

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-розумово-емоційної і звуко-вербальної регуляції психосоматичних вправ трипільської культури.

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

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Необхідність пошуків засобів забезпечення життєстійкості людини у сучасних умовах існування визначена у ряді державних установчих програм. Протягом тисячоліть ця проблема вирішувалася засобами психосоматичної регуляції роботи організму людини методами стороннього і власного програмування засобами експресивної міміки та звуко-голосово-вербальними. В учбових закладах вони практикувалися, починаючи з жрецьких шкіл Давнього Єгипту, Месопотамії, Греції. В університеті Піфагора в м. Кротон співом починався і закінчувався учбовий день, з метою очищення і активізації розуму після сну, заспокоєння, урочистий спів призначався для звільнення душі від ірраціональних впливів, в день весняного рівнодення співали у хороводі під акомпанемент ліри, хвороби духа, душі і тіла лікували декламацією віршів Гомера і Гесіода під музику [4]. В наш час психосоматичні вправи застосовуються у культових психосоматичних системах, оздоровчій фізичній культурі, спорті, бойових мистецтвах (йога, цигун, карате, дзю-до, гопак, спас) (А. Коглер, 2001; М. Величкович, Л. Мартинюк, 2003; Т. Калянчук, 2007), але вивчення експресивно-мімічного аспекту психосоматичних вправ культової системи трипільської археологічної культури, яка на теренах сучасної України у 6-3 тис. до н.е. вирішувала задачі духовного, психічного та фізичного виховання населення, залишилося 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 різних груп населення» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту 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 мімічної експресії (вираз обличчя, очей, вуст, тонус м'язів), визначення статі, віку, положення, форми, тону тіла і його елементів. На третьому етапі, методами експертної оцінки та порівняльного аналізу з примірниками симптомокомплексів емоційних станів людських облич [3, 7] визначали характеристики мімічної експресії трипільських зображень.

Результати дослідження та їх обговорення. З аналізу інформаційних джерел слідує, що антропоморфні зображення пластики, мальованого посуду, моделей культових споруд і предметів трипільської культури є сакральними образами, що подають ритуали, магичні й обрядові дії давніх культових практик України [2], а біомеханічні і психосоматичні характеристики поз, жестів, міміки, артикуляції, вираз очей, тонус м'язів у медицині, психології, педагогіці, 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 Подністрв'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 магічні 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 шії з с. Розкошівка і сидячи, ноги нарізно з с. Сушківка; погруддя з чотирма наскрізними отворами у вухах і заглибленням замість однієї з молочних залоз; голови – жіноча з ознаками вірменоїдного 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, закруглені, кисті з'єднані в області сонячного сплетення; вісім голів – дві з яких з пос. Майданецьке, 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: два жіночих 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 низькому сидінні, передня частина тіла ввігнута вперед, ноги випрямлені разом, ступні вертикально пальцями вверх, 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 язика 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 – м'язи 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 «Кундаліні» в зоні живота з «Платар» і двохголова, у положенні сидячи на горизонтальному сидінні з с. Колодязне та сидячи на високому сидінні (реконструкція, МАУП); погруддя – два жіночі осіб з довгим прямим волоссям: з проділом посередині голови у молодій тендітній з пос. Кринички, і, зібраним на спині в зоні серця в овал, середнього віку у хустці з декором двома похилими паралельними рисками на правій щоці і двома лініями на шії, чоловіче в капелюсі з с. Трипілья; голови жіночі – старі з пос. Вільшана I з ознаками вірменоїдного антропологічного типу (пласка потилиця, скошений лоб, середньої ширини обличчя, ніс з

горбинкою), молоді з хрестом на маківці голови з с. Полонисте з пропорційними рисами широкого обличчя з с. Кочержинці, чоловічі з с. Халеп'я і Молодецьке; фрагменти голів.

Медитативний розслаблено-доброзичливий вираз пильнування, відмежованості від навколишнього оточення, внутрішньої зосередженості, внутрішнього споглядання, урівноваженості, спокою, задоволеності спостерігається у 13,43 % зображень, з них у семи очі вузькими щілинами або прикриті віями, у двох округлені, погляд спрямовано в середину, в усіх 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 осіб середнього віку, середньої статури з пунктуацією уздовж нижньої губи, хребет вертикально, руки підняті вгору, лікті в сторони, кисті пальцями вгору утримують з боків посудину на голові; молоді, тендітної статури з довгим прямим волоссям за вухами з с. Володимирівка і с. Томашівка. Це фігури жіночі – вагітної у положенні стоячи з «Платар»; у положенні сидячи на низькому сидінні, хребет випрямлений у нахилі назад, ноги разом випрямлені, руки утримують жезл та руки-бугри а сторони горизонтально; сидячи на високому сидінні хребет випрямлений вертикально, ноги разом, зігнуті у колінних суглобах, супні пальцями вперед 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-вверх 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 систем даоської йоги, до-ін, тайцзи-цигун «Тринадцять Рухів», «Цілющого Дао», М.С. Норбекова, який дослідив біохімічні основи практики тривалого зберігання посмішки за свідомого вольового зусилля, феномену свідомого управління несвідомими процесами при посередництві нервово-м'язової системи та емоційного центру, за рахунок постави і міміки, у лікуванні невиліковних хвороб, психосоматичних розладів (М.С. Норбеков, 2001).

Усі натуралістичні зображення адептів психосоматичних вправ культових практик трипільської культури подані у стані пильнування. Виявлено шість типів мімічної експресії з різною вербально-звуковою артикуляцією, що вказує на диференційний вербально-звуковий супровід. Одні й ті самі варіанти психічно-розумово-емоційних станів з вербально-звуковою артикуляцією характерні для адептів у різних позах, різного віку, комплекції, статі, етнічної приналежності, що вказує на незалежність від цих ознак. 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 візуальна схожість артикуляцій *а* з *я*, *і* з *и*, *у* з *ю*, розширює їх діапазон до восьми, і вказує на практики вібраційно-акустичних вербально-звукових технік. Ці техніки, припустимо, практикувалися, у формі співу, гуку, віщування або моління, переважно, у двох психосоматичних станах: напружено-зосередженого і розслаблено-натхненного, серед яких з незначною перевагою домінує напружено-зосереджений 53,73 %. Серед артикуляційних проявів домінує вимова звуків *о*, *м* (*с*), *а* (*я*). Вимова звуків мантри АУМ (*ОМ*) вголос або подумки поширена в системі індійської йоги, з метою психосоматичної регуляції, гармонізації усіх функцій організму, релаксації, трансцендентності свідомості, а звуків *с* і *сі* у *пранаямах Сіталі* та *Сіткарі*, спрямованих на тамування спраги, охолодження організму, очищення крові, розслаблення очей [6]. В системі *цигун* з метою регуляторно-лікувального впливу на організм людини практикують вимову звуків *на*, *лу*, *же*, *си*, *фо*, *мі*, *с*, *ву*, *ш*, *хау*, *хр*, а у тренінгах *карате*, *дзюдо*, *тхеквондо* - *цси*, *ос*, *іша*, *кіай*, *кіхан* (Гоникман Э.И., 1999; Иванов-Катанский С.А., 2001; Мантэк Чиа, 2000), деякі 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 Culture anthropomorphic cult images. The aim of article is to define the ancient psychosomatic training of psycho-intellectual-emotional and sound-verbal regulation.

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