

СЛОВНИЧОК ЗАПОЗИЧЕНЬ З ІНДІЙСЬКИХ МОВ (11.06.2025)

Це робочий файл; він складений зі списку невідмінюваних індійських запозичень, до якого потрохи додаються інші (відмінювані) слова. Пропонуємо надсилати індійські слова, які вам доводилося використовувати або зустрічати в українських текстах. Якщо не вказано, з якої саме мови запозичене слово, слід розуміти що воно санскритське.

Загальні зауваження

При написанні слів використовувалися рекомендації статті «Практична транскрипція санскритських власних назв та термінів в українській мові», опублікованої в першому номері журналу «Східний світ» за 2018 рік <http://indology.ho.ua/books/transcription.pdf>. Вже після публікації сталася визначна подія: у 2019 році був затверджений новий «Український правопис». У передмові до нього, зокрема, сказано: «Кожна мова засвоює іншомовні елементи, і вони здебільшого відрізняються від питомих елементів за своїми системними ознаками. В історії правопису написання слів іншомовного походження було й залишається предметом гострих дискусій... Реагуючи на виклики мовної практики, сучасна редакція правопису розширила межі використання орфографічних варіантів... варіативність — це органічна частина правописного кодексу, і тією чи іншою мірою вона притаманна кожній мові на різних етапах її історичного розвитку. Відповідь на те, який з варіантів залишиться в минулому, зможе дати лише майбутнє».

У пропонованому словничку варіанти подані в кількох випадках.

1. Стаття рекомендує завжди передавати санскритське ण् (g) українською літерою *г*. У словах, запозичених із санскриту, важливо відрізнити *h* та *gh* від *g* — щоб не сплутати, наприклад, слово *tama* (gata «той, хто пішов», «померлий») зі словом *gama* (ghaṭa «гличик» або hata «вдарений», «вбитий»).

У новому «Правописі» сказано:

«§ 122. Звуки [g], [h] 1. Звук [g] та близькі до нього звуки, що позначаються на письмі буквою **г**, звичайно передаємо буквою **г**: *аванга́рд, агіта́ція... Гвіне́я, Гольфстрі́м...*
2. Буквою **г** передаємо звук [g] у давнозапозичених загальних назвах, таких як *та́нок, татуно́к, тва́лт, гра́ти, гру́нт* і под. (див. § 6) (див. § 5-8) та в похідних від них: *та́нковий, гра́тча́стий, гру́нто́вний* і т. ін.
3. У прізвищах та іменах людей допускається передавання звука [g] двома способами: шляхом адаптації до звукового ладу української мови — буквою **г** (*Вергі́лій, Гарсі́я, Гегель, Гео́рг, Гете, Грегуа́р, Гулліве́р*) і шляхом імітації іншомовного [g] — буквою **г** (*Вергі́лій, Гарсі́я, Гегель, Гео́рг, Гете, Грегуа́р, Гулліве́р* і т. ін.)».

Хоча нічого не сказано про вживання *г* у нових запозиченнях, однак у § 54.7 читаємо: «Назви сайтів без родового слова пишемо з малої букви (*тві́тер, гу́гл*)». Тут слово *гу́гл* написано через *г*, тому, за аналогією, все ж рекомендуємо вживати в санскритських запозиченнях літеру *г*. Інакше, наприклад, у слові *гармагагана* (घर्मगाहन *gharma-gāhana* «гаряча ванна») літерами *г* будуть передані *три* різні санскритські літери (घ् ग् ह्)!

Занадто...

Водночас є такі давно запозичені слова, як *йо́г*, які вже тривалий час вимовляються і пишуться з *г*. Проте вибір між *г* і *г* створює додаткові ускладнення, тому видається, що варто віддавати перевагу *г*: *йо́г*.

2. Стаття рекомендує писати літеру **и** для передачі санскритських ण् (ри) та णि (ши), а в решті випадків писати **і**. Але, згідно з «Правописом» (§ 129. III), «**и** пишемо: 1. У загальних назвах після приголосних д, т, з (дз), с, ц, ж (дж), ч, ш, р перед наступним приголосним (крім й): *дiзель, динáмо, диплóм, дирéктор, методика; институт, матемáтика, стiмул, тип; пози́ція, фізі́чний; таксі́ст, родзі́нка, си́луét, систéма; цистérна, ці́фра; режі́м, джигiт, джисинси, джип; чичерóне; ші́рма, шифр; брига́да, риф, фáбрика*». А також «4. У географічних назвах після **р** перед приголосним (крім [j]): *Брита́нія, Крит, Маврита́нія, Магрі́б, Мадри́д, Рив'є́ра, Ри́га* та ін. та в похідних від них: *брита́нський, маврита́нський, ри́зький* та ін».

Імовірно, саме через ці правила диктори Українського радіо вже кілька разів вимовляли, наприклад, відому географічну назву як *Шри-Ланка*, хоча в словниках стоїть *Шрі-Ланка*, що відповідає індійській вимові: श्रीलङ्का <https://www.boltidictionary.com/en/word/73543> . Не

бачимо сенсу в навмисному спотворенні звучання запозичуваного слова. До того ж «правило дев'ятки» не розповсюджується на власні імена, через що можливе таке суперечливе написання, як у реченні: «Адиті́ — це сини Аді́ті». На практиці для новітніх запозичень «правило дев'ятки» нерідко порушується (навіть поважними енциклопедіями), і ми теж схильні його порушувати.

Водночас давно запозичені слова дійсно можуть поступово адаптуватися до української фонетики. Наприклад, українською вже тривалий час пишуть *сикх* (а не *сікх*). Практика зміни написання запозиченого слова після його «натуралізації» має місце в різних мовах. Але виникає проблема: як визначити, натуралізувалося вже слово чи ні? Це суб'єктивне відчуття. Тому в словничку іноді подані два варіанти, наприклад: *джiва/джива* — подібно як новий Правопис дозволяє писати, наприклад, *ефір* і *етер*.

3. Як впливає з праць дослідників фонетики санскриту, у цій мові був чіткий поділ на твердий звук [ш] (श ष [ʃ] — глухий ретрофлексний фрикатив (наприклад: kṣatra *кшатра*) та м'який [ш'] (श ष [ɕ] — глухий ясенно-твердопіднебінний (або альвеоло-палатальний) фрикатив (наприклад: śakti *шакті*, śīla *шіла*). Звук [ɕ] є найм'якшим у ряду фрикативів [ɕ] – [ʃ] – [ʂ], тому український санскритолог Павло Ріттер мав рацію, коли писав в енциклопедії *Шянкара* (а не *Шанкара*), *Шякті* (а не *Шакті*). Натомість у мові гінді ś (श) — це [ʃ], тобто глухий заясенний (або палато-альвеолярний) фрикатив. Цей звук не такий твердий, як *ш* [ʂ], і не такий м'який, як *шь* [ɕ]. Що стосується звука ś [ʃ], то в мові гінді він зустрічається лише в запозиченнях із санскриту, та й там замінюється звуком ś [ʃ]. Дуже мало хто із сучасних індійців розрізняє ці фонemi, висловлюються навіть пропозиції зовсім вилучити літеру श ष (разом з літерою ण् ण्).

Таким чином, у санскриті й гінді літерою ś (श) позначаються різні звуки. Санскритські śa, śe, śi, śu бажано передавати як *шя, шє, ші, шю* (а не *ша, ше, ши, шу*) з кількох причин. По-перше, так правильно передається санскритський м'який [ш'] / [ɕ]. По-друге, розрізнення «ша» (śa) і «шя» (śya) має також смислорозрізнювальну функцію, наприклад: *тоша* (toṣa «вдоволення») і *тошя* (toṣya «проціджування»), *марша* (marṣa «терпіння») і *маршя* (marṣya «порада»). По-третє, завдяки такому написанню будуть продовжені традиції української санскритології, закладені П. Ріттером.

Носії мови гінді зазвичай не знайомі з м'яким звуком [ш']; показовим є приблизний опис санскритського звука ś, наведений С. Радгакришнаном — «like the soft s of Russians» (The Principal Upaniṣads edited with Introduction, Text, Translation and Notes by S. Radhakrishnan. London, 1968. P. 13). Тому в сучасних індійських школах санскриту розповсюджена

вимова ś (श्) як у мові гінді: [ʃ] (тобто звук не м'який). Однак для українського мовця пом'якшений [ш'] є звичний і природним, що дозволяє передавати санскритські śa, śe, śi, śu як *шя, шє, ші, шю*. Проте постає питання, як передавати звук ś (श्) у словах, які прийшли до нас з мови гінді: *ша* чи *шя*? Перевагою другого варіанта транскрипції (*шя*) була б уніфікація передачі ś у словах, запозичених із санскриту й гінді. Однак у наявних українських енциклопедіях і словниках śa подано так само, як в російських — *ша*. Саме до такого написання звикли фахівці, які вивчали мову гінді в російських вишах, а також ті, хто вчився в таких фахівців. Тому найвірогідніше, що на практиці в українській транскрипції слів мови гінді збережеться перший варіант. Його недолік полягає в тому, що слова, які алфавітом деванагарі в санскриті й гінді пишуться однаково, українською будуть писатися по-різному (наприклад: शक्ति śakti — *шякті* й *шакті*) — у залежності від того, з якої мови вони запозичені.

4. Слова, запозичені із сучасних мов Індії, можуть вимовлятися інакше, ніж санскритські слова, від яких вони походять. Наприклад, у мові гінді майже ніколи не вимовляється кінцевий звук *a*, літера व (v) може читатися як *o* й т. д. (Про відмінності практичної української транскрипції власних назв та термінів мови гінді від транскрипції санскриту див статтю «Практична українська транскрипція власних назв та термінів мови гінді: відмінності від транскрипції санскриту» (Східний світ, 2020, № 2).

http://indology.ho.ua/books/hindi_transcription.pdf

* * *

агамкара (अहंकार ahaṁkāra) ж. рід; его, забуття душею своєї духовної природи

агімса (अहिंसा ahimsā) ж. рід; ненасильство, складник *ями*, першої ланки йоги Патаньджалі

агні/агні (अग्नि agni) невідм. ч. рід; вогонь, бог вогню

адгарма (अधर्म adharmā) ж. рід; протилежність дгармі: беззаконня, безвір'я

адана (आदान ādāna) ж. рід; пів року, коли сонце йде на північ

адгомукха-шванасана (अधोमुखश्वानासन adho-mukha-śvānāsana) ж. рід; вправа йоги “поза собаки обличчям вниз”.

адітьї (आदित्य āditya) ч. рід; 12 божеств, синів Адіті й Каш'япи

ама (आम āma) ж. рід; неперетравлена їжа, “токсини”

амрита (आमृत amṛta) ж. рід; напій безсмертя, здобутий богами при збиванні молочного океану. У переносному значенні — нектар.

Ананта (अनन्त ananta) ж. рід; безмежність; безмежний; головний з *нагів* (надлюдських змієподібних істот), символ нескінченності

аньджанеясана (अञ्जनेयासन aṅjaneuāsana) ж. рід; вправа йоги “поза Ганумана (hanuman), сина Аньджани”

аньджана (अञ्जन aṅjana) ж.р.; сірчиста сурма (трисульфід стибію, Sb₂S₃); використовується в косметичці як чорна фарба для вій та брів

апаріграга (अपरिग्रह aparigraha) ж. рід; незагребущість, складник *ями*, першої ланки йоги Патаньджалі

ардгачандрасана (अर्धचन्द्रासन ardha-candrāsana) ж. рід; вправа йоги “поза півмісяця”

араньяки (आरण्यक āraṇyaka) ж. рід; “лісові [книги]”, що входять до ведійського канону; предметом їхнього розгляду є переважно міркування про сутність обрядів

артха (अर्थ artha) ж. рід; користь, зиск; разом з *дгармою* і *камою* становить трійку мирських цілей життя (trivarga) індуса

астея (अस्तेय asteya) некрадійкуватість, складник *ями*, першої ланки йоги Патаньджалі

асури (असुर asura), в однині *асур*, ч. рід; «не божественні», демонські істоти, противники богів

атман (आत्मन् ātman) ч. рід; душа або Вищий Дух

ачінтья (अचिन्त्य acintya) незбагненний

ашваттха (अश्वत्थ aśvattha) ж. рід; індійська священна смоківниця (Ficus Religiosa Linn), яка в текстах індуїзму часто виступає символом Усесвіту

Ашвіни (अश्विन् aśvin) брати-близнюки, божества ранкових і вечірніх сутінків

бабаджі (बाबा जि bābā ji) *гінді*, невідм. ч. рід; дідусь, аскет

баддгаконасана (baddha-koṇāsana) ж. рід; вправа йоги “поза зв’язаного кута”

(*Міра*) *Баї* (मीरा बाई mīrā bāī) *гінді*, невідм. ж. рід, власне ім’я

бакасана (बकासन bakāsana) ж. рід; вправа йоги “поза журавля”

балі (बलि bali) невідм. с. рід; піднесення решток їжі духам; будь-що, піднесене божеству

Бангладеш/Бангладеш (বাংলাদেশ bāṅlādeś) *бенгалі*, невідм. ж. рід; назва країни

Бгагаван (bhagavān, називний відмінок від भगवत् bhagavat) — Господь

бгакт (भक्त bhakta) ч. рід; шанувальник; прибічник бгакті-йоги

бгакті (भक्ति bhakti) невідм. с. рід; відданість, вірність

бгакті-йога (भक्तियोग bhakti-yoga) ж. рід; шанування Бога та служіння Йому з любов’ю і відданістю.

бгастріка-пранаяма (भस्त्रिकप्राणायाम bhastrika-prāṇāyāma) ж. рід; дихальна вправа йоги “ковальський міх”

бграмарі-пранаяма (भ्रामरीप्राणायाम bhrāmārī-prāṇāyāma) ж. рід; дихальна вправа йоги “бджола”

бгікшу (भिक्षु bhikṣu) невідм. ч. рід; монах, що живе милостинею

бгуджангасана (भुजङ्गासन bhujaṅgāsana) ж. рід; вправа йоги; назва дослівно перекладається як “поза змії”, але зазвичай цю вправу називають “кобра”

Брагма (brahmā, наз. відмінок від ब्रह्मन् brahman чол. роду) бог-творець з індуїстської Трійці *Брагма-Вішну-Шива*.

Брагман **1.** (ब्रह्मन् brahman) 1) с. рід, “пізнати Брагман”, “пізнання Брагмана”; Абсолют 2) ч. рід; один з чотирьох жерців на церемонії вогняної офіри **2.** в однині, рідко; див. *брагмани* 1)

брагмани 1) (ब्राह्मण brāhmaṇa) представники вищої *варни* (верстви суспільства), жерці й знавці Вед. 2) назва трактатів, які як додаток до чотирьох Вед описують різні ритуали й церемонії офіри.

брагмачарі (ब्रह्मचारिन् brahmacārin) невідм. ч. рід; неодружений учень, що дотримується *брагмачар’ї*, виконує накази духовного вчителя і служить йому

брагмачар’я (ब्रह्मचर्य brahmacarya) ж. рід; цнотливість, цілібат; послушенство, спосіб життя цнотливого учня, складник *ями*, першої ланки йоги Патаньджалі

Бригаспати (बृहस्पति bṛhaspati) невідм. ч. рід; жрець і наставник богів

буддгі (बुद्धि buddhi) невідм. с. рід; інтелект

вайшнавiзм (वैष्णव धर्म vaiṣṇava dharma) ж. рід; поклоніння богу Вішну

вайш 'я (वैश्य vaiśya) ч. рід (мнж. *вайш 'ї*, *вайш 'їв*); хлібороб, скотар, торговець; представник третьої *варни*.

вата (वात vāta) ж. рід; фізіологічне повітря, що нібито є сумішшю фізичного повітря та етеру; одна з трьох *дош*.

ваю (वायु vāyu) невідм. ч. рід; вітер, бог вітру

варни (वर्ण varṇa) ж. рід; чотири головні верстви давньоіндійського суспільства: *брагмани*, *кшатрії*, *вайш 'ї*, *шюдри/шудри*

веданта (वेदान्त vedānta) ж. рід; “завершення Вед”; викладене в упанішадах, “Веданта-сутрах” і “Бхагавадгіті” філософське вчення, що досліджує співвідношення трансцендентного й мирського, Абсолюту й людини, а також наполягає на необхідності вивільнення душі з поневолення матерією і описує шлях досягнення цієї мети.

Веди (वेदा veda) ж. рід; найдавніші пам'ятки індійської літератури; у вузькому сенсі Ведами називаються чотири збірки (saṃhitā): «Ригведа», «Самаведа», «Яджурведа» й «Атхарваведа»

вібгүті (विभूति vibhūti) невідм. с. рід; священний попiл (атрибут культу Шіви)

Вiвасван (vivasvān, наз. відмінок від основи विवस्वत् vivasvat) одне з імен бога Сонця

Вiрабгадрасана (वीरभद्रासन vīrabhadrāsana) ж. рід; вправа йоги “поза [великого героя] Вiрабгадри”

вiречана (विरेचन virecana) ж. рід; очищення кишківника проносним засобом або саме проносе

вiсарга (विरेचन visarga) ж. рід; півроку, коли сонце йде на південь

Вiшну (विष्णु viṣṇu) невідм. ч. рід; ім'я головного бога вішнуїтів; разом з Брагмою і Шівою утворює *Трімурті* (Божественну Трійцю індуїзму); відповідальний за збереження світу

вішнуїзм див. *вайшнавiзм*

врикшасана (वृक्षासन vṛkṣāsana) ж. рід; вправа йоги “поза дерева”

В'яса (व्यास vyāsa) ч. рід; роздільник, редактор; легендарний автор “Магабгарати” й *пуран*, якому також приписується поділ єдиної Веди на чотири збірки (*самгіти*).

“*В'яса-бгаши'я*” (व्यासभाष्य vyāsa-bhāṣya) ж. рід; класичний коментар до “Йога-сутр” Патанджалі; датується приблизно IV ст. н. е.

галасана (हलासन halāsana) ж. рід; вправа йоги “поза плуга”

Гануман (हनुमन् hanuman) ч. рід; радник ватажка мавп Сугріви, видатний бгакт Рами, одного з головних втілень Вішну

гаудія-вайшнавiзм релігійна течія, започаткована бенгальським (gauḍīya «бенгальський») релігійним реформатором Кришна-Чайтаньєю (1486–1534), якого послідовники вважають втіленням Кришни

гі (घी ghī) *гінді*, невідм. с. рід; топлоне масло (санскр. *grīta* घृत ghṛta)

гандгарви (गान्धर्व gandharva) ч. рід; небесні музиканти, співаки й танцюристи

Гаруда (गरुड garuḍa) орел, на якому літає Вішну

гаятрі (गायत्री gāyatrī) невідм. ж. рід; віршовий розмір з 24 складів

(мантра) *Гаятрі* (गायत्री मन्त्र gāyatrī mantra) невідм. ж. рід; назва священного вірша, написаного розміром *гаятрі*

гіндутва (हिन्दुत्व hindutva) ж. рід; *гінді*; “індуськість”, назва течії індуїстського націоналізму

гуни (गुण guṇa) ж. рід; “якості”, “нитки”; у санх'ї гунами називаються три аспекти матеріальної природи, через посередництво яких відбувається її вияв і функціонування (див. *саттва*, *радžas*, *тамас*)

гуру/гуру (गुरु guru) невідм. ч. рід; учитель

дганурасана (धनुरासन dhanurāsana) ж. рід; вправа йоги “поза лука”

дгарма (dharma) ж. рід 1) релігія; 2) обов'язок; 3) закон; 4) невід'ємна властивість; ч. рід 5) одне з імен Ями, бога посмертної відплати.

дгату (धातु dhātu) с. рід; сім складників тіла: rasa (життєвий сік), rakta (кров), māṃsa (м'язи), medha (жир), asthi (кістки), majjā (кістковий мозок), śukra (сім'я).

джану-шіршасана (जानुशीर्षसन jānuśīrṣāsana) ж. рід; вправа йоги “головоколінна поза”

Джівіа (जीव jīva) ч. рід; власне ім'я

джівіа/джива (जीव jīva) ж. рід; жива істота; душа

джіванмукті (जीवन्मुक्ति jīvanmukti) с. рід, невідм; вивільнення душі з лабетів матерії ще за життя в матеріальному тілі

джняна-йога (ज्ञानयोग jñānayoga) ж. рід; йога знання

джнянендрії (ज्ञानेन्द्रिय jñānendriya) ж. рід; «пізнавальні індрії», чуття: зір, слух, тактильне чуття, нюх і смак

доші (दोष doṣa) ж. рід; три гумори, розбалансування яких, нібито, є причиною хвороби: *вата, пітта, капха*.

Індра (इन्द्र indra) очільник богів, бог-громовержець

індрії (इन्द्रिय indriya) ж. рід; п'ять зовнішніх чуттів (зір, слух, тактильне чуття, нюх і смак) і п'ять знарядь дії (руки, ноги, органи мови, виділення і розмноження); як одинадцять (внутрішня) індрія нерідко фігурує розум (manas)

індуїзм (Hinduism, від перського hindu) сукупність релігійних традицій і філософських шкіл, що виникли на Індійському субконтиненті й мають спільні риси

індуїст, ж. індуїстка (Hinduist) послідовник індуїзму (особливо той, який не є індійцем)

індус, ж. індуска (हिन्दू hindū) *gīndī*, індієць, що дотримується індуїзму

Ішвара (ईश्वर īśvara) володар, Бог

ішвара-пранідгана (ईश्वरप्रणिधान īśvara-praṇidhāna) ж. рід; ввірання себе Всевишньому, складник *ніями*, другої ланки йоги Патаньджалі)

йог/йог (योगिन् yogin) ч. рід; прибічник йоги

йога/йога (योग yoga) ж. рід; стан єднання з вищим Я; практика, що веде до такого єднання

Калпаврикша (कल्पवृक्ष kalpavṛkṣa) ж. рід; міф. дерево, яке виконує бажання тих, хто біля нього

Кама (काम kāma) ч. рід; ім'я божества, яке уособлює пристрасть

кама (काम kāma) ж. рід, бажання, пристрасть, земна любов; разом з *артхою* і *дгармою* *камою* становить трійку мирських цілей життя (trivarga) індуса

Камадгену (कामधेनु kāmadhenu), невідм. ж. рід; казкова корова

Камадуг (कामदुह kāmaduh), невідм. ж. рід; дійна корова; казкова корова

Кандарпа (कन्दर्प kandarpa) Кама, бог кохання

Каньякумарі (कन्या कुमारी kanyā kumārī) невідм. с. рід; назва міста

капалабгати-пранаяма (कपालभातिप्राणायाम kapāla-bhāti-prāṇāyāma) ж. рід; дихальна вправа йоги “ссяйво голови”

Капіла (कापिल kapila) легендарний засновник філософії *санх'я*

капха (कफ kapṥa) ж. рід; слиз в організмі, що є нібито є сумішшю елементів *вода* й *земля*; одна з трьох *дош*

карма (कर्मन् karman) ж. рід; 1) ритуал; 2) обов'язок; 3) дія; 4) наслідки скоєного, які утримують душу в круговерті народжень-смертей і спричиняють у новому народженні страждання і усолоду як покарання і нагороду за попередні вчинки (на Заході вживається майже виключно в останньому значенні)

карма-йога (कर्मयोग karma-yoga) ж. рід; 1) виконання обрядів як обов'язку 2) йога безкорисливої самовідданої праці.

кармендрії (कर्मन्द्रिय karmendriya) ж. рід; “діяльні індрії”, п'ять знарядь дії: руки, ноги, органи мови, виділення і розмноження

катамаран (கட்டு மரம் kaṭṭu-maram «зв'язані колоди») *тамільск.*, ч. рід; судно з двома з'єднаними у надводній частині паралельними корпусами

Кубера/Кувера (कुबेर/कुवेर kubera/kuvera) бог багатства, скарбів і земних надр

кумарі (कुमारी kumārī) невідм. ж. рід; дівчинка, дівчина

Кришна (कृष्ण kṛṣṇa) ім'я бога

кшатрії (क्षत्रिय kṣatriya), в однині *кшатрій*, ч. рід; воїни й правителі, представники другої *варни*

Курру (कुरु kuru) невідм. ч. рід, власне ім'я

магабхути (महाभूत mahābhūta) ч. рід; великі елементи (земля, вода, вогонь, повітря, ефір)

мантра (मन्त्र mantra) ж. рід; вірш з Вед, а також заклинання або священна формула

Ману (मनु manu) невідм. ч. рід, власне ім'я

Марічі (मरीचि marīci) невідм. ч. рід, власне ім'я

маріч'ясана (मरिच्यासन marīcyāsana) ж. рід; вправа йоги “поза [мудреця] Марічі”

матсьясана (मत्स्यासन matsyāsana) ж. рід; вправа йоги “поза риби”

мая/майя (माया māyā) ж. рід; ілюзорність матеріального світу

Меру (मेरु meru) невідм. ж. рід; міфічна гора, розташована в центрі Всесвіту

муні (मुनि muni) невідм. ч. рід; мудрець

мурті (मूर्ति mūrti) невідм. с. рід; скульптурне зображення божества

надішодгана-пранаяма (nāḍī-śodhana-prāṇāyāma) ж. рід; дихальна вправа йоги “очищення каналів”

Нарада (नारद nārada) божественний мудрець, *бгакт*, посланець богів до людей

Нараяна (नारायण nārāyaṇa) одне з імен бога Вішну або його іпостась

ніяма (नियम nīyama) ж. рід; друга ланка йоги Патаньджалі; на відміну від *ями* складається не із заборон, а з п'яти приписів: *шьяуча*, *тапас*, *сантоша*, *свадг'я*, *ішвара-пранідгана*.

оджас (ओजस् ojas) ч. рід.; життєздатність, енергія організму; саяво

падагастасана (पादहस्तासन pāda-hastāsana) ж. рід; вправа йоги «поза “ноги-руки”»

падангуштхасана (पादाङ्गुष्ठासन pādāṅguṣṭhāsana) ж. рід; вправа йоги “поза великих пальців ніг”

падмасана (पद्मासन padmāsana) ж. рід; вправа йоги “поза лотоса”

панджабі (ਪੰਜਾਬੀ) *пандж.* невідм. ж. рід; мова панджабців

пандит/пандіт (पण्डित paṇḍita) ч. рід; вчений брагман

паньчакарма (पञ्चकर्मन् pañca-karman) ж. рід; “п’ятірка [очищувальних] процедур”

аюрведи: вдихання ліків носом, терапевтична блювота, очистка кишківника проносним, олійна й не-олійна клізми.

парівритта-париваконасана (parivṛtta-pārśvakoṇāsana) ж. рід; поза йоги “обернена поза бічного трикутника”

парівритта-тріконасана (परिवृत्तत्रिकोणासन parivṛtta-trikoṇāsana) ж. рід; вправа йоги “обернена поза трикутника”

Патаньджалі (पतञ्जलि patañjali) невідм. ч. рід; автор “Йога-сутр”, засадничого тексту класичної йоги; жив, імовірно, у III ст.

пашчімоттанасана (पश्चिमोत्तानासन paścimottānāsana) ж. рід; вправа йоги “поза розтягнутої спини”

піньча-маюрасана (पिञ्चमयूरासन piñcha-mayūrāsana) ж. рід; вправа йоги “поза павичевого пера”

пітта (पित्त pitta) ж. рід; жовч, що нібито є сумішшю елементів *вода* й *вогонь*; одна з трьох дош.

пішячі (पिशाच piśāca) ч. рід; нижчий клас демонів, злі духи, що живуть на кладовищах

прабгу (प्रभु prabhu) невідм. ч. рід; пан; Бог

правритті (प्रवृत्ति pravṛtti) невідм. с. рід; діяльність; недуховні справи

Праджапати (प्रजापति prajāpati) невідм. ч. рід; “володар створінь”, ім’я бога Брагми та інш.

пралая (प्रलय pralaya) ж. рід; циклічне знищення Всесвіту

прана (प्राण prāṇa) ж. рід 1) повітря; 2) життя; 3) «енергія життя», життєдайна сила, якою просякнутий Усесвіт; 4) див. *прана-ваю*

прана-ваю (प्राणवायु prāṇa-vāyu) ж. рід; один з десяти (п'яти головних і п'яти додаткових) різновидів “повітря життя”, присутніх у тілі людини. Згідно із “Сушрута-самгітою” (2.1.7–11), прана в загальному сенсі поділяється на такі складники: (1) прану у вузькому сенсі — пов'язану з ротом течію, що забезпечує дихання і ковтання та загальну підтримку функцій тіла; (2) спрямовану вгору удану (udāna), що породжує мову; (3) саману (samāna), що забезпечує необхідну кількість повітря для внутрішнього “вогню травлення”; (4) в'яну (vyāna), що пронизує усе тіло й відповідає за скорочення м'язів; (5) апану (arāṇa), пов'язану з анусом й орієнтовану вниз течію, що виводить із тіла продукти життєдіяльності.

пранаяма (प्राणायाम prāṇāyāma) ж. рід; керування диханням; дихальні вправи, четверта ланка йоги Патаньджалі

Пурі (पूरी purī) *орія*, невідм. ч. рід; назва міста

пуруша / *Пуруша* (पुरुष puruṣa) ч. рід; 1) чоловік 2) людина 3) душа 4) Дух

Пурушоттама (पुरुषोत्तम puruṣottama) ж. рід; Вищий Дух

раджа (राजन् rājan) ж. рід; правитель, індійський князь

раджас (रजस् rajas; род. відмінок *раджасу*) ч. рід; запал, рух; одна з трьох *гун*

ракшас (राक्षस rākṣasa) ч. рід; перевертень-людожер; особливо вороже ракшаси ставляться до брагманів

расаньджана (रसाञ्जन rasāñjana) екстракт деревної куркуми, а також її суміш з мідним купоросом.

“Ригведа” (ऋग्वेद ṛgveda) ж. рід; “Веда гімнів”, перша з Вед; містить 1028 гімнів, згрупованих у десять розділів

риши (ऋषि ṛṣi) невідм. ч. рід; мудрець, провидець (“цей риши”, “ці риши”, “цим риши”, “цих риши” і т. д.)

Рудра (रुद्र rudra) букв. “ревун”, одне з імен Шіви

садгу (साधु sādhu) невідм. ч. рід; релігійний подвижник, свята людина

саламба-сарвангасана (सालम्बसर्वाङ्गसन sālamba-sarvāṅgāsana) ж. рід; вправа йоги «“поза усіх частин тіла” з підтримкою»

самавритті-пранаяма (समवृत्तिप्राणायाम sama-vṛtti-prāṇāyāma) ж. рід; вправа йоги “однакові [дихальні] цикли”

“*Самаведа*” (सामवेद sāmaveda) ж. рід; “Веда піснеспівів”, збірник 1549 гімнів (більшість з яких повторюють гімни «Ригведи»), що супроводжуються нотацією і виконуються під час церемоній офіри

самадгі (समाधि samādhi) невідм. с. рід; йогічний транс, глибока медитація

сандгі (संधि saṁdhi) невідм. с. рід; звукові зміни на межі слів і морфем

санкх’я (सांख्य sāmkhya) ж. рід; рахунок, число; міркування; одна із шести

“ортодоксальних” систем індійської філософії, яка розглядає вияв матерії в процесі переходу від тонкого рівня до грубого

“*Санкх’я-каріка*” (सांख्यकारिका sāmkhya-kārikā) ж. рід; засадничий текст класичної санкх’ї, написаний Ішваракришною приблизно в III–V ст.

санньяса (संन्यसन saṁnyāsa) ж. рід; зречення; спосіб життя мандрівного ченця (санньясіна)

сансара (संसर saṁsāra) ж. рід; матеріальний світ, болісна круговерть народжень і смертей

сантоша (सन्तोष santoṣa) ж. рід; задоволеність, складник *ніями*, другої ланки йоги Патаньджалі

саттва (सत्त्व sattva) ж. рід; чистота, спокій; одна з трьох *гун* природи

сатья (सत्य satya) ж. рід; правдивість, складник *ями*, першої ланки йоги Патаньджалі

свабгава (स्वभाव svabhāva) ж. рід 1) «власне єство», тобто характер, звичка; 2) “Самосуще”.

свадгі’яя (स्वाध्याय svādhyāya) ж. рід; вивчення Вед, складник *ніями*, другої ланки йоги Патаньджалі

сіддгі (सिद्ध siddha) ч. рід 1) той, хто досяг успіху, досконалості або той, у кого є надприродні здібності (siddhi)

сіддгі (सिद्ध siddha) ч. рід; божественні істоти з надприродними здібностями, які живуть між сонцем і місяцем

Сканда (स्कन्द skanda) бог війни, син Шіви.

с্মृति/Смṛiti (स्मृति smṛti) ж. рід 1) пам'ять 2) комплекс вторинних священних текстів

сома (सोम soma) 1) ч. рід; місяць; 2) ж. рід; ритуальний напій, що готувався в давнину з однойменної рослини

супта-матсьєन्द्रасана (सुप्तमत्स्येन्द्रासन sūptamatsyendrāsana) ж. рід; вправа йоги «“поза володаря риби” лежачи»

Сур'я (सूर्य sūrya) ч. рід; бог Сонця

сур'ябгедана-пранаяма (सूर्यभेदनप्राणायाम sūrya-bhedana-prāṇāyāma) ж. рід; дихальна вправа йоги “сонячний потік”

сутра (सूत्र sūtra) ж. рід; 1) шнур 2) короткий афористичний вислів або текст, складений з таких фраз

тамас (तमस् tamas; род. відмінок. *тамасу*) ч. рід; морок, інертність; одна з трьох *гун* матеріальної природи

тапас (तपस् tapas) ч. рід; аскетизм, складник *ніями*, другої ланки йоги Патаньджалі

трімурті (त्रिमूर्ति trimūrti) невідм. с. рід; Браhma-Вішну-Шіва, трійця верховних божеств індуїзму, функціями яких є відповідно сотворіння, збереження і руйнування Всесвіту

чандра-бгедана-пранаяма (चन्द्रभेदनप्राणायाम candra-bhedana-prāṇāyāma) ж. рід; вправа йоги “місячний потік”

упавішта-конасана (उपविष्टकोणासन upaviṣṭa-koṇāsana) ж. рід; вправа йоги “поза сидячого трикутника”

упанішади (उपनिषद् upaniṣad) букв. “сидіння біля [вчителя]” 1) таємне вчення; 2) група текстів (прийнято вважати, що їх 108), котрі є завершенням і тлумаченням Вед

урдгвамукха-шванасана (उर्ध्वमुखश्वानासन ūrdhva-mukha-śvānāsana) вправа йоги “поза собаки обличчям догори”

уткатасана (उत्कटासन utkaṭāsana) ж. рід; вправа йоги “важка поза”

уттанасана (उत्तानासन uttānāsana) ж. рід; вправа йоги “поза із зусиллям”

уттхіта-паршваконасана (utthita-pārśvakoṇāsana) ж. рід; вправа йоги “поза піднятого бічного трикутника”

уттхіта-тріконасана (उत्थितत्रिकोणासन utthita-trikoṇāsana) ж. рід; вправа йоги “поза піднятого трикутника”

уштрасана (uṣṭrāsana) ж. рід; вправа йоги “поза верблюда”

Шіва/Шива (शिव śiva) чол. рід; ім’я бога

шіршасана (शीर्षासन śīrṣāsana) ж. рід; вправа йоги “поза голови” (стійка на голові)

шіяуча (शौच śauca) ж. рід; чистота, складник *ніями*, другої ланки йоги Патаньджалі

Шруті (श्रुति śruti) невідм., с. рід; букв. “почуте”, Святе Письмо індусів

шіюдри (शूद्र śūdra) ч. рід; ремісники, залежні землероби, актори, слуги та інші робітники, з яких складається четверта, найнижча, *варна*

шіялабгасана (शलभासन śalabhāsana) ж. рід; вправа йоги “поза саранчі”

Шянкара/Шанкара (शंकर śaṅkara) ім’я Шіви, а також славетного філософа (788–820)

шіястри/Шястри (शास्त्र śāstra) ж. рід 1) трактати з різних галузей знань; 2) тексти Святого Письма індусів

Шякті/шакті (शक्ति śakti) невідм. ж. рід; енергія; жіноча іпостась божества (найчастіше Шіви); верховне божество в шяктізмі

явакшара (यवक्षार yavakṣāra) ж. рід; поташ (K_2CO_3). Традиційно виготовлявся із золи зеленого колосся ячменю, яку вилуговували водою, а отриманий розчин випаровували

“*Яджурведа*” (यजुर्वेद yajurveda) ж. рід; “Веда правил офіри”; є “Біла Яджурведа”, що містить близько 2000 гімнів і формул офіри, і “Чорна Яджурведа”, у якій формули офіри супроводжуються коментарями в прозі

якші (यक्ष yakṣa) ч. рід; надлюдські істоти невисокого рангу (upadeva), почет *Кубери*

Яма (यम yama) ч. рід; букв. “приборкання”, ім’я бога смерті й посмертної відплати

яма (यम yama) ж. рід.; згідно з “Йога-сутрами” (2.30) перша ланка йоги: утримання від насильства, брехні, крадіжки, перелюбства й користолюбства