

УДК 1(091) 141.319.8

Типология личности в системе тибетской буддийской медицины

Пупышева Наталья Валентиновна

Кандидат культурологии, научный сотрудник,
лаборатория волновой диагностики живых систем,
Институт физического материаловедения Сибирского отделения
Российской академии наук,
670047, Российская Федерация, Улан-Удэ, ул. Сахьяновой, 6-А,
e-mail: popysheva@yahoo.com

Аннотация

В статье дано сопоставление представлений о типологии личности западных авторов с взглядами на типологию личности тибетской буддийской и аюрведической медицинских традиций, использующих специфический язык описания личности, интерпретируя ее особенности в терминах системы «великих элементов» (махабхут – земля, вода, ветер, огонь), которые на уровне физиологии сведены в понятие трех «начал» организма (ветер, желчь и слизь). Эти традиции берут за основу типологии личности преобладание в особенностях тела, физиологических процессах и психики того или иного «начала» организма или их сочетаний. Данная работа показывает, что в основе воззрений на типологию личности тибетской буддийской и аюрведической медицинских традиций лежит теоретически обоснованная и проверенная многовековой практикой теория личности, отличающаяся от европейской языком описания, основанном на ином философском осмыслении мира. *Работа выполнена по гранту РГНФ №15-03-00804 «Самоопределение личности в буддийской религиозно-философской традиции».*

Для цитирования в научных исследованиях

Пупышева Н.В. Типология личности в системе тибетской буддийской медицины // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. 2016. Том 5. № 5А. С. 149-159.

Ключевые слова

Типология личности, строение тела, черты характера, система «великих элементов», три начала организма, семь психотипов.

Введение

Существенным аспектом самоопределения личности в буддийской культуре является не только осознание своего бытия как частного проявления общих закономерностей, определяющих человека на его пути «омраченного существа» к его просветлению, пути от сансары к нирване [Донец, 2010; Донец, Нестеркин, 2011; Донец, Нестеркин, 2013; Донец, Нестеркин, 2014; Нестеркин, Донец 2015], но и осознание своих типологических особенностей, в значительной степени определяющих специфику жизненного пути и религиозной практики буддиста. В предлагаемой статье предпринимается попытка эксплицировать эту типологию, и сопоставить (в первом приближении) с принятой в западной персонологической и антропологической классификацией типов личности, что представляется существенным для осознания места буддийской культуры в мультикультурном комплексе западной культуры в целом, и в России в частности [Нестеркин, 2006; Нестеркин, 2009].

Сложное взаимодействие между личностью и окружающим миром является предметом попыток типологизации личности с древних времен [Донец, Нестеркин, 2014; Нестеркин, Донец, 2015]. Самым известным примером типологии личности является гуморальная типология Гиппократова, основанная на теории Эмпедокла о четырех элементах (земли, воздуха, воды и огня), из которых состоит все, в частности гуморы (то есть соки, жидкости) тела человека – кровь, черная желчь, желтая желчь и флегма (слизь). Сочетаясь, эти соки определяют свойства психики и физиологии человека, создавая четыре основных психофизиологических типа личности – сангвиник, меланхолик, флегматик и холерик.

Современные психологи и философы, пытаясь дать наиболее адекватные варианты типологии личности, берут за основу различные ее аспекты. З. Фрейд берет за основу неосознаваемые психические процессы, основные инстинкты поведения человека, и на этой основе выделяет стадии психосексуального развития человека [Хьелл, Зиглер, 2001, 119]. В основе типологии личности К.Г. Юнга, его аналитической психологии, лежит структура личности, вмещающая личное бессознательное и коллективное бессознательное, и теория архетипов. К.Г. Юнгу принадлежит описание направленности личности – экстраверсия и интроверсия [там же, 199-209]. У. Шелдон основывает свою типологию на строении тела, которое связывает с определенными психологическими характеристиками и склонностями к определенным заболеваниям. Он выделяет в физиологии человека особенности, связанные с эмбриональным развитием, называя их эндоморфностью, мезоморфностью и эктоморфностью [Холл, Линдсей, 1997]. Э. Кречмер также основывает свою типологию на строении тела – пикническое, атлетическое и астеническое. Он также связывает типы строения тела с особенностями психической организации личности, выявляя склонности к определенным типам психических заболеваний как крайних проявлений этих особенностей: от склонности к циклотимическим расстройствам психики у пикников до склонности к шизофрении у астеников (атлетика признаются неким средним типом, склонным к тому и к

другому) [Кречмер, 2000]. Фактически эти два психолога дают сходные типологии. Р.Б. Кеттел основывает свои исследования на факторном анализе психологических черт личности, включающем 16 личностных факторов, таких как отзывчивость-отчужденность, интеллект, эмоциональная устойчивость и т. д. [Хьелл, Зиглер 2001, 309]. Г. Айзенк описывает личность в терминах «экстраверт-интроверт» и «стабильный-нейротичный», при этом у него получается четыре группы черт, которые соответствуют описаниям основных четырех темпераментов, известных со времен Гиппократов [там же, 317]. Эти виды темперамента сопоставимы с описанными У. Шелдоном и Э. Кречмером. Так пикники Кречмера имеют черты флегматиков, эти же черты выделяет эндоморфность Шелдона. Мезоморфность Шелдона и атлетичность Кречмера имеют сходство с описанием сангвиников. Эктоморфность Шелдона и астеничность Кречмера имеют общие черты как с описанием меланхоликов, так и холериков. Каждый из перечисленных типов личности является крайним вариантом, полюсом, в чистом виде редко встречающимся, тогда как между этими полюсами размещаются смешанные типы.

Психофизиологические черты четырех базовых темпераментов описываются во многих типологиях личности. Можно предположить, что в этой известной с древности типологии заложен некий психофизиологический инвариант, имеющий объективную основу. Следует отметить, что типологии У. Шелдона и Э. Кречмера, выделяющие три основных типа личности на основе особенностей телосложения, практически соответствуют типологии традиций тибетской буддийской медицины и индийской аюрведы, где описываются три базовых типа личности по признаку преобладания в конституции человека одного из *трех начал* организма (санскр. *dosha*; тиб. *nyespa*, то есть виновник, причина как здоровья, так и болезни) – *ветра* (тиб. *rlung*), *желчи* (тиб. *mkhris*) или *слизи* (тиб. *badkan*). Общие сведения о системе «пяти элементов», или системе «трех начал» [Николаев, 2001; Дэсрид Санчжай-чжамцо, 2014; Пупышев, 1993; Пупышева, 2010, Пупышева, 2016].

Типология личности в тибетской медицине, основанная на особенностях природы тела

В классических трудах по тибетской медицине упоминается семь основных типов тела и, соответственно, личности, которые классифицируются по преобладающему проявлению какого-то из *трех начал* или их сочетаний. Это люди *ветра*, люди *слизи*, люди *желчи*, а также люди, которым присуще преобладание двух *начал*, то есть *ветра-желчи*, *ветра-слизи*, *слизи-желчи*, и люди, которым присущи в равной степени все *три начала* – люди *ветра-желчи-слизи*.

В «Чжуд ши» человек, в психике и физиологии которого система *ветра* (тиб. *rlung*; санскр. *vata*) является преобладающей, описывается следующим образом: «Люди ветра сутулы, сухощавы, бледны, многословны, при движениях слышен хруст суставов, они недолговечны,

телом некрупные, любят песни, смех, борьбу и стрельбу из лука, предпочитают сладкий, кислый и жгучий вкусы, по повадкам похожи на грифов, ястребов и лис» [Николаев, 2001, 44]. Кроме этого «Вайдурья онбо» добавляет, что «люди ветра мало и чутко спят. Поскольку ветер имеет природу страсти, то, соответственно, люди такого типа имеют склонность к занятиям, требующим особой ловкости. По повадкам они похожи на орлов, воронов, собак и лис» [Дэс-рид Санчжай-Чжамцо, 2014, 137-138]. Доктор аюрведической медицины Дипак Чопра так характеризует этот тип людей: «Комплекция у этого типа самая слабая, для него характерны узкие плечи и (или) бедра. Некоторые люди типа Вата с трудом набирают вес или вообще не поправляются, страдают хронической худобой, другие отличаются приятным изяществом и гибкостью. У многих представителей этого типа суставы, сухожилия и вены чересчур велики, так как слой подкожного жира ничтожен. Хруст в суставах – тоже нередкое явление» [Чопра, 1992, 51-52]. Далее он утверждает, что основной чертой людей типа *ветра* является движение, изменчивость, непостоянство, что вполне согласуется со смысловой матрицей элемента *ветер*, определяемой как *движение*. «Вата доша отвечает в теле за все виды движения (...) дыхание, поступление пищи в пищеварительный тракт и нервные импульсы мозга. Самая главная функция Вата доша – контролировать центральную нервную систему. Треморы, припадки, спазмы – характерные нарушения Ваты. Когда эта доша находится в состоянии дисбаланса, случаются нервные расстройства, начиная от тревоги и депрессии (...) до клинического душевного расстройства. Установление равновесия этой доши часто излечивают симптомы, которые не поддаются другому лечению» [там же].

К дисбалансу системы *ветра* в большей степени склонны люди, в конституции которых преобладает *ветер*. Доктора тибетской медицины выявляют нарушения *трех начал* с помощью трех основных методов диагностики: пульсовой диагностики, осмотра (физикального осмотра и осмотра мочи), а также опроса. Чтобы выявить нарушения в системе *ветра*, врач интересуется, бывает ли у пациента частая зевота, дрожь; есть ли желание часто потягиваться; случаются ли боли в бедрах и позвоночнике, в костях или суставах; бывают ли блуждающие боли; случаются ли приступы беспокойства, невозможности остановить ум, когда тот перескакивает с предмета на предмет; может ли пациент сказать, что у него неровный характер и т. д. [Donden, 1986, 106-113]. Описание людей *ветра* имеет сходство с описанием *астеник*.

В «Чжуд ши» даются следующие характеристики людей *желчи* (тиб. mkhris; санскр. pitta): «Люди желчи подвержены жажде и чувству голода, волосы и тело у них желтоватого оттенка, они умны, тщеславны, потеют и пахнут, богатство и объем тела у них средние, любят сладкое, горькое, терпкое и прохладное. По повадкам они похожи на тигров, обезьян и якшасов» [Николаев, 2001, 44]. Поскольку система *желчи*, ассоциирующаяся с элементом *огонь* (смысловая матрица которого разрушение и доведение до созревания), связана она, прежде всего, с переработкой пищи и выработкой необходимой организму энергии. Люди *желчи* обладают хорошим аппетитом, сильной жаждой и интенсивным пищеварением, они

сильны и выносливы, имеют развитые мышцы. Поскольку система *желчи*, как было отмечено выше, порождается таким эмоциональным *ядом*, как *гнев*, люди этого типа гневливы и раздражительны, нетерпеливы, требовательны и педантичны, особенно, если в системе *желчи* есть дисбаланс. Дипак Чопра к этому добавляет, что естественное свойство *желчи* – воинственность, однако человек не всегда ее демонстрирует. В нормальном состоянии людей этого типа обуревают теплые и пылкие чувства, любовь, довольство жизнью. «Сияющее счастьем лицо характерно для питты. Такое состояние говорит о том, что система *желчи* находится в равновесии. Люди этого типа отличаются острым умом и умением сосредоточиться» [Чопра, 1992, 55-56].

При выявлении проблем, связанных с нарушением равновесия системы *желчи*, доктора тибетской медицины спрашивают пациента, пил ли он крепкое пиво, употребляет ли алкоголь; находился ли он длительное время на солнце или в жарком месте, любит ли острую и горячую пищу; чувствует ли горький привкус во рту; бывают ли частые головные боли; бывает ли сильный жар, разливающийся по всему телу; бывают ли боли в верхней части тела; ощущается ли боль при переваривании пищи и т. д. [Donden, 1086, 106-113]. Человеку типа *желчи* следует избегать излишнего жара как в питании, так и в поведении, включая эмоциональные реакции, поскольку система *желчи* (*огонь*), являясь у людей этого типа ведущей, наиболее уязвима. Описание людей этого типа имеет сходство с описанием *атлетиков*.

Система *слизи* (тиб. *badkan*; санскр. *каша*) сочетает в себе свойства элементов *земля* (крепость, сопротивление разрушению) и *вода* (осуществление связи), обладает свойством *холода*, отвечает за стабильность системы – как состояния организма, так и характера человека. Система *слизи* порождается неведением-омраченностью (*вода*) и гордостью-жадностью [Николаев, 2001, 48; Пупышев, 1993, 82] (единым, но двойственным загрязненным эмоциональным проявлением, ассоциирующимся с элементом *земля*).

Человек типа *слизи* в «Чжуд ши» характеризуется следующим образом: «У людей типа *слизи* тело прохладное, мясистое и белое, суставы, кости нигде не выпирают, формы у них округлые, голод и жажду переносят легко, сон у них крепкий, тело крупное, живут долго и богато, душой широко» [Николаев, 2001, 44]. Дэсрид Санчжай-жамцо добавляет к этому, что люди природы *слизи* голод, жажду, печаль и засуху переносят стойко. Даже гнев свой они долго держат глубоко в себе, как в болоте, не стараясь сразу же нанести ответный удар. «По характеру и природе своей это люди хорошие, они всегда стараются помочь другим. Люди типа *Слизи* предпочитают пищу жгучего, кислого и терпкого вкусов с «жестким» свойством. По повадкам, голосам и признакам люди этого типа напоминают львов, буйвола – вожака стада, слона – хранителя земли, царя пернатых Гаруду и божество Брахму» [Дэсрид Санчжай-чжамцо, 20014, 138]. Дипак Чопра добавляет следующие характеристики, которые вытекают из перечисленных: склонность к тучности, медленное пищеварение, продолжительный сон, долгую память (с трудом запоминает новую информацию, но долго

помнит то, что запомнил). Люди этого типа терпеливы, они любящие и прощающие. Основное свойство этого типа – умение расслабиться [Чопра, 1992, 59-62]. Они отличаются прекрасным здоровьем, у них спокойное, светлое мироощущение. Люди этого типа довольствуются статус-кво, умеют сохранять его и примирять других. Они обладают постоянством чувств, поэтому среди них часто встречаются однолюбы. Они медлительны, медленно едят, медленно говорят. При расстройстве системы *слизи* человек этого типа испытывает скуку, склонность к однообразным действиям, тоску; ему следует избегать застоя, поэтому нужна регулярная интенсивная деятельность.

Чтобы выявить нарушения баланса системы *слизи*, доктор тибетской медицины своими вопросами старается выяснить, не употреблял ли пациент пищу с холодными свойствами (жирное мясо, недозревшие бобовые и другие недозревшие злаки), не находился ли в сыром, холодном месте. О проблемах в системе *слизи* говорит плохой аппетит, изжога, газы, частая отрыжка, кисловатый привкус во рту, телесная и умственная усталость, когда трудно двигаться и невозможно сосредоточиться, затрудненное пищеварение, отсутствие различия вкуса пищи, тошнота при попадании пищи в желудок. О проблемах в системе *слизи* говорит ощущение холода снаружи и внутри тела [Donden, 1986, 106-113]. Характеристики людей типа *слизи* очень напоминают то, как характеризуются *пикники*.

Необходимо отметить, что люди с единственным ведущим *началом* встречаются реже, чем люди с двойным вариантом – *желчь-ветер*, *слизь-ветер*, *слизь-желчь*. Для них характерны признаки как одного ведущего *начала*, так и второго. «Среди трех двусоставных (типов), у обладающих ветром и желчью размеры тела относительно малы, у обладающих слизью и ветром они средние, у обладающих слизью и желчью – они большие. (...) У них обязательно наблюдается поведение, голос, мышление и т. д. смешанной природы. (Тип) соединения (природы всех трех виновников) понимается как сочетающий признаки (...) всех трех (начал). У такого человека не чрезмерные (...) формы, тело совершенное, он мало болезнен и обладает другими высшими качествами. Если рассматривать три перечисленных чистых типа, из них лучшим является обладающий природой *слизи*» [Пупышев, 1993, 110-111].

Таким образом, в тибетской традиции насчитывается семь типов людей. В аюрведической традиции насчитывается десять типов, потому что в двойных вариантах различают, которое из двух *начал* (санскр. доша) выражено в большей степени, а какое в меньшей, то есть *питта-капха* и *капха-питта* – это два типа; аналогично, *вата-питта* и *питта-вата* тоже два типа, а также *капха-вата* и *вата-капха* – два типа [Чопра, 1992, 62-67]. В тибетской традиции особенности преобладания *начал* тоже учитываются в характеристиках особенностей психологии и физиологии личности, но специально в отдельные типы не выделяются.

Элемент *ветер* сам по себе является холодным, и система *слизи* (*вода+земля*) воплощает холод, поэтому системы *ветра* и *слизи* часто объединяют в понятие *холод*, а система

желчи (огонь) воплощает *жар*, поэтому *три начала* часто интерпретируют в терминах бинарной оппозиции *жара* и *холода*. Однако система *ветра* – это движение, которое может сопровождать как систему *слизи*, так и систему *желчи*. Поэтому у системы *ветра*, которую часто ассоциируют с работой центральной нервной системы, особая функция – управление как тем, так и другим. Систему *желчи* ассоциируют с симпатической нервной системой, а систему *слизи* – с парасимпатической нервной системой, однако функционирование *трех начал* нельзя свести только к физиологическим проявлениям. Эти понятия гораздо глубже, поскольку они, как было упомянуто выше, затрагивают сферу психики как сферу, порождающую проявления физиологии.

Заключение

Таким образом, типология личности, связанная с *тремя началами*, охватывает все аспекты личности: психические особенности, характеристики особенностей физиологии, и как при балансе, так и при дисбалансе *начал*, а также возможности восстановления равновесия *трех начал* в организме, лежащие в основе методов лечения болезней в тибетской и аюрведической медицинских традициях с помощью лекарственной и нелекарственной терапии. Типология личности, основанная на философии системы «великих элементов» и *трех начал* организма имеет системный мировоззренческий характер, связанный с целостной картиной мира буддийской философии. Западными психологами отмечены практически те же черты и особенности личности, однако основа для целостного мировоззренческого подхода к типологии личности там отсутствует, поэтому разные западные психологи и философы берут за основу разные аспекты личности. Как было отмечено выше, такие психологи как У. Шелдон, Г. Кречмер строили свои системы типологии личности на основе природы тела, а Г. Айзенк брал за основу своей типологии личности качества характера человека, укладывающиеся в систему четырех темпераментов. Их можно сопоставить с типологией тибетской и аюрведической медицинских традиций для выявления сходства и различий этих типологий. Представляет большой интерес сопоставление тибетской типологии с типологией Айзенка, которое дает возможность выявить объем содержания тибетских терминов в эмоциональной сфере типологии личности. Однако напрямую сопоставить эти типологии невозможно, для этого необходимо провести семантический анализ тибетских терминов для сопоставления их содержания с содержанием европейской терминологии, но это выходит за рамки данной статьи [Пупышева, 2010, 94-97].

Данная работа показывает, что в основе воззрений тибетской буддийской и аюрведической медицинских традиций лежит теоретически обоснованная и проверенная многовековой практикой теория личности, которая отличается от европейской своим языком, основанном на ином философском осмыслении мира.

Библиография

1. Айзенк Г. Классические IQ тесты. М. : Эксмо, 2006. 191 с.
2. Донец А.М. Структура дхармы в свете принципа срединности. Улан-Удэ, 2010. 296 с.
3. Донец А.М., Нестеркин С. П. Онтология личности в тибетском буддизме // Вестник БНЦ СО РАН. 2014. № 3 (15). С. 173-183.
4. Донец А.М., Нестеркин С. П. Учение о личности в тибетской схоластике // Вестник БНЦ СО РАН. 2011. № 1. С. 71–80.
5. Донец А.М., Нестеркин С.П. Учение о личности в философии школы Гелук // Вестник Бурятского научного центра Сибирского отделения Российской академии наук. 2013. № 3 (11). С. 95-104.
6. Дэсрид Санчжай-чжамцо. Вайдурья онбо (Гирлянда голубого берилла): комментарий к «Чжуд-ши» - украшению учения Царя медицины. М.: Наука, 2014. 1286 с.
7. Холл К., Линдсей Г. Конституциональная психология У. Шелдона // Теории личности. М., 1997. С. 447-497.
8. Кречмер Э. Теория темпераментов. СПб: Астрель, 2000. 608 с.
9. Нестеркин С.П., Донец А.М. Персоналогические доктрины религиозно-философских школ индийского буддизма (по материалам тибетской доксографии) // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 2-3. С. 184.
10. Нестеркин С.П. Буддизм в российской культурной среде: некоторые тенденции развития // Вестник Российского гуманитарного научного фонда. 2006. № 1. С. 98.
11. Нестеркин С.П. Основные тенденции развития буддизма в социокультурном пространстве России // Вестник Бурятского университета. 2009. № 6. С. 16-20.
12. Пупышев В.Н. Тибетская медицина: язык, теория, практика. Улан-Удэ, 1993. 205 с.
13. Пупышева Н.В. Символический язык описания природы человека в буддизме // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. 2016. Том 5. № 5А. С. 40-48.
14. Пупышева Н.В. Система «великих элементов» в буддийской культуре. Улан-Удэ: БНЦ СО РАН, 2010. 226 с.
15. Пупышева Н.В., Леднева И.П. «Система «великих элементов» как единый язык описания разных уровней реальности в буддийской культуре // Вестник Бурятского университета. 2009. № 8. 55-61.
16. Чопра Дипак. Идеальное здоровье. М.: Древо жизни, 1992. 432 с.
17. Фрейджер, Р., Фейдимен Дж. Личность: теории, эксперименты, упражнения. Психологическая энциклопедия. СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. 864 с.
18. Хьелл, Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб.: Питер, 2001. 608 с.
19. Николаев С.М. (ред.) «Чжуд-ши»: Канон тибетской медицины. М.: Восточная литература, 2001. 766 с.
20. Donden Yeshe Dr. Health through Balance. An Introduction to Tibetan Medicine. Delhi, 1986. 248 p.

Typology of personality in the system of Tibetan Buddhist medicine

Natal'ya V. Pupysheva

PhD in Cultural Studies, Researcher,
Laboratory of wave diagnostics of living systems,
Institute of Physical Materials Study,
Siberian Branch of the Russian Academy of Sciences,
670047, 6 Sakh'yanovoi st., Ulan-Ude, Russian Federation;
e-mail: pupysheva@yahoo.com

Abstract

The paper juxtaposes the typologies of personality by Western authors and the typology of personality of the Tibetan Buddhist and Ayurvedic medical traditions that use a specific language for the description of a personality typology and interpret it in terms of the system of "great elements" (mahabhūta – earth, water, wind, fire) that is condensed, on the physiological level, into the notion of "three humors" of an organism (wind, bile, phlegm). These medical traditions base their typology of personality on the balance or imbalance of these elements in the physiology and psychology of a person. The paper shows that the view of the Tibetan Buddhist medical tradition on the typology of personality is based on personology that is theoretically substantiated and tested by centuries-long practice that differs from the Western views by its language that ensues from a different philosophical conception of the world. The validity of the Tibetan Buddhist typology of personality is also confirmed by the fact that the Western philosophers and psychologists, independent of the Oriental traditions, give similar descriptions of the types of personality based on the body constitution like E. Kretschmer and W. Sheldon, as well as those who base their typologies on psychological features like H. Eysenk, etc.

For citation

Pupysheva N.V. (2016) Tipologiya lichnosti v sisteme tibetskoï buddiiskoi meditsiny [Typology of personality in the system of Tibetan Buddhist medicine]. *Kontekst i refleksiya: filozofiya o mire i cheloveke* [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 5 (5A), pp. 149-159.

Keywords

Typology of personality, body constitution, psychological characteristics, system of "great elements", three humors of a body, seven psychophysiological types

References

1. Deepak Chopra (1992) *Perfect health*. Nightingale-Conant Publ. (Russ. ed.: Dipak Chopra (1992) *Ideal'noe zdorov'e*. Moscow: Drevo zhizni Publ.).
2. Desrid Sanchzhai-chzhamtso. *Vaidur'ya onbo (Girlyanda golubogo berilla): kommentarii k "Chzhud-shi" – ukrasheniyu ucheniya Tsarya meditsiny* [Desrid Sanchzhay-chzhamtso. *Vaidurya onbo (Garland of blue beryl): commentaries on "Chzhud-shi" – decorating the teachings of the King of Medicine*] (2014). Moscow: Nauka Publ.
3. Donden Yeshe Dr. (1986) *Health through balance. An introduction to Tibetan Medicine*. Delhi.
4. Donets A.M. (2010) *Struktura dkharmy v svete printsipa sredinnosti* [The structure of the dharma in the light of the principle of the median]. Ulan-Ude.
5. Donets A.M., Nesterkin S. P. (2014) Ontologiya lichnosti v tibetskom buddizme [Ontology of the personality in Tibetan Buddhism]. *Vestnik BNTs SO RAN* [Herald of Buryat Scientific Center of the Russian Academy of Sciences], 3 (15), pp. 173-183.
6. Donets A.M., Nesterkin S.P. (2013) Uchenie o lichnosti v filosofii shkoly Geluk [The doctrine of the personality in the Geluk philosophy]. *Vestnik Buryatskogo nauchnogo tsentra Sibirskogo otdeleniya Rossiiskoi akademii nauk* [Herald of Buryat Scientific Center of the Russian Academy of Sciences], 3 (11), pp. 95-104.
7. Donets A.M., Nesterkin S. P. (2011) Uchenie o lichnosti v tibetskoj skholastike [The doctrine of the personality in Tibetan Scholasticism]. *Vestnik BNTs SO RAN* [Herald of Buryat Scientific Center of the Russian Academy of Sciences], 1, pp. 71–80.
8. Eysenck H. (1995) *Test your IQ: a detailed explanation of what IQ means and how it is measured*. Penguin Books Publ. (Russ. ed.: Aizenk G. (2006) *Klassicheskie IQ testy*. Moscow: Eksmo Publ.).
9. Frager R., Fadiman J. (2000) *Personality and personal growth*. Pearson Publ. (Russ. ed.: Freidzher, R., Feidimen Dzh. (2001) *Lichnost': teorii, eksperimenty, uprazhneniya. Psikhologicheskaya entsiklopediya*. Saint Petersburg: Praim-Evroznak Publ.).
10. Hall C., Lindzey G. (1997) *Theories of personality*. Wiley Publ. (Russ. ed.: Kholl K., Lindsei G. (1997) *Konstitutsional'naya psikhologiya U. Sheldona. Teorii lichnosti*. Moscow, pp. 447-497).
11. Hjelle L., Ziegler D. (1992) *Personality theories: basic assumptions. Research and applications*. McGraw-Hill Publ. (Russ. Ed.: Kh'ell, L., Zigler D. (2001) *Teorii lichnosti*. Saint Petersburg: Piter Publ.).
12. Kretschmer E. (1929) *Korperbau und Charakter*. Julius Springer Publ (Russ. ed.: Krechmer E. (2000) *Teoriya temperamentov*. Saint Petersburg: Astrel' Publ.).
13. Nesterkin S.P., Donets A.M. (2015) Personologicheskie doktriny religiozno-filosofskikh shkol indiiskogo buddizma (po materialam tibetskoj doksografii) [Personological doctrine of religious and philosophical schools of Indian Buddhism (based on Tibetan doxography)]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern problems of science and education], 2-3, pp. 184.

14. Nesterkin S.P. (2006) Buddizm v rossiiskoi kul'turnoi srede: nekotorye tendentsii razvitiya [Buddhism in the Russian cultural environment: some trends of development]. *Vestnik Rossiiskogo gumanitarnogo nauchnogo fonda* [Herald of the Russian Humanitarian Foundation], 1, pp. 98.
15. Nesterkin S.P. (2009) Osnovnye tendentsii razvitiya buddizma v sotsiokul'turnom prostranstve Rossii [The basic tendencies of development of Buddhism in the socio-cultural space of Russia]. *Vestnik Buryatskogo universiteta* [Bulletin of the University of Buryatia], 6, pp. 16-20.
16. Nikolaev S.M. (ed.) "Chzhud-shi": Kanon tibetskoi meditsiny ["Chzhud-shek": the Canon of Tibetan medicine]. Moscow: Vostochnaya literature Publ.
17. Pupyshv V.N. (1993) *Tibetskaya meditsina: yazyk, teoriya, praktika* [Tibetan medicine: language, theory, practice]. Ulan-Ude.
18. Pupyshva N.V. (2016) Simvolicheskii yazyk opisaniya prirody cheloveka v buddizme [The symbolic language of description of human nature in Buddhism]. *Kontekst i refleksiya: filozofiya o mire i cheloveke* [Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being], 5, pp. 40-48.
19. Pupyshva N.V. (2010) *Sistema "velikikh elementov" v buddiiskoi kul'ture* [The system of "great elements" in the Buddhist culture]. Ulan-Ude: Buryat Scientific Center of the Russian Academy of Sciences.
20. Pupyshva N.V., Ledneva I.P. (2009) Sistema "velikikh elementov" kak edinyi yazyk opisaniya raznykh urovnei real'nosti v buddiiskoi kul'ture [System of "great elements" as a common language to describe different levels of reality in the Buddhist culture]. *Vestnik Buryatskogo universiteta* [Bulletin of the University of Buryatia], 8, pp. 55-61.