

# Найти себя и не потерять

## О грамотном поиске своей роли

Пальцы в кровь. Мозоли. Мышцы напряжены так, что дрожат. Всё тело болит. Не пошевелить ни рукой, ни ногой. Это норма, привычка. Тяжело только после длительного перерыва. Это я про балет. Балет, которым занимаюсь уже десять лет. Роль балерины исполнять не так-то легко, а тем более совмещать с другими социальными ролями. Наши выступления на сцене кажутся зрителям из зала чем-то воздушным и легким. Но на самом деле, плавные движения, актерское мастерство, прямые, как струнки, ноги в пуантах, парящие прыжки – это годы упорных и тяжелых тренировок.

### Батарея села

Занятия в балетном классе начинаются с шести вечера. После двухчасовой тренировки чувствую себя севшей батареей. В голове только одна мысль «дойти до дома». Хочется упасть на постель и пролежать так день. Прихожу, бухаюсь на кровать. Пять минут я как будто в невесомости. Вся расслабленная. Но нужно встать! Не сделаны уроки, не дописаны журналистские материалы. Трудно открыть глаза, но я это делаю. Лишь мысли о том, что ничего не сделано, заставляют встать.

### Новая роль

Помимо балета, я занимаюсь журналистикой. Газету, которую Вы сейчас держите в руках, мне предложили возглавить летом прошлого года. «Главный редактор!» - стучало у меня в висках и отдавалось трепетом в сердце. Какая роль! Какая честь! Раз выбрали, значит, верят, что справлюсь. Я пообещала, что справлюсь дорогому для меня человеку. Я стараюсь изо всех сил, какие только в себе нахожу. Сажу над уроками, а потом над статьями наших юнкоров. Читаю, пишу, правлю. На часах давно за двенадцать. Глаза закрываются сами. Наконец-то сон. Жаль, что в сутках не больше 24 часов. Будильник. Тяжелые веки. Новый день...

### Сумасшедшие будни

Всё начинается с обычной школы, на которую нужно тратить основную энергию. Нужно! Но не всегда получается. После школы хочется немного передохнуть, но у меня курсы по истории. Занимаюсь полтора часа и бегу в «Зебру». Обсуждаем статьи, придумываем новые темы, раздаем задания. Время проходит быстро. А мне уже пора на балет. Прошу прощения у своего руководителя. Мне стыдно за то, что опаздываю, за то, что все время убегаю на бесконечные репетиции. Хорошо, что студия журналистики и балетный класс находятся в одном здании.

Тренировка состоит из нескольких частей. Разминка на месте, по диагонали, прыжки. Классика и повтор танцев. Усталая переодеваюсь и иду в направлении дома. Девять вечера. И снова уроки, и снова статьи. Короткий сон и утро.

### Мама, хочу на балет

В четыре года я начала ходить на фигурное катание, коньки мне поначалу нравились, но быстро надоели. И я сказала маме:

- Мама, я хочу танцевать на носочках!

Мама поняла, что я говорю про балет. Отчетливо помню, как пришла в белый зал, как меня начали проверять на растяжку.

- Мы возьмём вашу девочку, – с одобрением сказала преподавательница.

С этих слов для меня открылись двери в театр-балет «Сказка». Начались занятия три раза в неделю. Всё казалось просто и весело: потянуть пальчики, сесть на шпагат, сделать мостик, попрыгать и устроить дискотеку в конце занятия. Но с годами «танцы» стали «тренировками», а «прыжки» стали «эшапе, жете и глиссе».

### **Пора на сцену**

Малышками, мы прыгали невпопад, как мячики. У каждого был свой ритм, своё движение. Все наши танцы выглядели неуклюже, но мило. Помню, как за кулисами на концерте мы с восторгом смотрели на девушек, как они в пачках, на пуантах летают по сцене. Так хотелось скорее стать старше, чтобы, наконец, надеть белоснежный наряд и также научиться летать «на носочках»!

### **Всё непросто**

Встать на пуанты в первый раз – это больно. Для подготовки к этому мы занимаемся классикой. Эта особая дисциплина, которая воспитывает в тебе балерину. В ногах всегда должна быть сила, а в руках мягкость. До начала танца мы должны разогреть ноги и пуанты. Иначе возможна серьёзная травма, вплоть до перелома. Балет не бывает без травм, боли и слез. Через это должна пройти каждая балерина.

### **Быть сильнее**

Часто люди, которых я даже не знаю, предполагают, что я занимаюсь либо танцами, либо гимнастикой. Не знаю, что нас, балерин, так выдаёт. Может быть, осанка или движения. Это «что-то» не на поверхности, оно внутри. Эту внутреннюю статью с первых занятий воспитывала в нас Марина Леонидовна Лыскова. С тех самых пор балет для меня стал чем-то великим и высоким. Грамотное воспитание нашего педагога сыграло большую роль в наших жизнях. Она научила нас не только классическому танцу, но и любви к музыке, привила упорство и трудолюбие.

Если не было бы балета, кем бы я стала? Как многие подростки гуляла бы по городу, теряя попусту время. Когда ты занят и времени совершенно нет, ты учишься быть дисциплинированным. Всех балерин отличает внутренний стержень, характер. Балет учит терпению и силе. Эти черты характера обязательно пригодятся в будущем.

### **А сколько у тебя зайцев?**

Трудно совмещать столько занятий. Как говорится, за двумя зайцами погонишься, ни одного не поймаешь. У меня иногда получается их догнать, но, увы, не всегда. Чем-то

приходится жертвовать. От этого становится и грустно и стыдно. У меня много ролей. Порой я сама не понимаю, какая из них главная. Как найти себя? И при этом не потерять?

Заниматься тем, чем тебе нравится – это бесценно. И неважно, сколько у тебя секций, репетиторов, кружков. Важно уметь грамотно планировать свой день. Грамотно – вот, что порой у меня не выходит. Порой было бы грамотней остаться дома и достойно отыграть роль ученицы или роль хозяйки. Но я бегу на балет, потому что обещала, потому что завтра выступление. Я бегу в «Зебру», потому что мы не успеваем доделать выпуск к конкурсу.

### **Грамотно?**

Невысыпание, усталость, слезы, боль. Эта цена за аплодисменты зрителей. За качественные публикации и призовые места. Это грамотно? Многие мои одноклассники заняты только учебой, у них остается время погулять с друзьями, поваляться перед телевизором, поспать. Они не приходят в школу с синими кругами под глазами, как я. Так стоит ли игра свеч?

### **Новый день**

Редактор и балерина - это две совершенно разные роли, в которых по-своему нужно развиваться. Нужно перевоплощаться. Это непросто. Хочется быть лучшей в каждой роли. Но... В будущем я думаю своё предпочтение отдать журналистике. Так почему бы мне не бросить балет? Не могу. С ним связана почти вся моя жизнь. Это как взрослые вспоминают о детстве, хотят туда вернуться. Для меня заниматься балетом - это не только поддерживать форму. Балет - это часть моей жизни, и я с ней не расстанусь, пока она сама не скажет «до свидания». Но совсем скоро я окончу школу. И не будет балета, не будет «Зебры», не будет тех сумасшедших, но любимых дней. Всё изменится, что будет? Я не знаю. Но верю - мне тоже там понравится. А пока снова учеба, история, газета, танцы... Новый день. Новые роли.

Журналист-балерина

Анна Новикова

