

УДК 159.99

Е.А. Климова

Смыслы и значения традиционных обрядов в практике психотерапии

Аннотация. В статье описываются смыслы и значения, которыми наделены некоторые традиционные народные ритуалы и обряды. Автор подробно исследует основные обряды годового солнечного цикла – летнее и зимнее солнцестояния и весеннее и осеннее равноденствия, традиции, с ними связанные, их взаимосвязь с жизнью человека и возможность применения в современном мире. Также приводятся некоторые возрастные обряды – «спускание с подола» и «посаждение на коня», смыслы этих традиций и обрядов, а также их значение и возможности и способы применения их в современной психотерапии.

Ключевые слова: народные традиции, психотерапия, обряды, ритуалы.

Е.А. Klimova

Meanings and values of traditional rituals in the practice of psychotherapy

Summary. The article is devoted to the question of traditional national rituals and their meanings and values in the contemporary psychotherapy. The author analyses the main rituals of the annual solar cycle - summer and winter solstices and vernal and autumnal equinoxes, the traditions, connected with them, their relation with human life and the possibility to use them in the modern practice of psychotherapy. Besides the author highlights some traditional rituals related to the age – «getting down from hem» and «putting on a horse», meanings and value of these traditions and ways of using them in psychotherapy.

Key words: national traditions, psychotherapy, rites, rituals.

Народные традиции полны обрядовых и ритуальных практик. Буквально каждое важное событие в жизни человека – от рождения до самой смерти – сопровождалось определенным обрядом. Некоторые из них модифицировались и сохранились в современности, но большинство из них утратило свой первоначальный смысл и кануло в Лету. Тем не менее, обрядовые традиции полны глубоких архетипических смыслов, которые способствовали человеку в его стремлении жить в гармонии с собой и наиболее эффективным способом взаимодействовать с окружающей средой. Рассмотрим некоторые из известных традиционных обрядов с точки зрения их смыслов и значений для человека.

Условно мы можем разделить обряды и ритуалы на несколько типов – одни тесно связаны с циклами солнечного года,

другие – с жизненными периодами отдельно взятого человека, третьи – бытовые, связанные с жизнью людей, их контактом с внешним миром.

В большинстве народных традиций люди придавали большое значение солнцу как источнику жизни и света, изгоняющему тьму, и, соответственно, тесно связывали свои ритмы жизни с солярным кругом. Если говорить об обрядах годового круга, то здесь, в первую очередь, мы останавливаем наше внимание на самых крупных праздниках и обрядах, связанных с основными солярными состояниями, а именно – весеннее и осеннее равноденствия, зимнее и летнее солнцестояния. Многие знания об этих праздниках утратили свою популярность, но стоит отметить, что праздник весеннего равноденствия, Масленица, благополучно дошел до наших дней

и имеет достаточно широкое распространение по всей стране. Традиционно этот праздник олицетворял торжество света над тьмой, переход из зимы к весне, подготовку к новому лету. Во время праздника проводились обряды закличек весны, когда люди всем миром собирались в одном месте и производили различные действия, направленные на то, чтобы весна пришла скорее. Если смотреть на этот процесс поверхностно, то за обычными, а порой и абсурдными, особенно для больших мегаполисов, действиями сложно разглядеть их смыслы и значения. Ведь солнце будет всходить каждое утро на востоке и садиться на западе, весна настанет в любом случае, независимо от того, проводят люди обряд закличек весны или не проводят, в день зимнего солнцестояния день начинает расти, а ночь идет на убыль, и эти явления, по большому счету, не зависят от действий человека. И тогда мы обращаем наше внимание в другую сторону, в сторону человека, этот обряд проводящего и проходящего. Подобные мероприятия призваны, в первую очередь, облегчить переход человека из одного состояния в другое, пробудить его от зимнего сна и настроить на приходящую весну и будущее лето. Этот праздник наполнен ожиданиями и пробуждением, завершением долгой и холодной зимы и началом новой жизни. В этот праздник люди собираются вместе, жгут ритуальные костры, где сжигают чучело Морены, а иначе – смерти, вечно-го сна, с коей ассоциировалась уходящая зима, и поют обрядовые песни – заклички, и делают это не для того, чтобы пришла весна в календарном ее значении, а для того, чтобы обозначить для себя переход из одного состояния в другое. Таким образом, одним из смыслов календарных обрядов является обозначение точек перехода человека из одного состояния в другое, и групповое проживание этого перехода.

Следующий значительный праздник солнечного годового круга – это Купала, летнее солнцестояние. Это самый разгар

лета, тот момент, когда земля достигает самого расцвета своих сил. Празднование этого дня состоит из многочисленных телесных практик, направленных на очищение и плодородие. Традиционно люди прыгали через костер, чтобы очиститься от разного рода скверны, сжигали одежду хворых, чтобы болезнь ушла, купались в воде, умывались росой, ходили по углям. Такие практики, связанные с телесными переживаниями, повышают общий тонус организма, увеличивают его жизненные силы. Одним из важнейших смыслов этих обрядов было телесное раскрепощение молодых людей и девушек – на таких мероприятиях происходили также и своего рода «смотрины», когда в едином хороводе и празднике жизни парни и девки могли поближе присмотреться друг к другу. Таким образом происходило снятие многих комплексов и табу, ограничивающих взаимодействие полов, а также позволяющих более мягко и экологично перейти к следующему этапу – сватовства и женитьбы. Также важен тот момент, что наши предки жили в тесном взаимодействии с солнцем, землей, водой. День летнего солнцестояния овеян большим количеством мифов и легенд о разгуле нечисти, которую необходимо было специальным образом «задабривать» и оберегаться от нее песнями, кострами, шумными играми, что также способствовало преодолению многих страхов перед силами природы.

Праздник осеннего солнцестояния – Осенины, или Таусень – у многих народов совпадает с празднованием наступления нового года – это тот период годового цикла, когда собран урожай, это время подведения итогов и завершения годовых дел. На этот период приходятся обряды свадеб, имянаречений, посвящений, особое значение имеют обряды поминовения и славления предков и родов. Празднование этого дня как обряд также обладает важной точкой перехода из летнего теплого состояния в более спокойное, холодное и застывающее состояние перед предстоящей зимой.

Окружающая природа приобретает новые качества, и подобная отправная точка перехода помогает человеку в этой среде приспособиться наиболее комфортно и гармонично, совершить переход вместе с ней, подвести итоги года, вынести уроки и спокойно перейти в осень и зиму.

Четвертой важнейшей точкой солнечного цикла является зимнее солнцестояние, или Солнцеворот, самый короткий день в году и самая длинная ночь. Основной акцент в праздновании этого дня приходится на обновление солнца, обновление света, а также обновление жизни. Важнейшим моментом нам видится тот факт, что все обряды и праздники направлены на самого человека, на его состояния, на его гармоничное и эффективное взаимодействие с окружающей средой. И не только со средой, но также и друг с другом, ведь все обряды и праздники проводятся в широком кругу людей, где люди узнают друг друга, знакомятся, взаимодействуют друг с другом.

Что касается применения обрядов годового круга в психотерапевтической практике, то здесь важно уточнить, что далеко не всегда у нас есть возможность полностью и точно воспроизвести все традиционные правила и каноны. И тогда важнейшим моментом для нас является именно смысл перехода человека из одного состояния в другое в соответствии с циклами природы вокруг. Воспроизведение элементов этих обрядов в психотерапевтической практике с использованием различных терапевтических техник (например, психодрамы, социодрамы, телесно-ориентированной терапии, рукодельных практик и др.) способствует более высокому уровню осознанности клиентов в переходах в разные состояния, ближайшему контакту с собой в этих состояниях, что в дальнейшем улучшает их качество жизни в общем.

Далее рассмотрим некоторые обряды, сопровождающие жизнь человека. На сегодняшний день написано много литературы по возрастной психологии, где подробно описываются этапы жизни и развития

человека, а также сопровождающие кризисы. Имеет смысл уточнить, что кризис является не чем иным, как переходом из одного состояния в другое и освоением этого нового состояния и пространства, когда имеющиеся модели поведения и инструменты перестают быть адекватными окружающей реальности. Наиболее ярко это видно на примере детских возрастных кризисов, когда ребенок растет, меняется, взрослеет, и эти процессы достаточно очевидны. Более очевидны, чем переходы в период взрослости. В народной традиции все такие переходы сопровождались специальными ритуалами и обрядами, с помощью которых вовремя и аутентично происходил этот переход. Если говорить о детских переходах, то известны такие обряды, как «спускание с подола» и «посажение на коня». Эти обряды приходятся на период детского кризиса трехлетнего возраста, которому в современной литературе придается очень большое значение. Напомним, что это тот период в жизни ребенка, когда он переживает становление собственной личности и сознания, переходит к новому типу взаимоотношений с другими людьми и средой. Этот процесс, конечно, касается не одного только ребенка, но все сообщество, в котором он проживает, – всю семью, всех окружающих людей, как взрослых, так и сверстников. Если говорить о современном обществе, то это один из первых периодов обращения родителей к психологам за помощью с «неуправляемым» ребенком. Логичное отсутствие знаний в области возрастной психологии и утраченные знания традиций и обрядов во многом обуславливают растерянность и беспомощность молодых родителей, особенно первых детей, и этот период, как правило, охарактеризовывается как «сложный» период в жизни семьи. В традиции же этот период ознаменовывался рядом обрядов, помогающих не только ребенку, но и всему миру вокруг принять новые изменения спокойно, логично и без сильных эмоциональных потрясений.

До возраста примерно 3-4 лет и девочки, и мальчики не имели гендерного различия – ребенка звали «дитем», одеты они были примерно одинаково в длинные бесполое сорочки, не принято также было стричь детям волосы до этого момента.

Сам обряд же символически ознаменовывал вход ребенка в мужской или в женский мир в зависимости от пола. С этим было связано множество ритуальных действий и переживаний, которые касались не только одной семьи, но и другие люди также принимали в них участие. Описание обряда в общих чертах заключается в том, что ребенка мать сажала на колени, после чего спускала по подолу на землю, где он уже стоял своими ногами. В период этих обрядов ребенок на символическом социокультурном уровне приобретает половую принадлежность – девочке папа дарит первые бусы, обозначая ее принадлежность к женскому миру, восхваляя ее красоту, а мальчика сажают на коня и катают вокруг дома, обозначая его принадлежность к мужскому миру. Таким образом, семья переживает переход ребенка из состояния «дитя» в состояние «мальчика» или «девочки», это происходит не просто в тесном семейном кругу, а при скоплении народа, часто такой обряд проводился на несколько семей сразу.

Подобного рода мероприятие позволяет всей семье включиться в процесс перехода в качественно новое состояние и пережить

его во всей его полноте и эмоциональной насыщенности. Такое символическое действие имеет глубочайший смысл и во многом облегчает жизнь целой семье. Ребенок приобретает новые качества и, соответственно, новое отношение, новые обязанности и роли, а мама получает возможность пережить факт взросления ребенка, отпуская сына, к примеру, в мужской мир. После обширного празднования и ритуальных действий семья – и ребенок, и родители – входят в новые качества, у них меняются задачи и инструменты их исполнения. И в таком случае сами собой исключаются скандалы и неурядицы этого периода жизни ребенка и семьи.

Реальность психотерапевтической практики, особенно работы с группой, позволяет на символическом уровне прожить подобного рода переходы – и когда речь идет о самом себе, и когда речь идет о детях. Такая работа получается эмоционально насыщенной и позволяет прожить эти переходы мягко и экологично, исключая возможность ретравматизации опыта. Психотерапевтические практики с использованием обрядов и ритуалов способствуют гендерной идентификации, помогают пережить и переиграть травматичный опыт прошедших возрастных кризисов, получить новый опыт проживания кризисных состояний и возможность опираться на них в дальнейшей жизни.

Литература

1. Адоньева С.Б. Ритуал, он же – обряд. Разговор об определениях. Персонал-Микс., 2007. Вып. 6.
2. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – СПб., 1997.
3. Мухина В.С. Психология детства и отрочества. – М., 1998.
4. Тэрнер В. Символ и ритуал. – М., 1983.

References

1. Adonyeva S.B. Ritual, on zhe – obryad. Razgovor ob opredeleniyah – Personal-Miks., 2007. Vyp.6.
2. Vygotsky L.S. Voprosy detskoy psihologii. – SPb., 1997
3. Muhina V.S. Psihologiya detstva I otrochestva. – M., 1998
4. Termer V. Simvol i ritual – M., 1983.