्मध्यो मध्यः स्यात्तैः समैरपि ।

Kostha (a natureza do trato alimentar ou a natureza dos intestinos) pode ser *krūra* (difícil, preso), *mrdu* (solto, mole) e *madhya* (moderado) dependendo de cada um (dos *doshas*), respectivamente. Pode ser *madhya* (moderado) também quando todos os *doshas* são iguais. [9.1]

Com a predominância/aumento de *vāta*, o movimento intestinal é difícil (fezes duras que são eliminadas com dificuldade e sem regularidade, nem todos os dias).

Com a predominância de *pitta*, o intestino é solto (fezes líquidas ou semi-sólidas, eliminadas mais de uma vez ao dia, até mesmo a ingestão de leite produz purgação).

Com a predominância de *kapha*, o intestino é moderado (as fezes não são duras, nem líquidas, são eliminadas sem dificuldades, uma vez ao dia, regularmente). Ocorre o mesmo quando todos os *doshas* estão em iguais proporções. Esta é a condição ideal que não origina nenhuma doença, enquanto os duas primeiras condições são anormais e prejudicam a saúde.

Dehaprakrti (constituição corporal) [9.2-10]

शुक्रार्तवस्थैर्जन्मादौ विषेणेव विषक्रिमेः ॥९॥

तैश्च तिस्रः प्रकृतयो हीनमध्योत्तमाः पृथक् ।

समघातुः समस्तासु श्रेष्ठा, निन्द्या द्विदोषजाः ॥१०॥

Estando presentes no *śukra* (espermatozóide, semente masculina) e no *ārtava* (óvulo, semente feminina) desde o início da vida, deles (dos *doshas*) se originam três tipos de *prakrti* (constituição humana), assim como vermes venenosos surgem do veneno. Elas (as constituições) são *hīna* (pobre, fraca), *madhya* (mediana, moderada) e *uttama* (melhor, forte), respectivamente, originadas a partir de cada um (dos *doshas*). A constituição que se origina de iguais

proporções de todos (os *doshas*) é *samadhātu prakrti*, que é a ideal. Aquelas que se originam da combinação de dois *doshas* são *nindya* (condenadas). [9.2-10]

A semente masculina é *śukrānu* (espermatozóide) e a semente feminina é *andānu* (óvulo). Ambas, unidas (durante a fertilização) formam o embrião e este é o começo da vida. As sementes masculina e feminina produzidas no corpo do homem e da mulher contém os *tridoshas*. No momento da união das duas sementes, os *doshas* passam por alterações em suas proporções, ou então, todos permanecem em proporções iguais, ou dois deles podem tornar-se predominantes ou apenas um dos *doshas* pode se tornar predominante. Estas condições influenciam consideravelmente a natureza do embrião em seus aspectos característicos, que se tornam conhecidos como o *prakrti* do indivíduo (constituição humana natural). Assim, sete tipos de *prakrtis* são formados, três *ekadoshaja* (predomina qualquer dos *doshas* separadamente), três *dvandvaja* ou *samsargaja* (que se origina da combinação de dois dos *doshas*) e um *sammiśra* ou *sannipāta* (que se origina da combinação de todos os três *doshas* em proporções iguais). Os tipos *ekadoshaja* são *hīna* (pobres), os tipos *samsargaja* (*dvandvaja*) são *madhya* (moderados) e *sammiśra* é *uttama* (o melhor, ideal). Ainda, mesmo entre os *ekadoshaja*, o primeiro tipo (*vātaja*) é *hīna* (pobre, fraco), o segundo (*pittaja*) é *madhya* (moderado) e o terceiro tipo (*kaphaja*) é *uttama* (melhor). Os aspectos característicos destes *prakrtis* (constituições) foram descritos no capítulo 3 do *Śārīrasthāna*. O exemplo dos vermes venenosos serve para indicar que apesar de nascerem do veneno, eles não morrem dele, mas continuam sobrevivendo, da mesma forma que o *prakrti*; pois este, apesar de originado dos *doshas*, que são como um veneno, continuam a se manifestar no indivíduo enquanto ele viver.

Tridoshalaksana (propriedades dos três doshas) [11.1-12]

तत्र रूक्षो लघुः शीतः खरः सूक्ष्मश्चलोऽनिलः ।

Rūksa (secura), *laghu* (leveza no peso), *śīta* (frio), *khara* (aspereza), *sūksma* (sutileza) e *cala* (movimento) são as propriedades de *anila* (*vāta*). [11.1]

पित्तं सस्नेहतीक्ष्णोष्णं लघु विस्त्रं सरं द्रवम् ॥११॥

Sasneha (levemente oleoso), *tīksna* (penetra profundamente), *usna* (quente, produtor de calor), *laghu* (leve no peso), *visra* (mau cheiro), *sara* (flui livremente) e *drava* (liquidez) são as propriedades de *pitta*. [11.2]

स्निग्धः शीतो गुर्ध्मन्दः श्लक्ष्णो मृत्तः स्थिरः कफः ।

Snigdha (oleosidade), *śīta* (frio, produz frieza), *guru* (pesado), *manda* (lento na ação), *slaksna* (macio), *mrtsna* (viscoso) e *sthira* (estável/estático) são as propriedades de *kapha*. [12.1]

As características citadas acima são algumas das propriedades naturais e inerentes dos *doshas*. Mais informações sobre os *doshas* serão fornecidas nos capítulos 11 e 12.

संसर्गः सन्निपातश्च तद्द्वित्रिक्षयकोपतः ॥१२॥

A combinação de dois *doshas*, em seus estados aumentados ou reduzidos, é conhecida como *samsarga* e a combinação de todos os três, como *sannipāta*. [12.2]

Dhātu e mala (tecidos e resíduos básicos) [13-14.1]

**रसासृङ्मांसमेदोस्थिमज्जशुक्राणि धातवः ।
सप्त दूष्याः**

Rasa (plasma), *asrk* (sangue), *mamsa* (músculos), *medas* (gordura), *asthi* (osso), *majja* (medula óssea) e *śukra* (sêmen) são os sete *dhātus* (tecidos básicos) e são conhecidos como *dūsyas* (aqueles que se tornam desequilibrados pelos *doshas*). [13.1-13.2]

मला मूत्रशकृत्स्वेदादयोऽपि च ॥१३॥

Malas (produtos residuais) são *mūtra* (urina), *śakrt* (fezes), *sveda* (suor), etc. [13.3]

Estes serão descritos novamente em detalhes no capítulo 11.

वृद्धिः समानैः सर्वेषां विपरीतैर्विपर्ययः ।

O *vrddhi* (aumento) de todos eles (*doshas*, *dhātus* e *malas*) é causado pela utilização de *samāna* (semelhantes) e o oposto (redução) é causado pela utilização de *viparīta* (dessemelhantes). [14.1]

Cada um dos *doshas*, *dhātus* e *malas* possuem suas próprias *pramānas* (quantidades), *gunās* (qualidades específicas) e *karmās* (funções), as quais, em estado de normalidade (*sāmya*), conduzem à saúde. Às vezes, sofrem *vrddhi* (aumento) e

ksaya (redução) em suas quantidades e em uma ou mais de suas qualidades e funções. Ambas as alterações são denominadas *vaisamyā* (anormalidade) e levam a um estado de doença. O uso de ou a associação com substâncias, qualidades e atividades que são semelhantes (iguais ou idênticas) ao material, às qualidades ou às funções dos *doshas*, *dhātus* e *malas* produzem aumento, enquanto o uso ou a associação com substâncias, qualidades e atividades que são *viparītas* (dessemelhantes, opostas) produzem sua redução.

Sadrasa (os seis sabores) [14.2-15.1]

रसाः स्वाद्वल्लवणतिकोषणकषायकाः ॥१४॥

षड् द्रव्यमाश्रितास्ते च यथापूर्वं बलावहाः ।

Svādu (doce), *amla* (azedo), *lavana* (salgado), *tikta* (amargo), *ūsna* (picante) e *kasāya* (adstringente) são os seis *rasās* (sabores). Eles estão presentes nas substâncias e cada uma delas, na ordem de precedência, é mais fortalecedora (para o corpo). [14.2-15.1]

O sabor também é um *guna* (qualidade) da substância. Cada substância pode ter um ou mais sabores, que podem ser conhecidos quando a substância é colocada na língua. O primeiro sabor claramente reconhecível é conhecido como *pradhāna rasa* (sabor primário) e os sabores remanescentes, que são reconhecidos posteriormente e suavemente são o *anurasa* (sabor secundário). Com relação à capacidade de proporcionar vigor ao corpo, *kasāya* (adstringente) proporciona o mínimo, *ūsna* (picante) proporciona um pouco mais e assim por diante. *Svādu* (doce) proporciona o máximo vigor dentre os sabores.

Alívio dos doshas pelos sabores [15.2]

तत्राद्या मारुतं घ्नन्ति त्रयस्तिकादयः कफम् ॥१५॥

कषायतिकमधुराः पित्तमन्ये तु कुर्वते ।

Os primeiros três sabores, *svādu*, *amla* e *lavana*, aliviam (mitigam, causam redução em) *māruta* (*vāta*); os três seguintes, começando por *tikta*, a saber, *tikta*, *ūsna* e *kasāya*, aliviam *kapha*; e *kasāya*, *tikta* e *madhura* aliviam *pitta*, enquanto os outros sabores causam seu aumento (desequilíbrio dos *doshas*). [15.2]

Madhura é sinônimo de *svādu* (doce). A expressão “outros sabores causam seu aumento” é explicada como segue: *tikta* (amargo), *ūsna* (picante) e *kasāya* (adstringente) causam *vrddhi* (aumento) de *vāta*; *amla* (azedo), *lavana* (salgado) e *katu*

(penetrante) causam aumento de *pitta*; *svādu* (doce), *amla* (azedo) e *lavana* (salgado) causam aumento de *kapha*. As propriedades e ações de cada sabor serão descritas novamente no capítulo 10.

Dravyabhedah (tipos de substâncias) [16.1]

शमनं कोपनं स्वस्थहितं द्रव्यमिति त्रिधा ॥१६॥

Os *dravyas* (substâncias utilizadas como alimentos, remédios, etc.) são de três tipos: *Śamana* (que aliviam os *doshas*); *Kopanā* (que aumentam os *doshas*); e *Svasthahita* (adequados ou que auxiliam na manutenção da saúde). [16.1]

Virya (potência) [16.2]

उष्णशीतगुणोत्कर्षात्तत्र वीर्यं द्विधा स्मृतम् ।

Como *usna* (calor) e *śita* (frio) são qualidades poderosas, *virya* (potência da substância) também é classificada em dois tipos. [16.2]

Virya é aquele aspecto da substância considerado o principal responsável pelas ações da mesma no corpo humano. Mais detalhes serão encontrados no capítulo 9.

Vipāka (produto final da digestão) [17.1]

त्रिधा विपाको द्रव्यस्य स्वाद्वम्लकटुकात्मकः ॥१७॥

Vipaka (a natureza do produto final da digestão) também é de três tipos: *svādu* (doce), *amla* (azedo) e *katu* (penetrante). [17.1]

Mais detalhes no capítulo 9.

Gurvādi gunāh (qualidades)

गुरुमन्दहिमस्निग्धस्लक्ष्णसान्द्रमृदुस्थिराः ।

गुणाः ससूक्ष्मविशदा विशतिः सविपर्ययाः ॥१८॥

Guru (peso), *manda* (lentidão), *hima* (frio), *snigdha* (oleoso), *ślaksna* (macio), *sāndra* (sólido), *mrdu* (mole), *sthira* (estável), *sūksma* (pequeno, sutil) e *viśada* (não-viscoso) – Estes, juntamente com seus respectivos opostos, são os dez *gunas* (qualidades, propriedades das substâncias). [17.2-18.1]

A afirmação acima pode ser elaborada da seguinte forma:

<i>Guru</i> (pesado)	<i>Laghu</i> (leve no peso)
<i>Manda</i> (lento)	<i>Tiksna</i> (rápido)
<i>Hima</i> (frio)	<i>Usna</i> (quente)
<i>Snigdha</i> (oleoso)	<i>Rūksa</i> (seco)
<i>Ślaksna</i> (macio)	<i>Khara</i> (áspero)
<i>Sāndra</i> (sólido)	<i>Drava</i> (líquido)
<i>Mrdu</i> (mole)	<i>Kathina</i> (duro)
<i>Sthira</i> (estável)	<i>Cala</i> (instável, móvel)
<i>Sūksma</i> (sutil, pequeno)	<i>Sthūla</i> (grande, grosseiro)
<i>Viśada</i> (não viscoso)	<i>Picchila</i> (viscoso)

Roga Arogya Karana (causa das doenças e da saúde) [18.2-19.1]

कालार्थकर्मणां योगो हीनमिथ्यातिमात्रकः ।
सम्यग्योगश्च विज्ञेयो रोगारोग्यैककारणम् ॥१९॥

O *yoga* (contato, associação, união) de *kāla* (estação), *artha* (objetos dos sentidos) e *karma* (atividades, funções) de uma forma *hīna* (inadequado, pobre), *mithyā* (impróprio, perverso) e *ati* (excessivo) são as principais causas das doenças, enquanto que seu *samyak* (associação, contato adequado) é a causa principal da saúde. [19.1]

Isto será detalhadamente descrito no capítulo 12.

Roga (doença) [19.2-21.1]

रोगस्तु दोषवैषम्यं, दोषसाम्यमरोगता ।

Roga (doença) é o (efeito do) desequilíbrio dos *doshas*, enquanto saúde é o (resultado do) desequilíbrio dos *doshas*. [19.2]

O estado em que cada um dos *doshas* apresenta quantidade, qualidades e funções específicas é conhecido como seu *sāmya* (equilíbrio), enquanto os estados de aumento (*vṛddhi*) ou redução (*ksaya*) em sua quantidade e em uma ou mais de suas qualidades e funções são conhecidos como *vaisamyas* (desequilíbrios).

निजागन्तुविभागेन तत्र रोगा द्विधा स्मृताः ॥२०॥

Roga (doença) é de dois tipos, *nija* (orgânica, que se origina do próprio corpo) e *āgantū* (traumática, que se origina de causas externas). [20.1]

तेषां कायमनोभेदादधिष्ठानमपि द्विधा ।

O *adhīsthāna* (das doenças), a saber, seu sítio, foco ou local, também é de dois tipos, *kāya* (o corpo) e *manas* (a mente). [20.2]

Mānasika doṣhaḥ (*doshas da mente*) [21.1]

रजस्तमश्च मनसो द्वौ च दोषाबुदाहृतौ ॥२१॥

Rajas e *tamas* são considerados os *doshas* de *manas* (da mente). [21.1]

Sattva, *rajas* e *tamas* são conhecidos como os três *mahagunās*. Eles são qualidades primárias ou naturais responsáveis pela criação de todas as substâncias do mundo, estão presentes em tudo que há nele e estão relacionados com a inteligência. Dentre eles, *sattva* é considerado puro e sem efeitos prejudiciais, enquanto os outros dois são prejudiciais e produzem efeitos danosos. Portanto, *rajas* e *tamas* são considerados os *doshas* da mente quando eles se tornam aumentados, acima de seu limite específico.

Rogi roga parīkṣa (*exame do paciente*) [21.2-22.1]

दर्शनस्पर्शनप्रश्नैः परीक्षेत च रोगिणम् ।

Rogi (o paciente) deve ser examinado através de *darsana* (inspeção), *sparsana* (palpação) e *praśna* (interrogatório). [21.2]

रोगं निदानप्राग्रूपलक्षणोपशयाप्तिभिः ॥२२॥

Roga (a doença) deve ser examinada através de seu *nidāna* (causas, etiologia), *prāgrūpa* (sintomas prodrômicos, premonitórios), *laksana* (sinais e sintomas específicos, aspectos clínicos), *upaśaya* (testes diagnósticos) e *āpti* ou *samprāpti* (patogênese). [22.1]

Estes aspectos serão explicados em detalhes no capítulo 1 do *Nidānasthāna*.

Deśabhedāḥ (*tipos de habitat*) [22.2-23]

भूमिदेहप्रभेदेन देशमाहुरिह द्विधा ।

जाङ्गलं वातभूयिष्ठमनूपं तु कफोत्वणम् ॥२३॥
साधारणं सममलं त्रिधा भूदेशमादिशेत् ।

Deśa (habitat), nesta ciência, pode ser de dois tipos, *bhūmi (deśa)*, que pode ser traduzido como uma região, e *deha (deśa)*, que significa o corpo. *Bhūmideśa*, a região, é de três tipos: *jāngala*, que tem predominância de *vāta*; *anupa*, que tem predominância de *kapha*; e *sādhārana*, na qual todos os *malas (doshas)* estão em condições normais. [22.2-23]

A região *jāngala* é árida ou desértica, sem montanhas ou colinas, tem pouca vegetação e escassez de recursos hídricos e é mais ventilado (possui brisas). *Anupa* é úmida, consiste de terras pantanosas com muita água, muita vegetação, pouca luz do sol e calor. *Sādhārana* é o tipo moderado, com poucas montanhas, colinas e com água, vegetação e luz do sol em quantidade moderada.

Kalabhedāh (tipos de tempo) [24.1]

क्षणादिव्याध्यवस्था च कालो भेषजयोगकृत् ॥२४॥

Kāla (tempo) é um aspecto relevante para a (administração e a seleção da) droga (ou terapias). É de dois tipos, a saber, o tempo que começa com *ksana* (instante, etc.) e o tempo referente aos estágios da doença. [24.1]

Ksana é a menor unidade de medida do tempo e equivale ao tempo necessário para um piscar de olhos ou para pronunciar uma letra do alfabeto. *Kāstha, kalā, nādika, muhūrta, yāma, ahorātra, paksa, māsa, rtu, ayana* e *samvatsara* são as unidades sucessivas. O conhecimento deste tipo de tempo externo é essencial para a coleta de drogas na época apropriada, na preparação de medicamentos, na administração dos mesmos para o paciente, etc. A doença se desenvolve no corpo em diferentes estágios sucessivos e não de um modo abrupto. Cada estágio possui seus próprios sinais e sintomas característicos e o reconhecimento de cada fase da doença auxilia o médico na avaliação do vigor da mesma e na determinação da droga adequada e da terapia necessária para aquele estágio. Esta é a razão da importância do reconhecimento dos dois tipos de tempo.

Ausadha bhedāh (tipos de terapias) [24.2-26.1]

शोधनं शमनं चेति समासादौषधं द्विधा ।

Ausadha (medicamentos, terapias) é de dois tipos, resumidamente: *sodhana* (purificadores) e *śamana* (paliativos). [24.2]

Sodhana é o método utilizado para eliminar, forçosamente, os *doshas* alterados ou aumentados do corpo para purificá-lo. *Śamana*, por outro lado, é utilizado para mitigar os *doshas* alterados ou aumentados dentro do próprio corpo.

शरीरजानां दोषाणां क्रमेण परमौषधम् ॥२५॥
वस्तिर्विरेको वमनं तथा तैलं घृतं मधु ।

Basti (enemas), *vireka* (purgações) e *vamana* (eméticos) são as melhores terapias para os *doshas* do corpo, respectivamente; da mesma forma que *taila* (óleo), *ghrta* (*ghee*, manteiga) e *madhu* (mel). [25]

A administração de diferentes tipos de enemas medicinais é o melhor tratamento para aliviar *vāta*; a purgação é o melhor para *pitta*; e os eméticos, para *kapha*. O uso de óleos medicinais (tanto internamente como externamente) é ideal para aliviar *vāta*, *ghee* é ideal para aliviar *pitta* e mel, para *kapha*.

धीचैर्यात्मादिविज्ञानं मनोदोषौषधं परम् ॥२६॥

Dhi (discernimento), *dhairya* (coragem, força de vontade) e *ātmādi vijñana* (conhecimento da alma, etc.) são as terapias ideais para a mente. [26.1]

Dhi é a capacidade da pessoa decidir entre o que é bom e ruim; *dhairya* é a capacidade de aderir ao que é bom, evitar o que é ruim e de resistir frente às dificuldades com força de vontade; *ātmādi vijñana* significa possuir ou obter o correto conhecimento da alma, dos objetivos e buscas da vida presente, assim como da vida futura, etc., em outras palavras, uma visão filosófica da vida humana. Estas terapias são, especialmente, de grande valor no tratamento das doenças mentais.

Cikitsā pādāh (quatro aspectos do tratamento) [26.2-29.1]

भिषग् द्रव्याण्युपस्थाता रोगी पादचतुष्टयम् ।
चिकित्सितस्य निर्दिष्टं, प्रत्येकं तच्चतुर्गुणम् ॥२७॥

O médico, o assistente (enfermeiro), a droga e o paciente são os quatro membros do tratamento, cada um possui quatro (boas) qualidades. [26.2-27.1]

दक्षस्तीर्थात्तशास्त्रार्थो दृष्टकर्मा शुचिर्भिषक् ।

O médico deve ser eficiente, deve ter aprendido de um preceptor o conhecimento da ciência e todos os seus significados (implicações), deve ter presenciado as terapias (adquirido experiência prática) e deve possuir pureza/limpeza (do corpo, da mente e da fala). [27.2]

बहुकल्पं बहुगुणं सम्पन्नं योग्यमौषधम् ॥२७॥

A droga deve ser adequada para o preparo de muitas formulações, deve possuir muitas qualidades boas (sabor e outras propriedades), deve ser dotada de virtudes (ser genuína, sem defeitos) e ser adequada (para ser utilizada em diferentes condições dos *doshas*, em diferentes doenças e em diferentes tipos de pessoas). [28.1]

अनुरक्तः शुचिर्दक्षो बुद्धिमान् परिचारकः ।

O assistente (enfermeiro ou enfermeira) deve ser ligado (afeiçoado, dedicado ao paciente), deve ter pureza (do corpo, da mente e da fala), deve ser eficiente no trabalho e inteligente. [28.2]

आढ्यो रोगी भिषग्वश्यो ज्ञापकः सत्त्ववानपि ॥२९॥

O paciente deve possuir riquezas, ser obediente ao médico, ter boa memória (capacidade de lembrar e explicar acontecimentos relacionados com prováveis causas, sintomas, etc.) e deve possuir força de vontade (capacidade de suportar a pressão das terapias, etc.) [29.1]

Rogabhedāh (tipos de doenças) [29.2-34]

(साध्योऽसाध्य इति व्याधिर्द्विधा, तौ तु पुनर्द्विधा ।

सुसाध्यः कृच्छ्रसाध्यश्च, याप्यो यश्चानुपक्रमः ॥ १ ॥)

सर्वौषधक्षमे देहे यूनः पुंसो जितात्मनः ।

अमर्मगोऽल्पहेत्वग्ररूपरूपोऽनुपद्रवः ॥३०॥

अतुल्यदृष्यदेशर्तुप्रकृतिः पादसम्पदि ।

ग्रहेष्वनुगुणेष्वेकदोषमार्गो नवः सुखः ॥३१॥

As doenças são de dois tipos: *Sādhyā* (curáveis) e *Asādhyā* (incuráveis). Cada uma é novamente classificada em dois tipos: *Susādhyā* (facilmente curáveis) e

Krcchra sādhyā (curáveis com dificuldade); e *Yāpyā* (controláveis) e *Anupākrama* (que não respondem a nenhuma terapia, fatais).

Sādhyāsādhyā laksana (características da curabilidade e da incurabilidade)

As doenças que se manifestam em pessoas capazes de suportar todos os tipos de terapias, em adultos, em homens, naqueles que possuem autocontrole; a doença que ainda não acometeu (envolveu) órgãos vitais, que possui causas, sintomas prodrômicos e aspectos característicos em menor número (ou que são leves); as doenças que não apresentam complicações (que não apresentam doenças secundárias ou excesso de sintomas preocupantes, etc.), que são dessemelhantes com relação aos *doshas*, *dūsyas* (tecidos), *deśa* (habitat), *rtu* (estação) e *prakṛti* (constituição corporal); nas quais os quatro aspectos do tratamento (médico, assistente, droga e paciente) apresentam condições excelentes; aquelas que possuem influência planetária favorável; as doenças que se originaram do desequilíbrio de apenas um *doshā*; aquelas que se manifestam em apenas um canal (trajetória da doença) e aquelas que são de início recente são *Susādhyā* (facilmente curáveis). [29.2-31.1]

शस्त्रादिसाधनः कृच्छ्रः सङ्करे च ततो गदः ।

As doenças que necessitam de tratamento com instrumentos cortantes, etc. e também aquelas que apresentam uma combinação dos fatores (enumerados nos versos anteriores) são *Krcchra sādhyā* (curáveis com dificuldades). [31.2]

शेषत्वादायुषो याप्यः पथ्याभ्यासाद्विपर्यये ॥३२॥

As doenças que persistem pelo resto da vida, mas que podem ser controladas com boa conduta (com uso contínuo de drogas, alimentos, atividades, etc. adequados) e que possuem as qualidades daquelas doenças (que são facilmente curáveis) são *Yāpyā* (controláveis). [32.1]

अनुपक्रम एव स्यात्स्थितोऽत्यन्तविपर्यये ।

औत्सुक्यमोहारतिकृद् दृष्टरिष्टोऽक्षनाशनः ॥३३॥

As doenças que possuem características inteiramente opostas (daquelas que são curáveis), que permanecem longo tempo (envolvendo todos os tecidos importantes e os órgãos vitais), que produzem ansiedade (medo de morrer), delírio e insônia; aquelas que apresentam sinais fatais e que causam perda dos órgãos sensoriais (funções sensoriais) são *Anupākrama* (doenças que não

requerem tratamento, que são adequadas para serem rejeitadas, que evidentemente levarão à morte). [33.2-33.1]

त्यजेदार्ते भिषग्भूपैद्विष्टं तेषां द्विषं द्विषम् ।
हीनोपकरणं व्यग्रमदिधेयं गतायुषम् ॥३४॥
चण्डं शोकातुरं भीरुं कृतघ्नं वैद्यमानिनम् ।

O médico deve rejeitar o paciente (recusar-se a tratar) que seja odiado pelo médico e pelo rei (ou governante) e que os odeie; que odeie a si mesmo (deprimido); que não tenha os equipamentos e outras facilidades necessárias para o tratamento, que seja ocupado com outras atividades (não possuindo a atenção, o relaxamento, etc., necessários ao tratamento); que seja desobediente (ao médico); cuja vida esteja chegando ao fim; que possua mente maldosa (violenta, destrutiva); que esteja sendo acometido por grande agonia e muito medo; que seja ingrato e que se considere um médico (quanto a querer decidir sobre drogas, terapias, alimentos, atividades, etc.). [33.1-34]

Adhyāya sangraha (capítulos do tratado) [35-48]

तन्त्रस्यास्य परं चातो वक्ष्यतेऽध्यायसङ्ग्रहः ॥३५॥

A seguir serão enumerados os (nomes dos) capítulos que compõem este tratado:

आयुष्कामदिनत्वींहारोगानुत्पादनद्रवाः ।
अन्नज्ञानान्नसंरक्षामात्राद्रव्यरसाश्रयाः ॥३६॥
दोषादिज्ञानतद्भेदतच्चिकित्साद्युपक्रमाः ।
शुद्ध्यादिस्नेहनस्वेदरेकास्थापननावनम् ॥३७॥
धूमगण्डूषट्कसेकतृप्तित्रयत्रकशस्त्रकम् ।
शिराविधिः शल्यविधिः शस्त्रक्षाराग्निकर्मिकौ ॥३८॥
सूत्रस्थानमिमेऽध्यायास्त्रिंशत्

Os trinta capítulos que formam o *Sūtrasthāna* são:

1. *Āyuskāmīya* (O desejo por uma longa vida);
2. *Dinacaryā* (Conduta diária);
3. *Rtucaryā* (Conduta nas estações do ano);
4. *Rogānutpādanīya* (Prevenção das doenças);
5. *Dravadravya vijñānīya* (Conhecimento das substâncias líquidas);

6. *Annasvarūpa vijñānīya* (Conhecimento da natureza dos alimentos);
7. *Annaraksā* (Proteção do alimento);
8. *Mātrāśītīya* (Determinação da quantidade de alimentos);
9. *Dravyādi vijñānīya* (Conhecimento das substâncias, etc.);
10. *Rasabhedīya* (Classificação dos sabores);
11. *Doshādi vijñānīya* (Conhecimento dos *doshas*, etc.);
12. *Doshabhedīya* (Classificação dos *doshas*, etc.);
13. *Doshapakramanīya* (Tratamento dos *doshas*);
14. *Dvividohpakramanīya adhyāya* (Os dois tipos de tratamentos);
15. *Śodhanādi gana sangraha* (Grupo de drogas para purificação, etc.);
16. *Sneha vidhi* (Terapia de oleação);
17. *Svedavidhi* (Terapia de sudorificação);
18. *Vamana virecana vidhi* (Terapias emética e de purgação);
19. *Bastividhi* (Terapia com enema);
20. *Nasya vidhi* (Terapia com medicação nasal);
21. *Dhūma pāna vidhi* (Terapia com inalação de fumaça);
22. *Gaṇḍusādi vidhi* (Terapias com gargarejos e outras);
23. *Āścyotana añjana vidhi* (Terapias com lavagem dos olhos e outras);
24. *Tarpana putapaka vidhi* (Terapias para os olhos);
25. *Yantra vidhi* (Uso de instrumentos e ferramentas penetrantes);
26. *Śastra vidhi* (Uso de instrumentos cortantes, etc.);
27. *Sirāvyadha vidhi* (Venisecção);
28. *Salyāharana vidhi* (Remoção de corpos estranhos);
29. *Śastra karma vidhi* (Procedimentos cirúrgicos); e
30. *Ksārāgnikarma vidhi* (Terapias de cauterização com álcalis e fogo). [35.2-38.2]

शारीरमुच्यते ।

गर्भावक्रान्तिद्वयापदङ्गमर्मेविभागिकम्
विकृतिर्दूतजं षष्ठम्

Os seguintes seis capítulos formam o *Śārīrasthāna*:

1. *Garbhāvakrānti* (Formação do embrião);
2. *Garbhavyāpat* (Doenças da gestante e do recém-nascido);
3. *Aṅgavibhāga* (O corpo humano e suas partes);
4. *Marmavibhāgīya* (Classificação de pontos vulneráveis);
5. *Vīkrtivijñānīya* (Conhecimento dos aspectos de mau prognóstico); e
6. *Dūtādi vijñānīya* (Conhecimento do mensageiro, etc.) [38.3-39.2]

निदानं सार्वरोगिकम् ।
 ज्वरासृक्श्वासयक्ष्मादिमदाद्यर्शोतिसारिणाम् ॥४०॥
 मूत्राघातप्रमेहाणां विद्रभ्याद्युदरस्य च ।
 पाण्डुकुष्ठानिलार्तानां वातास्रस्य च षोडश ॥४१॥

Os dezesseis capítulos a seguir formam o *Nidānasthāna*:

1. *Sarvaroga nidāna* (Causas e métodos diagnósticos de todas as doenças);
2. *Jvara nidāna* (Diagnóstico da febre);
3. *Raktapitta, kāsa nidāna* (Diagnóstico de hemorragias e tosse);
4. *Śvāsa, hidhmā nidāna* (Diagnóstico de dispnéia e soluço);
5. *Rājayaksmādi nidāna* (Diagnóstico de tuberculose, etc.);
6. *Madātyaya nidāna* (Diagnóstico de intoxicação alcoólica);
7. *Arśo nidāna* (Hemorroidas);
8. *Atisāra grahanī roga nidāna* (Diagnóstico de diarreia e doenças duodenais);
9. *Mūtrāghāta nidāna* (Diagnóstico de supressão da urina);
10. *Prameha nidāna* (Diagnóstico de diabetes),
11. *Vidradhi, etc., gulma nidāna* (Diagnóstico de abscessos, hérnia e tumores abdominais);
12. *Udara nidāna* (Diagnóstico de aumento do abdome);
13. *Pānduroga, śopha, visarpa nidāna* (Diagnóstico de anemia, edemas e erisipelas);
14. *Kustha, śvitra, krimi nidāna* (Diagnóstico de hanseníase, leucodermia e vermes);
15. *Vātavyādhi nidāna* (Diagnóstico de doenças causadas por *vāta*, doenças nervosas); e
16. *Vātaśonita nidāna* (Diagnóstico de gota). [39.3-41.1]

चिकित्सितं ज्वरे रक्ते कासे श्वासे च यक्ष्मणि ।
 वमौ मदात्ययेऽर्शःसु, विशि द्वौ, द्वौ च मूत्रिते ॥४२॥
 विद्रघौ गुल्मजठरपाण्डुशोफविसर्पिषु ।
 कुष्ठश्वित्रानिलव्याधिवातास्रेषु चिकित्सितम् ॥४३॥
 द्वाविंशतिरिमेऽध्यायाः

Os seguintes vinte e dois capítulos formam o *Cikitsāsthāna*:

1. *Jvara cikitsā* (Tratamento da febre);
2. *Raktapitta cikitsā* (Tratamento das hemorragias);
3. *Kāsa cikitsā* (Tratamento da tosse);
4. *Śvāsa hidhmā cikitsā* (Tratamento da dispnéia e dos soluços);
5. *Rājayaksmādi cikitsā* (Tratamento da tuberculose, etc.);
6. *Chardi hrdroga trsnā cikitsā* (Tratamento dos vômitos, doenças do coração e sede);
7. *Madātyaya cikitsā* (Tratamento da intoxicação alcoólica, etc.);
8. *Arśas cikitsā* (Tratamento das hemorróidas);
9. *Atīsāra cikitsā* (Tratamento da diarreia);
10. *Grahanī dosha cikitsā* (Tratamento das doenças do duodeno);
11. *Mūtrāghāta cikitsā* (Tratamento da supressão da urina);
12. *Prameha cikitsā* (Tratamento do diabetes);
13. *Vidradhi vrddhi cikitsā* (Tratamento de abscessos e hérnias);
14. *Gulma cikitsā* (Tratamento de tumor abdominal);
15. *Udara cikitsā* (tratamento do aumento do abdome);
16. *Pāndu roga cikitsā* (Tratamento da anemia);
17. *Śvayathu cikitsā* (tratamento do edema);
18. *Visarpa cikitsā* (Tratamento de herpes);
19. *Kustha cikitsā* (Tratamento da hanseníase e outras doenças de pele);
20. *Śvitra krimi cikitsā* (Tratamento da leucodermia e vermes);
21. *Vātavyādhi cikitsā* (Tratamento das doenças causadas por *vāta*, doenças nervosas);
22. *Vātaśonita cikitsā* (Tratamento da gota). [41.2-43.2]

कल्पसिद्धिरतः परम् । ४१

कल्पो चमेविरेकस्य तत्सिद्धिर्वस्तिकल्पना ॥४४॥

सिद्धिर्वस्त्यापदां षष्ठो द्रव्यकल्पः

Os seis capítulos a seguir formam o *Kalpasiddhisthāna*:

1. *Vamana kalpa* (Fórmulas para terapia emética);
2. *Virecana kalpa* (Fórmulas para terapia de purgação);
3. *Vamana vyāpat siddhi* (Procedimento nas complicações das terapias emética e de purgação);
4. *Basti kalpa* (Fórmulas para terapias com enema);
5. *Basti vyāpat siddhi* (Procedimento nas complicações da terapia por enema); e
6. *Dravya kalpa* (Natureza das fórmulas medicinais, etc. ou farmacêutica) [43.3-44.2]

अत उत्तरम् ।

बालोपचारे तद्व्याधौ तद्ग्रहे, द्वौ च भूतगे ॥४५॥

उन्मादेऽथ स्मृतिभ्रंशे, द्वौ द्वौ वर्त्मसु सन्धिषु ।

दृक्तमोलिङ्गनाशेषु त्रयो, द्वौ द्वौ च सर्वगे ॥४६॥

कर्णनासामुखशिरोव्रणे, भङ्गे भगन्दरे ।

ग्रन्थ्यादौ क्षुद्ररोगेषु गुह्यरोगे पृथग्द्वयम् ॥४७॥

धिषे भुजङ्गे कीटेषु मूषकेषु रसायने ।

चत्वारिंशोऽनपत्यानामध्यायो बीजपोषणः ॥४८॥

Estes quarenta capítulos formam o *Uttarasthāna*:

1. *Bālopacaranīya* (Cuidados com as crianças);
2. *Bālāmaya pratisedha* (Prevenção das doenças das crianças);
3. *Bālāgraha pratisedha* (Prevenção dos ataques malignos nas crianças);
4. *Bhūta vijñānīya* (Conhecimento sobre espíritos prejudiciais, etc.);
5. *Bhūta pratisedha* (Afastamento de espíritos prejudiciais);
6. *Unmāda pratisedha* (Prevenção da insanidade);
7. *Apasmāra pratisedha* (Prevenção da epilepsia);
8. *Vartmaroga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças das pálpebras);
9. *Vartmaroga pratisedha* (Tratamento das doenças das pálpebras);
10. *Saṅdhisitāsita roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças da esclera e da córnea);
11. *Saṅdhisitāsita roga pratisedha* (Tratamento das doenças da esclera e da córnea);
12. *Dristiroga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças da visão);
13. *Timira pratisedha* (Tratamento da cegueira);
14. *Liṅganāsa pratisedha* (Tratamento das doenças do cristalino);
15. *Sarvākširoga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças que afetam todo o olho);
16. *Sarvākširoga pratisedha* (Tratamento das doenças que afetam todo o olho);
17. *Karnaroga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças dos ouvidos);
18. *Karnaroga pratisedha* (Tratamento das doenças dos ouvidos);
19. *Nāsā roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças do nariz);
20. *Nāsā roga pratisedha* (Tratamento das doenças do nariz);
21. *Mukha roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças da boca);
22. *Mukha roga pratisedha* (Tratamento das doenças da boca);

23. *Śiro roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças da cabeça);
24. *Śiro roga pratishedha* (Tratamento das doenças da cabeça);
25. *Vrana pratishedha* (Tratamento das úlceras);
26. *Sadyo vrana pratishedha* (Tratamento dos ferimentos traumáticos);
27. *Bhanga pratishedha* (Tratamento das fraturas);
28. *Bhagañdara pratishedha* (Tratamento das fistulas anais);
29. *Grañthi arbuda ślīpada apacī nādī vijñānīya* (Diagnóstico de tumores, câncer, filariose, bócio e ulcerações nos seios da face);
30. *Grañthi arbuda ślīpada apacī nādī pratishedha* (Tratamento de tumores, câncer, filariose, bócio e ulcerações dos seios da face);
31. *Ksudra roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças menores);
32. *Ksudra roga pratishedha* (Tratamento das doenças menores);
33. *Guhya roga vijñānīya* (Diagnóstico das doenças venéreas);
34. *Guhya roga pratishedha* (Tratamento das doenças venéreas);
35. *Visa pratishedha* (Tratamento das doenças causadas por venenos);
36. *Sarpa visa pratishedha* (Tratamento de picadas de cobra);
37. *Kītalūtādi visa pratishedha* (Tratamento de mordidas de mosquitos, aranhas, etc.);
38. *Mūsika alarka visa pratishedha* (Tratamento de mordidas de ratos, cães raivosos, etc.);
39. *Rasāyana vidhi* (Terapias de rejuvenescimento); e
40. *Bījapōsana vidhi* (Nutrição dos tecidos reprodutivos ou terapia afrodisíaca).
[44.3-48]

इत्यध्यायशतं विंशं षड्भिः स्थानैरुदीरितम् ॥४९॥

Estes são os cento e vinte capítulos, divididos em seis seções. [49]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुवाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने आयुष्कामीयो नाम प्रथमोऽध्यायः ॥ १ ॥

Assim termina o primeiro capítulo conhecido como “*Āyuskāmīya* (O desejo de uma longa vida)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahṛdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (1)

CAPÍTULO II

द्वितीयोऽध्यायः ।

DINACARYA ADHYAYA (Conduta na rotina diária)

अथातो दिनचर्याध्यायं व्याख्यास्यामः इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo sobre “*Dinacaryā adhyāya* (Conduta na rotina diária)”. Assim disseram Ātreya e outros grandes sábios.

Prātaruthāna (acordar pela manhã) [1.1]

ब्राह्मे मुहूर्ते उत्तिष्ठेत्स्वस्थो रक्षार्थमायुषः ।

A pessoa saudável deve levantar-se (da cama) durante o *brāhma muhūrta*, para proteger sua vida. [1.1]

As últimas três horas da noite (das 3 às 6 horas) é o período denominado *brāhma muhūrta* porque é o melhor horário para estudar e adquirir *brāhma* ou conhecimento.

Dañtadhāvana (limpeza dos dentes) [1.2-4]

शरीरचिन्तां निर्वर्त्य कृतशौचविधिस्ततः ॥ १ ॥
 अर्कन्यग्रोधखदिरकरञ्जकुभादिजम् ।
 प्रातर्भुक्त्वा च मृद्वग्रं कषायकटुतिक्तकम् ॥ २ ॥
 कनीन्यग्रसमस्थौल्यं प्रगुणं द्वादशाङ्गुलम् ।
 भक्षयेदन्तपवनं दन्तमांसान्यबाधयन् ॥ ३ ॥

Considerando a condição de seu corpo, o indivíduo deve, em seguida, realizar as abluções (após eliminar a urina e as fezes). Depois, ele deve limpar seus dentes com ramos de *arka*, *nyagrodha*, *khadira*, *karañja*, *kakubha*, etc. que são adstringentes, picantes e amargos no sabor; estes (ramos) devem possuir a espessura da extremidade do dedo mínimo, o comprimento de doze *angulās* (medida equivalente à largura do dedo) e devem ser retos. Sua extremidade deve ser desfiada como uma escova macia (através de mastigação) e os dentes devem ser limpos sem machucar as gengivas. [1.2-3]

नाद्यादजीर्णवमथुश्वासकासज्वरार्दिती ।
तृष्णास्यपाकहृन्नेत्रशिरः कर्णामयी च तत् ॥ ४ ॥

As pessoas que sofrem de indigestão, vômitos, dispnéia, tosse, febre, paralisia facial, sede, ulcerações na boca, doenças do coração, dos olhos, da cabeça e dos ouvidos não devem utilizar a escova de dentes (para sua limpeza). [4]

A proibição do uso de escovas de dentes não significa, absolutamente, que estas pessoas não devam limpar seus dentes. Elas devem utilizar ó pó macio de outras drogas ao invés de galhos.

Añjana (colírio para os olhos) [5-6]

सौवीरमञ्जनं नित्यं हितमक्ष्णोस्ततो भजेत् ।

Sauvīrāñjana é bom para os olhos; portanto, deve ser utilizado (como unguento) diariamente. [5.1]

चक्षुस्तेजोमयं तस्य विशेषात् श्लेष्मतो भयम् ॥ ५ ॥
योजयेत्सप्तरात्रेऽस्मात्स्त्रावणार्थं रसाञ्जनम् ।

O olho é repleto de *tejas* (luz) e corre o risco de apresentar problemas, especialmente, por *ślesman* (*kapha*); portanto, uma vez por semana deve ser utilizado *rasāñjana* para drená-lo (*kapha*). [5.2-6.1]

Sauvīrāñjana é o minério de sulfeto de antimônio, disponível como seixos pretos, brilhantes no leito dos rios de Sauvira (atual Afeganistão e Beluchistão). Um tipo de colírio (unguento para os olhos, *kajal*) era preparado a partir deste minério, juntamente com alguns outros produtos derivados de plantas, e utilizado, nos tempos antigos, como medicamento e cosmético. *Rasāñjana* é preparado a partir da decocção de *dāruharidrā* (*Berberis aristata*). É um irritante e costuma produzir muito lacrimejamento.

ततो नावनगरद्रुषधूमताम्बूलभागभवेत् ॥ ६ ॥

Depois, o indivíduo deve fazer uso de *nāvana* (gotas nasais), *gandūsa* (gargarejos), *dhūma* (inalação de fumaça) e *tāmbūla* (mastigação de folhas de bétele). [6.2]

Tāmbūla sevana (mastigação de bétele) [7]

ताम्बूलं क्षतपित्तास्ररूक्षोत्कुपितचक्षुषाम् ।
विषमूर्च्छामदार्तानामपथ्यं शोषिणामपि ॥ ७ ॥

Tāmbūla (mastigação de bétele) não é saudável (é prejudicial) para aqueles que sofrem de ulcerações, sangramentos, secura e hiperemia dos olhos, envenenamento, inconsciência, intoxicação e, também, consumpção. [7]

Tāmbūla (mastigação de bétele ou de *pān*) é um costume antigo em nosso país. Vāgbhata, no *Astāñga sangraha* prescreve duas folhas de bétele, uma noz de areca pequena, pequenas quantidades de calcário (sedimento de carbonato de cálcio) e extrato de *khadira* (conhecido como *kāca*, *katthā*, etc.) como a combinação ideal. Substâncias aromáticas como cardamomo, cravos-da-índia, etc. também são permitidas em outros textos, mas nenhum dos textos antigos mencionam o tabaco, e outras substâncias intoxicantes, para serem misturadas com as folhas de bétele. Este costume de mascar tabaco ou de utilizá-lo de outras formas como aspiração, fumo (de *bidi*, de cigarros, etc.) entrou em voga durante o regime muçulmano na Índia. A mastigação de folhas de bétele, noz de areca, calcário e outras substâncias aromáticas possui propriedades medicinais definidas e portanto, benéficas para a saúde; mascar tabaco juntamente com as folhas de bétele é prejudicial à saúde e é a causa principal de câncer nos lábios, na língua e na garganta.

Abhyañga (massagem com óleo) [8-9]

अभ्यङ्गमाचरेन्नित्यं, स जराश्रमवातहा ।
दृष्टिप्रसादपुष्ट्यायुःस्वप्नसुत्वक्त्वदार्ढ्यकृत् ॥ ८ ॥
शिरःश्रवणपादेषु तं विशेषेण शीलयेत् ।
वज्र्योऽभ्यङ्गः कफग्रस्तकृतसंशुद्धयजीर्णिभिः ॥ ९ ॥

Abhyañga (massagem e banho com óleo) deve ser realizado diariamente, pois interrompe o envelhecimento, o cansaço (e o aumento) de *vāta*; proporciona boa

visão, nutrição ao corpo, longa vida, bom sono e uma pele boa e forte (saudável). Deve ser aplicada especialmente sobre a cabeça, os ouvidos e os pés. Deve ser evitada por pessoas que sofrem de aumento de *kapha*, que acabaram de se submeter à terapia purificadora (como eméticas, purgações, etc.) e que estão sofrendo de indigestão. [8-9]

Abhyañga consiste em untar a cabeça e o corpo com óleo medicinal, massageando-os suavemente, seguido por banho com água morna. É muito benéfico não apenas para as pessoas saudáveis, mas também para aquelas que estão sofrendo de doenças do sistema nervoso, etc.

Vyāyāma (exercícios) [10-14]

लाघवं कर्मसामर्थ्यं दीप्तोऽग्निर्मदसः क्षयः ।
विभक्तघनगात्रत्वं व्यायामादुपजायते ॥१०॥

Leveza (do corpo), capacidade de realizar trabalhos (pesados), potencialização da digestão, depleção (do excesso) de gordura, estabilidade e eminência física resultam de *vyāyāma* (exercícios físicos). [11.1]

वातपित्तामयी बाहो वृद्धोऽजीर्णी च तं त्यजेत् ।

Pessoas que sofrem de doenças de *vāta* e *pitta*; crianças, idosos e aqueles que apresentam indigestão devem evitá-los. [11.2-12.1]

अर्धशक्त्या निषेव्यस्तु बलिभिः स्निग्धभोजिभिः ॥११॥
शीतकाले वसन्ते च, मन्दमेव ततोऽन्यद्वा ।

Pessoas que são fortes e que ingerem excesso de alimentos gordurosos (diariamente) devem fazê-los (exercícios), nas estações frias e na primavera, apenas com a metade de seu vigor (capacidade). Outros (e em outras estações) devem fazê-los suavemente. [12.1]

A metade da capacidade da pessoa é caracterizada pelo aparecimento de transpiração sobre a testa, o nariz, axilas, articulações dos membros e sensação de *secura* na boca.

तं कृत्वाऽनुसुखं देहं मर्दयेच्च समन्ततः ॥१२॥

Após realizá-los (os exercícios), todas as partes do corpo devem ser confortavelmente massageadas. [12.2]

तृष्णा क्षयः प्रतमको रक्तपित्तं श्मः क्लमः ।
अतिव्यायामतः कासो ज्वरश्छर्दिश्च जायते ॥१३॥

Sede, emagrecimento, dispnéia severa (dificuldade ou excesso de respiração), hemorragias, cansaço, sensação de fraqueza (mesmo sem ter feito qualquer trabalho), tosse, febre e vômitos são causados pelo excesso de exercícios. [13]

व्यायामजागराध्वस्त्रीहास्यभाष्यादि साहसम् ।
गजं सिंह इवाकर्षन् भजन्नतिविनश्यति ॥१४॥

Aqueles que se entregam ao excesso de exercícios físicos diariamente, que caminham durante a noite (perdem o sono), que caminham distâncias muito longas, que se entregam às relações sexuais, ao excesso de risadas, de conversas e outras atividades extenuantes perecem, assim como o leão após dominar um elefante. [14]

O leão, apesar de dominar e matar o elefante, morre logo após em virtude do esforço excessivo e conseqüente exaustão a que se submete. Esta analogia é útil para ressaltar a importância de evitar o excesso de exercícios físicos.

Udvardana (massagem) [15]

उद्वर्तनं कफहरं मेदसः प्रविलायनम् ।
स्थिरीकरणमङ्गानां त्वक्प्रसादकरं परम् ॥१५॥

Udvardana (massagem corporal com pós macios e perfumados) alivia *kapha*, liquéfaz a gordura, produz estabilidade (solidez, vigor) das partes do corpo e excelência da pele. [15]

Snāna (banhos) [16-18]

दीपनं वृष्यमायुष्यं क्षानमूर्जाबलप्रदम् ।
कण्डूमलभ्रमस्वेदतन्द्रातृद्धाहपाप्मजित् ॥१६॥

Snāna (banho) favorece o apetite, o vigor sexual, o tempo de vida, a coragem (entusiasmo) e o vigor; remove o prurido, a sujeira, o cansaço, o suor, a letargia, a sede, a sensação de queimação e a falta de virtude. [16]

उष्णाम्बुनाऽधःकायस्य परिषेको बलावहः ।
तेनैव तूत्तमाङ्गस्य बलहृत्केशचक्षुषाम् ॥१७॥

Escorrer água morna sobre o corpo proporciona vigor, mas a mesma sobre a cabeça produz perda do vigor dos cabelos e dos olhos. [17]

स्नानमर्दितनेत्रास्यकर्णरोगातिसारिषु ।
आध्मानपीनसाजीर्णभुक्तवत्सु च गर्हितम् ॥१८॥

O banho é contra-indicado para aqueles que sofrem de paralisia facial, doenças dos olhos, da boca e dos ouvidos, diarreia, flatulência, *pīnasa* (secreção de líquido de odor fétido do nariz), indigestão e para aqueles que acabaram de se alimentar. [18]

Sadvrta (boa conduta) [19-48]

जीर्णे हितं मितं चाद्यान्न वेगानीरयेद्बलात् ।
न वेगितोऽन्यकार्यः स्यान्नाजित्वा साध्यमामयम् ॥१९॥

A pessoa deve ingerir os alimentos depois da digestão (da refeição anterior); estes alimentos devem ser saudáveis (para ela) e a quantidade deve ser limitada; as necessidades do corpo não devem ser forçadas para que se iniciem (prematuramente); a pessoa não deve se dedicar a outro trabalho quando as necessidades se tornam evidentes; não se deve fazer nada (administrar drogas, terapias, etc.) sem tratar as doenças curáveis (primeiramente). [19]

सुखार्थाः सर्वभूतानां मताः सर्वाः प्रवृत्तयः ।
सुखं च न विना धर्मात्तस्माद्धर्मपरो भवेत् ॥२०॥

Todas as atividades (humanas) têm como objetivo a felicidade de todos os seres vivos; tal felicidade está baseada no *dharma* (conduta moral correta, retidão); portanto, todas as pessoas devem adotar (seguir) sempre a retidão (caráter íntegro). [20]

भक्त्या कल्याणमित्राणि सेवेतेतरदूरगः ।

Os amigos devem ser tratados com afeição e boas ações (atitudes benéficas), enquanto as outras pessoas (inimigos, pessoas mal intencionadas, maldosas) devem ser mantidas à distância. [21.1]

हिंसास्तेयान्यथाकामं पैशुन्यं परुषानृते ॥२१॥
 सम्भिन्नालापं व्यापादमभिध्यां दृग्विपर्ययम् ।
 पापं कर्मति दशधा कायवाङ्मानसैस्त्यजेत् ॥२२॥

Himsā (provocar ferimentos, torturar, etc.), *steyā* (roubar, furtar), *anyathākāma* (praticar atividades sexuais ilícitas), *paiśunya* (falar de forma áspera ou abusiva), *anrta vacana* (insultar, mentir), *sambhinna ālāpa* (falar causando divergência, separação, ruptura em uma associação), *vyāpāda* (discutir, ter intenção de prejudicar), *abhidyā* (inveja, intolerância às coisas boas dos outros) e *drgvi-paryayā* (encontrar falhas, compreender incorretamente, ser infiel, etc. para com as escrituras, para com os mais velhos, etc.) – estas dez atitudes não-virtuosas, pertencentes ao corpo, à fala e à mente, devem ser evitadas. [21.2-22]

Destas dez ações não-virtuosas, as primeiras três (*himsā*, *steyā* e *anyathākāma*) pertencem ao corpo, as outras quatro (*paiśunya*, *anrta vacana*, *sambhinna ālāpa* e *vyāpāda*) pertencem à fala e as três últimas (*abhidyā* e *drgvi-paryayā*) pertencem à mente.

अवृत्तिव्याधिशोकार्ताननुवर्तेत शक्तिः ।

Aqueles que não possuem meios para a sobrevivência, que estão acometidos por doenças e que estão afetados pela tristeza devem ser ajudados (a vencer seus problemas) até o limite máximo. [23.1]

धात्मवत्सततं पश्येदपि कीटपिपीलिकम् ॥२३॥

Mesmo os insetos e formigas devem ser tratados (com compaixão e bondade, como se fossem iguais). [23.2]

अर्चयेद्देवगोविप्रवृद्धवैद्यनृपातिथीन्

Deuses, vacas, *brāhmanas*, pessoas mais velhas, o médico, o rei e os convidados devem ser adorados. [24.1]

विमुखान्नार्थिनः कुर्यान्नावमन्येत नाक्षिपेत् ॥२४॥

Mendigos não devem ser desapontados, maltratados, ofendidos ou censurados. [24.2]

उपकारप्रधानः स्यादुपकारपरेऽप्यरौ ।
सम्पद्विपत्स्वेकमना, हेतावीर्यत्फले न तु ॥२५॥

A pessoa deve estar disposta a ajudar, até os seus inimigos, mesmo que eles não a ajudem. A pessoa deve manter a mente unidirecionada (mente equilibrada) durante (o período de) riqueza, assim como durante (o período de) calamidade. A pessoa deve invejar a causa (da riqueza, da felicidade, do bem-estar, etc. de outros) mas não deve invejar o efeito (o dinheiro, a felicidade, etc.) [25]

काले हितं मितं ब्रूयादविसंवादि पेशलम् ।

A pessoa deve se expressar apropriadamente à ocasião, com palavras que sejam boas, breves, que não sejam falsas e que sejam agradáveis. [26.1]

पूर्वाभिभाषी, सुमुखः सुशीलः करुणामृदुः ॥२६॥
नैकः सुखी, न सर्वत्र विश्रब्धो, न च शङ्कितः ।
न कश्चिदात्मनः शत्रुं नात्मानं कस्यचिद्रिपुम् ॥२७॥
प्रकाशयेन्नापमानं न च निःस्नेहतां प्रभोः ।

A pessoa deve dar início a uma conversação (com outras pessoas), à princípio, com a expressão agradável; deve ser virtuosa, gentil e suave (moderada); não deve ficar confortável e feliz sozinha (deve fazer com que os outros também fiquem como ela está); não deve acreditar em todos nem suspeitar de cada um; não deve revelar que um indivíduo é seu inimigo e que um determinado indivíduo é inimigo de quaisquer outras pessoas; não deve tornar público os insultos que ele fez; e não deve tornar público os desafetos com relação ao mestre (seus próprios insultos ao seu mestre ou vice-versa). [26.2-28.1]

जनस्याशयमालक्ष्य यो यथा परितुष्यति ॥२८॥
तं तथैवानुवर्तेत पराराधनपण्डितः ।

Tendo em mente a natureza das pessoas, deve-se lidar com elas da maneira que melhor as agradem, tornando-se hábil na arte de adorar aos outros. [28.2-29.1]

न पीडयेदिन्द्रियाणि न चैतान्यतिलालयेत् ॥२९॥

Os órgãos dos sentidos não devem ser forçados (irritados) de forma excessiva, mas também não devem ser afagados e acariciados em excesso. [29.2]

त्रिवर्गशून्यं नारम्भं भजेत्तं चाविरोधयन् ।

Não se deve dedicar a ocupações que sejam desprovidas dos três objetivos (*dharma* ou retidão; *artha* ou riqueza e *kāma* ou prazer); deve ocupar-se sim com trabalhos que não sejam contrários aos mesmos (*dharma* e *kāma*). [30.1]

अनुयायात्प्रतिपदं सर्वधर्मेषु मध्यमाम् ॥३०॥

Em todos os negócios (atividades), deve-se adotar apenas o caminho intermediário (evitando os extremos). [30.2]

**नीचरोमनखश्मश्रुनिर्मलाङ्घ्रिमलायनः ।
स्नानशीलः सुसुरभिः सुवेषोऽनुलवणोज्ज्वलः ॥३१॥**

A pessoa deve cortar seu cabelo, suas unhas e bigodes (não deve permitir que eles cresçam), deve conservar seus pés e orifícios de saída de materiais residuais (ouvidos, nariz, olhos, uretra e ânus) limpos; deve tomar banho diariamente, colocar perfumes e boas roupas que não sejam supérfluas, mas de aparência agradável. [31]

**धारयेत्सततं रत्नसिद्धमन्त्रमहौषधीः ।
सातपत्रपदत्राणो विचरेद्युगमात्रदृक् ॥३२॥
निशि चात्ययिके कार्ये दण्डी मौली सहायवान् ।**

A pessoa deve usar sempre pedras preciosas, hinos poderosos e ervas (conservando-os dentro de amuletos) sobre (o corpo); a pessoa deve caminhar levando sempre uma sombrinha, protegendo os pés e olhando para uma distância de quatro braços à sua frente. No caso de trabalho urgente à noite, a pessoa deve estar equipada com um bastão, touca e um assistente. [32-33.1]

**चैत्यपूज्यध्वजाशस्तच्छायाभस्मतुषाशुचीन् ॥३३॥
नाक्रामेच्छर्करालोष्टवलिस्नानभुवो न च ।**

A pessoa não deve invadir (pisar, colocar os pés, atravessar, ocupar) a sombra de uma árvore sagrada sobre as quais residem divindades (ou um santuário

budista), a sombra de materiais (ou homens) de culto, de bandeiras ou coisas não santificadas, montes de cinzas, cascas e sujeira (excretas, etc.), dunas de areia, pedras, locais de *bali* (oferendas aos deuses, aos demônios, etc.) e de banhos. [33.2-34.1]

नदीं तरेन्न बाहुभ्यां, नाग्निस्कन्धमभिव्रजेत् ॥३४॥
सन्दिग्धनावं वृक्षं च नारोहेद्दुष्टयानवत् ।

Não se deve atravessar um rio nadando a braçadas, não se deve caminhar de frente para o fogo intenso, não se deve viajar em uma embarcação perigosa, nem escalar uma árvore de vigor duvidoso ou dirigir um veículo em más condições. [34.2-35.1]

नासंवृतमुखः कुर्यात्क्षुतिहास्यविजृम्भणम् ॥३५॥

Não se deve espirrar, gargalhar ou bocejar sem cobrir a boca. [35.2]

नासिकां न विकुष्णीयान्नाकस्माद्विलिखेद्भ्रुवम् ।
नाङ्गैश्चेष्टेत विगुणं, नासीतोत्कटकश्चिरम् ॥३६॥

Não se deve assoar o nariz (exceto para retirar a secreção); não se deve arranhar o chão sem qualquer razão; nem fazer movimentos feios com as partes do corpo e não sentar sobre seus próprios calcanhares por longo tempo. [36]

देहवाक्चेतसां चेष्टाः प्राक् श्रमाद्विनिवर्तयेत् ।
नोर्ध्वजानुश्चिरं तिष्ठेत्

A pessoa deve interromper as atividades do corpo, da fala e da mente antes de se tornar exausta; não deve conservar seus joelhos para cima durante longos períodos (permanecer ereto com as pernas dobradas sobre os joelhos quando estiver deitado ou permanecer em pé sobre as mãos, conservando as pernas para cima, etc.) [37]

नक्तं सेवेत न द्रुमम् ॥३७॥
तथा चत्वरचैत्यान्तश्चतुष्पथसुरालयान् ।
सूनाटवीशून्यगृहश्मशानानि दिवाऽपि न ॥३८॥

A pessoa não deve passar a noite sobre árvores, em locais que sejam encontro de três ruas (ou em locais onde as pessoas se reúnem para recreação), nos arredores de uma árvore sagrada (ou de um santuário budista), em locais que sejam encontro de quatro ruas e um templo (casa de deus). Não se deve morar, nem durante o dia, em um local que seja abatedouro, em uma floresta, em uma casa assombrada e em solos que servem para sepultamento. [38]

सर्वथेक्षेत नादित्यं, न भारं शिरसा बहेत् ।
नेक्षेत प्रततं सूक्ष्मं दीप्तामेध्याप्रियाणि च ॥३९॥

Não se deve olhar fixamente para o sol por longo tempo, não se deve carregar peso em excesso sobre a cabeça, não se deve olhar continuamente para objetos que sejam minúsculos, brilhantes, sujos e desagradáveis. [39]

मद्यविक्रयसन्धानदानादानानि नाचरेत् ।

A pessoa não deve se dedicar à venda, à fabricação, à livre distribuição ou receber (pessoas para beber) vinho. [40.1]

पुरोवातातपरजस्तुषारपरुषानिलान् ॥४०॥
अनृजुः क्षवथूद्गारकासस्वप्राज्ञमैथुनम् ।
कूलछायां नृपद्विष्टं व्यालदंष्ट्रिविपाणिनः ॥४१॥
हीनानार्यातिनिपुणसेवां विग्रहमुत्तमैः ।
सन्ध्यास्वभ्यवहारस्त्रीस्वप्राध्ययनचिन्तनम् ॥४२॥
शत्रुसत्रगणाकीर्णगणिकापणिकाशनम् ।
गाक्त्रवक्रनखैर्वाद्यं हस्तकेशावधूननम् ॥४३॥
तोयाग्निपूज्यमध्येन यानं धूमं शवाश्रयम् ।
मद्यातिसर्क्ति विभ्रम्भस्वातन्त्र्ये स्त्रीषु च त्यजेत् ॥४४॥

A pessoa deve evitar correntes de ar, a luz do sol, a poeira, a neve (orvalho), ventos fortes (furacões, etc.), diretamente; não se deve espirrar, arrotar, tossir, dormir, jantar ou manter relações sexuais em posturas inadequadas. Deve-se evitar a sombra de andaimes, locais detestados pelo rei (ou pelo governante), a companhia de animais selvagens, de animais que picam e que possuem chifres, ou a companhia de homens sovinas, mal-intencionados (pouco civilizados) e de pessoas muito inteligentes. Deve-se evitar discutir com homens bons. A pessoa

deve evitar ingerir alimentos, manter relações sexuais, dormir, estudar e fazer resumos nos dois *sandhyās* (o horário de encontro da noite com o alvorecer e do entardecer com a noite). Deve-se evitar o alimento fornecido por inimigos, fornecido durante cerimônias de sacrifícios (aqueles oferecidos por grande número de doadores de diferentes castas), que foram dados por prostitutas e mercadores. A pessoa não deve produzir sons com as partes do corpo, com a boca e as unhas, nem sacudir as mãos e os cabelos. A pessoa não deve se mover entre dois (recipientes de) água e de fogo e o venerador. Deve-se evitar o vapor que emana de um cadáver e a excessiva indulgência ao vinho (bebidas), na crença e na independência das mulheres. [40.2-44]

आचार्यः सर्वचेष्टासु लोक एव हि धीमतः ।
अनुकुर्यात्तमेवातो लौकिकेऽर्थे परीक्षकः ॥४५॥

Para uma pessoa inteligente, o mundo inteiro é um professor, portanto, deve-se imitar o mundo após cuidadosa consideração dos significados (e efeitos) de tais ações. [45]

भार्द्रसन्तानता त्यागः कायवाक्चेतसां दमः ।
स्वार्थबुद्धिः परार्थेषु पर्याप्तमिति सद्ब्रतम् ॥४६॥

Compaixão por todos os seres vivos, doar presentes, controlar as atividades do corpo, da fala e da mente, sentir amor-próprio com relação aos interesses dos outros (cuidar dos interesses dos outros como os seus próprios), estas são as regras adequadas da boa conduta (conduta moral). [46]

नक्तंदिनानि मे यान्ति कथम्भूतस्य सम्प्रति ।
दुःखभाङ्गं भवत्येवं नित्यं सन्निहितस्मृतिः ॥४७॥

Aquele que pensa (revê, examina), constantemente, como passou o dia e a noite (e apenas então adota o caminho correto) nunca se tornará vítima da tristeza. [47]

इत्याचारः समासेन, यं प्राप्नोति समाचरन् ।
आयुरारोग्यमैश्वर्यं यशो लोकांश्च शाश्वतान् ॥४८॥

Assim, estão enumeradas, de forma resumida, as regras da boa conduta. Aquele que a adota (certamente) alcançará a longevidade, a saúde, a riqueza, a reputação e também o mundo eterno. [48]

Estas são apenas algumas poucas regras de conduta correta. Muitas, além destas, estão enunciadas nos textos do *Dharmaśāstra* e devem ser consultadas para maiores detalhes; alguns dos conselhos ainda são seguidos na prática, outros já desapareceram. Com o passar dos séculos, muitas mudanças ocorreram em todos os aspectos sociais, políticos, religiosos, filosóficos, étnicos, etc. Alguns dos preceitos e práticas, importantes e benéficos no passado, podem ser irrelevantes e até mesmo prejudiciais para os dias de hoje, enquanto outros continuam a ser importantes em todas as épocas. O espírito e os princípios da saúde atrás de cada regra de conduta correta devem ser considerados como relevantes e seguidos, se necessário, com mudanças adequadas. Elas não devem ser praticadas cegamente como rituais rotineiros, deve haver ponderação para seleccionar a conduta ideal, aquela que precisa ser seguida naquele momento e não a total adoção ou a cega rejeição.

**इति श्रीवद्यपतिरसिंहगुप्तसुनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने दिनचर्या नाम द्वितीयोऽध्यायः ॥ २ ॥**

Assim termina o segundo capítulo conhecido como “*Dinacaryā* (Conduta diária)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (II)

CAPÍTULO III

तृतीयोऽध्यायः ।

RTUCARYA ADHYAYA

(Conduta sazonal)

अथात ऋतुचर्याध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo “*Rtucaryā* (Conduta sazonal)”. Assim disseram Ātreya e outros grandes sábios.

Sadrtus (as seis estações) [1-2]

मासैद्विसंख्यैर्माघाद्यैः क्रमात् षड्रतवः स्मृताः ।

शिशिरोऽथ वसन्तश्च ग्रीष्मो वर्षाशरद्धिमाः ॥ १ ॥

शिशिराद्यास्त्रिभिस्तैस्तु विद्यादयनमुत्तरम् ।

आदानं च, तदादत्ते नृणां प्रतिदिनं बलम् ॥ २ ॥

Existem seis *rtus* (estações) sucessivas com dois *māsa* (meses) cada, começando com *māgha*: *śīśira*, *vasanta*, *grīśma*, *varsā* e *hima* (*hemanta*). As primeiras três, começando com *śīśira* (*śīśira*, *vasanta* e *grīśma*), formam o *Uttarayana* (solstício setentrional⁴⁶); também conhecido como *Ādanā kāla*, porque o sol tira o vigor das pessoas diariamente. [1-2]

⁴⁶ N. do T.: No hemisfério sul, o solstício setentrional ocorre nos dias 22 ou 23 de Junho e corresponde ao solstício de inverno. O solstício meridional ocorre nos dias 22 ou 23 de Dezembro e corresponde ao solstício de verão.

Os meses e estações podem ser explicados com a seguinte tabela:

As três <i>rtus</i> (estações) abaixo constituem o <i>Uttarayana</i> (solstício boreal) ou <i>Ādanā kāla</i> (período de enfraquecimento)	
<i>Māgha</i> e <i>Phālguna</i> (meio de Janeiro até meio de Março)	<i>Śīsira rtu</i> (Estação fria, fresca)
<i>Caitra</i> e <i>Vaiśākha</i> (meio de Março até maio de Maio)	<i>Vasanta rtu</i> (Primavera)
<i>Jyestha</i> e <i>Āsādha</i> (meio de Maio até meio de Julho)	<i>Grīśma rtu</i> (Verão)
Estas três estações constituem <i>Daksināyana</i> (solstício austral) ou <i>Visarga kāla</i> (período de fortalecimento)	
<i>Śrāvana</i> e <i>Bhādrapada</i> (meio de Julho até meio de Setembro)	<i>Varsā rtu</i> (Estação chuvosa)
<i>Āśvayuja</i> e <i>Kārtika</i> (meio de Setembro até meio de Novembro)	<i>Śarat rtu</i> (Outono)
<i>Mārgaśīrsa</i> e <i>Pausa</i> (meio de Novembro até meio de Janeiro)	<i>Hemanta rtu</i> (Inverno) ⁴⁷

Uttarayana (solstício boreal) [3-4]

तस्मिन् ह्यत्यर्थतीक्ष्णोष्णरूक्षा मार्गस्वभावतः ।
 आदित्यपवनाः सौम्यान् क्षपयन्ति गुणान् भुवः ॥ ३ ॥
 तिक्तः कषायः कटुको बलिनोऽत्र रसाः क्रमात् ।
 तस्मादादानमाग्नेयम्

Devido à natureza de sua trajetória, tanto o sol como o vento tornam-se muito fortes (poderosos) e secos durante este *ayana* (*Uttarayana*) e retiram todas as

⁴⁷ Tabela para o Hemisfério Sul

<i>Uttarayana</i> (<i>Adana kāla</i> ou Período de Desidratação)	1. <i>Śīsira</i> (final do Inverno)	<i>I. Māgha</i>	1. Junho-Julho
		<i>II. Phālguna</i>	2. Julho-Agosto
	2. <i>Vasanta</i> (Primavera)	<i>I. Caitra</i>	3. Agosto-Setembro
		<i>II. Vaiśākha</i>	4. Setembro-Outubro
	3. <i>Grīśma</i> (Verão)	<i>I. Jyestha</i>	5. Outubro-Novembro
		<i>II. Āsādha</i>	6. Novembro-Dezembro
<i>Daksināyana</i> (<i>Visarga kāla</i> ou Período de Hidratação)	1. <i>Varsā</i> (estação chuvosa)	<i>I. Śrāvana</i>	7. Dezembro-Janeiro
		<i>II. Bhādrapada</i>	8. Janeiro-Fevereiro
	2. <i>Śarat</i> (Outono)	<i>I. Āśvayuja</i>	9. Fevereiro-Março
		<i>II. Kārtika</i>	10. Março-Abril
	3. <i>Hemanta</i> (começo do Inverno)	<i>I. Mārgaśīrsa</i>	11. Abril-Maio
		<i>II. Pausa</i>	12. Maio-Junho

qualidades frias da terra. Os sabores *tikta* (amargo), *kasāya* (adstringente) e *katuka* (picante) são fortalecidos, respectivamente (nos três *rtus* sucessivos), portanto, este *Adana kāla* é *āgneya* (possui natureza semelhante ao fogo). [3-4]

Tikta (amargo) é forte em *śiśira* (estação fria, Inverno), *kasaya* (adstringente) é forte em *vasanta* (Primavera) e *katu* (sabor picante) é forte em *grīśma* (Verão).

Daksināyana (solstício austral) [5-6]

ऋतवो दक्षिणायनम् ॥ ४ ॥
 वर्षादयो विसर्गश्च यद्वलं विसृजत्ययम् ।
 सौम्यत्वादत्र सोमो हि बलवान् हीयते रविः ॥ ५ ॥
 मेघवृष्टयनिलैः शीतैः शान्ततापे महीतले ।
 क्षिग्धाश्चेहाम्ललवणमधुरा बलिनो रसाः ॥ ६ ॥

Os três *rtus* começam com *varsā* (*varsā*, *śarat* e *hemanta*) e formam o *Daksināyana* (solstício austral) ou *visarga kāla* (período no qual o sol liberta o vigor das pessoas). Como a lua está mais poderosa e o sol perde seu vigor, a terra resfria-se do calor do sol, em decorrência (como efeito) das nuvens, da chuva e do vento frio. Os sabores oleosos *amla* (azedo), *lavana* (salgado) e *madhura* (doce) são poderosos, respectivamente, durante este período. [5-6]

Amla (azedo) é forte durante *varsā* (estação chuvosa), *lavana* (salgado) é forte durante *śarat* (Outono) e *madhura* (doce) é forte durante *hemanta* (Inverno).

शीतेऽग्र्यं वृष्टिर्मेऽल्पं बलं मध्यं तु शेषयोः ।

Em *śīta kāla* (estação fria abrangendo *hemanta* e *śiśira*, isto é, inverno e estações frescas) o vigor do indivíduo será máximo. Durante *vrsti* e *gharma* (estações quentes e chuvosas, abrangendo *varsā* e *grīśma rtus*) o vigor será fraco (mínimo) e nas estações restantes, será intermediário (moderado). [7.1]

Hemanta rtucaryū (conduta durante o inverno) [7.2-16]

बलिनः शीतसंरोधाद्धेमन्ते प्रबलोऽनलः ॥ ७ ॥
 भवत्यल्पेन्धनो धातून् स पचेद्वायुनेरितः ।
 अतो हिमेऽस्मिन्सेवेत स्वाद्म्ललवणात्रसान् ॥ ८ ॥

Em *hemanta*, as pessoas são fortes, o *anala* (fogo no trato alimentar, ou atividade digestiva) torna-se poderoso porque é obstruído (impedido de se dispersar) pelo frio (na atmosfera). Ele começa a digerir os tecidos (do corpo), auxiliado por *vāyu* (*vāta* do corpo); portanto, em *hemanta* (inverno), devem ser utilizadas (substâncias que possuem) sabores doce, azedo e salgado. [7.2-8]

दैर्घ्यान्निशानामेतर्हि प्रातरेव बुभुक्षितः ।
 अन्नशकार्यं सम्भाव्य यथोक्तं शीलयेदनु ॥ ९ ॥
 घातघ्नतैलैरभ्यङ्गं मूर्ध्नि तैलं विमर्दनम् ।
 नियुञ्जं कुशलैः सार्धं पादाघातं च युक्तितः ॥१०॥

Como as noites são mais longas, as pessoas sentem-se famintas (no início da) manhã. Portanto, após realizar as abluções da manhã, as pessoas devem se submeter a condutas como aquelas descritas para *abhyañga* (banhar a cabeça e o corpo com óleo) com um óleo medicinal que possua propriedades que aliviem *vāta*; fazer uso de *mūrdha taila* (banhar a cabeça com grande quantidade de óleo); elas devem massagear suavemente o corpo, devem lutar com lutadores habilidosos empregando metade de seu vigor e aplicar pisadas sobre o corpo (por especialistas nesta arte). [9-10]

कषायापहतस्नेहस्ततः स्नातो यथाविधि ।
 कुङ्कुमेन रुदपेण प्रदिग्धोऽगुरुधूपितः ॥११॥
 रसान् स्निग्धान् पलं पुष्टं गौडमच्छसुरां सुराम् ।
 गोधूमपिष्टमापेक्षुक्षीरोत्थन्निकृतीः शुभाः ॥१२॥
 नवमन्नं वसां तैलं, शौचकार्यं सुखोदकम् ।
 प्रावागजिनकौशेयप्रवेणीकौचवास्तृतम् ॥१३॥
 उष्णस्वभादैर्लघुभिः प्रावृतः शयनं भजेत् ।
 युक्त्याऽर्ककिरणान् स्वेदं पादत्राणं च सर्वदा ॥१४॥

Depois, o óleo (que cobre a cabeça e o corpo) deve ser removido através da limpeza com (decocções, pós, etc.) adstringentes e banhos. Então, deve ser aplicada uma fina pasta (ou pó) de *kunkuma* (*keśara*) e *darpa* (*kasturi*) e o corpo deve ser exposto à fumaça de *aguru*. Deve-se utilizar sopa de carne misturada com gorduras, carne de animais gordos (bem nutridos), vinho preparado com açúcar mascavado indiano, a porção sobrenadante de *surā*, e o próprio *surā*.

Comida preparada com a farinha de trigo, feijão tipo *masa* (*Phaseolus mungo*), produtos da cana-de-açúcar, alimentos preparados com grãos recentemente colhidos, músculos, gorduras e óleos comestíveis devem ser ingeridos como alimentos. Para as abluções deve ser utilizada água morna. Deve ser utilizado durante o sono, um lençol grosso feito de algodão, de couro, de seda, de lã ou de cascas de árvores que sejam leves. A pessoa deve se expor à luz do sol e ao fogo com moderação. Deve-se usar calçados sempre. [11-14]

पीवरोरुस्तनश्रोण्यः समदाः प्रमदाः प्रियाः ।

हरन्ति शीतमुष्णाङ्गयो धूपकुङ्कुमयौवनैः ॥१५॥

Mulheres que possuem coxas, mamas e nádegas bem desenvolvidas, que sejam encantadoras, que estejam alegres com o uso de incensos e perfumes cheirosos, que sejam jovens e, portanto, produzam calor em seu corpo, e que sejam amadas, são capazes de afastar o frio (através de seus abraços, etc.) [15]

अङ्गारतापसन्तप्तगर्भभूवेश्मचारिणः ।

शीतपारुष्यजनितो न दोषो जातु जायते ॥१६॥

Pessoas que passam o tempo residindo em casas aquecidas pelo fogo, no interior de apartamentos cercados por outros, ou em câmaras subterrâneas, não serão acometidas por doenças causadas pelo frio e pela secura. [16]

Śiśira rtucaryā (conduta durante a estação fria) [17]

अयमेव विधिः कार्यः शिशिरेऽपि विशेषतः ।

तदा हि शीतमधिकं रौक्ष्यं चादानकालजम् ॥१७॥

Na estação *śiśira* (estação fria, fresca) a mesma conduta (descrita acima) deve ser adotada mais intensamente, pois durante este período o frio é mais severo e mais seco, sendo estes os efeitos do *Ādāna kāla* (o próximo semestre). [17]

Vasanta rtucaryā (Conduta durante a primavera) [18-26.1]

कफश्चितो हि शिशिरे वसन्तेऽर्काशुतापितः ।

हत्वाऽग्निं कुरुते रोगानतस्तं त्वरया जयेत् ॥१८॥

तीक्ष्णैर्वमननस्याद्यैर्लघुर्लघुक्षैश्च भोजनैः ।

व्यायामोद्धर्तनाघातैर्जित्वा श्लेष्माणमुल्बणम् ॥१९॥

A pessoa deve passar o meio-dia feliz, na companhia de amigos, entretido com jogos agradáveis, passatempos, contando estórias, etc., nas florestas (ou jardins) que possuam a fresca brisa vinda da direção sul, com abundantes reservatórios de água em toda a volta, com a luz do sol fraca ou invisível, a terra coberta com cristais brilhantes, com cucos em todos os lugares, fazendo sons agradáveis e envoltos com jogos de amor, com árvores de diferentes tipos de beleza e flores de perfume doce. [23-25]

गुरुशीतदिवास्वप्नस्निग्धाम्लमधुरांस्त्यजेत्

Os alimentos que são difíceis de digerir e frios, dormir durante o dia, alimentos que são gordurosos, azedos e doces devem ser evitados. [26.1]

Grīśma rtucaryā (conduta durante o verão) [26.2-41.1]

तीक्ष्णांशुरतितीक्ष्णांशुर्ग्रीष्मे संक्षिपतीव यत् ॥२६॥
प्रत्यहं क्षीयते श्लेष्मा तेन वायुश्च वर्धते ।
अतोऽस्मिन्पटुकट्वम्लव्यायामार्ककरांस्त्यजेत् ॥२७॥

Em *grīśma* (verão), os raios de sol tornam-se poderosos, dia após dia, e mostram-se destrutivos (para todas as coisas). *Ślesman* (*kapha*) torna-se reduzido a cada dia e *vāyu* (*vāta*), conseqüentemente, está aumentado. Portanto, nesta estação, o uso de coisas (alimentos) salgadas, picantes e azedas (no sabor) exercícios físicos e a exposição à luz do sol devem ser evitadas. [26.2-27]

भजेन्मधुरमेवान्नं लघु स्निग्धं हिमं द्रवम् ।
सुशीततयसिक्ताङ्गो लिह्यात्सक्तून् सशर्करान् ॥२८॥

Alimentos doces, leves (fáceis de digerir), gordurosos, frios e líquidos devem ser ingeridos, assim como farinha de grãos misturada com água muito fria e açúcar após tomar um banho com água fria. [28]

मद्यं न पेयं, पेयं वा स्वल्पं, सुवह्वारि वा ।
अन्यथा शोषशैथिल्यदाहमोहान् करोति तत् ॥२९॥

Não se deve ingerir *madya* (um tipo de vinho); caso seja muito necessário, ele deve ser ingerido em quantidade mínima ou diluído com grande quantidade de água; do contrário, (se ingerido em grandes quantidades), causará emagrecimento, enfraquecimento, sensação de queimação e delírio. [29]

मध्यदिनेऽर्कतापार्तः स्वप्याद्वारागृहेऽथवा ॥३६॥
पुस्तस्त्रीस्तनहस्तास्यप्रवृत्तोशीरवारिणि ।

O período diurno deve ser passado em florestas com árvores tão altas que alcançam o céu, tais como *śāla*, *tāla*, etc., que obstruem a passagem dos raios quentes do sol, ou em casas em torno das quais existam cachos de flores e uvas penduradas de seus ramos de trepadeira; em local coberto com lençóis de pano arrumados (de forma a ventilar o ar), com água perfumada de aromas doces; cachos de folhas novas e frutas de *cūta* (manga) pendurados em todas as direções; dormir em camas macias preparadas com pétalas de flores de *kadalī*, *kalhāra*, *mrnāla*, etc. com flores totalmente desabrochadas suspensas em todos os lugares; ou então o dia pode ser passado em uma casa refrescada por fontes de água, sendo a água perfumada com *uśīra*, saindo das mamas, mãos e bocas bem torneadas (das estátuas) e assim, afastando o calor do sol. [33.2-37.1]

निशाकरकराकीर्णे सौधपृष्ठे निशासु च ॥३७॥
आसना स्वस्थचित्तस्य चन्दनार्द्रस्य मालिनः ।
निवृत्तकामतन्त्रस्य सुसूक्ष्मतनुवाससः ॥३८॥
जलार्द्रास्तालवृन्तानि विस्तृताः पद्मिनीपुटाः ।
उत्क्षेपाश्च मृदूत्क्षेपा जलवर्षिहिमानिलाः ॥३९॥
कर्पूरमल्लिकामाला द्वाराः साहरिचन्दनाः ।
मनोहरकलालापाः शिशवः सारिकाः शुकाः ॥४०॥
मृणालवल्याः कान्ताः प्रोत्फुल्लकमलोज्ज्वलाः ।
जङ्गमा इव पद्मिन्यो हरन्ति दयिताः क्लमम् ॥४१॥

Durante as noites, a pessoa deve dormir no terraço com a boa luz da lua. Com isso, a exaustão (causada pelo calor do dia) da pessoa cuja mente esteja equilibrada será aliviada; deve-se untar o corpo com pasta de *candana*, usar enfeites, evitar atividades sexuais, vestir roupas muito leves e finas; abanar-se com ventiladores feitos de folhas de *tāla* ou com as folhas largas de *padmini* (lírio) umedecidas; aspergir suavemente água fria, enfeites com flores de *karpūra*, *mallikā*, pérolas e glóbulos de *haricandana* (pasta de sândalo branco); crianças, *sārikā* (pássaro *myna*) e *śuka* (periquitos) falando agradavelmente; mulheres bonitas usando braceletes de talos de lótus macio, com flores de lótus em seus cabelos, devem estar se movendo nas proximidades. [37.2-41.1]

Varsa rtucaryā (conduta durante a estação chuvosa) [41.2-48.1]

आदानग्लानवपुषामग्नि सन्नोऽपि सीदति ।
वर्षासु दोषैर्दुष्यन्ति तेऽम्बुलम्बाम्बुदेऽम्बरे ॥४२॥

सतुषारेण मरुता सहसा शीतलेन च ।
भूबाष्पेणाम्लपाकेन मलिनेन च वारिणा ॥४३॥
वह्निनैव च मन्देन, तेष्वित्यन्योऽन्यदूषिषु ।
भजेत्साधारणं सर्वमूष्मणस्तेजनं च यत् ॥४४॥

Em *varsā* (estação chuvosa), o *agni* (atividade digestiva), apesar de enfraquecido no corpo das pessoas e debilitado pelo *Ādanā kāla* (verão), sofre maior redução e torna-se desequilibrado pelos *doshas*. Estes (*doshas*) tornam-se aumentados por (causa das) nuvens suspensas, espessas, cheias de água e pelo vento frio com neve, que sopra repentinamente. A água, suja por causa da chuva, da terra quente e azeda, aliada ao fraco poder da atividade digestiva faz com que os *doshas* comecem a se desequilibrar uns aos outros (causando muitas doenças). Portanto, todos os métodos gerais (que aliviem os *doshas*) e medidas que aumentem a atividade digestiva devem ser adotados. [41.2-44]

आस्थापनं शुद्धतनुर्जीर्णं धान्यं रसान् कृतान् ।
जाङ्गलं पिशितं यूषान् मध्वरिष्टं चिरन्तनम् ॥४५॥
मस्तु सौवर्चलाढ्यं वा पञ्चकोलावचूर्णितम् ।
दिव्य कौपं शृतं चाम्भो भोजनं त्वतिदुर्दिने ॥४६॥
व्यक्ताम्ललवणस्नेहं संशुष्कं क्षौद्रवस्रद्यु ।

Após a realização de terapias purificadoras (*vamana* e *virecana*), deve ser administrada a terapia *asthapana* (decoção na forma de enema). O indivíduo deve utilizar grãos envelhecidos como alimento, caldo de carne processado com especiarias, etc., carne de animais que habitem áreas desérticas, sopa de feijões, vinho preparado com uvas e decoções fermentadas, que estejam envelhecidas, ou então deve-se utilizar *mastu* (soro de leite, água da coalhada) processado com quantidade adicional de *sauvarcala* e pó de *pañcakola*. Deve ser utilizada para beber a água da chuva ou água de poços profundos, bem fervida. No dia em que não houver nenhuma luz do sol, o alimento deve ser predominantemente azedo, salgado, gorduroso e seco, misturado com mel, e de fácil digestão. [45-47.1]

अपादचारी सुरभिः सततं धूपिताम्बरः ॥४७॥
हर्म्यपृष्ठे वसेद्वाष्पशीतशीकरवर्जिते ।

As pessoas não devem andar a pé (devem movimentar-se apenas em veículos), devem utilizar perfumes, expor suas roupas a fumaças perfumadas, habitar os andares superiores da casa, evitar o calor, o frio e a neve. [47.2-48.1]

नदीजलोदमन्थाहःस्वप्नायासातपांस्त्यजेत् ॥४८॥

Deve-se evitar água de rios, *udamantha* (bebida feita com farinha de grãos com *ghee*), dormir durante o dia, realizar esforço e expor-se ao sol. [48.2]

Śarat rtucaryā (conduta durante o outono) [49-57]

वर्षाशीतोचिताङ्गानां सहसैवार्करश्मिभिः ।
तप्तानां सञ्चितं वृष्टौ पित्तं शरदि कुप्यति ॥४९॥
तज्जयाय घृतं तिक्तं दिरेको रक्तमोक्षणम् ।

As pessoas, acostumadas ao frio de *varsa* (estação chuvosa), expõem-se subitamente aos raios quentes do sol e o *pitta*, que foi aumentado em seus corpos durante *varsa* (a estação chuvosa), torna-se muito alterado (aumentado) durante *śarat* (o outono). Para dominar este desequilíbrio, devem ser utilizados *tikta ghṛta* (*ghee* medicinal descrito no tratamento de *kustha*, no capítulo XIX do *Cikitsāsthāna*), terapia de purgação e sangria. [49-50.1]

तिक्तं स्वादु कषायं च क्षुधितोऽन्नं भजेत्तद्यु ॥५०॥
शालिमुद्गं सिताधानीपटोलमधुजाङ्गलम् ।

Quando (muito) faminta, a pessoa deve ingerir alimentos que possuam sabor amargo, doce e adstringente, que sejam de fácil digestão, tais como (arroz) *śāli*, *mudga* (*Phaseolus radiatus*), *sitā* (açúcar), *dhātrī* ou *amalaka*, *patola*, *madhu* (mel) e carne de animais que habitam regiões áridas. [50.2-51-1]

तप्तं तप्तांशुकिरणैः शीतं शीतांशुरश्मिभिः ॥५१॥
समन्तादप्यहोरात्रमगस्त्योदयनिर्विषमं ।
शुचि हंसोदकं नाम निर्मलं मलजिज्जलम् ॥५२॥
नाभिष्यन्दि न वा रूक्षं पानादिष्वमृतोपमम् ।

A água aquecida pelos raios de sol durante o dia e resfriada pelos raios da lua durante a noite, por muitos dias, continuamente; que foi tratada (desintoxicada) pelo aparecimento da estrela *Agastya*; que é pura, não contaminada e capaz de aliviar os *malas (doshas)* é conhecida como *Hamsodaka*. Ela não é *abhisyandhi* (capaz de produzir mais secreções ou umidade no interior dos minúsculos canais de forma a bloqueá-los) nem secativa (capaz de produzir *secura* pela não produção de umidade suficiente nos canais). Tal água é como *amrta* (néctar) e serve para ser bebida e para outros propósitos. [51.2-53.1]

चन्दनोशीरकर्पूरमुक्तास्रग्धसनोज्ज्वलः ॥५३॥
सौधेषु सौधधवलां चन्द्रिकां रजनोमुखे ।

As noites devem ser passadas nos terraços (pintados de) branco das casas; deve-se untar o corpo com a pasta de *candana*, *uśīra* e *karpūra*, usar enfeites com pérolas, vestir roupas brilhantes e apreciar a luz da lua. [53.1-54.2]

तुषारक्षारसौहित्यदधितैलयसातपान् ॥५४॥
तीक्ष्णमद्यदिवास्वप्नपुरोवातान् परित्यजेत् ।

(Nesta estação,) deve-se evitar a exposição à neve (neblina), usar substâncias alcalinas, saciar a fome com refeições substanciosas, usar *dadhi* (coalhadas), *taila* (óleo), *vasā* (gordura de músculos), expor-se à luz do sol e ingerir licores fortes; deve-se evitar dormir durante o dia e expor-se à brisa que vem do leste. [54.2-55.1]

शीते वर्षासु द्याद्यांस्त्रीन् वसन्तेऽन्यान् रसान्भजेत्
स्वादुं निदाघे, शरदि स्वादुतिककषायकान् ।
शरद्वसन्तयो रूक्षं शीतं घर्मघनान्तयोः ॥५६॥
अन्नपानं समासेन विपरीतमतोऽन्यदा ।

Durante *śīta* (*hemanta* e *śīśira*, o inverno e a estação fria) e *varsa* (estação chuvosa), os três primeiros *rasas* (os sabores doce, azedo e salgado) devem ser especialmente utilizados; durante *vasanta* (primavera) devem ser utilizados os últimos três *rasas* (os sabores amargo, picante e adstringente); durante *nidāgha* (verão), utiliza-se especialmente *svādu* (sabor doce); durante o outono, devem ser utilizados *svādu*, *tikta* e *kasāya* (os sabores doce, amargo e adstringente). Os alimentos e as bebidas devem ser secos (sem umidade, sem gordura) durante *śarat* e *vasanta* (outono e primavera); devem ser frios durante *gharma* e

ghanānta (verão e final da estação chuvosa); e o oposto (quente) durante as outras (estações). [55.2-57.1]

नित्यं सर्वरसाभ्यासः स्वस्वाधिक्यमृतावृतौ ॥५७॥

No dia-a-dia, o hábito de empregar todos os (seis) sabores na dieta é o ideal (para a manutenção da saúde), exceto durante certas estações especiais, quando determinados sabores, saudáveis para a respectiva estação, devem ser mais utilizados. [57.2]

Rtusandhi (período entre as estações) [58-59]

ऋत्वोरन्त्यादिसप्ताहावृतुसन्धिरिति स्मृतः ।
तत्र पूर्वो विधिस्त्याज्यः सेवनीयोऽपरः क्रमात् ॥५८॥
असात्म्यजा हि रोगाः स्युः सहसा त्यागशीलनात् ॥५९॥

O período de sete dias no final e no início dos *rtus* (das estações) é conhecido como *Rtusandhi* (período entre as estações). Durante este período, a conduta da estação precedente deve ser gradualmente descontinuada e aquela da estação que a sucede deve ser (gradualmente) adotada; a súbita interrupção ou a súbita adoção dá origem a doenças causadas por *asātmya* (falta de hábito). [58.2-59]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने ऋतुचर्या नाम तृतीयोऽध्यायः ॥ ३ ॥

Assim termina o terceiro capítulo conhecido como “*Rtucaryā* (A conduta nas estações)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (III)

CAPÍTULO IV

चतुर्थोऽध्यायः ।

ROGANUTPADANIYA (A prevenção das doenças)

अथातो रोगानुत्पादनीयाध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo “*Rogānutpādānīya* (A prevenção da origem das doenças)”. Assim disseram o mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Adhāranīya vega (necessidades que não devem ser reprimidas) [1]

वेगान्न धारयेद्वातविण्मूत्रक्षवत्क्षुधाम् ।
निद्राकासश्मश्वसजृम्भाश्रुच्छर्दिरेतसाम् ॥ १ ॥

A necessidade de eliminar flatos, de defecar, de urinar, a sede, a fome, o sono, a tosse, a respiração durante um esforço, o bocejo, vômitos e a eliminação de sêmen não deve ser reprimida (forçosamente, como um hábito). [1]

Adhovāta rodha (supressão da eliminação de flatos) [2]

अधोवातस्य रोधेन गुल्मोदावर्तस्कृक्लमाः ।
वातमूत्रशकृत्सङ्गदृष्टयश्चिवधहृद्गदाः ॥ २ ॥

A supressão da necessidade de eliminar flatos dá origem a tumores abdominais, a movimentos ascendentes no interior do trato alimentar, dor (abdominal), exaustão (mesmo sem esforço físico ou mental), obstrução da eliminação de

flatos, de urina e fezes, perda da visão, perda da capacidade digestiva e doenças do coração. [2]

Purīsa rodha (supressão da evacuação) [3-4.1]

शकृतः पिण्डकोद्वेष्टप्रतिश्यायशिरोरुजः ।
 ऊर्ध्ववायुः परीकर्तो हृदयस्योपरोधनम् ॥ ३ ॥
 मुखेन विट्प्रवृत्तिश्च पूर्वोक्ताश्चामयाः स्मृताः ।

A supressão da necessidade de evacuar dá origem a dor nas panturrilhas, corrimento do nariz, cefaléia, movimentos ascendentes de ar (arrotos), dor cortante no reto, opressão na região do coração, vômitos de fezes e origina as doenças já mencionadas anteriormente (na supressão da eliminação de flatos). [3]

Mutra rodha (supressão da micção) [4.2-7]

अङ्गभङ्गाश्मरीबस्तिमेद्वंक्षणवेदनाः ॥ ४ ॥
 मूत्रस्य रोधात्पूर्वं च प्रायो रोगाः

Em decorrência da supressão da necessidade de urinar, originam-se doenças como dor cortante em todo o corpo, formação de cálculos urinários, dor severa na bexiga, no pênis e na virilha, além das doenças já mencionadas anteriormente (na supressão da eliminação de flatos e fezes). [4.2-5.1]

तदौषधम् ।
 वर्त्यभ्यङ्गावगाहाश्च स्वेदनं बस्तिकर्म च ॥ ५ ॥
 अन्नपानं च विडभेदि विड्रोधोत्थेषु यक्ष्मसु ।
 मूत्रजेषु तु पाने च प्राग्भक्तं शस्यते घृतम् ॥ ६ ॥
 जीर्णान्तिकं चोत्तमया मात्रया योजनाद्वयम् ।
 शयपीडकमेतच्च संज्ञितं,

O tratamento para estas (doenças que surgem da supressão da eliminação de flatos, fezes e urina) consiste da aplicação de supositórios, massagem com óleo e banho de óleo, banho de imersão, de banheira, terapia de sudorificação e enema. Nas doenças causadas pela supressão da eliminação das fezes, são utilizados alimentos e bebidas que auxiliam na eliminação das mesmas (laxantes e

purgativos). Nas doenças causadas pela supressão da eliminação de urina, o ideal é a ingestão de *ghee* (conforme o procedimento descrito na terapia de oleação no capítulo 16) antes do café da manhã. Além disso, está indicada a terapia conhecida como *avapīdaka sneha*, ou seja, a ingestão de uma dose máxima de *ghee* no período final da digestão do alimento, tanto ao meio-dia como à noite. [5-7]

Udgārarodha (supressão do arrote) [8]

धारणात्पुनः ॥ ७ ॥
उद्गारस्यारुचिः कम्पो विवन्धो हृदयोरसोः ।
आध्मानकासहिध्माश्च हिध्मावत्तत्र भेषजम् ॥ ८ ॥

A supressão (da necessidade) de arrotar produz perda do paladar (ou do apetite), tremores, sensação de obstrução (na região) do coração e do peito, flatulência, tosse e soluços e o tratamento para esta condição é semelhante àquele prescrito para a supressão do soluço. [8]

Ksavathurodha (supressão da necessidade de espirrar) [9]

शिरोतीन्द्रियदौर्वल्यमन्यास्तम्भादितं क्षुतेः ।
तीक्ष्णधूमाञ्जनाघ्राणनावनावनार्कविलोकनैः ॥ ९ ॥
प्रवर्तयत्क्षुतिं सक्तां स्नेहस्वेदौ च शीलयेत् ।

Cefaléia, debilidade (falta de penetrância) dos órgãos dos sentidos, rigidez do pescoço (torcicolo) e paralisia facial se originam da supressão da necessidade de espirrar. (O tratamento para esta condição é) induzir ao espirro com inalações (medicinais) fortes, uso de colírio, aspiração, olhar para o sol, etc. e aplicação das terapias de oleação e sudorificação. [9]

Trsārodha (supressão da sede) [10]

शोषाङ्गसाद्वाधिर्यसम्मोहभ्रमहृद्गदाः ॥१०॥
तृष्णाया निग्रहान्तत्र शीतः सर्वो विधिर्हितः ।

A supressão da (necessidade de saciar a) sede dá origem ao emagrecimento, enfraquecimento do corpo, surdez, perda da consciência (delírio), vertigem e doenças do coração. Para esta condição, todos os tipos de procedimentos frios

(ingestão de alimentos, bebidas e banhos frios, o uso de drogas com potência fria, etc.) [10]

Ksudrodha (supressão da fome) [11]

अङ्गभङ्गारुचिग्लानिकार्यशूलभ्रमाः क्षुधः ॥११॥
तत्र योज्यं लघु स्निग्धमुष्णमल्पं च भोजनम् ।

Dores cortantes no corpo, perda do paladar (ou apetite), debilidade, emagrecimento, dor abdominal e vertigem (são resultantes da supressão da necessidade de saciar a fome). Esta condição deve ser tratada com a ingestão de alimentos que sejam facilmente digeríveis, gordurosos, quentes e em pequena quantidade. [11]

Nidrārodha (supressão do sono) [12]

निद्राया मोहमूर्धाक्षिगौरवालस्यजृम्भिकाः ॥१२॥
अङ्गमर्दश्च, तत्रेष्टः स्वप्नः संवाहनानि च ।

A supressão da necessidade de dormir causa delírio, sensação de peso na cabeça e nos olhos, preguiça, excesso de bocejos e dor em aperto em todo o corpo. Um bom sono e massagem suave são ideais para o tratamento. [12]

Kāsarodha (supressão da tosse) [13]

कासस्य रोधात्तद्वृद्धिः श्वासारुचिहृदामयाः ॥१३॥
शोषो हिध्मा च, कार्योऽत्र कासहा सुतरां विधिः ।

A supressão da tosse provoca o seu aumento, dificuldades respiratórias, perda do paladar (ou do apetite), doenças cardíacas, emagrecimento e soluços. Para esta condição, estão indicados todos os tratamentos recomendados para o alívio (ou cura) da tosse. [13]

Śramaśvāsa rodha (supressão do esforço respiratório) [14]

गुल्महृद्रोगसम्मोहाः श्रमश्वासाद्विधारितात् ॥१४॥
हितं विश्रमणं तत्र वातघ्नश्च क्रियाक्रमः ।

Tumores abdominais, doenças cardíacas e delírio resultam da supressão da respiração forçada após atividade que exija esforço. Repousar (não realizar

qualquer atividade física) e terapias que aliviem *vāta* constituem os tratamentos ideais para esta condição. [14]

Jrmbhārodha (supressão da necessidade de bocejar) [15]

जृम्भायाः क्षवद्रोगाः, सर्वश्चानिलजिद्विधिः ॥१५॥

A supressão da necessidade de bocejar leva às mesmas doenças enumeradas no verso sobre a supressão da necessidade de espirrar; o tratamento para ambas as condições são as terapias que aliviam *vāta*. [15]

Āsrurodha (supressão do choro) [16]

पीनसाक्षिशिरोहृद्द्रुङ्गन्यास्तम्भाहचिभ्रमाः ।
सगुल्मा वाप्यतस्तत्र स्वप्नो मद्यं प्रियाः कथाः ॥१६॥

Coriza, dor nos olhos, na cabeça e no coração, rigidez do pescoço, perda do paladar (do apetite), vertigem e tumores abdominais surgem em decorrência da inibição da necessidade de chorar. O tratamento consiste de um bom sono, ingestão de vinho e ouvir estórias agradáveis. [16]

Vamathurodha (supressão da necessidade de vomitar) [17-18]

विसर्पकोठकुष्ठाक्षिकण्डूपाण्ड्वामयज्वराः ।
सकासश्वासहृत्तासव्यङ्गश्वयथवो वमेः ॥१७॥
गण्डूपधूमानाहारा रूक्षं भुक्त्वा तदुद्वमः ।
व्यायामः स्त्रुतिरस्य शस्तं चात्र विरेचनम् ॥१८॥
सक्षारलवणं तैलमभ्यङ्गार्थं च शस्यते ।

Visarpa (herpes), erupções na pele, hanseníase (e outras doenças de pele), irritação dos olhos, palidez (anemia), febres, tosse, opressão no peito (náuseas), manchas pigmentadas sobre a face e edema (inchaços) surgem da supressão da necessidade de vomitar. Procedimentos como gargarejos, inalações, jejum, ingestão de alimentos secos e, posteriormente, a indução ao vômito, exercícios, terapias como sangria e purgações consistem no tratamento. O uso de óleo misturado com substâncias alcalinas e sais é o ideal para a massagem oleosa e banho. [17-18]

Śukrarodha (supressão da necessidade de ejacular) [19-20]

शुक्रान्तस्त्रवणं गुह्यवेदनाश्वयथुज्वराः ॥१९॥
 द्वयथामूत्रसङ्गाङ्गभङ्गवृद्धयश्मषण्डताः ।
 ताम्रचूडसुराशालिवस्त्यभ्यङ्गावगाहनम् ॥२०॥
 वस्तिशुद्धिकरैः सिद्धं भजेत्क्षीरं प्रियाः स्त्रियः ।

A supressão da ejaculação leva à sua eliminação (constante), origina dor e edema nos órgãos genitais, febre, desconforto (na região) do coração, obstrução à micção, dor cortante no corpo, *vrdhi* (hérnia inguinal e escrotal), cálculos urinários e impotência. Esta condição deve ser tratada com a ingestão de alimentos contendo aves, *surā* (cerveja) e arroz, com terapias que envolvem a aplicação de enema, massagem oleosa, banho de imersão (banheira), ingestão de leite processado com drogas que limpam a bexiga; e além disso, o paciente deve amar mulheres (ter relações sexuais). [19-20]

तृट्शूलार्ते त्यजेत् क्षीणं विद्ध्वमं वेगरोधिनम् ॥२१॥

As pessoas que estão habituadas a suprimir as necessidades e que apresentam sede e dor abdominal, emagrecimento e vômitos fecais devem ser rejeitadas. [21]

रोगाः सर्वेऽपि जायन्ते वेगोदीरणधारणैः ।
 निर्दिष्टं साधनं तत्र भूयिष्ठं ये तु तान् प्रति ॥२२॥
 ततश्चानेकधा प्रायः पवनो यत्प्रकुप्यति ।
 अन्नपानौषधं तस्य युञ्जीतातोऽनुलोमनम् ॥२३॥

Todas as doenças se originam da tentativa (forçada) de iniciar (prematuramente) a eliminação assim como da supressão (o controle forçado) das necessidades do corpo.

Para aquelas doenças comuns que se originam destas atitudes, foram enumerados tratamentos específicos. Nos demais distúrbios de diferentes tipos, *vāta* torna-se geralmente aumentado; portanto, eles devem ser tratados com alimentos, bebidas e terapias que limpam as passagens (de *vāta*) e que ajudam em seu movimento descendente. [22-23]

Dhāranīya vega (necessidades que devem ser controladas) [24]

धारयेत् सदा वेगान् हितैषी प्रेत्य चेह च ।
लोभेर्ष्याद्वेषमात्सर्यरागादीनां जितेन्द्रियः ॥२४॥

Aquele que deseja a felicidade agora (nesta vida) e depois (na vida no outro mundo, no além,) deve controlar as necessidades de sentir tristeza, inveja, ódio, ciúme, amor (desejo), etc. e adquirir adequado controle sobre seus órgãos sensoriais. [24]

Śodhana cikitsā praśamsā (importância das terapias de purificação)[25]

यतेत च यथाकालं मलानां शोधनं प्रति ।
अत्यर्थसञ्चितास्ते हि क्रुद्धाः स्युर्जीवितच्छिदः ॥२५॥

Todos os esforços devem ser feitos para eliminar os *malās* (*doshas* e produtos residuais) nos momentos apropriados para sua eliminação. O excesso de acúmulo leva ao seu aumento e até mesmo ao encurtamento da própria vida (ou seja, à morte). [25]

दोषाः कदाचित्कुप्यन्ति जिता लङ्घनपाचनैः ।
ये तु संशोधनैः शुद्धा न तेषां पुनरुद्भवः ॥२६॥

Os *doshas* aliviados através das terapias *langhana* e *pācana* podem, algumas vezes, vir a se tornar aumentados (novamente), mas aqueles que foram eliminados (expelidos) através das terapias *samśodhana* (de purificação) não se tornam aumentados novamente. [26]

यथाक्रमं यथायोगमत ऊर्ध्वं प्रयोजयेत् ।
रसायनानि सिद्धानि वृष्ययोगांश्च कालघित् ॥२७॥

O médico que conhece o momento apropriado para aplicar cada uma destas terapias (*śodhana* ou purificadoras) deve administrá-las seguindo o procedimento correto e na dosagem adequada, e depois administrar apropriadamente os (tônicos) rejuvenescedores e afrodisíacos considerados eficazes. [27]

Bhesajaksapita cikitsā (tratamento para os debilitados pela terapia purificadora) [28-30]

भेषजक्षपिते पथ्यमाहारैर्वृहणं क्रमात् ।
 शालिषष्टिकगोधूममुद्गमांसघृतादिभिः ॥२८॥
 हृद्यदीपनभैषज्यसंयोगाद्रुचिपक्तिदैः ।
 साभ्यङ्गोद्धर्तनस्नाननिरुहस्नेहवस्तिभिः ॥२९॥

Para aqueles que emagreceram (foram debilitados) pelas terapias, o ideal é a ingestão de alimentos nutritivos, como (arroz) *sāli*, *sastika* (arroz que amadurece em sessenta dias), *godhūma* (trigo), *mudga* (*Phaseolus radiatus*), *mamsa* (carne), *ghrta* (*ghee*, manteiga), etc., além de medicamentos que sejam benéficos para o coração (ou mente), que fortaleçam o apetite, combinados para aumentar o sabor e a capacidade digestiva, massagem oleosa (e banho), massagem simples, banhos, terapias de enema com decocção e de enema oleoso. [28-29]

तथा स लभते शर्म सर्वपाचकपाटवम् ।
 धीवर्णेन्द्रियवैमल्यं वृषतां दैर्घ्यमायुषः ॥३०॥

Através destes procedimentos, os pacientes adquirem felicidade (saúde), intensificação de todos os *pākavas* (atividades do corpo que são semelhantes ao fogo), aumento da inteligência, clareza da coloração (compleição) e das percepções sensoriais, aumento do vigor sexual e da longevidade. [30]

Pākava é *agni* ou o agente no corpo que é como o fogo. São de treze tipos, a saber, um *jātharāgni* ou *kosthāgni* (atividade digestiva presente no trato alimentar), cinco *bhūtāgnis* (um para cada um dos *bhūtas*), também presentes no trato alimentar, que auxiliam na digestão do material alimentar e que possuem a predominância dos respectivos *bhūtas*, e sete *dhātvagnis* (um em cada *dhātu* responsável pelo *dhātu parināma* – metabolismo tecidual). A saúde depende da quantidade apropriada, das qualidades e das funções destes *agnis* (atividades semelhantes ao fogo); quaisquer anormalidades dão origem às doenças.

Āganturoga (doenças traumáticas) [31]

ये भूतविषवाय्वग्निक्षतभङ्गादिसम्भवाः ।
 रागद्वेषभयाद्याश्च ते स्युरागन्तवो गदाः ॥३१॥

As doenças produzidas por *bhūtas* (espíritos prejudiciais, bactérias, parasitas, insetos e outros seres vivos), *visa* (venenos), ar (ciclone, tempestade), *agni* (fogo, eletricidade, radiação, etc.), *ksata* (lesões, ferimentos, etc.), *bhaṅga* (fraturas ósseas), etc., assim como aquelas produzidas por *rāga* (desejo, cobiça), *dvesa* (ódio), *bhaya* (medo), etc., todas elas são conhecidas como *āgantū* (doenças que se originam de causas externas). [31]

Sarvaroga sāmānya cikitsā (tratamento geral para todas as doenças) [32-36]

त्यागः प्रज्ञापराधानामिन्द्रियोपशमः स्मृतिः ।
 देशकालात्मविज्ञानं सद्वृत्तस्यानुवर्तनम् ॥३२॥
 अथर्वविहिता शान्तिः प्रतिकूलग्रहार्चनम् ।
 भूताद्यस्पर्शनोपायो निर्दिष्टश्च पृथक् पृथक् ॥३३॥
 अनुत्पत्त्यै समासेन विधिरेषः प्रदर्शितः ।
 निजागन्तुविकाराणामुत्पन्नानां च शान्तये ॥३४॥

Evitar as atividades impróprias (do corpo, da mente e da fala pela transgressão deliberada das regras), controlar os sentidos, lembrar-se de experiências anteriores (e agir corretamente), conhecer a terra (o ambiente), o tempo (a estação, idade) e a si mesmo (e sua importância para a saúde), seguir as regras da boa conduta (moral), realizar rituais conciliadores como prescritos no Atharva veda, dirigidos aos planetas prejudiciais, não tocar (não entrar em contato direto com) os *bhūtas* (espíritos prejudiciais, bactérias, insetos e outras criaturas) – estes são os meios (procedimentos) enumerados aqui, de forma resumida, para prevenir tanto as doenças *nija* (orgânicas) como *āgantū* (traumáticas) e também para curar (ou aliviar) aquelas (doenças) que já se manifestaram. [32-34]

शीतोद्भवं दोषायं वसन्ते विशोधयन् ग्रीष्मजमभ्रकाले ।
 घनात्यये वार्षिकमाशु सम्यक् प्राप्नोति रोगानृतुजात्र जातु ॥३५॥

O acúmulo de *doshas* causado pelo frio (da estação fria) deve ser eliminado durante *vasanta* (primavera); o acúmulo de *doshas* resultante de *grīṣma* (verão) deve ser eliminado durante *abhrakāla* (*varsā*, estação chuvosa); o acúmulo originado em *varsā* (estação chuvosa) será eliminado durante *ghanātyaya* (*śarat*, outono), rápida e efetivamente. Com isto, a pessoa não será acometida por doenças causadas (pelo efeito das) estações. [35]

नित्यं हिताहारविहारसेवी समीक्ष्यकारी विषयेष्वसक्तः ।

दाता समः सत्यपरः क्षमावानाप्तोपसेवी च भवत्यरोगः ॥३६॥

O indivíduo que se alimenta com alimentos saudáveis e se dedica às atividades saudáveis, diariamente, que discrimina (o que é bom e o que é ruim em todas as coisas e depois age sabiamente), que não é (demasiadamente) apegado aos objetos dos sentidos, que desenvolve o hábito da caridade, de considerar todos como iguais (necessitando de tratamento, cuidado), da verdade, do perdão e que conserva apenas a companhia de pessoas boas, torna-se livre de todas as doenças. [36]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने रोगानुत्पादनीयो नाम चतुर्थोऽध्यायः ॥ ४ ॥

Assim termina o quarto capítulo conhecido como “*Rogānutpādānīya* (A prevenção das doenças)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (IV)

CAPÍTULO V

पञ्चमोऽध्यायः

DRAVADRAVYA VIJÑANIYA (O conhecimento dos alimentos líquidos)

अथातो द्रवद्रव्यविज्ञानीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo “*Dravadravya vijñānīya* (O conhecimento da natureza dos alimentos líquidos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

I. *Toya varga* (grupo das águas) [1-20.2]

• *Gangāmbu* (água da chuva) [1-3.1]

जीवनं तर्पणं हृद्यं ह्लादि बुद्धिप्रबोधनम् ।
तन्वव्यक्तरसं स्पृष्टं शीतं लघ्वमृतोपमम् ॥ १ ॥
गङ्गाम्बु नभसो भ्रष्टं स्पृष्टं त्वर्कन्दुमारुतैः ।
हिताहितत्वे तद्भूयो देशकालावपेक्षते ॥ २ ॥

As propriedades de *gangāmbu* (água da chuva), aquela que após cair do céu entra em contato com a luz do sol, a luz da lua e o vento, são: avivamento, saciedade, conforto (saudável) ao coração e à mente, refrescante, estimulante do intelecto, leveza, sabor imperceptível, levemente doce, fria (refrescante), facilmente digerível e seu efeito é como néctar. A presença de propriedades boas ou ruins depende, principalmente, da região e da estação. [1-2]

As propriedades descritas acima são as da água da chuva coletada diretamente em um recipiente limpo, pouco depois do início da chuva, especialmente quando há luz

do sol. Ela deve ser consumida em poucas horas, pois perde suas propriedades através do armazenamento. Não é saudável em todas as estações. A água da chuva em épocas passadas costumava ser pura e, portanto, benéfica para a saúde, o que não ocorre na atualidade. Com o aumento da industrialização, a atmosfera tornou-se contaminada com gases venenosos, fumaça e poeira, de forma que a água da chuva proveniente das nuvens torna-se extremamente poluída. Por esta razão, apenas ouvimos falar, freqüentemente, sobre a chuva ácida, a chuva salgada, a chuva vermelha, etc. O uso de tais águas poluídas provenientes da chuva não são boas para a saúde.

येनाभिवृष्टममलं शाल्यन्नं राजते स्थितम् ।

अक्लिन्नमविवर्णं च तत्पेयं गाङ्गम्

Apenas a água da chuva que faz com que o arroz fervido e conservado em um prato de prata não fique demasiadamente úmido e que não altera sua coloração deve ser considerada boa para beber. [2.2-3.1]

• *Sāmudrāmbu* (água do mar) [3.2-4.1]

अन्यथा ॥ ३ ॥

सामुद्रं, तन्न पातव्यं मासादाश्वयुजाद्विना ।

Todos os outros tipos de água são denominados *sāmudra* (água do mar); elas não devem ser utilizadas para beber, exceto durante *āśvayuja* (outono; setembro-outubro). [3.2-4.1]

Os termos *gangāmbu* (também chamado *aindrāmbu*) e *sāmudrāmbu* significam também água potável (pura, bebível) e não potável (contaminada, imprópria para beber), respectivamente. Durante o mês *āśvayuja* surge *Agastya nakshatra* (a estrela Canopus) e afirma-se que seu surgimento retira as propriedades venenosas da água e outras coisas da terra, e esta é a razão para que seja permitido também o uso de outros tipos de água para beber, durante esta estação.

ऐन्द्रमम्बु सुपात्रस्थमविपन्नं सदा पिबेत् ॥ ४ ॥

तदभावे च भूमिष्ठमान्तरिक्षानुकारि यत् ।

शुचिपृथ्वसितश्वेते देशेऽर्कपवनाहतम् ॥ ५ ॥

A água da chuva, coletada em um recipiente bom (limpo) e que não esteja alterada (na coloração, sabor, tato, etc.) deve sempre ser utilizada para beber. Na sua ausência, pode ser utilizada a água que emerge da terra, que se assemelha à água da chuva (em todas as suas qualidades), coletada de locais que sejam

limpos e vastos, com solo de coloração preta ou branca e exposta à luz do sol e à brisa. [4-5]

• *Dustajala (água contaminada) [6-7]*

न पिवेत्पङ्कशैवालतृणपर्णाविलास्तृतम् ।
 सूर्यन्दुपवनादृष्टमभिवृष्टं घनं गुरु ॥ ६ ॥
 फेनिलं जन्तुमत्तसं दन्तग्राह्यतिशैत्यतः ।
 अनार्तवं च यद्विव्यमार्तवं प्रथमं च यत् ॥ ७ ॥
 लूतादितन्तुविण्मूत्रविषसंश्लेषदूषितम् ।

A água que é suja, misturada com lama, algas, ervas daninhas e folhas, que não fica exposta à luz do sol e ao vento, que é uma mistura de água velha e água fresca, que é grossa, pesada (difícil de ser digerida), espumosa, contendo vermes, quente (por natureza), que causa formigamento nos dentes por ser muito fria, coletada da chuva que cai fora da estação ou a água que, apesar da estação, é recolhida da primeira chuva, (coletada antes do aparecimento de *Agastya naksatra*), que é contaminada com teias, saliva, urina ou fezes de aranha, etc., e outros materiais venenosos não deve ser utilizada para beber. [6-8.1]

• *Nadījala (água de rio) [8.2-13.1]*

पश्चिमोदधिगाः शीघ्रवहा याश्चामलोदकाः ॥ ८ ॥
 पथ्याः समासात्ता नद्यो विपरीतास्त्वतोऽन्यथा ।

Resumidamente, a água dos rios que fluem para dentro do oceano ocidental (mar da Arábia), dos rios que são rápidos e possuem água pura (não contaminada) é boa para a saúde; do contrário, ela é considerada oposta (insalubre). [8.2-9.1]

O termo “do contrário” está indicando a água dos rios que fluem para o oceano oriental (baía de Bengala), de rios que são lentos e cujas águas são contaminadas, esta água é ruim para a saúde.

उपलास्फालनाक्षेपविच्छेदैः खेदितोदकाः ॥ ९ ॥
 हिमवन्मलयोद्भूताः पथ्यास्ता एव च स्थिराः ।
 कृमिस्त्रीपदहृत्कण्ठशिरोरोगान् प्रकुर्वते ॥१०॥

A água dos rios que surgem do Himalaia e das montanhas Malaya, de rios cujas águas são bem agitadas pelo choque contra as rochas, é boa para a saúde, enquanto a mesma água, caso se torne estagnada (e portanto contaminada) dá origem a vermes (parasitas intestinais), filariose, doenças do coração, da garganta e da cabeça. [9-10]

प्राच्याः सन्त्यपरान्तोत्था दुर्नामानि, महेन्द्रजाः ।
 उदरश्लोषदातङ्गान्, सह्यविन्ध्योद्भवाः पुनः ॥११॥
 कुष्ठपाण्डुशिरोरोगान्, दोषघ्न्यः पारियात्रजाः ।
 वल षौरुषकारिण्यः, सागराम्भस्त्रिदोषकृत् ॥१२॥

A água dos rios das regiões Prācyā (*Gauda*), Avanti (*Mālwa*) e Aparāñta (*Koñkana*) pode causar hemorróidas; aquela de rios que se originam das montanhas Mahendra provoca aumento abdominal e filariose; aquela coletada de rios que se originam das montanhas Sahya e Vindhya produzem hanseníase (e outras doenças de pele), anemia e doenças da cabeça; aquela coletada de rios que se originam de Pariyātra promove alívio dos *doshas* (aumentados), aumenta a força e o vigor sexual; a água do mar causa desequilíbrio de todos os três *doshas*. [11-12]

Prācyā ou *Gauda deśa* corresponde à região central de Bengala e parte de Orissa. Avanti ou *Mālwa* ficava ao redor da moderna cidade Ujjain. Aparāñta ou *Koñkana* corresponde à Goa, Kavar e Kanara do Norte, distritos do Estado de Karnataka. A montanha Mahendra corresponde à parte norte das cadeias montanhosas orientais (toda a cadeia de montanhas que se estende de Orissa até o distrito de Madura era conhecida pelo nome de *Mahendra parvata*). Sahya é a cadeia meridional dos Ghats⁴⁸ ocidentais. Vindhya são as cadeias montanhosas da Índia central. Pariyātra é a parte ocidental das montanhas Vindhya.

विद्यात्कूपतडागादीन् जाङ्गलानूपशैलतः ।

A água de *kūpas* (poços profundos), *tadāgas* (lagos artificiais), etc. deve ser considerada semelhante (em qualidades e propriedades) àquela dos desertos, pântanos e montanhas (respectivamente). [13.1]

⁴⁸ *Ghat*, do sânscrito *ghatta*, que significa passo, escarpa, cadeia de montanhas. *Western Ghats* (forma poética) é a cadeia montanhosa ao longo do litoral ocidental com 1.000 milhas de extensão.

- *Jalapāna varja (quando evitar beber água) [13.2-14]*

नाम्बु पेयमशक्त्या वा स्वल्पमल्पाग्निगुह्मिभिः ॥१३॥
 पाण्डूदरातिसाराशोत्रहणीशोषशोथिभिः ।
 ऋते शरन्निदाघाभ्यां पिवेत्स्वस्थोऽपि चाल्पशः ॥१४॥

Nos casos de fraqueza, função digestiva pobre, tumores abdominais, anemia, aumento abdominal, diarreia, hemorróidas, doenças do duodeno, consumpção ou edema, a água não deve ser consumida ou deve ser consumida em pequena quantidade, caso a ingestão seja impossível de evitar. Exceto em *sarat* (outono) e *nidāgha* (verão), mesmo as pessoas sadias devem beber menor quantidade de água (em todas as outras estações). [13.2-14]

- *Jalapāna phala (efeitos da ingestão de água) [15.1]*

समस्थूलकृशा भुक्तमध्यान्तप्रथमाम्बुपाः ।

Pessoas que ingerem água no meio, no fim e no começo da refeição continuam normais, tornam-se vigorosas e emagrecidas, respectivamente. [15.1]

- *Śītajala (água fria) [15.2-16.1]*

शीतं मदात्ययग्लानिमूर्च्छाच्छर्दिभ्रमभ्रमान् ॥१५॥
 तृष्णोष्णदाहपित्तास्रविषाण्यम्बु नियच्छति ।

A água fria alivia a intoxicação alcoólica, o cansaço, os desmaios, os vômitos, a fraqueza (fadiga), vertigem, sede, o calor (do sol), a sensação de queimação, o aumento de *pitta*, *rakta* e os venenos. [15.2-16.1]

- *Usnajala (água morna) [16.2-18]*

दीपनं पाचनं कण्ठ्यं लघूष्णं बस्तिशोधनम् ॥१६॥
 हिध्माध्मानानिलश्लेष्मसद्यःशुद्धिनवज्वरे ।
 कासामपीनसश्वासपार्श्वरुक्षु च शस्यते ॥१७॥

A água quente (morna) estimula o apetite, ajuda na digestão, é benéfica para a garganta, é facilmente digerível, limpa a bexiga, alivia os soluços, a flatulência,

o aumento de *anila* (*vāta*) e *ślesman* (*kapha*); é ideal para ser utilizada nos dias em que se procede às terapias de purificação e para aqueles que sofrem de febre inicial, tosse, *āma* (acúmulo de alimentos não digeridos), coriza, dispnéia e dor nos flancos. [16.2-17]

अनभिष्यन्दि लघु च तोयं कथितशीतलम् ।
पित्तयुक्ते हितं दोषे, व्युषितं तन्निदोषकृत् ॥१८॥

A água que foi fervida e depois resfriada não aumenta a umidade no interior do corpo, em excesso é facilmente digerível e ideal para os *doshas* associados com *pitta*. A água que foi conservada durante a noite (tornando-se assim estável) causa aumento de todos os três *doshas*. [18]

• *Nārikelodaka* (água de coco) [19-20.2]

नारिकेलोदकं स्निग्धं स्वादु वृष्यं हिमं लघु ।
तृष्णापित्तानिलहरं दीपनं वस्तिशोधनम् ॥१९॥

Nārikelodaka (água de coco) é oleosa, doce, afrodisíaca, refrescante, facilmente digerível, alivia a sede, (o aumento de) *pitta* e *anila* (*vāta*), aumenta o apetite e limpa a bexiga. [19]

वर्षासु दिव्यनादेये परं तोये वरावरे ।
इति तोयवर्गः ।

Durante *varsā* (estação chuvosa) a água da chuva é a melhor e a dos rios, a pior (quanto às qualidades e à salubridade para ser ingerida). [20.2]

II. *Ksira varga* (grupo do leite e derivados do leite) [20.3-42.2]

अथ क्षीरवर्गः ।

स्वादुपाकरसं स्निग्धमोजस्यं धातुवर्धनम् ॥२०॥
वातपित्तहरं वृष्यं श्लेष्मलं गुरु शीतलम् ।
प्रायः पयः

Geralmente, o leite é doce no sabor inicial e no final da digestão, é oleoso, revigorante, aumenta os *dhātus* (os tecidos do corpo), alivia *vāta* e *pitta*, é afrodisíaco, aumenta *ślesman* (*kapha*), não é facilmente digerível e é refrescante. [20.3-21.2]

• *Goksīra (leite de vaca) [21.3-23.1]*

अत्र गव्यं तु जीवनीयं रसायनम् ॥२१॥
 क्षतक्षीणहितं मेध्यं बल्यं स्तन्यकरं सरम् ।
 श्रमभ्रममदालक्ष्मीश्वासकासातितृक्षुधः ॥२२॥
 जीर्णज्वरं मूत्रकृच्छ्रं रक्तपित्तं च नाशयेत् ।

O leite de vaca promove a longevidade, é rejuvenescedor, benéfico para aqueles que estão emagrecidos após traumatismo (principalmente no tórax), aumenta a inteligência, a força e o leite materno; ajuda na fácil movimentação dos intestinos e cura a exaustão, a vertigem, a toxicidade, a falta de auspiciosidade, a dispnéia (respiração acelerada), a tosse, a sede e a fome intensa, as febres de longa duração, a disúria e as doenças hemorrágicas. [21.3-23.1]

• *Māhisī ksīra (leite de búfala) [23.2]*

हितमत्यग्न्यनिद्रेभ्यो गरीयो माहिषं हिमम् । २३॥

Māhisī ksīra (leite de búfala) é benéfico para aqueles que sofrem de atividade digestiva muito poderosa e de perda do sono, não é facilmente digerível e é frio (na potência). [23.2]

• *Aja ksīra (leite de cabra) [24]*

अल्पान्नुपानव्यायामकटुतिक्ताशनैर्लघु ।
 आजं शोषज्वरश्वासरक्तपित्तातिसारजित् ॥२४॥

Ajā (ksīra) ou leite de cabra é facilmente digerível porque a cabra ingere pequena quantidade de água, realiza mais exercícios físicos e ingere alimentos que possuem sabores picante e amargo; cura a consumpção (tuberculose pulmonar), febres, dispnéia, doenças hemorrágicas e diarréia. [24]

• *Ustra ksīra (leite de camela) [25]*

ईषद्रूक्षोष्णलवणमौष्ट्रकं दीपनं लघु ।
 शस्तं वातकफानाहकृमिशोफोदरार्शसाम् ॥२५॥

Ustraka (leite de camela) é pouco oleoso, quente (na potência), salgado, aumenta o apetite e é fácil de digerir. Alivia *vāta* e *kapha*, cura distensão abdominal, vermes (intestinais), edema, aumento abdominal e hemorróidas. [25]

- *Mānusa ksīra* (leite humano) [26.1-26.2]

मानुषं वातपित्तासृग्भिघाताक्षिरोगजित् ।
तर्पणाश्चोतनैर्नस्यैः

Mānusa ksīra (leite materno) alivia *vāta*, *pitta* e *asrk* (sangue), cura ferimentos traumáticos e doenças dos olhos se utilizado na forma de *tarpana* (aspersão dos olhos), *ascyotana* (gotejamento nos olhos) e *nasya* (instilação nasal). [26.1-26.2]

- *Avika ksīra* (leite de ovelha) [26.3-27.1]

अहृद्यं तूष्णमाधिकम् ॥२६॥
वातव्याधिहरं हिध्माश्वासपित्तकफप्रदम् ।

Aviksīra (leite de ovelha) não é bom para o coração (mente), é quente (na potência), cura doenças de *vāta*, causa soluços, dispnéia, aumenta *pitta* e *kapha*. [26.3-27.1]

- *Hastiksīra* (leite de elefanta) [27.2]

हस्तिन्याः स्थैर्यकृत्

Hastinī ksīra (leite de elefanta) é fortalecedor. [27.2]

- *Ekaśapha ksīra* (leite de animais com casco) [27.3-28.1]

बाढमुष्णं त्वैकशफं लघु ॥२७॥
शाखावातहरं साम्ललवणं जडताकरम् ।

O leite de animais com casco (como o cavalo, o burro, etc.) é muito quente (na potência), cura doenças de *vāta* localizadas nos *śākhās* (sangue e outros tecidos), é ligeiramente azedo e salgado e causa lassidão (preguiça). [27.3-28.1]

पयोऽभिष्यन्दि गुर्वामं, युक्त्या शृतमतोऽन्यथा ॥२८॥
भवेद्गरीयोऽतिशृतं, धारोष्णममृतोपमम् ।

O leite não cozido é *abhisyandi* (produz excesso de secreções nos poros teciduais e causa bloqueio dos mesmos) e não é facilmente digerível; quando adequadamente cozido apresenta qualidades opostas; quando demasiadamente cozido torna-se muito pesado para a digestão. O leite retirado diretamente do úbere do animal para a boca é semelhante ao néctar. [28.2-29.1]

• *Dadhi (iogurtes, leite azedado, leite coalhado) [29.2-33.1]*

अम्लपाकरसं ग्राहि गुरुष्णं दधि वातजित् ॥२९॥
 मेदःशुक्रबलश्लेष्मपित्तरक्ताग्निशोफकृत् ।
 रोचिष्णु शस्तमरुचौ शीतके विषमज्वरे ॥३०॥
 पीनसे मूत्रकृच्छ्रे च, रूक्षं तु ग्रहणीगदे ।
 नैवाद्याग्निशि नैवोष्णं वसन्तोष्णशरत्सु न ॥३१॥
 नामुद्रसूपं नाक्षौद्रं तन्नाघृतसितोपलम् ।
 न चानामलकं नापि नित्यं नो मन्दमन्यथा ॥३२॥
 ज्वरासृक्पित्तवीसर्पकुष्ठपाण्डुभ्रमप्रदम् ।

Dadhi é azedo no sabor inicial e no final da digestão; ele absorve água (causa constipação), é difícil de digerir, é quente (na potência), alivia *vāta*, aumenta a gordura, o sêmen, a força, *ślesman (kapha)*, *pitta*, *rakta*, *agni* (atividade digestiva), produz edema, aumenta o apetite, é ideal para ser utilizado na perda do apetite, na febre intermitente associada com frio (calafrios), na rinite crônica e disúria; desprovido de sua gordura torna-se ideal nas doenças do duodeno.

Não deve ser ingerido à noite, não deve ser aquecido, não deve ser ingerido na primavera, no verão e no outono; mesmo em outras estações, não deve ser ingerido sem adição de sopa de *mudga* (*Phaseolus radiatus*), *ksaudra* (mel), *ghrta* (*ghee*, manteiga), *sitopala* (açúcar cristal) e *āmalaka*; não deve ser ingerido diariamente e também quando não está bem formado, do contrário causará febre, doenças hemorrágicas, *visarga* (erisipela), *kustha* (hanseníase e outras doenças de pele), *pandu* (anemia) e *bhrama* (vertigem). [29-33.1]

• *Takra (leitelho, sem sua gordura) [33.2-34]*

तक्रं लघु कषायाम्लं दीपनं कफवातजित् ॥३३॥
 शोफोदराशौग्रहणीदोषमूत्रग्रहारुचीः ।
 मीहगुल्मघृतव्यापद्मपाण्ड्वामयान् जयेत् ॥३४॥

क्षतक्षीणपरीसर्पशस्त्राग्निग्लपितात्मनाम् ।
 वातपित्तविषोन्मादशोषालक्ष्मीज्वरापहम् ॥३८॥
 स्नेहानामुत्तमं शीतं वयसः स्थापनं परम् ।
 सहस्रवीर्यं विधिभिर्घृतं कर्मसहस्रकृत् ॥३९॥

Ghrta é ideal para promover a inteligência, a memória, a perspicácia, a capacidade de digestão, a longevidade, o sêmen (o vigor sexual) e a visão para as crianças, para idosos e para aqueles que desejam mais filhos; para promover a maciez no corpo e voz agradável, para aqueles que sofrem de emagrecimento resultante de lesão no tórax (pulmões), que sofrem de *parīsarpa* (herpes), de trauma por armas e por fogo, de doenças causadas por *vāta* e *pitta*, por venenos, insanidade, consumpção, por atividades não-auspiciosas (magia) e febres; é a melhor dentre as substâncias oleosas (para oleação e outras terapias), é fria (na potência), é a melhor para manter a juventude; *ghrta* é capaz de proporcionar mil efeitos benéficos através das mil maneiras de processá-lo. [37-39]

मदापस्मारमूर्च्छायशिरःकर्णाक्षियोनिजान् ।
 पुराणं जयति व्याधीन् व्रणशोधनरोपणम् ॥४०॥

Purana ghrta (*ghee* envelhecido por dez anos) cura intoxicação, epilepsia, desmaios, doenças da cabeça, dos ouvidos, dos olhos e da vagina; limpa e cura as ulcerações. [40]

बल्याः किलाटपोयूषकूर्चिकामोरणादयः ।
 शुक्रनिद्राकफकरा विष्टम्भिगुरुदोषलाः ॥४१॥

Kilāta, *pīyūsa*, *kūrcika*, *morana*, etc. são fortalecedores, aumentam o sêmen, o sono e *kapha*, causam constipação, são pesados (difíceis de digerir) e aumentam todos os *doshas*. [41]

Kilāta é a porção sólida obtida após o aquecimento dos iogurtes ou do leite; *pīyūsa* é o leite da vaca que acabou de parir, até o período de aproximadamente três dias ou até que o leite torne-se ralo; *kūrcika* é a porção sólida obtida por aquecimento do leite; e *morana* (ou *morata*) é a porção líquida rala, azeda.

गव्ये क्षीरघृते श्रेष्ठे निन्दिते चाविसम्भवे ।
 इति क्षीरवर्गः ।

O leite e o *ghee* obtidos do leite de vaca são os melhores (quanto às propriedades) e aqueles obtidos do leite de ovelha são os piores. [41.1-42.2]

III. *Iksu varga* (grupo da cana-de-açúcar e seus derivados) [42.3-54]

- *Iksurasa gunāh* (propriedades do suco da cana-de-açúcar) [42]

अथेशुवर्गः ।

इक्षोः सरो गुरुः स्निग्धो बृंहणः कफमूत्रकृत् ॥४२॥
वृष्यः शीतोऽस्रपित्तघ्नः स्वादुपाकरसो रसः ।

O suco da cana-de-açúcar é *sara* (laxante), pesado (difícil de digerir), oleoso, aumenta a corpulência, causa aumento de *kapha* e de urina, é afrodisíaco, frio na potência, cura sangramentos, é doce no sabor e também no final da digestão. [42]

सोऽग्रे सलवणो, दन्तपीडितः शर्करासमः ॥४३॥
मूलाग्रजन्तुजग्धादिपीडनान्मलसङ्करात् ।
किञ्चित्कालं विधृत्या च विकृतिं याति यान्त्रिकः ॥४४॥
विदाही गुरुविष्टम्भी तेनासौ

Ao moer juntos as raízes, os brotos e as partes da cana infestadas com vermes, o suco resultante sai da máquina misturado com materiais impuros (poeira, etc.) e em um curto intervalo de tempo (entre a moagem e o consumo do suco) deteriora-se, causando sensação de queimação durante a digestão, não é facilmente digerível e causa constipação. [43-44]

तत्र पौण्ड्रकः ।

शैत्यप्रसादमाधुयैर्वरस्तमनु वांशिकः ॥४५॥

A variedade *paundraka* de cana é a melhor quanto à propriedade refrescante e seu suco é mais ralo e mais doce; em seguida, está a variedade *vāmsika*. [45]

शतपर्वककान्तारनैपालाद्यास्ततः क्रमात् ।
सक्षाराः सकषायाश्च सोष्णाः किञ्चिद्विदाहिनः ॥४६॥

Depois, na seqüência, estão as variedades *śataparvaka*, *kāntāra*, *naipāla*, etc., que são levemente alcalinos e adstringentes no sabor, quentes na potência e causam leve sensação de queimação. [46]

- ***Phānita* (melaço semicozido, melado não refinado) [47.1]**

फाणितं गुर्भभिष्यन्दि चयकृन्मूत्रशोधनम् ।

Phānita (melaço semicozido) é pesado (difícil de digerir), *abhisyanidi* (aumenta as secreções nos poros teciduais causando o bloqueio na circulação dos mesmos), causa leve aumento (dos *doshas*) e limpa a urina (pois aumenta sua quantidade). [47.1]

- ***Guda* (açúcar mascavado, melaço, melado) [47.2-48.1]**

नातिश्लेष्मकरो घौतः सृष्टमूत्रशकृद्गुडः ॥४७॥
प्रभूतकृमिमज्जासृङ्मेदोमांसकफोऽपरः ।

Guda (açúcar mascavado, melaço), quando bem lavado (até ficar branco e purificado por alguns processos), não produz grande aumento de *ślesman* (causa pequeno aumento de *kapha*) e ajuda na fácil eliminação da urina e das fezes; o outro (quando não lavado e purificado) é causa importante de infestação por vermes (intestinais) e doenças da medula óssea, do sangue, dos tecidos adiposo e muscular e também de *kapha*. [47.2-48.1]

हृद्यः पुराणः पथ्यश्च, नवः श्लेष्माग्निसादकृत् ॥४८॥

O *guda* envelhecido é benéfico para o coração e saudável; aquele que é fresco causa aumento de *kapha* e enfraquece a atividade digestiva. [48.2]

- ***Matsyañdikādi* (açúcar mascavo, etc.) [49]**

वृष्याः क्षीणक्षतहिता रक्तपित्तानिलापहाः ।
मत्स्यण्डिकाखण्डसिताः क्रमेण गुणवत्तमाः ॥४९॥

Matsyandika (açúcar mascavo), *khanda* (açúcar cristal) e *sitā* (açúcar branco refinado), em ordem sucessiva, são melhores (que *guda*, açúcar mascavado, melaço), são afrodisíacos, benéficos para aqueles que estão emagrecidos e que

apresentam ulcerações, curam doenças hemorrágicas e aliviam o aumento de *vāta*. [49]

- *Yāsa śarkarā* (açúcar de *yavaśāka*) [50-51.1]

तद्गुणा तिक्तमधुरा कषाया यासशर्करा ।

Yāsa śarkarā (açúcar extraído da planta *yavaśāka*) possui propriedades semelhantes ao açúcar, mas possui sabores amargo, doce e adstringente. [50.1]

दाहतृच्छर्दिमूर्च्छासृक्पित्तघ्न्यः सर्वशर्कराः ॥५०॥

Todos os açúcares curam a sensação de queimação, a sede, os vômitos, desmaios e as doenças hemorrágicas. [50.2]

शर्करेश्चुविकाराणां फणितं च वरावरे ।

Dentre os derivados do suco da cana-de-açúcar, o açúcar é o melhor e *phānita* (melaço semicozido) é o pior. [51.1]

- *Madhu* (mel) [51.2-54]

चक्षुष्यं छेदि तृश्लेष्मविषहिध्मास्रपित्तनुत् ॥५१॥
मेहकुष्ठकृमिच्छर्दिश्वासकासातिसारजित् ।
व्रणशोधनसन्धानरोपणं वातलं मधु ॥५२॥
रूक्षं कषायमधुरं, तत्तुल्या मधुशर्करा ।

Madhu (mel) é benéfico para os olhos (a visão), dissolve massas duras, alivia a sede, *ślesman* (aumenta *kapha*), venenos, soluços, doenças hemorrágicas, diabetes, hanseníase (e outras doenças de pele), vermes, vômitos, dispnéia, tosse, diarréia; ele limpa, liga e cura ulcerações, aumenta *vāta*, é não-oleoso e levemente adstringente e doce no sabor; *madhu śarkarā* (mel solidificado) é semelhante (ao mel) quanto às propriedades e ações. [51.2-53.1]

उष्णमुष्णार्तमुष्णे च युक्तं चोष्णैर्निहन्ति तत् ॥५३॥

O mel mata se utilizado após ser aquecido e se ingerido por aqueles que sofrem de calor excessivo, durante a estação quente, em um país quente ou juntamente com alimentos quentes. [53.2]

प्रच्छर्दने निरूहे च मधूष्णं न निवार्यते ।
अलब्धपाकमाश्वेव तयोर्यस्मान्निवर्तते ॥५४॥

इतीक्षुवर्गः ।

No entanto, o mel não produz qualquer prejuízo quando utilizado morno (misturado com água quente) para produzir vômitos ou para administração de *nirūha* (enema aplicado com decocções) porque ele sai do corpo antes de sofrer digestão. [54]

O mel é o líquido doce preparado pelas abelhas para seu próprio uso, mas roubado pelo homem. Há muitas variedades de abelhas, de diferentes tamanhos, cores e habitats. Algumas habitam florestas e constroem sua casa (colmeia) aderida aos ramos das árvores altas; algumas a constroem dentro de fendas nas árvores, nos telhados de construções elevadas, no interior das rachaduras das paredes, etc., geralmente de tamanho médio a grande; as abelhas de coloração marrom constroem grandes colmeias, enquanto as abelhas pequenas e de coloração levemente preta constroem sua colmeia dentro das fendas, nos espaços ociosos das árvores e construções. As abelhas sobrevoam a flor, sugam seu néctar doce, armazenam-no por algum tempo em uma bolsa especial dentro de sua boca. Depois de retornarem à sua colmeia à noite, elas eliminam o néctar doce e o depositam no interior de pequenas câmaras da colmeia; assim, elas fazem um depósito de alimento apropriado para seu uso na estação das chuvas. Os homens, atraídos pela doçura do mel, afastam as abelhas à força e coletam o mel, enfrentando até mesmo o poderoso ferrão venenoso das abelhas enfurecidas. Atualmente, a apicultura é uma prática comum, colmeias de madeira são fornecidas a elas no campo e o mel é coletado periodicamente sem prejudicar as abelhas ou sem que o homem seja prejudicado por elas.

O mel é muito doce, líquido espesso, de colorações que variam do marrom escuro ao amarelo claro. A doçura e a espessura variam dependendo da região, do tipo de flores das quais as abelhas se alimentam, da estação e da variedade das abelhas. O mel é uma mistura de néctar e pólen de flores. Contém 20,06% de água, 71,4% de carboidratos (na forma de dois açúcares – dextrose e frutose), 0,38% de proteína, pequena quantidade de ácido fórmico e vitamina B. É utilizado como agente adoçante com alimentos e bebidas, também utilizado como veículo para a administração de medicamentos, como dieta suplementar e como medicamento em muitas doenças. Pode ser utilizado diariamente por todos, independente da idade ou sexo, mas em pequena quantidade, puro, sem adição de nenhuma outra substância, ou associado com outros alimentos. É necessário que o mel seja sempre genuíno, devendo-se evitar o mel adulterado e falsificado, vendido mais barato nos mercados. O mel puro é levemente

transparente, um líquido claro, sem qualquer precipitação no fundo do recipiente e forma uma solução uniforme quando derramado em água limpa.

IV. Taila varga (grupo dos óleos e outras gorduras) [55-56]

अथ तैलवर्गः ।

तैलं स्वयोनिवत्तत्र मुख्यं तीक्ष्णं व्यवायि च ।
 त्वग्दोषकृदचक्षुष्यं सूक्ष्मोष्णं कफकृन्न च ॥५५॥
 कृशानां बृंहणायालं स्थूलानां कर्शनाय च ।
 बद्धविट्कं कृमिघ्नं च संस्कारात्सर्वरोगजित् ॥५६॥

Os *tailas* (óleos) apresentam em geral (propriedades) semelhantes às substâncias das quais se originam (as sementes); dentre eles, o principal é o óleo de *tila* (gergelim).

O óleo de gergelim possui a propriedade de penetrar profundamente nos tecidos, e difundir-se pelo corpo rapidamente; ele produz doenças da pele, é prejudicial para os olhos, é capaz de penetrar nos minúsculos poros, é quente na potência, não aumenta *kapha*, ele faz as pessoas magras engordarem e as pessoas gordas emagrecerem, é constipante, elimina vermes; se for submetido ao processamento apropriado, cura todas as doenças. [55-56]

Na Índia antiga, o óleo de gergelim era o principal óleo comestível e era utilizado tanto para cozinhar os alimentos como para o tratamento das doenças. O termo *taila* significa especialmente o óleo de *tila* (gergelim) e é utilizado com este sentido em todos os lugares, em todos os livros antigos sobre Āyurveda (mesmo na literatura em sânscrito) a menos que especificado de forma diferente. O uso do óleo de gergelim está se tornando gradualmente menos freqüente nos tempos atuais e os óleos de amendoim, de coco, mostarda, de sementes de colza (*Brassica campestris*), de soja, girassol, etc. têm sido mais utilizados. No contexto do Āyurveda, o óleo de gergelim deve ser utilizado na administração interna dos óleos medicinais. Muitos outros tipos de óleos de valor medicinal são descritos a seguir.

• Óleo de eranda (óleo de ricino) [57-58]

सत्तिकोषणमैरण्डं तैलं स्वादु सरं गुरु ।
 वर्ध्मगुल्मानिलकफानुदरं विषमज्वरम् ॥५७॥
 रुक्शोफौ च कटीगुह्यकोष्ठपृष्ठाश्रयौ जयेत् ।
 तीक्ष्णोष्णं पिच्छिलं विस्रं, रक्तैरण्डोद्भवं त्वति ॥५८॥

O óleo de ricino é amargo, picante e doce no sabor, é *sara* (laxante), difícil de digerir, cura o aumento escrotal (hérnia), os tumores abdominais, as doenças causadas por *vāta* e *kapha*, o aumento do abdome, as febres intermitentes, a dor e o edema da cintura, dos genitais, do abdome e região dorsal; é capaz de penetrar profundamente, é quente na potência e possui odor desagradável.

A variedade vermelha do óleo de ricino é ainda mais penetrante, mais quente na potência, é viscoso e possui odor desagradável. [57-58]

O óleo de mamona é utilizado para propósitos medicinais para produzir purgação, aliviar dores e reduzir o edema, etc. É uma eficiente droga *vātahara* (capaz de aliviar o aumento de *vāta*) e, portanto, muito útil em muitas doenças.

- **Sarsapa taila (óleo de mostarda) [59]**

कटूष्णं सार्पपं तीक्ष्णं कफशुक्रानिलापहम् ।
लघु पित्तास्रकृत् कोठकुष्ठाशौत्रणजन्तुजित् ॥५९॥

Sarsapa taila (óleo de mostarda) é picante, quente na potência, profundamente penetrante, alivia (reduz) *kapha*, sêmen e *anila* (*vāta*), é facilmente digerível, produz doenças hemorrágicas, causa erupções cutâneas, hanseníase e outras doenças de pele, hemorróidas e vermes (bactérias, etc.) [59]

- **Aksa taila (óleo de vibhītaka) [60.1]**

आक्षं स्वादु हिमं केश्यं गुरु पित्तानिलापहम् ।

Aksa taila, óleo obtido das sementes de *vibhītaka*, é doce, frio na potência, bom para os cabelos, difícil de digerir, alivia *pitta* e *anila* (*vāta*). [60.1]

- **Nimba taila (óleo de neem) [60.2]**

नात्युष्णं निम्बजं तिक्तं कृमिकुष्ठकफप्रणुत् ॥६०॥

Nimba taila é ligeiramente quente na potência, é amargo, destrói vermes (bactéria, etc.), hanseníase e outras doenças de pele e alivia *kapha*. [60.2]

- **Umā e kusumbha taila (óleo de linhaça e de açafão) [61.1]**

उमाकुसुम्भजं चोष्णं त्वग्दोषकफपित्तकृत् ।

Os *tailas* de *umā* (linhaça) e *kusumbha* (Curcuma longa) são quentes na potência, produzem doenças da pele e são capazes de aumentar *kapha* assim como *pitta*. [61.1]

- *Vasā e majjā medas (gordura muscular e medula óssea) [61.2-62.2]*

वसा मज्जा च वातघ्नौ बलपित्तकफप्रदौ ॥६१॥
मांसानुगस्वरूपौ च, विद्यान्मेदोऽपि ताविच ।
इति तैलवर्गः ।

Vasā (gordura muscular) e *majjā* (medula óssea) aliviam *vāta*, causam aumento do vigor, de *pitta* e de *kapha*, possuem propriedades semelhantes àquelas da carne dos animais dos quais foram obtidas. A gordura deve ser considerada com propriedades semelhantes às mesmas (à gordura muscular e à medula óssea). [61.2-62.2]

V. *Madya varga (grupo dos vinhos) [62.4-66]*

अथ मद्यवर्गः ।

दीपनं रोचनं मद्यं तीक्ष्णोष्णं तुष्टिपुष्टिदम् ॥६२॥
सस्वादुतिक्तकटुकमल्लपाकरसं सरम् ।
सकषायं स्वरारोग्यप्रतिभावर्णकृल्लघु ॥६३॥
नष्टनिद्राऽतिनिद्रेभ्यो हितं पित्तास्रदूषणम् ।
कृशस्थूलहितं रूक्षं सूक्ष्मं स्रोतोविशोधनम् ॥६४॥
वातश्लेष्महरं युक्त्या पीतं विषवदन्यथा ।

Se utilizados judiciosamente, todos os *madyas* (vinhos, assim como todas as bebidas alcoólicas), em geral, estimulam a digestão, ajudam a melhorar o paladar, penetram profundamente, são quentes na potência, proporcionam satisfação (mental) e nutrição (ao corpo), são levemente doces, amargos e picantes no sabor, azedos no final da digestão, laxantes, levemente adstringentes, são benéficos para a voz, para a saúde, a inteligência, a coloração e a compleição; são facilmente digeríveis, são benéficos para aqueles que apresentam perda ou excesso de sono, tanto para pessoas magras como para aquelas que estão com excesso de peso; não são viscosos, são capazes de penetrar nos minúsculos poros e limpá-los, e ainda aliviam *vāta* e *kapha*. [62.4-65.1]

गुरु तद्दोषजननं नवं, जीर्णमतोऽन्यथा ॥६५॥
 पेयं दोष्णोपचारेण न विरिक्तक्षुधातुरैः ।
 नात्यर्थतीक्ष्णमृद्गल्पसम्भारं कलुषं न च ॥६६॥

Madyas frescos são difíceis de digerir, aumentam todos os *doshas*, enquanto os envelhecidos são opostos; não devem ser utilizados quentes ou com coisas quentes; nem por pessoas que estão sendo submetidas a terapias de purgação (ou foram submetidas a tais terapias) e que estão famintas; vinhos que são muito fortes ou muito fracos, que estão muito claros (como água) ou muito turvos e aqueles que estão contaminados não devem ser utilizados para beber. [65.2-66]

O termo *madya* em geral refere-se a todos os tipos de bebidas alcoólicas. A prática de preparar e ingerir bebidas alcoólicas é muito antiga na Índia, remontando aos tempos do *Rgveda* (3.000 a.C.) Ingerir muitos tipos de *madya*, às vezes sozinho, outras vezes em grupos e em reuniões era muito comum então, e o costume continua até os dias de hoje. As bebidas alcoólicas produzem alegria e um tipo de exaltação mental. Esta é a razão para sua popularidade e também de seu uso como tônico para a saúde. Mas os efeitos benéficos são leves quando comparados com a quantidade necessária para produzi-los. Desta forma, as pessoas aumentam a quantidade da bebida dia após dia e, finalmente, tornam-se viciados à ela, tão intensamente, que torna-se impossível permanecer sem ingeri-la mesmo por algumas horas. Grandes quantidades destas bebidas produzem muitas anormalidades nos vários órgãos e em suas funções e causam doenças incuráveis e mesmo a morte. Compreendendo esta situação, estudiosos antigos prescreveram muitas regras e condutas para a ingestão de bebidas alcoólicas com o objetivo de proteger a saúde, tais como, que a ingestão deve ser em pequena quantidade, deve ser após a alimentação e não com o estômago vazio, deve ser na companhia de bons amigos e não sozinho, e muitas outras regras. Se forem estritamente seguidas, evitarão muitos dos seus efeitos prejudiciais. O uso criterioso de bebidas alcoólicas é benéfico para o corpo e para a mente, mas seu uso insensato é definitivamente prejudicial, como um veneno.

• *Sura (cerveja)* [67]

गुल्मोदराशौग्रहणीशोषहृत् स्नेहनी गुरुः ।
 सुराऽनिलघ्नी मेदोऽसृक्स्तन्यमूत्रकफावहा ॥६७॥

Sura cura tumores abdominais, aumentos abdominais, hemorróidas, doenças duodenais e consunpção, é lubrificante, difícil de digerir, alivia *vāta*, causa aumento de gordura, sangue, leite, urina e *kapha*. [67]

Sura é preparado através da fermentação de uma mistura de água, arroz com casca, açúcar mascavado (melaço), etc., semelhante à cerveja atual.

- *Vibhītaka sura (cerveja de vibhītaka) [68-69]*

तद्गुणा वारुणी हृद्या लघुस्तीक्ष्णा निहन्ति च ।
 शूलकासवमिश्वासविवन्धाध्मानपीनसान् ॥६८॥
 नातितीव्रमदा लघ्वी पथ्या बैभीतकी सुरा ।
 ब्रणे पाण्ड्वामये कुष्ठे न चात्यर्थं विरुध्यते ॥६९॥

O *sura* preparado com *vibhītaka* não é muito intoxicante, é facilmente digerível, benéfico para a saúde; não é tão prejudicial (como as outras bebidas alcoólicas) nas ulcerações, anemia e hanseníase, assim como em outras doenças de pele. [68-69]

- *Yava sura (cerveja preparada com cevada) [70.1]*

विष्टम्भिनी यवसुरा गुर्वी रूक्षा त्रिदोषला ।

O *sura* preparado com *yava* (cevada) causa constipação, não é fácil de digerir, não é oleoso e aumenta todos os tipos de *doshas*. [70.1]

- *Arista (decocção fermentada) [70.2-71]*

यथाद्रव्यगुणोऽरिष्टः सर्वमद्यगुणाधिकः ॥७०॥
 ग्रहणीपाण्डुकुष्ठार्शः शोफशोषोदरज्वरान् ।
 हन्ति गुल्मकृमिप्लीहः कषायकटुवातलः ॥७१॥

Aristas (decocções fermentadas) quando utilizadas como bebidas intoxicantes possuem as propriedades das substâncias das quais foram produzidas e são as mais intoxicantes dentre as bebidas alcoólicas; curam doenças do duodeno, anemia, hanseníase e outras doenças de pele, hemorróidas, edemas, consunpção, aumento abdominal, febre, tumores abdominais, vermes (parasitas

intestinais) e doenças do baço; são adstringentes, picantes e aumentam *vāta*. [70.2-71]

- *Mārdvīka* (vinho preparado a partir de uvas) [72]

मार्द्वीकं लेखनं हृद्यं नात्युष्णं मधुरं सरम् ।
अल्पपित्तानिलं पाण्डुमेदार्शःकृमिनाशनम् ॥७२॥

Mārdvīka (vinho preparado a partir de uvas) é escarificador, bom para o coração (ou a mente), não é muito quente na potência, doce, *sara* (laxante), causa leve aumento de *pitta* e *anila* (*vāta*), cura anemia, diabetes, hemorróidas e vermes (parasitas intestinais). [72]

- *Khārjūra* (vinho preparado a partir de tâmaras) [73.1]

अस्मादल्पान्तरगुणं खार्जूरं वातलं गुरु ।

Khārjūra (vinho preparado a partir de tâmaras) possui propriedades inferiores (às do vinho preparado a partir de uvas), aumenta *vāta* e é difícil de digerir. [73.1]

- *Śārkara* (vinho preparado com açúcar) [73.2-74.1]

शार्करः सुरभिः स्वादुहृद्यो नातिमदो लघुः ॥७३॥

Śārkara possui sabor doce, cheiro doce, é benéfico para o coração (ou a mente), não é muito intoxicante e é facilmente digerível. [73.2]

सृष्टमूत्रशकृद्वातो गौडस्तर्पणदीपनः ।

Gauda (vinho preparado com melão) produz eliminação de urina, fezes e flatos, é nutritivo e aumenta o apetite. [74.1]

- *Sīdhu* (vinho de suco de cana-de-açúcar) [74.2-75.1]

वातपित्तकरः सीधुः स्नेहश्लेष्मविकारहा ॥७४॥
मेदःशोफोदराशोघ्नस्तत्र पक्वसो वरः ।

Sīdhu (preparado pela fermentação do suco da cana-de-açúcar) aumenta *vāta* e *pitta*, diminui a lubrificação e as doenças de *ślesman* (*kapha*), a obesidade, o

edema, o aumento do abdome e hemorróidas; aquele preparado pelo cozimento do suco da cana-de-açúcar é melhor. [74.2-75.1]

- **Madhavāsāva (vinho preparado a partir do mel) [75.2]**

छेदी मध्वासवस्तीक्ष्णो मेहपीनसकासजित् ॥७५॥

Madhavāsāva (vinho preparado a partir do mel) dissolve massas endurecidas (causadas por *kapha*, etc.), penetra profundamente, cura diabetes, secreção nasal crônica e tosse. [75.2]

- **Śukta (vinho preparado a partir de tubérculos) [76-77]**

रक्तपित्तकफोत्क्लेदि शुक्तं वातानुलोमनम् ।
भृशोष्णतीक्ष्णरूक्षाम्लं हृद्यं रुचिकरं सरम् । ७६॥
दीपनं शिशिरस्पर्शं पाण्डुदृक्कृमिनाशनम् ।

Śukta (vinho preparado a partir de raízes e tubérculos) aumenta a umidade do sangue, *pitta* e *kapha*, expele *vāta* na direção descendente, é muito quente na potência, penetrante, causa *secura*, é azedo, é benéfico para o coração (ou a mente), aumenta o sabor (apetite), é *sara* (laxante), aumenta a fome, é frio ao tato, cura anemia, doenças dos olhos e vermes. [76-77.1]

गुडेक्ष्ममद्यमार्द्धीकशुक्तं लघु यथोत्तरम् ॥७७॥

Śuktas preparados a partir do açúcar mascavado, do suco da cana, do mel e de uvas são facilmente digeríveis, sucessivamente. [77.2]

- **Āsava (Infusão fermentada) [78]**

कन्दमूलफलाद्यं च तद्वद्विद्यात्तदासुतम् ।

Āsava preparado com tubérculos, raízes, frutas, etc. possuem propriedades semelhantes (àquelas de *śukta*). [78.1]

शाण्डाकी चासुतं चान्यत्कालाम्लं रोचनं लघु ॥७८॥

Āsavas preparados com *sandāki* (bolas de massa frita misturadas com especiarias, secas ao sol e submetidas à fritura profunda em óleo) e com outras

substâncias (tais como torta de sementes, etc.), que se tornaram azedos com o tempo, são apetitosos e facilmente digeríveis. [78.2]

• *Dhānyāmla (licor de cereais) [79-81]*

धान्याम्लं भेदि तीक्ष्णोष्णं पित्तकृत्स्पर्शशीतलम् ।
 श्रमक्लमहरं रुच्यं दीपनं बस्तिशूलनुत् ॥७९॥
 शस्तमास्थापने हृद्यं लघु वातकफापहम् ।
 एभिरेव गुणैर्युक्ते सौवीरकतुषोदके ॥८०॥
 कृमिहृद्रोगगुल्मार्शःपाण्डुरोगनिवर्हणे ।
 ते क्रमाद्वितुषैर्विद्यात्सतुषैश्च यवैः कृते ॥८१॥

Dhānyāmla (licor preparado através da fermentação de água na qual foram cozidos levemente ou lavados grãos de arroz ou outros tipos de grãos, feijões, etc.) é purgativo, penetrante, quente na potência, causa aumento de *pitta*, é frio ao tato, alivia a fadiga e o cansaço, aumenta o apetite e a fome, cura a dor na bexiga, é ideal para ser utilizado como *asthapana* (enema que utiliza decocções), benéfico para o coração, facilmente digerível e alivia *vāta* e *kapha*. *Sauvīraka* e *tusodaka* também possuem propriedades semelhantes, curam vermes, doenças cardíacas, tumores abdominais, hemorróidas e anemia. Estas bebidas são preparadas a partir de *yava* (cevada) sem casca e *yava* (cevada) com casca, respectivamente. [79-81]

Śukta, *dhānyāmla*, *sauvīraka*, *tusodaka*, etc. eram utilizados nos tempos antigos e não são mais preparados nos dias de hoje. Cerveja, licor, uísque, rum, gin, champanhe, etc. são as bebidas alcoólicas populares de hoje. Licores rústicos, como grogue e araca (áraque), são populares entre pessoas mais pobres. A porcentagem de álcool em cada um varia entre 20% a 80%.

Aqueles licores que possuem menor quantidade de álcool (menos de 15%) vão agir como estimulantes e não causam intoxicação quando utilizados em doses moderadas. Quanto maior o teor de álcool, maior a intoxicação, maior o risco do indivíduo tornar-se viciado e, conseqüentemente, maior a probabilidade de sua ingestão prejudicar a saúde, etc.

VI. *Mūtra varga (grupo das urinas) [82-83]*

मूत्रं गोऽजाविमहिषीगजाश्वोष्ट्रखरोद्भवम् ।
 पित्तलं रूक्षतीक्ष्णोष्णं लवणानुरसं कटु ॥८२॥

कृमिशोफोदरानाहशूलपाण्डुकफानिलान् ।
गुल्मारुचिविषश्वित्रकुष्ठार्शंसि जयेल्लघु ॥८३॥

Mūtra (urina), de vaca, cabra, carneiro, búfalo, elefante, cavalo, camelo e macaco, aumenta *pitta*, não é oleosa, penetra profundamente, é quente na potência, picante no sabor e salgada no sabor secundário; cura vermes, edema, aumento abdominal, flatulência, cólicas, anemia, aumento de *kapha* e de *anila* (*vāta*), tumores abdominais, perda do sabor (ou apetite), combate venenos, leucodermia, hanseníase (e outras doenças de pele) e hemorróidas; é facilmente digerível. [82-83]

A urina, apesar de ser um produto residual do corpo, possui muitas propriedades medicinais que foram reconhecidas pelos sábios antigos e, portanto, era utilizada tanto internamente como externamente. A urina de vaca é utilizada mais freqüentemente que a de outros animais, provavelmente por causa da qualidade especial relacionada à vaca neste país (Índia).

A urina é composta principalmente de água, com pequena quantidade de uréia, ácido úrico, sais (fosfatos, oxalatos de sódio, cálcio, etc.) e alguns hormônios, sendo que a proporção varia de um animal para outro e em conseqüência de muitos outros fatores também.

तोयक्षीरेक्षुतैलानां वर्गैर्मद्यस्य च क्रमात् ।
इति द्रवैकदेशोऽयं यथास्थूलमुदाहृतः ॥८४॥

Portanto, foram descritos, resumidamente, os grupos de substâncias líquidas tais como água, leite, suco de cana-de-açúcar, óleos e vinhos (assim como urina). [84]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचिरवितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने द्रवद्रव्यविज्ञानीयो नाम पञ्चमोऽध्यायः ॥ ५ ॥

Assim termina o quinto capítulo conhecido como “*Dravadravya vijñānīya* (O conhecimento das substâncias líquidas)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (V)

CAPÍTULO VI

षष्ठोऽध्यायः ।

ANNASVARUPA VIJÑANIYA (A natureza dos alimentos sólidos)

अथातोऽन्नस्वरूपविज्ञानीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Annasvarūpa vijñānīya* (O conhecimento da natureza dos alimentos sólidos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

1. *Śūkadhānya varga* (grupo dos grãos com espiga, cereais) [1-11.1]

अथ शुकधान्यवर्गः ।

रक्तो महान् सकलमस्तूर्णकः शकुनाहतः ।
सारामुखो दीर्घशूको रोध्रशूकः सुगन्धिकः ॥ १ ॥
पुण्ड्रः पाण्डुः पुण्डरीकः प्रमोदो गौरसारिवौ ।
काञ्चनो महिषः शूको दूषकः कुसुमाण्डकः ॥ २ ॥
लाङ्गला लोहवालाख्याः कर्दमाः शीतभीरुकाः ।
पतङ्गास्तपनीयाश्च ये चान्ये शालयः शुभाः ॥ ३ ॥

Rakta, mahān, kalama, tūrnaka, śakunāhrta, sārāmukha, dīrghaśūka, rodhraśūka, sugandhika, pundra, pāndu, pundarīka, pramoda, gaurasārivā, kāñcana, mahisa, śūka, dūsaka, kusumāndaka, lāṅgala, lohavāla, kardama, śītabhīru, patanga, tapaniya, estas e outras variedades de *śāli* (arroz) são saudáveis (como alimentos). [1-3]

स्वादुपाकरसाः स्निग्धा वृष्या बद्धाल्पवर्चसः ।
कषायानुरसाः पथ्या लघवो मूत्रला हिमाः ॥ ४ ॥

Eles são doces no sabor e no final da digestão, oleosos, afrodisíacos, causam constipação e produzem pequena quantidade de fezes, possuem sabor secundário adstringente, são benéficos para a saúde, facilmente digeríveis, diuréticos e frios na potência. [4]

शूकजेषु वरस्तत्र रक्तस्तृष्णात्रिदोषहा ।
महांस्तमनु कलमस्तं चाप्यनु ततः परे ॥ ५ ॥

Dentre as variedades acima, e mesmo entre os *śūkadhānyas* (grãos que possuem um espigão pontudo na frente), a variedade *rakta* (vermelha) é a melhor, alivia a sede e todos os três *doshas*; a próxima, na seqüência é a variedade *mahān*, depois é *kalama* e assim por diante, sucessivamente. [5]

यवका हायनाः पांसुवाष्पनैषधकादयः ।
स्वादूष्णा गुरवः स्निग्धाः पाकेऽम्लाः श्लेष्मपित्तलाः ॥ ६ ॥
सृष्टमूत्रपुरीषाश्च पूर्वं पूर्वं च निन्दिताः ।

Yavaka, *hāyana*, *pāmsuvāpya* e *naisadha* são variedades (de arroz) que possuem sabor doce, quentes na potência e difíceis para digerir, oleosos, azedos no final da digestão, aumentam *kapha* e *pitta*, ajudam na fácil eliminação da urina e das fezes. São piores em ordem inversa (daquela em que foram enumerados). [6-7.1]

स्निग्धो ग्राही लघुः स्वादुस्त्रिदोषघ्नः स्थिरो हिमः ॥ ७ ॥
षष्टिको व्रीहिषु श्रेष्ठो गौरश्चासितगौरतः ।
ततः क्रमान्महाव्रीहकृष्णव्रीहिजतूमुखाः ॥ ८ ॥
कुक्कुटाण्डकलावाख्यपारावतकशूकराः ।
वरकोद्दालकोज्ज्वालचीनशारददुर्दुराः ॥ ९ ॥
गन्धनाः कुरुविन्दाश्च गुणैरल्पान्तराः स्मृताः ।

Sastika (o arroz colhido em sessenta dias) é o melhor dos *vrihi* (arroz com casca); é oleoso, constipante, fácil de digerir, doce, alivia os três *doshas*, permanece muito tempo dentro do corpo (no trato alimentar), é frio na potência;

é de dois tipos, *goura* (branco) e *asita goura* (branco, um pouco escuro). Inferior (ao tipo *sastika*) é a variedade *mahāvrihi*; inferiores à este são *krsnavrihi* e outros: *jatūmukhā*, *kukkutāñdaka*, *lāvāka*, *pārāvataka*, *śūkara*, *varaka*, *uddālaka*, *ujvala*, *cīna*, *śārada*, *dardura*, *gandhanā* e *kuruvinda*. [7.2-10.1]

स्वादुरम्लविपाकोऽन्यो ब्रीहिः पित्तकरो गुरुः ॥१०॥
बहुमूत्रपुरीषोष्मा, त्रिदोषस्त्वेव पाटलः ।

Os outros tipos de arroz são doces no sabor e azedos no final da digestão, causam aumento de *pitta* e são difíceis de digerir, produzem aumento de urina, fezes e da temperatura corporal. O tipo *pātala* de arroz aumenta todos os três *doshas*. [10.2-11.1]

As variedades de arroz mencionadas não são fáceis de reconhecer ou são difíceis de serem encontradas nos dias de hoje, uma vez que a maioria foi substituída por outras mais rentáveis, mais resistentes e cada tipo apresenta características regionais e não crescem uniformemente por todo país. O tipo de arroz mais facilmente digerível, que possui sabor doce e odor agradável deve ser o escolhido para uso diário.

II. *Trnadhānya varga* (grupo dos grãos produzidos por gramíneas) [11.2-16]

कङ्गुकोद्रवनीचारश्यामाकादि हिमं लघु ॥११॥
तृणधान्यं पवनकृल्लेखनं कफपित्तहृत् ।

Kangu, *kodrava*, *nīvāra*, *śyāmāka* e outros *trnadhānyas* (grãos produzidos de gramíneas) são frios na potência, facilmente digeríveis, aumentam *vāta*, produzem escarificação e aliviam *kapha* e *pitta*. [11.2-12.1]

भग्नसन्धानकृत्तत्र प्रियङ्गुर्वृहणी गुरुः ॥१२॥
कोरदूषः परं ग्राही स्पर्शं शीतो विषापहः ।

Priyangu, em especial, ajuda na consolidação das partes fraturadas (de ossos), aumenta a corpulência e é difícil de digerir; *koradusa* interrompe eficazmente a secreção de fluidos do corpo, é frio ao tato e antitóxico. [12.2-13.1]

रूक्षः शीतो गुरुः स्वादुः सरो विड्वातकृद्यवः ॥१३॥
वृष्यः स्थैर्यकरो मूत्रमेदःपित्तकफान् जयेत् ।
पीनसश्वासकासोरुस्तम्भकण्ठत्वगामयान् ॥१४॥

Yava (cevada) é seco, frio na potência, difícil de digerir, doce, *sara* (laxante), ajuda na formação das fezes e flatos, é afrodisíaco, fornece energia, reduz a urina, a gordura corporal, *pitta* e *kapha*, cura a secreção catarral nasal crônica, dispnéia, tosse, *urusthambha* (rigidez da coxa), doenças da garganta e da pele. [13.2-14]

न्यूनो यवादनुयवः रूक्षोष्णो वंशजो यवः ।

Anuyava (uma variedade pequena da cevada) é inferior à *yava* quanto às qualidades; *venu yava* (semente de bambu) não é oleosa e é quente na potência. [15.1]

वृष्यः शीतो गुरुः स्निग्धो जीवनो वातपित्तहा ॥१५॥

सन्धानकारो मधुरो गोधूमः स्थैर्यकृत्सरः ।

पथ्या नन्दीमुखी शीता कषायमधुरा लघुः ॥१६॥

Godhūma (trigo) é afrodisíaco, frio na potência, difícil para digerir, oleoso, nutritivo, alivia *vāta* e *pitta*, consolida partes fraturadas, é doce no sabor, fornece vigor e é *sara* (laxante).

Nandīmukha (variedade de trigo) é bom para a saúde, frio na potência, tem sabor adstringente e é facilmente digerível. [15.2-16]

इति शूकधान्यवर्गः ।

Assim termina a descrição do grupo dos grãos que possuem espiga.

Yava e *anuyava* são as variedades grande e pequena da cevada. *Venu yava* é a semente do bambu, raramente utilizada como alimento.

III. *Śimbīdhānya varga* (grupo dos legumes ou feijões) [17-26.2]

अथ शिम्बीधान्यवर्गः ।

मुद्गाढकीमसूरादि शिम्बीधान्यं विबन्धकृत् ।

कषायं स्वादु सङ्ग्राहि कटुपाकं हिमं लघु ॥१७॥

मेदःश्लेष्मास्रपित्तेषु हितं लेपोपसेकयोः ।

Mudga (*Phaseolus radiatus*), *ādhaki* (*Cajanus cajan*), *masūra* (lentilha) e outras variedades pertencem ao grupo denominado *śimbīdhānya* (aqueles que possuem

vagem e legumes). Eles produzem constipação, possuem sabor adstringente e doce, absorvem água, são picantes após a digestão, frios na potência, facilmente digeríveis, eliminam a gordura, *kapha*, *asra* (sangue) e *pitta*; são benéficos para serem utilizados na forma de aplicação externa e banhos das partes do corpo, etc. [17-18.1]

वरोऽत्र मुद्गोऽल्पचलः, कलायस्त्वतिवातलः ॥१८॥
राजमाषोऽनिलकरो रूक्षो बहुशकृद्गुरुः ।

Dentre eles, *mudga* (*Phaseolus radiatus*) é o melhor, causa pequeno aumento de *cala* (*vāta*); *kalāya* (ervilha) causa grande aumento de *vāta*; *rājamāsa* (*Phaseolus mungo*) também aumenta *vāta* e a *secura*, produz mais fezes e é difícil de digerir. [18.2-19.1]

उष्णाः कुलत्थाः पाकेऽम्लाः शुक्राश्मश्वासपीनसान् ॥१९॥
कासार्षःकफवातांश्च घ्नन्ति पित्तास्रदाः परम् ।

Kulattha (*Dolichos biflorus*) é quente na potência, azedo no final da digestão, cura doenças do sêmen, cálculos urinários, dispnéia, secreção catarral nasal crônica, tosse, hemorróidas, aumento de *kapha* e *vāta* e, especialmente, dá origem à doenças hemorrágicas. [19.2-20.1]

निष्पावो वातपित्तास्रस्तन्यमूत्रकरो गुरुः ॥२०॥
सरो विदाही दृक्शुक्रकफशोफविषापहः ।

Nispāva (*Dolichos lablab*, Linn.) aumenta *vāta*, *pitta*, *rakta*, *stanya* (leite materno) e *mūtra* (urina), não é facilmente digerível, é *sara* (laxante), causa sensação de queimação, reduz a visão, o sêmen, *kapha*, edemas e o efeito de venenos. [20.2-21.1]

माषः स्निग्धो बलश्लेष्ममलपित्तकरः सरः ॥२१॥
गुरूष्णोऽनिलहा स्वादुः शुक्रवृद्धिविरेककृत् ।

Māsa (*Phaseolus mungo*) é oleoso, aumenta o vigor, *kapha*, a matéria fecal e *pitta*, é laxante, não é fácil de digerir, é quente na potência, alivia *anila* (*vāta*), é doce no sabor, causa grande aumento e eliminação de sêmen. [21.2-22.1]

फलानि माषवृद्धिघात्काकाण्डोलात्मगुप्तयोः ॥२२॥

Os frutos da *kākāndola* e da *atmaguptā* são semelhantes (em propriedades) ao *māsa* [22.2]

उष्णस्त्वच्यो हिमः स्पर्शं केश्यो बल्यस्तिलो गुरुः ।
अल्पमूत्रः कटुः पाके मेघाऽग्निः कफपित्तकृत् ॥२३॥

Tila (gergelim) é quente na potência, benéfico para a pele, frio ao tato, benéfico para os cabelos, fortalecedor, não é de fácil digestão, produz pequena quantidade de urina, é picante no final da digestão e aumenta a inteligência, a função digestiva, *kapha* e *pitta*. [23]

स्निग्धोमा स्वादुतिकोष्णा कफपित्तकरी गुरुः ।
दृक्शुक्रदृक्कटुः पाके, तद्वद्वीजं कुसुम्भजम् ॥२४॥

As sementes de *uma* (linhaça) são oleosas, possuem sabores doce e amargo, são quentes na potência, causam aumento de *kapha* e *pitta*, são de difícil digestão, são prejudiciais à visão e ao sêmen e são picantes no final da digestão. As sementes de *kusumbha* (*Carthamus tinctorius*, Linn.) possuem propriedades semelhantes. [24]

माषोऽत्र सर्वेष्ववरो, यवकः शूकजेषु च ।

Māsa (*Phaseolus mungo*), no grupo dos *śimbīja* (legumes), e *yavaka* (a variedade pequena da cevada), no grupo dos *śūkaja* (cereais), são os mais inferiores. [25.1]

नवं धान्यमभिष्यन्दि, लघु संवत्सरोषितम् ॥२५॥
शीघ्रजन्म तथा सूप्यं निस्तुषं युक्तिभर्जितम् ।

Grãos frescos (recentemente colhidos) são *abhisyanidi* (causam excessiva exsudação dos poros teciduais e, portanto, provocam o bloqueio dos mesmos); os grãos que são envelhecidos por um ano são fáceis de digerir; aqueles que crescem rapidamente, aqueles que são retirados de sua casca e aqueles que são adequadamente fritos também são fáceis de digerir. [25.2-26.1]

इति शिम्बीधान्यवर्गः ।

Assim termina o grupo dos *śimbī dhānyas* (legumes).

IV. Krtāṇṇa varga (grupo dos alimentos processados ou preparados) [26-42]

अथ कृतान्न (पकान्न) वर्गः ।
 मण्डपेयाविलेपीनामोदनस्य च लाघवम् ॥२६॥
 यथापूर्वं शिवस्तत्र मण्डो वातानुलोमनः ।
 तृङ्गलानिदोषशेषघ्नः पाचनो धातुसाम्यकृत् ॥२७॥
 स्रोतोमार्दवकृत्स्वेदी सन्धुक्षयति चानलम् ।

Manda, peyā, vilepī e odana são mais fáceis de digerir na ordem em que foram enumerados, sucessivamente. Dentre eles, *manda* é o melhor pois facilita a movimentação intestinal das fezes e flatos, alivia a sede e a exaustão, elimina os *doshas* residuais (que podem permanecer mesmo após as terapias de eliminação); auxilia na digestão, restaura a normalidade dos tecidos, causa maleabilidade nos canais (e poros teciduais), perspiração e ativa a função digestiva. [26-28.1]

Manda, peyā, vilepī e odana são preparações de arroz ou de outros grãos cozidos em água. O líquido ralo, semelhante à água, drenado imediatamente após a fervura, é conhecido como *manda*; ligeiramente mais espesso do que *manda*, mas consistindo ainda apenas de líquido, é *peyā*; o próximo estágio, contendo já grãos sólidos e menos líquido, é chamado *vilepī*; e o último estágio do cozimento, que é mais sólido e não possui porção líquida, é conhecido como *odana*. O sólido, *odana*, é facilmente digerível; o estágio anterior, *vilepī*, é ainda mais fácil de digerir; o anterior, *peyā*, ainda mais; e o primeiro estágio do cozimento, *manda*, é melhor para digerir do que *peyā*.

क्षुत्तृष्णाग्लानिदौर्बल्यकुक्षिरोगज्वरापहा ॥२८॥
 मलानुलोमनी पथ्या पेया दीपनपाचनी ।

Peyā alivia a fome, a sede, a exaustão, a fraqueza, as doenças do abdome e as febres; causa fácil eliminação de fezes, é benéfico para todas as pessoas, estimula o apetite e ajuda na digestão. [28.2-29.1]

विलेपी ग्राहिणी हृद्या तृष्णाघ्नी दीपनी हिता ॥२९॥
 व्रणाक्षिरोगसंशुद्धदुर्बलस्नेहपायिनाम् ।

Vilepī restringe a eliminação de fluidos do corpo, é benéfico para o coração, alivia a sede, estimula o apetite, é ideal para todos os tipos de pessoas,

especialmente aqueles que sofrem de ulcerações, de doenças dos olhos, que foram submetidos às terapias de purificação, que estão enfraquecidos e que ingeriram substâncias gordurosas como parte da terapia de oleação. [29.2-30.1]

सुधौतः प्रसृतः स्वन्नोऽत्यक्तोष्मा चौदनो लघुः ॥३०॥
 यश्चाग्नेयौषधकाथसाधितो भृष्टतण्डुलः ।
 विपरीतो गुरुः क्षीरमांसाद्यैर्यश्च साधितः ॥३१॥

Odana, preparado com grãos que foram bem lavados, no qual toda a água foi evaporada e que está livre das fumaças quentes, é facilmente digerível; aquele que é preparado juntamente com a decocção de substâncias medicinais que possuem potência quente ou que é preparado com grãos fritos também é facilmente digerível; o oposto, ou seja, aquele preparado com leite, carne de carneiro, etc., não é de fácil digestão. [30.2-31]

इति द्रव्यक्रियायोगमानाद्यैः सर्वमादिशेत् ।

Desta forma, os efeitos dos grãos, o tipo de preparação, as misturas, a quantidade e outros aspectos devem ser determinados (pela experiência). [32.1]

बृंहणः प्रीणनो वृष्यश्चक्षुष्यो व्रणहो रसः ॥३२॥

Māmsa rasa (sopa de carne) aumenta a corpulência, promove a satisfação (nutrição), é afrodisíaco, benéfico para os olhos (a visão) e cura úlceras. [32.2]

मौद्गस्तु पथ्यः संशुद्धव्रणकण्ठाक्षिरोगिणाम् ।

Mudga sūpa (sopa de *Phaseolus radiatus*) é benéfica para a saúde, para aqueles que se submeteram às terapias purificadoras e para aqueles que sofrem de úlceras, doenças da garganta e dos olhos. [33.1]

वातानुलोमी कौलत्थो गुल्मतूनीप्रतूनिजित् ॥३३॥

A sopa de *kulattha* produz movimento descendente de *vāta* e trata tumores abdominais, *tūni* e *pratitūni* (dores na bexiga). [33.2]

तिलपिण्याकविकृतिः शुष्कशाकं विरूढकम् ।

शाण्डाकीवटकं दृग्घ्नं दोषलं ग्लपनं गुरु ॥३४॥

Alimentos preparados com *tila* (gergelim), *pinyāka* (resíduos do gergelim, após a retirada do óleo), vegetais folhosos secos, grãos germinados, *śāndākī vataka* (bolas de arroz frito secas no sol e depois fritas no óleo) prejudicam (destruem) a visão, aumentam os *doshas*, causam enfraquecimento e são difíceis de digerir. [34]

रसाला वृंहणी वृष्या स्निग्धा बल्या रुचिप्रदा ।

Rasālā (iogurte ou coalhada batida manualmente e adicionada com pimenta em pó e açúcar) aumenta a corpulência, é afrodisíaco, oleoso, fortalecedor e apetitoso. [35.1]

अमक्षुत्तृक्लमहरं पानकं प्रीणनं गुरु ॥३५॥
विष्टम्भि मूत्रलं हृद्यं यथाद्रव्यगुणं च तत् ।

Pānaka (preparação na forma de um xarope doce) alivia a exaustão, a fome, a sede e a fadiga, promove a satisfação, é difícil de digerir, permanece longo tempo no estômago, é diurético e benéfico para o coração (ou para a mente). Suas propriedades são semelhantes às do material de que foi preparado. [35.2-36.1]

लाजास्तृच्छर्द्यतीसारमेहमेदःकफच्छिदः ॥३६॥
कासपित्तोपशमना दीपना लघवो हिमाः ।

Lājā (arroz com casca frito) alivia a sede, o vômito, a diarreia, o diabetes, a obesidade, alivia *kapha*, a tosse e *pitta*, aumenta o apetite, é fácil de digerir e frio na potência. [36.2-37.1]

पृथुका गुरवो बल्याः कफविष्टम्भकारिणः ॥३७॥

Prthuka (arroz escaldado e achatado ou transformado em flocos) é difícil de digerir, é fortalecedor, aumenta *kapha*, permanece longo tempo no estômago (causa indigestão). [37.2]

धाना विष्टम्भिनी रुक्षा तर्पणी लेखनी गुरुः ।

Dhāna (cevada e outros grãos fritos) permanece longo tempo no estômago causando indigestão; é seco, promove a satisfação, a escarificação e é difícil de digerir. [38.1]

सक्तवो लघवः क्षुत्तृधमनेत्रामयत्रणान् ॥३८॥
 घ्नन्ति सन्तर्पणाः पानात्सद्य एव बलप्रदाः ।
 नोदकान्तरितास्र द्विर्न निशायां न केवलान् ॥३९॥
 न भुक्त्वा न द्विजैश्छित्त्वा सक्तूनद्यान्न वा बहून् ।

Saktu (farinha de grãos) é fácil de digerir, alivia a fome, a sede, a fadiga, a doença dos olhos e as ulcerações, é nutritivo e, se ingerido como bebida, promove o vigor imediatamente.

Não devem ser ingeridos sem que, entre as porções, seja ingerida água, não devem ser ingeridos duas vezes ao dia, nem à noite, nem como prato isolado (sem outros tipos de acompanhamentos), nem após as refeições, não devem ser difíceis de mastigar e nem devem ser ingeridos em grande quantidade. [38.2-40.1]

Lājā é preparado com o arroz frito; *prthuka* é preparado com arroz fervido por pouco tempo e triturando-o com um pilão; *dhāna* é feito com cevada frita que é embebida em água; e *saktu* é a farinha crua ou frita.

Muitos alimentos saborosos são preparados com a farinha de arroz e de outros cereais, com *kulattha* e outros legumes, nos quais se adicionam especiarias e algumas substâncias azedas e cheirosas; alguns são fervidos na água, outros no vapor, alguns são fritos em óleo, etc.; vegetais como cebolas, bananas, etc. também são utilizados em algumas preparações. Estas preparações são geralmente consumidas como acompanhamentos ou como lanches entre as refeições. No entanto, tendo em vista a dificuldade em serem digeridos, algumas advertências foram enumeradas acima.

पिण्याको ग्लपनो रूक्षो विष्टम्भी दृष्टिदूषणः ॥४०॥
 वेसवारो गुहः स्निग्धो बलोपचयवर्धनः ।
 मुद्गादिजास्तु गुरवो यथाद्रव्यगुणानुगाः ॥४१॥

Pinyāka produz vertigem, secura, indigestão e desequilibra a visão. *Vesavāra* não é fácil de ser digerido, é oleoso, aumenta o vigor e favorece o metabolismo do corpo (constrói o corpo); aqueles preparados com *Phaseolus radiatus* e outros são difíceis de digerir e possuem propriedades semelhantes àquelas do material a partir do qual foram preparados. [40.2-41]

Pinyāka é o residuo do gergelim, do amendoim e de outras sementes oleaginosas após a extração de seu óleo. *Veśavāra* é a carne cortada em pedaços minúsculos, adicionada com especiarias como pimentas, gengibre, etc. e tostada ou frita. *Veśavāra* com vegetais é preparado com farinha de feijões de vários tipos, adicionado com especiarias, etc.

कुकूलकर्परभ्राष्ट्रकन्द्रङ्गारविपाचितान् ।
एकयोर्नीलघृन्विद्यादूपानुत्तरोत्तरम् ॥४२॥

Alimentos cozidos no vapor, assados em panelas de barro ou de ferro quentes são digeridos mais facilmente, aqueles cozidos em um recipiente conservado em um aquecedor ou forno e mantido fechado é ainda melhor e aqueles assados sobre carvão incandescente são mais fáceis de digerir do que todos os outros. Os alimentos preparados com qualquer tipo de grão, seguindo qualquer um destes métodos são mais fáceis de digerir do que um tipo de grão semelhante preparado de outra forma.

V. *Māmsa varga* (grupo de carnes) [43-71]

- *Mrga varga* (carne de veado, etc.) [43]

अथ मांसवर्गः ।

हरिणैणकुरङ्गर्क्षगोकर्णमृगमात्काः ।
शशशम्बरचारुष्कशरभाद्या मृगाः स्मृताः ॥४३॥

Harina (antílope, cervo), *kuranga* (um tipo de veado), *rksa* (antílope de pernas brancas), *gokarna* (antílope), *mrgamātrika* (cervo vermelho semelhante à lebre), *śaśa* (lebre, coelho), *śambarā* (veado sambar), *caruska* (gazela), *sarabha* (?), etc. são conhecidos como *mrga*. [43]

São diferentes tipos de veados, antílopes e gamos. Alguns possuem chifres, outros não, todos são herbívoros e vivem em regiões secas, especialmente em florestas de arbustos. Nos tempos antigos, eles eram caçados principalmente para alimentação.

- *Viskira varga e outros* [44-47]

लाववार्तीकवर्तीररक्तवर्त्मककुक्कुभाः ।
कपिञ्जलोपचक्राख्यचकोरकुरुवाहवः ॥४४॥

वर्तको वर्तिका चैव तित्तिरिः क्रकरः शिखी ।
 ताम्रचूडाख्यवकरगोनर्दगिरिवर्तिकाः ॥४५॥
 तथा शारपदेन्द्राभवरटाद्याश्च विष्किराः ।

Lāva (codorna comum), *vārtika* (prediz cinza), *varṭira* (tipo de codorna), *raktavartma* (galinha vermelha), *kukkubha* (galo selvagem), *kapiñjala* (perdiz preta), *upacakra* (faisão pequeno), *cakora* (faisão), *kurubāhava*, *varṭaka* (codorna macho), *varṭikā* (codorna fêmea), *tittiri* (perdiz cinza), *krakara* (narceja), *sikhī* (pavão), *tāmracūda* (galo doméstico), *bakara* (grou pequeno), *gonarda* (grou siberiano), *girivartaka* (codorna da montanha), *śārapada* (um tipo de pardal), *indrābha* (tipo de pardal), *varata* (ganso), etc. pertencem ao grupo conhecido como *viskira* (aves que raspam o solo com suas pernas e bicam o alimento). [44-45]

जीवञ्जीवकदात्यूहभृङ्गाहृशुकसारिकाः ॥४६॥
 लट्वाकोकिलहारीतकपोतचटकादयः ।
 प्रतुदाः भेकगोधाहिश्वाविदाद्या विलेशयाः ॥४७॥

Jivañjivaka (perdiz), *datyūka* (galinhola), *bhrñgāhva* (açor), *śuka* (periquito), *sārikā* (*myna*, um tipo de ave), *latvā* (pardal selvagem), *kokila* (cuco), *hārīta* (pombo cinza), *kapota* (pombo malhado), *cataka* (periquito caseiro), etc. pertencem ao grupo *pratuda* (pássaros que bicam seu alimento e o engolem). [46]

Bheka (rã), *godha* (iguana, lagarto), *ahi* (cobra), *svāvit* (ouriço), etc. pertencem ao grupo *bileśaya* (animais que vivem em buracos, tocas). [47]

• *Prasaha varga* [48-51.1]

गोखराश्वतरोष्ट्राश्वद्वीपिसिंहक्ष्वानराः ।
 मार्जारमूषकव्याघ्रवृकवभ्रतरक्षवः ॥४८॥
 लोपाकजम्बुकश्येनचापवान्तादवायसाः ।
 शशघ्नीभासकुररगृध्रोलूककुलिङ्गकाः ॥४९॥
 धूमिका मधुहा चेति प्रसहा मृगपक्षिणः ।

Go (vaca), *khara* (asno, burro), *aśvatara* (mula), *ustra* (camelo), *aśva* (cavalo), *dvīpī* (leopardo), *simha* (leão), *rksa* (urso), *vānara* (macaco), *mārjāra* (gato), *mūsaka* (rato, camundongo), *vyāghra* (tigre), *vrka* (lobo), *babhru* (fuiha grande

e marrom), *taraksu* (hiena), *lopāka* (raposa), *jambuka* (chacal), *śyena* (falcão), *cāsa* (corvídeo azul), *vāñtāda* (cachorro), *vāyasa* (corvo), *śaśaghni* (águia dourada), *bhāsa* (tipo de falcão); *kurara* (águia marinha), *grdhra* (abutre), *ulūka* (coruja), *kuliñgaka* (um tipo de águia), *dhūmika* (pequena coruja), *madhukā* (um tipo de falcão), estes e outros animais e pássaros pertencem ao grupo conhecido como *prasaha* (que arrancam seu alimento com os dentes, rasgam-no e comem). [48-50.1]

वराहमहिषन्यङ्कुरुरोहितवारणाः . ॥५०॥
सुमरश्चमरः खड्गो गवयश्च महामृगाः ।

Varāha (porco), *mahisa* (búfalo), *nyanku* (antílope), *rohita* (veado grande), *ruru* (cervo), *varana* (elefante), *srmarā* (porco do mato indiano), *camara* (iaque), *khadga* (rinoceronte) e *gavaya* (boi) são conhecidos como *mahāmrga* (animais de grande porte). [50.2-51.1]

• *Apcara varga* (aves aquáticas) [51.2-52.1]

हंससारसकादम्बवक्रकारण्डवप्लवाः . ॥५१॥
बलाकोक्रोशचक्राहमद्गुक्रौञ्चादयोऽचराः ।

Hamsa (cisne), *sārasa* (tipo de grou), *kadamba* (ganso de perna cinza), *baka* (garça comum), *kārandava* (ganso de peito branco), *plava* (pelicano), *balāka* (tipo de garça), *utkrośa* (tipo de pato), *cakrāhva* (tadorno vermelho), *madgu* (cormorão), *krauñca* (garça), etc. são conhecidos como *apcara* (aves aquáticas). [51.2-52.1]

• *Matsya varga* (grupo dos animais aquáticos, peixes, etc.) [52.2-53]

मत्स्या रोहितपाठीनकूर्मकुम्भीरककटाः ॥५२॥
शुक्तिशङ्खोद्रशम्बूकशफरीवर्मिचन्द्रिकाः ।
चुलूकीनक्रमकरशिशुमारतिमिङ्गिलाः . ॥५३॥
राजीचिलिचिमाद्याश्च मांसमित्याहुरष्टधा ।

Rohita (peixe vermelho), *pāthīna* (?), *kūrma* (tartaruga), *kumbhira* (crocodilo), *karkata* (caranguejo), *śukti* (ostra perolifera), *śankha* (molusco), *udru* (lontra), *śambūka* (lesma comum), *śapharī* (um peixe grande e reluzente), *varmi cañdrika* (um tipo de peixe *Nematognathi*), *culuki* (golfinho), *nakra* (crocodilo), *makara* (crocodilo), *śiśumāra* (golfinho), *timingala* (baleia), *rājī* (um tipo de

peixe), *cilicima* (peixe com listras vermelhas) e outros pertencentes ao grupo dos *matsya* (peixes). Assim foram enumeradas oito tipos (de fontes) de *māmsa* (carnes). [52.2-53]

• *Propriedades dos diferentes tipos de carnes [54-71]*

(मृग्यं वैष्किरिकं किञ्च प्रातुदं च बिलेशयम् ।
 प्रासहं च महामृग्यमप्सरं मात्स्यमष्टधा ॥ १ ॥)
 योनिष्वजावी व्यामिश्रगोचरत्वाद्निश्चिते ॥५४॥

As carnes de carneiro e de ovelha não estão incluídas em nenhum grupo em virtude de sua combinação hereditária e porque vivem em todos os tipos de solos. [54]

आद्यान्त्या जाङ्गलानूपा मध्यौ साधारणौ स्मृतौ ।

Dentre os oito grupo citados, os três primeiros (*mrga*, *viskira* e *pratuda*) também são conhecidos como *jāngala*, os três últimos (*mahāmrga*, *jalacara* e *matsya*) também são denominados *ānūpa*; e os dois do meio (*bileśaya* e *prasaha*) são conhecidos como *sādhārana*. [55.1]

A região das florestas secas (arbustivas), que possui pouca chuva, é denominada *jāngala*; a região com chuvas abundantes e pantanosa é conhecida como *ānūpa*; e a região que não é muito seca nem demasiadamente úmida é *sādhārana* (temperada). A natureza e as qualidades dos solos também se refletem em toda a flora e a fauna da região.

**तत्र बद्धमलाः शीता लघवो जाङ्गला हिताः ॥५५॥
 पित्तोत्तरे वातमध्ये सन्निपाते कफानुगे ।**

A carne dos animais do grupo *jāngala* são as melhores; elas produzem fezes endurecidas, são frias (na potência), facilmente digeríveis e benéficas nas doenças *sannipata* caracterizadas por aumento importante de *pitta*, moderado de *vāta* e leve de *kapha*. [55.2-56.1]

दीपनः कटुकः पाके ग्राही रुक्षो हिमः शशः ॥५६॥

A carne de *śaśa* (coelho) aumenta a fome, é picante após a digestão, absorve água (absorvente) e é fria na potência. [56.2]

ईषदुष्णगुरुस्निग्धा बृंहणा वर्तकादयः ।
 तित्तिरिस्तेष्वपि वरो मेधाग्निबलशुक्रकृत् ॥५७॥
 ग्राही वर्ण्योऽनिलोद्रिक्तसन्निपातहरः परम् ।

A carne de *vartaka* e de outros animais é ligeiramente quente na potência, difícil de digerir, oleosa e aumenta a corpulência. *Tittiri* é ainda melhor, proporciona aumento da inteligência, do poder de digestão, do vigor e do sêmen; evita a eliminação de fluidos do corpo, aumenta a coloração (a compleição), alivia efetivamente doenças *sannipata* caracterizadas por grande aumento de *vāta*. [58.1]

नातिपथ्यः शिखी पथ्यः भोत्रस्वरवयोद्दशाम् ॥५८॥

A carne de *sikhi* (pavão) não é muito boa, em geral, mas é benéfica para os ouvidos (audição), para a voz, (para retardar) o envelhecimento e para os olhos (visão). [58.2]

तद्वच्च कुक्कुटो वृष्यः ग्राम्यस्तु श्लेष्मलो गुरुः ।
 मेधाऽनलकरा हृद्याः क्रकराः सोपचक्रकाः ॥५९॥
 गुरुः सलक्षणः काणकपोतः सर्वदोषकृत् ।

A carne de galinha selvagem é semelhante (à de pavão) e é afrodisíaca; a carne da galinha doméstica aumenta *kapha* e é de difícil digestão; a carne de *krakara* aumenta a inteligência e a digestão, é benéfica para o coração (ou a mente); a carne de *upacakra* é difícil de digerir, ligeiramente salgada e aumenta todos os *doshas*. [59-60.1]

चटकाः श्लेष्मलाः स्निग्धा वातघ्नाः शुक्रलाः परम् ॥६०॥

A carne de *cataka* (pardal) aumenta *kapha*, é oleosa, alivia *vāta* e é melhor para aumentar o sêmen. [60.2]

गुरूष्णस्निग्धमधुरा वर्गाश्चातो यथोत्तरम् ।
 मूत्रशुक्रकृतो बह्या वातघ्नाः कफपित्तलाः ॥६१॥

A carne dos animais do próximo grupo (*bileśaya*) é difícil de digerir, quente na potência, oleosa e doce; aumenta a urina e o sêmen, é fortalecedora, alivia *vāta* e aumenta *kapha* e *pitta*. [61]

शीता महामृगास्तेषु, क्रव्यादप्रसहाः पुनः ।
लवणानुरस्ताः पाके कटुका मांसवर्धनाः ॥६२॥
जीर्णाशौग्रहणीदोषशोषार्तानां परं हिताः ।

A carne dos *mahāmrgas*, em geral, é fria na potência; dentre estes animais, a carne dos carnívoros e dos *prasahas* são salgadas em seu sabor secundário, picantes no final da digestão, aumentam a musculatura corporal; são ideais para serem ingeridas por pessoas que sofrem de hemorróidas crônicas, doenças duodenais e consumpção. [62-63.1]

नातिशीतगुरुस्निग्धं मांसमाजमदोषलम् ॥६३॥
शरीरधातुसामान्यादनभिष्यन्दि बृंहणम् ।

Ajā (carne de cabra) não é muito fria na potência, é de difícil digestão, gordurosa, não desequilibra os *doshas*, sendo idêntica aos *doshas* do corpo humano; é *anabhisyanidi* (não provoca aumento das secreções nos canais teciduais) e portanto, é *brmhana* (aumenta a corpulência). [63.2-64.1]

विपरीतमतो ज्ञेयमाविकं बृंहणं तु तत् ॥६४॥

Avi (a carne de carneiro) é oposta (à da cabra em sua natureza) e é *brmhana* (capaz de aumentar a corpulência). [64.2]

शुष्ककासश्रमात्यग्निविषमज्वरपीनसान् ।
कार्श्यं केवलवातांश्च गोमांसं सन्नियच्छति ॥६५॥

Gomāmsa (carne de vaca, boi, touro) cura a tosse seca, a exaustão, o excesso de fome, febres intermitentes, secreção catarral crônica do nariz, emagrecimento e doenças causadas apenas pelo aumento de *vāta*. [65]

उष्णो गरीयान्महिषः स्वप्नदाढ्यबृहत्त्वकृत् ।

A carne de *mahisa* (búfalo) é quente, não é fácil de ser digerida, produz sono, vigor e aumenta a corpulência. [66.1]

तद्वद्वराहः श्रमहा रुचिशुक्रबलप्रदः ॥६६॥

A carne de *varāha* (porco) é semelhante à de búfalo, alivia a fadiga, aumenta o paladar, o sêmen e o vigor. [66.2]

मत्स्याः परं कफकराः चिलिचीमस्त्रिदोषकृत् ।

O peixe, em geral, tende a aumentar demasiadamente *kapha*. O peixe *cilicima* tende a aumentar todos os *doshas*. [67.1]

लावरोहितगोधैणाः स्वे स्वे वर्गे वराः परम् ॥६७॥

Lāva, rohita, godha e *ena* são as melhores carnes em seus respectivos grupos. [67.2]

मांसं सद्योहतं शुद्धं वयःस्थं च भजेत् त्यजेत् ।

मृतं कृशं भृशं मेघं व्याधिवारिविषैर्हतम् ॥६८॥

Apenas a carne de animais que acabaram de ser abatidos, que é limpa (não contaminada) e proveniente de animais adultos deve ser utilizada como alimento; a carne de animais mortos, que estavam muito emagrecidos ou muito gordos e daqueles que morreram em virtude de doenças, de afogamento e envenenamento devem ser recusadas. [68]

पुंस्त्रियोः पूर्वपश्चार्धे गुरुणी, गर्भिणी गुरुः ।

लघुर्योपिच्चतुष्पात्सु, विहङ्गेषु पुनः पुमान् ॥६९॥

शिरःस्कन्धोरुपृष्ठस्य कट्याः सक्थनोश्च गौरवम् ।

तथाऽऽमपकाशययोर्यथापूर्वं विनिर्दिशेत् ॥७०॥

शोणितप्रभृतीनां च धातूनामुत्तरोत्तरम् ।

मांसाद्गरीयो वृषणमेढ्रवृक्कयकृद्गुदम् ॥७१॥

इति मांसवर्गः ।

As carnes obtidas de regiões do corpo localizadas acima do umbigo de animais machos, de regiões localizadas abaixo do umbigo das fêmeas e que foram obtidas de vacas prenhes são, todas elas, difíceis de digerir.

Dentre os quadrúpedes, a carne das fêmeas é fácil de digerir, mas dentre os pássaros, a dos machos é mais facilmente digerível.

As carnes obtidas da cabeça, do pescoço, das coxas, do dorso, da cintura, das pernas dianteiras, do estômago e intestinos são difíceis de digerir na ordem reversa na qual foram enumeradas. Os tecidos dos animais, como sangue e outros, são difíceis de digerir em ordem sucessiva; testículos, pênis, rins, fígado e reto são mais difíceis de digerir do que a carne. [69-71]

Assim termina o grupo das carnes.

Na Índia antiga, caçar era muito comum, tanto em função da alimentação como por passatempo. Dentre as caças, tanto aves como outros animais, algumas eram consideradas próprias para a alimentação, mas outras não eram. É bastante difícil identificar corretamente alguns dos animais, aves e peixes mencionados no texto, alguns deles são espécies extintas.

VI. *Śāka varga* (grupo dos vegetais folhosos) [72-114.2]

अथ शाकवर्गः ।

शाकं पाठाशठीसूपासुनिषण्णसतीनजम् ।
त्रिदोषघ्नं लघुं ग्राहि सराजक्षववास्तुकम् ॥७२॥
सुनिषण्णोऽग्निक्वृद्ध्यस्तेषु राजक्षवः परम् ।
ग्रहण्यशीविकारघ्नः वर्चोभेदि तु वास्तुकम् ॥७३॥

Śākas (vegetais folhosos) como *pāthā*, *śathī*, *sūsā*, *sunisanna*, *satīnaja* em geral, aliviam todos os três *doshas*, são fáceis de digerir e interrompem a eliminação de fluidos pelo corpo; *sunisanna* aumenta a fome e é afrodisíaco; *rājaksava* é ainda melhor e cura doenças abdominais e hemorróidas; e *vāstūka* desmancha fezes endurecidas. [72-73]

हन्ति दोषत्रयं कुष्ठं वृष्या सोष्णा रसायनी ।
काकमाची सरा स्वर्या चाङ्गेर्यम्लाऽग्निदीपनी ॥७४॥
ग्रहण्यशीऽनिक्वृद्ध्यस्तेषु ग्राहिणी लघुः ।

Kākamācī alivia os três *doshas*, cura hanseníase (e outras doenças de pele), é um vegetal afrodisíaco, quente na potência, rejuvenescedor, produz fácil movimentação das fezes e é benéfico para a voz.

Cāngerī é um vegetal azedo no sabor, estimula a digestão, é benéfico no tratamento de doenças duodenais, hemorróidas e reduz o aumento de *vāta* e

kapha; é quente na potência, interrompe a eliminação de fluidos e é facilmente digerível. [74-75.1]

पटोलसप्तलारिष्टशार्ङ्गैष्टावल्गुजाऽमृताः ॥७५॥
 वेत्राग्रबृहतीवासाकुतिलीतिलपर्णिकाः ।
 मण्डूकपर्णीककौटकारवेल्लकपपेटाः ॥७६॥
 नाडीकलायगोजिह्वावार्ताकं वनतिक्तकम् ।
 करीरं कुलकं नन्दी कुचैला शकुलादनी ॥७७॥
 कटिल्लं केम्बुकं शीतं सकोशातकककशम् ।
 तिक्तं पाके कटु ग्राहि वातलं कफपित्तजित् ॥७८॥

Patola, *saptalā*, *arista*, *śārṅgestā* (*angaravalli* ou *bharngi*), *avalguja*, *amrtā*, *vetrāgra* (ramo de *vetra*), *brhatī*, *vāsā*, *kutuli*, *tilaparnikā* (*badraka*), *mandūkaparnī*, *karkota*, *kāravella*, *parpata*, *nāḍīkalāya*, *gojihvā* (*godhumī*), *vārtāka* (*brhatī*), *vārtāka* (*brhatī*), *vanatiktaka* (*vatsaka*; *kutaja*), *karīra*, *kulaka* (*kupīlu*), *nañḍī* (*jaya*), *kucaila*, *śakulādanī* (*mesaśrṅgī*), *kathilla* (*rakta-punarnavā*), *kebuka* (*kembuka*), *kośātaka* e *karkaśa* (*kampilla*) são vegetais frios na potência, amargos no sabor, penetrantes no estágio final da digestão, capazes de impedir o movimento dos fluidos, aumentar *vāta* e reduzir *kapha* e *pitta*. [75.2-78]

दृद्यं पटोलं कृमिनुत्स्वादुपाकं रुचिप्रदम् ।

Patola é bom para o coração (ou para a mente) e elimina microorganismos, possui sabor doce no final da digestão e promove o paladar. [79.1]

पित्तलं दीपनं भेदि वातघ्नं बृहतीद्वयम् ॥७९॥

Os dois *brhatīs* aumentam *pitta*, aumentam a fome e amolecem as fezes endurecidas. [79.2]

वृषं तु वमिकासघ्नं रक्तपित्तहरं परम् ।

Vrsa (*vāsā*) cura vômitos, tosse e, especialmente, doenças hemorrágicas. [80.1]

कारवेल्लं सकटुकं दीपनं कफजित्परम् ॥८०॥

Kāravella possui sabor amargo, estimula a digestão e reduz *kapha* e *pitta* especialmente. [80.2]

वार्ताकं कटु तिक्तोष्णं मधुरं कफवातजित् ।
सक्षारमाग्निजननं हृद्यं रुच्यमपित्तलम् ॥८१॥

Vārtāka (brhatī) é penetrante, amargo e possui potência quente, doce, reduz *kapha* e *vāta*, é levemente alcalino, estimula a digestão, aumenta o paladar e não aumenta *pitta*. [81]

करीरमाध्मानकरं कषायं स्वादु तिक्तकम् ।

Karīra produz distensão abdominal, é adstringente e possui sabor doce e amargo. [82.1]

कोशातकावल्गुजकौ भेदिनावग्निदीपनौ ॥८२॥

Kośātaka e *avalguja* amolecem as fezes endurecidas e estimulam a digestão. [82.2]

तण्डुलीयो हिमो रुक्षः स्वादुपाकरसो लघुः ।
मदपित्तविषास्रघ्नः मुञ्जातं वातपित्तजित् ॥८३॥
स्निग्धं शीतं गुरु स्वादु बृंहणं शुक्रकृत्परम् ।

Tandulīya apresenta potência fria, é seco, tem sabor doce e também é doce no estágio final da digestão, é de fácil digestão, cura intoxicações, *pitta*, envenenamento e doenças do sangue.

Muñjāta reduz *vāta* e *pitta*, é um vegetal oleoso, possui potência fria, é difícil para digerir, tem sabor doce, aumenta a corpulência e aumenta o sêmen. [83-84.1]

गुर्वा सरा तु पालङ्क्या मद्घ्नी चाप्युपोदका ॥८४॥
पालङ्क्यावत्स्मृतश्चञ्चुः स तु सङ्ग्रहणात्मकः ।

Pālankya é difícil de digerir e possui efeito laxante.

Upodikā também cura a intoxicação.

Cañcu é semelhante à *pālankya* e impede a eliminação de fluidos. [84.2-85.1]

विदारी वातपित्तघ्नी मूत्रला स्वादुशीतला ॥८५॥
 जीवनी बृंहणी कण्ठ्या गुर्वी वृष्या रसायनम् ।
 चक्षुष्या सर्वदोषघ्नी जीवन्ती मधुरा हिमा ॥८६॥

Vidāri reduz *vāta* e *pitta*, é diurético, possui sabor doce, apresenta potência fria, prolonga a vida (pois promove o vigor), aumenta a corpulência, é benéfico para a garganta, difícil de digerir, afrodisíaco e rejuvenescedor.

Jivanti é benéfico para os olhos, reduz todos os *doshas*, possui sabor doce e potência fria. [85.2-86]

कूष्माण्डतुम्यकालिङ्गकर्कर्वैर्वाहतिण्डिशम् ।
 तथा त्रपुसचीनाकचिर्भटं कफवातकृत् ॥८७॥
 भेदि विष्टम्भ्यभिष्यन्दि स्वादुपाकरसं गुरु ।

Kūsmānda, *tumba* (*alābu*), *kāliṅga*, *karkāru*, *ervāru*, *tindiśa*, *trapusa*, *cīnāka* – todas estas folhagens aumentam *kapha* e *vāta*, amolecem as fezes endurecidas, permanecem longo tempo sem serem digeridas no estômago, provocam maior secreção nos tecidos, possuem sabor doce no estágio final da digestão e não são facilmente digeridas. [87-88.1]

वल्लीफलानां प्रवरं कूष्माण्डं वातपित्तजित् ॥८८॥
 वस्तिशुद्धिकरं वृष्यम् त्रपुसं त्वतिमूत्रलम् ।

Kūsmānda é a melhor dentre as plantas trepadeiras, reduz *vāta* e *pitta*, limpa a bexiga e é afrodisíaca. *Trapusa* aumenta a micção (é diurética). [88.2-89.1]

तुम्बं रूक्षतरं ग्राहि कालिङ्गैर्वाहचिर्भटम् ॥८९॥
 बालं पित्तहरं शीतं विद्यात्पक्वमतोऽन्यथा ।
 शीर्णवृन्तं तु सक्षारं पित्तलं कफवातजित् ॥९०॥
 रोचनं दीपनं हृद्यमष्ठीलाऽऽनाहनुल्लघु ।

Tumba (*alābu*) é muito seca (provoca *secura*), impede a eliminação de fluidos do corpo. *Kāliṅga*, *ervāru* e *cirbhata*, quando tenros, reduzem *pitta* e são frios na potência, quando maduros apresentam qualidades opostas e quando separados de seu talo já maduros demais possuem sabor alcalino, aumentam *pitta*, reduzem

kapha e *vāta*, aumentam o paladar e o apetite, são benéficos para o coração, curam a hipertrofia prostática, a distensão abdominal e são fáceis de digerir. [89.2-91.1]

मृणालविसशालूककुमुदोत्पलकन्दकम् ॥९१॥
 नन्दीमाषककेलूटशृङ्गाटककसेरुकम् ।
 क्रौञ्चादनं कलोड्यं च रूक्षं ग्राहि हिमं गुरु ॥९२॥

Mrnāla (talo de lótus), *bisa* (raiz de lótus), *śālūka* (tubérculo de lótus), *kumuda* (*utpala kanda*), *nañdī*, *mashaka*, *kelūta*, *śrngātaka*, *kaseruka*, *krauñcādana* e *kalodya* são secos (provocam secura), absorvem água, possuem potência fria e não são fáceis de digerir. [91.2-92]

कलम्बनालिकामार्षकुटिञ्जरकुतुम्बकम् ।
 चिल्लीलटाकलोणीकाकुरुटकगवेधुकम् ॥९३॥
 जीवन्तञ्जुम्भवेडगजयवशाकसुवर्चलाः ।
 भालुकानि च सर्वाणि तथा सूप्यानि लक्ष्मणम् ॥९४॥
 स्वादु रूक्षं सलवणं वातश्लेष्मकरं गुरु ।
 शीतलं सृष्टविण्मूत्रं प्रायो विष्टभ्य जीर्यति ॥९५॥
 स्विन्नं निष्पीडितरसं स्नेहाढ्यं नातिदोषलम् ।

Kalamba, *nalikā* (*kapotacaranā*), *mārsa*, *kutiñjara*, *kutumbaka*, *cillī* (*vāstūka*), *latvāka*, *lonikā*, *kurutaka*, *gavedhuka*, *jīvantī*, *jhunjhū*, *edagaja*, *yavaśāka* (*yavāniśāka*), *suvarcalā* e *āluka* de diversas variedades, folhas de legumes utilizadas nas sopas e folhas de *laksmāna* são doces, levemente secativas, salgadas, aumentam *vāta* e *kapha*, não são facilmente digeríveis, possuem potência fria, auxiliam na eliminação da urina e das fezes, permanecem no estômago longo tempo até serem digeridas. Se cozidas no vapor, retirado o suco e misturadas com óleo, não causam demasiada perturbação dos *doshas*. [93-96.1]

लघुपत्रा तु या चिल्ली सा वास्तुकसमा मता ॥९६॥

Cillī, que possui folhas pequenas, apresenta (propriedades) semelhantes a *vāstuka*. [96.2]

तर्कारीवरुणं स्वादु सतिक्तं कफवातजित् ।
 वर्षाभवौ कालशाकं च सक्षारं कटुतिक्तकम् ॥९७॥
 दीपनं भेदनं हन्ति गरशोफकफानिलान् ।

Tarkārī e *varuna* são doces, levemente amargas e reduzem *kapha* e *vāta*. As duas variedades de *varsābhū* e *kālasāka* são levemente alcalinas, penetrantes e amargas, aumentam a digestão, amolecem as fezes duras e curam a intoxicação por venenos artificiais, edema, *kapha* e *vāta*. [97-98.1]

दीपनाः कफवातघ्नाश्चिरिविल्वाङ्कुराः सराः ॥९८॥
 शतावर्यङ्कुरास्तिका वृष्या दोषत्रयापहाः ।

Os brotos tenros de *cirabilva* aumentam o apetite, reduzem *kapha* e *vāta* e produzem movimentação intestinal. Os ramos de *śatāvarī* são amargos, afrodisíacos e reduzem os três *doshas*. [98.2-99.1]

रुक्षो वंशकरीरस्तु विदाही वातपित्तलः ॥९९॥

Vamśakarīra (ramos tenros de bambu) provocam *secura interna*, azia e aumentam *vāta* e *pitta*. [99.2]

पत्तूरो दीपनस्तिक्तः प्लीहार्शःकफवातजित् ।

Pattūra estimula a digestão, é amarga, cura a *esplenomegalia*, *hemorróidas* e reduz *kapha* e *vāta*. [100.1]

कृमिकासकफोत्क्लेदान् कासमर्दो जयेत्सरः ॥१००॥

Kāsamarda cura as doenças causadas por vermes, a tosse, aumenta *kapha* e promove os movimentos intestinais. [100.2]

रुक्षोष्णमम्लं कौसुम्भं गुरु पित्तकरं सरम् ।

Kausumbha é seca, quente na potência, azeda, difícil de digerir, aumenta *pitta* e produz mobilização intestinal. [101.1]

गुरुष्णं सार्षपं बद्धविण्मूत्रं सर्षदोषकृत् ॥१०१॥

Sarsapa não é facilmente digerível, é quente na potência, prende as fezes e a urina e causa aumento de todos os *doshas*. [101.2]

यद्दालमव्यकरसं किञ्चित्क्षारं सतिक्तकम् ।
तन्मूलकं दोषहरं लघु सोष्णं नियच्छति ॥१०२॥
गुल्मकासक्षयश्वासव्रणनेत्रगलामयान् ।
स्वराग्निसादोदावर्तपोनसांश्च

Mūlaka, quando tenro e ainda sem sabor definido, é levemente alcalino e amargo, alivia os *doshas*, é fácil de digerir, quente na potência, cura tumores abdominais, tosse, dispnéia, úlceras, doenças dos olhos e da garganta, aspereza da voz (rouquidão), dispnéia, produz movimento ascendente no interior do abdome (peristaltismo reverso) e secreção catarral crônica do nariz. [102-103.2]

महत्पुनः ॥१०३॥

रसे पाके च कटुकमुष्णधीर्यं त्रिदोषकृत् ।
गुर्वभिष्यन्दि च स्निग्धसिद्धं तदपि वातजित् ॥१०४॥
वातश्लेष्महरं शुष्कं सर्वम् आमं तु दोषलम् ।

Mūlaka, quando de tamanho grande, é difícil de digerir, é penetrante no sabor e no *vipaka* (sabor que surge no estágio final da digestão), possui potência quente, aumenta todos os três *doshas*, é difícil de digerir e é *abhisyanidi* (causa mais secreções e obstruções dos poros teciduais); quando cozido com gorduras alivia *vāta*; quando seco alivia *vāta* e *kapha* e quando não cozido causa aumento dos *doshas*. [103.3-105.1]

कटूष्णो वातकफहा पिण्डालुः पित्तवर्धनः ॥१०५॥

Pindālu é picante, quente na potência, alivia *vāta* e *kapha*, mas aumenta *pitta*. [105.2]

कुठेरशिग्रसुरससुमुखासुरिभूस्तृणम् ।
फणिज्जार्जकजम्बीरप्रभृति ग्राहि शालनम् ॥१०६॥
विदाहि कटु रूक्षोष्णं हृद्यं दीपनरोचनम् ।
दक्शुक्रकृमिहृत्तीक्ष्णं दोषोत्क्लेशकरं लघु ॥१०७॥

Kuthera, śigru, surasā, sumukha, āsuri, bhūtrna, phanijja, ārjaka, jambīra, etc. quando verdes absorvem a água, causam sensação de queimação durante o processo digestivo, são picantes, causam secura, são quentes na potência, boas para o coração (ou para a mente), estimulam a fome e o paladar, atacam a visão, o sêmen e os vermes (parasitas intestinais), penetram profundamente, causam leve aumento dos *doshas* e são facilmente digeríveis. [106-107]

हिध्माकासविष्वासपार्श्वरुक्पूतिगन्धहा ।
सुरसः सुमुखो नातिविदाही गरशोफहा ॥१०८॥

Surasā cura soluços, tosse, envenenamento, dispnéia, dores nos flancos e odor fétido (da boca, nariz, etc.)

Sumukhā não causa demasiada sensação de queimação, cura intoxicação por venenos artificiais (homicidas) e edema. [108]

आर्द्रिका तिक्तमधुरा मूत्रला न च पित्तकृत् ।

Ādraka (*kustumburu* verde) é amargo e doce no sabor, é diurético e não aumenta *pitta*.

लशुनो भृशतीक्ष्णोष्णः कटुपाकरसः सरः ॥१०९॥
हृद्यः केश्यो गुरुर्वृष्यः स्निग्धो रोचनदीपनः ।
भग्नसन्धानकृद्द्रव्यो रक्तपित्तप्रदूषणः ॥११०॥
किलासकुष्ठगुल्माशोमेहकिमिकफानिलान् ।
सहिध्मापीनसश्वासकासान् हन्ति रसायनम् ॥१११॥

Lasuna é extremamente penetrante (penetra profundamente nos tecidos), é quente na potência, picante no sabor e no *vipaka* (sabor no estágio final da digestão), promove o movimento dos intestinos, é benéfico para o coração (ou mente) e para os cabelos; é difícil de digerir, afrodisíaco, oleoso, melhora o paladar e a digestão, ajuda na consolidação de fraturas, promove o vigor, desequilibra extremamente o sangue e *pitta*, cura a leucodermia, a hanseníase (e outras doenças da pele), tumores abdominais, hemorróidas, diabetes, vermes, doenças causadas por *kapha* e *vāta*, soluços, secreção catarral crônica do nariz, dispnéia e tosse. É um rejuvenescedor do corpo. [109.2-111]

पलाण्डुस्तद्गुणन्यूनः श्लेष्मलो नातिपित्तलः ।

Palāndu é inferior em termos das qualidades mencionadas acima, aumenta *kapha*, mas não causa grande aumento de *pitta*. [112.1]

कफवातार्शसां पथ्यः स्वेदेऽभ्यवहृतौ तथा ॥११२॥
तीक्ष्णो गृञ्जनको ग्राही पित्तिनां हितकृन्नसः ।

Grñjanaka é mais indicado para pessoas que sofrem de hemorróidas causadas por *kapha* e *vāta*, para fomentação (da massa hemorroidária) e para alimentação; é penetrante, absorve água e não é indicado para aqueles que possuem predominância de *pitta*. [112.2-113.1]

दीपनः सूरणो रुच्यः कफघ्नो विशदो लघुः ॥११३॥
विशेषादर्शसां पथ्यः भूकन्दस्त्वतिदोषलः ।

Sūrana estimula a digestão, melhora o apetite, alivia *kapha*, não é oleoso, é fácil de digerir e é especialmente benéfico para o tratamento das hemorróidas; *bhūkañda* causa aumento excessivo de todos os *doshas*. [113.2-114.1]

पत्रे पुष्पे फले नाले कन्दे च गुरुता क्रमात् ॥११४॥
वरा शाकेषु जीवन्ती सार्षपं त्ववरं परम् ।
इति शाकवर्गः ।

As folhas, as flores, as frutas (não maduras), as folhas tubulares e os tubérculos são pesados (não são fáceis de digerir), em ordem sucessiva; *jīvantī* é o melhor e *sarsapa* é o pior dentre os vegetais folhosos. [114.2]

Assim termina a descrição do grupo dos vegetais.

Diferentes tipos de vegetais foram descritos nestes versos, alguns deles são identificados aqui, enquanto outros não o são; alguns foram utilizados no passado, mas não o são mais nos dias de hoje; alguns são encontrados apenas nas florestas e campos, enquanto outros são cultivados. Não é possível encontrar todos eles em todas as regiões do país. Além disso, algumas vezes é difícil conhecer a parte em especial da planta utilizada na alimentação, porque o termo “*śāka*” não é específico e é empregado com o significado de “vegetal” em um sentido generalizado. Pode-se presumir que sejam utilizadas as folhas, os brotos tenros, as flores, os ramos, as raízes, as frutas (não maduras), talos de tubérculos, tubérculos e sementes. Alguns também são ingeridos crus. Muitas variedades de sopas, temperos e acompanhamentos são preparados com

estes vegetais e utilizados principalmente como ingredientes auxiliares nos pratos principais, para aumentar o sabor e ajudar na digestão.

Muitos dos vegetais que são comuns nos dias de hoje não são encontrados na lista acima. Por exemplo, tomates, repolho, couve-flor, beterraba, etc. Suas qualidades e propriedades podem ser compreendidas pelo uso constante e pelo cuidadoso reconhecimento de seus efeitos sobre o corpo. Deve-se ter sempre em mente que todos os vegetais não produzem o mesmo efeito, na mesma intensidade em todas as pessoas, pois a constituição de cada uma é diferente pelo menos até certo ponto. Um vegetal que pode causar constipação em uma pessoa pode não causar tal efeito em outra. Assim, toda pessoa deve observar os bons e maus efeitos de cada vegetal utilizado, deve habituar-se àqueles que não o prejudiquem e evitar aqueles que lhe causem alterações prejudiciais. A sua utilização quando bem cozidos é sempre benéfica e aqueles que são utilizados crus devem ser bem lavados com água potável e a casca deve ser removida antes de serem utilizados. É ideal que sejam empregados apenas vegetais frescos.

VII. *Phala varga (grupo das frutas) [114.3-140.2]*

अथ फलवर्गः ।

द्राक्षा फलोत्तमा वृष्या चक्षुष्या सृष्टमूत्रविट् ॥११५॥

स्वादुपाकरसा स्निग्धा सकषाया हिमा गुरुः ।

निहन्त्यनिलपित्तास्रतिकास्यत्वमदात्ययान् ॥११६॥

तृष्णाकासश्रमश्वासस्वरभेदक्षतक्षयान् ।

Drāksā (uva) é a melhor das frutas, é afrodisíaca, boa para os olhos, ajuda na eliminação de urina e fezes, seu sabor é doce e seu sabor no estágio final da digestão também é doce, apresenta oleosidade, é levemente adstringente e fria na potência, sua digestão é difícil e cura doenças de *vāta*, *pitta* e *rakta*, elimina o sabor amargo da boca, a intoxicação, a sede, cura tosse, febre, dispnéia, rouquidão, lesões no pulmão e tuberculose. [115.2-117.1]

उद्विक्तपित्ताञ्जयति त्रीन्दोषान्स्वादु दाडिमम् ॥११७॥

पित्ताविरोधि नात्युष्णमम्लं वातकफापहम् ।

सर्वं हृद्यं लघु स्निग्धं प्राहि रोचनदीपनम् ॥११८॥

Dādima (romã) alivia *pitta* extremamente aumentado, em particular, e os outros *doshas* também; é uma fruta doce; a variedade azeda também não aumenta *pitta*, não é muito quente na potência e alivia *vāta* e *kapha*. Todas as variedades (de

dādima) são benéficas para o coração (ou a mente), são fáceis de digerir, oleosas, evita a eliminação de fluidos, estimula o apetite e a digestão. [117.2-118]

मोचखजूरपनसनारिकेलपरूषकम् ।
 आम्राततालकाश्मर्यराजादनमधूकजम् ॥११९॥
 सौवीरबदराङ्गोल्लफलगुश्मेष्मातक्रोद्धवम् ।
 वातामाभिषुकाक्षोडमुकूलकनिकोचकम् ॥१२०॥
 उरुमाणं प्रियालं च बृंहणं गुरु शीतलम् ।
 दाहक्षतक्षयहरं रक्तपित्तप्रसादनम् ॥१२१॥
 स्वादुपाकरसं स्निग्धं विष्टम्भि कफशुकृत् ।

Moca (banana), *kharjūra* (tâmara), *panasa* (jaca), *narikela* (coco), *parūsaka*, *āmrātaka*, *tāla*, *kasmarya*, *rājādana*, *madhūka*, *badara*, *añkola*, *phalgu*, *ślesmātaka*, *vātāma*, *abhisuka*, *aksoda*, *mukūlaka*, *nikocaka*, *urūmānam* e *priyāla* tornam o corpo vigoroso, não são fáceis de digerir, possuem potência fria, aliviam a sensação de queimação, curam a lesão pulmonar, a consumpção, as condições que apresentam sangramento, são doces no sabor e são doces também no sabor do estágio final da digestão, apresentam oleosidade, permanecem longo tempo no estômago sem que sejam digeridos, aumentam *kapha* e o sêmen. [119-122.1]

फलं तु पित्तलं तालं सरं काश्मर्यजं हिमम् ॥१२२॥
 शकृन्मूत्रविवन्धनं केश्यं मेध्यं रसायनम् ।

O fruto da *tāla* aumenta *pitta* e mobiliza os intestinos. Os frutos da *kāśmarya* são frios na potência, aliviam a obstrução de fezes e urina, são benéficos para os cabelos, aumentam a inteligência e são rejuvenescedores. [122.2-123.1]

वातामाद्युष्णवीर्यं तु कफपित्तकरं सरम् ॥१२३॥

Vātāma, etc. são quentes na potência, aumentam *kapha* e *pitta* e são laxantes. [123.2]

परं वातहरं स्निग्धमनुष्णं तु प्रियालजम् ।
 प्रियालमज्जा मधुरो वृध्यः पित्तानलापहः ॥१२४॥

Priyāla é eficaz no alívio de *vāta*, é oleosa, possui potência fria; sua polpa é doce, afrodisíaca, alivia *pitta* e *vāta*. [124]

कोलमज्जा गुणैस्तद्वत्तृच्छर्दिःकासजिच्च सः ।

Kola majja (parte carnosa da *kola*) possui (propriedades) semelhantes (à *priyāla majja*), alivia a sede, os vômitos e a tosse. [125.1]

पक्वं सुदुर्जरं बिल्वं दोषलं पूतिमाखतम् ॥१२५॥
दीपनं कफवातघ्नं बालं, ग्राह्युभयं च तत् ।

Bilva phala, quando madura, é difícil de digerir, aumenta os *doshas* e produz odor fétido nos flatos. Quando verde, a fruta estimula a digestão, alivia *vāta* e *kapha*; ambas absorvem água. [125.2-126.1]

कपित्थमामं कण्ठघ्नं दोषलं, दोषघाति तु ॥१२६॥
पक्वं हिध्मावमथुजित्, सर्वं ग्राहि विषापहम् ।

Āma kapitha (a fruta verde da *kapitha*) é ruim para a garganta e aumenta todos os três *doshas*. *Pakva kapitha* (a fruta madura) alivia os *doshas*, alivia o soluço e os vômitos. Ambas absorvem água e são antitóxicas. [126.2-127.1]

जाम्बवं गुरु विष्टम्भि शीतलं भृशवातलम् ॥१२७॥
सङ्ग्राहि मूत्रशकृतोरकण्ठ्यं कफपित्तजित् ।

Jāmbava (a fruta da planta *jambu*) não é fácil de digerir, permanece longo tempo no estômago, é fria na potência, provoca aumento de *vāta*, especialmente, absorve água da urina e das fezes, é ruim para a garganta e alivia *kapha* e *pitta*. [127.2-128.1]

वातपित्तास्रकृद्बालं, वद्धास्थि कफपित्तकृत् ॥१२८॥
गुर्वाघ्नं वातजित्पक्वं स्वाद्मलं कफशुकृत् ।

Bāla āmra (a manga tenra, verde) aumenta *vāta*, *rakta* e *pitta*; quando sua semente está formada, aumenta *kapha* e *pitta*; quando está madura não é fácil de digerir, alivia *vāta*, aumenta *kapha* e o sêmen. [128.2-129.1]

वृक्षाम्लं ग्राहि रूक्षोष्णं वातश्लेष्महरं लघु ॥१२९॥

Vrksāmla (fruta) impede a eliminação de fluidos, possui potência quente, seca, alivia *vāta* e *kapha* e é fácil de digerir. [129.2]

शम्या गुरुष्णं केशघ्नं रूक्षम् पीलु तु पित्तलम् ।

Śamyā (fruto de *śamī*) não é fácil de digerir, possui potência quente, prejudica (destrói) os cabelos e causa *secura*. [130.1]

कफवातहरं भेदि प्लीहार्षःकृमिगुल्मनुत् ॥१३०॥
सतिकं स्वादु यत्पीलु नात्युष्णं तन्निदोषजित् ।

Pīlu aumenta *pitta*, alivia *kapha* e *vāta*, é purgativo, cura doenças do baço, hemorróidas, vermes, tumores abdominais. A variedade de *pīlu* que possui sabores doce e amargo não é muito quente na potência e alivia os três *doshas*. [130.2-131.1]

त्वक्तिककटुका स्निग्धा मातुलुङ्गस्य वातजित् ॥१३१॥
बृंहणं मधुरं मांसं वातपित्तहरं गुरु ।
लघु तत्केसरं कासश्वासहिध्मामदात्ययान् ॥१३२॥
आस्यशोषानिलश्लेष्मचिवन्धच्छर्द्यरोचकान् ।
गुल्मोदरार्शःशूलानि मन्दाग्नित्वं च नाशयेत् ॥१३३॥

A pele da fruta *mātulunga* é amarga, picante e oleosa, alivia *vāta*; sua porção carnosa aumenta a corpulência, tem sabor doce, alivia *vāta* e *pitta* e não é fácil de digerir; seu broto é fácil de digerir, cura a tosse, a dispnéia, soluços, intoxicação alcoólica, *secura* da boca, doenças de *vāta* e *kapha*, constipação, vômitos, perda de sabor, tumor abdominal, aumento do abdome, hemorróidas, cólicas e dispepsia. [131.2-133]

भल्लातकस्य त्वङ्गांसं बृंहणं स्वादु शीतलम् ।
तदस्थ्यग्निसमं मेभ्यं कफवातहरं परम् ॥१३४॥

A casca externa e a polpa da fruta *bhallātaka* aumenta a corpulência, possui sabor doce e é fria na potência; sua semente possui propriedades como as do fogo, aumenta a inteligência e alivia efetivamente *kapha* e *vāta*. [134]

स्वाद्मलं शीतमुष्णं च द्विधा पालेवतं गुरु ।
रुच्यमत्यग्निशमनम्

A fruta *pālevata* que tem sabor doce é fria na potência, enquanto aquela que possui sabor azedo é quente; ambas são difíceis de digerir, aumentam o paladar e curam doenças causadas pelo excesso de atividade digestiva. [135.1-135.2]

रुच्यं मधुरमारुकम् ॥१३५॥
पक्वमाशु जरां याति नात्युष्णगुरुदोषलम् ।

A fruta *ārūka* aumenta o paladar e é doce; a fruta madura promove a digestão rapidamente, não é muito quente na potência, às vezes é difícil de digerir e aumenta os *doshas*. [135.2-136.1]

द्राक्षापरूषकं चार्द्रमम्लं पित्तकफप्रदम् ॥१३६॥
गुरूष्णवीर्यं वातघ्नं सरं सकरमर्दकम् ।

Drāksā, *parūsaka* e *karamardaka*, quando verdes (imaturas) são azedas, aumentam *pitta* e *kapha*, são difíceis de digerir, são quentes na potência, aliviam *vāta* e são laxantes. [136.2-137.1]

तथाऽम्लं कोलकर्कन्धुलकुचाप्रातकारुकम् ॥१३७॥
पेरावतं दन्तशठं सतूदं मृगलिण्डिकम् ।
नातिपित्तकरं पक्वं शुष्कं च करमर्दकम् ॥१३८॥

Kola, *karkañdhu*, *lakuca*, *āmrātaka*, *ārūka*, *airāvata*, *dañtaśatha*, *satūda*, *mrgālindaka* são azedas e não aumentam demasiadamente *pitta*. A fruta *karamardaka* madura e seca também não causa grande aumento de *pitta* (ou seja, causa um leve aumento). [137.2-138]

दीपनं भेदनं शुष्कमम्लीकाकोलयोः फलम् ।
तृष्णाश्रमक्लमच्छेदि लघ्विष्टं कफवातयोः ॥१३९॥

As frutas *amlīkā* e *kola* melhoram a digestão, causam purgações, curam a sede, a fadiga, a exaustão; são fáceis de digerir e aliviam *kapha* e *vāta*. [139]

फलानामवरं तत्र लकुचं सर्वदोषकृत् ।
इति फलवर्गः ।

Lakuca phala é a pior dentre todas as frutas e aumenta todos os *doshas*. Assim termina o grupo das frutas. [140.1-140.2]

Dentre as frutas enumeradas até agora, a maioria delas continua em uso até os dias de hoje e poucas não são encontradas em áreas urbanas. Algumas espécies novas de frutas, como abacaxi, sapoti, mamão papaia e outras, também são utilizadas atualmente. As qualidades e propriedades destas novas espécies podem ser compreendidas com o uso repetido.

Varjya (alimentos que devem ser evitados) [140.3-143.1]

हिमानलोष्णदुर्वातभ्याललालादिदूषितम् ॥१४०॥
 जन्तुजुष्टं जले मग्नमभूमिजमनार्तवम् ।
 अन्यधान्ययुतं हीनवीर्यं जीर्णतयाऽति च ॥१४१॥
 धान्यं त्यजेत्तथा शाकं रूक्षसिद्धमकोमलम् ।
 असञ्जातरसं तद्वच्छुष्कं चान्यत्र मूलकात् ॥१४२॥
 प्रायेण फलमप्येवं तथाऽऽमं बिल्ववर्जितम् ।

Grãos que se estragaram pelo congelamento, pelo vento forte, pelo calor do sol, pela poluição do ar, por saliva de cobra e de outros répteis, que estão infestados com vermes, que ficaram sob a água por muito tempo, que não se desenvolveram no terreno próprio para eles (mas sim em terrenos próprios para outros tipos de grãos), que brotaram fora da estação, que estão misturados com outros grãos e que perderam suas propriedades por estarem muito velhos devem ser evitados.

Da mesma forma, os pratos preparados com vegetais aos quais não foi acrescentado material gorduroso (óleo ou *ghee*) e os vegetais que são muito duros, mesmo após o cozimento, devem ser evitados.

Vegetais tenros que não desenvolveram seu sabor normal e que se tornaram secos não devem ser utilizados, com exceção do vegetal *mūlaka*. O mesmo para as frutas, com exceção de *āmabilva* (*bilva* verde). [140.3-143.1]

VIII. Ausadha varga (grupo das drogas) [143.2-172.1]

अथौषधवर्गः ।

विष्यन्दि लवणं सर्वं सूक्ष्मं सृष्टमलं मृदु ॥१४३॥
 घातघ्नं पाकि तीक्ष्णोष्णं रोचनं कफपित्तकृत् ।

Todos os sais são *visyañḍī* (produzem mais secreções nos tecidos), *sūksma* (penetram nos minúsculos poros), ajudam no suave/fácil movimento das fezes, aliviam *vāta*, auxiliam na digestão, são penetrantes, aumentam *kapha* e *pitta*. [143.2-144.1]

सैन्धवं तत्र सस्वादु वृष्यं हृद्यं त्रिदोषनुत् ॥१४४॥
लवणुष्णं दृशः पथ्यमविदाह्यग्निदीपनम् ।

Entre eles, o sal *saindhava* é levemente doce, afrodisíaco, benéfico para o coração (ou a mente), alivia os três *doshas*, é facilmente digerido, não é quente na potência, é benéfico para a saúde, não causa sensação de queimação durante a digestão e estimula o processo digestivo. [144.2-145.1]

लघु सौवर्चलं हृद्यं सुगन्ध्युद्गारशोधनम् ॥१४५॥
कटुपाकं विबन्धघ्नं दीपनीयं रुचिप्रदम् ।

Sauvarcala é fácil de digerir, é benéfico para o coração (ou a mente), possui odor agradável, purifica os arrotos, é picante no estágio final da digestão, alivia a prisão de ventre, estimula a digestão e promove o sabor. [15.2-146.1]

ऊर्ध्वाधकफघ्नानुलोमनं दीपनं विडम् ॥१४६॥
विबन्धानाहृष्टिष्टम्भशूलगौरवनाशनम् ।

Bida produz tanto movimentação ascendente como descendente de *kapha* e *vāta*, estimula a digestão, cura prisão de ventre, flatulência, obstrução de flatos, cólicas e sensação de peso (no abdome). [146.2-147.1]

विपाके स्वादु सामुद्रं गुरु श्लेष्मविवर्धनम् ॥१४७॥

Sāmudra é doce no estágio final da digestão, não é fácil de digerir e aumenta *kapha*. [147.2]

सतिक्तकटुकक्षारं तीक्ष्णमुत्क्लेदि चोद्भिदम् ।

Audbhida é levemente amargo, picante e alcalino no sabor, penetra profundamente e aumenta as secreções. [148.1]

कृष्णे सौवर्चलगुणा लवणे गन्धवर्जिताः ॥१४८॥

Todos os sais são visíveis (produzem suas secreções nos tecidos) e são

(penetram nos minúsculos poros), ajudam no suave/fácil movimento das fezes, aliviam *vāta*, auxiliam na digestão, são penetrantes, aumentam *kapha* e *pitta*. [143.2-144.1]

सैन्धवं तत्र सस्वादु वृष्यं हृद्यं त्रिदोषनुत् ॥१४४॥
लवणुष्णं दृशः पथ्यमविदाह्यग्निदीपनम् ।

Entre eles, o sal *saindhava* é levemente doce, afrodisíaco, benéfico para o coração (ou a mente), alivia os três *doshas*, é facilmente digerido, não é quente na potência, é benéfico para a saúde, não causa sensação de queimação durante a digestão e estimula o processo digestivo. [144.2-145.1]

लघु सौवर्चलं हृद्यं सुगन्ध्युद्गारशोधनम् ॥१४५॥
कटुपाकं विबन्धघ्नं दीपनीयं रुचिप्रदम् ।

Sauvarcala é fácil de digerir, é benéfico para o coração (ou a mente), possui odor agradável, purifica os arrotos, é picante no estágio final da digestão, alivia a prisão de ventre, estimula a digestão e promove o sabor. [15.2-146.1]

ऊर्ध्वाधःकफघातानुलोमनं दीपनं बिडम् ॥१४६॥
विवन्धानाहृष्टिष्टम्भशूलगौरवनाशनम् ।

Bida produz tanto movimentação ascendente como descendente de *kapha* e *vāta*, estimula a digestão, cura prisão de ventre, flatulência, obstrução de flatos, cólicas e sensação de peso (no abdome). [146.2-147.1]

विपाके स्वादु सामुद्रं गुरु श्लेष्मविवर्धनम् ॥१४७॥

Sāmudra é doce no estágio final da digestão, não é fácil de digerir e aumenta *kapha*. [147.2]

सतिककटुकक्षारं तीक्ष्णमुत्क्लेदि चोद्भिदम् ।

Audbhida é levemente amargo, picante e alcalino no sabor, penetra profundamente e aumenta as secreções. [148.1]

कृष्णे सौवर्चलगुणा लवणे गन्धवर्जिताः ॥१४८॥

Todos os sais são *visyañdī* (produzem mais secreções nos tecidos), *sūksma* (penetram nos minúsculos poros), ajudam no suave/fácil movimento das fezes, aliviam *vāta*, auxiliam na digestão, são penetrantes, aumentam *kapha* e *pitta*. [143.2-144.1]

सैन्धवं तत्र सस्वादु वृष्यं हृद्यं त्रिदोषनुत् ॥१४४॥
लवणुष्णं दृशः पथ्यमविदाह्यग्निदीपनम् ।

Entre eles, o sal *saindhava* é levemente doce, afrodisíaco, benéfico para o coração (ou a mente), alivia os três *doshas*, é facilmente digerido, não é quente na potência, é benéfico para a saúde, não causa sensação de queimação durante a digestão e estimula o processo digestivo. [144.2-145.1]

लघु सौवर्चलं हृद्यं सुगन्ध्युद्गारशोधनम् ॥१४५॥
कटुपाकं विवन्धघ्नं दीपनीयं रुचिप्रदम् ।

Sauvarcala é fácil de digerir, é benéfico para o coração (ou a mente), possui odor agradável, purifica os arrotos, é picante no estágio final da digestão, alivia a prisão de ventre, estimula a digestão e promove o sabor. [15.2-146.1]

ऊर्ध्वाधःकफवातानुलोमनं दीपनं विडम् ॥१४६॥
विवन्धानाहृष्टिष्टम्भशूलगौरवनाशनम् ।

Bida produz tanto movimentação ascendente como descendente de *kapha* e *vāta*, estimula a digestão, cura prisão de ventre, flatulência, obstrução de flatos, cólicas e sensação de peso (no abdome). [146.2-147.1]

विपाके स्वादु सामुद्रं गुरु श्लेष्मविवर्धनम् ॥१४७॥

Sāmudra é doce no estágio final da digestão, não é fácil de digerir e aumenta *kapha*. [147.2]

सतिककटुकक्षारं तीक्ष्णमुत्क्लेदि चोद्भिदम् ।

Audbhida é levemente amargo, picante e alcalino no sabor, penetra profundamente e aumenta as secreções. [148.1]

कृष्णे सौवर्चलगुणा लवणे गन्धवर्जिताः ॥१४८॥

Krsna lavana possui propriedades semelhantes às de *sauvarcala*, exceto o odor. [148.2]

रोमकं लघु, पांसूत्थं सक्षारं श्लेष्मलं गुरु ।

Romaka é de fácil digestão; *pāmsūttha* é levemente alcalino, aumenta *kapha* e não é fácil de digerir. [149.1]

लवणानां प्रयोगे तु सैन्धवादि प्रयोजयेत् ॥१४९॥

Sempre que os sais (*lavanās*) estiverem indicados como ingredientes (nas fórmulas medicinais), é preferível começar com *saindhava*. [149.2]

Palavras como *dvilavana* (dois sais), *trilavana* (três sais), *lavana catuska* (quatro sais), *pañca lavana* (cinco sais) são encontradas na composição de algumas fórmulas medicinais. Nestas formulações, deve-se adicionar primeiro *saindhava* e depois os demais sais, na ordem citada.

गुल्महृद्ग्रहणीपाण्डुप्लीहानाहगलामयान् ।

श्वासारःकफकासांश्च शमयेद्यवशूकजः ॥१५०॥

Yava śūkaja (*ksāra* de semente de cevada ou *yavaksara*, simplesmente) alivia os tumores abdominais, as doenças do coração, as doenças duodenais, anemias, doenças do baço, distensão abdominal, doenças da garganta, dispnéia, hemorróidas e tosse causadas por *kapha*. [150]

Há dois tipos de *yavaksāra*, ou seja, aquele preparado com as cinzas das espigas do grão de cevada (descrita acima) e um outro, um mineral (carbonato de potássio).

क्षारः सर्वश्च परमं तीक्ष्णोष्णः कृमिजिह्वघ्नः ।

पित्तासृग्दूषणः पाकी छेद्यहृद्यो विदारणः ॥१५१॥

अपथ्यः कटुलावण्याच्छुक्रौजःकेशचक्षुषाम् ।

Todas as preparações denominadas *ksāras* (alcalinas) são muito penetrantes, muito quentes na potência, destroem vermes (bactérias, etc.), são fáceis de digerir, desequilibram *pitta* e *asrk* (sangue), auxiliam na digestão de outras substâncias, ajudam a dissolver massas duras, não são benéficas para o coração, perfuram os tecidos; como são picantes e salgadas no sabor, não são benéficas

para o sêmen, o *ojas* (essência dos tecidos), os cabelos e os olhos (visão). [151-152.1]

Ksāras são substâncias alcalinas de dois tipos, a saber, naturais e artificiais. *Ksāras* naturais são os minerais e os minérios de cálcio, potássio, sódio, etc. em diferentes combinações. *Ksāras* artificiais são aqueles preparados a partir das cinzas de certas plantas (*yava*, *apāmārga*), produtos animais como urina (de vaca), fezes (de cabra), etc. Ambas as variedades são cáusticos alcalinos com propriedades de destruir os tecidos por penetrar profundamente em seu interior. A vantagem desta propriedade é utilizada no tratamento de crescimentos teciduais anormais (tumores, massas hemorroidárias), de lesões e úlceras, etc. para destruir crescimentos excessivos, bactérias patogênicas, etc. O *Āyurveda* descreve seu uso tanto nas aplicações externas (*pratisārana*) como em formulações para uso interno (*pānīya*).

हिङ्गु वातकफानाहशूलघ्नं पित्तकोपनम् ॥१५२॥
कटुपाकरसं रुच्यं दीपनं पाचनं लघु ।

Hiṅgu alivia *vāta* e *kapha*, cura a distensão abdominal e as cólicas, aumenta *pitta*, seu sabor é picante e o sabor no estágio final da digestão também é picante, aumenta o paladar, a fome, promove a digestão e é fácil de digerir. [152.2-153.1]

कषाया मधुरा पाके रुक्षा विलवणा लघुः ॥१५३॥
दीपनी पाचनी मेभ्या वयसः स्थापनी परम् ।
उष्णवीर्या सराऽऽयुष्या बुद्धीन्द्रियबलदा ॥१५४॥
कुष्ठवैवर्ण्यवैस्वर्यपुराणविषमज्वरान् ।
शिरोऽक्षिपाण्डुहृद्रोगकामलाग्रहणीगदान् ॥१५५॥
सशोषशोफातीसारमेदमोहवमिक्रिमीन् ।
श्वासकासप्रसेकार्शःप्लीहानाहगरोदरम् ॥१५६॥
विवन्धं स्रोतसां गुल्ममूरुस्तम्भमरोचकम् ।
हरीतकी जयेद्व्याधीस्तांस्तांश्च कफवातजान् ॥१५७॥

Harītakī é adstringente, doce no final da digestão, seco (causa *secura*), não possui sabor salgado (mas possui os outros cinco sabores), é fácil de digerir, estimula a fome, ajuda na digestão, aumenta a inteligência, é o melhor para manter a juventude, sua potência é quente, laxante, proporciona longevidade, vigor para a mente e para os órgãos sensoriais, cura a hanseníase (e outras doenças da pele), alterações da coloração, distúrbios da voz, febre crônica intermitente, doenças da cabeça e dos olhos, anemia, doenças do coração,

ictericia, doenças do duodeno, consunpção, edema, diarréia, obesidade, desmaios, vômitos, vermes (parasitas intestinais), dispnéia, tosse, salivação excessiva, hemorróidas, doenças do baço, distensão do abdome, aumento do abdome, obstrução dos canais, tumores abdominais, rigidez da coxa, perda do apetite (anorexia) e muitas outras doenças causadas pelo (aumento de) *kapha* e *vāta*. [153.2-157]

तद्वदामलकं शीतमम्लं पित्तकफापहम् ।

Āmalaka é semelhante (em todas as propriedades), é fria na potência e alivia *pitta* e *kapha*. [158.1]

कटु पाके हिमं केश्यमक्षमीषच्च तद्गुणम् ॥१५८॥

Aksa (vibhītaka) é picante no final da digestão, é fria na potência, é benéfica para os cabelos e possui propriedades semelhantes (a *harītakī* e *āmalaka*) mas (a um nível) ligeiramente menor. [158.2]

इयं रसायनवरा त्रिफलाऽक्ष्यामयापहा ।

रोपणी त्वग्गदक्लेदमेदोमेहकफान्नजित् ॥१५९॥

Assim, a combinação *triphalā (harītakī, āmalaka e vibhītakī)* é o melhor rejuvenescedor do corpo, cura doenças dos olhos, cura ulcerações e doenças da pele, cura o excesso de umidade do corpo, a obesidade, o diabetes, o aumento de *kapha* e *asrk* (sangue). [159]

सकेसरं चतुर्जातं त्वक्पत्रैलं त्रिजातकम् ।

पित्तप्रकोपि तीक्ष्णोष्णं रूक्षं रोचनदीपनम् ॥१६०॥

A combinação de *tvak, patra e elā* é conhecida como *trijātaka* e, juntamente com *keśara*, formam a preparação *caturjāta(ka)*. Eles causam aumento de *pitta*, são penetrantes, quentes na potência, secos (causam *secura*), aumentam o paladar e a fome. [160]

रसे पाके च कटुकं कफघ्नं मरिचं लघुम् ।

Marica é picante, tanto no sabor primário como no sabor que apresenta no estágio final da digestão, alivia o *kapha* em estado aumentado e é fácil de digerir. [161.1]

श्लेष्मला स्वादुशीताऽऽर्द्रा गुर्वी स्निग्धा च पिप्पली ॥१६१॥
 सा शुष्का विपरीताऽतः स्निग्धा वृष्या रसे कटुः ।
 स्वादुपाकाऽनिलश्लेष्मश्वासकासापहा सरा ॥१६२॥
 न तामत्युपयुञ्जीत रसायनविधिं विना ।

Pippalī, quando está verde, aumenta *kapha*, é doce no sabor e fria na potência, não é fácil de digerir e é oleosa. A mesma substância, quando seca, torna-se o oposto (quanto às propriedades apresentadas quando no estado verde) e, portanto, é oleosa, afrodisíaca, picante no sabor, doce no estágio final da digestão, alivia *anila (vāta)*, *ślesma (kapha)*, a dispnéia e a tosse; é laxante, não deve ser utilizada em excesso (por um longo período), sem que seja seguido o regime da terapia de rejuvenescimento. [161.2-163.1]

नागरं दीपनं वृष्यं ग्राहि हृद्यं विबन्धनुत् ॥१६३॥
 रुच्यं लघु स्वादुपाकं स्निग्धोष्णं कफवातजित् ।

Nāgara (śunthī) aumenta a fome, é afrodisíaca, absorve água, é benéfica para o coração (ou a mente), alivia a prisão de ventre, melhora o sabor, é facilmente digerido, é doce no final da digestão, oleosa, quente na potência e alivia *kapha* e *vāta*. [163.2-164.1]

तद्गदार्द्रकमेतच्च त्रयं त्रिकटुकं जयेत् ॥१६४॥
 स्थौल्याग्निमदनश्वासकासश्लीपदपीनसान् ।

Ārdraka (śunthī) em seu estado verde) é semelhante. Os três (*marica*, *pippalī* e *śunthī*) são conhecidos como *trikatu*. Esta combinação cura a obesidade, a dispnéia, a dispepsia, a tosse, a infestação por filária e a secreção catarral crônica do nariz. [164.2-165.1]

चविकापिप्पलीमूलं मरिचाल्पान्तरं गुणैः ॥१६५॥

Cavikā e *pippalīmūla* possuem qualidades e propriedades semelhantes à *marica*, mas são inferiores. [165.2]

चित्रकोऽग्निसमः पाके शोफार्शःकृमिकुष्ठहा ।

Citraka é semelhante ao fogo na digestão das coisas e cura o edema, as hemorróidas, os vermes e a hanseníase (e outras doenças de pele). [166.1]

पञ्चकोलकमेतच्च मरिचेन विना स्मृतम् ॥१६६॥
गुल्मप्लीहोदरानाहशूलघ्नं दीपनं परम् ।

As drogas acima (*pippalī*, *pippalīmūla*, *cavya*, *citraka* e *nāgara*), com exceção de *marica*, são conhecidas como *pañcakolaka*; curam tumores abdominais, doenças do baço, aumento do abdome, distensão e cólicas, e são as melhores para promover a fome e a digestão. [166.2-167.1]

बिल्वकाश्मर्यतर्कारीपाटलाटिण्डुकैर्महत ॥१६७॥
जयेत्कषायतिकोष्णं पञ्चमूलं कफानिलौ ।

Bilva, *kāśmarya*, *tarkārī*, *pātalā* e *tintuka* (*śyonaka*) são conhecidas como *mahat pañcamūla*. As drogas deste grupo são adstringentes e amargas no sabor, quentes na potência e aliviam *kapha* e *anila* (*vāta*). [167.2-168.1]

ह्रस्वं बृहत्त्यंशुमतीद्वयगोक्षुरकैः स्मृतम् ॥१६८॥
स्वादुपाकरसं नातिशीतोष्णं सर्वदोषजित् ।

Brhatīdvaya (*brhati* e *kantakārī*), *amśumatīdvaya* (*śālaparnī* e *prśniparnī*) e *goksuraka* são conhecidas como *hrasva pañcamūla*. Elas são doces no sabor primário e no sabor do estágio final da digestão, não são nem muito quentes nem muito frias na potência e aliviam todos os *doshas*. [168.2-169.1]

बलापुनर्नवैरण्डशूर्पपर्णीद्वयेन तु ॥१६९॥
मध्यमं कफवातघ्नं नातिपित्तकरं सरम् ।

Balā, *punarnavā*, *eranda*, *śūrpaparnīdvaya* (*māsaparnī* e *mudgaparnī*) formam o grupo *madhyama pañcamūla*. Elas aliviam *kapha* e *vāta*, não aumentam excessivamente *pitta* e são laxantes. [169.2-170.1]

अभीरुवीराजीवन्तीजीवकर्षभकैः स्मृतम् ॥१७०॥
जीवनाह्यं तु चक्षुष्यं वृष्यं पित्तानिलापहम् ।

Abhīru, *vīrā*, *jīvantī*, *jīvaka* e *rsabhaka* formam o grupo das substâncias *jīvana pañcamūla*. Elas são benéficas para os olhos, são afrodisíacas e aliviam *pitta* e *anila* (*vāta*). [170.2-171.1]

तृणाख्यं पित्तजिह्वर्भकासेक्षुशरशालिभिः ॥१७१॥
इत्यौषधवर्गः ।

Trnākhyā (trna pañcamūla) inclui *darbha*, *kāśa*, *iksu*, *śara* e *śāli* e são substâncias que aliviam *pitta*. [171.2-172.1]

शूकशिम्बीजपक्वान्मांसशाकफलौषधैः ।
वर्गितैरन्नलेशोऽयमुक्तो नित्योपयोगिकः ॥१७२॥

Assim foram descritas, em resumo, as substâncias utilizadas rotineiramente como alimentos, em grupos como *śūka*, *śimbī*, *pakvāna*, *māmsa*, *śāka*, *phala* e *ausadha*. [172.2-172.3]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटावरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थानेऽन्नस्वरूपविज्ञानीयो नाम षष्ठोऽध्यायः ॥ ६ ॥

Assim termina o sexto capítulo conhecido como “*Annasvarūpa Vijñāniya* (A natureza dos alimentos sólidos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (VI)

CAPÍTULO VII

सप्तमोऽध्यायः

ANNARAKSADHYAYA
(Proteção dos alimentos)

अथातोऽन्नरक्षाध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Annaraksādhyaya* (Proteção dos alimentos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Prānācārya (O médico real) [1]

राजा राजगृहासन्ने प्राणाचार्यं निवेशयेत् ।
सर्वदा स भवत्येवं सर्वत्र प्रतिजागृविः ॥ १ ॥

O rei deve providenciar que a residência do *prānācārya* (médico) fique próxima do palácio de forma que ele (o médico) possa estar vigilante com todas as coisas em todos os momentos. [1]

अन्नपानं विषाद्रक्षेद्विशेषेण महीपतेः ।
योगक्षेमौ तदायत्तौ धर्माद्या यन्निबन्धनाः ॥ २ ॥

Os alimentos e as bebidas do rei devem estar protegidas de venenos, porque seu bem-estar e sua saúde dependem deles (dos alimentos e das bebidas) e a retidão, etc. são condicionadas por estes dois aspectos (o bem-estar e a saúde). [2]

Savisa annapāna laksana (características das bebidas e alimentos envenenados) [3-12.1]

ओदनो विषवान् सान्द्रो यात्याविस्राव्यतामिव ।
 चिरेण पच्यते पक्वो भवेत्पर्युषितोपमः ॥ ३ ॥
 मयूरकण्ठतुल्योष्मा मोहमूर्च्छाप्रसेककृत् ।
 हीयते वर्णगन्धाद्यैः क्लिद्यते चन्द्रिकाचितः ॥ ४ ॥

O arroz fervido que está misturado com veneno torna-se espesso e não cai (do recipiente), demora longo tempo para cozinhar; quando cozido, torna-se úmido (estragado) rapidamente, emite chamas (quando lançado ao fogo) que se assemelham à cor do pescoço do pavão (azul), produz delírio, desmaios e salivação (excessiva, quando consumido), perde (rapidamente) sua coloração, sabor, etc., torna-se aguado e repleto de partículas brilhantes. [3-4]

व्यञ्जनान्याशु शुष्यन्ति ध्यामकाथानि तत्र च ।
 हीनाऽतिरिक्ता विकृता छाया दृश्येत नैव वा ॥ ५ ॥
 फेनोर्ध्वराजीसीमन्ततन्तुबुद्बुदसम्भवः ।
 विच्छिन्नविरसा रागाः खाण्डवाः शाकमामिषम् ॥ ६ ॥

Os condimentos (dos alimentos que acompanham o prato principal) secam-se rapidamente e tornam-se sujos, as imagens (reflexos) vistas nos mesmos parecem deficientes, aumentadas, anormais ou não podem ser observadas; espuma e linhas aparecem em sua superfície e nas bordas e podem surgir fios e bolhas. *Rāgas* (xaropes doces), *khāndava* (pudins doces), vegetais e carnes tornam-se alterados (as porções líquidas e sólidas tornam-se separadas) e adquirem um sabor desagradável. [5-6]

नीला राजी रसे, ताम्रा क्षीरे, दधनि दृश्यते ।
 श्यावा, ऽऽपीतासिता तत्रे, घृते पानीयसन्निभा ॥ ७ ॥
 मस्तुनि स्यात्कपोताभा, राजी कृष्णा तुषोदके ।
 काली मद्याम्भसोः, क्षौद्रे हरितैलेऽरुणोपमा ॥ ८ ॥
 पाकः फलानामामानां पक्वानां परिकोथनम् ।
 द्रव्याणामार्द्रशुष्काणां स्यातां म्लानिविवर्णते ॥ ९ ॥
 मृद्नां कठिनानां च भवेत्स्पर्शविपर्ययः ।

माल्यस्य स्फुटिताग्रत्वं ग्लानिर्गन्धान्तरोद्भवः ॥१०॥
 ध्याममण्डलता वस्त्रे, शदनं तन्तुपक्ष्मणाम् ।
 धातुमौक्तिकाष्टाश्मरत्नादिषु मलाक्तता ॥११॥
 स्नेहस्पर्शप्रमाहानिः, सप्रभत्वं तु मृण्मये ।

Linhas azuis aparecem no caldo de carne, linhas cor de cobre são vistas no leite e linhas negras, no *dadhi* (iogurte, coalhada); linhas amarelas, na manteiga; linhas que parecem água, no *grhta* (*ghee*, manteiga), linhas semelhantes a pombos aparecem sobre o *mastu* (soro do leite); linhas azul-escuras, sobre *tusodaka* (bebida azeda preparada com cevada integral); linhas pretas, sobre vinhos e sobre a água; linhas verdes, no mel; e linhas vermelhas, sobre óleos. Frutas verdes, amadurecem (rapidamente) e as maduras ficam maduras demais e se decompõem, substâncias que são verdes e as que são secas adquirem aparência esmaecida e descolorida, respectivamente; substâncias moles e duras se alteram e adquirem qualidades opostas.

As flores das guirlandas ficam despedaçadas em suas bordas, opacas e adquirem outros odores (que não os característicos).

Manchas de sujeira aparecem sobre os tecidos (vestidos e outras indumentárias), suas linhas e bainhas ficam mofadas.

(Recipientes, etc. feitos de) metal, pérolas, madeira, pedra, pedras preciosas, etc. tornam-se sujos e perdem sua suavidade ao tato e seu brilho. Aqueles feitos de barro adquirem brilho. [5-12.1]

Visada laksana (características da pessoa que envenena) [12.2-13.1]

विषदः श्यावशुष्कास्यो विलक्षो वीक्षते दिशः ॥१२॥
 स्वेदवेपथुमांस्त्रस्तो भीतः स्खलति जृम्भते ।

A pessoa que coloca o veneno (administra venenos de qualquer forma) terá sua face negra (descolorida) e seca (desprovida de compleição), é tímida, olha para os lados (com medo), apresenta sudorese, tremores, perde o vigor, é medrosa, falha (em ações como conversar, caminhar, etc.) e boceja muito. [12.2-13.1]

Visānna parīksā (teste para alimentos envenenados) [13.2-14.1]

प्राप्यान्नं सविषं त्वग्निरेकावर्तः स्फुटत्यति ॥१३॥
 शिखिकण्ठाभधूमाद्विरनर्चिर्वोऽग्रगन्धवान् ।

Quando o alimento envenenado é jogado ao fogo, este emite uma chama só (sem rodopios), faz muito ruído crepitante, a chama e a fumaça que emergem assemelham-se ao pescoço do pavão (de coloração azul) ou nenhuma chama aparece e o odor que exala é muito forte. [13.2-14.1]

म्रियन्ते मक्षिकाः प्राश्य काकः क्षामस्वरो भवेत् ॥१४॥
 उत्क्रोशन्ति च दृष्ट्वैतच्छुक्रदात्यूहसारिकाः ।
 हंसः प्रस्रलति, ग्लानिर्जीवञ्जीवस्य जायते ॥१५॥
 चकोरस्याऽक्षिचैराग्यं, क्रौञ्चस्य स्यान्मंदोदयः ।
 कपोतपरभृद्क्षचक्रवाका जहत्यसून् ॥१६॥
 उद्वेगं याति मार्जारः, शकृन्मुञ्चति वानरः ।
 हृष्येन्मयूरस्तदृष्ट्या मन्दतेजो भवेद्विषम् ॥१७॥
 इत्यन्नं विषवज्ज्ञात्वा त्यजेदेवं प्रयत्नतः ।
 यथा तेन विषद्यैरन्नपि न क्षुद्रजन्तवः ॥१८॥

Ao ingerir um alimento (envenenado), as moscas morrem, o corvo perde sua voz, o *śuka* (periquito), a *dātyūha* (galinhola) e o *sārikā* (*mynah* comum) começam a assobiar assim que avistam (o alimento envenenado), o *hamsa* (cisne) perde seu jeito de andar, a *jivañjīva* (perdiz) fica exausta; os olhos do *cakora* (faisão grego) ficam vermelhos, a *krauñca* (garça do lago) torna-se intoxicada (eufórica); *kapota* (pombos), *parabhrit* (cucos) e *cakravāka* (tadornos vermelhos) morrem; o *mānjāra* (gato) torna-se irritado, o *vānara* (macaco) elimina fezes; *mayūra* (pavão) torna-se eufórico ao avistar (o alimento envenenado) e com seu olhar, o veneno perde a força; ao saber, através destes testes, que o alimento está envenenado, ele deve ser evitado e desprezado de tal maneira que mesmo os pequenos animais não tenham problemas com o veneno ali colocado. [14.2-18]

Visānnaja vikārāh (doenças causadas por venenos) [19-26]

स्पृष्टे तु कण्डूदाहोषाज्वरार्तिस्फोटसुप्तयः ।
 नखरोमच्युतिः शोफः, सेकाद्या विषनाशनाः ॥१९॥
 शस्तास्तत्र प्रलेपाश्च सेव्यचन्दनपद्मकैः ।
 ससोमवल्कतालीसपत्रकुष्ठामृतानतैः ॥२०॥

O contato (com alimentos envenenados) produz irritação, sensação de queimação em todo o corpo, sensação de queimação no local do contato com o veneno, febre, dor, erupções, perda da sensação táctil, queda das unhas e dos cabelos e edema. O tratamento deve ser o banho (a lavagem), derramar água processada com drogas antitóxicas, aplicação de pasta de *sevyā* (*uśīra*), *candana*, *padmaka*, *somavalka*, *tālīsapatra*, *kustha*, *amṛta* e *nata*. [19-20]

लाला जिह्वोष्ठयोर्जाड्यमूपा चिमिचिमायनम् ।
दन्तहर्षो रसाज्ञत्वं हनुस्तम्भश्च वक्रगे ॥२१॥
सेव्याद्यैस्तत्र गण्डूषाः सर्वं च विषजिद्धितम् ।

O alimento envenenado, quando dentro da boca, provoca excesso de salivação, imobilidade da língua e dos lábios, sensação de queimação, latejamento dos dentes, incapacidade de perceber o sabor e há rigidez da mandíbula inferior. Como tratamento, devem ser feitos gargarejos com água processada com *sevyā* e outras (drogas mencionadas anteriormente), além de todas as terapias (indicadas para a boca) que sejam antitóxicas. [21-22.1]

आमाशयगते स्वेदमूर्च्छार्धमानमदभ्रमाः ॥२२॥
रोमहर्षो वमिर्दाहश्चक्षुर्हृदयरोधनम् ।
विन्दुभिश्चाचयोऽङ्गानां, पक्वाशयगते पुनः ॥२३॥
अनेकवर्णं वमति मूत्रयत्यतिसार्यते ।
तन्द्रा कृशत्वं पाण्डुत्वमुदरं बलसङ्कयः ॥२४॥
तयोर्वान्तविरिक्तस्य हरिद्रे कटभीं गुडम् ।
सिन्दुवारितनिष्पाववाष्पिकाशतपर्विकाः ॥२५॥
तण्डुलीयकमूलानि कुक्कुटाण्डमवल्गुजम् ।
नावनाञ्जनपानेषु योजयेद्विषशान्तये ॥२६॥

Ao alcançar o estômago, (o alimento envenenado) causa sudorese, desmaios, flatulência, intoxicação, vertigem, arrepios, vômitos, sensação de queimação, perda do movimento dos olhos e do coração e aparecimento de pontos (pretos) em todo o corpo.

Ao alcançar os intestinos, ele produz vômitos de muitas cores, micção excessiva, purgação, sonolência, emagrecimento, palidez, aumento do abdome e perda do vigor.

Em ambas (as condições), o paciente deve ser tratado com terapias emética e purgativa seguidas por administração de medicação nasal, colírios e ingestão de decocções preparadas com os dois *haridrās*, *katabhī*, *guda* (açúcar mascavado indiano), *siñdivārīta*, *nispāva*, *bāspikā*, *śataparvikā*, raízes de *tandulīyaka*, *kukkutānda* (ovos de galinha) e *avalgujā* para aliviar os efeitos do veneno. [22.2-26]

Hrdvisodhana (purificar o coração) [27-29.1]

विपभुक्ताय दद्याच्च शुद्धायोर्ध्वमधस्तथा ।
 सूक्ष्मं ताम्ररजः काले सक्षौद्रं हृदिशोधनम् ॥२७॥
 शुद्धे हृदि ततः शाणं हेमचूर्णस्य दापयेत् ।
 न सज्जते हेमपाङ्गे पद्मपत्रेऽम्बुवद्विषम् ॥२८॥
 जायते विपुलं चायुर्गरेऽप्येष विधिः स्मृतः ।

A pessoa que ingeriu alimento envenenado deve ser tratado com terapias de purificação dos trajetos ascendente e descendente (eméticas e purgativas, respectivamente) e depois deve chupar o pó refinado de cobre misturado com mel, no momento apropriado, para purificar o coração. Após a purificação do coração deve ser administrado à pessoa envenenada o pó fino de ouro na quantidade de um *śāna*. O veneno não adere ao corpo que foi tratado com este ouro, assim como a água em uma folha de lótus. Com este procedimento, a vida da pessoa torna-se longa. O mesmo tratamento é indicado para *gara* (veneno artificial, tentativa de homicídio por envenenamento). [27-29.1]

Viruddhāhāra (alimentos incompatíveis) [29.2-45.1]

विरुद्धमपि चाहारं विद्याद्विषगरोपमम् ॥२९॥

Alimentos incompatíveis devem ser considerados semelhantes aos venenos e ao envenenamento artificial. [29.2]

आनूपमामिषं माषक्षौद्रक्षीरविरुद्धकैः ।
 विरुध्यते सह विसैर्मूलकेन गुडेन वा ॥३०॥
 विशेषात्पयसा मत्स्या मत्स्येष्वपि चिलीचिमः ।

A carne de animais que vivem em regiões alagadas é incompatível com *māsa* (*Phaseolus mungo*), *ksaudra* (mel), *ksīra* (leite), *virūdhaka* (grãos germinados),

bisa, *mūlaka* ou *guda* (açúcar mascavado indiano); especialmente peixe com leite e, dentre os peixes, a variedade *cilicima*. [30-31.1]

विरुद्धमम्लं पयसा सह सर्वं फलं तथा ॥३१॥
तद्वत्कुलत्थवरककङ्गुवल्लमकुष्ठकाः ।

Todas as substâncias azedas são incompatíveis com o leite, assim como todas as frutas (que são azedas) e ingredientes como *kulattha*, *kaṅgu*, *valla* e *makusthaka*. [31.2-32.1]

भक्षयित्वा हरितकं मूलकादि पयस्त्यजेत् ॥३२॥

Após o consumo de vegetais verdes (folhosos), a ingestão de leite deve ser evitada. [32.2]

वाराहं श्वाविधा नाद्यादध्ना पृषतकुक्कुटौ ।
आममांसानि पित्तेन, मापसूपेन मूलकम् ॥३३॥
अधि कुसुम्भशाकेन, धिसैः सह विरुढकम् ।
मापसूपगुडक्षीरदध्याज्यैर्लाकुचं फलम् ॥३४॥
फलं कदल्यास्तक्रेण दध्ना तालफलेन वा ।
कणोषणाभ्यां मधुना काकमाचीं गुडेन वा ॥३५॥
सिद्धां वा मत्स्यपचने पचने नागरस्य वा ।
सिद्धामन्यत्र वा पात्रे कामात्तामुषितां निशाम् ॥३६॥

A carne de *varāha* (porco) não deve ser consumida juntamente com a carne de *svāvit* (porco-espinho); as carnes de *prsata* (veado malhado) e de *kukkuta* (galo) não devem ser combinadas com *dadhi* (iogurtes, coalhadas); a carne crua não deve ser combinada com bile; *mūlaka* com sopa de *māsa*; carne de *āvi* (carneiro) com folhas de *kusumbha*; grãos germinados (brotos) com *bisa*; as frutas da *lakuca* com sopa de *māsa*, *guda* (açúcar mascavado indiano), leite, *dadhi* (coalhadas e iogurtes) e *ājya* (óleo de manteiga); o fruto da *tāla* juntamente com *dadhi*; *kana* e *ūsana* juntamente com *madhu* (mel) ou *kākamācī* com *guda* (açúcar mascavado indiano); *kākamācī* preparado no recipiente destinado para o cozimento de peixe ou para o cozimento de *nāgara* ou preparado em qualquer outro recipiente para torná-lo mais agradável ou quando guardado por uma noite. [33-36]

मत्स्यनिस्तेलनस्त्रेहे साधिताः पिप्पलीस्त्यजेत् ।
कांस्ये दशाहमुषितं सर्पिरुष्णं त्वरुष्करे ॥३७॥

O *pippalī* processado com o óleo utilizado para fritar peixe deve ser rejeitado. *Sarpi* (*ghee*, óleo de manteiga) conservado por mais de dez dias em um recipiente de bronze; calor (materiais quentes ou alimentos e bebidas quentes) juntamente com *aruskara* (devem ser evitados). [37]

भासो विरुध्यते शूल्यः कम्पिल्लस्तक्रसाधितः ।

Carne do pássaro *bhāsa* (falcão de cabeça branca) assada é incompatível (com a saúde); da mesma forma *kampilla* (um prato especial) preparado com soro de leite. [38.1]

ऐक्यं पायससुराकृशराः परिवर्जयेत् ॥३८॥

A mistura de *pāyasa* (pudim de leite) com *surā* (cerveja) e *krśara* (papa de arroz preparada com *mudga*) deve ser evitada. [38.2]

मधुसर्पिर्वसातैलपानीयानि द्विशस्त्रिशः ।
एकत्र वा समांशानि विरुध्यन्ते परस्परम् ॥३९॥

A mistura em iguais proporções de mel, *ghee*, gordura muscular, óleo e água, combinando-se dois, três ou todos eles é incompatível. [39]

भिन्नांशे अपि मध्वाज्ये दिव्यवार्यनुपानतः ।
मधुपुष्करबीजं च, मधुमैरेयशार्करम् ॥४०॥
मन्थानुपानः क्षैरेयो, हारिद्रः कटुनैलवान् ।

A ingestão da mistura de mel e *ghee* de qualquer forma, mesmo em proporções desiguais, seguida de água da chuva, como bebida pós-prandial, é incompatível. O mesmo pode ser afirmado para *madhu* (vinho preparado a partir do mel) com sementes de *puskara*; *madhu* (vinho feito com mel), *maireya* (vinho feito de tâmaras), *śarkarā* (vinho feito de açúcar), bebidas feitas de leite seguidas pela ingestão de *mantha* (solução à base de farinha de grãos), como bebida pós-prandial; *haridrā* e *katu taila* (óleo de mostarda) – todos são incompatíveis. [40-41.1]

उपोदकाऽतिसाराय तिलकल्केन साधिता ॥४१॥

As folhas de *upodikā* processadas com a pasta de *tila* vão causar diarreia. [41.2]

बलाका वारुणीयुक्ता कुल्माषंश्च विरुध्यते ।

भृष्टा वराहवसया सैव सद्यो निहन्त्यसून् ॥४२॥

A carne de *balākā* (um tipo de garça) juntamente com *vārunī* (o fluido sobrenadante do vinho) e *kulmāsa* (*mudga* e outros grãos cozidos no vapor) são incompatíveis. A mesma (carne de *balākā*) frita na gordura de porco provoca a morte rapidamente. [42]

तद्वृत्तिरिपत्राढ्यगोधालावकपिञ्जलाः ।

पेरण्डेनाग्निना सिद्धास्तत्तैलेन विमूर्च्छिताः ॥४३॥

O mesmo pode ser afirmado para a carne de *tittiri* (perdiz preta), *patrādhyā* (pavão), *godhā* (iguana), *lāva* (codorna comum) e *kapiñjala* (perdiz cinza) cozidos sobre o fogo feito de (madeira de) *eranda* (*Ricinus communis*, “mamona”) e processadas com (ou frita em) seu óleo (de rícino). [43]

हारीतमांसं हारिद्रशूलकप्रोतपाचितम् ।

हरिद्रावह्निना सद्यो व्यापादयति जीवितम् ॥४४॥

A carne de *hāridra* (um tipo de pássaro amarelo) espetada no espeto de *haridrā* (*dāruharidrā*, *Berberis aristata*) e assada sobre o fogo de *haridrā* (*dāruharidrā*) mata rapidamente. [44]

भस्मपांशुपरिध्वस्तं तदेव च समाक्षिकम् ।

A mesma (carne de *hāridra*) untada com cinzas e areia (como uma forma de preparar o alimento) e consumida com mel (também mata rapidamente a pessoa). [45.1]

Viruddha vyākhyā (definição de viruddha) [45.2-47]

यत्किञ्चिद्दोषमुत्क्लेश्य न हरेत्तत्समासतः ॥४५॥

विरुद्धम्

उपोदकाऽतिसाराय तिलकल्केन साधिता ॥४१॥

As folhas de *upodikā* processadas com a pasta de *tila* vão causar diarreia. [41.2]

बलाका वारुणीयुक्ता कुल्माषंश्च विरुध्यते ।

भृष्टा वराहवसया सैव सद्यो निहन्त्यसून् ॥४२॥

A carne de *balākā* (um tipo de garça) juntamente com *vārunī* (o fluido sobrenadante do vinho) e *kulmāsa* (*mudga* e outros grãos cozidos no vapor) são incompatíveis. A mesma (carne de *balākā*) frita na gordura de porco provoca a morte rapidamente. [42]

तद्वृत्तिरिपत्राह्यगोधालावकपिञ्जलाः ।

पेरण्डेनाग्निना सिद्धास्तत्तैलेन विमूर्च्छिताः ॥४३॥

O mesmo pode ser afirmado para a carne de *tittiri* (perdiz preta), *patrādhyā* (pavão), *godhā* (iguana), *lāva* (codorna comum) e *kapiñjala* (perdiz cinza) cozidos sobre o fogo feito de (madeira de) *eranda* (*Ricinus communis*, “mamona”) e processadas com (ou frita em) seu óleo (de rícino). [43]

हारीतमांसं हारिद्रशूलकप्रोतपाचितम् ।

हरिद्रावह्निना सद्यो व्यापादयति जीवितम् ॥४४॥

A carne de *hāridra* (um tipo de pássaro amarelo) espetada no espeto de *haridrā* (*dāruharidrā*, *Berberis aristata*) e assada sobre o fogo de *haridrā* (*dāruharidrā*) mata rapidamente. [44]

भस्मपांशुपरिध्वस्तं तदेव च समाक्षिकम् ।

A mesma (carne de *hāridra*) untada com cinzas e areia (como uma forma de preparar o alimento) e consumida com mel (também mata rapidamente a pessoa). [45.1]

Viruddha vyākhyā (definição de *viruddha*) [45.2-47]

यत्किञ्चिद्दोषमुत्क्लेश्य न हरेत्तत्समासतः ॥४५॥

विरुद्धम्

Resumidamente, tudo aquilo que causa alteração (aumento) dos *doshas* mas não os elimina do corpo é (denominado) *viruddha* (incompatível). [45.2]

शुद्धिरन्नेष्टा शमो वा तद्विरोधिभिः ।

O tratamento indicado para estes (problemas que surgem do consumo de alimentos incompatíveis) consiste de terapias de purificação (eméticas, purgativas, etc.) ou de terapias paliativas, opostas à sua natureza (específicas para as doenças). [46.1]

द्रव्यैस्तैरेव वा पूर्वं शरीरस्याभिसंस्कृतिः ॥४६॥

O corpo deve se restaurado ao seu estado anterior pelo uso de substâncias (alimentos, drogas, etc.) de mesma natureza (em outras palavras, substâncias que possuem propriedades opostas aos *doshas* aumentados). [46.2]

ध्यायामस्त्रिग्वदीप्ताशिवयःस्थबलशालिनाम् ।
विरोध्यपि न पीडयै सात्म्यमल्पं च भोजनम् ॥४७॥

Alimentos incompatíveis não produzem doenças naqueles indivíduos que estão habituados ao exercício (à atividade física) e aos alimentos gordurosos, que possuem poder de digestão forte, que são adultos e que são fortes. O mesmo se pode afirmar dos alimentos (que apesar de incompatíveis) são utilizados (por longo tempo) e consumidos em quantidade muito pequena de forma que o corpo acostuma-se com eles. [47]

Sātmikarana krama (método para retirada de hábitos insalubres) [48-51]

पादेनापथ्यमभ्यस्तं पादपादेन वा त्यजेत् ।
निषेवेत हितं तद्वदेकद्वित्र्यन्तरीकृतम् ॥४८॥

Coisas não saudáveis (alimentos, bebidas e atividades) que se tornam adaptadas (pelo uso prolongado) devem ser descontinuadas gradualmente. Da mesma forma, coisas saudáveis (alimentos, etc.) devem ser introduzidas gradualmente com intervalos de um, dois ou três dias. [48]

अपथ्यमपि हि त्यक्तं शीलितं पथ्यमेव वा ।
सात्म्यासात्म्यविकाराय जायते सहसाऽन्यथा ॥४९॥

A descontinuação do uso de coisas insalubres (alimentos, bebidas e atividades) e a indulgência com coisas saudáveis, quando feitas subitamente e (também) inadequadamente, tornam-se (causas de) doenças de *sātmya* (habituação) e *asātmya* (falta de habituação). [49]

A afirmação acima pode ser explicada da seguinte forma: Uma pessoa que bebe um vinho que é contra-indicado para a manutenção da saúde tornar-se-á habituado à ele por causa do uso prolongado. Se a pessoa interromper a ingestão subitamente, ela será vítima de doenças causadas pela descontinuação (retirada) do *sātmya* (hábito); da mesma forma, uma pessoa não acostumada ao leite, que é indicado à manutenção da saúde, que começa a ingeri-lo subitamente, torna-se uma vítima de doenças causadas pela indulgência em *asātmya* (coisas pelas quais a pessoa não está habituada).

क्रमेणापचिता दोषाः क्रमेणोपचिता गुणाः ।

सन्तो यान्त्यपुनर्भावमप्रकम्प्या भवन्ति च ॥५०॥

Os maus efeitos diminuem gradualmente e os bons efeitos aumentam gradualmente, atingindo-se (o estado de) não-recorrência e tornando-se estável. [50]

Os efeitos prejudiciais vão se tornando menos importantes por causa da descontinuação gradual do uso de alimentos, bebidas, etc. insalubres e os efeitos benéficos aumentam pela indulgência nas coisas saudáveis. Com o tempo, ambos tornam-se estáveis e não retornam novamente ao seu estado anterior.

अत्यन्तसन्निधानानां दोषाणां दुष्णात्मनाम् ।

अहितैर्दूषणं भूयो न विद्वान् कर्तुमर्हति ॥५१॥

Um homem sábio, através da indulgência em coisas insalubres, não deve ajudar os fatores de desequilíbrio que se tornaram um hábito e que por causa disto desequilibram imensamente o corpo. [51]

As coisas insalubres apesar de se tornarem adaptadas ao corpo pelo uso prolongado e apesar de estarem intimamente associadas ao corpo ainda assim continuam sendo prejudiciais enquanto continuarem sendo utilizadas. Elas causam grande males quando combinadas com outras coisas insalubres. Portanto, o homem sábio, que deseja manter sua saúde, não deve apenas descontinuar o uso daquelas coisas às quais já está habituado, mas também deve evitar a indulgência em outras coisas insalubres.

Traya upasthambāh (os três suportes à vida) [52-53.1]

आहारशयनाव्रह्मचर्यैर्युक्त्या प्रयोजितैः ।
शरीरं धायते नित्यमागारमिव धारणैः ॥५२॥

Āhāra (o alimento), *śayana* (o sono) e *abrahmacarya* (o não-celibato), realizados adequadamente, sustentam o corpo constantemente, assim como a casa (é sustentada) pelos pilares. [52]

आहारो वर्णितस्तत्र तत्र तत्र च वक्ष्यते ।

O alimento já foi descrito anteriormente e voltará a ser descrito posteriormente em vários locais. [53.1]

Nidra (sono) [53.2-68]

निद्रायत्तं सुखं दुःखं पुष्टिः कार्श्यं बलाबलम् ॥५३॥
वृषता क्लीवता ज्ञानमज्ञानं जीवितं न च ।

A felicidade e a falta de felicidade, a nutrição (uma boa condição física) e o emagrecimento, o vigor e a debilidade, as forças sexuais e a impotência, o conhecimento e a ignorância, a vida e sua ausência (a morte) dependem do sono. [53.2-54.1]

अकालेऽतिप्रसङ्गाच्च न च निद्रा निषेविता ॥५४॥
सुखायुषी पराकुर्यात् कालरात्रिरिवापरा ।

O sono em horário inadequado, em excesso ou a ausência do mesmo destrói a felicidade (a saúde) e a vida, como uma outra *kālarātri* (deusa da morte). [54.2-55.1]

रात्रौ जागरणं रूक्षं, स्निग्धं प्रस्वपनं दिवा ॥५५॥
अरूक्षमन्नभिष्यन्दि त्वासीनप्रचलायितम् ।

Permanecer acordado durante as noites (evitando dormir) é um comportamento secativo (causa *secura* dentro do corpo), dormir durante o dia é um comportamento oleoso (causa umidade dentro do corpo) e tirar uma soneca sentado confortavelmente (durante o dia) não é considerada uma conduta secativa nem oleosa. [55.2-56.1]

ग्रीष्मे वायुचयादानरौक्ष्यरात्र्यल्पभावतः ॥५६॥
 दिवास्वप्नो हितोऽन्यस्मिन् कफपित्तकरो हि सः ।
 मुक्त्वा तु भाष्ययानाध्वमद्यस्त्रीभारकर्मभिः ॥५७॥
 क्रोधशोकभयैः क्लान्तान् श्वासहिध्मातिसारिणः ।
 वृद्धवालाबलक्षीणतृट्शूलपीडितान् ॥५८॥
 अजीर्ण्यभिहतोन्मत्तान् दिवास्वप्नोचितानपि ।
 घातुसाम्यं तथा ह्येषां श्लेष्मा चाङ्गानि पुष्यति ॥५९॥

Dormir durante o dia é benéfico durante o verão, pois nesta estação *vāta* sofre um aumento leve e a *secura* é maior; isto porque a estação é *ādāna* (na qual o sol retira a umidade) e as noites são curtas; o mesmo (dormir durante o dia) nas outras estações causa aumento de *kapha* e *pitta*, é benéfico para aqueles que estão exaustos por falar (excessivamente), por dirigir, caminhar, ingerir vinho, por manter (práticas sexuais com) mulheres, carregar muito peso, realizar atividades físicas, pela exaustão por raiva, tristeza e medo, para aqueles que sofrem de dispnéia, soluço, diarreia, para idosos, crianças, pessoas debilitadas, emagrecidas, que sofreram lesão (no tórax), que têm sede, dor abdominal, indigestão, aqueles que sofreram agressão, que estão intoxicados e para aqueles que estão habituados a dormir durante o dia. Nestes indivíduos, o sono diurno mantém a normalidade dos tecidos e o *ślesma* (*kapha*) nutre o corpo. [56.2-59]

बहुमेदः कफाः स्वप्युः स्नेहनित्याश्च नाहनि ।
 विषार्तः कण्ठरोगी च नैव जातु निशास्वपि ॥६०॥

As pessoas que possuem mais *medas* (gordura) e *kapha* e que ingerem materiais (alimentos) gordurosos diariamente não devem dormir durante o dia; aqueles que sofrem de doenças causadas por venenos e que sofrem de doenças da garganta não devem dormir nem durante a noite. [60]

अकालशयनान्मोहज्वरस्तैमित्यपीनसाः ।
 शिरोरुक्शोफहृल्लासस्रोतोरुधाग्निमन्दताः ॥६१॥
 तत्रोपवासचमनस्वेदनावनमौषधम् ।

Dormir em horários inadequados causa delírio, febre, preguiça, secreção catarral pelo nariz, cefaléia, entorpecimento, opressão no tórax (náusea), obstrução dos

poros teciduais e enfraquecimento da função digestiva. O tratamento para estas condições consiste em jejum, eméticos, estimulação da sudorese e medicações nasais. [61-62.1]

योजयेदतिनिद्रायां तीक्ष्णं प्रच्छर्दनाञ्जनम् ॥६२॥
 नावनं लङ्घनं चिन्तां व्यवयं शोकभीक्रुधः ।
 एभिरेव च निद्राया नाशः श्लेष्मातिसङ्घ्यात् ॥६३॥

No caso de excesso de sono são indicados eméticos fortes, colírios, gotas nasais, jejum (ou terapia para emagrecimento), preocupações, relações sexuais, tristeza, medo e raiva. Através destas medidas, o *ślesma (kapha)* torna-se reduzido levando à perda do sono. [62.2-63]

निद्रानाशादङ्गमर्दशिरोगौरवजृम्भिकाः ।
 जाड्यग्लानिभ्रमापक्तितन्द्रा रोगाश्च वातजाः ॥६४॥

A falta de sono leva ao aparecimento de dor em aperto nas partes do corpo, sensação de peso na cabeça, excesso de bocejos, preguiça, exaustão (mesmo sem esforço), vertigem, indigestão, torpor e doenças causadas por *vāta*. [64]

यथाकालमतो निद्रां रात्रौ सेवेत सात्म्यतः ।
 असात्म्याज्जागरादर्धं प्रातः स्वप्यादभुक्तवान् ॥६५॥

Portanto, a pessoa deve dormir no horário adequado, durante as noites, e no período desejado durante o dia, e habituar-se a isto. Se permanecer acordada durante a noite, como não está habituada a isto, ela deve dormir metade daquele período e na manhã seguinte não deve ingerir nenhum alimento. [65]

शीलयेन्मन्दनिद्रस्तु क्षीरमद्यरसान् दधि ।
 अभ्यङ्गोद्वर्तनस्नानमूर्धकर्णाक्षितर्पणम् ॥६६॥
 कान्ताबाहुलताश्लेषो निर्वृतिः कृतकृत्यता ।
 मनोऽनुकूला विषयाः कामं निद्रासुखप्रदाः ॥६७॥
 ब्रह्मचर्यरतेर्ग्राम्यसुखनिःस्पृहचेतसः ।
 निद्रा सन्तोषतृप्तस्य स्वं कालं नातिवर्तते ॥६८॥

Aquele que sofre por dormir pouco (ou por não dormir) deve utilizar leite, vinho, sopa de carne e coalhadas (como alimento), deve submeter-se à

massagem com óleo e leves compressões (sobre o corpo), banhos, unção da cabeça, dos ouvidos e dos olhos com óleos nutritivos, abraços confortantes da esposa, deve abrigar no coração a sensação de satisfação (de ter realizado boas ações) e recorrer a coisas que confortem a mente tanto quanto desejar; estas condutas produzem o prazer do bom sono. Para aqueles que seguem o regime do celibato, que não são muito loucos por relações sexuais e que estão satisfeitos com a felicidade o sono não chegará muito mais tarde que seu horário regular. [66-68]

Abrahmacarya (atividade sexual) [69-76]

ग्राम्यघर्मे त्यजेन्नारीमनुत्तानां रजस्वलाम् ।
 अप्रियामप्रियाचारां दुष्टसङ्कीर्णमेहनाम् ॥६९॥
 अतिस्थूलकृशां सूतां गर्भिणीमन्ययोषितम् ।
 घर्णिनीमन्ययोर्नि च गुरुदेवनृपालयम् ॥७०॥
 चैत्यश्मशानाऽऽयतनचत्वराम्बुचतुष्पथम् ।
 पर्वाण्यनङ्गं दिवसं शिरोहृदयताडनम् ॥७१॥
 अत्याशितोऽधृतिः क्षुद्रान् दुःस्थिताङ्गः पिपासितः ।
 बालो वृद्धोऽन्यवेगार्त्तस्त्यजेद्रोगी च मैथुनम् ॥७२॥

Quanto à atividade sexual, a pessoa deve evitar a mulher que não vive com seu rosto levantado, que esteja no período menstrual, que não seja apreciada, cujas atividades sejam desprezíveis, cuja vagina (genitais) esteja suja e doente, que seja muito obesa ou muito emagrecida, que tenha se submetido a um parto (recentemente) ou que esteja grávida; deve evitar outra mulher (que não seja sua esposa), freira ou monja, outra vagina (de animais como cabra, búfala, etc.); deve evitar a relação sexual na residência do professor, dos deuses e dos reis, nos monastérios, no local de funerais, locais de tortura e de sacrifício e no cruzamento de quatro estradas ou ruas.

Deve evitar dias que tenham significado especial (lua nova, lua cheia, eclipses, festivais, dias de luto e outros).

Deve evitar órgãos que não sejam os sexuais (tais como boca, axila, joelhos, ânus, etc.) e também os dias proibidos para relações sexuais.

Deve evitar bater (causar trauma) na cabeça e na região do coração (durante o ato sexual).

Não se deve realizar atividade sexual após a ingestão de uma refeição pesada, sem estar com desejo, quando estiver faminto, quando seu corpo estiver em

posições desconfortáveis, quando estiver sedento, com crianças (com garotas muito jovens), com idosas (com mulheres muito velhas), quando preocupado com outras necessidades (tais como urinar, defecar, etc.) e quando for um paciente. [69-72]

सेवेत कामतः कामं तृप्तो वाजीकृतां हिमे ।
 त्र्यहाद्वसन्तशरदोः पश्चाद्वर्षानिदाघयोः ॥७३॥

Durante *hemanta* (e *śiśira*), ou durante as estações frias, a pessoa pode realizar atividades sexuais (diariamente), tantas vezes quantas desejar, e fazer uso de afrodisíacos (e obter vigor); uma vez a cada três dias em *vasanta* (primavera) e *śarat* (outono) e uma vez a cada quinze dias em *varsā* (estação chuvosa) e *nidāgha* (verão). [73]

भ्रमक्लमोरुदौर्वलयबलधात्त्रिन्द्रियक्षयाः ।
 अपर्वमरणं च स्यादन्यथा गच्छतः स्त्रियम् ॥७४॥

Vertigem, cansaço, fraqueza das coxas, perda do vigor, depleção dos tecidos, perda da acuidade dos sentidos e morte prematura ocorrem em decorrência da indulgência inadequada (em atividades sexuais) com a mulher. [74]

स्मृतिमेधायुरारोग्यपुष्टीन्द्रियशोचलैः ।
 अधिका मन्डजरसो भवन्त स्त्रीषु संयताः ॥७५॥

Boa memória, inteligência, longevidade, saúde, nutrição, acuidade dos sentidos, reputação, vigor e retardo no envelhecimento são adquiridos com a indulgência disciplinada (controlada) com as mulheres. [75]

स्नानानुलेपनहिमानिलखण्डखाद्यशीताम्बुदुग्धरसयूपसुराप्रसन्नाः ।
 सेवेत चानु जयनं विरतौ रतस्य तस्यैवमाशु वपुषः पुनरेति धाम ॥७६॥

Após a relação sexual, o homem deve banhar-se, aplicando pastas perfumadas, deve se expor à brisa fria, beber xarope preparado com açúcar cristal, ingerir água fria, leite, caldo de carne, sopa, *surā* (licor fermentado preparado a partir de grãos), *prasannā* (líquido sobrenadante claro de *surā*) e depois ir dormir. Assim, o vigor do corpo retorna rapidamente ao seu sítio novamente. [76]

श्रुतचरितसमृद्धे कर्मदक्षे दयालौ
 भिषजि निरनुबन्धं देहरक्षां निवेश्य ।

भवति विपुलतेजःस्वास्थ्यकीर्तिप्रभावः

स्वकुशलफलभोगी भूमिपालश्चिरायुः ॥७७॥

O rei que entrega, na mais completa confiança, a proteção de seu corpo ao médico que é grande conhecedor das escrituras e das práticas, que é eficiente no trabalho e que tem bom coração, adquire grande valor, saúde, fama, influência, capacidade de usufruir dos frutos de suas ações e uma longa vida. [77]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां

सूत्रस्थानेऽन्नरक्षा नाम सप्तमोऽध्यायः ॥ ७ ॥

Assim termina o sétimo capítulo conhecido como “*Annaraksādhyaya* (Proteção dos alimentos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (VII)

CAPÍTULO VIII

अष्टमोऽध्यायः ।

MATRASITIYA ADHYAYA

(A ingestão de adequada quantidade de alimentos)

अथातो मात्राशित्तीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Mātrāsītiya Adhyāya* (A ingestão de adequada quantidade de alimentos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Āharamātra apeksā (a quantidade adequada e essencial de alimentos) [1-2]

मात्राशी सर्वकालं स्यान्मात्रा ह्यग्नेः प्रवर्तिका ।

मात्रां द्रव्याण्यपेक्षन्ते गुरुण्यपि लघून्यपि ॥ १ ॥

गुरुणामर्धसौहित्यं लघूनां नातितृप्तता ।

मात्राप्रमाणं निर्दिष्टं सुखं यावद्विजीर्यति ॥ २ ॥

O homem deve consumir sempre a quantidade adequada de alimentos; a quantidade apropriada ativa o *agni* (as funções digestivas); tanto os alimentos *laghu* (fáceis de digerir) como os *guru* (que não são fáceis de digerir) precisam ser ingeridos em quantidades específicas para que haja uma (adequada) digestão. [1-2]

Hinātimātra dosāh (efeitos prejudiciais do excesso e da insuficiência) [3-14]

भोजनं हीनमात्रं तु न बलोपचयौजसे ।
 सर्वेषां वातरोगाणां हेतुतां च प्रपद्यते ॥ ३ ॥
 अतिमात्रं पुनः सर्वानाशु दोषान् प्रकोपयेत् ।

O consumo de quantidades insuficientes de alimentos não ajuda a aumentar a força, não ajuda no crescimento e no vigor; isto se torna um fator causador de todas as doenças de origem *vāta*. A quantidade excessiva, por outro lado, produz rápido aumento de todos os *doshas*. [3-4.1]

पीड्यमाना ।ह वाताद्या युगपत्तेन कोपिताः ॥ ४ ॥
 आमनाम्नेन दुष्टेन तदेवाविश्य कुर्वते ।
 विष्टम्भयन्तोऽलसकं च्यावयन्तो विसृचिकाम् ॥ ५ ॥
 अघरोत्तरमार्गाभ्यां सहसैवाजितात्मनः ।

Vāta e outros *doshas*, portanto, sendo subitamente aumentados (alterados) e associando-se com o alimento não digerido e desequilibrado, produzem doenças como *Alasaka*, pelo bloqueio do movimento (do alimento dentro do trato alimentar), e *Visūcikā*, pela expulsão (do alimento não digerido) para as direções descendente e ascendente (purgação e vômitos), simultaneamente, nas pessoas que não possuem autocontrole (que não podem controlar sua loucura pela comida). [4.2-6.1]

प्रयाति नोर्ध्वं नाधस्तादाहारो न च पच्यते ॥ ६ ॥
 अमाशयेऽलसीभूतस्तेन सोऽलसकः स्मृतः ।

Quando o alimento não é eliminado na direção ascendente (pelos vômitos), nem pela direção descendente (pela purgação) e nem mesmo sofre digestão, mas permanece preguiçosamente dentro do estômago, esta doença é conhecida como *Alasaka*. [6.2-7.1]

विविधैर्वदनोद्भेदैर्वाय्वादिभृशकोपतः ॥ ७ ॥
 सूचीभिरिव गात्राणि विध्यतीति विसृचिका ।

O profundo agravamento (aumento) de *vāyu* (*vāta*) e dos outros *doshas* causando diferentes tipos de perturbações, nas quais a pessoa experimenta dor, como se estivesse sendo perfurada por agulhas, é uma doença conhecida como *Visūcikā*. [7.2-8.1]

तत्र शूलभ्रमानाहकम्पस्तम्भादयोऽनिलात् ॥८॥

पित्ताज्ज्वरातिसारान्तर्दाहत्प्लूप्रलयादयः ।

कफाच्छर्द्यङ्गुरुतावाक्सङ्गष्ठीवनादयः ॥ ९ ॥

Dor abdominal, vertigem, distensão abdominal, tremores, rigidez, etc. são sintomas causados por *vāta*; febre, diarréia, sensação de queimação no interior, sede, perda da consciência, etc. são causados por *pitta*; vômitos, sensação de peso no corpo, perda da fala, excesso de expectoração, etc. são causados por *kapha*. [8.2-9]

विशेषाहुर्वलस्याल्पवह्नेर्वेगविधारिणः ।

पीडितं मारुतेनात्रं श्लेष्मणा रुद्धमन्तरा ॥ १० ॥

अलसं क्षोभितं दोषः शल्यत्वेनैव संस्थितम् ।

शूलादीन् कुरुते तीव्रांश्छर्द्यतीसारवर्जितान् ॥ ११ ॥

सोऽलसः

Alasaka ocorre especialmente naqueles indivíduos que possuem vigor e capacidade digestiva pobres e que suprimem as necessidades do seu corpo (habitualmente); nestes indivíduos, *vāta*, aumentado (agravado) e em associação com *ślesma* (*kapha*), obstrui o movimento do alimento não digerido no interior do corpo e faz com que ele permaneça como um corpo estranho, produzindo dor severa no abdome, etc., mas sem expulsá-lo na forma de vômitos e diarréia. Isto é *Alasaka*. [10-11]

अत्यर्थदुष्टास्तु दोषा दुष्टामबद्धाः ।

यान्तस्तिर्यक्तनुं सर्वा दण्डवत्स्तम्भयन्ति चेत् ॥ १२ ॥

दण्डकालसकं नाम तं त्यजेदाशुकारिणम् ।

Os *doshas* que estão muito aumentados (pelos fatores já citados) entram nos canais desequilibrados e obstruídos (pelo acúmulo de alimentos não digeridos) e se tornam incapazes de circular em seu interior, de forma que começam a se mover em outros canais (não naturais) do corpo, ocupando-o completamente, tornando-o rígido como uma tora de madeira. Esta doença chama-se *Dandakālasaka*, e deve ser recusada pelo médico, pois é de efeito rápido (causa morte). [12-13.1]

विरुद्धाध्यशनाजीर्णशीलिनो विषलक्षणम् ॥ १३ ॥
 आमदोषं महाघोरं वर्जयेद्विषसंज्ञकम् ।
 विषरूपाशुकारित्वाद्विरुद्धोपक्रमत्वतः ॥ १४ ॥

Pessoas que se entregam à ingestão de alimentos incompatíveis, que comem demais e que ingerem alimentos não cozidos desenvolvem a terrível doença *Āmadoshā* que é semelhante ao veneno e, por esta razão, conhecida como *Āmavisa* (envenenamento por alimentos), cujo tratamento também deve ser recusado por causa da semelhança com o envenenamento, pela rapidez da ação (causando a morte) e pela necessidade de tratamentos de naturezas opostas (uns aos outros). [13.2-14]

Alasaka cikitsā (tratamento de alasaka) [15-16]

अथाममलसोभृतं साध्यं त्वरितमुल्लिखेत् ।
 पीत्वा सोत्रापटुफलं वार्युष्णं योजयेत्ततः ॥ १५ ॥
 स्वेदनं फलवर्ति च मलवातानुलोमनीम् ।
 नाम्यमानानि चाङ्गानि भृशं स्वन्नानि वेष्टयेत् ॥ १६ ॥

Āma (o alimento não digerido) estagnado no interior do corpo deve ser removido rapidamente, depois da decisão por condutas de fácil aplicação, fazendo com que a pessoa beba água morna misturada com (pó de) *ugrā* (*vacā*), *patu* (*saindhava*) e *phala* (*madanaphala*). Este procedimento produzirá vômitos. Depois de aplicada a terapia de sudação, devem ser administrados supositórios retais preparados com frutas que ajudam no movimento descendente das fezes e flatos. As partes do corpo que estiverem rígidas devem ser bem fomentadas e depois envolvidas (com tecidos). [15-16]

Visūcikā cikitsā (tratamento de visūcikā) [17]

विसूच्यामतिवृद्धायां पाष्ण्योर्दाहः प्रशस्यते ।
 तदहश्चोपवास्यैनं विरिक्तवटुपाचरेत् ॥ १७ ॥

No estágio avançado de *visūcikā*, marcar com fogo os calcanhares é extremamente benéfico. O paciente deve jejuar no dia da aplicação desta terapia e receber cuidados idênticos aos de um paciente que foi submetido à terapia de purgação. [17]

Āmadosha cikitsā (procedimento para āmadosha) [18-24]

तीव्रार्तिरपि नाजीर्णां पिबेच्छूलघ्नमौषधम् ।
 आमसन्नोऽनलो नालं पक्तुं दोषौषघाशनम् ॥ १८ ॥
 निहन्त्यादपि चैतेषां विभ्रमः सहसाऽऽतुरम् ।

O paciente com indigestão, apesar de estar apresentando dor abdominal severa, não deve receber drogas analgésicas. O *agni* (fogo digestivo), que está associado com *āma* (alimento não digerido, metabólitos inadequadamente processados), não será capaz de digerir os *doshas*, as drogas e o alimento. Os problemas advindos destes (três) logo matarão o paciente. [18-19.1]

जीर्णाशने तु भैषज्यं युञ्ज्यात् स्तब्धगुरूदरे ॥ १९ ॥
 दोषशेषस्य पाकार्थमग्नेः सन्धुक्षणाय च ।

Depois que o alimento for digerido, se persistirem rigidez e sensação de peso no abdome, devem ser administrados medicamentos para cozinhar os *doshas* residuais e para estimular o *agni* (a atividade digestiva). [19.2-20.1]

शान्तिराप्रविकाराणां भवति त्वपतर्पणात् ॥ २० ॥
 त्रिविधं त्रिविधे दोषे तत्समीक्ष्य प्रयोजयेत् ।

As doenças produzidas por *āma* (alimento não digerido) são aliviadas por *apatarpana* (redução da ingestão de alimentos ou terapia para emagrecimento). Três tipos de *apatarpanas* (terapia redutora ou emagrecedora) apropriadas para os três *doshas* devem ser adotadas, após cuidadosa consideração (de todos os aspectos). [20.2-21.1]

तत्राल्पे लङ्घनं पथ्यं, मध्ये लङ्घनपाचनम् ॥ २१ ॥
 प्रभूते शोघनं, तद्धि मूलादुन्मूलयेन्मलान् ।

Se houver pouco *āma*, apenas a terapia *langhana* (jejum) está indicada; se o *āma* estiver em quantidade moderada, serão necessárias as terapias *langhana* (jejum) e *pācana* (drogas que estimulam a digestão); se *āma* estiver em grande quantidade, será necessária a aplicação de *śodhana* (terapias de purificação); desta forma, estas terapias expulsarão os *malās* (*doshas*, *āma*, etc.) de suas raízes. [21.2-22.1]

एवमन्यानपि व्याधीन् स्वनिदानविपर्ययात् ॥ २२ ॥
चिकित्सेदनुबन्धे तु सति हेतुविपर्ययम् ।
त्यक्त्वा यथायथं वैद्यो युञ्ज्याद्वाधिविपर्ययम् ॥ २३ ॥

As outras doenças devem ser tratadas adotando-se procedimentos que sejam opostos aos seus fatores causais (*hetu viparyaya*). No entanto, se as doenças recorrerem (ou persistirem durante muito tempo), a terapia *hetu viparyaya* (que é oposta à causa) deve ser interrompida e *vyādhi viparyaya cikitsā* (tratamento oposto à doença específica) deve ser adotado de forma adequada. [22.2-23]

तदर्थकारि वा, पक्के दोषे त्विद्धे च पावके ।
हितमभ्यञ्जनस्नेहपानवस्त्यादि युक्तिः ॥ २४ ॥

Ou devem ser adotadas as terapias denominadas *tadarthakārī cikitsā* (terapias que, apesar de não serem opostas nem à causa nem às doenças, ainda assim produzem o resultado desejado). Quando os *doshas* começam a amadurecer (começam a retornar ao normal, desprovidos de *āma*) e a atividade digestiva estiver aumentada, devem ser administrados, adequadamente, os banhos de óleo, a ingestão de óleo (terapias de oleação), a terapia com enema, etc. [24]

Ajīrna bhedāh (diferentes tipos de indigestão) [25-26]

अजीर्णं च कफादामं तत्र शोफोऽक्षिगण्डयोः ।
सद्योभुक्त इवोद्गारः प्रसेकोत्क्लेशगौरवम् ॥ २५ ॥

Āmājīrna origina-se de *kapha* (em estado aumentado) e caracteriza-se por edema palpebral e das bochechas, eliminação de arrotos semelhantes àqueles emitidos imediatamente após as refeições, salivação excessiva, náuseas e sensação de peso no corpo. [25]

विष्टब्धमनिलाच्छूलविवन्धाध्मानसादकृत्

Visthabdhājīrna origina-se de *vāta* (*anila* em estado aumentado) e caracteriza-se por dor abdominal, constipação, flatulência e fraqueza. [26.1]

पित्ताद्विदग्धं तृणमोहभ्रमाग्लोद्गारदाहवत् ॥ २६ ॥

Vidaghājīrna origina-se de *pitta* (aumentado) e caracteriza-se por sede, desmaios, vertigem, arrotos azedos e sensação de queimação no interior. [26.2]

Ajīrna cikitsā (tratamento da indigestão) [27-30.1]

लङ्घनं कार्यमामे तु, विष्टब्धे स्वेदनं भृशम् ।
विदग्धे वमनं, यद्वा यथावस्थं हितं भवेत् ॥ २७ ॥

Para *āmājīrna* deve ser administrada a terapia *langhana* (jejum); para *vistabdha* deve ser administrada grande quantidade de *svedana* (terapia de sudação); para *vidagdha* deve ser administrada a terapia *vamana* (emética) ou pode ser administrada qualquer terapia adequada ao estágio da doença. [27]

गरीयसो भवेत्क्षीनादामादेव विलम्बिका ।
कफवातानुबद्धाऽऽमलिङ्गा तत्समसाधना ॥ २८ ॥

Vilambikā (um outro tipo de indigestão) origina-se do profundo acúmulo de *āma* dentro dos canais, é produzido juntamente por *kapha* e *vāta* e apresenta todos os sintomas de *āma*. Seu tratamento é semelhante (ao de *āma*). [28]

अश्रद्धा हृद्यथा शुद्धेऽप्युद्गारे रसशेषतः ।
शयीत किञ्चिदेवात्र सर्वश्चानाशितो दिवा ॥ २९ ॥
स्वप्यादजीर्णी, सञ्जातबुभुक्षोऽद्यान्मितं लघु ।

Perda de entusiasmo (em todas as atividades), desconforto (na região) do coração, apesar de eliminar arrotos puros, são as características de *rasasēsājīrna* (um outro tipo de indigestão). Este paciente deve dormir por algum tempo durante o dia sem comer nada.

Pacientes com indigestão (de qualquer tipo) devem dormir durante o dia sem ingerir alimentos. Depois, quando desenvolver o sentimento de fome, o paciente deve ingerir pequena quantidade de alimento que seja facilmente digerível. [29-30.1]

Ajīrna sāmānya laksana (sintomas gerais de indigestão) [30.2-31.1]

विबन्धोऽतिप्रवृत्तिर्वा ग्लानिर्मारुतमूढता ॥ ३० ॥
अजीर्णलिङ्गं सामान्यं विष्टम्भो गौरवं भ्रमः ।

A não eliminação ou a excessiva eliminação (de fezes, de urina e *doshas*), cansaço, inatividade (ausência das funções) de *vāta*, aumento do volume abdominal, sensação de peso e vertigem são sintomas gerais de *ajīrna* (indigestão). [30.2]

Ajīrna anyakāranāni (outras causas de indigestão) [31.2-33.1]

न चातिमात्रमेवान्नमामदोषाय केवलम् ॥ ३१ ॥
 द्विष्टविष्टम्भिदग्धामगुरुक्षहिमाशुचि ।
 विदाहि शुष्कमत्यम्बुप्लुतं चान्नं न जीर्यति ॥ ३२ ॥
 उपतप्तेन भुक्तं च शोकक्रोधक्षुदादिभिः ।

(A ingestão de) grandes quantidades de alimentos não é o único fator causal para a produção de *āma dosha*. Alimentos que não são agradáveis, que causam flatulência, que foram cozidos demais ou não cozidos, que não são fáceis de digerir, que são secos (na forma de pó), muito frios, sujos (contaminados), que causam sensação de queimação durante a digestão, que são muito ressecados ou embebidos em muita água não sofrem adequada digestão. Da mesma forma, alimentos ingeridos por pessoas acometidas por tristeza, raiva, fome, etc. não sofrem digestão apropriada. [31.2-33.1]

Dusta āsana (tipos prejudiciais de dietas) [33.2-35.1]

मिश्रं पथ्यमपथ्यं च भुक्तं समशनं मतम् ॥ ३३ ॥
 विद्यादध्यशनं भूयो भुक्तस्योपरि भोजनम् ।
 अकाले बहु चाल्पं वा भुक्तं तु विषमाशनम् ॥ ३४ ॥
 त्रीण्यप्येतानि मृत्युं वा घोरान् व्याधीन्सृजन्ति वा ।

O consumo de alimentos saudáveis e insalubres combinados (na mesma refeição) é conhecido como *samaśana*; o consumo de grandes quantidades de alimentos, mesmo que saudáveis, antes que a refeição anterior tenha sido digerida é conhecido como *adhyaśana*; o consumo de pequena ou grande quantidade de alimentos em horários inadequados é conhecido como *visamāśana* – todos estes três tipos de dieta causam a morte ou originam doenças terríveis. [33.2-35.1]

Āharavidhi (conduta para a dieta) [35.1-47.1]

काले सात्म्यं शुचि हितं स्निग्धोष्णं लघु तन्मनाः ॥ ३५ ॥
 षड्रसं मधुरप्रायं नातिद्रुतविलम्बितम् ।
 स्नातः क्षुद्धान् विविक्तस्थो धौतपादकराननः ॥ ३६ ॥
 तर्पयित्वा पितृन् देवानतिथीन् बालकान् गुरुन् ।
 प्रत्यवेक्ष्य तिरश्चोऽपि प्रतिपन्नपरिग्रहान् ॥ ३७ ॥
 समीक्ष्य सम्यगात्मानमनिन्दन्नबुवन् द्रवम् ।
 इष्टमिष्टैः सहाश्रियाच्छुचिभक्तजनाहतम् ॥ ३८ ॥

O alimento deve ser consumido no momento adequado; deve ser aquele que a pessoa esteja acostumada, deve estar limpo, adequado para a saúde, oleoso, quente e fácil de digerir; a ingestão requer a devida atenção; o alimento deve conter todos os seis sabores, com predominância do sabor doce; não precisa ser ingerido muito rapidamente nem muito lentamente; o alimento deve ser ingerido após o banho, após apresentar fome; a pessoa deve estar sentada em um lugar sossegado, após ter lavado os pés, as mãos e o rosto; o alimento deve ser ingerido após satisfazer os *pitrs* (ancestrais mortos), deuses, convidados, crianças, preceptores e dependentes mantidos na casa (tais como funcionários, cavalos e outros animais, pelo serviço recebido, periquitos e outros animais de estimação, etc.), após considerar cuidadosamente sua própria pessoa (constituição, gostos e aversões, itinerário, etc.), sem insultos, sem abusos alimentares, sem falar em demasia; o indivíduo deve ingerir mais alimentos líquidos, aqueles que sejam agradáveis, na companhia de pessoas agradáveis e servido por pessoas que estejam limpas e que sejam fiéis. [35.2-38]

भोजनं तृणकेशादिजुष्टमुष्णीकृतं पुनः ।
 शाकावरान्नभूयिष्ठमत्युष्णलवणं त्यजेत् ॥ ३९ ॥

O alimento contaminado com mato, cabelos, etc., que foi esquentado novamente, que consiste principalmente de vegetais e grãos não aconselhados, que esteja muito quente e muito salgado deve ser rejeitado. [39]

किलाटदधिकूचीकाक्षारशुक्ताममूलकम् ।
 कृशशुष्कवराहाविगोमत्स्यमहिषामिषम् ॥ ४० ॥
 माषनिष्पावशालूकद्विसपिष्टविरूढकम् ।
 शुष्कशाकानि यवकान् फाणितं च न शीलयेत् ॥ ४१ ॥

Kilāta (leite condensado), *dadhi* (iogurte, coalhadas), *kūrcika* (porção sólida das coalhadas), *ksāra* (álcalis), *śukta* (mingau fermentado), *āma mūlaka* (rabanete cru), carne de animais emagrecidos, carne seca, carne de porco, carneiro, vaca, peixe e búfalo, *māsa*, *nispāva*, *śālūka*, *bisa*, *pista* (duro, em pó), grãos germinados, vegetais secos, *yavaka* (cevada pequena), *phānita* (açúcar mascavado meio cozido) – estes alimentos não devem ser ingeridos habitualmente. [40-41]

शीलयेच्छालिगोधूमयवषष्टिकजाङ्गलम् ।
 सुनिषण्णकजीवन्तीवालमूलकवास्तुकम् ॥ ४२ ॥
 पथ्यामलकमृद्धीकापटोलीमुद्गशर्कराः ।
 घृतदिव्योदकक्षीरक्षौद्रदाडिमसैन्धवम् ॥ ४३ ॥

Śāli (arroz), *godhūma* (trigo), *yava* (cevada), *sastika* (arroz que amadurece em sessenta dias), *jāngala* (carne de animais que vivem em desertos), *sunisannaka*, *jīvantī*, *bāla*, *mūlaka*, *pathyā*, *āmalaka*, *mrdvikā*, *patola*, *mudga*, *śarkarā* (açúcar), *ghrta* (óleo de manteiga), *divyodaka* (água da chuva ou água pura), *ksira* (leite), *ksaudra* (mel), *dādima* e *saindhava* (sal) podem ser consumidos habitualmente. [42-43]

त्रिफलां मधुसर्पिभ्यां निशि नेत्रबलाय च ।
 स्वास्थ्यानुवृत्तिकृद्यच्च रोगोच्छेदकरं च यत् ॥ ४४ ॥

Triphala com mel e *ghee* (óleo de manteiga) deve ser consumido todas as noites para fortalecer a visão. Quaisquer outras coisas que sejam benéficas para promoção e manutenção da saúde e para aliviar ou curar as doenças também podem ser consumidas habitualmente. [44]

विसेक्षुमोचचोचाम्रमोदकोत्कारिकादिकम् ।
 अद्याद्द्रव्यं गुरु स्निग्धं स्वादु मन्दं स्थिरं पुरः ॥ ४५ ॥
 विपरीतमतश्चान्ते मध्येऽम्ललवणोत्कटम् ।

Alimentos que não fáceis de digerir, que são oleosos (gordurosos), doces, pesados e duros como *bisa*, *iksu*, *moca*, *coca*, *āmra*, *modaka* (bolas de carne doce), *utkārīka* (prato doce), etc. devem ser consumidos no começo da refeição; alimentos de qualidades opostas, no final da refeição; e aqueles que são predominantemente azedos e salgados, no meio da refeição. [45-46.1]

अन्नेन कुक्षेर्द्वाचंशौ पानेनैकं प्रपूरयेत् ॥ ४६ ॥
आश्रयं पवनादीनां चतुर्थमवशेषयेत् ।

Duas partes do estômago (metade de sua capacidade) devem ser preenchidas com alimentos sólidos, uma parte, com líquidos e a parte restante deve permanecer vazia para acomodar o ar, etc. [46.2-47.1]

Anupāna (bebida pós-prandial) [47.2-55.1]

अनुपानं हिमं वारि यवगोधूमयोर्हितम् ॥ ४७ ॥
दधि मद्ये विपे क्षौद्रे, कोष्णं पिष्टमयेषु तु ।
शाकमुद्गादिविकृतौ मस्तुतक्राम्लकाञ्जिकम् ॥ ४८ ॥
सुरा कृशानां पुष्ट्यर्थं, स्थूलानां तु मधूदकम् ।
शोषे मांसरसो, मद्यं मांसे स्वल्पे च पावके ॥ ४९ ॥
व्याध्यौपधाध्वभाष्यस्त्रीलङ्घनातपकर्मभिः ।
क्षीणे वृद्धे च बाले च पयः पथ्यं यथाऽमृतम् ॥ ५० ॥

A água fria é ideal como *anupāna* (bebida pós-prandial) após refeições compostas ou preparadas com *yava* (cevada) e *godhūma* (trigo) ou após o consumo de *dadhi* (iogurte e coalhadas), vinho, venenos e mel. A água morna é ideal após alimentos que são duros; *mastu* (soro de leite), *takra* (soro de leite diluído) e *amlakānjika* (mingau fermentado) são ideais após a ingestão de pratos preparados com vegetais, *mudga* e outros legumes. *Sura* (cerveja) é benéfica para emagrecer as pessoas que estão gordas e água com mel é benéfica para engordar as pessoas que estão magras; o caldo da carne é bom para aqueles que estão emagrecidos; os vinhos são ideais após refeições com carne e para aqueles que possuem capacidade de digestão fraca; o leite é o mais indicado, como um néctar, para aqueles que estão debilitados por doenças, medicamentos (e terapias), que caminharam longas distâncias, que falaram demais, que se envolveram em relações sexuais, que estão em jejum, que se expuseram ao sol e outras atividades cansativas, para aqueles que estão emagrecidos, para os idosos e para as crianças. [47.2-50]

विपरोतं यदन्नस्य गुणैः स्यादविरोधि च ।
अनुपानं समासेन, सर्वदा तत्प्रशस्यते ॥ ५१ ॥

O *anupāna* ideal possui propriedades opostas às do alimento, mas não são incompatíveis com eles. Tal *anupāna* é sempre valioso. [51]

अनुपानं करोत्यूर्जां तृप्तिं व्याप्तिं दृढाङ्गताम् ।
अन्नसङ्घातशैथिल्यविक्लित्तिजरणानि च ॥ ५२ ॥

O *anupāna* revigora, proporciona satisfação, ajuda no adequado movimento do alimento dentro do corpo e na estabilidade das partes do corpo, no amolecimento das massas de alimento endurecidas, na sua liquefação (umidificação) e na digestão. [52]

नोर्ध्वजत्रुगदश्वासकासोरः क्षतपीनसे ।
गीतभाष्यप्रसङ्गे च स्वरभेदे च तद्धितम् ॥ ५३ ॥

Não é benéfico nas doenças dos órgãos acima dos ombros, na dispnéia, na tosse, na lesão no tórax (pulmões), rinite, para aqueles empenhados em cantar e falar e que apresentam rouquidão. [53]

प्रक्लिन्नदेहमेहाक्षिगलरोगव्रणानुराः ।
पानं त्यजेयुः

A ingestão de líquidos (água, etc.) deve ser evitada por aqueles que estão super-hidratados, que estão sofrendo de poliúria (diabetes), doenças dos olhos e da garganta e ferimentos (úlceras). [54.1-54.2]

सर्वश्च भाष्याध्वशयनं त्यजेत् ॥ ५४ ॥
पीत्वा, भुक्त्वाऽऽतपं वह्निं यानं सवनवाहनम् ।

Todas as pessoas (tanto saudáveis como doentes) devem evitar falar (recitar orações), caminhar longas distâncias e dormir imediatamente após consumir líquidos; devem evitar expor-se ao sol e ao fogo, viajar em veículos e cavalgar animais logo após a ingestão de alimentos. [54.2-55.1]

Āhārakāla (horário adequado para as refeições) [55.2-55.4]

प्रसृष्टे विण्मूत्रे हृदि सुविमले दोषे स्वपथगे
विशुद्धे चोद्गारे क्षुद्रुपगमने वातेऽनुसरति ।
तथाऽग्नावुद्रिक्ते विशदकरणे देहे च सुलघौ
प्रयुञ्जीताहारं विधिनियमितं, कालः स हि मतः ॥ ५५ ॥

Os horários ideais para ingerir as refeições são após a eliminação de fezes e urina, quando a mente está clara (desprovida de emoções), quando os *doshas* estão se movimentando em suas trajetórias normais (funcionando normalmente), quando os arrotos são puros (sem quaisquer odores ou sabores desagradáveis), quando a fome está bem manifestada, quando os flatos estão se movimentando facilmente para baixo, quando a atividade digestiva está aguçada, quando os órgãos sensoriais estão claros (funcionando) e quando o corpo está leve. Os alimentos devem ser consumidos observando-se as regras e os procedimentos para ingestão de alimentos. Estes são os horários ideais .[55.2-55.4]

**इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने मात्राश्रितो नाम अष्टमोऽध्यायः ॥ ८ ॥**

Assim termina o oitavo capítulo conhecido como “*Mātrāsūtiya Adhyāya* (A ingestão da quantidade adequada de alimentos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (VIII)

CAPÍTULO IX

नवमोऽध्यायः ।

DRAVYADI VIJÑANIYA

(O conhecimento das substâncias)

अथातो द्रव्यादिविज्ञानीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माद्गुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Dravyādi vijñāniya* (O conhecimento da natureza dos alimentos sólidos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Dravya pradhānya (importância das substâncias) [1-2]

द्रव्यमेव रसादीनां श्रेष्ठं, ते हि तदाश्रयाः ।
पञ्चभूतात्मकं तत्तु क्षमामधिष्ठाय जायते ॥ १ ॥
अम्बुयोन्यग्निपवननभसां समवायतः ।
तन्निवृत्तिर्विशेषश्च व्यपदेशस्तु भूयसा ॥ २ ॥

Dravya (a substância, ou a massa da substância, para ser mais preciso) é o principal (mais importante) dentre os *rasas* (sabores) e outras (qualidades); porque todas (as qualidades) residem nela (na substância).

Ela (a substância) é *pañcabhūtātmake* (composta de ou nascida dos cinco elementos), ela possui *ksmā* (*prthvī bhūta*) como seu substrato (massa, suporte), origina-se de *ambu* (*ap bhūta*), *agni* (*tejas bhūta*), *pavana* (*vāyu bhūta*) e *nabhas* (*ākāśa bhūta*), com sua íntima (inseparável) combinação ajudando em sua formação e especificidade (de cada substância). Sua identificação ou designação baseia-se na preponderância (predominância dos *bhūtas* presentes nela). [1-2]

Os versos acima descrevem a teoria *pañcabhūta* da filosofia *Sāmkhya*, adotada pelo *Āyurveda*. Ela contempla a existência dos *pañca bhūtas* (cinco elementos primários), a saber, *prthvī* (Terra), *ap* (Água), *tejas* (Fogo), *vāyu* (Ar) e *ākāśa* (Espaço) que são *sūksma* (minúsculos, sutis); cada um destes *bhūtas* possui muitos *gunās* (qualidades) – um *viśista* (um *guna* especial) e outros *sāmānya* (outros *gunās* gerais); mesmo estas qualidades gerais também são de certa forma específicas. *Gandha* (o odor) é o *viśista guna* (qualidade especial) de *prthvī bhūta* (elemento terra), enquanto *guru* (peso), *khara* (aspereza), *kathina* (rigidez), etc. são seus outros *gunas*; *rasa* (o sabor), *rūpa* (a aparência, a forma), *sparsā* (o tato) e *śabda* (o som) são as qualidades específicas dos outros quatro *bhūtas*, respectivamente, associadas às muitas outras qualidades gerais que serão enumeradas nos versos seguintes.

Estes *bhūtas* (elementos) não permanecem separados em sua forma *sūksma* (minúscula, sutil), mas associam-se rapidamente em uma combinação inseparável (*samavāya*), tornam-se *sthūla* (adquirem uma forma macroscópica, bruta, grosseira) e dão origem à formação e todas as substâncias deste universo. Portanto, todo o universo é *pañcabhūtico* (composto de cinco elementos, sendo então designado *prapañca*). A proporção ou quantidade de cada *bhūta* nesta combinação varia e justifica a existência de miríades de substâncias neste universo, umas diferentes das outras. Com esta variação na quantidade dos cinco *bhūtas* (elementos), aquele que for predominante ou preponderante em qualquer substância dá seu nome àquela substância. Se *prthvī bhūta* (elemento terra) for predominante sobre os outros quatro em uma determinada combinação, então a substância assim formada será denominada *pārthiva*; se *ap bhūta* (elemento água) for maior, a substância resultante será conhecida como *apya*; se *tejas bhūta* (elemento fogo) for maior, ela será denominada *taijasa* (*āgneya*); se *vāyu bhūta* (elemento ar) for predominante, a substância será *vāyavīya* e se *ākāśa bhūta* (elemento espaço) for predominante, ela será *ākāśiya* (*nābhasa*). Portanto, todas as substâncias do universo são classificadas em cinco espécies. As qualidades (propriedades) e funções de cada variedade serão descritas nos próximos versos.

Portanto, não existe substância que possua apenas um *rasa* (sabor) por causa da combinação dos *bhūtas* (elementos). Por esta razão (por causa da presença de muitos sabores em cada substância) as doenças também não são produzidas apenas por um único *dosha* (pois todas as substâncias consumidas por uma pessoa podem aumentar mais de um *dosha* ao mesmo tempo).

Rasa e Anurasa (sabores primário e secundário) [3-5.1]

तस्मान्नैकरसं द्रव्यं भूतसङ्घातसम्भवात् ।
 नैकदोषास्ततो रोगास्तत्र व्यक्तो रसः स्मृतः ॥ ३ ॥
 अव्यक्तोऽनुरसः किञ्चिदन्ते व्यक्तोऽपि चेष्यते ।

Dentre eles (os sabores presentes em uma substância), aqueles que são (claramente) manifestados (percebidos ou reconhecidos) são conhecidos como *rasa* (sabor principal ou primário) e os demais, que não se manifestam claramente ou que são deduzidos (reconhecidos) no final, são conhecidos como *anurasa* (sabores secundários). [3-4.1]

Rasa (o sabor) é um *guna* (qualidade) importante em cada substância e o Āyurveda dá muita importância a este aspecto. Os sabores estão presentes em todas as substâncias e entre eles, o sabor que predomina é considerado o sabor primário e os demais são secundários, com base na regra da “classificação por predominância”, todas as substâncias do universo são classificadas em seis tipos, baseando-se nos sabores. Este assunto está descrito no próximo capítulo.

गुर्वादयो गुणा द्रव्ये पृथिव्यादौ रसाश्रये ॥ ४ ॥
रसेषु व्यपदिश्यन्ते साहचर्योपचारतः ।

Guru (peso) e outros *gunas* (qualidades) presentes nas *prthivyādi dravyās* (substâncias com predominância de *prthvi* e outro *bhūta*) residem nos *rasās* (sabores destas substâncias); eles (os *gunas*) estão relacionados aos sabores por causa da íntima coexistência. [4.2-5.1]

Guru e os outros *gunas* (qualidades) já foram explicados no primeiro capítulo (verso 18). Nos textos do Āyurveda estas qualidades estão relacionadas com o sabor e esta atribuição é apenas categórica; estritamente falando, os *gunas* (qualidades) pertencem, na realidade, aos *bhūtas* (elementos) presentes na substância, pois ambos, as qualidades e os sabores, estão intimamente presentes na mesma substância e, uma vez que os sabores são facilmente reconhecidos, as qualidades são categoricamente atribuídas aos sabores.

Pārthiva dravya laksana (qualidades das substâncias pārthiva) [5.2-6.1]

तत्र द्रव्यं गुरुस्थूलस्थिरगन्धगुणोत्वनम् ॥ ५ ॥
पार्थिवं गौरवस्थैर्यसङ्घातोपचयावहम् ।

A substância que possui qualidades tais como *guru* (peso), *sthūla* (maciço) e *sthira* (estável) com domínio de *gandha* (odor) é *pārthiva* (terra); estas qualidades proporcionam peso, estabilidade, compactação e crescimento. [5.2-6.1]

Āpya dravya laksana (qualidades das substâncias āpya) [6.2-7.1]

द्रवशीतगुरुस्निग्धमन्दसान्द्ररसोल्बणम् ॥ ६ ॥
 आप्यं स्नेहनविष्यन्दक्लदप्रह्लादबन्धकृत् ।

A substância que possui qualidades como *drava* (liquidez), *śīta* (frio), *guru* (peso), *snigdha* (oleosidade, umidade, untuosidade), *mañda* (embotamento) e *sāndra* (densidade, grossura) com predominância de *rasa* (sabor) é *āpya*; estas qualidades conferem lubrificação (umidade), secreção (umidificação, produção), *kleda* (umidificação), saciedade (contentamento, satisfação) e coesão (adesão). [6.2-7.1]

Āgneya dravya laksana (qualidades das substâncias āgneya) [7.2-8.1]

रूक्षतीक्ष्णोष्णविशदसूक्ष्मरूपगुणोल्बणम् ॥ ७ ॥
 आग्नेयं दाहभावरणप्रकाशपचनात्मकम् ।

A substância que possui qualidades como *rūkṣa* (seco), *tīkṣṇa* (penetrante, picante), *usna* (quente), *viśada* (sem viscosidade) e *sūkṣma* (minúsculo) com predominância de *rūpa* (aparência, visão, forma) é *āgneya* (quente); isto faz com que a substância cause sensação de queimação, brilho, expressão de cor e promova a digestão (processo de transformação, putrefação, etc.) [7.2-8.1]

Vāyavīya dravya laksana (qualidades das substâncias vāyavīya) [8.2-9.1]

वायव्यं रूक्षविशदलघुस्पर्शगुणोल्बणम् ॥ ८ ॥
 रौक्ष्यलाघववैशद्यविचारग्लानिकारकम् ।

A substância *vāyavīya* possui qualidades como *rūkṣa* (seca, áspera), *viśada* (sem viscosidade), *laghu* (luminosidade) e predominância de *sparsa* (sensação tátil, tato). Estas qualidades produzem *secura*, leveza, transparência, movimento (diferentes tipos de atividades) e exaustão. [8.2-9.1]

Nābhasa dravya laksana (qualidades das substâncias nābhasa) [9.2-10.1]

नाभसं सूक्ष्मविशदलघुशब्दगुणोल्बणम् ॥ ९ ॥
 सौषिर्यलाघवकरम्

A substância *nābhasa* (*ākāśiya*) possui qualidades tais como *sūkṣma* (reduzida, minúscula), *viśada* (transparência, clareza), *laghu* (leveza) e predominância no *śabda* (som, audição); estas qualidades geram cavidades (occos, vazios) e leveza (falta de peso). [9.2-10.1]

Não existe nada que não seja medicinal [10-12.1]

जगत्येवमनौषधम् ।
न किञ्चिद्विद्यते द्रव्यं वशान्नानार्थयोगयोः ॥ १० ॥

Não existe nada neste universo que não tenha fins medicinais, que não possa ser utilizado para muitos propósitos e de muitas maneiras. [10]

द्रव्यमूर्ध्वगमं तत्र प्रायोऽग्निपवनोत्कटम् ।
अधोगामि च भूयिष्ठं भूमितोयगुणाधिकम् ॥ ११ ॥

As substâncias que possuem predominância de *āgni* e *pavana* (*vāyu*) *bhūtas* apresentam, geralmente, a propriedade de se movimentarem para cima (de produzir movimento ascendente) e aqueles que possuem predominância de *bhūmi* (*prthvī*) e *toya* (*ap*) *bhūtas* apresentam, geralmente, a propriedade de se movimentarem para baixo (de produzir movimento descendente). [11]

इति द्रव्यम् रसान् भेदैरुत्तरत्रोपदेक्ष्यते ।

Esta foi a descrição de *dravya* (substância), a classificação dos *rasās* (sabores) será descrita posteriormente (no próximo capítulo). [12.1]

Vīrya (potência) [12.2-18.1]

वीर्यं पुनर्वदन्त्येके गुरु स्निग्धं हिमं मृदु ॥ १२ ॥
लघु रूक्षोष्णतीक्ष्णं च तदेवं मतमष्टधा ।

Algumas autoridades afirmam que *guru*, *snigdha*, *hima* (*sīta*), *mrdu*, *laghu*, *rūksa*, *usna* e *tīksna* são os oitos *vīryās* (potências). [12.2-13.1]

चरकस्त्वाह वीर्यं तत् क्रियते येन या क्रिया ॥ १३ ॥
नावीर्यं कुरुते किञ्चित्सर्वा वीर्यकृता हि सा ।

Charaka afirma que *vīrya* é a propriedade através da qual a ação torna-se possível; nenhuma ação é possível sem *vīrya* e todas as ações são efetuadas apenas pelo *vīrya*. [13.2-14.1]

गुर्वादिष्वेव वीर्याख्या तेनान्वर्थति वर्ण्यते ॥ १४ ॥
 समग्रगुणसारेषु शक्त्युत्कर्षविवर्तिषु ।
 व्यवहाराय मुख्यत्वाद्ब्रह्मग्रहणादपि ॥ १५ ॥

Aqueles que designam *guru*, etc. (as oito qualidades mencionadas acima) como *vīryās*, fazem-no por implicação direta (após observar o efeito destas qualidades) porque, dentre todas as qualidades, estas (oito) são as principais, seu efeito é muito intenso, são importantes na rotina diária (largamente utilizadas) e aplicáveis à maioria das substâncias que são consideradas primárias (nos procedimentos científicos). [14.2-15]

अतश्च विपरीतत्वात्सम्भवत्यपि नैव सा ।
 विवक्ष्यते रसाद्येषु, वीर्यं गुर्वादयो ह्यतः ॥ १६ ॥

Rasās (os sabores) e outras (qualidades além das oito citadas) apesar de serem considerados (como *vīryās*) não são (assim) denominados porque são opostos (às quatro razões mencionadas no verso anterior). Portanto, apenas *guru* e as outras (oito qualidades) são *vīryās*. [16]

उष्णं शीतं द्विधैवान्ये वीर्यमाचक्षते अपि च ।
 नानात्मकमपि द्रव्यमग्नीषोमौ महाबलौ ॥ १७ ॥
 व्यक्ताव्यक्तं जगदिवं नातिक्रामति जातुचित् ।

Outras (autoridades) consideram apenas os dois (*gunas*), *usna* (calor) e *śīta* (frio), como *vīryās*, porque apesar das substâncias serem de muitas espécies e qualidades, apenas *agni* (*tejas*) e *soma* (*ap*) são verdadeiramente fortes (poderosos), assim como *Vyakta* (manifestação) e *Avyakta* (não manifestação) são para este universo e ambos não podem ser sobrepujados (dominados, depreciados). [17-18.1]

A semelhança entre *vyakta* e *avyakta* e o universo, neste verso, também aponta para outra doutrina da filosofia *Sāmkhya* a qual estabelece que, no início (antes da evolução do universo), existia apenas um princípio e era *Avyakta* (não manifestação). A

partir daí, desenvolveram-se muitos princípios que se tornaram *Vyakta* (manifestados na forma). Assim, afirma-se categoricamente que *Avyakta* (não manifestação) e *Vyakta* (manifestação, que evolui formando todas as diferentes substâncias) são os dois importantes princípios que não podem ser sobrepujados.

Ações dos Vīryās [18.2-19]

तत्रोष्णं भ्रमत्तृङ्गलानिस्वेददांहाशुपाकिताः ॥ १८ ॥
 शमं च वातकफयोः करोति, शिशिरं पुनः ।
 ह्लादनं जीवनं स्तम्भं प्रसादं रक्तपित्तयोः ॥ १९ ॥

Usna vīrya (potência quente) produz vertigem, sede, exaustão (sem qualquer trabalho), perspiração, sensação de queimação, rápido cozimento (transformação rápida) e alívio de *vāta* e *kapha*. *Śīsira* ou *śīta vīrya* (potência fria), por outro lado, causa *hlādana* (produção), *jīvana* (modos de vida, atividades da vida), bloqueio (redução, restrição) e purificação (remoção das anormalidades) de *rakta* (sangue) e *pitta*. [18.2-19]

Vipāka (sabor após a digestão) [20-22.1]

जाठरेणाग्निना योगाद्यदुदेति रसान्तरम् ।
 रसानां परिणामान्ते स विपाक इति स्मृतः ॥ २० ॥

A alteração dos sabores (das substâncias) que ocorre no final da digestão em virtude da associação (do contato com e pela ação de) *jatharāgni* (fogo do estômago, ou seja, o suco digestivo do trato alimentar) é chamado *vipāka*. [20]

स्वादुः पटुश्च मधुरमम्लोऽम्लं पच्यते रसः ।
 तिक्तोषणकषायाणां विपाकः प्रायशः कटुः ॥ २१ ॥

Os sabores *svādu* (doce) e *patu* (salgado) tornam-se *madhura* (doce) após a digestão; o sabor azedo permanece azedo; o *vipāka* dos sabores *tikta* (amargo), *ūsana* (picante) e *kasāya* (adstringente) será, geralmente, *katu* (picante). [21]

रसैरसौ तुल्यफलस्तत्र द्रव्यं शुभाशुभम् ।

Os efeitos (das ações) dos sabores (que são sentidos na boca) e do *vipāka rasa* (sabores que se manifestam no final da digestão) serão os mesmos ou semelhantes. [22.1]

Karma vidhāna (mecanismo de ação das substâncias) [22.2-25]

किञ्चिद्रसेन कुरुते कर्म पाकेन चापरम् ॥ २२ ॥
गुणान्तरेण वीर्येण प्रभावेणैव किञ्चन ।

Algumas substâncias produzem efeitos benéficos ou prejudiciais em decorrência de seu *rasa* (sabor), algumas por causa de seu *vipāka* (sabor após a digestão), outras como efeito de seu *guna* (qualidades), outras por causa de seu *vīrya* e algumas ainda em decorrência de seu *prabhāva* (ação especial). [22.2-23.1]

यद्यद्रव्ये रसादीनां बलवत्त्वेन वर्तते ॥ २३ ॥
अभिभूयेतरांस्तत्तत्कारणत्वं प्रपद्यते ।
विरुद्धगुणसंयोगे भूयसाऽल्पं हि जीयते ॥ २४ ॥

Aquela característica presente na substância, que se manifesta de forma poderosa dentre elas (*rasa, vipāka, guna, vīrya* e *prabhāva*), encobre (reduz, inativa, deprime ou mesmo negativa) as outras, torna-se a causa da ação (daquela substância). No caso da combinação de duas qualidades opostas, a que se manifesta com mais força dominará a fraca. [23.2-24]

रसं विपाकस्तौ वीर्यं प्रभावस्तान्यपोहति ।
बलसाम्ये रसादीनामिति नैसर्गिकं बलम् ॥ २५ ॥

Quando apresentarem a mesma força, o *vipāka* domina o *rasa*. Eles (*vipāka* e *rasa*) dominam o *vīrya*; e o *prabhāva* domina todos eles (*rasa, vipāka* e *vīrya*). Este é o padrão da força natural. [25]

Prabhāva (efeito especial) [26-27.1]

रसादिसाम्ये यत् कर्म विशिष्टं तत् प्रभावजम् ।
दन्ती रसाद्यैस्तुल्याऽपि चित्रकस्य विरेचनी ॥ २६ ॥
मधुकस्य च मृद्धीका, घृतं क्षीरस्य दीपनम् ।

A ação especial (de uma substância), quando o *rasa* e as demais (características presentes nela) possuem a mesma força, é considerada como originada do *prabhāva*. Por exemplo, apesar de *danti* (*Croton tiglium*) ser idêntica a *citraka* (*Plumbago zeylanica*) quanto ao *rasa* (sabor), etc., *danti* é purgativo (e *citraka*

não apresenta este efeito); da mesma forma, *madhuka* (*Glycyrrhiza glabra*) e *mrdivika* (*Vitis vinifera*): *mrdivika* tem efeito purgativo (mas *madhuka* não); *ghrta* (*ghee*, óleo de manteiga) e *ksīra* (leite) quanto à capacidade de estimular a digestão (*ghrta* estimula a digestão, enquanto *ksīra* não o faz). [26-27.1]

Vicitra pratyayārdha dravya (substâncias extraordinárias) [27.2-28]

इति सामान्यतः कर्म द्रव्यादीनां, पुनश्च तत् ॥ २७ ॥
 विचित्रप्रत्ययारब्धद्रव्यभेदेन भिद्यते ।
 स्वादुर्गुरुश्च गोधूमो वातजिह्वातकृद्यवः । २८ ॥
 उष्णा मत्स्याः पयः शीतं कटुः सिहोनशूकरः ॥२८½॥

Assim, foi descrito o modo de ação geral (comum) das substâncias e outras (qualidades das mesmas). Novamente, há uma categoria especial (de substâncias) conhecidas como *vicitra pratyayārdha* (originadas de uma combinação peculiar de fatores causais, ou seja, de *pañcabhūtas*) como por exemplo: tanto *godhūma* (trigo) como *yava* (cevada) possuem *svādu* e *guru* (qualidades doces e pesadas), mas *godhūma* (trigo) alivia *vāta* enquanto *yava* (cevada) agrava (aumenta) *vāta*; o peixe é quente (na potência) enquanto o leite é frio (na potência), apesar de ambos serem doces e pesados; a carne de leão, apesar de doce no sabor, torna-se *katu* (no *vipāka*), enquanto a carne de porco não o faz (não se torna picante após a digestão). [27.2-28]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
 सूत्रस्थाने द्रव्यादिविज्ञानीयो नाम नवमोऽध्यायः ॥ ९ ॥

Assim termina o nono capítulo conhecido como “*Dravyādi vijñānīya* (O conhecimento das substâncias)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (IX)

CAPÍTULO X

दशमोऽध्यायः ।

RASABHEDIYA

(Classificação dos sabores)

अथातो रसभेदीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयाद्यो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Rasabhediya* (A classificação dos sabores)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Rasotpatti (formação dos sabores) [1]

क्षमाग्निक्षमाम्बुतेजःखवाय्वग्न्यनिलगोनिलैः ।
द्वयोल्बणैः क्रमाद्भूतैर्मधुरादिरसोद्भवः ॥ १ ॥

Madhura e outros *rasas* (sabores) são formados pela predominância de dois *bhūtas* (elementos primários), respectivamente, da seguinte maneira:

<i>Ksmā (prthvī) + ambu (ap)</i>	<i>Madhura</i> (doce)
<i>Agni (tejas) + ksmā (prthvī)</i>	<i>Amla</i> (azedo)
<i>Ambu (ap) + agni (tejas)</i>	<i>Lavana</i> (salgado)
<i>Kha (ākāśa) + anila (vāyu)</i>	<i>Tikta</i> (amargo)
<i>Agni (tejas) + anila (vāyu)</i>	<i>Katu</i> (picante)
<i>Go (prthvī) + anila (vāyu)</i>	<i>Kasāya</i> (adstringente)

[1]

Rasa laksana (características dos sabores) [2-6]

तेषां विद्याद्रसं स्वादुं यो वक्त्रमनुलिम्पति ।
 आस्वाद्यमानो देहस्य ह्लादनोऽक्षप्रसादनः ॥ २ ॥
 प्रियः पिपीलिकादीनाम्

Dentre eles (os *rasas*), *svādu* (o sabor *madhura*) é compreendido por sua aderência quando a substância entra em contato com a parte interna da boca, proporcionando uma sensação de contentamento (prazer) para o corpo e conforto para os órgãos sensoriais. É apreciado por formigas, etc. [2]

अम्लः क्षालयते मुखम् ।
 हर्षणो रोमदन्तानामक्षिभ्रुवनिकोचनः ॥ ३ ॥

Amla (o sabor azedo) torna a boca aguada, causa arrepios e latejamento dos dentes e leva a pessoa a fechar os olhos e as sobrancelhas. [3]

लवणः स्यन्दयत्यास्यं कपोलगलदाहकृत् ।

Lavana (o sabor salgado) causa mais umidade na boca (aumenta a salivação) e sensação de queimação nas bochechas e na garganta. [4.1]

तिक्तो विशदयत्यास्यं रसनं प्रतिहन्ति च ॥ ४ ॥

Tikta (o sabor amargo) limpa a boca e destrói os órgãos do paladar (torna a percepção de outros sabores impossível). [4.2]

उद्वेजयति जिह्वाग्रं कुर्वन्श्चिमिचिमां कटुः ।
 स्रावयत्यक्षिनासास्यं कपोलौ दहतीव च ॥ ५ ॥

Katu (o sabor picante) estimula (excita) a extremidade da língua, causa irritação, induz à saída de secreções dos olhos, nariz e boca e causa sensação de queimação nas bochechas. [5]

कषायो जडयेज्जिह्वां कण्ठस्रोतोविबन्धकृत् ।

Kasāya (o sabor adstringente) inativa a língua (reduz a capacidade de perceber o sabor) e causa obstrução da passagem da garganta. [6.1]

रसानामिति रूपाणि कर्माणि

॥ ६ ॥

Estes são os aspectos característicos dos sabores, agora suas ações (serão descritas). [6.2]

Rasa karma (ações dos sabores) [7-22.1]• *Madhura rasa karma (ações do sabor doce) [7-9]*

मधुरो रसः

आजन्मसात्म्यात्कुरुते धातूनां प्रबलं बलम् ।

बालवृद्धक्षतक्षीणवर्णकेशेन्द्रियौजसाम् ॥ ७ ॥

प्रशस्तो बृंहणः कण्ठ्यः स्तन्यसन्धानकृद्गुरु ।

आयुष्यो जीवनः स्निग्धः पित्तानिलविषापहः ॥ ८ ॥

कुरुतेऽत्युपयोगेन स मेदः श्लेष्मजान् गदान् ।

स्थौल्याग्निसादसन्न्यासमेहगण्डार्बुदादिकान् ॥ ९ ॥

Madhura (o sabor doce), ingerido habitualmente desde o nascimento, produz maior vigor nos *dhātus* (tecidos), é muito valioso para as crianças, para os idosos, para aqueles que estão acometidos por úlceras e emagrecidos, é benéfico para a coloração (compleição), para os cabelos, os órgãos dos sentidos e para o *ojas* (essência dos tecidos); produz corpulência, é benéfico para a garganta, aumenta a secreção de leite materno, une partes quebradas (fratura de ossos, etc.), não é fácil de digerir, prolonga a vida, dá auxílio às atividades vitais; o sabor doce é oleoso, alivia *pitta*, *vāta* e *visa* (veneno). Com o uso excessivo, produz doenças causadas pela gordura e por *ślesman* (*kapha*), obesidade, dispepsia, inconsciência, diabetes, aumento das glândulas da região do pescoço, etc., tumores malignos (câncer) e outras patologias. [7-9]

• *Amla rasa karma (ações do sabor azedo) [10-12.1]*

अम्लोऽग्निदीप्तिकृत्स्निग्धो हृद्यः पाचनरोचनः ।

उष्णवीर्यो हिमस्पर्शः प्रीणनः क्लेदनो लघुः ॥१०॥

करोति कफपितास्रं मूढवातानुलोमनः ।

सोऽत्यभ्यस्तस्तनोः कुर्याच्छैथिल्यं तिमिरं भ्रमम् ॥११॥

कण्डुपाण्डुत्ववीसर्पशोफविस्फोटतृड्ज्वरान् ।

Amla (o sabor azedo) estimula o *agni* (atividade digestiva), é oleoso, benéfico para o coração, digestivo, aperiente, possui potência quente, é frio ao tato (refrescante em aplicações externas, alivia sensação de queimação) produz saciedade (conforto), causa umidificação, é fácil de digerir, causa agravação (aumento) de *kapha*, *pitta* e *asrk* (sangue) e faz com que o *vāta* inativo movimente-se para baixo. Usado em excesso, causa frouxidão (flacidez) do corpo, perda do vigor, cegueira, vertigem, prurido (irritação), palidez (descoloração amarelo-esbranquiçada, como na anemia), *visarpa* (herpes), edemas, *visphota* (erupções pequenas), sede e febres. [10-12.1]

• *Lavana rasa karma* (ações do sabor salgado) [12.2-14.1]

लवणः स्तम्भसङ्घातवन्धविध्मापनोऽग्निकृत् ॥१२॥
 स्नेहनः स्वेदनस्तीक्ष्णो रोचनश्छेदभेदकृत् ।
 सोऽतियुक्तोऽस्रपवनं खलति पलितं वलिम् ॥१३॥
 तट्कुष्ठविषवीसर्पान् जनयेत्क्षपयेद्बलम् ।

Lavana (o sabor salgado) remove a rigidez, elimina as obstruções (dos canais e poros), aumenta a atividade digestiva, lubrifica, causa sudorese, penetra (nos tecidos), aumenta o paladar, causa lacerações e desfaz (tecidos, crescimentos novos, abscessos, etc.)

Utilizado em excesso, causa aumento de *asrk* (sangue) e *pavana* (*vāta*), causa calvície, branqueamento dos cabelos, rugas na pele, sede, hanseníase (e outras doenças de pele), envenenamento (efeito semelhante ao do envenenamento), *visarpa* (herpes) e diminuição do vigor (do corpo). [12.2-14.1]

• *Tikta rasa karma* (ações do sabor amargo) [14.2-16]

तिक्तः स्वयमरोचिष्णुररुचिं कुमितृड्विषम् ॥१४॥
 कुष्ठमूर्च्छाज्वरोत्क्लेशदाहपित्तकफान् जयेत् ।
 क्लेदमेदोवसामज्जशकृन्मूत्रोपशोषणः ॥१५॥
 लघुर्मध्यो हिमो रूक्षः स्तन्यकण्ठविशोधनः ।
 धातुक्षयानिलन्याधीनतियोगात्करोति सः ॥१६॥

Tikta (o sabor amargo) por si só não é agradável, cura anorexia, vermes (bactérias, parasitas, etc.), sede, envenenamento, hanseníase (e outras doenças da pele), perda da consciência, febre, náuseas, sensações de queimação, alivia *pitta* e *kapha*, seca a umidade (água), a gordura, a gordura muscular, a medula

óssea, as fezes e a urina; é fácil de digerir, aumenta a inteligência, possui potência fria, é secativo (produz *secura*), limpa o leite materno e a garganta. Usado em excesso, causa depleção dos *dhātus* (tecidos) e doenças causadas por *vāta*. [14.2-16]

• *Katu rasa karma (ações do sabor picante) [17-19]*

कटुर्गलामयोदर्दकुष्ठालसकशोफजित् ।
 व्रणावसादनः स्नेहमेदः क्लेदोपशोषणः ॥१७॥
 दीपनः पाचनो रुच्यः शोधनोऽन्नस्य शोषणः ।
 छिनत्ति बन्धान् स्रोतांसि विवृणोति कफापहः ॥१८॥
 कुरुते सोऽतियोगेन तृष्णां शुक्रबलक्षयम् ।
 मूर्च्छामाकुञ्चनं कम्पं कटिपृष्ठादिषु व्यथाम् ॥१९॥

Katu (o sabor picante) cura doenças da garganta, erupções alérgicas, hanseníase (e outras doenças da pele), *alaska* (um tipo de indigestão), inchaços (edemas), reduz a inflamação das úlceras, seca a oleosidade (untuosidade), a gordura e a umidade (água); aumenta a fome, é digestivo, aumenta o paladar, é *śodhana* (elimina os *doshas*), seca (a umidade do) alimento, desfaz massas duras, dilata (expande) os canais e alivia o *kapha* (aumentado).

O uso excessivo causa sede, depleção de *śukra* (elemento reprodutivo, esperma) e do vigor, causa desmaios (perda da consciência), contraturas, tremores e dor na cintura, nas costas, etc. [17-19]

• *Kasāya rasa karma (ações do sabor adstringente) [20-22.1]*

कषायः पित्तकफहा गुरुरस्रविशोधनः ।
 पीडनो रोपणः शीतः क्लेदमेदोविशोषणः ॥२०॥
 आमसंस्तम्भनो ग्राही रुक्षोऽति त्वक्प्रसादनः ।
 करोति शीलितः सोऽति विष्टम्भाध्मानहृद्भुजः ॥२१॥
 तृट्कार्श्यपौरुषभ्रंशस्रोतोरोधमलग्रहान् ।

Kasāya (o sabor adstringente) alivia *pitta* e *kapha* (aumentados) e não é fácil de digerir; limpa o sangue, causa compressão e cura as úlceras (ferimentos), é frio na potência, seca a umidade e a gordura, impede o cozimento (digestão) do alimento não digerido, absorve a água (causando constipação), seca (causa *secura*) e limpa a pele excessivamente.

Usado em excesso, causa estagnação do alimento sem que ele sofra digestão, causa flatulência, dor (na região) do coração, sede, emagrecimento, perda da virilidade, obstrução dos canais e constipação. [20-22.1]

Madhura gana (grupo das substâncias doces) [22.2-25.1]

घृतहेमगुडाक्षोडमोचचोचपरूषकम् ॥२२॥
 अभीरुवीरापनसराजादनबलात्रयम् ।
 मेदे चतस्रः पर्णिन्यो जीवन्ती जीषकर्षभौ ॥२३॥
 मधुकं मधुकं विम्बी विदारी श्रावणीयुगम् ।
 क्षीरशुक्ला तुगाक्षीरी क्षीरिण्यौ काश्मरी सह्ये ॥२४॥
 क्षीरेक्षुगोक्षुरक्षौद्रद्राक्षादिर्मधुरो गणः ।

Ghrta (ghee, óleo de manteiga), hema (ouro), guda (açúcar mascavado indiano), aksoda, moca, coca, parūsaka, abhīru, vīrā, panasa, rājādana, os três balās, o dois medās, os quatro parñies, jīvantī, jīvaka, rsabhaka, madhuka, madhūka, bimbī, vidārī, os dois śrāvanī, ksīraśuklā, tugāksīrī, os dois ksīrinī, kāśmarī, os dois sahā, ksīra, iksu, goksura, ksaudra, drāksā, etc. formam o grupo das substâncias doces. [22.2-25.1]

Amla gana (grupo das substâncias azedas) [25.2-26]

अम्लो धात्रीफलाम्लीकामातुलुङ्गाम्लवेतसम् ॥२५॥
 दाडिमं रजतं तक्रं चुक्रं पालेवतं दधि ।
 आम्रमात्रातकं भव्यं कपित्थं करमर्दकम् ॥२६॥

Dhātrīphala, amlīkā, mātulunga, amlavetasa, dādima, rajata (prata), takra, cukra, pālevata, dadhi, āmra, āmrātaka, bhavyā, kapittha, karamardaka, etc. formam o grupo das substâncias azedas. [25.2-26]

Lavana gana (grupo das substâncias salgadas) [27]

घरं सौवर्चलं कृष्णं बिडं सामुद्रमौद्भिदम् ।
 रोमकं पांसुजं शीसं क्षारश्च लवणो गणः ॥२७॥

Varam (saindhava), sauvarcala, krsna, bida, sāmudra, audbhida, romaka, pāmsūja (todas estas substâncias são sais ou lavanas), śīsa (chumbo) e ksāra (álcalis) formam o grupo das substâncias salgadas. [27]

Tikta gana (grupo das substâncias amargas) [28-30.1]

तिक्तः पटोली त्रायन्ती वालकोशीरचन्दनम् ।
 भूनिम्बनिम्बकटुकातगरागुरुवत्सकम् ॥२८॥
 नक्तमालद्विरजनीमुस्तमूर्वाटरूपकम् ।
 पाठापामार्गकांस्यायोगुडूचीधन्वयासकम् ॥२९॥
 पञ्चमूलं महद्वाध्यौ विशालाऽतिविषा वचा ।

Patolī, trāyantī, vālaka, uśīra, candana, bhūnimba, nimba, katukā, tagara, aguru, vatsaka, naktamāla, as duas rajanī (rajanī e rajanīdvaya), mustā, mūrvā, ātarūsaka, pāthā, apāmārga, kāmsya (bronze), ayas (ferro), gudūci, dhanvayāsaka, mahat pañcamūla, as duas vyāghrī (brhatī e kantakārī), viśālā, ativisā, vacā, etc. estas plantas e minerais formam o grupo das substâncias amargas. [28-30.1]

Katu gana (grupo das substâncias picantes) [30.2-31.1]

कटुको हिङ्गुमरिचकृमिजित्पञ्चकोलकम् ॥३०॥
 कुठेराद्या हरितकाः पित्तं मूत्रमरुक्करम् ।

Hingu, marica, krmijit, pañcakola, vegetais folhosos tais como kutheraka e outras (kuthera, śigru, surasā, sumukha, etc., mencionadas no verso 106 do capítulo VI, já descrito), pitta (bile), mūtra (urina), āruskara, etc. formam o grupo das substâncias picantes. [30.2-31.1]

Kasāya varga (gana) (grupo das substâncias adstringentes) [31.2-32]

वर्गः कषायः पथ्याऽक्षं शिरोषः खदिरो मधु ॥३१॥
 कदम्बोदुम्बरं मुक्ताप्रवालाञ्जनगैरिकम् ।
 बालं कपित्थं खर्जूरं विसपन्नोत्पलादि च ॥३२॥

O grupo das substâncias adstringentes consiste de pathyā, aksa, śirīsa, khadira, madhu (mel), kadamba, udumbara, muktā (pérolas), pravāla (coral), añjana (antimônio), gairika (argila vermelha), bālakapittha, kharjūra, bisa, padma, utpala, etc. [31.2-32]

Propriedades gerais dos sabores e das exceções [33-39.1]

मधुरं श्लेष्मलं प्रायो जीर्णच्छालियवाहते ।
 मुद्गाद्गोधूमतः क्षोद्रात्सिताया जाङ्गलामिषात् ॥३३॥
 प्रायोऽम्लं पित्तजननं दाडिमामलकाहते ।
 अपथ्यं लवणं प्रायश्चक्षुषोऽन्यत्र सैन्धवात् ॥३४॥
 तिक्तं कटु च भूयिष्ठमवृष्यं वातकोपनम् ।
 ऋतेऽमृतापटोलीभ्यां शुण्ठीकृष्णारसोनतः ॥३५॥
 कषाय प्रायशः शीतं स्तम्भनं चाभयां विना ।

Em geral, as substâncias de sabor doce causam aumento de *kapha*, com exceção do arroz *sāli* envelhecido (por mais de um ano) e *yava*, *mudga*, *godhūma*, *ksaudra* (mel), *sitā* (açúcar) e a carne de animais que vivem nos desertos.

Em geral, substâncias de sabor azedo causam aumento de *pitta*, com exceção de *dādima* e *āmalaka*.

Em geral, as substâncias salgadas são prejudiciais para os olhos (visão), com exceção de *saindhava*.

Em geral, substâncias amargas e picantes não são afrodisíacas e aumentam *vāta*, com exceção de *amṛta*, *patolī*, *śunthi*, *kṛṣṇa* e *rasona*.

As substâncias adstringentes, geralmente, são frias (na potência) e obstrutivas, com exceção de *abhayā*. [33-35.1]

रसाः कट्वम्ललवणा वीर्येणोष्णा यथोत्तरम् ॥३६॥
 तिक्तः कषायो मधुरस्तद्वदेव च शीतलाः ।
 तिक्तः कटुः कषायश्च रूक्षा बद्धमलास्तथा ॥३७॥
 पट्वम्लमधुराः स्निग्धाः सृष्टविण्मूत्रमारुताः ।
 पटोः कषायस्तस्माच्च मधुरः परमं गुरुः ॥३८॥
 लघुरम्लः कटुस्तस्मात्तस्मादपि च तिक्तकः ।

Katu (picante), *amla* (azedo), *lavana* (salgado) são *usna vīrya* (quentes na potência), sendo um mais que o outro e assim sucessivamente; da mesma forma, *tikta* (amargo), *kasāya* (adstringente) e *madhura* (doce) são *śīta vīrya* (frios na potência), sendo um mais frio que o outro, sucessivamente.

Tikta (amargo), *katu* (picante) e *kasāya* (adstringente) são secos e causam constipação (um mais que o outro e assim sucessivamente). *Patu* (salgado),

amla (azedo) e *madhura* (doce) são oleosos e ajudam na eliminação das fezes, urina e flatos (um mais que o outro e assim sucessivamente).

Patu (salgado), *kasāya* (adstringente) e *madhura* (doce) são pesados (não são fáceis de digerir, um mais que o outro e assim sucessivamente), enquanto *amla* (azedo), *katu* (picante) e *tikta* (amargo) são leves (fáceis de digerir, o primeiro mais que o segundo e assim sucessivamente). [35.2-39.1]

Rasa samyoga samkhyā (número de combinação de sabores). [39.2-44]

संयोगाः सप्तपञ्चाशत्कल्पना तु त्रिषष्टिधा ॥३९॥
रसानां यौगिकत्वेन यथास्थूलं विभज्यते ।

As combinações de sabores serão cinqüenta e sete, mas a soma real será de sessenta e três, com base em seu uso (na rotina diária de seleção de drogas, no planejamento das terapias, etc.), e serão explicadas amplamente como segue: [39.2-40.1]

एकैकहीनास्तान् पञ्चदश यान्ति रसा द्विके ॥४०॥
त्रिके स्वादुर्दशाम्लः षट् त्रीन् पटुस्तिक्त एककम् ।
चतुष्केषु दश स्वादुश्चतुरोऽम्लः पटुः सकृत् ॥४१॥
पञ्चकेष्वेकमेवाम्लो मधुरः पञ्च सेवते ।
द्रव्यमेकं षडास्वादमसंयुक्ताश्च षड्भूसाः ॥४२॥

Eliminando um *rasa* em cada combinação, o número de combinações de dois *rasas* será 15. Na combinação de três *rasas* serão 10 as combinações com *svādu* (doce), 6 com *amla* (azedo), 3 com *lavana* (salgado) e 1 com *tikta* (amargo), totalizando 20 combinações. Na combinação de quatro *rasas* serão 10 combinações com *svādu* (doce), 4 com *amla* (azedo) e 1 com *lavana* (salgado), totalizando 15 combinações. Nas combinações de cinco *rasas* serão 5 com *svādu* (doce) e 1 com *amla* (azedo) totalizando 6 combinações. Na combinação de todos os seis *rasas* será 1 combinação e cada *rasa* individualmente totalizarão 6 combinações, sendo que a soma de todas será de 63. [40.2-42]

षट् पञ्चकाः, षट् च पृथग्रसाः स्युश्चतुर्दिकौ पञ्चदशप्रकारौ ।
मेदास्त्रिका विशतिरेकमेव द्रव्यं षडास्वादमिति त्रिषष्टिः ॥४३॥

(Resumindo,) a combinação de cinco *rasas* é 6; dos seis *rasas* individualmente é 6; a combinação de dois e de quatro é de 15 cada um; de três é 20 e de todos os seis sabores juntos é 1, totalizando 63 combinações. [43]

Para um compreensão mais clara, as combinações foram explicadas por Arunadatta, em seu comentário, da forma como foi reproduzida a seguir:

- I. Combinação de dois sabores:
 1. *madhura* (doce) + *amla* (azedo)
 2. *madhura* (doce) + *tikta* (amargo)
 3. *madhura* (doce) + *kasāya* (adstringente))
 4. *madhura* (doce) + *lavana* (salgado)
 5. *madhura* (doce) + *katu* (picante)
 6. *amla* (azedo) + *lavana* (salgado)
 7. *amla* (azedo) + *tikta* (amargo)
 8. *amla* (azedo) + *katu* (picante)
 9. *amla* (azedo) + *kasāya* (adstringente)
 10. *lavana* (salgado) + *tikta* (amargo)
 11. *lavana* (salgado) + *katu* (picante)
 12. *lavana* (salgado) + *kasāya* (adstringente)
 13. *tikta* (amargo) + *katu* (picante)
 14. *tikta* (amargo) + *kasāya* (adstringente)
 15. *katu* (picante) + *kasāya* (adstringente)
- II. Combinação de três sabores:
 1. *madhura* + *amla* + *lavana*
 2. *madhura* + *amla* + *tikta*
 3. *madhura* + *amla* + *katu*
 4. *madhura* + *amla* + *kasāya*
 5. *madhura* + *lavana* + *tikta*
 6. *madhura* + *lavana* + *katu*
 7. *madhura* + *lavana* + *kasāya*
 8. *madhura* + *tikta* + *katu*
 9. *madhura* + *tikta* + *kasāya*
 10. *madhura* + *katu* + *kasāya*
 11. *amla* + *lavana* + *tikta*
 12. *amla* + *lavana* + *katu*
 13. *amla* + *lavana* + *kasāya*
 14. *amla* + *tikta* + *katu*
 15. *amla* + *tikta* + *kasāya*
 16. *amla* + *katu* + *kasāya*
 17. *lavana* + *tikta* + *katu*
 18. *lavana* + *tikta* + *kasāya*
 19. *lavana* + *katu* + *kasāya*
 20. *tikta* + *katu* + *kasāya*
- III. Combinação de quatro sabores:

1. *madhura + amla + lavana + tikta*
2. *madhura + amla + lavana + katu*
3. *madhura + amla + lavana + kasāya*
4. *madhura + amla + tikta + katu*
5. *madhura + amla + tikta + kasāya*
6. *madhura + amla + katu + kasāya*
7. *madhura + lavana + tikta + katu*
8. *madhura + lavana + tikta + kasāya*
9. *madhura + lavana + katu + kasāya*
10. *madhura + tikta + katu + kasāya*
11. *amla + lavana + tikta + katu*
12. *amla + lavana + tikta + kasāya*
13. *amla + lavana + katu + kasāya*
14. *amla + tikta + katu + kasāya*
15. *lavana + tikta + katu + kasāya*

IV. Combinação de cinco sabores:

1. *amla + lavana + tikta + katu + kasāya*
2. *madhura + lavana + tikta + katu + kasāya*
3. *madhura + amla + tikta + katu + kasāya*
4. *madhura + amla + lavana + katu + kasāya*
5. *madhura + amla + lavana + tikta + kasāya*
6. *madhura + amla + lavana + tikta + katu*

V. Combinação de seis sabores:

1. *madhura + amla + lavana + katu + tikta + kasāya*

VI. Cada sabor separadamente:

1. *madhura*
2. *amla*
3. *lavana*
4. *katu*
5. *tikta*
6. *kasāya*

Totalizando os grupos: $15 + 20 + 15 + 6 + 1 + 6 = 63$

ते रसानुरसतो रसभेदास्तारतम्यपरिकल्पनया च ।

सम्भवन्ति गणनां समतीता दोषमेषजवशादुपयोज्याः ॥४४॥

Estes *rasas* e *anurasas* (sabores secundários) combinados proporcionalmente (de forma predominante, moderada e inferior) tornam-se inumeráveis. Eles devem ser selecionados e utilizados após adequada consideração das condições dos *doshas* e das drogas (e terapias). [44]

इति श्रीवैद्यपतिरसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने रसभेदीयो नाम दशमोऽध्यायः ॥१०॥

Assim termina o décimo capítulo conhecido como “*Rasabhedīya* (A classificação dos sabores)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahṛdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (X)

CAPÍTULO XI

एकादशोऽध्यायः ।

DOSHADI VIJÑANIYA ADHYAYA (O conhecimento dos Doshas, etc.)

अथातो दोषाद्विज्ञानीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Doshādi vijñānīya adhyāya* (O conhecimento dos *Doshas*)”. Assim disseram Ātreya e outros grandes sábios.

Dehasya mūlam (constituintes principais do corpo) [1.1]

दोषघातुमला मूलं सदा देहस्य

Os *doshas*, *dhātus* (tecidos) e os *malas* (resíduos) são sempre as raízes (causas, constituintes principais) do corpo (no decorrer de todo o tempo de vida). [1.1]

Os *doshas* são de dois tipos: a) *Śārīra* (somáticos), a saber, *vāta*, *pitta* e *kapha*; e b) *Mānasa* (psíquicos), a saber, *rajas* e *tamas*.

Os *dhātus* (tecidos) são sete, a saber, *rasa* (plasma), *rakta* (sangue), *māmsa* (músculos), *medas* (gordura), *asthi* (osso), *majja* (medula óssea) e *śukra* (o sêmen nos homens e seu equivalente *ārtava* ou óvulo nas mulheres). *Ojas*, a essência dos *dhātus*, é considerado o oitavo *dhātu*. Além disso, existem alguns *upadhātus* (tecidos secundários), como *lasikā* (tecido linfático), *stanya* (tecido mamário), *kandarā* (tendões), *sirā dhamanīs* (veias e artérias), *vasā* (gordura muscular), *tvak* (pele), *snāyu* (nervos), *tarunāsthi* (tecido cartilaginoso), etc. Os *malas* (produtos residuais) são *purīsa* (fezes), *mūtra* (urina), *sveda* (suor), *khamala* (ou *dhātu mala*, produtos residuais dos tecidos), excreções dos olhos, do nariz, dos ouvidos, dos pequenos e grandes canais, etc., *keśa-roma* (os cabelos da cabeça e do corpo), *nakha* (unhas), etc.

Todos estes elementos estão presentes no corpo humano, sempre, durante sua vida inteira. Enquanto estiverem em seu estado normal (quanto à quantidade, qualidades e funções) eles mantêm a saúde da pessoa e quando anormais, eles se tornam causas das doenças. Isto será descrito neste capítulo e também no próximo.

Prākṛta dosha karma (funções dos doshas em estado de normalidade) [1.2-3]

तं चकः ।

उत्साहोच्छ्वासनिश्वासचेष्टावेगप्रवर्तनैः ॥ १ ॥

सम्यग्गत्या च धातूनामक्षाणां पाटवेन च ।
अनुगृह्णात्यविकृतः, पित्तं पक्त्यूष्मदर्शनैः ॥ २ ॥
क्षुत्तृड् रुचिप्रभामेधाधीशौर्यतनुमार्दवैः ।
श्लेष्मा स्थिरत्वस्निग्धत्वसन्धिबन्धक्षमादिभिः ॥ ३ ॥

Cala (vāta), em seu estado normal, protege o corpo dando-lhe entusiasmo (ímpeto, desejo), é responsável pela expiração e inspiração, por todas as atividades (do corpo, da mente e da fala), pelo início (e também pela execução) das necessidades (de defecar, urinar, etc.), pela manutenção dos *dhātus* (tecidos) em um estado de normalidade e um adequado funcionamento dos órgãos sensoriais.

Pitta, em seu estado normal, cuida da digestão, da manutenção da temperatura corporal, é responsável pela visão, pela produção da fome, sede, apetite, pela compleição, inteligência, coragem, valor e suavidade (flexibilidade) do corpo.

Ślesman (kapha) confere estabilidade, lubrificação, compactação (firmeza) das articulações, é responsável pelo autocontrole (capacidade de resistir ou conter as emoções, a tensão, etc.) e outras funções. [1.2-3]

As atividades citadas acima correspondem apenas às funções principais, pois eles também respondem por muitas outras ações também.

Prākṛta dhātu-mala karma (funções dos dhātus e malas normais) [4-5]

प्रीणनं जीवनं लेपः स्नेहो धारणपूरणे ।
गर्भोत्पादश्च धातूनां श्रेष्ठं कर्म क्रमात्स्मृतम् ॥ ४ ॥

Nutrir (fornecer nutrição), manter as atividades vitais, envolver (cobrir), lubrificar, sustentar, preencher (o interior dos ossos) e produzir o embrião – estas são as importantes funções dos *dhātus*, respectivamente. [4]

अवष्टम्भः पुरीषस्य, मूत्रस्य क्लेदवाहनम् ।
स्वेदस्य क्लेदविधृतिः

Manter (o vigor do corpo) é a principal função das fezes; eliminar a umidade (água) é função da urina, e reter a umidade é uma função do suor. [5]

Vrddha dosha karma (funções dos doshas aumentados) [6-7.1]

वृद्धस्तु कुरुतेऽनिलः ॥ ५ ॥

कार्श्यकाण्योष्णकामत्वकम्पानाहशकृद्ब्रह्मान् ।

वलनिद्रेन्द्रियभ्रंशप्रलापभ्रमदीनताः ॥ ६ ॥

Vāta, quando aumentado (acima do seu normal), produz emagrecimento, alteração da coloração (preta), desejo por coisas quentes, tremores, distensão abdominal, constipação, perda do vigor, do sono e das funções sensoriais, fala sem significado ou relevância, vertigem e timidez (mau-humor). [6]

पीतविण्मूत्रनेत्रत्वक्क्षत्तृद्दाहाल्पनिद्रताः ।

पित्तम्

Pitta (aumentado) provoca coloração amarela nas fezes, na urina, nos olhos e na pele; excesso de fome e sede, sensação de queimação e pouco sono. [7.1-7.2]

श्लेष्माऽग्निसदनप्रसेकालस्यगौरवम् ॥ ७ ॥

श्वैत्यशैत्यश्लथाङ्गत्वं श्वासकासातिनिद्रताः ।

Ślesman (aumentado) produz debilidade da atividade digestiva, excessiva salivagem, preguiça, sensação de peso, coloração branca (das fezes, etc.), frio, frouxidão das partes do corpo, dispnéia, tosse e excesso de sono. [7.2-8.1]

Vrddha dhātu karma (funções dos dhātus aumentados) [8.2-12]

रसोऽपि श्लेष्मवत् रक्तं विसर्पप्लीहविद्रधीन् ॥ ८ ॥

कुष्ठवातास्रपित्तास्रगुल्मोपकुशकामलाः ।

व्यङ्गाग्निनाशसम्मोहरक्तत्वङ्नेत्रमूत्रताः ॥ ९ ॥

Rasa (quando aumentado) é semelhante a *kapha*, (produz os mesmos sintomas do *kapha* aumentado), ao *rakta* (sangue), pois quando aumentado produz *visarpa* (herpes), doenças do baço, abscessos, hanseníase (e outras doenças de pele), *vātāsrk* (gota), *pittāsrā* (doença hemorrágica), tumores abdominais, *upakuśa* (uma doença dos dentes), *kāmalā* (icterícia), *vyañga* (manchas descoloridas sobre a face), perda do *agni* (atividade digestiva), *sammoha* (coma), coloração vermelha da pele, dos olhos e da urina. [8.2-9]

मांसं गण्डार्तुदग्रन्थिगण्डोरुदरवृद्धिताः ।
कण्ठादिष्वधिमांसं च

Māmsa (tecido muscular, quando aumentado) leva ao aumento das glândulas (tecido linfático), produz tumores malignos (câncer), aumenta as dimensões das bochechas, das coxas e do abdome e produz crescimento dos músculos do pescoço e de outras partes do corpo. [10.1-10.2]

तद्वन्मेदस्तथा भ्रमम् ॥१०॥
अल्पेऽपि चेष्टिते श्वासं स्फिक्स्तनोदरलम्बनम् ।

Medas (tecido adiposo, quando aumentado) também é semelhante (produz os mesmos sintomas) e, além disso, causa fadiga, aumento do ritmo respiratório após pequenos esforços, queda das nádegas, das mamas e do abdome. [10.3-11.1]

अस्थ्यध्यस्थ्यधिदन्तांश्च

Asthi (tecido ósseo, quando aumentado) causa crescimento excessivo de ossos e dentes extras. [11.2]

मज्जा नेत्राङ्गगौरवम् ॥११॥
पर्वसु स्थूलमूलानि कुर्यात्कृच्छ्राण्यरूपि च ।

Majjā (medula óssea, quando aumentada) produz sensação de peso nos olhos e no corpo, aumento do tamanho das articulações do corpo e causa úlceras que são difíceis de curar. [11.2-12.1]

अतिस्त्रीकामतां वृद्धं शुक्रं शुक्राश्मरीमपि ॥१२॥

Śukra (sêmen, quando aumentado) produz grande desejo pelas mulheres (desejo sexual) e até mesmo cálculos seminais. [12.2]

Vrddha mala karma (funções dos malas em estado aumentado) [13.1-14]

कुक्षावाध्मानमाटोपं गौरवं वेदनां शकृत् ।

Śakrt (fezes, quando aumentadas) produzem aumento do abdome, ruído de gorgolejo e sensação de peso (no abdome). [13.1]

मूत्रं तु वस्तिनिस्तोदं कृतेऽप्यकृतसंज्ञताम् ॥१३॥

Mūtra (urina, quando aumentada) produz dor severa na bexiga e sensação de que não houve micção logo após haver eliminado (urina). [13.2]

स्वेदोऽतिस्वेददौर्गन्ध्यकण्डूः

Sveda (suor, quando aumentado) produz excesso de perspiração, odor fétido e prurido (irritação). [14.1]

एवं च लक्षयेत् ।

दूषिकादीनपि मलान् बाहुल्यगुरुतादिभिः ॥१४॥

O aumento de *dūsikā* (material excretado pelos olhos) e outros produtos residuais devem ser determinados por observação de sua quantidade excessiva, sensação de peso (nestes locais) e outros sintomas. [14.2]

Ksīna doshādi karma (funções reduzidas dos doshas, etc.) [15-25]

लिङ्गं क्षीणेऽनिलेऽङ्गस्य सादोऽल्पं भाषितेहितम् ।

संज्ञामोहस्तथा श्लेष्मवृद्ध्युक्तामयसम्भवः ॥१५॥

Os sintomas de *vāta*, quando este está reduzido, são debilidade do corpo, a pessoa fala pouco e faz poucas atividades (físicas), há perda da sensação (atenção) e da consciência e manifestam-se todos os sintomas causados por aumento de *kapha*. [15]

पित्ते मन्दोऽनलः शीतं प्रभाहानिः

A redução de *pitta* produz enfraquecimento da atividade digestiva, frio e perda do brilho (compleição). [16.1]

कफे भ्रमः ।

श्लेष्माशयानां शून्यत्वं हृद्रवः श्लथसन्धिता ॥१६॥

A redução de *kapha* causa vertigem, vazio dos órgãos de *kapha*, tremor no coração (palpitação) e frouxidão das articulações. [16.2]

रसे रौक्ष्यं भ्रमः शोषो ग्लानिः शब्दासहिष्णुता ।

A redução de *rasa* produz *secura*, fadiga, emagrecimento, exaustão (mesmo sem exercícios) e incapacidade de tolerar ruídos ou barulho. [17.1]

रक्तेऽप्लशिशिरप्रीतिशिराशैथिल्यरूक्षताः ॥१७॥

A redução de *rakta* produz desejo por coisas azedas e frias, ocorre perda da tensão das veias (e artérias) e *secura*. [17.2]

मांसेऽक्षग्लानिगण्डस्फिकशुष्कतासन्धिषेदनाः ।

A redução de *māmsa* causa debilidade dos órgãos sensoriais, diminuição das bochechas, das nádegas (etc.) e dores articulares. [18.1]

मेदसि स्वपनं कट्याः मीहो वृद्धिः कृशाङ्गता ॥१८॥

A redução de *medas* causa perda da sensação na cintura, esplenomegalia e emagrecimento. [18.2]

अस्थन्यस्थितोदः शदनं दन्तकेशनखादिषु ।

A redução de *asthi* causa dores articulares, queda dos dentes, cabelos, unhas, etc. (prematuramente). [19.1]

अस्थनां मज्जनि सौषिर्यं भ्रमस्तिमिरदर्शनम् ॥१९॥

A redução de *majja* produz cavidades (dentro dos ossos), vertigem e visão escura (cegueira). [19.2]

शुके चिरात् प्रसिच्येत शुक्रं शोणितमेव वा ।

तोदोऽत्यर्थं वृषणयोर्मैदूं धूमायतीव च ॥२०॥

A redução de *sukra* dá origem ao atraso na ejaculação, ejaculação acompanhada de sangramento, dor severa nos testículos e uma sensação de fumaça quente saindo da uretra. [20]

पुरीषे वायुरन्त्राणि सशब्दो वेष्टयन्निव ।
कुक्षौ भ्रमति यात्यूर्ध्वं हृत्पार्श्वे पीडयन् भृशम् ॥२१॥

A redução de *purīsa* dá origem ao movimento de ar no interior dos intestinos, acompanhado por som de gorgolejo, dirigindo-se para cima e causando desconforto grave na região do coração e dos flancos. [21]

मूत्रेऽल्पं मूत्रयेत्कच्छ्राद्विवर्णं सास्त्रमेव वा ।

A redução de *mūtra* dá origem à eliminação de urina escassa, disúria, descoloração da urina ou a mesma apresenta-se misturada com sangue. [22.1]

स्वेदे रोमच्युतिः स्तब्धरोमता स्फुटनं त्वचः ॥२२॥

A redução de *sveda* leva à queda de cabelos, rigidez dos cabelos e rachaduras na pele. [22.2]

मलानामति सूक्ष्माणां दुर्लक्ष्यं लक्षयेत् क्षयम् ।
स्वमलायनसंशोषतोदशून्यत्वलाघवैः ॥२३॥

A redução dos *malas* ou a quantidade reduzida de *malas* é difícil de perceber, sua redução deve ser determinada por inferência a partir de sintomas como *secura*, dor em pontadas, vazio e tensão destes locais (de produção e eliminação). [23]

दोषादीनां यथास्वं च विद्याद्बुद्धिक्षयौ भिषक् ।
क्षयेण विपरीतानां गुणानां वर्धनेन च ॥२४॥
वृद्धिं मलानां सङ्गाच्च क्षयं चाति विसर्गतः ।

O aumento ou redução dos *doshas* e dos demais constituintes pode ser determinado pela redução de suas qualidades opostas e aumento das qualidades semelhantes, respectivamente. O aumento dos *malas* pode ser determinado pela não-eliminação (para fora do corpo) e sua redução, pelo excesso de eliminação [24-25.1]

मलोचितत्वाद्देहस्य क्षयो वृद्धेस्तु पीडनः ॥२५॥

Quando o corpo está habituado ao acúmulo de produtos residuais, sua redução é mais problemática do que seu aumento. [25.2]

Foram descritos os sinais e sintomas patológicos causados pelo aumento e pela redução de *doshas*, *dhātus* e *malas*. Tanto o aumento quanto a redução são anormalidades (*vaisamya*), portanto, os dois termos “*vrddhi*” e “*ksaya*” são utilizados para denotar apenas anormalidade, na maioria dos contextos. Mas na descrição das propriedades de certas fórmulas medicinais, o termo “*vriddhi*” é utilizado também para denotar o crescimento normal dos *doshas*, *dhātus* e *malas*, o que está incorreto, estritamente falando. Os termos apropriados para descrever o aumento e a redução normais são “*upacaya*” e “*apacaya*”, respectivamente.

Vrddha doshādi cikitsā (tratamento dos doshas aumentados, etc.) [26-33]

तत्रास्थनि स्थितो वायुः, पित्तं तु स्वेदरक्तयोः ।
श्लेष्मा शेषेषु, तेनैषामाश्रयाभ्रयिणां मिथः ॥२६॥
यदेकस्य तदन्यस्य वर्धनक्षपणौषधम् ।
अस्थमारुतयोर्नैवं,

No *asthi* (osso) reside *vāyu* (*vāta*), em *sveda* (suor) e *rakta* (sangue) reside *pitta* e nos demais (*dhātus* e *malas*) reside *ślesman* (*kapha*), em íntima relação, como o *āśraya* (a residência, o continente) e o *āśrayī* (o que reside, o conteúdo), respectivamente. Os medicamentos ou as terapias que causam aumento e redução de um, também causarão aumento e redução no outro, respectivamente, exceto no caso de *asthi* e *vāta*. [26-27]

A relação entre *vāta* e *asthi* não é apropriadamente compreendida, os estudiosos modernos possuem suas próprias interpretações, mas nenhum ponto de vista foi considerado satisfatório até agora.

प्रायो वृद्धिर्हि तर्पणात् ॥२७॥
श्लेष्मणाऽनुगता तस्मात् सङ्ख्यस्तद्विपर्ययात् ।
वायुनाऽनुगतोऽस्माच्च वृद्धिक्षयसमुद्भवान् ॥२८॥
विकारान् साधयेच्छीघ्रं क्रमाल्लङ्घनबृंहणैः ।
वायोरन्यत्र, तज्जांस्तु तैरेवोत्क्रमयोजितैः ॥२९॥

O aumento (dos *doshas*, *dhātus* e *malas*) deve-se geralmente à *tarpana* (excesso de nutrição), seguido pelo aumento de *ślesman* (*kapha*), enquanto a redução (dos *doshas*, *dhātus* e *malas*) deve-se à falta de nutrição, seguido pelo aumento de *vāyu* (*vāta*).

Portanto, as doenças originadas do aumento e da redução da residência (continente) e do que reside (conteúdo) devem ser tratadas rapidamente adotando-se as terapias *langhana* (terapia que causa emagrecimento do corpo, redução da quantidade) e *brmhana* (terapia que produz corpulência, aumento na quantidade, etc.), respectivamente.

No caso de *vāyu* (*vāta*), utiliza-se outro meio. Suas doenças são tratadas com as mesmas terapias, mas na ordem oposta (no aumento de *vāta* deve-se adotar a terapia *brmhana* e na redução de *vāta*, a terapia *langhana*). [28-29]

विशेषाद्रक्तवृद्ध्युत्थान् रक्तस्रुतिविरेचनैः ।
 मांसवृद्धिभवान् रोगान् शस्त्रक्षाराग्निकर्मभिः ॥३०॥
 स्थौल्यकाश्र्योपचारेण मेदोजानस्थिसङ्ख्यात् ।
 जातान् क्षीरघृतैस्तिक्तसंयुतैर्वस्तिभिस्तथा ॥३१॥
 विड्वृद्धिजानतीसारक्रियया, विट्क्षयोद्भवान् ।
 मेषाजमध्यकुल्माषयवमाषद्वयादिभिः ॥३२॥
 मूत्रवृद्धिक्षयोत्थांश्च मेदुकृच्छ्रचिकित्सया ।
 व्यायामाभ्यञ्जनस्वेदमद्यैः स्वेदक्षयोद्भवान् ॥३३॥

Em particular, as doenças que são causadas pelo aumento de *rakta* devem ser tratadas com sangria e terapias de purgação. As doenças causadas pelo aumento de *māmsa* são tratadas pelo uso de instrumentos penetrantes (cirurgia), de cáusticos alcalinos e pela cauterização com fogo. As doenças causadas pelo aumento de *medas* (gordura) devem ser tratadas por terapias indicadas para o tratamento da obesidade, e sua redução deve ser tratada por terapias indicadas para tratar o emagrecimento. A redução de *asthi* deve ser tratada pela terapia com enema na qual se utiliza leite, *ghee* (óleo de manteiga) e (drogas) amargas. Aquelas doenças que se originam do aumento de *vit* (fezes) devem ser tratadas por terapias indicadas para a diarreia; aquelas causadas pela redução das fezes, devem ser tratadas com vísceras abdominais de carneiro ou cabra, feijões meio cozidos no vapor, cevada e duas variedades de *māsa*, etc. (como alimento). As doenças que se originam do aumento e redução de *mūtra* (urina) devem ser tratadas adotando-se métodos indicados para diabetes e disúria, respectivamente.

Aquelas que se originam da redução de *sveda* (suor) devem ser tratadas pela adoção de exercícios físicos, banhos de óleo, terapia de sudação (diaforéticas) e pelo uso de vinho. [30-33]

Kāyāgni (atividade digestiva) [34-35.1]

स्वस्थानस्थस्य कायाग्नेरंशा घातुषु संश्रिताः ।
तेषां सादात्तिदीप्तिभ्यां घातुवृद्धिक्षयोद्भवः ॥३४॥
पूर्वो घातुः परं कुर्याद्दृढः क्षीणश्च तद्विधम् ।

Kāyāgni (fogo digestivo, atividade digestiva) está presente em seu sítio apropriado e porções do mesmo também estão presentes nos *dhātus* (tecidos). Sua redução (na quantidade, qualidades ou funções) e aumento (na quantidade, qualidades ou funções) dão origem ao aumento e redução dos *dhātus* (respectivamente). O *dhātu* precedente que está aumentado ou reduzido dá origem a um *dhātu* sucessor nas mesmas condições. [34-35.1]

Kāyāgni é o termo para o agente fogo que está presente no corpo; seu sítio é o *kostha* (trato alimentar) e por esta razão ele é denominado *kosthāgni*. Como *jathara* (o estômago) é seu sítio principal ele é denominado *jātharāgni*. Como ele responde pela importante função de *āhāra-pāka* (a digestão dos alimentos) ele é denominado *pācakāgni*. Ele cozinha o alimento e prepara a matéria nutriente necessária para todos os *dhātus*; cada um dos *dhātus* possui em seu interior um agente *agni* ou fogo que é considerado uma porção do *jātharāgni*, porque possuem funções idênticas. Este *agni* presente no *dhātu* (*dhātvagni*) cozinha o material nutriente preparado pelo *jātharāgni* e transforma-o de forma a torná-lo adequado ao *dhātu*. Nesta função, o *dhātvagni* recebe vigor do *jātharāgni* e ambos trabalham em sintonia; se o *jātharāgni* estiver muito forte ou muito fraco, os *dhātvagnis* também estarão, respectivamente. Quando está muito forte, o *agni* cozinha demais os materiais do alimento (carboniza-os), tornando disponível pouca quantidade de nutrientes ou de não-nutrientes, o que por sua vez leva ao *dhātuksaya* (redução ou perda dos tecidos). Quando está muito fraco, por outro lado, há falhas no cozimento apropriado do material alimentar permitindo que *āma* (nutrientes não cozidos) se acumulem nos *dhātus* levando a um *dhātvurddhi* (aumento anormal dos tecidos), como explicado anteriormente. Tanto o *urddhi* como o *ksaya* (dos *dhātus*) são anormais e dão origem a muitas doenças.

Rasa dhātu, o primeiro *dhātu* a ser formado a partir do alimento, depois de sua digestão, contribui com uma porção de si mesmo para o *dhātu* sucessivo – *rakta*. *Rakta* contribui com uma porção de si mesmo para o *dhātu* que o sucede – *māmsa*. Desta forma, cada *dhātu* precedente ajuda o *dhātu* que o sucede. Quando o *dhātu* precedente

sofre *vrddhi* ou *ksaya*, conseqüentemente ao efeito muito fraco ou muito forte do *agni*, o *dhātu* que o sucede também sofrerá alterações semelhantes, respectivamente.

Dusta dosha karma (funções dos doshas desequilibrados) [35.2-36]

दोषा दुष्टा रसैर्धातून् दूषयन्त्युभये मलान् ॥३५॥
 अधो द्वे, सप्त शिरसि, खानि स्वेदवहानि च ।
 मला मलायनानि स्युर्यथास्वं तेष्वतो गदाः ॥३६॥

Os *doshas* que estão desequilibrados [em decorrência de *vrddhi* ou *ksaya*] causam desequilíbrio do *rasa* e de outros *dhātus* (tecidos) próximos; ambos (*doshas* e *dhātus*), juntos, desequilibram os *malas* (produtos residuais) que, por sua vez, desequilibram os *malāyanās* (canais para eliminação de *malas*) que são: dois na região inferior, sete na cabeça e os canais do suor. A partir destes canais desequilibrados desenvolvem-se as doenças relacionadas. [35.2-36]

Os dois canais abaixo são a uretra e o ânus. Os sete canais da cabeça são os dois olhos, dois canais auditivos, duas narinas e um canal para a boca; os canais do suor estão na pele espalhados por toda a superfície da mesma.

Ojas (a essência dos dhātus) [37-45]

ओजस्तु तेजो धातूनां शुक्रान्तानां परं स्मृतम् ।
 हृदयस्थमपि व्यापि देहस्थितिनिबन्धनम् ॥३७॥
 स्निग्धं सोमात्मकं शुद्धमीषल्लोहितपीतकम् ।
 यन्नाशे नियतं नाशो यस्मिस्तिष्ठति तिष्ठति ॥३८॥
 निष्पद्यन्ते यतो भावा विविधा देहसंश्रयाः ।

Ojas é o *sāra* (a essência) dos *dhātus*, que terminam com *śukra* (tecido reprodutivo). Apesar de localizado no *hrdaya* (coração), ele penetra todo (o corpo) e controla (regula) seu funcionamento. É viscoso (untuoso, gorduroso), *somātmaka* (predominantemente *ap bhūta*, ou seja, nele predomina o princípio aquoso), claro (transparente) e sua coloração é amarela levemente avermelhada. Com sua perda (destruição, ausência) vai acontecer a perda do corpo (e até mesmo da vida) e com sua presença, o corpo (e a vida) com certeza sobreviverão. A partir do mesmo, são produzidos os diferentes estados (condições, atividades, etc.) relacionados ao (relativos ao, que residem no) corpo. [37-39.1]

भोजः क्षीयेत कोपक्षुब्धथानशोकश्रमादिभिः ॥३९॥
 विभेति दुर्वलोऽभोक्षणं ध्यायति व्यथितेन्द्रियः ।
 दुःच्छायो दुर्मना रूक्षो भवेत्क्षामश्च तत्क्षये ॥४०॥
 जीवनीयौषधक्षीररसाद्यास्तत्र भेषजम् ।

Ojas sofre redução (na quantidade) em decorrência da raiva, da fome, desnutrição, preocupação, tristeza, esforço, etc. e com esta redução a pessoa torna-se irritada (chateada), debilitada, preocupa-se muito e sempre (sem razão aparente), sente desconforto nos órgãos sensoriais, desenvolve uma compleição ruim, má condição mental e *secura*; o tratamento para esta condição é o uso de drogas *jīvanīya gana* (ver capítulo 15), leite, caldo de carne, etc. [39.2-41.1]

Muitas outras causas de redução de *ojas* são mencionadas nos textos do Ayurveda. São elas: *ativyāyāma* (atividade física excessiva); *anaśana* (ausência de alimentos); *alpāśana* (pouquíssimo alimento); *ruksapāna* (ingestão de bebidas alcoólicas que causam *secura*); *pramitāśana* (ingestão ou mistura de alimentos bons e ruins); *bhaya* (medo); *prajāgara* (insônia); *abhighāta* (lesão); *abhiśaṅga* (ataque por espíritos prejudiciais, por microorganismos como bactérias, vírus, etc.); *dhātuksaya* (depleção dos tecidos por hemorragia e outras causas); *ativisarga* (eliminação excessiva) de *kapha*, *śonita* (sangue), *śukra* (sêmen) e *mala* (produtos residuais); *visa* (ingestão de venenos ou de substâncias envenenadas, como tabaco, *gāñja*, *bhāng*, ópio, café, chá, etc.)

ओजोवृद्धौ हि देहस्य तुष्टिपुष्टिवलोदयः ॥४१॥

O aumento de *ojas* contribui para o contentamento, para a nutrição do corpo e para o aumento do vigor. [41.2]

यदन्नं द्वेष्टि यदपि प्रार्थयेताविरोधि तु ।
 तत्तत्त्यजन् समश्नश्च तौ तौ वृद्धिक्षयौ जयेत् ॥४२॥

O aumento ou redução (dos *doshas*) devem ser controlados evitando-se e ingerindo alimentos que são indesejáveis e desejáveis, respectivamente, se tais alimentos não forem insalubres. [42]

कुर्वते हि रुचिं दोषा विपरीतसमानयोः ।
 वृद्धाः क्षीणाश्च भूयिष्ठं लक्षयन्त्यवुधास्तु न ॥४३॥

Os *doshas* que sofreram aumento e redução produzem geralmente desejos por alimentos que são dessemelhantes e semelhantes (aos *doshas* em termos de propriedades), respectivamente; mas a pessoa (o médico e o paciente) que não é inteligente não os reconhece. [43]

यथाबलं यथास्वं च दोषा वृद्धा वितन्वते ।
रूपाणि, जहति क्षीणाः, समाः स्वं कर्म कुर्वते ॥४४॥

Os *doshas*, quando aumentados produzem suas respectivas características (sinais e sintomas) dependendo de seu vigor; quando reduzidos (eles) não se manifestam (não produzem sinais e sintomas) e quando normais, realizam suas funções normais. [44]

य एव देहस्य समा विवृद्धये त एव दोषा विषमा वधाय ।
यस्मादतस्ते हितचर्ययैव क्षयाद्विवृद्धेरिव रक्षणीयाः ॥४५॥

Os mesmos *doshas*, quando em estado de normalidade, são causas para o desenvolvimento (saudável) do corpo, e tornam-se as causas de sua destruição quando em estado anormal. Portanto, adotando-se medidas saudáveis (alimentos, atividades, etc.) o corpo deve ser protegido de suas reduções assim como de seus aumentos. [45]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचिता-
यामष्टाङ्गहृदयसंहितायां सूत्रस्थाने दोषादि-
विज्ञानीयो नामैकादशोऽध्यायः ॥११॥

Assim termina o décimo-primeiro capítulo conhecido como “*Doshādi vijñānīya adhyāya* (O conhecimento dos *doshas*, etc.)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XI)

CAPÍTULO XII

द्वादशोऽध्यायः ।

DOSHABHEDIYA
(*Classificação dos Doshas*)

अथातो दोषभेदीयाध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Doshabhediya* (Classificação dos *Doshas*)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Doshasthāna (sítios dos doshas) [1-3]

पक्वाशयकटीसक्थिश्चोत्रास्थिस्पर्शनेन्द्रियम् ।
स्थानं वातस्य, तत्रापि पक्वाधानं विशेषतः ॥ १ ॥

Pakvāśaya (intestino grosso), cintura, coxas, ouvidos, ossos e os órgãos do tato (pele) são os sítios de *vāta*, especialmente o *pakvādhāna* (intestino grosso). [1]

नाभिरामाशयः स्वेदो लसीका रुधिरं रसः ।
हृक् स्पर्शनं च पित्तस्य, नाभिरत्र विशेषतः ॥ २ ॥

Nābhi (umbigo), *āmāśaya* (estômago e intestino delgado), suor, *lasīka* (linfa), sangue, *rasa* (plasma), olhos e os órgãos do tato são os sítios de *pitta*, especialmente *nābhi* (região em torno do umbigo). [2]

उरः कण्ठशिरः क्लोमपर्वाण्यामाशयो रसः ।
मेदो घ्राणं च जिह्वा च कफस्य, सुतरामुरः ॥ ३ ॥

Tórax, garganta, cabeça, *kloman* (pâncreas?), articulações, *āmāśaya* (estômago e intestino delgado), *rasa* (plasma), gordura, nariz e língua são os sítios de *kapha*, especialmente o tórax. [3]

Pañcavāta (as cinco divisões de *vāta*) [4.1-9]

प्राणादिभेदात्पञ्चात्मा वायुः

Vāyu (*vāta*) tem cinco divisões, começando com *prāna*, etc. (*prāna*, *udāna*, *vyāna*, *samāna* e *apāna*). [4.1]

प्राणोऽत्र मूर्धगः ।

उरः कण्ठगरो बुद्धिहृदयेन्द्रियचित्तधृक् ॥ ४ ॥

श्रीवनक्षत्रधूद्गारनिःश्वासान्नप्रवेशकृत् ।

Prāna está localizado na cabeça e movimenta-se no tórax e na garganta; ele sustenta a mente, o coração, os órgãos sensoriais e a inteligência, cuida da expectoração, dos espirros, a inspiração e a deglutição do alimento. [4]

उरः स्थानमुदानस्य नासानाभिगलांश्चरेत् ॥ ५ ॥

वाक्प्रवृत्तिप्रयत्नोर्जावलवर्णस्मृतिक्रियः ।

O tórax é o sítio de *udāna*, ele se movimenta no nariz, no umbigo e na garganta; suas funções são iniciar a fala, o esforço, o entusiasmo, o vigor (a capacidade de trabalhar), a coloração (da compleição) e a memória (consciência). [5]

व्यानो हृदि स्थितः कृत्स्नदेहचारी महाजवः ॥ ६ ॥

गत्यपक्षेपणोत्क्षेपनिमेषोन्मेषणादिकाः ।

प्रायः सर्वाः क्रियास्तस्मिन् प्रतिबद्धाः शरीरिणाम् ॥ ७ ॥

Vyāna está localizado no coração, movimenta-se por todo o corpo em grande velocidade, cuida de funções como caminhar, trazer partes do corpo para baixo, suspender partes do corpo para cima, abrir e fechar os olhos, etc., em geral, todas as atividades relacionadas com o corpo. [6-7]

समानोऽग्निसमीपस्थः कोष्ठे चरति सर्वतः ।

अन्नं गृह्णाति पचति विवेचयति मुञ्चति ॥ ८ ॥

Samāna está localizado próximo ao fogo (atividade digestiva), movimenta-se no *kostha* (trato alimentar e em outras vísceras do abdome), segura o alimento (no trato alimentar por algum tempo), cozinha (ajuda no cozimento ou digestão), separa a essência e os resíduos (dos alimentos) e elimina (os resíduos). [8]

अपानोऽपानगः श्रोणिवस्तिमेढोरुगोचरः ।
शुक्रार्तवशकृन्मूत्रगर्भनिष्क्रमणक्रियः ॥ ९ ॥

Apāna está localizado no *apāna* (intestino grosso), movimenta-se na cintura, bexiga, pênis (órgãos genitais) e coxas e cuida de funções como a eliminação de sêmen, fluido menstrual, fezes, urina e feto. [9]

Pañcapitta (cinco divisões de pitta) [10-14]

पित्तं पञ्चात्मकन्तत्र पक्वामाशयमध्यगम् ।
पञ्चभूतात्मकत्वेऽपि यत्तैजसगुणोदयात् ॥१०॥
त्यक्तद्रवत्वं पाकादिकमणाऽनलशब्दितम् ।
पचत्यन्नं विभजते सारकिट्टौ पृथक् तथा ॥११॥
तत्रस्थमेव पित्तानां शेषाणामप्यनुग्रहम् ।
करोति बलदानेन पाचकं नाम तत्स्मृतम् ॥१२॥

Pitta tem cinco divisões. Aquele localizado no interior do *pakvāsaya* (intestino grosso) e *āmāsaya* (estômago e intestino delgado), apesar de ser composto por todos os *pañcabhūtas*, possui (qualidades predominantes de) *tejas bhūta* sendo destituído de liquidez (apesar de ser um líquido), não possui *snigdha* (viscosidade), *śīta* (frescor) e outras propriedades de *ap bhūta*. É conhecido pelo termo *anala* (fogo) por causa de sua função de *pāka* (digestão e transformação de matéria alimentar). Ele cozinha o alimento, divide-o em essência e resíduos separadamente. Estando aí localizado, ele concede graça (ajuda) aos outros *pittas* ali presentes (*rañjaka pitta*) e também aos demais (*dhātvagnis* presentes nos *dhātus*) dando-lhes vigor (poder de funcionamento). Este *pitta* é conhecido como *pācaka*. [10-12]

भामाशयाभयं पित्तं रञ्जकं रसरञ्जनात् ।

O *pitta* localizado no *āmāsaya* (estômago) é conhecido como *rañjaka*, porque ele transmite a coloração vermelha para *rasa* (e o converte em *rakta*, o próximo *dhātu*). [13.1]

बुद्धिमेधाभिमानाद्यैरभिप्रेतार्थसाधनात् ॥१३॥
साधकं हृदयं पिच्छं

O *pitta* localizado no *hrdaya* (coração) é conhecido como *sādhaka*, porque cuida das funções (mentais) tais como conhecimento, inteligência, autoconsciência, etc., apoiando assim os propósitos (objetivos) da vida. [13.2-14.1]

Os indianos da antigüidade aceitavam o ponto de vista de que o coração fosse o sítio da mente, por esta razão o coração é sempre mencionado com relação às funções mentais; todas estas funções são agora atribuídas à porção encefálica do cérebro, que é o sítio das atividades mentais mais elevadas.

रूपालोचनतः स्मृतम् ।
दृक्स्थमालोककं त्वक्स्थं भ्राजकं भ्राजनात्त्वचः ॥१४॥

Aquele (*pitta*) localizado nos olhos é conhecido como *ālocaka* (*pitta*) porque ajuda na visão da forma (de todas as coisas). O *pitta* localizado na pele é *bhrājaka* porque auxilia na exibição da coloração (ou compleição). [14]

Pañcakapha (as cinco divisões de *kapha*) [15-19.1]

श्लेष्मा तु पञ्चधा उरः स्थः स त्रिकस्य स्ववीर्यतः ।
हृदयस्यान्नवीर्याच्च तत्स्थ एवाम्बुकर्मणा ॥१५॥
कफधाम्नां च शेषाणां यत्करोत्यवलम्बनम् ।
अतोऽवलम्बकः श्लेष्मा

Ślesman (*kapha*) também é dividido em cinco tipos. Aquele *kapha* localizado no tórax e no *trika* (o encontro entre o ombro, o pescoço e o dorso), por sua própria força e através do poder da essência do alimento (*rasa*) presente no *hrdaya* (coração), sustenta (o corpo) através das funções de *ap bhūta* (tais como coesão, maciez, umidade, liquidez, etc.) e concede vigor aos sítios dos outros *kapha*, sendo chamado portanto de *avalambaka ślesman* (*kapha*). [15-16.2]

यस्त्वामाशयसंस्थितः ॥१६॥
क्लेदकः सोऽन्नसङ्घातक्लेदनात्

Aquele localizado no *āmāśaya* (estômago) é *kledaka*, pois umedece (liquidifica) as massas mais duras de alimento. [1.2-17.1]

रसबोधनात् ।

बोधको रसनास्थायी

Aquele localizado na língua é conhecido como *bodhaka* pois ajuda na percepção do paladar. [17.2-17.2]

शिरःसंस्थोऽक्षतर्पणात् ॥१७॥

तर्पकः सन्धिसंश्लेषाच्छ्लेषकः सन्धियु स्थितः ।

Aquele localizado na cabeça é conhecido como *tarpaka*, pois nutre os órgãos sensoriais.

Aquele localizado nas articulações (dos ossos) é conhecido como *ślesaka*, pois lubrifica as articulações. [17.2-17.3]

इति प्रायेण दोषाणां स्थानान्यविकृतात्मनाम् ॥१८॥

व्यापिनामपि जानीयात्कर्माणि च पृथक्पृथक् ।

Apesar destes (*doshas*) estarem presentes em todo o corpo, estes aspectos são considerados como sítios e funções (especiais) de cada um deles (dos *doshas*) em geral quando (estão) normais. [17.3-18.1]

Doshagati (condição ou estado dos doshas) [19.2-22.1]

उष्णेन युक्ता रूक्षाद्या वायोः कुर्वन्ति सञ्चयम् ॥१९॥

शीतेन कोपमुष्णेन शमं स्निग्धादयो गुणाः ।

Rūkṣa e outras qualidades (*laghu, cala, viśada, khara, etc.*) associadas com *usna* (calor), causam *caya* (ligeiro aumento) de *vāta*, associadas com *śīta* elas causam seu *kopa* (profundo aumento). *Snigdha* e outras qualidades (*guru, usna, picchila, sthira, etc.*) associadas com *śīta* levam *vāyu* ao seu *sama* (redução ao nível normal). [19.2-20.1]

शीतेन युक्तास्तीक्ष्णाद्याश्चयं पित्तस्य कुर्वन्ते ॥२०॥

उष्णेन कोपं, मन्दाद्याः शमं शीतोपसंहिताः ।

Tīksna e outras qualidades (*rūkṣa, laghu, sara, drava, etc.*) associadas com *śīta* (frio) causam *caya* (leve aumento) de *pitta*. Associadas com *usna*, causam *kopa* (grande aumento). *Manda* e outras qualidades (*śīta, guru, snigdha, picchila,*

sthira, etc.) associadas com *śīta* levam *pitta* ao seu *śama* (redução ao estado normal). [20.2-21.1]

शीतेन युक्ताः स्निग्धाद्याः कुर्वते श्लेष्मणश्चयम् ॥२१॥
उष्णेन कोपं, तेनैव गुणा रूक्षादयः शमम् ।

Snigdha e outras qualidades (*guru*, *picchila*, *manda*, *śīta*, *ślaksna*, *sāndra*, *mrdu*) associadas com *śīta* (frio) causam *caya* (pouco aumento) de *ślesman* (*kapha*). Associada com *usna* (calor) elas causam *kopa* (grande aumento) de *ślesman*. *Manda* (embotamento) e outras qualidades (*khara*, *rūksa*, *laghu*, *viśada*, *cala*, *sara*, *laghu*) associadas com *śīta* (frio) levam ao seu *śama* (redução ao estado normal). [21.2-22.1]

Caya (aumento leve) [22.2-23.1]

चयो वृद्धिः स्वधाम्नेव प्रद्वेषो वृद्धिहेतुषु ॥२२॥
विपरीतगुणेच्छा च

Caya designa o aumento que ocorre em seus próprios sítios (localizações) e este aumento produz aversão pelas coisas que são as causas do aumento e preferência por coisas que possuem qualidades opostas. [22.2-23.1]

Kopa (grande aumento) [23]

कोपस्तून्मार्गगामिता ।
लिङ्गानां दर्शनं स्वेषामस्वास्थ्यं रोगसम्भवः ॥२३॥

Kopa designa a difusão dos *doshas* aumentados para diferentes locais. Isto provoca o aparecimento de suas características próprias (sinais e sintomas dos *doshas* em estado aumentado), sensação de mal estar, aparecimento de sintomas prodrômicos e a manifestação das doenças. [23]

Śama (normalidade) [24.1]

स्वस्थानस्थस्य समता विकारासम्भवः शमः ।

Śama designa o estado de normalidade (dos *doshas*) em seus sítios específicos e a não-manifestação de anormalidades. [24.1]

Doshavrdhi kārana (causas para o aumento dos doshas) [24.2-29.1]

चयप्रकोपप्रशमा वायोर्ग्रीष्मादिषु त्रिषु ॥२४॥
वर्षादिषु तु पित्तस्य, श्लेष्मणः शिशिरादिषु ।

Caya, prakopa e praśama de vāyu (vāta) ocorrem nas três estações começando com grīśma, respectivamente. Os de pitta ocorrem nas três estações começando com varsā e os de ślesman, nas três estações começando com śīsira. [24.2-25.1]

A afirmação acima torna-se clara com a seguinte tabela:

Doshas	Caya	Prakopa	Praśama
1. Vāta	Grīśma (verão)	Varsā (monções)	Śarat (fim do inverno)
2. Pitta	Varsā (monções)	Śarat (outono)	Hemanta (começo do inverno)
3. Kapha	Śīsira (fim do inverno)	Vasanta (primavera)	Grīśma (verão)

चीयते लघुरूक्षाभिरोषधीभिः समीरणः ॥२५॥
तद्विधस्तद्विधे देहे कालस्यौष्ण्यान्न कुप्यति ।
अद्भिरम्लविपाकाभिरोषधीभिश्च तादृशम् ॥२६॥
पित्तं याति चयं कोपं न तु कालस्य शैत्यतः ।
चीयते स्निग्धशीताभिरुदकौषधिभिः कफः ॥२७॥
तुल्येऽपि काले देहे च स्कन्धत्वान्न प्रकुप्यति ।

Samīrana (vāta) sofre caya (leve aumento) em grīśma (verão), no organismo de pessoas que possuem qualidades como laghu (leveza), rūksa (secura), etc. através do uso de plantas que possuem tais qualidades, mas ele (vāta) não sofre prakopa (grande aumento) por causa do calor da estação (o calor de grīśma age como impedimento).

Da mesma forma, *pitta* sofre *caya* (leve aumento) em *varsā* (monções) por causa da produção de *amla vipāka* (sabor amargo do final da digestão) na água e nos alimentos, mas não sofre *prakopa* (grande aumento) por causa do frio da estação (que atua como um impedimento).

Kapha sofre *caya*, por causa do uso de água e plantas (alimentos) que possuem qualidades como *snigdha* e *śīta*, na estação (*śīsira*) e naqueles que possuem organismo de natureza semelhante, mas não sofre *prakopa* porque ele (*kapha*) torna-se solidificado (em decorrência do frio severo desta estação).[25.2-28.1]

इति कालस्वभावोऽयमाहारादिवशात्पुनः ॥२८॥
चयादीन् यान्ति सद्योऽपि दोषाः कालेऽपि वा न तु ।

Existem efeitos naturais ou normais das estações (sobre os *doshas*); os *doshas* podem atingir o *caya*, etc. como conseqüência da ingestão dos alimentos, etc., imediatamente ou podem não atingir (estes estados) mesmo durante estas estações específicas. [28.2-29.1]

Kupita dosha kārya (ações dos doshas aumentados) [29.2-34.2]

व्याप्नोति सहसा देहमापादतलमस्तकम् ॥२९॥
निवर्तते तु कुपितो मलोऽल्पाल्पं जलौघवत् ।

Os *malas* aumentados (*doshas*) espalham-se por todo o corpo dos pés à cabeça (o corpo inteiro) subitamente (e produzem as doenças), mas são eliminados lentamente, assim como as inundações (dos rios). [29.2-30.1]

नानारूपैरसङ्ख्येयैर्विकारैः कुपिता मलाः ॥३०॥
तापयन्ति तनुं तस्मात्तद्देत्वाकृतिसाधनम् ।
शक्यं नैकैकशो वक्तुमतः सामान्यमुच्यते ॥३१॥

Os *malas* aumentados (*doshas*) produzem doenças de vários tipos, com inúmeras características, e perturbam o corpo. Como não é possível descrever as causas, os sintomas e o tratamento de todas, separadamente, elas serão descritas apenas de um modo geral. [30.2-31]

दोषा एव हि सर्वेषां रोगाणामेककारणम् ।
यथा पक्षी परिपतन् सर्वतः सर्वमप्यहः ॥३२॥
छायामत्येति नात्मीयां यथा वा कृत्स्नमप्यदः ।
विकारजातं विविधं त्रीन् गुणान्नातिवर्तते ॥३३॥
तथा स्वघातुवैषम्यनिमित्तमपि सर्वदा ।
विकारजातं त्रीन्दोषान्

Os *doshas* são as causas principais de todas as doenças. Assim como o pássaro que voa o dia inteiro através de todo o céu não é capaz de violar sua própria sombra e assim como todas as coisas do universo não podem existir desprovidas dos três *gunās* (*sattva*, *rajas*, *tamas*), da mesma forma todos os diferentes tipos de doenças não podem existir sem os *doshas*. Assim, aquilo que é causado por (ou se origina de) anormalidades dos *dhātus* não pode existir sem o (envolvimento) dos *doshas*. [32-34.2]

Trividha kārana (três tipos de causas) [34.2-35]

तेषां कोपे तु कारणम् ॥३४॥
 अर्थैरसात्म्यैः संयोगः कालः कर्म च दुष्कृतम् ।
 हीनातिमिथ्यायोगेन भिद्यते तत्पुनस्त्रिधा ॥३५॥

As causas para que (os *doshas*) aumentem são:

- *Artha*: Correlação inadequada dos objetos sensoriais com os respectivos órgãos dos sentidos;
- *Kala*: O tempo, as estações; e
- *Karma*: As ações realizadas inadequadamente.

Cada uma destas causas pode ser de três tipos, a saber, *hīna* (inadequada, insuficiente, fraca), *ati* (demasiada, excessiva, grande) e *mithyā* (imprópria, irregular, incorreta, oposta). [34.2-35]

Artha (os sentidos e sua correlação) [36-38.2]

हीनोऽर्थेनेन्द्रियस्याल्पः संयोगः स्वेन नैव वा ।
 अतियोगोऽतिसंसर्गः, सूक्ष्मभासुरभैरवम् ॥३६॥
 अत्यासन्नातिदूरस्थं विप्रियं विकृतादि च ।
 यदक्षणा वीक्ष्यते रूपं मिथ्यायोगः स दारुणः ॥३७॥
 एवमत्युच्चपूत्यादीनिन्द्रियार्थात् यथायथम् ।
 विद्यात्

A associação *hīnayoga* de *artha* constitui o contato deficiente (inadequado, insuficiente) ou a falta de contato com os objetos dos sentidos (som, tato, visão, sabor e cheiro) com seus respectivos órgãos sensoriais (ouvidos, pele, olhos, língua e nariz). O *atiyoga* de *artha* consiste no contato excessivo (demasiado, intenso). A visão de objetos que são extremamente pequenos (minúsculos), brilhantes, aterrorizantes, muito próximos, muito distantes, desagradáveis, anormais, etc. constitui a terrível *mithyāyoga* (associação inadequada) para o órgão da visão. Da mesma forma, ouvir sons muito altos, sentir odores de decomposição, etc. pelos respectivos órgãos dos sentidos deve ser considerado (como associação inadequada). [36-38.2]

Kāla (estações) [38.2-39]

कालस्तु शीतोष्णवर्षामेदात्रिधा मतः ॥३८॥
 स हीनो हीनशीतादिरतियोगोऽतिलक्षणः ।
 मिथ्यायोगस्तु निर्दिष्टो विपरीतस्वलक्षणः ॥३९॥

Kāla é de três tipos: frio, quente e chuvoso. O *hīnayoga* de *kāla* é o aparecimento (manifestação) de frio, etc. (calor e chuva) em um grau leve. *Atiyoga* é a manifestação em um grau elevado. *Mithyāyoga* é a manifestação de qualidades opostas daquelas que são próprias da estação. [38.2-39]

Karma (atividades) [40-43.1]

कायवाक्चित्तभेदेन कर्मापि विभजेत्रिधा ।
 कायादिकर्मणो हीना प्रवृत्तिर्हीनसंज्ञकः ॥४०॥
 अतियोगोऽतिवृत्तिस्तु, वेगोदीरणधारणम् ।
 विषमाङ्गक्रियारम्भपतनस्खलनादिकम् ॥४१॥
 भाषणं सामिभुक्तस्य रागद्वेषभयादि च ।
 कर्म प्राणातिपातादि दशधा यच्च निन्दितम् ॥४२॥
 मिथ्यायोगः समस्तोऽसाविह वाऽमुत्र वा कृतम् ।

O *karma* (as ações) também são de três tipos, a saber, aquelas ações pertencentes ao corpo, à fala e à mente; *hīnayoga* constitui a ausência (falta ou deficiência) de atividade de cada um dos três; (a conduta inadequada ou) o excesso de atividade de cada um deles constitui *atiyoga*; as necessidades iniciadas pelo corpo, voluntariamente, em momento inadequado, a supressão das necessidades quando se manifestam, posturas inadequadas (o modo de conservar o corpo), maneira de agir imprópria (relacionada com esta vida e com o futuro), modo inadequado de cair, de pular, etc., falar (demasiadamente), imediatamente após as refeições, guardar os desejos (paixão, ódio, medo, etc.), exercer atividades que coloquem em risco a vida, as dez atitudes não-virtuosas (descritas no capítulo 2), ações realizadas nesta vida ou nas vidas anteriores – todas estas atividades constituem *mithyāyoga* (conduta inadequada). [40-43.1]

निदानमेतद्दोषाणां, कुपितास्तेन नैकधा ॥४३॥
 कुर्वन्ति विविधान् व्याधीन् शाखाकोष्ठास्थिसन्धिषु ।

Kāla (estações) [38.2-39]

कालस्तु शीतोष्णवर्षामेदात्रिधा मतः ॥३८॥
 स हीनो हीनशीतादिरतियोगोऽतिलक्षणः ।
 मिथ्यायोगस्तु निर्दिष्टो विपरीतस्वलक्षणः ॥३९॥

Kāla é de três tipos: frio, quente e chuvoso. O *hīnayoga* de *kāla* é o aparecimento (manifestação) de frio, etc. (calor e chuva) em um grau leve. *Atiyoga* é a manifestação em um grau elevado. *Mithyāyoga* é a manifestação de qualidades opostas daquelas que são próprias da estação. [38.2-39]

Karma (atividades) [40-43.1]

कायवाक्चित्तभेदेन कर्मापि विभजेत्रिधा ।
 कायादिकर्मणो हीना प्रवृत्तिर्हीनसंज्ञकः ॥४०॥
 अतियोगोऽतिवृत्तिस्तु, वेगोदीरणधारणम् ।
 विषमाङ्गक्रियारम्भपतनस्खलनादिकम् ॥४१॥
 भाषणं सामिभुक्तस्य रागद्वेषभयादि च ।
 कर्म प्राणातिपातादि दशधा यच्च निन्दितम् ॥४२॥
 मिथ्यायोगः समस्तोऽसाविह वाऽमुत्र वा कृतम् ।

O *karma* (as ações) também são de três tipos, a saber, aquelas ações pertencentes ao corpo, à fala e à mente; *hīnayoga* constitui a ausência (falta ou deficiência) de atividade de cada um dos três; (a conduta inadequada ou) o excesso de atividade de cada um deles constitui *atiyoga*; as necessidades iniciadas pelo corpo, voluntariamente, em momento inadequado, a supressão das necessidades quando se manifestam, posturas inadequadas (o modo de conservar o corpo), maneira de agir imprópria (relacionada com esta vida e com o futuro), modo inadequado de cair, de pular, etc., falar (demasiadamente), imediatamente após as refeições, guardar os desejos (paixão, ódio, medo, etc.), exercer atividades que coloquem em risco a vida, as dez atitudes não-virtuosas (descritas no capítulo 2), ações realizadas nesta vida ou nas vidas anteriores – todas estas atividades constituem *mithyāyoga* (conduta inadequada). [40-43.1]

निदानमेतद्दोषाणां, कुपितास्तेन नैकधा ॥४३॥
 कुर्वन्ति विविधान् व्याधीन् शाखाकोष्ठास्थिसन्धिषु ।

Estas são as causas para o (aumento dos) *doshas*; assim aumentados eles produzem muitos tipos de doenças envolvendo tecidos, vísceras, ossos e articulações. [43.2-44.1]

Rogamārgas (trajetórias das doenças) [44.2-49.1]

शाखा रक्तादयस्त्वक् च बाह्यरोगायनं हि तत् ॥४४॥
तदाश्रया मषव्यङ्गगण्डालज्यर्बुदादयः ।
बहिर्भागाश्च दुर्नामगुल्मशोफादयो गदाः ॥४५॥

Rakta (sangue) e outros (*dhātus* ou tecidos) e a pele constituem o *bāhya rogāyana* (a trajetória externa das doenças); a partir desta trajetória, surgem doenças como molas, manchas de colorações alteradas, *gandalajī* (úlceras glandular da face), tumores malignos, hemorróidas, tumores abdominais, edemas e outras doenças externas. [44.2-45]

अन्तः कोष्ठो महास्रोत आमपक्वाशयाश्रयः ।
तत्स्थानाः च्छर्द्यतीसारकासश्वासोदरज्वराः ॥४६॥
अन्तर्भागं च शोफार्शोगुल्मवीसर्पविद्रधि ।

Āmāśaya (o estômago e o intestino delgado), *pakvāśaya* (intestino grosso) – conhecidos também como *añtah kostha* (víscera interna) e *mahāsrota* (canal principal) – constituem o *añtamārga* ou trajetória interna. A partir desta trajetória surgem doenças como vômitos, diarreia, tosse, dispnéia, aumento do abdome, febre, edema, hemorróidas, tumores abdominais, *visarpa* (herpes), abscessos, etc. [46-47.1]

शिरोहृदयवस्त्यादिमर्माण्यस्थनां च सन्धयः ॥४७॥
तन्निवद्धाः शिरास्त्रायुकण्डराद्याश्च मध्यमः ।
रोगमार्गः स्थितास्तत्र यक्ष्मपक्षवधार्दिताः ॥४८॥
मूर्धादिरोगाः सन्ध्यस्थित्रिकशूलग्रहादयः ।

A cabeça, o coração, a bexiga e outros pontos vitais, as articulações, as veias, *snāyus* (aponeuroses, revestimentos ou nervos, etc.), os tendões maiores constituem o *madhyama rogamārga* (trajetória intermediária). Desta trajetórias, surgem doenças como consumpção, hemiplegia, paralisia facial, doenças da

cabeça e outros órgãos, dores, rigidez (perda dos movimentos) das articulações, ossos, cintura, etc. [47.2-49.1]

Vrddha dosha karma (ações ou efeitos dos doshas aumentados) [49.2-56]

संस्रव्यासव्यधस्वापसादरुक्तोदभेदनम् ॥४९॥
 सङ्गाङ्गभङ्गसङ्कोचवर्तहर्षणतर्षणम् ।
 कम्पपारुष्यसौषिर्यशोषस्पन्दनवेष्टनम् ॥५०॥
 स्तम्भः कषायरसता वर्णः श्यावोऽरुणोऽपि वा ।
 कर्माणि वायोः

Ptose (queda), dilatação, dor cortante, perda da sensação, fraqueza, dor contínua, dor em picada, dor penetrante (como se estivesse quebrando), obstrução (interrupção), dor em compressão, contração (constricção), contorção, latejamento (formigamento), sede, tremores, aspereza, criação de cavidades, secreta, pulsações (palpitações), curvaturas, torcedura, rigidez (dureza, retenção, perda dos movimentos), sensação de sabor adstringente na boca, aparecimento de coloração azul ou vermelha – estas são as funções (sinais e sintomas anormais) do *vāyu* em estado aumentado. [49.2-51.2]

पित्तस्य दाहरागोष्मपाकिताः ॥५१॥

स्वेदः क्लेदः स्रुतिः कोथः सदनं मूर्च्छनं मदः ।
 कटुकाम्लौ रसौ वर्णः पाण्डुरारुणवर्जितः ॥५२॥

As funções (sinais e sintomas anormais causados pelo aumento) de *pitta* são sensação de queimação, coloração avermelhada, calor, cozimento (digestão aumentada), formação de pus, ulceração, etc., perspiração, umidade, exsudação, putrefação (decomposição), debilidade, desmaios, intoxicação, sabor amargo e azedo na boca, aparecimento de cores diferentes além de branco amarelada e vermelha. [51.2-52]

श्लेष्मणः स्नेहकाठिन्यकण्डूशीतत्वगौरवम् ।
 बन्धोपलेपस्तैमित्यशोफापक्त्यतिनिद्रताः ॥५३॥
 वर्णः श्वेतो रसौ स्वादुलवणौ चिरकारिता ।

As funções (sinais e sintomas anormais causados pelo aumento) de *kapha* são oleosidade, dureza, prurido (irritação), frieza, sensação de peso, obstrução e

formação de crostas dentro dos canais, perda dos movimentos, edema, indigestão (dos alimentos, não-formação de pus, úlceras, etc.), excesso de sono, coloração branca, sensação de sabores doce e salgado na boca e ritmo lento em todas as atividades. [53-54.1]

इत्यशेषामयव्यापि यदुक्तं दोषलक्षणम् ॥५४॥
दर्शनाद्यैरवहितस्तत्सस्यगुणलक्षयेत् ।
व्याध्यवस्थाविभागज्ञः पश्यन्नार्तान् प्रतिक्षणम् ॥५५॥

Assim foram enumeradas as características (os sinais e sintomas) que aparecem em todas as doenças. Elas devem ser reconhecidas pelo médico através da inspeção e outros (métodos para exame do paciente).

Para adquirir o conhecimento dos diferentes estágios da doença, o médico deve observar o paciente a cada minuto. [54.2-55]

अभ्यासात्प्राप्यते दृष्टिः कर्मसिद्धिप्रकाशिनी ।
रत्नादिसदसज्ज्ञानं न शास्त्रादेव जायते ॥५६॥

O conhecimento do tratamento bem sucedido é adquirido através da prática constante, assim como o conhecimento para reconhecer as pedras preciosas boas ou más, etc. é adquirido através (do estudo) da ciência. [56]

Trividha roga (três tipos de doenças) [57-59]

दृष्टापन्नारजः कश्चित्कश्चित्पूर्वापराधजः ।
तत्सङ्कराद्भवत्यन्यो व्याधिरेवं त्रिधा स्मृतः ॥५७॥

As doenças são de três tipos, a saber, aquelas originadas das más ações que foram experimentadas (cometidas nesta vida), aquelas originadas de más ações cometidas previamente (em vidas anteriores) e aquelas originadas da combinação de ambas. [57]

यथानिदानं दोषोत्थः कर्मजो हेतुभिर्विना ।
महारम्भोऽल्पके हेतावातङ्को दोषकर्मजः ॥५८॥

As doenças originadas de aspectos específicos (que dão origem ao aumento dos *doshas*) são conhecidas como *doshottha rogas* (originadas dos *doshas*). Aquelas que surgem sem qualquer causa (aparente) são conhecidas como *karmaja rogas* (originadas dos efeitos das más ações das vidas anteriores). Aquelas que

apresentam início (e manifestação) grave (terrível ou profunda) são conhecidas como *doshakarmaja rogas* (oriundas da combinação dos *doshas* com as más ações das vidas anteriores). [58]

विपक्षशीलनात्पूर्वः कर्मजः कर्मसङ्ख्यात् ।
गच्छत्युभयजन्मा तु दोषकर्मक्षयात्क्षयम् ॥५९॥

As primeiras (as doenças que se originam dos *doshas*) tornam-se curadas pela indulgência nos opostos (em alimentos, drogas ou atividades que possuem qualidades opostas aos *doshas* aumentados); as doenças *karmaja* (as doenças que se originam de ações das vidas anteriores) são curadas após o fim (o término ou a redução dos efeitos de tais ações); aquelas que se originam da combinação de ambos são curadas após o alívio dos *doshas* e o fim do efeito das ações das vidas anteriores. [59]

Dvividha roga (dois tipos de doenças) [60-66]

द्विधा स्वपरतन्त्रत्वाद्वाघयोऽन्त्याः पुनर्द्विधा ।
पूर्वजाः पूर्वरूपाख्या, जाताः पश्चादुपद्रवाः ॥६०॥

As doenças são de dois tipos, a saber, *svatantra* (independentes ou primárias) e *paratantra* (dependentes ou secundárias). As doenças *paratantra*, por sua vez, são de dois tipos, a saber, *pūrvaja*, que se originam antes e que recebem o nome de *pūrvārūpa* (sinais e sintomas prodrômicos ou premonitórios) e *upadrava*, que se originam depois (doença secundária, complicações e seqüelas). [60]

यथास्वजन्मोपशयाः स्वतन्त्राः स्पष्टलक्षणाः ।
विपरीतास्ततोऽन्ये तु

As doenças *svatantra* (independentes ou primárias) possuem suas próprias causas, métodos de alívio específicos e características claramente manifestadas; as outras (*paratantra*, secundárias ou associadas) são opostas. [61]

विद्यादेवं मलानपि ॥६१॥
तांलक्षयेदवहितो विकुर्वाणान् प्रतिज्वरम् ।
तेषां प्रधानप्रशमे प्रशमोऽशास्यतस्तथा ॥६२॥
पश्चाच्चिकित्सेत्तूर्णं वा बलघन्तमुपद्रवम् ।
व्याधिक्लिष्टशरीरस्य पीडाकरतरो हि सः ॥६३॥

Os *malas (doshas)* também são cuidadosamente conhecidos (reconhecidos) e classificados pelo médico da mesma forma (como *svatantra* e *paratantra*) em cada doença. (As doenças ou os *doshas*) secundários são dominados quando os (*doshas* ou doenças) primários são dominados (curados). Se estes não puderem ser dominados, o tratamento deve ser administrado (para as complicações, doenças secundárias); se estas forem poderosas, elas (as doenças secundárias) devem ser tratadas com urgência, pois estas (complicações) causam mais problemas para o corpo que já está debilitado pelas doenças. [62-63]

विकारनामाकुशलो न जिह्नीयात् कदाचन ।
न हि सर्वं विकाराणां नामतोऽस्ति ध्रुवा स्थितिः ॥६४॥

O médico nunca deve se sentir envergonhado por não estar a par da nomenclatura da doença, pois não existe regra ou nada estabelecido para que toda doença tenha uma denominação. [64]

स एव कुपितो दोषः समुत्थानविशेषतः ।
स्थानान्तराणि च प्राप्य विकारान् कुरुते बहून् । ६५॥
तस्माद्विकारप्रकृतीरधिष्ठानान्तराणि च ।
बुद्ध्वा हेतुविशेषांश्च शीघ्रं कुर्यादुपक्रमम् । ६६॥

O mesmo *dosha*, dependendo da natureza dos fatores causais, percorre muitas partes do corpo e produz muitas doenças; portanto, o tratamento deve ter início rapidamente, após determinada a natureza da doença, seu sítio, suas causas, etc. [65-66]

Pariksyābhāvas (fatores a serem determinados) [67-73]

दृश्यं देशं बलं कालमनलं प्रकृतिं वयः ।
सत्त्वं सात्त्व्यं तथाऽऽहारमवस्थाश्च पृथग्विधाः ॥६७॥
सूक्ष्मसूक्ष्माः समीक्ष्यैषां दोषौषधनिरूपणे ।
यो वर्तते चिकित्सायां न स स्वलति जातुचित् ॥६८॥

Ele (o médico) que examina minuciosamente e determina a condição dos *dusyās* (tecidos e produtos residuais desequilibrados), o *deśa* (o habitat do paciente), o *bala* (vigor), *kāla* (a estação), *anala* (o poder de digestão), *prakṛti* (a constituição), *vayas* (a idade), *sattva* (a mente), *sātmya* (os costumes), *āhāra* (os alimentos e os hábitos alimentares) e *avasthā* (os estágios das doenças) e depois

decide sobre o *dosha* perturbado e sobre seu tratamento apropriado não falha (não comete erros) na terapêutica. [67-68]

गुर्वल्पव्याधिसंस्थानं सत्त्वदेहबलाबलात् ।
दृश्यतेऽप्यन्यथाकारं तस्मिन्नवहितो भवेत् ॥६९॥

As características (sinais e sintomas) das doenças leves e graves podem se manifestar diferentemente conforme o vigor e a debilidade da mente e do corpo, portanto, o médico deve estar muito atento. [69]

Na pessoa que possui um corpo forte ou uma mente vigorosa, os sintomas de doenças graves podem se manifestar de forma suave, enquanto que na pessoa que possui um corpo fraco ou uma mente debilitada, até mesmo os sintomas de uma doença leve podem se manifestar fortemente.

गुरुं लघुमिति व्याधिं कल्पयंस्तु भिषग्ब्रुवः ।
अल्पदोषाकलनया पश्ये विप्रतिपद्यते ॥७०॥

O médico pouco inteligente, que determina uma doença grave como suave, comete erros no tratamento por ter subestimado a condição do *dosha*. [70]

ततोऽल्पमल्पवीर्यं वा गुरुव्याधौ प्रयोजितम् ।
उदीरयेत्तरां रोगान् संशोधनमयोगतः ॥७१॥
शोधनं त्वतियोगेन विपरीतं विपर्यये ।
क्षिणुयान्न मलानेव केवलं वपुरस्यति ॥७२॥

Ele administra drogas ou terapias em doses baixas e de potência suave no tratamento de doenças anteriores, tal tratamento suave produz uma exacerbação das doenças por que responde insuficientemente ao *śodhana* (à terapia de purificação). Nos casos opostos, a resposta excessiva ao *śodhana* (à terapia de purificação) expulsa não apenas os *malas* (*doshas*) em grande quantidade, mas também causa grandes perturbações ao corpo. [71-72]

अतोऽभियुक्तः सततं सर्वमालोच्य सर्वथा ।
तथा युञ्जीत भैषज्यमारोग्याय यथा ध्रुवम् ॥७३॥

Portanto, o médico deve estudar constantemente a ciência, determinar a exata condição de todos os fatores, durante todo o tempo e depois administrar as drogas (terapias) apropriadas para restaurar a saúde com sucesso. [73]

Dosha samyoga samkhyā (número de combinação de doshas) [74-79]

वक्ष्यन्तेऽतः परं दोषा वृद्धिक्षयविभेदतः ।
 पृथक् त्रीन् विद्धि संसर्गस्त्रिधा, तत्र तु तान्नव ॥७४॥
 त्रीनेव समया वृद्ध्या, षड्केस्यातिशयने ।
 त्रयोदश समस्तेषु षड् द्वयेकातिशयेन तु ॥७५॥
 एकं तुल्याधिकैः षट् च तारतम्यविकल्पनात् ।
 पञ्चविंशतिमित्येवं वृद्धैः क्षीणैश्च तावतः ॥७६॥

Posteriormente, serão enumeradas (as combinações dos) *doshas* em seus estados aumentados e reduzidos.

Em seu *vrddhi* (estado aumentado) eles são de três tipos individuais (separadamente); combinados em dois *doshas* eles são três, somando nove no total; quando combinados e aumentados em proporções iguais são três tipos; e com a predominância de um *dosha* são seis tipos.

São treze combinações de todos os três *doshas* e seis combinações com predominância de um dos *doshas*; há um tipo no qual predominam os três *doshas* e seis combinações nas quais as subdivisões são desproporcionais.

Portanto, com relação ao *vrddhi* (estado aumentado), eles perfazem vinte e cinco tipos; da mesma forma, com relação ao *ksīna* (estado reduzido), eles são vinte e cinco. [74-76]

एकैकवृद्धिसमताक्षयैः षट् ते पुनश्च षट् ।
 एकक्षयद्वन्द्ववृद्ध्या सविपर्ययाऽपि ते ॥७७॥

Na combinação dos *doshas* em estado aumentado, normal e reduzido, cada um produzirá seis combinações; novamente, são seis combinações nas quais há redução de um *dosha* e aumento de dois *doshas*. [77]

भेदा द्विषष्टिर्निर्दिष्टाः त्रिषष्टः स्वास्थ्यकारणम् ।

Portanto, o número de combinações totaliza 62 e a sexagésima terceira é aquela que causa a saúde. [78.1]

संसर्गाद्रसरुधिरादिभिस्तथैषां दोषांस्तु क्षयसमताविवृद्धिभेदैः ।

आनन्त्यं तरतभयोगतश्च यातान् जानीयादवहितमानसो यथास्वम् ॥७८॥

Com a associação de *rasa*, *rakta*, etc. as categorias de aumento, normalidade e redução dos *doshas*, em suas maiores ou menores proporções, tornam-se inumeráveis e o médico deve compreendê-las com a mente atenciosa através de suas características (sinais e sintomas). [79]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तस्नुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां

सूत्रस्थाने दोषमेदीयो नाम द्वादशोऽध्यायः ॥१२॥

Assim termina o décimo segundo capítulo conhecido como “*Doshabhediya* (Classificação dos *Doshas*)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XII)

CAPÍTULO XIII

त्रयोदशोऽध्यायः ।

DOSHOPAKRAMANIYA ADHYAYA

(O tratamento dos doshas)

अथातो दोषोपक्रमणीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Doshapakramanīya adhyāya* (O tratamento dos *Doshas*)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Vrddha vāta cikitsā (tratamento do vāta em estado aumentado) [1-3]

वातस्योपक्रमः स्नेहः स्वेदः संशोधनं मृदु ।
स्वाद्वम्ललवणोष्णानि भोज्यान्यभ्यङ्गमर्दनम् ॥ १ ॥
वेष्टनं त्रासनं सेको मद्यं पैष्टिकगौडिकम् ।
स्निग्धोष्णा वस्तयो वस्तिनियमः सुखशीलता ॥ २ ॥
दीपनैः पाचनैः सिद्धाः स्नेहाश्चानेकयोनयः ।
विशेषान्मेद्यपिशितरसतैलानुवासनम् ॥ ३ ॥

O tratamento do *vāta* (em estado aumentado) consiste no uso de oleação (interna e externa), sudação (uso de terapias diaforéticas), terapias de purificação leves (eméticas e purgativas), ingestão de alimentos que sejam doces, azedos e salgados; banho de óleo morno, massagem do corpo, enrolar o corpo com tecidos, ameaças (amedrontar), banhos (derramar decocções medicinais, água, etc. sobre o corpo), vinho preparado com farinha de grãos e açúcar mascavado indiano, enema com gordura (óleo) e drogas de potência quente, seguir o regime

da terapia com enema, atividades confortáveis, gorduras medicinais de diferentes tipos (origens) preparadas com drogas que produzem aumento da fome e que estimulem a digestão, especialmente, *anuvāsana basti* (enema oleoso) preparado com o caldo de carne gordurosa e óleo. [1-3]

Vrddhapitta cikitsā (tratamento de pitta em estado aumentado) [4-9]

पित्तस्य सर्पिषः पानं स्वादुशीतैर्विरेचनम् ।
 स्वादुतिक्तकषायाणि भोजनान्यौषधानि च ॥ ४ ॥
 सुगन्धिशीतहृद्यानां गन्धानामुपसेवनम् ।
 कण्ठेगुणानां हाराणां मणीनामुरसा धृतिः ॥ ५ ॥
 कर्पूरचन्दनोशीरैरनुलेपः क्षणे क्षणे ।
 प्रदोषश्चन्द्रमाः सौधं हारि गीतं हिमोऽनिलः ॥ ६ ॥
 अयन्त्रणसुखं मित्रं पुत्रः सन्दिग्धमुग्धवाक् ।
 छन्दानुवर्तिनो दाराः प्रियाः शीलविभूषिताः ॥ ७ ॥
 शीताम्बुधारागर्भाणि गृहाण्युद्यानदीर्घिकाः ।
 सुतीर्थं विपुलं स्वच्छसलिलाशयसैकते ॥ ८ ॥
 साम्भोजजलतीरान्ते क्रोयमाने द्रुमाकुले ।
 सौम्या भावाः पयः सर्पिर्विरेकश्च विशेषतः ॥ ९ ॥

O tratamento de *pitta* (em estado aumentado) consiste de ingestão de *ghrta* (óleo de manteiga) comum ou medicinal, terapia de purgação com drogas de sabor doce e potência fria, ingestão de alimentos e drogas que possuem sabores doce, amargo e adstringente, indulgência com perfumes que sejam agradáveis, frios e suaves, vestir enfeites de natureza semelhante no pescoço e de pedras preciosas no tórax, usar a pasta (ungüento) de *karpura*, *candana* e *uśīra* sobre o corpo meticulosamente, residir em terraços iluminados pela luz da lua durante as noites, desfrutar de músicas agradáveis e de brisas suaves e frescas, desfrutar da companhia de amigos que não o reprimam, de filhos que falem com o coração e inocentemente, da esposa que é obediente, agradável e virtuosa, residir em casas equipadas com fontes de água fria, parques e lagos, passar o tempo (em casas) próximas a reservatórios de água, que tenham água limpa, areia, lótus, flores e árvores, com uma mente calma; assim como a ingestão de leite, *ghee* e a administração da terapia de purgação, especialmente. [4-9]

Vrddha kapha cikitsā (tratamento de kapha em estado aumentado) [10-16]

श्लेष्मणो विधिना युक्तं तीक्ष्णं वमनरेचनम् ।
 अन्नं रूक्षाल्पतीक्ष्णोष्णं कटुतिक्तकषायकम् ॥१०॥
 दोर्घकालस्थितं मद्यं रतिप्रीतिः प्रजागरः ।
 अनेकरूपो व्यायामश्चिन्ता रूक्षं विमर्दनम् ॥११॥
 विशेषाद्भ्रमनं यूषः क्षौद्रं मेदोघ्नमौषधम् ।
 धूमोपवासगण्डूषा निःसुखत्वं सुखाय च ॥१२॥

O tratamento de *kapha* (em estado aumentado) consiste de terapias eméticas e purgativas fortes de acordo com o procedimento prescrito, ingestão de alimentos que sejam secos (não gordurosos), em pequena quantidade, penetrantes e quentes, que possuam sabores picante, amargo e adstringente; consiste da ingestão de vinhos que sejam envelhecidos, desejos sensuais, permanecer acordado sem descanso, exercícios de diferentes tipos, preocupações, massagem seca no corpo. Em especial, o uso da terapia emética, ingestão de sopas (de grãos), uso de mel, de drogas que reduzem as gorduras, inalação de fumaça medicinal, jejum, gargarejos (na boca) e experimentar dificuldades são todas medidas benéficas. [10-12]

उपक्रमः पृथग्दोषान् योऽयमुद्दिश्य कीर्तितः ।
 संसर्गसन्निपातेषु तं यथास्वं विकल्पयेत् ॥१३॥

Os diferentes tratamentos prescritos para cada *dosha* individualmente podem ser combinados apropriadamente nas condições em que há combinação de dois *doshas* e de três *doshas*. [13]

त्रैष्मः प्रायो मरुत्पित्ते वासन्तः कफमारुते ।
 मरुतो योगवाहित्वात्, कफपित्ते तु शारदः ॥१४॥

Geralmente, o tratamento para a combinação de *māruta* (*vāta*) e *pitta* deve ser semelhante à conduta indicada para *grīśma* (verão) [descrita no capítulo V deste tratado]. O tratamento para a combinação de *kapha* e *māruta* (*vāta*) deve ser semelhante à conduta indicada para *vasanta* (primavera), porque *māruta* (*vāta*) é *yogavāhi*. Para a combinação de *kapha* e *pitta*, o tratamento deve ser semelhante à dieta indicada para *śarat* (outono). [14]

Yogavāhi é definido como “propriedade de aumentar as qualidades do material associado”. *Vāta*, quando associado com calor (matéria que possui potência quente ou natureza quente), aumenta o calor e as ações do calor, enquanto que, quando associado com frio (matéria que possui potência fria ou natureza fria), aumenta o frio e as ações do frio. Portanto, o tratamento é diferente de acordo com a natureza da substância com a qual ele se combina.

चय एव जयेदोषं कुपितं त्वविरोधयन् ।
सर्वकोपे बलीयांसं शेषदोषाविरोधतः ॥१५॥

Os *doshas* devem ser dominados (através de tratamento efetivo) em seu estágio *caya* (leve aumento); em seu estágio *kopa* (de grande aumento) eles devem ser dominados sem que se contraponham (que interfiram) um ao outro. Nos casos de *prakopa* (grande aumento) de todos os três, simultaneamente, aquele (*dosha*) que é poderoso (que predomina sobre os outros) deve ser controlado sem que se contraponha (que interfira) aos demais (*doshas*). [15]

प्रयोगः शमयेद्याधिमिकं योऽन्यमुदीरयेत् ।
नाऽसौ विशुद्धः शुद्धस्तु शमयेद्यो न कोपयेत् ॥१६॥

O tratamento que alivia (cura) uma doença e que dá origem a outra doença (mais cedo ou mais tarde) não é *śuddha* (puro, bom, apropriado); um tratamento puro é aquele que cura (as doenças) e não dá origem à outra. [16]

Doshasañcāra (movimento dos doshas) [17-19]

व्यायामादूष्मणस्तैक्ष्ण्यादहिताचरणादपि ।
कोष्ठाच्छाखास्थिमर्माणि द्रुतत्वान्मारुतस्य च ॥१७॥
दोषा यान्ति तथा तेभ्यः स्रोतोमुखविशोधनात् ।
वृद्ध्याऽमिष्यन्दनात्पाकात्कोष्ठं वायोश्च निग्रहात् ॥१८॥
तत्रस्थाश्च चिलम्बेरन् भूयो हेतुप्रतीक्षिणः ।
ते कालादिबलं लब्ध्वा कुप्यन्त्यन्याश्रयेष्वपि ॥१९॥

Através do efeito do exercício (da atividade física), do aumento do calor (temperatura atmosférica), de atividades insalubres ou contra-indicadas e do rápido movimento de *vāta*, os *doshas* (aumentados) movem-se para fora do *kostha* (trato gastrointestinal) em direção aos *śākhās* (tecidos), *asthi* (ossos) e *marmās* (órgãos vitais, pontos vulneráveis).

Através do efeito da liberação (ampliação) dos canais (minúsculos poros teciduais), do grande aumento na quantidade, da liquefação, do cozimento (transformação) e do alívio de *vāta*, os *doshas* voltam ao *kostha* (trato gastrointestinal), vindos dos *śākhās* (tecidos, etc.) Eles permanecem ali por algum tempo, aguardando alguma causa poderosa (um estímulo).

Após produzir vigor a partir do *kāla* (da estação), etc., eles (os *doshas*) tornam-se alterados (aumentados) em outros locais também. [17-19]

Sthāni e āgantū doshas (doshas nativos e estranhos) [20]

तत्रान्य स्थानसंस्थेषु तदीयामबलेषु तु ।
कुर्याच्चिकित्साम् स्वामेव बलेनान्याभिभाविषु ॥२०॥

O tratamento deve ser aplicado (especialmente, prioritariamente) ao *dosha* que invadiu os sítios de outros (*doshas*) e que está fraco, e também para aquele *dosha* que, com seu próprio vigor, domina (subjuga, inativa) outros (*doshas*). [20]

आगन्तुं शमयेद्दोषं स्थानिनं प्रतिकृत्य वा ।

O *āgantū dosha* (o *dosha* estranho, que não pertence normalmente a um sítio em particular) deve ser tratado após o tratamento do *sthānin dosha* (o *dosha* nativo, que pertence normalmente àquele sítio em particular) ou deve ser tratado de outra forma (antes do tratamento do *sthānin dosha*). [21.1]

A afirmação feita nos versos acima pode ser explicada da seguinte forma: Normalmente, *pakvāśaya* é o *sthāna* (sítio) de *vāta*, ou seja, naquele lugar, ele é chamado de *sthāni dosha* (o *dosha* pertencente normalmente àquele lugar). *Āmāśaya* é o *sthāna* (sítio) nativo de *pitta*. Se *vāta* localiza-se no *āmāśaya*, ele se torna um *āgantū dosha* (estranho, não pertencente àquele lugar); nesta condição há dois *doshas* para serem tratados, o *āgantū* (externo) e o *sthāni* (nativo ou pertencente àquele sítio).

Se for fraco, o *āgantū* (estranho) *dosha* pode ser tratado depois que o *sthāni* (nativo) *dosha*. Mas se for mais forte, deve ser tratado primeiramente, ignorando por enquanto o *sthāni dosha*, porque, geralmente, o *āgantū dosha* é mais forte que o *sthāni dosha*. No entanto, se o *sthāni dosha* encontrar-se mais forte que o *āgantū dosha* (o que é muito raro), ele deve ser tratado primeiramente e o *āgantū dosha* deve ser ignorado naquele momento.

Se o *vāta* estiver localizado no *āmāśaya* e se estiver forte, ele deve ser tratado primeiro e *pitta*, depois. Mas se *vāta* estiver fraco e *pitta* estiver forte, então *pitta* deve ser tratado primeiro e *vāta*, depois.

Tiryaggata doshas (localizados nos tecidos) [21-22]

प्रायस्तिर्यग्गता दोषाः क्लेशयन्त्यातुरांश्चिरम् ॥२१॥
 कुर्यान्न तेषु त्वरया देहाग्निबलवित् क्रियाम् ।
 शमयेत्तान् प्रयोगेण सुखं वा कोष्ठमानयेत् ॥२२॥
 ज्ञात्वा कोष्ठप्रपन्नांश्च यथासन्नं विनिर्हरेत् ।

Geralmente, os *tiryaggata doshas* (aqueles que não estão localizados no trato gastrointestinal, mas nos tecidos) causam problemas ao paciente por longo tempo. Eles não devem ser tratados com pressa, mas apenas após determinado o vigor do corpo e a atividade digestiva.

Eles devem ser aliviados com determinados tratamentos, ou seja, trazidos para o *kostha* (trato alimentar) através de métodos suaves. Após observar que eles alcançaram o *kostha*, devem ser expelidos através da trajetória mais próxima. [21.2-23.1]

Sāmadoshā laksanā (efeitos dos doshas associados com āma) [23.2-24]

स्रोतरोधबलभ्रंशगौरवानिलमूढताः ॥२३॥
 आलस्यापक्तिनिष्ठीवमलसङ्गारुचिक्लमाः ।
 लिङ्गं मलानां सामानां, निरामाणां विपर्ययः ॥२४॥

A obstrução dos canais (poros, etc.), perda de vigor, sensação de peso no corpo, inatividade de *anila (vāta)*, preguiça, perda do poder de digestão, grande quantidade de expectoração, acúmulo de resíduos (no interior de seus respectivos locais), anorexia, exaustão – estes são os sintomas de *malas (doshas)* associados com (ou misturados com) *āma* (materiais não digeridos). Os sintomas opostos (aos citados acima) são referentes aos *nirāma doshas* (não misturados com materiais não digeridos). [23.2-24]

Āmotpatti (produção de āma) [25-27]

ऊष्मणोऽल्पबलत्वेन धातुमाद्यमपाचितम् ।
 दुष्टमामाशयगतं रसमामं प्रचक्षते ॥२५॥

O primeiro *dhātu (rasa)*, aquele que permanece não cozido (não digerido, não processado adequadamente) pelo enfraquecimento do fogo (atividade digestiva),

que se torna desequilibrado (ruim, anormal) e acumula-se no *āmāsaya* (estômago e intestino delgado), é conhecido como *āma*. [25]

अन्ये दोषेभ्य एवाति दुष्टेभ्योऽन्योन्य मूर्च्छनात् ।
कोद्रवेभ्यो विषस्येव वदन्त्यामस्य सम्भवम् ॥२६॥

Outros (estudiosos) afirmam que *āma* é formado pela íntima combinação de alguns *doshas* extremamente aumentados, assim como um veneno (é formado) pela mistura de diferentes tipos de *kodrava*. [26]

आमेन तेन सम्पृक्ता दोषा दूष्याश्च दूषिताः ।
सामा इत्युपदिश्यन्ते ये च रोगास्तदुद्भवाः ॥२७॥

Os *doshas* e *dūsyas* (*dhātus* e *malas*) que se misturam com este *āma* são conhecidos como *sāma* (misturados com *āma*); as doenças que se originam deles (destes *doshas* e *dūsyas* misturados com *āma*) também recebem a mesma designação. [27]

Sāmadoshā cikitsā (tratamento dos sāma doshas) [28-36]

सर्वदेह प्रविस्तान् सामान् दोषान् न निर्हरेत् ।
बीनान् धातुष्वनुत्क्लिष्टान् फलादामाद्रसानिव ॥२८॥
आश्रयस्य हि नाशाय ते स्युर्दुर्निर्हरत्वत्तः ।

Os *sāma doshas* que se espalham por todo o corpo, que estão ocultos nos *dhātus* e que não saem de seus próprios locais (de acúmulo) não devem ser forçados a sair (através de técnicas de purificação, como as terapias eméticas, purgativas, etc.) Assim como a tentativa de tirar o suco de uma fruta verde leva à destruição do local onde está o suco, da mesma forma, será muito difícil retirar (os *doshas*). [28-29.1]

पाचनैर्दीपनैः स्नेहैस्तान् स्वेदैश्च परिष्कृतान् ॥२९॥
शोधयेच्छोधनैः काले यथासन्नं यथाबलम् ।

Eles (os *sāma doshas*) devem ser tratados (primeiramente) com drogas que sejam digestivas e que aumentem o apetite; depois, devem ser tratados com terapias de oleação e de sudação; finalmente, devem ser eliminados com as terapias de purificação (eméticas, purgativas, etc.) no momento apropriado e de acordo com o vigor (do paciente). [29.2-30.1]

हन्त्याशु युक्तं वक्त्रेण द्रव्यमामाशयान्मलान् ॥३०॥
घ्राणेन चोर्ध्वजत्रूथान् पक्वाधानाद्गुदेन च ।

As drogas administradas via oral eliminam os *malas* (*doshas*) através do *āmāśaya* (estômago e intestino delgado); as drogas administradas através do nariz eliminam os *doshas* localizados acima dos ombros e aqueles administrados através do ânus eliminam os *doshas* a partir do *pakvāśaya* (intestino grosso). [30.2-31.1]

उत्क्लिष्टानथ ऊर्ध्वं वा न चामान् बहतः स्वयम् ॥३१॥
धारयेदौषधैर्दोषान् विधृतास्ते हि रोगदाः ।

Os *sāma doshas* que estão muito aumentados e saindo do corpo espontaneamente, pelas vias ascendente ou descendente (através de vômitos ou purgação, respectivamente), não devem ter sua eliminação interrompida por medicamentos, pois eles produzirão doenças se forem interrompidos. [31.2-32.1]

प्रवृत्तान् प्रागतो दोषानुपेक्षेत हिताशिनः ॥३२॥
विवद्धान् पाचनैस्तैस्तैः पाचयेन्निर्हरेत् वा ।

Estes *doshas* que estão sendo eliminados devem ser ignorados no início (no primeiro estágio) e o paciente deve ser tratado com alimentos saudáveis (alimentos leves). Depois (em um segundo estágio), eles devem ser cozidos com drogas digestivas ou removidos através de terapias de purificação. [32.2-33.1]

श्रावणे कार्तिके चैत्रे मासि साधारणे क्रमात् ॥३३॥
ग्रीष्मवर्षाहिमचितान् वाय्वादीनाशु निर्हरेत् ।

Vāyu (*vāta*) e outros *doshas* – que sofreram *caya* (leve aumento) em *grīśma*, *varsā* e *hemanta* – devem ser removidos nos três meses *sādharana*, ou seja, *śrāvana*, *kārttika* e *caitra*, respectivamente. [33.2-34.1]

Sādharana kāla é a denominação para a estação que não é nem muito nem pouco quente, fria e chuvosa.

Vāta sofre leve aumento em *grīśma* (verão, da metade de Outubro até a metade de Dezembro) e deve ser tratado no mês *śrāvana* (da metade de Dezembro à metade de Janeiro).

Pitta sofre *caya* (leve aumento) em *varsā* (estação chuvosa, da metade de Dezembro até a metade de Fevereiro) e deve ser eliminado em *kārttika* (da metade de Março até a metade de Abril).

Kapha sofre *caya* (leve aumento) em *hemanta* (começo do Inverno, da metade de Abril até a metade de Junho) e deve ser eliminado em *caitra* (da metade de Agosto até a metade de Setembro).

अत्युष्णवर्षशीता हि ग्रीष्मवर्षाहिमागमाः ॥३४॥
सन्धौ साधारणे तेषां दुष्टान् दोषान् विशोधयेत् ।

Grīśma, *varsā* e *hemanta* são estações que apresentam características extremamente quente, chuvosa e fria, respectivamente. Nos períodos entre elas, conhecidos como *sādharaṇa kāla*, os *doshas* devem ser eliminados. 34.

स्वस्थवृत्तमभिप्रेत्य, व्याधौ व्याधिवशेन तु ॥३५॥

Isto diz respeito à conduta para a manutenção da saúde (de pessoas saudáveis); quanto às doenças, a conduta, quanto ao tempo, está baseada na doença (pois há necessidade de um tratamento efetivo). [35]

कृत्वा शीतोष्णवृष्टीनां प्रतीकारं यथायथम् ।
प्रयोजयेत्क्रियां प्राप्तं क्रियाकालं न हापयेत् ॥३६॥

Depois de dominados os efeitos das estações fria, quente e chuvosa (através da adoção de métodos preventivos ou de proteção) deve ser administrado o tratamento necessário. Não deve ser permitido que o *kriyākāla* (período de atividade anormal, estágios de evolução das doenças) progrida (em seguida). [36]

Ausadhakāla (período de administração dos medicamentos) [37-41]

युञ्ज्यादनन्मन्नादौ मध्येऽन्ते क्वलान्तरे ।
ग्रासे ग्रासे मुहुः सान्नं सामुद्रं निशि चौषधम् ॥३७॥

Os medicamentos devem ser administrados:

1. Quando não houver alimentos (no estômago);
2. No início;
3. Durante; e
4. No final da refeição;
5. Entre os bocados (garfadas);

CAPÍTULO XIV

चतुर्दशोऽध्यायः ।

DVIVIDHOPAKRAMANIYA (Dois tipos de tratamentos)

भथातो द्विविधोपक्रमणीयमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Dvividhopakramanīya* (Dois tipos de tratamentos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Dvividha upakrama (dois tipos de terapias) [1-4.1]

उपक्रम्यस्य द्वि द्वित्वाद्द्विधैवोपक्रमो मतः ।
एकः सन्तर्पणस्तत्र द्वितीयश्चापतर्पणः ॥ १ ॥
बृंहणो लङ्घनश्चेति तत्पर्यायाबुदाहृतौ ।
बृंहणं यद्बृहत्त्वाय लङ्घनं लाघवाय यत् ॥ २ ॥
देहस्य

Como aquele que será tratado (o corpo humano) é de dois tipos, o tratamento também é de dois tipos. O primeiro, *santarpana* (nutritivo) e o segundo, *apatarpana* (depletivo); *brmhana* (encorpar, engordar) e *langhana* (afinar, emagrecer) são seus sinônimos, respectivamente. *Brmhana* é para engordar, enquanto *langhana* é para tornar o corpo leve (emagrecer). [1-2]

O corpo humano é de dois tipos, a saber, *kriśa* (magro/definido) e *sthūla* (corpulento/obeso). Ambos são anormais e necessitam de tratamento para que se tornem normais. O corpo é magro ou definido principalmente por causa da deficiência de alimentos (em quantidade e qualidades) e é encorpado ou obeso principalmente por

causa da superalimentação (tanto quantitativa quanto qualitativamente). *Brmhana* e *langhana* são os tratamentos para estas condições, respectivamente.

भवतः प्रायो भौमापमितरच्च ते ।

Geralmente, *brmhana* apresenta a predominância de *prthvī* e *ap* (elementos terra e água) enquanto que *langhana* apresenta a predominância de outros (elementos). [3.1]

Materiais (alimentos, drogas, etc.) empregados para a terapia *brmhana* ou *santarpana* devem ser predominantemente dos tipos *pārthiva* e *āpya*. Aqueles empregados para a terapia *langhana* ou *apatarpana* devem ser predominantemente dos tipos *tejasa*, *vāyavīya* e *nābhasa*. As propriedades destes tipos de materiais foram anteriormente descritos no capítulo 9.

**स्नेहनं रूक्षणं कर्म स्वेदनं स्तम्भनं च यत् ॥ ३ ॥
भूतानां तदपि द्वैध्याद्वितयं नातिवर्तते ।**

Funções como *snehana* (lubrificação, oleação), *rūksana* (secura), *svedana* (sudação) e *stambhana* (interrupção, obstrução) também são de dois tipos (*brmhana* e *langhana*) porque os elementos são de dois tipos apenas; portanto, as funções não são diferentes dos dois tipos (*brmhana* e *langhana*). [4.1]

O *Charaka samhita* classifica o tratamento como *śadvidha* (seis tipos), a saber, *brmhana*, *langhana*, *snehana*, *rūksana*, *svedana* e *stambhana* (ver *Charaka samhita* : *Sutrasthana* 22). Dentre eles, *langhana* e *brmhana* são considerados importantes, pois os outros quatro tipos servem apenas a estes dois propósitos (engordar e emagrecer).

***Langhana* (terapia para tornar o corpo leve ou magro) [4.2-7]**

शोधनं शमनं चेति द्विधा तत्रापि लङ्घनम् ॥ ४ ॥

Langhana é de dois tipos: *śodhana* (purificação) e *śamana* (paliativo). [4.2]

**यदीरयेद्वहिर्दोषान् पञ्चधा शोधनं च तत् ।
निरूहो वमनं कायशिरोरेकोऽस्रविस्तृतिः ॥ ५ ॥**

Śodhana é a terapia que elimina forçosamente os *doshas* do corpo. É de cinco tipos, a saber, *nirūha* (enema com decocção), *vamana* (eméticos), *caya reka*

causa da superalimentação (tanto quantitativa quanto qualitativamente). *Brmhana* e *langhana* são os tratamentos para estas condições, respectivamente.

भवतः प्रायो भौमापमितरच्च ते ।

Geralmente, *brmhana* apresenta a predominância de *prthvī* e *ap* (elementos terra e água) enquanto que *langhana* apresenta a predominância de outros (elementos). [3.1]

Materiais (alimentos, drogas, etc.) empregados para a terapia *brmhana* ou *santarpana* devem ser predominantemente dos tipos *pārthiva* e *āpya*. Aqueles empregados para a terapia *langhana* ou *apatarpana* devem ser predominantemente dos tipos *tejasa*, *vāyavīya* e *nābhasa*. As propriedades destes tipos de materiais foram anteriormente descritos no capítulo 9.

**स्नेहनं रूक्षणं कर्म स्वेदनं स्तम्भनं च यत् ॥ ३ ॥
भूतानां तदपि द्वैध्यादितयं नातिवर्तते ।**

Funções como *snehana* (lubrificação, oleação), *rūksana* (secura), *svedana* (sudação) e *stambhana* (interrupção, obstrução) também são de dois tipos (*brmhana* e *langhana*) porque os elementos são de dois tipos apenas; portanto, as funções não são diferentes dos dois tipos (*brmhana* e *langhana*). [4.1]

O *Charaka samhita* classifica o tratamento como *śadvidha* (seis tipos), a saber, *brmhana*, *langhana*, *snehana*, *rūksana*, *svedana* e *stambhana* (ver *Charaka samhita* : *Sutrasthana* 22). Dentre eles, *langhana* e *brmhana* são considerados importantes, pois os outros quatro tipos servem apenas a estes dois propósitos (engordar e emagrecer).

***Langhana* (terapia para tornar o corpo leve ou magro) [4.2-7]**

शोधनं शमनं चेति द्विधा तत्रापि लङ्घनम् ॥ ४ ॥

Langhana é de dois tipos: *śodhana* (purificação) e *śamana* (paliativo). [4.2]

**यदीरयेद्वहिर्दोषान् पञ्चधा शोधनं च तत् ।
निरूहो वमनं कायशिरोरेकोऽस्रविस्तृतिः ॥ ५ ॥**

Śodhana é a terapia que elimina forçosamente os *doshas* do corpo. É de cinco tipos, a saber, *nirūha* (enema com decocção), *vamana* (eméticos), *caya reka*

(purgação para a cabeça), *śiroreka* (purgação para a cabeça) e *asra-visruti* (sangria). [5]

Nirūha é um tipo de *basti cikitsā* (terapia com enema) e o outro tipo denomina-se *anuvāsana*. *Caya reka* e *śiroreka* são mais conhecidos como *virecana*. *Nasya* é a medicação nasal. *Vamana* (eméticos), *virecana* (purgação), os dois tipos de *basti* (enemas) e *nasya* – estes cinco são popularmente denominados *pañca (śodhana) karma* (as cinco terapias purificadoras) ou *pañcakarma* do *kaya cikitsā* (medicina interna), resumidamente. *Asrasruti* (sangria, *rakta moksana*) é mais importante no *śāstra cikitsā* (cirurgia).

न शोधयति यद्दे पान् समान्नोदीरयत्यपि ।
समीकरोति विषमान् शमनं तच्च सप्तधा ॥ ६ ॥
पाचनं दीपनं क्षुत्तृड्व्यायामातपमारुताः ।

Śamana (tratamento paliativo) é aquele que não expelle (para fora do corpo) os *doshas* (aumentados), que não estimula (aumenta) o (*dosha*) normal, mas transforma os (*doshas*) anormais em normais. São de sete tipos: *pācana* (carminativos digestivos), *dīpana* (produz fome, estomáquico), *ksut* (inibidores da fome), *trit* (inibe a sede, evitam a ingestão de água), *vyāyāma* (atividade física), *ātapa* (exposição à luz do sol) e *māruta* (exposição à brisa). [6-7.1]

बृंहणं शमनं त्वेव वायोः पित्तानिलस्य च ॥ ७ ॥

Brmhana (terapia para aumentar o peso) é apenas *śamana* porque alivia ou mitiga *vāta* e (a combinação) *vāta-pitta*. [7.2]

Brmhanīya (pessoas indicadas para a terapia de aumento de peso) [8-10.1]

बृंहयेद्वाधिभैषज्यमद्यस्त्रीशोककर्शितान् ।
भाराध्वोरःक्षतक्षीणरूक्षदुर्बलवातलान् ॥ ८ ॥
गर्भिणीसूतिकाबालवृद्धान् श्रीष्मेऽपरानपि ।
मांसक्षीरसितासर्पिर्मधुरस्निग्धवस्तिभिः ॥ ९ ॥
स्वप्नशय्यासुखाभ्यङ्गस्नाननिर्वृतिहर्षणैः ।

Brmhana (terapia para aumento de peso) deve ser administrada para pessoas que estão emagrecidas por causa de doenças, de medicamentos (terapias), (da ingestão de) vinhos, (de relações sexuais com) mulheres, de sofrimento, por

carregar cargas pesadas, por caminhar longas distâncias e aquelas que sofreram lesão no tórax (pulmões), que estão “secas” (com perda de umidade), debilitadas e que são de constituição predominantemente *vāta*, mulheres grávidas, mulheres no puerpério, crianças, idosos e outros; deve ser administrada durante o verão, através do uso de carne, leite, açúcar, *ghee*, mel, enemas preparados com substâncias doces e gorduras, com sono, em uma cama confortável, com massagem oleosa, banhos, conforto e felicidade da mente. [8-10.1]

Langhaniyah (pessoas que necessitam de emagrecimento) [10.2-16.1]

मेहामदोपानिस्त्रिग्धज्वरोरुस्तम्भकुष्ठिनः ॥१०॥
 विसर्पाविद्राधस्त्रीहृशिरःकण्ठाक्षिरोगिणः ।
 स्थूलांश्च लङ्घयेन्नित्यं शिशिरे त्वपरानपि ॥११॥

Langhana (terapia de emagrecimento) deve ser administrada diariamente para pessoas que sofrem de diabetes, *āmadoshā*, doenças causadas por atividade digestiva fraca, excesso de umidade (lubrificação), febre, rigidez das coxas, hanseníase e outras doenças de pele, *visarpa* (herpes), abscessos, doenças do baço, da cabeça, da garganta e dos olhos, aqueles que são obesos (com acúmulo de gordura) e outras pessoas, durante a estação *śīsira* (estação fria). [10.2-11]

तत्र संशोधनैः स्थौल्यबलपित्तकफाधिकान् ।
 आमदोषज्वरच्छर्दिरतीसारहृदामयैः ॥१२॥
 विबन्धगौरवोद्गारहृल्लासादिभिरातुरान् ।
 मध्यस्थौल्यादिकान् प्रायः पूर्वं पाचनदीपनैः ॥१३॥
 पभिरैवामयैरार्तान् हीनस्थौल्यबलादिकान् ।
 क्षुत्तृष्णानिग्रहैर्दोषैस्त्वार्तान् मध्यबलैर्दृढान् ॥१४॥
 समीरणातपायासैः किमुताल्पबलैर्नरान् ।

Aqueles que estão muito obesos, fortes e que possuem predominância de *pitta* e *kapha*, aqueles que sofrem de *āmadoshā*, febre, vômitos, diarreia, doenças do coração, constipação, sensação de peso, excesso de arrotos, náuseas, etc. devem ser tratados através da administração de *śodhana* (terapias de purificação, tais como eméticos, purgação, etc.); aqueles que estão moderadamente obesos, etc. (nos quais o vigor do corpo e das doenças citadas é intermediário), devem ser tratados primeiramente com a administração de digestivos e com substâncias que aumentam a fome, geralmente, (e depois com as terapias de purificação);

aqueles que estão levemente obesos, etc. (cujo vigor do corpo e das doenças mencionadas é fraco) devem ser tratados através do controle da fome e da sede; aqueles que estão acometidos pelos *doshas* (em estado aumentado), que possuem vigor (do corpo e das doenças) intermediário e que são *drdha* (capazes de bloquear a tensão) devem ser tratados através do controle da fome e da sede; aqueles, novamente, que possuem vigor (do corpo e das doenças) fraco devem ser tratados através da exposição à brisa, à luz do sol e de exercícios. [12-15.1]

न वृंहयेत्सङ्घनीयान् वृंह्यांस्तु मृदु लङ्घयेत् ॥१५॥
युक्त्या वा देश कालादिवलतस्तानुपाचरेत् ।

Aqueles que se submetem à *langhana* (terapia para emagrecimento) não devem receber *brmhana* (terapia para engordar); aqueles que foram submetidos a *brmhana* podem receber um *langhana* suave, ou ambos, *langhana* e *brmhana*, juntos, simultaneamente, dependendo da natureza do habitat, da estação, do vigor, etc. [15.2-16.1]

Cikitsāphala (benefícios destes tratamentos) [16.2-19.2]

वृंहिते स्याद्वलं पुष्टिस्तत्साध्यामयसङ्घयः ॥१६॥

A terapia *brmhana* contribui para promover o vigor, a nutrição do corpo e para curar aquelas doenças que são curáveis através desta terapia. [16.2]

विमलेन्द्रियता सर्गो मलानां लाघवं रुचिः ।
क्षुत्तृप्तसहोदयः शुद्धहृदयोद्गारकण्ठता ॥१७॥
व्याधिमाद्वचमुत्साहस्तन्द्रानाशश्च लङ्घिते ।

Penetrância dos órgãos sensoriais, eliminação dos *malas* (*doshas* e resíduos), sensação de leveza no corpo, boa percepção do paladar, aparecimento de fome e sede juntos, pureza (da região) do coração, dos arrotos e da garganta, abrandamento das doenças (redução da sua gravidade), aumento do entusiasmo e perda do estupor (preguiça, indolência) são obtidos através da terapia *langhana*. [17-18.1]

अनपेक्षितमात्रादिसेविते कुरुतस्तु ते ॥१८॥
अतिस्थौल्यातिकाश्यादीन्, वक्ष्यन्ते ते च सौषधाः ।

Estas terapias, se administradas em larga escala, além do necessário, levam à profunda obesidade ou emagrecimento, etc., e isto será descrito agora, juntamente com seu tratamento. [18.2-19.1]

रूपं तैरेव च ज्ञेयमतिबृंहितलङ्घिते ॥१९॥

As características das pessoas que se submeteram excessivamente às terapias *brmhana* e *langhana* devem ser compreendidas através dos mesmos (obesidade e emagrecimento profundos). [19.2]

Atibrmhana (administração excessiva da terapia brmhana) [20-28]

अतिस्थौल्यापचीमेहज्वरोदरभगन्दरान् ।
 षाससन्न्यासकृच्छ्रामकुष्ठादीनतिदारुणान् ॥२०॥

A excessiva administração da terapia *brmhana* (terapia para aumentar o peso) produz obesidade mórbida, escrófula, diabetes, febre, aumento do volume abdominal, fistula anal, tosse, perda da consciência, disúria, *āma* (doenças causadas pela atividade digestiva deficiente e acúmulo de material não digerido), hanseníase (e outras doenças de pele), ou seja, doenças que são muito terríveis. [20]

तत्र मेदनिलश्लेष्मनाशनं सर्वमिष्यते ।
 कुलत्थजूर्णश्यामाकयवमुद्गमधूदकम् ॥२१॥
 मस्तुदण्डाहतारिष्टचिन्ताशोधनजागरम् ।
 मधुना त्रिफलां लिह्याद्गुडूचीमभयां घनम् ॥२२॥
 रसाञ्जनस्य महतः पञ्चमूलस्य गुग्गुलोः ।
 शिलाजतुप्रयोगश्च साग्निमन्थरसो हितः ॥२३॥
 विडङ्गं नागरं क्षारः काललोहरजो मधु ।
 यवामलक चूर्णं च योगोऽतिस्थौल्यदोषजित् ॥२४॥

Estas (doenças) necessitam de tratamentos que reduzam *medas* (gordura), *anila* (*vāta*) e *ślesman* (*kapha*); devem ser utilizados *kulattha*, *jūrna*, *śyāmāka*, *yava*, *mudga* e água com mel; deve-se estimular as preocupações, utilizar as terapias de purificação, evitar o sono e, além disso, *triphalā*, *gudūci*, *abhayā* e *ghana* devem ser chupados com mel diariamente; está indicado o uso de *rasāñjana* ou *mahat pañcamūla* ou *guggulu* ou *śilājatu*, juntamente com o suco fresco de

agnimantha; além disso, o pó de *vidanga*, *nāgara*, *ksāra* (*yavaksāra*) e filetes de ferro ou pó de *yava* e *āmalaka* juntamente com mel (devem ser chupados diariamente). [21-24]

व्योषकटीवराशिग्रुविडङ्गातिविषास्थिराः ।
 हिङ्गुसौवर्चलाजाजीयवानीधान्यचित्रकाः ॥२५॥
 निशे बृहत्यौ हपुषा पाठा मूलं च केम्बुकात् ।
 एषां चूर्णं मधु घृतं तैलं च सदृशांशकम् ॥२६॥
 सक्तुभिः षोडशगुणैर्युक्तं पीतं निहन्ति तत् ।
 अतिस्थौल्यादिकान् सर्वान् रोगानन्यांश्च तद्विधान्
 हृद्रोगकामलाश्वित्रश्वासकासगलग्रहान् ।
 बुद्धिमेधास्मृतिकरं सन्नस्याग्नेश्च दीपनम् ॥२८॥

Os pós de *vyosā* (*trikatu*), *katvī*, *varā*, *śigru*, *vidanga*, *atavisā*, *sthirā*, *hingu*, *sauvarcala*, *ajājī*, *yavānī*, *dhānya*, *citraka*, dos dois tipos de *niśā*, dos dois tipos de *brhati*, *hapusā*, de raízes de *pāthā* e de *kembuka* devem ser misturados com mel, *ghee* (gordura da manteiga) e óleo em iguais proporções e dezesseis partes de *saktu* (farinha de grãos) – esta mistura, ingerida (diariamente) como bebida, cura a obesidade severa e todas as outras doenças (mencionadas anteriormente) e também outras de natureza semelhante; doenças do coração, icterícia, leucodermia, dispnéia, tosse, obstrução na garganta (rouquidão, etc.), aumenta a força do pensamento, a inteligência, a memória e estimula o fogo (atividade digestiva) deficiente. [25-28]

Atilanghana (administração excessiva da terapia *langhana*) [29-36]

अतिकार्ष्यं भ्रमः कासस्तृष्णाधिक्रयमरोचकः ।
 स्नेहाग्निनिद्रादक्श्त्रोत्रशुक्रौजःक्षुत्स्वरक्षयः ॥२९॥
 वस्तिहृन्मूर्धजङ्घोरुत्रिकपाश्वरुजा ज्वरः ।
 प्रलापोर्ध्वानिलग्लानिच्छर्दिपर्वास्थिभेदनम् ॥३०॥
 वर्चामूत्रग्रहाद्याश्च जायन्तेऽतिविलङ्घनात् ।

Da excessiva administração da terapia *langhana*, surgem profundo emagrecimento, vertigem, tosse, sede intensa, anorexia, perda (redução) da umidade, do poder digestivo, do sono, da visão, da audição, do sêmen, do *ojas*, da fome e da voz; dor na bexiga, no coração, nas panturrilhas, nas coxas, na

região superior dos ombros e das costelas; febre, delírio (fala excessiva), arrotos, cansaço, vômitos, dor cortante nos joelhos e ossos; interrupção na eliminação de fezes, urina, etc. [29-31.1]

कार्श्यमेव वरं स्थौल्यात् न हि स्थूलस्य भेषजम् ॥३१॥
बृंहणं लङ्घनं वाऽलमतिमेदोऽग्निवातजित् ।

A magreza é melhor que a corpulência (obesidade), não existe tratamento para o obeso, pois nem *brmhana* nem *langhana* são suficientes (para possibilitar) a eliminação do excesso de gordura, de atividade digestiva e de *vāta*. [31.2-32.1]

मधुरस्निग्धसाहित्यैर्यत्सौख्येन च नश्यति ॥३२॥
क्रशिमा स्थविमाऽत्यन्तविपरीत निषेवणैः ।
योजयेद्बृंहणं तत्र सर्वं पानान्नमेषजम् ॥३३॥

O emagrecimento pode ser curado através do uso de alimentos doces e oleosos (gordurosos) e com um modo de vida confortável, enquanto que a obesidade pode ser curada através do uso de alimentos, etc. que (possuam qualidades) opostas (àquelas mencionadas acima), que também causam emagrecimento quando utilizados em máxima escala. Devem ser adotados bebidas, alimentos e drogas que sejam *brmhana*, neste caso. [32.2-33]

अचिन्तया हर्षणेन ध्रुवं सन्तर्पणेन च ।
स्वप्नप्रसङ्गाच्च कृशो वराह इव पुष्यति ॥३४॥

A pessoa emagrecida torna-se corpulenta como um urso com a ausência de preocupação, através da felicidade, de uma maior quantidade de alimentos nutritivos e de mais sono. [34]

न हि मांससमं किञ्चिदन्यद्देहवृहत्त्वकृत् ।
मांसादमांसं मांसेन सम्भृतत्वाद्विशेषतः ॥३५॥

Não há nada melhor que a carne para aumentar a corpulência, especialmente de animais carnívoros, pois eles se alimentam da própria carne. [35]

गुरु चातर्पणं स्थूले विपरीतं हितं कृशे ।
यवगोधूममुभयोस्तद्योग्याहितकल्पनम् ॥३६॥

Alimentos que são pesados (difíceis de digerir) e não nutritivos são ideais para os obesos, enquanto que os opostos (são ideais) para pessoas emagrecidas; *yava* (cevada) e *godhūma* (trigo) são benéficos para ambos (quando) preparados de uma maneira adequada para cada um. [36]

दोषगत्याऽतिरिच्यन्ते ग्राहिमेद्यादिभेदतः ।
उपक्रमा न ते द्वित्वाद्भिन्ना अपि गदा इव ॥३७॥

Apesar de serem inúmeros os estados dos *doshas* e apesar de serem inúmeras as formas de tratamento, tais como *grāhī* (obstrução), etc., eles não passam de dois tipos – *brmhana* e *langhana*, assim como as doenças (que apesar de inúmeras podem ser representadas apenas por dois tipos, *sāma* e *nirāma*). [37]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने द्विविधोपक्रमणीयो नाम चतुर्दशोऽध्यायः ॥ १४ ॥

Assim termina o décimo quarto capítulo conhecido como “*Dvividhopakramanīya* (Dois tipos de tratamentos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XIV)

12. Vidula;
13. Dahana;
14. Citrā;
15. Os dois kośāvati;
16. Karañja;
17. Kana;
18. Lavana;
19. Vacā;
20. Elā; e
21. Sarsapa.

Estas drogas são eméticas (ver Tabela 7 no final deste volume). [1]

Virecana gana (grupo dos purgativos) [2]

निकुम्भकुम्भत्रिफल गवाक्षीसुकशङ्खिनीनीलिनितिल्वकानि ।
शम्याककम्पिल्लकहेमदुग्धा दुग्धं च मूत्रं च विरेचनानि ॥ २ ॥

1. Nikumbha;
2. Kumbha;
3. Triphalā;
4. Gavāksī;
5. Snuk;
6. Śaṅkhinī;
7. Nīlini;
8. Tilvaka;
9. Śamyāka;
10. Kampillaka;
11. Hemadugdhā;
12. Dugdha; e
13. Mūtra.

Estas drogas são purgativas. [2]

Nirūhana gana (grupo das drogas para decocção na forma de enema) [3]

मदनकुटजकुष्ठदेवदालीमधुकवचादशमूलदारुस्राः ।
यवमिशिकृतवेचनं कुष्ठथा मधु लवणं त्रिवृता निरूहणानि ॥ ३ ॥

1. Madana;
2. Kutaja;
3. Kustha;

4. Devadālī;
5. Madhuka;
6. Vacā;
7. Daśamūla;
8. Dāru;
9. Rāsnā;
10. Yava;
11. Miśī;
12. Krtavedhana;
13. Kulattha;
14. Madhu;
15. Lavana; e
16. Trivrt.

Estas drogas são usadas na preparação da decocção aplicada como enema. [3]

Nāvana gana (grupo de drogas para medicação nasal) [4]

वेह्नापामार्गव्योषदावांसुरालावीजं शैरीषं चार्हतं शैग्रवं च ।
सारो माधूकः सैन्धवं तार्क्ष्यशैलं त्रुट्यौ पृथ्वीका शोधयन्त्युत्तमाङ्गम् ॥४॥

1. Vella;
2. Apāmārga;
3. Vyosa;
4. Dārvī;
5. Surāla;
6. Bīja de śirīsa,
7. Brhatī e
8. Śigru;
9. Madhūkasāra;
10. Saindhava;
11. Tārksyaśaila;
12. Os dois trutī; e
13. Prthvikā.

Estas drogas purificam a cabeça. [4]

Vātaghna gana (grupo das drogas que aliviam vāta) [5]

भद्रदारु नतं कुष्ठं दशमूलं बलाद्वयम् ।
वायुं वीरतरादिश्च विदार्यादिश्च नाशयेत् ॥ ५ ॥

7. Drogas *vatsakādi*.

Estas drogas produzem redução de *balāsa (kapha)*. [7]

Jīvanīya gana (grupo das drogas restauradoras) [8]

जीवन्ती काकोल्यौ मेदे द्वे मुद्गमाषपर्ण्यौ च ।
ऋषभकजीवकमधुकं चेति गणो जीवनीयाख्यः ॥ ८ ॥

1. *Jīvanī*;
2. Os dois tipos de *kākolī*;
3. Os dois tipos de *medā*;
4. *Mudgaparnī*;
5. *Māsaparnī*;
6. *Rsabhaka*;
7. *Jīvaka* e
8. *Madhuka*.

Estas drogas são do grupo restaurador. [8]

Vidāryādi gana (grupo das drogas benéficas para o coração) [9-10]

विदारिपञ्चाङ्गुलवृश्चिकालीवृश्चीवदेवाह्वयशूर्पपर्ण्यः ।
कण्डूकरी जीवनह्रस्वसंज्ञे द्वे पञ्चके गोपसुता त्रिपादी ॥ ९ ॥
विदार्यादिरयं हृद्यो बृंहणो वातपित्तहा ।
शोषगुल्माङ्गमर्दोर्ध्वश्वासकासहरो गणः ॥१०॥

1. *Vidāri*;
2. *Pañcangula*;
3. *Vrscikāli*;
4. *Vrscīva*;
5. *Devāhvaya*;
6. Os dois tipos de *sūrpaparnī*;
7. As drogas *jīvana pañcamūla* e *hrasva pañcamūla*;
8. *Gopasuta*; e
9. *Tripādi*.

Estas drogas pertencentes ao grupo *vidāryādi* são benéficas para o coração (cordiais), aumentam a corpulência, aliviam *vāta* e *pitta*, curam a consumpção, os tumores abdominais, dores no corpo, dispnéia ascendente e tosse. [9-10]

Sārivādi gana (grupo das drogas que dominam a sensação de queimação) [11]

सारिवोशीरकाश्मर्यमधूकशिशिरद्वयम् ।
यष्टी परूपकं हन्ति दाहपित्तास्रतृड्ज्वरान् ॥११॥

1. *Sārivā;*
2. *Uśīra;*
3. *Kāśmārya;*
4. *Madhūka;*
5. Os dois tipos de *śīsira;*
6. *Yasī;* e
7. *Parūsaka.*

Estas drogas curam a sensação de queimação, doenças hemorrágicas, sede e febres. [11]

Padmakādi gana (grupo das drogas que estimulam a lactação) [12]

पद्मकपुण्ड्रौ वृद्धितुगद्धर्यः शृङ्गयमृता दश जीवनसंज्ञाः ।
स्तन्यकरा घ्नन्तीरणपित्तं प्रीणनजीवनबृंहणवृष्याः ॥१२॥

1. *Padmaka;*
2. *Pundra;*
3. *Vrddhi;*
4. *Tugā;*
5. *Rddhi;*
6. *Sriṅgi;*
7. *Amritā;* e
8. As dez drogas de *jīvanīya gana.*

Estas drogas promovem a produção de leite materno, dominam *vāta* e *pitta*, são nutritivas, revigorantes, aumentam a corpulência e são afrodisíacas. [12]

Parūsakādi gana (drogas que curam a sede) [13]

परूपकं वरा द्राक्षा कट्फलं कतकात् फलम् ।
राजाह्वं दाडिमं शाकं तृणमूत्रामयवातजित् ॥१३॥

1. *Parūsaka;*
2. *Varā;*
3. *Drāksā;*

4. *Katphala*;
5. *Katakaphala*;
6. *Rājāhvā*;
7. *Dādima*; e
8. *Śāka*.

Estas drogas curam a sede, os distúrbios urinários e aliviam *vāta*. [13]

Añjanādi gana [14]

अञ्जनं फलिनी मांसी पद्मोत्पलरसाञ्जनम् ।
सैलामधुकनागाहं विषान्तर्दाहपित्तनुत् ॥१४॥

1. *Añjana*;
2. *Phalinī*;
3. *Māmsī*;
4. *Padma*;
5. *Utpala*;
6. *Rasāñjana*;
7. *Elā*;
8. *Madhuka*;
9. *Nāgahvā*.

Estas drogas curam doenças causadas por envenenamento, curam a sensação de queimação no interior do corpo e dominam *pitta*. [14]

Patolādi gana [15]

पटोलकटुरोहिणीचन्दनं मधुस्रवगुडूचिपाठान्वितम् ।
निहन्ति कफपित्तकुष्ठज्वरान् विषं वमिमरोचकं कामलाम् ॥१५॥

1. *Patola*;
2. *Katurohinī*;
3. *Candana*;
4. *Madhusrava*;
5. *Gudūcī*; e
6. *Pāthā*.

Estas drogas curam a hanseníase (e outras doenças de pele), febres, venenos, vômitos, anorexia e icterícia. [15]

Gudūcyādi gana [16]

गुडूचीपद्मकारिष्टधानकारक्तचन्दनम् ।
पित्तश्लेष्मज्वरच्छर्दिदाहतृष्णाघ्नमश्लिक्तम् ॥१६॥

1. *Gudūcī*;
2. *Padmaka*;
3. *Arista*;
4. *Dhānyaka*; e
5. *Rakta-candana*.

Estas drogas aliviam *pitta* e *kapha*, curam a febre, vômitos, sensação de queimação, sede e melhoram a digestão. [16]

Āragvadhādi gana [17-18]

आरग्वधेन्द्रयवपाटलिकाकतिकानिम्बामृतामधुरसालुववृक्षपाठाः ।
भूनिम्बसैर्यकपटोलकरञ्जयुग्मसप्तच्छदाश्लिषुषवीफलवाणघोण्टाः ॥१७॥
आरग्वधादिर्जयति छर्दिकुष्ठविषज्वरान् ।
कफं कण्डूं प्रमेहं च दुष्टव्रणविशोधनः ॥१८॥

1. *Āragvadha*;
2. *Indrayava*;
3. *Pātali*;
4. *Kākatiktā*;
5. *Nimba*;
6. *Amrtā*;
7. *Madhurasā*;
8. *Sruvavrksa*;
9. *Pāthā*;
10. *Bhūnimba*;
11. *Sairyaka*;
12. *Patola*;
13. Os dois tipos de *karañja*;
14. *Sāptacchadā*;
15. *Agni*;
16. *Susavi*;
17. *Phala*;
18. *Bāna*; e

19. Ghontā.

Estas drogas do grupo *āragvadhādi* curam vômitos, hanseníase (e outras doenças de pele), venenos, febres, aliviam *kapha*, prurido, diabetes e promovem a limpeza de úlceras graves. [17-18]

Asanādi gana [19-20]

असनतिनिशभूर्जश्वेतवाहप्रकीर्याः खदिरकदरभण्डीशिशिपामेषशृङ्गयः ।
 त्रिहिमतलपलाशा जोज्जकः शाकशाला क्रमुकयत्रकलिङ्गच्छागकर्णाश्वकर्णाः ॥१९॥
 असनादिर्विजयते श्वित्रकुष्ठकफक्रिमीन् ।
 पाण्डुरोगं प्रमेहं च मेदोदोषनिवर्हणः ॥२०॥

1. Asana;
2. Tiniśa;
3. Bhūrja;
4. Śvetavāha;
5. Prakīrya;
6. Khadira;
7. Kadara;
8. Bhandi;
9. Śimśapā;
10. Mesaśringī;
11. Os três tipos de hima;
12. Tala;
13. Palāśa;
14. Jongaka;
15. Śāka;
16. Śāla;
17. Kramuka;
18. Dhava;
19. Kalinga;
20. Chagakarna; e
21. Asvakarna.

Estas drogas do grupo *asanādi* curam a leucodermia, hanseníase e outras doenças de pele, aliviam *kapha*, curam doenças causadas por vermes, anemia, diabetes e doenças caracterizadas pelo acúmulo de gorduras. [19-20]

Varunādi gana [21-22]

वरुणसैर्यकयुग्मशतावरीदहनमोरटबिल्वविषाणिकाः ।
 द्विवृहतीद्विकरञ्जयाद्वयं बहलपल्लवदर्भरुजाकराः ॥२१॥
 वरुणादिः कफं मेदो मन्दाशित्वं नियच्छति ।
 आह्वयवातं शिरःशूलं गुल्मं चान्तः सविद्रधिम् ॥२२॥

1. *Varuna*;
2. Os dois tipos de *sairyaka*;
3. *Śatāvarī*;
4. *Dahana*;
5. *Morata*;
6. *Bilva*;
7. *Visānikā*;
8. Os dois tipos de *brhatī*;
9. Os dois tipos de *karañja*;
10. Os dois tipos de *jayā*;
11. *Bahala pallava*;
12. *Darbha*; e
13. *Rujākara*.

Estas drogas do grupo *varunādi* dominam *kapha*, a gordura, dispepsia, curam *ādhyavāta* (rigidez das coxas), cefaléias, tumores e abscessos localizados internamente no abdome. [21-22]

Ūsakādi gana [23]

ऊषकस्तुत्थकं हिङ्गु कासीसद्वयसैन्धवम् ।
 सशिलाजतु कृच्छ्राश्मगुल्ममेदः कफापहम् ॥२३॥

1. *Ūsaka*;
2. *Tutthaka*;
3. *Hingu*;
4. Os dois tipos de *kāsīsa*;
5. *Saindhava*; e
6. *Śilājatu*.

Estas drogas curam a disúria; cálculos urinários, tumores abdominais, obesidade e dominam *kapha*. [23]

Vīratarādi gana [24-25]

वेल्लन्तरारणिकबूकवृषाश्मभेदगोकण्टकेटकटसहाचरबाणकाशाः ।
 वृक्षादनीनलकुशद्वयगुण्डगुन्द्राभल्लूकमोरटकुरण्टकरम्भपार्थाः ॥२४॥
 वर्गो वीरतराद्योऽयं हन्ति वातकृतान् गदान् ।
 अश्मरीशर्करामूत्रकृच्छ्राघातरुजाहरः ॥२५॥

1. Vellāntara;
2. Āranika;
3. Buka;
4. Vrsa;
5. Aśmabheda;
6. Gokantaka;
7. Itkata;
8. Sahacara;
9. Bāna;
10. Kāśa;
11. Vrksādānī;
12. Nala;
13. Os dois tipos de kuśa;
14. Gunthā;
15. Gundrā;
16. Bhallūka;
17. Morata;
18. Kurañtā;
19. Karambha; e
20. Pārtha.

As drogas do grupo *vīratarādi* curam doenças produzidas por *vāta*, cálculos e areia urinários, disúria, supressão da urina e dor. [24-25]

Rodhrādi gana [26-27]

रोध्रशावरकरोध्रपलाशा जिङ्गिणीसरलकट्फलयुक्ताः ।
 कुत्सिताम्बकदलीगतशोकाः सैलवालुपरिपेलवमोचाः ॥२६॥
 एष रोध्रादिको नाम मेदः कफहरो गणः ।
 योनिदोषहरः स्तम्भी वण्यो विषविनाशनः ॥२७॥

1. *Rodhra*;
2. *Sabaraka rodhra*;
3. *Palāśa*;
4. *Jingini*;
5. *Sarala*;
6. *Katphala*;
7. *Yuktā*;
8. *Kutsitāmba*;
9. *Kadali*;
10. *Gataśokā*;
11. *Elavālu*;
12. *Paripelava*; e
13. *Moca*.

As drogas deste grupo denominado *rodhrādika* curam doenças da gordura e de *kapha*, doenças vaginais, produzem obstrução (ao movimento dos *doshas* e *malas*), são benéficas para a coloração e inativam venenos. [26-27]

Arkādi gana [28-29]

अर्कालङ्कौ नागदन्ती विशल्या भाङ्गी रास्ना वृश्चिकाली प्रकीर्या ।
 प्रत्यक्पुष्पी पीततैलोदकीर्या श्वेतायुग्मं तापसानां च वृक्षः ॥२८॥
 अयमर्कादिको वर्गः कफमेदोविषापहः ।
 कृमिकुष्ठप्रशमनो विशेषाद्गणशोधनः ॥२९॥

1. *Arka*;
2. *Alarka*,
3. *Nāgadantī*;
4. *Viśalyā*;
5. *Bhārngī*;
6. *Rāsnā*;
7. *Vrścikālī*;
8. *Prakīrya*;
9. *Pratyakpuspa*;
10. *Pīta taila*;
11. *Udakīryā*;
12. Os dois tipos de *śvetā*;
13. *Tāpasa vrksa*.

As drogas do grupo *arkādi gana* combatem *kapha*, a gordura, o veneno, os vermes, a hanseníase (e outras doenças de pele) e limpam a ulceração. [28-29]

Surasādi gana [30-31]

सुरसयुगफणिज्जं कालमाला विडङ्गं खरवुसवृषकर्णीकट्फलं कासमर्दः ।
 क्षवकसरसिभाङ्गीकार्मुकाः काकमाची कुलहलविषमुष्टीभूस्तृणो भूतकेशी ॥३०॥
 सुरसादिर्गणः श्लेष्ममेदः कृमिनिषूदनः ।
 प्रतिश्यायारुचिश्वासकासघ्नो व्रणशोधनः ॥३१॥

1. Os dois tipos de *surasā*;
2. *Phanijja*;
3. *Kalamala*;
4. *Vidanga*;
5. *Kharabusa*;
6. *Vrsakarnī*;
7. *Katphala*;
8. *Kāsamarda*;
9. *Ksavaka*;
10. *Sarasī*;
11. *Bhārngī*;
12. *Kārmuka*;
13. *Kākamācī*;
14. *Kulahala*;
15. *Visamusti*;
16. *Bhūtrna*;
17. *Bhūtakeśī*.

As drogas do grupo *surasādi* aliviam *kapha*, combatem as gorduras, os vermes, o resfriado comum, anorexia, dispnéia, tosse e limpam as ulcerações. [30-31]

Muskakādi gana [32]

मुष्ककस्तुग्वराद्वीपिपलाशघर्शिशिपाः ।
 गुल्ममेहाश्मरीपाण्डुमेदोर्शःकफशुक्रजित् ॥३२॥

1. *Muskaka*;
2. *Srug*;
3. *Varā*;
4. *Dvīpī*;
5. *Palāśa*;
6. *Dhava*; e

7. Śimsipā.

As drogas deste grupo curam tumor abdominal, diabetes, cálculos renais, anemia, obesidade, hemorróidas, doenças de *kapha* e do sêmen. [32]

Vatsakādi gana [33-34]

घत्सकमूर्वाभार्ङ्गीकटुका मरीचं घुणप्रिया च गण्डीरम् ।
 पला पाठाऽजाजीकटुङ्गफलाजमोदसिद्धार्थवचाः ॥३३॥
 जीरकहिङ्गुचिङ्गं पशुगन्धा पञ्चकोलकं हन्ति ।
 चलकफमेदः पीनसगुल्मज्वरशूलदुर्नाम्नः ॥३४॥

1. Vatsaka;
2. Mūrvā;
3. Bhārṅgī;
4. Katuka;
5. Marica;
6. Ghunapriyā;
7. Gandīra;
8. Elā;
9. Pāthā;
10. Ajājī;
11. Katvanga phala;
12. Ajamodā;
13. Siddhārtha;
14. Vacā;
15. Jīraka;
16. Hingu;
17. Vidanga;
18. Paśugandhā; e
19. Pañcakola.

As drogas deste grupo curam as doenças de *vāta*, *kapha* e *medas*, rinite; tumor abdominal, febre, cólicas e hemorróidas. [33-34]

Vacāharidrādi gana [35-36]

हरिद्राद्वययष्ट्याहकलशीकुटजोद्भवाः ॥३५॥
 वचाहरिद्रादिगणावामातीसारनाशनौ ।
 मेदः कफाह्वपवनस्तन्यदोषनिबर्हणौ ॥३६॥

वचाजलददेवाह्वनागरातिविषाभयाः ।

1. *Vacā*;
2. *Jalada*;
3. *Devāhva*;
4. *Nāgara*;
5. *Ativisā*;
6. *Abhayā*;
7. Os dois tipos de *haridra*;
8. *Yastī*;
9. *Kalaśī*; e
10. *Kutajodbhava*

Estas drogas pertencentes aos grupos *vacā* e *haridrādī* curam a diarréia aguda (ou aquela causada pelo acúmulo de *āma*), doenças das gorduras, doenças causadas por *kapha*, *ādhyapavana* (rigidez das coxas) e distúrbios da lactação. [35-36]

Priyangu ambasthādi gana [37-39]

प्रियङ्गुपुष्पाञ्जनयुग्मपद्माः पद्माद्रजो योजनवल्लथनन्ता ।
मानद्रमो मोचरसः समङ्गा पुत्रागशीतं मदनीयहेतुः ॥३७॥
अश्वघ्ना मधुकं नमस्करी नन्दीवृक्षपलाशकच्छुराः ।
रोधं धातकिं विल्वपेशिके कटुङ्गः कमलोद्भवं रजः ॥३८॥
गणौ प्रियङ्ग्वश्वघ्नादीपक्वातीसारनाशनौ ।
सन्धानीयौ हितौ पित्ते व्रणानामपि रोपणौ ॥३९॥

1. *Priyangu puspa*;
2. Os dois tipos de *añjana*;
3. *Padma*;
4. *Padmaraja*;
5. *Yojanavallī*;
6. *Anantā*;
7. *Mānadruma*;
8. *Mocarasa*;
9. *Samangā*;
10. *Punnāga*;
11. *Śita*; e
12. *Madanīya hetu*;

13. *Ambasthā*;
14. *Madhuka*;
15. *Namaskarī*;
16. *Nañdīvrksa*;
17. *Palāśa*;
18. *Kacchura*;
19. *Rodhra*;
20. *Dhātakī*;
21. *Bilvapeśikā*;
22. *Katvanga*; e
23. *Kamalaraja*.

Estas drogas dos grupos *priyangu* e *ambasthādi* curam a diarreia crônica, consolidam fraturas, são benéficas para *pitta* e são, além disso, curativas para úlceras. [37-39]

Mustādi gana [40]

मुस्तावचाग्निद्विनिशाद्वितिकाभल्लातपाठात्रिफलाविषाख्याः ।
कुष्ठं त्रुटी हैमवती च योनिस्तन्यामयघ्ना मलपाचनाश्च ॥४०॥

1. *Mustā*;
2. *Vacā*;
3. *Agni*;
4. Os dois tipos de *niśā*;
5. Os dois tipos de *tiktā*;
6. *Bhallāta*;
7. *Pāthā*;
8. *Triphalā*;
9. *Visākhyā*;
10. *Kustha*;
11. *Trutī*; e
12. *Haimavatī*.

Estas drogas curam patologias vaginais, da lactação e promovem o cozimento dos *malas (doshas)*. [40]

Nyagrodhādi gana [41-42]

न्यग्रोधपिप्पलसदाफलोद्भयुग्मं जम्बूद्वयार्जुनकपीतनसोमवल्काः ।
लक्षान्नवञ्जुलपिघालपलाशनन्दीकोलीकदम्बविरलामधुकं मधूकम् ॥४१॥

न्यग्रोधादिर्गणो व्रण्यः सङ्ग्राही भग्नसाधनः ।
मेदः पित्तास्रतृड्दाहयोनिरोगनिवर्हणः ॥४२॥

1. Nyagrodha;
2. Pippala;
3. Sadaphala;
4. Os dois tipos de rodhra;
5. Os dois tipos de jambu;
6. Arjuna;
7. Kapītana;
8. Somavalka;
9. Plaksa;
10. Āmra;
11. Vañjula;
12. Piyāla;
13. Palāśa;
14. Nañḍī;
15. Kolī;
16. Kadamba;
17. Viralā;
18. madhuka; e
19. madhūka.

As drogas deste grupo são benéficas nas úlceras ou ferimentos, causam prisão de ventre, consolidam fraturas, curam doenças causadas pelo acúmulo de gorduras, hemorragias, sede, sensação de queimação e patologias vaginais. [41-42]

Elādi gana [43-44]

पलायुग्मतुरुक्कुकुष्ठफलिनीमांसीजलध्यामकं
स्पृक्काचोरकचोचपत्रतगरस्थौण्यजातीरसाः ।
शुक्तिर्व्याघ्रनखोऽमराह्वमगुरुः श्रीवासकः कुङ्कुमं
चण्डागुग्गुलुदेवधूपखपुराः पुन्नागनागाह्वयम् ॥४३॥
पलादिको वातकफौ विषं च विनियच्छति ।
वर्णप्रसादनः कण्डूपिटिकाकोठनाशनः ॥४४॥

1. Os dois tipos de elā;
2. Turuska;
3. Kustha;

4. Phalinī;
5. Māmsī;
6. Jala;
7. Dhyāmaka;
8. Sphrkkā;
9. Coraka;
10. Coca;
11. Patra;
12. Tagara;
13. Sthauneya;
14. Jātīrasā;
15. Śukti;
16. Vyaghranakhā;
17. Amarāhva;
18. Aguru;
19. Śrīvāsaka;
20. Kunkuma;
21. Canda;
22. Guggulu;
23. Devadhūpa,
24. Khapura;
25. Punnāga; e
26. Nāgahvaya.

Este *elādigana* cura doenças de *vāta*, *kapha* e venenos, aumenta a coloração ou a compleição, cura prurido, pústulas e erupções cutâneas. [43-44]

Śyāmādi gana [45]

श्यामादन्तीद्रवन्तीक्रमुकुटरणाशङ्खिनीचर्मसाह्व-
 स्वर्णक्षीरीगवाक्षीशिखरिरजनकच्छन्नरोहाकरञ्जाः ।
 वस्तान्त्रो व्याधिघातो बहलवहुरसस्तीक्षणवृक्षात् फलानि ।
 श्यामाद्यो हन्ति गुल्मं विषमरुचिकफौ हृद्रुजं मूत्रकृच्छ्रम् ॥४५॥

1. Śyāmā;
2. Dantī;
3. Dravantī;
4. Kramuka;
5. Kutarana;
6. Śankhinī;

7. *Carmasāhvā;*
8. *Svarnaksīrī;*
9. *Gavāksī;*
10. *Sikhari;*
11. *Rajanaka;*
12. *Chinnaruhā;*
13. *Karañja;*
14. *Bastāntrī;*
15. *Vyādhighātī;*
16. *Bahala;*
17. *Bahurasā;* e
18. *Tīksnavrksaphala.*

Estas drogas curam tumores abdominais, venenos, anorexia, doenças de *kapha*, dor (doença) cardíaca e disúria. [45]

त्रयस्त्रिंशदिति प्रोक्ता वर्गास्तेषु त्वलाभतः ।
युञ्ज्यात्तद्विधमन्यच्च द्रव्यं जह्याद्यौगिकम् ॥४६॥

Assim, foram descritos trinta e três grupos (de drogas). Aquelas drogas que não estiverem disponíveis podem ser substituídas por outras com propriedades idênticas e as drogas que não forem apropriadas (ao grupo) devem ser rejeitadas. [46]

पते वर्गा दोषदूष्याद्यपेक्ष्य कल्ककाथस्नेहलेहादियुक्ताः ।
पाने नस्येऽन्वासनेऽन्तर्चर्हिर्वा लेपाभ्यङ्गैर्घ्नन्ति रोगान् सुकृच्छ्रान् ॥४७॥

As drogas pertencentes a estes grupos, quando transformadas em formulações medicinais, como *kalka* (bolas úmidas), *quātha* (decocção), *sneha* (gorduras medicinais), *leha*, etc., administradas via oral, em gotas nasais, enemas oleosos, em aplicações tópicas, unguentos, etc., curam doenças que são crônicas. [47]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने शोधनादिगणसङ्ग्रहो नाम पञ्चदशोऽध्यायः ॥ १५ ॥

Assim termina o décimo quinto capítulo conhecido como “*Śodhanādi gana sangraha* (Grupos de drogas utilizadas para terapias de purificação e outras)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XV)

CAPÍTULO XVI

षोडशोऽध्यायः ।

SNEHAVIDHI ADHYAYA
(Terapia de oleação)

अथातः स्नेहविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Snehavidhi adhyāya* (O capítulo sobre a terapia de oleação)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Snehana dravya guna (qualidades das substâncias oleosas) [1]

गुरुशीतसरस्निग्धमन्दसूक्ष्ममृदुद्रवम् ।
औषधं स्नेहनं प्रायो, विपरीतं विरूक्षणम् ॥ १ ॥

As substâncias medicinais que são pesadas (aquelas que são difíceis de digerir), frias (na potência), móveis (que produzem movimento), untuosas, embotadas, finas (capazes de penetrar no poros microscópicos), macias e líquidas são, geralmente, *snehanas* (oleosas, que produzem oleosidade, lubrificação), aquelas que possuem qualidades opostas são *rūksana* (produzem *secura*). [1]

Sneha dravyah (substâncias oleosas) [2-4]

सर्पिर्मज्जा वसा तैलं स्नेहेषु प्रवरं मतम् ।
तत्रापि चोत्तमं सर्पिः संस्कारस्यानुवर्तनात् ॥ २ ॥
माधुर्याद्विदाहित्वाज्जन्माद्यैव च शीलनात् ।

Sarpi (*ghee*, óleo de manteiga), *majjā* (medula óssea), *vasā* (gordura muscular) e *taila* (óleo) são consideradas as melhores substâncias oleosas. Dentre estas, *sarpi* (*ghee*, gordura da manteiga) é a melhor porque possui a capacidade de aumentar (acompanhar) as propriedades das substâncias com as quais tenha sido processada, por causa de seu sabor doce, por não produzir sensação de queimação durante a digestão e por ser consumida desde o início da vida (infância). [2-3.1]

पित्तघ्नास्ते यथापूर्वमितरघ्ना यथोत्तरम् ॥ ३ ॥

Eles (*sarpis*, *majja*, *vasā* e *taila*) aliviam *pitta* em ordem decrescente (os primeiros aliviam mais que os últimos, sucessivamente) e aliviam os outros *doshas* na ordem inversa (os últimos aliviam mais que os primeiros). [3.2]

घृतात्तैलं गुरु वसा तैलान्मज्जा ततोऽपि च ।

O óleo é mais pesado (difícil de digerir) que o *ghee* (gordura da manteiga); a gordura muscular é mais pesada que o óleo; a medula óssea é mais pesada que todos. [4.1]

द्वाभ्यां त्रिभिश्चतुर्भिस्तैर्यमकस्त्रिवृतो महान् ॥ ४ ॥

A mistura de dois, três ou quatro substâncias oleosas é conhecida como *yamaka*, *trivrt* e *mahān* (*sneha*), respectivamente. [4.2]

Snehyāh (pessoas indicadas para a oleação) [5.6.1]

स्वेद्यसंशोध्यमद्यस्त्रीव्यायामासक्तचिन्तकाः ।

वृद्धबाला बलकृशा रुक्षाः क्षीणास्त्रेतसः ॥ ५ ॥

वातार्तस्यन्दतिमिरदारुणप्रतिबोधिनः ।

स्नेह्याः

Aqueles que serão submetidos às terapias de sudação e de purificação; que se entregam muito ao vinho, às mulheres e aos exercícios; que pensam muito; os idosos, as crianças, aqueles que estão debilitados, emagrecidos; aqueles que estão secos, anêmicos e com deficiência de sêmen; aqueles que estão sofrendo de doenças de *vāta*, de oftalmia, de cegueira e aqueles que têm dificuldade em acordar rápido – necessitam da terapia de oleação. [5-6.1]

Asnehyāh (pessoas contra-indicadas para a oleação) [6.2-8.1]

न त्वतिमन्दाग्नितीक्ष्णाग्निस्थूलदुर्बलाः ॥ ६ ॥
 ऊरुस्तम्भातिसाराऽऽमगलरोगगरोदरैः ।
 मूर्च्छाच्छर्द्यरुचिश्लेष्मत्तृणामद्यैश्च पीडिताः ॥ ७ ॥
 अपप्रसूता युक्ते च नस्ये वस्तौ विरेचने ।

Aqueles que estão muito enfraquecidos ou que possuem atividade digestiva muito forte; aqueles que estão muito obesos e muito debilitados; que estão sofrendo de rigidez das coxas, diarreia, *āma*, doenças da garganta, envenenamento artificial, aumento do abdome, desmaios, vômitos, anorexia, aumento de *ślesman (kapha)*, sede e intoxicação alcoólica; aqueles que tiveram um parto anormal e aqueles que se submeteram a terapias, como administração de medicação nasal, enema e purgação. [6.2-8.1]

Indicações das substâncias oleosas [8.2-12.1]

तत्र धीस्मृतिमेधादिकाङ्क्षिणां शस्यते घृतम् ॥ ८ ॥

Ghrta (ghee, gordura da manteiga) é mais indicado para aqueles que desejam (aumentar) o intelecto, a memória, a inteligência, etc. [8.2]

ग्रन्थिनाडीकृमिश्लेष्ममेदोमारुतरोगिषु ।
 तैलं लाघवदाह्याथिंकूरकोष्ठेषु देहिषु ॥ ९ ॥

Taila (óleo) é indicado nas doenças como tumores, sinusites, úlceras, vermes, doenças produzidas pelo (aumento de) *kapha*, gordura e *vāta*, para aqueles que desejam emagrecer e aumentar a robustez do corpo, e que possuem movimentos intestinais difíceis. [9]

वातातपाध्वभारस्त्रीव्यायामक्षीणधातुषु ।
 रूक्षक्लेशक्षमात्यग्निवातावृतपथेषु च ॥१०॥
 शेषौ, वसा तु सन्ध्यस्थिमर्मकोष्ठरुजासु च ।
 तथा दग्धाहतभ्रष्टयोनिकर्णशिरोरुजि ॥११॥

As demais substâncias (gordura muscular e medula óssea) são benéficas para pessoas que apresentam depleção de tecidos por (exposição ao) vento, luz do

sol, caminhadas por longas distâncias, carregar cargas muito pesadas, (relações sexuais com) mulheres e atividades físicas; para pessoas que apresentam secura, que resistem ao stress, que possuem atividade digestiva muito forte e naquelas pessoas nas quais *vāta* está obstruído em suas trajetórias normais.

A gordura muscular está indicada nas dores articulares, ósseas, de órgãos vitais e de vísceras abdominais; e da mesma forma, para dores causadas por ataques por armas, queimaduras, deslocamento da vagina, otalgia e cefaléia. [10-11]

तैलं प्रावृषि, वर्षान्ते सर्पिरन्यौ तु माघवे ।

O óleo é ideal para ser utilizado durante *prāvṛt* (início da estação chuvosa); o *ghee* é ideal para ser utilizado durante *varsa* (ou *śarat*, outono); e as demais substâncias, para serem utilizadas durante *mādhava* (ou *vasanta*, primavera). [12.1]

Snehayogya kāla (momento apropriado para a terapia de oleação) [12.2-14.1]

ऋतौ साधारणे स्नेहः शस्तोऽह्नि विमले रवौ ॥१२॥

Durante *sādharana* (as estações temperadas) o uso de materiais oleosos deve ser feito durante o dia e quando o sol está brilhando. [12.2]

तैलं त्वरायां शीतेऽपि घर्मेऽपि च घृतं निशि ।

O óleo deve ser utilizado, nos casos de emergência, até mesmo na estação fria. O *ghee* pode ser utilizado até mesmo no verão e também à noite. [13.1]

निश्येव पित्ते पवने संसर्गे पित्तवत्यपि ॥१३॥

Nas doenças produzidas pelo aumento de *pitta* e de *pavana* (*vāta*) e em sua combinação com predominância de *pitta* (o *ghee*) deve ser utilizado apenas à noite (durante o verão). [13.2]

निश्यन्यथा वातकफाद्रोगाः स्युः पित्ततो दिवा ।

Diferentemente, as doenças resultantes do (aumento de) *vāta* e *kapha* surgem se (as gorduras forem) utilizadas durante a noite e as doenças (resultantes do aumento) de *pitta* (surgem se as gorduras forem) utilizadas durante o dia. [14.1]

A ingestão de gorduras está sendo especificada quanto à sua utilização durante o dia ou durante a noite, dependendo da estação, e esta regra não deve ser violada, exceto em casos de emergência; o uso de gorduras durante a noite nas estações não indicadas promoverá o aumento de *vāta* e *kapha* e conseqüentemente o aparecimento de doenças; o uso de gorduras durante o período diurno nas estações não indicadas levará ao aumento de *pitta* e conseqüentemente ao aparecimento de doenças.

Sneha samkhyā (número de fórmulas oleosas) [14.2-17.1]

युक्त्याऽवचारयेत्स्नेहं भक्ष्याद्यन्नेन वस्तिभिः ॥१४॥
नस्याभ्यञ्जनगण्डूषमूर्द्धकर्णाक्षितर्पणैः ।

As gorduras devem ser utilizadas apropriadamente, misturadas com substâncias mastigáveis e com outros tipos de alimentos ou na forma de (diferentes tipos de) enemas, gotas nasais, unção do corpo, bochechos (mantendo-as na boca), colocadas sobre a cabeça, nos ouvidos e nos olhos. [14.2-15.1]

रसभेदैककत्वाभ्यां चतुःषष्टिर्विचारणाः ॥१५॥
स्नेहस्यान्याभिभूतत्वादल्पत्वाच्च क्रमात्स्मृताः ।

Utilizando (substâncias que possuem) diferentes sabores (separadamente ou na forma de associações) elas totalizarão sessenta e quatro (formulações). *Vicāranā* (uso de gorduras associadas com os alimentos) é fraco (possui efeito suave) por causa de sua combinação com outros materiais e de sua pequena quantidade. [15.2-16.1]

यथोक्तहेत्वभावाच्च नाच्छपेयो विचारणा ॥१६॥
स्नेहस्य कल्पः स श्रेष्ठः स्नेहकर्माशुसाधनात् ।

Por causa da ausência das razões citadas acima, *acchapeya* não é (como) *vicāranā*; este método de administração de gorduras (*acchapeya*) é considerado o melhor, pois a função (de lubrificação) das gorduras (é obtida) rapidamente. [16.2-17.1]

A administração de gorduras para a terapia de oleação é feita de duas formas. (A primeira, na forma de) pequenas quantidades de gorduras misturadas aos alimentos de diferentes tipos de sabores. Como foi explicado no capítulo 10, o número total de combinações dos seis sabores serão sessenta e três, de forma que um ou mais destes alimentos pode se tornar o meio através do qual a gordura deve ser misturada e administrada ao paciente. Este tipo de administração é conhecido como *vicāranā sneha*.

Ele é pobre na ação (efeito). No segundo tipo, (na forma de) quantidades moderadamente elevadas de gorduras, não misturadas com nenhuma outra substância as gorduras são administradas ao paciente para beber. Este tipo de administração é conhecido como *acchapeya sneha* (ou *acchapāna*, para ser mais preciso). Ele é forte na ação (efeito) porque a quantidade é maior e a gordura não está diluída com outras substâncias; ambos os tipos de administração totalizam o número de formulações em sessenta e quatro. O método *vicāranā* é indicado para aqueles que estão fracos e para aqueles que não necessitam de grande lubrificação, ele pode ser administrado continuamente por muitos dias sem grandes riscos. O método *acchapāna* está indicado para aqueles que são fortes, que necessitam de lubrificação importante e rápida como medida preliminar para uma ou mais terapias de purificação como a emética, purgativa, etc. Além disso, os materiais gordurosos são administrados via oral em grandes quantidades, e por esta razão eles podem ser utilizados continuamente apenas por sete dias, no máximo. Este método é considerado o melhor pois produz boa lubrificação rapidamente.

Acchapānamūtra (dose para ingestão de gorduras) [17.2-18]

द्वाभ्यां चतुर्भिरष्टाभिर्यामैर्जीर्यन्ति याः क्रमात् ॥१७॥
ह्रस्वमध्येत्तमा मात्रास्तास्ताभ्यश्च हसीयसीम् ।
कल्पयेद्दीक्ष्य दोषादीन् प्रागेव तु हसीयसीम् ॥१८॥

A quantidade de gordura que consegue ser digerida em duas, quatro e oito *yāmas* é considerada, respectivamente, uma dose baixa, média e alta; no início, deve ser administrada a quantidade mínima, após considerar (a condição do) *dosha*, etc. [17.2-18]

Yāma é um período de três horas; a quantidade de gordura que consegue ser digerida em 6, 12 e 24 horas é considerada, respectivamente, uma dose baixa, média e alta para *acchapāna* (ingestão de gorduras sem associação com alimentos). No primeiro dia de oleação, deve ser administrada a quantidade mínima por que a natureza do trato alimentar do paciente pode não ter sido bem interpretada e o risco de efeitos colaterais causados pela ingestão de gorduras será menor ou inexistente.

Snehapānaviddhi (procedimento para ingestão de gorduras) [19-22]

ह्यस्तने जीर्णं पवान्ने स्नेहोऽच्छः शुद्धये बहुः ।

Durante a administração de *śodhana* (terapia de purificação), a terapia *acchapāna* (ingestão de gorduras não misturadas aos alimentos) deve ser aplicada logo depois que o alimento estiver digerido e em altas doses (máxima). [19.1]

शमनः क्षुद्रतोऽन्नो मध्यमात्रश्च शस्यते ॥१९॥

Para a administração de *śamana* (alívio dos *doshas* ou doenças), a terapia *acchapāna* deve ser aplicada quando a pessoa está sentindo fome e quando está sem comer (em jejum), em dose média. [19.2]

बृंहणो रसमद्याद्यैः सभक्तोऽल्पः

Para a administração da terapia *brmhana* (terapia para aumentar a corpulência), a terapia de oleação deve ser aplicada com a substância oleosa misturada com caldo de carne, vinho, etc. e consumida juntamente com o alimento, em baixas doses (mínimas). [20.1]

हितः स च ।

बालवृद्धपिपासार्तस्नेहद्विष्मद्यशीलिषु ॥२०॥

स्त्रींस्नेहनित्यमन्दाग्निस्तुखितक्लेशभीरुषु ।

मृदुकोष्ठाल्पदोषेषु काले चोष्णे कृशेषु च ॥२१॥

Ela (a oleação) é indicada para crianças, para idosos, para aqueles que sofrem de sede, que possuem aversão à gordura, que estão acostumados a beber vinhos, a ter atividades sexuais e a ingerir alimentos gordurosos diariamente, para aqueles que possuem capacidade digestiva fraca, que levam uma vida feliz, que estão com medo dos problemas, que possuem intestino solto, que apresentam um aumento pouco importante dos *doshas*, durante a estação quente e para aqueles que estão emagrecidos. [20.2-21]

प्राङ्मध्योत्तरभक्तोऽसावधोमध्योर्ध्वदेहजान् ।

व्याधीञ्जयेद्दलं कुर्याद्ज्ञानां च यथा क्रमम् ॥२२॥

Administrada antes, durante e depois do alimento, ela (a substância oleosa) cura as doenças das regiões inferior, média e superior do corpo, respectivamente, e também fortalece estas regiões na mesma ordem. [22]

Snehopacāra (cuidados após a ingestão de gorduras) [23-29.1]

वार्युष्णमच्छेऽनुपिवेत् स्नेहे तत्सुखपक्तये ।
 आस्योपलेपशुद्धयै च, तौवरारुष्करे न तु ॥२३॥
 जीर्णाजीर्णविशङ्कायां पुनरुष्णोदकं पिवेत् ।
 तेनोद्गारविशुद्धिः स्यात्ततश्च लघुता रुचिः ॥२४॥

Após a administração de *acchapāna* (ingestão de gorduras), deve-se consumir água morna para facilitar a digestão e limpar a boca de sua saburra, mas não quando o óleo de *tuvaraka* e de *āruskara* (tiver sido ingerido). Se houver dúvida quanto à digestão ou não digestão, a água morna deve ser ingerida novamente até que os arrotos estejam purificados, que haja sensação de leveza e sensação de fome. [23-24]

भोज्योऽन्नं मात्रया पास्यन् श्वः पिबन् पीतवानपि ।
 द्रवोष्णमनभिष्यन्दि नातिस्निग्धमसङ्करम् ॥२५॥

Alimentos líquidos, mornos, que não produzem excesso de umidade no interior, que não sejam muito gordurosos e que não sejam uma mistura de várias substâncias devem ser consumidos pelo paciente em quantidade limitada no dia anterior (ao dia da administração da oleação), nos dias (da ingestão de gorduras) e no dia seguinte (após a interrupção da oleação). [25]

उष्णोदकोपचारी स्याद्ब्रह्मचारी क्षपाशयः ।
 न वेगरोधी व्यायामक्रोधशोकहिमातपान् ॥२६॥
 प्रवातयानयानाध्वभाष्यात्यासनसंस्थितोः ।
 नीचात्युच्चोपधानाहःस्वप्नधूमरजांसि च ॥२७॥
 यान्यहानि पिवेत्तानि तावन्त्यन्यान्यपि त्यजेत् ।

Nos dias em que estiver ingerindo as gorduras e durante o mesmo número de dias após a ingestão, o paciente deve utilizar apenas água morna para todas as suas atividades (banho, abluções, ingestão, etc.), ele deve manter o celibato (evitar relações sexuais), evitar desejos, não suprimir as necessidades naturais do corpo, não se exercitar, não sentir raiva, tristeza, não deve se expor ao frio, ao sol, à brisa, não deve montar animais, não deve viajar em veículos, caminhar longas distâncias, falar (em demasia), permanecer em posições tensas ou preocupantes por longo tempo, não deve usar travesseiro muito alto nem muito

baixo sob a cabeça, não deve dormir durante o dia e deve evitar o contato com a fumaça e a poeira. [26-28.1]

सर्वकर्मस्वयं प्रायो व्याधिक्षीणेषु च क्रमः ॥२८॥

Este procedimento (conduta), geralmente, é o mesmo para todas as terapias (purificadoras, como emética, purgativa, enema, etc.) e também para aqueles que estão enfraquecidos pelas doenças. [28.2]

उपचारस्तु शमने कार्यः स्नेहे विरिक्तवत् ।

No caso de *śamana sneha* (terapia de oleação paliativa), deve ser adotada a conduta sugerida para a pessoa que foi submetida à terapia de purgação (ver capítulo XVIII). [29.1]

Acchapāna kāla (duração da ingestão de gorduras) [29.2-30.1]

**त्र्यहमच्छं मृदौ कोष्ठे क्रूरे सप्तदिनं पिबेत् ॥२९॥
सम्यक्स्निग्धोऽथवा यावदतः सात्म्यी भवेत्परम् ।**

Acchapāna (ingestão de gorduras não associadas com alimentos) deve ser administrada por três dias para pessoas que possuem intestino solto, por sete dias para pessoas que possuem intestino preso ou, então, até que os sintomas de uma boa oleação apareçam. Após este período, ela (a gordura) torna-se assimilada (habituada) ao paciente (e não provoca mais os efeitos desejados). [29.2-30.1]

Snigdha laksana (sinais de oleação) [30.2-31]

**वातानुलोम्यं दीप्तोऽग्निर्वर्चः स्निग्धमसंहतम् ॥३०॥
स्नेहोद्वेगः क्लमः सम्यक्स्निग्धे, रूक्षे विपर्ययः ।
अतिस्निग्धे तु पाण्डुत्वं घ्राणवक्त्रगुदस्रवाः ॥३१॥**

O movimento descendente de *vāta*, atividade digestiva aguçada, fezes que se tornam gordurosas e não formadas (não sólidas), aversão à gordura e cansaço – estes são os sinais da oleação apropriada.

Sintomas opostos indicam que há *secura* (no interior do corpo).

Aparecimento de palidez (coloração amarelada) e eliminação de secreções pelo nariz, boca e reto são sinais de excesso de lubrificação. [30.2-31]

Snehavyāpat laksana (efeitos prejudiciais da oleação inadequada) [32-33.1]

अमात्रयाऽहिते काले मिथ्याहारविहारतः ।
 स्नेहः करोति शोफार्शस्तन्द्रास्तम्भविसंज्ञताः ॥३२॥
 कण्डूकुष्ठज्वरोत्क्लेशूलानाइभ्रमादिकान् ।

A ingestão de gorduras em dose inadequada, do tipo contra-indicado, no período impróprio, a ingestão de alimentos inadequados e a indulgência em atividades inadequadas produzem edema, hemorróidas, torpor, rigidez (perda dos movimentos), perda da sensação ou consciência, prurido, hanseníase (e outras doenças da pele), febre, náuseas, dor abdominal, flatulência, vertigem, etc. [32-33.1]

Snehavyāpat cikitsā (tratamento dos efeitos prejudiciais) [33.2-35.1]

क्षुत्त्रणोऽखनस्वेदरूक्षपानान्नभेषजम् ॥३३॥
 तक्रारिष्टखलोद्दालयवश्यामाककोद्रवम् ।
 पिप्पलीत्रिफलाक्षौद्रपथ्यागोमूत्रगुग्गुलु ॥३४॥
 यथास्वं प्रतिरोगं च स्नेहव्यापदि साधनम् ।

Os métodos para combater (tratar) as doenças causadas pela terapia de lubrificação inadequada são os seguintes: a fome, a sede, os vômitos e a transpiração (devem ser estimuladas); deve-se administrar alimentos, bebidas e medicamentos que sejam secativos (causam *secura*); deve-se fazer uso de *takrārista* (soro de leite fermentado), *khala* (cardápio preparado a partir de iogurtes), *uddāla*, *yava*, *śyāmāka*, *kodrava*, *pippalī*, *triphalā*, *ksaudra* (mel), *pathyā*, *gomūtra* (urina de vaca), *guggulu* e outros (alimentos, drogas, etc.) prescritos para cada doença. [33.2-35.1]

*Virūksana (terapia para promover a *secura*) [35.2-39.1]*

विरूक्षणे लङ्घनवत्कृतातिकृतलक्षणम् ॥३५॥

As características da terapia *virūksana* (*secura*) adequada ou excessiva são as mesmas daquelas apresentadas na terapia *langhana* (métodos para tornar o corpo da pessoa emagrecido) que foram administradas adequada ou excessivamente. [35.2]

स्निग्धद्रवोष्णधन्वोत्थरसभुक् स्वेदमाचरेत् ।
 स्निग्धस्त्र्यहं स्थितः कुर्याद्विरेकं, वमनं पुनः ॥३६॥
 एकाहं दिनमन्यच्च कफमुत्क्लेश्य तत्करैः ।

O paciente deve beber caldo de carne de animais que habitam regiões desérticas, misturado com gorduras, na forma líquida (rala) e morna, e depois ser submetido à terapia de sudação. Três dias após tal conduta, ele deve ser submetido à terapia de purgação e, depois do intervalo de um dia, deve-se aumentar o *kapha* através do uso de substâncias (drogas, alimentos, etc.) que causem seu aumento e, posteriormente, deve ser administrada a terapia emética. [36-37.1]

मांसला मेदुरा भूरिश्लेष्माणो विषभाग्रयः ॥३७॥
 स्नेहोचिताश्च ये स्नेह्यास्तान् पूर्व रूक्षयेत्ततः ।
 संस्नेह्य शोधयेदेवं स्नेहव्यापन्न जायते ॥३८॥
 अलं मलानीरयितुं स्नेहश्चासात्म्यतां गतः ।

Pessoas que são musculosas, obesas, que apresentam grande aumento de *kapha* e que possuem o tipo instável (irregular) de atividade digestiva, que estão acostumadas com as gorduras e que necessitam da terapia de oleação devem ser submetidas, primeiramente, à terapia secativa (através do uso de drogas, alimentos, etc.) e apenas depois (deve ser administrada) a terapia de oleação, seguida pelas terapias de purificação. Através deste (procedimento) as complicações da oleação não se manifestam. Este (método) é suficiente para estimular os *malas* (*doshas* de forma que sejam facilmente eliminados) e para fazer com que o corpo volte a se tornar não acostumado à gordura (consumida). [37.2-39.1]

Sadyas-sneha yoga (fórmulas para oleação imediata) [39.2-45]

बालवृद्धादिषु स्नेहपरिहारासहिष्णुषु ॥३९॥
 योगानिमाननुद्भेगान् सद्यः स्नेहान् प्रयोजयेत् ।

Para as crianças, os idosos, etc., para aqueles que não podem suportar (os desconfortos ou) evitar as coisas (que são proibidas durante a) terapia de oleação, podem ser administradas as seguintes fórmulas *sadyas-sneha* (que promovem a lubrificação ou a oleação imediata) pois não são prejudiciais. [39.2-40.1]

प्राज्यमांसरसास्तेषु, पेया वा स्नेहभर्जिता ॥४०॥
 तिलचूर्णश्च सस्नेहफाणितः, कृशरा तथा ।
 क्षीरपेया घृताढ्योष्णा, दध्नी वा सगुडः सरः ॥४१॥
 पेया च पञ्चप्रसृता स्नेहैस्तण्डुलपञ्चमैः ।
 सप्तैते स्नेहनाः सद्यः,

O caldo de carne preparado com maior quantidade de carne, *peyā* (mingau) frito com maior quantidade de gordura, o pó de *tila* misturado com gordura e melado meio cozido, *krśarā* (arroz cozido com *mudga*) misturado com os ingredientes acima, *ksīrapeyā* (mingau de leite) misturado com grande quantidade de *ghee* (gordura de manteiga) e aquecido, *dadhi sara* (água do iogurte, soro da coalhada) misturado com *guda* (melaço), *pañcaprasrta peyā* (mingau ralo feito com um *prasrta* de *ghrta* ou *ghee*, um *prasrta* de *taila* ou óleo, um *prasrta* de *vasā* ou gordura muscular, um *prasrta* de *majja* ou medula óssea e um *prasrta* de *tandula* ou arroz). Estas sete fórmulas são *sadyas-sneha* (fórmulas oleosas que produzem oleação ou lubrificação imediatamente). [40.2-42.2]

स्नेहाश्च लवणोल्वणाः ॥४२॥

तद्व्यभिष्यन्धरूक्षं च सूक्ष्ममुष्णं व्यवायि च ।

Além disso, as gorduras misturadas com quantidade maior de sal (também são *sadyas-sneha*) porque ele (o sal) é *abhisyanthi* (causa exsudação nos tecidos), *arūksa* (não causa secura), *sūksma* (capaz de penetrar nos minúsculos poros), *usna* (quente na potência) e *vyavāyi* (penetra em todo o corpo primeiro e depois sofre transformação). [42.2-43.1]

गुडानूपामिषक्षीरतिलमाषसुरादधि ॥४३॥

कुष्ठशोफप्रमेहेषु स्नेहार्थं न प्रकल्पयेत् ।

O açúcar mascavado indiano, a carne de pássaros que habitam terras pantanosas, leite, *tila*, *māsa*, *surā* (cerveja) e *dadhi* (coalhadas e iogurtes) não devem ser utilizados para oleação em pacientes com hanseníase (e outras doenças de pele), edema e diabetes. [43.2-44.1]

त्रिफलापिप्पलीपथ्यागुग्गुल्वादिविपाचितान् ॥४४॥

स्नेहान् यथास्वमेतेषां योजयेद्विकारिणः ।

Para estes pacientes estão indicadas as gorduras cozidas com *triphalā*, *pippalī*, *pathyā*, *guggulu*, etc., pois não produzem anormalidades. [44.2-45.1]

क्षीणानां त्वामयैरग्निदेहसन्धुक्षणक्षमान् ॥४५॥

Para aqueles que estão debilitados por doenças, as gorduras que são capazes de aumentar o vigor do corpo e da atividade digestiva devem ser utilizadas (na terapia de oleação). [45.2]

Snehapāna phala (benefícios da ingestão de gorduras) [46]

दीप्तान्तराग्निः परिशुद्धकोष्ठः प्रत्यग्रघातुर्बलवर्णयुक्तः ।
दृढेन्द्रियो मन्दजरः शतायुः स्नेहोपसेवी पुरुषः प्रदिष्टः ॥४६॥

Aquele que possui atividade digestiva aguçada, trato alimentar limpo, tecidos fortes ou bem desenvolvidos, vigor físico, coloração (compleição) e faculdades sensoriais poderosas, que apresenta envelhecimento lento e que vive uma centena de anos é o indivíduo que está habituado com a oleação (em outras palavras, estes são os benefícios da terapia de oleação, quando adotada freqüentemente). [46]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने स्नेहविधिर्नाम षोडशोऽध्यायः ॥ १६ ॥

Assim termina o décimo sexto capítulo conhecido como “*Snehavidhi adhyāya* (Capítulo sobre a terapia de oleação)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XVI)

CAPÍTULO XVII

सप्तदशोऽध्यायः ।

SVEDAVIDHI ADHYAYA
(Terapia de sudação)अथातः स्वेदविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ॥

Devemos expor agora o capítulo “*Svedavidhi Adhyāya* (Capítulo sobre a terapia de sudação)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Svedaparakārāh (tipos de sudação) [1-11]

स्वेदस्तापोपनाहोष्मद्रवभेदाच्चतुर्विधः ।

Sveda (sudação) é de quatro tipos – *tāpa* ou fomentação, *upanāha* ou cataplasma quente, *ūsmā* ou vapor quente e *drava* ou aspersão de líquido quente. [1.1]

तापोऽग्नितापवसनफालहस्ततलादिभिः ॥ १ ॥

Tāpa é administrado através do contato do corpo com panos, chapas de metal, a palma das mãos, etc. aquecidos. [1.2]

उपनाहो वचाकिण्वशताह्वादेवदारुभिः ।
धान्यैः समस्तैर्गन्धैश्च रास्नैरण्डजटामिषैः ॥ २ ॥
उद्रिक्तलवणेः स्नेहचुक्रतक्रपयः प्लुतैः ।
केवले पवने, श्लेष्मसंसृष्टे सुरसादिभिः ॥ ३ ॥
पित्तेन पद्मकाद्यैस्तु सालवणाख्यैः पुनः पुनः ।

पत्रभङ्गैर्वचाद्यैश्च मांसैश्चानूपवारिजैः ॥ ८ ॥
 दशमूलेन च पृथक् सहितैर्वा यथामलम् ।
 स्नेहवद्भिः सुराशुक्तवारिक्षीरादिसाधितैः ॥ ९ ॥
 कुम्भीर्गलन्तीर्नाडीर्वा पूरयित्वा रुजादितम् ।
 वाससाऽऽच्छादितं गात्रं स्निग्धं सिञ्चेद्यथासुखम् ॥१०॥

Drava (líquido morno) é preparado através da fervura de pedaços de folhas de *śigru*, *varanaka*, *eranda*, *karañja*, *surasā*, *arjaka*, *śirīsa*, *vasā*, *vamśa*, *arka*, *mālatī* ou *dirghavrntā* com drogas *vacādi gana* (ver capítulo XV, versos 35-36), com carne de animais que habitam terras úmidas e na água, com drogas *daśamūla*, cada uma delas separadamente ou associadas, misturadas com gorduras (óleo, *ghee*, etc.) apropriadas ao *mala* (*dosha*), com *surā* (cerveja), *śukta* (mingau fermentado), água e leite. Esta água medicinal deve ser colocada dentro de um recipiente, em um jarro com bico ou com um tubo e pingada confortavelmente (lentamente e constantemente) sobre a região dolorida coberta por um tecido. [7.2-10]

तैरेव वा द्रवैः पूर्णे कुण्डं सर्वाङ्गोऽनिले ।
 अवगाह्यातुरस्तिष्ठेदर्शः कृच्छ्रादिदक्षु च ॥११॥

Nos casos em que *vāta* afeta o corpo todo, a mesma (água morna medicinal) pode ser colocada em uma banheira onde o paciente deve permanecer sentado. Este método pode ser adotado nos casos de hemorróidas, disúria e outras doenças dolorosas. [11]

Svedavidhi (procedimento para terapia de sudação) [12.1]

निवातेऽन्तर्बहिः स्निग्धो जीर्णान्नः स्वेदमाचरेत् ।

A sudação deve ser administrada ao paciente que foi lubrificado tanto internamente (através da ingestão de gorduras) como externamente (através da unção de gorduras sobre o corpo), em uma sala sem corrente de ar e após sua refeição ter sido digerida. [12.1]

व्याधिव्याधितदेशर्तुवशान्मध्यवरावरम् ॥१२॥

Ela (a sudação) pode ser suave, moderada ou forte dependendo da condição da doença, do paciente, do habitat e da estação. [12.2]

कफार्तो रूक्षणं रूक्षो, रूक्षः स्निग्धं कफानिले ।

A pessoa que sofre de doenças de *kapha* deve receber a sudação em condições secas (sem o uso de oleação interna ou externa) e com líquido seco (sem adição de gorduras); no caso de *kapha* e *vāta* (aumentados simultaneamente), o paciente deve estar em condições secas e o líquido (deve ser) misturado com gorduras. [13.1]

आमाशयगते वायौ कफे पक्वाशयाश्रिते ॥१३॥
रूक्षपूर्वं तथा स्नेहपूर्वं स्थानानुरोधतः ।

Quando *vāyu* (*vāta*) está localizado no *āmāsaya* (estômago) e *kapha* no *pakvāsaya* (cólon), a sudação deve ser precedida pela terapia secativa e pela terapia de lubrificação, respectivamente, baseado na localização (com relação ao *āgantū dosha*, ou seja, o *dosha* que é estranho a estes órgãos, respectivamente). [13.2-14.1]

अल्पं वङ्गणयोः, स्वल्पं दृढमुष्कहृदये न वा ॥१४॥

A sudação deve ser muito suave nas virilhas e também nos olhos, regiões escrotal e cardíaca, ou não deve ser feita (nestes locais). [14.2]

Svedana phala e upacāra (benefícios e cuidados após a sudação) [15]

शीतशूलक्षये स्विन्नो जातेऽङ्गानां च मार्दवे ।
स्याच्छनैर्मृदितः स्नातस्ततः स्नेहविधिं भजेत् ॥१५॥

A diminuição do frio e da dor e a suavização dos órgãos são adquiridas com a sudação. Depois, o corpo deve ser massageado lentamente, deve ser banhado (em água morna) e deve repousar, como prescrito na terapia de oleação. [15]

Atisvedana phala (efeitos do excesso de sudação) [16-21.1]

पित्तास्रकोपतृणमूर्च्छास्वराङ्गसदनभ्रमाः ।
सन्धिपीडा ज्वरः श्यावरक्तमण्डलदर्शनम् ॥१६॥
स्वेदातियोगाच्छर्दिश्च, तत्र स्तम्भनमौषधम् ।
विषक्षाराग्न्यतीसारच्छर्दिमोहातुरेषु च ॥१७॥

O aumento ou agravação de *pitta* e *asra* (sangue), o aparecimento de sede, perda da consciência, enfraquecimento da voz e do corpo, vertigem, dores nas articulações, febre, aparecimento de manchas pretas (azuis) e vermelhas sobre a pele e vômitos são sintomas originados pelo excesso de sudação. Nestes casos, o tratamento é *stambhana* (reter, interromper, impedir a eliminação), da mesma forma que o tratamento administrado para pacientes que sofrem de lesões por envenenamento, por cáusticos alcalinos e por fogo, que sofrem de diarréia, vômitos e de inconsciência. [16-17]

स्वेदनं गुरु तीक्ष्णोष्णं प्रायः, स्तम्भनमन्यथा ।
द्रवस्थिरसरस्निग्धरूक्षसूक्ष्मं च भेषजम् ॥१८॥
स्वेदनं, स्तम्भनं श्लक्ष्णं रूक्षसूक्ष्मसरद्रवम् ।
प्रायस्तिक्तं कषायं च मधुरं च समासतः ॥१९॥

Geralmente, substâncias que são pesadas, penetrantes e quentes (na potência) são *svedana* (promovem a sudação) enquanto as substâncias que possuem qualidades opostas são *stambhana* (causam bloqueio, impedimento à eliminação); drogas que são líquidas, *sthira* (estáticas), móveis, oleosas, secas e penetrantes são *svedana* (diaforéticas) e aquelas que são macias, secas, finas, móveis e líquidas, amargas, adstringentes e doces no sabor são geralmente *stambhana* (impedem a eliminação). [18-19]

स्तम्भितः स्याद्बले लब्धे यथोक्तामयसङ्ख्यात् ।

Após a terapia *stambhana* a pessoa adquire vigor e as doenças mencionadas acima (causadas pelo excesso de sudação) desaparecem. [20.1]

स्तम्भत्वक्स्नायुसङ्कोचकम्पहृद्वाग्धनुग्रहैः ॥२०॥
पादौष्ठत्वक्करैः श्यावैरतिस्तम्भितमादिशेत् ।

Contração da pele e dos tendões, tremores, rigidez (da região) do coração, obstrução da voz, rigidez da mandíbula, coloração preta dos pés, dos lábios, da pele e das mãos – estes são os sinais e sintomas do excesso na aplicação da terapia *stambhana*. [20.2-21.1]

Asvedyāh (contra-indicações para sudação) [21.2-24]

न स्वेदयेदतिस्थूलरूक्षदुर्बलमूर्च्छितान् ॥२१॥
स्तम्भनीयक्षतक्षीणक्षाममद्यविकारिणः ।

तिमिरोदरवीसर्पकुष्ठशोषाढ्यरोगिणः ॥२२॥

पीतदुग्धदधिस्नेहमधून् कृतविरेचनान् ।

भ्रष्टदग्धगुदग्लानिक्रोधशोकभयार्दितान् ॥२३॥

क्षुत्तृष्णाकामलापाण्डुमेहिनः पित्तपीडितान् ।

गर्भिणीं पुष्पितां सूतां, मृदु चात्ययिके गदे ॥२४॥

A sudação não deve ser administrada em pessoas que estão muito obesas, secas e fracas, que estão inconscientes, que foram submetidas à terapia *stambhana* (terapia de bloqueio), debilitadas por lesão no tórax, emagrecidas e portadoras de doenças causadas pela ingestão de vinho, para aquelas que sofrem de cegueira, aumento do abdome, *visarpa* (herpes), hanseníase (e outras doenças de pele), consunpção e gota, em pessoas que acabaram de ingerir leite, coalhadas, gorduras e mel, que foram submetidas à terapia de purgação, que estão sofrendo de prolapso e queimação anorretal, cansaço, raiva, tristeza e medo, excesso de fome e sede, icterícia, anemia, diabetes e doenças causadas por *pitta*; em mulheres que estão grávidas, que estão no período menstrual e que estão no puerpério. Nos casos de emergências, a sudação deve ser feita suavemente (nos casos acima). [21.2-24]

Svedyāh (indicações para sudação) [25-27]

श्वासकासप्रतिश्यायहिध्माध्मानविवन्धिषु ।

स्वरभेदानिलव्याधिश्लेष्मामस्तम्भगौरवे ॥२५॥

अङ्गमर्दकटोपार्श्वपृष्ठकुक्षिहनुग्रहे ।

महत्त्वे मुष्कयोः खल्यामायामे वातकण्टके ॥२६॥

मूत्रकृच्छ्रवृद्धग्रन्थिशुक्राघाताढ्यमास्ते ।

स्वेदं यथायथं कुर्यात्तदौषधविभागतः ॥२७॥

Pessoas que sofrem de dispnéia, tosse, coriza, soluço, constipação, rouquidão, doenças de *vāta*, *ślesman* (*kapha*) e *āma*; rigidez, sensação de peso e dores no corpo (em regiões ou no corpo todo), dor que envolve a cintura, os flancos, as costas, o abdome e a mandíbula; aumento do escroto, contrações dos dedos dos pés e das mãos, tétano, deslocamentos, disúria, tumores malignos (câncer), tumores benignos, obstrução do fluxo de sêmen e urina e *ādhyamāruta* (rigidez das coxas) devem ser submetidas criteriosamente à sudação com drogas apropriadas. [25-27]

Ānāgneya sveda (sudação sem o uso de fogo) [28]

स्वेदो हितस्त्वनाग्नेयो वाते मेदःकफावृते ।
निवातं गृहमायासो गुरुप्रावरणं भयम् ॥२८॥
उपनाहाहवक्रोधा भूरिपानं क्षुधाऽऽतपः ॥२८॥

A sudação sem o uso do fogo como agente está indicada nas doenças de *vāta* que está oculto ou inativo por causa de *medas* e *kapha*. (Outros métodos que não utilizam o fogo como agente estão sendo citados como exemplos: permanecer em um quarto hermeticamente fechado, promover a fadiga (por exercícios físicos), cobrir-se com roupas grossas (mantas, etc.), medo, ataduras (envolver o corpo com tecidos, couro, etc.) lutar (boxe, luta livre, etc.), raiva, beber grandes quantidades (de vinho), a fome e a luz do sol. [28]

Sveda phala (efeitos da sudação) [29]

स्नेहक्लिन्नाः कोष्ठगा धातुगा वा स्रोतोलीना ये च शाखास्थिसंस्थाः ।
दोषाः स्वेदैस्ते द्रवीकृत्य कोष्ठं नीताः सम्यक् शुद्धिभिर्निर्हियन्ते ॥२९॥

Os *doshas* que foram lubrificados pela terapia de oleação, localizados no trato alimentar, nos tecidos, ou ocultos nos canais das extremidades, dos ossos, etc. são liqüefeitos pela terapia de sudação e trazidos para o trato alimentar para serem completamente eliminados do corpo pelas terapias de purificação. [29]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्राग्भटविग्चितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने स्वेदविधिर्नाम सप्तदशोऽध्यायः ॥ १७ ॥

Assim termina o décimo sétimo capítulo conhecido como “*Svedavidhi adhyāya* (Capítulo sobre a terapia de sudação)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XVII)

CAPÍTULO XVIII

अष्टादशोऽध्यायः ।

VAMANA VIRECANA VIDHI
(As terapias emética e purgativa)

अथातो वमनचिरेचनविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ॥

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Vamana virecana vidhi* (As terapias emética e purgativa)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

कफे विदध्याद्भ्रमनं संयोगे वा कफोल्बणे ।
तद्विरेचनं पित्ते

A terapia emética deve ser administrada nos casos de (aumento de) *kapha* individualmente ou em combinação (com outros *doshas*) onde *kapha* é dominante. Da mesma forma, a purgação deve ser administrada nos casos de (aumento de) *pitta* (isoladamente ou em associação com outros *doshas* em que *pitta* é dominante).

Vāmyāh (pessoas indicadas para a terapia emética) [1-3.1]

विशेषेण तु वामयेत् ॥ १ ॥

नवज्वरातिसाराधःपित्तासृग्राजयक्ष्मिणः ।
कुष्ठमेहापचीग्रन्थिश्छीपदोन्मादकासिनः ॥ २ ॥
श्वासहृत्लासवीसर्पस्तन्यदोषोर्ध्वरोगिणः ।

A terapia emética deve ser especificamente administrada para pessoas que sofrem de febre recente, diarreia, doenças hemorrágicas de trajetória descendente, tuberculose pulmonar, hanseníase (e outras doenças de pele), diabetes, bócio, tumores, filariose, insanidade, tosse, dispnéia, opressão do peito (náuseas), *visarpa* (herpes), doenças causadas pela ingestão de leite materno ruim e doenças da cabeça. [1-3.1]

Avāmyāh (pessoas contra-indicadas para a terapia emética) [3.2-6]

अवाम्या गर्भिणी रुक्षः क्षुधितो नित्यदुःखितः ॥ ३ ॥	
बालवृद्धकृशस्थूलहृद्रोगिक्षतदुर्बलाः	।
प्रसक्तवमथुप्लीहतिमिरक्रिमिकोष्ठिनः	॥ ४ ॥
ऊर्ध्वप्रवृत्तवाय्वस्रदत्तवस्तिहतस्वराः	।
मूत्राघात्युदरी गुल्मी दुर्वमोऽत्यग्निर्शंसः ॥ ५ ॥	
उदावर्तभ्रमाष्ठीलापार्श्वरुग्वातरोगिणः	।
ऋते विषगराजीर्णविरुद्धाभ्यवहारतः	॥ ६ ॥

Gestantes, pessoas com *secura* (que não foram submetidas à terapia de oleação), famintas, expostas ao sofrimento constantemente, crianças, idosos, pessoas emagrecidas, obesas, portadoras de doenças cardíacas, com ulcerações, fracas, que estão sofrendo de acessos de vômitos, portadoras de esplenomegalia, cegas, com parasitoses intestinais, que apresentam movimento ascendente de *vāta* e *asra* (sangue), que acabaram de ser submetidas a enemas, que perderam a fala, com disúria, com aumento abdominal, com tumor abdominal, que respondem com dificuldade à terapia emética, que possuem forte poder de digestão, que estão sofrendo de hemorroidas, com movimento ascendente do ar (peristaltismo reverso), vertigem, hipertrofia da próstata, dor nos flancos e portadoras de doenças de *vāta*; excluindo-se (dentre os casos acima) aquelas pessoas que estão sofrendo de envenenamento, *gara* (envenenamento artificial ou homicida), indigestão e que consumiram alimentos incompatíveis. [3.2-6]

प्रसक्तवमथोः पूर्वे प्रायेणामज्वरोऽपि च ।
धूमन्तैः कर्मभिर्वर्ज्याः, सर्वैरेव त्वजीर्णिनः ॥ ७ ॥

As pessoas citadas (nos versos anteriores) como "*prasakta vamathu*" (portadoras de crises de vômitos) e as pessoas que estão sofrendo de febre recente devem ser, em geral, rejeitadas (excluídas) para terapia que terminam

com *dhūma* (inalação de fumaça) e aquelas que sofrem de indigestão (estão contra-indicadas) para todas as terapias. [7]

As terapias consideradas aqui são: *snehana* (oleação), *svedana* (diaforética), *vamana* (emética), *virecana* (purgativa), *basti* (enema), *nasya* (medicação nasal), *dhūma* (inalação de fumaça) e *gandūsa* (gargarejos ou bochechos).

Virecyāh (pessoas indicadas para a terapia purgativa) [8-10.1]

विरेकसाध्या गुल्मार्शोविरफोटव्यङ्गकामलाः ।
 जीर्णज्वरोदरगरच्छर्दिहहलीमकाः ॥ ८ ॥
 विद्रधिस्तिमिरं काचः स्यन्दः पक्काशयव्यथा ।
 योनिशुक्राश्रया रोगाः कोष्ठगाः कृमयो व्रणाः ॥ ९ ॥
 वातास्रमूर्ध्वगं रक्तं मूत्राघातः शकृद्ग्रहः ।
 वाम्याश्च कुष्ठमेहाद्याः

As doenças que necessitam e podem ser tratadas com a terapia purgativa são: tumores abdominais, hemorróidas, *visphota* (varíola), manchas de coloração alterada na face, icterícia, febres crônicas, aumento do abdome, envenenamento homicida, vômitos, doenças esplênicas, icterícia em estado avançado, abscessos, cegueira, catarata, oftalmia, dor no intestino grosso, doenças vaginais e seminais, parasitoses intestinais, ulcerações ou ferimentos, gota, doenças hemorrágicas ascendentes, doenças do sangue, supressão da micção, obstrução das fezes; devem ser tratadas com a terapia purgativa também as pessoas que são indicadas para a terapia emética (citadas nos versos anteriores) começando com “aquelas que sofrem de *kustha* (hanseníase)”. [8-10.1]

Avirecyāh (pessoas contra-indicadas para a terapia purgativa) [10.2-11]

न तु रेच्या नवज्वरी ॥१०॥
 अल्पाग्न्यधोगपित्तास्रक्षतपाय्वतिसारिणः ।
 सशल्यस्थापितकूरकोष्ठातिस्निग्धशोषिणः ॥११॥

Pessoas que sofrem de febre recente, de atividade digestiva deficiente, de doenças hemorrágicas descendentes, de ferimentos e ulcerações retais, diarréia e lesões por corpos estranhos; aquelas que foram submetidas a enemas com decocção, que possuem movimento intestinal difícil, que estão muito

lubrificadas e aquelas que sofrem de consunpção não devem ser submetidas à terapia purgativa. [10.2-11]

Vamana vidhi (procedimento na terapia emética) [12-23.2]

अथ साधारणे काले स्निग्धस्विन्नं यथाविधि ।
 श्वोवम्यमुत्क्लिष्टकफं मत्स्यमाषतिलादिभिः ॥१२॥
 निशां सुप्तं सुजीर्णान्नं पूर्वाह्ने कृतमङ्गलम् ।
 निरन्नमीषत्स्निग्धं वा पेयया पीतसर्पिषम् ॥१३॥
 वृद्धवालावलक्लीवभीरुन् रोगानुरोधतः ।
 आकण्ठं पायितान्मद्यं क्षीरमिक्षुरसं रसम् ॥१४॥
 यथाविकारविहितां मधुसैन्धवसंयुताम् ।
 कोष्ठं विभज्य भैषज्यमात्रां मन्त्राभिमन्त्रिताम् ॥१५॥
 “ब्रह्मदक्षाश्विरुद्रेन्द्रभूचन्द्रार्कानिलानलाः ।
 ऋषयः सौषधिग्रामा भूतसङ्घाश्च पान्तु वः ॥१६॥
 रसायनमिवर्षीणाममराणामिवामृतम् ।
 सुधेवोत्तमनागानां भैषज्यमिदमस्तु ते ॥१७॥
 ॐ नमो भगवते भैषज्यगुरवे वैदूर्यप्रभराजाय ।
 तथागतायार्हते सम्यक्सम्बुद्धाय । तद्यथा ।
 ॐ भैषज्ये भैषज्ये महाभैषज्ये समुद्रते स्वाहा ॥”
 प्राङ्मुखं पाययेत्

Durante as estações temperadas, após a administração adequada das terapias de oleação e sudação, no dia anterior ao início da administração de eméticos, para promover o estímulo (aumento) de *kapha*, o paciente – que dormiu bem à noite e cujo alimento já foi bem digerido – deve ingerir *peyā* (mingau ralo) preparado com peixe, *māsa* (feijão da Índia), *tila* (sementes de gergelim), etc. adicionados com pequena quantidade de gorduras, no período da manhã, após a realização de rituais auspiciosos ou com o estômago vazio ou após ingerir pequena quantidade de *ghee*. Os idosos, as crianças, os debilitados, os impotentes e os covardes devem ingerir vinho, leite, suco de cana-de-açúcar ou caldo de carne adicionados com mel e *saindhava* (um tipo de sal), apropriados à doença, em sua máxima capacidade. Após determinar a natureza de seus intestinos, a droga emética é administrada, recitando a seguinte poesia: “Permita que Brahma, Daksa, os Ásvins, Rudra, Indra, a terra, a lua, o sol, o ar, o fogo, os sábios, a

comunidade das ervas e dos seres vivos protejam você; permita que este medicamento seja para você como o *rasāyana* para os sábios, o néctar para os deuses e o *sudhā* para as boas serpentes; *Om*, saudações ao honrado Bhaishajyaguru, o *vaidūrya prabharāja*, o *Tathāgata*, o *Arhat*, o *Samyak sambuddha*; *Om, bhaishajye, bhaishajye, mahā bhaishajye, samudgate* (saudação à medicina)". Expressando esta poesia, o paciente deve ingerir o medicamento, voltado para a direção leste. [12-18.1]

पीतो मुहूर्तमनुपालयेत् ।

तन्मनाः जातहृत्त्वासप्रसेकश्छर्दयेत्ततः ॥१८॥
 अङ्गुलिभ्यामनाग्रस्तो नालेन मृदुनाऽथवा ।
 गलताल्वरुजन् वेगानप्रवृत्तान् प्रवर्तयन् ॥१९॥
 प्रवर्तयन् प्रवृत्तांश्च जानुतुल्यासने स्थितः ।
 उभे पार्श्वे ललाटं च वमतश्चास्य धारयेत् ॥२०॥
 प्रपीडयेत्तथा नाभिं पृष्ठं च प्रतिलोमतः ।

Depois de consumir o medicamento, ele deve esperar um *muhūrta* (48 minutos) para que os vômitos comecem, com a intenção firmemente voltada para isto. Com o aparecimento de opressão no peito e salivação, o paciente deve tentar vomitar; se os acessos não resultarem facilmente em vômitos, ele deve estimular sua garganta com os dedos ou com um tubo macio sem machucar a garganta, sentado em uma cadeira na altura de seus joelhos, os acessos de vômitos devem ser induzidos, os dois flancos e a testa do paciente devem ser sustentados (por outra pessoa), sua região umbilical e as costas devem ser massageadas em direção ascendente. [18.2-21.1]

कफे तीक्ष्णोष्णकटुकैः पित्ते स्वादुहिमैरिति ॥२१॥

वमेत् स्निग्धांस्लक्ष्णैः संसृष्टे मरुता कफे ।

Nos casos em que houver aumento de *kapha*, o vômito deve ser induzido com drogas que possuem propriedades penetrantes, quentes e picantes; nos casos em que *pitta* (estiver aumentado) os vômitos devem ser induzidos com drogas que sejam doces e frias e nos casos de associação de *māruta* (*vāta*) com *kapha*, os vômitos devem ser induzidos com drogas oleosas, azedas e salgadas. [21.2-22.1]

पित्तस्य दर्शनं यावच्छेदो वा श्लेष्मणो भवेत् ॥२२॥

Os vômitos devem ser permitidos até o aparecimento de *pitta* (até que *pitta* comece a ser eliminado) ou até a completa eliminação de *kapha*. [22.2]

हीनवेगः • कणाधात्रीसिद्धार्थलवणोदकैः ।
वमेत्पुनः पुनः

Se os acessos forem insuficientes, eles devem ser induzidos repetidas vezes, através da ingestão de água fervida com *kanā*, *dhātrī*, *siddhārtha* e sal. [23.1-23.2]

Visama yogāh (acessos de vômitos anormais) [23.2-26]

तत्र वेगानामप्रवर्तनम् ॥२३॥
प्रवृत्तिः सविबन्धा वा केवलस्यौषधस्य वा ।
अयोगस्तेन निष्ठीवकण्डूकोठज्वरादयः ॥२४॥

Acessos que não começam, acessos que progridem com interrupções ou eliminação do medicamento apenas – estas características refletem *ayoga* (acessos inadequados); isto pode dar origem a um excesso de expectoração, prurido, aparecimento de erupções cutâneas, febre, etc. [23.2-24]

निर्विबन्धं प्रवर्तन्ते कफपित्तानिलाः क्रमात् ।
(मनः प्रसादः स्वास्थ्यं चावस्थानं च स्वयं भवेत् ।
वैपरीत्यमयोगानां न चातिमहती व्यथा ॥ १ ॥)
सम्यग्योगे

Kapha, *pitta* e *vāta* são eliminados em ordem sucessiva, sem quaisquer interrupções, com tranquilidade da mente e sensação de que os vômitos aparecem facilmente e espontaneamente, ausência das características de acessos inadequados e sensação de desconforto não muito importantes são as características de *samyag-yoga* (acessos adequados). [25.1]

अतियोगे तु फेनचन्द्रकरक्तवत् ॥२५॥
वमितं क्षामता दाहः कण्ठशोषस्तमो भ्रमः ।
घोरा वाय्वामया मृत्युर्जीवशोणितनिर्गमात् ॥२६॥

Nos casos em que ocorre *atiyoga* (acessos excessivos), os materiais vomitados serão espumosos, com partículas brilhantes e sangue; o paciente sentirá fraqueza, sensação de queimação, secura na garganta, vertigem, surgem doenças de *vāta* graves e pode ocorrer até mesmo a morte pela eliminação do sangue de sustentação da vida. [25.2-26]

Vamanottara upacāra (cuidados após a terapia emética) [27-28]

सम्यग्योगेन वमितं क्षणमाश्वस्य पाययेत् ।
धूमत्रयस्यान्यतमं स्नेहाचारमथादिशेत् ॥२७॥

Depois que o paciente apresentou acessos adequados de vômitos, ele deve ser confortado com palavras encorajadoras, deve inalar qualquer um dos três tipos de cigarros (leve, médio e forte) e depois deve ser permitido que siga o procedimento indicado para os cuidados pós-terapia de oleação. [27]

ततः सायं प्रभाते वा क्षुद्धान् स्नातः सुखाम्बुना ।
भुञ्जानो रक्तशाल्यन्नं भजेत्पेयादिकं क्रमम् ॥२८॥

Naquela mesma noite ou na próxima manhã, depois de sentir fome, após banhar-se com água morna, ele deve ingerir uma refeição preparada com arroz vermelho ou (se não estiver sentindo fome) deve seguir o regime seguinte com *peyā* (mingau ralo), etc. [28]

Peyādi āhāra krama (regime da dieta líquida) [29-30]

पेयां विलेपीमकृतं कृतं च यूषं रसं त्रीनुभयं तथैकम् ।
क्रमेण सेवेत नरोऽन्नकालान् प्रधानमध्यावरशुद्धिशुद्धः ॥२९॥

Pessoas que foram submetidas às terapias de purificação máxima, intermediária e mínima devem consumir *peyā* (mingau ralo), *vilepī* (mingau espesso), *akṛta yūsa* (sopa não processada com gorduras, sal, coisas azedas, etc.), *kṛta yūsa* (sopa processada com gorduras, sal, coisas azedas, etc.) e *rasa* (caldo de carne) – sucessivamente, durante três, dois e um *annakāla* (horários de refeição), respectivamente. [29]

Arunadatta explica o regime da seguinte forma: cada dia possui dois *annakāla* (horários de refeição), um ao meio dia e outro à noite; três *annakāla* seriam um dia e meio, dois *annakāla* seria um dia e um, seria meio dia. A pessoa que foi submetida à terapia de purificação máxima deve beber *peyā* (mingau ralo) três vezes (ou seja, dois

horários de refeição no primeiro dia e uma refeição no segundo dia, ao meio dia); depois ela deve beber *vilepī* na noite do segundo dia e nos dois horários de refeição do terceiro dia. No quarto dia, ela deve beber *akṛta yūsa* e *kṛta yūsa* nos dois horários (ao meio dia e à noite) e uma vez no quinto dia (ao meio dia). No segundo horário de refeição do sexto dia (à noite) e nas duas refeições do sétimo dia ela deve beber *rasa*. Os sete dias de regime estão completos e do oitavo dia em diante a pessoa deve ser capaz de ingerir sua refeição normal. Aqueles que se submetem à terapia de purificação média e mínima podem restringir a dieta a dois e um *annakāla* (horários de refeição), respectivamente, para cada refeição líquida. Este regime composto de dieta líquida é conhecida como *Samsarjana krama*.

यथाऽग्नुरग्निस्तृणगोमयाद्यैः सन्धुक्ष्यमाणो भवति क्रमेण ।
महान् स्थिरः सर्वपचस्तथैव शुद्धस्य पेयादिभिरन्तरग्निः ॥३०॥

Assim como uma centelha de fogo, após ser alimentada com palha, com pó seco de esterco, etc., aumenta gradualmente e se torna forte, constante e capaz de queimar ou consumir tudo, da mesma forma o fogo interno (a atividade digestiva), através do regime composto de *peyā*, etc. naquele que foi submetido às terapias de purificação, (aumenta gradualmente também). [30]

Vega samkhyā-māna (número de acessos e quantidade) [31-32]

जघन्यमध्यप्रचरे तु वेगाश्चत्वार इष्टा वमने षडष्टौ ।
दशैव ते द्वित्रिगुणा विरेके प्रस्थस्तथा स्याद्द्विचतुर्गुणश्च ॥३१॥

Quatro, seis e oito são os números de vômitos desejáveis para os acessos mínimo, médio e máximo; estes números são dez, duas vezes dez (20) e três vezes dez (30), respectivamente, para as purgações. Em termos de quantidade, eles perfazem um, dois e quatro *prasthas*, respectivamente (apenas com relação às purgações). [31]

No contexto da Terapêutica, um *prastha* é igual a 13 e meio *palas* e não a 32 *palas* como afirmado no contexto de *Asadikalpa* (Farmacêutica). Um *pala* é igual a 768 gramas.

पित्तावसानं वमनं विरेकादर्द्धं, कफान्तं च विरेकमाहुः ।
द्वित्रान् सघटिकानपनीय वेगान् मेयं विरेके, वमने तु पीतम् ॥३२॥

Os vômitos (podem ser permitidos) até que haja eliminação de *pitta* ou até metade (do número e da quantidade) das purgações. As purgações (podem ser

permitidas) até que *kapha* seja eliminado. A mensuração deve ser feita após a eliminação de dois ou três acessos, contendo fezes, no caso da purgação, e (após a eliminação) do medicamento (droga emética), no caso da terapia emética. [32]

Virecana vidhi (terapia de purgação) [33-38.1]

अथैनं चामितं भूयः स्नेहस्वेदोपपादितम् ।
श्लेष्मकाले गते ज्ञात्वा कोष्ठं सम्यग्विचरेचयेत् ॥३३॥

Depois que a pessoa foi submetida adequadamente à terapia emética e posteriormente à administração das terapias de oleação e sudação, deve ser aplicada a terapia purgativa, depois de expirado o horário em que *kapha* é predominante (das 6 às 9 da manhã) e após a determinação da natureza de seu *kostha* (trato alimentar, intestinos). [33]

बहुपित्तो मृदुः कोष्ठः क्षीरेणापि विरिच्यते ।
प्रभूतमास्रतः क्रूरः कृच्छ्राच्छयामादिकैरपि ॥३४॥

A natureza do *kostha* (trato alimentar) será *mrdu* (solto) com a predominância de *pitta* e até o leite provoca a purgação; será *krūra* (preso) com a predominância de *māruta* (*vāta*) e até mesmo com (drogas como) *śyāmā*, etc. a purgação ocorre com dificuldade. [34]

कषायमधुरैः पित्ते विरेकः, कटुकैः कफे ।
स्निग्धोष्णलवणैर्वायौ

Nos casos em que há (aumento de) *pitta*, a purgação deve ser feita com drogas de sabor doce e adstringente; nos casos de (aumento de) *kapha* ela deve ser feita com drogas de sabor picante; e para os casos de *vāta*, com drogas que possuem (qualidades) oleosas, quentes e salgadas. [35]

अप्रवृत्तौ तु पाययेत् ॥३५॥
उष्णाम्बु, स्वेदयेदस्य पाणितापेन चोदरम् ।

Se os acessos de purgação não começarem, o paciente deve beber água quente e seu abdome deve ser fomentado com as palmas das mãos aquecidas. [36.1]

उत्थानेऽल्पे दिने तस्मिन्भुक्त्वाऽन्येद्युः पुनः पिबेत् ॥
अदृढस्नेहकोष्ठस्तु पिबेदूर्ध्वं दशाहतः ।

भूयोऽप्युपस्कृततनुः स्नेहस्वेदैर्विरेचनम् ॥३७॥
 यौगिकं सम्यगालोच्य स्मरन्पूर्वमतिक्रमम् ।

Se o paciente responder insuficientemente, no dia em que consumir a droga purgativa, deve-se permitir que ele se alimente naquele dia e as drogas purgativas devem ser administradas novamente no dia seguinte. Pessoas que possuem trato alimentar instável e sem lubrificação devem consumir as drogas purgativas depois de dez dias (durante os quais as terapias de oleação e de sudação devem ser administradas) porque o corpo bem preparado com as terapias de oleação e de sudação será capaz de apresentar purgações adequadamente. Portanto, (a terapia purgativa) deve ser administrada após a consideração de todos os aspectos, lembrando-se dos procedimentos descritos anteriormente. [36.2-38.1]

Visama yogāh (acessos anormais) [38.2-42.1]

हृत्कुक्ष्यशुद्धिररुचिरुक्लेशः श्लेष्मपित्तयोः ॥३८॥
 कण्डूविदाहः पिटिकाः पीनसो वातविड्ग्रहः ।
 अयोगलक्षणम् योगो वैपरीत्ये यथोदितात् ॥३९॥
 विट्पित्तकफत्रातेषु निःसृतेषु क्रमात्स्रवेत् ।
 निःश्लेष्मपित्तमुदकं श्वेतं कृष्णं सलोहितम् ॥४०॥
 मांसधावनतुल्यं वा मेदः खण्डाभमेव वा ।
 गुदनिःसरणं तृष्णा भ्रमो नेत्रप्रवेशनम् ॥४१॥
 भवन्त्यसिचिरिक्तस्य तथाऽतिवमनामयाः ।

Desconforto (na região) do coração e do abdome, anorexia, eliminação excessiva de *kapha* e *pitta* (através da boca), prurido, sensação de queimação, erupções na pele, rinite, não-eliminação de flatos e fezes – estas são as características de *ayoga* (acessos inadequados da terapia de purgação). Características opostas a estas são consideradas acessos adequados. No caso de *atiyoga* (excesso de purgações), após a eliminação de fezes, *pitta*, *kapha* e *vāta*, sucessivamente, haverá eliminação de material aquoso não contendo *kapha* ou *pitta*, esbranquiçado, preto ou levemente vermelho na coloração, semelhante à água na qual foi lavada a carne ou semelhante à um pedaço de gordura; surgirão prolapso do reto, sede, vertigem, olhos fundos e doenças causadas pelo excesso de vômitos. [40.2-42.1]

Virecanottara upacāra (cuidados após a purgação) [42.2-59]

सम्यग्विरिक्तमेनं च वमनोक्तेन योजयेत् ॥४२॥
 धूमवर्ज्येन विधिना ततो वमितवानिव ।
 क्रमेणान्नानि भुञ्जानो भजेत्प्रकृतिभोजनम् ॥४३॥

A pessoa que foi submetida a uma terapia de purgação adequada pode ser submetida a todas as demais terapias, com exceção da inalação de fumaça, descrita na terapia emética. Posteriormente, o paciente deve adotar o regime de dieta da forma como descrita na terapia emética e depois voltar à sua dieta normal. [42.2-43]

मन्दवह्निमसंशुद्धमक्षामं दोषदुर्बलम् ।
 अदृष्टजीर्णलिङ्गं च लङ्घयेत्पीतभेषजम् ॥४४॥
 स्नेहस्वेदौषधोत्क्लेशसङ्गैरिति न बाध्यते ।

No dia da ingestão da droga purgativa, o paciente deve fazer jejum (abster-se de alimentos) se sua atividade digestiva for fraca, se a resposta à terapia de purificação for deficiente e se ele não estiver emagrecido, enfraquecido pelo (aumento dos) *doshas* e se não apresentar sintomas de digestão adequada. Através desta medida (o jejum), ele não será prejudicado pelo desconforto causado pela obstrução dos *doshas* aumentados pelas terapias de oleação e sudação. [44-45.1]

संशोधनास्रविस्त्रावस्नेहयोजनलङ्घनैः ॥४५॥
 यात्यग्निर्मन्दां तस्मात् क्रमं पेयादिमाचरेत् ।

A atividade digestiva torna-se embotada (fraca) através das terapias de purificação, da sangria, da oleação e do jejum; portanto, a dieta com *peyā* (mingau ralo), etc. deve ser adotada. [45.2-46]

सुतारूपपित्तश्लेष्माणं मद्यपं वातपैत्तिकम् ॥४६॥
 पेयां न पाययेत्तेषां तर्पणादिक्रमो हितः ।

Peyā não deve ser ingerido quando apenas pequenas quantidades de *pitta* e *kapha* tiverem sido eliminadas, também não deve ser administrado quando a

peessoa é viciada em vinho, naqueles que possuem predominância de *vāta* e *pitta*; para estes pacientes, a dieta *tarpana* (nutritiva) está indicada. [46.2-47.1]

अपक्वं वमनं दोषान् पच्यमानं विरेचनम् ॥४७॥
निर्हरेद्द्वमनस्यातः पाकं न प्रतिपालयेत् ।

Os vômitos na terapia emética trazem para fora os *doshas* que não estão cozidos (processados por calor) enquanto que a purgação traz para fora os *doshas* que sofreram cozimento (que passaram pelo processamento por calor); portanto, no caso da terapia emética (o médico) não precisa esperar pelo cozimento dos *doshas*. [47.2-48.1]

दुर्बलो बहुदोषश्च दोषपाकेन यः स्वयम् ॥४८॥
विरिच्यते भेदनीयैर्भोज्यैस्तमुपपादयेत् ।

O paciente que é fraco, que apresenta grande quantidade de *doshas* (aumentados) desenvolve a purgação espontaneamente (sem consumir drogas purgativas); ele deve ser tratado com alimentos que sejam purgativos. [48.2-49.1]

दुर्बलः शोधितः पूर्वमल्पदोषः कृशो नरः ॥४९॥
अपरिज्ञातकोष्ठश्च पिवेन्मृद्वल्पमौषधम् ।
वरं तदसकृत्पीतमन्यथा संशयावहम् ॥५०॥
हरेद्बहुंश्चलान् दोषानल्पानल्पान् पुनः पुनः ।
दुर्बलस्य मृदुद्रव्यैरल्पान् संशमयेत्तु तान् ॥५१॥

Pessoas que são fracas, que foram submetidas à terapia de purgação anteriormente, que apresentam pequena quantidade de *doshas* (aumentados), que estão emagrecidas e cuja natureza do trato alimentar não é conhecida devem ser tratadas com drogas purgativas leves, em pequenas doses. É preferível administrar doses pequenas com frequência maior; o oposto (grandes doses, uma única vez) gera dúvidas (de morte); a droga em doses pequenas e repetidas eliminará os *doshas* circulantes gradativamente. Em uma pessoa fraca, devem ser eliminadas pequenas quantidades de *doshas* com drogas leves (eles não precisam ser eliminados através das terapias purificadoras). [49.2-51]

क्लेशयन्ति चिरं ते हि हन्युर्वैनमनिर्हृताः ।

Eles (os *doshas* em quantidade excessiva) incomodam muito o paciente e podem até mesmo matá-lo se não expelidos (através das terapias de purificação). [52.1]

मन्दाग्निं क्रूरकोष्ठं च सक्षारलवणैर्घृतैः ॥५२॥
सन्धुक्षितार्शिनं विजितकफवातं च शोधयेत् ।

Pessoas que possuem atividade digestiva fraca e trato alimentar de natureza difícil (preso ou duro) devem ser tratadas com *ghee* (gordura da manteiga) processada com álcalis e sais para aumentar sua capacidade digestiva e combater *kapha* e *vāta*; depois elas devem ser submetidas às terapias purificadoras. [52.2-53.1]

रूक्षवह्निलक्रूरकोष्ठव्यायामशीलिनाम् ॥५३॥
दोषाग्नीनां च भैषज्यमविरेच्यैव जीर्यति ।
येभ्यो वर्धितं पुरा दद्यात्ततः स्निग्धं विरेचनम् ॥५४॥
शकृन्निर्हृत्य वा किञ्चित्तीक्ष्णाभिः फलवर्तिभिः ।
प्रवृत्तं हि मलं स्निग्धो विरेको निर्हरेत्सुखम् ॥५५॥

Nos pacientes que apresentam *secura*, que possuem grande aumento de *vāta*, que possuem trato alimentar de natureza difícil (preso ou duro), que não fazem exercícios habitualmente e que possuem atividade digestiva forte, as drogas (purgativas) são digeridas sem que produzam purgação; para estes pacientes deve ser feito primeiramente um enema e depois (deve ser administrada) uma droga purgativa que seja oleosa; ou então, as fezes devem ser retiradas primeiramente através do uso de um supositório retal forte, feito de frutas; os *doshas* iniciam assim seu movimento e a droga purgativa pode expeli-los facilmente. [53.2-55]

विषाभिघातपिटिकाकुष्ठशोफविसर्पिणः ।
कामलापाण्डुमेहार्तान्नातिस्निग्धान् विशोधयेत् ॥५६॥
सर्वान् स्नेहविरेकैश्च, रूक्षैस्तु स्नेहभावितान् ।

Pessoas que estão sofrendo e envenenamento, traumas, erupções cutâneas, hanseníase (e outras doenças de pele), edema, *visarpa* (herpes), icterícia, anemia e diabetes devem ser submetidas à terapia de purgação sem muita oleação (uma leve oleação é suficiente para elas). Todas estas pessoas devem receber

purgativos gordurosos; aquelas que foram submetidas à oleação anteriormente devem receber purgativos secos (não gordurosos). [56-57.1]

कर्मणां वमनादीनां पुनरप्यन्तरेऽन्तरे ॥५७॥
स्नेहस्वेदौ प्रयुञ्जीत, स्नेहमन्ते बलाय च ।

Entre as terapias eméticas e outras terapias de purificação devem ser administradas as terapias de oleação e sudação; no final (da purificação) deve ser feita oleação (novamente) para melhorar o vigor. [57.2-58.1]

मलो हि देहादुत्क्लेश्य हियते वाससो यथा ॥५८॥
स्नेहस्वेदैस्तथोत्क्लिष्टः शोध्यते शोधनैर्मलः ।

Os *malas (doshas)* que se soltaram do corpo através das terapias de oleação e de sudação são expelidos para fora através das terapias de purificação assim como a sujeira da roupa (através da lavagem). [58.2-59.1]

स्नेहस्वेदावनभ्यस्य कुर्यात्संशोधनं तु यः ॥५९॥
दारु शुष्कमिवानामे शरीरं तस्य दीर्यते ॥५९॥

O corpo da pessoa que se submete às terapias de purificação habitualmente sem que tenha sido submetida às terapias de oleação e sudação torna-se quebradiço como uma tora de madeira seca ao ser curvada. [59.2]

Śodhana phala (benefícios das terapias de purificação) [60]

बुद्धिप्रसादं बलमिन्द्रियाणां धातुस्थिरत्वं ज्वलनस्य दीप्तिम् ।
चिराच्च पाकं वयसः करोति संशोधनं सम्यगुपास्यमानम् ॥६०॥

Clareza da mente, vigor dos órgãos sensoriais, estabilidade dos tecidos, agudeza do poder digestivo e envelhecimento lento são adquiridos com as terapias de purificação realizadas adequadamente. [60]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने वमनविरेचनविधिर्नामाष्टादशोऽध्यायः ॥ १८ ॥

Assim termina o décimo oitavo capítulo conhecido como “*Vamana virecana vidhi* (Conduta nas terapias emética e purgativa)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XVIII)

CAPÍTULO XIX

एकोनविंशोऽध्यायः ।

BASTIVIDHI
(Terapia por enema)

अथातो बस्तिविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Bastividhi* (Procedimentos na terapia por enema)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

वातोल्वणेषु दोषेषु वाते वा बस्तिरिष्यते ।

उपक्रमाणां सर्वेषां सोऽग्रणीस्त्रिविधस्तु सः ॥ १ ॥

निरूहोऽन्वासनं बस्तिरुत्तरः

Basti (a terapia por enema) é indicado para aumento dos *doshas* com predominância de *vāta* ou para (aumento de) *vāta* isoladamente. É o principal dentre todos os tratamentos e é de três tipos: *nirūha*, *anuvāsana* e *uttarabasti*. [1-2.1]

Basti é o nome dado para a bexiga. Nos tempos antigos, a bexiga de animais como búfalo, cabra, etc. era utilizada como uma bolsa para o material administrado no enema, como decocções, óleos, etc. Como o *basti* (bexiga) é utilizado para esta terapia, a terapia em si veio a ser conhecida como *basti cikitsā* (terapia por enema). O termo “*nirūha*” significa literalmente “aquilo cujo benefício ou efeito não pode ser estimado”, em outras palavras, altamente benéfico. É administrado através do reto e utiliza, principalmente, decocções de drogas. É conhecido também como *āsthāpana basti*. O termo “*anuvāsana*” significa literalmente “aquilo que permanece no interior do corpo por algum tempo sem causar qualquer dano”. É administrado também através do reto

utilizando gorduras medicinais. É conhecido também como *snehabasti* (enema oleoso). "Uttarabasti" significa "enema do trato superior" ou as passagens uretral e vaginal e não a retal. São utilizadas decocções e gorduras medicinais na sua administração.

Āsthāpyāh (pessoas indicadas para o enema por decocção) [2.2-3]

तेन साधयेत् ।
 गुल्मानाहखुडसीहशुद्धातीसारशूलिनः ॥ २ ॥
 जीर्णज्वरप्रतिश्यायशुक्रानिलमलग्रहान् ।
 वर्ध्माश्मरीरजोनाशान् दारुणांश्चानिलामयान् ॥ ३ ॥

Através de *nirūha* (ou enema por decocção) devem ser tratadas as pessoas (que estão sofrendo de) tumores abdominais, distensão abdominal, *khuda* (gota), doenças que envolvem o baço, diarreia não associada com outras doenças, dor abdominal, febre crônica, secreção nasal, obstrução de sêmen, flatos e fezes, aumento escrotal, cálculo urinário, amenorréia e doenças graves causadas por *vāta*. [2.2-3]

Anāsthāpyāh (pessoas contra-indicadas para o enema por decocção) [4-6.1]

अनास्थाप्यास्त्वत्स्निग्धः क्षतोरस्को भृशं कृशः ।
 आमत्तिसारी वमिमान् संशुद्धो दत्तनावनः ॥ ४ ॥
 श्वासकासप्रसेकाशोहिध्माध्मानाल्पवह्नयः ।
 शूनपायुः कृताहारो वद्धच्छिद्रोदकोदरी ॥ ५ ॥
 कुष्ठी च मधुमेही च मासान् सप्त च गर्भिणी ।

O enema por decocção está contra-indicado para aqueles que se submeteram a um excesso de terapia de oleação, que apresentam lesão no tórax, que estão muito emagrecidos, que apresentam diarreia causada por *āma* (ou diarreia de início recente), vômitos, que foram submetidos às terapias de purificação, que receberam medicação nasal, que estão sofrendo de dispnéia, tosse, salivação, hemorróidas, flatulência, digestão debilitada e edema retal, aqueles que acabaram de ingerir o alimento, que estão sofrendo de aumento do abdome por obstrução (intestinal), por perfuração (do trato alimentar) e por água (ascite), aqueles que são portadores de hanseníase (e outras doenças de pele), diabetes mellitus e para mulheres grávidas no sétimo mês. [4-6.1]

Anuvāsyāh (pessoas indicadas para enema oleoso) [6.2-7.1]

आस्थाप्या एव चान्वास्या विशेषादतिवह्यः ॥ ६ ॥
रूक्षाः केवलवातार्ताः

As pessoas indicadas para o enema por decocção também são indicadas para o enema oleoso, especialmente aquelas que possuem poder digestivo forte, que estão secas (que não foram submetidas à terapia oleosa) e aquelas que sofrem de doenças de *vāta* aumentado (sem associação com outros *doshas*). [6.2-7.1]

Nānuvāsyāh (pessoas contra-indicadas para o enema oleoso) [7-9.1]

नानुवास्यास्त एव च ।
येऽनास्थाप्यास्तथा पाण्डुकामलामेहपीनसाः ॥ ७ ॥
निरन्नप्लीहविड्भेदिगुरुकोष्ठकफोदराः ।
अभिष्यन्दिभृशस्थूलकृमिकोष्ठाढ्यमारुताः ॥ ८ ॥
पीते विषे गरेऽपच्यां श्लीपदी गलगण्डवान् ।

As pessoas contra-indicadas para enema oleoso são todas aquelas para as quais o enema por decocção está contra-indicado, aquelas que sofrem de anemia, de icterícia, diabetes, falta de alimentação, doenças do baço, diarreia, intestinos duros (constipados, difíceis de evacuar), de aumento do abdome causado por *kapha*, oftalmia, obesidade profunda, parasitas intestinais, gota, aquelas que consumiram venenos, que sofrem de envenenamento artificial, bócios, filariose e escrófula. [7.2-9.1]

Bastinetra [9.2-15.1]

तयोस्तु नेत्रं हेमादिधातुदार्चस्थिवेणुजम् ॥ ९ ॥
गोपुच्छाकारमच्छिद्रं श्लक्ष्णर्जुं गुलिकामुखम् ।

Netra (a abertura) deve ser feita com metais, como ouro, etc., com madeira, osso ou bambu; assemelha-se à cauda da vaca na forma (um tubo), não apresenta orifícios, é macio, reto e com a extremidade em forma de uma cápsula. [9.2]

ऊनेऽब्दे पञ्च, पूर्णेऽस्मिन्नासप्तभ्योऽङ्गुलानि षट् ॥१०॥
सप्तमे सप्त, तान्यष्टौ द्वादशे, षोडशे नव ।

द्वादशैव परं विशाद्दीक्ष्य वर्षान्तरेषु च ॥११॥
वयोबलशरीराणि प्रमाणमभिवर्द्धयेत् ।

Para crianças com menos de um ano de idade, (a mangueira) deve ter cinco *angula* (largura dos dedos do próprio paciente) de comprimento. Acima de um ano e até sete anos, deve ter seis *angula*; para sete anos deve ter sete *angula*; para doze anos deve ter oito *angula*; para dezesseis anos deve ter nove *angula* e dos vinte anos em diante deve ter doze *angula* apenas. Estas medidas podem ser (um pouco) aumentadas para outros grupos etários, baseando-se na idade, no vigor e na constituição do corpo. [10-12.1]

स्वाङ्गुष्ठेन समं मूले स्थौल्येनाग्रे कनिष्ठया ॥१२॥
पूर्णेऽब्देऽङ्गुलमादाय तदर्द्धाद्द्विप्रवर्द्धितम् ।
त्र्यङ्गुलं परमं छिद्रं मूलेऽग्रे वहते तु यत् ॥१३॥
मुद्गं माषं कलायं च क्लिन्नं कर्कन्धुकं क्रमात् ।

Esta mangueira, em sua raiz, deve ter um *angula* (de diâmetro) para crianças até um ano de idade. (O diâmetro da abertura) deve ser aumentado meio *angula* (para os diferentes grupos etários) e seu (diâmetro) máximo deve ter três *angula*. Em sua extremidade, a abertura deve ser tal que permita o livre movimento (em seu interior) de grãos triturados de *mudga* (*Phaseolus aureus*), *māsa* (*Phaseolus radiatus*), *kalāya* (ervilha) e sementes de *karkandhu* (*Zizyphus jujuba*), respectivamente. [12.2-14.1]

मूळच्छिद्रप्रमाणेन प्रान्ते घटितकर्णिकम् ॥१४॥
वर्त्याऽग्रे पिहितं, मूले यथास्वं द्यङ्गुलान्तरम् ।
कर्णिकाद्वितयं नेत्रे कुर्यात्

Próximo da abertura da mangueira, em sua raiz, (durante a preparação desta abertura) deve ser construída um *karnikā* (uma orelha semelhante a um sulco) e a uma distância de dois *angulas* (a partir da sua extremidade) deve ser feito um segundo *karnikā* (sulco); a abertura da extremidade deve ser conservada fechada (com uma rolha de tecido). [14-15.1]

Bastiputaka (bolsa de enema) [15.2-17]

तत्र च योजयेत् ॥१५॥
 अजाविमहिषादीनां वस्ति सुमृदितं दृढम् ।
 कषायरक्तं निश्छिद्रग्रन्थिगन्धसिरं तनुम् ॥१६॥
 ग्रथितं साधु सूत्रेण सुखसंस्थाप्यभेषजम् ।
 वस्त्यभावेऽङ्गपादं वा न्यसेद्वासोऽथवा घनम् ॥१७॥

A esta (mangueira) deve ser ajustada (amarrada) a bexiga de uma cabra, de um carneiro, de um búfalo ou de outro animal; esta bexiga deve ser batida mas mantida firme, curtida com substâncias adstringentes de forma a tornar-se vermelha, sem buracos ou vazamentos, sem glândulas (pontos duros), sem mau cheiro e veias; deve ser afinada, preenchida com drogas (enemas líquidos), amarrada firmemente com fios (na extremidade que tem uma boca maior). Se não houver disponibilidade do uso da bexiga, pode ser utilizada a pele da coxa ou da perna (de animais) ou um tecido espesso (na forma de bolsa). [15.2-17]

Nirūha mātrā (quantidade de medicamento para enema por decocção) [18-19]

निरूहमात्रा प्रथमे प्रकुञ्चो वत्सरे परम् ।
 प्रकुञ्चवृद्धिः प्रत्यब्दं यावत्षट्प्रसृतास्ततः ॥१८॥
 प्रसृतं वर्द्धयेदूर्ध्वं द्वादशाष्टादशस्य तु ।
 आसप्ततेरिदं मानं, दशैव प्रसृताः परम् ॥१९॥

No primeiro ano de idade, a quantidade de líquidos para o enema do tipo *nirūha* (enema por decocção) deve ser de um *prakuñca* (*pala* = 48 gramas); para cada ano a mais, deve ser aumentado um *prakuñca* (*pala*) até seis *prasrtas* (12 *palas* = 576 gramas) no máximo. Depois esta medida deve ser aumentada um *prasrta* (2 *palas* = 96 gramas) para cada ano chegando a doze *prasrtas* (24 *palas* = 1152 gramas) até a idade de dezoito anos; esta quantidade deve ser mantida até os setenta anos e depois desta idade, a quantidade deve ser de dez *prasrtas* (20 *palas* = 960 gramas) apenas. [18-19]

Anuvāsana mātrā (quantidade para o enema oleoso) [20.1]

यथायथं निरूहस्य पादो मात्राऽनुवासने ।

A quantidade de substâncias para o enema oleoso deve ser um quarto da quantidade de enema por decocção, como prescrito para cada grupo etário. [20.1]

Anuvāsana vidhi (procedimento para enema oleoso) [20.2-35]

आस्थाप्यं स्नेहितं स्विन्नं शुद्धं लब्धबलं पुनः ॥२०॥
 अन्वासनार्हं विज्ञाय पूर्वमेवानुवासयेत् ।
 शीते वसन्ते च दिवा रात्रौ केचित्ततोऽन्यदा ॥२१॥
 अभ्यक्तस्नातमुचितात्पादहीनं हितं लघु ।
 अस्निग्धरूक्षमशितं सानुपानं द्रवादि च ॥२२॥
 कृतचङ्क्रमणं मुक्तविण्मूत्रं शयने सुखे ।
 नात्युच्छ्रिते न चोच्छीर्षे संविष्टं वामपार्श्वतः ॥२३॥
 सङ्कोच्य दक्षिणं सक्थि प्रसार्य च ततोऽपरम् ।

A pessoa indicada para o enema por decocção deve ser submetida às terapias de oleação e sudação seguidas pela terapia de purificação (emética ou purgativa). Após recuperar o vigor e determinar se o paciente está preparado para a administração do enema ele deve, primeiramente, receber um enema oleoso (adotando-se os procedimentos seguintes). Durante a estação fria (*hemanta* e *śiśira*) e *vasanta* (primavera), o enema deve ser administrado durante o dia e nas demais estações, durante a noite. Ele deve ser submetido à *abhyañga* (massagem com óleo) e ao banho e, posteriormente, deve ingerir seu alimento habitual, menos de um quarto da quantidade que está acostumado a ingerir, que seja saudável, leve (fácil de digerir), com quantidade média de gorduras e também não muito seca, seguido por um líquido pós-prandial apropriado. Depois, deve-se caminhar por algum tempo, eliminar fezes e urina e deitar-se em uma cama confortável, nem muito alta, nem muito baixa, sobre o seu lado esquerdo, segurando a coxa direita e estendendo a outra (a coxa esquerda). [20.2-24.1]

अथास्य नेत्रं प्रणयेत्स्निग्धे स्निग्धमुखं गुदे ॥२४॥
 उच्छ्रास्य वस्तेर्वदने बद्धे हस्तमकम्पयन् ।
 पृष्ठवंशं प्रति ततो नातिद्रुतविलम्बितम् ॥२५॥
 नातिवेगं न वा मन्दं सकृद्देव प्रपीडयेत् ।
 सावशेषं च कुर्वीत वायुः शेषे हि तिष्ठति ॥२६॥

A abertura (boca da mangueira) do enema, já lubrificada (untada com gordura), deve ser introduzida no reto, que também já foi lubrificado, depois o ar contido na bolsa é eliminado e, assegurando-se de que está bem preso (à abertura), ele deve ser pressionado sem agitar as mãos, na direção da coluna vertebral, nem muito rapidamente, nem muito lentamente, nem com muita força (pressão) nem com pouca força (pressão), mas em uma só tentativa; uma pequena quantidade (do líquido) deve ser deixado dentro da bolsa pois ele consiste de ar. [24-26]

दत्ते तूत्तानदेहस्य पाणिना ताडयेत्स्फिजौ ।
 तत्पार्श्विभ्यां तथा शय्यां पादतश्च त्रिदक्षिपेत् ॥२७॥
 ततः प्रसारिताङ्गस्य सोपधानस्य पार्श्विके ।
 आहन्यान्मुष्टिनाऽङ्गं च स्नेहेनाभ्यज्य मर्दयेत् ॥२८॥
 वेदनार्तमिति स्नेहो न हि शीघ्रं निवर्तते ।
 योज्यः शीघ्रं निवृत्तेऽन्यः स्नेहोऽतिष्ठन्नकार्यकृत् ॥२९॥
 दीप्तार्श्वि त्वागतस्नेहं सायाह्ने भोजयेत्क्षु ।

Após a administração (introdução do líquido e retirada da mangueira do enema), a pessoa deve deitar-se com a face voltada para cima, suas nádegas devem ser batidas (golpeadas) pelas mãos (do médico), depois pelos próprios calcanhares do (paciente); os pés da cama devem ser levantados três vezes e ele deve manter o corpo estendido, com um travesseiro sob seus calcanhares. Deve-se untar todo seu corpo com óleo e todas as partes dele devem ser batidas com os punhos ou massageadas, especialmente as dolorosas. Desta forma, a gordura (o líquido do enema contido no reto) não sai rapidamente. Se este líquido for eliminado rapidamente, outro enema oleoso deve ser administrado imediatamente, por que a gordura que não permanece no interior do corpo não serve para o propósito do enema. Se a pessoa possui atividade digestiva aguçada, e se a gordura sai (após o tempo estipulado) ela pode receber alimentação leve à noite. [27-30.1]

निवृत्तिकालः परमस्त्रयो यामास्ततः परम् ॥३०॥
 अहोरात्रमुपेक्षेत, परतः फलवर्तिभिः ।
 तीक्ष्णैर्वा बस्तिभिः कुर्याद्यत्नं स्नेहनिवृत्तये ॥३१॥

O tempo máximo para a gordura sair é de três *yāmas* (nove horas); depois disto, pode-se aguardar um dia e uma noite. Após este período (vinte e quatro horas depois da administração), deve-se tentar remover a gordura forçosamente, com a

ajuda de supositórios retais feitos de frutas ou com enema por decocção forte. [30.2-31]

अतिरौक्ष्यादनागच्छन्न चेज्जाड्यादिदोषकृत् ।
उपेक्षेतैव हि ततोऽध्युषितश्च निशां पिबेत् ॥३२॥
प्रातर्नागरधान्याम्भः कोष्णं, केवलमेव वा ।

Se a gordura não for eliminada por causa da extrema secura no interior e não produzir distúrbios como cansaço, etc., ela pode ser deixada (pode permanecer no interior do corpo) durante a noite. Na próxima manhã, o paciente deve ingerir água morna processada com *nāgara* e *dhānya* ou água morna comum. [32-33.1]

अन्वासयेत्तृतीयेऽहि पञ्चमे वा पुनश्च तम् ॥३३॥
यथा वा स्नेहपक्तिः स्यादतोऽत्युल्बणमारुतान् ।
व्यायामनित्यान् दीप्ताग्नीन् रूक्षांश्च प्रतिवासरम् ॥३४॥

Novamente, deve ser administrado o enema oleoso, no terceiro ou quarto dia, ou até que a gordura consiga ser bem digerida; aqueles pacientes que possuem profundo aumento de *vāta*, que fazem exercícios (atividades físicas) diariamente, que possuem poder digestivo forte e aqueles que estão muito secos podem ser submetidos ao enema oleoso diariamente. [33.2-34]

इति स्नेहैस्त्रिचतुरैः स्निग्धे स्रोतोविशुद्धये ।
निरूहं शोधनं युञ्ज्यादस्निग्धे स्नेहनं तनोः ॥३५॥

Após três ou quatro enemas oleosos, se o corpo estiver bem lubrificado, deve ser administrado o enema por decocção para purificação, para limpar os canais; se não estiver bem lubrificado, deve ser administrado apenas o enema oleoso. [35]

Nirūha basti vidhi (procedimento no enema por decocção) [36-38.1]

पञ्चमेऽथ तृतीये वा दिवसे साधके शुभे ।
मध्याह्ने किञ्चिदावृत्ते प्रयुक्ते बलिमङ्गले ॥३६॥
अभ्यक्तस्वेदितोत्सृष्टमलं नातिबुभुक्षितम् ।
अवेक्ष्य पुरुषं दोषभेषजादीनि चादरात् ॥३७॥
बर्स्ति प्रकल्पयेद्वैद्यस्तद्विद्यैर्बहुभिः सह ।

No quinto ou terceiro dia (após o enema oleoso), em um horário auspicioso, um pouco depois do meio dia, após realizar rituais auspiciosos, após a oleação e a sudação, após eliminar os resíduos (urina e fezes), depois de uma refeição leve, após cuidadosa consideração sobre a natureza do paciente, sobre os *doshas*, as drogas, etc., o médico, acompanhado por muitas pessoas hábeis nas terapias por enema, deve administrar o enema (decoção) ao paciente. [36-18.1]

Nirūhadravya kalpanā (preparação do enema por decoção) [38.2-62]

काथयेद्विंशतिपलं द्रव्यस्याष्टौ फलानि च ॥३८॥
 ततः काथाच्चतुर्थांशं स्नेहं वाते प्रकल्पयेत् ।
 पित्ते स्वस्थे च षष्ट्यांशमष्टमांशं कफेऽधिके ॥३९॥
 सर्वत्र चाष्टमं भागं कल्कान्द्रवति वा यथा ।
 नात्यच्छसान्द्रता वस्तेः पलमात्रं गुडस्य च ॥४०॥
 मधुपट्टादिशेषं च युक्त्या

Vinte *palas* (960 gramas) das drogas (enumeradas na prescrição) e oito (*madana*) *phalas* devem ser transformadas em uma decoção (com as dezesseis partes de água habituais e fervidas até que reste um quarto da quantidade); à decoção adiciona-se uma gordura (óleo, *ghee*, etc.), um quarto da quantidade para o tratamento de *vāta*; um sexto da quantidade para o tratamento de *pitta* e para pessoas saudáveis; e um oitavo da quantidade para o tratamento de *kapha*. A quantidade de *kalka* (pasta de algumas drogas que serão adicionadas à decoção) para todos os *doshas* e para pessoas saudáveis deve ser uma oitava parte (da decoção) e uma quantidade que não deixe a decoção nem muito espessa nem muito rala (após a mistura); depois deve ser adicionada a quantidade apropriada de mel e sal. [38.2-41.1]

सर्वं तदेकतः ।

उष्णाम्बुकुम्भीवाष्पेण तप्तं खजसमाहृतम् ॥४१॥
 प्रक्षिप्य वस्तौ प्रणयेत्पायौ नात्युष्णशीतलम् ।
 नातिस्निग्धं न वा रूक्षं नातितीक्ष्णं न वा मृदु ॥४२॥
 नात्यच्छसान्द्रं नोनातिमात्रं नापट्टु नाति च ।
 लवणं तद्वदम्लं च

Todos estes ingredientes devem ser misturados, batidos em uma batedeira e aquecidos conservando-se o recipiente na água quente ou no vapor de uma vasilha até que fiquem mornos. Esta preparação deve ser colocada dentro da bolsa do enema nesta condição, nem muito quente, nem muito fria, nem muito gordurosa, nem muito seca, nem muito forte, nem muito fraca, nem muito espessa, nem muito rala, nem em quantidade demasiada, nem em quantidade insuficiente, nem demasiadamente salgada, nem insuficientemente salgada, e da mesma forma com o sabor azedo (nem muito, nem pouco), sendo então introduzida no reto. [41.2-43.1]

पठन्त्यन्ये तु तद्विदः ॥४३॥
 मात्रां त्रिपलिकां कुर्यात्स्नेहमाक्षिकयोः पृथक् ।
 कर्षाद्धं माणिमन्थस्य स्वस्थे कल्कपलद्वयम् ॥४४॥
 सर्वद्रवाणां शेषाणां पलानि दश कल्पयेत् ।

Alguns especialistas (em terapia por enemas) afirmam que a quantidade de gorduras (óleo, *ghee*) e de mel deveria ser três *palas* para cada um (individualmente). Segundo eles, quantidade de *mānimantha* (o sal *saindhava*) para pessoas saudáveis deveria ser meio *karsa* (um quarto de *pala* = 12 gramas); a quantidade de *kalka* (a pasta de drogas) deveria ser dois *palas* (96 gramas) e a quantidade de todos os demais líquidos juntos deveria ser dez *palas* (480 gramas). [43.2-45.1]

माक्षिकं लवणं स्नेहं कल्कं काथमिति क्रमात् ॥४५॥
 आवपेत निरूहाणामेष संयोजने विधिः ।

Mel, sal, gordura, pasta e decocção devem ser misturados, sucessivamente, nesta ordem (um após o outro) – esta deve ser a forma de misturar os materiais para a decocção por enema. [45.2-46.1]

उत्तानो दत्तमात्रे तु निरूहे तन्मना भवेत् ॥४६॥
 कृतोपधानः सञ्जातवेगश्चोत्कटकः सृजेत् ।

Após receber o enema, o paciente deve deitar-se com sua face voltada para cima, com um travesseiro (sob sua cabeça), mentalmente atento ao enema; após sentir a necessidade ele deve eliminar as fezes sentando-se sobre os calcanhares. [46.2-47.1]

आगतौ परमः कालो मुहूर्तो मृत्यवे परम् ॥४७॥
 तत्रानुलोमिकं स्नेहक्षारमूत्राम्लकल्पितम् ।
 त्वरितं स्निग्धतीक्ष्णं बस्तिमन्यं प्रपीडयेत् ॥४८॥
 विदद्यात्फलवर्तिं वा स्वेदनोत्रासनादि च ।

O tempo máximo para o material do enema ser eliminado é de um *muhūrta* (48 minutos), após este período ele é uma causa de morte; portanto, um outro enema purgativo preparado com gorduras, álcalis, urina (de animais, como a vaca) e substâncias azedas e que possua propriedades oleosas, penetrantes e quentes deve ser administrado imediatamente; ou então, deve ser preparado um supositório preparado a partir de frutas e introduzido no reto; deve-se recorrer também à terapia de sudação e à provocação de medo. [47.2-49.1]

स्वयमेव निवृत्ते तु द्वितीयो बस्तिरिष्यते ॥४९॥
 तृतीयोऽपि चतुर्थोऽपि यावद्वा सुनिरूढता ।

Se os materiais forem eliminados espontaneamente, podem ser aplicados o segundo, o terceiro ou o quarto enema ou quantos forem necessários até que o paciente desenvolva sintomas indicadores de uma terapia de enema por decocção adequada. [49.2-50.1]

विरिक्तवच्च योगादीन्विद्यात्

Os sintomas referentes aos acessos são semelhantes àqueles da terapia de purgação. [50.2]

योगे तु भोजयेत् ॥५०॥
 कोष्णेन वारिणा स्नातं तनुधन्वरसौदनम् ।
 विकारा ये निरूढस्य भवन्ति प्रचलैर्मलैः ॥५१॥
 ते सुखोष्णाम्बुसिक्तस्य यान्ति भुक्तवतः शमम् ।

Após o aparecimento dos sintomas desejados, o paciente deve tomar um banho com água morna e ingerir uma refeição de arroz com caldo de carne de animais que habitam terras desérticas. As complicações do enema por decocção, causadas pela circulação de *malas* (*doshas*) desaparecerão em decorrência do banho com água morna e da refeição. [50.2-52.1]

अथ वातार्दितं भूयः सद्य एवानुवासयेत् ॥५२॥

Se o paciente tornar-se perturbado pelo (aumento de) *vāta* ele deve ser tratado com um enema oleoso imediatamente (no mesmo dia). [52.2]

सम्यग्घोनातियोगाश्च तस्य स्युः स्नेहपीतवत् ।
किञ्चित्कालं स्थितो यश्च सपुरीषो निवर्तते ॥५३॥
सानुलोमानिलः स्नेहस्तत्सिद्धमनुवासनम् ।

Os sintomas de uma administração (de enema por decocção) adequada, inadequada e excessiva são os mesmos daqueles apresentados na terapia de “ingestão de gorduras”.

O material (gordura) do enema eliminado juntamente com fezes, após permanecer no interior do corpo por algum tempo, seguido pelo movimento descendente de flatos são os sintomas de uma terapia de enema oleoso adequada. [53-54.1]

एकं त्रीन् वा बलासे तु स्नेहवस्तीन् प्रकल्पयेत् ॥५४॥
पञ्च वा सप्त वा पित्ते, नवैकादश वाऽनिले ।
पुनस्ततोऽप्ययुग्मांस्तु पुनरास्थापनं ततः ॥५५॥

Devem ser administrados um a três enemas oleosos para o (tratamento de) *balāsa* (*kapha*) aumentado, cinco a sete para *pitta* e nove ou onze para *anila* (*vāta*). O enema por decocção deve ser administrado novamente nos dias ímpares (terceiro, quinto, sétimo, etc.). [54.2-55]

कफपित्तानिलेष्वन्नं यूषक्षीररसैः क्रमात् ।

O alimento (a refeição com arroz) deve ser ingerido juntamente com a sopa (de grãos), leite e caldo de carne, nos distúrbios de *kapha*, *pitta* e *anila* (*vāta*), respectivamente. [56.1]

वातघ्नौषधनिष्काथत्रिवृतासैन्धवैर्युतः ॥५६॥
बस्तिकोऽनिले स्निग्धः स्वाद्म्लोष्णो रसान्वितः ।

No caso de (aumento de) *vāta*, (o ideal é que seja) administrado um enema composto pela decocção de drogas que aliviam *vāta*, *trivrt* e *saindhava* misturada com gorduras e líquidos de sabores doce e azedo, aquecidos até ficarem mornos. [56.2-57.1]

न्यग्रोधादिगणकाथपद्मकादिसितायुतौ ॥५७॥
पित्ते स्वादुहिमौ साज्यक्षीरेक्षुरसमाक्षिकौ ।

No caso de (aumento de) *pitta*, (o ideal é que sejam) administrados dois enemas compostos pela decocção de drogas dos grupos *nyagrodhādi* e *padmakādi* (ver capítulo V), que tenham sabor doce e estejam frios, misturados com *ghee*, leite, caldo de cana e mel. [57.2-58.1]

आरग्वधादिनिष्काथवत्सकादियुतास्त्रयः ॥५८॥
रूक्षाः सक्षौद्रगोमूत्रास्तीक्ष्णोष्णकटुकाः कफे ।

No caso de (aumento de) *kapha*, (o ideal é que sejam) administrados três enemas compostos pela decocção de drogas dos grupos *āragvadhādi* e *vatsakādi* (ver capítulo V), secos (que não foram adicionados com gorduras) e misturados com mel, urina de vaca e que possuam propriedades penetrantes, quentes e picantes. [58.2-59.1]

त्रयस्ते सन्निपातेऽपि दोषान् घ्नन्ति यतः क्रमात् ॥५९॥

No caso de (aumento de) todos os *doshas* simultaneamente, estes três tipos de enemas eliminarão os *doshas*, respectivamente, um após o outro. [59.2]

त्रिभ्यः परं वस्तिमतो नेच्छन्त्यन्ये चिकित्सकाः ।
न हि दोषश्चतुर्थोऽस्ति पुनर्दीयेत यं प्रति ॥६०॥

Alguns médicos não recomendam nenhum outro enema além destes três porque não existe um quarto *dosha* que torne necessária a aplicação de um outro enema. [60]

उत्क्लेशनं शुद्धिकरं दोषाणां शमनं क्रमात् ।
त्रिधैव कल्पयेद्बस्तिमित्यन्येऽपि प्रचक्षते ॥६१॥

Outros afirmam que apenas três tipos de enemas devem ser preparados, aquele que provoca aumento dos *doshas*, que promove a purificação (através da

स्नेहवस्ति निरूहं वा नैकमेवातिशीलयेत् ॥६५॥
 उत्कलेशाग्निघ्नौ स्नेहान्निरूहान्मरुतो भयम् ।
 तस्मान्निरूढः स्नेह्यः स्यान्निरूह्यश्चानुवासितः ॥६६॥
 स्नेहशोधनयुक्त्यैवं वस्तिकर्म त्रिदोषजित् ।

Tanto o enema oleoso como o enema por decocção não devem ser administrados, sozinhos, em um número maior. Com um maior número de enemas oleosos surgirão náuseas e perda do poder digestivo e com um número maior de enemas por decocção há o risco de (um aumento de) *vāta*. Portanto, os pacientes que foram submetidos ao enema por decocção devem receber o enema oleoso e os pacientes que foram submetidos ao enema oleoso devem receber o enema por decocção. A terapia com enemas dominará os três *doshas* apenas quando promover tanto a lubrificação como a purificação. [65.2-67.1]

Mātra basti [67.2-69]

ह्रस्वया स्नेहपानस्य मात्रया योजितः समः ॥६७॥
 मात्रावस्तिः स्मृतः स्नेहः

O enema oleoso composto de material (líquido) equivalente à quantidade mínima de óleo utilizada para a “terapia com ingestão de óleo” é conhecido como *mātra basti*. [67.2-68.1]

शीलनीयः सदा च सः ।
 बालवृद्धाध्वभारस्त्रीन्यायामासक्तचिन्तकैः ॥६८॥
 वातभग्नावलाल्पाग्निनृपेश्वरसुखात्मभिः ।
 दोषघ्नो निष्परीहारो बल्यःसृष्टमलःसुखः ॥६९॥

Ele deve ser sempre utilizado para crianças, idosos, para aqueles que estão habituados a longas caminhadas, que costumam carregar peso, que se entregam às mulheres e aos exercícios (atividades físicas), para aqueles que pensam muito, que sofrem de (doenças de) *vāta*, que estão acometidos por fraturas, fraqueza, que possuem atividade digestiva pobre; para reis, pessoas ricas e pessoas que vivem felizes. Ele domina os *doshas*, não necessita de regime rígido, promove o vigor, elimina os resíduos (fezes, urina, etc.) facilmente e é confortável. [68.2-69]

Uttarabasti (enema ou ducha uretral e vaginal) [70-73.1]

बस्तौ रोगेषु नारीणां योनिगर्भाशयेषु च ।
द्वित्रास्थापनशुद्धेभ्यो विदध्याद्बस्तिमुत्तरम् ॥७०॥

Nas doenças da bexiga, da vagina e útero nas mulheres, deve ser administrado *uttarabasti*, para aqueles que foram purificados por dois ou três enemas por decocção (retais). [70]

आतुराङ्गुलमानेन तत्रैत्रं द्वादशाङ्गुलम् ।
वृत्त गोपुच्छवन्मूलमध्ययोः कृतकर्णिकम् ॥७१॥
सिद्धार्थकप्रवेशाग्रं श्लक्ष्णं हेमादिसम्भवम् ।
कुन्दाश्वमारसुमनः पुष्पवृन्तोपमं दृढम् ॥७२॥

A mangueira deve ter doze *angula* de comprimento, baseando-se nos dedos do próprio paciente, deve ser arredondado (tubular) semelhante ao rabo de uma vaca em sua raiz (porção superior) e dotado de um sulco no meio (no centro); sua abertura (na porção inferior ou extremidade) deve permitir a passagem de uma semente de mostarda, deve ser macia, feita de ouro e outros metais, semelhante ao talo de flores como *kunda*, *ásvamāra* e *sumanas*, e deve ser forte. [71-72]

तस्य बस्तिर्मृदुलघुर्मात्रा शुक्तिर्विकल्प्य वा ।

O material (líquido) do enema deve ser moderado (no vigor), leve (fácil de agir), sua quantidade deve ser um *śukti* (dois *karsas* ou meio *pala* = 24 gramas) ou frações disto. [73.1]

Uttarabasti vidhi (procedimento) [73.2-82]

अथ स्नाताशितस्यास्य स्नेहबस्तिविधानतः ॥७३॥
ऋजोः सुखोपविष्टस्य पीठे जानुसमे मृदौ ।
दृष्टे मेढ्रे स्थिते चर्जौ शनैः स्रोतोविशुद्धये ॥७४॥
सूक्ष्मां शलाकां प्रणयेत्तया शुद्धेऽनुसेवनि ।
आमेहनान्तं नेत्रं च निष्कम्पं गुदवत्ततः ॥७५॥
पीडितेऽन्तर्गते स्नेहे स्नेहबस्तिक्रमो हितः ।

Depois, o paciente deve banhar-se e ingerir alimentos de acordo com a dieta prescrita para o enema oleoso. Deve-se pedir que permaneça sentado, ereto em um assento (banco) macio, da altura de seus joelhos, seu pênis deve ser colocado reto (pelo médico) e a sonda fina deve ser lentamente inserida (através da uretra) para limpar o canal. Após limpar a passagem, a mangueira de enema deve ser inserida ao longo da linha da sutura, em toda a extensão do canal uretral (até que a bexiga seja alcançada), sem sacudir, e a bolsa com o enema deve ser pressionada, assim como (descrito) para o enema retal, impulsionando a gordura (óleo, *ghee*, etc.) para dentro da bexiga. Este é o método ideal (para a aplicação do enema uretral). [73.2-76.1]

बस्तीननेन विधिना दद्यात्रीश्वतुरोऽपि वा ॥७६॥
अनुवासनवच्छेषं सर्वमेवास्य चिन्तयेत् ।

Devem ser administrados, desta maneira, três ou quatro enemas; todos os demais procedimentos (cuidados após a aplicação, alimentação, etc.) são planejados de forma semelhante àqueles da terapia com enema oleoso. [76.2-77.1]

स्त्रीणामार्तवकाले तु योनिर्गृह्णात्यपावृतेः ॥७७॥
विदधीत तदा तस्मादनृतावपि चात्यये ।
योनिविभ्रंशशूलेषु योनिव्यापद्यसृग्दरे ॥७८॥

Nas mulheres, o enema (a ducha) vaginal ou uterino deve ser administrado apenas durante o período menstrual, pois apenas então ele (o útero) não está ocluído (em outras palavras, ele está aberto) e desta forma pode reter o material; ele pode ser administrado fora do período menstrual, em caso de emergência, em doenças como prolapso e dor no útero ou vagina, em outras doenças do útero e da vagina e na menorragia. [77.2-78]

नेत्रं दशाङ्गुलं मुद्गप्रवेशं चतुरङ्गुलम् ।
अपत्यमार्गे योज्यं स्याद् द्वाङ्गुलं मूत्रवर्त्मनि ॥७९॥
मूत्रकृच्छ्रविकारेषु, बालानां त्वेकमङ्गुलम् ।

A mangueira (para este enema) deve ter dez *angulas* de comprimento, permitindo a passagem de um grão de *mudga* (*Phaseolus radiatus*); devem ser inseridos quatro *angula* no caso da vagina e dois *angulas* no caso do canal

uretral em doenças como disúria, etc.; no caso de crianças, deve ser inserido um *angula*. [79-80.1]

प्रकुञ्चो मध्यमा मात्रा, बालानां शुक्तिरेवतु ॥८०॥

A quantidade média de líquido no enema é de um *prakuñca* (*pala* = 48 gramas) e para crianças, um *śukti* (meio *pala* = 24 gramas) apenas. [80.2]

**उत्तानायाः शयानायाः सम्यक् सङ्कोच्य सक्थिनी ।
ऊर्ध्वजान्वास्त्रिचतुरानहोरात्रेण योजयेत् ॥८१॥
बस्तीस्त्रिरात्रमेवं च स्नेहमात्रां विवर्द्धयन् ।
त्र्यहमेव च विश्रम्य प्रणिद्ध्यात्पुनस्त्र्यहम् ॥८२॥**

A mulher deve estar deitada (sobre uma cama) com sua face virada para cima e as pernas dobradas nos joelhos e o restante do corpo deve ser mantido ereto. Deve ser administrado o enema uretral ou vaginal três ou quatro vezes em um dia e noite; a administração deve continuar durante três dias aumentando-se apenas a quantidade de gordura (líquido do enema), diariamente; após um intervalo de três dias, ele deve ser administrado novamente durante outros três dias. [81-82]

Sāmānya basti kāla (períodos de administração de enemas em geral) [83-84]

**पक्षाद्विरेको वमिते ततः पक्षान्निरूहणम् ।
सद्यो निरूढश्चान्वास्यः सप्तरात्राद्विरेचितः ॥८३॥**

A terapia de purgação deve ser utilizada uma quinzena após a terapia emética; a terapia de enema por decocção deve ser utilizada uma quinzena (após a terapia purgativa); (a terapia por) enema oleoso deve ser administrada imediatamente após o enema por decocção, mas sete dias após a terapia purgativa. [83]

**यथा कुसुम्भादियुतात्तोयाद्रागं हरेत्पटः ।
तथा द्रवीकृताद्देहाद्वस्तिर्निर्हरते मलान् ॥८४॥**

Assim como um tecido absorve a coloração depois que a água é misturada com (fervida com) *kusumbha*, etc. (e outros corantes), da mesma forma, o enema absorve os *malas* (*doshas*) do corpo úmido. [84]

Basti cikitsā śresthata (importância da terapia por enema) [85-87.1]

शाखागताः कोष्ठगताश्च रोगा मर्मोर्ध्वसर्वावयवाङ्गजाश्च ।
 ये सन्ति तेषां न तु कश्चिदन्यो वायोः परं जन्मनि हेतुरस्ति ॥८५॥
 विटश्लेष्मपित्तादिमलोच्चयानां विक्षेपसंहारकरः स यस्मात् ।
 तस्यातिवृद्धस्य शमाय नान्यद्वस्तेर्विना भेषजमस्ति किञ्चित् ॥८६॥
 तस्माच्चिकित्साद् इति प्रदिष्टः कृत्स्ना चिकित्साऽपि च बस्तिकेः ।

Para todas as doenças que estão localizadas nas extremidades, no trato alimentar, nos órgãos vitais, em todos os órgãos localizados acima dos ombros, não há outra causa mais importante que *vāyu (vāta)*; ele (*vāta*) é o responsável pelo transporte e destruição das fezes aumentadas, de *ślesman (kapha)*, *pitta* e outros *malas* (resíduos). Para aliviar (trazer para a normalidade) o *vāta* extremamente aumentado, não há outro tratamento (mais eficiente) que a terapia com enema. Portanto, ele é descrito como metade do tratamento (de todas as doenças) enquanto algumas outras (autoridades) afirmam que ele chega a ser o tratamento completo. [85-87.1]

तथा निजागन्तुविकारकारिरक्तौषधत्वेन शिरान्यघोऽपि ॥८७॥

Da mesma forma, *sirā vyadha* (veniseccção) é o tratamento (completo ou metade) para o sangue (em desequilíbrio ou aumentado) causador de doenças internas e externas. [87.2]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
 सूत्रस्थाने बस्तिविधिर्नामैकोनविंशतितमोऽध्यायः ॥ १९ ॥

Assim termina o décimo nono capítulo conhecido como “*Basti vidhi* (Procedimentos na terapia por enema)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XIX)

CAPÍTULO XX

विशोऽध्यायः ।

NASYA VIDHI

(Procedimento na medicação nasal)

अथातो नस्यविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Nasya vidhi* (Procedimento na medicação nasal)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

ऊर्ध्वजत्रुविकारेषु विशेषान्नस्यमिष्यते ।
नासा हि शिरसो द्वारं तेन तद्व्याप्य हन्ति तान् ॥ १ ॥

Nasya (medicação nasal) é especialmente indicada para (o tratamento de) doenças da região acima dos ombros; o nariz é a porta de entrada para a cabeça, infiltrando-se através do mesmo, ela (a medicação nasal) cura estas doenças. [1]

Nasya também é conhecida como *nastahkarma* e *nāvana*.

Trividha nasya (três tipos de medicação nasal) [2-6]

विरेचनं बृंहणं च शमनं च त्रिधाऽपि तत् ।

Ela (a medicação nasal) é de três tipos: *virecana* (purgativa), *brmhana* (nutritiva) e *śamana* (paliativa). [2.1]

विरेचनं शिरः शूलजाड्यस्यन्दगलामये ॥ २ ॥
शोफगण्डकृमिग्रन्थिकुष्ठापस्मारपीनसे ।

Virecana nasya (medicação nasal purgativa) está indicada nas cefaléias, na perda de movimentos da cabeça, na oftalmia, nas doenças da garganta, no edema, no aumento de glândulas, nas verminoses, nos tumores, na hanseníase (e outras doenças de pele), epilepsia e rinite. [2.2-3.1]

बृंहणं वातजे शूले सुर्यावर्ते स्वरक्षये ॥ ३ ॥
नासास्यशोषे वाक्सङ्गे कृच्छ्रबोधेऽवबाहुके ।

Brmhana (a terapia através de medicação nasal nutritiva) está indicada para cefaléia causada por *vāta*, enxaqueca, perda da voz, secura do nariz e da boca, dificuldade para falar e abrir os olhos e *apabāhuka* (dificuldade de movimentar o braço). [3.2-4.1]

शमनं नीलिकान्यङ्गकेशदोषाक्षिराजिषु ॥ ४ ॥

Śamana (a medicação nasal paliativa) é necessária nos casos de manchas azuladas (sobre a pele), manchas de diferentes colorações na face, doenças dos cabelos e dos olhos. [4.2]

यथास्वं यौगिकैः स्नेहैर्यथास्वं च प्रसाधितैः ।
कल्ककाथादिभिश्चाद्यं मधुपट्टासवैरपि ॥ ५ ॥

O primeiro tipo (purgativa) consiste na administração da gordura (óleo) indicada para a doença, processada com drogas apropriadas, na forma de pasta, decocção, etc., e misturada com mel, sal e *āsava* (infusão fermentada). [5]

बृंहणं धन्वमांसोत्थरसासृक्स्त्रपुरैरपि ।
शमनं योजयेत्पूर्वैः क्षीरेण सलिलेन वा ॥ ६ ॥

Brmhana (nutritiva) consiste na administração de caldo de carne ou sangue de animais que habitam terras desérticas misturado com *khapura* (extrato de plantas, resinas, goma, etc.) *Śamana* (paliativa) consiste da administração do anterior (caldo de carne ou sangue de animais que habitam desertos), leite ou mesmo água. [6]

Anya nasya prakārah (outros tipos de medicação nasal) [7-9.1]

मर्शश्च प्रतिमर्शश्च द्विधा स्नेहोऽत्र मात्रया ।
कल्काद्यैरवपोडस्तु स तीक्ष्णैर्मूर्द्धरेचनः ॥ ७ ॥

Marśa e *pratimarśa* são as duas subdivisões de *sneha nasya* (medicação nasal com material oleoso) baseadas na quantidade (de gorduras utilizadas). *Avapīda* consiste na administração de *kalka* (pasta, caldo fresco, decocção) e é um tipo de purgativo forte para a cabeça. [7]

ध्मानं विरेचनश्चूर्णो युञ्ज्यात्तं मुखवायुना ।
षट्कुलद्विमुखया नाड्या भेषजगर्भया ॥ ८ ॥
स हि भूरितरं दोषं चूर्णत्वादपकर्षति ।

Dhmāna é administrado na forma de pó (para ser soprado dentro do nariz) e é um purgativo. É administrado soprando para dentro da narina, com a ajuda do ar da boca, o pó contido em um tubo de seis *angulas* de comprimento, com abertura em ambas as extremidades. Ele puxa para fora os *doshas* (muito) aumentados por estar na forma de pó. [8-9.1]

Nasya mātrā (quantidade de gotas nasais) [9.2-11.1]

प्रदेशिन्यङ्गुलीपर्वद्वयान्मग्नसमुद्धृतात् ॥ ९ ॥
यावत्पतत्यसौ बिन्दुर्दशाष्टौ षट् क्रमेण ते ।
मर्शस्योत्कृष्टमध्योना मात्रास्ता एव च क्रमात् ॥ १० ॥
बिन्दुद्वयोनाः कल्कादेः

A quantidade de líquido deslocado com a imersão de duas polpas do indicador, em qualquer líquido, e retirando o dedo, (consiste em) um *bindu* (uma gota). Dez, oito e seis destas gotas representam as doses máxima, intermediária (moderada) e mínima, respectivamente, do tipo *marśa* de medicação nasal. Com relação ao *kalka*, etc. (pasta, caldo fresco, decocção), as doses são menores que dois *bindu* (gotas), (em outras palavras, as doses máxima, média e mínima do tipo *avapīdaka* de *nasya* são oito, seis e quatro gotas, respectivamente). [9.2-11.1]

Nasya anarhāh (pessoas contra-indicadas para medicação nasal) [11.2-13.1]

योजयेन्न तु नावनम् ।
तोयमद्यगरस्त्रेहपीतानां पातुमिच्छताम् ॥ ११ ॥
भुक्तभक्तशिरःस्नातस्नातुकामस्रुतासृजाम् ।
नवपीनसवेगार्तसूतिकाश्वासकासिनाम् ॥ १२ ॥

शुद्धानां दूत्तवस्तीनां तथाऽनातं वदुर्दिने ।
अन्यप्रात्ययिकाद्वाद्यधेः

A medicação nasal não deve ser administrada para pessoas que acabaram de consumir água, vinho, venenos artificiais e gordura (como parte da terapia de oleação) ou que desejam consumir estes produtos (em breve), que acabaram de se alimentar, que já tomaram banho ou que desejam tomar banho (em breve), que se submeteram à terapia de veniseção (sangria ou que apresentaram um sangramento grave por outras causas), que estão acometidas por rinite aguda, que estão apresentando evidentes manifestações das necessidades naturais do corpo, mulheres no puerpério, pacientes com dispnéia e tosse, aqueles que foram submetidos à terapia de purificação (emética e purgativa), que acabaram de ser submetidos ao enema, em estações não favoráveis e em dias nublados, exceto em casos de emergência durante as doenças. [11.2-13.1]

Nasya kāla (período de administração da medicação nasal) [13.2-16.1]

अथ नस्यं प्रयोजयेत् ॥१३॥
प्रातः श्लेष्मणि, मध्याह्ने पित्ते, सायंनिशोश्चले ।
स्वस्थवृत्ते तु पूर्वाह्ने शरत्कालवसन्तयोः ॥१४॥
शीते मध्यंदिने, ग्रीष्मे सायं वर्षासु सातपे ।
वाताभिभूते शिरसि हिध्मायामपतानके ॥१५॥
मन्यास्तम्भे स्वरभ्रंशे सायंप्रातर्दिनेदिने ।

A medicação nasal deve ser administrada pela manhã para (aumento de) *ślesman* (*kapha*), durante o meio do dia para *pitta*, à noite ou anoitecer para *vāta*; para aqueles que estão saudáveis (ela deve ser administrada) de manhã durante *śarat* (outono) e *vasanta* (primavera), ao meio-dia durante *grīśma* (verão) e quando houver luz do sol, durante *varsa* (estação chuvosa). Nas doenças da cabeça causadas por *vāta*, soluços, tétano, doenças convulsivas, rigidez no pescoço e rouquidão, ela deve ser administrada à noite e pela manhã, diariamente. [13.2-16.1]

एकाहान्तरमन्यत्र सप्ताहं च तदाचरेत् ॥१६॥

Em outras doenças, deve ser administrada com intervalos de um dia e durante um período de sete dias. [16.2]

Nasya vidhi (procedimento para a medicação nasal) [17-21.1]

स्निग्धस्विन्नोत्तमाङ्गस्य प्राकृतावश्यकस्य च ।
 निवातशयनस्थस्य जत्रूर्ध्वं स्वेदयेत् पुनः ॥१७॥
 अथोत्तानर्जुदेहस्य पाणिपादे प्रसारिते ।
 किञ्चिदुन्नतपादस्य किञ्चिन्मूर्द्धनि नामिते ॥१८॥
 नासापुटं पिधायैकं पर्यायेण निषेचयेत् ।
 उष्णाम्बुतप्तं भैषज्यं प्रणाड्या पिचुनाऽथवा ॥१९॥
 दत्ते पादतलस्कन्धहस्तकर्णादि मर्दयेत् ।
 शनैरुच्छिद्य निष्ठोवेत्पार्श्वयोरुभयोस्ततः ॥२०॥
 आभेषजक्षयादेवं द्विस्त्रिर्वा नस्यमाचरेत् ।

A cabeça da pessoa que satisfizes suas necessidades essenciais (de eliminação de urina e fezes, escovação de dentes e boca, etc.), anteriormente, deve ser untada com óleo e submetida à fomentação. Ela deve ser deitada (em uma cama) em um quarto sem brisas, a região acima de seus ombros deve ser fomentada novamente, ela deve ser deitada corretamente com a face voltada para cima, estendendo seus braços e suas pernas; as pernas ligeiramente levantadas e a cabeça ligeiramente abaixada; depois o medicamento, levemente aquecido com ajuda de água quente, deve ser colocado em um tubo ou embebido em um pedaço de pano e instilado em cada narina, alternadamente, conservando a outra fechada. Após a instilação, a sola dos pés, o pescoço, a palma das mãos, as orelhas, etc. devem ser massageadas (levemente); o paciente deve virar-se para o lado e assoar até que todo o medicamento seja eliminado.

Desta forma, devem ser administradas duas ou três medicações nasais. [17-21.1]

मूर्च्छायां शीततोयेन सिञ्चेत्परिहरन् शिरः ॥२१॥

Se o paciente desmaiar (perder a consciência) deve-se aspergir água fria sobre ele, evitando a aspensão sobre a cabeça. [21.2]

Sneha nasya (medicação nasal com material oleoso) [22-25]

स्नेहं विरेचनस्यान्ते दद्याद्दोषाद्यपेक्षया ।

A medicação nasal com substâncias oleosas deve ser administrada no final da aplicação das medicações nasais purgativas, considerando-se os *doshas*, etc. [22.1]

नस्यान्ते वाक्शतं तिष्ठेदुत्तानः धारयेत्ततः ॥२२॥
धूमं पीत्वा कवोष्णाम्बुकवलान् कण्ठशुद्धये ।

Após a completa aplicação da medicação nasal, o paciente deve deitar-se com a face voltada para cima, durante o período necessário para proferir cem sílabas; depois ele deve inalar fumaça (de drogas) e fazer gargarejos com água morna muitas vezes, de forma a limpar a garganta. [22.2-23.1]

सम्यक्स्निग्धे सुखोच्छ्वासस्वप्नवोधाक्षपाटवम् ॥२३॥

Expirar sem dificuldades, dormir e acordar com facilidade e órgãos sensoriais aguçados são os sinais de que a terapia nasal lubrificante foi realizada adequadamente. [23.2]

रुक्षेऽक्षिस्तग्धता शोषो नासास्ये मूर्द्धशून्यता ।

Perda dos movimentos dos olhos, secura no nariz e da boca e sensação de vazio dentro da cabeça são os sinais de secura (ou lubrificação inadequada). [24.1]

स्निग्धेऽति कण्डूगुरुताप्रसेकारुचिपीनसाः ॥२४॥

Prurido, sensação de peso da cabeça, excesso de salivação, anorexia e rinite são sinais de excesso de terapia de lubrificação. [24.2]

सुधिरित्तेऽक्षिलघुतावक्त्रस्वरविशुद्धयः ।
दुधिरित्ते गदोद्रेकः, क्षामताऽतिधिरिचित्ते ॥२५॥

A terapia de purgação nasal feita adequadamente proporciona luminosidade aos olhos, limpa a boca e clareia a voz; a terapia de purgação inadequada causa exacerbação das doenças e a terapia excessiva leva ao emagrecimento. [25]

Pratimarśa nasya [26-3.1]

प्रतिमर्शः क्षतक्षामबालवृद्धसुखात्मसु ।
प्रयोज्योऽकालवर्षेऽपि न त्विष्टो दुष्टपीनसे ॥२६॥

मद्यपीतेऽबलश्रोत्रे कृमिदूषितमूर्धनि ।
उत्कृष्टोत्कृष्टदोषे च, हीनमात्रतया हि सः ॥२७॥

Pratimarśa pode ser administrada naqueles que apresentam ulcerações (ferimentos), que estão emagrecidos, em crianças, idosos e para aqueles que levam uma vida feliz; ela pode ser administrada também durante períodos não indicados (estações, dias, etc.) e durante a estação chuvosa. Ela não está indicada nas rinites malignas (crônicas), para aqueles que beberam vinho, cujos ouvidos (audição) estão fracos, que estão com a cabeça infestada com parasitas, naqueles em quem os *doshas* estão extremamente aumentados e movendo-se de um lugar para outro; nestes casos ela é contra-indicada por causa de sua pequena quantidade. [26-27]

निशाद्भुक्तवान्ताहःस्वप्नाध्वश्रमरेतसाम् ।
शिरोभ्यञ्जनगण्डूषप्रस्नाघाञ्जनवर्चसाम् ॥२८॥
दन्तकाष्ठस्य हासस्य योज्योऽन्तेऽसौ द्विबिन्दुकः ।

Ela deve ser administrada no final da noite, do dia, da refeição, em casos de vômitos, depois do sono diurno, de caminhadas longas, em casos de fadiga, depois de relações sexuais, de banho de óleo sobre a cabeça, de gargarejos, da micção, da aplicação de colírio, da evacuação, do uso de escovas de dentes e após (acessos de) risadas; sua dose é de dois *bindus* (gotas). [28-29.1]

पञ्चसु स्रोतसां शुद्धिः, क्लमनाशस्त्रिषु क्रमात् ॥२९॥
दृग्बलं पञ्चसु, ततो दन्तदार्ढ्यं मरुच्छमः ।

Nas primeiras cinco condições, ela limpa (clareia) os canais; nas próximas três ela alivia a fadiga; nas próximas cinco, melhora a visão; na próxima, ela aumenta a firmeza (dureza) dos dentes; e na última condição ela alivia *māruta* (*vāta*). [29.2-30.1]

Kriyā nisiddha vayas (idade contra-indicada para as terapias) [30.2-36]

न नस्यमूनसप्ताब्दे नातीताशीतिवत्सरे ॥३०॥
न चोनाष्टादशे धूमः, कवलो नोनपञ्चमे ।
न शुद्धिरूनदशमे न चातिक्रान्तसप्ततौ ॥३१॥

Nasya (medicação nasal) não deve ser administrada para aqueles com menos de sete anos e mais de oitenta anos de idade; *dhūma* (inalação de fumaça de drogas) não deve ser aplicada para aqueles com menos de dezoito anos; *kavala* (gargarejos), para aqueles com menos de cinco anos; *śodhana* (terapia de purificação, emética, purgativa, etc.), para aqueles com menos que dez anos e mais que setenta anos de idade. [30.2-31]

आजन्ममरणं शस्तः प्रतिमर्शस्तु बस्तिवत् ।
मर्शवच्च गुणान् कुर्यात्स हि नित्योपसेवनात् ॥३२॥
न चात्र यन्त्रणा नापि व्यापद्भयो मर्शवद्भयम् ।

Pratimarśa (um tipo de medicação nasal) é benéfica desde o nascimento até a morte, assim como a terapia por enema, ela proporciona benefícios semelhantes a *marśa* (um outro tipo de medicação nasal) se utilizada diariamente, não requer nenhum controle (com relação à alimentação e às atividades) e não apresenta riscos como *marśa*. [32-33.1]

तैलमेव च नस्यार्थं नित्याभ्यासेन शस्यते ॥३३॥
शिरसः श्लेष्मधामत्वात्क्षेहाः स्वस्थस्य नेतरे ।

Apenas o óleo (medicinal) é ideal para ser utilizado diariamente para medicação nasal, porque a cabeça é o local de residência de *kapha* e nenhuma outra gordura pode conservá-la saudável. [33.2-34.1]

आशुक्लच्चिरकारित्वं गुणोत्कर्षापकृष्टता ॥३४॥
मर्शं च प्रतिमर्शं च विशेषो न भवेद्यदि ।
को मर्शं सपरीहारं सापदं च भजेत्ततः ॥३५॥
अच्छपानविचाराख्यौ कुटीवातातपस्थितौ ।
अन्वासमात्रावस्ती च तद्वदेव विनिर्दिशेत् ॥३६॥

Ação imediata e ação retardada, mais benefícios e menos benefícios são os resultados de *marśa* e *pratimarśa*, respectivamente. Se não existissem diferenças entre elas, quem indicaria o uso de *marśa*, que está associada com o controle (quanto aos alimentos e atividades) e com riscos (de complicações)? Outras terapias como *acchapāna* (ingestão das substâncias oleosas isoladamente) e *vicāranā* (ingestão das substâncias oleosas associadas com alimentos, etc.), *kutī praveśika* (um tipo de terapia de rejuvenescimento) e *vātātāpika* (outro tipo de

terapia de rejuvenescimento), *anuvāsana* (enema oleoso) e *mātrā basti* (enema oleoso com pouquíssimo óleo) também devem ser consideradas quanto a estas diferenças. [34.2-36]

Ação (efeito) imediata e mais benefícios são obtidos através do uso do tipo *marśa* de *nasya*, mas trata-se de uma terapia mais difícil de controlar e pode originar complicações; o tipo *pratimarśa* de *nasya* é simples, não origina complicações mas é uma terapia lenta na ação (efeito) e os benefícios são poucos; portanto, muitas vezes, o tipo *marśa* é a terapia de escolha por causa de seu efeito rápido e maiores benefícios. Da mesma forma, terapias como *acchapāna*, *kuṭī praveśika* e *anuvāsana basti*, apesar de difíceis e arriscadas, são escolhidas em preferência à *vicāranā*, *vātātapika* e *mātrā basti* que são simples e não oferecem riscos. O ideal é selecionar o método que proporciona rapidez e maiores benefícios e proceder com cuidado evitando as complicações.

Anu taila (óleo medicinal para terapia nasal) [37-38]

जीवन्तीजलदेवदारुजलदत्वक्सेव्यगोपीहिमं
 दार्वीत्वक्मधुकम्लवागुरुवरीपुण्ड्राह्विल्वोत्पलम् ।
 घावन्यौ सुरभि स्थिरे कृमिहरं पत्रं त्रुटि रेणुकां
 किञ्जल्कं कमलाद्वलां शतगुणे दिव्येऽस्मसि काथयेत् ॥३७॥
 तैलाद्रसं दशगुणं परिशेष्य तेन तैलं पचेत् सलिलेन दशैव वारान् ।
 पाके क्षिपेच्च दशमे सममाजदुग्धं नस्यं महागुणमुशन्यणुतैलमेतत् ॥३८॥

Jīvantī, *jala*, *devadāru*, *jalada*, *tvak*, *sevyā*, *gopī*, *himā*, *dārvītvak*, *madhuka*, *plava*, *aguru*, *varī*, *pundrāhva*, *bilva*, *utpala*, os dois tipos de *dhāvanī*, *surabhi*, os dois tipos de *sthirā*, *krmihara*, *patra*, *truṭī*, *renuka*, *kiñjalka*, *kamala* e *balā* – estes ingredientes devem ser fervidos em cem partes de água de chuva (ou água pura) e a decocção deve ser reduzida a um décimo; a esta (decocção) adiciona-se igual quantidade de *taila* (óleo de gergelim) e a preparação deve ser cozida cem vezes. Durante o décimo cozimento, adiciona-se igual quantidade de leite de cabra (a mesma quantidade de óleo) e a preparação deve ser completamente cozida. Este óleo, conhecido como *Anu taila*, utilizado como gotas nasais, traz grandes benefícios. [37-38]

Há diferenças no método de preparação e na proporção dos ingredientes nesta fórmula em comparação com o método usual de preparação dos óleos medicinais. As

drogas para a preparação de *kalka* (pasta) são as mesmas utilizadas para a decocção, quando não estão mencionadas drogas separadas.

Nasya phala (benefícios da medicação nasal) [39]

घनोन्नतप्रसन्नत्वक्स्कन्धग्रीवास्यवक्षसः ।
दृढेन्द्रियास्तपलिता भवेयुर्नस्यशोलिनः ॥३९॥

A pele, os ombros, o pescoço, a face e o tórax tornam-se compactos, bem desenvolvidos e brilhantes; as partes do corpo e os órgãos sensoriais tornam-se fortes e os cabelos brancos desaparecem; estes sintomas serão obtidos pelas pessoas que utilizam a medicação nasal como hábito. [39]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्राग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने नस्यावधिर्नाम विशोऽध्यायः ॥२०॥

Assim termina o vigésimo capítulo conhecido como “*Nasya vidhi* (Procedimentos na medicação nasal)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XX)

CAPÍTULO XXI

एकविंशतितमोऽध्यायः ।

DHUMAPANA VIDHI
(Inalação de fumaça)अथातो धूमपानविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माद्गुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Dhūmapāna vidhi* (Procedimento na inalação de fumaça de drogas)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

जत्र्ध्वकफवातोत्थविकाराणामजन्मने ।
उच्छेदाय च जातानां पिबेद्भूमं सदाऽऽत्मवान् ॥ १ ॥

A pessoa que deseja tomar cuidado consigo mesma (com sua saúde) deve inalar (diariamente) a fumaça (de drogas) para prevenir o início de doenças da região acima dos ombros, que surgem em decorrência do (aumento de) *kapha* e *vāta* e para a cura de doenças que já tiveram início. [1]

स्निग्धो मध्यः स तीक्ष्णश्च, घाते वातकफे कफे ।
योज्यः

A inalação de fumaça (de drogas) dos tipos *snigdha* (lubrificante), *madhya* (moderada) e *tīksna* (forte) deve ser administrada para (o aumento de) *vāta*, de *vāta* e *kapha* juntos e de *kapha*, respectivamente. [2.1]

Snigdha dhūma também é conhecida como *mrdu dhūma* (inalação leve) ou *prāyogika dhūma*. *Madhya dhūma* é conhecida como *śamana dhūma* (inalação paliativa) e *tīksna dhūma*, como *śodhana* (purificadora) ou *virecana* (purgativa) *dhūma*.

Dhūma anarhāh (pessoas contra-indicadas para inalação) [2.2-6.1]

न रक्तपित्तार्तिविरिक्तोदरमेहिषु ॥ २ ॥
 तिमिरोर्ध्वानिलाध्मानरोहिणीश्च वस्तिषु ।
 मत्स्यमद्यदधिकीरक्षौद्रस्त्रेहविषाशिषु ॥ ३ ॥
 शिरस्यभिहते पाण्डुरोगे जागरिते निशि ।

A inalação de fumaça não deve ser feita por pessoas que estão sofrendo de *raktapitta* (doenças hemorrágicas), que se submeteram à terapia purgativa, que são portadores de doenças como aumento do abdome, diabetes, cegueira, movimento ascendente de *vāta*, flatulência, *rohinī* (uma doença grave da garganta, difteria?), que foram submetidos à administração de enema, que acabaram de se alimentar de peixe, vinho, coalhadas (iogurtes), leite, mel, gorduras e venenos, que estão com lesões na cabeça, que estão sofrendo de *pandu* (anemia) e que permaneceram acordados durante a noite. [2.2-4.1]

रक्तपित्तान्ध्यबाधिर्यतृणमूर्च्छामदमोहकृत् ॥ ४ ॥
 धूमोऽकालेऽतिपीतो वा तत्र शीतो विधिर्हितः ।

Rakta pitta (doença hemorrágica), cegueira, surdez, sede, desmaios, intoxicação e desilusão são doenças produzidas pela inalação de fumaça no horário inadequado e em excesso. Para estes pacientes, a conduta fria é o tratamento ideal. [6.1]

Dhūma yogya kāla (horário inadequado para a inalação)[5.2-7.1]

क्षुतजृम्भितविण्मूत्रस्त्रीसेवाशस्त्रकर्मणाम् ॥ ५ ॥
 हासस्य दन्तकाष्ठस्य धूममन्ते पिबेन्मृदुम् ।
 कालेष्वेषु निशाहारनावनान्ते च मध्यमम् ॥ ६ ॥
 निद्रानस्याञ्जनस्नानच्छर्दितान्ते विरेचनम् ।

Mrdu dhūma (fumaça lubrificante, leve) deve ser inalada após os espirros, bocejos, a defecação, a micção, as relações sexuais, o procedimento cirúrgico, acessos de riso e após o uso da escova de dentes.

A fumaça *madhyama* (vigor médio) deve ser inalada no final da noite, das refeições e da medicação nasal.

A fumaça *virecana* (forte, purgativa) deve ser inalada depois de acordar, após a medicação, a aplicação de colírio, o banho e o vômito. [5.2-7.1]

Dhūma yantra (aparato para inalação) [7.2-9.1]

बस्तिनेत्रसमद्रव्यं त्रिकोशं कारयेदजु ॥ ७ ॥
मूलाग्रेऽङ्गुष्ठकोलास्थिप्रवेशं धूमनेत्रकम् ।

O aparato para inalação deve ser preparado a partir dos mesmos materiais da mangueira para enema. Possui três câmaras, retas (na forma), permitindo a entrada do polegar e um *kolāsthi* (semente da fruta jujuba) através dos orifícios na base e na extremidade, respectivamente. [7.2-8.1]

तीक्ष्णस्नेहनमध्येषु त्रीणि चत्वारि पञ्च च ॥ ८ ॥
अङ्गुलानां क्रमात्पातुः प्रमाणेनाष्टकानि तत् ।

O comprimento do tubo deve ser três, quatro e cinco multiplicado por oito (24, 32 e 40) *angulas*, respectivamente, para a fumaça do tipo forte, lubrificante (leve) e moderada. [8.2-9.1]

Dhūmapāna vidhi (forma de proceder à inalação) [9.2-12]

ऋजूपविष्टस्तच्चता विवृतास्यस्त्रिपर्ययम् ॥ ९ ॥
पिधाय च्छिद्रमेकैकं धूमं नासिकया पिबेत् ।

O paciente deve sentar-se ereto, atento, com sua boca aberta e inalar a fumaça através de cada narina, alternadamente, fechando uma narina enquanto inala através da outra. A inalação deve ser feita três vezes (puxando a fumaça e deixando-a sair de uma só vez; devem ser feitas três sessões destas de cada vez). [9.2-10.1]

प्राक् पिबेन्नासयोत्क्लृष्टे दोषे घ्राणशिरोगते ॥१०॥
उत्क्लेशनार्थं वक्त्रेण, विपरीतं तु कण्ठगे ।
मुखेनैवोद्गमेद्भूमं नासया हृग्विघातकृत् ॥११॥

A fumaça deve ser inalada primeiramente pelo nariz se os *doshas* localizados no nariz e na cabeça estiverem se movendo de seus sítios; se eles não estiverem se movendo, mas (apresentarem-se aderidos), a inalação deve ser feita primeiro através da boca para fazer com que se movam; quando os *doshas* estão

localizados na garganta (a inalação deve ser feita) na ordem inversa (primeiro pelo nariz e depois pela boca). A fumaça inalada deve ser eliminada apenas através da boca; se for eliminada pelo nariz, produzirá perda da visão. [10.2-11]

आक्षेपमोक्षैः पातव्यो धूमस्तु त्रिस्त्रिभिस्त्रिभिः ।

A inalação deve ser feita três vezes, com três inspirações e três eliminações alternadamente. [12.1]

अह्नः पिबेत्सकृत् स्निग्धं, द्विर्मध्यं, शोधनं परम् ।
त्रिश्चतुर्वा

O tipo *snigdha* (lubrificante, leve) de fumaça deve ser inalada durante o dia, apenas uma vez; o tipo *madhya* (moderado), duas vezes; e o tipo *śodhana* (purgativo, forte), três ou quatro vezes. [12.2]

Dhūma dravyāni (drogas para inalação) [13-18]

मृदौ तत्र द्रव्याण्यगुरुगुग्गुलु ।
मुस्तस्थौणेयशैलेयनलदोशीरवालकम् ॥१३॥
वराङ्गकौन्तीमधुकविल्वमञ्जैलवालुकम् ।
श्रीवेष्टकं सर्जरसो ध्यामकं मदनं स्रवम् ॥१४॥
शल्लकी कुङ्कुमं माषा यवाः कुन्दुरुकास्तलाः ।
स्नेहः फलानां साराणां मेदो मज्जा वसा घृतम् ॥१५॥

Para o tipo *mrdu* (leve) de fumaça, as drogas úteis são *aguru*, *guggulu*, *mustā*, *sthauneya*, *śaileya*, *nalada*, *uśīra*, *vālaka*, *varānga*, *kauntī*, *madhuka*, *bilva*, *majjā*, *elavāluka*, *śrīvestaka*, *sarjarasa*, *dhyāmaka*, *madana*, *plava*, *śallakī*, *kunkuma*, *māsa*, *yava*, *kunduruka*, *tila*, óleo obtido de frutas e resina de árvores, gordura, medula óssea, gordura muscular e *ghee* (gordura da manteiga). [13-15]

शमने शल्लकी लाक्षा पृथ्वीका कमलोत्पलम् ।
न्यग्रोधोदुम्बराश्वत्थसक्षरोध्रत्वचः सिता ॥१६॥
यष्टीमधु सुवर्णत्वक् पद्मकं रक्तयष्टिका ।
गन्धाश्चाकुष्ठतगराः

Para o tipo *śamana* (*madhyama*, moderado) de fumaça, as drogas úteis são *śallakī*, *lāksā*, *prthvīkā*, *kamala*, *utpala*, casca de *nyagrodha*, *udumbara*, *aśvattha*, *plaksa* e *rodhra*; *śita*, *yastimadhu*, *suvarnatvak*, *padmaka*, *raktayastikā*, *kustha*, *tagara* e outras essências (perfumarias). [16-17.1]

तीक्ष्णे ज्योतिष्मती निशा ॥१७॥
 दशमूलमनोह्वालं लाक्षा श्वेता फलत्रयम् ।
 गन्धद्रव्याणि तीक्ष्णानि गणो मूर्द्धविरेचनः ॥१८॥

Para o tipo *tīksna* (forte, purgativa) de fumaça as drogas úteis são *jyotismatī*, *niśā*, *daśamūla*, *āla*, *lāksā*, *śvetā*, *triphalā*, substâncias que possuem odor forte e drogas do grupo *mūrdhavirecana* (ver capítulo XV). [17.2-18]

Dhūmavartī (preparação do cigarro para inalação) [19-21.1]

जले स्थितामहोरात्रमिषीकां द्वादशाङ्गुलाम् ।
 पिष्टैर्धूमौषधैरेवं पञ्चकृत्वः प्रलेपयेत् ॥१९॥
 वर्तिरङ्गुष्ठकस्थूला यवमध्या यथा भवेत् ।
 छायाशुष्कां विगर्भी तां स्नेहाभ्यक्तां यथायथम् ॥२०॥
 धूमनेत्रार्पितां पातुमग्निप्लुष्टां प्रयोजयेत् ।

Um junco de *kāśa*, com doze *angulas* de comprimento, mergulhado na água durante um dia e uma noite, deve ser arrumado em cinco camadas (uma sobre a outra) com uma fita de tecido; deve ser untado com uma pasta (fina) de drogas, com a espessura de meio polegar. Isto deve secar na sombra e o junco deve ser removido; deve-se untar com qualquer substância gordurosa; depois, deve ser inserido no tubo de inalação, aceso com fogo e utilizado (a fumaça deve ser inalada). [19-21.1]

Kāśaghna dhūma (fumaça antitussígena) [21]

शरावसम्पुटच्छिद्रे नार्द्धी न्यस्य दशाङ्गुलाम् ॥२१॥
 अष्टाङ्गुलां वा वक्त्रेण कासवान् धूममापिबेत् ॥२१½॥

Um tubo de dez ou oito *angulas* de comprimento deve ser fixado em um buraco feito em uma cápsula de pratos de barro e a pessoa que está sofrendo de tosse deve inalar a fumaça (através do tubo). [21]

O carvão em brasa é colocado em um prato de barro; o pó das drogas é polvilhado sobre ele e o prato é coberto com outro que possua um orifício em seu centro. Um tubo é conectado ao orifício e a fumaça pode ser inalada através de sua outra extremidade.

Dhūmapāna phala (benefícios da terapia inalatória) [22]

कासः श्वासः पीनसो विस्वरत्वं पूतिर्गन्धः पाण्डुता केशदोषः ।
कर्णास्याक्षिस्रावकण्डूर्तिजाड्यं तन्द्रा हिध्मा धूमपं न स्पृशन्ति ॥२२३॥

Tosse, dispnéia, rinite, distúrbios da voz, mau cheiro (do nariz e da boca), palidez (da face), doenças dos cabelos, secreções, prurido, dor e falta de atividade (redução ou perda das funções) dos ouvidos, da boca e dos olhos, estupor e soluço não afetam a pessoa que inala fumaça (habitualmente). [22]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने धूमपानविधिर्नामैकविंशतितमोऽध्यायः ॥२१॥

Assim termina o vigésimo primeiro capítulo conhecido como “*Dhūmapāna vidhi* (Procedimentos na inalação de fumaça)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXI)

CAPÍTULO XXII

द्वाविंशतितमोऽध्यायः ।

GANDUSADI VIDHI
(*Gargarejos e outras terapias*)

अथातो गण्डूषादिविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Gandūsādi vidhi* (Gargarejos e outras terapias)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Gandūsa prakārāh (formas de conservar os líquidos na boca) [1-3.1]

चतुष्प्रकारो गण्डूषः स्निग्धः शमनशोधनौ ।
रोपणश्च त्रयस्तत्र त्रिषु योज्याश्चलादिषु ॥ १ ॥
मन्त्यो घ्नणघ्नः

Gandūsa é de quatro tipos, *snigdha* (lubrificante), *śamana* (paliativo), *śodhana* (purificador) e *ropana* (curativo). Os três primeiros são indicados para *cala* (*vāta*) e outros *doshas* (respectivamente) e o último para úlceras. [1-2.1]

स्निग्धोऽत्र स्वाद्म्लपटुसाधितैः ।

ज्ञेहैः

O tipo *snigdha* (lubrificante) utiliza o óleo processado com drogas de sabor doce, azedo e salgado. [2.1]

संशमनस्तिककषायमधुरौषधैः ॥ २ ॥

O tipo *samana* (paliativo) utiliza drogas de sabor amargo, adstringente e doce. [2.2]

शोधनस्तिककट्टुम्लपट्टणैः

O tipo *sodhana* (purificador) utiliza drogas de sabor amargo, picante, azedo e salgado e possui propriedade *usna* (quente). [3.1]

रोपणः पुनः ।

कषायतिककैः

O tipo *ropana* (curativo), drogas de sabor adstringente e amargo. [3.2]

Gandūsa drava (líquidos utilizados) [3.2-10.1]

तत्र स्नेहः क्षीरं मधूदकम् ॥ ३ ॥
शुक्तं मद्यं रसो मूत्रं धान्याम्लं च यथायथम् ।
कल्कैर्युक्तं विपक्वं वा यथास्पर्शं प्रयोजयेत् ॥ ४ ॥

Gorduras (óleo, *ghee*, etc.), leite, água com mel, *śukta* (mingau fermentado), vinho, caldo de carne, urina (de animais) ou *dhānyāmla* (grãos lavados e fermentados durante toda a noite), misturados com um *kalka* (pasta de drogas), cozidos ou não cozidos e que sejam confortáveis ao tato (para serem conservados na boca). [3.2-4]

दन्तहर्षे दन्तचाले मुखरोगे च वातिके ।
सुखोष्णमथवा शीतं तिलकल्कोदकं हितम् ॥ ५ ॥
गण्डूषधारणे

Em condições como latejamento dos dentes, dentes moles e doenças da boca causadas por *vāta*, é benéfico o uso de *gandūsa* (conservar o medicamento na boca) com água misturada com pasta de *tila*, morna ou fria. [5-6.1]

नित्यं तैलं मांसरसोऽथवा ।
ऊषादाहान्विते पाके क्षते चागन्तुसम्भवे ॥ ६ ॥
विषे क्षाराग्निदग्धे च सर्पिर्धार्यं पयोऽथवा ।

Para o uso diário, (é benéfico) o uso de óleo ou caldo de carne. Quando houver sensação de queimação local ou geral, ulceração e ferimentos causados por corpos estranhos, contato com venenos, álcalis e queimaduras por fogo, é indicado o uso de *ghee* ou leite na forma de *gandūsa*. [6.2-7.1]

वैशद्यं जनयत्याशु सन्दधाति मुखे व्रणान् ॥ ७ ॥
दाहतृष्णाप्रशमनं मधुगण्डूषधारणम् ।

Manter o mel na boca remove a viscosidade existente no local, cura úlceras rapidamente, alivia a sensação de queimação e a sede. [7.2-8.1]

धान्याम्लमास्यवैरस्यमलदोर्गन्ध्यनाशनम् ॥ ८ ॥

Manter *dhānyāmla* (água de grãos fermentados) na boca remove a repugnância, a sujeira e o odor desagradável da boca. [8.2]

तदेवालवणं शीतं मुखशोषहरं परम् ।

O mesmo (*dhānyāmla*) sem sal, utilizado frio, é o melhor para remover a secura da boca. [9.1]

आशु क्षाराम्बुगण्डूषो भिनत्ति श्लेष्मणश्चयम् ॥ ९ ॥

Manter *ksarāmbu* (água contendo álcalis) na boca interrompe rapidamente o acúmulo de *ślesman* (*kapha*). [9.2]

सुखोष्णोदकगण्डूषैर्जायते वक्त्रलाघवम् ।

Manter água confortavelmente morna na boca promove a leveza (limpeza) da mesma. [10.1]

Gandūsa vidhi (procedimento) [10.2-11]

निवाते सातपे स्वन्नमृदितस्कन्धकन्धरः ॥१०॥
गण्डूषमपिबन् किञ्चिदुन्नतास्यो विधारयेत् ।
कफपूर्णास्यता यावत्स्रवद्घ्राणाक्षताऽथवा ॥११॥

A pessoa deve sentar-se em um lugar sem brisa, mas iluminado pelo sol, seus ombros e pescoço devem ser massageados e fomentados; conservando sua face

levemente levantada, ela deve conservar o líquido em sua boca até que a mesma fique cheia de *kapha* ou até que o nariz e os olhos comecem a secretar. [10.2-11]

असञ्चार्यो मुखे पूर्णे गण्डूषः, कवलोऽन्यथा ।

Gandūsa é encher completamente a boca (com líquidos) não permitindo qualquer movimento em seu interior, enquanto *kavala* é o contrário (permite-se o movimento dos líquidos no interior da boca, equivalente ao gargarejo).

Kavala (gargarejos) [12]

**मन्याशिरः कर्णमुखाक्षिरोगाः प्रसेककण्ठामयवक्त्रशोषाः ।
हृत्तासतन्द्रारुचिपीनसाश्च साध्या विशेषात्कवलग्रहेण ॥१२॥**

As doenças do pescoço, da cabeça, dos ouvidos, da boca e dos olhos, o excesso de salivação, as doenças da garganta, a secura da boca, náuseas, estupor, anorexia e a rinite são curáveis, especialmente por *kavala* (gargarejos). [12]

Pratisārana (preenchimento da boca com drogas) [13]

**कल्को रसक्रिया चूर्णस्त्रिविधं प्रतिसारणम् ।
युञ्ज्यात्तत् कफरोगेषु गण्डूषविहितौषधैः ॥१३॥**

Pratisārana – aplicação de drogas no interior da boca com o dedo – é de três tipos, a saber, na forma de *kalka* (pasta), de *rasakriyā* (decoção solidificada) e de *cūrna* (pó). Este tratamento deve ser aplicado em doenças causadas por *kapha*, com as mesmas drogas prescritas em *gandūsa*. [13]

Mukhālepa (aplicação de pasta de drogas sobre a face) [14-23.1]

मुखालेपस्त्रिधा दोषविषहा वर्णकृच्च सः ॥१४॥

Mukhālepa (aplicação da pasta de drogas sobre a face) é de três tipos, a saber, *doshahā* (que remove os *doshas*), *visahā* (que remove toxinas ou venenos) e *varnakara* (que produz coloração normal). [14]

उष्णा वातकफे शस्तः, शेषेष्वत्यर्थशीतलः ।

Deve ser aplicado morno para *vāta* e *kapha* e para os demais, deve estar muito frio. [15.1]

त्रिप्रमाणञ्चतुर्भागत्रिभागाद्धाङ्गुलौन्नतिः ॥१५॥

Suas três espessuras (mínima, moderada e máxima) são de um quarto, um terço e meio *angula* (largura do polegar). [15.2]

अशुष्कस्य स्थितिस्तस्य, शुष्को दूषयति च्छविम् ।
तमाद्र्यित्वाऽपनयेत्तदन्तेऽभ्यङ्गमाचरेत् ॥१६॥

A aplicação deve permanecer até que se torne seca; quando seca, a pasta muda a coloração da pele, ela deve ser retirada após ser umedecida e depois (a pele) deve ser untada com óleo. [16]

विवर्जयेद्दिवास्वप्नभाष्याग्न्यातपशुक्क्रुधः ।

A pessoa deve evitar dormir durante o dia, falar (durante muitas horas), expor-se ao fogo e à luz do sol, sofrer e sentir raiva. [17.1]

न योज्यः पीनसेऽजीर्णे दत्तनस्ये हनुग्रहे ॥१७॥
अरोचके जागरिते

Não deve ser aplicada em pessoas que sofrem de rinite, indigestão, que receberam medicação nasal e que estão apresentando rigidez da mandíbula, anorexia e insônia. [17.2-18.1]

स तु हन्ति सुयोजितः ।

अकालपलितव्यङ्गवलीतिमिरनीलिकाः ॥१८॥

Se administrada adequadamente, este tratamento cura o branqueamento dos cabelos, as manchas de coloração alterada, as rugas, a cegueira e a visão azulada (um tipo de cegueira). [18.1-18.2]

कोलमज्जा वृषान्मूलं शावरं गौरसर्षपाः ।
सिंहीमूलं तिलाः कृष्णा दार्वीत्वङ्निस्तुषा यवाः ॥१९॥
दर्भमूलहिमोशीरशिरीषमिशितण्डुलाः ।
कुमुदोत्पलकह्वारदूर्वामधुकचन्दनम् ॥२०॥
कालीयकतिलोशीरमांसीतगरपद्मकम् ।

तालोसगुन्द्रापुण्ड्राह्वयष्टीकाशनतागुरु ॥२१॥
इत्यर्द्धाद्धोदिता लेपा हेमन्तादिषु षट् स्मृताः ।

As seis fórmulas seguintes enumeradas a cada meio verso são ideais para as seis estações começando com *hemanta* (começo do inverno), respectivamente.

1. Medula de *kola*, raiz de *vrsa*, *sabara* e *gaura sarsapa* (para *hemanta*).
2. Raiz de *simhī*, *krsnatila*, casca de *dārvī* e *yava* descascada (para *śisīra*).
3. Raiz de *darbha*, *hima*; *uśīra*, *śisīra*, *miśī* e *tandula* (para *vasanta*).
4. *Kumuda*, *utpala*, *kalhāra*, *dūrvā*, *madhuka* e *candana* (para *grīśma*).
5. *Kālīyaka*, *tila*, *uśīra*, *māmsī*, *tagara* e *padmaka* (para *varsā* ou monções).
6. *Tālīśa*, *gundrā*, *pundrāhva*, *yasti*, *kāśa*, *nata* e *aguru* (para *śarat*). [19-22.1]

मुखालेपनशीलानां दृढं भवति दर्शनम् ॥२२॥
वदनं चापरिम्लानं श्लक्ष्णं तामरसोपमम् ।

Para aqueles que estão habituados com a aplicação da pasta de drogas sobre a face, a visão torna-se aguçada; a face nunca se torna embotada, mas sua aparência é macia (suave) e brilhante como uma flor de lótus. [22.2-23.1]

Mūrdha taila (unção da cabeça com óleo) [23.2-26]

अभ्यङ्गसेकपिचवो बस्तिश्चेति चतुर्विधम् ॥२३॥
मूर्द्धतैलम् बहुगुणं तद्विद्यादुत्तरोत्तरम् ।
तत्राभ्यङ्गः प्रयोक्तव्यो रौक्ष्यकण्डूमलादिषु ॥२४॥
अरुणिकाशिरस्तोददाहपाकव्रणेषु तु ।
परिषेकः पिचुः केशशातस्फुटनधूपने ॥२५॥
नेत्रस्तम्भे च बस्तिस्तु प्रसुप्त्यर्दितजागरे ।
नासास्यशोषे तिमिरे शिरोरोगे च दाहणे ॥२६॥

Mūrdha taila (unção da cabeça com óleo) é de quatro tipos, a saber, *abhyanga* (unção com óleo e massagem suave), *seka* (ou *pariseka*, pingar óleo em fluxo contínuo), *picu* (manter um tecido embebido em óleo) e *basti* (ou *sirobasti*, fazer o óleo permanecer sobre a cabeça). Cada tratamento é sucessivamente mais efetivo que o anterior.

Abhyanga (unção de óleo e massagem suave) deve ser utilizada em casos de *secura*, *prurido* e para retirar a sujeira.

Pariśeka (derramar óleo) deve ser utilizado em casos de ulcerações da cabeça (couro cabeludo), cefaléia, sensação de queimação, ferimentos e supurações da cabeça (couro cabeludo).

Picu (tecido embebido em óleo) deve ser utilizado nos casos de queda de cabelos, rachadura na pele e sensação de queimação.

Basti (fazer o óleo permanecer na cabeça) deve ser utilizado em casos de perda da sensação do couro cabeludo, paralisia facial, insônia, secura do nariz e da boca, cegueira e doenças graves da cabeça. [23.2-26]

Śirobasti vidhi [27-31]

विधिस्तस्य निषण्णस्य पीठे जानुसमे मृदौ ।
 शुद्धाक्तस्विन्नदेहस्य दिनान्ते गव्यमाहिषम् ॥२७॥
 द्वादशाङ्गुलविस्तीर्णं चर्मपट्टं शिरः समम् ।
 आकर्णबन्धनस्थानं ललाटे वस्त्रवेष्टिते ॥२८॥
 चैलवेणिकया बद्ध्वा माषकत्केन लेपयेत् ।
 ततो यथाव्याधि शृतं स्नेहं कोष्णं निषेचयेत् ॥२९॥
 ऊर्ध्वं केशमुद्यो यावदङ्गुलम् धारयेच्च तम् ।
 आवक्त्रनासिको क्लेदाद्दशाष्टौ षट् चलादिषु ॥३०॥
 मात्रासहस्राण्यरुजे त्वेकं स्कन्धादि मर्दयेत् ।
 मुक्तस्नेहस्य परमं सप्ताहं तस्य सेवनम् ॥३१॥

O procedimento (em *śirobasti*) é o seguinte: o paciente deve ser purificado (com eméticos, purgação, etc.) e (anteriormente) deve ser untado com óleo e submetido à fomentação suave. Então, no final do dia (à noite), ele deve sentar-se em um banco que tenha a altura de seus joelhos, uma faixa feita de couro de vaca ou búfalo, com doze *angula* de largura (cerca de 8 a 9 polegadas) e com a mesma medida da cabeça (em circunferência), deve ser enrolada em torno da cabeça, logo acima das orelhas, coberta com um pedaço de tecido sobre a testa, o qual deve ser amarrado firmemente com um fio. As dobras e os espaços entre elas devem ser cobertos com pasta de *māsa* (farinha de *Phaseolus mungo* de forma a prevenir que o óleo escorra). Depois, o óleo medicinal prescrito para a doença deve ser derramado sobre a cabeça, morno, a uma altura de um *angula* da pele (do couro cabeludo). Isto deve ser continuado até que apareça uma secreção (fluida) na boca e no nariz ou até um período de dez, oito e seis mil *mātras* (*kālas*, como definido no verso 33 adiante), para *vāta*, etc. (e outros *doshas*), respectivamente. Para a pessoa saudável, deve ser mantido até um

período de mil *mātras* (*kālas*). Depois deste período, os ombros, etc. devem ser massageados, após a remoção do óleo sobre a cabeça. O período máximo para esta terapia deve ser sete dias. [27-31]

Karna pūrana (preenchimento dos ouvidos com óleo) [32]

धारयेत्पूरणं कर्णे कर्णमूलं विमर्दयन् ।
रुजः स्यान्मार्दवं यावन्मात्राशतमवेदने ॥३२॥

Os ouvidos devem ser enchidos com óleo ou gordura medicinal, a raiz das orelhas deve ser massageada, até que a dor (ou a doença) seja dominada e por um período de mil *mātras*, no caso de pessoas saudáveis. [32]

Mātra kāla [33]

यावत्पर्येति हस्ताग्रं दक्षिणं जानुमण्डलम् ।
निमेषोन्मेषकालेन समं मात्रा तु सा स्मृता ॥३३॥

O tempo necessário para o dedo da mão direita mover-se em torno do joelho direito uma vez ou o tempo necessário para fechar e abrir as pálpebras uma vez é definido como um *mātrakāla*. [33]

Mūrdhataila phala (benefícios obtidos com a oleação da cabeça) [34]

कचसदनसिततवपिञ्जरत्वं परिफुटनं शिरसः समीररोगान् ।
जयति, जनयतीन्द्रियप्रसादं स्वरहनुमूर्द्धबलं च मूर्द्धतैलम् ॥३४॥

A oleação da cabeça previne ou cura a queda, o branqueamento e desembaraça os cabelos, as rachaduras na pele da cabeça (couro cabeludo), as doenças da cabeça causadas por *vāta*, produz clareza (aguçamento) dos órgãos sensoriais, confere vigor à voz, à mandíbula inferior e à cabeça. [34]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने गण्डूषादिविधिर्नाम द्वाविंशोऽध्यायः ॥२२॥

Assim termina o vigésimo segundo capítulo conhecido como “*Gandūsādi vidhi* (Gargarejos e outras terapias)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXII)

CAPÍTULO XXIII

त्रयोविंशोऽध्यायः ।

ASCYOTANA-AÑJANA VIDHI (Colírios e terapias para os olhos)

अथात आश्चोतनाञ्जनविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माद्गुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Āscyotana e Añjana vidhi* (Procedimento nas terapias para os olhos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

सर्वेषामक्षिरोगाणामादावाश्चोतनं हितम् ।
रुक्तोदकण्डूघर्षाश्रुदाहरागनिबर्हणम् ॥ १ ॥

Āscyotana (aplicação de gotas de líquidos medicinais nos olhos) é benéfica em todas as doenças, no início das mesmas (antes da manifestação das doenças), para prevenir sangramentos, excesso de lacrimejamento, prurido, fricção, sensação de queimação durante o lacrimejamento e hiperemia. [1]

उष्णं वाते, कफे कोष्णं, तच्छीतं रक्तपित्तयोः ।

Elas (as gotas) devem estar mornas no (aumento de) *vāta*, tépidas em *kapha* e frias em *rakta* (sangue) e *pitta*. [2.1]

Āscyotana vidhi (procedimento) [2.2-4]

निवातस्थस्य वामेन पाणिनोन्मील्य लोचनम् ॥ २ ॥
शुक्तौ प्रलम्बयाऽन्येन पिचुवत्या कनीनिके ।

दश द्वादश वा विन्दून् द्वयङ्गुलादघसेचयेत् ॥ ३ ॥
 ततः प्रमृज्य मृदुना चैलेन, कफवातयोः ।
 अन्येन कोष्णपानीयप्लुतेन स्वेदयेन्मृदु ॥ ४ ॥

O paciente deve estar deitado (na cama) e um local sem correntes de ar. Seus olhos devem ser abertos pela mão esquerda (do médico) e com a mão direita (o médico) segura o aplicador do medicamento, uma concha ou um fio, apenas dois *angulas* acima do canto interno do olho e dez ou doze gotas são aplicadas dentro do olho. Depois, os olhos devem ser limpos com um tecido macio e uma fomentação leve deve ser aplicada com um pedaço de pano lavado com água morna, nas doenças de *kapha* e *vāta* e através de outros métodos nos demais (*doshas*). [2.2-4]

अत्युष्णतीक्ष्णं रुग्रागदङ्नाशयाक्षिसेचनम् ।
 अतिशीतं तु कुरुते निस्तोवस्तम्भवेदनाः ॥ ५ ॥
 कषायवर्त्मतां घर्षं कृच्छ्रादुन्मेषणं बहु ।
 विकारवृद्धिमत्यल्पं संरम्भमपरिस्त्रुतम् ॥ ६ ॥

Gotas medicinais muito quentes e fortes causam dor, hiperemia e perda da visão; gotas muito frias produzem dor em picada, perda do movimento e desconforto (dor); o excesso desta terapia produz aspereza das pálpebras, fricção e dificuldade para abrir as pálpebras; a terapia aplicada de forma inadequada causa exacerbação das doenças, aumento do edema, etc. e ausência de exsudação. [5-6]

गत्वा सन्धिशिरोघ्राणमुखस्रोतांसि भेषजम् ।
 ऊर्ध्वगान्धयने न्यस्तमपवर्तयते मलान् ॥ ७ ॥

O medicamento pingado nos olhos, penetrando nos canais das articulações (arcos dos olhos), na cabeça, no nariz e na face, elimina os *malas* (*doshas*) que estão localizados na região superior do corpo. [7]

Añjana vidhi (procedimento na aplicação do colírio) [8-13]

अथाञ्जनं शुद्धतनोर्नेत्रमात्राभये मले ।
 पक्कलिङ्गेऽल्पशोफातिकण्डूपैच्छिखलक्षिते ॥ ८ ॥

मन्दघर्षाश्रुरागेऽक्षिण प्रयोज्यं घनदूषिके ।
भार्ते पित्तकफासृग्भिर्मास्तेन विशेषतः ॥ ९ ॥

A aplicação do colírio (ungüento para os olhos) é benéfica para o paciente que foi submetido à purificação de seu corpo (através de eméticos, purgativos, etc.), naqueles cujos *doshas* estão localizados apenas nos olhos, quando os sinais de um estado completamente maduro se manifestam, como edema leve, prurido intenso e viscosidade, quando as secreções dos olhos estão espessas, nas pessoas que estão sendo perturbadas por *pitta*, *kapha*, *asrk* (sangue) e, especialmente, por *māruta* (*vāta*). [8-9]

लेखनं रोपणं दृष्टिप्रसादनमिति त्रिधा ।
भञ्जनम् लेखनं तत्र कषायाम्लपटूषणैः ॥१०॥
रोपणं तिक्तकैर्द्रव्यैः स्वादुशीतैः प्रसादनम् ।

Añjana é de três tipos, a saber, *lekhana* (escarificação), *ropana* (curativo) e *drstiprasādana* (torna a visão clara). O tipo *lekhana* é preparado com drogas de sabor adstringente, azedo, salgado e picante e potência quente; o tipo *ropana*, com drogas de sabor amargo; e o tipo *prasādana*, com drogas de sabor doce e potência fria. [10-11.1]

तीक्ष्णाञ्जनाभिसन्तप्तै नयने तत्प्रसादनम् ॥११॥
प्रयुज्यमानं लभते प्रत्यञ्जनसमाह्वयम् ।

A aplicação do tipo *prasādana* de colírio para olhos que estão fatigados pela aplicação de colírios fortes recebe a denominação de *pratyañjana* (colírio neutralizante). [11.2-12.1]

दशाङ्गुला तनुर्मध्ये शलाका मुकुलानना ॥१२॥
प्रशस्ता, लेखने ताम्नी, रोपणे काललोहजा ।
अङ्गुली च, सुवर्णोत्था रूप्यजा च प्रसादने ॥१३॥

Uma haste de metal com dez *angula* de comprimento, fino na parte central, com extremidades semelhantes ao botão de uma flor é o instrumento mais adequado. Para *lekhana* (fórmula que promove escarificação), a haste deve ser feita de cobre; para *ropana* (fórmula curativa), deve ser feita de metal preto (ferro) ou

pode ser o próprio dedo (para a aplicação); e para *prasādana* (fórmula para melhorar a visão), de ouro e prata. [12.2-13]

Añjana bheda (tipos de añjana) [14-16.1]

पिण्डो रसक्रिया चूर्णस्त्रिधैवाञ्जनकल्पना ।
गुरौ मध्ये लघौ दोषे तां क्रमेण प्रयोजयेत् ॥१४॥

Pinda (pílulas, drágeas), *rasakriyā* (gel, medicação doce ou eletuário) e *cūrna* (pó) são as três formas de aplicação de *añjana* (medicação para os olhos) utilizados para combater (o aumento) profundo, moderado e leve dos *doshas*, respectivamente. [14]

हरेणुमात्रा पिण्डस्य वेल्लमात्रा रसक्रिया ।
तीक्ष्णस्य, द्विगुणं तस्य मृदुनः चूर्णितस्य च ॥१५॥
द्वे शलाके तु तीक्ष्णस्य, तिस्रस्तदितरस्य च ।

A quantidade de medicação para os olhos preparada na forma de uma pílula dura, com drogas fortes, deve ser um *harenu*; quando na forma de pílula, mas com drogas fracas, a quantidade deve ser de dois *harenu*; a quantidade de medicação para os olhos preparada na forma de gel deve ser a mesma de *vella* (*vidanga*); a quantidade de medicação em pó para os olhos deve ser duas hastes cheias, quando forem utilizadas drogas fortes; e três hastes cheias nos demais casos (drogas fracas). [15-16.1]

Añjana kala (horário para añjana) [16.2-22]

निशि स्वप्ने न मध्याह्ने म्लाने नोष्णगभस्तिभिः ॥१६॥
अक्षिरोगाय दोषाः स्युर्वर्धितोत्पीडितद्रुताः ।
प्रातःसायं च तच्छान्त्यै व्यभ्रेऽर्कऽतोऽञ्जयेत्सदा ॥१७॥

A aplicação de medicação para os olhos não deve ser feita à noite, durante o sono e ao meio-dia, quando os olhos estão cansados pelos fortes raios do sol. Se for aplicada (durante estes horários), dará origem a doenças dos olhos porque os *doshas* tornam-se aumentados, penetram em outros sítios e tornam-se liquêfeitos. Portanto, para aliviar os *doshas*, a medicação para os olhos deve ser aplicada sempre pela manhã ou ao anoitecer, quando o sol não estiver presente. [16.2-17]

वदन्त्यन्ये तु न दिवा प्रयोज्यं तीक्ष्णमञ्जनम् ।
विरेकदुर्बलं चक्षुरादित्यं प्राप्य सीदति ॥१८॥

Outros afirmam que medicações fortes não devem ser aplicadas durante o dia, pois aqueles cujos olhos se tornaram enfraquecidos pelas purgações (com drogas fortes) tornar-se-ão debilitados, posteriormente, pela presença do sol. [18]

स्वप्नेन रात्रौ कालस्य सौम्यत्वेन च तर्पिता ।
शीतसात्म्या हृगाग्नेयी स्थिरतां लभते पुनः ॥१९॥

O olho é *agneyi* (predomina *tejas bhūta* ou o elemento fogo), estando habituado ao estímulo frio, ele recupera seu vigor após um bom sono e é nutrido pela natureza refrescante da noite. [19]

अत्युद्रिक्ते बलासे तु लेखनीयेऽथवा गदे ।
काममहथपि नात्युष्णे तीक्ष्णमक्षिण प्रयोजयेत् ॥२०॥

Em condições em que há grande aumento de *halāsa (kapha)* ou em doenças que necessitam *lekhāñjana* (colírio escarificante), pode-se aplicar *tīksna añjana* (medicação forte) nos olhos mesmo durante o período diurno, se for necessário e se o dia não estiver muito quente. [20]

अश्मनो जन्म लोहस्य तत एव च तीक्ष्णता ।
उपघातोऽपि तेनैव तथा नेत्रस्य तेजसः ॥२१॥

Os metais nascem das pedras (do minério); é apenas dele (do minério) que eles (os metais) derivam sua sutileza (através do polimento); mas sua inatividade (rudeza, etc.) também se deriva apenas deles (dos minérios) (pelas batidas na pedra, etc.); assim também é o olho com *tejas* (o elemento fogo). [21]

A analogia acima é explicada a seguir: O olho é constituído pelo (nascido de) *tejas bhūta*, e assim também é o sol; através do contato apropriado com a luz do sol, o olho torna-se penetrante (adquire visão aguçada), através do contato inadequado ele perde esta penetrância (adquire visão embotada). Tendo em vista esta íntima afinidade, medicações fortes para os olhos devem ser utilizadas preferencialmente quando a luz do sol está fraca.

न रात्रावपि शीतेऽपि नेत्रे तीक्ष्णमञ्जनं हितम् ।
दोषमस्त्रावयेत्स्तब्धं कण्डूजाड्यादिकारि तत् ॥२२॥

Quando há frio intenso, a aplicação de medicações para os olhos não é benéfica, mesmo durante a noite, pois não provocará a eliminação dos *doshas* (que precisam ser eliminados), mas produzem prurido, inatividade, etc. estagnando-os no interior. [22]

Añjana anarhāh (pessoas contra-indicadas para aplicação de añjana) [23-30]

नाञ्जयेद्भीतवमितविरिक्ताशितवेगिते ।
 क्रुद्धज्वरिततान्ताक्षिशिरोरुक्शोकजागरे ॥२३॥
 अदृष्टेऽर्के शिरः क्षाते पीतयोर्धूममद्ययोः ।
 अजीर्णेऽग्न्यर्कसन्तप्ते दिवासुप्ते पिपासिते ॥२४॥

A aplicação de colírio para os olhos não deve ser feita em pessoas que estão com medo, que foram submetidas às terapias emética e purgativa, que estão famintas, que estão sentindo urgências (para eliminação de urina, fezes, etc.) e raiva; durante a febre, quando os olhos estão cansados, durante cefaléia, crises de tristeza e insônia; quando o sol não está presente, logo após lavar a cabeça, inalação de fumaça e ingestão de vinho, durante episódio de indigestão, em pessoas que estão cansadas pelo excesso de exposição ao fogo e ao sol; logo após o sono diurno e quando sedentas. [23-24]

अतितीक्ष्णमृदुस्तोकबह्वच्छघनककशम् ।
 अत्यर्थशीतलं तप्तमञ्जनं नावचारयेत् ॥२५॥

A medicação para os olhos não deve ser utilizada quando muito forte ou muito fraca, em quantidade muito pequena ou muito grande, quando muito rala ou muito espessa (na consistência), muito grosseira (áspera), muito fria ou muito quente. [25]

अथानुन्मीलयन् दृष्टिमन्तः सञ्चारयेच्छनैः ।
 अञ्जिते वर्त्मनी किञ्चिच्चालयेच्चैवमञ्जनम् ॥२६॥
 तीक्ष्णं व्याप्नोति सदृसा, न चोन्मेषनिमेषणम् ।
 निष्पीडनं च वर्त्मभ्यां क्षालनं वा समाचरेत् ॥२७॥

Após a aplicação da medicação para os olhos, o globo ocular de ser movimentado e rodado lentamente, as pálpebras também devem ser movidas levemente (através de massagem sobre as mesmas); através destes

procedimentos a medicação forte penetra em todos os locais. Mas não devem ser feitos movimentos como abrir e fechar, apertar ou lavar as pálpebras. [26-27]

अपेतौषधसंरम्भं निर्वृतं नयनं यदा ।
व्याधिदोषतुयोग्याभिरद्भिः प्रक्षालयेत्तदा ॥२८॥

Após a interrupção da atividade da droga, quando os olhos recuperaram o vigor, eles devem ser lavados com água saudável ou apropriada para a doença, os *doshas* e a estação. [28]

दक्षिणाङ्गुष्ठकेनाक्षि ततो वामं सवाससा ।
ऊर्ध्ववर्त्मनि सङ्गृह्य शोभ्यं वामेन चेतरेत् ॥२९॥

O médico deve levantar e sustentar a pálpebra superior do olho esquerdo segurando um pedaço de tecido com seu polegar e dedos da mão direita e lavar o olho esquerdo; o outro olho deve ser lavado com sua mão esquerda. [29]

वर्त्मप्राप्तोऽञ्जनादोषो रोगान् कुर्यादतोऽन्यथा ।
कण्डूजाड्येऽञ्जनं तीक्ष्णं धूमं वा योजयेत् पुनः ॥३०॥

Do contrário, (se não lavado) o medicamento permanecerá nas pálpebras, estimulando os *doshas*, que darão origem a doenças. No caso de prurido e inatividade, uma medicação forte deve ser aplicada novamente ou deve ser feita uma inalação com fumaça (de drogas) fortes. [30.1]

तीक्ष्णाञ्जनाभितप्ते तु चूर्णं प्रत्यञ्जनं हिमम् ॥३०॥

Quando os olhos estiverem cansados pela medicação forte, deve ser aplicado *pratyañjana* (colírio neutralizante) na forma de pó e com efeito frio. [30.2]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटबिरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने आञ्जनाञ्जनविधिर्नाम त्रयोविंशोऽध्यायः ॥२३॥

Assim termina o vigésimo terceiro capítulo conhecido como “*Āścyotana añjana vidhi* (Colírios e terapias para os olhos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXIII)

CAPÍTULO XIV

चतुर्विंशतितमोऽध्यायः ।

TARPANA-PUTAPAKA VIDHI
(Satisfação dos olhos e outras terapias)

अथातस्तर्पणपुटपाकविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Tarpana-putapāka vidhi* (Procedimento para satisfação dos olhos e outras terapias para os olhos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Tarpana vidhi (procedimento para a terapia tarpana) [1-11]

नयने ताम्यति स्तब्धे शुष्के रूक्षेऽभिघातिते ।
 वातपित्तातुरे जिह्वे शीर्णपक्ष्माविलेक्षणे ॥ १ ॥
 कृच्छ्रोन्मीलशिराहर्षशिरोत्पाततमोर्जुनैः ।
 स्यन्दमन्थान्यतोघातवातपर्यायशुक्रकैः ॥ २ ॥
 आतुरे शान्तरागाश्रुशूलसंरम्भदूषिके ।
 निवाते तर्पणं योज्यं शुद्धयोर्मूर्द्धकाययोः ॥ ३ ॥
 काले साधारणे प्रातः सायं चोत्तानशायिनः ।

Quando os olhos estão fatigados, inativos, secos, ásperos ou feridos; naqueles pacientes que apresentam (aumento de) *vāta* e *pitta*; quando há irregularidades (assimetria) ou perda dos cílios; quando a visão é borrada (sem clareza); naqueles pacientes (portadores de doenças como) *krchronmīla*, *sirāharsa*, *sirotpāta*, *tama*, *arjuna*, *syānda*, *mantha*, *anyatovāta*, *vātaparyāya* e *śukraka*; após o alívio da hiperemia, do lacrimejamento, da dor, do edema e das

secreções, a terapia *tarpana* deve ser administrada aos paciente que foram submetidos à purificação tanto da cabeça (através de medicação nasal) como do corpo (através das terapias eméticas, purgativas e enemas), durante estações temperadas, tanto pela manhã como à noite, quando o paciente está deitado com sua face voltada para cima, em um quarto sem corrente de ar. [1-4.1]

यवमाषमयी पालीं नेत्रकोशाद्वहिः समाम् ॥ ४ ॥
 बज्रुलोच्चां दृढां कृत्वा यथास्वं सिद्धमावपेत् ।
 सर्पिर्निमीलिते नेत्रे तप्ताम्बुप्रविलायितम् ॥ ५ ॥
 नक्तान्ध्यवाततिमिरकृच्छ्रबोधादिके वसाम् ।
 आपक्षमाग्रात् अथोन्मेषं शनकैस्तस्य कुर्वतः ॥ ६ ॥
 मात्रा विगणयेत्तत्र वर्त्मसन्धिसितासिते ।
 दृष्टौ च क्रमशो व्याधौ शतं त्रीणि च पञ्च च ॥ ७ ॥
 शतानि सप्त चाष्टौ च, दश मन्थे, दशानिले ।
 पित्ते षट्, स्वस्थवृत्ते च बलासे पञ्च धारयेत् ॥ ८ ॥
 कृत्वाऽपाङ्गे ततो द्वारं स्नेहं पात्रे निगालयेत् ।
 पिबेच्च धूमं, नेक्षेत व्योम रूपं च भास्वरम् ॥ ९ ॥
 इत्थं प्रतिदिनं वायौ, पित्ते त्वेकान्तरं, कफे ।
 स्वस्थे च ह्यन्तरं दद्यादातृप्तेरिति योजयेत् ॥ १० ॥
 प्रकाशक्षमता स्वास्थ्यं विशदं लघु लोचनम् ।
 तृप्ते, विपर्ययोऽतृप्तेऽतितृप्ते श्लेष्मजा रुजः ॥ ११ ॥

Um tampão deve ser feito com a pasta preparada com *yava* (cevada) e *māsa* (*Phaseolus mungo*) em torno do globo ocular (semelhante a um poço), com a largura de dois *angula* (largura do dedo). Mantendo os olhos fechados, o *ghee* medicinal (gordura da manteiga), liqüefeito na água morna, deve ser derramado neste poço até o nível dos cílios. Em doenças como *naktāñdhya*, *vātatimira*, *krichrabodha*, etc., deve ser utilizada a gordura muscular (no lugar do *ghee*). Deve-se pedir que o paciente abra os olhos lentamente e retenha a droga. Então devem ser contados cem, trezentos, quinhentos, setecentos e oitocentos *mātrakāla* (tempo necessário para proferir uma sílaba), para doenças de *vartma* (das pálpebras), *sandhi* (dos arcos), *sita* (da esclera), *asita* (da córnea) e *drsti* (da pupila), respectivamente; até mil para (*adhi*) *mantha* e para doenças causadas por *vāta*; até seiscentos para doenças causadas por *pitta*; até quinhentos para

peessoas saudáveis e para doenças causadas por *balāsa (kapha)*, (estes são os períodos de retenção da droga).

Depois (após terminado o tempo estipulado) o material gorduroso deve ser removido através de um orifício feito no ângulo externo do olho. Logo após, o paciente deve fazer uma inalação de fumaça (de drogas) e não deve olhar diretamente para o céu claro ou objetos brilhantes. Ela (a terapia *tarpana*) deve ser administrada desta forma, diariamente, nas (doenças de) *vāta*, em dias alternados nas (doenças de) *pitta*, com intervalos de dois dias para pessoas saudáveis e com (doenças de) *kapha* ou até que os olhos tornem-se completamente saturados (satisfeitos).

Capacidade de resistir ao brilho da luz, normalidade (no tamanho, na forma, na coloração, etc.), clareza (ausência de viscosidade), sensação de luminosidade são os sintomas dos olhos que estão satisfeitos; sintomas contrários a estes aparecem quando a satisfação (saturação) é inadequada ou não há satisfação; e o aparecimento de doenças causadas por *ślesman (kapha)* são sintomas de excesso de satisfação ou saturação. [4-11]

Putapāka vidhi (procedimento para putapāka) [12-13.1]

स्नेहपीता तनुरिव क्लान्ता दृष्टिर्हि सीदति ।
 तर्पणानन्तरं तस्माद्गुणलोधानकारिणम् ॥१२॥
 पुटपाकं प्रयुञ्जीत पूर्वोक्तेष्वेव यक्ष्मसु ।

Assim como o corpo torna-se fatigado após a terapia de “ingestão de líquidos gordurosos”, da mesma forma os olhos tornam-se fatigados após a terapia *tarpana*. Portanto, para restaurar o vigor dos olhos, a terapia *putapāka* deve ser administrada nas doenças mencionadas anteriormente. [12-13.1]

स वाते स्नेहनः, श्लेष्मसहिते लेखनो हितः ॥१३॥
 दृग्दौर्बल्येऽनिले पित्तेरक्ते स्वस्थे प्रसादनः ।

Nas doenças de *vāta* (a terapia *putapāka* deve ser do tipo) *snehana*; nos casos em que há associação de *vāta* com *ślesman (kapha)*, deve ser do tipo *lekhana*; na fraqueza dos olhos (da visão), nas doenças de *anila (vāta)*, *pitta* e *rakta* e para pessoas saudáveis (deve ser administrado o tipo) *prasādana*. [13.2-14.1]

भूशयप्रसहानूपमेदोमज्जवसामिषैः - ॥१४॥
 स्नेहनं पयसा पिष्टैर्जीवनीयैश्च कल्पयेत् ।

(O tipo) *snehana* (de *putapāka*) é aplicado através do uso de gorduras, medula óssea, gordura muscular e caldo de carne de animais que vivem em buracos, que cortam (mordem) seu alimento (vacas, cavalos, asno, etc.) e daqueles que vivem em terras úmidas ou alagadas, ou com drogas do grupo *jīvanīya* (ver Capítulo XV) maceradas com leite. [14.2-15.1]

मृगपक्षियकृन्मांसमुक्तायस्ताम्रसैन्धवैः ॥१५॥
स्रोतोजशङ्खफेनालैर्लखनं मस्तुकलिङ्गतैः ।

(O tipo) *lekhana* (de *putapāka*) é aplicado através do uso de *mastu* (soro de leite, água de iogurte) macerada com a pasta do fígado de animais e pássaros, pérolas, (cinzas de) ferro e cobre, *saindhava* (sal), *srotonjana* (sulfeto de antimônio), *śankha* (cinzas de conchas), *phena* (frutos do mar, crustáceo) e *āla* (trissulfureto de arsênico). [15.2-16.1]

मृगपक्षियकृन्मज्जवसान्द्रहृदयामिषै ॥१६॥
मधुरैः सघृतैः स्तन्यक्षीरपिष्टैः प्रसादनम् ।

Prasādana (um tipo de *putapāka*) é aplicado com uma preparação à base de leite ou leite materno macerado com fígado, medula óssea, gordura muscular, músculos dos intestinos e coração de animais e pássaros e também com drogas de sabor doce, misturadas com *ghee* (gordura da manteiga). [16.2-17.1]

Putapāka kalpana (preparação da fórmula) [17.2-19.1]

बिल्वमात्रं पृथक् पिण्डं मांसभेषजकल्कयोः ॥१७॥
उरुबूकवटाम्भोजपत्रैः स्नेहादिषु क्रमात् ।
वेष्टयित्वा मृदा लिप्तं घवधन्वनगोमयैः ॥१८॥
पचेत्प्रदीप्तैरग्न्याभं पक्वं निष्पीड्य तद्रसम् ।
नेत्रे तर्पणवद्युञ्ज्यात्

A carne de animais e as drogas devem ser transformadas em bolas do tamanho de uma fruta *bilva* (marmelo) ou que tenham a quantidade de um *pala*. Elas devem ser embrulhadas em folhas de *urubūka*, *vata* ou *amboja*, untadas com gorduras e em sua volta deve ser feita uma cobertura de lama. Depois que esta lama estiver seca, as bolas devem ser colocadas dentro do fogo, utilizando como combustível a madeira de *dhava* ou *dhañvana* ou esterco de vaca seco; elas devem ser cozidas até que fiquem como o fogo (ou seja, vermelhas). Após

esfriarem, a pasta de drogas é retirada e o suco é extraído. Este deve ser aplicado nos olhos seguindo os mesmos procedimentos da terapia *tarpana*. [17.2-19.1]

शतं द्वे त्रीणि धारयेत् ॥१९॥

लेखनस्नेहनान्त्येषु कोष्णौ पूर्वौ, हिमोऽपरः ।

O suco deve ficar retido por um período de duzentos e trezentos *mātras* nas aplicações do tipo *lekhana*, *snehana* e no último tipo (*prasādana*); o suco deve estar morno para os primeiros dois tipos (*snehana* e *lekhana*) e frio para o último (*prasādana*). [19.2-20.1]

धूमपोऽन्ते तयोरेव

No final dos dois primeiros tipos, deve ser administrada a inalação de fumaça de drogas. [20.2]

योगास्तत्र च तृप्तिवत् ॥२०॥

Os sinais e sintomas da terapia administrada de forma adequada, inadequada ou excessiva são semelhantes àqueles mencionados na terapia *tarpana*. [20.2]

तर्पणं पुटपाकं च नस्यानर्हं न योजयेत् ।

Tanto a terapia *tarpana* como a terapia *putapāka* não devem ser administradas naqueles pacientes que estão contra-indicados para a medicação nasal. [21.1]

यावन्त्यहानि युञ्जीत द्विस्ततो द्वितभाग्भवेत् ॥२१॥

मालतीमल्लिकापुष्पैर्वद्धाक्षो निवसेन्निशाम् ॥२१½॥

O paciente (que foi submetido às terapias *tarpana* e *putapāka*) deve seguir uma dieta composta de alimentos saudáveis e realizar atividades durante o dobro do número de dias destas terapias. Durante as noites ele deve fechar os olhos com um tampão de flores como *mālati*, *mallikā*, etc. [21]

सर्वात्मना नेत्रवलाय यत्नं कुर्वीत नस्याञ्जनतर्पणाद्यैः ।

दृष्टिश्च नष्टा विविधं जगच्च तमोमयं जायत एकरूपम् ॥२२½॥

Todos os esforços devem ser feitos para fortalecer os olhos, recorrendo a terapias como *nasya*, *añjana*, *tarpana*, etc. pois, uma vez perdida a visão, os diferentes tipos de coisas do mundo tornam-se uma só, a escuridão. [22]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने तर्पणपुटपाकविधिर्नाम चतुर्विंशोऽध्यायः ॥२४॥

Assim termina o vigésimo quarto capítulo conhecido como “*Tarpana-putapāka vidhi* (Procedimento para satisfação dos olhos e outras terapias para os olhos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXIV)

CAPÍTULO XV

पञ्चविंशतितमोऽध्यायः ।

YANTRA VIDHI

(Uso de instrumentos e ferramentas sem corte)

अथातो यन्त्रविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Yantra vidhi* (Uso de instrumentos e ferramentas sem corte)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Yantra nirvacana (definição de yantra) [1-39.1]

नानाविधानां शल्यानां नानादेशप्रबाधिनाम् ।
आहर्तुमभ्युपायो यस्तद्यन्त्रं यच्च दर्शने ॥ १ ॥
अशोभगन्दरादीनां शस्त्रक्षाराग्नियोजने ।
शेषारूपरिरक्षायां तथा बस्त्यादिकर्मणि ॥ २ ॥
घटिकालाबुशृङ्गं च जाम्बवौष्ठादिकानि च ।

Aparelhos utilizados para extrair diferentes tipos de corpos estranhos que estão causando dor em diferentes partes do corpo, utilizados para inspecionar (investigar, diagnosticar) hemorróidas, fistula retal, etc., utilizados para auxiliar na aplicação de instrumentos cortantes, cáusticos alcalinos e cauterização com fogo, utilizados para proteger as outras regiões (que não estão acometidas) em terapias como enema, etc. e os recipientes, as cascas rígidas, os chifres (de animais), *jambavaustha* (um instrumento de pedra lisa com forma cilíndrica), etc. todos são conhecidos como *yantra* (instrumentos e ferramentas sem corte). [1-3.1]

अनेकरूपकार्याणि यन्त्राणि विविधान्यतः ॥ ३ ॥
विकल्प्य कल्पयेद्बुद्ध्या

Os *yantras* (instrumentos sem corte) possuem muitas formas e funções, sendo de diferentes tipos e, portanto, precisam ser fabricados (preparados) com inteligência. [3.2-4.1]

यथास्थूलं तु वक्ष्यते ।
तुल्यानि कङ्कसिहर्क्षकाकादिमृगपक्षिणाम् ॥ ४ ॥
मुखैर्मुखाणि यन्त्राणां कुर्यात्तत्संज्ञकानि च ।
अष्टादशाङ्गुलायामान्यायसानि च भूरिशः ॥ ५ ॥
मसूराकारपर्यन्तैः कण्ठे बद्धानि कीलकैः ।
विद्यात्स्वस्तिकयन्त्राणि मूलेऽङ्गुशनतानि च ॥ ६ ॥
तैर्द्वैरस्थिसंलग्नशल्याहरणमिष्यते ।

São descritos, de forma resumida, da seguinte forma: aqueles que possuem o bocal parecido com o bico de uma *kanka* (garça), com a boca de um *simha* (leão), de um *rksa* (urso), o bico de um *kāka* (corvo) e de outros animais e pássaros são forjados de acordo com os respectivos nomes (de animais e pássaros), devem ter dezoito *angulas* (largura do dedo) de comprimento, feitos principalmente de ferro, suas bordas tem a forma de um *masūra dala* (o cotilédone de uma lentilha), são seguras por um cravo (parafuso, grampo) em seu pescoço, levemente curvado como um *añkuśa* (aguilhão do elefante) em sua raiz (punho) e são conhecidos como *svastika yantra* (instrumentos em forma de cruz). Estes são utilizados para extrair corpos estranhos profundamente inseridos nos ossos. [4.2-7.1]

कीलचद्विमुक्तग्रौ सन्दंशौ षोडशाङ्गुलौ ॥ ७ ॥
त्वक्शिरास्नायुपिशितलग्नशल्यापकर्षणौ ।
षडङ्गुलोऽन्यो हरणे सूक्ष्मशल्योपपक्ष्मणाम् ॥ ८ ॥

Sandamśa yantra (fórcesps) são de dois tipos, a saber, denteados na extremidade e sem dentes na extremidade. O primeiro tipo, com dezesseis *angulas* (largura do dedo) de comprimento, é utilizado para extrair corpos estranhos alojados na pele, nas veias, nos tendões e nos músculos; o outro, com seis *angulas* (largura

do dedo) de comprimento é utilizado para extrair pequenos corpos estranhos e cílios. [7-2-8]

मुचुण्डी सूक्ष्मदन्तर्जुर्मूले रुचकभूषणा ।

गम्भीरव्रणमांसानामर्मणः शेषितस्य च ॥ ९ ॥

Mucundi (fórceps com dentes) possui pequenos dentes, retos, adornados com um dente (presa, chifre) em sua raiz (punho); é utilizado para retirar as partes carnosas de úlceras profundas e a carne restante do *arma* (pterígio) que foi cortado. [9]

द्वे द्वादशाङ्गुले मत्स्यतालघत् द्वयेकतालके ।

तालयन्त्रे स्मृते कर्णनाडीशल्यापहारिणी ॥१०॥

Tālayantras (instrumentos com discos chatos) são de dois tipos, possuem doze *angulas* (largura do dedo) de comprimento, seu aspecto é semelhante à forma de um palato (uma nadadeira) de peixe, o primeiro possui um disco chato em seu bocal e o segundo possui dois discos chatos; ambos são utilizados para remover corpos estranhos do orifício do ouvido. [10]

नाडीयन्त्राणि सुषिराण्येकानेकमुखानि च ।

स्रोतोगतानां शल्यानामामयानां च दर्शने ॥११॥

क्रियाणां सुकरत्वाय कुर्यादाचूषणाय च ।

तद्विस्तारपरीणाहर्दैर्घ्यं स्रोतोनुरोधतः ॥१२॥

Nāḍīyantra (instrumentos tubulares) são ocos, com uma ou mais aberturas, utilizadas para investigar (partes do corpo), reconhecer corpos estranhos e doenças localizadas nos canais dos tecidos, para facilitar tratamentos e para sucção. Sua espessura, circunferência e comprimento dependem do tamanho, da forma, etc. dos canais. [11-12]

दशाङ्गुलाऽर्धनाडाऽन्तःकरुशल्यावलोकिनी ।

नाडी

O instrumento tubular para observar corpos estranhos na garganta deve ter dez *angulas* (largura do dedo) de comprimento e meio *angula* de espessura (diâmetro). [13.1]

पञ्चमुखच्छिद्रा चतुष्कर्णस्य सङ्ग्रहे ॥१३॥
वारङ्गस्य, द्विकर्णस्य त्रिच्छिद्रा तत्प्रमाणतः ।

O instrumento tubular com cinco aberturas (bocais, orifícios) para segurar a seta com quatro orelhas (semelhantes a penas); o outro (instrumento tubular) com três aberturas para segurar a seta com as orelhas (da seta); o tamanho (comprimento, espessura, etc.) destes instrumentos é apropriado ao tamanho da seta. [13.2-14.1]

वारङ्गकर्णसंस्थानानाहदैर्ध्यानुरोधतः ॥१४॥
नाडीरेवंविधाश्चान्या द्रष्टुं शल्यानि कारयेत् ।

Muitos outros instrumentos tubulares podem ser preparados para observar corpos estranho, dependendo da forma, da espessura e do comprimento das orelhas semelhantes às penas das setas. [14.2-15.1]

पञ्चकर्णिकया मूर्ध्नि सदृशी द्वादशाङ्गुला ॥१५॥
चतुर्थसुषिरा नाडी शल्यनिर्घातिनी मता ।

Os instrumentos tubulares que possuem a forma de *padmakarnika* (a porção central arredondada, achatada, da flor de lótus guarnecida com pequenos orifícios) em sua extremidade, com doze *angulas* (largura do dedo) de comprimento, com uma área redonda de um quarto (de seu comprimento) são úteis para capturar e remover o corpo estranho. [15.2- 16.1]

अर्शसां गोस्तनाकारं यन्त्रकं चतुरङ्गुलम् ॥१६॥
नाहे पञ्चाङ्गुलं पुंसां प्रमदानां षडङ्गुलम् ।
द्विच्छिद्रं दर्शने व्याधेरेकच्छिद्रं तु कर्मणि ॥१७॥
मध्येऽस्य त्र्यङ्गुलं छिद्रमङ्गुष्ठोदरविस्तृतम् ।
भर्धाङ्गुलोच्छ्रितोद्धत्तकर्णिकं च तदूर्ध्वतः ॥१८॥

O *arśoyantra*, o instrumento para visualizar as hemorróidas (massas hemorroidárias no interior do reto), que tem a forma semelhante a um mamilo de vaca, com quatro *angulas* (largura do dedo) de comprimento, cinco *angulas* de circunferência para ser utilizado no homem e seis *angulas* para a mulher e possui dois orifícios (um em cada extremidade), é útil para visualizar a doença (massas hemorroidárias) e tem uma fenda para o tratamento (para o uso de

instrumentos cirúrgicos, etc.). A fenda deve estar no centro, com três *angulas* de comprimento e com a espessura do tamanho da metade do polegar, cerca de meio *angula* acima, a fenda deve ter um *karnikā* (borda). [16.2-18]

शम्याख्यं तादृगच्छिद्रं यन्त्रमर्शः प्रपीडनम् ।

O instrumento conhecido como *śamīyantra* é semelhante (ao descrito acima) mas não possui orifícios e é utilizado para comprimir as massas hemorroidárias. [19.1]

सर्वथाऽपनयेदोष्ठं छिद्रादूर्ध्वं भगन्दरे ॥१९॥

No instrumento utilizado na fístula retal, não deve estar presente a borda acima da fenda do instrumento acima. [19.2]

घ्राणार्तुदार्शसामेकच्छिद्रा नाड्यङ्गुलद्वया ।
प्रदेशिनीपरीणाहा स्याद्भगन्दरयन्त्रवत् ॥२०॥

O instrumento tubular utilizado na visualização de tumores malignos e hemorróidas (pólipos) do nariz deve ter um orifício, dois *angulas* de comprimento, com a circunferência do tamanho do indicador (espessura) e deve ser semelhante ao instrumento indicado para fístula retal. [20]

अङ्गुलित्राणकं दान्तं वार्धं वा चतुरङ्गुलम् ।
द्विच्छिद्रं गोस्तनाकारं तद्वक्त्रविवृतौ सुखम् ॥२१॥

Anguli trānaka, protetor do dedo, é feito de marfim ou de madeira, com quatro *angulas* (de comprimento), com dois orifícios (um em cada extremidade), tem a forma de um mamilo de vaca e é utilizado como uma extensão do dedo. [21]

योनित्रणेषणं मध्ये सुषिरं षोडशाङ्गुलम् ।
मुद्रावद्धं चतुर्भित्तमभोजमुकुलाननम् ॥२२॥
चतुः शलाकमाक्रान्तं मूले तद्विकसेन्मुखे ।

O instrumento para observar a vagina e as úlceras deve possuir um orifício no meio, com dezesseis *angulas* (de comprimento), quatro lábios presos firmemente por um anel, assemelhando-se ao botão de um lótus na forma, preso

com quatro hastes em sua raiz (punho) e em sua abertura (como a abertura do botão). [22-23.1]

यन्त्रे नाडीव्रणाभ्यङ्गक्षालनाय षडङ्गुले ॥२३॥
वस्तियन्त्राकृती मूले मुखेऽङ्गुष्ठकलायत्ने ।
अग्रतोऽकर्णिके मूले निबद्धमृदुचर्मणी ॥२४॥

Dois instrumentos, um para a oleação da úlcera nos seios nasais e o outro para lavagem. Eles devem ter seis *angulas* de comprimento, a forma de um *bastiyantra* (bocal do enema) com um orifício em sua raiz que permite (a entrada do) polegar e o orifício em sua extremidade permitindo a passagem de uma ervilha redonda; não possui *karnikā* (borda) em sua extremidade e tem uma bolsa de couro macio presa em sua raiz. [23.2-24]

द्विद्वारा नलिका पिच्छनलिका वोदकोदरे ।
धूमबस्त्यादियन्त्राणि निर्दिष्टानि यथायथम् ॥२५॥

O instrumento tubular utilizado em *udakodara* (ascite) deve ter dois orifícios (um em cada extremidade) ou pode ser utilizado o tubo das penas do pavão. [25]

त्र्यङ्गुलास्यं भवेच्छृङ्गं चूपणेऽष्टादशाङ्गुलम् ।
अग्रं सिद्धार्थकच्छिद्रं सुनद्धं चुचुकाकृति ॥२६॥

O *śrngā* (chifre de animal) útil para sucção deve ter um orifício de três *angulas* em sua raiz (punho) que permita a entrada de uma *siddhārtaka* (semente de mostarda), dezoito *angulas* de comprimento, bem amarrado (?) e a forma semelhante a de um mamilo (de mulher). [26]

O chifre de animal era utilizado para sugar o sangue ruim, etc. do corpo do paciente, a extremidade com orifício mais largo deveria ser colocada no local onde deveria ser feita a sucção e o médico colocava sua boca na outra extremidade, cujo orifício menor, e realizava a sucção. A palavra *sunaddha* ou "bem amarrado" não é compreensível pois o chifre é um instrumento composto de uma única peça e não há nenhuma parte solta para ser amarrada.

स्याद्वाद्दशाङ्गुलोऽलाबुर्नाहे त्वष्टादशाङ्गुलः ।
चतुस्त्रयङ्गुलवृत्तास्यो दीप्तोऽन्तः श्लेष्मरक्तहृत् ॥२७॥

Alābu (a abóbora oca ou cabaça) tem doze *angulas* de comprimento e dezoito *angulas* de circunferência (diâmetro), com uma boca (orifício) redonda de quatro *angulas* (de largura) e um fio queimando colocado em seu interior. É útil para a extração de *ślesman* (*kapha*) e *rakta* (sangue). [27]

तद्वद्धटी हिता गुल्मविलयोन्नमने च सा ।

Ghatī (recipiente) é semelhante e é útil para tornar os tumores do abdome macios e elevá-los (levá-los acima de seu nível). [27.1]

Ambos os instrumentos acima faziam uso do ato de sugar, técnica conhecida hoje como "ventosa". Um pequeno pavio de óleo queimando é utilizado para ser colocado na parte doente e a cabaça (abóbora) oca ou um recipiente, invertido sobre a região doente. O pavio incandescente cria um vácuo dentro do instrumento e o conteúdo da região doente, como sangue, pus, exsudato, etc. é sugado para dentro da cabaça ou do recipiente, se a região acometida apresentar uma abertura. Se aplicada sobre tumores, ele ajuda a torná-los macios e mais superficiais.

शलाकाख्यानि यन्त्राणि नानाकर्माकृतीनि च ॥२८॥
यथायोगप्रमाणानि तेषामेषणकर्मणी ।

Instrumentos conhecidos como *śalāka yantra* (instrumentos semelhantes à haste ou bastão) possuem muitas funções e formas, seu tamanho é adequado ao propósito para o qual eles estão sendo utilizados. [27.2-28.1]

उभे गण्डूपदमुखे स्रोतोभ्यः शल्यहारिणी ॥२९॥
मसूरदलवक्त्रे द्वे स्यातामष्टनवाङ्गुले ।

Dentre eles, dois servem para sondagem, ambos possuem a abertura semelhante àquela de uma minhoca; dois servem para remoção de corpos estranhos dos canais e possuem aberturas semelhantes a uma lentilha, um possui oito e o outro possui nove *angulas* de comprimento. [29.2-30.1]

शङ्खः षट् उभौ तेषां षोडशद्वादशाङ्गुलौ ॥३०॥
व्यूहनेऽहिफणावक्त्रौ द्वौ दशद्वादशाङ्गुलौ ।
चालने शरपुङ्खस्यौ भाहार्ये बडिशकृती ॥३१॥

Śankus (chifres) são de seis tipos. Dentre eles, dois, um com dezesseis *angulas* e outro com doze *angulas* de comprimento e com a abertura em forma do capuz de uma serpente (naja), são indicados para fazer a união (manter unido, consolidar); dois outros, um com doze e outro com dez *angulas* de comprimento e com a abertura semelhante a *śarapunkha* (*Tephrosia purpurea*, Pers.) é indicado para sacudir (afrouxar objetos duros); e aqueles utilizados para extração devem ser semelhantes a um gancho. [30.2-31]

नतोऽग्रे शङ्कुना तुल्यो गर्भशङ्कुरिति स्मृतः ।

अष्टाङ्गुलायतस्तेन मूढगर्भं हरेत् स्त्रियाः ॥३२॥

O gancho conhecido como *garbhasanku* é curvado na extremidade, assemelhando-se a um feto, com dezoito *angulas* de comprimento e indicado para puxar o feto preso na mulher. [32]

अश्मर्याहरणं सर्पफणावद्वक्रमग्रतः ।

O instrumento utilizado para extrair o cálculo da bexiga deve ter a forma de um capuz de serpente (naja), curvado para dentro em sua extremidade. [33.1]

शरपुङ्खमुखं दन्तपातनं चतुरङ्गुलम् ॥३३॥

O instrumento para extrair dente tem sua face semelhante a *śarapunkha* (*Tephrosia purpurea*, Pers.) e tem quatro *angulas* (de comprimento). [33.2]

कार्पासविहितोष्णीषाः शलाकाः षट् प्रमार्जने ।

Os seis instrumentos semelhantes à uma haste indicados para limpeza (de úlceras, seios nasais, etc.) devem ter a extremidade coberta com um tampão de algodão macio (frouxo). [34.1]

पायावासन्नदूरार्थे द्वे दशद्वादशाङ्गुले ॥३४॥

Outros dois instrumentos – um com dez e outro com doze *angulas* (de comprimento) indicados para aproximar o reto (mantendo as coxas fechadas) e estendendo-o posteriormente (estendendo as coxas), respectivamente. [34.2]

द्वे षट्सप्ताङ्गुले घ्राणे, द्वे कर्णेऽष्टनवाङ्गुले ।

Outros dois, de seis e sete *angulas*, respectivamente, são utilizados no nariz; e dois de oito e nove *angula* são utilizados nos ouvidos. [35.1]

कर्णशोधनमश्वत्थपत्रप्रान्तं सुवाननम् ॥३५॥

Aqueles que são indicados para a limpeza dos ouvidos possuem a extremidade semelhante a uma folha da árvore *asvattha* e a face semelhante a uma concha. [35.2]

शलाकाजाम्बवौष्ठानां क्षारेऽग्नौ च पृथक् त्रयम् ।
युज्यात् स्थूलाणुदीर्घाणां

Cada uma das hastes de *jambavaustha* (pedras cilíndricas lisas) possui três tipos, com forma grossa, fina e alongada, e devem ser utilizados para aplicação de cáusticos alcalinos e cauterização (terapias que marcam com fogo). [36.1]

शलाकामन्त्रवर्धनि ॥३६॥
मध्योर्ध्ववृत्तदण्डां च मूले चार्धेन्दुसन्निभाम् ।

Aqueles instrumentos utilizados em hérnias (escrotais) devem ter uma haste arredondada, maiores na parte central e na porção superior e sua raiz tem a forma de uma meia lua. [36.2-37.1]

कोलास्थिदलतुल्यास्या नासाशोर्बुददाहकृत् ॥३७॥

Aqueles utilizados para cauterização de pólipos e tumores nasais possuem abertura semelhante ao cotilédone da semente de *kola* (fruta da jujuba). [37.2]

अष्टाङ्गुला निम्नमुभास्तिस्रः क्षारौषधक्रमे ।
कनीनीमध्यमानामीनखमानसमैर्मुखैः ॥३८॥

Os três instrumentos para aplicação da terapia de cáusticos alcalinos devem ter oito *angulas* (de comprimento), as aberturas (extremidades) assemelham-se às unhas do indicador, dedo médio e anelar (no tamanho), respectivamente. [38]

स्वंस्वमुक्तानि यन्त्राणि मेदुशुद्धयञ्जनादिषु ।

Aqueles utilizados para limpar o pênis (a uretra) e para aplicação de medicação para os olhos, etc. estão sendo descritos nos capítulos correspondentes. [39.1]

Anu yantra (instrumentos acessórios) [39.2-40]

अनुयन्त्राण्ययस्कान्तरज्जुवल्गाश्ममुद्गराः ॥३९॥
 वध्रान्त्रजिह्वावालाश्च शास्त्रानस्रमुखद्विजाः ।
 कालः पाकः करः पादो भयं हर्षश्च, तत्क्रियाः ॥४०॥
 उपायवित्प्रविभजेदालोच्य निपुणं धिया ॥४०½॥

Instrumentos acessórios consistem em magnetos, fios ou cordas, tecidos, pedras, martelo, tiras de couro, intestino (de animais), língua, cabelo, ramos de árvores, unhas, boca, dentes, o tempo, a digestão, mãos, pés, medo e prazer. Suas ações ou funções são utilizadas, pelo médico inteligente, judiciosamente, baseadas em sua avaliação (das condições). [39.2-40]

निर्घातनोन्मथनपूरणमार्गशुद्धिसंव्यूहनाहरणबन्धनपीडनानि ।
 आचूषणोन्नमननाममचालभङ्गव्यावर्तनर्जुकरणानि च यन्त्रकर्म ॥४१½॥

Nirghātana (extrair após triturar), *unmathana* (extrair após torcer), *pūrana* (preenchimento), *mārgasuddhi* (limpar a passagem), *vyūhana* (unir), *harana* (extração), *bandhana* (aderir), *pīdana* (fricção), *ācūsana* (sucção), *unnamana* (elevação), *nāmana* (rebaixamento), *cālana* (agitação), *bhanga* (ruptura), *vyāvartana* (transformação), *rjūkarana* (estabilização), etc. são as funções dos *yantras* (instrumentos sem corte). [41]

विवर्तते साध्ववगाहते च ग्राह्यं गृहीत्वोद्धरते च यस्मात् ।
 यन्त्रेष्वतः कङ्कमुखं प्रधानं स्थानेषु सर्वेष्वधिकारि यच्च ॥४२½॥

Dentre os instrumentos sem corte, o principal é *kankamukha yantra*, pois ele pode ser torcido ou virado facilmente, pode penetrar profundamente, pode ser seguro com firmeza, pode agarrar objetos firmemente e é autorizado (indispensável) em todos os lugares. [42]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
 सूत्रस्थाने यन्त्रविधिर्नाम पञ्चविंशतितमोऽध्यायः ॥२५॥

Assim termina o vigésimo quinto capítulo conhecido como “*Yantra vidhi* (Uso de instrumentos e ferramentas sem corte)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXV)

CAPÍTULO XXVI

षड्विंशोऽध्यायः ।

SASTRA VIDHI

(Uso de instrumentos cortantes)

अथातः शस्त्रविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Sastra vidhi* (O conhecimento e o uso dos instrumentos cortantes)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Śastralaksana (características dos instrumentos cortantes) [1-26]

षड्विंशतिः सुकर्मारैर्घटितानि यथाविधि ।
 शस्त्राणि रोमवाहीनि बाहुल्येनाङ्गुलानि षट् ॥ १ ॥
 सुरूपाणि सुधाराणि सुग्रहाणि च कारयेत् ।
 भकरालानि सुध्मातसुतीक्ष्णावर्तितेऽयसि ॥ २ ॥
 समाहितमुखाग्राणि नीलाम्भोजच्छवीनि च ।
 नामानुगतरूपाणि सदा सन्निहितानि च ॥ ३ ॥
 स्वोन्मानार्धचतुर्थांशफलान्येकैकशोऽपि च ।
 प्रायो द्वित्राणि, युञ्जीत तानि स्थानविशेषतः ॥ ४ ॥
 (मण्डलाग्रं वृद्धिपत्रमुत्पलाध्यर्द्धधारके ।
 सपैषण्यौ वेतसाख्यं शरार्यास्यत्रिकूर्चके ॥ १ ॥
 कुशास्यं साटवदनमन्तर्वक्त्रार्धचन्द्रके (कम्) ।
 व्रीहिमुखं कुठारी च शलाकाङ्गुलिशस्त्रके ॥ २ ॥

वाडिशं करपत्राख्यं कर्तरी नखशस्त्रकम् ।
 दन्तलेखनकं सूच्यः कूर्चो नाम खजाह्वयम् ॥ ३ ॥
 आराचतुर्विधाकारा तथा स्यात्कर्णवेधनी(नम्) ॥ ४ ॥

Os *śastras* (instrumentos cortantes) são de vinte e seis tipos e devem ser preparados por ferreiros habilidosos, de acordo com o método tradicional (de preparo de instrumentos cirúrgicos). Em geral, eles devem possuir seis *angulas* (largura do dedo) de comprimento, devem ser capazes de cortar o cabelo rente, devem possuir boa aparência, com bordas cortantes, devem ser adequados para o médico poder segurá-los firmemente, não devem possuir uma forma desagradável, devem ser preparados com um aço limpo (isento de impurezas), fortes como ferro, a frente de sua abertura (ou seja, as bordas afiadas) deve ser bem martelada (de forma a torná-los cortantes), devem possuir a cor do lótus azul, com a forma em concordância com a denominação que recebem, devem estar sempre prontos para serem utilizados, suas faces (bordas cortantes) devem ter um quarto da metade (ou seja, um oitavo) de seu próprio tamanho (comprimento total), devem existir cerca de dois ou três de cada (instrumento) e devem ser utilizados de forma adequada ao local (da operação).

Mandalāgra, *vrđhipatra*, *utpala* (*patra*) e *adhyardhadhāra*, *sarpa* (*mukha*), *esanī*, *vetasa* (*patra*), *śarārī* (*mukha*), *trikūrcaka*, *kuśapatra*, *ātavadana* (*ātīmukha*), *antarvaktra*, *ardhacandrikā*, *vrīhimukha*, *kuthārī*, *śalākā* (*śastra*), *anguli śastra*, *hadiśa*, *karapatra*, *kartarī*, *nakha śastra*, *danta lekhanaka*, *sūcī*, *kūrca*, *khaja*, os quatro tipos de *ārā* e *karnavedhanaka* – estes são os nomes dos vinte e seis instrumentos cortantes. [1-4]

मण्डलाग्रं फले तेषां तर्जन्यन्तर्नखाकृति ।
 लेखने छेदने योज्यं पोथकीशुण्डिकादिषु ॥ ५ ॥

Mandalāgra śastra (faca com lâmina arredondada em sua extremidade) possui a lâmina na forma da unha do indicador, sendo utilizado para raspagem e retirada (excisão) em doenças como *pothaki* (cisto palpebral), *sundikā* (amígdalas), etc. [5]

वृद्धिपत्रं धुराकारं छेद भेदनपाटने ।
 ऋज्वग्रमुन्नते शोफे गम्भीरे च तदन्यथा ॥ ६ ॥
 नताग्रं पृष्ठतो दीर्घह्रस्ववक्त्रं यथाश्रयम् ।

Vrdhipatra (escalpelo, bisturi de dois gumes) tem a forma de uma navalha, este instrumento é utilizado para cortar (excisão), abrir (incisão) e rasgar ou separar. Com sua lâmina reta, ele é utilizado nos edemas elevados (salientes); o mesmo instrumento com sua lâmina curva para trás, longa ou curta, é utilizado nos edemas localizados profundamente. [6-7.1]

उत्पलाध्यर्धधाराख्ये भेदने छेदने तथा ॥ ७ ॥

Utpala patra e *adhyardhadhāra* (bisturis) servem para fazer a excisão e a incisão. [7.2]

सर्पास्यं घ्राणकर्णार्शश्छेदनेऽर्धाङ्गुलं फले ।

Sarpyāsya (*sarpa mukha* ou escalpelo com forma de serpente) é utilizado para excisão de pólipos nasais e dos ouvidos e possui uma lâmina de meio *angula*. [8.1]

गतेरन्वेषणे श्लक्षणा गण्डूपदमुखैषणी ॥ ८ ॥

Esanī (sonda cortante), utilizado para exploração dos seios nasais, é liso e possui a forma da boca de uma minhoca. [8.2]

भेदनार्थेऽपरा सूचीमुखा मूलनिविष्टा ।

Outro tipo de *esanī* (sonda) é utilizado para incisão, tem a aparência de uma agulha, com um buraco em sua raiz. [9.1]

वेतसं व्यधने स्नाव्ये शरार्यास्यत्रिकूर्चके ॥ ९ ॥

Vetasa patra śastra é utilizado para perfuração. *Śarārī mukha* (um tipo de tesoura que possui a forma do bico de uma garça) e *trikūrcaka* (instrumento semelhante a uma escova com três pregos) são utilizados para drenar líquidos. [9.2]

कुशाटावदने स्नाव्ये द्व्यङ्गुलं स्यात्तयोः फलम् ।

Kuśapatra (navalha cuja lâmina assemelha-se à erva *kuśa*) e *ātīmukha* (navalha semelhante ao bico de uma águia, bisturi) são instrumentos utilizados para drenar e sua lâmina possui dois *angulas* (de comprimento). [10.1]

तद्दन्तमुखं तस्य फलमध्यर्धमङ्गुलम् ॥१०॥
अर्धचन्द्राननं चैतत्

Antarmukhi também (é utilizado para drenar), mas sua lâmina possui um *angula* e meio (de comprimento) e a forma de meia lua. [10.2]

तथाऽध्यर्धाङ्गुलं फले ।
व्रीहिषक्त्रं प्रयोज्यं च तच्छिरोदरयोर्व्यधे ॥११॥

Vrīhimukha (semelhante ao grão de arroz, trocarte) tem a lâmina com um *angula* e meio (de comprimento) e serve para perfurar veias e o abdome. [11]

पृथुः कुठारी गोदन्तसदृशार्धाङ्गुलानना ।
तयोर्ध्वदण्डया विध्येदुपर्यस्थानां स्थितां सिराम् ॥१२॥

Kuthārī (machado) é compacto, robusto, semelhante a um dente de vaca, com lâmina de meio *angula* (de comprimento) e com (um cabo de) madeira. Com ele, deve ser cortada a veia localizada nos ossos mantendo este machado verticalmente sobre a mesma. [12]

ताम्री शलाका द्विमुखी मुखे कुरबकाकृतिः ।
लिङ्गनाशं तथा विध्येत्

Śalākā (haste) é feito de cobre, com duas faces (lâminas de cada lado), possui a forma do botão de *kurabaka* e é utilizado para cortar as lentes na doença *linganāśa* (catarata em seu estado mais avançado). [13]

कुर्यादङ्गुलिशस्त्रकम् ॥१३॥
मुद्रिकानिर्गतमुखं फले त्वर्धाङ्गुलायतम् ।
योगतो वृद्धिपत्रेण मण्डलाग्रेण वा समम् ॥१४॥
तत्प्रदेशिन्यग्रपर्वप्रमाणार्पणमुद्रिकम् ।
सूत्रवद्धं गलस्रोतोरोगच्छेदनभेदने ॥१५॥

Anguli śastra (faca de dedo) deve ser preparado de forma a ter um orifício cujas bordas tenham uma superfície (cortante), com meio *angula* de largura, semelhante, na forma, à *vrđhipatra* ou *mandalāgra*, capaz de permitir a entrada

da primeira falange do dedo indicador. Ele é amarrado ao dedo com um fio e é utilizado para excisão e incisão (da porção afetada) nas doenças localizadas na passagem da garganta. [13.2-15]

ग्रहणे शुण्डिकार्मादेर्वडिशं सुनताननम् ।

Badiśa (gancho pontudo) possui uma face curvada e serve para segurar a úvula aumentada, o *arma* (pterígio), etc. [16.1]

छेदेऽस्थनां करपत्रं तु क्षरधारं दशाङ्गुलम् ॥१६॥

विस्तारे द्व्यङ्गुलं सूक्ष्मदन्तं सुत्सरुबन्धनम् ।

Karapatra (serra), utilizado para cortar o osso, deve possuir lâmina forte de dez *angulas* (de comprimento) e dois de largura, dentes finos (cortantes, pequenos) e um apoio para ser fortemente seguro com a mão fechada. [16.2-17.1]

स्नायुसूत्रकचच्छेदे कर्तरी कर्तरीनिभा ॥१७॥

Kartarī (tesouras) são utilizadas para cortar tendões, fios, cabelos, etc. pois são semelhantes às tesouras (comumente utilizadas pelas pessoas). [17.2]

वक्रजुधारं द्विमुखं नखशस्त्रं नवाङ्गुलम् ।

सूक्ष्मशल्योद्धृतिच्छेदभेदप्रच्छानलेखने ॥१८॥

Nakha śastra (lixa), com lâmina curva ou reta, dupla (com superfície cortante dos dois lados) e nove *angulas* de comprimento, é utilizado para remover corpos estranhos minúsculos, fazer excisão, incisão, escarificação e raspagem. [18]

एकधारं चतुष्कोणं प्रवद्धाकृति चैकतः ।

दन्तलेखनकं तेन शोधयेद्दन्तशर्कराम् ॥१९॥

Danta lekhanaka (lanceta dental, bisturi) possui uma lâmina, quatro pontas, com a forma de um nó de um lado e é utilizado para raspar o tártaro dos dentes. [19]

वृत्ता गूढदृढाः पाशे तिस्रः सूच्योऽत्र सीवने ।

मांसलानां प्रदेशानां त्र्यस्त्रा त्र्यङ्गुलमायता ॥२०॥

अल्पमांसास्थिसन्धिस्थव्रणानां द्व्यङ्गुलायता ।

Sūcī (as agulhas) para sutura são de três tipos, redondas, fortes e grossas; possuem um fio (que atravessa um buraco em seu corpo próximo à raiz); aquelas utilizadas em partes moles devem ter três bordas e comprimento de três *angulas* e aquelas utilizadas em partes pouco carnosas, articulações e ferimentos localizados nas articulações devem ter dois *angulas* de comprimento. [20]

व्रीहिवक्रा धनुर्वक्रा पक्वामाशयमर्मसु ॥२१॥

सा सार्धद्व्यङ्गुला

Vrīhimukha sūcī (agulha curva) possui uma curvatura semelhante a um arco e é utilizada para sutura do intestino, estômago e pontos vitais; possui dois *angulas* e meio (de comprimento). [21]

सर्ववृत्तास्ताश्चतुरङ्गुलाः ।

कूर्चो वृत्तैकपीठस्थाः सप्ताष्टौ वा सुबन्धनाः ॥२२॥

स योज्यो नीलिकान्यङ्गकेशशातेषु कुट्टने ।

Kūrca (escova com pontas afiadas) possui sete ou oito pinos arredondados fixados em uma extremidade e firmemente presos; é utilizada para raspagem em doenças como *nīlikā* (manchas azuladas), *vyanga* (manchas escuras na face) e queda de cabelos, etc. [22-23.1]

अर्धाङ्गुलमुखैर्वृत्तैरष्टाभिः कण्टकैः खजः ॥२३॥

पाणिभ्यां मथ्यमानेन घ्राणात्तेन हरेदसृक् ।

Khaja (batedor) possui uma face de meio *angula* de comprimento e forma arredondada, com oito pinos (fixados nela); é utilizado para remoção do sangue (desequilibrado) do nariz agitando o instrumento com as mãos. [23.2-24.1]

व्यधनं कर्णपालीनां यूथिकासुकुलाननम् ॥२४॥

Karnapālī vyadhana (instrumento para perfurar o lóbulo da orelha) deve ter o aspecto de um botão de *yūthikā* (jasmim). [24.2]

आराऽर्धाङ्गुलवृत्तास्या तत्प्रवेशा तथोर्ध्वतः ।

चतुरस्रा, तथा विध्येच्छोफं पक्वामसंशये ॥२५॥

कर्णपालीं च बहलाम् बहलायाश्च शस्यते ।

सूची त्रिभागसुषिरा त्र्यङ्गुला कर्णवेधनी ॥२६॥

Ārā (furador, lâmina de corte) possui uma parte arredondada de meio *angula* abaixo e quatro bordas (faces) acima, este instrumento deve ser utilizado para puncionar edemas nos casos em que existem dúvidas de que está maduro ou não, assim como na perfuração do lóbulo da orelha quando está grosso. No caso do lóbulo da orelha, uma agulha, oca em suas três porções, com três *angulas* de comprimento é mais indicada para a perfuração. [25-26]

Anu śastrāni (instrumentos acessórios) [27-28.1]

जलौकः क्षारदहनकाचोपलनखाद्यः ।
अलौहान्यनुशस्त्राणि, तान्येवं च विकल्पयेत् ॥२७॥
अपराण्यपि यन्त्रादीभ्युपयोगं च यौगिकम् ।

Sanguessugas, cáusticos alcalinos, fogo, vidro (lentes, recipientes, etc.), pedra, unha, etc. são instrumentos não metálicos ou *anuśastras* (instrumentos acessórios). Muitos outros instrumentos podem ser fabricados conforme a necessidade para serem utilizados em procedimentos e locais especiais. [27-28.1]

Śastra kāryani (funções dos instrumentos cortantes) [28.2-29.1]

उत्पाद्यपाद्यसीव्यैष्यलेख्यप्रच्छानकुट्टनम् ॥२८॥
छेद्यं भेद्यं व्यधो मन्थो ग्रहो दाहश्च तत्क्रियाः ।

Utpātana (extração), *pātana* (rasgar, dividir), *sivana* (sutura), *esana* (sondagem), *lekhana* (raspagem), *prachehāna* (friccionar), *kuttana* (bater, golpear), *chedana* (excisão, corte), *bhedana* (quebrar), *vyadhana* (perfuração, punção), *manthana* (sacudir), *grahana* (pegar, segurar) e *dahana* (queimar, cauterizar) – estas são as funções dos instrumentos cortantes. [28.2-29.1]

Śastra dosha (defeitos dos instrumentos cortantes) [29.2-30.1]

कुण्ठखरडतनुस्थूलह्रस्वदीर्घत्वघक्रताः ॥२९॥
शस्त्राणां खरधारत्वमष्टौ दोषाः प्रकीर्तिताः ।

Os oito defeitos dos instrumentos cortantes são a falta de corte, partes quebradas, material fino, fragilidade, dimensões reduzidas, comprimento reduzido, lâmina pouco curva e aspereza. [29.2-30.1]

Śastragrahana vidhi (método de segurar os instrumentos cortantes) [30.2-32]

छेदभेदनलेख्यार्थं शस्त्रं वृन्तफलान्तरे ॥३०॥
 तर्जनीमध्यमाङ्गुष्ठैर्गृहीयात्सुसमाहितः ।
 विस्रावणानि वृन्ताग्रे तर्जन्यङ्गुष्ठकेन च ॥३१॥
 तलप्रच्छन्नवृन्ताग्रं ग्राह्यं व्रीहिमुखं मुखे ।
 मूलेष्वाहरणार्थानि क्रियासौकर्यतोऽपरम् ॥३२॥

Para cortar, romper e raspar, o instrumento deve ser seguro entre *vrntaphala* (o cabo redondo de madeira) e a lâmina com (a ajuda dos) dedos indicador e médio, cuidadosamente (atentamente); para drenagem, o instrumento deve ser seguro na extremidade do cabo redondo de madeira com a ajuda do dedo indicador e do polegar; para escarificação da palma, ele deve ser seguro pela extremidade do cabo; *vrīhimukha śastra* deve ser pego pela sua extremidade; para a extração, os instrumentos devem ser pegos pela sua raiz; os demais podem ser seguros da maneira como for mais conveniente para a operação (manipulação). [30.2-32]

Śastra kośa (maleta de instrumentos) [33-34]

स्यान्नवाङ्गुलविस्तारः सुघनो द्वादशाङ्गुलः ।
 क्षौमपत्रोर्णकौशेयदुकूलमृदुचर्मजः ॥३३॥
 विन्यस्तपाशः सुस्यूतः सान्तरोर्णस्थशस्त्रकः ।
 शलाकापिहितास्यश्च शस्त्रकोशः सुसञ्चयः ॥३४॥

A maleta de instrumentos deve possuir nove *angulas* de largura e doze *angulas* de comprimento; deve ser feita de juta, folhas, lã, seda, da casca interna de árvores ou de couro macio, deve ter fitas (para amarrar), bem costurada com compartimentos para instrumentos que deverão ser conservados embrulhados em tecido de lã; sua abertura e alça devem ser apertadas com uma haste (funcionando como um cinto) e a aparência deve ser agradável. [33-34]

Jalaukā (sanguessugas) [35.1]

जलौकसस्तु सुखिनां रक्तस्रावाय योजयेत् ।

Sanguessugas devem ser utilizadas para retirada de sangue de pessoas felizes (delicadas, que não suportam dor). [35.1]

दुष्टाम्बुमत्स्य भेकाहिशवकोथमलोद्भवाः ॥३५॥
 रक्ताः श्वेता भृशं कृष्णाश्चपलाः स्थूलपिच्छिलाः ।
 इन्द्रायुधविचित्रोर्ध्वराजयो रोमशाश्च ताः ॥३६॥
 सविषा वर्जयेत् ताभिः कण्डूपाकज्वरभ्रमाः ।
 विषपित्तान्ननुत्कार्यं तत्र

As sanguessugas que nascem em água suja, em água contaminada por restos de peixes, sapos e cobras em putrefação ou com os excrementos destes animais, aquelas que são vermelhas, brancas ou de coloração muito preta, aquelas que parecem muito ativas, gordas e viscosas, aquelas que são conhecidas como *indrāyudha*, aquelas que possuem linhas variadas no dorso e que são muito peludas são consideradas *savisa* (venenosas) e devem ser rejeitadas. Se utilizadas, elas podem produzir prurido, ulceração, febre e vertigem. Estas (doenças) devem ser tratadas com drogas que aliviam venenos, *pitta* e *asra* (sangue). [35.2-37.1]

शुद्धाम्बुजाः पुनः ॥३७॥
 निर्विषाः शैवलश्यावा वृत्ता नीलोर्ध्वराजयः ।
 कषायपृष्ठास्तन्वङ्गयः किञ्चित्पीतोदराश्च याः ॥३८॥

Aquelas que nascem em água limpa, que são azuladas como algas, de forma arredondada, que possuem linhas azuis no dorso, que possuem o dorso áspero ou duro, que possuem corpo magro, com ventre levemente amarelado são consideradas *nirvisa* (não venenosas) (e, portanto, estas podem ser utilizadas). [37.2-38]

ता अप्यसम्यग्दमनात् प्रततं च निपातनात् ।
 सीदन्तीः सलिलं प्राप्य रक्तमत्ता इति त्यजेत् ॥३९॥

Dentre as (sanguessugas) com as características acima, aquelas que não vomitam o sangue inteiramente, que são aplicadas freqüentemente e que permanecem inativas mesmo após entrar na água, devem ser consideradas intoxicadas pelo sangue e devem ser rejeitadas. [39]

Jalaukāvācārana (procedimento para aplicação de sanguessugas) [40-50]

अथेतरा निशाकल्कयुक्तेऽम्भसि परिमुताः ।
 अवन्तिसोमे तक्ने वा पुनश्चाश्वासिता जले ॥४०॥
 लागयेद्धृतमृत्स्तन्यरक्तशस्त्रनिपातनैः ।
 पिवन्तीरुन्नस्कन्धाश्छादयेन्मृदुवाससा ॥४१॥

Aquelas (sanguessugas que são apropriadas e saudáveis) são conservadas por um curto período de tempo na água contendo pasta de *niśa* (Curcuma longa) ou *avanti-soma* (água na qual foram lavados os grãos) ou soro de leite e depois devem ser colocadas de volta na água pura. Elas devem ser grudadas (através da mordida) sobre o local do corpo (do paciente) que foi friccionado com *ghee*, lama, leite materno ou sangue, ou onde foi feita uma escarificação com instrumento cortante. Quando a sanguessuga começa a beber o sangue, elevando seus ombros, ela deve ser coberta com um tecido leve. [40-41]

सम्पृक्ताद्दुष्टशुद्धास्त्राञ्जलौका दुष्टशोणितम् ।
 आदत्ते प्रथमं हंसः क्षीरं क्षीरोदकादिव ॥४२॥
 (गुल्मार्शोविद्रधीन् कुष्ठवातरक्तगलामयान् ।
 नेत्ररुग्विषवीसर्पान् शमयन्ति जलौकसः ॥ १ ॥)

Assim fixada, a sanguessuga sugará primeiramente apenas o sangue desequilibrado, separando-o daquela mistura de sangue equilibrado e desequilibrado presente no corpo do paciente, assim como o cisne suga apenas o leite de uma mistura de leite e água. [42]

(A aplicação de sanguessugas alivia doenças como tumor abdominal, hemorróidas, abscessos, hanseníase e outras doenças de pele, gota, doenças do pescoço e dos olhos, venenos, *visarpa* (herpes ?), etc.)

हंसस्य तोदे कण्ठां वा मोक्षयेत् वामयेच्च ताम् ।
 पटुतैलाक्तघटनां ३ श्लक्ष्णकरडनरूपिताम् ॥४३॥

Quando o paciente referir dor em picada ou prurido no local da picada, a sanguessuga deve ser removida. A sanguessuga deve ser estimulada a vomitar o sangue sugado, tocando sua boca com sal e óleo ou esfregando suavemente na direção de sua boca após derramar sobre ela um pouco de farinha de arroz fina. [43]

रक्षन् रक्तमदाद्भूयः सप्ताहं ता न पातयेत् ।

(Depois que vomitam) elas devem ser protegidas (prevenidas) da intoxicação pelo sangue e não devem ser utilizadas novamente por sete dias. [44.1]

**पूर्ववत् पटुता दाढ्यं सम्यग्वान्ते जलौकसाम् ॥४४॥
क्लमोऽतियोगान्मृत्युर्वा दुर्वान्ते स्तब्धता मदः ।**

Depois de uma adequada eliminação através dos vômitos, a sanguessuga readquire sua atividade anterior e torna-se fortalecida. Com vômitos em excesso ela torna-se muito fraca e pode até mesmo morrer; se os vômitos forem insuficientes ela torna-se lenta (inativa) e intoxicada. [44.2-45.1]

**भन्यन्नान्यत्र ताः स्थाप्या घटे मृत्स्नाम्बुगर्मिणि ॥४५॥
लालादिक्रोथनाशार्थं, सविषाः स्युस्तदन्वयात् ।**

Elas devem ser transferidas de um recipiente para outro, preenchidos com água e lama de boa qualidade de forma a destruir (evitar) a putrefação por saliva, etc. (excrementos de sanguessugas), pois elas (as sanguessugas) tornam-se venenosas com tal contato. [45.2-46.1]

**अशुद्धौ स्नावयेदंशान् हरिद्रागुडमाक्षिकैः ॥४६॥
शतधौताज्यपिचवस्ततो लेपाश्च शीतलाः ।**

Quando (houver dúvida quanto à presença de) impurezas, o local deve ser sangrado através da aplicação de *haridrā*, *guda* (açúcar mascavado indiano, melado) e *māksika* (mel), e depois deve ser aplicado (sobre o local) um pedaço de tecido embebido em *ghee* lavado cem vezes ou pastas refrescantes (preparadas com drogas de potência fria). [46.2-47.1]

दुष्टरक्तापगमनात्सद्यो रागरुजां शमः ॥४७॥

Com a eliminação do sangue desequilibrado, a hiperemia e a dor são imediatamente dominadas. [47.2]

**अशुद्धं चलितं स्थानात्स्थितं रक्तं व्रणाशये ।
व्यम्लीभवेत्पर्युषितं तस्मात्तत्स्नावयेत्पुनः ॥४८॥**

O sangue desequilibrado, deslocado de seu sítio e acumulado no interior do ferimento torna-se muito ácido pela estagnação durante toda a noite, portanto ele deve ser retirado novamente. [48]

युञ्ज्यान्नालाबुघटिकां रक्ते पित्तेन दूषिते ।
तासामनलसंयोगात् युञ्ज्यात्तु कफवायुना ॥४९॥

A cabaça ou a ventosa não devem ser utilizados (para remover o sangue desequilibrado) quando o desequilíbrio estiver sendo causado por *pitta*, pois ele está associado com fogo (um pavio queimando no interior) e isto aumentaria *pitta* ainda mais, posteriormente. Eles devem ser utilizados nos casos de desequilíbrio de *kapha* e *vāyu* (*vāta*). [49]

कफेन दुष्टं रुधिरं न शृङ्गेण विनिर्हरेत् ।
स्कन्तत्वात् घातपित्ताभ्यां दुष्टं शृङ्गेण निर्हरेत् ॥५०॥

O sangue desequilibrado por *kapha* não deve ser retirado através da sucção com chifre por causa da viscosidade (do sangue), enquanto que o sangue desequilibrado por *vāta* e *pitta* pode ser removido pela sucção com chifre. [50]

Pracchāna (incisão para produzir sangramento) [51-55]

गात्रं बद्धोपरि दृढं रज्ज्वा पट्टेन वा समम् ।
स्नायुसन्ध्यस्थिमर्माणि त्यजन् प्रच्छानमाचरेत् ॥५१॥
अधोदेशप्रविस्तृतैः पदैरुपरिगामिभिः ।
न गाढघनतिर्यग्भिर्न पदे पदमाचरेत् ॥५२॥

A região do corpo localizada acima do sítio (selecionado para sangria) deve ser amarrada firmemente com uma corda ou uma tira de couro; evitam-se os tendões, articulações, ossos e pontos vitais e são feitos arranhões (escarificações, com bisturi cortante) de baixo para cima; as incisões não podem ser (muito) profundas, (muito) largas, nem de lado a lado (horizontais). [51-52]

प्रच्छानेनैकदेशस्थं ग्रथितं जलजन्मभिः ।
हरेच्छृङ्गादिभिः सुप्तमसृग्व्यापि शिरान्यधैः ॥५३॥

O sangue acumulado, em qualquer área (área reduzida), pode ser removido por escarificação (incisões); o sangue confinado (em tumores, abscessos, etc.), deve ser removido com o uso de sanguessugas; aquele que produz perda da

sensibilidade (no local onde se acumulou) deve ser retirado através da sucção com chifre, etc. (cabaça ou ventosa) e aquele que se espalhou por todo o corpo deve ser retirado por veniseccção. [53]

प्रच्छाने पिण्डिते वा स्यात् अवगाढे जलौकसः ।
त्वक्स्थेऽलाबुघटीशङ्गम् सिरैव व्यापकेऽसृजि ॥५४॥
वातादिधाम वा शृङ्गजलौकोलाबुभिः क्रमात् ।

Ou (a remoção do sangue através de) incisões é realizada quando o sangue está solidificado; através de sanguessugas, quando está localizado profundamente; através da sucção com cabaça, quando (o sangue) está penetrando todo o corpo; através do uso de chifre, sanguessugas, cabaça, (quando o sangue está localizado nos) sítios de *vāta* e outros (*doshas*), respectivamente. [54]

स्रतासृजः प्रदेहाद्यैः शीतैः स्याद्वायुकोपतः ॥५५॥
सतोदकण्डूः शोफस्तं सर्पिषोष्णेन सेचयेत् ॥५५३॥

O local do sangramento deve ser coberto (após a sangria) com pasta refrescante, etc.; como haverá dor, prurido e edema (no local), a área deve ser banhada com *ghee* (gordura da manteiga) morno. [55]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुभ्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने शस्त्रविधिर्नाम षड्विंशोऽध्यायः ॥ २६ ॥

Assim termina o vigésimo sexto capítulo conhecido como “*Śastra vidhi* (Conhecimento e uso de instrumentos cortantes)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXVI)

CAPÍTULO XXVII

सप्तविंशोऽध्यायः ।

SIRAVYADHA VIDHI

(O procedimento na veniseccção)

अथातः सिरान्यधविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Sirāvyadha vidhi* (O procedimento na veniseccção)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Śuddharakta laksana (propriedades do sangue puro) [1-2.1]

मधुरं लवणं किञ्चिदशीतोष्णमसंहतम् ।

पद्मेन्द्रगोपहेमाविशशलोहितलोहितम् ॥ १ ॥

लोहितं प्रभवः शुद्धं, तनोस्तेनैव च स्थितिः ।

Levemente doce e salgado (no sabor e nas ações), nem frio nem quente (em outras palavras, morno), não coagulado (líquido), com a aparência de um lótus, do inseto *indragopa*, do ouro, com a coloração do sangue de carneiro e de coelho – estas são as propriedades características do sangue puro (não desequilibrado); ele é a causa da origem do corpo e através dele é determinada a condição (saudável ou não) do corpo. [1-2.1]

Arunadatta afirma que o propósito de fornecer tantos exemplos é indicar diferentes graus da coloração vermelha vistos em pessoas saudáveis. Hemādri interpreta o termo “*hema*” como a planta *manjistha* (*Rubia cordifolia*, Linn.) e não como o ouro, como fez Arunadatta.

Dustarakta karma (ações do sangue desequilibrado) [2.2-5]

तत्पित्तश्लेष्मलैः प्रायो दूष्यते कुक्षते ततः ॥ २ ॥
 विसर्पविद्रधिष्ठीहगुल्माग्निसदनज्वरान् ।
 मुखनेत्रशिरोरोगमदतृड्लवणास्यताः ॥ ३ ॥
 कुष्ठवातास्रपित्तास्रकटुम्लोद्गिरणभ्रमान् ।
 शीतोष्णस्निग्धरूक्षाद्यैरुपक्रान्ताश्च ये गदाः ॥ ४ ॥
 सम्यक्साध्या न सिध्यन्ति ते च रक्तप्रकोपजाः ।

Se (o sangue) torna-se geralmente desequilibrado por *pitta* e *ślesman* (*kapha*), ele produz doenças como *visarpa* (herpes), abscessos, doenças do baço, tumores abdominais dispepsia, febres, doenças da boca, dos olhos e da cabeça, intoxicações (toxicidade), sede, sabor salgado na boca, *vātasra* (gota), *pittāsra* (doença hemorrágica), arrotos com sabores picante e azedo e vertigem. Aquelas doenças que são curáveis mas que não conseguem ser curadas mesmo após tratamentos frios ou quentes, oleosos ou secativos adequados devem ser consideradas como originadas do sangue desequilibrado (aumentado). [2.2-5.1]

तेषु स्रावयितुं रक्तमुद्रिकं व्यधयेत्सिराम् ॥ ५ ॥

Para drenar o sangue desequilibrado nestas doenças, as veias devem ser cortadas. [5.2]

Sirāvyadha anarhāh (pessoas contra-indicadas para veniseccão) [6-9.1]

न तूनषोडशातीतसप्तत्यब्दस्रुतासृजाम् ।
 अस्निग्धास्वेदितात्यर्थस्वेदितानिलरोगिणाम् ॥ ६ ॥
 गर्भिणीसूतिकाजीर्णपित्तास्रश्वासकासिनाम् ।
 अतीसारोदरच्छर्दिपाण्डुसर्वाङ्गशोफिनाम् ॥ ७ ॥
 स्नेहपीते प्रयुक्तेषु तथा पञ्चसु कर्मसु ।
 नायन्त्रितां सिरां विध्येन्न तिर्यङ्गाप्यनुत्थिताम् ॥ ८ ॥
 नातिशीतोष्णवाताभ्रैश्चन्यत्रात्ययिकाद्गदात् ।

Mas não naquelas (pessoas) que possuem menos de dezesseis e mais de setenta anos de idade, nem para aquelas que não apresentaram nenhum sangramento

anteriormente (em qualquer época, por qualquer causa), que não se submeteram às terapias de oleação e sudação, que sofrem de doenças causadas por *vāta*, mulheres grávidas, mulheres em trabalho de parto, pessoas que estão sofrendo de indigestão, doenças hemorrágicas, dispnéia, tosse, diarréia, aumento do abdome, vômitos, anemia, edema generalizado, para aquelas pessoas que ingeriram gorduras (*ghee* ou óleo, como parte da terapia de oleação) e que estão sendo submetidos às cinco terapias (de purificação, emética, purgativa, enema oleoso, enema por decocção e medicação nasal). A veia não deve ser cortada sem um forte controle sobre o corpo (como descrito posteriormente), sobre a veia que está na horizontal, que não está elevada; a veniseccção não deve ser realizada naqueles dias muito frios, muito quentes, com muito vento ou nublado, com exceção dos casos de emergência (nos quais a veniseccção pode ser realizada como urgência se for necessária).[6-9.1]

Vyadhana sthāna nirdeśa (seleção do local para veniseccção) [9.2-18.1]

शिरोनेत्रविकारेषु ललाट्यां मोक्षयेत्सिराम् ॥ ९ ॥
 अपाङ्गथामुपनास्यां वा कर्णरोगेषु कर्णजाम् ।
 नासारोगेषु नासाग्रे स्थिताम् नासाललाटयोः ॥१०॥
 पीनसे मुखरोगेषु जिह्वौष्ठहनुतालुगाः ।
 जत्रूर्ध्वग्रन्थिषु ग्रीवाकर्णशङ्खशिरः श्रिताः ॥११॥
 उरोपाङ्गललाटस्था उन्मादे ऽपस्मृतौ पुनः ।
 हनुसन्धौ समस्ते वा सिरां भ्रूमध्यगामिनीम् ॥१२॥
 विद्रघौ पार्श्वशूले च पार्श्वकक्षास्तनान्तरे ।
 तृतीयके ऽसयोर्मध्ये स्कन्धस्याधश्चतुर्थके ॥१३॥
 प्रवाहिकायां शूलिन्यां श्रोणितो द्यङ्गुले स्थिताम् ।
 शुक्रमेढ्रामये मेढ्रे ऊरुगां गलगण्डयोः ॥१४॥
 गृध्रस्यां जानुनोऽधस्तादूर्ध्वं वा चतुरङ्गुले ।
 इन्द्रवस्तेरधोऽपच्यां द्यङ्गुले चतुरङ्गुले ॥१५॥
 ऊर्ध्वं गुल्फस्य सक्थ्यतो, तथा क्रोष्टुकशीर्षके ।
 पाददाहे खुडे हर्षे विपाद्यां वातकण्ठके ॥१६॥
 चिप्पे च द्रव्यङ्गुले विध्येदुपरि क्षिप्रमर्मणः ।
 गृध्रस्यामिव विश्वाच्याम् यथोक्तानामदर्शने ॥१७॥
 मर्महीने यथासन्ने देशेऽन्यां व्यधयेत् सिराम् ।

Nas doenças da cabeça e dos olhos, devem ser seccionadas as veias situadas na frente, no ângulo externo dos olhos ou na região em torno do nariz; nas doenças do ouvido, devem ser cortadas as veias próximas à orelha; nas doenças do nariz, aquelas localizadas na ponta do nariz; na rinite, aquelas (veias) localizadas no nariz e na frente; nas doenças da boca, aquelas situadas na língua, nos lábios, no maxilar inferior ou no palato; nos tumores localizados nas regiões acima dos ombros, aquelas (veias) situadas no pescoço, nas orelhas, nas têmporas ou na cabeça; na epilepsia, aquela (veia) localizada na articulação da mandíbula; e em todas (as doenças da cabeça), em geral, deve ser cortada a veia situada entre as sobrancelhas; nos abscessos e dor nas costelas (flancos), aquela (veia) situada entre os flancos, a axila e o tórax; na febre terçã (cuja temperatura se eleva a cada três dias), a veia localizada no centro dos ombros; na febre quartã (que se eleva a cada quatro dias), aquela (veia) localizada abaixo do ombro; na disenteria acompanhada de dor, aquela (veia) localizada dois *angulas* de distância da pelve; nas doenças do sêmen e do pênis, aquela (veia) situada no pênis; na hipertrofia da glândula do pescoço, aquela situada na coxa; em *grdhrasī* (ciatalgia), aquela (veia) situada quatro *angulas* abaixo ou acima da articulação do joelho; em *apacī* (bócio), aquela (veia) situada cerca de dois *angulas* acima de *indrabasti* (um ponto vital localizado no centro da panturrilha); na dor localizada nas coxas e nos casos de *krostukaśirsa* (edema inflamatório da articulação do joelho semelhante a uma cabeça de chacal), aquela (veia) situada quatro *angulas* acima do tornozelo; em *pādadāha* (sensação de queimação nas solas dos pés), *khuda* (gota), *pādaharsa* (pinos e agulhas nos pés), *vipādikā* (fissuras nos pés), *vātakantaka* (torção do pé ou tornozelo) e *cippa* (uma doença das unhas dos dedos dos pés), aquela (veia) situada dois *angulas* acima de *ksipramarma* (ponto vital entre o hálux e o próximo dedo); em *viśvācī* (dor nos braços), deve ser cortada a mesma veia citada em *grdhrasī* (ciatalgia).

Se as veias mencionadas não estiverem visíveis, uma outra situada em região próxima, que seja desprovida de pontos vitais, deve ser cortada. [9.2-18.1]

Sirāvyadha vidhi (procedimento na veniseccção) [18.2-35.1]

अथ स्निग्धतनुः सज्जसर्वोपकरणो बली ॥१८॥
 कृतस्वस्त्ययनः स्निग्धरसान्नप्रतिभोजितः ।
 अग्नितापातपस्विन्नो जानूच्चासनसंस्थितः ॥१९॥
 मृदुपट्टात्तकेशान्तो जानुस्थापितकूर्परः ।
 मुष्टिभ्यां वस्त्रगर्भाभ्यां मन्ये गाढं निपीडयेत् ॥२०॥

दन्तप्रपीडनोत्कासगण्डाध्मानानि चाचरेत् ।
 पृष्ठतो यन्त्रयेच्चैनं वस्त्रमावेष्टयन्नरः ॥२१॥
 कन्धरायां परिक्षिप्य न्यस्यान्तर्धामतर्जनीम् ।
 एषोऽन्तर्मुखवर्ज्यानां सिराणां यन्त्रणे विधिः ॥२२॥

O paciente que teve seu corpo lubrificado (untado com óleo), aquele que está equipado com todo o material necessário pronto para ser utilizado, que é forte, que realizou rituais auspiciosos e consumiu caldo de carne e arroz cozido misturado com gordura (*ghee*), que foi exposto à luz do sol ou ao fogo para suar, deve sentar-se em um banco na altura de seus joelhos. Uma tira de tecido macio deve ser amarrada em torno de sua cabeça na altura da borda inferior dos cabelos; seus cotovelos devem repousar sobre os joelhos, e seu pescoço deve ser massageado rapidamente com os punhos segurando uma almofada de tecido; ele deve ranger os dentes, tossir e encher a boca para aumentar as bochechas; seu corpo (tronco) deve ser enrolado com uma faixa de tecido, controlada (por nós) nas costas; seu pescoço também deve ser amarrado com uma faixa de tecido e apertado, enrolando o dedo indicador; esta é a forma de elevar as veias, exceto as que não estão voltadas para dentro (profundamente localizadas). [18.2-22]

ततो मध्यमयाऽङ्गुल्या वैद्योऽङ्गुष्ठविमुक्तया ।
 ताडयेत् उत्थितां ज्ञात्वा स्पर्शाद्वाऽङ्गुष्ठपीडनैः ॥२३॥
 कुठार्या लक्षयेन्मध्ये वामहस्तगृहीतया ।
 फलोद्देशे सुनिष्कम्पं सिरां, तद्वच्च मोक्षयेत् ॥२४॥
 ताडयन् पीडयञ्चैनां

Depois o médico deve bater na veia saliente com seu dedo médio disparado pelo polegar, observar a elevação ou levantá-la (novamente) batendo com o polegar; segurando o machado (instrumento cortante) com a mão esquerda, coloca-se sua lâmina sobre a porção média da veia e faz-se uma pressão (uma batida) sobre o machado, sem sacudir. (O machado) deve ser levantado da mesma maneira, batendo e massageando (a veia, para fazer com que saia mais sangue). [23-24]

विध्येद्गीहिमुखेन तु ।
 अङ्गुष्ठेनोन्नमय्याग्रे नासिकामुपनासिकाम् ॥२५॥

A veia (do nariz) deve ser cortada com *vrīhimukha śastra* (o bisturi que tem uma lâmina semelhante a um grão de arroz), após levantar a ponta e as áreas próximas do nariz com o polegar. [25]

अभ्युन्नतविदष्टाग्रजिह्वस्याधस्तदाश्रयाम् - ।

A veia situada sob a língua pode ser cortada pedindo ao paciente que permaneça com a ponta da língua levantada, mordendo-a e segurando-a firmemente (com as duas fileiras de dentes). [26.1]

यन्त्रयेत्स्तनयोरूर्ध्वं ग्रीवाश्रितसिराम्यधे ॥२६॥
पाषाणगर्भहस्तस्य जानुस्थे प्रसृते भुजे ।
कुक्षेरारभ्य मृदिते विध्येद्बद्धोर्ध्वपट्टके ॥२७॥

Para fazer a secção das veias do pescoço elas devem estar levantadas por estimulação (massagem ou batidas) na área em torno das mesmas. O paciente deve segurar uma pedra em cada um de seus punhos e conservar os braços sobre seus joelhos e estendidos; o corpo deve ser massageado, começando com a região do estômago (em sentido ascendente), e depois as veias são cortadas. [26.2-27]

विध्येद्बद्धसिरां बाहावनाकुञ्चितकूर्परे ।
बद्धा सुखोपविष्टस्य मुष्टिमङ्गुष्ठगर्भिणम् ॥२८॥
ऊर्ध्वं वेध्यप्रदेशाच्च पट्टिकां चतुरङ्गुले ।

As veias da mão devem ser seccionadas quando o paciente está sentado confortavelmente, mantendo seu braço estendido, sem dobrá-lo no cotovelo, ele deve cerrar os punhos com os dedos dobrados para dentro e uma tira de tecido deve ser amarrada na altura de quatro *angulas* acima do local da incisão. [28-29.1]

विध्येदालम्बवमानस्य बाहुभ्यां पार्श्वयोः सिराम् ॥२९॥
प्रहृष्टे मेहने जङ्घासिरां जानुन्यकुञ्चिते ।

As veias dos flancos são cortadas mantendo-se os braços pendurados frouxamente; as do pênis, quando o mesmo estiver flácido; as do músculo da panturrilha, quando a perna não estiver dobrada nos joelhos. [29.2-30.1]

पादे तु सुस्थितेऽधस्ताज्जानुसन्धेर्निपीडिते ॥३०॥
 गाढं कराभ्यामागुल्फं चरणे तस्य चोपरि ।
 द्वितीये कुञ्चिते किञ्चिदारूढे हस्तवत्ततः ॥३१॥
 वद्ध्वा विध्येत्सिराम्

As (veias) dos pés são cortadas enquanto os pés são mantidos firmes, as pernas são massageadas com as mãos rapidamente do joelho para baixo até o tornozelo, amarrando uma faixa semelhante àquela da mão (segundo o método descrito acima), enquanto a outra perna é mantida levemente dobrada. [30.2-31]

इत्थमनुक्तेष्वपि कल्पयेत् ।
 तेषु तेषु प्रदेशेषु तत्तद्यन्त्रमुपायवित् ॥३२॥

Através desta (descrição feita até aqui) o médico habilidoso deve adotar os procedimentos apropriados (para elevar as veias) e aplicá-los aos locais que não foram mencionados. [32]

मांसले निक्षिपेद्देशे व्रीह्यास्यं व्रीहिमात्रकम् ।
 यद्यार्धमस्थनामुपरि सिरां विभ्यन् कुठारिकाम् ॥३३॥

Sobre as partes carnosas, deve ser utilizado o *vrihimukha śāstra* (bisturi) e o corte na veia deve ter a dimensão de um grão de arroz apenas. O corte das veias localizadas nos ossos deve ter o tamanho de meio grão de cevada e deve ser feito utilizando-se o machado. [33]

सम्यग्विद्धा स्रवेद्धारां यन्त्रे मुक्ते तु न स्रवेत् ।
 अल्पकालं बहत्यल्पं, दुर्विद्धा तैलचूर्णनैः ॥३४॥
 सशब्दमतिविद्धा तु स्रवेद्दुःखेन धार्यते ।

Quando a incisão é apropriada, o sangue flui em um fluxo estável e se interrompe quando o controle é liberado. Quando o corte é inadequado, o fluxo permanece por um curto espaço de tempo e em pequena quantidade; então a veia deve ser esfregada com óleo misturado com cal (hidróxido de cálcio) (para promover um maior sangramento); quando o corte é excessivo, o sangue flui emitindo som e é interrompido com grande dificuldade. 34-35.1]

Āsruti kārana (causas para que o sangue não flua) [35.2-36.1]

भीमूर्च्छायन्नशैथिल्यकुण्ठशस्त्रातितृप्तयः ॥३५॥
क्षामत्ववेगितास्वेदा रक्तस्यास्रुतिहेतवः ।

Medo, desmaio, frouxidão do controle (torniquete), instrumentos sem corte, excesso de satisfação (excesso de alimentação), debilidade, necessidades evidentes (de urinar, defecar, etc. sendo manifestadas) e ausência da terapia de sudação – estas são as causas para que não ocorra fluxo de sangue. [35.2-36.1]

असम्यगस्रे स्रवति वेल्लव्योपनिशानतैः ॥३६॥
सागारधूमलवणतैर्दिह्याच्छिरामुखम् ।
सम्यक्प्रवृत्ते कोष्णेन तैलेन लवणेन च ॥३७॥

Quando o sangue não está saindo em quantidade suficiente, a extremidade do corte da veia deve ser untada com óleo processado com *vella*, *vyosa*, *niśā*, *nata*, *agāradhūma* ou *lavana*; quando o sangue está saindo apropriadamente, o local deve ser untado com óleo morno e *lavana* (sal). [36.2-37]

अग्रे स्रवति दुष्टास्रं कुसुम्भादिव पीतिका ।

O sangue desequilibrado é eliminado primeiro, assim como o (suco) amarelo das sementes de *kusumbha* (sai antes que seu óleo). [38.1]

सम्यक्स्रत्वा स्वयं तिष्ठेच्छुद्धं तदिति नाहरेत् ॥३८॥

Depois que o sangramento foi suficiente, o fluxo é interrompido espontaneamente; o sangue deve ser considerado puro (não desequilibrado) e uma sangria posterior não deve ser realizada. [38.2]

यन्त्रं विमुच्य मूर्च्छायां धीजिते व्यजनैः पुनः ।
स्रावयेन्मूर्च्छति पुनस्त्वपरेद्युक्त्यहेऽपि वा ॥३९॥

Se durante o sangramento o paciente desmaiar, o controle deve ser liberado, ele deve ser abanado com ventiladores (para torná-lo consciente) e a sangria deve continuar. Se desmaiar novamente, a sangria deve ser postergada para o próximo dia ou para o terceiro dia. [39]

Dustarakta laksana (características do sangue desequilibrado) [40-41]

वाताच्छयाधारुणं रुक्षं वेगस्त्राव्यच्छफेनिलम् ।
 पित्तात् पीतासितं विस्रमस्कन्धौष्ण्यात्सचन्द्रिकम् ॥४०॥
 कफात् स्निग्धमसृक्पाण्डु तन्तुमत्पिच्छिलं घनम् ।
 संसृष्टलिङ्गं संसर्गात् त्रिदोषं मलिनाविलम् ॥४१॥

O sangue desequilibrado por *vāta* tem coloração azul ou carmesim, é seco (não viscoso), flui com força, claro e espumoso; o sangue (desequilibrado por) *pitta* é amarelo ou preto, possui cheiro desagradável, não é espesso por causa do (aumento do) calor e apresenta-se misturado com partículas brilhantes; o sangue (desequilibrado por) *kapha* é oleoso, pálido (branco amarelado), com pequenos filamentos, é viscoso e espesso; na combinação de dois *doshas* o sangue apresentará características combinadas; o sangue desequilibrado por todos os *doshas* (aumentados simultaneamente) é sujo e espesso. [40-41]

Srāvapramāna (quantidade do fluxo) [42-53]

अशुद्धौ बलिनोऽप्यस्त्रं न प्रस्थात्स्त्रावयेत्परम् ।
 अतिक्षुत्तौ हि मृत्युः स्याद्धारुणा वा चलामयाः ॥४२॥
 तत्राभ्यङ्गरसक्षीररक्तपानानि भेषजम् ।

Não deve ser retirado mais que um *prastha* (13,5 *palas* ou 768 gramas) de sangue desequilibrado, mesmo em pessoas fortes; o excesso de sangria leva à morte ou à doenças graves causadas por *vāta*. Nestes casos, estão indicadas massagem com óleo e banhos e ingestão de caldo de carne, leite e sangue (de animais). [42-43.1]

स्रुते रक्ते शनैर्यत्रमपनीय हिमाम्बुना ॥४३॥
 प्रक्षाल्य तल्लोताक्तं बन्धनीयं सिरामुखम् ।

Após a retirada do sangue, o controle deve ser removido lentamente, o local deve ser lavado com água fria, a extremidade do corte deve ser coberta com um chumaço de algodão embebido em óleo e bandagem. [43.2-44.1]

अशुद्धं स्त्रावयेद्भूयः सायमह्वयपरेऽपि वा ॥४४॥
 स्नेहोपस्कृतदेहस्य पक्षाद्वा भृशदुषितम् ।

O sangue desequilibrado deve ser removido novamente na mesma noite ou no próximo dia; se o sangue encontrar-se extremamente desequilibrado (com grande quantidade de *doshas*), ele deve ser retirado novamente dentro de uma quinzena, após a administração de terapia oleosa. [44.2-45.1]

किञ्चिद्दि शेषे दुष्टास्त्रे नैव रोगोऽतिवर्तते ॥४५॥
सशेषमप्यतो धार्यं न चातिश्रुतिमाचरेत् ।

As doenças não pioram quando uma pequena quantidade de sangue desequilibrado permanece no corpo; portanto, ele pode permanecer; mas a retirada excessiva não deve ser realizada. [45.2-46.1]

हरेच्छृङ्गादिभिः शेषम् प्रसादमथवा नयेत् ॥४६॥
शीतोपचारपित्तास्रक्रियाशुद्धिविशोषणैः ।
दुष्टं रक्तमनुद्रिक्तमेवमेव प्रसादयेत् ॥४७॥

Este sangue residual pode ser retirado fazendo uso da sucção por chifre, etc. ou pode ser purificado (purificação dos *doshas*) através da administração de medidas frias, terapias indicadas para *raktapitta* (hemorragias), terapias de purificação (eméticas, purgativas, etc.) e através das medidas para emagrecimento. Quando o sangue que está desequilibrado (pelos *doshas*) não está aumentado em quantidade ele deve ser tratado através destes métodos apenas. [46.2-47]

रक्ते त्वतिष्ठति क्षिप्रं स्तम्भनीमाचरेत्क्रियाम् ।
रोध्रप्रियङ्गुपत्तङ्गमाषयष्टथाह्नगैरिकैः ॥४८॥
मृत्कपालाञ्जनक्षौममषीक्षीरित्वगङ्गुरैः ।
विचूर्णयेद्व्रणमुखं पद्मकादिहिमं पिबेत् ॥४९॥
तामेव वा सिरां विध्येद्यधात्तस्मादनन्तरम् ।
सिरामुखं वा त्वरितं दहेत्तप्तशलाकया ॥५०॥

Se o sangramento não for interrompido espontaneamente, medidas para interrompê-lo devem ser adotadas; o corte deve ser untado com os pós de *rodhra*, *priyangu*, *pattanga*, *māsa*, *yasti*, *gairika*, *mrtkapāla* (cacos de pote de barro), *anjana*, *kshauma masī* (cinzas de linho) ou casca e brotos de árvores que secretam resina leitosa; o paciente deve ingerir como bebida a infusão fria

preparada com drogas do grupo *padmakādi* (ver Capítulo XV); a mesma veia deve ser cortada novamente e as bordas da incisão devem ser tocadas com uma haste de ferro quente em brasa. [48-50]

**उन्मार्गगा यन्ननिपीडनेन स्वस्थानमायान्ति पुनर्न यावत् ।
दोषाः प्रदुष्टा रुधिरं प्रपन्नास्तावद्धिताहारविहारभाक् स्यात् ॥५१॥**

Durante o período em que os *doshas* aumentados alojados no sangue que está circulando em trajetórias que não são as suas habituais, por causa do controle (efetuado pelo médico para o propósito da sangria), estão retornando aos seus próprios sítios novamente, o paciente deve adotar uma dieta restrita a alimentos e a atividades que sejam saudáveis. [51]

**नात्युष्णशीतं लघु दीपनीयं रक्तेऽपनीते हितमन्नपानम् ।
तदा शरीरं ह्यनवस्थितासृग्निविशेषादिति रक्षितव्यः ॥५२॥**

Alimentos que não são muito quentes, nem muito frios, que são leves (facilmente digeridos) e estimulantes do apetite são saudáveis após a remoção do sangue, porque o corpo estará apresentando instabilidade no sangue (quanto à sua quantidade) e na atividade digestiva, e isto precisa ser especialmente protegido [52]

**प्रसन्नवर्णेन्द्रियमिन्द्रियार्थानिच्छन्तमव्याहतपक्ववेगम् ।
सुखान्वितं पुष्टिवलोपपन्नं विशुद्धरक्तं पुरुषं वदन्ति ॥५३॥**

Excelência na coloração (e na compleição), acuidade dos órgãos dos sentidos e (boa) recepção dos objetos (pelos órgãos sensoriais), atividade digestiva desimpedida, satisfação com medidas dotadas de boa nutrição e vigor – estas são as características da pessoa que apresenta sangue puro (não desequilibrado). [53]

**इति श्रीवैद्यपतिंसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचितायामष्टाङ्गहृदयसंहितायां
सूत्रस्थाने शिराव्यधविधिर्नाम सप्तविंशोऽध्यायः ॥२७॥**

Assim termina o vigésimo sétimo capítulo conhecido como “*Sirāvyadha vidhi* (Procedimento na veniseccção)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXVII)

CAPÍTULO XVIII

अष्टाविंशतितमोऽध्यायः ।

SALYAHARANA VIDHI

(Remoção de corpos estranhos)

अथातः शल्याहरणविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।

इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “Śalyāharana vidhi (Os métodos para remoção de corpos estranhos)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Śalya gati (direção da penetração de corpos estranhos) [1.1]

वक्रजुतिर्यगूर्ध्वाधः शल्यानां पञ्चधा गतिः ।

Irregular (curva), reta, horizontal, ascendente e descendente – estas são as cinco *gati* (direções do movimento dos corpos estranhos). [1.1]

Saśalya vrana (ulceração alojando corpo estranho) [1.2-11.1]

ध्यामं शोफरुजावन्तं स्रवन्तं शोणितं मुहुः ॥ १ ॥

अभ्युद्गतं बुद्बुदवत्पटिकोपचितं व्रणम् ।

मृदुमांसं च जानीयादन्तः शल्यं समासतः ॥ २ ॥

Coloração azulada, edema doloroso, sangramento freqüente, elevado como uma bolha, salpicado de erupções e frouxidão dos músculos – estas são, em resumo, as características a partir das quais pode-se reconhecer um ferimento que contém um corpo estranho. [1.2-2]

विशेषात्त्वग्गते शल्ये विवर्णः कठिनायतः ।
 शोफो भवति मांसस्थे चोषः शोफो विवर्द्धते ॥ ३ ॥
 पीडनाक्षमता पाकः शल्यमार्गो न रोहति ।
 पेश्यन्तरगते मांसप्राप्तवच्छ्रयथुं विना ॥ ४ ॥

Quando o corpo estranho está alojado na pele, há descoloração, dureza e edema extenso; quando ele está alojado no músculo, há dor constante, progressão do edema, maciez, supuração e não ocorre o fechamento da lesão por onde entrou o corpo estranho; quando ele se aloja entre dois músculos, os sinais são semelhantes àqueles descritos na lesão localizada dentro do músculo, com exceção do edema. [3-4]

आक्षेपः स्नायुजालस्य संरम्भस्तम्भवेदनाः ।
 स्नायुगे दुर्हरं चैतत् सिराध्मानं सिराश्रिते ॥ ५ ॥
 स्वकर्मगुणहानिः स्यात्स्रोतसां स्रोतसि स्थिते ।
 घमनीस्थेऽनिलो रक्तं फेनयुक्तमुदीरयेत् ॥ ६ ॥
 निर्याति शब्दवान् स्याच्च हृल्लासः साङ्गवेदनः ।
 सङ्घर्षो बलवानस्थिसन्धिप्राप्तेऽस्थिपूर्णता ॥ ७ ॥
 नैकरूपा रुजोऽस्थिस्थे शोफः तद्ब्रह्म सन्धिगे ।
 चेष्टानिवृत्तिश्च भवेत् आटोपः कोष्ठसंश्रिते ॥ ८ ॥
 आनाहोऽन्नशकृन्मूत्रदर्शनं च व्रणानने ।
 विद्यान्मर्मगतं शल्यं मर्मविद्धोपलक्षणैः ॥ ९ ॥
 यथास्वं च परिस्त्रावैस्त्वगादिषु विभावयेत् ।

Convulsões, choque, rigidez (perda dos movimentos) e dor (intensa) se manifestam quando o corpo estranho está nos tendões e é difícil removê-lo; quando alojado nas veias, há distensão das mesmas; quando alojado nos canais, haverá perda de suas respectivas funções normais; quando alojado na artéria, o sangue misturado com ar e espuma é expulso emitindo som, acompanhado com opressão (náusea) e dores no corpo; quando alojado nas articulações há choque (dor) grave e preenchimento completo do osso; quando alojado no próprio osso, ocorrem dores de diferentes tipos e edema; quando alojado nas articulações também, os sinais são os mesmos, juntamente com perda de movimentos.

Śalyāharana (remoção dos corpos estranhos) [19]

तेषामाहरणोपायौ प्रतिलोमानुलोमकौ ।
अर्वाचीनपराचीने निर्हरेत्तद्विपर्ययात् ॥१९॥

A técnica para sua remoção pode ser nas direções ascendente e descendente; aqueles que penetraram no corpo de cima para baixo ou de baixo para cima devem ser retirados através de direções contrárias, respectivamente. [19]

सुखाहार्यं यतश्छिच्छत्वा ततस्तिर्यग्गतं हरेत् ।

Aqueles que entraram lateralmente (horizontalmente) devem ser removidos cortando-os convenientemente. [20.1]

शल्यं न निर्घात्यमुरः कक्षावङ्क्षणपार्श्वगम् ॥२०॥
प्रतिलोममनुत्तुण्डं छेद्यं पृथुमुखं च यत् ।
नैवाहरेद्विशल्यघ्नं नष्टं वा निरुपद्रवम् ॥२१॥

Os corpos estranhos (pontas de flecha) alojados no peito, nas axilas, na virilha e nos flancos, direcionados para cima (externamente), cuja extremidade não é visível, que podem ser cortados e que possuem bordas largas não devem ser puxados; aqueles que matam rapidamente após sua remoção, que estão perdidos (invisíveis, absorvidos pelo corpo) e aqueles que não produzem complicações não devem ser removidos. [20.2-21]

Āharana vidhi (meios e métodos de remoção) [22]

अथाहरेत्करप्राप्यं करेणैव इतरत्पुनः ।
दृश्यं सिंहाहिमकरवर्मिकर्कटकाननैः ॥२२॥

Quando podem ser seguros pela mão devem ser removidos com a mesma, os que são visíveis devem ser fixados por instrumentos como *simha mukha*, *ahimukha*, *makara mukha*, *varmi mukha*, *karkata mukha* (assemelham-se ao leão, à serpente, ao crocodilo, ao peixe e ao caranguejo, respectivamente), etc. [22]

अदृश्यं व्रणसंस्थानाद्ग्रहीतुं शक्यते यतः ।
कङ्कभृङ्गाह्रकुररशरारीवायसाननैः ॥२३॥

Aqueles que estão invisíveis mas que podem ser segurados (por instrumentos) através do ferimento devem ser puxados pelos instrumentos que possuem extremidades como *kanka* (garça), *bhrnga* (açor), *kurara* (águia-marinha), *śarārī* (um tipo de garça) e *vāyasa* (corvo). [23]

सन्दंशाभ्यां त्वगादिस्थम् तालाभ्यां सुषिरं हरेत् ।
सुषिरस्थं तु नलकैः शेषं शेषैर्यथायथम् ॥२४॥

Aqueles que estão alojados na pele devem ser removidos com auxílio de *sandamśa* (*yantra*, fórceps, pinças); aqueles que são ocos, com auxílio de *tāla yantra* (instrumentos com discos chatos); aqueles que estão alojados em espaços ocos, com o uso de *nalaka yantra* (instrumentos tubulares) e os demais, com outros instrumentos convenientes. [24]

शस्त्रेण वा विशस्यादौ ततो निर्लोहितं व्रणम् ।
कृत्वा घृतेन संस्वेद्य बद्ध्वाऽऽचारिकमादिशेत् ॥२५॥

Aqueles que não podem ser seguros por instrumentos devem ser removidos abrindo-se o local com instrumentos cortantes; a lesão deve ser limpa, embebida com *ghee* (gordura da manteiga), fomentada e depois fechada. O paciente é aconselhado a seguir o regime prescrito (descrito nos versos 30-42 do próximo capítulo). [25]

सिरान्नायुविलग्नं तु चालयित्वा शलाकया ।

Aqueles alojados nas veias e tendões (incluindo nervos) devem ser extraídos após serem afrouxados com o auxílio de *śalākā* (instrumentos com forma de haste). [26.1]

हृदये संस्थितं शल्यं त्रासितस्य हिमाम्बुना ॥२६॥
ततः स्थानान्तरं प्राप्तमाहरेत्तद्यथायथम् ।
यथामार्गं दुराकर्षम्भन्यतोऽप्येवमाहरेत् ॥२७॥

Corpos estranhos (pontas de flechas, etc.) alojados no coração que são difíceis de remover devem ser retirados após amedrontar o paciente com pingos de água gelada (água extremamente fria) e observando seu deslocamento; devem ser removidos através do uso de instrumentos apropriados. Outros que são difíceis

de remover e que estão alojados em outros locais devem ser removidos da mesma forma. [26.2-27]

अस्थिदष्टे नरं पद्भ्यां पीडयित्वा विनिर्हरेत् ।
इत्यशक्ये सुबलिभिः सुगृहीतस्य किङ्करैः ॥२८॥

Corpos estranhos (pontas de flechas) alojados nos ossos devem ser removidos segurando-se o paciente firmemente (com as pernas do médico); se não for possível a retirada (utilizando-se este método) eles devem ser puxados por assistentes que sejam fortes. [28]

तथाऽप्यशक्ये वारङ्गं वक्रीकृत्य धनुर्ज्या ।
सुबद्धं वक्रकटके बधीयात्सुसमाहितः ॥२९॥
सुसंयतस्य पञ्चाङ्ग्या वाजिनः कशयाऽथ तम् ।
ताडयेदिति मूर्धानं वेगेनोन्नमयन् यथा ॥३०॥
उद्धरेच्छल्यम्

Caso a remoção não seja possível, mesmo com este método, a extremidade da flecha (onde estão as penas) deve ser dobrada (curvada) e amarrada firmemente à corda de um arco curvado e este arco deve ser amarrado a alguma parte da rédea de um cavalo; o cavalo deve ser chicoteado de forma que levante sua cabeça subitamente e com força; através deste método a flecha será removida. [29-30]

एवं वा शाखायां कल्पयेत्तरोः ।
बद्धा दुर्बलवारङ्गं कुशाभिः शल्यमाहरेत् ॥३१॥

Ramos de árvores também podem ser utilizados na remoção. Nos casos de flechas que possuem extremidade fina ou frágil podem ser utilizadas varas de bambu. [31]

श्वयथुग्रस्तवारङ्गं शोफमुत्पीड्य युक्तिः ।
मुद्गराहतया नाड्या निर्घात्योत्तण्डितं हरेत् ॥३२॥

Se a extremidade da flecha estiver circundada por uma elevação, ela deve ser puxada depois que a parte elevada foi adequadamente seccionada; se a ponta da flecha causar uma saliência no corpo, ela deve ser removida com auxílio de um instrumento tubular após sacudir (bater) na saliência com um martelo. [32]

तैरेव चानयेन्मार्गममार्गोत्तुण्डितं तु यत् ।
मृदित्वा कर्णिनां कर्णं नाड्यास्येन निगृह्य वा ॥३३॥

Com o mesmo instrumento (martelo), a flecha que não possui nenhuma passagem evidente de saída deve ser trazida para dentro de uma passagem (adequada para ser retirada); aquela que possui projeções semelhantes à orelhas deve ser puxada após a retirada de suas orelhas ou fixando-as dentro de instrumentos tubulares. [33]

अयस्कान्तेन निष्कर्णं विवृतास्यमृजुस्थितम् ।

Aquelas (pontas de flechas) que não possuem projeções semelhantes à orelhas, que não produziram uma ampla abertura no corpo e estão alojadas de forma reta podem ser removidas com auxílio de um magneto. [34.1]

पक्वाशयगतं शल्यं विरेकेण विनिर्हरेत् ॥३४॥

Corpos estranhos que penetraram no intestino grosso podem ser removidos através de indução por purgativos. [34]

दुष्टवातविषस्तन्यरक्ततोयादि चूषणैः ।

Gases (flatos), venenos, leite materno, sangue, líquidos, etc. (quando agem como corpos estranhos) devem ser removidos por sucção utilizando chifre de animais, etc. [35.1]

कण्ठस्रोतोगते शल्ये सूत्रं कण्ठे प्रवेशयेत् ॥३५॥
विसेनात्ते ततः शल्ये विसं सूत्रं समं हरेत् ।

Se o corpo estranho entrou na passagem da garganta, um talo de lótus (a parte que parece uma esponja) amarrado com um fio deve ser introduzido na garganta e quando o corpo estranho fixar-se ao talo, o fio deve ser puxado lentamente e da maneira adequada. [35.2-36.1]

नाड्याऽग्नितापितां क्षिप्त्वा शलाकामस्थिरीकृताम् ॥३६॥
आनयेज्जातुषं कण्ठात् जतुदिग्धामजातुषम् ।

Se o corpo estranho localizado na garganta é feito de laca, uma haste de ferro quente deve ser passado através de um instrumento tubular até tocar o corpo estranho e depois removê-lo. Aqueles que não são feitos de laca devem ser removidos utilizando-se uma haste untada com laca (em sua extremidade). [36.2-37.1]

केशोन्दुकेन पीतेन द्रवैः करटकमाक्षिपेत् ॥३॥
सहसा सूत्रबद्धेन वमतः तेन चेतरेत् ।

Corpos estranhos em forma de espinho (semelhantes a ganchos) (que estejam localizados na garganta) devem ser removidos inserindo-se uma bola de cabelos amarrada com um fio e fazendo o paciente vomitar a água que bebeu anteriormente; durante o vômito, o corpo estranho fica aderido à bola de cabelos e é removido puxando-se o fio rapidamente. Da mesma forma, cabelos e outros (corpos estranhos devem ser removidos fazendo uso do gancho). [37.2-38.1]

अशक्यं मुखनासाभ्यामाहर्तुं परतो जुदेत् ॥३८॥

Aqueles corpos estranhos que estão alojados na boca e no nariz e que não podem ser removidos através de seus orifícios devem ser puxados para trás (fazendo com que entrem em um trato mais largo). [38.2]

अपानस्कन्धघाताभ्यां ग्रासशल्यं प्रवेशयेत् ।

Se um bolo de comida fica aderido à garganta, ele deve ser forçado a entrar no trato alimentar bebendo água ou batendo na nuca. [39.1]

सूक्ष्माक्षित्रणशल्यानि क्षौमवालजलैर्हरेत् ॥३९॥

Corpos estranhos minúsculos alojados nos olhos ou ferimentos devem ser removidos utilizando-se (fio ou tecido) de linho (ou lã), cabelo ou água. [39.2]

अपां पूर्णं विधुनुयादवाक्शिरसमायतम् ।
वामयेच्चामुखं भस्मराशौ वा निखनेन्नरम् ॥४०॥

A pessoa que engoliu água até seu estômago ficar repleto (por afogamento) deve ser seguro com sua cabeça para baixo e pernas para cima e sacudido vigorosamente, ou deve ser deitado no solo com a face virada para baixo e

induzido a vomitar toda a água; depois ele deve ficar imerso em um monte de cinzas. [40]

कर्णेऽम्बुपूर्णं हस्तेन मथित्वा तैलवारिणी ।
क्षिपेदधोमुखं कर्णं हन्याद्वाऽऽचूषयेत् वा ॥४१॥

Se os ouvidos estiverem cheios de água, esta deve ser retirada inserindo-se os dedos, colocando removedor oleoso ou então o ouvido deve ser mantido para baixo e a cabeça soprada pelo outro lado ou a água deve ser sugada com auxílio de instrumentos tubulares. [41]

कीटे स्रोतोगते कर्णं पूरयेत्त्वणाम्बुना ।
सुकतेन वा सुख्रोष्णेन मृते क्लेदहरो विधिः ॥४२॥

Se qualquer inseto entrar nos ouvidos, estes devem ser enchidos com água salgada morna ou com um mingau ralo azedo; quando o inseto morrer, devem ser adotadas medidas secativas (desidratantes). [42]

जातुषं हेमरूप्यादिधातुजं च चिरस्थितम् ।
ऊष्मणा प्रायशः शल्यं देहजेन विलीयते ॥४३॥

Corpos estranhos feitos de laca, ouro e outros metais permanecem longos períodos dentro do corpo e acabam sendo dissolvidos pelo calor do corpo. [43]

मृद्वेणुदारुशृङ्गास्थिदन्तवालोपलानि न ।
विषाणवेणवयस्तालदारुशल्यं चिरादपि ॥४४॥
प्रायो निर्भुज्यते तद्धि पचत्याशु पलासृजी ।

Corpos estranhos compostos de lama, bambu, madeira, chifre, osso, dente e cabelo (de animais ou humanos) e pedra não (são dissolvidos pelo calor do corpo). Aqueles compostos de chifre, bambu, ferro, madeira de palmeira ou outras madeiras permanecem longos períodos dentro do corpo, geralmente tornam-se retorcidos (permanecem indissolúveis e provocam a putrefação nos músculos e no sangue). [44-45.1]

शल्ये मांसावगाढे चेत्स देशो न विदह्यते ॥४५॥
ततस्तं मर्दनस्वेदशुद्धिकर्षणबृंहणैः ।

तीक्ष्णोपनाहपानान्नघनशस्त्रपदाङ्गनः ॥४६॥

पाचयित्वा हरेच्छल्यं पाटनैषणभेदनैः ।

Se o corpo estranho estiver profundamente escondido nas partes carnosas, ele não sofre putrefação. A putrefação deve ser produzida nestas regiões através de compressão, fomentação, medidas purificadoras, terapias de emagrecimento, terapias para aumentar a corpulência, pelo uso de cataplasmas fortes e quentes, de alimentos e bebidas mornos, através de incisão e outros métodos, através do uso de instrumentos cortantes, golpes com os pés, etc. e depois estes corpos estranhos são removidos por excisão, sondagem ou incisão. [45.2-47.1]

शल्यप्रदेशयन्त्राणामवेक्ष्य बहुरूपताम् ॥ ४७ ॥

तैस्तरूपायैर्मतिमान् शल्यं विद्यात्तथाऽऽहरेत् ॥४७½॥

Tendo em vista as características distintas e peculiares dos corpos estranhos, o local onde está alojado e os instrumentos para sua remoção, o médico inteligente deve reconhecê-los e removê-los através dos métodos adequados. [47.2]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुश्रीमद्राग्भटविरचिता-

यामष्टाङ्गहृदयसंहितायां सूत्रस्थाने शल्याहर-

णत्रिधिर्नामाष्टाविंशोऽध्यायः ॥२८॥

Assim termina o vigésimo oitavo capítulo conhecido como “*Śalyāharana vidhi* (Os métodos para remoção de corpos estranhos)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXVIII)

CAPÍTULO XXIX

एकोनत्रिंशोऽध्यायः ।

SASTRAKARMA VIDHI

(*Procedimento na operação cirúrgica*)

अथातः शस्त्रकर्मविधिमध्यायं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्महुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Sastrakarma vidhi* (O procedimento nas operações cirúrgicas)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

व्रणः सञ्जायते प्रायः पाकाच्छ्रयथुपूर्वकात् ।
तमेवोपचरेत्तस्माद्रक्षन् पाकं प्रयत्नतः ॥ १ ॥
सुशीतलेपसेकास्त्रमोक्षसंशोधनादिभिः ।

O desenvolvimento de úlceras ocorre geralmente após a putrefação (formação purulenta) precedida por edema, portanto este (o edema) deve ser tratado em primeiro lugar, evitando assim a formação de pus, utilizando todos os esforços, tais como a aplicação de cataplasmas frios, banho da área afetada com decocção fria de drogas, sangria, terapias de purificação (emética, purgativa), etc. [1-2.1]

Trividha śoṭha (três estágios do edema) [2.2-10.1]

शोफोऽल्पोऽल्पोष्मरुक्सामः सवर्णः कठिनः स्थिरः ॥ २ ॥

O edema leve (pequeno) que é pouco quente e pouco doloroso, que apresenta a mesma coloração da pele, que é duro e imóvel é denominado *āmaśoṭha* (edema não maduro). [2.2]

पच्यमानो विवर्णस्तु रागी वस्तिरिवाततः ।
स्फुटतीव सनिस्तोदः साङ्गमर्दविजृम्भिकः ॥ ३ ॥
संरम्भाखचिदाहोषातृड्ज्वरानिद्रतान्वितः ।
स्त्यानं विष्यन्दयस्याउयं व्रणवत्स्पर्शनासहः ॥ ४ ॥

O edema que apresenta colorações diferentes da pele, geralmente vermelho, que está aumentado como uma bexiga (inflada), associado com um tipo de dor em queimação e contínua, com dores em todo o corpo, excesso de bocejos, diferentes tipos de sintomas de sofrimento, anorexia, sensação de queimação em todo o corpo e no sítio da lesão, sede, febre e perda do sono, que derrete rapidamente o *ghee* sólido colocado sobre o mesmo e que apresenta intolerância ao tato (*maciez*), como se fosse uma úlcera – estas são as características de *pacyamāna śoṭha* (edema que está amadurecendo). [3-4]

पक्केऽल्पवेगता म्लानिः पाण्डुता वलिसम्भवः ।
नामोऽन्तेपून्नतिर्मथ्ये कण्डूशोफादिमार्दवम् ॥ ५ ॥
स्पृष्टे पूयस्य सञ्चारो भवेद्भस्ताचिवाभसः ।

Pakva śoṭha (edema maduro) tem natureza leve, é reduzido em tamanho, esbranquiçado, apresenta rugas sobre ele e é deprimido nas bordas e elevado no centro, associado com prurido (irritação), pouco inchaço e o movimento da secreção purulenta pode ser observado pelo tato assim como o movimento da água em uma bexiga (flutuação). [5-6.1]

शूलं नर्तेऽनिलाद्वाहः पित्ताच्छोफः कफोदयात् ॥ ६ ॥
रागो रक्ताच्च पाकः स्यादतो दोषैः सशोणितैः ।

Não há dor sem (envolvimento de) *vāta*, nem sensação de queimação sem *pitta* e não há edema sem *kapha*; não há hiperemia sem *rakta* (sangue). Portanto, *pāka* (amadurecimento com secreção purulenta) é causado por todos os *doshas* e o sangue combinados. [6.2-7.1]

पाकेऽतिवृत्ते सुषिरस्तनुत्वग्दोषभक्षितः ॥ ७ ॥
वलीभिराचितः श्यावः शीर्यमाणतनूरुहः ।

Quando a formação de pus torna-se maior (com o passar do tempo), há formação de cavidades (no interior do edema), a pele torna-se fina e corroída (destruída) pelos *doshas*, coberta de rugas, com coloração preta e os cabelos do corpo caem. [7.2-8.1]

कफजेषु तु शोफेषु गम्भीरं पाकमेत्यसृक् ॥ ८ ॥
 पक्कलिङ्गं ततोऽस्पष्टं यत्र स्याच्छोतशोफता ।
 त्वक्सावर्ण्यं रुजोऽल्पत्वं घनस्पर्शत्वमश्मवत् ॥ ९ ॥
 रक्तपाकमिति ब्रूयात्तं प्राज्ञो मुक्तसंशयः ।

No edema produzido pela predominância de *kapha*, o amadurecimento ocorre lentamente, portanto os sinais de amadurecimento não se manifestam claramente, o edema é frio ao tato, apresenta a mesma coloração da pele, a dor é leve, é duro ao tato, como uma pedra – este edema é denominado “*raktapāka*” pelos sábios, aqueles que não possuem dúvidas em sua mente. [8.2-10.1]

Śastra karma vidhi (procedimento na operação cirúrgica) [10.2-11.1]

अल्पसत्त्वेऽवले बाले पाकाद्वाऽत्यर्थमुद्धते ॥१०॥
 दारणं मर्मसन्ध्यादिस्थिते चान्यत्र पाटनम् ।

Nas pessoas que possuem a mente fraca, que estão debilitadas, nas crianças ou nos casos em que o edema está muito elevado pelo acúmulo de secreção purulenta, quando ele está localizado sobre pontos vulneráveis, articulações, etc. o tratamento é *dārana* (queima do abscesso com álcalis). Nos outros casos (pacientes e condições) o tratamento é *pātana* (incisão por instrumentos cortantes). [10.2-11.1]

आमच्छेदे सिरास्त्रायुव्यापदोऽसृगतिस्त्रुतिः ॥११॥
 रुजोऽतिवृद्धिर्दरणं विसर्पो वा क्षतोद्भवः ।
 तिष्ठन्नन्तः पुनः पूयः सिरास्त्रायवसृगामिषम् ॥१२॥
 विवृद्धो दहति क्षिप्रं तृणोलपमिवानलः ।

Cortar um edema (abscesso) não maduro produz doenças das veias e tendões, sangramento profuso, grande acentuação da dor e da lesão desenvolvem-se rompimentos (rachaduras) da pele ou *visarpa* (úlceras disseminadas). A secreção purulenta permanece dentro e aumenta em quantidade, queima rapidamente as

veias, os tendões, o sangue e os músculos, assim como (uma centelha de) fogo consome lentamente uma pilha de capim seco. [11.2-13.1]

यश्छिनत्याममज्ञानाद्यश्च पक्वमुपेक्षते ॥१३॥
श्वपचाविव विज्ञेयौ तावनिश्चितकारिणौ ।

Aquele (o cirurgião) que ignora o conhecimento e abre um edema não maduro e aquele que negligencia um edema maduro (e não o abre), ambos devem ser considerados colegas inferiores realizando ações indiscriminadas. [13.2-14.1]

Pūrvākarma (procedimentos pré-operatórios) [14.2-15]

प्राक् शस्त्रकर्मणश्चेष्टं भोजयेदन्नमातुरम् ॥१४॥
पानपं पाययेन्मद्यं तीक्ष्णं यो वेदनाक्षमः ।
न मूर्च्छत्यन्नसंयोगान्मत्तः शस्त्रं न बुध्यते ॥१५॥

Antes de realizar uma operação cirúrgica (antes de abrir um abscesso) o paciente deve se alimentar com comidas que aprecie; a pessoa acostumada com bebidas alcoólicas pode ingerir um gole de vinho forte que faz com que suporte a dor; através do contato com o alimento ela não observa a (dor da) instrumentação. [14.2-15]

अन्यत्र मूढगर्भाशममुखरोगोदरातुरात् ।

Com exceção dos pacientes que sofrem de obstrução ao parto, cálculo renal, doenças da boca e do abdome (pois estes pacientes não devem ingerir alimentos nem vinho antes da operação). [16.1]

Pradhāna karma (operação adequada) [16.2-23]

अथाहतोपकरणं वैद्यः प्राङ्मुखमातुरम् ॥१६॥
सम्मुखो यन्नयित्वाऽऽशुन्यस्येन्मर्मादि वर्जयन् ।
अनुलोमं सुनिशितं शस्त्रमापूयदर्शनात् ॥१७॥
सकृदेवाहरेत्तच्च

Depois, equipando-se com todo o aparato necessário, o médico deve fazer o paciente sentar-se voltado para o leste, sentando-se em frente a ele e olhando para ele, o médico deve cortar (fazer uma incisão no edema) com seu

instrumento bem afiado, a incisão é feita na direção do cabelo (descendente), evitando partes vulneráveis, etc. suficientemente profunda para visualizar a secreção purulenta e depois deve remover o instrumento rapidamente. [16.2-17]

पाके तु सुमहत्यपि ।

पाटयेत् द्व्यङ्गुलं सम्यग्द्व्यङ्गुलत्र्यङ्गुलान्तरम् ॥१८॥

एषित्वा सम्यगोषिण्या परितः सुनिरूपितम् ।

अङ्गुलीनालवालैर्वा यथादेशं यथाशयम् ॥१९॥

यतो गतां गतिं विद्यादुत्सङ्गो यत्र यत्र च ।

तत्र तत्र व्रणं कुर्यात्सुविभक्तं निराशयम् ॥२०॥

आयत च विशालं च यथा दोषो न तिष्ठति ।

Se a área onde ocorre a formação purulenta for grande, as incisões devem ter um, dois ou três *angulas* (largura dos dedos) de extensão; depois, o interior deve ser completamente escavado com uma sonda ou dedo ou tubo ou cabelos (de animais), apropriados ao sítio e à área do edema, determinando assim a trajetória do pus, produzindo ferimentos (cortes) na elevação (tecidual), criando uma lesão bastante limpa, larga e profunda de forma que nenhum material desequilibrado permaneça no interior. [18-21.1]

शौर्यमाशुक्रिया तीक्ष्णं शस्त्रमस्वेदवेपथु ॥२१॥

असम्मोहश्च वैद्यस्य शस्त्रकर्मणि शस्यते ।

Coragem, rapidez na ação (habilidade), conservação dos instrumentos muito afiados, evitar a sudorese ou tremores, não se tornar confuso – estas são as melhores qualidades desejadas para o cirurgião durante uma operação cirúrgica. [21.2-22.1]

तिर्यक्छिन्द्याल्लाटभ्रूदन्तवेष्टकजत्रुणि ॥२२॥

कुक्षिकक्षाक्षिकूटौष्ठकपोलगलवङ्गणे ।

अन्यत्र छेदनात्तिर्यक् सिरास्त्रायुविपाटनम् ॥२३॥

A incisão deve ser feita horizontalmente em locais tais como a fronte, sobancelhas, gengivas, ombros, abdome, axila, globo ocular, lábios, bochechas, garganta e virilha; a incisão horizontal em outros locais pode levar a uma lesão de veias, tendões, etc. [22.2-23]

Śastrakarmottara vidhi – paścāt karma (conduta pós-operatória) [24-48]

शस्त्रेऽवचारिते वाग्भिः शीताम्भोभिश्च रोगिणम् ।
 आश्वस्य परितोऽङ्गुल्या परिपीड्य व्रणं ततः ॥२४॥
 क्षालयित्वा कषायेण श्लोतेनाम्भोऽपनीय च ।
 गुग्गुल्वगुरुसिद्धार्थहिङ्गुसर्जरसान्वितैः ॥२५॥
 धूपयेत्पटुषड्ग्रन्थानिम्बपत्रैर्घृतमुतैः ।
 तिलकल्काज्यमधुभिर्यथास्वं भेषजेन च ॥२६॥
 दिग्धां वर्ति ततो दद्यात्तैरेवाच्छादयेच्च ताम् ।
 घृताक्तैः सक्तुभिश्चोर्ध्वं घनां कवलिकां ततः ॥२७॥
 निधाय युक्त्या बध्नीयात्पट्टेन सुसमाहितम् ।
 पार्श्वे सव्येऽपसव्ये वा नाधस्तान्नैव चोपरि ॥२८॥

Após a retirada dos instrumentos cortantes, o paciente deve ser confortado com palavras (encorajadoras) e com água fria; toda a área que circunda a lesão deve ser pressionada, o ferimento deve ser lavado com decocção de drogas e a umidade deve ser removida através da limpeza com tecido de algodão. Depois, o ferimento deve ser fumigado com fumaça de *guggulu*, *aguru*, *siddhārtha*, *hingu*, *sarjarasa*, *patu*, *sadgranthā* ou folhas de *nimba*, misturadas com *ghee*; então um fio preparado com a pasta de *tila*, *ghee*, mel e drogas apropriadas deve ser colocado dentro do ferimento e coberto. Posteriormente, um emplastro preparado com farinha de grãos e *ghee* deve ser colocado sobre a lesão e uma bandagem deve ser feita com um lençol forte enrolando-o da direita para a esquerda ou da esquerda para a direita, mas não de cima para baixo. [24-28]

शुचिसूक्ष्मदृढाः पट्टाः कवल्यः सविकेशिकाः ।
 धूपिता मृदवः श्लक्ष्णा निर्वलीका व्रणे हिताः ॥२९॥

O tecido para a bandagem deve ser limpo, fino e forte; o fio medicinal deve ser feito de fios de algodão que são fumigados, moles, macios e desprovidos de dobras; estes são benéficos para as úlceras. [29]

कुर्वीतानन्तरं तस्य रक्षां रक्षोनिषिद्धये ।
 बलिं चोपहरेत्तेभ्यः

Depois destes procedimentos, (a úlcera) deve ser protegida daquilo que cause danos (como *piśāca*, *rāksasa*, etc., insetos, moscas que se alimentam de sangue); devem ser oferecidas oblações. [30]

सदा मूर्ध्ना च धारयेत् ॥३०॥
 लक्ष्मीं गुहामतिगुह्यां जटिलां ब्रह्मचारिणीम् ।
 वचां छत्रामतिच्छत्रां दूर्वां सिद्धार्थकानपि ॥३१॥
 ततः स्रहदिनेहोक्तं तस्याचारं समादिशेत् ।
 दिवास्वप्नो व्रणे कण्डूरागरुक्शोफपूयकृत् ॥३२॥

O paciente deve usar sobre sua cabeça ervas fortes como *laksmī*, *guhā*, *atiguhā*, *jatilā*, *brahmacārinī*, *vacā*, *chatrā*, *atichatrā*, *dūrvā* ou *siddhārthaka*. Deve-se adotar a conduta prescrita para o dia da ingestão do óleo (que faz parte da terapia de oleação). Dormir durante o dia leva ao aparecimento de prurido, hiperemia, dor, edema e secreção purulenta na úlcera. [31-32]

स्त्रीणां तु स्मृतिसंस्पर्शदर्शनैश्चलितस्रुते ।
 शुक्रे व्यवायजान् दोषानसंसर्गेऽप्यवाप्नुयात् ॥३३॥

A lembrança, o toque e a visão de mulheres que levem à ejaculação causa o aparecimento de outros efeitos prejudiciais decorrentes da relação sexual, apesar do paciente não ter uma relação realmente. [33]

(व्रणे श्वयथुरायासात् स च रागश्च जागरात् ।
 तौ च रुक् च दिवास्वापात्ताश्च मृत्युश्च मैथुनात् १)

(Na úlcera, o edema aumenta quando o paciente faz exercícios cansativos; a hiperemia aumenta quando o paciente permanece acordado; a dor também aumenta quando o paciente dorme durante o dia; e a morte ocorre quando o paciente tem relações sexuais). (1)

भोजनं च यथासात्म्यं यवगोधूमषष्टिकाः ।
 मसूरमुद्गतुवरीजीवन्तीसुनिषण्णकाः ॥३४॥
 बालमूलकवार्ताकतण्डुलीयकवास्तुकम् ।
 कारवेल्लककर्कोटपटोलकटुकाफलम् ॥३५॥
 सैन्धवं दाडिमं धात्री घृतं तप्तहिमं जलम् ।
 जीर्णशाल्योदनं स्निग्धमल्पमुष्णोदकोत्तरम् ॥३६॥
 भुञ्जानो जाङ्गलैर्मसैः शीघ्रं व्रणमपोहति ।

O alimento (do paciente) deve ser aquele com o qual ele está acostumado, tal como cevada, trigo, arroz que amadurece em sessenta dias, *masura* (lentilha), *mudga* (*Phaseolus radiatus*), *tuvarī* (*tur dal*), *jīvantī*, *sunisannaka*, *mūlaka*, *vārtāka*, *tandulīyaka*, *vāstūka*, *kāravella*, *karkota*, *patola*, *katuka phala* (o fruto da *katurohini*), *saindhava*, *dādima*, *dhātrī*, *ghṛta* (gordura da manteiga), água fervida e resfriada. O prato preparado com arroz envelhecido adicionado com gorduras, ingerido em pequena quantidade juntamente com a carne de animais que habitam regiões secas, seguido pela ingestão de água morna ajuda na rápida recuperação e cura das úlceras. [34-37.1]

अशितं मात्रया काले पथ्यं याति जरां सुखम् ॥३७॥
 अजीर्णात्त्वनिलादीनां विभ्रमो बलवान् भवेत् ।
 ततः शोफरुजापाकदाहानाहानवाप्नुयात् ॥३८॥

O alimento ingerido em quantidade limitada, no momento apropriado e que é saudável sofre digestão adequadamente. A indigestão (por excesso de alimentação, etc.) dá origem a distúrbios de *vāta* e outros *doshas* que podem ser poderosos de forma a provocar (o aumento do) edema, da dor, da putrefação, da sensação de queimação e da distensão abdominal. [37.2-38]

नवं धान्यं तिलान् माषान् मद्यं मांसमजाङ्गलम् ।
 क्षीरेक्षुविकृतीरम्लं लवणं कटुकं त्यजेत् ॥३९॥
 यच्चान्यदपि विष्टम्भि विदाहि गुरु शीतलम् ।
 वर्गोऽयं नवधान्यादिर्व्रणिनः सर्वदोषकृत् ॥४०॥

Brotos de grãos, *tila*, *māsa*, vinhos, carnes que não sejam de animais provenientes de regiões desérticas, derivados do leite e cana-de-açúcar e as substâncias que são azedas, salgadas e picantes devem ser evitadas, assim como quaisquer outras substâncias que causem constipação e sensação de queimação durante a digestão e aquelas substâncias que não são facilmente digeridas e que são frias (na potência); este grupo de substâncias dão origem ao aumento de todos os *doshas* nas pessoas que sofrem de úlcera. [39-40]

मद्यं तीक्ष्णोष्णरूक्षाम्लमाशु व्यापादयेद्ब्रणम् ।

Os vinhos que são fortes (penetrantes), quentes (com elevada porcentagem de álcool), secos (não oleosos) e azedos causam a morte do paciente que sofre de úlcera rapidamente. [41.1]

वालुशीरैश्च वीज्येत न चैनं परिघट्टयेत् ॥४१॥
 न तुदेन्न च कण्डूयेच्चेष्टमानश्च पालयेत् ।
 स्निग्धवृद्धद्विजातीनां कथाः शृण्वन्मनः प्रियाः ॥४२॥
 आशावान् व्याधिमोक्षाय क्षिप्रं व्रणमपोहति ।

A úlcera (o local onde está localizada a úlcera) deve ser ventilado com tufo de cabelos (de animais) ou com punhados da grama *usīra*. Ela não deve ser batida, empurrada ou arranhada com as unhas, ela deve estar protegida de lesões enquanto o paciente realiza outras atividades; aquele paciente que se dedica a ouvir estórias agradáveis à mente, relacionadas com pessoas virtuosas e mais velhas das castas dos nascidos duas vezes, aquele que é otimista com relação à cura da doença domina a úlcera rapidamente. [41.2-43.1]

तृतीयेऽह्नि पुनः कुर्याद्व्रणकर्म च पूर्ववत् ॥४३॥
 प्रक्षालनादि, दिवसे द्वितीये नाचरेत्तथा ।
 तीव्रव्यथो विग्रथितश्चिरात्संरोहति व्रणः ॥४४॥

No terceiro dia, o mesmo tratamento feito anteriormente, como limpeza da úlcera, etc. é repetido; isto não é feito no segundo dia pois submeteria o paciente a dor intensa, à formação de tumores e à demora na cura da úlcera. [43.2-44]

स्निग्धां रूक्षां श्लथ्यां गाढां दुर्न्यस्तां च विकेशिकाम् ।
 व्रणे न दद्यात्कल्कं वा स्नेहात्क्लेदो विवर्द्धते ॥४५॥
 मांसच्छेदोऽतिरुश्रौक्ष्याद्हरणं शोणितागमः ।
 श्लथ्यातिगाढदुर्न्यासैर्व्रणवर्त्मावघर्षणम् ॥४६॥

O fio de algodão untado com pasta de drogas, assim como a pasta das drogas, não deve ser muito oleoso (gorduroso) nem muito seco, nem mole nem muito grosso (duro) e não deve ser colocado de forma inadequada. Isto porque a oleosidade provoca o aumento da umidade; a secura provoca fissuras nos músculos, dor intensa, lacerações e sangramento; o fio mole ou grosso (duro) e mal colocado produz fricção nas bordas da úlcera. [45-46]

सपृतिमांसं सोत्सङ्गं सर्गति पूयगर्भिणम् ।
व्रणं विशोधयेच्छीघ्रं स्थिता ह्यन्तर्विकेशिका ॥४७॥

Quando o fio medicinal permanece muito tempo dentro da úlcera ocorre putrefação dos músculos, a superfície fica saliente, há perda de tecidos e acúmulo de secreção purulenta no interior. Neste caso a úlcera deve ser limpa (com a retirada de seu conteúdo) rapidamente. [47]

व्यम्लं तु पाटितं शोफं पाचनैः समुपाचरेत् ।
भोजनैरुपनाहैश्च नातिव्रणविरोधिभिः ॥४८॥

Quando um edema não maduro é cortado e aberto (por ignorância), ele deve ser tratado com alimentos e unguentos que produzam amadurecimento, mas que não sejam muito opostos (muito prejudiciais) à úlcera. [48]

Sadyovrana cikitsā (tratamento das lesões traumáticas) [49-56]

सद्यः सद्योव्रणान् सीव्येद्विवृतानभिघातजान् ।
मेदोजांल्लिखितान् ग्रन्थीन् ह्रस्वाःपालीश्च कर्णयोः ॥४९॥
शिरोक्षिकूटनासौष्ठगण्डकर्णोरुबाहुषु ।
श्रीवाललाटमुष्कस्फिङ्मेढ्रपायूदरादिषु ॥५०॥
गम्भीरेषु प्रदेशेषु मांसलेष्वचलेषु च ।

As lesões traumáticas que são recentes e extensas devem ser suturadas imediatamente; o mesmo procedimento está indicado para as úlceras que são produzidas pela raspagem de tumores gordurosos, pelo pavilhão auricular que é fino; nas úlceras localizadas na cabeça, no globo ocular, no nariz, nos lábios, nas bochechas, nos ouvidos, nos braços, no pescoço, na frente, no escroto, nas nádegas, no pênis, no reto, no abdome, etc. que estão localizadas em partes carnosas importantes e imóveis (também devem ser suturadas). [49-51.1]

न तु वङ्गणकक्षादावलपमांसे चले व्रणान् ॥५१॥
वायुनिर्वाहिणः शल्यगर्भान् क्षारविषाग्निजान् ।

Mas não (devem ser suturadas) aquelas que estão localizadas na virilha, na axila, etc., que estão em partes pouco musculosas e móveis, as úlceras que emitem ar (gás), que apresentam corpos estranhos alojados em seu interior, que são produzidas por substâncias alcalinas, venenos e fogo. [51.2-52.1]

सीव्येच्चलास्थिशुष्कास्रतृणरोमापनीय तु ॥५२॥
 प्रलम्बि मांसं विच्छिन्नं निवेश्य स्वनिवेशने ।
 सन्ध्यस्थि च स्थिते रक्ते स्नायवा सूत्रेण वल्कलैः ॥५३॥
 सीव्येन्न दूरे नासन्ने गृह्णन्नाल्पं न वा बहु ।

A sutura deve ser feita apenas após a retirada de pedaços de ossos soltos, coágulos de sangue seco, pedaços de mato, cabelo, etc., colocando-se e fixando-se as partes dos músculos em seus locais apropriados, conservando as articulações (dos ossos) e ossos (fraturados) em suas posições normais e, depois, deve-se interromper o sangramento, fazendo uso de tendões (de animais), fios (de algodão, seda, linho, etc.) ou de fibras internas das cascas de árvores; a sutura não deve ser feita muito longe nem muito perto e também não deve prender muito (tecido) nem pouco. [52.2-54.1]

सान्त्वयित्वा ततश्चार्तं व्रणे मधुघृतद्रुतैः ॥५४॥
 अञ्जनक्षौमजमषीफलनीशल्लकीफलैः ।
 सरोध्रमधुकैर्दिग्धे युञ्ज्याद्रन्धादि पूर्ववत् ॥५५॥

Após a sutura, tendo confortado o paciente (com palavras encorajadoras, ingestão de água fria, ventilando, etc.) a úlcera deve ser coberta com chumaço de algodão embebido em uma mistura de mel, *ghee* derretido, *anjana* (*srotonjana*), cinzas de *ksauma* (linho), *phalinī*, fruta de *śallakī*, *rodhra* e *madhuka*. Depois, deve ser feita a bandagem e devem ser adotadas as outras medidas descritas anteriormente. [54.2-55]

व्रणो निःशोणितौष्ठो यः किञ्चिदेवावलिख्य तम् ।
 सञ्जातरुधिरं सीव्येत्सन्धानं ह्यस्य शोणितम् ॥५६॥

As bordas (margens) da úlcera que não estão sangrando devem ser raspadas um pouco para induzir um sangramento e suturadas quando o sangue estiver fluindo, pois o sangue é a causa (o agente) para a cura das úlceras. [56]

Bandhana (bandagens e ataduras) [57-80]

बन्धनानि तु देशादीन् वीक्ष्य युञ्जीत तेषु च ।
 आविकाजिनकौशेयमुष्णं, क्षौमं तु शीतलम् ॥५७॥

tipo *kośa* deve ser utilizado para as articulações dos dedos; o tipo *svastika*, para as orelhas, axila, etc., para mamas e articulações; *muttolī*, para o pênis, o pescoço, etc.; *cīna*, para o canto externo dos olhos; *dāma*, para locais de junção das partes do corpo (tais como virilha, etc.); *anuvellita*, para as extremidades; *khatvā*, para as bochechas, mandíbula e têmporas; *vibandha*, para o dorso e o abdome; *sthaḡikā*, para o polegar, os dedos, a extremidade do pênis e em hérnias (localizadas na virilha); *vitāna*, para órgãos (partes do corpo) que são compactos e também para a cabeça; *utsanga*, para partes suspensas; *gosphanā*, para o nariz, lábios, articulações, etc.; *yamaka*, para locais que apresentam duas úlceras adjacentes; *mandala*, para partes que são arredondadas; *pancāngī*, para lesões acima dos ombros. Uma pessoa (médico) inteligente deve aplicar o tipo de atadura que seja mais adequada ao local do corpo. [59-61]

Atualmente, os estudiosos do Āyurveda tentam fornecer equivalentes modernos aos diferentes tipos de ataduras descritas acima, mas muitas dúvidas ainda permanecem. O conhecimento dos significados corretos dos termos utilizados para denominar as ataduras, tendo como critério de julgamento sua forma padrão, é fornecido abaixo da forma como descrita em dicionários Sânscrito-Inglês autorizados (como o de Monier Williams).

1. *Kośa*: casulo, bainha (da espada), envelope, bolsa;
2. *Svastika*: forma cruzada como o sinal de mais;
3. *Muttolī/pratolī*: caminho ou estrada larga;
4. *Cīna*: fio, bandeira;
5. *Dāma*: fio, corda para circular a úlcera como uma guirlanda ou como um cinto;
6. *Anuvellita*: dobrado, curvado sobre si mesmo, enrolado;
7. *Khatvā*: balanço, rede, cama de balanço;
8. *Vibandha*: adesivo, obstrutivo, adere dos dois lados;
9. *Sthaḡikā*: tornar invisível, ocultar, esconder;
10. *Vitāna*: tenda, liteira, toldo, cobertura do topo;
11. *Utsanga*: horizontal, nivelado com a parte superior, levantado;
12. *Gosphanā/gophana*: frente de uma vaca, como os chifres de uma vaca;
13. *Yamaka*: gêmeos, duplo, dobro;
14. *Mandala*: circular, redondo como um anel ou roda; e
15. *Pancāngī*: que tem cinco partes, divisões, dobras ou abas.

बध्नीयाद्गाढमूरस्फिकक्षावङ्गणमूर्धसु ।
 शाखावदनकर्णोरः पृष्ठपार्श्वगलोदरे ॥६२॥
 समं मेहनमुष्के च, नेत्रे सन्धिषु च श्लथम् ।

बध्नीयाच्छिथिलस्थाने वातश्लेष्मोद्भवे समम् ॥६३॥
 गाढमेव समस्थाने, भृशं गाढं तदाशये ।
 शीते वसन्तेऽपि च तौ मोक्षणीयौ त्र्यहात्र्यहात् ॥६४॥
 पित्तरक्तोत्थयोर्वन्धो गाढस्थाने समो मतः ।
 समस्थाने श्लथो, नैव शिथिलस्याशये तथा ॥६५॥
 सायंप्रातस्तयोर्मोक्षो ग्रीष्मे शरदि चेष्यते ।

A atadura deve ser amarrada firmemente sobre as coxas, nádegas, axila, virilha e cabeça.

Ela deve ser amarrada moderadamente nas extremidades, face, orelhas, peito, costas, flancos, pescoço, abdome, pênis e escroto; deve ser moderada nos olhos, articulações, etc.; da mesma forma em locais que são flácidos; em locais onde a úlcera foi produzida pelo desequilíbrio de *vāta* e *ślesman* (*kapha*) ela deve ser moderada.

Em locais (que não são duros nem moles) ela deve ser apertada.

Se a úlcera estiver localizada em sítios (órgãos) de *vāta* e *ślesman* (*kapha*), a atadura deve ser removida em três dias, durante as estações *śita* (frio) e *vasanta* (primavera).

A atadura deve ser amarrada com força moderada sobre as partes duras.

Se a úlcera localizadas nestas partes duras for produzida por *pitta* e *rakta* nestes mesmos locais, a atadura deve ser frouxa.

Nos locais onde está prescrita a bandagem frouxa, ela não deve ser totalmente amarrada; durante as estações *grīśma* (verão) e *śarat* (outono) a atadura deve ser removida ao anoitecer e pela manhã. [62-66.1]

भवद्भो दंशमशकशीतवातादिपीडितः ॥६६॥
 दुष्टोभवेच्चिरं चात्र न तिष्ठेत्स्नेहभेषजम् ।
 कृच्छ्रेण शुद्धिं रूढिं वा याति रूढो विवर्णताम् ॥६७॥

Se a úlcera não for atada adequadamente ela se torna contaminada por picadas de mosquitos, fica sujeita à brisa fria, etc., as substâncias oleosas e os medicamentos aplicados sobre ela não permanecem, a úlcera demora mais tempo para ficar limpa (sem a secreção purulenta) e curada e, mesmo após a cura, sua aparência é descolorida (a pele sobre a região não volta à coloração normal do corpo). [66.2-67]

वद्धस्तु चूर्णितो भग्नो विश्लिष्टः पाटितोऽपि वा ।
 छिन्नक्षायुसिरोऽप्याशु सुखं संरोहति व्रणः ॥६८॥
 उत्थानशयनाद्यासु सर्वहासु न पीडयते ।
 उद्धृतौष्ठः समुत्सन्नो विषमः कठिनोऽतिरुक् ॥६९॥
 समो मृदुररुक् शीघ्रं व्रणः शुध्यति रोहति ।

A bandagem auxilia e torna fácil e rápida a cura das úlceras em que os ossos estão triturados ou fraturados, naquelas em que as articulações estão deslocadas, aquelas que foram cortadas (pelo médico) e nas quais os tendões e veias estão cortados. Com a bandagem não há dor ao se levantar, ao deitar-se e durante outras atividades; o edema (da parte do corpo) que está irregular, duro e muito doloroso ou até mesmo aquele que é mole e pouco doloroso, todos eles, tornam-se rapidamente limpos e curados. [68-70.1]

स्थिराणामल्पमांसानां रौक्ष्यादनुपरोहताम् ॥७०॥
 प्रच्छाद्यमौषधं पत्रैर्यथादोषं यथर्तुं च ।
 अजीर्णतरुणाच्छिद्रेः समन्तात्सुनिवेशितैः ॥७१॥
 धौतैरकर्कशैः क्षीरिभूर्जार्जुनकदम्बजैः ।

Úlceras que são persistentes, que possuem pouco tecido muscular, que não cicatrizam até ficarem secas (sem umidade) devem ser tratadas com aplicação de medicamentos enrolados em folhas de árvores, apropriados aos *doshas* envolvidos e às estações; as folhas escolhidas não devem ser maduras, mas sim jovens (aquelas que são novas), sem buracos, boas em todos os aspectos, bem lavadas, que não estejam ásperas e devem pertencer a árvores que possuem resina leitosa, *bhūrja*, *arjuna* ou *kadamba*. [70.2-72.1]

कुष्ठिनामग्निदग्धानां पिटिकामधुमेहिनाम् ॥७२॥
 कर्णिकाश्चोन्दुरुक्षिषे क्षारदग्धा विषान्विताः ।
 बन्धनीया न मांसपाके गुदपाके च दारुणे ॥७३॥
 शीर्यमाणाः सरुग्दाहाः शोफावस्थाविसर्पिणः ।

A bandagem não deve ser feita em úlceras de pacientes com hanseníase ou resultantes de queimaduras por fogo, nas úlceras de portadores de diabetes mellitus, decorrentes de mordida de rato, queimação por álcalis, causadas por veneno, que apresentam putrefação de músculos, com graves ulcerações do reto,

que são degenerativas (que apresentam perda de tecidos), que apresentam dor e sensação de queimação, que retém a sudorese (por muito tempo) e que se espalham para outras áreas. [72.2-74.1]

अरक्षया व्रणे यस्मिन् मक्षिका निक्षिपेत्कृमीन् ॥७४॥
 ते भक्षयन्तः कुर्वन्ति रुजाशोफास्रसंस्त्रवान् ।
 सुरसार्दि प्रयुञ्जोत तत्र घावनपूरणे ॥७५॥
 सप्तपर्णकरञ्जार्कनिम्बराजादनत्वचः ।
 गोमूत्रकल्कितो लेपः सेकः क्षाराम्बुना हितः ॥७६॥
 प्रच्छाद्य मांसपेश्या वा व्रणं तानाशु निर्हरेत् ।

Moscas depositam vermes (bactérias, etc.) dentro das úlceras que não estão protegidas (por bandagem), elas (as bactérias) atacam os tecidos provocando dor, edema e sangramento; devem ser utilizadas as drogas do grupo *surasādi* (ver Capítulo XV) para limpeza e preenchimento destas úlceras (sépticas). Uma pasta feita com a casca de *saptaparnā*, *karanja*, *arka*, *nimba* e *rājādana* e com urina de vaca deve ser aplicada; banhar (a úlcera) com solução de álcalis é uma medida benéfica ou pode ser feita a escarificação dos tecidos musculares – através destas medidas, os vermes (bactérias), etc. devem ser rapidamente eliminados. [74.2-77.1]

न चैनं त्वरमाणोऽन्तः सदोषमुपरोहयेत् ॥७७॥
 सोऽल्पेनाप्यपचारेण भूयो विकुरुते यतः ।

O médico não deve adotar procedimentos para uma rápida cura da úlcera que apresenta resíduos de *doshas* em seu interior, pois isto aumentará grandemente a inflamação, até mesmo quando o procedimento estiver associado com uma conduta ligeiramente imprópria. [77.2-78.1]

रूढेऽप्यजीर्णव्यायामव्यवायादीन् विवर्जयेत् ॥७८॥
 हर्षं क्रोधं भयं चापि यावदास्थैर्यसम्भवात् ।
 आदरेणानुवर्त्योऽयं मासान् षट् सप्त वा विधिः ॥७९॥

Depois que a úlcera foi curada o paciente deve evitar a indigestão, atividades físicas, relações sexuais, etc., excesso de alegria, raiva, medo, etc., pois até que

adquira seu completo vigor ele deve levar uma vida disciplinada, pelo menos durante seis a sete meses. [78.2-79]

उत्पद्यमानासु च तासु तासु वार्तासु दोषादिवलानुसारी ।
तैस्तैरुपायैः प्रयतश्चिकित्सेदालोचयन् विस्तरमुत्तरोक्तम् ॥८०॥

As outras condições que se manifestam devem ser tratadas com métodos apropriados ao vigor dos *doshas*, etc., à luz dos detalhes fornecidos no *Uttara tantra* – a última seção deste tratado (ver Capítulos XXV a XXVII). [80]

इति श्रीवैद्यपतिसिंहगुप्तसूनुधीमद्राग्भटबिरचिता-
यामष्टाङ्गहृदयसंहितायां सूत्रस्थाने शस्त्रकर्म-
विधिर्नामैकोनत्रिंशोऽध्यायः ॥२९॥

Assim termina o vigésimo nono capítulo conhecido como “*Śastrakarma vidhi* (O procedimento nas operações cirúrgicas)”, da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhitā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXIX)

Ksāra nirmāna (preparação do cáustico alcalino) [8.2-22.1]

कालमुष्ककशम्याककदलीपारिभद्रकान् ॥ ८ ॥
 अश्वकर्णमहावृक्षपलाशास्फोटवृक्षकान् ।
 इन्द्रवृक्षार्कपूतीकनक्तमालाश्वमारकान् ॥ ९ ॥
 काकजङ्घामपामार्गमग्निमन्थाग््नितिल्वकान् ।
 सार्द्रान् समूलशाखादीन् खण्डशः परिकल्पितान् ॥१०॥
 कोशातकोश्रतस्रश्च शूकं नालं यवस्य च ।
 निवाते नित्रयोक्त्य पृथक् तानि शिलातले ॥११॥
 प्रक्षिप्य मुष्ककचये सुधाश्मानि च दीपयेत् ।
 ततस्तिलानां कुतलैर्दग्ध्वाऽग्नौ विगते पृथक् ॥१२॥
 कृत्वा सुधाश्मनां भस्म द्रोणं त्वितरभस्मनः ।
 मुष्ककोत्तरमादाय प्रत्येकं जलमूत्रयोः ॥१३॥
 गालयेदर्धभारेण महता वाससा च तद् ।
 यावत्पिच्छिलरक्ताच्छस्तीक्ष्णो जातस्तदा च तम् ॥१४॥
 गृहीत्वा क्षारनिष्यन्दं पचेल्लौह्यां विघट्टयन् ।
 पच्यमाने ततस्तस्मिस्ताः सुधाभस्मशर्कराः ॥१५॥
 शुक्तीः क्षीरपकं शङ्खनाभीश्रायसभाजने ।
 कृत्वाऽग्निवणान्वहुशः क्षारोत्थे कुडवोन्मिते ॥१६॥
 निर्वाप्य पिष्ट्वा तेनैव प्रतीवापं विनिक्षिपेत् ।
 श्लक्ष्णं शकृदक्षशिखिगृध्रकङ्ककपोतजम् ॥१७॥
 चतुष्पात्पक्षिपित्तालमनोह्वालवणानि च ।
 परितः सुतरां चातो दर्व्यां तमवघट्टयेत् ॥१८॥
 सवाष्पैश्च यदोत्तिष्ठेद्बुद्बुदैर्लहवद्भनः ।
 अवतार्य तदा शीतो यवराशात्रयोमये ॥१९॥
 स्थाप्योऽयं मध्यमः क्षारो

Raízes, ramos e outras partes úmidas de árvores, como *kālamuskaka*, *śamyaka*, *kadalī*, *pāribhadra*, *āsvakarna*, *mahāvṛksa*, *palāśa*, *āsphota*, *vrksaka*, *indravrksa*, *arka*, *pūṭika*, *naktamāla*, *āsvamaraka*, *kākajāñghā*, *apāmārga*, *agnimantha*, *agni* ou *tilvaka* – devem ser cortados em pedaços pequenos e colocados sobre placas de pedra limpas, separadamente, em montes; devem ser

feitos, da mesma forma, montes de pedaços dos quatro tipos de plantas *kosātakī*, dos espinhos e das canas das plantas *yava*. No monte de *kālamuskaka*, devem ser adicionados pedaços de cal. Todos os montes são colocados sobre o fogo fazendo uso da palha seca da planta *tila*. Depois que os montes estiverem bem queimados e que o fogo desapareceu, mistura-se um *drona* (12.288 gramas) de cinzas de cal junto com cinzas de *kālamuskaka* mais um *drona* e um quarto de cinzas das demais substâncias, dissolve-se bem em meio *bhāra* (48.000 gramas) de água e urina de vaca, separadamente, e filtra-se através de um tecido grosso até obter um material alcalino, viscoso, avermelhado, claro e penetrante. O material é transferido para um caldeirão de ferro e cozido, misturando-se constantemente com uma concha. A este material deve ser adicionado um *kudava* (192 gramas) de cada uma das seguintes substâncias, cinzas de cal, conchas de pérolas, *ksīrapaka* (*khatika* ou barro) e conchas em espiral, que devem ser aquecidas até ficarem incandescentes sobre uma panela, o pó fino de excrementos de galo, pavão, falcão, garça e pombo, bile de quadrúpedes e pássaros, *āla* (*haritala* ou sulfeto de arsênico), *manohvā* (trissulfureto de arsênico) e sais; todos estes ingredientes devem ser triturados até se transformarem em pasta e misturados com a solução que está fervendo, mexendo a todo instante em todas as direções. Quando começar a emitir fumaça, a subirem bolhas e adquirir uma consistência sólida, como um doce, o caldeirão deve ser retirado do fogo. Quando estiver fria, a preparação deve ser transferida para um recipiente de ferro que deve ser mantido sob um monte de *yava* (cevada) por alguns dias. Este é o modo de preparação de *madhyama ksāra* (preparação alcalina de potência média). [8-20.1]

न तु पिष्ट्वा क्षिपेन्मृदौ ।
निर्वाण्यापनयेत्क्षिणे पूर्ववत् प्रतिवापनम् ॥२०॥
तथा लाङ्गलिकादन्तिचित्रकातिविषावचाः ।
स्वर्जिकाकनकक्षीरिहिङ्गुपूतीकपल्लवाः ॥२१॥
तालपत्री विडं चेति, सप्तरात्रात्परं तु सः ।
योज्यः

Para a preparação de *mrduksāra* (preparação alcalina de potência leve) a mistura (de cinzas de conchas, pó de excrementos, biles, etc.) não deve ser transformada em uma pasta e depois adicionada, mas deve ficar na forma de pó, separada (filtrada) e dispensada.

Para a preparação de *tiksna ksāra* (preparação alcalina de potência elevada) a mistura deve ser semelhante àquela descrita anteriormente (preparação alcalina de potência média) adicionando-se a pasta de *langalikā*, *dantī*, *citraka*, *ativisā*, *vacā*, *svarjikā*, *kanakaksīrī*, *hingū*, brotos de *pūtikā*, *tālapatrī* e *bida* (preparada da forma usual) e utilizada após um período de sete dias. [20.2-22.1]

Trividha ksāra yojana (indicações dos três tipos de álcali) [22.2-23]

तीक्ष्णोऽनिलश्चेष्ममेदोजेष्वर्बुदादिषु ॥२२॥
 मध्येष्वेष्वेव मध्योऽन्यः पितालगुदजन्मसु ।
 वलार्थं क्षीणपानीये क्षाराम्बु पुनरावपेत् ॥२३॥

O álcali de potência forte deve ser utilizado nas doenças originadas de *anila* (*vāta*), *ślesman* (*kapha*), *medas* (gordura), *arbuda* (crescimento tumoral maligno) e outras doenças que são muito difíceis de curar. O álcali de potência média deve ser utilizado nestas doenças quando as mesmas forem de vigor moderado (não muito difíceis de curar). Nas doenças originadas de *pitta*, *asra* (*rakta*) e nas hemorróidas, o outro tipo de álcali (de potência média) deve ser utilizado; quando o álcali perde seu conteúdo aquoso, certa quantidade de solução alcalina deve ser adicionada para fortalecê-lo. [22.2-23]

Ksāraguna (propriedades e ações do álcali) [24-26]

नातितीक्ष्णमृदुः श्लक्ष्णः पिच्छः शीघ्रगः सितः ।
 शिखरी सुखनिर्वाण्यो न विष्यन्दी न चातिरुक् ॥२३॥
 क्षारो दशगुणः शस्त्रतेजसोरपि कर्मकृत् ।
 आचूपन्निव संरम्भाद्वात्रमापीडयन्निव ॥२५॥
 सर्वतोऽनुसरन् दोषानुन्मूलयति मूलतः ।
 कर्म कृत्वा गतरुजः स्वयमेवोपशाम्यति ॥२६॥

Nem demasiadamente forte, nem demasiadamente fraco, macio, viscoso, capaz de penetrar rapidamente, coloração branca, permanece como o pico da montanha (no local da aplicação), fácil de remover, não produz muita exsudação nem muita dor – estas são as dez qualidades (ideais) do cáustico alcalino. Ele realiza todas as funções do instrumento cortante e também do fogo. Através de suas ações, tais como absorção rápida, perturbação do corpo todo, penetrância em todos os lugares, ele expulsa todos os *doshas* (materiais desequilibrados) a partir

da raiz. Após tais ações, quando a dor (a doença) desaparece, ele (o álcali) também é eliminado espontaneamente. [24-26]

Ksāra prayoga (procedimento na cauterização) [27-39]

क्षारसाध्ये गदे छिन्ने लिखिते स्रावितेऽथवा ।
क्षारं शलाकया दत्त्वा स्रोतप्रावृत्तदेहया ॥२७॥
मात्राशतमुपेक्षेत

A doença (a lesão) tratável por álcali deve ser, primeiramente, cortada ou raspada ou deve-se proceder à exsudação de fluido, depois, com uma haste de ferro o álcali é colocado sobre o ponto, as outras áreas (circunjacentes) do corpo devem ser mantidas cobertas (protegidas) por chumaços de algodão e aguarda-se um período de cem *mātras*. [27]

तत्रार्शः स्वावृताननम् ।
हस्तेन यन्त्रं कुर्वीत वर्त्मरोगेषु वर्त्मनी ॥२८॥
निर्भुज्य पिचुनाऽऽच्छाद्य कृष्णभागं विनिक्षिपेत् ।
पद्मपत्रतनुः क्षारलेपो, घ्राणार्बुदेषु च ॥२९॥
प्रत्यादित्यं निषरणस्य समुन्नम्याग्रनासिकाम् ।
मात्रा विधार्यः पञ्चाशत् तद्वदर्शसि कर्णजे ॥३०॥

Nas hemorróidas, caso sua abertura (face) se encontre coberta (oculta), o local deve ser manipulado com a mão (de forma a possibilitar que o álcali seja colocado sobre ela). Nas doenças das pálpebras, estas devem ser viradas, a área preta (córnea) deve ser mantida coberta com chumaço de algodão (como proteção) e depois o álcali é aplicado em uma camada tão fina como a de uma pétala de lótus (no interior das pálpebras).

No câncer do nariz, o paciente deve permanecer sentado e virado para o sol, a ponta do nariz é levantada, o álcali é aplicado nas narinas e aguarda-se cinquenta *mātras*. No caso de pólipos no ouvido, o procedimento é semelhante. [28-30]

क्षारं प्रमार्जनेनानु परिमृज्यावगम्य च ।
सुदग्धं घृतमध्वक्तं तत्पयोमस्तुकाञ्जिकैः ॥३१॥
निर्वापयेत्ततः साज्यैः स्वादुशीतैः प्रदेहयेत् ।
अभिष्यन्दीनि भोज्यानि भोज्यानि क्लेदनाय च ॥३२॥

यदि च स्थिरमूलत्वात्क्षारदग्धं न शीर्यते ।
 धान्याम्लबीजयष्ट्याहृतिलैरालेपयेत्ततः ॥३३॥
 तिलकल्कः समधुको घृताक्तो व्रणरोपणः ।

Depois (de passado o tempo indicado) o álcali é retirado com um pano (chumaço de algodão, etc.) e após observar que o local foi adequadamente queimado, uma mistura de *ghee* e mel deve ser aplicada, o local deve ser resfriado com leite, soro de leite ou mingau azedo e depois deve ser aplicada uma pasta de drogas de sabor doce e potência fria. O paciente deve ingerir alimentos que produzam mais secreções (nas células teciduais) de forma a umedecer (o local da queima). Se o local queimado não ficar lacerado (formar uma úlcera) por estar profundamente enraizado, a pasta de sementes de *dhānyāmla* (sedimento do mingau azedo), *yastī* e *tila* deve ser aplicada; a pasta de *tila* e *madhuka* misturada com *ghee* cura a úlcera. [31-34.1]

पक्वजम्ब्वसितं सन्नं सम्यग्दग्धम् विपर्यये ॥३४॥
 ताम्रतातोदकण्डाद्यैर्दुर्दग्धम् तं पुनर्दहेत् ।

O aspecto de *samyak dagdha* (queimação adequada) pode ser observado como o aparecimento de uma coloração negra semelhante ao fruto maduro de *jambu* e depressão do local. O oposto, ou seja, aparecimento de coloração vermelha cor de cobre, dor perfurante, prurido, etc. são as características do *durdagdha* (queimação inadequada) e o local deve ser queimado novamente. [34.2-35.1]

अतिदग्धे स्रवेद्रक्तं मूर्च्छादाहज्वरादयः ॥३५॥
 गुदे विशेषाद्विण्मूत्रसंरोधोऽतिप्रवर्तनम् ।
 पुंस्त्वोपघातो मृत्युर्चा गुदस्य शातनाद्भ्रुवम् ॥३६॥
 नासायां नासिकावंशदरणाकुञ्चनोद्भवः ।
 भवेच्च विषयाज्ञानम तद्वच्छ्रोत्रादिकेष्वपि ॥३७॥

Atidagdha (queimação excessiva) produz sangramento, desmaios, sensação de queimação, febre, etc. O excesso de queimação do ânus (reto), em especial, produz obstrução da passagem das fezes e da urina ou eliminação excessiva de fezes e urina, perda do poder sexual (impotência) e morte certa por causa da destruição do reto. No caso do nariz, haverá intensa sensação de queimação, contração do septo nasal e perda do olfato; o mesmo no caso dos ouvidos e outros locais do corpo. [35.2-37]

विशेषादत्र सेकोऽम्लैर्लेपो मधु घृतं तिलाः ।
 वातपित्तहरा चेष्टा सर्वैव शिशिरा क्रिया ॥३८॥
 अम्लो हि शीतः स्पर्शेन क्षारस्तेनोपसंहितः ।
 यात्याशु स्वादुतां तस्मादम्लैर्निर्वापयेत्तराम् ॥३९॥

Nestas condições, devem ser adotadas condutas como banhar o local com líquidos azedos, aplicação de pasta de mel, *ghee* e *tila*, atividades (alimentos e outras medidas) que aliviem *vāta* e *pitta* e todas as outras medidas que produzam frio. Como o azedo é frio ao tato, combinado com o álcali ele adquire rapidamente as propriedades do sabor doce, portanto, ela (a queimação causada por álcali) deve ser lavada com substâncias azedas rapidamente. [38-39]

(विषाग्निशस्त्राशनिमृत्युतुल्यः क्षारो भवेदल्पमतिप्रयुक्तः ।
 स धीमता सम्यगनुप्रयुक्तो रोगान्निहन्यादचिरेण घोरान् ॥ १ ॥)

(O álcali ou a cauterização por álcali administrada pelo médico de intelecto pobre é como a morte causada por venenos, fogo, armas perfurantes ou um raio; mas aquela que é feita adequadamente por um médico inteligente cura rapidamente até mesmo doenças temerosas.)

Agni karma (cauterização com fogo) [40]

अग्निः क्षारादपि श्रेष्ठस्तद्गंधानामसम्भवात् ।
 भेषजक्षारशस्त्रैश्च न सद्धानां प्रसाधनात् ॥४०॥

O fogo (a cauterização com fogo) é melhor que o álcali, pois as doenças queimadas (tratadas) por ele não sofrem recorrência e podem ser utilizadas até mesmo (nas doenças) que não foram satisfatoriamente tratadas por drogas, álcali e bisturi. [40]

Agnikarma yojana (indicações e contra-indicações) [41-45.1]

त्वचि मांसे सिरास्नायुसन्ध्यस्थिषु स युज्यते ।
 मषाङ्गलानिमूर्धार्तिमन्थकीलतिलादिषु ॥४१॥
 त्वग्दाहो वर्तिगोदन्तसूर्यकान्तशरादिभिः ।

(A cauterização com fogo) é utilizada sobre a pele, músculos, veias, tendões, articulações e ossos. Em doenças como molas negras (verrugas), debilidade de partes do corpo, cefaléia, *adhimantha* (uma doença dos olhos), verrugas, cistos, etc. a queima da pele deve ser realizada com um fio, um dente de vaca, um cristal de rocha, uma ponta de flecha ou outros objetos acesos (tais como, *pippalī*, excrementos de cabra, haste de ferro, pedaço de bracelete). [41-42.1]

अशोभगन्दरग्रन्थिनाडीदुष्टव्रणादिषु ॥४२॥
मांसदाहो मधुस्नेहजाम्बवौष्टगुडादिभिः ।

Hemorróidas, fistula retal, tumores, úlceras nos seios e úlceras malignas (sépticas, crônicas, putrefeitas), etc. devem ser tratadas através da queima dos músculos com mel, gorduras, *jāmbavostha* (um instrumento de ferro com a extremidade semelhante a uma colher), açúcar mascavado indiano (melado), etc. (todos quentes). [42.2-43.1]

श्लिष्टवर्त्मन्यसृक्स्त्रावनील्यसम्यग्व्यधादिषु ॥४३॥
सिरादिदाहस्तैरेव

Ślistavartma (doença exsudativa das pálpebras), sangramento, mola azul (verruga), incisão inadequada (úlceras cirúrgica), etc. devem ser tratados com a queima das veias através (do uso) dos mesmos materiais (enumerados no verso anterior). [43.2-44.1]

न दहेत्क्षारवारितान् ।
अन्तः शल्यासृजो भिन्नकोष्ठान् भूरिव्रणानुरान् ॥४४॥

A queima não deve ser feita naqueles (pacientes ou distúrbios) contra-indicados para cáusticos alcalinos, em ferimentos que alojam corpo estranho ou que apresentam acúmulo de sangue no interior, em pessoas que apresentam perfuração de víscera abdominal e naquelas que estão sofrendo de úlceras graves. [44.2]

सुदग्धं घृतमध्वत्तं स्निग्धशोतैः प्रदेहयेत् ।

O local a ser queimado adequadamente (pelo fogo) deve ser coberto com *ghee* e mel e deve ser aplicada uma pasta de drogas que sejam oleosas e frias na potência. [45.1]

Dāha laksana (cauterização adequada e inadequada) [45.2-53]

तस्य लिङ्गं स्थिते रक्ते शब्दवल्लसिकान्वितम् ॥४५॥
पक्तालकपोताभं सुरोहं नातिवेदनम् ।

Os sinais de *samyak dagdha* (queima adequada) são: interrupção do sangramento, aparecimento de som de crepitação acompanhado de linfa, a área apresenta uma coloração semelhante ao fruto maduro de *tāla* ou um pombo (cinza escuro), (a úlcera) é facilmente curada e não há muita dor. [45.2-46.1]

प्रमाददग्धवत्सर्वं दुर्दग्धात्यर्थदग्धयोः ॥४६॥
चतुर्था तत्तु तुच्छेन सह तुच्छस्य लक्षणम् ।
त्वग्विवर्णोप्यतेऽत्यर्थं न च स्फोटसमुद्भवः ॥४७॥
सस्फोटदाहतीव्रोषं दुर्दग्धम् अतिदाहतः ।
मांसलम्बनसङ्कोचदाहधूपनवेदनाः ॥४८॥
सिरादिनाशस्तृणमूर्च्छात्रणगाम्भीर्यमृत्यवः ।

Os sinais de queima incorreta e de excesso de queimação são semelhantes aos da queima inadequada. Esta (queima inadequada) é de quatro tipos, juntamente com *tuccha dagdha* (queimação prejudicial ou inferior ou indesejável ou inadequada). Os sinais de *tuccha dagdha* são descoloração da pele, sensação de queimação grave e o não aparecimento de bolhas; os sinais de *durdagdha* (queima inadequada) são aparecimento de bolhas e sensação de queimação grave; os sinais de *atidagdha* (queimação excessiva) são frouxidão dos músculos, constrição, sensação de queimação, sensação de fumaça quente saindo da lesão, dor, destruição das veias, etc., sede, desmaios, exacerbação da lesão e morte. [46.2-49.1]

तुच्छस्याग्निप्रतपनं कार्यमुष्णं च भेषजम् ॥४९॥
स्त्यानेऽस्त्रे वेदनाऽत्यर्थं विलीने मन्दता रुजः ।

Um *tuccha dagdha* (queima prejudicial) deve ser queimado apenas mais uma vez e deve ser utilizada (a pasta de) drogas que são quentes na potência; quando o sangue está coagulado há dor severa e quando está dissolvido, a dor é leve. [49.2-50.1]

दुर्दग्धे शीतमुष्णं च युञ्ज्यादादौ ततो हिमम् ॥५०॥

No caso de *durdagdha* (queima inadequada) devem ser utilizados frio e calor, primeiro o calor e depois o frio. [50.2]

सम्यग्दग्धे तवक्षीरिल्लक्षचन्दनगैरिकैः ।
लिम्पेटसाज्यामृतैरूर्ध्वं पित्तविद्रधिवत्क्रिया ॥५१॥

No caso de *samyak dagdha* (queima adequada) deve ser aplicada (sobre a área queimada) uma pasta de *tvakśīrī*, *plaksa*, *candana*, *gairika* e *amrta* misturadas com *ghee* e depois devem ser adotadas as terapias indicadas para um abscesso de origem *pitta*. [51]

अतिदग्धे द्रुतं कुर्यात्सर्वं पित्तविसर्पवत् ।

No caso de *atidagdha* (excesso de queimação) todas as medidas terapêuticas prescritas para a doença *visarpa* causada por *pitta* devem ser imediatamente adotadas. [52.1]

स्नेहदग्धे भृशतरं रुक्षं तत्र तु योजयेत् ॥५२॥

No caso de queimação por gorduras (óleo quente, *ghee*, etc.) as medidas a serem adotadas devem ser muito secativas (que causam extrema *secura*). [52.2]

(शस्त्रक्षाराग्नयो यस्मान्मृत्योः परममायुधम् ।
अप्रमत्तो भिषक् तस्मात्तान् सम्यगवचारयेत् ॥ १ ॥)

(A faca, o álcali e o fogo são as armas principais do senhor da morte; portanto o médico deve administrá-las com grande cuidado).

समाप्यते स्थानमिदं हृदयस्य रहस्यवत् ।
अत्रार्थाः सूत्रिताः सूक्ष्माः प्रतन्यन्ते हि सर्वतः ॥५३॥

Portanto, será concluída esta seção do *Astānga hrdaya*, a qual está cheia de segredos, pois nela são codificadas todas as doutrinas principais, descritas em detalhes (em todo o tratado). [53]

O *Sūtrasthāna*, a primeira seção, é a parte mais importante do tratado, assim como a cabeça do corpo humano. Todos os importantes preceitos e práticas do *Āyurveda* estão mencionados aqui, resumidamente e, portanto, esta seção é considerada como o epítome do *Āyurveda*. Sem um estudo do *Sūtrasthāna* no início do

estudo será muito difícil compreender o conteúdo das demais seções do tratado porque as doutrinas são mencionadas nesta seção e apenas seus detalhes podem ser encontrados nas demais seções. Por exemplo, as causas principais, os diferentes estágios de evolução e os princípios do tratamento das doenças em geral são explicados no *Sūtrasthāna*, enquanto as causas específicas, os sinais nos diferentes estágios, as drogas apropriadas e as terapias, etc. de cada doença estão descritos nos *Nidāna* e *Cikitsā sthānas* e o modo de preparação das fórmulas, no *Kalpasthāna*. Sem o conhecimento anterior das doutrinas mencionadas no *Sūtrasthāna*, será impossível compreender a relevância das terapias e das drogas.

O *Sūtrasthāna* do *Astāṅga hrdaya* é considerado o melhor dentre os *Sūtras* de outros tratados antigos, a saber, *Suśruta samhītā* e *Charaka samhītā*. Os versos compostos por Vāgbhata estão em linguagem simples e de fácil compreensão, adequados para serem aprendidos com o coração e retidos na memória por muito tempo, combinando beleza e brevidade, composto em muitas métricas populares, organizado de uma maneira conveniente para o estudo. Vāgbhata mostrou sua erudição não apenas na excelência poética, mas também no conhecimento técnico, na seleção de todas as informações essenciais a partir de outros textos antigos, no esclarecimento das dúvidas do atarefado praticante da medicina, com relação a muitas doutrinas e terapias, etc. Todos estes méritos levaram posteriormente as autoridades a declarar que "Vāgbhata é o melhor no *Sūtrasthāna*".

इति श्रोत्रैद्यपतिरिहगुप्तसूनुश्रीमद्वाग्भटविरचिता-
यामष्टाङ्गहृदयसंहितायां सत्रस्थाने क्षाराग्निकर्म-
विधिर्नाम त्रिंशत्तमोऽध्यायः ॥३०॥

Assim termina o trigésimo capítulo conhecido como "*Ksārāgni karma vidhi* (O procedimento na cauterização)", da seção *Sūtrasthāna* do *Astāṅgahrdaya samhītā*, composto por *Srimad Vāgbhata*, filho de *Sri Vaidyapati Simhagupta*. (XXX)

समाप्तं चेदं प्रथमं सूत्रस्थानम्

Assim termina o *Sūtrasthāna*, a primeira seção.

SARIRASTHANA
(Seção sobre Anatomia e Fisiologia)

CAPÍTULO I

प्रथमोऽध्यायः ।

GARBHAVAKRĀNTI SARIRA (Embriologia)

अथातो गर्भावक्रान्ति शरीरं व्याख्यास्यामः ।
इति ह स्माहुरात्रेयादयो महर्षयः ।

Devemos expor agora o capítulo denominado “*Garbhāvākṛānti śārīra* (O procedimento na veniseccção)”. Assim disseram Mestre Ātreya e outros grandes sábios.

Garbhotpatti (formação do embrião) [1]

शुद्धे शुक्रार्तवे सत्त्वः स्वकर्मक्लेशचोदितः ।
गर्भः सम्पद्यते युक्तिवशाद्ग्निरिवारणौ ॥ १ ॥

Sattva (*ātma* ou a alma) impelida pelas aflições de suas ações passadas, penetra na (união) do *śukra* (sêmen, a semente masculina) e *ārtava* (sangue menstrual ou semente feminina) puros (não desequilibrados pelos *doshas*) dando origem à formação do embrião; de uma maneira organizada (predeterminada), assim como o fogo origina-se (da fricção) de dois pedaços de madeira. [1]

Ātman (alma) passa por uma série de nascimentos e mortes dependendo de suas boas ou más ações. Os efeitos das ações das vidas anteriores são carregados por ela para sua próxima vida e são conhecidos como *kleśas* (aflições, sofrimentos), também denominados *vāsanās*. *Rāga* (desejo), *dvesa* (ódio), *avidyā* (ignorância), *asmitā* (egoísmo) e *abhiniveśa* (determinação, união, apego) são os *kleśas* resultantes das boas ou más ações. O indivíduo precisa desfazer-se destas aflições por meio de boas ações apenas, o que não é possível em nenhuma vida. Portanto, ele cai em um ciclo de

nascimentos e mortes; o movimento de uma vida para outra é adquirido instantaneamente no momento da união do *śukra* (elemento reprodutivo masculino, ou seja, o espermatozóide contido no sêmen) e *ārtava* (elemento reprodutor feminino, ou seja, o óvulo produzido pelo ovário). O termo “*ārtava*” é geralmente utilizado para designar a eliminação de sangue do corpo da mulher uma vez a cada vinte e oito dias, conhecido como menstruação. Os antigos consideravam que o sangue menstrual fosse o responsável pela produção do embrião, mas este ponto de vista é incorreto. O sangue menstrual é um material residual contendo o óvulo degenerado que não foi fertilizado pelo espermatozóide. O espermatozóide (*śukrānu*) produzido pelos testículos (*vrsana*) do homem e o óvulo (*andānu*) produzido pelos ovários da mulher são na realidade as sementes masculina e feminina, respectivamente. A união do espermatozóide e do óvulo dá origem à formação do embrião. Quando o embrião é formado, sua natureza para o desenvolvimento, as qualidades que adquire, etc. manifestam-se de uma maneira planejada, predeterminada pelos efeitos dos *vāsanās*. Ambos, o espermatozóide e o óvulo contêm minúsculas estruturas denominadas “genes” que são os transportadores das características hereditárias.

बीजात्मकैर्महाभूतैः सूक्ष्मैः सत्वानुगैश्च सः ।
मानुश्चाहाररसजैः क्रमात्कुक्षौ विवर्द्धते ॥ २ ॥

O embrião formado a partir dos *mahābhūtas* causadores e sutis (*prthvī*, *ap*, *tejas*, *vāyu* e *ākāśa*), seguidos por (ou posteriormente associados com) *sattva* (alma) desenvolve-se gradualmente (lentamente) no abdome (no útero da mulher), nutrido pela essência do alimento da mãe. [2]

A filosofia *Sāmkhya* postula que toda substância do universo é composta de *pañca mahābhūtas* – os cinco elementos primários *prthvī*, *ap*, *tejas*, *vāyu* e *ākāśa*. Conseqüentemente, estes cinco elementos estão presentes na semente masculina (espermatozóide) e na semente feminina (óvulo). Na presença dos *pañca mahābhūtas*, deve ser inferida também a presença dos *tridoshas* (*vāta*, *pitta* e *kapha*) pois eles são produtos dos próprios *pañcabhūtas*. Portanto, o embrião formado pela união do espermatozóide com o óvulo torna-se *pañcabhautika*; com a entrada do *ātman* (alma) torna-se *cetanā* (ativo, consciente, vivo) e desenvolve-se progressivamente para tornar-se a futura criança.

तेजो यथाऽर्करश्मीनां स्फटिकेन तिरस्कृतम् ।
नेन्धनं दृश्यते गच्छत्सत्वो गर्भाशयं तथा ॥ ३ ॥

Assim como os raios do sol interceptados pelas lentes, sem que sejam vistos, fazem surgir o fogo no combustível (montes de grama, pedaços de madeira ou

papel, etc., sobre os quais é focado), da mesma forma acontece a entrada de *sattva* (*ātman*, alma) dentro do útero. [3]

O fecho de luz do sol atravessando uma lente convergente sobre um pedaço de papel não é visível, apesar de observarmos o papel pegando fogo; assim é a entrada da alma no embrião, apesar de invisível pode ser inferido pelo início da atividade vital no mesmo.

कारणानुविधायित्वात्कार्याणां तत्स्वभावता ।
नानायोन्याकृतीः सत्वो धत्तेऽतो द्रुतलोहवत् ॥ ४ ॥

Como o efeito é semelhante à causa, por natureza, o *sattva* (o *ātman* ou a alma) assume diferentes *yoni* (espécies, categorias de nascimento) e *ākṛti* (formas) assim como o metal derretido. [4]

A filosofia *Sāṃkhya* descreve o efeito como sendo semelhante à causa, em outras palavras, as qualidades da causa são identificadas (discernidas) no efeito; boas ações produzem bons efeitos, enquanto más ações, maus efeitos. Boas ações da alma em sua vida anterior concede ao indivíduo o nascimento em boas espécies (divina, humana, etc.) enquanto as más ações produzem para ele o nascimento em más espécies (animal, vegetal, objetos inanimados, etc.) em sua próxima vida. O tamanho, a forma, as qualidades, etc. diferem de uma espécie para outra e de uma substância para outra, mesmo dentro da mesma espécie. Isto é explicado através do exemplo do metal derretido assumindo diferentes tamanhos e formas, semelhante à forma do molde no qual ele é derramado.

Garbha liṅgotpatti kāraṇa (causa da determinação do sexo) [5]

अत एव च शुक्रस्य बाहुल्याज्जायते पुमान् ।
रक्तस्य स्त्री, तयोः साम्ये क्लीबः

Através da mesma doutrina (do efeito sendo semelhante à causa), (uma criança do sexo) masculino será produzida quando o *śukra* (sêmen) é predominante, (uma criança do sexo) feminino será produzida quando *rakta* (sangue menstrual) é predominante e um eunuco (uma criança que não é definitivamente do sexo masculino nem definitivamente do sexo feminino, mas apresenta características dos dois sexos; em outras palavras, um hermafrodita) quando ambos são iguais ou não predominantes. [5]

A determinação do sexo de uma criança deve-se à união dos cromossomos sexuais presentes no espermatozóide e no óvulo e não à quantidade de sêmen e sangue menstrual como imaginado pelos antigos. Como é conhecido agora, cada espermatozóide e óvulo contém minúsculas estruturas chamadas cromossomos, 23 pares no total, divididos em dois tipos, a saber, 22 pares de autossomos e um par de cromossomos sexuais. Os cromossomos sexuais são novamente de dois tipos, denominados X e Y. O espermatozóide contém um cromossomo X ou um cromossomo Y enquanto o óvulo contém apenas um cromossomo X. Quando um espermatozóide contendo um cromossomo X une-se a um óvulo, a combinação de cromossomos XX dá origem a uma criança do sexo feminino; quando um espermatozóide contendo um cromossomo Y une-se ao óvulo, a combinação dá origem a uma criança do sexo masculino; raramente, combinações anormais dos cromossomos sexuais levam a dois tipos de hermafroditismo, o verdadeiro e o falso.

शुक्रार्तवे पुनः ॥ ५ ॥

वायुना बहुशो भिन्ने यथास्वं बह्वपत्यता ।

वियोनिविकृताकारा जायन्ते विकृतैर्मलैः ॥ ६ ॥

Śukra (sêmen) e *ārtava* (sangue menstrual), dividindo-se em muitas partes (depois de sua união) por *vāyu* (*vāta*), dá origem a embriões múltiplos. O embrião dessemelhante ao *yoni* (à espécie) ou com formas anormais são produzidos por *malas* (*doshas*) anormais (desequilibrados). [6]

A formação de mais de um embrião deve-se à fertilização de mais de um óvulo. A razão exata para o nascimento de fetos não-humanos e de formas humanas anormais ainda é objeto de investigação.

Rajodarśana (menstruação) [7]

मासि मासि रजः स्त्रीणां रसजं स्रवति त्र्यहम् ।

वत्सराद्द्वादशादूर्ध्वं याति पञ्चाशतः क्षयम् ॥ ७ ॥

Nas mulheres, o *rajas* (sangue menstrual) que é produto de *rasa* (o primeiro *dhātu*) flui do corpo por três dias, todos os meses, após a idade de doze anos e sofre redução por volta dos cinquenta anos. [7]

A liberação de uma pequena quantidade de sangue através da vagina é conhecida por menstruação. Começa por volta dos doze aos quinze anos de idade nas meninas e anuncia o início do período de procriação. Ocorre geralmente em intervalos

de 28 dias, regularmente. Não ocorre durante a gestação e no período de lactação. Após estes períodos recomeça e continua até a idade de 45 a 48 anos, sendo que depois torna-se irregular e finalmente o fluxo é interrompido por volta dos 50 a 52 anos de idade. O período de fluxo é geralmente de três dias mas as variações são comuns.

पूर्णषोडशवर्षा स्त्री पूर्णविशेन सङ्गता ।
शुद्धे गर्भाशये मार्गे रक्ते शुक्रेऽनिले हृदि ॥ ८ ॥
वीर्यवन्तं सुतं सूते

A mulher que completou dezesseis anos de idade, acasalando-se com um homem que completou vinte anos, estando o útero, os canais, o sangue (menstrual), o sêmen, *anila (vāta)* e *hrdaya* (a mente, neste contexto) todos puros (não desequilibrados), dá origem a um filho corajoso. [8]

ततो न्यूनाब्दयोः पुनः ।
रोग्यल्पायुरधन्यो वा गर्भो भवति नैव वा ॥ ९ ॥

Por outro lado, se a idade for menor, o descendente será fraco, não terá vida longa, terá natureza não auspiciosa ou pode não haver formação de um feto. [9]

A idade inferior refere-se tanto ao homem quanto à mulher, assim como debilidade, falta de longevidade e natureza auspiciosa aplica-se tanto ao feto como à criança vindoura.

Vikṛta śukra ārtava (anormalidades do sêmen e do óvulo) [10-12.1]

वातादिकुणपग्रन्थिपूयक्षीणमलाह्वयम् ।
बीजासमर्थं रेतोस्त्रम् स्वलिङ्गैर्दोषजं वदेत् ॥१०॥
रक्तेन कुणपं, श्लेष्मवाताभ्यां ग्रन्थिसन्निभम् ।
पूयाभं रक्तपित्ताभ्यां, क्षीणं मारुतपित्ततः ॥११॥
कृच्छ्राण्येतान्यसाध्यं तु त्रिदोषं मूत्रविट्प्रभम् ।

Retas (sêmen) e *asra* (sangue menstrual) que se apresentam desequilibrados por *vāta*, etc. (*pitta* e *kapha*), que possuem odor de corpo morto, que adquirem forma de bolas (massas, pílulas), que se assemelham a pus, que estão reduzidos em quantidade, cujo odor se assemelha ao de resíduos (*mūtra* ou urina) e *purīsa* (fezes) são incapazes de produzir um embrião.

Eles são denominados *dosaja* (desequilibrados pelos *doshas*) quando são encontradas características específicas de cada *dosha*; são denominados *kunapa* (que possuem odor cadavérico) quando desequilibrados por *rakta* (sangue); são conhecidos como *granthi* (semelhantes a pequenas bolas), quando desequilibrados por *ślesman* (*kapha*) e *vāta* simultaneamente; como *pūyābha* (semelhante ao pus) quando desequilibrado por *rakta* (sangue) e *pitta* simultaneamente; como *ksīna* (diminuídos) quando desequilibrados por *māruta* (*vāta*) e *pitta* simultaneamente. Todos estes distúrbios são difíceis (de purificar); aqueles desequilibrados por todos os três *doshas* simultaneamente e aqueles que apresentam o aspecto de urina e fezes são impossíveis (de purificar). [10-12.1]

Śuddhikrama (métodos de purificação) [12.2-16]

कुर्याद्घ्रातादिभिर्दुष्टे स्वौषधम् कुणपे पुनः ॥१२॥
 धातकीपुष्पखदिरदाडिमार्जुनसाधितम् ।
 पाययेत्सर्पिरथवा विपक्वमसनादिभिः ॥१३॥
 पलाशभस्माश्मभिदा ग्रन्थ्याभे पूयरेतसि ।
 परुषकवटादिभ्याम् क्षीणे शुक्रकरी क्रिया ॥१४॥
 संशुद्धो विट्प्रभे सर्पिर्हिङ्गुसेन्यादिसाधितम् ।
 पिबेत् ग्रन्थ्यार्तवे पाठान्योषवृक्षकजं जलम् ॥१५॥
 पेयं कुणपपूयास्त्रे चन्दनं वक्ष्यते तु यत् ।
 गुह्यरोगे च तत्सर्वं कार्यं सोत्तरवस्तिकम् ॥१६॥

Aqueles desequilibrados por *vāta* e pelos outros (dois *doshas*) devem ser tratados com drogas apropriadas; aqueles que possuem odor cadavérico, devem ser tratados através de ingestão de *ghee* medicinal processado com *dhātakīpuspa*, *khadira*, *dādima* e *arjuna* ou com as drogas do grupo *asanādi* (ver *Sūtra* XV); aqueles que se assemelham a pequenas bolas (devem ser tratados com *ghee* medicinal) processado com cinzas de *palāśa* e *asmabheda*; o sêmen que se assemelha ao pus, com *ghee* medicinal processado com *parūsaka* e *vata*; a redução de sêmen, com terapias (e drogas) que estimulam a produção de sêmen; o sêmen que apresenta aspecto de fezes deve ser tratado com a ingestão de *ghee* medicinal processado com *hingu*, *sevyā*, etc., após a administração de terapias de purificação.

No caso em que o sangue menstrual apresenta aspecto semelhante a pequenas bolas, a mulher deve ser tratada com a decocção de *pāthā*, *vyosa* e *vrksaka*; no caso em que o sangue menstrual apresenta odor cadavérico ou pus, a decocção

de *candana* deve ser administrada para beber, assim como todas as terapias, incluindo *uttarabasti* (ducha vaginal), prescritas para doenças venéreas, que serão descritas posteriormente (em *Uttara XXXIV*). [12.2-16]

Śuddha śukra ārtava laksana (sêmen e óvulo normais) [17-18.1]

शुक्रं शुक्लं गुरु स्निग्धं मधुरं बहलं बहु ।
घृतमाक्षिकतैलाभं सद्गर्भाय आर्तवं पुनः ॥१७॥
लाक्षारसशशास्त्राभं धौतं यच्च विरज्यते ।

O *śukra* (sêmen) que é branco na coloração, pesado, oleoso, doce, espesso, em grande quantidade, semelhante ao *ghee*, ao mel ou ao óleo (de gergelim) é saudável para produzir um embrião. O *ārtava* (sangue menstrual) que assemelha-se ao suco da laca ou ao sangue de coelho e que não mancha a roupa após a lavagem (é saudável para produzir o embrião). [17-18.1]

A quantidade de sêmen por ejaculação é de cerca de 3 ml. O número de espermatozoides por ml. de sêmen varia de 25.000.000 a 225.000.000, com uma média de 60.000.000. Não é a quantidade de sêmen que importa para a formação do embrião, mas o número e a agilidade do espermatozoide. Uma contagem inferior a 25.000.000 de espermatozoides não leva à concepção. A quantidade de sangue menstrual varia de umas poucas gotas a cerca de 10 ml. por dia, é vermelho escuro e geralmente não apresenta coágulos, a roupa manchada por ele torna-se limpa após a lavagem.

शुद्धशुक्रार्तवं स्वस्थं संरक्तं मिथुनं मिथः ॥१८॥
स्त्रैः पुंसवनैः स्निग्धं शुद्धं शीलितवस्तिष्कम् ।
नरं विशेषात्क्षीराज्यैर्मधुरौषधसंस्कृतैः ॥१९॥
नारीं तैलेन माषैश्च पित्तलैः समुपाचरेत् ।

O homem e a mulher que possuem *śukra* (sêmen) e *ārtava* (sangue menstrual) puros, respectivamente, que são saudáveis, que estão apaixonados um pelo outro, que se dedicam ao *pumsavana* (coisas que ajudam a conceber uma criança do sexo masculino), que se submetem à oleação e às terapias de purificação e que se submetem aos enemas (que estão sendo bem nutridos,) o homem, especialmente, com o uso de leite e *ghee* processado com drogas de sabor doce e a mulher com o uso de óleo (de gergelim), *māsa* (*Phaseolus mungo*) e outras coisas (drogas, condutas, etc.) que aumentem *pitta*. [18.2-20.1]

Rtumatī laksana (características da mulher menstruada) [20.2-23.1]

क्षामप्रसन्नवदनां स्फुरच्छ्रोणिपयोधराम् ॥२०॥
 स्रस्ताक्षिकुक्षि पुंस्कामां विद्यादतुमतीं स्त्रियम् ।

A mulher cuja face está cansada (levemente edemaciada), mas agradável (calma); com pelve e mamas levemente palpitantes, olhos e abdome ligeiramente baixos (caídos) e que deseja um homem (para companhia e relacionamento sexual) deve ser identificada como um mulher menstruada. [20.2-21.1]

पद्मं सङ्कोचमायाति दिनेऽतीते यथा, तथा ॥२१॥
 ऋतावतीते योनिः, सा शुक्रं नातः प्रतीच्छति ।

Assim como o lótus se fecha no final do dia, o mesmo ocorre com *yoni* (o útero, o trato vaginal) após o *rtu kāla* (o período adequado para a concepção); passado este período ele não será receptivo ao *śukra* (sêmen). [21.2-22.1]

O período de doze dias começando com o primeiro dia da menstruação é conhecido como *rtu kāla* ou período adequado para a concepção ou período fértil.

मासेनोपचितं रक्तं घमनीभ्यामृतौ पुनः ॥२२॥
 ईषत्कृष्णं विगन्धं च वायुर्योनिमुखाद्भुदेत् ।

O sangue acumulado (no interior do útero) durante o mês, que é levemente preto e de odor incomum, trazido pelos *dhamanīs* (artérias) durante o *rtu* (período menstrual) é expelido por *vāyu* (*vāta*) através da abertura presente no *yoni* (útero e trato vaginal). [22.2-23.1]

Rtumatī caryā (regime para a mulher menstruada) [23.2-25.1]

ततः पुष्पेक्षणादेव कल्याणध्यायिनी त्र्यहम् ॥२३॥
 मृजालङ्काररहिता दर्भसंस्तरशायिनी ।
 क्षैरेयं यावकं स्तोकं कोष्ठशोधनकर्षणम् ॥२४॥
 पर्ण शरावे हस्ते वा भुञ्जीत ब्रह्मचारिणी ।

A partir do momento em que aparece o fluxo menstrual, durante três dias, a mulher deve guardar no coração apenas bons pensamentos, evitar o banho e os

enfeites, deve dormir em colchão feito com a erva *darbha*, ingerir pequena quantidade de alimentos preparados com leite e cevada pequena, segurando-os (os alimentos) em uma folha, em prato de barro ou com as mãos, de forma a purificar o trato alimentar e tornar-se mais magra (ligeiramente emagrecida). Ela também deve observar o celibato (evitar as relações sexuais) [23.2-25.1]

चतुर्थेऽह्नि ततः स्नाता शुक्लमाल्याम्बरा शुचिः ॥२५॥
इच्छन्ती भर्तृसदृशं पुत्रं पश्येत्पुरः पतिम् ।

No quarto dia, ela deve banhar-se, vestir uma roupa branca e enfeites, permanecer limpa e ver seu marido primeiro e manter no coração o desejo por um filho semelhante ao seu marido. [25.2-26.1]

Rtu kāla (período adequado para a concepção) [26.2-27.1]

ऋतुस्तु द्वादश निशाः पूर्वास्तिस्रोऽत्र निन्दिताः ॥२६॥
एकादशी च, युग्मासु स्यात्पुत्रोऽन्यासु कन्यका ।

Rtu (período fértil) compreende doze noites (dia e noite); os primeiros três dias deste período não são auspiciosos, assim como o décimo-primeiro dia; a relação sexual nos dias pares leva ao nascimento de um menino e nos demais dias (ímpares) a uma menina. [26.2-27.1]

Garbhādāna (cerimônia relacionada com a concepção) [27.2-33]

उपाध्यायोऽथ पुत्रीयं कुर्वीत विधिवद्विधिम् ॥२७॥
नमस्कारपरायास्तु शूद्राया मन्त्रवर्जितम् ।
अवन्ध्य एवं संयोगः स्यादपत्यं च कामतः ॥२८॥

O sacerdote deve realizar o ritual para geração de um menino de acordo com o procedimento prescrito (para pessoas de castas superiores) e para *sūdras* (pessoas das castas mais baixas) fazendo-os saudar os deuses, sem expressar os hinos sagrados; com este ritual, ela (a relação sexual) não será infrutífera e o casal gerará um menino conforme seu desejo. [27.2-28]

सन्तो ह्याहुरपत्यार्थं दम्पत्योः सङ्गतिं रहः ।
दुरपत्यं कुलाङ्गारो गोत्रे जातं महत्यपि ॥२९॥

Homens sábios dizem que para gerar um (bom) descendente, o casal deve realizar a relação sexual quando estão a sós (em um local recluso, livre da perturbação por outras pessoas). Um mau descendente, apesar de uma linhagem reputada é como o fogo para a família. [29]

इच्छेतां यादृशं पुत्रं तद्रूपचरितांश्च तौ ।
चिन्तयेतां जनपदांस्तेदाचारपरिच्छदौ ॥३०॥

Não importa qual tipo de filho (na coloração, aparência, conduta, etc.) que os pais desejem, eles devem pensar sempre (manter seu coração) na forma e nas realizações (saúde, riqueza, reputação, etc.) de pessoas que possuem estas (qualidades) e conduzir-se de acordo com as mesmas. [30]

कर्मान्ते च पुमान् सर्पिः क्षीरशाल्योदनाशितः ।
प्राग्दक्षिणेन पादेन शय्यां मौहूर्तिकाक्षया ॥३१॥
आरोहेत् स्त्री तु वामेन तस्य दक्षिणपार्श्वतः ।
तैलमाषोत्तराहारा तत्र मन्त्रं प्रयोजयेत् ॥३२॥

Após o fim da cerimônia (do ritual de geração de um descendente masculino) o homem, que ingeriu o alimento composto de *ghee*, leite e arroz fervido, deve subir na cama, colocando seu pé direito em primeiro lugar, em um momento auspicioso; a mulher deve subir depois, com seu pé esquerdo primeiro, do lado direito (de seu marido), após ingerir alimento composto principalmente de óleo (de gergelim) e *māsa* (*Phaseolus mungo*). Depois o seguinte hino deve ser recitado (pelo marido). [31-323]

ॐआहिरसि आयुरसि सर्वतः प्रतिष्ठासि धाता त्वां
दधातु विधाता त्वां दधातु ब्रह्मवर्चसा भवेति ।
ब्रह्मा बृहस्पतिर्विष्णुः सोमः सूर्यस्तथाऽश्विनौ ।
भगोऽथ मित्रावरुणौ वीरं ददतु मे सुतम् ॥३३॥

“Oh, Senhor, você que é o alcoviteiro, você que é a vida, você que está presente em todos os lugares, que Dhātā possa conceder-me (a bênção), que Vidhātā possa conceder-me os *brahmavarcas* (o brilho divino), que Brahman, Brhaspati, Visnu, Soma, Sūrya, os gêmeos Ásvins, Bhaga, Mitra e Varuna possam me conceder um filho valoroso”. [33]

Maithuna (relação sexual) [34-35.1]

सान्त्वयित्वा ततोऽन्योन्यं संविशेतां मुदान्वितौ ।
 उत्ताना तन्मना योषित्तिष्ठेदङ्गैः सुसंस्थितैः ॥३४॥
 तथा हि बीजं गृह्णाति दोषैः स्वस्थानमास्थितैः ।

Depois, o casal deve se entregar à relação sexual, satisfazendo um ao outro com jogos de amor e mantendo-se alegres. A mulher deve deitar-se com sua face para cima, atenta (com a intenção de receber a semente masculina) e mantendo as partes do seu corpo (especialmente a região genital) bem posicionadas (em uma posição conveniente e adequada). Em tal estado, quando os *doshas* estiverem em seus sítios normais, ela pode receber a semente masculina. [34-35.1]

Grhīta garbha laksana (sinais de concepção) [35.2-36]

लिङ्गं तु सद्योगर्भाया योन्या बीजस्य सङ्ग्रहः ॥३५॥
 तृप्तिर्गुरुत्वं स्फुरणं शुक्रास्त्राननुबन्धनम् ।
 हृदयस्पन्दनं तन्द्रा तृङ्गलानिलोमहर्षणम् ॥३६॥

Os sinais de que houve concepção são a implantação da semente no *yoni* (útero e trato vaginal), uma sensação de contentamento, de peso e de palpitações (no abdome inferior e no trato vaginal), interrupção do fluxo de sêmen e sangue (menstrual), palpitação no coração, torpor, sede, fadiga e arrepios. [35.2-36]

Pumsavana vidhi (métodos para gerar um descendente masculino) [37-42]

अव्यक्तः प्रथमे मासि सप्ताहात्कललीभवेत् ।
 गर्भः पुंसवनान्यत्र पूर्वं व्यक्तेः प्रयोजयेत् ॥३७॥
 बली पुरुषकारो हि दैवमप्यतिवर्तते ।

No primeiro mês, durante os primeiros sete dias, o embrião tem o aspecto de *kalala* (massa gelatinosa) e não está manifestado (não apresenta determinação de sexo); portanto, o *pumsavana* (método para gerar um descendente masculino) deve ser feito antes da manifestação (da diferenciação sexual), porque uma poderosa (potente) *purusakāra* (uma ação da vida presente) pode dominar até mesmo o *daiva* (o efeito das ações das vidas anteriores). [37-38.1]

De acordo com a filosofia indiana, para nascer, a alma penetra no útero de uma espécie em particular e a determinação do sexo e outras qualidades do embrião, etc. são resultantes dos efeitos das ações de suas vidas anteriores. Eles são, sem dúvida nenhuma, poderosos. Mas algumas vezes, os efeitos de algumas atividades da vida presente, realizadas adequadamente e no momento apropriado, podem se tornar mais poderosas que os efeitos das ações de vidas anteriores. Por esta razão está recomendada nos versos acima a realização dos rituais *pumsavana* antes da determinação do sexo do embrião; uma vez que a diferenciação sexual torna-se patente (após sete dias da concepção), é impossível alterá-la e os rituais *pumsavana* realizados posteriormente serão inúteis.

पुष्ये पुरुषकं हैमं राजतं वाऽथवाऽऽयसम् ॥३८॥
कृत्वाऽग्निवर्णं निर्वाप्य क्षीरे तस्याञ्जलिं पिबेत् ।

Uma pequena imagem (ícone) de um homem, feito de ouro, prata ou mesmo de ferro, deve ser aquecida até adquirir coloração vermelha e depois deve ser mergulhada no leite; um *añjali* (cerca de 75 ml.) deste leite deve ser consumido durante a constelação *pusya*. [38.2-39.1]

गौरदण्डमपामार्गं जीवकर्षभसैर्यकान् ॥३९॥
पिबेत्पुष्ये जले पिष्टानेकद्वित्रिसमस्तशः ।

Gaura danda, *apāmārga*, *jīvaka*, *rsabhaka* e *sairyaka*, individualmente ou combinados, dois, três ou todos juntos, devem ser transformados em uma pasta agradável com água e consumida durante a constelação *pusya*. [39.2-40.1]

क्षीरेण श्वेतबृहतीमूलं नासापुटे स्वयम् ॥४०॥
पुत्रार्थं दक्षिणे सिञ्चेद्दामे दुहित्वाञ्छया ।

A própria mulher deve instilar gotas de suco de raízes de *brhati* feito com leite em sua narina direita se ela desejar um menino e em sua narina esquerda se ela desejar uma menina. [40.2-41.1]

पयसा लक्ष्मणामूलं पुत्रोत्पादस्थितिप्रदम् ॥४१॥
नासयाऽऽस्येन वा पीतं वटशुक्लाष्टकं तथा ।
ओषधीर्जीवनीयाश्च बाह्यान्तरुपयोजयेत् ॥४२॥