

Ростов Л.Л

1986/II

МОСГОРСПРАВКА
ОТДЕЛ ГАЗЕТНЫХ ВЫРЕЗОК
103009, ул. Горького д. 5/6 Телефон 203-81-63

Вырезка из газеты
**СОВЕТСКАЯ
РОССИЯ**

22 ФЕВ. 1986

г. Москва

ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ —

✓ **Л. Л. КОСТЮК**, народный
артист РСФСР, директор
Московского государственного цирка
на Ленинских горах:

Когда все ладится

— Хорошее настроение — я, наверное, не буду оригиналом — это когда все ладится и на работе, и дома. А уж тут все зависит от нас самих — от нашей увлеченности делом, трудолюбия, умения быть внимательным и чутким к близким, выражаясь словами поэта Заболоцкого, зависит от активной работы души. Помните? «Не позволяй душе лениться, чтоб в ступе воду не толочь, душа обязана трудиться...» Вот только при этом условии и будет все ладиться. Бывает, конечно, что-то и омрачит настроение, чтобы улучшить его — всегда спешу в цирк. Должен признаться: внешние раздражители на мне сказываются порой весьма сильно.

— Это значит, что вас могут вывести из себя мелкие бытовые неурядицы — кто-то нагрубил в магазине или толкнул в общественном транспорте?

— Никогда. На это я приучил себя вообще не реагировать. Давно внушил себе, что не стоит расходовать свои эмоции на такие пустяки. Конечно, при необходимости я вмешиваюсь в конфликт и сумею достойно осадить грубияна. Но под внешними факторами я понимаю другое — не получается, например, что-то в представлении. Но «сказывается» вовсе не значит, что я могу себе позволить выплеснуть раздражение на людей. Нужно уметь держать себя в руках, помнить, что человек пришел к тебе по делу, а не вникать в твоё состояние.

— А сегодня у вас хорошее настроение?

— Пожалуй, да. Я готовлю новую программу. И вот сегодня уже могу сказать, что она почти готова, хотя нужно еще работать.

— Возьмем такую обычную ситуацию. Вы пришли домой после напряженного, но не совсем удачного дня. Вы устали, немного раздражены...

— Вам, видимо, нужен совет? Каким образом за пять минут поднять настроение? Такого способа у меня нет. А что

я делаю в таких случаях? Беру в руки книжку — фантастику. Во-первых, отвлекаюсь, во-вторых, нахожу неожиданный поворот для очередного представления. И, как правило, настроение улучшается: думаю уже о том, что предстоит сделать.

А. И. ДОБРОЖАНОВ, директор
завода «Станколит»: