

БЪЛГАРСКА ЛЕКСИКОЛОГИЯ И ФРАЗЕОЛОГИЯ. БЪЛГАРСКА ЕТИМОЛОГИЯ

ОСОБЕНОСТИ НА ПСИХОСОМАТИЧНИТЕ ФРАЗЕОЛОГИЗМИ В БЪЛГАРСКИЯ ЕЗИК

Сия Колковска

**Институт за български език „Проф. Любомир Андрейчин“,
Българска академия на науките**

sia_btb@yahoo.com

Резюме. В статията се разглеждат фразеологичните единици, които означават чувства и са създадени чрез използване на мотивиращи образи, свързани с физиологични състояния и реакции. Означаваме ги с термина психосоматични фразеологизми. Разграничават се две групи психосоматични фразеологизми в зависимост от начина на реализиране на психосоматичната връзка при тях. Установява се кои са семантичните полета от емоции, които изразяват разглежданите изрази. Анализира се с кои телесни състояния и реакции е свързана номинацията на различните емоции при тях. На тази основа се достига до някои изводи за интуитивните познания на носителите на българския език за физиологичните реакции и усещания при преживяване на различни емоции.

Ключови думи: *фразеологизми; соматични фразеологизми; психосоматични фразеологизми*

Известно е, че съществува връзка между чувствата и телесните усещания, която е двупосочна – от една страна, в редица случаи психическите състояния предизвикват определени физиологични състояния и реакции и стават осезаеми на телесно равнище чрез тях. От друга страна, и физиологичните състояния може да влияят върху психиката. Тази връзка между чувствата и физиологичните състояния, свързана с двупосочното взаимодействие между психическо и телесно, назоваваме с термина психосоматична връзка. Интерес за нас тук представлява първият аспект на тази връзка, свързан с влиянието на емоциите върху физиологичното състояние.

Знанието на носителите на езика за въздействието на емоциите върху соматичното състояние е древно. В ново време то е залегнало в основата на т. нар. психосоматично (от психосоматика от *психо-* от гр. ψυχή ‘душа’ и σῶμα, -ατος ‘тяло’ – *Речник на българския език* (РБЕ / RBE) направление в медицината, при което се отчита влиянието на психическите фактори върху физиологичните състояния и усещания, понякога проявяващи се и като болестни симптоми. В отношението емоции – телесни усещания обаче има и обратна страна. След като едно физиологично състояние е предизвикано от определено чувство, то може да се възприема и като проява на породилото го чувство на телесно равнище. По този начин емоциите, които са недостъпни за наблюдение със сетивата, стават осезаеми чрез телесните усещания, предизвикани от тях и достъпни за сетивно възприемане. Този подход към физиологичните състояния и реакции, свързан с възприемането им като проява на емоциите, които ги пораждат, отразява една втора страна на връзката психическо – соматично и именно към нейното отражение в езика е насочено вниманието ни тук.

Знанията за телесните състояния и реакции като прояви на определени чувства са достъпни за обикновения носител на езика – неспециалист поради възможността за прякото им наблюдение и са част от опита на човека в опознаването на своето тяло и неговите реакции. Познания за този аспект на психосоматичната връзка са отразени в два типа езикови единици, при които има съчетание на емотивна семантика с мотивиращ образ, свързан с телесно усещане. Намираме ги при глаголи с емотивни значения, които са възникнали чрез преосмисляне от изходни семемии, означаващи соматични прояви. Като пример може да се посочи глаголът **потръпвам** с второ, преносно значение ‘Обзема ме внезапно и силен страх, тревога, притеснение’, което е развито чрез семантична деривация от първото му значение ‘Потрепервам леко’, означаващо физиологична реакция.

Познания за телесните състояния и реакции като прояви на определени чувства откриваме и при някои фразеологични единици (по-нататък ФЕ) за психически състояния. При тях значението

за емоция е мотивирано от образ, свързан с физиологично състояние, чрез което тази емоция се проявява на телесно равнище. Назоваваме тези ФЕ с термина **психосоматични фразеологизми**, като за такива приемаме фразеологични единици, които означават чувство (в единственото или в едно от своите значения) и са възникнали въз основата на мотивиращ образ, свързан с физиологично състояние или реакция. Те изразяват психосоматична връзка в интересувания ни тук аспект поради съчетаването на емотивно значение с „телесен“ мотивиращ образ.

Извън обсега на внимание тук остават фразеологизмите, които означават емоция, но са мотивирани от образ, който не е свързан с реален физиологичен процес. Тези ФЕ често съдържат алогизъм (на пример **кръв капе от сърцето ми** *‘Изпитвам много голяма мъка, скърбя силно за някого или нещо’*).

Психосоматичните фразеологизми досега не са разграничавани и специално изследвани като отделна група в българския фразеологичен фонд. Възможностите на ФЕ да изразяват емоции, като се основават на мотивиращ образ, свързан с телесни усещания, е загатната от Ст. Калдиева, която при разглеждане на изразите, назоваващи душевни състояния и реакции, сочи, че един от източниците за тяхната поява е познанието за човешкото тяло. Изследователката отбелязва, че в това познание понякога се изразяват изключително точни наблюдения върху телесната симптоматика и физиология, регистриращи движенията във вътрешния мир на човека (Калдиева-Захаријева / Kaldieva-Zaharieva 2013: 55). Отделни ФЕ от разглеждания тип са посочени в статията на А. Добрева върху когнитивните модели за изразяване на чувството страх в българския език (Добрева / Dobрева 2009). Изброените от авторката примери в повечето случаи са преводен еквивалент на метафоричните и метонимичните модели, установени от З. Кьовечеш в неговото когнитивно изследване на емоциите в английския език (Kövecses 1990).

Задачите, които си поставяме тук, са следните: да разгледаме особеностите на двете групи психосоматични ФЕ, които разграничаваме въз основа на различния начин на реализация на психосоматичната връзка при тях; да анализираме кои семантични полета от емоции изразяват разглежданите фразеологизми; да установим кои физиологични състояния и реакции се използват при назоваването на различни емоции от този тип изрази.

Направените наблюдения и изводи ще осветлят нови страни от особеностите на фразеологичния фонд на българския език като отражение на световъзприемането на българина, и по-конкретно – ще дадат нова информация относно неговите познания върху връзката между емоционалните преживявания и физиологичните състояния, чрез които преживяванията се проявяват на телесно равнище.

Като основен източник на езиков материал е използван многотомният *Речник на българския език* (РБЕ / RBE), който представлява най-богатият лексикографски източник на информация за лексикалното и фразеологичното богатство на българския език. Повечето от посочените в статията значения на фразеологизмите са почерпани от него. Използвани са още академичният *Фразеологичен речник на българския език*, т. 2 с автори К. Ничева, С. Спасова и Кр. Чолакова (ФР 2 / FR 2) и *Малък фразеологичен речник на българския език* с автор В. Вътв (МФР / MFR). За установяване на новите психосоматични фразеологизми в българския език са използвани *Речник на новите думи и значения в българския език* (РНДЗ / RNDZ 2001) и *Речник на новите думи в българския език от края на XX и първото десетилетие на XXI в.* (РНД / RND 2010).

1. Съпоставка между психосоматичните фразеологизми и соматичните фразеологизми

Близостта в названията на двата типа ФЕ налага да изясним какво е различието между тях. Соматичните ФЕ, по думите на Ф. Вак, който въвежда този термин в езикознанието, представляват фразеологични единици, в състава на които присъстват наименования на части от тялото на човек или животно (Вакк / Vakk 1964: 6), известни като соматизми. Някои изследователи разбират соматизмите по-широко – това са не само думите, назоваващи човешкото тяло, неговите части, органи, но и тъкани, течности и окосмяване (Маринова / Marinova 2018: 195).

Въпреки сходството в названията на двата типа ФЕ и асоциацията за родово-видова връзка между тях те нямат никакво сходство по отношение на своята същност. Същевременно трябва да се отбележи, че редица ФЕ се отнасят и към двата типа фразеологизми. Причината за това е, че зна-

чителна част от психосоматичните ФЕ включват соматизъм, т.е. те са и соматични. Друга, макар и по-малка част от психосоматичните изрази не съдържат название на част от тялото (напр. **вдига ми се кръвното, вдига ми се адреналинът, вие ми се свят**)¹.

Поради това, че част от психосоматичните ФЕ се отнасят и към групата на соматичните фразеологизми, някои от разглежданите тук изрази присъстват в съществуващите изследвания върху соматичните ФЕ в българския език, извършвани в повечето случаи в съпоставителен план с други езици – английски (Молхова / Molhova 2013), японски (Маринова / Marinova 2018), други балкански езици – албански, румънски (Гетова / Getova 2024). Например в монографията на Г. Молхова някои от разглежданите тук изрази присъстват в групите от соматични фразеологизми, означаващи емоция, с компоненти **сърце, гърло** и други соматизми (Молхова / Molhova 2013: 72 и сл., 94 и др.). В посочените изследвания върху соматичните ФЕ в българския език (а също и в изследвания върху този тип изрази в други езици) този тип единици се разглеждат в рамките на антропоцентричния подход и съответно – в лингвокултурологичен и когнитивен план, като предаващи соматичния културен код (Щирова / Shhirova 2005: 6; Молхова / Molhova 2013: 13).

2. Групи психосоматични ФЕ според начина на реализиране на психосоматичната връзка при тях

Разграничаваме две типа изрази в кръга на психосоматичните ФЕ: 1. Фразеологизми с прототип – паралелно свободно словосъчетание. Те имат едно значение и то е емотивно. 2. Фразеологизми, чието първо значение се отнася за физиологично състояние, а второто (понякога и третото) им значение е емотивно. Основание за разграничаването на посочените групи психосоматични ФЕ е различният начин на формиране на психосоматичната връзка при тях.

2.1. Психосоматични ФЕ с прототип – паралелно свободно словосъчетание

При фразеологизмите от първата група е налице паралелно съществуващо свободно словосъчетание – прототип, което изразява физиологично състояние или реакция и има неутрална конотация. Към тази група се отнася например изразът **свива ми се сърцето**, който има емотивно значение *‘Намирам се или изпадам в притеснено, тревожно или потиснато състояние’*, а прототипното свободно словосъчетание се отнася за физиологична реакция.

Какви са основанията да се смята, че тези фразеологизми отразяват психосоматична връзка, т.е. че при тях има съчетаване на психически и соматичен елемент? Както посочва Ст. Калдиева, компонентите, които участват в състава на ФЕ, не се десемантизират. Те присъстват винаги със своята жива семантика във формирането на единния метафоричен образ, с който се свързва новото, фразеологично значение (Калдиева-Захаријева / Kaldieva-Zaharieva 2013: 32). При изграждането на фразеологичната семантика важен посредник е образът, картината, която рисуват компонентите на прототипа на фразеологичния израз (Калдиева-Захаријева / Kaldieva-Zaharieva 2013: 117). При психосоматичните изрази от първата група фразеологичният образ², който е свързан с представата за телесно усещане, изразявано от прототипния израз, се осъзнава едновременно с възприемането на тяхното значение. Съчетаването при тези ФЕ на емотивно значение с „телесен“ фразеологичен образ е основание за причисляването им към психосоматичните ФЕ. Връзката психично – соматично при тях се реализира в отношението между емотивното значение на фразеологизма и значението на прототипното свободно словосъчетание, насочващо към физиологично състояние или реакция.

Като примери за ФЕ от първата група може да се посочат следните изрази: **боли ме сърцето** със значение: *‘Измъчвам се, страдам, мъчно ми е’* и **заболява ме сърцето** *‘Домъчнява ми, става ми*

¹ Поради богатата лексикална вариантност при психосоматичните ФЕ в повечето случаи посочваме само един фразеологизъм, представителен за цялата поредица от варианти.

² Под фразеологичен образ Ю. Солодуб разбира „тази нагледна представа, своего рода „картинка“, на фона на която възприемаме цялостното значение на фразеологизма като обобщено-преносно, като метафоричен или метонимичен дериват, възникнало в резултат на глобално преосмисляне на първоначалния смисъл на словесния комплекс – прототип“ (Солодуб / Solodub 1990: 61).

мъчно, болно, тъжно', при които съществуват прототипни свободни словосъчетания, изразяващи физическото усещане за болка в сърцето. Друг фразеологизъм от тази група е **спира ми дъхът** 'Извънредно силно се развълнувам от някакво чувство (изненада, радост, страх)'. Фразеологичният образ при този израз е свързан с означаваното от прототипното свободно словосъчетание физиологично усещане за задържане на дишането. Тук се отнасят и фразеологизмите **настръхва ми косата** 'Издавам в ужас, обзема ме силен страх, възмущение и под.'; **преобръща ми се сърцето** с две емотивни значения '1. Внезапно се изплашвам силно. 2. Изведнъж се развълнувам, разчувствам силно'; **качва ми се кръвта в главата** 'Силно се развълнувам, обикновено от гняв; обхваща ме, обзема ме силен гняв', като мотивиращият образ при последния израз е свързан с усещането за нахлуване на кръв в главата, което съпровожда повишаването на кръвното налягане. В тази група попада и фразеологизмът **ще ми се спуска жлъчката** с две емотивни значения '1. Силно се изплашвам. 2. Обхваща ме силен гняв, яд; много се разгневявам', при който фразеологичният образ е свързан с физиологично състояние, което е предполагаемо, хипотетично при преживяване на посочените емоции.

Разглежданата група ФЕ включва отдавна установени изрази. Същевременно в по-ново време се появиха два нови фразеологизма, които може да причислим към нея: **вдига ми се кръвното и вдига ми се адреналинът** със значения съответно 'Дразня се, нервирам се, ядосвам се от нечие поведение, думи и др.' (РНДЗ / RNDZ 2001) и '1. Издавам в състояние на силна възбуда, вълнение, напрежение. 2. Силно се ядосвам, разгневявам' (РНД / RND 2010). Двете нови ФЕ с емотивна семантика се основават на фразеологични образи, свързани с определени физиологични процеси.

2.2. Психосоматични фразеологизми с първо значение, отнасящо се за физиологично състояние, и емотивно второ значение

Както се каза, ФЕ от втората група имат първо значение, което се отнася за физиологично състояние, а второто (понякога и третото, ако има такова) им значение, възникнало чрез семантична деривация от първото, е свързано с емоционално преживяване, което се проявява на телесно ниво чрез това физиологично състояние. При изразите от тази група психосоматичната връзка се реализира в рамките на семантичната структура на многозначния фразеологизъм, в отношението между първичното („физиологично“) значение, и второто (емотивно) значение. Едновременно с възприемането на второто значение на израза, което се отнася за емоция, се осъзнава и мотивиращият образ, на чиято основа то е възникнало, т.е. съчетава се емотивно значение с „телесен“ мотивиращ образ.

Като примери може да се посочат следните ФЕ с второ (понякога и с трето) емотивно значение, като за по-голяма яснота отбелязваме и първичното им значение, отнасящо се до физиологични състояния и реакции: **полазват ми тръпки по гърба** със значения '1. Изведнъж усещам студ и потрепервам. 2. Изведнъж изпитвам силен страх, ужас'. При този фразеологизъм образът, свързан с телесно усещане за студ, е мотивиращ за второто значение, свързано с преживяване на страх. От тази група е и фразеологизмът **свива ме под лъжичката** със значения '1. Изпитвам остра болка в стомаха от прегладняване. 2. Измъчвам се, притеснявам се, безпокоя се много', при който усещането за болка в стомаха се използва за назоваване на преживяване на мъка, безпокойство.

Примерите за ФЕ от тази група са многобройни, като ще посочим още няколко от тях, при което отбелязваме, както се каза, само един от вариантите при наличие на групи от вариантни фразеологизми: **притъмнява ми пред очите** '1. Изведнъж ми става лошо, прилошава ми (обикн. от силна болка или глад). 2. Обзема ме силен гняв, яд и преставам да се владея; изгубвам самообладание от гняв. 3. Става ми много тежко, издавам в отчаяние или в безизходно положение'; **замайва ми се главата** '1. Загубвам равновесие и ми става лошо; прилошава ми. 2. Слисвам се от работа или от неприятности и под. и се чудя какво да предприема; обърквам се. 3. Изпитвам изключително силно чувство, обикн. от нещо извънредно приятно, хубаво, което ме е смаяло'; **главата ми се пръска** '1. Силно ме боли главата. 2. Много съм притеснен, затруднен от нещо (обикн. от някаква тежка мисъл, грижа)'; **избива ме студена пот** '1. Изпотявам се. 2. Почувствам се много неприятно поради създадено затруднено или неудобно положение'.

Трябва да се отбележи, че отделни психосоматични фразеологизми пораждат известни проблеми при лексикографската си интерпретация. При някои изрази например е трудно да се прецени дали, както е посочено в речниците, те наистина имат само значение за телесно усещане, предиз-

викано от определено чувство (както е например при **пресъхва ми езикът** ‘От силна уплаха или вълнение усещам сухост в устата си и ми е трудно да говоря’), или при тях вече се е формирало и второ, емотивно значение. При други ФЕ трудността е свързана с преценката за това дали те имат първо значение за физиологично състояние, или това състояние се означава от прототипно свободно словосъчетание. Обсъждането на тези проблеми е извън задачите на настоящата статия. Тук ще отбележим само още това, че при единични фразеологизми, при които установяваме, че отразяват психосоматична връзка, която обаче не е посочена в речниците (поради липсващо значение за физиологично състояние или за чувство), сме направили съответната корекция в представянето на семантичната им структура и сме ги включили в изследвания материал.

Във връзка с коментирането на проблемни случаи може да се разгледа и появилият се и доста употребяван напоследък фразеологизъм **имам / усещам пеперуди в стомаха**. При наблюдения на неговите срещания в корпус се установи употребата му в две емотивни значения: **1. Изпитвам вълнение, свързано с любовни чувства. 2. Изпитвам нервност, често съпроводжана от неприятно усещане в стомаха, обикн. преди някакво важно събитие.**³ Тази фразеологична иновация е калка от английски и отразява чуждоезиков модел. В езика ни липсва прототипна езикова единица, изразяваща физиологично състояние, свързано с използвания при този израз образ, поради което смятаме, че той е немотивиран и не изразява психосоматична връзка на българска почва.

3. Експресивност при психосоматичните фразеологизми

Образността и експресивността на ФЕ, както е известно, са иманентни техни особености, свързани с това, че тези изрази имат номинационна функция от втори ранг – характеризираща (Калдиева-Захариева / Kaldieva-Zaharieva 2013: 32). Изграждането на образността при ФЕ, възникнали въз основа на прототипно свободно словосъчетание, е свързана, по думите на Ст. Калдиева, с напрежение между възприемания образ и фразеологичната семантика (Калдиева-Захариева / Kaldieva-Zaharieva 2013: 193). Сходно е мнението на К. Ничева, според която при ФЕ, при които образът е ясен за говорителя, има двуплановост – той съзнава едновременно и значението на образа, и значението на самата фразеологична единица. Именно на тази двуплановост във възприемането на фразеологизмите, в осъзнаването едновременно на вътрешната форма, на значението на образа и на самото значение на ФЕ се гради тяхната експресивност (Ничева / Nicheva 1987: 105 – 106).

Експресивността на разглежданите тук психосоматични ФЕ е основана именно на това, че при тях има съчетаване на „телесен“ мотивиращ образ с емотивна семантика. Това поражда двуплановост в тяхното възприемане – осъзнава се едновременно образът или представата, свързани с физиологично усещане (изразени от прототипното свободно словосъчетание или от първичното значение на изрази), и значението им, отнасящо се до емоционални преживявания.

4. Психични състояния, изразявани от психосоматичните фразеологизми⁴

При анализа на психичните състояния, изразявани от психосоматичните ФЕ, се установи, че тези изрази най-често биват използвани за експресивна номинация на чувства от негативния спектър.

На едно от първите места по продуктивност сред изследваните ФЕ са изразите, които означават чувство на мъка, скръб: **боли ме сърцето; заболява ме сърцето; засяда ми буца на гърлото; побеляват ми косите**. Разпространени са и ФЕ, които означават гняв: **ще ми се спуска жлъчката** (второ значение в РБЕ / RBE ‘Обхваща ме силен гняв, яд; много се разгневявам’); **качва ми се кръвта в главата; наливат ми се очите с кръв; вдига ми се адреналинът** (второ значение в РНД / RND 2010). Към това семантично поле се отнасят и ФЕ, които означават чувства на яд, раздразнение:

³ Първото значение на тази нова фразеологична калка в българския език е посочено най-напред от Д. Благоева (Благоева / Blagoeva 2020) и впоследствие и от Я. Сивилова (Сивилова / Sivilova 2022: 17).

⁴ Прецизността на направените тук обобщения относно означаваните от ФЕ емоции е зависима от точността на речниковите дефиниции на тези изрази.

вдига ми се кръвното, вдигам кръвно. Застъпени са и ФЕ, отнасящи се за чувства на притеснение, безпокойство: **свива ми се сърцето; стяга ми се сърцето; свива ме под лъжичката; главата ми ще ми се пръсне; засяда ми в гърлото нещо; стомахът ми се свива на буца / топка.**

Многобройни са и ФЕ, които означават чувство на страх: **полазват ми тръпки по гърба; ще ми се спуска жлъчката** (първо значение в РБЕ / RBE ‘*Силно се изплашвам*’); **обръща ми се сърцето** (първо значение в РБЕ / RBE ‘*Внезапно се изплашвам силно*’), **преобръща ми се сърцето** (първо значение в РБЕ / RBE); **подкосяват ми се краката; избива ме студена пот.** Някои ФЕ означават объркване, сливане: **завъртява ми се главата** (второ значение в РБЕ / RBE); **замайва ми се главата** (второ значение в РБЕ / RBE); **завива ми се свят** (второ значение в РБЕ / RBE).

Отделни психосоматични фразеологизми се отнасят за положителни чувства, свързани с преживяване на силно вълнение от нещо положително и приятно, без обаче да има конкретизация на съответното чувство: например **завъртява ми се главата** (трето значение в РБЕ / RBE ‘*Изпитвам изключително силно чувство, обикн. от нещо извънредно приятно, хубаво, което ме е смаяло*’); **завива ми се свят** (трето значение в РБЕ / RBE); **полазват ме тръпки** (трето значение в РБЕ / RBE ‘*Обзема ме вълнение или някакво приятно чувство*’); **обръща ми се сърцето** (второ значение в РБЕ / RBE ‘*Изведнъж се развълнувам, разчувствам силно*’); **преобръща ми се сърцето** (второ значение в РБЕ / RBE).

Констатацията, че разглежданите ФЕ изразяват предимно негативни емоции като скръб, гняв, раздразнение, страх, объркване и други, не буди изненада. Както посочва К. Ничева, отрицателните емоции по-често раждат фразеологизми (Ничева / Nicheva 1987: 63). Това вероятно е свързано с тенденцията отрицателните качества и прояви да намират по-ярък експресивен израз в езика от положителните (Ничева / Nicheva 1987: 127). Тенденцията, свързана с предпочитанието към назоваване на негативни емоции, е отбелязвана и по отношение на други типове ФЕ, по-конкретно – на соматичните. Например при изследването на соматичните изрази в руския и полския език Е. Соколова стига до извода за семантична асиметрия във фразеологичната система на всеки един от двата езика във връзка с преобладаването на отрицателни значения, което според авторката се обяснява с по-острата емоционална и вербална реакция на хората спрямо отрицателните явления (Соколова / Sokolova 2015: 279).

Прави впечатление силно развитата синонимия при повечето от психосоматичните ФЕ, които се обединяват в синонимни редове при номинация на ограничен брой психически състояния. Извънредно силно застъпена е и лексикалната вариантност при почти всеки един от изразите от втората група. Например множество лексикални варианти наблюдаваме при фразеологизма **замайва ми се главата**, групирани в два синонимни реда: **завъртява ми се главата; завива ми се главата; зашеметява ми се главата и завива ми се свят; вие ми се свят; върти ми се свят.**

Наличието на такова богатство от синонимни и вариантни ФЕ, обединени около ограничен брой семантични полета от емоции (главно негативни), е показателно за това назоваването на кои емоции има особена важност за членовете на езиковия колектив и за кои от тях е най-силна потребността му от експресивни езикови средства.

5. Психосоматични отношения, изразявани от разглежданите ФЕ

Както се каза, психосоматичната връзка, която изразява всеки от разглежданите изрази, се реализира вследствие на съчетаване на психическото състояние, означено от него, с определено телесно състояние или реакция, с които е свързан мотивиращият му образ. Като отчитаме кое чувство назовава всеки отделен фразеологизъм и с кое телесно усещане е свързано то, установяваме какво е психосоматичното отношение, чрез което се реализира психосоматичната връзка при него. Разграничаваме 14 психосоматични отношения при разглежданите ФЕ.

В повечето случаи едно физиологично състояние или реакция мотивира номинацията на едно чувство (или на близки, сходни чувства). По-редки са случаите, когато с дадено телесно усещане се назовават две разнородни емоционални преживявания.

Разглежданите ФЕ изразяват следните психосоматични отношения:

5.1. Физиологично усещане за болка в сърцето – за назоваване на мъка, страдание, напр. **боли ме сърцето; заболява ме сърцето;**

5.2. Физиологично усещане за свиване, стягане в гърлото, което пречи при преглъщане – за назоваване на мъка, страдание – напр. **засяда ми буца в гърлото**;

5.3. Физиологично усещане за тежест в определена част от тялото (в гърдите, под лъжичката) – за назоваване на мъка, страдание, напр. **засяда ми буца на гърдите**; **засяда ми буца под лъжичката**; **ляга ми буца на гърдите**;

5.4. Физиологична реакция на потреперване от студ – за назоваване на страх, ужас, напр. **побиват ме студени тръпки**; **тръпки полазват по гърба / тялото / кожата / снагата ми**;

5.5. Физиологична реакция на изпотяване – за назоваване на страх или притеснение, напр. **избива ме студена пот**; **облива ме ледена пот**;

5.6. Физиологично усещане за слабост в краката, за затруднено ходене или стоене прав – за назоваване на страх или силно вълнение (може и положително), напр. **подкосяват ми се краката**; **омекват ми краката**;

5.7. Физиологично усещане за настръхване на космите на главата – за назоваване на силен страх, напр. **настръхват ми косите**;

5.8. Физиологична реакция на прилошаване, прималяване – за назоваване на гняв, яд, напр. **пригъмнява ми пред очите**; **причернява ми пред очите**;

5.9. Физиологична реакция, свързана с повишаване на кръвното – за назоваване на раздразнение, гняв, напр. **вдига ми се кръвното**; **вдигам кръвно**;

5.10. Физиологично усещане за болезнено стягане, присвиване в определена част от тялото (сърце, стомах, област под гръдната кост – лъжичка) – за назоваване на притеснение, безпокойство, напр. **свива ми се сърцето**; **стяга ми се сърцето**; **стомахът ми се свива на буца / топка**; **стяга ме под лъжичката**;

5.11. Главоболие – за назоваване на притеснение, угриженост, напр. **главата ми се цепи**; **ще ми се пръсне главата**;

5.12. Физиологична реакция на виене на свят – за назоваване на слисване, объркване, напр. **вие ми се главата**; **върти ми се главата**; **замайва ми се главата**; **зашеметява ми се главата**; **завива ми се свят**;

5.13. Физиологично усещане за тръпки по кожата – за назоваване на приятно вълнение, приятно чувство, напр. **тръпки полазват по гърба / тялото / кожата / снагата ми**;

5.14. Физиологична реакция, свързана с повишаване на адреналина – за изразяване на раздразнение или силна възбуда, вълнение, напр. **вдига ми се адреналинът**; **повишава ми се адреналинът**.

Установените психосоматични отношения носят информация за това с какви физиологични усещания и реакции обикновеният носител на българския език свързва проявата на определени емоции на телесно ниво. Те дават представа и за това какъв е познавателният опит и интуитивните познания на членовете на езиковия колектив за тялото и телесните усещания и реакции при различни емоционални преживявания.

Вероятно познанията за връзката психическо – физиологично имат установен от векове устойчив характер. Появата в последните десетилетия на два нови психосоматични фразеологични израза – **вдига ми се кръвното** и **вдига ми се адреналинът**, които включват названия на два физиологични показателя (кръвно налягане и адреналин), свидетелстват за разширяване на познанията и информираността на носителите на езика ни – неспециалисти, за физиологията на тялото и протичащите в него процеси при преживяване на определени емоционални състояния.

Психосоматичните ФЕ може да се разглеждат и в друг ракурс – с оглед на начина на формиране на тяхната емотивна семантика, свързан с процеса на метафоризация. Еквивалент на психосоматичните отношения в номинационен план представляват телесните метафори за душевни състояния. Този тип метафори е разграничен от В. Ю. Апресян и Ю. Д. Апресян в изследването им върху концептуализацията на емоциите в руския език. Същността на телесните метафори за душевно състояние е свързана с това, че при тях нещо, което е недостъпно за пряко наблюдение (душевни реакции), се уподобява с нещо, което може да се наблюдава непосредствено (телесни реакции) (Апресян, Апресян / Апресян, Апресян 1993: 31, 33).

Възможно е установените тук психосоматични отношения да бъдат разглеждани и в когнитивен план – с оглед на използваните телесни метафори за психическо състояние, което е извън задачите на настоящата статия. Интересно е обаче да се отбележи, че две от установените тук пси-

хосоматични отношения съответстват на две от телесните метафори за душевни състояния в руския език, посочени от В. Ю. Апресян и Ю. Д. Апресян. Изведеното тук психосоматично отношение между физиологичното усещане за студ и чувството за страх има аналог в телесната метафора за страх в руския език. Както твърдят двамата изследователи, телесната реакция на душата при страх е сравнима с реакцията на тялото на студ (Апресян, Апресян / Apresjan, Apresjan 1993: 31). Сходно е и наблюдението на В. Щирова, че метафоричното представяне на страха в соматичните фразеологизми в немския език се осъществява с използването на образи, свързани с телесната реакция на студ (Щирова / Shhirova 2005: 16). Наличието на такива съответствия и сходства дава основания да се предположи, че някои от психосоматичните отношения и съответните им телесни метафори е възможно да имат универсален характер.

6. Най-често срещани соматизми в състава на психосоматичните фразеологизми

Интересно е да се проследи и това названията на кои части на тялото се използват най-често в психосоматичните ФЕ. Установява се, че най-многобройни са изразите с компонент **сърце**, на второ място – с компонент **глава**, на трето – с **лъжичка**⁵.

По отношение на соматизма **сърце** този резултат е напълно очакван и потвърждава представата, че за носителите на българския език сърцето има пряко участие в изживяването на емоциите. Както основателно твърди Г. Молхова, физиологически сърцето е свързано много тясно с емоционално-психическото състояние на човека и затова представата за сърцето като център на нашите емоции е основана на рефлекторните реакции на този орган на различни видове нервно-психически стимули и свързаните с това реално възникващи при човека физиологични усещания (Молхова / Molhova 2013: 78). По всяка вероятност представата за сърцето като център на емоционалните преживявания се проявява и във фразеологията на редица други езици.

Изненадваща донякъде е установената честотност на соматизма **глава** в психосоматичните фразеологизми, тъй като съществува убеждението, че главата е център на умствената дейност и е свързана с рационалния живот. Очевидно обаче в представите на носителите на българския език тя има отношение и към емоционалните преживявания. Изненадващ е и изводът за честотата на срещане на соматизма **лъжичка** в разглежданите ФЕ. Известно обяснение може да намерим в това, че тази част от тялото е разположена под гръдната кост в близост до стомаха, който също реагира с определени усещания при емоционални преживявания. Освен това лъжичката е в съседство със слънчевия сплит, който е важен енергиен център на тялото, тясно свързан с емоциите и нервната система.

Заклучение

При разграничаването на психосоматичните фразеологизми като отделен тип фразеологични изрази се основаваме на схващането, че те означават психосоматична връзка (т.е. връзка психическо – соматично), като тук ни интересува този неин аспект, който е свързан с възприемането на телесните преживявания като проява на определени емоции, които са ги предизвикали.

При изследването на психосоматичните фразеологизми в българския език установихме, че те са относително добре представени като част от неговия фразеологичен фонд. Това се дължи на функцията им да служат за експресивна номинация на психически състояния, които са важни за носителите на езика. Освен това при психосоматичните ФЕ се използват мотивиращи образи, свързани с нещо, което е много добре познато и осезаемо за членовете на езиковия колектив – физиологичните усещания, съпровождащи преживяването на отделните емоции на телесно ниво.

Разгледахме редица особености на психосоматичните ФЕ, свързани, на първо място, с това кои са назоваваните от тях емоции. В по-голямата си част това са чувства от негативния спектър (скръб, страх, безпокойство, гняв, раздразнение, объркване и др.). На второ място, установихме кои са изразяваните от фразеологизмите психосоматични отношения, определящи се от това с кои физиологични състояния и реакции е свързана номинацията на отделните емоции при всеки един

⁵ Думата *лъжичка* означава вдлъбнатината под гръдната кост между ребрата на човека (РБЕ / RBE).

от тях. На трето място, уточнихме кои са трите най-често срещани соматизма в разглеждания тип ФЕ: **сърце, глава и лъжичка**.

Въз основа на направените наблюдения достигнахме до някои изводи, които обогатяват съществуващите знания за отразения във фразеологията светоглед и познавателен опит на носителите на българския език. Потвърди се мнението на някои изследователи на българската фразеология, че членовете на езиковия колектив изпитват по-силна потребност от експресивно назоваване именно на негативни емоции. Психосоматичните отношения, означавани от разглежданите фразеологизми, дават нова информация за това какъв е познавателният опит на обикновените носители на българския език за тялото и за физиологичните му реакции и усещания при различни емоционални състояния. Констатацията за най-често срещаните соматизми в структурата на разглеждания тип ФЕ носи допълнително знание за интуитивните познания на българина за това кои органи на тялото са най-тясно свързани с емоционалните преживявания.

Част от установените тук особености на психосоматичните фразеологизми вероятно имат националноспецифичен характер, а други са универсални, обусловени от сходните когнитивни процеси, протичащи в човешкото съзнание и мислене, но това би могло да се установи само при съпоставителното изследване на проявите на междуезикова еквивалентност при фразеологизмите от този тип.

Източници / Sources

- РБЕ: *Речник на българския език*. Т. 1 – 16. София: Издателство на БАН „Проф. Марин Дринов“, Институт за български език, 2001 – 2023. <<http://ibl.bas.bg/rbe/>> [04.01.2025] (RBE: *Rechnik na balgarskiya ezik*. Т. 1 – 16. Sofia: Izdatelstvo na BAN “Prof. Marin Drinov”, Institut za balgarski ezik, 2001 – 2023. <<http://ibl.bas.bg/rbe/>> [04.01.2025])
- РНДЗ 2001: Пернишка, Е., Д. Благоева, С. Колковска. *Речник на новите думи и значения в българския език*. София: Наука и изкуство. (RNDZ 2001: Pernishka, E., D. Blagoeva, S. Kolkovska. *Rechnik na novite dumi i znacheniya v balgarskiya ezik*. Sofia: Nauka i izkustvo.)
- РНД 2010: Пернишка, Е., Д. Благоева, С. Колковска. *Речник на новите думи в българския език (от края на XX и първото десетилетие на XXI в.)*. София: Наука и изкуство. (RND 2010: Pernishka, E., D. Blagoeva, S. Kolkovska. *Rechnik na novite dumi v balgarskiya ezik (ot kraya na XX i parvoto desetiletie na XXI v.)*. Sofia: Nauka i izkustvo.)
- ФР 2: Ничева, К., С. Спасова-Михайлова, Кр. Чолакова. *Фразеологичен речник на българския език*. Т. 2. София: БАН, 1975. (FR 2: Nicheva, K., S. Spasova-Mihaylova, Kr. Cholakova. *Frazeologichen rechnik na bulgarskiya ezik*. Т. 2. Sofia: BAN, 1975.)
- ФРВ: Вътов, В. *Малък фразеологичен речник на българския език*. Велико Търново: Слово, 1998. (FRB: Votov, V. *Malak frazeologichen rechnik na bulgarskiya ezik*. Veliko Tarnovo: Slovo, 1998.)

Цитирана литература / References

- Апресян, Апресян 1993: Апресян, В. Ю., Ю. Д. Апресян. Метафора в семантическом представлений емоции. – *Вопросы языкознания*, № 3, с. 27 – 35. (Apresjan, Apresjan 1993: Apresjan, V. Yu., Yu. D. Apresjan. *Metafora v semanticheskom predstavlenij emocii*. – *Voprosy jazykoznanija*, № 3, pp. 27 – 35.)
- Благоева 2020: Нови калки в българската фразеология. – В: *Арnaudов сборник*, т. 11, с. 384 – 387. (Blagoeva 2020: Novi kalki v balgarskata frazeologiya. – In: *Arnaudov sbornik*, t. 11, pp. 384 – 387.)
- Вакк 1964: Вакк, Ф. О. *О соматической фразеологии в современном эстонском литературном языке*. Автореферат диссертации. Таллин. <<http://193.40.192.80/arhiiv/ru/%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%B8/119725>> [07.12.2024] (Vakk 1964: Vakk, F. O. *O somaticheskoy frazeologii v sovremennom jestonskom literaturnom jazyke*. Avtoreferat dissertacii. Tallin. <<http://193.40.192.80/arhiiv/ru/%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%B8/119725>> [07.12.2024])
- Гетова 2024: Гетова, М. *Устойчиви съчетания с компонент око в балканските езици*. Автореферат на диссертация. София. (Getova 2024: Getova, M. *Ustoychivi sachetaniya s komponent oko v balkanskite ezitsi*. Avtoreferat na disertatsiya. Sofia.)
- Добрева 2009: Добрева, А. Метафорични и метонимични модели на страх в английски и български език. – В: *Епископ-Константинови четения*, т. 12. Шумен: Университетско издателство „Епископ „Константин Преславски“, с. 155 – 165. (Dobрева 2009: Dobрева, A. *Metaforichni i metonimichni modeli na strah v angliyski i balgarski ezik*. – In: *Episkop-Konstantinovi cheteniya*, t. 12. Shumen: Universitetsko izdatelstvo “Episkop “Konstantin Preslavski”, pp. 155 – 165.)

- Калдиева-Захаријева 2013: Калдиева-Захаријева, Ст. *Българска лексикология и фразеология. Т. 2. Българска фразеология*. София: Академично издателство „Проф. Марин Дринов“. (Kaldieva-Zaharieva 2013: Kaldieva-Zaharieva, St. *Balgarska leksikologiya i frazeologiya. T. 2. Balgarska frazeologiya*. Sofia: Akademichno izdatelstvo “Prof. Marin Drinov”.)
- Маринова 2018: Маринова, К. Национално-културни специфики на соматичните фразеологични единици в българския и в японския език (от гледна точка на тяхната продуктивност). – В: *Studia philologica Universitatis Velikotarnovens*, т. 37, № 1, с. 195 – 208. (Marinova 2018: Marinova, K. Natsionalno-kulturni spetsifiki na somatichnite frazeologichni ediniti v balgarskiya i v yaponskiya ezik (ot gledna tochka na tyahnata produktivnost). – In: *Studia philologica Universitatis Velikotarnovens*, t. 37, № 1, pp. 195 – 208.)
- Молхова 2013: Молхова, Г. *Соматични фразеологизми в българския и английския език*. Стара Загора: Кота. (Molhova 2013: Molhova, G. *Somatichni frazeologizmi v bulgarskiya i angliyskiya ezik*. Stara Zagora: Kota.)
- Ничева 1987: Ничева, К. *Българска фразеология*. София: Наука и изкуство. (Nicheva 1987: Nicheva, K. *Balgarska frazeologiya*. Sofia: Nauka i izkustvo.)
- Сивилова 2022: Сивилова, Я. *Археология на фразата*. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“. (Sivilova 2022: Sivilova, Ya. *Arheologiya na frazata*. Sofia: Universitetsko izdatelstvo “Sv. Kliment Ohridski”.)
- Соколова 2015: Соколова, Е. Н. Сравнительный анализ фразеологических единиц с компонентом соматизмом в русском и польском языках. – *Вестник Челябинского государственного педагогического университета*, № 2, с. 274 – 281. (Sokolova 2015: Sokolova, E. N. Sravnitel’nyj analiz frazeologicheskikh edinic s komponentom somatizmom v ruskom i pol’skom yazykah. – *Vestnik Cheljabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, № 2, pp. 274 – 281.)
- Солодуб 1990: Солодуб, Ю. П. Национальная специфика и универсальные свойства фразеологии как объект фразеологического исследования. – *Филологические науки*, № 5, с. 55 – 65. (Solodub 1990: Solodub, Ju. P. Nacional’naja specifika i universal’nye svojstva frazeologii kak ob#ekt frazeologicheskogo issledovaniya. – *Filologicheskie nauki*, № 5, pp. 55 – 65.)
- Щирова 2005: Щирова, В. С. *Соматические фразеологизмы немецкого языка в когнитивно-дискурсивном аспекте (на материале периодической печати)*. Автореферат диссертации. Тамбов. <<https://cyberleninka.ru/article/n/funktsionirovanie-somaticheskikh-frazeologizmov-v-russkom-yazyke-1/viewer>> [24.11.2024] (Shhirova 2005: Shhirova, V. S. *Somaticheskie frazeologizmy nemeckogo jazyka v kognitivno-diskursivnom aspekte (na materiale periodicheskoy pechati)*. Avtoreferat dissertacii. Tambov. <<https://cyberleninka.ru/article/n/funktsionirovanie-somaticheskikh-frazeologizmov-v-russkom-yazyke-1/viewer>> [24.11.2024])
- Kövecses 1990: Kövecses, Z. *Emotion Concepts*. New York: Springer.

PECULIARITIES OF PSYCHOSOMATIC PHRASEOLOGICAL UNITS IN THE BULGARIAN LANGUAGE

Sia Kolkovska

Institute for Bulgarian Language, Bulgarian Academy of Science

sia_btb@yahoo.com

Abstract. The article examines phraseological units that mean feelings and are formed by using motivating images related to physiological states and reactions. They are designated by the term psychosomatic phraseological units. Two groups of psychosomatic phraseological units are distinguished depending on the way of realizing the psychosomatic connection in them. It is established which are the semantic fields of emotions that express the considered expressions. It is analyzed which bodily states and reactions are associated with the nomination of the various emotions in them. On this basis, some conclusions are drawn about the intuitive knowledge of Bulgarian speakers about physiological reactions when experiencing different emotions.

Keywords: *phraseology; somatic phraseological units; psychosomatic phraseological units*

Sia Kolkovska
Institute for Bulgarian Language
Bulgarian Academy of Sciences
52, Shipchenski prohod Blvd., Bl. 17
Sofia 1113, Bulgaria