



# Остров радости

Лариса МИЛЛЕР

Посвящается Людмиле Николаевне Алексеевой

Эта гимнастическая система подобна танцу. А еще можно сказать, что она – своеобразный театр. Театр одного актера. И этим актером может стать каждый, потому что речь идет о театре для себя, который не предполагает зрителя. То есть, пожалуй, приходите и смотрите. Никто не запрещает. Но главным в этом процессе является не человек смотрящий, а человек играющий, танцующий, бегающий, прыгающий. Человек радующийся. И подарила ему эту радость Людмила Николаевна Алексеева. Она создатель системы, которая сегодня так и называется – алексеевская гимнастика.

Людмила Алексеева родилась в Одессе. Отец ее был военным инженером, мать – дочь декабриста М.А. Бодиско – педагогом. В начале XX века семья переехала в Зарайск, где Алексеева закончила гимназию с золотой медалью. В Зарайске она познакомилась с семейством Голубкиных. Сестры Голубкины часто устраивали любительские спектакли, в них принимала участие юная Алексеева, а скульптор Анна Голубкина, заметив склонность девочки к движению, посоветовала ей пойти в известную в те годы в Москве Школу пластики Э.И. Книппер-Рабенек – последовательницы Айседоры Дункан. Школа много выступала в России, гастролировала в Лондоне, Берлине, Мюнхене, Нюрнберге, Будапеште. Алексеева танцевала у Рабенек и одновременно училась на Высших женских курсах историко-философского факультета. В 1912 году оказалась в самой гуще интеллектуальной и культурной жизни – в Доме Песни М.А. Олениной д'Аль-

гейм. Тон там задавали сама Мария Алексеевна и ее муж француз Пьер д'Альгейм – литератор, философ, поэт. Благодаря Дому Песни Алексеева впервые попала в Париж, увидела в театре Champs Elysees балеты Дягилева и танцы Нижинского. Вернувшись в 13-м году из Парижа в Москву, Людмила Николаевна “пустилась в свободное плавание” – создала собственную студию гармонической гимнастики и начала сочинять этюды движения.

В те годы в Москве существовало множество разных школ и классов пластики. На улицах порой нельзя было не заметить спешащих на занятия девушек с чемоданчиками, в которых они несли специальную гимнастическую форму. Их называли “пластички”. На прошедшей прошлой весной в филиале Бахрушинского Театрального музея выставке “Человек Пластический” (она, – к сожалению, не в полном объеме – перекочевала к нам из Италии) можно было увидеть интереснейшие рисунки и фотографии, посвященные свободному танцу популярному в начале прошлого столетия. Среди прочих экспонатов

были и многочисленные фотографии знаменитого в те годы танцовщика Румнева, одно время посещавшего студию Алексеевой (когда-то у нее занимались и мужчины), а также самой Людмилы Николаевны и ее студий.

Начало века – время славы Айседоры Дункан, время создания новой гимнастической школы, когда теоретики гармонической гимнастики Дельсарт, Далькроз, Демени ратовали за сближение движения с музыкой, с искусством, время увлечения свободным, естественным, раскованным движением, которое доступно каждому и в котором нуждается не только тело, но и душа. А это возможно только при полном слиянии с музыкой, когда музыка диктует единственно возможный жест. Об этом писал Максимилиан Волошин в статье, посвященной танцу (он имел в виду студию Рабенек, но его слова можно полностью отнести к одной из звезд этой студии Алексеевой и к ее этюдам): “Музыка есть в буквальном смысле слова память нашего тела об истории творения. Поэтому каждый музыкальный такт точно соответствует какому-то жесту, где-то в памяти нашего тела сохранившемуся. Идеальный танец создается тогда, когда все наше тело станет звучащим музыкальным инструментом и на каждый звук, как его резонанс, будет рождаться жест”. Именно это и происходит в студии Алексеевой: каждый звук рождает жест – простой, естественный и, кажется, единственно возможный.

Алексеева создала более трехсот этюдов. В набросках к своей так и недописанной книге она приводит слова Овидия: “Если у тебя есть голос – пой. Если у тебя мягкие руки – танцуй”. Ненапряженное тело, плавность, слитность и непрерывность линии, античная стойка, являющаяся исходной позицией для многих этюдов, – вот основные признаки этой цельной, четко разработанной системы. За часовой урок нас как бы демонтируют, чтобы потом собрать из более гибких и послушных частей. Каждый этюд – законченная пьеса, имеющая свою логику, свое развитие, свой сюжет, характер. Уроки Алексеевой – это и гимнастика, и игра, и соборное действие. Она добилась того, чего хотела: ее студия превратилась в “остров радости”. Что бы ни происходило вокруг (а вокруг, как известно, много чего происходило с 13-го года по 64-й – год ее смерти), в зале, арендованном для занятий, несчастных не было. Во всяком случае, до конца урока, а может, и немного после – пока не пройдет та эйфория, которую испытывает посвященный. А посвященным может быть каждый, независимо от возраста и способностей. Система Алексеевой демократична и рассчитана именно на тех, кто любит движение, но непригоден для профессионального спорта. Чтобы оценить ее систему, требуется почувствовать благородство и красоту рисунка. В студии алексеевской гимнастики жизнь не откладывается на потом, а происходит ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС.

Людмила Николаевна не признавала ни разрядов, ни зачетов, ни соревнований. Что хорошо для большого спорта, то абсолютно противопоказано, когда речь идет о занятиях для себя. Совершенствуй свое движение, слушай музыку, вспоминай то, что было дано тебе природой, и делай это без натуги и боязни от кого-то отстать, без оглядки

на других – бескорыстно, – вот основной принцип алексеевской системы, которая долгое время оставалась “полупризнанной, как ересь”. Много лет стучалась Алексеева в разные двери, пытаясь доказать необходимость гимнастики, доступной всем. Не слышали. “Нельзя насыщать лирический этюд жестами беспомощности и тоски...”, – писали в одной из рецензий на выступление алексеевской студии, – “...ей не вырваться из этого плена, пока в основу этюда не будут положены чувства и переживания нового человека, передовой советской женщины...”

Когда читаешь недавно изданные учениками и последователями дневники Людмилы Николаевны, ее статьи, записи (книга называется “Двигаться и думать”), то еще раз с горечью убеждаешься, что нет пророка в своем отечестве. В годы парадов, маршей, спортивных призов и побед гимнастика Алексеевой казалась нелепым реликтом, анахронизмом, родимым пятном навеки исчезнувшего буржуазного прошлого. Полунищее существование (она жила в коммунальной квартире в отгороженной досками части девятиметровой комнаты – какой простор для адепта свободного танца!), бродячая жизнь студии, вечный страх остаться без крыши над головой – вот постоянный лейтмотив ее дневниковых записей. И даже обретя в 34-м году студию при Доме ученых (что произошло благодаря стараниям тогдашнего директора Дома ученых М.Ф. Андреевой), Алексеева, не имея в Доме постоянного помещения, все равно вынуждена была скитаться. Тем не менее именно в эти годы она создала один из своих шедевров – миниатюру “Интермеццо” на музыку Шумана, посвятив ее В.Ф. Комиссаржевской, которой восхищалась всю жизнь. В 1940 году она готовила для Театра-оперы И.С. Козловского большую постановку – пантомимические сцены к опере Глюка “Орфей” (у Алексеевой всегда была так называемая специальная группа, где она разучивала с наиболее одаренными учениками этюды повышенной трудности и иногда показывала их на сцене). Постановка не была осуществлена – началась война. Последнее, что она сочинила, – посвященный 400-летию Микельанджело этюд на музыку Баха.

Невероятно повезло тем, кто попал на занятия к Алексеевой в раннем детстве. За свою жизнь Людмила Николаевна воспитала не одно поколение детей. Сейчас в Москве существуют группы, где преподают ее “дети и внуки”. Много лет подряд выезжала она в Евлаторию, работала в детском туберкулезном диспансере с лежачими больными. Я видела фотографию, где прикованные к постели дети пытаются приподняться и повторить жест Алексеевой. А жест ее – воздетые к небу руки – настолько выразителен, что не повторить его невозможно. Алексеева была из тех, за кем идут. Она была сильной личностью и яркой индивидуальностью. Даже голос ее обладал гипнотической силой. Она называла себя “режиссером радости, режиссером жизни”, и была таковой для очень и очень многих. Ее школа – больше, чем просто гимнастика. Это мировосприятие, это судьба. Наверное, именно поэтому ее студия выжила. Выжила, несмотря и вопреки.

Алексеева умерла в ноябре 64-го года. Будучи неизлечимо больной,

она, отказываясь от помощи, поднималась на пятый этаж школы на Цветном бульваре, входила в зал и полулежа, вела занятия, давая команды все тем же сильным, повелительным голосом.

В английском журнале “Dancing times” и в американском “Dance Scope” появились сообщения о ее смерти. В России же – ни звука.

Танцевать. Ничего в жизни я не хотела больше, чем научиться танцевать. Я терзала мамину портниху, бывшую актрису кордебалета, заставляя ее разучивать со мной балетные позиции. Включив радио, до изнеможения кружилась под музыку. И все же каждый день слышала сетования своего горячо любимого дедка: “Не косолап, внученька. Не шаркай. Поднимай ноги.” Господи, ну почему я не унаследовала бесшумную дедушкину походку? Каждому свое. Какой жестокий приговор. Нет, с этим нельзя смириться. Ведь неспроста, наверное, и в детстве и в юности чей-то летучий образ заставлял меня бороться с собственной приземленностью, зародил во мне желание стать невесомой, гибкой и научиться ходить, не касаясь земли. Сколько раз в детстве я, изображая балерину, пыталась перебраться комнату на цыпочках. Но, увидев свое отражение в дверце зеркального шкафа, в ужасе замирала. Боже, что за вид: плечи до ушей, носки внутрь. Я делала отчаянную попытку соединить пятки и развести носки, но при этом у меня почему-то немедленно поднимались плечи, кисти рук выворачивались ладонями наружу. И все же я не теряла надежды. Нацепив что-то белое и воздушное, снежинкой кружилась вокруг новогодней елки. На летнем празднике в детском саду изображала цаплю и, высоко поднимая колени, на мысочках шла по зеленому полю. Но, как я ни старалась, цапля моя косолапала, о чем упрямо свидетельствовали многочисленные фотографии праздника.

Тем не менее я продолжала надеяться и ждать. И не случайно мои пожилые друзья, подарили на мой десятый день рождения специально для меня сочиненную книжку, написав в ней: “В танце будешь ты воздушна, только будь всегда послушна.” Разве я не была послушна? Я слушала свой внутренний голос, который приказывал мне всячески противиться силе земного притяжения. И наконец в один прекрасный день, когда я уже вышла не только из детского, но даже из юношеского возраста, когда у меня уже был маленький сын, случилось невозможное: я попала туда, где обучали невесомости. В школьный зал на Цветном бульваре – в студию алексеевской гимнастики. Алексеевской – потому что создала эту студию в начале века бывшая танцовщица Людмила Алексеева.

Людмилы Николаевны уже не было. Занятия вели ее ученицы. Звучала дивная музыка Глюка, под которую подруги оплакивали умершую Эвридику; фурии, принимая устрашающие позы, не пускали Орфея в царство теней (“Духи” “Нет!” “Сжалеться” “Нет!”); сомнамбулически плыла по залу сама Эвридика.

Я готова была заниматься во всех существующих группах, включая детскую, вызвалась помогать преподавательнице вести урок. И вот, исполняя вместе с детьми этюд “Цапля”, я снова, как двадцать с лишним лет назад, иду на полупальцах, высоко поднимая колени. Заворачиваю ли я носки внутрь? Наверное, да. Но мнится мне, что нет. Мнится мне, что бег мой стремителен, прыжок высок, и что я на мгновение зависаю над полом. “Да ты просто Сильфида”, – сказала мне однажды старшая ученица Алексеевой. Сильфида – дух воздуха.

Лететь, без усталости скользить По золотому коридору. И путеводна в эту пору Осенней паутины нить, И путеводен луч скупой, И путеводен лист летучий.

Экран и сцена –

