

АНАЛІЗ ХАРАКТЕРИСТИК ЕКСПРЕСИВНОЇ МІМІКИ ДАВНІХ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ВПРАВ УКРАЇНИ

Олена ТВЕРДОХЛІБ

НТУУ "КПІ", м. Київ

Анотація: Розглядаються мімічні, пантомімічні, артикуляційні показники антропоморфних культових зображень трипільської культури, з метою визначення засобів психо-розумової та звуко-вербальної регуляції психосоматичних вправ трипільської культури.

Ключові слова: психосоматичні вправи, експресивна міміка, трипільська культура.

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Необхідність пошуку засобів забезпечення життєстійкості людини у сучасних умовах існування вимагає впровадження в ряді державних установчих програм. Протягом тисячоліть ця проблема вирішувалася методами психосоматичної регуляції роботи організму людини методами стороннього і власного програмування засобами експресивної міміки та звуко-голосово-вербальними. В Україні вони практикувалися, починаючи з жрецьких шкіл Давнього Єгипту, Месопотамії, Греції. В університеті Піфагора в м. Кротон співом починався і закінчувався учбовий день, здійснювали очищення і активізації розуму після сну, заспокоєння, урочистий спів призначався для очищення душі від ірраціональних впливів, в день весняного рівнодення співали у супроводі акомпанементу ліри, хвороби духа, душі і тіла лікували декламацією віршів Гомера під музику [4]. В наш час психосоматичні вправи застосовуються у культових антропоморфних системах, оздоровчій фізичній культурі, спорті, бойових мистецтвах (Япунське карате, дзю-до, гопак, спас) (А. Коглер, 2001; М. Величкович, Л. Мартинюк, 2002; Т. Андрух, 2007), але вивчення експресивно-мімічного аспекту психосоматичних вправ в системі трипільської археологічної культури, яка на теренах сучасної України у 5500-4500 н.е. вирішувала задачі духовного, психічного та фізичного виховання населення, залишається по за увагою фахівців вітчизняної галузі фізичної культури [1].

Робота відповідає напрямку досліджень «Теоретико-методологічні основи фізичного виховання та оздоровчої фізичної культури» теми 3.2. «Основи фізичного виховання окремих груп населення» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури на 2006 – 2010 рр.

Мета дослідження – визначити мімічні, пантомімічні, артикуляційні характеристики експресивної міміки антропоморфних культових зображень трипільської культури.

Методи й організація дослідження. На першому етапі – аналіз інформаційних джерел. На другому – візуальний аналіз психосоматичних показників антропоморфних культових зображень трипільської культури, ранжирування за спільними показниками міміки експресії (вираз обличчя, очей, вуст, тонус м'язів), визначення статі, віку, положення, форми тіла і його елементів. На третьому етапі, методами експертної оцінки та порівняльного аналізу з примірниками симптомокомплексів емоційних станів людських облич [3, 7] визначено характеристики мімічної експресії трипільських зображень.

Результати дослідження та їх обговорення. З аналізу інформаційних джерел встановлено, що антропоморфні зображення пластики, мальованого посуду, моделей культових предметів трипільської культури є сакральними образами, що подають ритуальні, магічні, обрядові дії давніх культових практик України [2], а біомеханічні і психосоматичні характеристики поз, жестів, міміки, артикуляції, вираз очей, тонус м'язів у медичній, педагогічній, фізичній культурі і спорті використовуються у якості індикаторів психосоматичного стану людини [3, 5, 7]. Виходячи з цього, було припущено, що вивчення експресивної

міміки натуралістичних облич антропоморфних зображень трипільської культури дозволить, визначити фізичні, психо-емоційно-розумові та звуко-вербальні характеристики психосоматичних вправ культових практик. З візуального аналізу близько трьохсот антропоморфних культових зображень трипільської культури виявлено два види подань облич: натуралістичні і схематичні. Схематичні двох видів: символічні (малюнок на посудині з пос. Петрени Подністр'я у формі чотирьох спряжених, орієнтованих на чотири сторони, облич, праве око одного з яких є одночасно лівим оком іншого), та синкретичні, що об'єднують ознаки людські та тварин, птахів, плазунів (богиня-птаха, богиня-корова, богиня-змія) і втілюють зображення богів, духів, їх персоніфіковані магичні сили, священні символи [2]. Натуралістичні зображення представлені скульптурно. В результаті візуального аналізу і ранжирування 67 з них, виявлено шість типів мімічної експресії осіб різної статі і віку, переважно молодого і середнього.

Напружено-зосереджене віщування – м'язи облич напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, очі прищурені вузькими щілинами, рот відкритий вузькою щілиною, губи вузько зібрані горизонтально, як для дмухання, артикуляції звуку *y* або *i* подають 10,44 % зображень. Це фігури жіночі стоячи, з горизонтальними смугами на обличчі і шиї з с. Розкошівка і сидячи, ноги нарізно з с. Сушківка; погруддя з чотирма висхідними отворами у вухах і заглибленням замість однієї з молочних залоз; голови жіночі з ознаками вірменійного антропологічного типу з хут. Хмільна та три чоловічі.

Напружено-зосереджений спів або гук – м'язи облич напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, очі відкриті, погляд вперед, рот відкритий, губи сформовані «О» подібно, як для співу, моління, гуку, артикуляції звуку *o* подають 22,38 % зображень. Це фігури жіночі стоячи у нахилі вперед і сидячи на ослоні у нахилі вперед з опорою на лікті, дві антропоморфні стоячи з пос. Олександрівка і Кукутень; три погруддя – два у положенні руки-бугри в сторони горизонтально та одне у положенні руки опущені, округлені, кисті з'єднані в області сонячного сплетення; вісім голів – дві з яких з пос. Майдаківка, а одна чоловіча «мисливець» з пос. Володимирівка.

Напружено-зосереджений спів або гук – м'язи напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, очі відкриті округлені, рота відкрита, губи сформовані в овал, як для співу, моління, гуку, артикуляції звуку *a* подають 13,43 % зображень: дві жіночі торси з с. Жванець-Лиса Гора і один з пос. Васильків; фігури жіночі сидячи на горизонтальному сидінні ноги нарізно, руки в сторони-вперед з пос. Сушківка та сидячи на високому сидінні, передня частина тіла ввігнута вперед, ноги випрямлені разом, ступні вертикально пальцями вверху, руки-бугри в сторони горизонтально, маківка голови назад-вверх, обличчя вперед з с. Халеп'я; жіночі стоячи ноги разом вертикально і у нахилі вперед; жіноча і дві чоловічі стоячи вертикально ноги нарізно з колекції «Платар», у однієї з яких зображено рот у центрі рота.

Напружено-зосередженого спів або гук – м'язи облич напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, очі відкриті, рота відкрита, губи сформовані в овал, як для співу, моління, гуку, артикуляції звуку *e* подають 7,46 % зображень: дві жіночі фігури стоячи, ноги разом з пос. Гура-Кам'янка, чоловіча стоячи ноги нарізно з «Платар» дві голови.

Напружено-зосереджений стурбований, скорботний вираз мають 31,34 % зображень обличчя напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, очі відкриті і округлені, губи стулені разом, зібрані вузько-горизонтально. Це фігури жіночі – у положенні стоячи вертикально на двох ногах, з прямим волоссям та знаком «Кун-кава» в зоні живота з «Платар» і двохголова, у положенні сидячи на горизонтальному сидінні Колодязне та сидячи на високому сидінні (реконструкція, МАУП); погруддя – два жіночі з довгим прямим волоссям: з проділом посередині голови у молодій тендітній з с. Кринички, і зібраним на спині в зоні серця в овал, середнього віку у хустці з декором з висхідними паралельними рисками на правій щоці і двома лініями на шиї, чоловіче в овалі з с. Трипілля; голови жіночі – старої з пос. Вільшана I з ознаками вірменійного антропологічного типу (пласка потилиця, скошений лоб, середньої ширини обличчя, ніс з

горбинкою), молодій з хрестом на маківці голови з с. Полонисте з прозорими рисами широкого обличчя з с. Кочержинці, чоловічі з с. Халеп'я і Молодецьке, фінансових голів.

Медитативний розслаблено-доброзичливий вираз пильнування, відмежованість від навколишнього оточення, внутрішньої зосередженості, внутрішнього споглядання, зосередженості, спокою, задоволеності спостерігається у 13,43 % зображень, з них у більшості великими щілинами або прикриті віями, у двох округлені, погляд спрямовано в середню частину м'язи обличчя не напружені, шия випрямлена і видовжена, підборіддя підняте і відставлене вперед, рот – довга горизонтальна щілина, губи стулені і розтягнуті в сторони горизонтально у «внутрішню» посмішку чи для артикуляції звуків *м* або *с*. Це жіночі погруддя всієї середньої віку, середньої статури з пунктуацією уздовж нижньої губи, хребет вертикальний, руки підняті вгору, лікті в сторони, кисті пальцями вгору утримують з боків посудину на голові молодой, тендітної статури з довгим прямим волоссям за вухами з с. Володимирівка, с. Томашівка. Це фігури жіночі – вагітної у положенні стоячи з «Платар»; у положенні стоячи на низькому сидінні, хребет випрямлений у нахилі назад, ноги разом випрямлені, руки випрямлені та руки-бугри а сторони горизонтально; сидячи на високому сидінні хребет випрямлений вертикально, ноги разом, зігнуті у колінних суглобах, супні пальцями вгору на опорі, руки опущені зігнуті у ліктьових суглобах, лікті в сторони, передпліччя на стегнах горизонтально, кисті з'єднані, притулені долонями в області пупа; сидячи у нахилі вперед, ноги нарізно зігнуті у колінних суглобах, супні пальцями вперед-вгору п'ятами на опорі, руки опущені зігнуті-закруглені у ліктьових суглобах, лікті в сторони, передпліччя на стегнах горизонтально, кисті з'єднані предметом з «Платар».

Медитація – розумова дія глибокої зосередженості, з метою зміни психічного стану повної розслабленості і відчуженості від зовнішніх та внутрішніх подразників, розширення свідомості, трансцендентності розуму [3, 6]. Техніка «Внутрішня посмішка» входить до складу даоської йоги, до-ін, тайци-цигун «Тринадцять Рухів», «Цілющого Дао», М.С. Норбекова, який дослідив біохімічні основи практики тривалого зберігання посмішки за свідомого зусилля, феномену свідомого управління несвідомими процесами при посмісці нервово-м'язової системи та емоційного центру, за рахунок постави і міміки, у лікуванні літніх ліковних хвороб, психосоматичних розладів (М.С. Норбеков, 2001).

Усі натуралістичні зображення адептів психосоматичних вправ культури трипільської культури подані у стані пильнування. Виявлено шість типів мовних експресій з різною вербально-звуковою артикуляцією, що вказує на диференційовану вербально-звуковий супровід. Одні й ті самі варіанти психічно-розумово-емоційних станів з вербально-звуковою артикуляцією характерні для адептів у різних позах, різних комплекціях, статі, етнічної приналежності, що вказує на незалежність від цих факторів. Артикуляція припускає вимову двох приголосних *м* або *с* (13,43 %) і п'яти голосних звуків: *о* (22,38 %), *а* (13,43 %), *у* або *і* (10,44 %), *е* (7,46 %), хоча візуально спостерігається артикуляція *а* з *я*, *і* з *и*, *у* з *ю*, розширює їх діапазон до восьми, і вказує на практичне використання вібраційно-акустичних вербально-звукових технік. Ці техніки, практично використовувалися, у формі співу, гуку, віщування або моління, переважно, у стані психосоматичних станів: напружено-зосередженого і розслаблено-натхненного. У стані натхненного з незначною перевагою домінує напружено-зосереджений 53,73 %. Серед артикуляційних проявів домінує вимова звуків *о*, *м* (*с*), *а* (*я*). Вимова звуків мантри Аґні-Вішнуголос або подумки поширена в системі індійської йоги, з метою психосоматичної регуляції, гармонізації усіх функцій організму, релаксації, трансцендентності свідомості. Звуків *с* і *сі* у пранаямах *Сіталі* та *Сіткарі*, спрямованих на тамування свідомості, охолодження організму, очищення крові, розслаблення очей [6]. В системі цілющого дао регуляторно-лікувального впливу на організм людини практикують вимову звуків *дзю, же, си, фо, мі, с, ву, ш, хау, хр*, а у тренінгах *карате, дзюдо, тхеквондо* - *дзю, си, кікідзю, кіхан* (Гоникман Э.И., 1999; Иванов-Катанский С.А., 2001; Мантэк Чиа, 2000), з яких також фігурують у трипільських практиках.

Висновок

Психосоматичні вправи культової системи трипільської культури включали засоби психо-розумово-емоційної і вербально-звукової регуляції, споріднені з психосоматичними системами йоги і цигун, перспективно використовувати їх у програмах з фізичного виховання.

Перспективи подальших розвідок: плануються дослідження у напрямку визначення оптимальних засобів психосоматичної регуляції та шляхів їх впровадження у програми фізичного виховання навчальних закладів.

Список літератури

1. Вацеба О. М. Історія фізичної культури та спорту в тематиці дисертаційних досліджень : покажч. автореф. дис. ... з історії фіз. культури і спорту / укл. О. Вацеба. – Л.: Укр. технології, 2003. – 52 с.
2. Енциклопедія трипільської цивілізації : у 2 т. / укл. Л. М. Новохатько, М. І. Сенченко, Т. І. Іжевська та ін. – К. : УКРПОЛІГРАФМЕДІА; ІРИНІВСЬКА, 2004.
3. Изард К. Э. Психология эмоций / пер. с англ. – СПб. : Питер, 2002. – 464 с.
4. Лечение звуком // Вестник // <http://www.infograd.ru/iportal>
5. Уейнберг Р. С. Основы психологии спорта і фізичної культури / Р. С. Уейнберг, Д. Гоулд.; пер. з англ. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 336 с.
6. Ферштайн Г. Энциклопедия йоги / пер. с англ. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 768 с.
7. Schlosberg H. S. A scale for the judgment of facial expressions // Journal of Experimental Physiology. – 1941. – № 29. – P. 497 – 510.

АНАЛИЗ ХАРАКТЕРИСТИК ЭКСПРЕССИВНОЙ МИМИКИ ДРЕВНИХ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ УКРАИНЫ

Елена ТВЕРДОХЛЕБ

НТУУ “КПИ”

Аннотация. Рассматриваются мимические, пантомимические, артикуляционные показатели антропоморфных культовых изображений трипольской культуры, с целью определения средств психо-умственно-эмоциональной и вербально-звуковой регуляции психосоматических упражнений трипольской культуры.

Ключевые слова: психосоматические упражнения, экспрессивная мимика, трипольская культура.

THE ANALYSIS OF EXPRESSIVE MIMICRY CHARACTERISTIC OF ANCIENT PSYCHOSOMATIC EXERCISES OF UKRAINE

Olena TVERDOKHLIB

STUU “KPI”

Abstract. The article deals with the mimic, pantomimic, articulation parameters of Trypilska anthropomorphic cult images. The aim of article is to define the ancient psychosomatic exercises of psycho-intellectual-emotional and sound-verbal regulation.

Key words: psychosomatic trainings, expressive mimicry, Trypilska Culture.