



ОСТАРА:

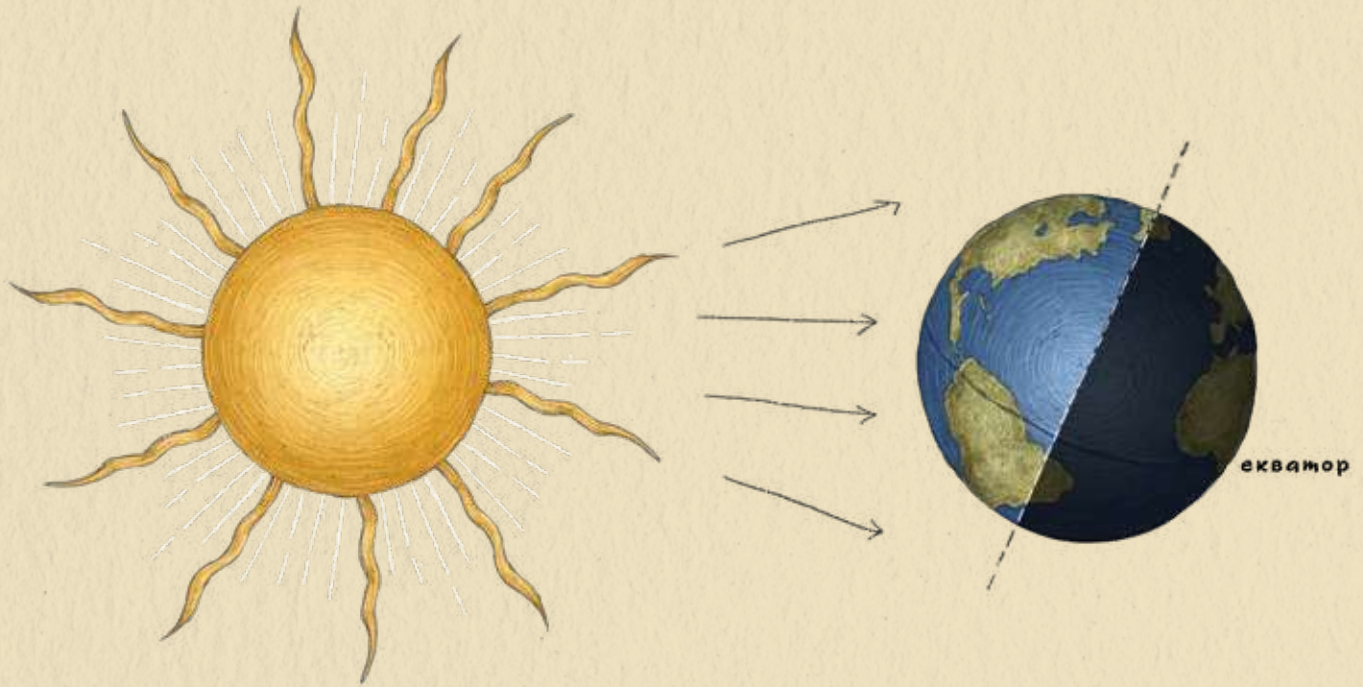
Весняне рівнодення



З 19 по 21 березня
У Північній півкулі



З 21 по 24 вересня
У Південній півкулі



РИТМ КОЛЕСА

Почнімо нашу розповідь з Остари — свята весняного рівнодення. Остара вшановує перший оберт Колеса року. Холодні й похмурі зимові дні лишаються позаду; ми позбуваємось усього зайвого; і робимо крок назустріч новому життю, сповненому світлих намірів, легкості й утіхи. Це час рівноваги й оновлення з передсмаком довгих днів.

Рівнодення означає *рівність дня та ночі*: день триває стільки ж годин, скільки й ніч, адже сонце світить прямісінько на екватор. Таке трапляється двічі на рік: на весняне та осіннє рівнодення, і спричинене нахилом земної осі.

З приходом весняного рівнодення в Північній півкулі дні поволі довшають, а в Південній — коротшають.

ДУХ СЕЗОНУ

Ви можете святкувати весняне рівнодення, хай де ви мешкаєте. Не випадково теми свята переважно поєднують місце, час і культуру. Відчуття нових можливостей — і починань — витає в повітрі.

Остара — пора бруньок, та ще не цвітіння. Світ прокидається й оживає, він солодко позіхає, приємно потягуючись усім тілом і розминаючи пальці ніг. Сніг тане; закрижаніла земля відтає. Настав час розслаблення й теплоти. Ми подолали темряву зими й відчиняємо вікна, щоб вивітрити затхле повітря і випустити свіжий вітерець. Хоча буває, що сніг і досі не зійшов.

Але попри всю непередбачуваність цієї пори року, у серці вже зароджується надія. І хай надворі все ще прохолодно, а на прогулянку не вийти без светра й шапки, ми точно знаємо, що незабаром вони нам більше не знадобляться.

Надія веде нас до світла, до життя, до довгих днів. Не кваптеся; не варто поспішати. Почуватися розгубленими від таких змін — природно, надто, коли все ще обмірковуєте уроки зими. А як відчуєте, що занадто напружуєтесь і намагаєтесь зробити сім діл за раз, сповільніться. Зосередьте увагу на чомусь одному: маленькій бруньці чи пташиному співі. Упродовж наступних шести тижнів, аж до Бельтейну, зосереджуйтеся на зростанні, та не забувайте про рівновагу. Пориняйте в них поволі, без поспіху, хоч і волієте зробити все й одразу.



ОСОБИСТИЙ ЩОДЕННИК

Слово «щоденник» утворилося від слова «день». Подорожуючи роком, корисно день-у-день підмічати закономірності й слідкувати за досягненнями.

Ваш щоденник не має бути досконалим — буває, гарний новесенький блокнот із чистими аркушами аж занадто тисне своєю новизною, спонукаючи заповнювати його бездоганно. Та щоденник не має бути досконалим! На його сторінках можна бути сумбурним і невпевненим. Хай вас не турбує, що подумають інші, адже ви ведете щоденник для себе. Усе, що ви занотовуєте, не мусить мати гарний вигляд і звучати розумно, дотепно чи круто.

У щоденнику можна ділитися своїми думками, замальовувати, що видається гарним і цікавим, перелічувати мрії, розповідати про магічні події. Буває, ідеї невиразно витають у повітрі, доки не покласти їх на папір. Вас здивує, якої форми можуть набути думки, якщо їх прописати; це чудова нагода пізнати себе. У щоденнику ви — оповідач і слухач водночас.

Ідеї для щоденника:

- ✿ автопортрети
- ✿ вірші
- ✿ замальовки природи
- ✿ жарти
- ✿ рецепти
- ✿ бажання
- ✿ вирізки із журналів
- ✿ фотографії людей і речей, які вам подобаються
- ✿ квитки, запрошення, листівки з подій, які вас ошчасливили



Як послуговуватися щоденником:

Вам сподобається коротко занотовувати події дня — вистачить і кількох речень. А подеколи повертаючись до своїх записів, ви слідкуватимете за закономірностями, циклічністю й ритмами року.

Також цікаво відстежувати **СИНХРОНІЧНІСТЬ**: надприродні збіги обставин (докладніше на сторінці 158). Чимало людей мають певний досвід, який не піддається розумному поясненню. Нумо, спитайте дорослого, якому довіряєте, чи траплялося з ним щось таке, чого він не може пояснити. Чи він, бува, не має для вас кілька захопливих історій? Що наполегливіше ви цікавитиметеся незвичайними, магічними подіями, то частіше на них натраплятимете. Занотуйте ці історії у свій щоденник або розповідайте друзям. Ба навіть позичте щоденник людині, якій довіряєте, — нехай заповнить сторінку!

На сторінках цієї книжки ви дізнаєтеся про різні заняття: малювання вугликом (сторінка 77), магічні символи (сторінка 102), дослідження рослин, саморобні чорнила (сторінка 99) і багато іншого, які також можна, ба навіть варто занотовувати в щоденник.

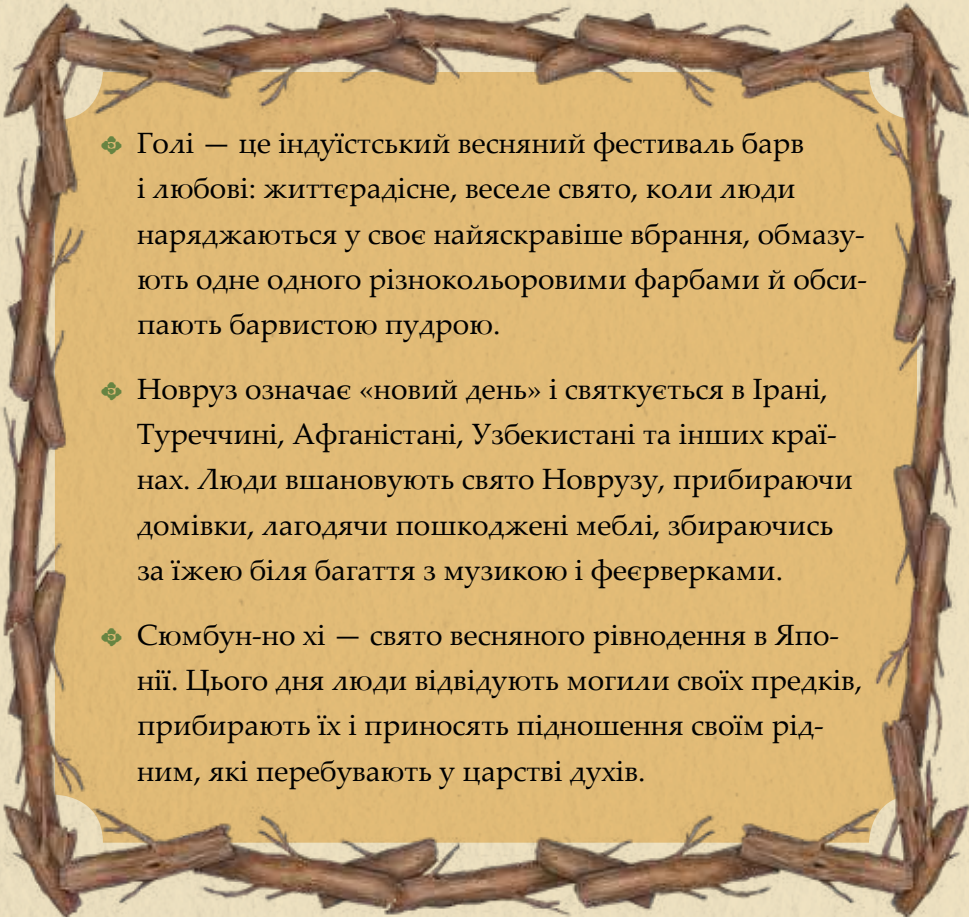
Що частіше ним послуговуватиметеся, то більше він ставатиме продовженням вашого «я». Тож як ви назвете свого вірного друга? Ось кілька ідей, утім, ви, звісно, можете придумати ім'я самостійно:

- ✿ Подорож навколо Сонця
- ✿ Між молодиком і повнею
- ✿ Книга днів
- ✿ Книга Землі
- ✿ Синхронічності
- ✿ Щоденник закономірностей
- ✿ Ритми року
- ✿ Щоденник ідей
- ✿ Мрії та фантазії

СВЯТКУВАННЯ: МИНУЛЕ Й СЬОГОДЕННЯ

Свято весняного рівнодення вшановували ще за сивої давнини. Стародавні цивілізації у всьому світі зводили дивовижні споруди, щоб на рівнодення насолодитися приголомшливим видовищем сходу й заходу сонця. Ця мить і дотепер приносить радість споглядання природної рівноваги нашого всесвіту. Колесо обертається, і люди збираються, щоб на власні очі побачити зміни, які провіщає нова пора року, і відсвяткувати кінець іще однієї суворої, виснажливої зими.

На жаль, у процесі історії традиції деяких культур було втрачено — знищено завойовниками — надто якщо передавалися усно й не лишилися в писемній формі. Утім багато святкувань і ритуалів збереглися й дотепер.

- 
- ❖ Голі — це індуїстський весняний фестиваль барв і любові: життєрадісне, веселе свято, коли люди наряджаються у своє найяскравіше вбрання, обмазують одне одного різнокольоровими фарбами й обсипають барвистою пудрою.
 - ❖ Новруз означає «новий день» і святкується в Ірані, Туреччині, Афганістані, Узбекистані та інших країнах. Люди вшановують свято Новрузу, прибираючи домівки, лагодячи пошкоджені меблі, збираючись за їжею біля багаття з музикою і феєрверками.
 - ❖ Сьомбун-но хі — свято весняного рівнодення в Японії. Цього дня люди відвідують могили своїх предків, прибирають їх і приносять підношення своїм рідним, які перебувають у царстві духів.

СТОУНХЕНДЖ

На Британських островах і в Ірландії збереглися чимало кам'яних кіл, споруджених ще за 3000 років до нашої ери. Велетенські камені — МЕГАЛІТИ — стоять на пустищі, подекуди на них лежать інші камені, так звані ПЛИТИ-ПЕРЕМИЧКИ. За прадавніх часів ці кам'яні кола найімовірніше були місцями проведення релігійних церемоній, а також слугували календарем, адже під час сонцестоянь і рівнодення сонце сяяло між ними неймовірно яскраво. Стоунхендж, який стоїть на території сучасного графства Вілтшир в Англії, є найвеличнішим і найбільш уцілілим з усіх подібних пам'яток, там і дотепер збираються люди, щоб побачити видовищне світло, що променіє між кам'яних брил.



ЧИЧЕН-ІЦА

На мексиканській частині півострова Юкатан стоїть ступінчаста піраміда — храм Кукулькана, яку давні племена мая побудували на честь бога-змія, вкритого пір'ям. На рівнодення призахідне сонце «оживляє» величезну змію із золотого світла, яка сковзає по схилу піраміди.



АНГКОР-ВАТ

Буддійський храмовий комплекс Ангкор-Ват у Камбоджі — найвеличніша культова споруда світу. Храм спроектували за подобою священної гори Меру з п'ятьома вершинами, яку вважали житлом богів і центром фізичного й духовного світів, і оточили широким ровом з водою. Храмовий комплекс звернений на захід і простягається із заходу на схід, тож під час весняного рівнодення сонце сходить точно над центральною вежею храму.





ПОШУКАНКА

Хочете вшанувати Колесо року та його свята — вирушайте на прогулянку. Хай де ви мешкаєте — у місті, селі або деінде — зміна пір року завжди відчутна. Звертайте увагу на найдрібніші деталі; споглядання — найкращий спосіб виказати ШАНУ нашому світу. А хтось назве це свого роду молитвою.

Наші відчуття допомагають збирати інформацію й усвідомлювати те, що нас оточує. Передусім нам відомі п'ять основних: зір, слух, смак, дотик і нюх — проте цією п'ятіркою вони не вичерпуються. Рослини й тварини також мають органи чуття, хоч і відмінні від наших.

РОЗДИВІТЬСЯ:

- * пташине гніздо
- * сережки на деревах
- * бруньки
- * паростки, що пробиваються з-під землі
- * дощового черв'яка



Сережки — це колосоподібні суцвіття, які звисають з деяких дерев



ВДИХНІТЬ:

- * запах землі
- * пах перегною
- * подих дощу



ПОЧУЙТЕ:

- * гелготіння гусака
- * цвірінькання пташеняти, що зголоділо
- * кигикання мартина
- * щебет синиці
- * вітер

Рослини, до прикладу, відчувають вологу й світло. Своїм корінням вони ростуть і тягнуться до вологи, а листям — до сонця. Собачий ніс значно чутливіший за ніс людини — він може відчувати емоції, небезпеку й зміну погоди.

Не всі користуються всіма п'ятьома основними органами чуттів, утім, формуючи світосприйняття, кожне живе створіння послуговується інструментами, які має у своєму арсеналі. Звертайтеся до інструментів, що наявні у вас, і побачите, як багато ознак Остари вам до снаги віднайти. Чи дізнаєтеся більше про навколишній світ, послуговуючись іншими органами чуттів, окрім п'ятірки основних?

ПОЛАСУЙТЕ:

- ✿ весняним повітрям
- ✿ сніжинкою,
що кружляє

ВІДЧУЙТЕ:

- ✿ дотик
сонячних променів
- ✿ краплі дощу
на обличчі
- ✿ хлюпання багнюки
під ногами

І ЩЕ ДЕЩО:

- ✿ легкість
- ✿ надію
- ✿ заряд бадьорості
та приємне
хвилювання

