

Добре колись співалося, не так, як тепер. Уявити ту ідилію нескладно: їде шляхом, що зивається до самісінького обрію, чумацький віз. Навкруги широчезний степ, від подиху вітру мелодійно гойдаються розкішні трави. Хіба будеш, споглядаючи таку картину, балакати про щось буденне? Чумаки й співали... Співали й козаки. І жінки, що дожидалися їх з далеких походів, співали. Нічого дивного в тому не було, бо прагнення співати заклав їм сам Бог.

Зовсім не хочеться критикувати сьогоднішнього на предмет, чому ми, співоча нація, замовкли, немов онімліли. Але ж це таке: співає нині масово наш люд? Хіба що подекуди. Та хвалити Бога й за це...

Багато хто нині, спостерігаючи той невтішний стан, в якому перебуває наша пісня, скрушно розводить руками: мовляв, минулося, не повернеться...

Моя співрозмовниця доктор мистецтвознавства професор Національної музичної академії імені Петра Чайковського та Національного педагогічного університету імені М. Драгоманова, музикотерапевт, астропсихолог **Галина Побережна** куди оптимістичнішою думки щодо цього. Вона вважає, що в Україні обов'язково має відродитися рідна пісня, адже вона є сокровенною суттю душі нашого народу. Про яке повноцінне життя народу можна говорити, коли з його душею не все гаразд?

— Скажу навіть більше: пісня наша уже відроджується. Я була вражена, коли познайомилася з досвідом музикотерапевта Світлани Садовенко, яка працює в дитячому дошкільному закладі. Ця людина, незважаючи на зовнішній спротив середовища, усе робить для того, аби дитина з перших років життя була цілковито занурена в український фольклор. Вихованці пані Світлани не лише співають — вони постійно перебувають у світі фольклору, де не лише пісня, а й дія, драматизація, обряд, дуже гарні вишиванки — все між собою взаємопов'язане, все перебуває в дії, все в гармонії. Так має бути. Бо просто пропаганда пісні, як часто буває, зовсім нічого не дає.

— Гадаєте, що Україна зможе так само, як колись, повносило й повноголосом заспівати знову?

— Так. Бо у кожної людини потреба співати закладена на генетичному рівні. Вона виражається в тому гені національної свідомості, який є не тільки на музичному рівні, а й на лінгвістичному. Наприклад, народилася дитина в Україні, а її взяли й повезли за кордон, вона все життя там житиме. Що відбувається з психікою? Така людина, як це не шкода, втрачає можливість для інтелектуальної реалізації. Бо в неї оте все є, але в прихованому згорнутому вигляді, і вона його вже ніколи не розгорне, якщо не заговорить своєю мовою. Я знаю це по собі. Хоч і виховувалася у Західній Україні, але в ті часи, коли насаджувалася російська мова. В нашій родині розмовляли російською мовою, в школі навчали російською мовою. Це моє щастя, що я була в Західній Україні. Батько в мене атеїст, вчитель, викладач наукового комунізму. Бабуся, мати розмовляли українською. А батько, хоча він і з Вінницької області, навчався у київському вузі. Коли я народилася, переїхали до Івано-Франківська (Станіслава). Власне, в школі мова російська. Мені важко було. Врятувало тільки середовище. Все ж таки там воно було українським. Цей ген — ідентифікації себе з власним народом — до пори в мені сидів, я завжди любила українські пісні.

— А що буває з людиною, яка так і не потрапляє в своє середовище?

— Те ж саме, що й з людиною, яка народилася з прекрасним оперним голосом, таким, що приніс би їй світову славу, але вона не пішла вчитися цьому мистецтву й не зреалізувалася.

Українська народна пісня багата своєю емоційністю. Якщо людина не розкриває в собі ці гени, то вона буде обділена в цьому плані. Оцю національну особливість у собі вона просто не розкриє. Той потенціал, який є від народження, буде просто втрачений. Як клітини головного мозку, які поки що використовуються на 4-5 відсотків. А насправді їх в потенціалі набагато більше. Отож, коли ми виховуємо дітей в національному середовищі та ще й методично грамотно, відбувається культурний ренесанс нашої нації. У дітей закладається потреба співати. Якщо вона, ця потреба, не вихована до певного віку, дитина може піти в попсу, в рок-музику.

Без мелосу свого народу можна просто загубитися в світі, не стати яскравою особистістю...

— Розповідають, що українська колискова користується любов'ю у французенок. Вони ставлять платівки з нашими піснями, аби діти гарно спали...

— Наша колискова — дуже лірична пісня. Вона містить не просто ритм заколисування, який властивий для жанру незалежно від того, який народ склав цю пісню. Та її винятковість, як я уже казала, в ліризмі, в задушевності. Можливо, цей ліризм з'явився внаслідок стражденної долі нашого народу. Але позитив страждань полягає в тому, що вони розвивають співчуття до всього живого, що є в світі. А в українця дуже багато всього живого: прекрасна природа, прекрасні квіти. А ще народна колискова пісня уособлює собою національну душу як жіночну. Україна — це жіноча стихія, вона — неагресивна. Де ще є кращий образ колискової — ліричної, прекрасної пісні, — під який мати заколисує свою дитину? Звісно, це відчувають інші народи, які дуже люблять нашу пісню. До того додам, що наші пісні мають дуже гарні мелодії. Мелодизм української пісні розвинутий, він стоїть на дуже чутливій ладовій основі. Якщо взяти російську пісню, вона стоїть на зовсім іншій ладовій основі — на натуральних ладах, де немає такого яскравого емоційного тяжіння до стійких ступенів. Перший російський дослідник української народної пісні Серов (видатний російський критик, композитор, батько художника Валентина Серова) написав першу наукову працю про українську пісню, в якій звернув увагу на загострену емоційність української народної пісні. Цим ця пісня дуже приваблива. Там не просто мета, аби заколисати дитину, а через прекрасну мелодію вплинути на її душу. Українська мати дуже часто лишалася без чоловіка, виховувала дитину сама. Можна уявити, якими загостреними були почуття молодої жінки. В Росії такого не було.

—Жінки-українки, повертаючись з поля, співали. Напевно, не просто так — пісня знімає втому...

—Пісня знімає будь-які негативні стани. Раніше люди, співаючи, себе згармонізовували у будь-якому стані. У нас в Україні дуже розвинена сімейно-побутова пісня, календарний цикл весільних, купальських пісень.

Пісня супроводжувала життя народу і людини окремої в усіх основних її діях від народження до смерті. Пригадаємо, що вокалотерапія — найдієвіша форма музикотерапії. Якщо народ співучий, то він і живучий, здатний вижити у будь-яких скрутних становищах. Україна пройшла через такі страшні війни, через голодомори, а народ живе і не втрачає своїх духовних цінностей. Можливо, за душевним потенціалом українці є тим останнім народом у світі, який ще не озвірів, не дійшов до стану агресії, щоб так жорстко боронити себе, як це роблять інші народи, даючи відсіч тим, хто наступає, хто ображає. На противагу їм ми — терплячі. Чому терплячі? Та тому що у нас є пісня, яка дає силу. Що ж таке пісня? В технічному плані це — дуже могутня вібрація. Коли людина співає, та ще й з душею, вона проводить такий внутрішній масаж органів, який не зробить жодний з приладів. 80 відсотків тієї енергії лишається всередині організму і тільки 20 виходить назовні. Тому можна з впевненістю сказати: наш народ генетично здоровий, сильний, міцний, живучий. Як не хотіли вороги знищити нас — їм не вдалося. Помаранчева революція у нас з піснею відбулась.

Наприклад, звучала «Вставай, Україно, не спи, прокинься, моя Україно», яку виконує гурт «Мандри». Або пісня Петриненка про Україну. Ці пісні підтримували дух. Звісно, були пісні й іншого гатунку. Наприклад, іноді досить агресивний реп. Ці пісні не сприймалися, тому так швидко відійшли. Тому можна бути впевненим, що Україна ніколи не вмере. Хоча б тому, що має таку багатющу народну пісню.

Нині народилося те покоління дітей, якому дуже легко це прищепити. Діти дуже легко й радісно сприймають пісню. Шкода лише, що в східному регіоні до розуміння цього, як до неба... Там навіть українських книжок вдосталь немає...

—Мала б щодо цього вестися спеціальна державна політика.

—Так. На жаль, ситуацію рятують лише ентузіасти, такі, як Світлана Садовенко. Я казала про неї уже. Так от, ця жінка не лише дітей виховує, а й великого значення надає праці з батьками. Вони домашні завдання отримують, співають разом з дітьми, беруть участь в обрядах. Виховання одних лише дітей, без участі батьків, сподіваного результату не дасть.

—Якщо людина ніколи не співала й раптом захворіла, чи можна їй порадишити співати?

—Звичайно, це ті найефективніші ліки, які у неї залишилися. Наша медицина уже не справляється з тими хворобами, вона здатна більше нашкодити, маю на увазі фармацевтику, яку часом не відрізнити від просто бізнесу. Отож хворий обов'язково мусить співати, нехай навіть так, як той чукча: що бачу, про те й співаю... Для зцілення найбільш важливе перебування в полі гармонійного стану. Пісня якраз і дає його.

Але навіщо себе вводити в хворобу? Чи не краще власним співом її попередити. Скажімо, людина прокинулася й усвідомила, що її оточує ненависне середовище, люди, які дратують. Треба починати співати. Наприклад, стати перед вікном, подивитися на небо, яке завжди прекрасне, на квіточки... Проспівати «Отче наш», інші молитви. Можна заспівати українську ліричну пісню. Або пісню на слова Шевченка. Проспіваєш перший куплет — і заспокоїшся. Проспіваєш другий, третій — це замінить молитву. Можна просто брати Кобзар і читати на розспів. Це прекрасна поезія, вона надзвичайно музикальна. До того ж, якщо просто її читати — це також вважається формою вокалотерапії, бо ти проговорюєш слова. А слова мають ще й силу не тільки матеріально-енергетичну, але й інформаційну. Прекрасні слова несуть прекрасну енергію, вони структурують нас на клітинному рівні. Це куди краще, ніж йти до аптеки й купувати там отруту за великі гроші. В музикотерапії є така порада: на два місяці підряд оточити себе прекрасними мелодіями. До речі, відеоряд караоке подає українську народну пісню. Тільки співай! Одного вечора я зі всією сім'єю так співала. Стільки енергії всі ми одержали тоді!

—Очевидно, саме так ви будете лікувати в центрі музикотерапії, який недавно створили?

—З вересня ми плануємо почати роботу. Займатимемося підготовкою музикотерапевтів. Як кажуть, велике починається з малого. Наш центр діятиме на базі приватної школи раннього розвитку дітей, що при музичній школі №4.

—А лікувати будете?

—Так, будемо готувати музикотерапевтів й займатимемося лікувальними практиками, психокоригуванням.

—Чи є хвороби, які ви відмовляєтеся лікувати?

—Ні. Адже немає таких захворювань, за яких було б шкідливо слухати музику. Я маю досить великий консультаційний досвід, знаю, які поради давати у разі тієї чи іншої хвороби. Аби зцілитися, треба багато чого в своєму житті переосмислити, душу оновити, налаштувати на гармонійні вібрації. Відомо також, що і кожен орган, кожна емоція має свою вібрацію. — Все це треба згармонізувати. Якщо у тебе болить серце, отже, у тебе проблеми з любов'ю. Або ти нікого не любиш, або тебе не люблять. Полюби хоч когось - і ти почнеш своє душевне тепло віддавати. Коли згармонізуєш себе, то відчуєш, що серце нормально працює, нормалізується тиск...

Тетяна ОЛІЙНИК