

Многоликий ритм

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка (г. Суми)

Ритм принадлежит к удивительнейшим тайнам природы и искусства.

Ф. В. Шеллинг

Постановка проблеми. Ритмы управляют Вселенной, миром и природой, определяют ход истории. Не случайно индийская философия возводила ритм в мирообразующий принцип, а древние греки считали ритм принципом, проникающим все мироздание. Ритм можно уподобить Абраксаму – в понимании гностиков I–III веков – *верховному главе небес и эонов, олицетворению единства мирового времени и пространства.*

Вселенская ритмическая повторяемость ощущается как некая опора в потоке времени, как выражение стабильности в процессе изменчивости с диалектикой торжества и различия “на всем диапазоне материи – от анатомо-молекулярного уровня до ритмов человеческой истории”.

Космический масштаб значимости ритма впечатляющ, есть понимание ритма как всеобщего закона, как упорядочивающего всеприсутствия его в макро- и микромире, организующей роли его во всех проявлениях жизнедеятельности и т. д. Однако громадный биосоциокультурный познавательный потенциал ритма практически не востребован учебной литературой для студентов высшего физкультурного образования. Ритм скудно представлен в теории физического воспитания и спорта, его практически нет в педагогике спорта, эстетике спорта, философии спорта.

Цель исследования – изучение философско-антропологической рефлексии ритма с выявлением его “многоликой” сущности, показом модусов его бытия в широком спектре проявлений, дабы привлечь к нему творчески-просвещенное, спортивно-теоретическое и эстетико-философское внимание лиц, причастных к подготовке учителей физической культуры и тренеров.

Изложение основного материала исследования. Ритм множествен, универсален и вездесущ. Есть неизменные, вечные ритмы. Солнце восходит также медленно и спокойно, как и тысячу лет назад. Так же равномерен морской приплеск. Птицы не стали летать быстрее, а деревья – расти. Не изменяется величественный ритм невесомого облака, падающих дождевых капель, тихого шелеста колосающегося пшеничного поля. И какими бы древними ни были эти и другие ритмы (ритмы гор, туманных ущелий, песчаных дюн и др.), они остаются современными, звуча в памяти каждого поколения. Те, кто прислушивается к ним, становятся, наверное, сильнее, чище и мудрее.

Неспешные ритмы жизни традиционных обществ, большинство которых описаны А. Тойнби, вытеснены к настоящему времени убыстряющимися ритмами техногенной цивилизации, истоки которых восходят к XIV–XVI столетиям, к началу становления капитализма в Европе. Древнекитайская притча о “мудреце”, который, пытаясь ускорить рост злаков, стал тянуть их за верхушки и вытянул из земли, является, быть может, предостережением и нам, подчинившим свою жизнь молоту убыстрения скоростей и ритмов.

Ритм выступает специфическим способом упорядочивания пространственно-временного континуума во множестве видов деятельности (труд, повседневность, спорт, искусство) и потому имеет множество паттернов. В бесконечном многообразии пространственно-временных контекстуальных проявлений (явлений) он расставляет силовые, смысловые, денотативные, коннотативные и другие акценты. Ритм выполняет также экспансионистскую роль как по отношению к определяемым характеристикам техники сценических и спортивных движений, так и к характеристикам неопределяемым [2]. Наиболее частыми предикатами ритма выступают “чередование” (“повторяемость”), “упорядоченность”, “формообразование” (“организация”), “акцентирование”, “контрастность”.

Ритмическая составляющая присутствует во всех видах человеческой деятельности, особенно в художественной активности человека, поскольку способность художественного и эстетического восприятия мозга по своей биологической природе опирается на ритм. Без звуковой, вербальной (словесной), живописной (колористической), объемно-силуэтной, светотеневой, пластически-двига-

тельной, жестово-мимической, тоново-высотной ритмики в художественно-творческой и эстетически-воспринимающей или активной жизни человек просто перестает быть человеком [1].

Давно замечено также, что воспринимаемый ритм движенческих искусств, звучаний, очертаний “магически” отзывается в чувствах людей, завораживает их своей суггестией, влечет к себе своей тайной. И нашему современнику знакома зачарованность магией ритмических движений *мастера*, художественно срабатывающего совершенные декоративные и иные предметы обихода, радующих своей поэтической метафоричностью, “золотая зрелость которых исцеляет сердце”, потому что “все хорошие вещи смеются” (Ф. Ницше). Конечно же, “Красота – не прихоть полубога, а хищный глазомер простого столяра” (О. Мандельштам).

Многолики проявления эстетической ипостаси ритма. В архитектурной композиции города он служит основополагающей категорией для многообразных возможностей выявления всех эстетических соотношений единичного и всеобщего.

Богатые эстетически-организующие возможности ритма проявляются в таких формах массового общения, как военные и спортивные парады, торжественные церемонии, праздничные манифестации, в которых ритм способствует созданию впечатляющих по красоте и размаху зрелищ. Наряду с эстетической значимостью в этих видах массового действия, ритм обнаруживает здесь и свои суггестивные возможности, настраивая психику людей на единый лад.

Ритм выполняет эстетически-организующую роль и в живописи, так как он взаимодействует с композиционными законами контрастов, цельности, типизации и новизны, и поэтому занимает широкий диапазон действия в творчестве художников.

Одним из ключевых (фундаментальных) эстетических предикатов ритма является упорядоченность. Ритм упорядочивает архитектурные и живописные композиции, организует плоскость картины или фасада, придает им строгость и цельность. Ритм упорядочивает поэтические строки, “расставляет” акценты и паузы соответственно стихотворному размеру.

Ритмически упорядоченное предметное окружение действует на человека суггестивно. По мысли Ф. Ницше, ритм колоннад, по которым мы бродим, настраивает нашу душу и наши движения на подражание тому, что мы видим – на покой и грацию, на вдохновение к благородным жестам, как это бывает в благородном обществе. Это “благородное общество” сообщает человеку, отмечал автор “Лезвия бритвы” И. А. Ефремов, особую подтянутость – алертность, которой учат актеров, актрис, манекенщиц, танцовщиц – всех, для кого важно их женское и мужское очарование, и в которой наиболее резко выступает активная энергия тела. Ритмы старых зданий, одухотворенных гением и интуицией их создателей, дают человеку тепло и силу. И, как знать, может быть Петербургский балет так славен потому, что его артисты формировались на творениях Монферрана и Растрелли.

Еще более сильным является влияние на человеческую душу и тело ритмов природного окружения. Тот, кто живет в краю мочучих, суровых дубов, замечал Гете, отличается от человека, ежедневно прогуливающегося в прозрачных березовых рощах. Природа учит гармонии, она – колыбель художественных талантов. Лес, соловей, травы, цветы – естественные стимуляторы эмоциональной сферы человека. Следование принципу природосообразности в воспитании (высказанному Демокритом и развитому Коенским, Руссо, Песталоцци, Дистервегом, Сквородой и др.) наиболее благотворно для проявления и развития существенных сил человека.

Упорядоченные ритмом, обретшие форму линии на бумаге превращаются в графическое изображение; обретшие форму краски на холсте – в живописный образ; обретшие форму музыкальные звуки – в Первый фортепианный концерт П. Чайковского. Различные виды спорта, танца, циркового искусства – это обретшие те или иные ритмы и форму виды телодвигательной активности человека.

Двигательный ритм проявляет себя в упорядоченном чередовании различных временных интервалов: сильных и слабых (акцентированных и пассивных) частей целостного двигательного акта. Это значит, что двигательный ритм (как и многие иные ритмы) выступает фундирующим началом, организующим распределение усилий в пространстве и времени.

Двигательные ритмы начали восприниматься, воспроизводиться и создаваться задолго до появления спорта, раньше атлетики минойского и микенского периодов культуры. Им предшествовала стихия ритмики танца (пляски), который формировался параллельно с пантомимой, отражая сексуальные влечения, игральные настроения, выражая радость жизни, возбуждение перед воинственными актами, религиозные настроения, представляя какой-нибудь ритуал. В искусстве танца выработывалась собственная двигательная лексика, свой “телесный язык”, отличный от языка жестов обыденной речи, в ритмопластике которого выражались и собственные состояния танцора.

В спорте тоже можно видеть ритмичность, сопряженную с самовыражением отдельного человека и команды в целом, которая может быть прослеживаемой как в течение одной игры, так и на протяжении их серий. Составляющими единой ритмичности в этих случаях являются чувство удовлетворения, радость от экспромтного или импровизационного согласования нескольких действий, образовавших неожиданное и удачное единство как законченную часть какой-то более масштабной целостности. Еще более впечатляет единство ритма как единство действия в целостности балетных спектаклей, где торжествует гармоническая слаженность, согласованность, абсолютная ансамблевость в сочетании с безупречной техникой, безукоризненной синхронностью кордебалета и блестящей виртуозностью солистов, артистичностью, воодушевленностью и почти мистической, “религиозной” поглощенностью всех участников тем, что они делают. Той религиозной, осознаваемой или неосознаваемой, “связанностью” с чем-то, что невысказуемо с помощью языка слов, и что присутствовало, по-видимому, в мистериях ранних цивилизаций. В них властью музыки и танца восстанавливалось (обреталось) единство души с космическими силами, примирялось внутреннее с внешним, очищалась душа в катарсисе. Проходивший инициацию мог достичь экстаза – выхода за пределы личной ограниченности. Важность танцев древних ритуалов, по мнению Г. Хоуна, состояла в том, что они были первыми намеками на религиозное служение, на связанность (религии – значит связывать) их труда и повседневности с энергией и материей, проистекающими из бесконечного источника [5]. Вся деревня могла впадать в ритмический транс, который психологически способствовал обретению “коллективного разума” и гармонизировал внутренний мир отдельного человека со всей общиной. Обряд, по сути своей, – это танец, посредством которого, только помогая себе словом (язык речи еще слишком неразвит, но уже богат “язык тела”), примитивный человек, обретая “чувство первосущего”, или “чувство всеобщего” и переживая единство с ним, создает упрощенную единую картину мира. Символическая расшифровка изображений первобытного искусства привела к гипотезе о понимании древним человеком “всеобщего порядка вещей”, о наличии у него космогонических представлений [4].

Ритмичность и циклическая повторяемость царят в микро- и макромире. Парадигма циклов стала важнейшей и неотъемлемой частью методологии науки. Фундаментальное учение о циклах в природе и обществе, подчиненных солярным процессам, было разработано А. Чижевским, который на огромном статистическом материале доказал, что периодические изменения активности Солнца влияют на физические и химические процессы на Земле, на интенсивность эпидемий и болезней, на массовые социальные движения. Важную роль пульсирующие (ритмические) процессы играют в теории этногенеза Л. Н. Гумилева. Об эпохальной пульсации мировой культуры писал П. Сорокин.

В современном научном и философском дискурсе под циклом понимаются эволюционные циклы, в ходе которых социальная система проходит новые состояния, подобные, но не тождественные тем, которые она проходила раньше. Поэтому исторический цикл по сути представляет собой волну изменений во времени и пространстве со множеством переходов и критических “точек бифуркации”, в которых исход событий заранее не предreshен, с воспроизводством на новом витке, в новых условиях подобных, в чем-то сходных явлений и ситуаций. И поэтому динамика и ритмы развития общества обсуждаются как фундаментальные проблемы движения социально-исторических систем [3].

Парадигма циклов давно стала достоянием теории спортивной подготовки. В форме концепции цикличности тренировочного процесса как составляющей технологии повышения спортивного мастерства она основательно разработана в отечественной теории спорта Л. П. Матвеевым и В. Н. Платоновым. В структуре микроциклов определены варианты оптимального построения отдельных занятий, их направленность и величина нагрузок, динамика процессов утомления–восстановления и общего функционального состояния организма, обусловленных чередованием нагрузок и отдыха, индивидуальными особенностями реагирования на нагрузки, режимом жизни спортсмена, а также биоритмическими факторами. Можно считать доказанным, что согласованность тренировочных микроциклов с фазами биоритмических колебаний функционального состояния организма типа обменно-трофических биоритмов, положительно сказывается на развитии тренированности.

Длительность мезоциклов, характер распределения в них нагрузок тоже испытывают на себе влияние биоритмических колебаний, в данном случае – влияние околосесячного физического биоритма.

В ритмах спортивных движений комплексно проявляются кинематические и динамические характеристики техники двигательных действий. Поэтому ритм является характеристикой интеграль-

ной. Это, казалось бы, непритязательное утверждение опирается, на самом деле, на глубокое философское обоснование, априори наделяющее феномен двигательного ритма качеством интегральности. Дело в том, что взаимодействия и взаимосвязи всех уровней организации материи (физического, химического, биологического, психофизического), вписанных в пространственно-временные закономерности, осуществляются дифференцирующими и координирующими механизмами, интеграторами которых являются ритмы этих уровней и ритм жизнедеятельности природы в целом. Потому и в музыке “ритм как живая система импульсов выразительности, развивающихся во времени”, тоже мыслится характеристикой интегральной, поскольку “ритм впитывает в себя токи выразительности и гармонии” (В. Н. Холопова, 1983).

В ритмах многих спортивных движений (выступление гимнастов, фигуристов и др.), как и в ритмах природы социума и искусства, можно также видеть пространственно-временные и динамические повторения подобного, но не одинакового, как, например, в волнах моря или в строках хорошей поэмы, которые бесконечно варьируют свою программу.

Ритм является основой формирования пространственно-временной организации единства спортивного двигательного действия. Говоря об эстетических свойствах ритма, следует иметь в виду, что речь идет о живых движениях, а не о простой механической повторяемости, которую в обиходе зачастую называют ритмом. Монотонная автоматизированная повторяемость дробит внимание и разрушает целостность восприятия. Живой ритм создается не буквальным повторением какого-либо элемента или техники в целом, а его претворением в нюансах в новой, постоянно возобновляющейся целостности спортивных движений (его “интонированием”, если бы речь шла о произведении искусства) и акцентированием. Живой ритм предполагает повторение одного и того же элемента в новой технической позиции и различных элементов в аналогичной технической позиции. Это придает новые оттенки спортивному мастерству. Градация этих ритмовых оттенков (вариаций) в разных видах спорта чрезвычайно сложна.

Технические действия в спорте являют собой диалектику объективного и субъективного (объекта и субъекта техники). Единство и коллизии этих двух начал составляют существо живого ритма в спорте. При этом эстетика ритма обязательно предполагает определенную субъективную активность и без нее мыслится не может. (Диалектические экспликации ритма были развиты в тридцатые годы XX столетия в применении к разным видам искусства: Б. Асафьевым – к музыке; Н. Тарабукиным – к живописи; Д. Недовичем – к скульптуре; то есть задолго до разработки темы ритма в теории спорта).

Выводы. Вышеизложенное позволяет считать, что категориальный статус биосоциокультурного феномена ритма должен быть многоаспектно представлен в развернутых характеристиках в спортивно-педагогической, спортивно-теоретической и иной учебной литературе в системе высшего физкультурного образования, потому что ритм – явление диверсивное, универсальное, всеприсутствующее; потому что ритм является комплексной характеристикой разноуровневых предметов и процессов, а также интегратором всех составляющих техники двигательных действий – их кинематических, динамических и иных измеряемых и неизменяемых характеристик.

Перспективы исследований. Дальнейший научный, социокультурный, эстетико-философский поиск может быть связан с осмыслением полисущности ритма в разных формах культуры, в разных видах искусства, в том числе и в разных “движенческих искусствах”, а значит, и видах спорта.

Литература

1. Киященко Н. И. Эстетика – философская наука.– М.: Изд. дом “Вильямс”, 2005.– 592 с.
2. Косяк В. А. Ритм як естетична характеристика спортивних рухів // Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні.– Луцьк: Надстир'я, 1994.– С. 341–342; Косяк В. А. Ритм, его качественные и количественные интерпретации.– К.: ДНТБ України, 1995.– Рук. доп. 12.10.1995.– № 2289 Ук. 95.– С. 16.
3. Пантин В. И. Ритмы общественного развития и переход к постмодерну // *Вопр. философии.*– 1998.– № 7.– С. 3–13
4. Рибакон В. А. Язычество древней Руси.– М.: Наука, 1987.– 782 с.
5. Хоун Г. Черепаха и скрипка // *Аум . Синтез мистических учений Запада и Востока.*– М.: Терра, 1990.– № 3.– С. 253–279.

Анотації

Осмысленность ритм як універсальний і всюдисущий поліпостасний феномен мікро- і макросвіту в диверсивності його сутнісних проявів. Показано, що вся людська життєдіяльність – від функціонування організму до історії людства – сповнена найрізноманітнішими ритмами.

Ключові слова: ритм, парадигма циклів, циклічність тренувального процесу, біоритмічні коливання.

Осмысливается ритм как универсальный и всепроникающий полифасный феномен микро- и макромира в диверсифности его сущностных проявлений. Показывается, что вся человеческая жизнедеятельность – от функционирования организма до истории человечества – пронизана самыми разнообразными ритмами.

Ключевые слова: ритм, парадигма циклов, цикличность тренировочного процесса, биоритмические колебания.

The rhythm is considered as a universal and ubiquitous polyfacial phenomenon of both micro- and macroworld in its essential diversity. It is shown that the whole human activity in its range from organism functioning to history is permeated with various rhythms.

Key words: rhythm, paradigm of cycles, cyclicism of work-out session, biorhythmic variations.