

ЙОГА ДИСКУРС (СФЕРЫ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ, ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В НОМИНАЦИИ)

Данная статья посвящена исследованию языковых изменений и тенденций в йога дискурсе. Материалом исследования послужили видео в ютубе, интернет йога курсы Международного Открытого йога университета (МОЙУ), дискурс студентов данного университета и людей, практикующих йогу. В результате анализа языкового материала выявлено две сферы функционирования йога дискурса: сфера подготовки преподавателей йоги и сфера общения практикующих йогу. В первой сфере отмечены 2 основные тенденции: 1) тенденция формирования терминосистемы, свойственная любой профессиональной среде; 2) тенденция демократизации языка, обусловленная целью популяризации знания йоги. Во второй сфере отмечена тенденция к созданию синонимичных рядов образных номинативных единиц однословной структуры, называющих те или иные реалии йоги. Этот процесс обусловлен реализацией эмоционально-экспрессивной составляющей коммуникации людей, вовлеченных в практику йоги.

Ключевые слова: йога дискурс, номинация реалий йоги, формирование терминосистемы в йога дискурсе, сферы функционирования йога дискурса, синонимические парадигмы.

В последнее время распространение йоги приобретает массовый характер. Это обусловило формирование йога дискурса, являющегося «средой» общения людей, практикующих йогу. Вследствие этого в данной сфере коммуникации наблюдается появление новых йоговских «словечек» и выражений, используемых для номинации тех или иных реалий йоги.

Целью данной статьи является описание наиболее заметных номинативных единиц, появившихся в йога дискурсе в последние годы. Материалом исследования послужили видео в ютубе, интернет йога курсы Международного Открытого йога университета (МОЙУ), дискурс студентов данного университета и людей, практикующих йогу. В статье не рассматриваются наименования асан.

В современной лингвистике термин дискурс трактуется неоднозначно. В настоящей статье под термином дискурс понимается «процесс тематически обусловленного общения, детерминированного социально-

историческими условиями, специфика которого отражается в совокупности текстов (в широком понимании этого термина), характеризуемых концептуальным, речезанровым и прагматическим своеобразием» [Грунина, 2016, с. 74] Соответственно, йога дискурс охватывает процесс общения, обусловленного темой йоги.

Анализ языкового материала позволил нам выделить две сферы функционирования йога дискурса, которые можно условно назвать следующим образом: 1) сфера общения практикующих йогу и 2) сфера подготовки преподавателей йоги. каждая из этих сфер общения характеризуется своими особенностями в номинации.

Обратимся к рассмотрению номинативных единиц первой сферы. Возникновение номинативных вариантов наблюдается в трех группах слов определенной тематической направленности: номинация людей, практикующих йогу; номинация действий, связанных с тематикой йоги; номинация тех или иных реалий практики йоги. Остановимся на каждой из них.

Номинация людей, практикующих йогу

Наряду с нейтральными лексемами *йог*, *йогин*, *йогиня*, широкое распространение получил номинант *йожики*, весьма образный и ассоциативно связанный с образом милых зверьков ёжиков. О его распространенности свидетельствует тот факт, что данная лексическая единица используется при наименовании йога центров.

В живом общении представительниц прекрасного пола, обучающихся в МОЙУ (особенно это касается поздравительных текстов, в которых в большей степени проявляется творческий подход к языку), встречаются такие варианты, как *йогинюшки*, *йогинички*, образованные суффиксальным способом от слова *йогиня*.

Творческий подход наблюдается в создании лексических единиц, именуемых студенток МОЙУ по названию групп, в которых они обучают-

ся. Так, лексема *дхармовчанки* образована от названия группы *Дхарма* с помощью суффикса *-овчанк*.

Также хочется отметить лексему *ёжка*, родившуюся вследствие фонетической и образной ассоциации со стилистически сниженным вариантом *баба-ёжка* (от лексемы *баба-Яга*) в разговорной речи людей, вовлеченных в практику йоги.

Несмотря на то, что данная субстантивная парадигма не отражает полную картину функционирования номинантов людей, занимающихся йогой, в йога дискурсе, можно увидеть богатство словообразовательных средств, реализующих потенциал русского языка.

Номинация действий, связанных с тематикой йоги

В нижеследующей таблице отметим нейтральные выражения, которые обозначают действия, связанные с йогой, и синонимичные им глагольные единицы, употребляемые в йога дискурсе.

| Синонимы | Нейтральные выражения |
|------------------------|--|
| йожиться корячиться | заниматься йогой на коврике |
| звучать | выполнять вибрационные упражнения/произносить звуки А, О, У, М |
| кармовать | совершать неправильные действия, тем самым порождая негативную карму |

Лексемы *йожиться* и *корячиться* взяты из разговорной речи практикующих, *звучать* и *кармовать* – из видео материалов, выложенных в ютубе [Йога для..., <https://www.youtube.com/watch?v=3QxWSYfj5Ow>; Верба, Андросова, <https://www.youtube.com/watch?v=NkWB3w3I-7g>].

Синонимами нейтрального выражения «заниматься йогой на коврике» в йога дискурсе являются две лексемы – *йожиться*, образованное от

номинанта йожики, и просторечное слово *корячиться*, которое употребляется в несвойственном ему значении. Так, в словаре Д. Н. Ушакова отмечено только два значения лексемы *корячиться*:

1. Расставлять ноги, приседая. *Чего ты корячишься? Сядь как следует.*
2. Упрямитесь, упираться. Довольно тебе корячиться, пойдём [Толковый словарь, 1939].

Таким образом, в йога дискурсе наблюдается семантическая трансформация данной единицы.

В отличие от нейтрального словосочетания «заниматься йогой на коврике» экспрессивно окрашенные синонимы *йожиться* и *корячиться* являются однословными единицами. Можно предположить, что их появление вызвано стремлением говорящих не только к экспрессивности, но и к экономии речевых средств.

Аналогичный процесс семантической трансформации наблюдается у лексемы *звучать*, которая в литературном языке имеет 5 основных значений:

1. Издавать звуки, раздаваться (о звуках). *Струны звучат глухо.*
2. Выражать что-н. звуками, внушать какое-н. представление своими звуками. *Голос звучит тревогой.*
3. Выражаться, проявляться. *В словах звучит радость.* «...».
4. Восприниматься как нечто важное, торжественное, красивое и т. п. (разг.). *Журналистика – это звучит! Работать в конторе? Не звучит.* [Ожегов, 1987].

Глагол *кармовать* образован суффиксальным способом от существительного *карма*, являющегося одним из основополагающих понятий знания йоги, которое объясняет законы устройства Вселенной.

Наименование тех или иных реалий практики йоги

В интернет-пространстве можно встретить варианты наименований, широко известных в йоге, образованных с помощью уменьшительно-ласкательных суффиксов. Одни из них – это *намастешечки* (от слова *Намасте*, обозначающего жест приветствия) и *простирашки* (от слова *Простирание*, обозначающего одну из основных практик йоги).

Также в одном из видео ведущий объясняет движение стопы с помощью таких лексем, как *стрелочка* (держат стопу стрелочкой, то есть вытянутой от себя) и *крючок* (держат стопу крючком, то есть тянуть стопу на себя) [Мамаев, <https://www.youtube.com/watch?v=-j4urf71nTo&t=1029s>]. Отсутствие в языке специальных слов, обозначающих то или иное движение стопы, стало благоприятным фактором для «точечного» использования метафорического потенциала данных единиц. В такого рода удачных номинациях можно увидеть в случае их широкого распространения возможную перспективу их дальнейшей терминологизации.

Теперь рассмотрим вторую сферу функционирования йога дискурса – сферу подготовки преподавателей йоги. И здесь обратимся к Международному Открытому Йога Университету (МОЙУ), претендующему в настоящее время на ведущую роль среди других школ и направлений йоги. Помимо подготовки квалифицированных преподавателей, МОЙУ ставит перед собой задачу популяризации и широкого распространения знания йоги. Именно поэтому общепонятность и доступность изложения сложного теоретического материала стали основополагающими стилистическими особенностями лекций ректора университета, Запорожцева В. В. Это определило стиль подачи лекционного материала: минимум санскритских терминов, широкое использование разговорной и жаргонной лексики, прецедентных текстов (пословиц, поговорок, анекдотов и др.).

Лекции В. В. Запорожцева, в которых были системно изложены аксиоматические положения йоги и освещены все ее виды, в дальнейшем по-

служили «фундаментом» для создания учебных курсов для студентов. Разработка лекционного материала потребовала введения наименований некоторых реалий теории и практики йоги, прежде не дифференцируемых, а потому остававшимися без номинации. В ключе популяризации в этой функции лектором была использована разговорно-просторечная и жаргонная лексика. Впоследствии такого рода номинанты, закрепившиеся в речевой практике обучающихся в МОЙУ, стали знаковыми для данного сообщества людей (студентов, преподавательского состава МОЙУ, вольных слушателей). Остановимся на рассмотрении этих языковых единиц.

При классификации мантр мантрам прямого действия противопоставляются мантры «с защитой от дурака». Мантра «с защитой от дурака» определяется как мантра, которая в первую очередь устраняет все опасности на пути практикующего и только потом выполняет все, для чего она предназначена (...). Таким образом, в качестве номинанта использован фразеологизм, представляющий собой кальку с английского термина «foolproof» («безопасный, защищенный от неосторожного или неумелого обращения») [Энциклопедический словарь, 2004].

В описании изменений в организме, происходящих в результате усиленных занятиях Пранаяма йогой, наряду со стилистически нейтральными вариантами *перестройка* и *чистка организма*, используется стилистически окрашенный вариант *ломка*, позаимствованный из арготического языка наркоманов. Арготизм образно передает те ощущения, которые испытывает практик, проходя тяжелый для организма период. Данные единицы являются контекстуальными синонимами. Приведем контекст их употребления:

«Через две недели – два месяца начинается период **перестройки организма** (ломка). Этот процесс очень болезненный, это боль в чистом виде. Ее причина – загрязненные каналы, накопленная карма. Иногда это

воспринимается как депрессия, иногда как ощущения жжения, гиперактивность» (из закрытых учебных материалов для преподавателей МОЙУ, курс «Пранаяма йога для преподавателей», шаг 7).

«Если после пранаямы потом весь день испытываю раздражение. Это значит, что начались чистки ...» (из закрытых учебных материалов для преподавателей МОЙУ, курс «Пранаяма йога для преподавателей», шаг 8)

В лекциях, посвященных Пранаяма йоге, вводится номинант *причинная шизофрения*, который обозначает своеобразную «болезнь» йогов, набравших много Праны во время занятий Пранаяма йогой. Проявляется она в том, что практик начинает вести себя неадекватно из-за усиления имеющихся у него неотработанных негативных тенденций. Вот один из контекстов его употребления:

«Если, попав к вам в голову, любая идиотская, паразитическая мысль захватит вашу эмоцию, то она тут же высосет прану, которую вы набрали Пранаяма йогой. А набрали вы очень много Праны. И эта мысль раздуется до вселенских размеров. Если была у вас злоба, она может вырасти. Или подозрительность: кругом враги, козни вокруг меня плетут. «На работе начальники, подчиненные меня не любят», - *причинная шизофрения* в чистом виде, когда попадает мысль на большое количество Праны, и когда эта мысль соединяется с эмоциями, то есть находит в нас слабинку. Жадность, например: обычный нормальный человек становится до неприличия жадным, гнилых листьев у него не выпросишь. Ревнивый - так ревность будет безумная. Гнев - так гнев через край. «...». Получается, Пранаяма йога усиливает все наши неотработанные негативные особенности...» (из закрытых учебных материалов для преподавателей МОЙУ, курс «Пранаяма йога для преподавателей», шаг 8)

В результате использования лекций В.В. Запорожцева в качестве учебных материалов для студентов МОЙУ, введенный им номинант

утвердился как термин внутри данного сообщества людей. Термин был образован на основе медицинского термина *шизофрения* с присоединением предиката *причинный*. Лексема *причинный* взята из понятия *причинное тело*. Согласно учению йоги, человек состоит из трех групп тел, одно из которых – причинное тело, отвечающее за глубинные симпатии и антипатии.

Обнаруживает тенденцию к терминологизации в рамках данной школы йоги выражение *поймать Прану за хвост*, обозначающее основное условие продвижения в Пранаяма йоге – научиться ощущать связь между гармоничным вдохом и выдохом и реакциями на них тонких структур тела, то есть связь между физическим телом и тонким телом:

«Вы должны, «...» ощутить, как за каждым гармоничным вдохом и выдохом есть реакция, гармоничная нервная реакция, которая уходит в область ощущений, в область чего-то такого на грани. Или терминами йоги, мы должны найти связку между грубым физическим телом и тонким телом. Согласно теории йоги, связка между нашим грубым телом и тонким телом – Прана. Нашему сознанию она открывается как ощущение. Если мы внутри себя нашли эти ощущения, иногда очень смутные, нервные такие ощущения, если, **как говорят у нас в школе йоги, «поймали Прану за хвост»**, вот только в этом случае можно усиливать действие вдохов выдохов, задержек и форсировать дыхательные движения. Если этого нет, бесполезно заниматься Пранаяма йогой». [Запорожцев, 2007б, <https://www.youtube.com/watch?v=BfhyWIRzwBk>]

Выражение образовано на основе творческой переработки разговорного фразеологизма «*поймать за хвост*» [Фёдоров, 2008].

В учебных материалах курса «Преподавание Хатха йоги, Крия йоги», посвященных описанию опасного и безопасного выполнения тех или иных асан, приводится их терминологическая дифференциация, предложенная основателем Киевской школы Йоги А. Пахомовым [Пахомов, 2010]. Диф-

ференцируются следующие термины: *скрутка* и *поворот*: «**Поворот** — это нормально допустимое направление подвижности позвоночника, без использования инерции и рычагов (без помощи рук). При повороте мы используем локально расположенные мышцы, то есть те, которые природа и предусмотрела для этого.

А если мы используем инерцию (резкие повороты) или рычаги (например, помогаем поворачивать туловище руками), то это уже будет **скрутка**, и ее можно отнести к опасным направлениям подвижности».

наклон и *полунаклон*: «...различия между **наклоном и полунаклоном** весьма существенны. «...»: чтобы удержать туловище в позиции **полунаклона** - буквой "Г", глубоким мышцам поясничного отдела приходится в значительной степени увеличить свое напряжение. «...».

Совсем иначе чувствуют себя мышцы поясничного отдела в положении **глубокого наклона**, когда человек достает кончиками пальцев рук пола или касается лбом коленей. В этом случае глубокие мышцы выключены из действия, они отдыхают, а точнее, растягиваются. В позиции глубокого наклона не происходит сколько-нибудь значимого прироста внутридискового давления. Опущенное вниз туловище в буквальном смысле висит на растянутых мышцах и связках. «...». В этом и есть принципиальная разница между полунаклоном и наклоном».

Указанная дифференциация терминов остается узконаправленной: она актуальна исключительно для студентов, будущих преподавателям йоги. В процессе же преподавания йоги используются номинанты *скрутка* и *наклон*, но в случае неправильного выполнения этих асан дается пояснение.

Итак, в первой сфере йога дискурса отмечены две основные тенденции: 1) тенденция формирования терминосистемы, свойственная любой профессиональной среде; 2) тенденция к демократизации языка, обуслов-

ленная целью популяризации знания йоги. Можно предположить, что аналогичные языковые процессы происходят и в других школах йоги, которых в настоящее время в России очень много. В данной статье мы ограничились материалом интернет йога курсов МОЙУ.

Вторая сфера функционирования йога дискурса обнаруживает тенденцию к созданию синонимичных рядов образных номинативных единиц однословной структуры, называющих те или иные реалии йоги. Образование парадигм синонимов наблюдается при номинации:

- людей, практикующих йогу;
- действий, связанных с тематикой йоги;
- тех или иных реалий практики йоги.

Основными способами образования синонимических вариантов являются суффиксация и семантическая трансформация в преломлении тематики йоги лексических единиц разной стилистической окраски. Эти процессы обусловлены реализацией эмоционально-экспрессивной составляющей коммуникации людей, вовлеченных в практику йоги.

Библиографический список

Верба А., Андросова Е. Внутренние практики. Как научиться слышать себя? [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=NkWB3w3I-7g>

Грунина Л. П. Термин в профессиональном дискурсе: учеб. пособие / Л.П. Грунина, А.Г. Широколобова. – Кемерово: АИ «Кузбассвуиздат», 2016. – 171 с.

Йога для женщин / Практика для критических дней / Урок 4. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=3QxWSYfj5Ow>

Запорожцев В. Пранаяма Йога. лек. 2007а_07_21 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?list=PL99474F3DC89A0E42&v=SYD6RnKrUAI>

Запорожцев В. Пранаяма Йога. Дополнения лек. 2007б_08_04 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=BfhyWIRzwBk>

Ожегов С.И. словарь русского языка: Ок. 57000 слов / Под ред. чл.-корр. АН СССР Н. Ю. Шведовой. – М.: Рус. Яз., 1987. – 797 с.

8 Семинар Пранаяма Йога. Часть 1. 2007_06_23 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=Rt0JNdRZHeI>

Мамаев О. Славянская гимнастика Здрава. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=-j4urf71nTo&t=1029s>

Толковый словарь русского языка: в 4-х т. / под ред. Д. Н. Ушакова. – М.: Советская энциклопедия, 1935-1940.

Фёдоров А. И. Фразеологический словарь русского литературного языка: ок. 13 000 фразеологических единиц. – М.: Астрель: АСТ, 2008. – 878 с.

Пахомов А. Хатха-йога: корректный подход к позвоночнику. – Киев: Ника-Центр, 2010. – 352 с.

Энциклопедический словарь крылатых слов и выражений: более 4000 ст. / [авт.-сост. В. Серов]. – М.: Локид-Пресс, 2004. – 879 с.

I. A. Dolbina

T.F. Gorbachev Kuzbass State Technical University, Kemerovo, Russia

YOGA DISCOURSE (FIELDS OF FUNCTIONING, BASIC TENDENCIES IN NOMINATION)

This article is dedicated to exploration of language changes and tendencies in the yoga discursive. Videos on Youtube, online yoga courses of International Open Yoga University (IOYU), the discursive of students of this university and people practicing yoga served as a material for the research. As a result of the analysis of the language material, two spheres of the yoga discursive functioning were revealed: the sphere of training yoga teachers and the communication between people practicing yoga. In the first sphere two main tendencies were detected: 1) the tendency of forming useful terms which is typical for every professional field; 2) the language democratization tendency determined by the goal of popularizing the yoga knowledge. In the second sphere the tendency to create synonymous varieties of figurative nominative units of the single-word structure naming certain yoga realities was detected. This process is determined by the realization of the emotionally expressive component in communication between people interested in yoga practice.

Key words: yoga discourse, nomination of yoga realities, term formation in yoga discursive, functioning spheres of yoga discursive, synonymous paradigms