

Москва

Журнал психологической

помощи

М. Шойфет

Расс. TRIBUNA. — 1992. — 29.04.92

Я БЫЛА МАДОННОЙ

По китайскому календарю я — Петух, по नेपालскому гороскопу — Рыба, а в жизни — ни рыба, ни мясо. Еще мой комсорг в институте говорил, что нет у меня активной жизненной позиции! В книгах мне советовали включить волю и обнаружить в себе резервы, а там, мол, до самосовершенствования рукой подать!..

Да неужели бы я нуждалась в рекомендациях, будь у меня эта самая пресловутая воля? Нет ее. И резервы у себя не нашла. И на работе не все гладко... Вот с таким настроением я и попелась в «Театр психологической помощи», славный свое гнездо под крышей ДК АЗЛК.

Постоянной труппы, как и места, у театра нет. Она формируется из зрителей, желающих участвовать в необычном спектакле. Вступительных туров тоже нет. Принимаются все, без отбора. Поэтому сцену оккупировала пестрая толпа разных полов, возрастов и комплекций. Я тоже постаралась туда вписаться.

И вот мимо нас прошел с микрофону Творец театра — Михаил Шойфет. И будто разрывной волной, откинуло меня на соседку. Та, наклонившись к моему уху, прошептала: «Вот это биоплея!»

Обладатель сильного поля рассказал, что проповедует и использует в театре психологическими средствами искусства. И нашими силами состоится психодрама, в которой мы наконец сможем «отреагировать» на все эмоции, затганные в закулисы нашего подсознания, и получить душев-

ное очищение. Конечная же его цель — научить нас самостоятельно управлять своим организмом и эмоциями.

Что же было дальше? Я проваливалась и взлетала, погружалась в парила, как бы раскачиваясь на небесных качелях. Терялось ощущение времени и реальности. Все мои проблемы потеряли актуальность и перестали волновать. Как будто кто-то взял и почистил мое нутро. Наступило великое успокоение. Я чувствовала, что могу все, что захочу. Я свободна и уверена в себе, мне не мешает мое тело с его физическими недостатками. Комплексы поменяли знак «минус» на «плюс». Я пела, танцевала, знакомилась с кем-то на сцене.

Неужели одно только лишь прикосновение Михаила Шойфета сотворило меня другой? Да кто он такой?

По образованию инженер-строитель. Но всегда увлекался в самостоятельно занимался психологией. И вот уже пять лет он артист Московской областной филармонии, мастер психологического жанра. Его необычный театр утверждает решением Министрства культуры.

...Звучала музыка, объявляла солистов, а мне все казалось, что это пою я, и на вопросы зрителей к «звездам» отвечаю тоже я. Я была и Мадонной, и Агузаровой. Кто-то стал даже президентом Бушем... Какое это было блаженство — ощущать себя великой и талантливой!

Потом нас «угощали» чем-то заморским, роскошным. Я капризничала, просила то бананов, то дыньки... А «Бущ» попросил хозяйня ре-

сторана (им был сам Шойфет), нельзя ли ему «второе» получить наличными? Вероятно, все сценические коллизии были настолько узнаваемы, что зрители реагировали жизневадостным смехом...

Что удивляет меня сейчас, когда пытаюсь анализировать и понять происшедшее со мной: я ведь не слала, не была в транс, а осознавала себя на сцене, слушала все вокруг и даже посмеивалась над собой. Но как только Творец говорил: вы видите, например, боевик, так сразу же появлялся соответствующий сюжет. Это непостижимой Игрой воображения, а ощущение реальны!

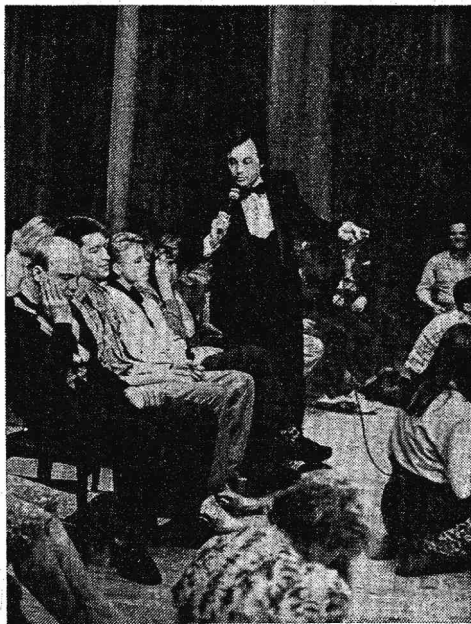
И прав Михаил Шойфет, что обучает тому, как в сложных драматических обстоятельствах временно подменить реальность вымыслом во имя самосохранения. Если мой занудный характер искривляет позвоночник моей судьбы отложением обид и я перестаю быть гибкой и пластичной, а удары судьбы уже принимаю как коминанде, то нужна психологическая ортопедия. Вот эта подмена реальности — самый безболезненный способ помощи.

Вершиной такой помощи стала финальная часть спектакля. Все участники расселись на стульях. Нам предстоял урок. Мы должны были вызвать у себя, но уже самостоятельно, то волшебное состояние, в котором пребывала все эти пять часов. Мы получали независимость, находились в этом лечебном и творческом состоянии, получали возможность полностью владеть своим мозгом, извлекать из архива памяти любую информацию, изменять температуру тела, вызывать по собственному заказу вдохновение, запрограммировать себя на сильную потребность к знаниям или спорту...

И каждый смог узнать, что ему необходимо. Лично мне, оказывается, нужна раскованность. Погружаю себя на одну минуту в это состояние и ввожу в свой «нейросистемный компьютер» программу: подойти к микрофону и поговорить с публикой, как со старыми друзьями.

И какая-то сила поднимает меня со стула. Я подошла к рампе и сказала: «Дорогие мои! По китайскому календарю я — Петух, по नेपालскому гороскопу — Рыба, а в жизни всегда была — ни рыба, ни мясо. Товарищи китайцы, товарищи नेपालцы! Позвольте теперь с вами не согласиться! Теперь я — птица, я могу летать! Вот и сейчас я парю в свободном полете. Все мои прошлые переживания кажутся мелкими и ничтожными. Я переросла себя, я изменила свой генетический код! И я парю в свободном полете!

Пусть я еще не Лебедь, но уже я не Петух. И в этом мне помог «Театр психологической помощи»!



Людмила ЕНИСЕЙСКАЯ.
МОСКВА.