

Журавіны супраць лімонаў

Кожнага сёння хвалюе тэма здароўя і яго ўмацавання. За апошнія стагоддзі нашаму народу даводзілася перажываць розныя хваробы і эпідэміі. У фальклоры назапашаны веды і метады, якія ў самыя складаныя часы дапамагалі людзям перажываць благое. Напрыклад, лімонаў у нас не спажывалі, а вось ягады, багатыя на вітамін С, заўсёды былі на веснавым стане. Ёсць у нас і традыцыйныя рэцэпты, як зараз кажуць, псіхалагічнай падтрымкі, — механізмы засцярогі ад кепскіх навінаў, стрэсаў, бяды. Даследаваць асаблівасці народнай культуры і здароўя дапамагла фалькларыст, этналінгвіст, доктар філалагічных навук, загадчык аддзела фалькларыстыкі і культуры славянскіх народаў Цэнтра даследаванняў беларускай культуры, мовы і літаратуры Нацыянальнай акадэміі навук Беларусі Таццяна ВАЛОДЗІНА.

— Ведаю, што вы вивучаеце традыцыі, звязаныя з траўніцтвам, традыцыйнымі лекамі. Зараз уся прырода абуджаецца. Верагодна, нашы продкі карысталіся раслінамі, што знаходзяцца ў фазе росквіту? Магчыма, збор такіх зёлак можа быць больш карысным, чым, напрыклад, пад восень, па народных уяўленнях?

— Так, летась у выдавецтве «Беларуская навука» выйшла кніга «Расліны ў традыцыйнай культуры беларусаў». І гэта не проста зборнік рэцэптаў ці апісанняў зёлак, але спроба паглядзець на раслінны свет вачыма нашых продкаў. Зварот да цэлай палітры ўяўленняў, вераванняў, міфалагічных вобразаў, рытуалаў дазволіў убачыць, што выкарыстанне прыродных сродкаў абавязалася не толькі на іх рэальныя ўласцівасці. Яны былі ўключаны ў міфапаэтычную карціну свету. І выконваюцца шэраг умоў збірання і спажывання. Правілы збору зёлак найперш вызначаліся канкрэтным відам расліны. Асабліва дзейснымі яны лічацца ў час цвіцення. Але шэраг лекавых сродкаў назапашваюць і ўвесну, асабліва гэта тычыцца пупышак, кары. Вялікі знаўца народнай медыцыны Францішак Фярэнька ў канцы XIX стагоддзя напісаў, што хораша «ад пуду адвар з кары асінавай у маі збіранай перад усходам сонца». Вельмі важным правілам было і застаецца збіраць зёлкі з павагай да прыроды, з вераю ў іх лекавыя ўласцівасці, з малітвай. Цікава, калі капалі карэньчыкі асобных траў, у выкапаную ямку клалі кавалачак хлеба з падзякаю за лекі.

— Зараз модна для барацьбы з авітамінозам піць штучныя вітаміны ці, напрыклад, есці лімоны. Але цытрусy ў нас не растуць. Што ўвесну ўжывалі на нашых землях для гэтай мэты?

— У добрай гаспадыні на весну прыходзіўся пік спажывання загатаваных з вясны ягад, багатых на вітамін С. А гэта ўсім нам добра вядомыя чорныя парэчкі, журавіны, брусніцы, каліна. Прычым менавіта гэтыя ягады захоўваліся доўга без кіпячэння — у сырым выглядзе, перакручаныя з цукрам. Гэта мы зараз перайшлі на каву і купленую гарбату, нашы ж бабулі падоўгу пілі завараныя зёлкі, настоеныя ягады. І гэта таксама ўмацоўвала здароўе, стварала натуральную перашкоду для хвароб.

— Якія з народных рэцэптаў найбольш папулярныя і, магчыма, актуальныя і сёння, каб таксама абудзіцца, адчуваць сябе больш гарманічна? Што раіць мудрасць бабуль?

— Абуджэнню ўвесну спрыяў пачатак сельскагаспадарчага цыкла... А вось падтрымаць свой арганізм дапамагалі і супы з першых вясновых раслін, той жа крапівы, сніткі. Такі вось выпадак, калі бедныя часы аўтаматычна пераводзілі на больш карысную страву.

— Таццяна Васільеўна, ці даводзілася вам пры даследаваннях адзначаць нейкі рэцэпт збору травы ці зёлкі, які потым вы паспрабавалі выкарыстаць самастойна?

— Пры падрыхтоўцы кнігі мы з калегамі запісалі вялікую колькасць рэцэптаў, часам супярэчлівых. Да таго ж — у вёсцы ніхто не вымярае на вагах, не засякае час, усё робіцца на вока і інтуітыўна. А вось асноўныя правілы захоўваюцца: не сушыць зёлкі на сонцы, не захоўваць у поліэтыленавых пакетах, лепш не запарваць кіпнем, а заліваць гарачай вадой і даводзіць адвар нейкі час у цёплай печы. Менавіта бабулі навучылі мяне пры прастудных захворваннях найперш піць запараныя дубчыкі маліны, варэнне толькі дадаецца, але яно зусім не галоўнае. І пры бяссонніцы не хапацца за пузырок з валяр’янкай, а глыбока ўдыхаць яе высушаныя карэньчыкі. Дадам, што я не заклікаю карыстацца толькі народнай медыцынай: пры неабходнасці трэба абавязкова звяртацца да ўрача.

— За час існавання наш народ неаднойчы перажываў эпідэміі. Якое стаўленне склалася да такіх хвароб? Якія міфы з імі звязаны? І чым звычайна заканчваліся гісторыі, звязаныя з тымі ж паморкам, халерай і іншымі?



ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ

[Как долечиваются те, кто перенес коронавирус](#)

— Сапраўды, на беларускіх землях неаднойчы лютавалі страшныя эпідэміі, тая ж чума, халера, воспа, пакідаючы за сабою фактычна пустыя вёскі. Ладна нацярпеліся і ад сезонных, эпізадычных інфекцыйных усплёскаў — ад тыфу і шкарлятыны, дыфтэрыі і малярыі, да гэтага часу актуальныя сухоты і тая ж інфекцыйная пнеўманія. І вакол кожнай народ выпрацаваў цэлы комплекс своеасаблівых рэцэптаў. Нават самі гэтыя хваробы, менавіта інфекцыйныя, увасобіў у выразных міфалагічных вобразах. Гэта такія яркія партрэты, што тлумачаць часам і самую прычыну захворвання чалавека. Прыклад: «Пашоў у нас адзін чалавек у лес па бярозавы сок, набраў яго поўна вядро да панёс да гасподы. От падходзіць ён ужо к вёсцы, аж кала дарогі на плоце сядзіць якаясь вельмі худая паненка да й просіць піць. Той чалавек падаў ёй вядро з сокам. Глынула яна трохі соку да й прапала, бы ў землю правалілася. Дагадаўся той чалавек, што гэта была трасца, але няма чаго рабіць, пашоў дамоў... (запісаў А. Сержпудоўскі ў вёсцы Рожан Слуцкага павята ад Рэдкага).

Звяртае на сябе ўвагу, што ў большасці такіх выпадкаў хваробу прывозіць, прыносіць на плячах чалавек, які фактычна паспачуваў схуднелай старэчы і паслухаў яе просьбу падвезці, папіць... Але народ не асуджае дабрыню, крыў Божа, проста лішні раз нагадае, што ў небяспечныя часы трэба быць асцярожным, не кантактаваць, як кажуць, з невядомымі і страшнымі.

Правіла персаніфікаваць хваробу, уяўляць яе ў вобразе пэўнай жывёліны ці, часцей, чалавека мае як міфалагічныя, так і псіхалагічныя прычыны. Так, псіхалагічна чалавеку ўласціва выносіць прычыну нездароўя па-за сябе. Не сам вінаваты, што — скажам

Алена Яско. Журавіны супраць лімонаў

сучаснымі рэаліямі — паехаў у небяспечныя краіны ў такі час. Не, па дарозе ўселася на цябе муха-інфекцыя. З увасобленай з’явай намнога лягчэй весці дыялог ці вайну, чым з нечым няўлоўным, нябачным, незразумелым. Тую ладную дзеўку-трасцу можна залагодзіць, падмануць, адправіць куды, наабяцаўшы «сталы засціланыя, кубкі наліваныя». Ну а пачварную кабету-халеру народ уяўляе такой худой і сіняй, што міжволі думаеш: такая здыхля доўга не працягне. Ёсць у нас гісторыі і пра праўдзівы двубой з такой зламыснай кабецінай, калі чалавек вымушае яе сысці і ніколі не вяртацца.

— Сучасныя Viber-чаты напоўнены народнай творчасцю, звязанай з каронавірусам. Ці можна лічыць, што гэта таксама працяг нашай фальклорнай традыцыі, своеасаблівы сродак, каб пераадолець паніку?

— Безумоўна. Як кожнаму чалавеку, так і калектыву, соцыуму, народу ў цэлым уласцівыя пэўныя псіхалагічныя механізмы засцярогі ад кепскіх навінаў, стрэсаў, бяды, асабліва калі яны працяглыя ў часе. Страх — самае старажытнае і моцнае з чалавечых пачуццяў, ну а самы старажытны моцны страх — страх невядомага. Так, беларусы вельмі і вельмі цярпелі ад эпідэмій. Але цяпер на нас абрынулася нешта зусім новае, нязвяданае і таму яшчэ больш страшнае. Адным з асабліва дзейсных сродкаў справіцца са страшным выступае менавіта высмейванне, ператварэнне страшнай рэчы ў камічную сітуацыю.

— Таццяна Васільеўна, каб пераадолець паніку і страх, псіхолагі раяць абапірацца на вопыт продкаў. Што з гэтага вопыту, якія парады можна скарыстаць зараз?

— Усе абрады скіроўваліся на калектыв у цэлым. На вёску, не на кожнага паасобку. Сцвярджалася ідэя, што засцерагчыся і ўратавацца можна толькі супольна, агульнымі намаганнямі.