

## Секция «Иностранные языки и регионоведение»

### Живительная сила смеха: от языческого ритуала к медицинской практике

Гуренкова Юлия Викторовна

Соискатель

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет  
иностранных языков и регионоведения, Москва, Россия

E-mail: jgurenkova@mail.ru

Настоящее исследование посвящено рассмотрению жизнеобразующей функции смеха в ритуальной практике в сопоставлении с современной научной теорией о пользе и благоприятном влиянии данного явления на здоровье человека.

Смех издавна считался символом жизни. В древнем мире он выступал в качестве «жизнедателя», силы, способной возродить и пробудить. Более того, смеху приписывали способность вызывать жизнь не только человеческую, но и жизнь растительной природы.

О творящей силе смеха повествует «Лейденский папирус», датированный III в. н.э.: «Когда бог смеялся, родились семь богов, управляющих миром. . . Когда он разразился смехом, появился свет. . . Он разразился смехом во второй раз – появились воды. . . » [см.: Борев 1970, с. 33]. Итак, смеху отводится роль *сотворителя мира*. Для архаического умозрения понятия «смех» и «свет» являются родственными. Смех рождает жизнь, а значит, и свет, потому что жизнь невозможна без света.

Смех являлся необходимым при зачатии ребенка, родах, в свадебном обряде. Как известно, древние якуты чтили и поклонялись богине родов Ийехсит, которая помогала роженицам тем, что во время родов *смеялась*. Также отмечается, что Ийехсит смеялась, чтобы вызвать беременность. Добавим, что «смех у некоторых народов когда-то был обязательным во время обряда посвящения при наступлении половой зрелости, сопровождая момент символического нового рождения посвящаемого» [Пропп 2002, с. 134].

Ритуализированный характер носил и смех на свадьбе. Все *обязаны* были веселиться, т.к. это было залогом благополучия будущей семьи. Смех на свадьбе имел жизнеутверждающую функцию. Это смех светлый и объединяющий.

В памятниках культур различных народов мира зафиксировано, что в древности люди смеялись на похоронах или при убийстве с целью вызвать «новое рождение» (В.Я. Пропп). Так было, например, у древних египтян (в похоронном обряде), сардов (в обряде убивания стариков), троглодитов (побивавших покойников камнями), финикийцев (при умерщвлении своих детей), фракийцев (когда кто-либо находился при смерти), восточных славян (в поминальном обряде). В.Я. Пропп определяет подобный смех как *обрядовый* или *ритуальный*. Отличительной чертой такого смеха является его «внекомическая» природа. Он не имеет ничего общего с обычным весельем.

По мнению З. Кузели, смех на похоронах предназначался для самого умершего, а не для живущих. И связана эта традиция с древним культом души. Такой же точки зрения придерживается К. Грушевская, полагавшая, что смех погребального обряда связан с древнейшей традицией «бужения покойника». Люди архаики верили в то, что смерть не означает конец жизни, напротив, они воспринимали ее как начало жизни иной. И смех необходим был для того, чтобы помочь этой «жизни» проявиться. М.Т. Рюмина [2006,

с. 142] указывает, что «в смехе при смерти выразилось своего рода антиповедение. Но это антиповедение служило «оберегом» для человека, оказавшегося между жизнью и смертью».

Итак, ритуальный смех сопутствовал вступлению в жизнь – будь то рождение, бракосочетание (вступление в семейную жизнь), или переход в иную жизнь – возрождение. Почему же возникал именно смех? По мнению В.Я. Проппа, смех – это особое колебательное, спазматическое движение, способное «воззвать» к силам природы, повлиять на нее. Вообще любое заметное проявление эмоций в древнем мире рассматривается как привлечение к себе внимания с *той* стороны. И смех, несомненно, был одним из важнейших «средств общения» с *другим* миром, определенным сигналом, взывающим к высшим силам.

Сегодня традиция ритуального смеха почти утрачена (встречается, пожалуй, лишь у некоторых африканских племен). Смех на свадьбе в современном мире не имеет ничего общего со смехом ритуальным, это лишь естественное выражение радости. Отношение людей к смерти кардинально изменилось. Плач полностью вытеснил смех, став доминирующей эмоциональной реакцией на уход человека из жизни. Безусловно, такой переход связан с отказом от языческих верований и традиций и принятием канонов монотеистических религий. В наши дни смерть больше связана со страхом и страданием. Чрезмерный же смех, к примеру, в христианстве приравнивается к греху.

Однако хоть уже и забыта первоначальная жизнеобразующая функция смеха, в настоящее время каждому известно, что смех продлевает жизнь и полезен для здоровья.

«Веселое сердце благотворно, как врачевство, а унылый дух сушит кости» (Притч. 17, 22). Среднеазиатская пословица гласит: «Кто много печалится, тот до срока старится» [Восточная мудрость 2010, с. 29]. Первые упоминания о смехотерапии есть в китайских манускриптах, согласно которым, был обычай собираться в храмах и смеяться в целях укрепления здоровья. У древних римлян были священные паяцы, которые могли вылечить силой улыбки.

Смех помогает человеку снять психологическую травму, успокаивает его и лечит. С этой точки зрения, смех жизненно необходим, он является настоящим терапевтическим средством. Он нужен человеку, чтобы не отчаиваться и выжить в этом мире.

Смех освобождает человека от негативной и разрушительной энергии. В том, что смех полезен, сомневаться не приходится. Ученые доказали, что веселые люди болеют гораздо меньше хмурых. Изучением смеха и его влияния на организм человека занимается раздел психиатрии – гелотология («gelos» в переводе с греческого – «смех»). В чем же живительная сила смеха? Когда мы смеемся, почти все наши мышцы сначала сжимаются, потом расслабляются. Дыхание и пульс на короткий срок учащаются, благодаря чему кровь обогащается кислородом, что улучшает кровообращение. А в головном мозге происходит снижение чувствительности к боли, вырабатываются эндорфины – так называемые «гормоны счастья», которые способны уменьшить боль и улучшить настроение. Смех – главный противник депрессии. Было доказано, что за время смеха в организме снижается количество гормонов стресса – кортизола и адреналина. И наконец, считается, что одна минута искреннего смеха заменяет 40 минут отдыха.

Пусть в современном мире мы не приписываем смеху того могущества, которым он обладал в архаичной культуре. Тем не менее смех остается важнейшим спутником жизни. Это энергия, способная «встряхнуть» человека от обыденного и скучного. Смех

дает нам силы и желание жить.

### **Литература**

1. Борев Ю.Б. Комическое. М., 1970.
2. Восточная мудрость: Пословицы и поговорки народов Средней Азии. М., 2010.
3. Пропп В.Я. Проблемы комизма и смеха. М., 2002.
4. Рюмина М.Т. Эстетика смеха: Смех как виртуальная реальность. М., 2006.