

Literatura

1. *Go Yunfen, Chzhan Syanpej*. O pedagogicheskoy kompetentnosti pedagoga v nauchnom obuchenii // *Tsyaoyuj yan'tszyu yuj shiyan*. 2003. S. 12–15.
2. *Lyuj Tszitszen, Chzhan Yujin*. Analiz pedagogicheskoy kompetentnosti prepodavatelej vuzov // *Khenan' tsyaoyuj syueyuan' syuebao*. 2002. S. 100–103.
3. *Chzhu Sinsin*. Issledovanie sostava pedagogicheskoy kompetentnosti pedagogicheskogo obrazovaniya // *Tsyaoyuj pinlun*. 2004. S. 61–62.
4. *Chen' Chzhen'khao, Shen' Khuejtszyun'*. Predlozheniya po reformirovaniyu pedagogicheskikh kompetentsij v sfere obrazovaniya // *Shankhaj tsyaoyuj*. 2005. S. 32–33.

DOI: 10.25586/RNU.V925X.19.01.P.120

УДК 811.133.1

Е.И. Маркова, В.В. Платошина

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ
В СРЕДНЕВЕКОВОЙ ФРАНЦУЗСКОЙ РУКОПИСИ *L'ENSEIGNEMENT
OU LA MANIERE DE GARDER ET CONSERVER LA SANTE*

Впервые приведены данные, содержащиеся во французской рукописи середины XV в. Проведена работа по расшифровке текста рукописи и переводу ее на русский язык. Установлено, что рукопись выполнена в жанре медицинского трактата и посвящена вопросам охраны и сохранения здоровья. Сделан вывод о том, что практиковавшийся в Средние века медицинский подход представлял собой целостную концепцию охраны здоровья, основными пунктами которой были предупреждение и профилактика заболеваний, своевременное очищение и опорожнение организма, тщательный уход и гигиена. Описана подразумеваемая в рукописи связь между эмоциональным и физическим состоянием человека, исходя из которой средневековые авторы рекомендовали предупреждать стрессы и управлять эмоциями с целью сохранения здоровья.

Ключевые слова: рукопись XV в., средневековая письменность, сохранение здоровья, медицинский трактат.

E.I. Markova, V.V. Platoshina

COMPLEX APPROACH TO HEALTH PROTECTION
IN MEDIEVAL FRENCH MANUSCRIPT *L'ENSEIGNEMENT
OU LA MANIERE DE GARDER ET CONSERVER LA SANTE*

The present paper is devoted to the data contained in the French manuscript of the middle of the 15th century, which are published for the first time. Until now, the content of the manuscript was unknown to the scientific community, since the manuscript was studied only from the point of view of paleography, so its linguistic content remained undisclosed. There was carried out the work on decoding of the text of the manuscript and translating it into Russian. The manuscript is written in the genre of the medical treatise and is devoted to questions of protection and preservation of health. The authors conclude that the medical approach practiced in the Middle Ages was a holistic concept of health protection. Its main points were prevention of diseases, timely purification and emptying of the body, careful care and hygiene. The author of the ancient manuscript emphasized the relationship between the emotional and physical state of a person, so recommended to prevent stress and manage emotions in order to preserve health.

Keywords: manuscript of 15th century, medieval writing, preservation of health, medical treatise.

В Санкт-Петербурге в рукописном отделе Российской национальной библиотеки им. М.Е. Салтыкова-Щедрина под шифром Fr.Q.v.VI.1 хранится уникальная французская рукопись середины XV в. *L'enseignement ou la maniere de garder et conserver la santé** («Поучение или способ сохранения здоровья») [3, p. 198; 8, p. 90].

Рукопись посвящена вопросам охраны и сохранения здоровья и организации здорового образа жизни. Ее содержание убедительно свидетельствует о существовании в средневековой Франции комплексного подхода к охране здоровья, что мы и постараемся доказать. Проведенное кодикологическое и палеографическое исследование манускрипта позволило установить, что он был создан в 1459 г. в Италии и примерно в то же время переведен с латинского на французский язык в одном из скрипториев герцогов Бургундских [1, с. 71]. Общеизвестно, что латинская школа медицины оказала огромное влияние на развитие медицинской науки в средневековой Европе.

В рукописи *L'enseignement ou la maniere de garder et conserver la sante* подробно рассматриваются вопросы охраны здоровья и правильного образа жизни, среди которых – здоровое питание, физические упражнения, отдых, гигиена, часто применяемое в этот период кровопускание, управление эмоциями, взаимоотношения полов и многое другое.

Приступая к написанию трактата на латинском языке, его автор Гвидо Парато (Guido Parato, ит.) или Ги Пара (Guy Parat, фр.) – средневековый ученый-медик, преподававший в XV в. в Университете Павии (Италия) и служивший придворным врачом герцога Миланского Франческо Сфорца, уже на первых страницах своего

сочинения скромно замечает, что его намерением не является поучать или каким-либо образом просвещать, а только напомнить и освежить то, что и так давно известно: “Et nest mon intencion les vouloir enseigner ou aucunement instruire mais seulement amentevoir et rafreschir ce quilz scevent ia de long temps” [2].

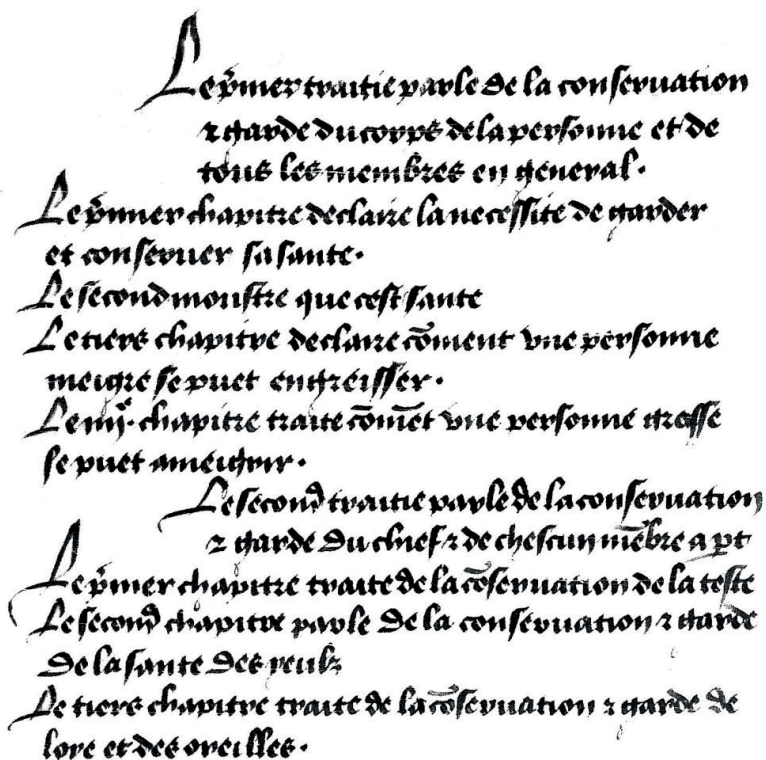
По мнению Э. Виккерсхаймера, сочинение Гвидо Парато не является оригинальным произведением, поскольку его автор использовал труды средневековых ученых-медиков, сделав некоторые заимствования: медицинский трактат *Regimen sanitatis* («Врачебное искусство») Магнино Миланского (Magnino de Milano), написанный в 1331–1333 гг. и произведение Арнольда из Виллановы (Arnaud de Villeneuve) *Regimen sanitatis ad regem Aragonum* («Здоровый образ жизни для короля Арагонского») [10]. Однако сам автор текста и не претендует на оригинальность. На страницах своего произведения, которое он озаглавил *Libellus de sanitate conservanda* («Книжечка о сбережении здоровья»), Гвидо Парато часто и с уважением цитирует Гиппократа (Hippocrate), считавшегося в Средние века отцом медицины, Ибн Сину, или Авиценну (Avicenne), Плиния (Pline), Диоскорида (Dioscoride), Галена (Galien), Серапiona (Serapion), Гали Аббаса (Haly Abas), Ибн Рушда, или Аверроэса (Averroes). На страницах его сочинения встречаются также такие средневековые и античные имена, как Эпикур (Epicurus), Иоанн Дамаскин (Jean Damascene), ар-Рази (Rhazes), Исаак Исаэли (Issaac), Авензоар (Avenzoar), Пьетро д'Абано (Pierre d'Abano), Аристотель (Aristote) и Демокрит (Democrite).

Поскольку исследуемая рукопись никогда ранее не расшифровывалась и не публиковалась, полностью цитируемое нами оглавление дает возможность впер-

* Используется написание, принятое в исследуемой средневековой рукописи.

вые получить фактическое представление о содержании трактата. С целью экономии места и в качестве иллюстрации мы приводим только часть первой страницы оглавления рукописи в виде ее фототипической копии (рис.). Расшифровка первой и последующих страниц текста оглавления рукописи приведена в п. 1.5 авторской диссертации [2]. В настоящем исследова-

нии предлагается осуществленный нами русскоязычный перевод данного текста оглавления с сохранением расположения на странице, орфографии, пунктуации и нумерации подлинника. При переводе использовались этимологические словари французского языка, словарь старофранцузского языка, справочник древних растений на латинском языке [4; 5; 6; 7; 9].



Фототипическая копия части первой страницы оглавления рукописи

«В первой книге говорится о сохранении и поддержании здоровья тела человека и всех его органов в целом.

В первой главе рассказывается о необходимости сохранения и поддержания своего здоровья.

Вторая глава показывает, что такое здоровье.

В третьей главе рассказывается, как худой человек может поправиться.

В четвертой главе объясняется, как полный человек может похудеть.

Во второй книге говорится о том, как сохранить здоровой голову и каждую ее часть по отдельности.

В первой главе говорится, как уберечь голову.

Вторая глава рассказывает, как сохранить здоровье глаз.

Третья глава говорит, как сохранить слух и здоровье ушей.

Четвертая глава повествует, как заботиться о ноздрях и сбереечь обоняние.

Пятая глава рассказывает о сохранении здоровья полости рта.

Шестая глава рассказывает, как заботиться о языке.

Седьмая глава объясняет, как заботиться о пищеводе, через который проходит мясо, и о дыхательной системе для легких, с помощью которых мы дышим.

Восьмая глава рассказывает, как сохранить здоровье легких.

В девятой главе рассказывается, как сохранить здоровье сердца.

В десятой главе рассказывается о сохранении желудка здоровым.

В одиннадцатой главе рассказывается о здоровье печени.

В двенадцатой главе рассказывается о здоровье селезенки.

В тринадцатой главе рассказывается о здоровье кишечного тракта.

В четырнадцатой главе рассказывается, как сохранить почки здоровыми.

В пятнадцатой главе – о сохранении здоровья мочевого пузыря.

В шестнадцатой главе рассказывается о сохранении здоровья ануса.

В семнадцатой главе рассказывается о геморрое и полипах.

В восемнадцатой главе рассказывается о том, как можно предохранить себя от болезни и болей в суставах, которую мы называем подагра.

В девятнадцатой главе рассказывается о сохранении здоровья детородных органов.

Здесь разбирается спорный вопрос по поводу того, способствует ли общение с женщиной сохранению мужского здоровья.

Двадцатая глава повествует о сохранении здоровья всей поверхности тела.

Третья книга повествует о том, как сохранить здоровье с помощью нелекарственных средств, таких как воздух, мясо и напитки, физические упражнения и релаксация, сон и бодрствование, насыщение и голодание, а также избегания несчастных случаев и душевных страданий.

В первой главе объясняется необходимость воздуха для сохранения здоровья.

Вторая глава рассказывает о мясе и напитках.

Третья глава обсуждает хлеб.

Глава о зерновых, из которых готовят супы, которые называются овощные:

о нуте, о бобах, о горохе, об особом маленьком горохе, который называется конские бобы, о чечевице,

о фруктах:

об инжире, о тутовых ягодах, о сливах, о персиках, о грушах, о яблоках, о дынях, об орехах, о кедровых орехах, о финиках,

о холодных травах:

о салате-латуке, о белой (листовой) свёкле, о шпинате, о портулаке огородном, о капусте, об огуречной траве (бораго),

о травах горячих:

об укропе, о горчице, о кресс-салате, о шалфее, об иссопе, о мяте,

о корнеплодах:

о луке-порее (листовой свёкле), о чесноке, о луке-репке, о редисе, об орехах и брюкве, о корнеплодах, которые называются грибы (лат.), а некоторые их называют шампиньон (грибы – фр.), о трюфелях,

о частях тела животных, имеющих четыре ноги:

о сердце, о легких, о желудке, о селезенке, о печени, о детородных органах, об отличии между внутренними и внешними органами и частями мясной туши, о языке,

о мясе птицы, о мелких пернатых,

о том, что мы называем улитки, о рыбе, о миногах,

о продуктах, получаемых от животных: о яйцах, о молоке, о сыре, о масле, о сладостях и приправах, о добавках, которые улучшают вкус мяса, о напитках.

Затем следуют некоторые вопросы по поводу режима питания.

Первый – в котором часу надо есть.

Второй – сколько нужно есть мяса.

Третий – следует ли есть только мясо или многие другие вещи.

Четвертый – какое мясо следует есть в начале трапезы и какое – в конце.

Пятый – сколько раз в день нужно есть.

Шестой – в какую погоду не нужно есть.

Седьмой – в котором часу более полезно отдохнуть.

Третья глава рассказывает о пользе движения и физических упражнений, а также отдыха и принятия ванн.

Четвертая глава о сне и бодрствовании.

Пятая глава поясняет важность очищения и опорожнения.

Шестая глава рассказывает о несчастных случаях и душевных переживаниях.

Седьмая глава анализирует методы кровопускания и разбирает связанные с этим десять вопросов.

Первое, что следует знать – для поддержания хорошего здоровья полезно использовать кровопускание.

Второй вопрос – в каком душевном состоянии полезнее делать кровопускание.

Третий – из каких вен нужно делать кровопускание.

Четвертый – в какое время суток лучше делать кровопускание.

Пятый – сколько нужно выпустить крови за один раз.

Шестой – в котором часу нужно делать кровопускание.

Седьмой – полезно ли тем, кто занят физическим трудом, делать кровопускание.

Восьмой – при какой комплекции или состоянии организма не следует делать кровопускание.

Девятый – в какой день лучше делать кровопускание – когда светит солнце и небо ясное или идет дождь.

Десятый – в каких случаях и при каких заболеваниях нужно остерегаться делать слишком часто и много кровопусканий и в целом чем оно опасно».

Как видим, автор трактата постарался затронуть все стороны жизни человека, пытаясь создать медицинский справочник на каждый день и претендуя на энциклопедический охват тем.

На основании этих фактов мы можем сделать вывод о существовавшей в Средние века целостной концепции охраны здоровья, основными пунктами которой были предупреждение и профилактика заболеваний, своевременное очищение и опорожнение организма, тщательный уход и гигиена. В рукописи подчеркивается связь между эмоциональным и физическим состоянием человека, исходя из которой средневековые авторы рекомендовали управлять своими эмоциями с целью сохранения здоровья.

Акцент на предупреждении заболеваний в исследуемой рукописи, по нашему мнению, является следствием традиционного подхода, сохранившегося в медицине с древних времен. Мы надеемся, что дальнейший анализ содержания рукописи позволит обнаружить огромное количество ныне забытых природных лекарственных средств: растений, минералов, продуктов животного происхождения, а также приготовленных на их основе многокомпонентных лекарств, применявшихся в традиционной медицине средневековой Франции и имеющих шанс заинтересовать современных докторов и их пациентов.

Литература

1. Киселева Л.И. Письмо и книга в Западной Европе в Средние века: лекции по латинской палеографии и кодикологии. СПб.: Дмитрий Буланин, 2003. 309 с.
2. Маркова Е.И. Лингвистические особенности французского рукописного текста XV века «Трактат о сохранении здоровья» (СПб., РНБ, Fr.Q.v.VI.1): дис. ... канд. филол. наук. СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2009. 265 с.
3. Bertrand G. Catalogue des manuscrits français de la Bibliothèque de Saint-Petersbourg. P.: Imprimerie nationale, 1874. 227 p.
4. Bloch O., Wartburg W. Dictionnaire étymologique de la langue française. P.: Presses Universitaires de France, 1950. 651 p.
5. Clédat L. Dictionnaire étymologique de la langue française. P., 1954. 694 p.
6. Godefroy F. Dictionnaire de l'ancienne langue française et de tous ses dialectes du IX au XV siècle. T. 1–3. P.: Librairie des sciences et des arts, 1937.
7. Dauzat A., Dubois J., Mittérand H. Nouveau dictionnaire étymologique et historique. P.: Larousse, 1971. 805 p.
8. Laborde de A. Les principaux manuscrits à peintures conservés dans l'ancienne Bibliothèque Impériale Publique de Saint-Petersbourg: en 2 vol. P. 1: Pour les membres de la société française de reproductions de manuscrits à peintures: bulletin de la société française de reproductions de manuscrits à peintures. P., 1938. 90 p.
9. Platéarius M. Le livre des simples médecines d'après le manuscrit français № 12322 de la Bibliothèque nationale de Paris (XV–XVI). P.: Bibliothèque Nationale, 1986.
10. Wickersheimer E. Le Régime de santé de Guido Parato, phisicien du duc de Milan // Bulletin de la Société française d'Histoire de la médecine. 1913. Vol. 12. P. 82–95.

Literatura

1. Kiseleva L.I. Pis'mo i kniga v Zapadnoj Evrope v Srednie veka: lektcii po latinskoj paleografii i kodikologii. SPb.: Dmitrij Bulanin, 2003. 309 s.
2. Markova E.I. Lingvisticheskie osobennosti frantsuzskogo rukopisnogo teksta XV veka "Traktat o sokhranienii zdorov'ya" (SPb., RNB, Fr.Q.v.VI.1): dis. ... kand. filol. nauk. SPb.: RGPU im. A.I. Gertsena, 2009. 265 s.
3. Bertrand G. Catalogue des manuscrits français de la Bibliothèque de Saint-Petersbourg. P.: Imprimerie nationale, 1874. 227 p.
4. Bloch O., Wartburg W. Dictionnaire étymologique de la langue française. P.: Presses Universitaires de France, 1950. 651 p.
5. Clédat L. Dictionnaire étymologique de la langue française. P., 1954. 694 p.
6. Godefroy F. Dictionnaire de l'ancienne langue française et de tous ses dialectes du IX au XV siècle. T. 1–3. P.: Librairie des sciences et des arts, 1937.
7. Dauzat A., Dubois J., Mittérand H. Nouveau dictionnaire étymologique et historique. P.: Larousse, 1971. 805 p.
8. Laborde de A. Les principaux manuscrits à peintures conservés dans l'ancienne Bibliothèque Impériale Publique de Saint-Petersbourg: en 2 vol. P. 1: Pour les membres de la société française de reproductions de manuscrits à peintures: bulletin de la société française de reproductions de manuscrits à peintures. P., 1938. 90 p.
9. Platéarius M. Le livre des simples médecines d'après le manuscrit français № 12322 de la Bibliothèque nationale de Paris (XV–XVI). P.: Bibliothèque Nationale, 1986.
10. Wickersheimer E. Le Régime de santé de Guido Parato, phisicien du duc de Milan // Bulletin de la Société française d'Histoire de la médecine. 1913. Vol. 12. P. 82–95.