

Вступление

Когда мне было одиннадцать лет и мы жили в Ричмонде, штат Вирджиния, мама купила мне раскраску по номерам, на которой был изображен ветвистый клен. Я была в восторге от шелковистых кистей, шероховатого холста и масляного запаха красок. Я прилежно раскрашивала, использовала только рекомендованные в инструкции цвета и старалась не вылезать за линии. Картина получилась прекрасной, и папа гордо объявил: «Наша Пэтси — настоящий художник». После этого у меня было очень много других раскрасок по номерам и я неизменно старалась придерживаться границ рисунка.

Раскраски по номерам помогли мне понять стиль жизни, главная заповедь которого была: «Всегда играй по правилам». Используй проверенные методы. Выучи наизусть свои реплики из сценария. Копируй великих мастеров. И хотя я считала себя художником (точнее, актрисой, потому что тогда играла в театре), я во всем слепо следовала правилам и установкам. В театре с этим просто: тебе дают роль с репликами и твоя задача сводится к тому, чтобы они звучали реалистично. В общем, ничего сложного. Я окончила Университет Уэйна, а затем аспирантуру и получила диплом преподавателя. Следующие три года была актрисой в театре Хилберри (Hilberry Classic Repertory Company) при этом университете. После нескольких сотен выступлений на сцене я стала старшим преподавателем актерского мастерства в Университете Денисона. Я хотела жить нормальной и предсказуемой жизнью, сняла дом на склоне холма в Гранвилле, начала собирать предметы мебели и искусства, а также обзавелась большим числом друзей среди университетских коллег.

Мне очень нравилась моя работа. Зарплата была невысокой, но выплачивалась регулярно, социальный пакет был щедрым, престиж преподавателя — высоким, каникулы — длинными, а социальная защищенность, которая гарантировалась мне как одному из сотрудников небольшого преподавательского коллектива, и уверенность в завтрашнем дне были такими, о которых можно только мечтать. В общем, я была всем довольна и хотела только одного: чтобы университет предоставил мне бессрочный контракт. Я внимательно изучила кадровую политику университета и поняла, что мне надо активно браться за все то, что смогу выигрышно представить в своем преподавательском резюме. Я стала членом комитета по улучшению работы университета, а затем и его председателем. Я была региональным директором программы искусств Нью-Йорка в рамках Ассоциации высших учебных заведений, расположенных в районе Великих озер. Я дружила с «правильными» людьми. Я вела девять групп студентов и неизменно выражала готовность читать лекции и вести семинары для тех, кому необходимы дополнительные баллы. Я начала пользоваться популярностью и на пятый год работы в университете получила поощрение за успехи в преподавательской работе. Мое резюме преподавателя в сочетании с большим опытом и дополнительной работой, которую я вела в университете, выглядело солидно. Собеседование по вопросу о предоставлении мне бессрочного контракта прошло успешно. Я уже готовилась взять ссуду в банке под залог приобретенного дома.

И какой же в итоге я получила ответ? «Мы сожалеем».

В официальном письме мне выразили благодарность за оказанные университету услуги, а также сообщили, что моя преподавательская деятельность «не отличалась интеллектуальной глубиной». Это просто ни в какие ворота не лезло. Разве незадолго до этого я не получила поощрение за успешную преподавательскую работу и вообще

не повышала постоянно свой профессиональный уровень? Я делала все «по инструкции». Я рисовала, не вылезая за линии, и делала это хорошо.

В чем же была моя ошибка?

Только в том, что я никогда не рисковала. Я не прислушивалась к своему внутреннему голосу и игнорировала то, что подсказывает мне сердце. Я вспомнила слова Полония из пьесы Шекспира «Гамлет»*: «Будь верен себе». Я могла упрекать себя только в недостатке верности самой себе. Я за-была о том, что жить можно не по сценарию, написанному кем-то другим. Мне надо было прислушиваться и доверять собственному внутреннему чувству. (Скажу больше: много лет спустя я поняла, что надо доверяться чему-то большему, чем собственное «я».)

Я старалась быть достойной бессрочного контракта, но не понимала, что получу его, только прислушиваясь к своему внутреннему голосу. Если человек делает только то, что нравится другим, это не приведет ни к чему хорошему. Никто из тех, кого я по-настоящему уважаю, не ждал ни от кого одобрения и аплодисментов. «Я делаю это потому, что знаю: это надо сделать» — вот вам и вся мотивация. В погоне за одобрением других я забыла о своей уникальности.

Отказ руководства Университета Денисона в предоставлении мне долгосрочного контракта оказался совершенно правильным шагом. Я думала, что моя преподавательская карьера окончена и ни один университет не предложит мне работу. К счастью, я ошибалась. Не прошло и года, как мне предложили должность старшего преподавателя курсов актерского мастерства, а также постановки голоса и техники речи

* Слова Полония из пьесы Шекспира «Гамлет» (акт I, сцена III). В известном переводе на русский язык Б. Пастернака звучат следующим образом:

Всего превыше: верен будь себе.

Тогда, как утро следует за ночью,

Последует за этим верность всем.

Прощай, запомни все и собирайся. *Прим. ред.*

Университета штата Пенсильвания. Я получила возможность продолжить свою карьеру и была этому несказанно рада.

Я пообещала себе, что больше никогда ничего не буду делать только для того, чтобы произвести впечатление на окружающих или поднять собственный статус. Я решила прислушиваться к себе и поступать так, как подсказывает мой внутренний голос. Сначала были ошибки и промахи, но потом уверенности прибавилось. Я перестала заботиться о том, что написано в моем резюме. Я начала заниматься тай-чи*, летом путешествовала и танцевала, изучала восточные религии и вообще расширяла свои познания об этом мире. Я перестала рассматривать театр как нечто ограниченное пространством сцены. Меня заинтересовала антропология актерского дела. Я начала исследовать, мечтать и действовать. У меня словно раскрылись глаза, я стала замечать все, что происходит вокруг, и начала чаще говорить «да». В то время я еще не понимала, что постепенно превращаюсь в импровизатора, который полагается на свои чувства и доверяет собственному воображению.

Спустя два года мне предложили возглавить программу изучения актерского мастерства для студентов старших курсов Стэнфордского университета. Замечу, что мои профессиональные успехи начались приблизительно в то же время, когда я стала применять в жизни уроки импровизации, и это, как мне думается, не случайное совпадение. Меня ждала Калифорния. Летом 1977 года на стареньком зеленом автомобиле Mercury Marquis с вытертыми до блеска парчовыми сиденьями я поехала на другое побережье для того, чтобы приступить к работе в университете. Его называли «фермой», поскольку он располагался на месте бывшей конной фермы, которую губернатор штата Калифорния Леланд

* Тай-чи (тайцзицюань, букв. «кулак Великого Предела») — это китайское мягкое боевое искусство, эффективно использующее внутренние ресурсы человека. *Прим. ред.*

Стэнфорд купил в 1876 году и на территории которой создал Стэнфордский университет.

Рисуем за пределами линий

В начале 1980-х годов я оказалась в Киото. Я бродила по улицам в поисках открыток, которые собиралась отправить друзьям. Однако у японцев принято продавать открытки целыми наборами. Продолжая поиски, я зашла в магазин, торгующий товарами для художников, и, пользуясь разговорником, вежливо попросила: «Nagaki, onegaisimas» («Открытки, пожалуйста»). Продавщица положила передо мной на прилавок набор из двенадцати белых листов для рисования акварелью формата открытки, вероятно, ужасно гордая тем, что правильно меня поняла. Я не успела объяснить, что мне нужны открытки с видами Японии, как продавщица положила рядом набор красок. В нем была небольшая кисть, древко которой удлинялось с помощью колпачка-насадки. Мне очень понравились открытки и краски, к тому же не хотелось расстраивать милую продавщицу, поэтому я заплатила и вышла.

Я зашла в парк при храме, села на скамейку и стала рассматривать нежно-персиковые азалии на тщательно ухоженной клумбе. Я набрала воду из фонтана в пластмассовую коробочку из-под печенья, открыла краски, вынула пустые открытки и задумалась. В голову пришли слова отца о том, что «Пэтси — настоящий художник». Я громко рассмеялась. Ну конечно же, я не художник, поэтому не стоит стесняться того, что я нарисую. Почему бы не поэкспериментировать с красками и не посмотреть, что из этого получится? И я начала импровизировать. Посмотрев на азалию, окунула кисточку в краску. Немного персикового цвета, потом чуть-чуть зеленого... Вот и цветок, а вот дерево. Линии и номера из раскраски исчезли. Я наконец начала понимать то, что вижу.

Вся жизнь — это импровизация. Если она длинная — это здорово. Но жизнь может оборваться неожиданно и слишком рано. Поэтому я призываю вас: живите, дыша полной грудью, и используйте все возможности, которые вам даны.

Многие студенты выбрали мой курс, потому что считали, что в их жизни чего-то не хватает и импровизация сможет им помочь (даже если они сами сомневались в своих способностях). Эти студенты считали, что импровизаторы обладают редким талантом, наделены магическими способностями, юмором или обаянием.

Я абсолютно уверена, что импровизация никак не связана с чувством юмора, хорошо подвешенным языком или умением быть душой компании. Хороший импровизатор — это внимательный человек, который не зациклен на собственной персоне, стремится помочь людям, а также реагирует на окружающий мир импульсивно и полагается на свои чувства. Мои студенты хотели понять, как они могут стать людьми, которым неведом страх и которым работа дается легко.

Секрет прост — надо всегда говорить «да!». Понять этот совет легко, но применять его сложнее.

Я пишу с одной целью — чтобы в жизни вы больше импровизировали. Я хочу, чтобы вы чаще рисковали, совершали больше ошибок, чаще смеялись и чтобы ваша жизнь была наполнена приключениями. Советую вам правильно выстраивать взаимоотношения с другими людьми, особенно с теми, кто может повлиять на рост вашего благосостояния и которых вы не замечаете или не отдаете им должного. Мне бы очень хотелось, чтобы, прочитав эту книгу и использовав на практике мои советы, вы открыли новые грани своей жизни.

Я получаю много благодарностей от прошедших мой курс импровизации учеников. Они рассказывают мне истории из своей жизни, которые подтверждают то, что человека,

открывшего для себя новые возможности, ждут удивительные приключения. Из соображений конфиденциальности я изменила имена упоминаемых в этой книге людей. Однако уверена, что многие из них узнают на этих страницах свои жизненные истории.

После терактов 11 сентября 2001 года все мы стали более осторожными. Мы уже не хотим рисковать. Мы постоянно говорим о безопасности страны и ее граждан. Мы начали больше времени проводить дома и еще больше смотреть телевизор. Мы меньше путешествуем, а как известно, путешествия — одна из самых простых и популярных форм импровизации. Даже те, кто не очень сильно переживает по поводу национальной безопасности, в меньшей степени, чем раньше, склонны предпринимать что-то новое из боязни потерпеть неудачу или стать посмешищем в глазах окружающих. Мы превращаемся в тех, кто постоянно говорит «нет», и все чаще стараемся спрятаться от внешнего мира. А благодаря современным средствам коммуникации мы можем получить все необходимое, не выходя из дома. Практически любой товар сегодня можно купить онлайн, сидя перед монитором в собственной квартире. Да и из дома мы выбираемся чаще всего именно за покупками. Людям некогда общаться с друзьями или соседями. Мы забываем, зачем живем, мы хороним свои мечты и дерзкие планы.

Так что же исчезает из нашей жизни? На моем пресс-папье написан вопрос: «Что бы вы сделали, если бы были уверены в том, что у вас это получится?» А что бы сделали *вы*?

Импровизаторы знают: для того чтобы действовать, им не нужны никакие гарантии успеха. Только реальный неудачник ничего не предпринимает. Что же нам мешает начать жить, дыша полной грудью, осуществлять свои мечты, исследовать что-то новое и, рисуя, смело выходить за контуры? Я надеюсь, эта книга вдохновит вас на действие и поможет советами. Дерзайте!

Мир импровизатора

На самом деле никакого секретного общества посвященных в импровизаторы не существует. Я стала импровизатором еще в 1980-х годах и даже организовала группу под названием Stanford Improvisors («Стэнфордские импровизаторы»). Существует много подобных групп и объединений, носящих красочные и неожиданные названия: «Официально мертвые попугаи» (Legally Dead Parrots), «Театрал-спортсмены из Сан-Франциско и окрестностей» (Bay Area Theatresport), «Журнал настоящей беллетристики» (True Fiction Magazine), «Без сети» (Without a Net) и «Фиолетовые карандаши» (The Purple Crayon). Эти сообщества энтузиастов изучают и ставят театральные импровизации. Они объединяют тех, кто всегда говорит «да».

С этими людьми очень легко общаться, потому что они деятельны и энергичны. Они изучили взаимодействие людей на сцене и используют свои знания в повседневной жизни. Они помогают и поддерживают друг друга. Если я забыла свою реплику, коллеги обязательно придут мне на помощь. Они часто говорят «спасибо» и «извините». Мы часто улыбаемся друг другу и смеемся. Нам не нужно заседать в комитетах, чтобы принять какое-либо решение. Мы просто берем и делаем. Мы ошибаемся, иногда даже очень сильно. Но мы исправляем ошибки и движемся дальше. Мы веселимся. Мы всегда благодарны за помощь, которую оказывают нам наши коллеги. Совершив ошибку, мы неизменно извиняемся. Иногда мы достаем друг друга. Жизнь бьет ключом. Мы создаем свою жизнь и искусство вместе.

Мы импровизируем. Один из пионеров импровизационного театра Кит Джонстон* описал в книге *Impro* («Импровизация»), как это происходит:

* Джонстон Кит (род. в 1933 г.) — британский и канадский педагог, драматург, актер и театральный режиссер, получил известность как пионер импровизационного театра, изобрел уникальную импросистему. Автор нескольких книг, посвященных философии импровизации. *Прим. ред.*

Есть люди, которые предпочитают говорить «да», а есть те, кто предпочитает говорить «нет». Жизнь тех, кто говорит «да», наполнена приключениями, а те, кто говорит «нет», гарантируют себе безопасное существование. Тех, кто говорит «нет», гораздо больше, чем тех, кто говорит «да», однако можно один тип людей научить вести себя как другой.

Человек, который смотрит, как актеры импровизируют на сцене, может подумать, что ему подобное не под силу. Однако это не так. Актеры на сцене не наделены какими-либо особыми талантами, они такие же люди, как и все остальные. Среди импровизаторов нет комиков-талантов калибра Робина Уильямса*. Просто человек по своей природе импровизатор.

Импровизация может помочь любому человеку. Жизнь каждого из нас (если, конечно, мы не играем в постановке с четко прописанным сценарием) в конечном счете результат импровизации. Так почему же тогда не начать импровизировать как настоящий профессионал? Импровизация — это метафора, путь, система, поведение, и научиться ей может каждый. Начните жить спонтанно. И тогда вы сможете легко урегулировать конфликт с начальником, успокоить капризного ребенка и адекватно реагировать на любые сюрпризы, которые готовит вам судьба. Выступая на собрании, прислушайтесь к себе, и вам не понадобится заранее подготовленный конспект речи. Вы будете чувствовать себя живым, активным и готовым к любым приключениям. Научитесь в собственной жизни применять простые приемы, которыми уже много лет пользуются актеры и музыканты. Импровизация открывает дверь в мир осознанности и магии.

* Уильямс Робин (род. в 1959 г.) — американский актер, сценарист, продюсер, режиссер. Обладатель премии «Оскар» (1998 г.). Увлёкся комедийной импровизацией по окончании школы. *Прим. ред.*

Принципы импровизации я постигала в течение тридцати лет, преподавая драматическое искусство и актерское мастерство в Стэнфордском университете, а также проводя консультации по проблемам креативности для ряда крупных корпораций и частных клиентов.

До недавнего времени импровизацию за исключением театра изучали только в джазе. После появления доткомов* изучение импровизации стало популярным среди предпринимателей, инженеров, людей, меняющих работу и сферу деятельности, домохозяек, изучающих йогу и дзен, а также театралов и актеров. В наши дни импровизация применяется во время корпоративных и психологических тренингов, тимбилдинга**, курсов личностного роста и в сфере образования. Импровизация может помочь семейным парам с детьми и без, отделам и группам сотрудников самых различных предприятий, членам клубов и людям, живущим в одном микрорайоне. Правила импровизации помогут более эффективно и с чувством юмора противостоять жизненным сложностям.

«Импровизация — это своего рода тай-чи для души», — написал один из моих студентов, прошедший курс продвинутой импровизации. Полученные знания помогут избавиться от окостеневших стереотипов мышления и действия. С возрастом многие из нас чувствуют себя скованными этими стереотипами, которые не мешают свободно думать и идти на риск. Начинает преобладать консервативное мышление, а все действия направлены на поддержание кажущегося нам таким безопасным состояния статус-кво. Человек все чаще критикует, жалуется и говорит «нет». Людям начинает казаться, что

* Дотком — компания, бизнес-модель которой основывается исключительно на работе в интернете. *Прим. ред.*

** Тимбилдинг (командообразование) — методика повышения эффективности работы команды, направленная на обеспечение полноценного развития компании, один из наиболее эффективных инструментов управления персоналом. *Прим. ред.*

жизнь стала неинтересной. Как писал Кит Джонстон, весь мир становится серым.

По мере того как наше восприятие жизни притупляется, может начать крепнуть желание найти новые источники творческой энергии, чтобы вновь увидеть мир в ярких красках. Именно этим и объясняется популярность книги «Путь художника»* Джулии Кэмерон**, в которой автор дает советы, как раскрыть своего внутреннего художника. Так же, как и Кэмерон, я глубоко уверена, что каждый из нас — художник. Чтобы раскрыть свое творческое начало, надо просто действовать.

Вне всякого сомнения, существует много способов раскрытия своего творческого потенциала. Импровизация (в отличие от, скажем, рисования или писательской деятельности) учит тому, как наладить гармоничные отношения с окружающими и весело проводить время. Мы занимаемся импровизацией не только для того, чтобы самовыражаться, но и чтобы научиться легко устанавливать контакты с окружающими.

Импровизация помогает видеть то, что нас окружает, и всегда пребывать в хорошем настроении. Это альтернатива образу жизни, при котором люди стараются жестко контролировать все с ними происходящее. Для этого надо просто сказать «да», перестать спорить и стараться помогать людям. Импровизация — это возможность делать все то же самое, что мы делаем, но по-другому. Импровизацию легко поймут те, кто изучал восточную философию.

* Кэмерон Д. Путь художника. М.: Гаятри, 2008.

** Кэмерон Джулия (род. в 1948 г.) — автор стихов, пьес, телевизионных сценариев, Будучи замужем за известным режиссером Мартином Скорсезе, работала с ним над тремя кинофильмами, осваивая профессию кинорежиссера. Наибольшую известность ей принесли ставшие бестселлерами книги, посвященные творческим способностям человека. Самая известная из них — «Путь художника». *Прим. ред.*

Своей подготовкой и знанием импровизации я обязана двум людям: театроведу Киту Джонстону — автору ставшей классической в этом жанре книги «Импровизация», и создателю организации «Театрал-спортсмены интернейшнл»*, а также психологу, антропологу и известному специалисту по японской психологии Дэвиду Рейнольдсу**, который разработал концепцию под названием «Созидательная жизнь» (Constructive Living). Опыт этих людей и их работы помогли мне создать собственные правила импровизации. Учения Джонстона и Рейнольдса оказали на меня огромное влияние, и около десяти лет назад я объединила их и начала применять в своей преподавательской работе. Я очень многим обязана этим двум людям, они изменили даже мою личную жизнь. А без их трудов не появилась бы и эта книга. Импровизационный театр послужил платформой и лабораторией, в которой я начала использовать элементы психологии созидательной жизни. Мои студенты приходили на курс для того, чтобы повеселиться, а уходили, получив ценные жизненные советы.

Вливайтесь в ряды импровизаторов прямо сейчас! Ведь у вас уже есть пароль для входа в наше сообщество — слово «да»!

Первые импровизаторы

Импровизация появилась задолго до планирования. На протяжении тысячелетий люди жили и действовали здесь и сейчас. Я просыпаюсь. Внимательно осматриваюсь кругом. Ищу пропитание. Делюсь добычей с другими

* International Theatresport — одна из форм импровизационного театра, когда действие происходит в формате соревнования. *Прим. перев.*

** Рейнольдс Дэвид — доктор философии, писатель и популяризатор школы конструктивной жизни. Долгое время изучал найкан (букв.: «внутренний взгляд»; метод рефлексии, разработанный учителем Исином Ёсимото) в Японии. *Прим. ред.*

приматами. Вместе мы находим сухое и теплое место для ночлега. Мы вместе смеемся.

Однако на определенном этапе исторического развития возникла необходимость планирования, потому что те, кто выедал все растущие поблизости ягоды и вылавливал, не задумываясь, всю проплывавшую мимо форель, не могли долго протянуть во время продолжительной и холодной зимы. Чтобы выжить, наши предки должны были развивать в себе способность думать о завтрашнем дне и запасаться припасами. Именно тогда импровизация перестала быть главной стратегией человеческого выживания. Мы начали планировать и беспокоиться о том, что несет нам завтрашний день. Наш мозг стал расти и развиваться, но за это много тысячелетий спустя человечеству пришлось дорого заплатить.

Давайте перенесемся из прошлых тысячелетий в наши дни. Сегодня мы стали рабами собственного инстинкта планирования. Для многих из нас забота о завтрашнем дне является единственно возможным способом существования. Мы планируем все до деталей. Мы составляем длинные списки, переживаем или бесконечно теоретизируем о том, когда нам надо что-то предпринять. Самое главное в нашей жизни — это безопасность. Кажется, мы окончательно потеряли способность видеть свежим, незамыленным взглядом и предпринимать то, что заставляет нас выходить из зоны комфорта.

Наш день состоит из привычных ритуалов: подъем, приготовление кофе, просматривание свежей газеты, отъезд на работу и появление на рабочем месте. Каждый раз все это происходит немного по-разному. Один момент реальности не похож на другой. У каждого из нас есть выбор: действовать автоматически, находясь в полусне, или раз и навсегда проснуться в новой жизни. Мы можем сделать выбор прямо сейчас.

Можно ли научиться импровизации? Конечно. Вы, возможно, удивитесь, но на самом деле импровизация — это просто *метод*. Существуют определенные правила, которые предписывают, что надо делать и на что обращать внимание в процессе импровизации (например, импровизатор учится запоминать имя другого человека с первого раза).

Импровизация может дать вам чувство свободы, которое испытывали наши предки до того, как сосредоточили свое внимание на планировании. Поверьте, это захватывающий образ жизни. Это признавал Чарльз Дарвин, он писал: «На протяжении долгой истории человечества (и животного мира) выживали те, кто научился наиболее эффективно сотрудничать и импровизировать». Несмотря на то что импровизация заложена в нас на генетическом уровне, большинство людей не считают себя импровизаторами. Мы боимся неизвестного и сомневаемся в том, что можем реагировать спонтанно, хотя неоднократно наблюдали, как это происходит. Только адреналин, который попадает в нашу кровь в момент, когда мы помогаем кому-нибудь в чрезвычайной ситуации, напоминает нам о том, что все мы по природе импровизаторы.

Иногда серьезному отношению к импровизации мешает юмор.

Не в смехе дело

Существует распространенное мнение о том, что импровизация — это вид комедийного искусства. Некоторые импровизации действительно бывают смешными. Популярность комедийного шоу *Whose Line Is It Anyway?* («Так чья же сейчас реплика?») с ведущим Дрю Кэри сыграла неоднозначную роль для мира импровизации. После этого шоу телезрители стали связывать импровизацию с блестящими комическими

репликами Уэйна Брэди* и других участников программы. Действительно, участвовавшие в передаче актеры придумывали комические скетчи. Тем не менее метод импровизации используется не только для создания смешных зарисовок и эпизодов. Это проверенный временем метод для проработки драматических сцен и характера персонажа, для создания музыки и постановки танца.

В повседневной жизни импровизацию можно с успехом применять во время приготовления обеда, написания текста поздравительной открытки или выступления на вечеринке в честь уходящего на пенсию коллеги. Даже смена проколотой шины в той или иной мере импровизация. Воспитание детей также можно назвать импровизацией, потому что не существует книги, описывающей аспекты детского воспитания на все случаи жизни. Все разговоры — это импровизация. Если вы не читаете с листа или не произносите заученный текст, то все, что вы говорите, импровизация.

Поняв, как работает импровизация, вы будете вести себя как опытный джазовый музыкант, а не как человек, который играет на тубе** и нечаянно уронил ноты. Не бойтесь экспромтов.

Эта книга познакомит вас с законами импровизации — импровизационными правилами. В каждой главе поясняется, как работают эти правила, указывается, как преодолевать возникающие сложности, а также приводятся упражнения, которые углубят ваше понимание прочитанного. Если вы поняли суть упражнения, по возможности выполняйте его незамедлительно. После каждой главы приведено несколько упражнений, поэтому надеюсь, что вы сможете выбрать те,

* Брэди Уэйн (род. в 1972 г.) — американский комик, певец, обладатель премии «Эмми». Наибольшую известность приобрел за роль в ТВ-шоу *Whose Line Is It Anyway?* В нем актер изумлял зрителя своим пением, актерскими способностями, спортивной подготовкой и чувством юмора. *Прим. ред.*

** Туба — медный духовой музыкальный инструмент, самый низкий по регистру. *Прим. ред.*

которые вам больше подходят для закрепления прочитанного материала.

Даже отличное пособие по плаванию будет совершенно бесполезным до тех пор, пока вы не прыгнете в воду. Надо оказаться в воде, только и всего. С импровизацией то же самое. Моя цель — выманить вас из удобного кресла у бортика бассейна, помочь взойти на вышку для прыжков и громко аплодировать, когда вы прыгнете в прозрачную воду. Но возможно, вы бредете по мутному болоту, а не стоите у края бассейна. Импровизация вам поможет и в этой ситуации.

Когда не стоит импровизировать

Не забывайте, что импровизация — это инструмент, которым следует пользоваться, не забывая о здравом смысле. Это не научный метод, а способ действий, в основе которых лежит гибкое сознание и чувство юмора. Не будем забывать, что для многого в этой жизни необходимо тщательное планирование. Но даже события, которые требуют скрупулезного планирования (скажем, подготовка к свадьбе), будут более живыми, если внести в сценарий некоторую долю импровизации. Самые реалистичные постановки в традиционном театре носят характер импровизации, кажется, что действие происходит в реальном времени. Мы отдаем должное достоверности, непринужденности.

Для того чтобы быть успешным, надо планировать и импровизировать одновременно. В некоторых жизненных ситуациях без хорошо прописанного сценария не обойтись. Подобные сценарии (например, хорошие привычки) надо ценить и не забывать. Спонтанность ради спонтанности не представляет большой ценности. Чтобы понять, какую стратегию следует применять, необходимо видеть вещи такими, какие они есть. Каждый момент нашей жизни включает элемент импровизации, даже если это часть заранее

продуманного плана. Жизнь предоставляет нам возможности и задает вопросы, на которые мы реагируем в реальном времени, обдумывая и оценивая каждое событие. Как мы живем в рамках структуры наших дней — вечная импровизация.

Приглашение к импровизации не означает, что мы призываем вас слишком легкомысленно относиться к жизни. Настоящая импровизация предполагает, что вы относитесь к происходящему ответственно и действуете, опираясь на моральные принципы. Возможно, вы встречали людей, которые считают спонтанность самым ценным человеческим качеством и оправдывают ею свое эгоистичное и бездумное поведение, чтобы просто плыть по течению. Я вспоминаю надпись, начертанную золотыми буквами на пластине, украшающей дубовую перекладину в уэльском пабе: PISCES MORTUI SOLUM CUM FLUMINE NATANT («Только мертвая рыба плывет по течению»^{*}). Неспособность планировать может привести к серьезным проблемам. Не стоит забывать о том, что надо регулярно проходить медицинский осмотр. Билеты на самолет лучше покупать заранее, машину заправлять до того, как стрелка уровня бензина в баке упрется в ноль, а штрафы ДПС оплачивать в день их получения. Ну и конечно, о собственной пенсии лучше позаботиться за много лет до достижения пенсионного возраста.

Не забывайте, что вы капитан лодки, в которой плывете. Иногда приятно бросить весла и нестись через пороги по течению, наслаждаясь скоростью и видами, а иногда придется грести что есть сил, чтобы течение не снесло вас вбок от основного русла.

В 1982 году я не преподавала и целый год путешествовала по миру, купив кругосветный авиабилет. Я могла сделать столько остановок, сколько хотела, при условии, что буду

^{*} Перевод с латинского языка. *Прим. ред.*

двигаться в одну сторону. Кроме того, я не могла уклоняться слишком далеко на север или на юг от последней остановки маршрута или возвращаться назад. Длиться мое путешествие должно было не дольше двенадцати месяцев. Билет гарантировал некоторую стабильность (планирование), и я с радостью отдалась увлекательному приключению. Мое планирование обеспечило основу для импровизации. Все шаги внутри общего плана были импровизацией.

Импровизируйте, но не сбивайтесь с курса.



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

