

Carakasamhitā Cikitsāsthāna

Rasāyanapāda

Parte quarta

Athāta āyurvedasamutthānīyaṃ rasāyanapādaṃ vyākhyāsyāmaḥ /1/

Iti ha smāha bhagavānātreyaḥ /2/

«Ora esporrò l'ultimo quarto del capitolo sulla terapia ringiovanente, che tratta de “Il risveglio dell’*āyurveda*”». ¹

Così disse il Signore Ātreya.

Ṛṣayaḥ khalu kadācicchālīnā yāyāvarāśca grāmyauśadhyāhāraḥ santaḥ saṃpannikā mandaceṣṭā nātikalyāśca prāyeṇa babhūvuḥ /

Ci fu un tempo in cui i veggenti, sia quelli residenti in un posto fisso che quelli itineranti, facevano uso di erbe e cibi domestici ed erano generalmente delicati, poco attivi e non molto sani.²

Te sarvāsāmitikartavyatānāmasamarthāḥ santo grāmyavāsakṛtamātma-doṣaṃ matvā pūrvanivāsamapagatagrāmyadoṣaṃ śivaṃ puṇyamudāraṃ medhyamagamya masukṛtibhirgaṅgāprabhavamamaragandharva-kinnarānucaritamane karatnanicayamacintyādbhutaprabhāvaṃ brahmaṛṣisiddhacāraṇānucaritaṃ divyatīrthauśadhiprabhavamatiśaraṇyaṃ himavantamamarādhipatiguptaṃ jagmurbhṛgvaṅgiro’trivasiṣṭha-kaśyapāgastyavāmadevāsitagautamaprabhṛtayo maharṣayaḥ /3/

Non essendo più in grado di far fronte a tutti i loro doveri e avendo considerato che il fatto di vivere nei villaggi era la causa dei loro problemi, i grandi veggenti quali Bhṛgu, Aṅgiras, Atri, Vasiṣṭha, Kaśyapa, Agastya, Vāmadeva, Asita e Gautama³ fecero ritorno alla loro precedente dimora, l’Himalaya, privo dei difetti del vivere domestico, propizio, santo, elevato, puro, inaccessibile ai malvagi, sorgente della Gaṅgā, visitato da dèi, *gandharva* e *kinnara*,⁴ scrigno di molti gioielli, dotato di inconcepibili miracolose qualità, frequentato da veggenti divini, esseri realizzati e asceti itineranti, sorgente di luoghi da bagno divini e di piante divine, rifugio per eccellenza, protetto dal Signore degli immortali.

Tān indraḥ sahasradṛgamaragururabravīt svagātaṃ brahma vidāṃ jñānatapodhanānāṃ brahmaṛṣiṇām / asti nanu vo glāniraprabhāvatvaṃ vaisvaryaṃ vaivarṇyaṃ ca

¹ Il termine *samutthāna* (*sam+ut+sthā+ana*) indica l’azione di “levarsi”, “manifestarsi”, “emergere”. In nessun caso, però, lo si può associare con un’idea d’inizio, dopo che l’autore ha proclamato l’eternità dell’*āyurveda* in Sūt. 30.27. Di qui la necessità di una traduzione quale “risveglio”, che sottolinea la preesistenza dell’*āyurveda*, pur se quiescente, rispetto al momento della manifestazione.

² Di qui e fino al verso 5 il testo presenta un mito di origine dell’*āyurveda* che fa il paio con quello, più elaborato, che apre il trattato (CS.Sūt. 1.3-40). I due miti presentano molti punti in comune ma anche diverse differenze. Nel mito narrato nel presente capitolo, per esempio, i veggenti si rivolgono a Indra perché malati essi stessi, mentre nell’altro erano spinti dalla pietà per il genere umano sofferente. Nel mito precedente, inoltre, non era presente alcuna critica nei confronti del vivere sociale.

³ Commentando sull’altro mito d’origine, Cakrapāṇi rileva che “la recitazione (dei nomi) di molti saggi all’inizio del trattato serve a ridurre le colpe e mostra l’utilità di seguire l’*āyurveda* cui sono dedite grandi anime di tal caratura”. (ĀD su CS.Sūt. 1.13)

⁴ *Gandharva* e *kinnara* sono divinità di livello intermedio, inclini ai piaceri. Essi svolgono in prevalenza la funzione di musicisti celesti.

**grāmyavāsakṛtam asukhamasukhānubandhaṃ ca grāmyo hi vāsomūlamaśastānām tatkr̥taḥ
puṇyākṛdbhīranugrahaḥ prajānām svaśarīramavekṣitum kālāḥ
kālaścāyamāyurvedopadeśasya brahmaṣṣīṇām**

Indra dai mille occhi,⁵ il maestro degli immortali, così si rivolse a loro:

«Benvenuti o divini veggenti, conoscitori dell'assoluto, tesori di conoscenza e di ardore ascetico. Certo, come risultato del dimorare nei villaggi siete deboli, avete perso energia, voce e colorito, soffrite di malattie e delle conseguenze di quelle. La vita di villaggio infatti è causa di mali. Voi avete agito virtuosamente in favore delle creature. Ora è giunto il momento di prendervi cura del vostro proprio corpo ed è il tempo, per voi veggenti divini, dell'insegnamento dell'*āyurveda*.

**ātmanaḥ prajānām cānugrahārtham āyurvedamaśvinau mahyaṃ prāyacchatām
prajāpatiraśvibhyām prajāpataye brahmā
prajānāmalpamāyurjarāvyādhibahulamasukhamasukhānubandhamalpatvād-
alpatapodamaniya madānādhyayanasaṃcayaṃ matvā puṇyatamamāyuhprakarṣakaraṃ
jarāvyādhipraśamanamūrjaskaramamṛtaṃ śivaṃ śaraṇyamudāraṃ bhavanto mattaḥ
śrotumarhatāthopadhārayitum prakāśayitum ca prajānugrahārthamārṣaṃ brahma ca prati
maitrīm karuṇyamātmanaścānuttamaṃ puṇyamudāraṃ brāhmamakṣayaṃ karmeti /4/**

Per il beneficio mio e delle creature l'*āyurveda* mi è stato trasmesso dagli Aśvin, che l'avevano ottenuto da Prajāpati, il quale a sua volta l'aveva ricevuto da Brahmā.⁶

La vita degli uomini è breve, decadenza senile e disordini sono comuni, come pure malattie e conseguenze delle malattie. A causa della brevità (della vita) l'accumulo (di meriti conseguenti) all'ascesi, alla disciplina, alle osservanze spirituali, ai doni generosi e allo studio è limitato. Ciò considerato, per il benessere delle creature voi dovrete, spinti da amichevolezza e compassione, ascoltare da me, comprendere ed esporre questa conoscenza divina, che è la più sacra, che accresce la durata della vita, che allevia senilità e malattie, che dona vigore, che è ambrosia ed è benevola, salvatrice e nobile.⁷ Questo è per voi il compito più alto, sacro, nobile, divino e immortale».

**Taccrutvā vibudhapativacanamṛṣayaḥ sarva evāmaravaramṛgbhistuṣṭuvuḥ prahr̥ṣṭāśca
tadvacanamabhīnananduśceti /5/**

Ascoltato il discorso del Signore degli dèi, i veggenti all'unisono lodarono con inni il più alto tra gli immortali e, deliziati, approvarono le sue parole.

**Athendrastadāyurvedāmṛtamṛṣibhyaḥ saṃkramyovaca etat sarvamanuṣṭheyamayaṃ ca
śivaḥ kālo rasāyanānām divyāścauśadhayo himavatprabhavāḥ prāptavīryāḥ**

Allora Indra, trasmesso il nettare dell'*āyurveda* ai veggenti, disse: «Ora tutto ciò va messo in

⁵ Indra è il dio guerriero (analogo al greco Zeus) che governa il paradiso. I suoi mille occhi potrebbero essere le stelle oppure le mille fiamme del suo fulmine.

⁶ Questa è la sequenza della trasmissione celeste dell'*āyurveda*, presentata in modo analogo ma non identico da Suśruta. Nella tradizione vedica più antica il ruolo del dio creatore era svolto in prevalenza da Prajāpati, il cui nome significa "Signore delle creature". Solo successivamente la funzione generatrice venne attribuita a una nuova figura, quella del dio Brahmā, personificazione dell'assoluto impersonale (*brahman*). L'*āyurveda* testimonia di questo passaggio di consegne e incorpora nel proprio mito entrambi gli dèi, Prajāpati e Brahmā, ponendo quest'ultimo al primo posto. Prajāpati comincia ad essere un dio sbiadito e ci si trova ormai prossimi alla nascita della classica *trimūrti* costituita da Brahmā, Viṣṇu e Śiva. Sul tema della relazione tra Prajāpati e Brahmā si può leggere la monografia di Gonda dedicata a Prajāpati. Gli Aśvin sono i due medici celesti (si vedano i versi 39-51).

⁷ *Maitrī*, "amichevolezza", e *karuṇā*, "compassione", costituiscono una diade terminologica tipica dei mondi del buddismo e dello yoga. La si ritrova ad esempio in YS. 1.33. Filliozat ha dedicato ai due termini e al tema più generale della carità nel mondo indiano un saggio entrato poi a far parte della raccolta poi pubblicata con il titolo di "*Religion, Philosophy, Yoga*". Egli scrive tra l'altro (p.7): "*Maitrī è un sentimento d'affetto o di benevolenza provato verso tutti gli esseri incondizionatamente, per tutti gli esseri dotati di sensibilità e che non si trovano in una condizione di sofferenza – perché la sofferenza provoca un sentimento di pietà o karuṇā. Karuṇā è dunque un'espressione specifica del precedente (sentimento). Idealmente, la maitrī è rappresentata principalmente dall'affetto di un padre o di una madre verso il loro figlio, e può fluire da un essere superiore verso esseri inferiori*" (mia traduzione).

pratica. Questo è il tempo favorevole per le medicine ringiovanenti perché le piante celestiali che crescono sull'Himalaya hanno maturato la loro potenza».

**tadyathā aindrī brahmī payasyā kṣīrapuṣpī śrāvaṇī mahāśrāvaṇī śatāvarī vidārī jīvantī
punarṇavā nāgabalā sthirā vacā chatrā aticchatrā medā mahāmedā jīvanīyāścānyāḥ payasā
prayuktāḥ ṣaṇmāsāt paramāyurvayaśca taruṇamanāmayatvaṃ
svaravarṇasampadamupacayaṃ medhāṃ smṛtimuttamabalamiṣṭaṃscāparān
bhāvānāvahanti siddhāḥ /6/**

Aindrī, brahmī, payasyā, kṣīrapuṣpī, śrāvaṇī, mahāśrāvaṇī, śatāvarī, vidārī, jīvantī, punarṇavā, nāgabalā, sthirā, vacā, chatrā, aticchatrā, medā, mahāmedā e altre piante vitalizzanti, assunte con il latte, conferiranno con certezza dopo sei mesi estrema longevità, giovinezza, immunità dalle malattie, eccellenza di voce e di carnagione, robustezza, intelligenza, memoria e forza straordinaria, e produrranno inoltre altri effetti desiderabili.

(Itīndroktam rasāyanam)

(Questo è il ringiovanente descritto da Indra).

**Brahmasuvarcalā nāmauṣadhiryā hiraṇyakṣīrā puṣkarasadrśapatrā ādityaparṇī
nāmauṣadhiryā sūryakāntā iti vijñāyate suvarṇakṣīrā sūryamaṇḍalākārapuṣpā ca
nārīnāmauṣadhiḥ aśvabalā iti vijñāyate yā balvajasadrśapatrā kāṣṭhagodhā
nāmauṣadhirgodhākārā sarpānāmauṣadhirsarpākārā somo nāmauṣadhirājāḥ
pañcadaśparvā sa soma iva hiyate vardhate ca padmā nāmauṣadhiḥ padmākārā
padmaraktā padmāgandhā ca ajā nāmauṣadhiḥ ajaśṛṅgī iti vijñāyate nīlā nāmauṣadhistu
nīlakṣīrā nīlapuṣpā latāpratānabahuleti āsāmoṣadhīnāṃ yāṃ yāmevopalabheta tasyāstasyāḥ
svarasasya sauhityaṃ gatvā snehabhāvitāyāṃ ārdrapalāśadroṇyāṃ sa pidhānāyāṃ digvāsāḥ
śayīta tatra pralīyate ṣaṇmāsena punaḥ sambhavati tasyājaṃ payaḥ pratyavasthāpanaṃ
ṣaṇmāsena devatānukārī bhavati vayovarṇasvarākṛtibalaprabhābhiḥ svayaṃ cāsya
sarvavāco gatāni prādurbhavanti divyaṃ cāsya cakṣuḥ śrotraṃ ca bhavati
gatiryojanasahasraṃ daśavarṇasahasraṇyāyur-anupadravaṃ ceti /7/**

Brahmasuvarcalā è la pianta con lattice dorato e foglie come quelle di *puṣkara*; *ādityaparṇī* è la pianta nota come “*sūryakāntā*”, con lattice dorato e fiori a forma del disco solare; *nārī* è la pianta nota come “*aśvabalā*”, con foglie come quelle di *balvaja*; *kāṣṭhagodhā* è la pianta che rassomiglia a un iguana; *sarpā* è la pianta che rassomiglia a un serpente; *soma* è il re delle piante, con quindici nodi, che decresce e cresce come la luna;⁸ *padmā* è la pianta che rassomiglia a un loto, dal colore e dal profumo del loto; *ajā* è la pianta nota come “*ajaśṛṅgī*”; *nīlā* è la pianta con lattice e fiori blu ed è un rampicante con una gran quantità di ramificazioni.

Tra queste piante andrebbero raccolte quelle che sono disponibili e il loro succo andrebbe consumato a sazieta. Poi la persona dovrà riposare nuda in un giaciglio coperto fatto di legno fresco di *palāśa* e spalmato di grasso. Lì sparirà per riapparire dopo sei mesi, dopodiché andrà nutrita con latte di capra. In quei sei mesi la persona diviene simile a un dio per giovinezza, colorito, voce, aspetto, forza e luminosità. Tutto ciò che dice si avvera spontaneamente. La sua vista ed il suo udito divengono divini. Un tale individuo può camminare per mille *yojana* e può vivere per diecimila anni senza difficoltà.⁹

⁸ All'impiego del *soma* come pianta ringiovanente è dedicato nella *Suśrutasaṃhitā* l'intero capitolo 29 del *Cikitsāsthāna*. *Soma* è una pianta semi-mitica celebrata dal *Rgveda* per via del suo succo inebriante che viene bevuto dai sacerdoti durante i riti solenni. Nel panorama delle piante divine *soma* è l'unico a portare un nome maschile. Non a caso è detto essere *ośadhirājan*, “re delle piante medicinali”. La società delle piante medicinali, come ogni società, deve avere un re, in questo caso *soma*, e il re deve avere delle spose, in questo caso le piante medicinali. Si tratta di un modello socio-cosmico applicabile a molte realtà: nel cielo notturno, per esempio, la luna è il re e le stelle sono le sue spose.

⁹ L'intera procedura risulta alquanto straordinaria a partire dalle piante impiegate, nessuna delle quali è identificabile, per non parlare poi degli effetti mirabolanti della terapia stessa. Una procedura simile e ancor più drammatica è descritta da Suśruta nel capitolo 29 del *Cikitsāsthāna*. Lì la persona perde unghie, denti, capelli e pelle per riemergere poi dalla

Bhavanti cātra

**divyānāmoṣadhīnām yaḥ prabhāvaḥ sa bhavadvidhaiḥ / śakyāḥ soḍhumaśakyastu syāt
soḍhumakṛtātmabhiḥ /8/**

**Oṣadhīnām prabhāveṇa tiṣṭhatām sve ca karmaṇi / bhavatām nikhilam śreyaḥ
sarvamevopapatsyate /9/**

**Vānaprasthairgṛhasthaiśca prayatairniyatātmabhiḥ / śakyā oṣadhayo hyetāḥ sevituṃ
viṣayābhijāḥ /10/**

Qui ecco (dei versi):

La potenza delle piante divine può essere tollerata solo da persone come voi; coloro che hanno uno spirito non disciplinato non possono reggerla. Grazie al potere di quelle piante voi che siete impegnati nel vostro compito otterrete in modo completo tutti i risultati migliori. Anche i *vānaprastha* e i *gṛhastha* che hanno lo spirito puro e disciplinato sono in grado di usare le piante che crescono in questa regione.¹⁰

**Yāstu kṣetraguṇaisteṣām madhyamena ca karmaṇā / mṛdovīryatarāstāsām vidhirjñeyaḥ sa
eva tu /11/**

Per queste ultime persone la potenza di quelle piante può risultare più blanda, a causa delle proprietà del terreno e a causa di un'azione di grado medio. Il metodo d'impiego è comunque il medesimo.

**Paryeṣtuṃ tāḥ prayoktuṃ vā ye'samarthāḥ sukhārthinaḥ / rasāyanavidhisteṣāmayamanyāḥ
praśasyate /12/**

**Balyānām jīvanīyānām br̥mhaṇīyāśca yā daśa / vayasāḥ sthāpanānām ca khadirasyāsanasya
ca /13/**

**Kharjūrānām madhūkānām mustānām utpalasya ca / mṛdvīkānām viḍaṅgānām
vacāyāścitrakasya ca /14/**

**Śatāvaryāḥ payasyāyāḥ pippalyā joṅgakasya ca / ṛddhyā nāgabalāyāśca dvāradāyā dhavasya
ca /15/**

**Triphalā kaṇṭakāryośca vidāryāścandanasya ca / ikṣūṇām śaramūlānām śrīparṇyāstinīśasya
ca /16/**

**Rasāḥ pṛthak pṛthaggrāhyāḥ palāśakṣāra eva ca / eṣām palonmitān bhāgān payo gavyam
caturguṇam /17/**

**Dve pātre tilatālasya dve ca gavyasya sarpiṣaḥ / tat sādhyam sarvamekatra susiddham
sneham uddharet /18/**

**Tatrāmālakacūrṇānāmādhakam śatabhāvitam / svarasenaiva dātavyam
kṣaudrasyābhinavasya ca /19/**

terapia con un corpo completamente nuovo. Si fa fatica a credere che le descrizioni fatte dai testi ayurvedici siano effettivamente reali. Il periodo di sei mesi che la persona trascorre nuda ed incosciente prima di rinascere con una forma divina evoca i nove mesi della gravidanza, così come l'involucro protettivo all'interno del quale la persona giace somiglia a una camera gestazionale. L'alimentazione latte somministrata dopo il risveglio dalla catalessi, infine, ricorda il cibo del neonato.

¹⁰ Il testo fa qui un'apertura, estendendo la possibilità di praticare la terapia ringiovanente anche a persone diverse dai veggenti. Ovviamente, come dirà il verso successivo, gli effetti delle medicine potranno essere minori e variare in base al tipo d'individuo e alle caratteristiche del terreno di crescita delle piante. Il *gṛhastha*, "colui che risiede nella casa", è il brahmano sposato che attende alle attività e ai doveri di un capofamiglia e che vive una normale vita familiare generando dei figli. Quando nascono i nipoti e i capelli divengono grigi il *gṛhastha* può ritirarsi dalla vita sociale scegliendo di andare a vivere con la sua sposa in un luogo appartato nel bosco, al di fuori del villaggio. È così che egli diviene un *vānaprastha*, "colui che risiede nella foresta". Il *vānaprastha* mantiene vivo il focolare domestico e continua a eseguire i riti quotidiani, ma recide in gran parte i legami con il mondo, pur conservando il proprio *status* di brahmano. *Gṛhastha* è dunque l'uomo che vive nel mondo, *vānaprastha* è l'uomo che vive al limite di quel mondo da cui prenderà commiato in modo definitivo con l'entrata nella *sannyāsa*, la condizione di rinuncia completa che costituisce il quarto e ultimo stadio della vita.

Śarkarācūrṇapātram ca prasthamekaṃ pradāpayet / tugākṣīryāḥ sa pippalyāḥ sthāpyaṃ saṃmūrchitaṃ ca tat /20/

Sucaukṣe mārtike kumbhe māsārdhaṃ ghṛtabhāvite / mātrāmagnisamāṃ tasya tata ūrdhvaṃ prajoyayet /21/

Hematāmrpravālānāmayasaḥ sphaṭikasya ca / muktāvaidūryaśaṅkhānāṃ cūrṇānāṃ rajatasya ca /22/

Prakṣīpya ṣoḍaśiṃ mātrāṃ viḥāyāyāsamaithunam / jīrṇe jīrṇe ca bhuñjati ṣaṣṭikaṃ kṣīrasarpiṣā /23/

Le persone che desiderano gli agi non sono in grado di trovare o di utilizzare quelle piante. Per loro, pertanto, il metodo consigliato per la terapia ringiovanente è differente: bisogna prendere separatamente il succo delle dieci piante di ognuno dei gruppi rinforzante, rivitalizzante, irrobustente e ringiovanente,¹¹ più i succhi di *khadira*, *asana*, *kharjūra*, *madhuka*, *musta*, *utpala*, *mṛdvikā*, *viḍaṅga*, *vacā*, *citraka*, *śatāvarī*, *payasyā*, *pippalī*, *joṅgaka*, *ṛddhi*, *nāgabalā*, *dvāradā*, *dhava*, *triphalā*, *kaṅṭakārī*, *vidārī*, *candana* e *ikṣu*, il succo delle radici di *śara*, il succo di *śrīparnī* e di *tiniśa*. Di ognuno di quei succhi e delle ceneri alcaline di *palaśa* bisogna prendere la quantità di un *pala*. Il tutto va cotto insieme a una quantità quadrupla di latte di mucca e insieme a olio di sesamo e ghee di mucca, ognuno due *pātra*. La materia grassa ben cotta va poi filtrata.

A quella bisogna aggiungere un *ādhaka* di polvere di *āmalakī* impregnata cento volte nel suo proprio succo e la stessa quantità di miele fresco e di zucchero in cristalli. Poi bisogna aggiungere un *prastha* di manna di bambù e un *prastha* di *pippalī* e mescolare il tutto. La preparazione va conservata per metà mese in un recipiente di terra ben pulito e spalmato di ghee.

Di quella medicina bisogna assumere una dose confacente al fuoco digestivo, aggiungendo le polveri d'oro, rame, corallo, ferro, cristallo di rocca, perla, *vaidūrya*,¹² guscio di conchiglia e argento, nella quantità di un sedicesimo rispetto al resto. Il paziente deve evitare gli sforzi fisici e l'attività sessuale.¹³ Quando la medicina è digerita egli deve mangiare riso *ṣaṣṭika* con ghee estratto dal latte.

Sarvarogapraśamanam vṛṣyamāyūṣyamuttamam / sattvasmṛtīsarirāgni-buddhīndriyabalapradam /24/

Paramūrjaskaram caiva varṇasvarakaram tathā / viśālakṣmīpraśamanam sarvavācogatapradam /25/

Siddhārthatām cābhinavam vayaśca prajāpriyatvam ca yaśaśca loke / prajoyamicchadbhiridam yathāvadrasāyanam brāhmamudāravīryam /26/

Quella medicina ringiovanente allevia tutte le malattie, promuove la virilità, conferisce la massima durata di vita, dona forza alla mente, alla memoria, al fuoco corporeo, all'intelletto e ai sensi, eccelle nel promuovere il vigore, giova al colorito e alla voce, cura gli avvelenamenti e la sfortuna, fa sì che tutte le parole pronunciate si avverino. Essa, che è divina e di grande potenza, va usata nel modo corretto da coloro desiderano successo, giovinezza, popolarità tra le genti e prestigio nel mondo.

(*Itīndroktarasāyanamaparam*)

(Questo è l'altro ringiovanente descritto da Indra)

Samarthānāmarogānām dhīmatām niyatātmanām / kuṭīpraveśaḥ kṣaṇinām paricchadavatām hitaḥ /27/

¹¹ L'elenco delle piante contenute in quei gruppi è fornito in CS.Sūt. 4.8-18. Qui è riportato alla fine del libro.

¹² Non è chiaro quale sia la natura esatta della pietra preziosa chiamata *vaidūrya* (o più precisamente *vaiḍūrya*). Si tratta forse del berillo, del lapislazzuli o della gemma conosciuta come "occhio di gatto". Una trattazione esaustiva (e che non giunge ad alcuna conclusione definitiva) dell'argomento è quella svolta da Winder nel saggio *Vaiḍūrya*, in *Studies on Indian Medical History*, 1987.

¹³ La precisazione del divieto di praticare attività sessuale è necessaria poiché la terapia in questione si rivolge a uomini che vivono con la famiglia, nel villaggio o nei boschi circostanti.

Ato'nyathā tu ye yeṣāṃ sauryaṃ mārutiko vidhiḥ / tayoh śreṣṭhatarah pūrvo vidhiḥ sa tu suduṣkaraḥ /28/

La modalità *kuṭīpraveśa* è indicata per coloro che sono in grado di reggerla, che sono sani, intelligenti, disciplinati, pronti, e che dispongono di mezzi; per gli altri è consigliabile il metodo che si pratica al sole e all'aria.

Tra le due procedure la prima è la migliore, sebbene sia molto difficile da effettuarsi.¹⁴

Rasāyanavidhibhramṣājāyeraṇ vyādhayo yadi / yathāsvamauśadham teṣāṃ kāryaṃ muktvā rasāyanam /29/

Se dei disordini insorgono a causa di errori nella terapia ringiovanente, vanno trattati con i rimedi adeguati dopo aver sospeso la terapia.

Satyavādinamakrodham nivṛttaṃ madyamaithunāt / ahimsakamanāyāsaṃ praśāntaṃ priyavādinam /30/

Japaśaucaparaṃ dhīraṃ dānanyāṃ tapasvinam / devagobrāhmaṇācārya-guruvṛddhārcane ratam /31/

Ānṛṣaṃsya paraṃ nityaṃ nityaṃ karuṇavedinam / samajāgaraṇasvapnaṃ nityaṃ kṣīraghṛtāśinam /32/

Deśakālapramāṇajñam yuktijñam anahaṃkṛtam / śastācāramasaṃkīrṇam-adhyātmapravaṇendriyam /33/

Upāsītaraṃ vṛddhānāmāstikānām jītātmanām / dharmasāstraparaṃ vidyānnaram nityarasāyanam /34/

Guṇairetaiḥ samuditaiḥ prayūnte rasāyanam / rasāyanaguṇān sarvān yathoktān sa samaśnute /35/

Pratica costantemente la terapia *rasāyana* l'uomo che dice la verità, privo di collera, che si astiene dall'alcol e dal sesso, non violento, che non si affatica, calmo, che parla in modo gentile, dedito alla preghiera e alla purezza, saggio, che fa doni regolarmente, che pratica l'ascesi, che onora le divinità, le mucche, i brahmani, gli insegnanti, i maestri e gli anziani, sempre benevolente e compassionevole, equilibrato nella veglia e nel riposo,¹⁵ consumatore regolare di latte e di ghi, conoscitore di ciò che è appropriato in relazione al luogo e al tempo, conoscitore delle connessioni (tra le cose),¹⁶ non egoista, di buona condotta, non disordinato,¹⁷ con i sensi diretti verso

¹⁴ Nel metodo *kuṭīprāveśika* il paziente deve allontanarsi dalla propria casa e affrontare un periodo di totale isolamento nel mentre pratica terapie piuttosto impegnative; viceversa nel metodo *vātātapika* la persona rimane nella propria abitazione e mantiene le proprie abitudini, sottoponendosi a terapie più blande di quelle previste dall'altra procedura. Questo, insieme ai requisiti operativi indubbiamente maggiori, spiega la superiore difficoltà della terapia *rasāyana* condotta secondo il metodo *kuṭīprāveśika*.

¹⁵ *Deśakālapramāṇajñah* significa letteralmente “conoscitore delle misure del luogo e del tempo”.

¹⁶ Ho tradotto letteralmente il termine *yuktijñah*. *Yukti* è una forma nominale ottenuta dal tema $\sqrt{yuj}IR$, “unire”, mediante il suffisso d'azione *KtiN*. Il significato letterale del termine è “unione”, “connessione”. Nella *Carakasamhitā* la *yukti* è intesa come capacità di connettere logicamente due o più elementi anche se spazialmente o temporalmente distanti. Il testo afferma: “*Jalakarṣaṇabījartusaṃyogāt sasyasaṃbhavaḥ / yuktiḥ śaddhātusaṃyogādgarbhānām saṃbhavastathā // Mathya manthanamanthānasamāyogādagnisambhavaḥ* - La comparsa del raccolto, dipendente dal concorso dell'acqua, dell'aratura, del seme e della stagione, è una *yukti*, “connessione logica”, come pure la comparsa dell'embrione, dovuta alla combinazione dei sei elementi costitutivi, o la comparsa del fuoco, ottenuta grazie al concorso del bastoncino da sfregare, dello sfregamento e del soggetto che sfrega.” (CS.Sūt. 10.24) E ancora: “*Yuktiścaīṣā śaddhātusamudayādgarbhajanmakarṭkarānasamāyogāt kriyāḥ kṛtasya karmaṇaḥ phalaṃ nākṛtasya nāṅkurotpattirabījāt karmasadrśaṃ phalaṃ nānyasmādbījādanyasyotpattiḥ iti yuktiḥ* - Il fatto che la nascita dell'embrione risulti dall'aggregazione dei sei elementi costitutivi costituisce una *yukti*, come il fatto che le azioni siano dovute alla congiunzione dell'agente con gli strumenti d'azione, il fatto che il risultato provenga da un atto compiuto e non da un atto non compiuto, il fatto che in assenza di seme non vi sia sbocciare del germoglio, il fatto che il risultato rassomigli all'atto e che dal seme di un di un certo tipo non possa nascere un germoglio d'altro tipo. Questa è la *yukti*.” (*ibidem*, 32).

¹⁷ Secondo il commentatore il termine *asaṃkīrṇa*, “non disordinato”, si riferisce al comportamento alimentare e significa dunque “non disordinato nell'alimentazione”.

l'interiorità, frequentatore degli anziani, degli uomini religiosi e di coloro che hanno conquistato sé stessi, devoto agli insegnamenti sulla Legge.

Se una persona dotata di tali qualità usa la terapia ringiovanente ne ottiene tutti i benefici già menzionati.

(*Ityācārarasāyanam*)

(Questo è il ringiovanente comportamentale)¹⁸

Yathāsthūlamanirvāhya doṣāñchārīramānasān / rasāyanaguṇairjantur-yujyate na kadācana /36/

In generale gli individui che non si sono liberati dei difetti del corpo e della mente non possono mai ottenere i benefici della terapia ringiovanente.¹⁹

Yogā hyāyuhprakarṣārthā jarārogañibarhaṇāḥ / manaḥsarīraśuddhānām sidhyanti prayatātmanām /37/

Queste ricette per la longevità che sconfiggono senescenza e malattie sono efficaci nelle persone che hanno menti e corpi puri e che possiedono autocontrollo.

Tadetanna bhavedvācyam sarvameva hatātmasu / arujebhyo'dvijātibhyaḥ śuśrūṣā yeṣu nāstīca /38/

Di quelle ricette non andrebbe fatta parola alcuna a coloro che hanno uno spirito degenerato e a coloro che, liberi da malattie e non brahmani, non sono desiderosi d'udire.

Ye rasāyanasamyogā vṛṣyayogāśca ye matāḥ / yaccauśadham vikārāṇām sarvaṃ tadvaidyasaṃśrayam /39/

Prāṇācāryam budhastasmādhīmantaṃ vedapāragam / aśvināviva devendraḥ pūjayedatiśaktiḥ /40/

Le formulazioni ringiovanenti e afrodisiache, come pure i rimedi per la cura dei disordini, tutti questi dipendono dal medico.²⁰

Pertanto la persona intelligente dovrebbe onorare con la massima energia il “maestro di vita”, saggio e che è giunto all'altra sponda di questa scienza, così come il dio Indra onora i due Aśvin.²¹

Aśvinau devabhiṣajau yajñavāhāvīti smṛtau / yajñasya hi śiraśchinnam punastābhyām

¹⁸ Questo *ācārarasāyana*, “ringiovanente comportamentale”, è un estratto delle migliori misure facenti parte del cosiddetto *sadvṛtta*, “codice di buona condotta”, descritto estesamente nel capitolo 8 del *Sūtrasthāna*. Si trovano qui affiancate prescrizioni di carattere etico (dire il vero e rifuggire dalla violenza), psicologico (evitare la collera), dietetico (consumare regolarmente latte e ghi), comportamentale (astenersi da vino e sesso, parlare in modo gentile), religioso (onorare gli dèi, le mucche ed i brahmani). In altre parole è qui descritto come dovrebbe essere e come dovrebbe comportarsi l'uomo ideale. Da notare che nel lungo elenco dei fattori d'eccellenza (Sūt. 25.40) Caraka aveva messo il consumo regolare di latte e ghi al primo posto tra i fattori *rasāyana*, e la continenza, “*brahmācārya*”, al primo posto tra i fattori promuoventi la longevità.

¹⁹ Per poter trarre beneficio dalla terapia ringiovanente il corpo della persona deve essere preventivamente purificato con le procedure evacuative descritte in precedenza. Se quelle non sono state praticate le medicine *rasāyana* non possono dare i loro effetti. Suśruta afferma al riguardo: “*Nāvisuddhaśarīrasya yukto rasāyano vidhiḥ / na bhāti vāsasi kliṣṭe raṅgayoga ivāhitāḥ* - La terapia ringiovanente non funziona su di un corpo non purificato, così come il colore applicato su di un panno sporco non brilla” (SS.Cik. 27.4). L'analogia del colore e del panno è presente anche nella *Carakasamhitā* (CS.Cik. 2.1.51), ma curiosamente riferita alla terapia afrodisiaca anziché a quella ringiovanente.

²⁰ Il testo qui si ricollega idealmente al capitolo nono del *Sūtrasthāna*, dove si affermava che il medico è il primo e il più importante tra i quattro fattori importanti per la riuscita della terapia (gli altri tre sono le medicine, gli infermieri e il paziente).

²¹ Di qui in avanti l'argomento *rasāyana* è abbandonato: i restanti versi sono occupati da un elaborato panegirico della figura del medico. Quest'ultimo, appellato *prāṇācārya*, “maestro di vita”, rappresenta per gli uomini ciò che per gli dèi sono i gemelli Aśvin, i medici divini. Come nel cielo gli Aśvin sono lodati per le loro imprese curative, così sulla terra i medici godono di rispetto e ammirazione perché proteggono la vita delle creature. L'accostamento tra piano terreno e piano divino è sempre fatto a beneficio del primo, per conferirgli dignità e prestigio.

samāhitam /41/

Praśirṇā daśanāḥ pūṣṇo netre naṣṭe bhagasya ca / vajriṇāśca bhujasthambhastābhyāmeva cikitsitaḥ /42/

Cikitsitaśca śītāmśurgrhīto rājayaḥkṣmaṇā / somābhipatitaścandraḥ kṛtastābhyām punaḥ sukhī /43/

I due Aśvin sono i medici degli dèi. Essi portarono a compimento il sacrificio riattaccandogli la testa che era stata tagliata.²² Essi curarono i denti caduti di Pūṣan, gli occhi distrutti di Bhaga, le braccia rigide di Indra e la luna afflitta dal *rājayaḥkṣman*. La luna che aveva perso la sua essenza rinfrescante fu riportata in salute da loro.

Bhārgavaścyavanaḥ kāmī vṛddhaḥ san vikṛtiṃ gataḥ \ vītavarṇasvaropetaḥ kṛtastābhyām punaryuvā /44/

Gli Aśvin resero di nuovo giovane Cyavana, discendente di Bhṛgu, che, essendo desideroso di piaceri in età anziana, si era ammalato e aveva perso colorito e voce.

Etaścānyaiśca bahubhiḥ karmabhirbhiṣaguttamau / babhūvaturbhṛśaṃ pūjyāvindrādīnām mahātmanām /45/

Sulla base di queste e di molte altre imprese i due supremi medici divennero oggetto di somma adorazione da parte di Indra e di altri grandi esseri.

Grahāḥ stotrāṇi mantrāṇi tathā nānāhavīmṣi ca / dhūmrāśca paśavastābhyām prakalpyante dvijātibhiḥ /46/

Prātaśca savane somaṃ śakro'śvibhyām sahāśnute / sautrāmaṇyām ca bhagavān aśvibhyām saha modate /47/

I due volte nati offrono loro coppe (di *soma*), laudi, inni, vari tipi di doni e animali grigi. Nella cerimonia mattutina della spremitura Indra beve il *soma* insieme agli Aśvin. Nella *sautrāmaṇī* egli gioisce insieme agli Aśvin.²³

Indrāgnī cāśvinau caiva stūyante prāyaśo dvijaiḥ / stūyante vedavākyeṣu na tathā'nyā hi devatāḥ /48/

Ajarairamaraistāvadbudhaiḥ sādhipairdhruvaiḥ / pūjete prayatairevam aśvinau bhiṣajāviti /49/

I due volte nati rivolgono laudi soprattutto a Indra, ad Agni e agli Aśvin. Negli inni vedici nessun'altra divinità viene invocata quanto loro. I due medici, gli Aśvin, sono onorati con devozione dagli dèi che pure sono liberi da decadenza e morte, e dai loro eterni re.

Mṛtyuvyādhijarāvāśyairduḥkhaprāyaiḥ sukhārthibhiḥ / kiṃ punarbhiṣajo martyaiḥ pūjyāḥ syūrnātiśaktiḥ /50/

E dunque perché i mortali, che sono soggetti a morte, malattie e vecchiaia, che generalmente soffrono e che aspirano alla felicità, non dovrebbero onorare il medico con tutte le loro forze?

Śilavānmatimān yukto dvijātiḥ śāstrapāragah / praṇibhīrguruvat pūjah praṇācāryah sa hi smṛtaḥ /51/

Il medico di buona condotta, intelligente, competente, due volte nato e che è giunto all'altra sponda della scienza,²⁴ è onorato come un maestro dalle creature ed è chiamato “maestro della vita”.

²² In modo tipicamente vedico lo *yajña*, il rito sacrificale, è qui considerato come un essere vivente.

²³ Il *soma* è la bevanda inebriante che viene offerta agli dèi nei riti vedici (ma è poi in effetti consumata dai sacerdoti). La *sautrāmaṇī* è un particolare rituale vedico dove a Indra, agli Aśvin e alla dea Sarasvatī viene offerta una bevanda alcolica, la *surā*, al posto del *soma*.

²⁴ La scienza dell'*āyurveda* è paragonata per la sua vastità a un oceano. Il composto *śāstrapāragah*, “giunto all'altra sponda della scienza”, sta a indicare il fatto di aver padroneggiato nella sua totalità la scienza della medicina.

Vidyāsamāptau bhiṣajo dviṭīyā jātirucyate / aśnute vaidyaśabdaṃ hi na vaidyaḥ pūrvajanmā /52/

Al completamento degli studi il medico è detto nascere una seconda volta. Allora egli ottiene l'appellativo di *vaidya*, poiché non si è *vaidya* in virtù della nascita precedente.²⁵

Vidyāsamāptau brāhmaṃ vā sattvamārṣamathāpi vā / dhruvamāviśati jñānāttasmādvaidyo dvijaḥ smṛtaḥ /53/

Al completamento degli studi, grazie alla conoscenza egli ottiene sicuramente una mente come quella di Brahmā o di un veggente. Pertanto egli è chiamato *vaidya* e due volte nato.

Nābhidyāyenna cākrośedahitaṃ na samācāret / prāñācāryaṃ budhaḥ kaścidicchannāyuranitvaram /54/

Nessuna persona intelligente che aspiri a una vita lunga dovrebbe mai desiderare (i beni) del medico, assalirlo verbalmente o comportarsi male verso di lui.

Cikitsitastu saṃśrutye yo vā'saṃśrutya mānavaḥ / nopākaroti vaidyāya nāsti tasyeha niṣkṛtiḥ /55/

L'uomo curato dal medico, sia che l'abbia promesso o meno, se non lo ricompensa non è liberato in questa vita (dai propri mali).

Bhiṣajapyāturān sarvān svasutān iva yatnavān / ābādhebhyaḥ hi saṃrakṣedicchan dharmamanuttamam /56/

Il medico deve considerare tutti i malati come figli propri e proteggerli diligentemente dalle malattie, considerando questo come il suo compito supremo.

Dharmārthaṃ nārthakāmārthamāyurvedo mahaṣibhiḥ / prakāśito dharmaparairicchadbhiḥ sthānamakṣaram /57/

I grandi veggenti devoti alla Legge, aspirando alla dimora imperitura, hanno esposto l'*āyurveda* per il proposito della virtù, non in vista di ricchezze e piaceri.²⁶

²⁵ Il termine *vaidya*, comunemente tradotto come “medico (ayurvedico)”, è un derivato nominale secondario (*taddhita*) ottenuto a partire dal termine *vidyā*, “oggetto di conoscenza”, “disciplina sapienziale”, mediante l'aggiunta del suffisso *aṅ* previsto dal *sūtra* grammaticale *tad adhīte tad veda* (AṢ. 4.2.59). Il significato letterale di *vaidya* è “conoscitore della scienza (dell'*āyurveda*)”. Questo termine sottolinea l'aspetto “colto” della figura del medico, mentre l'aspetto di “guaritore” è espresso meglio dal termine *bhiṣaj*, che si ritrova per esempio nel verso 56.

²⁶ Sono qui menzionati i tre *puruṣārtha*, “obiettivi dell'uomo”, che sono *dharma*, “virtù”, “legge (nel senso alto del termine)”, “aderenza all'ordine naturale”, *artha*, “ricchezza”, e *kāma*, “amore”, “piacere sensuale”. Il medico deve agire motivato dal primo e non dagli altri due. Questo principio sembra però valere in particolare per i medici di casta brahmana. In precedenza, infatti, il trattato aveva indicato che le motivazioni alla base della scelta della professione medica possono variare in funzione della casta di appartenenza del medico stesso: *Sa cādhyetavyo brāhmaṇarājanyavaiśyāiḥ / tatrānugrahārthaṃ prāñinām brāhmaṇaiḥ āraḥsārthaṃ rājanyaiḥ vṛtṭyārthaṃ vaiśyāiḥ sāmānyato vā dharmārthakāmāparigrahārthaṃ sarvaiḥ* - L'*āyurveda* andrebbe studiato dai brahmani, dai guerrieri e dalla gente comune: dai brahmani per far del bene alle creature, dai nobili per proteggere e dalla gente comune per guadagnarsi la vita. Oppure, in linea generale, l'*āyurveda* può essere studiato da tutti per la realizzazione del *dharma*, dell'*artha* e del *kāma*. (CS.Sūt. 30.29)

In realtà, però - come il testo aveva sottolineato subito dopo - praticando la terapia il medico realizza indirettamente tutti e tre gli obiettivi: *Tatra yadadyātmaividāṃ dharmapathasthānām dharmaprakāśakānām vā māṭṛpitr̥bhr̥tṛbandhugurujanasya vikāraprasāmane prayatnavān bhavati yaccāyurvedoktamadyātmanudhyāyati vedayatyānuvidhyate vā so'sya paro dharmāḥ / yā punarīśvarānām vasumatām vā sakāśāt sukhopahāranimittā bhavatyarthāvāptirāraḥsaṇam ca yā ca svaparigr̥hītānām prāñināmāturyādārakṣā so'syārthaḥ yat punarasya vidvadgrahaṇayaśaḥ śaranyatvaṃ ca yā ca sammānaśusrūśā yacceṣṭānām viṣayānāmārogyamādhatte so'sya kāmaḥ* - Il medico si impegna con zelo nel curare le malattie dei conoscitori del sé, di coloro che perseguono un cammino virtuoso, di coloro che diffondono la virtù, della propria madre, del padre, dei fratelli, dei parenti, dei maestri e della propria gente. Egli medita sulla conoscenza spirituale che è espressa dall'*āyurveda*, la insegna e si conforma ad essa. Questo è il

Nārthārthaṃ nāpi kāmārthamatha bhūṭadayāṃ prati / vartate yaścikitsāyāṃ sa sarvamativartate /58/

Kurvate ye tu vṛṭtyārthaṃ cikitsāpaṇyavikrayam / te hitvā kāñcanaṃ rāśiṃ pāṃśurāśimupāsate /59/

Colui che si impegna nella cura, non per ottenere ricchezze e piaceri ma motivato da compassione per le creature, è superiore a tutto.

Viceversa, colui che per guadagnarsi la vita fa della terapia un articolo di vendita, abbandona un mucchio d'oro e ne raccoglie uno di polvere.

Dāruṇaiḥ kṛṣyamāṇānāṃ gadairvaivasvataḥṣayam / chittvā vaivasvatān pāśān jīvitam yaḥ prayacchati /60/

Dharmārthadātā sadṛśastasya nehopalabhyate / na hi jīvitadānādhi dānamanyadviśiṣyate /61/

Nessun donatore di virtù e di ricchezza può essere considerato pari a colui che, tagliando il laccio di Yama,²⁷ dona la vita agli uomini che vengono tratti verso la dimora di Yama da malattie severe.

Nessun dono, infatti, sorpassa quello della vita.

Paro bhūṭadayā dharmā itī matvā cikitsayā / vartate yaḥ sa siddhārthaḥ sukhamatyantamaśnute /62/

Il medico che pratica la medicina considerando la compassione per le creature come la virtù suprema, ha realizzato il proprio proposito e ottiene una felicità senza limiti.

Tatra ślokaḥ

Āyurvedasamutthānaṃ divyauśadhividhiṃ śubham / amṛtālpāntaragaṇaṃ siddhaṃ ratnaraśāyanam /63/

Siddhebhyo brahmacāribhyo yaduvācāmareśvaraḥ / āyurvedasamutthāne tat sarvaṃ samprakāśitam /64/

Qui ecco due versi (riassuntivi):

Il risveglio dell'*āyurveda*, il metodo propizio di amministrazione delle medicine divine, il ringiovanente efficace a base di gemme che ha proprietà leggermente inferiori a quelle dell'ambrosia, il discorso del Signore del paradiso agli asceti realizzati: tutto ciò è stato illustrato in questa lezione sul risveglio dell'*āyurveda*.

Ityagniveśakṛte tantre carakapratisamskṛte cikitsāsthāne rasāyanādhyāye āyurvedasamutthānīyo nāma rasāyanapādaścaturthaḥ

Fine della quarta parte del capitolo sulla terapia ringiovanente, intitolata "Il risveglio dell'*āyurveda*", nel *Cikitsāsthāna* del trattato compilato da Agniveśa e redatto da Caraka.

suo più alto *dharma*. La ricchezza e la protezione ottenute dai re e dalle persone facoltose cui egli dona salute, la possibilità di proteggere dalle malattie le creature viventi che lo attorniano: tutto ciò costituisce il suo *artha*. Il prestigio guadagnato tra i sapienti, il fatto di costituire un rifugio, il rispetto e la riverenza (che gli sono tributati), il poter donare salute alle persone care: tutto ciò costituisce il suo *kāma*.

²⁷ L'immagine del laccio di Yama non è metaforica ma reale. Yama, il dio della morte, trae le anime alla propria dimora prendendole al laccio e trascinandole con sé così legate. Su ciò si veda il bell'episodio di Savitrī, facente parte del Libro Terzo del *Mahābhārata* e tradotto stupendamente in versi da Michele Kerbaker.