

УДК 1:323.32

ОСНОВА ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЙМОНСКИХ СТАРОВЕРОВ: ИСТОРИКО-РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ И СОЦИАЛЬНО- ФИЛОСОФСКИЙ АНАЛИЗ

Артамонова Татьяна Александровна

Кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры гуманитарных дисциплин. Алтайский государственный аграрный университет, Барнаул, Россия. E-mail: art-katun@mail.ru

THE BASIS OF THE SPIRITUAL AND PHYSICAL HEALTH OF THE UIMON OLD BELIEVERS: HISTORICAL-RETROSPECTIVE AND SOCIO-PHILOSOPHICAL ANALYSIS

Artamonova Tatyana Alexandrovna

Ph.D. in Philosophy, Associate Professor, Associate Professor of Department of Humanitarian Disciplines, Altai State Agricultural University, Barnaul, Russia. E-mail: art-katun@mail.ru

Следует цитировать / Citation:

Артамонова Т. А. Основа духовного и физического здоровья уймонских староверов: историко-ретроспективный и социально-философский анализ // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. — 2019. — № 5 (16). — С. 41–47. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

Artamonova T. A. 2019. The basis of the spiritual and physical health of the Uimon Old Believers: historical-retrospective and socio-philosophical analysis Health, Physical Culture and Sports. 2019, 5(16), pp. 41–47 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

Поступило в редакцию / Submitted 13.10.2019

Принято к публикации / Accepted 28.11.2019

Аннотация. Системный кризис современного общества все острее ставит вопрос о поисках механизмов сохранения физического и духовного здоровья личности. Безудержный информационный поток, ускорение ритма жизни, все возрастающие требования профессиональной конкурентоспособности и многое другое создают повышенную психоэмоциональную нагрузку в жизни современного человека. Анализ опыта прошлых поколений, особенно жителей Сибири, которые в тяжелых социально-политических, хозяйственно-экономических и природно-климатических условиях смогли выработать особый стрессоустойчивый уклад жизни и сохранить телесное здоровье, поможет найти выход из сложившейся ситуации. Примером такой жизнестойкости, выносливости и морально-психической устойчивости может служить старообрядческое население Уймонской долины Горного Алтая. В связи с церковными реформами старообрядцы были вынуждены переселиться в Сибирь

из Центральной России. В суровых условиях они не только выжили, но ко второй половине XIX в. создали устойчивые формы быта и хозяйствования. Близость к природе, использование ее целебных сил и духовного заряда позволило им пережить многие испытания. Все это явилось основой физического воспроизводства семейных и социальных отношений. Также уймонские староверы сохранили свои культурно-религиозные ценности, обеспечивающие духовную и моральную стойкость. Главной социальной ценностью были семья и ее укорененность в общине.

Целью данного исследования является выявление социальных, хозяйственно-бытовых, культурно-религиозных факторов, которые помогли староверческому населению Горного Алтая адаптироваться в суровых природно-климатических условиях высокогорья и наладить стабильную хозяйственно-экономическую жизнь, сохранить свои культурные и религиозные традиции, а также выработать механизмы стрессоустойчивого поведения как залога духовного и физического здоровья.

Выводы данного исследования актуальны для формирования жизненных ценностей молодого поколения и коррекции жизненной траектории зрелых людей. Современные концепции здорового образа жизни в основном сосредоточены на сохранении телесного здоровья. Их необходимо дополнить представлениями о духовном здоровье личности, здоровье семьи и общества. В этом заключается научно-теоретический потенциал данной статьи.

Ключевые слова: духовное здоровье, физическое здоровье, староверы, Уймонская долина, переселенцы, стрессоустойчивость, уклад жизни, социально-философский анализ.

Abstract. The systemic crisis of modern society more and more sharply raises the question of the search for mechanisms to preserve the physical and spiritual health of an individual. The unrestrained information flow, the acceleration of the life rhythm, the ever-increasing demands of professional competitiveness and much more create an increased psycho-emotional load in the life of a modern person. In our opinion, an analysis of the past generations experience, especially of Siberians could develop a special stress-resistant lifestyle and maintain bodily health will help find a way out of this difficult sociopolitical, economic, environmental and climatic situation. An example of such vitality, endurance and moral and psychological stability is the Old Believer population of the Uimon Valley in the Altai Mountains. The Old Believers were forced to relocate from Central Russia in connection with church reforms. They not only survived, but by the second half of the nineteenth century created sustainable forms of life and management in the harsh conditions of Siberia. The proximity to nature, the use of its healing powers and spiritual charge allowed them to survive many trials. All this was the basis of the physical reproduction of family and social relations. Also, Uimon Old Believers retained their cultural and religious values, providing spiritual and moral stability. The main social value was the family and its roots in the community.

The purpose of this study is to identify those social, household, cultural and religious factors that helped the Old Believers of the Altai Mountains to adapt to the harsh climatic conditions of the highlands and establish a stable economic life, preserve their cultural and religious traditions, and develop mechanisms stress-resistant behavior, as the key to spiritual and physical health.

The findings of this study are relevant for the formation of life values of the young generation and the correction of the life trajectory of mature people. Modern concepts of a healthy lifestyle are mainly focused on maintaining bodily health. They need to be supplemented with ideas about the spiritual health of the individual, the health of the family and society. This is the scientific and theoretical potential of this article.

Keywords: spiritual health, physical health, Old Believers, Uimon Valley, immigrants, stress tolerance, lifestyle, social and philosophical analysis.

Актуальность. Современный образ жизни имеет четко выраженную психоэмоциональную нагруженность. Причиной этого является прежде всего ускорение ритма жизни и все возрастающий поток информации. Требования профессионального и карьерного роста как показателей социальной успешности также наносят свой отпечаток на душевное состояние личности современного человека. Об этом писал еще К. Лоренц в работе «Восемь смертных грехов цивилизованного человечества»: «...под давлением соревнования между людьми уже почти забыто все, что хорошо и полезно для человечества в целом и даже для отдельного человека. Подавляющее большинство ныне живущих людей воспринимает как ценность лишь то, что лучше помогает им перегнуть своих собратьев в безжалостной конкурентной борьбе. ... Итак, люди *страдают* от нервных и психических нагрузок, которые им навязывает бег наперегонки со своими братьями» [1, с. 53]. В результате человек теряет как душевное, так физическое здоровье, зачастую становится объектом манипулятивного воздействия со стороны окружающих [2].

Во второй половине XX в. Виктор Франкл — основатель Третьей Венской психотерапевтической школы, выявил причины появления нового типа неврозов — ноогенного. Результаты его практического исследования показали, что основной причиной появления этого заболевания является конфликт между различными системами ценностей, порождающий экзистенциальный вакуум [3]. Выводы В. Франкла сегодня подтверждаются многочисленными научными исследованиями, в том числе данными алтайских ученых [4].

Чтобы найти выход из сложившейся ситуации, необходимо обратиться к опыту прошлых поколений, которые в тяжелых социально-политических, хозяйственно-экономических и природно-климатических условиях смогли выработать особый стрессоустойчивый уклад жизни. Такой локальной группой являются старообрядцы Уймонской долины. На сегодняшний день эта территория административно относится к Усть-Коксинскому району Республики Алтай.

Цель и задачи исследования. Целью данного исследования является выявление тех социальных, хозяйственно-бытовых, культурно-религиозных факторов, которые помогли староверческому населению Горного Алтая не только адаптироваться в суровых природно-климатических условиях, но и наладить стабильную хозяйственно-экономическую жизнь, сохранить свои культурные и религиозные традиции, а также выработать механизмы стрессоустойчивого поведения как залога духовного и физического здоровья. В качестве исследуемого периода мы рассмотрим вторую половину XIX — начало XX в.

Методы исследования. В качестве основного метода исследования используется социально-философский анализ, а также историко-ретроспективный метод. Теоретико-методологической базой послужила научно-теоретическая и практическая работа по проекту «Алтай и Гималаи как уникальные культурно-биосферные регионы Евразии: поиск общих ценностей, эколого-экономических стратегий, социокультурных параллелей», проведенная группой сибирских и индийских ученых. В рамках проекта были осуществлены культурологический, социологический и социально-философский анализы жизненных ценностей, в том числе и старообрядческого населения Усть-Коксинского района Республики Алтай [5].

Результаты и их обсуждение. Уймонские староверы — локальная конфессиональная группа русских крестьян, которая в связи с церковными гонениями в конце XVIII в. переселилась из Центральной России в малодоступные районы Сибири, в частности на территорию Горного Алтая. В глухих горных долинах старообрядцы смогли сохранить свои религиозные ценности, при этом постоянно сталкиваясь с серьезными природными и социальными проблемами, представляющими угрозу для физического и духовного здоровья. Являясь вынужденными переселенцами и испытывая на себе преследование властей, они сумели выжить в суровых климатических условиях. А удаленность от торговых и промышленных центров России обусловила создание автономного и изолированного хозяйственно-бытового уклада.

Налаживая жизнь в новых ландшафтно-климатических реалиях, русские переселенцы перенимали хозяйственные и промысловые обычаи коренного алтайского населения. Так, уймонские старoverы, развивая земледелие и скотоводство, сочетали его с добычей пушнины, рыбной ловлей и заготовкой кедрового ореха, при этом широко использовали навыки коренного населения. Известно, что старoverы положили начало мараловодству и селекционному коневодству, пчеловодству и огородничеству на высокогорных территориях Алтая. «Пища у старообрядцев состояла из того, что давала природа, «базарной» пищей они брезговали, поэтому каждый обязан был в поте лица добывать хлеб свой. Хлеб и мясо, молочные продукты и крупы, орехи и рыба, овощи и ягоды, грибы и мёд — всё только своё, так требовал их Устав» [6, с. 83]. Со временем были выведены морозоустойчивые сорта зерновых культур, адаптированные к резкоконтинентальному климату и природным особенностям высокогорья. Уймонские старoverы выращивали рожь, ячмень, овёс, лён. В. В. Сапожников, посетив Горный Алтай в конце XIX в., отмечал, что хлебопашество у населения Уймонской долины находится в хорошем состоянии, зажиточные крестьяне обрабатывают по 20 десятин земли. Крестьяне-старoverы держали большое количество скота: лошадей, крупного рогатого скота, овец, свиней. Поэтому у уймонцев, в отличие от крестьян европейской части России, в широком употреблении было мясо, молоко и другие молочные продукты питания. Выращивали в подворных хозяйствах и огородные культуры: морковь, брюкву, лук, чеснок, дыни, арбузы. Картофель, который считался «чёртовым яблоком», использовали в основном для изготовления крахмала.

Важной особенностью было и продуктивное использование биоресурсов, выявление их лечебных свойств. Уймонские старoverы занимались сбором лекарственных трав, ягод и плодов. Так, в питании и лечении особую роль играли орехи, хвоя и масло кедра (сибирской сосны). Например, толченые и размоченные ядра кедровых орехов употребляли в пищу вместо молока во время изнурительных церковных постов. Таким образом, организм полу-

чал необходимые, особенно в холодное время года, жиры и белки, а также минерально-витаминные добавки. Настои из хвои и кедровое масло широко использовали для лечения.

Для сохранения телесного здоровья у старoverов существовал запрет на употребление чёрного чая. Это считалось даже большим грехом, чем курение табака. Чай заваривали из дикорастущих трав: бадана, зверобоя, листьев брусники, малины, смородины, плодов рябины. Были среди местного населения и известные травники, которые знали составы различных лекарственных сборов. Так, Н. К. Рерих, побывавший в Уймоне в 1926 г. во время Центрально-Азиатской экспедиции, записал в своём путевом дневнике об одном из таких травников-лекарей Верхнего Уймона: «...он [В. С. Атаманов], знает и руды, знает и маралов, знает и пчёл, но главное и заветное — знает он травы и цветики. Это уже неоспоримо. И не только он знает, как и где растут цветики и где затаились корни, но он любит их и любит ими. И до самой седой бороды, набрав целый ворох многоцветных трав, он просветляется ликом, и гладит их, и ласково приговаривает о их полезности. Это уже Пантелеймон Целитель, не тёмное ведовство, а опытное знание» [7, с. 283].

Так как старoverы стали разводить маралов, то в их лечебном арсенале появилось высокоэффективное средство — панты. Из них изготавливали порошки, настои на вине, отвары.

Переселившись на новые территории, пережив религиозные гонения, старoverы сохранили свои культурно-религиозные традиции, которые в свою очередь способствовали гармоничному воспроизводству семьи и социальных отношений. Уклад жизни старoverов был общинный, где главной ценностью считалось трудолюбие. Трудовая этика старoverов позволила создать им рентабельное хозяйство. Про труд было сложено много пословиц и поговорок: «Кто пахать не ленится, у того и хлеб родится», «Кто болтлив, тот и ленив. Кто ленив, тот и сонлив», «Работать до пота, так и есть до сыта», «Чем труднее работа, тем выше честь», «Счастлив тот, кто своим трудом живёт» и др. В крестьянских старoverческих общинах по-

рицалась жажда наживы и обогащения за чужой счет; преследовалось воровство. Поэтому в уймонских деревнях на дверях дома замков не вешали, а прикрывали их, поставив палочку. Общинный тип жизни формировал сплоченность, социальную ответственность и взаимопомощь. Преодолеть суровые условия жизни также помогала связанность бытовой и сакральной сторон, стремление придать бытовым вещам религиозное значение [8].

Обживая территорию Алтая, староверы выработали особое отношение к природе. А в результате контактов с местным населением произошла некоторая сакрализация природных объектов, прежде всего гор и рек. Ведь Уймонская долина находится на подступах к священной вершине Алтая — горе Белухе, которую почитают все алтайские народы [9]. «Коренные жители долины из племени кыпчаков и тодошей трепетно относились к природе, обожествляли горы, деревья и реки. Староверы им не перечили. Для них тоже были святыми воды, травы, лес. Во все времена вода считалась святой. Вода и огонь очищали человека, обновляли его духовное и материальное естество. Купание осмысливалось староверами как второе рождение, возвращение к изначальной чистоте. В Катунь крестили детей. Детям внушали: «Не пакости, береги воду. Не мочись в воду, а то мать умрёт». Не разрешали камни в воду кидать: будешь на том свете вытаскивать их из кипящей воды, это ведь Христовы слёзы текут» [6, с. 77–78]. Родниковая вода считалась целебной, особенно из источников, берущих начало у ледников Белухи. Из них на Крещение набирали воду и пили в лечебных целях. Целебные силы имела и вода из реки, но её надо было набрать по-особому, зачерпывая по течению, а для хозяйственного использования — против течения. Широко использовались заговоры на берегу реки: «Вода ключевая, вода, как смываешь ты, вода, круты берега, пеня, коренья, так смывай тоску-кручинушку с белого лица, с ретивого сердца» [6, с. 133].

Душевное единение с природой помогало староверам и в дальнейших суровых жизненных испытаниях. Так, в своих письменных воспоминаниях старожил Верхнего Уймона Т. Ф. Бочкарёв, прошедший через сталин-

ские лагеря, писал, что надежда вновь увидеть горы и побродить по ним давала стойкость и силы перенести тяжелые лишения [10, с. 289]. Раиса Павловна Кучуганова, представитель старообрядчества наших дней, автор книги «Уймонские староверы. Обычаи, традиции, культура» делает заключение: «Тот, кто побывал здесь, тянется сюда душой и непременно возвращается, чтобы снова встретиться с первоизданной Красотой, почувствовать её очистительную силу и мощь. И недаром староверы, пройдя через жёсткие испытания, прикипели душой именно к этим местам. Их не прельстили иные края, где мягче природа, зимы не такие суровые» [6, с. 81].

Традиции «пустыножительства», которые у староверов, как и у всех православных, привели к сакрализации пространства и наделению территории признаками священного, «... впитали в себя не только извечную крестьянскую тягу к освоению новых мест в поисках самостоятельного хозяйствования, но и традиционно христианское стремление к монашеской аскезе и постижению другой, наряду с Писанием, Книги божественного откровения — Книги Природы» [11, с. 60]. Отмеченная особой святостью и тем самым приближенная к раю пустыня в старообрядческой мировосприятии выступает как «знаковое место, освещенное молитвами праведников и окропленное слезами подвижников веры» [12, с. 57]. Скитничество у уймонских староверов сохранялось вплоть до XX в., и прилегающая к скиту крестьянская община представляла собой особый круг людей, сознательно удалившихся от мира, запятнавшего себя грехом.

Жизнь по строгим религиозным канонам способствовала выработке таких качеств характера, как дисциплинированность, усердие, упорство, выносливость. Вместе с этим сформировался изолированный образ жизни и суровость в отношениях, что свидетельствует о специфических ценностях общения. При этом высоки были ценности семьи. Основу семейного воспитания составляло уважение к старшим, сохранение целомудрия и супружеской верности, ответственное и заботливое отношение к детям, защита своей свободы, сохранение чести и достоинства [13, с. 129].

Заключение (рекомендации). Таким образом, строгие нормы религиозной и трудовой этики, а также близость к природе стали опорой для духовного и физического здоровья уймонских староверов. Основу культурного, социального и семейного воспроизводства составлял общинный уклад жизни. Этому способствовал и тот фактор, что выжить в суровых горно-климатических условиях в одиночку невозможно. Как показывает мировой опыт, именно общины обеспечивают социально-экономическую стабильность и продуктивность ведения хозяйства и семейного быта в высокогорных террито-

риях. Пройдя через тяжелые моральные и физические испытания, староверы выработали выносливость, закаленность, высокую работоспособность и морально-психическую устойчивость. Поэтому традиции их жизненного уклада необходимо изучать и адаптировано использовать в современных условиях. Сегодня все актуальнее становится стремление к здоровому образу жизни, но представление о нем требует коррекции. Современные концепции здорового образа жизни необходимо дополнить представлениями о духовном здоровье личности, здоровье семьи и общества.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Лоренц К. Обратная сторона зеркала. М., 1998. С. 4–60.
2. Воронцов П. Г., Ушакова Е. В. Видоизменения образа жизни молодого человека: здоровый, нездоровый и манипулятивный // *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*. 2019. № 2 (13). С. 14–24.
3. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990. 368 с.
4. Апенышева Л. Г., Ушаков П. В., Ушакова Е. В. Системно-философский анализ и научно-интегративный подходы к телесному и психодуховному здоровью человека // *Философия, методология, история знаний : сборник научных трудов Сибирского института знанияеведения*. Барнаул, 2014. С. 226–229.
5. Алтай и Гималаи как уникальные культурно-биосферные регионы Евразии / под ред. А. В. Иванова, И. В. Фотиевой. Барнаул, 2017. 336 с.
6. Кучуганова Р. П. Уймонские староверы. Обычаи, традиции, культура. 2-е изд., перераб. и доп. Чебоксары, 2014. 284 с.
7. Рерих Н. К. Алтай — Гималаи: путевой дневник. Рига, 1992. 336 с.
8. Артамонова Т. А. Принципы подлинного хозяйствования в горных поселениях как форма устойчивого развития природного и человеческого потенциала // *Аграрная наука — сельскому хозяйству: сборник статей: в 3 кн. XII Международная научно-практическая конференция (7–8 февраля 2017 г.)*. Барнаул, 2017. Кн. 1. С. 24–26.
9. Каланчина И. Н. Культурные и природные составляющие сакрального ландшафта Уймонской долины // *Полевые исследования на Алтае, в Прииртышье и Верхнем Приобье (археология, этнография, устная история)*. Горно-Алтайск, 2018. С. 228–234.
10. Шитова Н. И. Особенности мировоззрения уймонских старообрядцев в нарративных источниках XX в. (по материалам рукописей Т. Ф. Бочкарева) // *Этнография Алтая и сопредельных территорий : материалы 8-й Международной научной конференции, посвященной 20-летию историко-исследовательского сектора ЛИК АлтГПА*. Вып. 8 / под ред. Т. К. Щегловой. Барнаул, 2011. С. 287–291.
11. Любимова Г. В. Картина мира современных старообрядцев. «Последние времена» как социально-историческая и экологическая катастрофа // *Славяне в сибирском сообществе*. Новосибирск, 2006. С. 51–84.
12. Журавель О. Д. К изучению топики старообрядческой культуры: пустыня как святая земля // *Гуманитарные науки в Сибири*. 2001. № 3. С. 56–60.

13. Логинова Н. С., Пономаренко О. П. Основы традиционного семейного воспитания уймонских староверов // Ценности человеческого бытия : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Барнаул, 6–7 октября 2016 г. / под ред. С. А. Ан. Барнаул, 2016. С. 122–125.

REFERENCES

1. Lorents K. Oborotnaia storona zerkala. M., 1998. S. 4–60 (in Russian).
2. Vorontsov P. G., Ushakova E. V. Vidoizmeneniia obraza zhizni molodogo cheloveka: zdorovyi, nezdorovyi i manipuliativnyi // Zdorov'e cheloveka, teoriia i metodika fizicheskoi kul'tury i sporta. 2019, № 2 (13). S. 14–24 (in Russian).
3. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla. M., 1990. 368 s. (in Russian).
4. Apenysheva L. G., Ushakov P. V., Ushakova E. V. Sistemno-filosofskii analiz i nauchno-integrativnyi podkhody k telesnomu i psikhodukhovnomu zdorov'iu cheloveka // Filosofii, metodologii, istoriia znaniia. Sbornik nauchnykh trudov Sibirskogo instituta znanievedeniia. Barnaul, 2014. S. 226–229 (in Russian).
5. Altai i Gimalai kak unikal'nye kul'turno-biosfernye regiony Evrazii / Pod red. A. V. Ivanova, I. V. Fotievoi. Barnaul, 2017. 336 s. (in Russian).
6. Kuchuganova R. P. Uimonskie starovery. Obychai, traditsii, kul'tura. Izd-e 2-e, pererab. i dop. Cheboksary, 2014. 284 s. (in Russian).
7. Rerikh N. K. Altai — Gimalai: putevoi dnevnik. Riga, 1992. 336 s. (in Russian).
8. Artamonova T. A. Printsipy podlinnogo khoziaistvovaniia v gornykh poseleniakh kak forma ustoichivogo razvitiia prirodnogo i chelovecheskogo potentsiala // Agrarnaia nauka — sel'skomu khoziaistvu: sbornik statei: v 3 kn. XII Mezhdunarodnaia nauchno-prakticheskaia konferentsiia (7–8 fevralia 2017 g.). Barnaul, 2017. Kn. 1. S. 24–26 (in Russian).
9. Kalanchina I. N. Kul'turnye i prirodnye sostavliaiushchie sakral'nogo landshafta Uimonskoi doliny // Polevye issledovaniia na Altae, v Priirtysh'e i Verkhnem Priobe (arkheologii, etnografiia, ustnaia istoriia). Gorno-Altaysk, 2018. S. 228–234 (in Russian).
10. Shitova N. I. Osobennosti mirovozzreniia uimonskikh staroobriadtsev v narrativnykh istochnikakh KhKh v. (po materialam rukopisei T. F. Bochkareva) // Etnografiia Altaia i sopredel'nykh territorii: materialy 8-i mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii, posviashchennoi 20-letiiu istoriko-issledovatel'skogo sektora LIK AltGPA. Vyp. 8 / pod red. T. K. Shcheglovoi. Barnaul, 2011. S. 287–291 (in Russian).
11. Liubimova G. V. Kartina mira sovremennykh staroobriadtsev. "Poslednie vremena" kak sotsial'no-istoricheskaia i ekologicheskaia katastrofa // Slaviane v sibirskom soobshchestve. Novosibirsk, 2006. S. 51–84 (in Russian).
12. Zhuravel' O. D. K izucheniiu topiki staroobriadcheskoi kul'tury: pustynia kak sviataia zemlia // Gumanitarnye nauki v Sibiri. 2001. № 3. S. 56–60 (in Russian).
13. Loginova N. S., Ponomarenko O. P. Osnovy traditsionnogo semeinogo vospitaniia uimonskikh staroverov // Tsennosti chelovecheskogo bytiia: materialy vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, g. Barnaul, 6–7 oktiabria 2016 g. / pod red. S. A. An. Barnaul, 2016. S. 122–125 (in Russian).