

ལེན་བཅུ་བདུན་པ། ལས་ལྔ་འཇམ་ཅི།

ГЛАВА 17. ПЯТЬ ДЕЙСТВИЙ. СМЯГЧАЮЩИЕ КЛИЗМЫ ДЖАМЦИ

དེ་ནས་ཡང་དྲང་སྟོང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསུངས་སོ། །ཀྱེ་དྲང་སྟོང་ཆེན་པོ་ཉན་ཅིག།

Then again Sage Rigpai Yeshe (*rig pa'i ye shes*) said these words, "O Great Sage, listen.

Затем снова мудрец-риши (*drang srong*) Ригпей Еше (*rig pa'i ye shes*) произнёс: «О великий мудрец, слушай!

ལས་ལྔ་འཇམ་ཅི་རུང་དང་མི་རུང་དང་། རྩོམ་བ་བཏང་ཐབས་ལན་ཡན་ཉེས་དམིགས་སོ། །

Mild enema (*'jam rtsi*), which is one of the *las Inga*, is explained through its indications, contra-indications, formulations, methods of application, benefits and adverse effects.

Для смягчающих клизм джамци (*'jam rtsi*) -- одного из пяти действий (*las Inga*) -- [объясняются] показания, противопоказания, составы, методика применения, полезные свойства и изъяны.

རུང་བ་རྒྱང་སྐྱོན་སྟོང་སྐྱོན་ཅུམ་པ་འབྱ། །ཁུ་བ་ཟད་དང་ལྷ་མཆན་འབྱམས་པ་དང་། །རྒྱ་ལོང་མཁའ་རྟེན་གང་བ་རྒྱས་པ་
དང་། །ཉོབས་རྒྱང་སྐྱོན་སྟོང་སྐྱོན་ཅུམ་པ་འབྱ། །

Mild enema (*'jam rtsi*) is indicated for those suffering from *rlung skran*, stomach distention, diarrhea of undigested food, depleted sperm and excessive menstruation. It is also indicated for the development of cold disorders in the small intestine, the large intestine and the kidney and the waist as well as for weak physical strength, *srin* disorders of the lower part of the body and all kinds of *rlung* disorders.

1 Показания. Их назначают при опухолях трен (*skran*) от лунг, вздутии живота, поносе [непереваренной] цампой, истощении семени, мажущих менструациях, увеличении холода в кишечнике, почках и пояснице, слабости, синбу (*srin bu*) нижней части тела и любых болезнях лунг.

མི་རུང་དམུ་འོར་ནད་དང་ཡི་ག་འཆུས། །དུག་ནད་མཆིན་པ་རྒྱུ་ལོང་སྟོང་ཚད་དང་། །ཆོལ་ཆེས་མ་ཁུ་བད་ཀན་གྱིས་ལ་སྤང་། །

Mild enema (*'jam rtsi*), is contra-indicated for those suffering from *dmu*, 'or, anorexia, poisoning, liver disorders, hot disorders of the vessel organs such as the disorders of the small and the large intestines, the obese, those with *ma zhu* and increased *bad kan*.

2 Противопоказания. Избегать при болезнях мучху (*dmu chu*) и ор ('or), нежелании есть, отравлениях, жаре печени, тонкой и толстой кишок, полых органов, ожирении, мажува (*ma zhu*), увеличение бекен

སྟོར་བ་སླེ་འཇམ་བཟུ་འཇམ་བཟུ་མ་སླེན། །རྒྱང་རྒྱང་མཁྲིས་པ་བད་ཀན་ལྗན་ལ་སྤྱར། །

Compound the three formulation of *sle 'jam*, *bkru 'jam* and *bkru ma slen* to treat the disorders of single natured *rlung*, *rlung* combined with *mkhris pa*, and with *bad kan* respectively.

3.1 Составы. В соответствии с тем, простая ли болезнь лунг или вместе с трипа или бекен, применяют клизмы леджам (*sle 'jam*), труджам (*bkru 'jam*) и трумален (*bkru ma slen*).

དང་པོ་ལྷག་ཤ་འབྲི་ཡི་འོ་མ་མར། །རུ་རྟ་དེ་བ་དྲ་བ་པི་པི་ལིང་། །རྒྱུ་ཚུ་ཨ་རུ་ར་སྤྱར་སླེ་འཇམ་ཡིན། །

First *sle 'jam* is compounded by adding *ru rta*, *de ba da' ru*, *pi pi ling*, *rgyam rtswa* and *a ru ra* into the meat broth of sheep, and milk and the clarified butter of 'bri.

3.1.1 Первые, леджам (*sle 'jam*) готовят из баранины, молока и масла самки яка с [добавлением] *ru rta*, *de ba da' ru*, *pi pi ling*, *rgyam rtswa* и *a ru ra*.

གཉིས་པ་ཕྱེ་གནས་ཤ་ཁུ་བ་འོ་མར། ཁོང་སྒྲན་དུར་བྱིད་སྒྱུར་བ་བཟུ་འཇམ་མོ།

Second, addition of the above medicinal ingredients and *dur byid* into the meat broth of aquatic animals, milk and the clarified butter of cow, is called *bkru 'jam*.

3.1.2 Вторые, труджам (*bkru 'jam*) - из бульона мяса водных животных и молока, с вышеуказанными [ингридиентами] и *dur byid*.

གསུམ་པ་སྒྲན་སའི་ཤ་ཁུ་བ་འོ་མར། ཁོང་སྒྲན་སོ་ཆ་སྒྱུར་བ་བཟུ་མ་སྒྲན།

Third, addition of the above ingredients and *so cha* into the meat broth of dry land animals, milk and the clarified butter of goat, is called *bkru ma slen*.

3.1.3 Третьи, трумален (*bkru ma slen*) - готовят на бульоне мяса живущих в сухих местах, молока, вышеуказанных [ингридиентов] и *so cha*.

མར་རབ་ཤ་ཁུ་འབྲིང་ལ་འོ་མ་ཐ། ཤ་གྲོགས་འོ་མ་འོ་གྲོགས་མར་ཉིད་གཅིས།

Butter, meat broth and milk when used as medicinal vehicles are considered best, medium and least respectively. It is important to note that milk enhances the efficacy of meat broth and clarified butter enhances the efficacy of milk.

3.1.4 В лучшем случае - масло, в среднем - мясной бульон, в худшем - молоко, причём важно, что молоко помогает мясу, а масло -- молоку.

ཁ་འཛིན་རྒྱང་ལ་ཤིང་ཀུན་ཁ་རུ་ཚ། བད་ཀན་ལྡན་ལ་སྒྲ་དང་པི་པི་ལིང། མཁྲིས་པར་ལྡན་ལ་སྒྲ་ཏིས་ཀྱི་ཕྱེ་བ། སྒྲན་ལ་བྱ་ཚ་སྒྲན་ལ་བྱི་ཏང་ག། རོ་འོང་སྒྲོས་ལ་རུ་ཏྲ་ཐེབ་པར་བྱ།

Add *shing kun* and *kha ru tshwa* as supplementary ingredients for *rlung* disorders while *sga* and *pi pi ling* are added for combined disorders of *rlung* and *bad kan*. The additional ingredients of *sle tres* and *kyi lce* are added for a combined disorder of *rlung* and *mkhris pa* whereas *rgya tshwa* is added for *skran*. *Byi tang ga* is added for *srin* disorders and *ru rta* for the stomach and the large intestine.

3.2 Направляющие добавки. При лунг следует добавлять *shing kun* и *kha ru tshwa*; при сочетании с бекен - *sga and pi pi ling*; при сочетании с трипа - *sle tres and kyi lce*; при опухолях трен (*skran*) - *rgya tshwa*; при синбу (*srin bu*) -- *byi tang ga*; при вздутии желудка и толстой кишки - *ru rta*.

བཏང་ཐབས་ཁྱོར་གང་ཕུལ་གང་ཕུལ་ལྟ་བུར། འོ་དྲོད་ཅམ་བསྐྱོད་བྲོད་པ་གཅི་ལྟ་ཡིས། འགོད་དུས་བཤང་བསལ་ལྟས་ཀྱི་
བཅས་བྱས་ལ། བྲོད་པའི་དབུགས་བརྟོན་མ་སྒྲིབ་བཅུག་ལ་བཏང་། གན་རྒྱལ་ཉལ་ལ་རྒྱབ་བཅས་རྒྱང་མཐིལ་བརྟུང་། རྒྱང་
མཐིལ་ནས་བཟུང་གནམ་དུ་བཏེག་ལ་གསེག། སྐྱས་སྒྲིབ་འཕྲོངས་སྒྲོད་གན་རྒྱལ་མ་གང་བསྐྱལ། སྐྱེ་འཇམ་དབྱུང་དུས་ཉི་ཟླ་
སྒོད་དུས་ཡིན། འདི་མ་བྱུང་ན་ནི་རུ་ཉ་ཡིས་བསྟ། རྒྱང་གས་མེ་དྲོད་ཆེ་ལ་བསྐྱུད་ལ་བཏང་། འདི་མ་ཡིན་ན་སྐྱུག་ལན་བཏང་བར་
བྱ།

The method of application is as follows: Heat one *khyor*, one *phul* and half *phul* of the quantities of medicinal ingredients into a warmth of freshy drawn milk. Put the compound into an enema bag made from dried animal stomach and fix a *gce 'u'* to it. Cleanse the bowel the previous evening and lie down in an appropriate position. Expel the air formed inside the bag and then insert the *gce 'u* carefully without hurting the anus. Lie down thereafter in a supine position with the lower part of the body raised to ensure the proper flow of medicine, followed by tapping the feet. Hold the big toes and raise them up to shake the body if the medicine spills out, and remain lying on low pillow with the buttocks raised in a supine position without getting cold. He appropriate time for administering *sle 'jam* is at sunse and the discharge of the mixture will occur by dusk. If it fails, evacuate with strong enema. In the case of *rlung* dominant disorders accompanied with strong *me drod*, administer the medication continuously, in the case of a contrary condition, use the inducing agent several times.

4 Методика применения. Одну горсть (*khyor*), целый пхул (*phul*) или половину пхул [состава] согреть до температуры [парного] молока и [налить] в бурдюк с чеу (*gce 'u*). Вечером [больной должен] опорожнить кишечник и подготовиться. Выпустить воздух из бурдюка и, аккуратно ввести [наконечник в анус. Затем больного нужно] положить на спину с поднятыми ягодицами и постукивать по стопам, потом, держа за большие пальцы ног, потянуть вверх и потрясти; далее подложить низкую подушку под ягодицы, чтобы они были выше, уложить на спину и укрыть. Клизму

¹ *Gce 'u* is a conical instrument used to administer medicines through the anus.

леджам (*sle 'jam*) ставят от заката до сумерек. Если не получилось -- выпроводить очищающей клизмой нируха (*ni ru ha*), при преобладании лунг и большой огненной теплоте - делать беспрестанно, а если нет -- несколько раз применять «кнут».

མན་ཡོན་རྒྱུ་གཞོན་བད་མཁྲིས་ནད་ཞེན་སྤོང་།།

Mild enema (*'jam rtsi*) is beneficial in suppressing *lung* and arousing the adhered *bad kan* and *mkhris pa* disorders.

5 Полезные свойства: придавливает лунг, поднимает въевшиеся бекен и трипа.

བཏང་བྲགས་ཡི་ག་འགག་ཅིང་མེ་དྲོད་འཆི།།

Excessive application hinders appetite and diminishes *me drod*.

6.1 Но при чрезмерном применении -- пропадёт желание есть и погаснет огненное тепло (*me drod*).

ནི་རུ་ཉ་སྤེལ་གཞོན་མེད་ནད་ཀུན་འདྲེན། །དེ་ཕྱིར་བྱངས་ངན་ནད་རྩིང་གསོ་དགའ་ལ། །གཅིག་དང་གཉིས་སྤེལ་ལན་མང་བཏང་བས་ཆོག་ཅེས་གསུངས་སོ།།

Alternating strong enema (*ni ru ha*) with mild enema drains all the disorders without causing adverse effects. Therefore, each use of mild enema alternating with two applications of strong enema, can be administered many times for those with weak bodily constituents and chronic intractable disorders." Thus it was said.

6.2 Чередование [клизм джамци (*'jam rtsi*)] и нируха (*ni ru ha*), не нанося вреда, выводит все болезни, поэтому истощённым, при старых трудноизлечимых болезнях их можно проводить многократно, чередуя одну [смягчающую] и две [очищающие.]» Так сказано.

བདུན་ཅི་སྟོང་པོ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་གསང་བ་མན་ངག་གི་རྒྱུད་ལས་ལས་ལྔ་འཇམ་ཅིའི་ལེན་སྟེ་བཅུ་བདུན་པའོ།།

This is the seventeenth chapter, which reveals mild enema of the *las Inga*, from the Secret Quintessential Instructions on the Eight Branches of the Ambrosia Essence Tantra.

Это семнадцатая глава «Пять действий. Смягчающие клизмы джамци» из «Сущности амриты — восьмичленной тантры тайных наставлений».

Translation from Tibetan to English: Men-Tsee-khang ©

перевод с тибетского на русский: Анастасия Теплякова